ستاد آزادي بطهران في قائمة أفضل ٢٠ ملعبا في العالم

شهدت قائمة أفضل ١٠٠ ملعب لكرة القدم في العالم تواجد ٥ ملاعب عربية هي استاد القاهرة الدولي وملعب برج العرب بالاسكندرية واستاد الملك فهد بالرياض واستاد حمد بن جاسم بالعاصمة القطرية الدوحة واستاد محمد الخامس بالدار البيضاء.

وكشفت مجلة "فورفورتو" البريطانية عن قائمة افضل ١٠٠ ملعب في العالم والتي تصدرها ملعب لابومبونيرا الارجنتيني، معقل فريق بوكا جونيوز الارجنتيني، كأجمل ملعب في العالم، متقدما على ملعب "كامب نو"، معقل فريق برشلونة الاسباني، فيما احتل المرتبة الثالثة ملعب "ويمبلي" الانجليزي.

وشهد القائمة تواجد استاد أزتيكا (المكسيك) في المركز الرابع، قبل ملعب سان سيرو (ميلان) وماراكانا (البرازيل) وسيجنال إيدونا بارك (دورتموند) وسانتياجو برنابيو (مدريد) واولد ترافورد (مانشستر) واليانز آرينا (ميونيخ) بالمراكز العشرة الاولى.

واحتل ملعب القاهرة الدولي، صدارة أجمل الملاعب العربية، حيث جاء في المركز ٢٦، كأجمل ملاعب إفريقيا، بينما جاء ملعب جاسم بن حمد (قطر) في المركز ٤٢ عالميا، قبل استاد برج العرب الذي احتل المركز ٧٠ على العالم قبل ملعب محمد الخامس بمدينة الدار البيضاء والذي حلّ في المركز الـ٩٤ عالمياً قبل استاد الملك فهد في السعودية، في المرتبة ٩٦.

ويتصدر استاد برج العرب بالاسكندرية قائمة اكبر الملاعب العربية حيث يصل عدد المقاعد ٨٦ الف مقعد قبل استاد القاهرة الدولي الذي احتل المركز الثالث بسعة تبلغ ٧٤.٦٠٠ مقعد، ثم استاد محمد الخامس بالدار البيضاء المغربية (٧٤ الف متفرج) وبعده استاد الملك فهد بالعاصمة السعودية الرياض بسعة ٦٧ الف متفرج.

وتصدر الملعب المجهول "استاد رينجدادو ماي داي" بكوريا الشمالية قائمة اكبر ملاعب العالم بسعة بلغت ١٥٠ الف متفرج ثم استاد ازتيكا بالمكسيك (١٠٥ الف متفرج) واستاد بوكيت جالي (١٠٠ الف متفرج) واستاد "كامب نو" معقل نادي برشلونة الاسباني (٩٨ الف متفرج) واستاد سوكر سيتي بجنوب افريقيا (٩٤ الف متفرج) واستاد ويمبلي في لندن (٩٠ الف متفرج) متساويا مع استاد ازادي بالعاصمة الايرانية طهران وقبل استاد ماركانا الذي بلغ اتساعه في بطولات سابقة لاكثر من ٢٠٠ الف متفرج الا انه بعد التطوير وبناء مقاعد للجماهير تبلغ سعته الحالية (٧٨ الف متفرج).

وفيما يلي قائمة بأفضل ٢٠ ملعبا حول العالم:

١- لابومبونيرا (الأرجنتين) ٢- كامب نو (برشلونة - اسبانيا) ٣- ويمبلي (انجلترا) ٤- أزتيكا (المكسيك) ٥- سان سيرو (ميلان - ايطاليا) ٦- ماراكانا (البرازيل) ٧- سيجنال إيدونا بارك (دورتموند - المانيا) ٨- سانتياجو برنابيو (مدريد - اسبانيا) ٩- اولد ترافورد (مانشستر - انجلترا) ١٠- اليانز آرينا (ميونيخ - المانيا) ١١- سيلتك بارك (اسكتلندا) ١٢- ستاد دا لوز - النور (البرتغال) ١٣- امستردام آرينا (هولندا) ١٤- فيلودروم (مارسيليا - فرنسا) ١٥- آزادي (طهران) ١٦- استاد دي فرانس (باريس - فرنسا) ١٧- مومينتال (الاكوادور) ١٨- فينورد (هولندا) ١٩- ميلرنتور (هامبورج - المانيا) ٢٠- انفيلد (ليفربول - انجلترا)

ايسكو يفكر بالرحيل عن ريال مدريد بعد "خيانة" الكلاسيكو

أكدت العديد من التقارير الصحفية الاسبانية أن ايسكو لاعب وسط ريال مدريد، صاحب المركز الثالث على سلم ترتيب اندية الليغا، يفكر في الرحيل عن ملعب (سانتياغو بيرنابيو) خلال الفترة المقبلة.

ووفقا لصحيفة (ماركا) الاسبانية في عددها الالكتروني الصادر الثلاثاء، فإن ايسكو تأثر كثيرا بوضعه على دكة البدلاء ضد برشلونة، الذي فاز برباعية نظيفة في الجولة الثانية عشرة من الليغا، خاصة وأنه ترك مهمة اداء الواجب الوطني مع الماتادور الاسباني من أجل التفرغ التام لمعركة الكلاسيكو.

واشارت الصحيفة المدريدية أن ايسكو (٢٣ عاما) ينظر إلى ما حدث على انه "خيانة" من المدرب الاسباني بينيتيز، حيث تواجد الساحر الاسباني في فالديبيباس (ملعب التدريبات) للتحضير لمواجهة برشلونة، بينما كان اللاعب الذي فضله عليه كأساسي، جيمس رودريغيز يلعب مع منتخب بلاده كولومبيا في التصفيات المؤهلة لمونديال روسيا ٢٠١٨.

وادعت الصحيفة أن ايسكو كان متأكدا من مشاركته اساسي في الكلاسيكو حتى الجمعة عطفا على ادائه المميز في الآونة الاخيرة، لكن الامور انقلبت رأسا على عقب، وبات يرى نفسه الآن اللاعب رقم ١٢ في تشكيلة ريال مدريد، وبدأ يفكر بالبحث عن فريق جديد كونه اصبح لاعبا ثانويا في خطط بينيتيز.

وشارك ايسكو في الكلاسيكو بديلا للكولومبي جيمس رودريغيز في الدقيقة ٥٥ من الشوط الثاني، إلا أنه تعرض للطرد بعدما تعمد عرقلة نيمار من الخلف بتوجيه ضربة قوية إلى ركبته، ليدخل قائمة اسوأ البدلاء في الكلاسيكو.

اللجنة التنفيذية للفيفا تطلع على آخر مستجدات مقترحات الإصلاح

أعلن الاتحاد الدولي لكرة القدم (فيفا)، الثلاثاء أن لجنته التنفيذية ستطلع على مستجدات المقترحات الخاصة بعملية إصلاح الفيفا، خلال اجتماعها في زيوريخ الأسبوع المقبل.

ونشر الفيفا جدول أعمال الاجتماع الذي يعقد يومي الثاني والثالث من كانون أول/ديسمبر المقبل، ويتضمن تسلم تقرير فرانسوا كانارد رئيس لجنة الإصلاح.

وكان كانارد قد اقترح بالفعل تغييرات واسعة النطاق في إدارة الفيفا عقب قضايا الفساد التي تلاحقت على الاتحاد ليواجه أزمة غير مسبوقة في تاريخه.

وتتضمن مقترحات كانارد، تحديد عمر عضو اللجنة التنفيذية ب٧٤ عاما كحد أقصى لبقائه في اللجنة، وتحديد أقصى فترة لتولي الرئاسة ب١٢ عاما إلى جانب نشر الرواتب السنوية للمسؤولين البارزين في الفيفا.

كذلك تتضمن تقليص الصلاحيات الواسعة للجنة التنفيذية إضافة إلى تغيير كبير في دورها بالفيفا.

ويجب التصديق على المقترحات خلال الاجتماع الاستثنائي للجمعية العمومية (كونجرس الفيفا) المقرر في ٢٦ شباط/فبراير المقبل والذي يشهد انتخاب رئيس جديد يخلف السويسري جوزيف بلاتر، الذي يخضع حاليا للإيقاف المؤقت.

ويخضع بلاتر وكذلك الفرنسي ميشيل بلاتيني رئيس الاتحاد الأوروبي للعبة (يويفا) للإيقاف ٩٠ يوما عن ممارسة أي نشاط يتعلق بكرة القدم، حيث يواجهان إجراءات من قبل الغرفة القضائية بلجنة القيم في الفيفا.

وتجري التحقيقات بشأن مبلغ مليوني فرنك سويسري (نحو مليوني دولار) حوله بلاتر إلى بلاتيني في عام ٢٠١١ نظير عمل أنجزه بين عامي ١٩٩٨ و٢٠٠٢، وقد نفى كل منهما ارتكاب أي مخالفة واعترفا أن تحويل المبلغ جاء بناء على اتفاق شفهي.

كذلك ستطلع اللجنة التنفيذية خلال اجتماعها على آخر تطورات التحقيقات السويسرية والأمريكية في قضايا الفساد بالفيفا، وستتسلم تقريرا للشؤون المالية من الكاميروني عيسى حياتو القائم بأعمال رئيس الفيفا حاليا.

فرنسا تتبادل مع البرازيل المعلومات الاستخبارية قبل أولمبياد ريو ٢٠١٦

قال وزيرا خارجية فرنسا والبرازيل في مؤتمر صحفي في برازيليا الأحد، إن فرنسا ستتبادل معلومات المخابرات المتعلقة بمكافحة الإرهاب مع البرازيل قبل بدء دورة الألعاب الأولمبية في ريو دي جانيرو العام المقبل.

ويزور وزير الخارجية الفرنسي لوران فابيوس البرازيل لمناقشة القمة التي تعقدها الأمم المتحدة، بشأن المناخ في باريس في وقت لاحق من الشهر الحالي.

وصرح فابيوس بأن مسؤولي المخابرات الفرنسيين يمكن أن يزودوا البرازيل بمعلومات بشأن التهديدات المحتملة.

وقال مورو فييرا وزير الخارجية البرازيلي: "ان الوزير فابيوس عرض تبادلا محتملا للمعلومات والخبرات وهو أمر ترحب به الحكومة البرازيلية".

وقال دبلوماسيون في برازيليا لرويترز الأسبوع الماضي إن الحكومات الغربية قلقة على سلامة رياضييها وسائحيها في أولمبياد ريو دي جانيرو ٢٠١٦، لأنها تعتقد أن سلطات برازيلية كثيرة راضية عن نفسها وتشعر بارتياح أكثر مما يجب من الوضع التاريخي للبرازيل كدولة غير منحازة ومتعددة الثقافات وليس لها أعداء.

وقال فابيوس إن الهجمات التي وقعت في باريس هذا الشهر يمكن أن تحدث في أي مكان في العالم مما يعني إن أي استراتيجية لمحاربة الإرهاب يجب أن تكون دولية.

كوتينيو يستمرّ بتطوير مستواه مع ليفربول

يشعر فيليب كوتينيو نجم فريق ليفربول بأنه أصبح أكثر تكاملا، وقال إنه يحفز نفسه باستمرار لتطوير مستواه بعدما قدم عدة عروض رائعة في الأسابيع الأخيرة بالدوري الإنجليزي الممتاز لكرة القدم.

واختير البرازيلي كوتينيو (٢٣ عاما)، كأفضل لاعب في ليفربول في الموسم الماضي بعدما سجل خمسة أهداف وصنع سبعة أهداف بالدوري، كما ساعد فريقه على احتلال المركز السادس والتأهل للدوري الأوروبي.

وبدأ كوتينيو الموسم الجديد بشكل متوسط قبل أن يتطور بشكل واضح مع المدرب الجديد يورغن كلوب، وسجل أربعة أهداف منها ثنائية في فوز كبير بنتيجة ٣-١ على تشيلسي حامل اللقب، في ٣١ أكتوبر / تشرين الأول.

وقال كوتينيو الذي سجل هدفا في الفوز ٤-١ على مانشستر سيتي السبت الماضي، لموقع ليفربول على الإنترنت: "هذا عام جيد لي من الناحية الشخصية وقضيت فترات سعيدة وسجلت أهدافا جيدة ونلت الجوائز".

وأضاف: "اختياري كأفضل لاعب في ليفربول شرف ولم أكن أتخيل حدوث ذلك منذ سنوات قليلة، أصبحت أكثر تكاملا وأشعر بثقة أكبر واكتسبت خبرات جديدة، أشعر أني تطورت كثيرا كلاعب (خلال العام الماضي)".

وتابع: "قضيت فترات للعمل على تطوير مستواي في بعض الأمور مثل التسجيل بشكل أفضل وأواصل تحفيز نفسي لكن الطريق لا يزال طويلا.. ألعب طوال الوقت وأتعلم وأصبح أكثر قوة وهذا يصب في مصلحتي".

ومن المنتظر أن يتلقى ليفربول دفعة إضافية في ظل اقتراب جوردان هندرسون القائد من العودة بعد غياب حوالي شهرين بعد معاناته من إصابة بكسر في قدمه.

وقال هندرسون لشبكة سكاي سبورتس: "أنا قادم وهذه واحدة من أطول فترات غيابي وهذا الأمر كان صعبا، أتمنى العودة سريعا".

ويحتل ليفربول المركز التاسع في الدوري، وسيلعب الأحد المقبل مع سوانزي سيتي، وسط آمال بأن يقفز إلى المركز السادس.

شراكة موراتا وديبالا تمنح يوفنتوس الافضلية على حساب مانشستر سيتي

يحتاج يوفنتوس إلى الفوز على مانشستر سيتي ليتأهل لدور الستة عشر في دوري أبطال اوروبا لكرة القدم، الأربعاء ويعتقد العديد من المشجعين أن أفضل طريقة لتحقيق ذلك هو اشراك الفارو موراتا وباولو ديبالا معا في الهجوم.

وفي بداية الموسم كان مشجعو يوفنتوس ينتظرون الشراكة الجديدة بين موراتا وديبالا (٢٢ عاما)، الذي تم ضمه من باليرمو لتعويض رحيل مواطنه الارجنتيني كارلوس تيفيز.

لكن الثنائي شارك بشكل أساسي في خمس من ١٧ مباراة ليوفنتوس، في جميع المسابقات مع تراجع مستوى حامل لقب دوري الدرجة الأولى الايطالي.

وبدلا من ذلك فضل المدرب ماسيميليانو اليغري اشراك ماريو ماندزوكيتش كمهاجم أساسي، حتى في ظل المعاناة الواضحة لمهاجم كرواتيا.

واعترف موراتا الذي يتم اشراكه في الجهة اليسرى في المعتاد، مؤخرا بأنه لم يصل للمستوى المطلوب بعد.

وأكد اليغري أن ديبالا بحاجة للمزيد من الوقت من أجل التأقلم ولا يستطيع الاضطلاع بدور هجومي كبير، لكن في مباراة الأربعاء قد تكون اللحظة المناسبة لاعطاء الثنائي فرصة أخرى.

وسجل ديبالا هدف الفوز ضد ميلان السبت، ليرفع رصيده في الدوري إلى ستة أهداف.

وقال ديبالا: "أنا سعيد بما أفعله وستكون هناك دائما منافسة على الأماكن.. لكن الكل يساعدني على التأقلم.. أعلم أن بوسعي القيام بما هو أكثر بكثير".

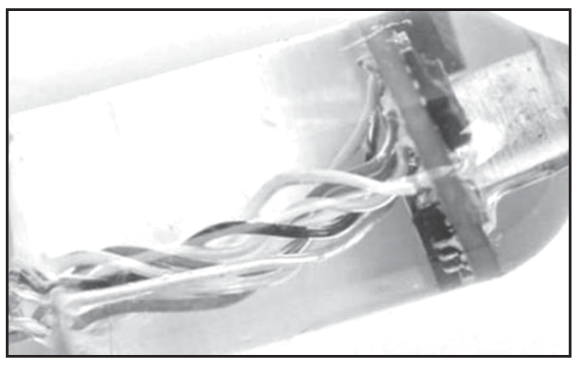
وقال اليغري: "كنت مقتنعا دائما بقدراته مثل اقتناعي باللاعبين الآخرين.. لكن من الطبيعي أن يكون بحاجة لوقت من أجل التأقلم.. ديبالا يتطور.. يمتلك قدرات مهمة ويبذل جهدا كبيرا وفي الوقت المناسب سيصبح مهاجما ثانيا رائعا".

وتعين على يوفنتوس بطل الدوري الايطالي في المواسم الأربعة الأخيرة، اعادة بناء تشكيلته عقب رحيل تيفيز واندريا بيرلو وارتورو فيدال وباتت الأمور أكثر صعوبة على اليغري بسبب الاصابات.

وسيحتاج إلى اجراء تعديلات على خط الوسط في مباراة الأربعاء إذ سيغيب هرنانيس للايقاف كما يعاني سامي خضيرة من اصابة في الفخذ.

ويحتل يوفنتوس الذي يخلو سجله من الهزيمة في المجموعة الرابعة المركز الثاني بثماني نقاط من أربع مباريات متأخرا بنقطة واحدة عن سيتي الذي ضمن التأهل بالفعل.

ابتكار كبسولة ذكية لقياس معدل نبضات القلب والتنفس



نجح باحثون أمريكيون في تطوير كبسولة ذكية يقولون إنها ستغني الأطباء والممرضين عن استخدام الأجهزة الطبية الضخمة في المستشفيات، إذ أنها تستطيع قياس معدل ضربات القلب والتنفس بمجرد قيام المريض بابتلاعها.

وذكرت صحيفة "ديلي ميل" على موقعها الإلكتروني إن ابتكار الباحثين في معهد ماساشوستس للتقنية جاء بعد سنوات من الأبحاث والاختبارات، مشيرةً إلى أهميته في التخفيف عن المريض الذي ربما يصاب بالخوف أو الهلع عندما يجد أجهزة إلكترونية ضخمة موصولة به لمراقبة حالته الصحية.

وزوّد الباحثون الكبسولة الذكية بمجموعة من أجهزة الاستشعار القادرة على رصد المؤشرات الحيوية للجسم، حيث تقوم بالتقاط الموجات الصوتية الفريدة التي يصدرها القلب والرئتين، وترسلها بواسطة الإشارات اللاسلكية إلى جهاز استقبال صغير يمكن وضعه على بعد ٣ أمتار.

وأضافت "ديلي ميل" أن العلماء يقومون حالياً بتطوير الكبسولة بحيث تستطيع القيام بالمزيد من المهمات (مثل قياس درجة حرارة الجسم) لتسهيل عمل الأطباء من جهة، وإراحة المريض من جهة أخرى.

فوائد المكسرات تفوق تأثيرها على زيادة الوزن

قالت نتائج دراسة جديدة أجراها باحثون من جامعة يال إن فوائد المكسرات للصحة تفوق في أهميتها كمية السعرات الحرارية التي تزوّد الجسم بها، والتي يعتقد البعض أنها قد تكون سبباً في اكتساب الوزن.

أشرف على الدراسة البروفيسور ديفيد كانز مدير مركز بحوث الوقاية في جامعة يال، ونشرت نتائجها المجلة الطبية البريطانية.

تمتاز الدراسة بمشاركة ١١٢ شخصاً معرّضين للإصابة بمرض السكري. وقد تضمنت مقدمات مرض السكري التي يعانون منها زيادة الوزن، وارتفاع مستويات السكر في الدم، ومستوى ضغط الدم أيضاً.

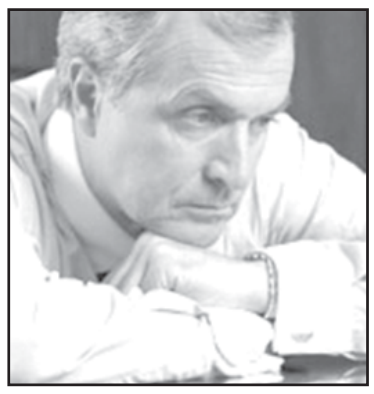
استمرت متابعة الأشخاص لمدة ٦ أشهر، قاموا خلالها بمحاولة ضبط عدد السعرات الحرارية التي يتناولونها، وكانت الزيادة في السعرات تأتي من كمية المكسرات التي يأكلونها.

وجدت النتائج أن تناول ما بين ٣٥٠ و٣٩٠ سعرة حرارية إضافية يكون مصدرها المكسرات، وخاصة الجوز، يقدم للجسم فوائد عديدة، ولا يؤثر على زيادة الوزن كثيراً لأن المسكرات تعزّز الإحساس بالشبع.

من الفوائد التي تمنحها المسكرات أنها تساعد على تنظيم مستوى الكولسترول في الجسم، وكذلك ضغط الدم، وتقلل الإحساس بالجوع، ما يساعد على ضبط الوزن.

نبهت الدراسة إلى أن الجوز أكثر المكسرات فائدة للجسم، سواء من ناحية المغذيات التي يحتويها، أو من ناحية تعزيز الإحساس بالشبع.

منتصف العمر نقطة تحول الرضا بالحياة



كشفت دراسة جديدة أن الرضا بالحياة يقل بشكل مطرد من مرحلة البلوغ المبكر ويصل إلى الحضيض عند منتصف العمر في الأربعينيات تقريبا، ثم يزداد مرة أخرى مع التقدم في السن.

يشار إلى أن هذه الدراسة التي أجراها خبراء الاقتصاد في جامعة وارويك البريطانية، ليست الأولى التي تصف منحنى تراجع السعادة.

فقد سبقتها دراسات أخرى توصلت إلى استنتاجات مماثلة على أقرب المخلوقات شبها بالإنسان، كقرود الشمبانزي وإنسان الغاب في الأسر.

وتبين من تلك الدراسات أنها تعاني من نوبة كآبة مشابهة للإنسان في منتصف العمر، قبل أن ترتفع معنوياتها مرة أخرى مع تقدمها في السن.

لكن حجم ونطاق دراسة وارويك -التي تتبعت خمسين ألف شخص بالغ في أستراليا وبريطانيا وألمانيا طوال حياتهم- يشير إلى أن هذه الظاهرة لا تتأثر بالظروف (مثل إنجاب الأطفال) أو الثقافة، بل إنها عالمية.

لقاح يحسن فرص النجاة لمرضى سرطان المخ

أظهرت بيانات تجربة في المرحلة الوسطى أن لقاح سرطان المخ التجريبي الذي تنتجه شركة سيلديكس ثيرابويتيكس إذا أعطي للمريض إلى جانب العلاجات التقليدية يحسن من فرص النجاة لدى المرضى الذين يعود المرض لمهاجمتهم.

ويشحذ اللقاح النظام المناعي للجسم حتى يحارب الورم الأرومي الدبقي متعدد الأشكال (جي بي إم)، وأظهرت بيانات التجربة أن ٢٥٪ من المرضى الذين عولجوا بلقاح "رينتيجا" الذي تنتجه سيلديكس، إضافة إلى عقار "أفاستين" من إنتاج روش هولدينج ظلوا أحياء عامين مقارنة بعدم وجود أي ناجين بين مجموعة من المرضى عولجت بأفاستين وحده.

وقدمت نتائج التجربة الوسطى التي شملت ٧٣ مريضاً خلال الاجتماع السنوي لجمعية أورام المخ.

ومنحت الإدارة الأميركية للأغذية والأدوية لقاح رينتيجا لقب "علاج رائد" العام الماضي، وهو يستهدف تحورا جينيا يحدث بين نحو ٣٠٪ من أورام (جي ب إم).

وقالت شركة سيلديكس إن مرضى هذا النوع من الورم المتكرر عادة لا يعيشون أكثر من تسعة أشهر بعد إصابتهم بالمرض.