

برسوليس يتقدم للمركز الثالث بالدوري الممتاز

تقدم فريق برسوليس الى المركز الثالث في الدوري الممتاز لكرة القدم بفوزه على فريق "كل كهر سيرجان" ١-٢ . وفي هذه المباراة التي جرت مساء الثلاثاء في اطار المرحلة ٤ من الدوري الممتاز على استاد "آزادي" بطهران، تقدم برسوليس بهدف رائع سجله لاعبه مهدي ترابي في الدقيقة ٥٢. وجاء الهدف الثاني لبرسوليس في الدقيقة ٨٠ من المباراة بواسطة لاعب "كل كهر" عبدالله حسيني عن طريق الخطأ في مرمرى فريقه. وقلل علي رضا ابراهيمي الفارق بتسجيله هدفا لفريق "كل كهر" في الدقيقة ٨٩ حينما تلقى كرة ركنية سدها راسية لم يفلح حارس برسوليس في ابعادها. وبهذه النتيجة ارتفع رصيد برسوليس الى ٢٥ نقطة (١٣ مباراة) في المركز الثالث فيما تجمد رصيد "كل كهر سيرجان" عند ٦ نقاط في المرتبة ١٥ ما قبل الاخيرة. ويتصدر استقلال طهران الدوري الإيراني برصيد ٦٦ نقطة (١٤ مباراة) يليه سباهان اصفهان (١٣ مباراة) برصيد ٢٥ نقطة وبرسوليس بنفس الرصيد مع فارق الاهداف ومن ثم "شهر خودرو" مشهد وله ٢٤ نقطة.



"خضري" يحصد برونزية البطولة العالمية للكراتية في كازاخستان

قال رئيس لجنة الكراتية في مدينة مهاباد (شمال غرب)، عطاء الله كاويان، ان اللاعب الإيراني بهزاد خضري، احرز الميدالية البرونزية خلال مسابقات كازاخستان الدولية ٢٠١٩. وفي حوار مع "ارنا" يوم الثلاثاء، اوضح كاويان ان لاعب الكراتية الإيراني للوزن تحت ٧٠ كغ بهزاد خضري استطاع ان يهزم كلا من منافسيه البريطاني والياباني ليتاهل الى مرحلة النصف النهائي في بطولة كازاخستان الدولية، لكنه خسر رغم جدارته امام غريمه الروسي.

واضاف : ان خضري يشارك الى جانب ٨ لاعبين آخرين ضمن المنتخب الإيراني في مسابقات الكراتية الدولية بجمهورية كازاخستان. وتابع : لقد حصد المنتخب الإيراني من هذه المنافسات ميداليتين ذهبية وفضية، فضلا عن برونزيتين ليحز المركز الثالث عالميا. علما ان بطولة الكراتية الدولية اقيمت في كازاخستان بمشاركة ٦٠ لاعبا من ٦٦ دولة بما فيها الجمهورية الاسلامية الإيرانية.

تحديد موعد إعلان جاتوزو مدرباً ل نابولي

كشفت تقرير صحفي إيطالي، أمس الأربعاء، عن موعد إعلان نابولي التعاقد مع إيفان جينارو جاتوزو كمدير فني جديد للفريق، خلفاً للمقال كارلو أنشيلوتي. ووفقاً لشبكة "سبورت ميدياست"، فإن قرار التعاقد مع جاتوزو تم حسمه في نابولي منذ أسبوع، ولكن تأجل إعلانه حتى يُنهي الفريق دور المجموعات بدوري أبطال أوروبا. وأوضحت أن أوريليو دي لورينتيس رئيس نابولي، التقى أنشيلوتي أمس الثلاثاء بعد مباراة جينك مباشرة في فندق الإقامة، وأخبره بقرار الإقالة. وأشارت إلى أن الإعلان بشكل رسمي عن التعاقد مع المدرب جاتوزو، سيكون صباح اليوم الأربعاء.



وقالت الشبكة إن عقد جاتوزو مدته ١٨ شهرًا، حيث سيحصل على ١,٥ مليون يورو للأشهر الستة المقبلة، و٢ ملايين يورو في الموسم المقبل. وكشفت شبكة "سكاي سبورت إيطاليا" أن العقد سيكون مدته ٦ أشهر فقط، مع وضع بند يجدهه تلقائياً لموسم آخر إذا نجح جاتوزو في قيادة الفريق إلى احتلال مركز بالمربع الذهبي للكلتاشيو.

ليون يرافق لايبزيغ إلى ثمن نهائي دوري الأبطال

تأهل ليون إلى دور الستة عشر لدوري أبطال أوروبا، عقب تعادله مع ضيفه لايبزيغ الألماني (٢/٢)، خلال المباراة التي جمعتهما الثلاثاء، في الجولة السادسة والأخيرة من منافسات المجموعة السابعة. وسجل هدفي لايبزيغ: إيميل فورسييرج في الدقيقة التاسعة من ركلة جزاء، وتيمو فيرنر في الدقيقة ٢٣، من ركلة جزاء أيضاً. وأحرز هدفي ليون، حسام عوار في



الدقيقة ٥٠، ومفيس ديباي في الدقيقة ٨٢. وبذلك، رفع الفريق الفرنسي رصيده إلى ثماني نقاط، في المركز الثاني، كما رفع لايبزيغ رصيده إلى ١١ نقطة، في صدارة الترتيب ليصعدا سوياً إلى دور الستة عشر. ولم يشفع الفوز الذي حققه بنفيكا، على زينيت سان بطرسبرج (١/٢)، في تأهل أي منهما للدور المقبل، حيث انتقل الفريق البرتغالي للعب في الدوري الأوروبي، بينما ودع الفريق الروسي المنافسات القارية. وسجل أهداف بنفيكا، فرانكو سيرفي في الدقيقة ٤٧، ولوي ميغيل ألفونسو في الدقيقة ٥٨، من ركلة جزاء، وسردار آزمون، لاعب زينيت، بالخطأ في مرمرى فريقه، في الدقيقة ٧٩.

روسيا تستعد لأولمبياد طوكيو رغم عقوبة «وادا»

قال ستانيسلاف بوزدنياكوف، رئيس اللجنة الأولمبية الروسية، أمس الأربعاء، إن الرياضيين الروس يتدربون بشكل طبيعي استعداداً لدورة الألعاب الأولمبية المقبلة في العاصمة اليابانية «طوكيو ٢٠٢٠»، رغم العقوبة المفروضة على بلادهم. كانت الوكالة العالمية لمكافحة المنشطات «وادا» أعلنت الإثنين معاقبة روسيا بالإيقاف عن المشاركة في البطولات الدولية، أو طلب استضافة أي منافسات رياضية دولية لمدة ٤ أعوام وهي الفترة التي تشمل أولمبياد ٢٠٢٠، وأولمبياد ٢٠٢٢ الشتوي، وكذلك كأس العالم ٢٠٢٢ لكرة القدم. وتأتي العقوبة بداعي التلاعب ببيانات مختبر موسكو لمكافحة المنشطات، قبل تقديمها إلى «وادا»، ضمن التحقيقات الخاصة بالانتشار الممنهج والمدموم من قبل الدولة للمنشطات بين الرياضيين الروس. ويسمح للرياضيين الروس الذي ثبت عدم تورطهم في مخالفات تتعلق بالمنشطات بالمشاركة في المنافسات الدولية كرياضيين مستقلين طبقاً لشروط ومعايير صارمة، دون رفع العلم الروسي، مثلما كان الحال بأولمبياد بيونجشجان الشتوي ٢٠١٨. وقال بوزدنياكوف في تصريحات نشرتها وكالة أنباء «انترفاكس» الروسية: «نواصل الاستعداد لأولمبياد ومنافسات كبيرة أخرى، بكل قوتنا». وأضاف أن الحكومة الروسية مستعدة لتقديم الدعم القانوني اللازم لإتاحة مشاركة الرياضيين الروس في المنافسات.



كونتي يعتذر لجماهير إنتر ويصف هدف فاتي بالقاتل

أكد أنطونيو كونتي، المدير الفني لإنتر ميلان الإيطالي، أن الهدف الذي سجله الواعد أنسو فاتي، جناح برشلونة، قبل دقيقتين من نهاية الوقت الأصلي للقاء الذي جمعهما الثلاثاء على ملعب (جوزيبي مياتزا) في آخر جولات دور مجموعات دوري الأبطال، «قتل الفريق نفسياً»، حيث تسبب في احتلالهم للمركز الثالث في المجموعة والتحول لبطولة الدوري الأوروبي.

وحل فاتي، الذي دخل تاريخ دوري الأبطال بهذا الهدف حيث بات أصغر لاعب يسجل في البطولة عن عمر ١٧ عاماً و٥ يوماً، كبديل في الدقيقة ٨٥ قبل أن يسجل هدف انتصار البرسا في الدقيقة ٨٨.

وقال كونتي عقب المباراة: «الأمر مؤلم، هدف أنسو فاتي قتلنا نفسياً.. كنا نضغط على مرمرى برشلونة، وصنعنا فرصاً للتسجيل، أشعر بالأسى للاعبين، لأنهم قدموا كل شيء، ويقدمون كل شيء، بالفعل في مرحلة ليست سهلة. أعتذر للجماهير». وأضاف: «أشعر بحزن شديد لأن الأمور كان يمكن أن تنتهي بطريقة مختلفة.. أعقد أننا كنا نستحق الأفضل بالنظر لما قدمناه من أداء، ولكن إذا لم يحدث هذا، فعليك مواصلة العمل والتطور على مستوى الخبرات.. يجب أن نهض ونواصل المسيرة». وأتم المدرب السابق لتشيلسي الإنجليزي تصريحاته: «صنعنا فرصاً من أجل الفوز باللقاء ولكننا افتقدنا للمسة الأخيرة، وللقدر على ترجمة كل هذه الفرص.. لا أستطيع لوم اللاعبين، لقد قدموا كل ما لديهم، افتقدنا فقط للشراسة ولللمسة الأخيرة، وهذا قتلنا». وتسببت خسارة «النيرتازوري» في تجمد رصيده عند ٧ نقاط لتتحول بطاقة ثمن النهائي الثانية في المجموعة السادسة إلى بوروسيا دورتموند الألماني الذي رفع رصيده إلى ١٠ نقاط بانتصاره على ضيفه التشيكي سلافيا براغ بهدفين لواحد.

لامبارد يُعيد أمجاد المدربين الإنجليز في أوروبا

بلغ تشيلسي الإنجليزي، دور الـ ١٦ بدوري أبطال أوروبا، بعد تغلبه مساء الثلاثاء على ضيفه ليل الفرنسي بنتيجة (١-٢)، في ملعب ستامفورد بريدج، في ختام دور المجموعات. وبحسب شبكة «أوتبا» للإحصائيات، فإن فرانك لامبارد المدير الفني للبلوز، أصبح أول مدرب إنجليزي يتخطى دور المجموعات، من خلال إشرافه على المباريات الستة في مجموعته، منذ موسم ٢٠١٠-٢٠١١. ويعتبر هاري ريدناب آخر مدرب حقق هذا الأمر من خلال قيادته لتوتنهام هوتسبير في مجموعة ضمت إنتر ميلان وتيفنتي وفيردر بريمن. وتصدر فالنسيا، المجموعة الثامنة برصيد ١١ نقطة بفارق مواجهات المباشرة عن تشيلسي الذي حل وصيفاً، فيما جاء أياكس ثالثاً بـ ١٠ نقاط، ويتذلل ليل المجموعة بنقطة واحدة.



بليزرز يسحق نيكس في دوري السلة الأمريكي

أحرز داميان ليلارد ٢٦ نقطة، ليقود بورتلاند تريل بليزرز للفوز بسهولة ١١٥-٨٧ على نيويورك نيكس في دوري السلة الأمريكي للمحترفين، الثلاثاء. وعادل ليلارد أفضل حصيلة له من النقاط هذا الموسم بفضل ٨ رميات ثلاثية، كما ساهم زميله حسن واتسايد في الانتصار بعدما أحرز ١٧ نقطة واستحوذ على ١٥ كرة مرتدة. ولم يشارك ليلارد في الربع الأخير، لكنه أحرز ٨ رميات ثلاثية من ١٢ محاولة، كما سجل ٥ رميات حرة ولم يهدر أي محاولة.



اليابان تواصل دعم مشروعات توليد الطاقة بالفحم رغم الجهود الدولية

أعلنت مصادر في الحكومة اليابانية أنها ستواصل تقديم الدعم لمشروعات توليد الطاقة باستخدام الفحم للدول النامية رغم الجهود الدولية للتحويل من أنواع الوقود الأحفوري المسببة لظاهرة التغير المناخي.



وقال مصدر حكومي، في تصريحات صحفية، إن هناك حاجة لمحطات توليد الطاقة باستخدام الفحم خاصة في الدول الآسيوية النامية، حيث يتزايد بشدة الطلب على الطاقة، ونحن لا نعتزم مراجعة سياستنا في تصدير البنية التحتية في هذا المجال".

وتقول الحكومة اليابانية إنها ما زالت ملتزمة باستخدام الفحم بسبب كونه حل فعال في خفض تكاليف عملية توليد الطاقة، ووجود تكنولوجيا جديدة تحل محل محطات الطاقة القديمة الأقل كفاءة يمكن أن يساعد الدول في خفض انبعاثاتها الإجمالية.

وترى الحكومة اليابانية أن مصادر الطاقة المتجددة ما زالت باهظة التكلفة ولا يمكن الاعتماد عليها رغم انتشارها في أنحاء العالم ما يؤدي لخفض كبير في الاعتماد على الفحم.

النحل وعلاقته بخفض ضغط الدم كشفت دراسة علمية حديثة أن غسول الفم المصنوع من مادة يستخدمها النحل لمقاومة عوامل البيضة، يمكن أن تساعد في مكافحة ارتفاع ضغط الدم وأمراض اللثة.

ووفقاً لموقع صحيفة "ديلي ميل" البريطانية، أوضح الباحثون أن المكون الرئيسي هو "دنج"، مادة شمعية تنتجها النحل لإغلاق خلاياها ضد المطر والمتسللين، ومنذ فترة طويلة يستخدم في الطب لصفاته المطهرة الطبيعية. وتشير الأبحاث التي أجرتها جامعة بليموث الآن إلى أن "دنج" يمكنه خفض ضغط الدم، ويقوم بذلك عن طريق تشجيع نشاط وحجم البكتيريا الموجودة بشكل طبيعي في الفم، والتي تحول النترات في الغذاء إلى نترات، وهو مركب يوسع الأوعية الدموية ويخفض ضغط الدم.

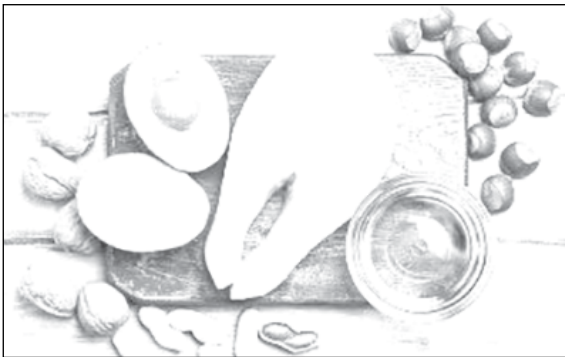
وقال الدكتور "راؤول بيسكوس"، الذي يختبر غسول الفم على ٥٠ متطوعاً في جامعة بلايموث: "نعلم أن تكوين البكتيريا عن طريق الفم ونشاطها مهم جداً في الحفاظ على ضغط الدم عند المستويات الطبيعية".

ويدرس الفريق أيضاً ما إذا كان غسول الفم الذي يحتوي على البروبوليس يمكن أن يساعد في مكافحة أمراض اللثة، بعد أن أوضحت الأبحاث السابقة أنه يمكن ذلك.

ويعاني نحو ١٦ مليون بريطاني من ارتفاع في ضغط الدم، والذي إذا ترك دون علاج، يمكن أن يزيد ثلاثة أضعاف احتمالات الإصابة بالنوبات القلبية والسكتات الدماغية.

ويمكن أن يثبت العلاج الجديد أنه بديل سهل الاستخدام، حيث يتكون دنج النحل من مزيج من اللعاب وشمع النحل والمواد التي تم حصادها من النباتات، وتستخدم المادة للزجة البنية المستخدمة في بناء والحفاظ على خلايا النحل في قتل الحشرات وتحمي مشط العسل من المطر وتُبعد الغزاة المحتملين.

النظام الغذائي "كيتو" قد يحارب مرض الزهايمر



أفادت دراسة جديدة أجريت على الفئران أن تناول حمية منخفضة من الكربوهيدرات والدهون العالية يمكن أن يساعد في محاربة مرض الزهايمر عن طريق حماية الخلايا العصبية من الموت أثناء تطور المرض.

وتتألف "حمية الكيتو" من نظام غذائي منخفض الكربوهيدرات (مثل حمية أتكينز)، وتعتمد هذه النوعية من الحمية على الحصول على المزيد من السعرات الحرارية من البروتين والدهون، وأقل من الكربوهيدرات التي يسهل هضمها مثل السكر والصودا والمعجنات والخبز الأبيض.

ولأن العناصر المشبعة قد تتطلب طاقة أكبر مقارنة بالخلايا العصبية الأخرى، فإنها قد تكون أكثر عرضة للموت عندما تواجه بروتين "أميلويد بيتا" الناجم عن الإصابة بمرض الزهايمر، حيث ثبت أن بيتا الأميلويد يضر بالميتوكوندريا (المحرك الأضي للخلايا) عن طريق التداخل مع SIRT٣، وهو بروتين يحفظ وظائف الميتوكوندريا ويحمي الخلايا العصبية.

وقام الباحثون من جمعية العلوم العصبية وراثياً، بخفض مستويات بروتين SIRT٣ في نماذج الفئران من مرض الزهايمر، حيث شهدت الفئران مع مستويات منخفضة من بروتين SIRT٣ معدل وفيات أعلى بكثير ونوبات أكثر عنفا وزيادة وفاة العناصر المشبعة، مقارنة مع الفئران من نموذج مرض الزهايمر القياسية والسيطرة على الفئران. ومع ذلك، فإن الفئران التي لديها مستويات منخفضة من SIRT٣ شهدت نوبات أقل وكانت أقل عرضة للموت عندما تناولوا نظاماً غذائياً غنياً بالكيوتونات، وهو نوع معين من الأحماض الدهنية.. كما زاد النظام الغذائي أيضاً مستويات بروتين SIRT٣ في الفئران.