موضوع ما

الملوخية

الملوخية .. وتسمى أيضاً (الويكة) في بعض مناطقنا ، تعد وجبة غذائية كاملة لوحدها فقط مع العيش .. وحبذا لوكان هذا العيش خبز أسمر أو (كدم) .

الملوخية غنية بالفيتامينات A و B ، والأملاح المعدنية المهمة : الحديد ، الفسفور، الكالسيوم ، البوتاسيوم ، المنجنيز والصوديوم ، وأكثر ما يميز الملوخية عن غيرها من النباتات الورقية أنها لاتفقد مكوناتها الغذائية والصحية بالطهو عن طريق الغسيل .. كما هو الحال بالنسبة لفصائل الخضار الورقية الأخرى .

وكان علماء من المركز القومي للبحوث في مصر أكدوا أن الملوخية تخفف من متاعب الجهاز الهضمي والقولون ، فضلاً عن أنها تقوي القلب والنظر .. وتزيد الفحولة .

نصر صالح
nasrsale7@hotmail.com

إنها تذكار واستثمار:

أجهزة الكمبيوتر القديمة تترجم إلى تاريخ وثروة

بعض الأجهزة تعود لما قبل ربع قرن وتجدها تعمل..

واشنطن / متابعات:

في أول عملية شراء للمجموعة التي يقتنيها سلام اسماعيل قام بتعبئة صندوق سيارته بأجهزة كمبيوتر قديمة عثر عليها في سوق للبضائع الرخيصة المستعملة مقابل خمسة دولارات للقطعة الواحدة. وسرعان ما ملا مرآب سيارته بما يعتبرها الاخرون لا تتعدى كونها خردة قديمة.

وبعد سنوات وضع مجموعته من أجهزة الكمبيوتر القديمة جدا والطابعات والاجزاء الخاصة بها على الرفوف وبشكل فوضوي في مخزن مساحته نحو ١٤٠٠ متر مربع قرب وادي السليكون. وهي معروضات تقدر بمبالغ كبيرة حقا.

حتى وان كانت قوة وسرعة أجهزة الكمبيوتر المستعملة اليوم تجعل الاجهزة القديمة تبدو بلا قيمة فان مجموعة متزايدة من الاشخاص أصبحوا يجمعون أجهزة الكمبيوتر القديمة باعتبارها تذكارات مهمة بل استثمارات لا بأس بها أيضا.

وقال اسماعيل (٣٨ عاما) "هناك اتجاه متزايد بشدة في الاسعار خلال فترة العام أو العام ونصف الماضية... يبدو أنها أصبحت مثل التحف الجديدة بالنسبة للاثرياء. قبل ذلك اقتصر الامر على المهووسين والهواة."

وهو لا يخفي ميوله سرا.. إذ يرتدي قميصا رياضيا أسود مكتوب عليه كلمة "مهووس". وقد أعاد مؤخرا جهاز كمبيوتر ماركة زيروكس عمره نحو ٢٥ عاما للحياة حتى يستخدم كدليل في دعوى قضائية.

أما موضع فخره حقا في مجموعته فهو جهاز من صنع شركة ابل وهو من أقدم أجهزة الكمبيوتر التي بها واجهة برسوم الجرافيك وهو يعود لعام ١٩٨٣. ومثل تلك الاجهزة تباع مقابل أكثر من ١٠ الاف دولار للقطعة.

في حظيرة قديمة في شمال كاليفورنيا بها أيضا خنازير يحتفظ بروس دامر (٤٥ عاما) بمجموعة تشمل جهاز كمبيوتر كبيرا من نوع كراي ١ وجهاز زيروكس التو وهو كمبيوتر صغير قديم جدا ظهر عام ١٩٧٣ ونماذج أولية لاجهزة ابل.

وقال دامر "بالنسبة لي يرجع ولعي بمثل هذه القطع الى أنها تمثل تاريخا حيا.. خاصة اذا ما تمكننا من جعلها تستمر في العمل.. وكون أنها الابتكارات المهمة التي تؤثر على كل حياتنا أكثر من أي شيء اخر هنا في القرن الحادي والعشرين."

وأضاف "مثل هذه القطع تمثل أيضا الطريق الذي لم يسلك بعد عندما نرى التصميمات والواجهات التي يقابلها المستخدم والتي تعتبر نوعا ما أفضل من تلك الموجودة الان.. ولكنها لم تنجح."

ومضى دامر يقول "أعتقد أن زوجتي يمكن أن تنفر نوعا ما من هذا المشروع اذا كان لدينا زائرون يريدون المجيء في عطلات نهاية الاسبوع ولكنها تستهين بصورة كبيرة بهوايتي تلك." ويملك دامر شركة تنتج برامج محاكاة ثلاثية الابعاد لصالح ادارة الطيران والفضاء (ناسا).

يقول ايفان كوبلنتز المقيم في نيوجيرزي ان الحصول على أجهزة الكمبيوتر القديمة يشبه بعض الهوايات الاخرى.

وقال "هناك أوجه شبه كبيرة بين ذلك وبين جمع السيارات القديمة... ما من أحد يقول ان السيارة فورد موديل ٣٤ أفضل من السيارة فورد موديل ٢٠٠٤ فيما يتعلق بالتكنولوجيا التي يمكن الاعتماد عليها.. ولكنها أكثر متعة."

وشأن هذه الهواية شأن الهوايات الاخرى فان المولعين بالتكنولوجيا يتصفحون مواقع الانترنت وموقع اي باي للمزادات على وجه الخصوص للبحث عن عروض كما أنهم يحضرون الاجتماعات التي يجري فيها تبادل المقتنيات والتي تعرض فيها الالات القديمة في بعض الاحيان ويعتمدون على الكلام الذي يسمعونه للحصول على مقتنيات نادرة. بعض المقتنيات تكلف حفنة من الدولارات فقط.. أما النادر منها فيتكلف الالاف.

كما أن الطلب الشخصي يجعل من الصعب على المتاحف الحصول على موديلات بعينها. وقال جون تول المدير التنفيذي لمتحف تاريخ الكمبيوتر في ماونت فيو بكاليفورنيا "الامر صعب.. بعد أن أصبحت الان أكثر قيمة."

يستعرض البعض مجموعاتهم في مواقع للانترنت تذكر كافة التفاصيل مثل اريك كلاين (٤١ عاما) مهندس برامج الكمبيوتر في وادي السليكون في الموقع الذي أسسه على الانترنت.

وقال "حاولت جمع الطوابع والعملات ولم أنجح تماما في الامر لانه بالنسبة لي لا يمكن حقا الشعور بتاريخ تلك الاشياء."

وأهم ما في مجموعته هو جهاز كنباك ١ الذي يعود الى عام ١٩٧١ والذي اشتراه مقابل ٢٥٠٠ دولار قبل عدة سنوات. وهو يقول ان سعره زاد منذ ذلك الحين خمسة أمثال.

وفي ليفرمور يقول اسماعيل ان مقتنياته ال كثيرة للغاية التي تزيد عن الالفي جهاز كمبيوتر والاف الكتب والشاشات وعدد لا حصر له من القطع الالكترونية الصغيرة تقدر بنحو ٥٠٠ ألف دولار. ولكنه يؤكد على أن القيمة الحقيقية تاريخية لا مالية وهو يأمل أن يحول هذا المخزن الفوضوي يوما الى متحف.

دراسة حديثة:

الإجهاد في العمل يسبب ارتفاع ضغط الدم

واشنطن / متابعات:

أفادت دراسة حديثة بأن الإجهاد والتوتر فى العمل، يزيدان من احتمال الإصابة بارتفاع ضغط الدم.

ومن خلال الدراسة التي أجراها باحثون على ٨٩ شخصاً في منتصف العمر تتطلب أعمالهم القيام بجهد بدنى ونفسى كبير، وعدد مماثل لأشخاص يقومون بأعمال غير مجهدة من الناحيتين النفسية أو البدنية، حيث تبين لهم بأن معدل ارتفاع ضغط الدم فى الفئة الأولى كانت أكبر مقارنة بالفئة الثانية التى كانت أقل.

وأشار أليس كلايز الذى قاد فريق البحث، إلى أن الارتفاع فى ضغط الدم قد تكون له مخاطر صحية كثيرة مثل أمراض القلب.

ولادة أول طفل من بويضة وسائل منوي مجمدين

واشنطن / متابعات:

وضعت سيدة في كاليفورنيا أول طفل في أمريكا تم تخصيبه ببويضة تم تجميدها سابقا وسائل منوي مجمد سابقاً، وفقاً للشركة التي تعنى بالخصوبة التي دعمت الدراسة التي شاركت السيدة بها.

تجميد البويضة لتفادي مرض محتمل يعيق حمل المرأة مستقبلاً

وقررت أدريان دوماسين البالغة من العمر ٣٦ عاماً المشاركة في الدراسة بعد أن قيل لها قبل سنتين إنها تعاني من انسداد في قناتي فالوب، وكانت لا تملك المال الكافي لإجراء عملية أطفال الأنابيب.

من جانبها ، أوضحت الدكتورة جين فريدريك – التي أشرفت على تخصيب دوماسين – أن تجميد البويضات يخصص في العادة للنساء اللواتي يعانين من أمراض معينة قد تؤدي بهم إلى العقم، غير أن الطلب تزايد في الآونة الأخيرة من النساء في الثلاثينات من العمر اللواتي يردن إنجاب الأطفال في المستقبل ويخشين عدم قدرتهن على الحمل بالطريقة التقليدية في سن متقدمة.

الصين تنشئ جليدا صناعيا في التبت

بكين / وكالات :

تمكنت الصين من إنشاء جليد صناعي للمرة الأولى في هضبة التبت بعد شهور من تحذير خبراء من مغبة ذوبان أنهار الجليد وحدوث جفاف في هذا الإقليم الواقع في منطقة الهملايا.

وقالت وكالة أنباء الصين الجديدة (شينخوا) إن محطة الأرصاد الجوية في التبت أجرت بنجاح عملية إسقاط ثلوج صناعية في الأسبوع الماضي في شمالي التبت التي ترتفع نحو 4500 متر فوق سطح البحر.

ونقلت الوكالة عن المهندس بمحطة الأرصاد الجوية بالتبت يي تشونغ شي القول إن أول عملية إسقاط صناعي للثلوج تثبت أنه يمكن تغيير المناخ من خلال جهود بشرية في أعلى هضبة في العالم.

وأضاف يي أنه من خلال عملية تكثيف صناعي للثلوج يمكن المساعدة في تخفيف حدة الجفاف في المراعي في شمال التبت.

ويحذر علماء صينيون من أن ارتفاع درجات الحرارة في هضبة كينجهاي التبت سيعمل على ذوبان الأنهار الجليدية وجفاف أنهار صينية رئيسية وعواصف رملية وتصحر.

مركباً في فاكهة التوت البري يمكن أن يفيد:

أدوية السعال قد تسبب تسوس الأسنان

يمكن اضافة مركب التوت البري إلى معجون الأسنان

الرياض / متابعات:

كشفت نتائج دراسة حديثة أن أدوية السعال أو الكحة قد تمثل خطرا على أسنان الأطفال، حيث أن أغلبية هذه الأدوية تحتوي على مواد حمضية من شأنها أن تسبب تسوس الأسنان.

وطبقا لما ورد بمجلة الجزيرة، نصحت الدراسة بضرورة الاهتمام بتعويد الأطفال على تنظيف أسنانهم بالفرشاة مرتين على الأقل يومياً، الأولى في الصباح، والثانية قبل الذهاب إلى النوم، مشيرة إلى أن أحد مخاطر التسوس يأتي من إهمال تنظيف أسنان الطفل بعد تناوله أدوية قبل النوم، وخاصة أدوية السعال والكحة.

وعن الأطعمة الفعالة التى تقاوم تسوس الأنسان، أفاد علماء بأن هناك مركباً في فاكهة التوت البري يدعى "Cran-berries"، يمكن أن يمنع البكتيريا من الالتصاق بالأسنان ويمنع تشكل تجمعات مادة "البليك" المضرة بالأسنان.

وأوضح الباحثون أن الكثير من المنتجات التي تحتوي على التوت البري تحتوي أيضا السكر وأن استهلاك كميات كبيرة منها قد يساعد في تسوس الأسنان.

وأشار الدكتور هيو وان كو من مركز جامعة "روشيستر الطبي" في نيويورك، إلى أن الهدف كان استخلاص الخواص الوقائية للتوت البري وإضافتها إلى معجون الأسنان أو غسول الفم.

واكتشف الباحثون أن التوت البري له خواص تساهم في تخفيف إصابات المجاري البولية التي تسببها أيضا أنواع من البكتيريا الضارة.

ووجد الباحثون أن مركب التوت البري لا يمنع فحسب البكتيريا الجديدة من الالتصاق بالأسنان، بل أنه أيضاً يعيق إنزيمات البكتيريا التي تلعب دوراً أساسياً في تشكل طبقة "البليك".

جوجل تعتزم شراء "دبل كليك" مقابل 3.1 مليار دولار

قيمة الصفقة أعلى بنحو ضعف القيمة التى دفعتها جوجل لـ "يوتيوب"

واشنطن / متابعات:

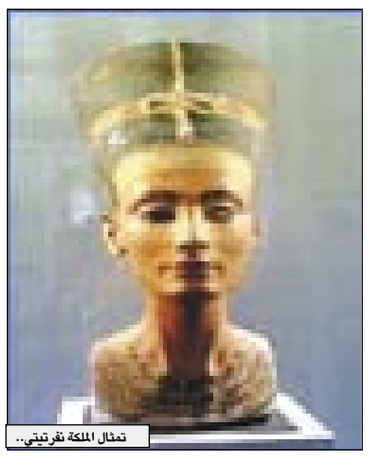
أعلنت شركة "جوجل" موافقتها على شراء شركة "دبل كليك" المتخصصة في بيع البرامج التى تتيح للناشرين مثل "ايه.او.ال" و "نيوز كوب" بعرض الإعلانات عبر مواقعهم الإلكترونية، وتقدر قيمة صفقة الشراء والتى كانت تتنافس عليها "مايكروسوفت" بـ 3.1 مليار دولار نقداً.

ونقلت صحيفة "ذى ميركورى نيوز" عن أريك شميدت الرئيس التنفيذى لـ "جوجل" قوله "إن دبل كليك تحظى بوضع فريد يمكنها من دعم الإعلانات وصناعة الإعلان الخاص بجوجل".

وتعتبر قيمة الصفقة أعلى بنحو ضعف القيمة التى دفعتها جوجل لـ "يوتيوب" فى العام الماضى.

تصرف عجيب غريب:

ألمانيا ترفض السماح لـ «نفرتيتي» بزيارة مصر !!



تمثال الملكة نفرتيتي..

برلين / متابعات:

في تصرف متعسف ينكر علي مصر حقا أصيلا من حقوقها في تمثال رأس الملكة نفرتيتي، ولو باستعارته لمدة محدودة علي الأقل، رفض وزير الثقافة الألمانية بيرند نويمان إعارة التمثال لمصر تحت ذريعة الخوف من تعرضه للتلف خلال عملية النقل.

وقال الوزير - في بيان صحفي - إن تبادل القطع الأثرية بين المتاحف العالمية أمر متعارف عليه، إلا أنه في حالة تمثال الملكة نفرتيتي، فإن خبراء الآثار يخشون تعرضه لأضرار خطيرة، وأكد أحقية ألمانيا في الاحتفاظ بالتمثال، لأنه وصل إلي ألمانيا بطريقة شرعية بالمعايير السائدة آنذاك، وأن الجانب المصري يعلم هذا، ولهذا لم تتقدم مصر بطلب رسمي لاسترداده.

وفي محاولة لتخفيف وقع الصدمة، أعلن مدير المتحف المصري في برلين ديتريتش فليدونج عن مشروع لبناء متحف أوروبي للفنون في مدينة الإسكندرية، وقال: إن هذا المشروع يعد تعبيرا من الدول الأوروبية عن الشكر لمصر التي قدمت للمتاحف الأوروبية قطعا أثرية عديدة على مدى القرنين الماضيين.

تجربة ناجحة في مواجهة التلوث الصوتي:

مدينة سورية تلجأ إلى (صوت فيروز) لمنع ضجيج الباعة المتجولين

صوت فيروز هدأ ضجيج الباعة في طرطوس

دمشق / متابعات:

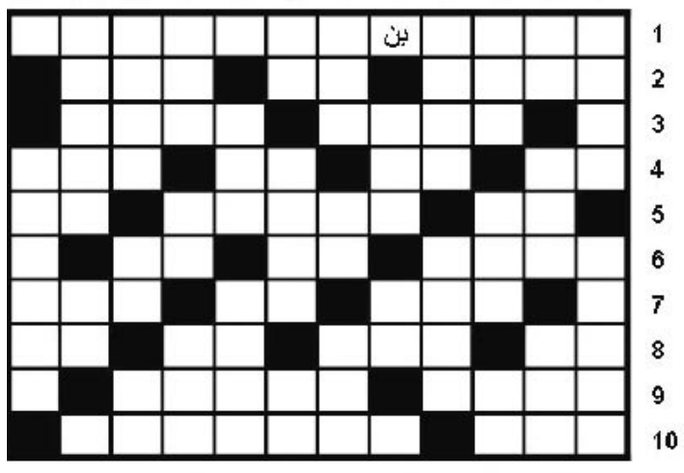
اكتشفت محافظة طرطوس السورية صوت المطربة اللبنانية الكبيرة السيدة فيروز كوسيلة فعالة لخفض الضجيج الذي يتسبب به الباعة الجوالون في أرجاء المحافظة المطلة على البحر الأبيض المتوسط، حيث أعلنت معاونة مدير شؤون البيئة في دمشق المهندسة وديعة خوري انه تم السيطرة على ظاهرة الضجيج في محافظة طرطوس من طريق إجبار الباعة الجوالين على استخدام أشرطة «كاسيت» للمطربة اللبنانية فيروز، بدلاً من الصراخ أو استخدام الأبواق المزعجة.

وبحسب التقرير الذي أعدته الزميلة لينا العبد ونشرته جريدة "الحياة" اللندنية، أكدت خوري فرض أنه سيتم فرض غرامة على من يخالف النظام الجديد، مشيرة الى ان من السهل تطبيقه في مدينة طرطوس الهادئة نسبياً، مقارنة بالعاصمة دمشق.

وكانت دراسة ميدانية تناولت مستويات الضجيج في دمشق أخيراً، أظهرت أن حركة المرور تعد أهم مصدر لها وتشكل 80 في المئة من نسبة الضجيج الخارجي في المدن حيث تزداد مستوياتها بزيادة سرعة وسائط النقل وعددها، علماً أن عدد السيارات التي تعبر معظم شوارع العاصمة السورية يزيد عن 4 آلاف سيارة في الساعة. وتعتبر أصوات الباعة الجوالين أحد مصادر الإزعاج، سواء في دمشق أو المدن السورية الأخرى.

الكلمات المتقاطعة

إعداد / بسمة نصر
basmanasr@maktoob.com



الحلقة رقم (130)

أفقياً:

1- يعتبر من الثلاثة المتقدمين على الشعراء مع امرئ القيس، والنابغة الذبياني(608-520 م ترجيحا) وُلد في نجد وعاش بعد وفاة والده في كنف خاله بشامة بن الغدير في قبيلة غطفان وكان قد تأثر من شعره وعلمه وخلقه وتتلمذ في الشعر كذلك على زوج أمه أوس بن حجر، تميز شعره بالحكمة وكان لا يمدح أحداً إلا بما فيه، وروي أنه كان ينظم القصيدة في شهر وينقحها ويهذبها في سنة ثم يعرضها على الخواص، ثم يذيعها بعد ذلك وكانت تسمى الحوليات، كان أبوه شاعرا وكذلك كانت أختاه سلمى والخنساء وابناه بجير وكعب الذي أدرك الرسول-عليه الصلاة والسلام- ومدحه في قصيدة لامية مشهورة.
2- قناة تربط محيطين – نفي – حربة.
3- هبة هواء لطيف – صانع أدوات خشبية.
4- قهوة – طاعة وإحسان – مضبوط – سنة.
5- مدينة دينية بإيران – من الطيور – للاستدراك بالتمني.
6- حبر – حرف موسيقي – خصر.
7- جريان ماء مطر – ثغر – إزالة.
8- شهر سرياني – غير خطِر – "خربطة"(في التصرف،مثلاً)- برد.
9- من حيوانات استراليا الغريبة – زهرة الرمان.
10- حمد – دولة أوروبية.

رأسياً:

1- عنب مجفف – مدينة كبرى من المغرب العربي.
2- ضمير – فلوس – مصرف.
3- خير وبركة – من أقسى الأحجار الكريمة – كسر.
4- فاشل – بيوت الأهل.
5- أقلام خوص – نفي.
6- وجع – منع – ابن.
7- قهوة – متراصة – نفي.
8- علم قواعد اللغة – مدلول المحتوى.
9- على ظهر الفرس – عبودية – ترفع المبدأ وتنصب الخبر.
10- برّاق – في العروق – حرف موسيقي.
11- مكان للتأمل أو للصلاة – يقين عدل.
12- مدينة أسترالية.

(الحل لاحقاً)

حل الحلقة رقم (19م)