



الكلب يستطيع أن يسمع دقات الساعة وهو على بعد ٤٠ قدم.

إن الزرافة إذا انزلت ووقعت على الأرض مع انفراج سيقانها.. فهي لن تستطيع القيام مرة أخرى ويمكن أن تظل هكذا إلى أن تموت.

الفئران لا تحب رائحة التنعاع.

لسان القط سلاحه دائم فهو مملوء بغدد تفرز سائلاً يصدد جرحه به عدة مرات حتى يلتئم

يبلغ عدد شعيرات الإنسان حوالي ١٢٠ ألف شعرة في الرأس السليم وكلما كان الشعر رقيقاً كان أكثر.

عدد ساعات النوم عند الإنسان البالغ من حوالي ٧ إلى ٨ ساعات يومياً أي أنه يقضي ثلث عمره في النوم.

الرجل العادي يمشي بمعدل ٢٠ ألف خطوة يومياً.

الإنسان يستعمل ٤٤ عضلة عندما يتكلم و ١٣ عضلة عندما يغضب و عضلتين عندما يتبسّم فلا تدخل على تفكك باهتمامه.

إن جسد الإنسان يتغير كل سبع سنوات لتجديد الخلايا

أكبر جزء من فيتامينات الفاكهة يوجد في قشرها ولذلك ينبغي أن تأكلها بقشرها.

عصير الفاكهة وحده يجب تناوله بسرعة فالانتظار يعرض فيتاميناته لأكسدة الهواء كما أن بعض الأنواع تقسّد بسرعة.

روى أحد الباحثين أنه سمع عن طائر قام بتجبير قدمه المكسورة باستخدام عبيدان الحطب.

من خلال تحليل دموع البشر تبين إنها تحتوي على مواد كيميائية مسكّنة للألم يفرضها المخ عندما يبكي الإنسان... فأنصح الجميع، بعدم منع دموعهم وخسبها.. بل اطلقها.. فلتدموع فؤادك..

# عشق التلفزيون في الصغر.. بلادة في الكبر



صورة لاطفال

وقال لاندنيس انه من المرجح ان الاطفال حاليا يشاهدون التلفزيون أكثر من المشاركين في دارسته الذين لم يكن امامهم سوى قناتين للاختيار بينهما في اواخر السبعينيات.

أكثر من ساعتين في مرحلة الطفولة المبكرة كانوا أكثر عرضة لمشاكل الانتباه عندما يكونوا مراهقين صغار . وهؤلاء الذين شاهدوا التلفزيون أكثر من ثلاث ساعات عرضة لمشاكل الانتباه واستخدم الباحثون تقنيات احصائية لراقبة اثار مشاكل الانتباه في الطفولة المبكرة والعوامل الاخرى التي يمكن ان تؤثر في كل من مشاهدة التلفزيون وصعوبات الانتباه في وقت لاحق.

ووجدوا ان مشاهدة التلفزيون في كل من الطفولة المبكرة وفي البلوغ أثرت بشكل مستقل في مخاطر الإصابة بمثل هذه المشاكل في البلوغ.

وقال لاندنيس بالرغم من عدم معرفة السبب فهي تفرز نيلولا على ان هناك علاقة سببية في هذا الاتجاه.

ويشير هو وزملاؤه الى ان الاطفال الذين اعتادوا على مشاهدة مواد تلفزيونية كثيرة جاذبة للانتباه ربما يجدون مواقف معتادة في الحياة مثل الذهاب الى المدرسة امرا مملا. وأضافوا ان زيادة مشاهدة التلفزيون ربما يؤدي الى ضغط الوقت الذي يقضيه الاطفال في القيام بأنشطة اخرى من شأنها العمل على تعزيز مهارات الانتباه والتركيك مثل القراءة او لعب مباريات.

**تيليوورك / متابعات :**

وجد باحثون من نيوزيلندا ان الاطفال الصغار الذين يشاهدون التلفزيون أكثر من ساعتين يوميا تزيد لديهم احتمالات مواجهة مشاكل في الانتباه في مرحلة المراهقة.

وقال كارل اريك لاندنيس من كلية طب دونينين بجامعة اوتاغو والمشر على الدراسة حد الساعتين واضح جدا في حدود معلوماتنا ويتسق مع توصيات الاكاديمية الاميركية لطب الاطفال . وأضاف لا نقول لا تشاهد التلفزيون بل لا تفرط في مشاهدته.

كما اشار لاندنيس في مقابلة الى انه بينما يوجد اعتقاد كبير بأن التلفزيون يمكن ان يساهم في مشاكل الانتباه فلا توجد معلومات تذكر بشأن هذه المسألة . وللتحقق من ذلك درس هو وزملاؤه ١٠٣٧ صبيا وفتاة ولدوا في عامي ١٩٧٢ و ١٩٧٣ وتابعوهم في الفترة العمرية من ٥ الى ١٥ عاما.

وفي المتوسط شاهد الاطفال التلفزيون نحو ساعتين يوميا في فترتهم العمرية من ٥ الى ١١ عاما لكنهم شاهدوا التلفزيون بمعدل ٣,١٢ ساعة على مدار ايام الاسبوع من عمر ١٣ الى ١٥.

ووجد الباحثون ان المشاركين في الدراسة الذين شاهدوا التلفزيون



## النعناع يعالج مشاكل ضعف الابصار



شجرة النعناع

الربو والسعال.

ووفقا لما ذكرته جريدة الراية، تستخدم الدكتور ياسمين بعدم حالات الحساسية لآثاره في قفاصيا، جفاف الفم والشعور بالعطش.

أظهرت نتائج دراسة علمية أن النعناع يساعد على التخلص من آلام المفاصل والروماتيزم كما يحتوي زيتة على ماساتيد الكارفون والليمونين.

وأوضحت الدكتورة ياسمين شاهين استاذة التغذية في النعناع يستخدم في علاج الصداع وآلام الرأس وضعف البصر وفي علاج الاضطرابات الحرارية وتهديئة الاعصاب وكخافض للحرارة، كما أنه يهدئ الدم ويمنع الغثيان ومضاد للتشنجات ويقي الصدر من مشاكل

## طابعة تستقبل رسائل البريد الالكتروني

ارسال اجوبة على الرسائل. ويمكن شراء الطابعة بـ ١٠٠ دولار والاشتراك بخدمة الشركة لمدة عام بـ ١٠٠ اخرى.

ولأجل تشغيل الطابعة توصل بمنفذ مع الشبكة الهاتفية لغرض استقبال البريد الالكتروني، وتوضع فيها خرطوشة الحبر وكمية من الورق، ولدى ارسال الرسائل من الطرف البعيد الآخر يدخل المرسل نحو الموقع الالكتروني لشركة بريستو كي يشغل بنفسه خدمة مستقبل الرسالة.

واضافة الى استقبالها للرسائل النصية، تستطيع الطابعة الشبكية استقبال اعمدة الصحف اليومية ووصفات لأطباق الطعام وعدد من الأحادي والفزورات.

تقدم شركة ( بريستو سيرفيسز) الاميركية خدمات استلام رسائل البريد الالكتروني بواسطة آلة طابعة ملونة ترتبط بشبكة الانترنت ، وقد تمثل هذه الطابعة الشبكية التي لا يوجد معها أي لوحة أزرار او شاشة للعرض، حلا مقبولا لدى السكان المسنين الذين يمكنهم استقبال الرسائل من اولادهم واحفادهم واقاربهم البعيدين وطبيعا لقراءتها، وكذلك استلام الصور.

الان عيب الطابعة التي صممها شركة هيوليت-باكارد للكمبيوتر، خصيصا للشركة والتي يطلق عليها اسم بريستو، هو عدم تكييفتها للمستخدمين



طابعه الرسائل البريدية

### شخصيات خالدة

## يوسف العظمة قائد عسكري سوري



يوسف العظمة عاش في الفترة ما بين (١٨٨٤ - ١٩٢٠ م) وهو قائد عسكري سوري استشهد في مواجهة الجيش الفرنسي الذي قدم لاحتلال سوريا ولبنان حيث كان وزير الحربية للحكومة العربية في سوريا بقيادة الملك فيصل الأول.

هو يوسف بك بن ابراهيم بن عبد الرحمن آل العظمة ، ينتمي إلى عائلة دمشقية عريقة ترجع إلى جددهم الأعلى حسن بك التركماني، ولد في حي الشاغور بدمشق عام ١٨٨٤م ، و تزعرع و تلقى تعليمه الأولي في دمشق، وأكمل دروسه في المدرسة الحربية في إسطنبول وتخرج منها ضابطاً برتبة يوزباشي أركان حرب عام ١٩٠٦م.

وتنقل في الأعمال العسكرية بين دمشق ولبنان والأستانة، وأرسل إلى ألمانيا للتعرف علمياً على الفنون العسكرية، فمكث سنتين، وعاد إلى الأستانة فعين كاتباً للمفوضية العثمانية في مصر.

كان متقنياً متمسكاً بإسلامه، مؤدياً لصلاته، وصادقاً أيام الصوم، ومحافظاً على شعائر الإسلام ، وكان يتكلم العربية والتركية والفرنسية والألمانية ، ولما نشبت الحرب العالمية هرع إلى الجيش متطوعاً، وعين رئيساً لأركان حرب الفرقة العشرين ثم الخامسة والعشرين، وكان مقر هذه الفرقة في بلغاريا ثم في النمسا ثم في رومانيا ، وعاد إلى الأستانة فرافق أنور باشا (ناظر الحربية العثمانية) في رحلته إلى الأناضول وسوريا والعراق، ثم عين رئيساً لأركان حرب الجيش العثماني المرابط في قفقاسيا، فرتبياًساً لأركان حرب الجيش الأول بالأستانة.

ولما وضعت الحرب أوزارها عاد إلى دمشق، فاختاره الأمير فيصل قبل ان يصبح ملكاً مرافقاً له، ثم عينه معتمداً عربياً في بيروت ، فرتبياًساً لأركان الحرب العامة برتبة قائم مقام، في سوريا ، ثم ولي وزارة الحربية سنة ١٩٢٠ بعد إعلان تملك الأمير فيصل بدمشق، فظم جيشاً وطنياً يناهز عدده عشرة آلاف جندي.

عندما بلغه أن الفرنسيين أصبحوا على أبواب دمشق قرر أن يحاربهم حتى لا يسجل التاريخ أنهم دخلوا عاصمة سوريا دون قتال وقال للملك فيصل آنذاك كلمته الشهيرة:

لاسلم الشرف الرفيع من الأذى ... حتى يراق على جوانبه الدم

## قرأت لك



الشاعر/ شاكرا لعبيبي

## جوليانا

داعبت قطة وسمتها ايطاليا ثم درجت أمامها الصوف وسمته العالم داعبت هرتها ذات العينين الشمسيين

## رحلة عروس البقاع



عند عروبة وعالمية

## طبيب الكبار



## اليوم

حدث في مثل هذا اليوم

- ٢٠٠٤/٩/١١ الجبرية الاميركية تقصف بيروت .
- ٢٠٠١/٩/١١ تفجيرات امريكا و تدمير برجى مركز التجارة العالى بطائرات تم اختطافها من داخل امريكا
- ١٩٧٩/٩/١١ إلغاء القذافي المناصب القضائية بلبيبا
- ١٩٧٩/٩/١١ وفاة رئيس تحرير جريدة الاهرام الاسبق علي حمدى الجمال
- ١٩٧٨/٩/١١ محاولة من الثوار لقلب نظام حكم رئيس جمهورية نيكارجوا انستا نيو سوموزا في عدد من دول امريكا اللاتينية عندما دعمت أنظمتها القمعية البالغة القسوة مثل سلطة الدكتاتور "سوموزا" في "نيكاراجوا".
- ١٨٣٠/٩/١١ بداية عدسات التصوير وقد كان عالم الرياضيات رينيه ديكارت أول من وضع عام ١٦٣٧ قوانين الانكسار، فأرسي بذلك علم البصريات الحديثة وعرفت لأول مرة عدسة تصوير المناظر التي ابتكرها الفرنسي شوبالير.
- ١٩٢٣/٩/١١ اعلان الوصاية البريطانية على فلسطين بينما اعلن العرب الحداد .
- ١٩٥٧/٩/١١ سحب موظفى شركة قناة السويس من مقرها فى باريس مما يسبب لمصر مشاكل تقنية فى تسيير الملاحة فى القناة .

## عجائب وغرائب

## بيرة تنفس



يوجد فى نيوزيلاندة بحيرة كبيرة تبلغ مساحتها ثمانين كيلومتراً وعمقها أربعمئة متر . هذه البحيرة ترتفع وتنخفض بنظام آلي كل خمس دقائق فهي تشبه صدر إنسان يتنفس بقوة .

## الأنهار الصغار

من بين الأنهار الصغار نهرين بين البصرة والأهوار قيل أنه يرتفع بعض الأوقات ثم ينقطع ثمانى سنين ولا يعرف عنه أحد شئ .. ونهر في اليمن عند طلوع الشمس يجرى من الشرق للغرب وعند غروبها يجرى من الغرب للشرق .

## الجبال الطبيعية

إن جبل المقدس جبل شريف فنار تضيء فى الليل وتزورها الناس ويوجد جبل بالشام لونه أسود كالخمر ورماده أبيض يبش الثياب وجبل سمرقند يقطر منه ماء فى الصيف يصير جليداً فى الشتاء وجبل الطور إذا حفرت أرضه يخرج حجارة كصورة الأميين .

## أسوأ البراكين

هو بركان فيزوف ويقع جنوب نابولي بإيطاليا وهو على هيئة خرطوم يصل ارتفاعه إلى ١٣٠٠ متراً تقريبا ومحيط قاعدته ٤ كيلومتر . . يبلغ قطر فوهته حوالي ٤ كيلومترات وأشهر ثوراتها التي حدثت عام ٧٩٦ م واستمرت الحمم اللمتهية تقذف المدن حولها ثلاثة أيام حتى أفتت مدن ياكملها .. ثم ثورته عام ١٦٢١ أى بعد أسوأ ثوراتها الأولى بحوالي ١٥٠٠ عام ليقتل هذه المرة ما يزيد على ١٨ ألف شخص

## أضحك .. تضحك الدنيا بك

## عجوز

عجوز في محو الأمية.... سألتها المدرسة: أظننا جملة فيها إغغام بغثة؟ قالت: عمن يعميك .

## مقاطعة

اعداد / اشواق صالح

١٦ ١١ ١٠ ٩ ٨ ٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

١ - عاصمة عربية •

٩- من أعضاء الوجة (معكوسة)

٢ - منطقة لبنانية - من العملات

١٠- من الخضروات - قريب •

١١- الظبي الأبيض - عملة البايان - حرف أبجدي

١٢- مفرد أصنام - عكس نهار

- أسم علم مذكر •

١١- حرف أبجدي - قوي •

١٢- دول - رقاد •

## عموديا

١- إمارة عربية - شال •

٢- وطواط - عقيدة - محافظة يمنية •

٣- مضارع دمر

- حرف أبجدي

- تراب •

٤- ارتفاع البحر

- شهر ميلادي •

٥- وطواط

- متشابهاً - عكس

أخره •

٦- ممثلة مصرية

٧- أبو البشر

- ضيء •

٨- حمضيات

١- شاعر من حكماء الجاهلية ودعاتها أحد أصحاب (المجمهرات) قتله النعمان بن المنذر في يوم بؤسه •

٢- كرم - من الألوان - للاستفهام •

٣- أحرف متشابهه •

٤- جواب - مخلص •

٥- كفاء - صوت الجرس

- من جبال عدن •

٦- مفتى يسير - غير مطبوخ

٧- شهر ميلادي - بلد عربي

شمال افرقيا •

٨- أحرف متشابهه - نادر •

٩- نصف (هدية) - يترق

- مذيع •

١٠- لأعب مانشتتر يونانيد الانجليزي - من مخلوقات الله •