

فيتامين «د» يحمي الأطفال من السكري

وأظهرت دراسات حديثة أن مرض السكري من النوع الأول منتشر في دول لا يتعرض مواطنوها إلى أشعة الشمس بشكل كاف، مشيرة إلى أن الطفل الذي يعيش في دولة مثل فنلندا معرض للإصابة بالمرض 400 مرة أكثر من طفل يقيم في فنزويلا.

إلى ذلك، قالت الدكتورة فكتوريا من جمعية السكري الخيرية في بريطانيا أن هناك حاجة لإجراء المزيد من الأبحاث للتأكد من أن هناك علاقة أكيدة بين فيتامين D والسكري من النوع الأول.

ويشار إلى أن السكري من النوع الأول هو الأكثر انتشاراً بين الأشخاص من ذوى الأصول الأوروبية، كما أن هناك حوالي مليوني شخص من أوروبا وشمال أمريكا مصابون بالمرض.

تندن / متابعة :
ذكرت دراسة أن إعطاء الأطفال فيتامين «د» يمكن أن يقلص احتمال إصابتهم بالسكري من النوع الأول عندما يكبرون.

وبينت دراسة حديثة أن تناول الأطفال للادوية التي تحتوي على هذا الفيتامين يمكن أن يخفف معدل إصابتهم بالمرض بنسبة 30 بالمائة مقارنة بنظرانهم الذين لا يأخذونها.

وقالت هيئة الأذاعة البريطانية، بي بي سي، إن فريقاً طبيياً من مانشستر اطلع على خمس دراسات حول تأثير الفيتامين على الصحة حيث تبين له أنه كلما كانت الجرعة أكبر و تناولها، أي الفيتامين، منتظماً كان احتمال الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني أقل.



مدن عربية وعالمية

تقع سلسلة جبال أكاكوس في المنطقة المتعارف على تسميتها بالهلال الليبي النجدي، وهي تمتد من الجزائر غرباً إلى شمال النيجر شرقاً مروراً بالجنوب الليبي، وهذه الجبال تتكون في غالبيتها من صخور بركانية صماء شديدة الصلابة تتخللها أحياناً كتبان رملية. وهي سلسلة جبال في الجنوب قعم شام يصل ارتفاع بعضها إلى 5000 قدم بالإضافة إلى أكثر من 1300 كهف تحمل في داخلها رسومات يتراوح تاريخها من 12000 سنة قبل الميلاد إلى 100 عام بعد الميلاد. وبقيت هذه المنطقة ولفترة طويلة من الزمن مجهولة للعالم الخارجي وتقتصر زيارتها على بعض المغتربات العلمية الأجنبية والمحلية، وهذا يرجع إلى أن المنطقة نائية وبعيدة عن التجمعات السكانية، وتقع ضمن نطاق صحراوي جاف، بالإضافة إلى وعورة الطرق التي تؤدي إليها.

أما حالياً فقد أصبح الوضع متيسراً لزيارتها، ففي ظل دعم الدولة لقطاع السياحة في ليبيا أصبح هناك العديد من الشركات السياحية المتميزة التي تقدم خدماتها للسياح والباحثين الراغبين في سير أعوار ومعالم هذه المنطقة من الجنوب الليبي. وهذه الشركات توفر كل ما تحتاجه الرحلات الصحراوية من تجهيزات سواء من سيارات ذات الدفع الرباعي، أو إقامة وتجهيز المخيمات بكل التجهيزات المطلوبة وفي أماكن بعيدة داخل الصحراء.

وتعتبر ليبيا مكاناً واعداً في مجال السياحة بمختلف أنواعها لاسيما السياحة الصحراوية حيث أن أغلب السياح القادمين إليها لم يسبق وأن قدموا لهذه المناطق الصحراوية، رغم أنهم زاروا عدة بلدان مجاورة ولعدة مرات.

إن جبال أكاكوس تتضمن نقوشاً ومعالم تاريخية

أكاكوس درة الصحراء الليبية الفريدة



624م: أرسطو أوناسيس.
1978م: بدء الغزو الإسرائيلي للموسم للبنان برًا وبحرًا وجواً.
1983م: عشرة آلاف قتيل مذابح أسام في الهند.
1990م: خروج القوات السوفيتية من المجر.
1922م: إعلان استقلال مصر بعد تصريح 28 فبراير.

624م: غزوة بدر.
1916م: إمبراطورية النمسا ومملكة المجر تعلنان الحرب ضد البرتغال.
1946م: فرنسا تطلق سلاح الذخيرة الجزائري فراحات عباس.
1963م: إنشاء الخط الساخن بين موسكو وواشنطن.
1975م: وفاة الملياردير اليوناني

أبل تطلق أصغر كومبيوتر محمول في العالم

وتدويرها، أو تصغيرها، وتكبير صفحات الإنترنت في برنامج Safari.

تتوى إطلاق جهاز Mac Book Air، والذي يعتبر أصغر جهاز كمبيوتر محمول في العالم، في أسواق منطقة الشرق الأوسط.

وذكرت مصادر إخبارية إماراتية أن جهاز Mac Book Air ذابح سماكته 16.0 إنشاً عند أنحف نقطة فيه، بينما تبلغ أقصى سماكته له 0.75 إنشاً، أي أقل من سماكة أنحف نقطة في أجهزة الكمبيوتر المحمولة من العلامات التجارية المنافسة.

يتميز بشاشة عرض قياسها 13.3 إنشاً، بالإضافة إلى أنها مزودة بإضاءة خلفية بتقنية "الديود المشع" وكذلك لوحة تعقب مميزة تسمى تاتش التي تتيح مما يسهل تصفح الصور



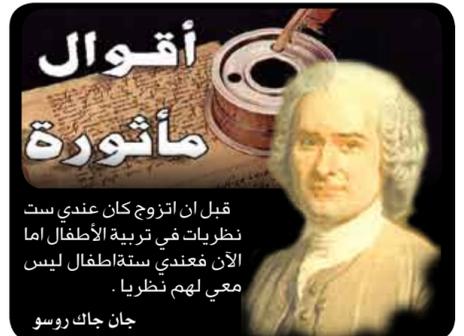
وذكرت المصادر أن الجهاز الجديد يضم لوحة مفاتيح بالحجم الطبيعي بتصميم أنيق محمية بغلاف من الألمنيوم لمزيد من التحمل، وتتميز لوحة



أول حادث مروري بعد 70 عاماً قيادة

بعد 70 عاماً من قيادة سيارات دون أي حوادث ارتكبت البريطانية شيلا تومسون وهي في عاها الخامس بعد المئة أول حادث مروري أسفر عن أضرار مادية فحسب بعد أن احتكت بسيارة

متوقفة، وأعربت الأرملة العجوز لصديقة (ديلي ميل) الصادرة أمس عن أسفها للحادث الذي أطاح بسجلها النظيف وأرجعت سبب الحادث إلى ضيق الشارع. وترجمت العجوز على أيام زمان وقالت تنتشر الإشارات والمنحنيات والدوائر المرورية وعندما نتاح لك الفرصة للضغط على دواسة البنزين



قبل ان تزوج كان عندي ست نظريات في تربية الأطفال اما الآن فعندي ستة أطفال ليس معي لهم نظرية.

جان جاك روسو

ورغم المجاعة في وطني

أشتهى أن أكون بلا قديمين

لكي لا أغادر هذي الضفاف

وأن لا أكون بكفٍ وخمسٍ أصابع

كي لا أوقع صك اعتراف

بمن قتل العاشقين وعطل هذا الزفاف.



الشاعر الفلسطيني مازن دويكات بعيد القفاف

خلال منصبه هذا من أجل تحسين بيئة الاستثمار في المملكة العربية السعودية. ولد عمرو الدباغ عام 1966م، وحصل على شهادة البكالوريوس في إدارة الأعمال من جامعة الملك عبد العزيز بجدة، ثم التحق ببرامج إدارية متقدمة في كلية الأعمال بجامعة هارفارد وجامعة وارثون وكلية جون كينيدي للشؤون الحكومية بجامعة هارفارد، وكلية لندن للأعمال، وجامعة الشرق الأوسط، عضو سابق في منظمة رؤساء الأعمال التنفيذيين الأمريكية (VPPO) ورئيسها السابق في السعودية والبحرين، عضو سابق في المجلس الاستشاري للمؤسسة الإسلامية لتنمية القطاع الخاص، وعضو مجلس إدارة سابق في كل من: الغرفة التجارية العربية الفرنسية، ومجموعة صافولا بالمملكة العربية السعودية.

كما شغل سابقاً منصب نائب رئيس مجموعة المحافظة على الحياة الغذائية في تيرانا، ويشغل منصب نائب رئيس مجلس الأمناء لصندوق المنوية بالرياض وهو الصندوق الذي يهتم بدعم الشباب السعودي وتقييم أفكارهم ورشادهم لكيفية تحويل هذه الأفكار إلى أعمال ناجحة، وهو عضو بمنتدى صاحب السمو الملكي أمير ويلز للقادة الأعمال في المملكة المتحدة، ورئيس مجلس إدارة مؤسسة ستارز الخيرية المسجلة في المملكة المتحدة، والتي تهدف لمساعدة الأطفال



عمرو الدباغ ركض لجذب الاستثمارات الأجنبية

أقولوا للحرامي احلف - قالوا لحرامي : احلف. وأفراحه.



دولة جنوب أفريقيا تحتل المرتبة الأولى في العالم في إنتاج الذهب والمركز الثالث في الألماس، الخامس في الفحم، السابع في النيبيذ والنيكل، الثامن في الرصاص والفضة، التاسع في الأغنام والحديد، الرابع عشر في الفضة والنحاس، الخامس عشر في قصب السكر، السابع عشر في الزنك، التاسع عشر في الأبقار.

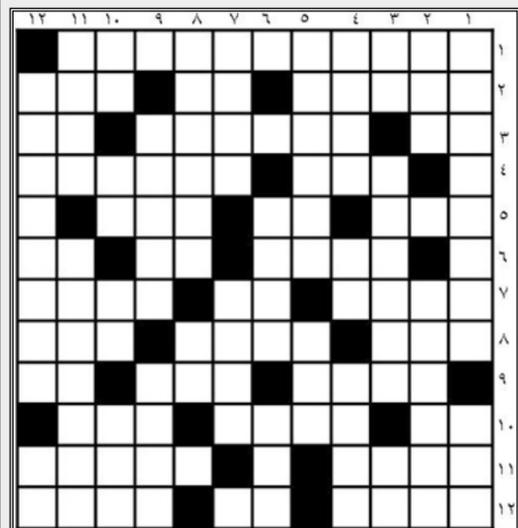
دولة روسيا تحتل المرتبة الأولى في العالم في الشعير والبطاطا والغاز الطبيعي واحتياط الغاز الطبيعي. وتحتل المركز الثاني في الأخشاب، الثالث في الخنازير والفحم والبتترول، الرابع في القمح والحبوب والأغنام والنحاس والألماس والصفوف، الخامس في الأبقار والذهب، والسادس في الحديد، والسابع في الفضة والنحاس، الخامس عشر في قصب السكر، السابع عشر في الزنك، التاسع عشر في الأبقار.

استراليا تحتل المركز الأول في العالم في البوكسيت والأغنام والرصاص والزنك والصفوف، الثاني في الحديد، الثالث في الذهب، الرابع في الفضة والأورانيوم، الخامس في النيكل، السادس في الفحم والنحاس، السابع في القصدير، الثامن في الليثيوم، التاسع في القمح وقصب السكر والقطن، العاشر في الأبقار، الحادي عشر في الشعير والنيبيذ واحتياط الغاز الطبيعي، السادس عشر في الحبوب، السابع عشر في الغاز الطبيعي.

كلمات

أفقياً:
1- دولة أفريقية تقع في المحيط الأطلسي اكتشفها البرتغالي ديغوموس عام 1460 م ويحده أستوتونها البرتغال وجلبوا إليها العبيد حيث لم تكن مسكونة في ذلك التاريخ نالت استقلالها عام 1975 م وتولى أريستيد بريرا رئاسة البلاد.
2- عاصمة عربية - سنم - صغير الفأر.
3- متشابهان - دولة عظمى - جواب.
4- أحرف متشابهة - بلد أوروبي.
5- يتبع النهار - شلف - من أنواع السمك.
6- مفرد منابر - حرف انجليزي (معكوسة) - في البيضاء.
7- حيوان برمائي - للذئب - من المعادن.
8- أسد - عتيق - يتبع.
9- من مدن وادي حضرموت - أحد أبناء نوح عليه السلام - عملة.
10- عمر - تنتجه دودة القز - محافظة يمنية.
11- مفرد علماء - مطربة مصرية.
12- بقايا الجمر - يابسة - جمع نافذ.

عمودياً:
1- كنية العباس عم النبي صلى الله عليه وسلم - ثمن.
2- مالا فائدة فيه من الكلام - بلد آسيوي.
3- جواب - من سور القرآن الكريم - للثقي.



تعال تتصارع ونرى من الأقوى!