

## الكرز يخفف من سمّة البطن

**□ أن يور / متابعات :**  
قال باحثون أميركيون إن الكعكة المحشوة بمسحوق الكرز قد تساعد على التخلص من طيات الشحوم المتركبة في منطقة البطن. وتبين من الدراسة التي أجراها الباحثون في مختبر أبحاث حماية القلب في ميشيغن أن جرذان المختبر التي قدمت إليها كعكة بداخلها خليط من مسحوق الكرز وأطعمة غنية بالدهون لم تسمن في منطقة البطن على عكس نظراتها التي قدمت إليها أطعمة غنية بالدهون. كما أظهرت الدراسة أن الفئران التي تناولت مسحوق الكرز لم تسمن في منطقة البطن



إعداد / إبتسام العسيري

## مدن عربية وعالمية

ميامي هي مدينة كبرى تقع في جنوب شرق ولاية فلوريدا في الولايات المتحدة الأمريكية ، وتكنى بـ (مدينة السحر) .  
تعتبر ثاني أكبر مدينة في فلوريدا (بعد مدينة جاكسونفيل) حيث تبلغ مساحتها 139.86 كيلومترا مربعا. وهي أكبر مدن مقاطعة ميامي ديد. عدد سكانها 382894 نسمة (عام 2005). تعتبر ميامي مركزا اقتصاديا وثقافيا هاما في المنطقة. وهي الولاية الأقرب إلى اميركا الجنوبية الناطقة بـ غالبية اللغة الإسبانية ، وعبر مطارها تتم غالبية الرحلات إلى اميركا الجنوبية، إذ يعتبر صلة الوصل بينها وبين اميركا الشمالية، لذلك فإن اللغة الإسبانية هي المسيطرة، فلا عجب أن اللغات بالغة الإسبانية تسبق تلك التي تكتب بالانجليزية. ومطار ميامي الدولي، لا يبعد أكثر من نصف ساعة عن وسط المدينة.  
في عام 1925 أسست هذه المنطقة تحت اسم ، المدينة الإسبانية، وابتدتها بألوانها الزاهية شيدت ما بين عام 1920 و1940. ومنذ تأسيسها وهذه المنطقة النابضة بالحركة والحياة، تستقطب غالبية زوار ميامي .  
تعتبر منطقة مدينة جروف ، المحاذية لمنطقة الساحل الشهيرة، أحد أبرز معالم ميامي . إضافة إلى منطقتي شمال وشرق الساحل . وتعرف ميامي بالأسلوب الهندسي ، الذي عرف ببساطته وخطوطه المستقيمة وسام ما بين عام 1940 و1960. وفي ميامي توجد الكثير من المسابح العامة منتشرة

## ميامي ثاني أكبر مدينة في فلوريدا



في مناطق عدة منها ميامي بيتش، وساوث بيتش. ومياه ميامي فيروزية ساحرة، تزيناها بخوت كثيرة غيرها يمكن الاستمتاع بمعالم ميامي من وسط المياه وأبرز هذه المعالم ما سيلفكك جزيرة السمكة ، وهي عبارة عن جزيرة شبه استوائية أشبه بمنتجع يضم عددا من أجمل الفيلات المميّزة ذات سلطوح من القرميد والمتعششة وسط الأشجار ويمكن بلوغها فقط بواسطة المركب، كما يوجد في الجزيرة فندق. وطبيعة ميامي ساحرة تملؤها النباتات والحيوانات وتحمم بين حدائقها الاستوائية الفراشات الاستوائية والطيور الملونة الجميلة من بجاوات وغيرها. وتمتد منطقة التسوق التي تعرف بـ District Fas - ion، ما بين الجادة السابعة في الشمال الغربي وجادة ميامي ، والخيار واسع بسبب تعدد المحلات التي ترضي مختلف الأذواق الرجالية والنسائية. ومن التسوق إلى الترفيه والتسليّة، وإن اللغة الإسبانية مكانة في ميامي، نظرا لقربها من اميركا الجنوبية الناطقة بـ غالبية بلدها بالإسبانية، كما أن الجالية الكوبية في ميامي كبيرة، لذلك إسبانيا حاضرة في قلب «ساوث بيتش» من خلال منطقة طريق إسبانية ، وتتخذ هذه المنطقة - المخصصة بغالبيةها للمشاة - طابع من البحر المتوسط من خلال ابنتها الملونة. وهي المكان الأمثل للمرح والتسليّة وقضاء أمسيات متنوعة، نظرا لانتشار العديد من المقاهي والمطاعم والمحال التجارية في أرجائها. وقد شكلت هذه المنطقة المعقل الترفيهي الأول في «ميامي بيتش» .

## حدث في مثل هذا اليوم

- 1992 □ هبوط طائرة ياسر عرفات اضطراريا في صحراء ليبيا إثر عاصفة رملية والعثور عليه بعد 12 ساعة.
- 1957 □ اضطرابات في الاردن بسبب خلافات ملكها حسين مع رئيس وزرائه النابلسي تنتهي بأقالة النابلسي و توجة الاسطول السادس الامريكى الى شرق البحر الابيض المتوسط
- 1948 □ مذبحه دير ياسين
- 1931 □ وفاة جبران خليل جبران.
- 1957 □ إعادة افتتاح قناة السويس بعد انتهاء عدوان 1956.
- 1973 □ اغتيال الشاعر والمناضل الفلسطيني كمال ناصر ورفاقه، أطلق الصهاينة على فمه عشر رصاصات ليستكت للأبد
- 1985 □ تشكيل أول حكومة مدنية في باكستان برئاسة محمد خالد كوينجو

## هل تعلم؟

□ الغوبيا هو الخوف المرضي المصاحب بالقلق ويكون الخوف عادة من اشيء عادية لا تثير خوف الآخرين مثل الخوف من الاماكن الضيقة او العالية وكذلك الخوف من الموت او من المرض.

□ تعتبر مدينة لاسا عاصمة التبت هي اعلى مدينة في العالم

□ البيزو: هو وحدة العملة المستعملة في جمهوريتي الارجننتين واورغواي.

□ انتهى الحفر في ترعة الابراهيمية وهي تخرج من النيل من امام قناطر اسيوط وتخرق اراضي محافظات اسيوط والمنيا وبي سيوف وعند مدينة دبروط يخرج منها بحر يوسف.

□ ابولون: هو احد آلهة اليونان القديمة وهو اجمل الالهة وكان آله الشعر والموسيقى والنور وكل الفنون الجميلة.

□ المارك الالمانى: هو احد اقوى العملات في العالم وبالإضافة الى ألمانيا فإن هناك دولة اخرى تسمى عملتها المارك وهي فنلندا من دول شمال أوروبا.

## عشرة آلاف فم تصرخ خلف القضبان:

هل من يسمع أو يدافع ظلّم الإنسان عن الإنسان؟؟؟

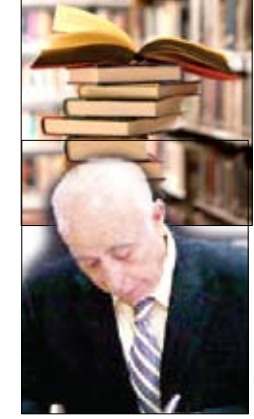
حصارٌ وحصارٌ..

ماذا بعد إذا انهار البنيان؟ لا حاجز بعد الآن..

ولا جدران.. ولا سجنٌ.. ولا سجانٌ.

التي كان يستحقها من دون جدال. وفي عام 1944 ، حذر روميل هتلر بأن المانيا في خطر ويجب عليها إنهاء الحرب وعدم التوسع، ولكن هتلر لم يعر له ولغيره اي اهتمام. احسن روميل بنهاية المانيا وهو يقاتل في شمال افريقيا، فانهارت قواه شيئا فشيئا، وبدأ يحارب تحت قاعده (اخلاهما مر) وهو على يقين بأنه ان انتصر المعركة فلن تنتصر المانيا الحرب. في خريف عام 1944، اكتشف هتلر ان روميل كان يتآمر ضده، فأرسله لجنرالين يخيرونه اما الانتحار وضمان سلامة أسرته في المقابل، او المحاكمة الصارمة وعلان الخيانة العظمى، فاختار الجنرال ان يتجرع السم وان يضمن سلامة أسرته في 14 اكتوبر من نفس العام.

## قراأتك



الشاعر الفلسطيني / صلاح أحمد في المهدي حصار

اباه حال بينه وبينها برفضه الشديد، مما جعله يدخل المجال العسكري عام 1910 . حارب في الجناح الغربي خلال الحرب العالمية الأولى، وقد وصل الى رتبة ملازم، ونال وسام الصليب الحديدي عام 1915 . بقي في المجال العسكري بعد الحرب العالمية الأولى، ولكن في مجال التدريس العسكري. قام بتأليف عدة كتب تناقش خطط عسكرية حربية في قمة الدهاء، مما نالت اعجاب أوليف هتلر الذي امر في نهاية الامر تعيين روميل لقيادة الجيش في النمسا وتشيكوسلوفاكيا. كان جيشه من اسرع الجيوش حركة على مر التاريخ، بفضل حنكته ودهائه تمكن من اجتياح فرنسا عام 1940 ، وبالتالي تم تنصيبه برتبة جنرال

## علاج حساسية الحليب عند الأطفال

**□ واشطن / متابعات :**  
أظهرت دراسة أمريكية أن تقديم مسحوق الحليب بكميات قليلة وبشكل تدريجي، قد يسهم في علاج أو التخفيف من الأعراض عند الحالات المصابة بحساسية الحليب بين الأطفال .

وكان باحثون من جامعة جون هوبكنز الأمريكية أجروا دراسة شملت أحد عشر طفلا، تراوحت أعمارهم ما بين 6 و17 عاماً، جميعهم يعانون من أعراض حساسية لدى تناولهم مادة الحليب. وتضمنت الدراسة اختبار خمسة من الأطفال، ليقدّم إليهم مسحوق الحليب بجرعات تتزايد بشكل تدريجي، بدأت بأقل من 0.03 غم، وانتهت بنحو 0.3 غم، الأمر الذي استغرق بضعة أشهر. كما تمكن كل منهم أخيراً من تناول كميات أكبر من مسحوق الحليب لاحقاً، والتي تراوح مقدارها ما بين 2.5 و6.22 غم تقريباً. أما بقية الأطفال والبالغ عددهم ستة، فقد قدم إليهم مسحوق متباين في الطعم والشكل، إلا أنه يخلو من مادة الحليب.

وقام الباحثون وبعد مضي ستة أشهر بتقديم منتجات الحليب لجميع الأطفال المشاركين، مع مراعاة توفير البيئة العلاجية المناسبة في الوقت نفسه، وذلك لضمان التعامل مع أعراض الحساسية في حال حدوثها عند أي من الحالات .

وبحسب نتائج الدراسة فقد تمكن الأطفال الخمسة، من تحمل تناول جرعات منتظمة من منتجات الحليب، بعد انقضاء الأشهر الستة، مع إظهار أعراض تحسسية بسيطة، كاضطراب المعدة أو التحسس الجلدي الحلي الشري، وذلك مقارنة مع الأطفال الستة الآخرين الذين لم تحتمل أسسدهم تلك الأطعمة.

وطبقا للنتائج؛ فعلى الرغم من أن الأجسام المضادة، والتي ترتبط

قد يخفى على البعض هذا الاسم، ولكنه بالتأكيد لا يخفى على مسعري الحروب واصحاب الخطط العسكرية الحربية. لكل امه خالد . وقد كان روميل خالد ألمانيا.. لكل أمة داهية، وقد كان مغلا داهية ألمانيا العسكرية.. على الرغم من انه عقلية فذة في المناورات العسكرية، إلا انه لم يأخذ حقه الاعلامي في هذا العصر نظرا لولائه للنازية بقيادة (أوليف هتلر) ، في حين انه من المعروف ان روميل لم يكن يؤمن بالنازية، ولكن كانت طاعته العمياء لهتلر انما هي حبا وتقديرا لألمانيا بغض النظر عن قيادتها. ولد روميل (تعلب الصحراء) في المانيا في الخامس عشر من نوفمبر عام 1891. أراد ان يدخل مجال الهندسة، لكن

## شخصيات خالدة



روميل ثعلب الصحراء

## فتاة جميلة

رأى أحدهم فتاة جميلة فوق الباص فأعجب بها .. وعندما نزل من الباص أخذ رقم الباص !!

## عجائب وغرائب

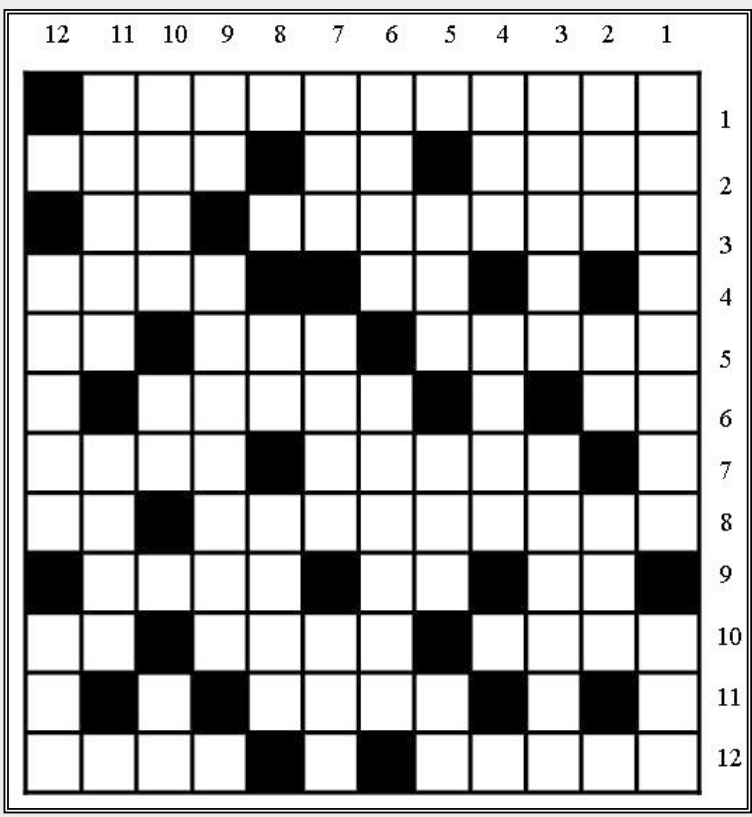
### صينية في الـ (94) حامل!!



عجوز صينية في الـ 94 من عمرها أجرت عملية جراحية لإخراج جنينها في مستشفى فينتاي في بكين. العجوز خضعت للعملية وكان جنينها يبلغ 40 سم طولاً و 2.2 كلجم وزناً .



إذا أتتك مذمتي من ناقص فهي الشهادة لي بأني كامل المنتبهي



### كلمات متقاطعة

اعداد / اشواق صالح

**المريض**

- 1- فلكي انكليزي اخترع طريقة لرسم الخرائط الجغرافية وضع أطلسا للنجوم في السماء
- 2- عملة - كتمان - المرأة الناعمة الملمس
- 3- من مقامات الموسيقى العربية - حرف
- 4- ارتفاع البحر - رجاءات
- 5- عقائد - غير - إله
- 6- ستم - كافر ورد اسمه في القرآن الكريم
- 7- الصوت الرجالي الحاد - من أشهر الإتحاد السوفيتي (سابقا)
- 8- معجم في اللغة ألفه ابن منظور - حرف

**جر**

- 9- متشابهان - حرف جر - شجاع
- 10- عاصمة بنما - صوت النمل - قط
- 11- عائد
- 12- عاصمة أوروبية - من الحشرات الضارة

**عموديا**

- 1- مخترع التلفون - مدخل
- 2- وادي في جهنم - أرشد - حبس
- 3- نادي كرة قدم فرنسي - من أشهر الأثار الإسلامية في الهند
- 4- شخصية كرتونية شهيرة - صوت

حل العدد الماضي



أحبك يا صديقي العزيز