

## نكهة القهوة هي التي تزيل التعب لا شربها



وقالت إنه بعد تحليل عينة من أمغمة هذه القوارض تبين لهم أن رائحة القهوة زادت نشاط جينات أساسية لديها وساعدت على تقوية الخلايا المسؤولة عن البقاء في أجسامها وقلصت حدة توترها.

وقال البروفيسور يوشينوري ماسو، الذي أعد الدراسة في تسوكوبا باليابان، إنه عندما يشرب الناس القهوة للبقاء يقظين طوال الليل فإن رائحة القهوة يمكن أن تخفف من حدة الضغط الذي يشعرون به والناتج عن الحرمان من النوم.

وأضاف إنه من الأفضل لنا شم رائحة القهوة بدل شربها، وإذا كانت هناك أطعمة أخرى تعطي النتيجة نفسها فيتعين إجراء دراسة حولها.

**ندن / مباحثات :**  
قال باحثون إن نكهة القهوة لا تناول كوب من هذه المادة المنبهة في الصباح هو الذي يزيل التعب ويبعث على الانتعاش خصوصاً بعد قضاء ليلة من دون الاستمتاع بقسط كافٍ من النوم.

وذكرت مصادر أن الباحثين اليابانيين يعتقدون أن نكهة القهوة تخفف الأثر الذي تتركه قلة النوم على الدماغ.

وأضافت الباحثين في تسوكوبا في اليابان حرماً ما 16 جرد مختبر من النوم لاربعة وعشرين ساعة ووضعهم في قفص مليء بحوالي سنتيمترين من الماء ثم عرضوا نصفهم إلى رائحة قهوة محمصة.



إعداد / إنشام العسيري

## حلم الوحدة النقدية الخليجية يقترب من التحقق

**دي / مباحثات :**  
وقد كان قد حذر في وقت سابق الأسبوع الماضي من أن الأسعار المرتفعة أدت إلى خلافات بشأن طرح العملة.

وقال الشيخ عبد الله بن سعود آل ثاني محافظ بنك قطر المركزي بعد اجتماع الاثنين الماضي أن عام 2010 سيكون موعد تأسيس المجلس النقدي أو هيئة نقدية لدول مجلس التعاون الخليجي.

وقال السعودي أن محافظي البنوك المركزية ووزراء المالية سيعقدون اجتماعاً مشتركاً في جدة بالسعودية في سبتمبر للقاء نظرة أخيرة على الاتفاق.

وقال سالم القضيعة مدير دائرة الوحدة النقدية بأمانة مجلس التعاون الخليجي ان حكوم دول الخليج العربية من المنتظر ان يوقعوا الاتفاق في اجتماعهم في نوفمبر/تشرين الثاني.

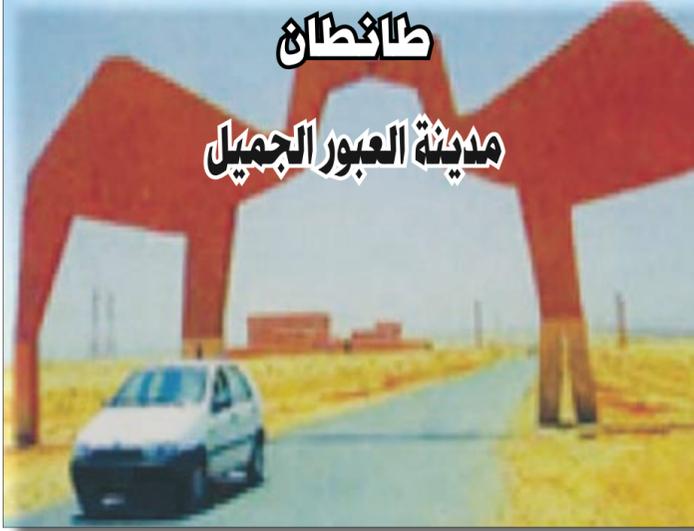
ويضم المجلس كذلك الامارات والكويت وقطر والبحرين وعمان وكات عمان قد قالت انها لن تنضم للوحدة النقدية.

وأعلنت دول الخليج هذا العام دفعة جديدة لمشروع الوحدة النقدية في مواجهة ضغوط متزايدة على عملاتها المربوطة بالدولار.

الرجال والتلال الرملية والنقوش الصخرية. موسم طائطان استطاع أن يعطي لهذه الأخيرة شهرة عالمية مكنه من أن يتحول إلى تراث شفوي إنساني من خلال منظمه اليونيسكو والذي يستقبل شخصيات ووفوداً عربية وعالمية من مختلف القارات وفي مجال الفن والمسرح والسينما والرياضة والثقافة.

ظلت مدينة طائطان منطقة للتبادل الحر إلى حدود استرجاع الاقاليم الصحراوية إلى المغرب سنة 1975 حيث تحولت المدينة إلى ثكنة عسكرية وتقلص إشعاعها ليحل محله نشاط الصيد البحري. وتنقسم مدينة طائطان إلى جزأين النواة القديمة وهي طائطان والمدينة الساحلية الجديدة وتعرف بالوطية وتبعد عن المدينة العتيقة بحوالي 25 كلم وتنامت هذه المدينة موازاة مع تشييد الميناء، حيث مكن إشعاع هذا الأخير من جلب عدد كبير من المستثمرين خاصة في قطاع الصيد البحري الشيء الذي أدى إلى تركز الأنشطة على الشريط الساحلي.

أما المدينة العتيقة فتستقبل عددا مهما من المهاجرين الذين يشتغلون في أنشطة الميناء في حين أن المدينة الجديدة الساحلية أصبحت تشكل نواة الجلب والاستقطاب والنشاط الاقتصادية الجهوي. وقد عرفت المدينتان نمواً كل واحدة مستقلة عن الأخرى. وتساهم المدينة الساحلية الوطنية ومينائها المتخصص في نشاط الصيد البحري وكذا المنشآت الصناعية التحويلية للأسماك بتفعيل النشاط الاقتصادي وخلق فرص جديدة للتشغيل وبالتالي جلب تيارات هجرية مهمة ومع ذلك تبقى مدينة طائطان المركز الرئيسي للإقليم.



طائطان مدينة العبور الجميل

### صلاة الروح

قليل من الحزن يكفي  
إذا اشتعلت قدماي  
بماء المسافة

أو عمدتني المنافي  
خشوع المصلين  
من قامة في المدى  
طوحتها اندلاعاتها  
لست أخفي

تزوجي إلى ضفة تتدلى  
عليها حقول المغنن  
أو يتدنى الردي

**قرأت لك**

**الشاعر البحريني / علي الجلاوي**

المعلمة الجديدة مهمة تعليمها الكلام، بوضعها يديها على فمها أثناء حديثها للنس بقفة طريقة تأليف الكلمات باللسان والشفهين.

وانقضت فترة طويلة قبل أن يصبح باستطاعة أحد أن يفهم الأصوات التي كانت هيلين تصدرها.

لم يكن الصوت مفهوماً للجميع في البداية، فبدأت هيلين صراخها من أجل تحسين النطق واللفظ، وأخذت تجه نفسها بإعادة الكلمات والجلل طوال ساعات مستخدمة أصابعها لانقائها اهتزازات خنجره الممرسة وحركة لسانها وشفهيتها وتعبير وجهها أثناء الحديث.

وتحسن لفظها وازداد وضوحاً عاماً بعد عام في ما بعد من أعظم الهلجات الفردية في تاريخ تربية وتأهيل المعوقين.

ولقد أتقنت هيلين الكتابة وكان خطها جميلاً مرتباً، ثم التحقت هيلين بمعهد كامبردج لللغويات، وكانت الأنسة سولييفان ترافقها وتجلس بفرطها في الصف لتتلقى لها المحاضرات التي كانت تلقى وأمكنها أن تتخرج من الجامعة عام 1904م حاصلة على بكالوريوس علوم في سن الرابعة والعشرين.

ذاعت شهرة هيلين كيلر فحارت تنهال عليها الطلبات للقاء المحاضرات وكتابة المقالات في الصحف والمجلات. بعد تخرجها من الجامعة عزمت هيلين على تركس كل جهودها للعمل من أجل المكفوفين، وشاركت في التعليم وكتابة الكتب ومحاولة مساعدة هؤلاء المعاقين قدر الإمكان.

حصلت أن على إبن وتفويض من العائلة لنقل هيلين إلى بيت صغير في حديقة المنزل بعيداً عن العائلة لتعلم اللغة المبللة بطريقة جديدة فبدأت التواصل معها عن طريق كتابة الحروف في كفتها وتعليمها الاحساس بالأشياء عن طريق الكف، فكان سكب الماء على يدها يدل عن الماء وهكذا بدأت التعلم ومعرفة الأشياء الأخرى الموجودة حولها ومن بينها لغتها الأصمبة.

في سنة 1890 عرفت هيلين بقصة الفتاة الترويجية راغنييل كاتا التي كانت هي أيضاً صماء وكبما لكنها تعلمت الكلام، فكانت القصة مصدر الهام لها فطلبت من معلمتها تعليمها الكلام وشرعت أن بذلك مستعينة بمنهج تالوما عن طريق لمس شفاه الآخرين وخناجرهم عند الحديث وطباعة الحرف على كفتها، لاحقاً تعلمت هيلين طريقة برايل للقراءة فاستطاعت القراءة من خلالها ليس فقط باللغة الانجليزية ولكن بالألمانية واللاتينية والفرنسية والهولندية.

بعد مرور عام تعلمت هيلين تسجاعة كلمة، واستطاعت كذلك دراسة الجغرافيا بواسطة خرائط صنعت على أرض الحديقة كما درست علم النبات.

وفي سن العاشرة تعلمت هيلين قراءة الأجدية الخاصة بالمكفوفين وأصبح بإمكانها الاتصال بالأخرين عن طريقها.

ثم في مرحلة ثلثة أخذت سولييفان تلميذتها إلى معلمة قديرة تدعى (سارافور) لتعلم رئيسية (مهجد هوارس مان) للصح في بوسطن وبدأت معها علاقة استمرت 49 سنة.

### شخصيات كالتة

**هيلين كيلر**

إحدى رموز الإرادة الإنسانية

### عجائب وغرائب

**شركة إيرانية تهدد بطرد موظفيها غير المتزوجين!**

هددت شركة حكومية إيرانية كبرى موظفيها غير المتزوجين بإتهاء عقود عملهم ما لم يتزوجوا في غضون ثلاثة شهور.

وذكرت صحيفة كهبان المحافظة إن هيئة اقتصادية في جنوب البلاد طلبت من موظفيها العازبين الزواج، بينما قالت صحيفة اعتماد إن: الشركة هي المنطقة الاقتصادية الخاصة للطاقة في بارس، التي تضم منشآت بتروكيميائية إيرانية على الخليج.

وأشارت الصحيفة إلى أن بيان الشركة جاء فيه: إن بعض زملائنا لم يكملوا لألس التزاماتهم وما زالوا عازبين.. لذلك نعلن للمرة الأخيرة أن كل الزملاء الذكور والإناث لديهم مهلة تنتهي في 21 سبتمبر لينجزوا الواجب الأخلاقي والديني الذي يمثله الزواج.

### أول كمبيوتر للمسنين وبدون فأرة

قامت شركة إيطالية بتصنيع كمبيوتر يعمل باللمس ويدمج الشاشة والمعالج الإلكتروني ولوحة المفاتيح والفأرة في كيان واحد لملامهة ذوي الإحتياجات الخاصة كالمسنين. ويبلغ حجم شاشة الكمبيوتر 19 بوصة، كما نجد داخله برمجة مركبة مسبقاً تدعى «الدي» (Eldy). هذه بعض المزايا التي يتمتع بها أول كمبيوتر في العالم صمم لراحة المسنين الذين يجدون صعوبة في التعامل السلس مع الكمبيوتر.

بعد الانتشار الواسع الخناق للبرمجة المجانية المسماة «الدي»، التي أنتجتها إيطاليا وجذبت إليها إلى الآن 150 ألف مستعمل، ها نحن أمام أول كمبيوتر مصمم للتناصب مع هذه البرمجة بصور مثالية.

يدعى الكمبيوتر الجديد «الدي بي سي» (Eldy PC)، وعنوانه الإلكتروني الإلكتروني [www.eldypc.it](http://www.eldypc.it)، وتحتوي شاشته على مجموعة من أجهزة الاستشعار إضافة إلى معالج إلكتروني من الجيل الأخير ونظام التشغيل «ويندوز اكس بي» (أو نظام التشغيل لاينكس المسمى يونبتو Ubuntu) لتكتمل على السبابة لتشغيل جميع الوظائف المعلوماتية المتوافرة ومنها زيارة الشبكة العنكبوتية وتصفح البريد الإلكتروني.

### أول كمبيوتر للمسنين وبدون فأرة

**رازيات**

الدهر هبّه بهبّه  
والدهر غالب ومغلوب  
من ينهب اليوم تبّه  
يدكر الصبح منهوب

عبد الكريم الراجحي

### أقوال مأثورة

اجتهد دائماً أن تحافظ على تلك الشعرة الإلهية التي تضئء القلوب وهي الضمير.

جورج واشنطن

### كلمات

أقيا

- 1- مؤلف سرياني لكاتب أسطوري مجهول فيه سرد دقيق وأمين للأحداث التاريخية بين 131 ق.م و540 بعد الميلاد.
- 2- مدينة جزائرية - يابسة.
- 3- سئم - حبس - رجاءات.
- 4- دولة عظمى - قيد (معكوسة).
- 5- نور فعة ومكانة - عوام - أحد الأبويين.
- 6- للاستفهام - يتبع الليل - نبي ورد ذكره في القرآن الكريم 4مرات.
- 7- عتاب - فقد عقلة - هضبة واسعة وسط شبه الجزيرة الهندية.
- 8- شهر ميلادي - من الزهور العطرية.
- 9- عمر (معكوسة) - كروم - أحرف مكررة.
- 10- جاء بعضها في أثر بعض - نظيف.
- 11- حرف تمني متعلق بالمستحيل - حرف انجليزي - قاعدة محافظة ساقوا العليا في فرنسا.
- 12- كلمة رومية الأصل وردت في القرآن الكريم تعني الميزان.

عموديا

- 1- من رؤساء النمسا انتخب عام 1992م.
- 2- أقارب - أكبر معبد في العالم - من الثمار.

حل العدد الماضي

### مقاطعة

أقيا

- 3- متشابهان - أحد الوالدين - عملة أذربيجان.
- 4- من الزهور العطرية - يشتم.
- 5- من الأدوات الحادة المستخدمة في القتال - رحل - شهيد.
- 6- شهر سرياني - قديم.
- 7- خاصته - ماضي يكبر - حرف نصب.
- 8- أحرف مكررة - من الخضروات.
- 9- حطم - والي - أسم إشارة.
- 10- للتعريف - عملة - من أسماء الذئب.
- 11- من أهم المدن الإسبانية - من أعظم الدول قديماً من أشهر ملوكها كسرى.
- 12- نقيض الخير - عاصمة أوغندا - بحر.

### كلمات

أقيا

- 1- مؤلف سرياني لكاتب أسطوري مجهول فيه سرد دقيق وأمين للأحداث التاريخية بين 131 ق.م و540 بعد الميلاد.
- 2- مدينة جزائرية - يابسة.
- 3- سئم - حبس - رجاءات.
- 4- دولة عظمى - قيد (معكوسة).
- 5- نور فعة ومكانة - عوام - أحد الأبويين.
- 6- للاستفهام - يتبع الليل - نبي ورد ذكره في القرآن الكريم 4مرات.
- 7- عتاب - فقد عقلة - هضبة واسعة وسط شبه الجزيرة الهندية.
- 8- شهر ميلادي - من الزهور العطرية.
- 9- عمر (معكوسة) - كروم - أحرف مكررة.
- 10- جاء بعضها في أثر بعض - نظيف.
- 11- حرف تمني متعلق بالمستحيل - حرف انجليزي - قاعدة محافظة ساقوا العليا في فرنسا.
- 12- كلمة رومية الأصل وردت في القرآن الكريم تعني الميزان.

عموديا

- 1- من رؤساء النمسا انتخب عام 1992م.
- 2- أقارب - أكبر معبد في العالم - من الثمار.

حل العدد الماضي

### كلمات

أقيا

- 1- مؤلف سرياني لكاتب أسطوري مجهول فيه سرد دقيق وأمين للأحداث التاريخية بين 131 ق.م و540 بعد الميلاد.
- 2- مدينة جزائرية - يابسة.
- 3- سئم - حبس - رجاءات.
- 4- دولة عظمى - قيد (معكوسة).
- 5- نور فعة ومكانة - عوام - أحد الأبويين.
- 6- للاستفهام - يتبع الليل - نبي ورد ذكره في القرآن الكريم 4مرات.
- 7- عتاب - فقد عقلة - هضبة واسعة وسط شبه الجزيرة الهندية.
- 8- شهر ميلادي - من الزهور العطرية.
- 9- عمر (معكوسة) - كروم - أحرف مكررة.
- 10- جاء بعضها في أثر بعض - نظيف.
- 11- حرف تمني متعلق بالمستحيل - حرف انجليزي - قاعدة محافظة ساقوا العليا في فرنسا.
- 12- كلمة رومية الأصل وردت في القرآن الكريم تعني الميزان.

عموديا

- 1- من رؤساء النمسا انتخب عام 1992م.
- 2- أقارب - أكبر معبد في العالم - من الثمار.

حل العدد الماضي