

« شخبط شخابيط » تحفظ تركيزك



بالخريشة تذكروا 7.5 أسماء مقابل 5.8 أسماء للذين لم يخربشوا.

وأوضحت الأستاذة جاكى اندراد «إذا كان شخص ما يقوم بمهمة مضجرة مثل الاستماع إلى محادثة هاتفية لا قيمة لها، فإنه يمكن أن يسرح. وهذا يؤدي إلى تشتيت انتباهه وتدني مستوى أدائه».

وأضافت «إن تكليفه بمهمة بسيطة مثل الخريشة، يمكن أن يكفي لمنعه من الاستغراق في أحلام اليقظة، وذلك دون أن يؤثر ذلك على مهمته الرئيسية».

وأكدت أن «هذه الدراسة تشير إلى أن الخريشة يمكن أن تكون في حياتنا اليومية، شيئاً نقوم به لمساعدتنا على أداء مهمة بشكل أفضل بدلاً من أن يكون تسليلاً لا جدوى منها يجب الامتناع عنها».

تساعد الخريشة التي عادة ما تصنف بوصفها فوضى، في الواقع على تقوية الانتباه وعلى حفظ النصوص أو الخطب بشكل أفضل، بحسب ما بينت دراسة أجراها باحثون من جامعة بلانيتو البريطانية.

وطلب من متطوعين أن يخربشوا أي شيء مع الاستماع إلى رسالة هاتفية رتيبة، فكانت النتيجة أنهم تذكروا التفاصيل بنسبة 29 بالمئة أكثر من متطوعين لم يكلفوا بالخريشة.

وطلب المسؤولون عن الدراسة من 40 مشاركاً الاستماع إلى رسالة لمدة دقيقتين ونصف دقيقة وهي تضم العديد من أسماء الأماكن والأشخاص مع تكليف نصفهم بالقيام بخريشات في الأثناء. ومع انتهاء التوقيت تبين أن هؤلاء الذين قاموا



إعداد / إنشام العسيري

قترأتك



موت لا نهائي

تعبرون كالعاس الليلي / السماء

فيستجبل العمر / سكر

بهديه لشبابيكنا المظر

ليغري العاصفير بالفناء

ونهود العذارى بالطرب

تعبرون وقت الجسد

تعلقون البشارات / ثم

من مسامات الوقت



الشاعر

فوزي غزلان



إيفيان

« () »

المناجر الفخمة التي تزخر واجهاتها بأحدث صيحات الموضة على اختلاف أنواعها. ومن الزيارات النادرة لأماكن المدينة لا بد من زيارة Le Jardin d'eau de pré curieux التي تقع بين المدينة وبلدة Publier وقد أنجزت في عام 2002 وتعد من أكبر الحدائق من نوعها في العالم، حيث لا يمكن الوصول إليها إلا عبر

المتاجر الفخمة التي تزخر واجهاتها بأحدث صيحات الموضة على اختلاف أنواعها. ومن الزيارات النادرة لأماكن المدينة لا بد من زيارة Le Jardin d'eau de pré curieux التي تقع بين المدينة وبلدة Publier وقد أنجزت في عام 2002 وتعد من أكبر الحدائق من نوعها في العالم، حيث لا يمكن الوصول إليها إلا عبر

محللون : أوبك ستخفض صادراتها خلال خمس سنوات

وقال روي ميسون المسؤول بالشركة «انه أكبر انخفاض في خمس سنوات... لكن معدل الخفض ليس مذهلاً».

وفي الأسبوع الماضي قدر ميسون أن أوبك التزمت بالتحفيض بنسب ما بين 60 و70 بالمئة. وأورد محللون آخرون نسباً أعلى للالتزام. فأظهرت بيانات

شركة بترولوجيستكس ومقرها جنيف في وقت سابق هذا الأسبوع أن المنظمة من المتوقع أن تلتزم بالخفض بنسبة 89 بالمئة في فبراير. وبدأت أوبك المسؤولة عن ضخ ثلث النفط العالمي خفض امداداتها في سبتمبر أيلول الماضي لدعم أسعار الخام التي انخفضت إلى نحو 45 دولاراً للبرميل من مستواها القياسي البالغ 147.27 دولار العام الماضي.



تندون / مآبيعات :

قالت شركة استشارية ترصد شحنات النفط المستقبلية أن صادرات دول أوبك المنقولة بحراً باستثناء أنجولا ستتنخفض إلى أدنى مستوياتها في خمس سنوات في أربعة أسابيع حتى 14 مارس آذار. وقالت شركة أوپيل ومفومت الاستشارية في أحدث تقديراتها الأسبوعية ان الصادرات

من المنظمة ستبلغ في المتوسط 22.76 مليون برميل يومياً بانخفاض 400 ألف برميل يومياً عن 23.16 مليون برميل يومياً في أربعة أسابيع حتى 14 فبراير شباط. وتراجع الامدادات مع تنفيذ أوبك لتخفيضات في الانتاج قدرها 4.2 مليون برميل يومياً. وقالت الشركة ان المنظمة التزمت بالتحفيضات بنسبة ما بين 65 و75 بالمئة.

سياحة

الجميع، ربما، يعرفون أن مياه Evian المعدنية، فرنسية الأصل والنشا، وأنها تأتي مباشرة من منطقة الألب الفرنسية. لكن، ربما، ليس كثيرون من يعرفون أن الاسم الموضوع على زجاجة المياه الشهيرة ينطبق على اسم المدينة التي يوجد فيها نبع المياه نفسه، التي تسمى Evian-les-Bains وتقع على الطرف الفرنسي من بحيرة لي مان الشهيرة التي تتقاسمها فرنسا وسويسرا مناصفة، وهي من أشهر الأماكن السياحية في العالم، لا فيها من مناظر ساحرة خاصة في وقتي الصباح الباكر والغروب، إضافة إلى مناخها الجميل في أشهر الصيف كما في أشهر الشتاء اللطيف.

المدينة الصغيرة والشهيرة في الوقت نفسه، ليست قديمة العهد، كما بعض المدن الفرنسية والأوروبية، فتاريخها المعروف، يعود إلى وقت الثورة الفرنسية، أما اكتشاف نبعها وتصنيع المياه فلم تعرفه المدينة سوى في عام 1823 حين قرر السيد Fauconnet تأسيس جمعية لاستفادة من مياه النبع اللطيفة جداً للصحة، حين دعا عائلة Cachat مالكة النبع إلى الاستغفار في هذه التجارة التي غدت فيما بعد من مصدر الثروة الحقيقي والأكبر للمدينة. فتمت في يقول من أهل المدينة أنه لولا النبع لما ولدت المدينة، فالفضل يعود إلى هذه الزجاجة البلاستيكية التي نقلت الاسم إلى كل بقاع العالم تقريبا.

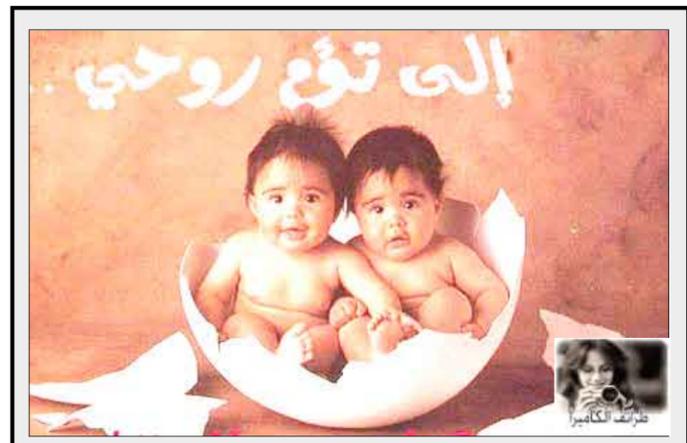


رجل صيني يحمل 45 كيلوغراماً في جفنيه



قام الصيني سونغ تاو بحمل أكثر من 45 كيلو غراماً من الماء بواسطة جفنيه، وذلك بربط حبال من جفنيه إلى الثقل الذي يريد أن يرفعه ويمجدد اغلاق عينيه إلى المراقف له.

قام الصيني سونغ تاو بحمل أكثر من 45 كيلو غراماً من الماء بواسطة جفنيه، وذلك بربط حبال من جفنيه إلى الثقل الذي يريد أن يرفعه ويمجدد اغلاق عينيه إلى المراقف له.



إلى تنوع روحي

إلى تنوع روحي



أقوال مأثورة

إن أكبر فخر للمرأة .. وأعظم لجدتها : إنما هو كسبها أنوثتها .. وأن الأنوثة: عطف .. حب .. حنان .. ومحبة للكون .. ولكل جميل له .. كامل فيه .. (مي زيادة)

رسالة عجيبة

أحد الأزواج أعطى لزوجته رسالة وقال: أنا مسافر إحتفظي هذه الرسالة حتى عودتي بعد عام .. مرت الأيام سريعاً ومرت 9 أشهر على رحيل الزوج قررت الزوجة قراءة الرسالة ففتحتها وقرأت نصها وتعجبت فقد كتب على الورقة: يا ..؟؟ فتحتي الرسالة!



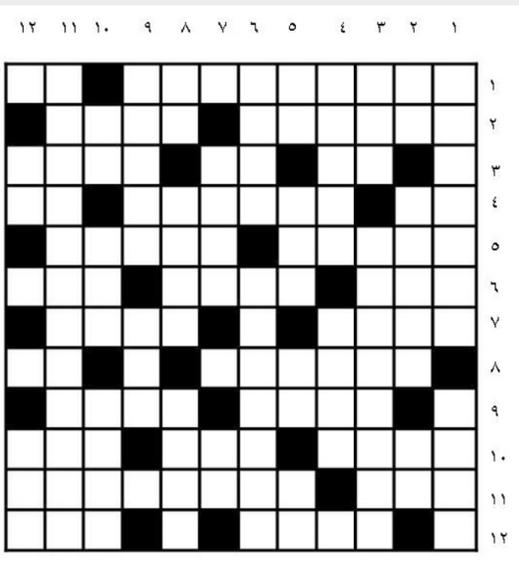
كلمات متقاطعة

أقرباً:

- 1- مخترع ثري سويدي اخترع الديناميت سنة 1866م أوصى بتخصيص ربع ممتلكاته لتمويل خمس جوائز سنوية تمنح للاكتشافات والاختراعات الأكثر أهمية في مجالات الفيزياء والكيمياء والطب وأكثر الأعمال الأدبية تميزاً وأكثر الأعمال فعالية لصالح السلام الدولي، بدأ منح هذه الجائزة عام 1901م وفي عام 1998م بلغت قيمة كل جائزة نحو 950'000 دولار أمريكي - من حركات البحر.
- 2- عاصمة انغولا - جمع قيد.
- 3- خذع واطمع (مكسرة) - في العروق - خلاف.
- 4- مركز الحزب الديمقراطي الأمريكي في واشنطن أثرت حولة فضيحة تجسس سياسي في انتخابات الرئاسة لمصلحة الجمهوريين ما اضطر الرئيس نيكسون إلى الاستقالة عام 1974م - جمع.
- 5- إلهة الصيد عند الرومان - ملك تدمر وزوج زونوبيا هزم الفرس عينة غاليناس قائد الشرق الأعلى عام 262م اغتيل في حصن عام 268م.
- 6- جمعية زراعية في محافظة لحج - عاصمة مملكة سبأ - جمال.
- 7- زهر عطري - من غزوات النبي صلى الله عليه وسلم.
- 8- جاء بعضها في أثر بعض - والدة.
- 9- طرب الصوت - مفادرة.
- 10- مطروق - شك - حرف أجدي.
- 11- ضمير المتكلم - أحرف مكسرة.
- 12- جزيرة يمنية - من الفنون التشكيلية.

عمودياً:

- 1- صلاة السيخ - من الثمار.
- 2- لتني - عاصمة عربية - حرف جر.



حديث الكاميرا

تعلق وتصوير / على الدرب : الطريق الرئيسي في حي الزيتون بمدينة الروضة والطرق المتفرعة منه تكثرت فيه الحفر والتشققات والمساحات الترابية التي يتضرر منها السكان والسيارات وتضوه المنظر العام لذا نتمنى أن تلتفت الجهات المعنية إلى هذه الطرقات والشوارع في هذا الحي وتعمل مشكورة على إعادة ترميمها وصيانتها.



باختصار

صنعاء السعودية بمناسبة أزمة المياه التي تعانيها في اليمن عامة، وفي عدن خاصة، رأينا في أكثر من موقف أطفالاً صغاراً يعثون بالماء أمام أولياء أمورهم من دون أن يجدا ردعاً أو نصحاً أو رشداً للعلل التي يقومون به. وفي الحقيقة أن كثيراً من مناهجنا المدرسية في أكثر من مادة تتناول قضية المياه من منظور ديني وتربوي واقتصادي وتدعو للتلاميذ إلى ضرورة التعامل مع الماء باعتباره عصب الحياة. لكن هذا العمل النبيل الذي يقوم به رسل العلم لا يمكن أن يكتب له النجاح إذا لم يجد له صدى لدى أفراد الأسرة خصوصاً من الكبار الذين تقع على عاتقهم ضرورة التعامل الإيجابي مع المنهج الدراسي والمعلمين في ضرورة الحفاظ على المياه وعدم العبث بها. وقبل أن توجه اليوم إلى الجهة المسؤولة عن توفير المياه إلى منازلنا - ويغضب اليوم في محله - لا بد لنا جميعاً أن نسمع إلى ترشيد وتعتين استخدامنا للمياه ونزرع ذلك في نفوس أبنائنا ثقافة مكتسبة منذ الصغر. حينها فقط سنتمكن أننا جزء مهم وفعال في توفير المياه والحفاظ عليها ليس لأجلنا فقط، بل لأجيال القادمة.