

قوا ذاكرتكم بعصير العنب الأحمر



تندن / مناجيات :
أكدت دراسة أجراها علماء بقسم علم النفس في جامعة سينسيناتي أن عصير العنب الأحمر لديه القدرة على تقوية الذاكرة إذ أظهر فعالية في تقليص فقدانها.
وذكرت صحيفة "دايلي ميل" البريطانية أن الدراسة شملت 12 شخصاً بين الـ75 و80 من العمر يعانون من بداية فقدان الذاكرة واثبتت أن أداء من شربوا نوعية جيدة من عصير العنب الأحمر طوال 12 أسبوعاً تحسن عند القيام بسلسلة من الاختبارات العقلية.
ورجح العلماء أن المواد المضادة للتأكسد الموجودة في قشرة وعصير العنب هي التي تفيد الذاكرة، وعمد العلماء إلى تقسيم الأشخاص الـ12 إلى مجموعتين: الأولى



إعداد / إنشام العسيري



الشاعر / ناظم حكمت

طفلة ميتة
هذي أنا
الطفلة الصغيرة
منذ الغسق اطرقها الأبواب
وعندما لا تسمعون طرقتي
أصبح في وجوهكم وهنث
لكنه عالمكم

لا وجه للأموال فيه مطلقاً



حديقة تمان جواندا باندونغ بأندونيسيا

الوصول لشلالات ماريابا ومزة ود بلوحات إرشادية للدلالة على المكان والطريق مع لوحات عند كل نقطة مثل الكهوف تبين معلومات عن الكهف وتاريخ إنشائه. الحديقة تمنح الشعور بالوحدة والتمتع بالمناظر المحيطة والمصاحبة لأجواء

مدن ومعالم عالمية

حديقة جميلة تقع شمالي باندونغ بمنطقة داغو باكار DAGO PAKAR وتعرف عند الكثيرين بأسماء مختلفة مثل تمان جواندا بالإضافة لأسماء المتداول بين أهل باندونغ حيث يسمونها اختصاراً بـ تاهورا. تقع الحديقة عن وسط باندونغ قرابة العشر دقائق بالسيارة وقرابة الدقيقتين بالسيارة من فندق الشيراتون الواقع بنفس المنطقة - داغو باكار - وهي واد كبير إلى من منطقة ليمبانغ وتجرى مياهه مع هذا الوادي وقد أقيمت عليه منشآت تابعة لمصلحة المياه والكهرباء باندونغ فهو بالتالي يعتبر خزان مياه للمدينة.
افتتحت الحديقة بتاريخ 1/14 / 1985 على عهد الرئيس الراحل سوهارتو وهو الذي أمر بإنشائها لتكون متنزهاً طبيعياً لسكان باندونغ وأيضاً كمركز أبحاث حيث تحتوي الحديقة على أنواع من الأشجار التي تم جلبها من دول أخرى وتتكون الحديقة من حوالي 40 فصيلة (عائلة) من الأشجار وفصائل أخرى النباتات وبذلك تعتبر حمية طبيعية خاضعة لإشراف إدارة الغابات فرع باندونغ الذي يقوم بتسجيلها وصيانتها.
توجد بالحديقة الكهوف اليابانية التي أنشئت عام 1942 ميلادي أثناء الحرب العالمية الثانية لأغراض دفاعية أثناء حصارهم للقوات الهولندية المتواجدة

روبوت يحلب الأبقار

قزطية / مناجيات :
اختفت الصورة التقليدية للمزارع الذي يحلب بقراته في إحدى بلدات مقاطعة قزطية، ليحل محلها الروبوت "الإنسان الآلي"، في تقنية هي الأولى من نوعها في إقليم الأندلس بجنوب إسبانيا.
وتعتمد تقنية الحلب الجديدة، التي يتمتع بها فرانيسكو مورينو صاحب المزرعة الواقعة في بلدة بيدرووتشي، على استخدام ماكينة مبرمجة، تزيد من إنتاج الأبقار وتقوم بعمل اختبار دقيق لحليها.
وقال مورينو إن ماكينة الحلب، التي تصل تكلفتها 200 ألف يورو،



تحتوي على قسمين، الأول عبارة عن ممر مبرمج ويه أسطوانات محفزة لجذب البقرة نحو خراطيم الحلب، أما القسم الآخر فيحتوي على مكعبات من الغذاء، ولا تصل



ثعبان في كندا ابتلع نفسه عن طريق الخطأ

وقع ثعبان في ورطة غريبة وذلك عندما قام بابتلاع نفسه عن طريق الخطأ الثعبان ابتلع جزءاً من الذيل ولم يتمكن من تحرير رأسه بعد انخراص أنيابه في الذيل ولكن بعد المساعدة في العيادة البيطرية تم إخراج الذيل من رأس الثعبان الغبي الذي كاد يموت بسبب جهله. وكان حظ الثعبان جيداً لأن الذيل لم يصل إلى معدة الثعبان والا كان أحدث بها أضراراً خطيرة وصاحب هذا الثعبان هو مواطن كندي يهوى تربية الثعابين.



أوسكار وايلد

أقوال
سامح دائماً
أعداءك.. فلا
شيء يضيقهم
أكثر من ذلك.

تساقط أوراق الخريف
واحد يسأل صاحبه: لماذا الورق يسقط في الخريف؟ أجابه: لأنه لم يدرس طوال الصيف!



كلمات متقاطعة

إعداد / اشواق صالح ناجي

أفقياً

- الاتفاقية العامة للتعريفات الجمركية والتجارية تأسست فعليا عام 1948م من أجل وضع قواعد عامة وثابتة للتجارة الدولية والعمل على تخفيض التعريفات الجمركية وتبسيطها ومنع رفعها مرة أخرى وفي 1 يناير 1995م أصبحت منظمة WTO منظمة رسمية باسم منظمة التجارة العالمية.
- صوت الجرس - حرف أبجدي.
- بلد عربي - متحسر.
- اله الشمس عند المصريين القدماء - اله موسيقية - وكالة أنباء عربية.
- حين - أحرف مكررة - اسم إشارة.
- من سور القران الكريم - بحر.
- يقترب - أداة حصر.
- ضمير - مطلب ومقصد - عقل.
- حرف موسيقي - صوت الضفدع.
- تحالف ألماني إيطالي 1936م انظم اليه حلفاء الدولتين في الحرب العالمية الثانية - عاصمة عربية.
- أهم أنهر أفريقيا الغربية - إشارة أوام.
- جمال - أخو الأم - فاصل.

عمودياً :

- مخترع الكلمات المتقاطعة عام 1913م - ضمير.

حداثة الكاميرا

تصوير وتعليق / علي الدرب:

حي الفتح في مديرية التواهي مثله مثل كثير من أحياء محافظة عدن المنسية التي لم يتم حتى الآن سفلتها طرقاتها والاهتمام بشوارعها والمرات فيها حيث تنتشر فيها الحفريات والتعرجات خصوصاً طرقاتها الترابية إضافة إلى إنعدام الإنارة في شوارعها لذا يتمنى الجميع أن يتم قريباً الاهتمام به وسفلتها الطريق العام وتبليط مراته وانارة ته.



خداعة تصويرية.. هذا الرجل لا يمتطي دراجة حقيقية إنما مجرد لوحة أرضية



©14OCTOBER



باختصار
أكرم رياض

هل صارت أسعار أنابيب البوتغاز من الصعب إمكان مراجعتها والوقوف أمام المتلاعبين بها واتخاذ الإجراءات اللازمة بحقهم. أما أنا سنظل نقرأ في الصحف عن ضبط عدد كذا من المتلاعبين بأسعارها وحالتهم إلى النيابة، ثم نذهب لشراؤها ونجد أسعارها قد ازدادت وارتفعت وأصحابها لا يعلمون شيئاً عن ضبط أحد ولا عن إقالة بعضهم إلى النيابة ولا حتى إلى (الملاهي).

نحن لانريد أخباراً مفرجة تصدر الصحف، بل نريد أفعالاً نعيشها ونمارسها في الواقع اليومي. إلا يكفي التلاعب بنا بالأسعار؟ ليطمئنا التلاعب بعقولنا في الصحف؟ نريد عملاً جاداً، أما الأحدث عبر الصحف، ففضل مجرد أحداث لا تسمن ولا تغني من جوع.