

قووا 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 وندو بلوحات إرشادية للدلالة على المكان والطريق مع لوحات عند كل نقطة مثل الكهوف تبين معلومات عن الكهف وتاريخ إنشائه.
الحديقة تمنح الشعور بالوحدة والتمتع بالمنظر المحيطة والمصاحبة لأجواء

مدن ومعالم عالمية

حديقة جميلة تقع شمالي باندونغ بمنطقة داغو باكار DAGO PAKAR وتعرف عند الكثيرين بأسماء مختلفة مثل حديقة داغو وحديقة داغو باكار وحديقة تمان جواندا بالإضافة لاسمها 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 خضراء لإشراف إدارة الغابات فرع باندونغ الذي يقوم بتدعيمها وصيانتها.
توجد بالحديقة الكهوف اليابانية التي أنشئت عام 1942 ميلادي أثناء الحرب العالمية الثانية لأغراض دفاعية أثناء حصارهم للقوات الهولندية المتواجدة



أقوال

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

أوسكار وايلد



تساقط أوراق الخريف

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

روبوت يحلب الأبقار



إليه الأبقار سوى بعد المرور على ممر الحلب. تبلغ مساحة المزرعة 15.5 هكتاراً، في حين تماثل مساحة المنطقة المخصصة لعملية الحلب المبرمجة قاعة انتظار، وتضم جهاز حاسب الي يسجل البيانات الخاصة بعملية استخلاص الحليب من كل بقرة.

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

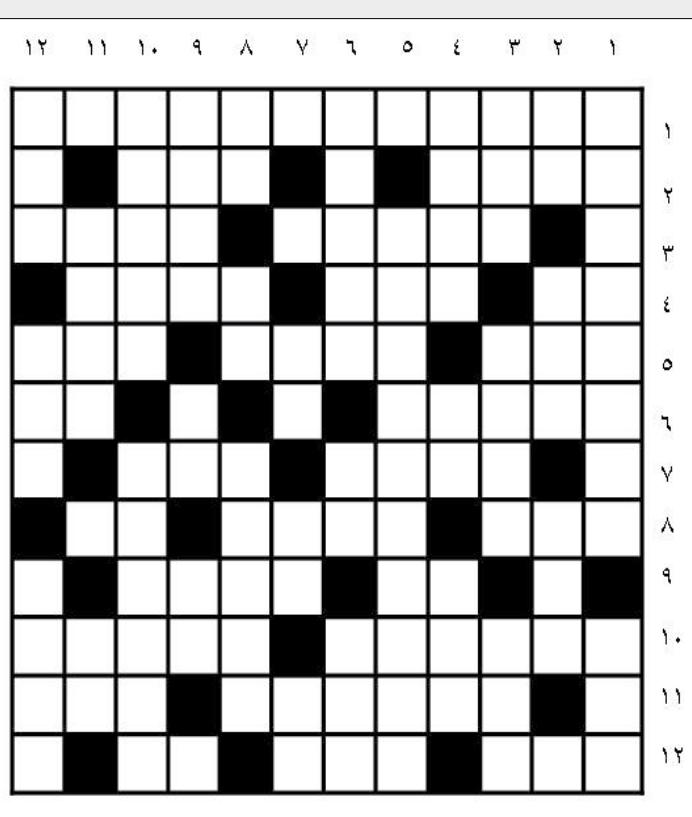
قريبة / مناجيات :
اختفت الصورة التقليدية للمزارع الذي يحلب بقراته في إحدى بلدات مقاطعة قرطبة، ليحل محلها الروبوت "الإنسان الآلي"، في تقنية هي الأولى من نوعها في إقليم الأندلس بجنوب إسبانيا.
وتعتمد تقنية الحلب الجديدة، التي يتمتع بها فرانيسكو مورينو صاحب المزرعة الواقعة في بلدة بيدروتشي، على استخدام ماكينة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



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 انخراط 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 المعدة الثعبان والا كان أحدث بها أضراراً خطيرة وصاحب هذا الثعبان هو مواطن كندي يهوى تربية الثعابين.



كلمات متقاطعة

إعداد / اشواق صالح ناجي

أفقياً
1. 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.
2. صوت الجرس - حرف أبجدي.
3. بلد عربي - متحسر.
4. اله الشمس عند المصيرين القدماء - اله موسيقية - وكالة أنباء عربية.
5. حين - أحرف مكررة - اسم إشارة.
6. من سور القران الكريم - بحر.
7. يقترب - أداة حصر.
8. ضمير - مطلب ومقصد - عقل.
9. حرف موسيقي - صوت الضفدع.
10. تحالف ألماني إيطالي 1936م انظم اليه حلفاء الدولتين في الحرب العالمية الثانية - عاصمة عربية.
11. أهم أنهر أفريقيا الغربية - إشارة أوام.
12. جمال - أخو الأم - فاصل.

عمودياً :
1. مخترع الكلمات المتقاطعة عام 1913م - ضمير.



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



حديث 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 وانارةه.



باختصار

أكرم رياض
هل صارت أسعار أنابيب البوتاغاز 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 إجابة بعضهم إلى النيابة ولا حتى إلى (اللام).
نحن لا نريد 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 الأحاديث عبر الصحف، ففضل مجرد أحاديث لاتسمن ولتغني من جوع.