

بشركت مرآة صحتك أو مرضك



بريطانيا / مباحثات :
وجد باحثون بجامعة بريستول وسانت أندروز البريطانيتين أن لون بشرة الشخص يعكس حالة صحته، وجاذبيته أيضا.
ولخص الباحثون إلى أن دور الغذاء قد يكون حاسما في تحقيق لون البشرة المرغوب، بحسب دراسة استطلعت بعدد الشهر المقبل من «المجلة الدولية لعلم الثدييات وتشمل الإنسان والحيوانات القريبة منه» الصادرة عن دار «س رنغر إنترناشيونال» شارك بالتجربة 54 متطوعا ومتطوعة من ذوي البشرة البيضاء، حيث طلب منهم تغيير أو تعديل لون البشرة في مجموعة صور لوجوه رجال ونساء بيض أيضا، بحيث يعكس لون البشرة المعدل أفضل حالة صحية ممكنة، باستخدام برمجية حاسوبية صممت خصيصا لذلك.
معظم الأبحاث السابقة ركزت على شكل الوجه وقوام البشرة، واختار المشاركون لتحقيق لون البشرة الصحي زيادة درجة اللونين الورد والاصفر للبشرة، ودرجة لمعانها.
ويقول الباحث بجامعة «بريستول» والمؤلف الرئيس للدراسة الدكتور «إيان ستيفين» إن معظم الأبحاث السابقة ركزت على شكل الوجه وقوام البشرة، لكن إحدى أكثر

خصائص الوجه تغيرا هي لون البشرة. ويضيف الباحث أنه وزملاءه وجدوا من بحثهم السابق أن الأشخاص الذين يعكس لون بشرتهم مزيدا من الدماء والأكسجين ظهروا في صحة جيدة، لذلك قرروا بحث الألوان الأخرى التي تؤثر في فهم وتمثيل حالة الصحة. وقد أتاح هذا للباحثين بعض المؤشرات على أصباغ البشرة الأخرى التي قد تتصل بمظهر الصحة والعافية.
ورأى هؤلاء أن الجلد المتورد قليلا بالدماء والمشبع بالأكسجين يشير إلى قلب قوي ورتين قويتين، مما يدعم نتيجة هذه الدراسة بأن البشرة الأكثر توردا تبدو أكثر صحة أيضا. وهكذا، فإن المدخنين ومرضى البول السكري ومرضى القلب لديهم أوعية دموية جلدية أقل، لذلك تظهر بشرتهم أقل توردا.
ويمكن تفسير أن البشرة ذات اللون الذهبي الأميل للمصرفة هي المفضلة باعتبارها أكثر صحة، بردها إلى تأثير أصباغ الكارتينويد التي تحصل عليها من الخضراوات والفواكه في الغذاء. هذه الأصباغ النباتية مضادات قوية للأكسدة، تمتص المركبات الخطيرة التي تنتج عندما يتصدى الجسم للأمراض.



معالم وآثار

تعتبر مدينة بودروم الساحلية على بحر إيجه أكبر المعالم السياحية في تركيا، وعندما يصل الزائر إلى هناك أول ما يتبادر إلى ذهنه هو القيام بتصويرها للاحتفاظ بهذا المنظر الساحر للخليج الأزرق الذي تتحني فوقه التلال ذات المنازل البيضاء المبنية وفق هندسة تراعي القواعد الجمالية العامة للمدينة.
يحيط بالمدينة خليجان مائيان ويحترقهما قصر سان بيار الفخم والمتألق، وفي شرق المدينة تمتد منطقة مخصصة للمشى تبعد على النشاط والحيوية والحركة، أما غربها ففيه مرفأ للنزهات البحرية، وهو أكثر هدوءا في شرق المدينة.
تشبه بودروم مدينة سان - تروبيه الفرنسية الواقعة على شاطئ الريفييرا، والتي تعد مقصدا للأثرياء الراغبين في السياحة الفاخرة والمميزة. ينتشر في بودروم الكثير

من الفنادق التي تناسب كل المستويات، خصوصا الفخمة منها، إضافة إلى المتاجر الشهيرة والمطاعم المثالية، أنها مركز الحياة الليلية الأكثر ديناميكية في كل الشاطئ التركي، أكبر وأهم الاحتفالات الغنائية والموسيقية تجري فيها، إنها مدينة قديمة وأنيقة في آن واحد.
زوار بودروم أشبه بالكوكيتيل وهم يملؤون الشواطئ المحيطة بالمدينة. يمارسون السباحة معظم أيام الأسبوع، أما في الليل فيكتسحون المطاعم، والملاهي المنتشرة في الهواء الطلق، والجميع يستمتعون حتى الصباح الباكر.
ومع أن المدينة مميزة ومثيرة ليلا، فأنها لا تقل عن ذلك نهارا، وهناك مراكز عدة يمكن للسائح أن يقصدها من معابد، ومتاحف، وقصور وهي لا تنسى مطلقا، وجميع المتاجر مفتوحة 24 ساعة.



الحلم كل ما نمك

الحياة نعيشها ولم يكن يوما من حياة غيرها.
الباب أمامه شارع تماما كما في الأمس
سنوات وأموات، سيأتي غيري ربما ليفتحه،
ويلقي نظرة على الرابض هناك حتى وإن لم يكن هناك شيء
أو لم يكن يوما، أو ضاع بطريقة أو أخرى
لا نيامس، أبق على إصرارك، كن واقفا.
الحلم كل ما نمك مهما بدا لك العالم

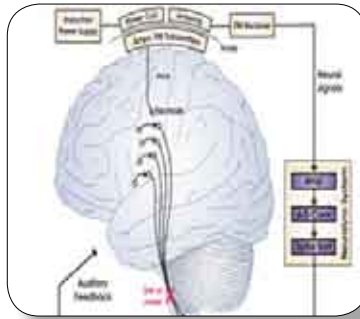


الأمريكي / روبرت كريلي



تقنية تحول الأفكار إلى نطق!

واشنطن / مباحثات :
كشفت خبراء أمريكيون عن تقنية جديدة تمكن شخصا مشلولاً تماما ولا يتواصل إلا من خلال تحريك عينيه، من تحويل أفكاره إلى كلام في وقت طبيعي.



وذكرت شبكة "سي إن إن" أن الشاب إريك رامي 26 عاما يخضع حاليا لهذا الإجراء الجديد، بعد أن كان قد أصيب بجلطة بعد حادث سير تعرض له تركه يعاني من شلل كامل وغير قادر على التواصل إلا من خلال تحريك عينيه.
وأفادت الدراسة التي نشرت في مجلة "بليس وان" أن الخبراء من جامعة "بوسطن" زرعو قطبا كهربائيا "الكثرو" في دماغ الفتى مكنه من تحويل أفكاره إلى أصوات تصدر عن آلة لتحليل الصوت. ووجد العلماء الأجزاء المسؤولة عن النطق في دماغ رامي بعدما أخضعوه إلى مسح بينما كان يحاول الكلام، ثم زرعوها

قطبا كهربائياً عصبياً في الدماغ، وهي عبارة عن مخروط زجاجي لا يتجاوز طوله المليمتر الواحد، ويحتوي على ثلاثة أسلاك، كل منها أرق من شعرة الرأس.
ويتعلم المستخدم استعمال هذه التقنية كلسان اصطناعي بدل أن يكون نظام طباعة، إذ أثبتت دراسات سابقة أنه يمكن استخدام الأقطاب الكهربائية لنقل ما يفكر به المستخدم إلى شاشة الكمبيوتر.
وتقوم هذه التقنية على تسجيل القطب الكهربائي للإشارات العصبية التي تنطلق من دماغ رامي حين يريد أن يتكلم، ويرسلها جهاز راديو مزروع تحت فروة الرأس لا سلكيا عبر الجمجمة.
ويحل جهاز كمبيوتر هذه الإشارات ليحرك أداة تصدر الصوت المسموع، وقال البروفيسور في جامعة بوسطن فرانك غوينثر إن العملية تتم في أقل من 50 جزء من الثانية أي بسرعة النطق الطبيعي تقريبا.



مواجهة بين السياح والتماشيح في حديقة استرالية



طريقة جديدة لجذب السياح والزائرين وهي عمل مواجهة عن قرب بين إنسان و تماشيح، مواجهة لا تتم سوى بهذه الطريقة حيث يكون الإنسان على مقربة من التماشيح ويرى أنيابه وجلده وعينه عن قرب من دون أي خطر وذلك بأن يدخل واحد منهم في غرفة زجاجية، زجاجها سميك جدا يبلغ سمكه 4 سم وتزل هذه الغرفة تحت الماء إلى أن تتغطى تماما، ويكون في الماء تماشيح أو عدة تماشيح تظل تدور حول هذه الغرفة وهي تحاول الدخول أو تحطيم هذه الغرفة لتلتهم ما بداخلها والسائحون يتسابقون لدخول هذه الغرفة وتجربتها لمدة 15 دقيقة



صولون الحكيم

أقوال مأثورة

حين يقول العالم لا أدري يصير الجاهل على ادعاء العلم.

الفرق بين الحب والزواج

الخطيب لخطيبته وهما آخر انسجام : أتعرفين ما هو الحب وما هو الزواج ؟ فقالت له : لا قال لها : الحب مثل النجوم الجميلة التي في السماء، والزواج هو الحفرة التي نقع فيها ونحن ننظر إلى النجوم .

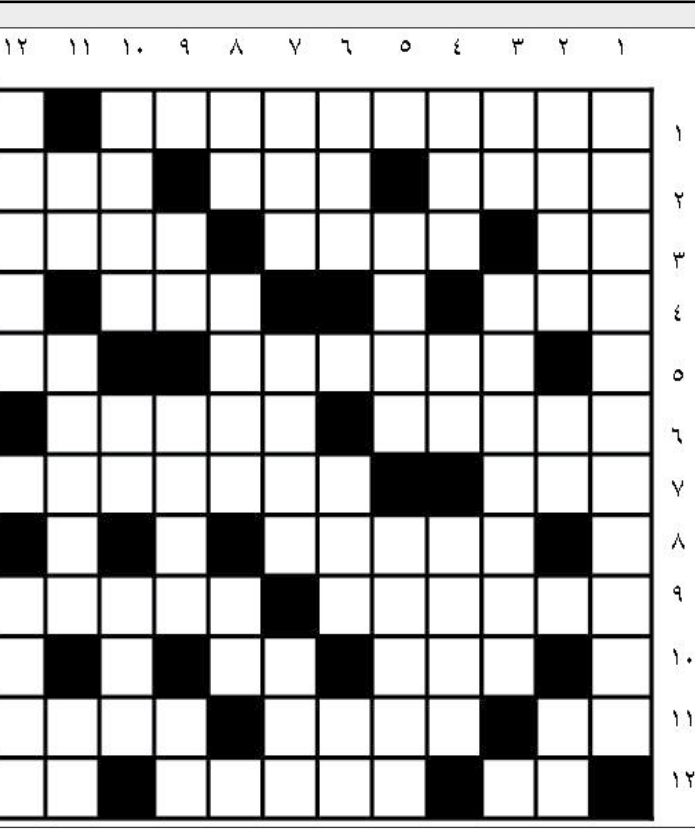


كلمات متقاطعة

إعداد/ جمال ناصر شراء

أفقيا :
1- قبيلة عربية من ربعة من العدنانية أخت بكر جرت بينهما حرب البسوس من شعرائها المهلهل وعمر بن كلثوم والأخطل . كانوا مسيحيين حالفوا الأمويين ودخل بعضهم الإسلام .
2- محبة - أبو البشر - حشرات صغيرة .
3- حرف موسيقي - من الفصول الأربعة - من المعادن .
4- جمعية مبنية زراعية - اسم علم مذكر .
5- أصغر الطيور - كفه (معكوسة) 0
6- من سور القران الكريم - مدينة أمريكية .
7- مدينة عربية - أحرف متشابهة .
8- من الحيوانات .
9- البلد الأوروبي الأكثر جبلا - من الطيور .
10- أحرف متشابهة - حرف عطف .
11- غير مطبوخ - جمع مئة - حبر .
12- ستم - جزيرة يمنية - في البيضة .

عموديا :
1- مخترع المصباح الكهربائي .
2- القطعة من الماء يتركها السيل - عقل - بحر .



حل العدد الماضي



حفلة زفاف بأحذية التزلج



حديث الكاميرا



باختصار
صنعا المسعودي
انتقدنا الجهات المسؤولة عن النظافة، ومازلنا بين الجين والأخر نوجه إليها إضاءات نقدية بقصد مشاركتهم في تجاوز القصور من وجهة نظر عامة المواطنين لا بقصد التحامل أو إلغاء الجهود الواضحة للجان في أكثر من مكان ومناسبة.
لكننا اليوم نود أن نوجه إضاءات نقدية لأولئك الذين يسببون جهود النظافة وتحسين صورة عن عروس الدائل اليمنية ونخص بالذكر من يتعاملون (التبيل، الشمية، القات) وغيرها من الأقات المضرة بصحة الفرد والمجتمع.
ويتاني ضرهم مع سبق الإصرار من خلال بصق مخلفات (لقوهم) على قارة الطريق من دون أدنى خجل فما هو الحل إذا!!
في رأي الشخصي يكمن الحل في تفعيل جهود أفراد شرطة البيئة، وجميع تشكيلات الشرطة بتخصصاتها المختلفة بضغط أولئك النفر، ويكون واقع الأمر يفرض غرامة فورية قدرها على سبيل المثال مبلغ (500) ريال تدفع بسند قبض صادر من صندوق النظافة (وإما إحضار الخالف إلى قسم الشرطة، على أن تتضاعف قيمة الغرامة ولا مانع من أن يحصل من قام بضغط المخالف على نسبة حتى لو كانت 50 % من قيمة المخالفة كحافز له وللآخرين (وشوقا عن كيف يتراجع)