



## نوع جديد من الطماطم (ييطيء) الشبخوخة

أكثر العناصر المعروفة المضادة للأكسدة فيها. وأشار العلماء إلى أن المواد المضادة للأكسدة في هذه البندورة تشغل نشاط العناصر التي تنفذ الخلايا البشرية في الكثير من الأحيان. وأكد مستولون في الاتحاد أن البندورة تبطن الشبخوخة وتمنع الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. وأشارت دراسات سابقة إلى أن مادة (الليكوبين) في البندورة قد تمنع الإصابة بأمراض القلب وسرطان البروستاتا والجلطة الدماغية.

روما / مناجيات :  
عرض مزارعون إيطاليون أمس الجمعة نوعاً من البندورة مرعبة الشكل يقولون إنها قد تساعد على إبطاء عملية الشبخوخة وتميز بنكهة وطعم جديدين.  
ونقلت وكالة الأنباء الإيطالية (أنسا) عن مسؤولين في اتحاد المزارعين الإيطاليين (كولديري) قولهم، إن النوع الجديد من البندورة (السوبر) يحتوي على خواص تبطن عملية الشبخوخة بسبب وجود نسبة عالية من مادة (الليكوبين) أو الصبغية الحمراء التي تعد من



## الوصول

الصباح، باب من زجاج، أضواء

أسماء ذهبية غائبة عن المدينة

التي شواطئها وقبابها البيضاء تسافر

عبر السماء البنية، طوال النهار.

أصل هنا فاستقر:

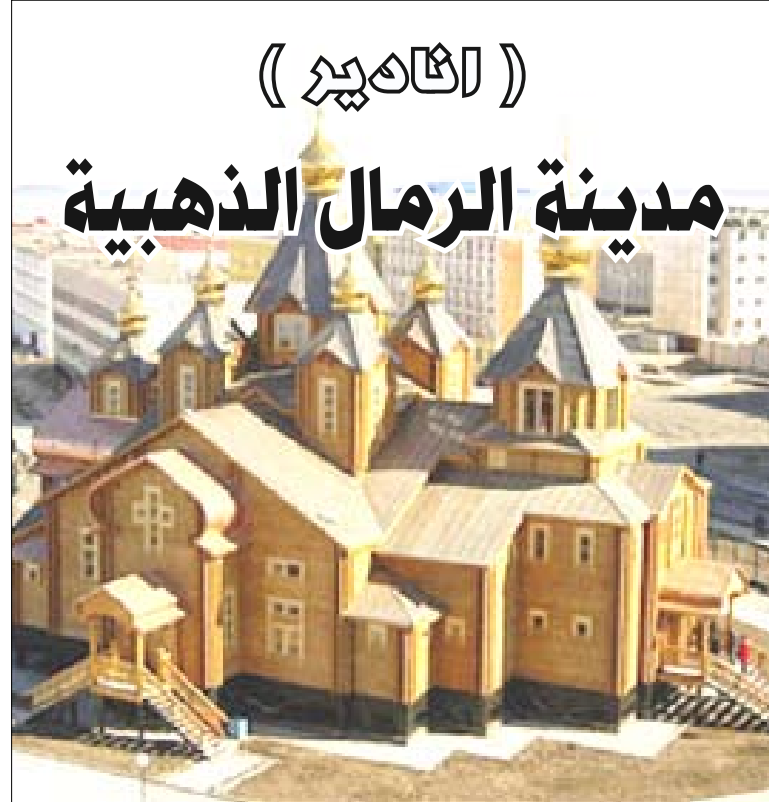
فانفتحت كل النوافذ على مصارعها

والستارات تطايرت كالنيمات

وماض ما يجفئه الهواء.



فيليب لاركن



## ((الفاهير))

## مدينة الرمال الذهبية

## معالم وآثار

الوطنية عام 1930 حيث أصبحت انادير مركزاً لها عام 1932 وبعدها بسنتين قررت الحكومة المركزية منع البلدة صفة مدينة. إلا أنها حصلت رسمياً على هذه الصفة بعد الحرب الوطنية العظمى. وفي السبعينات من القرن الماضي أسست بعض المؤسسات الصناعية في المدينة وأصبحت المدينة المركز الإداري لدائرة تشوكوتكا ذات الحكم الذاتي. ومع نهاية القرن الـ20 بدأت المدينة مرحلة جديدة في حياة المدينة والمنطقة عموماً حيث بدأ التوسع العمراني وافتتحت كلية للفنون الجميلة. إن الطبيعة في المنطقة قليلة الأشجار، إلا من بعض الأنواع المقاومة للبرد والرياح، وذلك بسبب الموقع الجغرافي القاسي وشدة الرياح التي تهب من جهة البحر، أما في فصل الربيع فتتحول المنطقة إلى سهوب خضراء تزينها زهور برية مختلفة الألوان والأشكال وكذلك تنمو نباتات الأثمار البرية إضافة إلى أنواع كثيرة من الفطر التي تنمو في المنطقة، ومن أهم أنواع الأشجار التي تنمو هناك هي أشجار جار الماء والحور والصفصاف. وفي نهاية شهر إبريل تقام سنويًا منافسات صيد الأسماك من تحت الجليد يساهم فيها السياح، كما تقام هناك مهرجانات للرقص والغناء. وترتبط المدينة حالياً بغيرها من المناطق الروسية والعالم بواسطة الخطوط الجوية والطرق البحرية.

انادير مدينة وميناء تقع في الشرق الروسي الأقصى على خليج انادير، وتبعد عن موسكو 9000 كم، تأسست المدينة في بداية الأمر كمخفر حدودي عام 1649 وأزيل هذا المخفر عام 1771. وفي عام 1889 أعاد مسؤول المنطقة بناء المخفر وسماه مخفر (مارينسك الجديد) على شرف الإمبراطورة ماريا فيودوروفنا زوجة القيصر الكسندر الثالث. لقد كان تأسيس المخفر لتلبية المصالح الجيوسياسية للدولة الروسية بسبب الخلافات بينها وبين الولايات المتحدة الأمريكية وانجلترا على الجزء الشمالي للمحيط الهادئ، وكان سبب تأزم الأوضاع هو محاولات أمريكا الاستحواذ على المياه الإقليمية بعد أن باعت الحكومة القيصرية منطقة الاسكا وجزر الشويان إلى الولايات المتحدة الأمريكية عام 1867. لذا صدرت أوامر القيصر عام 1888 بتقوية وتدعيم حدود الدولة الشمالية الشرقية وتم تشكيل قضاء انادير. بعد إعادة تأسيس المخفر بدأت البعثات العلمية الروسية تنطلق من هذا المخفر. ونظراً لموقعه الاستراتيجي جذب اهتمام التجار الروس والأجانب العاملين في مجال استخراج الذهب وصيد الأسماك. وبعد اكتشاف رمال الذهب عام 1906 على مسافة قريبة من البلدة تم تأسيس شركة مساهمة تشرف على عمليات استخراج الذهب وبيعها. في عام 1923 أصبح اسم البلدة رسمياً بلدة انادير. لقد بدأ توسع البلدة بعد تأسيس دائرة تشوكوتكا

## عدوانية الرجل تضعف تركيزه

التغلب على هذا التدهور ويعالج وطائف المخ عن طريق ممارسة عقولهم على نحو يختلف عما اعتادوا عليه. ووجد الباحثون أن النساء ينعان من حالة تقلص المخ، وذلك وفق إحدى التجارب التي راقب فيه فريق البحث السرعة التي يضعف بها الرجال والنساء على زر، وتبين أن الذكور المتقدمين بالسن وجدوا صعوبة في الرد بسرعة والضغط على الزر المطلوب يعكس النساء. يذكر أن النتائج تضمنت أن تقدم الذكور في السن أدى إلى تقلص ملحوظ في حجم فصوص الجبهة الأمامية لتركيبة المخ وهي التي تتحكم بالتركيز.

واشنطن / مناجيات :  
كشفت تجارب أجراها باحثون في جامعة (بنسلفانيا) أن مخ الرجال يقلص مع تقدمهم في العمر والتقدم في الزمن بسبب تعكر المزاج وردود الأفعال العدوانية لديهم.



وأشار روبين جور رئيس فريق الطب النفسي والعصبي الذي أجرى هذه التجارب، إلى أن حالات تقلص المخ تحدث للرجال دون النساء، ويمكن أن تبدأ لديهم في العشرينيات. وأوضح جور أن الرجال يقضون معظم أوقاتهم في تنشيط مناطق معينة من المخ ومن المحتمل أن يكون هذا الجزء بعينه هو المسبب للعواقب مشيراً إلى أن كثيراً منهم يمكنه



## اضحك للشمس تضحك لك

أضحك للشمس تضحك لك.. مقولة اعتدنا على سماعها تدعو إلى التفاؤل وترك الأحزان والهجوم وراء الظهر وهذا ما حدث مع أحد مصوري الفوتوغرافيا الذي يبدو أنه



التزم بالمقولة ونفذها حيث ابتسمت له الشمس في السماء بالفعل في مشهد أثار الدهشة والغرابة لكل من

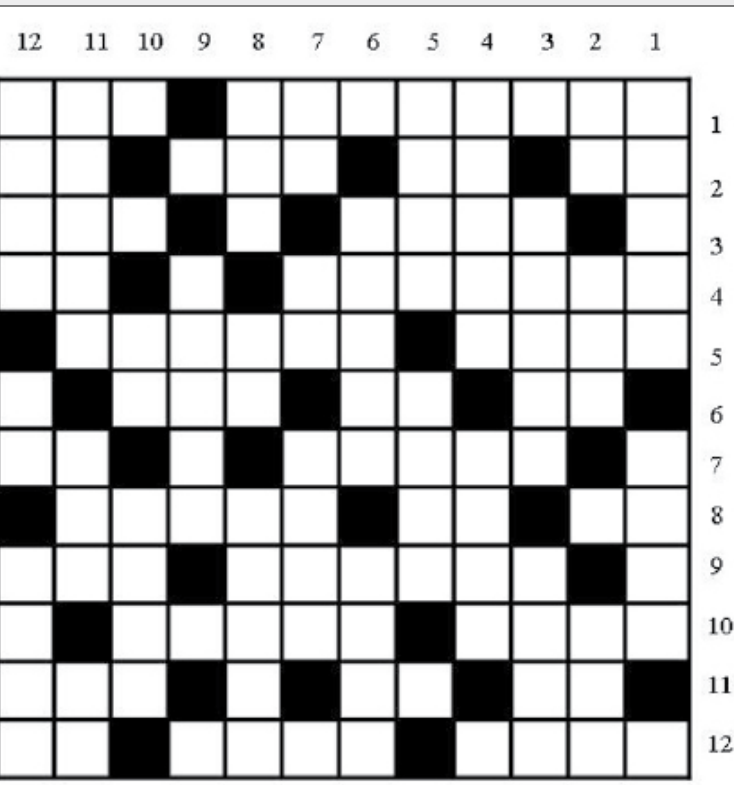
البديع الذي ينم عن فرحة غامرة أصابت أكبر نجم في المجرة لتبدأ في توزيع الابتسامات بدلاً من الأشعة.



## عجوز ولكنها مدربة رائعة...

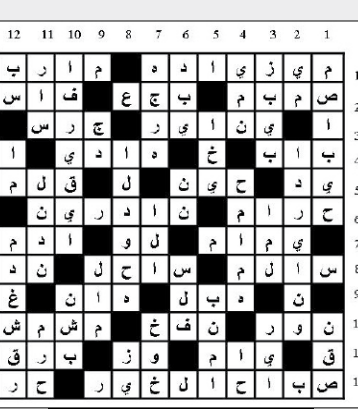
## أسود وأصفر

مدرس يسأل بنتاً لماذا تشعرك اسود وأختك شعرها أصفر؟  
قالت : لان أمي ولدتني قبل ما تصبغ شعرها



## كلمات متقاطعة

- أفقياً:
- أميرة عربية من بني كلاب اشتهرت و ابنها عبد الوهاب بمخاربة الروم في سبيل الإسلام وهي بطلة قصة شعبية طويلة ظهرت في العهد العباسي - نقض الشر.
  - حرف عطف - أداة نصب - نادي كرة قدم فرنسي - عدد انجليزي.
  - يتحسر - من الألوان.
  - أول مسبار يطلق نحو كوكب المشتري - بحر.
  - صوت الجمل - إحدى الولايات المتحدة الأمريكية.
  - حرف موسيقي - مادة قاتلة - بدر.
  - شهر ميلادي - حرف عطف.
  - عملة - النداء القريب - من الطيور التي لا تطير.
  - من أشهر الصحف اللبنانية - جمعية يمنية زراعية.
  - ساختن - عقائد.
  - للنقي - من الزهور العطرية - يرشد.
  - مرتفع - من الطيور - خاصتي.



- عمودياً:
- حشرة - صوت الديك.
  - للتعريف - تهذيب - أداة حصر.
  - أحرف متشابهة - رجاءات.

حل العدد الماضي



حدث الكابيرا

تصوير وتعليق / علي الدرب:

لماذا لا تقوم الجهات القائمة على تنفيذ مشاريع تخطيط كثير من مرمرات الشوارع بسرعة رفع المخلفات المنتشرة في الممرات وطرق السيارات في مواقع العمل رغم انتهاء العمل أو توقفه المألوف لفترة طويلة كما تظهر الصورة.. وتتشاهد جزءاً من تلك المخلفات في محافظة عدن وما ينتج عنها من مضايقة وازعاج للمارة ومستخدمي الطرق إضافة إلى تشويه المنظر العام وذلك يدل على استهتار المتسببين بذلك إضافة إلى إهمال محاسبتهم من قبل الجهات المختصة في المحافظة والمديرية.



### وزارة الداخلية

نشكر مساهمتك في منع استخدام المفرقات والألعاب النارية حفاظاً على سلامة الجميع وسكينة المجتمع..

**الألعاب النارية والمفرقات تؤدي إلى:**

- تشوهات في الاطفال
- إصابات وعاهات
- إفلاق للراحة والسكينة
- ضياع للأموال والأولاد

لنساعد بفرحة العيد، ولننتعاون بالإبلاغ عن أية مخالفة على الرقم 199، في كافة محافظات الجمهورية

مع تحيات،  
العلاقات العامة