الشاي الأخضر يحمي أنسجة العين

بكين / متابعات :

توصلت دراسة صادرة من جامعة هونج كونج الصينية ، إلى أن مادة «كايثكين» وهـي مـادة قابضة مـضـادة للأكسدة موجودة في الشاي الأخضر يمكنها أن تنتقل من المعدة إلى أنسجة العين من خلال اكتشاف آلية تساعد على امتصاص العدسة والشبكية لهذه المادة ، الأمر الذي ربما يجنب الإصابة بما يعرف بالمياه الزرقاء أو «الجلوكوما».

وأشار العلماء إلى أن مادة «الكايثكين» تحتوي على فيتامين «سي» و«آي» ولم يكن معروفا من قبل أنه بإمكان تلك المادة المساعدة في تحسين البصر، ولكن الباحثين وجدوا خلال إجراء تجاربهم أن القوارض التي تم إعطاؤها الشاي الأخضر تحسنت عيونها كثيراً.

وانتهى فريق البحث إلى أن النتائج تشير إلى أن شرب الشاي الأخضر يمكن أن يفيد العين في مكافحة الإجهاد التأكسدي .

سياحة

(جيجو) الكورية
أرض ذات طبيعة ساحرة

تقع جزيرة جيجو في كوريا الجنوبية وتتميز بالطبيعة الساحرة المختلفة عن المدن الكورية الأخرى، إضافة إلى أنها المقاطعة الكورية الوحيدة على شكل جزيرة ، ما جعل منظمة اليونسكو تدرجها على قائمة التراث العالمي ، وبذلك تعد أول موقع كوري طبيعي يدرج على قائمة اليونسكو للتراث العالمي .. وتبعد عن العاصمة سيول مدة ساعة كاملة بواسطة الطائرة.

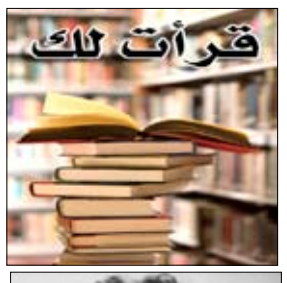
ولكنها تأخذ بالمسافر إلى كوريا إلى أرض ذات طبيعة ومناخ مختلفين.. وتتمتع الجزيرة بطقس شبه استوائي، وهذا يبدو جليا من خلال أنواع النباتات المختلفة تماما عن تلك الموجودة في باقي الأرض الكورية. ويبلغ ارتفاع الجبل الرئيسي بها ـ وهو جبل (هالاسان) ـ 1950 مترا. وهو عبارة عن بركان خامد يتمتع بفوهة كبيرة على قمته، وكونت الحمم التي تدفقت من هذا البركان ـ والذي كان آخر نشاط له في عام 1007 م ـ العديد من الأنفاق،والدعامات، والكثير من المناظر غير العادية، وذلك من خام البازلت سريع التجمد، وتعتبر الجزيرة منتجعا سياحيا شهيرا ومكانا جميلا لقضاء شهر العسل.

من ابرز الأماكن كيونج جو: عاصمة مملكة شيلا لحوالي ألف عام. ويوجد في أرجاء المدينة العديد من المقابر الملكية، والمعابد، ومنحوتات بوذية، وبقايا قلاع، كما يوجد بالمقابر الملكية العديد من الآثار المهمة ومنها: التيجان الذهبية الرائعة ومقتنيات أخرى.

ويتحدث سكان الجزيرة اللغة الكورية و لا يتحدثون اللغة الإنجليزية إلا نادرا وحتى أولئك القلة الذين يتحدثون بها فهم لا يجيدونها، وحتى القلة من هؤلاء القلة الذين يجيدونها لا يمكن فهم كل الكلمات التي ينطقونها بسبب صعوبة نطق كافة حروف اللغة الانجليزية مقارنة بحروفهم التي تزيد على 300 حرف.

وبالرغم من تعدد المجمعات التجارية الكبرى والأسواق الشعبية المتنوعة ، إلا أن ارتفاع الأسعار سمة رئيسية في كافة أنواع البضائع المنتشرة في الأسواق الكورية ، فالبضائع المستوردة من الماركات العالمية المشهورة تفوق أسعارها نظيراتها في نفس المحلات التجارية في العواصم الأوروبية بما يزيد على 20 ٪ .

أطياف



سيف الرحبي

من نلتقيهم في قرى
طفولتنا البعيدة
نُقرئهم السلام
والسؤال عن الأهل
والأصدقاء
بالعبارة المرتجفة على
الشفاه
والجسد الذي يغرب
عميقا ، عميقاً في الماضي
كأنما صُنعوا من أرومة الغياب
إنهم أطيافنا الغابرة .

أقوال مأثورة

سودوكو

سودوكو تلعب بواسطة مصفوفة 9X9، مقسمة بدورها إلى مصفوفات صغيرة 3X3 تدعى (المناطق).
- عند بداية اللعبة سوف تكون بعض خلايا المصفوفة محتوية على أرقام.
- الهدف من لعبة سودوكو هو أن نقوم بوضع الأرقام من 1 إلى 9 في الخانات الخالية (رقم واحد في كل خانة).

	5							9
8				2				
9			8				4	
4							2	
		9			4	3		
	8		9					5
	6				5			2
				3				8
2							1	

4	7	3	5	1	8	9	6	2
6	5	1	7	9	2	8	3	4
8	9	2	4	6	3	5	7	1
2	8	4	9	3	5	6	1	7
1	6	5	2	8	7	4	9	3
9	3	7	6	4	1	2	8	5
5	4	9	3	7	6	1	2	8
7	1	6	8	2	4	3	5	9
3	2	8	1	5	9	7	4	6

أضحك

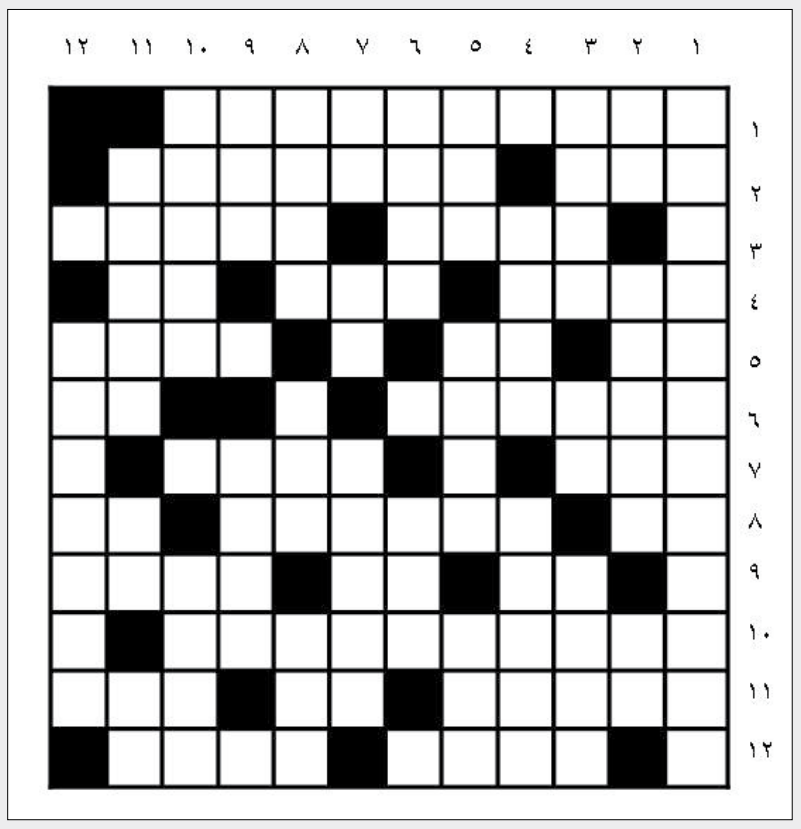
زوجة مخلصة

قال العريس لعروسه : هل كنت ستقبلين بالزواج مني لو لم يكن أبي قد ترك لي هذه الثروة الكبيرة ؟ .

قالت العروس : كنت سأقبل بالزواج منك مهما كان الشخص الذي ترك لك تلك الثروة.

كلمات متقاطعة

إعداد/ أشواق ناجي

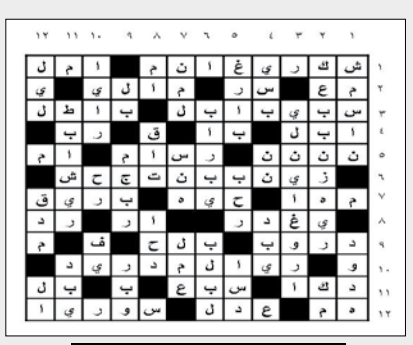


أفقيا :

1- قائد سوري ولد في حلب قام بأول انقلاب عسكري في سورية وتولى رئاسة الجمهورية 1949م ،قتل بانقلاب معاكس .
2- صغير الفأر – مدينة مصرية .
3- ينفع – يعالج.
4- مدينة تونسية – أحرف متشابهة – سئم.
5- للاستفهام – بحر – وضوح .
6- قتل النفس – سقي النباتات .
7- عتاب – اسم علم مذكر .
8- حرف انجليزي – أحدى القارات – عائش.
9- مادة قاتلة (معكوسة) – عملة – من الأوزان.
10- نادي كرة قدم ألماني.
11- جمع موجة – ضمير منفصل (معكوسة) – من أقسام الرجل.
12- نصد – حرفه.

عموديا :

1- أول جريدة عربية صدرت في بيروت أسسها خليل الخوري 1858م.
2- كتمان – من سور القرآن الكريم – والدة .
3- قسمة – اكمل – جزيرة يمنية.
4- واسع – جمع سر.
5- والـدي – شهر مـيـلادي – منطقة في السعودية.
6- منطقة يمنية – الظبي الأبيض.
7- مكبس – إله – شهر ميلادي.
8- صعب – مدخل – خيال.
9- يحصي – قاطن.
10- مدينة أمريكية – يغدر.
11- عملة – جواب المسألة – قط (معكوسة).
12- أكبر مدينة في العالم.



حل العدد الماضي

عجائب وغرائب

طقم أسنان اصطناعي لكل كلب في سويسرا !

مهاجمة الـكـلاب لموزعي البريد في سويسرا أصبحت مشكلة محلولة الآن بعد أن اخترعت إحدى الـشـركـات درعـاً مطاطية واقية توضع على أسنان الكلاب وتمنعها من إلحاق أي أذى بالشخص الـذي تعضه .

فـكـرة طـقـم الأسنان المطاطي أو الـدرع الواقية استوحتها الشركة المصنعة من الطقم الاصطناعي الذي يضعه الملاكمون أثناء مبارياتهم حتى يحافظوا على أسنانهم، الفكرة لقيت إعـجـابـا من الـكـلاب التي وجـدت شيئا تـتـسـلـى بمضغه طيلة الوقت وسعاة البريد أصبحوا أكـثـر أمـانـا مـن الـكـلاب العدوانية .

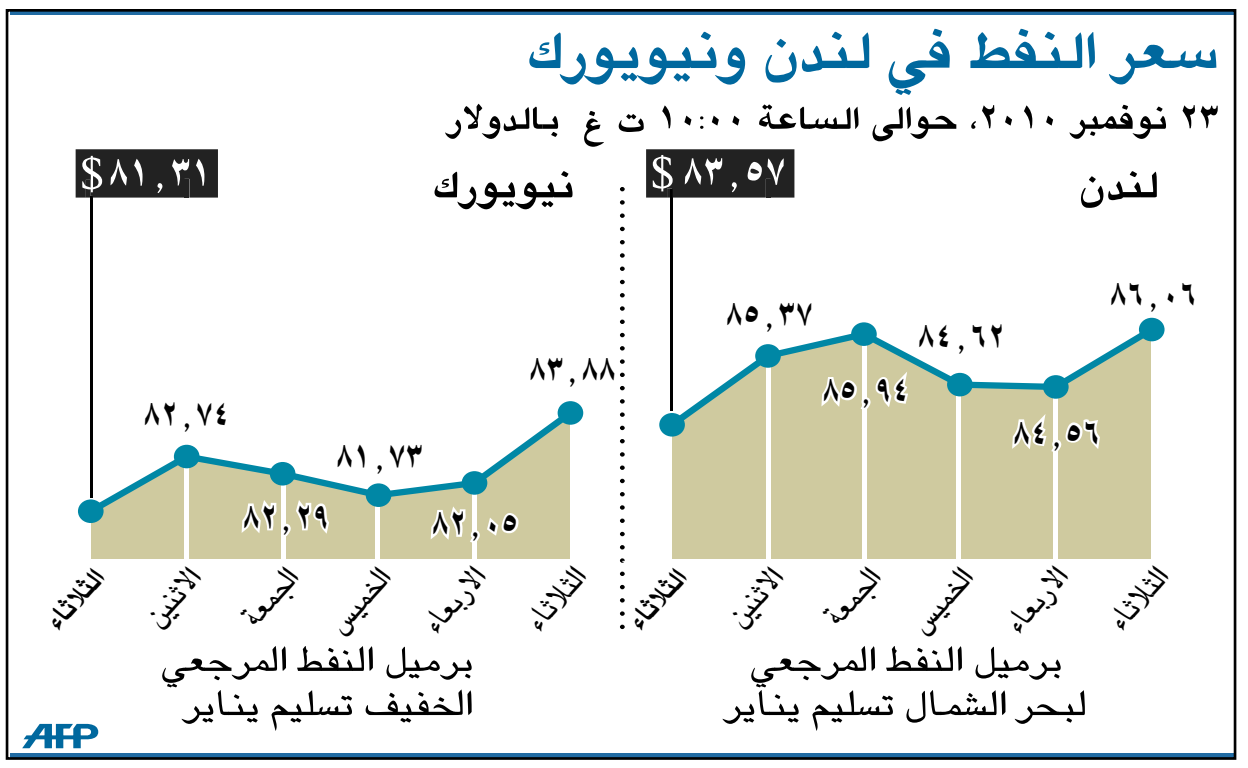
وزارة الداخلية

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

الألعاب النارية والمفرقعات تؤدي إلى:
- تشوهات في الإطفال
- إصابات وعاهات
- إقلاق للراحة والسكينة
- ضياع للأموال والأولاد

لنسعد بفرحة العيد ، ولنتعاون بالإبلاغ عن أية مخالفة على الرقم 199 ، في كافة محافظات الجمهورية

مع تحيات ،
العلاقات العامة



تتعاظم أفراح شعبنا بعيد الاستقلال مع احتضان بلادنا دورة كأس الخليج العربي العشرين لكرة القدم