

أم مجانية  
تعبت برضيعها!

أثار تصرف أم روسية مع ابنها الرضيع حنق وسخط الكثيرين وذلك خلال فيديو تم عرضه على موقع "يوتيوب" الشهير بعد أن قامت بإمسكه من أرجله ويديه وهو عار وقامت بأرجحته في الهواء بيدها كما لو إنها تقوم بأرجحة حبل.

ووفقاً لصحيفة "دايلي ميل" البريطانية كانت الأم قد قررت تنفيذ بعض تمارين اليوجا مع رضيعها الذي لا يتجاوز أشهراً قليلة من العمر وقامت بإمسكه من أرجله ويديه ولوحته به في الهواء وهو عار . وأخذت تلوح به بيدها يمينا ويسارا ولأسفل ولأعلى مع تغيير أوضاع طريقة الإمساك.

الفيديو الذي انتشر على الانترنت بشكل سريع أثار ردود فعل عديدة خاصة من قبل الآباء الذين لم يصدقوا الأمر لدرجة أنهم اعتبروه دمية صغيرة يتم تنفيذ الحركات عليها، وهذا ما دفع أحد مشاهدي الفيديو للتعليق على الأمر بدهشة وقال : لم أستطع مشاهدة الفيديو .. هذه المرأة يجب أن تسجن أو يجب إعلامها بخطورة الأمر.. هذا الطفل سيصاب بكثير من المشاكل في حياته .. قد تؤدي هذه الحركات لخلع ذراعه.

بينما علق آخر قائلاً : قد تستطيع اللهو مع طفل في الثانية أو الثالثة من عمره كون جهازه العصبي سيكون مهياً لذلك لكن فعل هذا الأمر مع طفل لم يتجاوز عدة أشهر لا يجوز لأن جهازه العصبي ببساطة لم يتطور بشكل كافي للتعامل مع هذه القسوة.

## قلة النوم تضر بالدماغ وتؤدي إلى الإصابة بالسكري!

(الأكاديمية القومية للعلوم) ، أن عدم الحصول على قسط كاف من النوم لعدة ليالٍ، يمكن أن يؤثر على قدرة الفرد الإدراكية. كما ذكرت الدراسة أن معظم الدراسات الحديثة على البشر، أظهرت أن عدم النوم لساعات كافية لخمس ساعات كافية لخمس أيام، يؤدي للعجز التراكمي في اليقظة والإدراك.

وقد تؤدي قلة النوم كذلك إلى زيادة مقاومة للإنسولين، ما قد يعرض لخطر الإصابة بالسكر ، كما كشفت الدراسة أن المراهقين الذين يعانون مشاكل في النوم ليلاً، ويذهبون إلى المدرسة في اليوم التالي متكاسلين، هم عرضة للاكتئاب، أكثر بثلاث مرات من زملائهم الذين يحصلون على حصة كافية من النوم .

ويوجد بحث أمريكي آخر أن أخذ قبولة قصيرة لمدة ساعة، قد تنعش الدماغ وتعزز القدرة على التعلم، وأن تقليل ساعات النوم يبطل من حركة العقل .



لغرض الحصول على سلع لها قيمة بالنسبة إليه، ووجد أن من بدأت أسماء عائلاتهم بأحرف في نهاية قائمة الأجدية كانوا أسرع في الاستجابة للفرص الشرائية. ولفتنا إلى أن هذا الشيء ينطبق على اسم العائلة قبل الزواج. وقال إن الأطفال يطورون رويداً تعتمد على الوقت وفقاً للتعامل الذي يتلقونه بالاعتماد على أسماء عائلاتهم، فالذين تبدأ أسماء عائلاتهم بأحرف في نهاية قائمة الأجدية يعتادون على السرعة بينما لا يبالي من تبدأ أسماء عائلاتهم بالأحرف الأولى بفرص الشراء كثيراً، فهم سيشترون متأخرين.

توصلت دراسة أمريكية حديثة إلى أن قلة النوم تماثل دمه في الإضرار بالدماغ، مثيرة إلى أن النوم لأقل من أربع ساعات على مدى خمس ليالٍ متتالية، قد يضر بالدماغ على نحو مشابه لتأثير الحرمان الكلي من النوم.

وتضيف نتائج الأبحاث التي أجريت على حيوانات، وقام بها باحثون من جامعة "ويسكونسن" الأمريكية، إلى الحقائق والأدلة المتوفرة بشأن الآثار السلبية لعدم أخذ قسط كاف من النوم، وتأثيره على العقل والبدن.

وقام فريق العمل بدراسة موجات دماغ فترات عملوا على بقائها يقظة لمدة عشرين ساعة على مدى خمسة أيام، وجرى التركيز على نشاط الموجة البطيئة الذي يكشف عن حاجة الفرد للنوم، فضلاً عن عمق النوم الذي يلي فترة اليقظة. وأكد الباحثون في الدراسة التي نشرت في دورية

لا واشتغل / متابعات: أكد باحثون أمريكيون أن من تبدأ أسماء عائلاتهم بالأحرف الأخيرة بلائحة الأحرف الأجدية يميلون إلى شراء الأشياء بشكل أسرع ممن تبدأ أسماءهم بأحرف في بداية اللائحة. ووجد الباحثان كورت كارلسون من جامعة جورج تاون الأمريكية، وجاكيلين كونارد من جامعة بلمونت أن الحرف الأول من اسم العائلة يحدد كثيراً سلوك المستهلك. وقد حلل الباحثان سرعة استجابة الشخص

بدون  
تعليق..

رجع يتمسح .

معناها : يتبلد ويتصابى ويتكاسل أي أنه عاد إلى ما عهد منه سابقاً من عته وغفلة وتصرفات صبيانية .

راحت السكره وجاءت الفكرة .

يقال في من غاب عن وعيه وأساء ثم عاد إلى صوابه .

خليك الزنقطة .

أي اترك التصرف الخاطئ والأرعن واللامسؤول .

خلي الكومنة على الناس .

الكومنة : دارجة بمعنى التكبر والغطرسة والمعنى دع عنك ما تحاول من الترفع والخيلاء .

خذوا فالكم من عيالكم .

قبل قديماً أسنة العباد قلم القدرة والرسول عليه الصلاة والسلام كان يجب الفال الحسن .

خرج مثل الشعرة من العين .

يقال للحاذق الذي يخرج من المحنة دون أن تلحق به أي أضرار .

جمل يحمل زيب ويأكل سنف .

السنف ما تأكله البهائم .

ويقال ممن يحوز خيراً لكنه لا يستفيد منه ، وكما يقول الشاعر :

كالعيس في البيداء يقتلها الظمأ

والماء فوق ظهورها محمول .

جاور بحر والاملك .

المعنى أن جوارك لهما يعود عليك بشيء من خيرهما وقدرتهما .

## الصفح !



يقول الله سبحانه في القرآن الكريم : (والكاظمين الغيظ والعافين عن الناس) ، وقال النبي عيسى عليه السلام : من صفك على خدك الأيمن أدر له الأيسر ، كثيراً ما يفهم العفو والتسامح بأنه ضعف وان العافين عن الغير ليسوا سوى جنباء ، مع أن العكس هو الصحيح فمن يصحف يكون قد تخطف حاجزاً من الألم والجرح، ودرب نفسه ليكون قويا يتحمل الصدمات ومشكلات الحياة ، وعلى الجانب الآخر يكون قد كسب محبة الآخرين له .

## هذا اليوم في التاريخ



1961

الرئيس جون كينيدي يعقد اول مؤتمر صحافي تلفزيوني مباشر في التاريخ.

1980

الثورة الاسلامية في ايران: فوز ابو الحسن بني صدر في انتخابات رئاسية.



1905 ● العثور على اكبر الماسة في العالم وزن 31.6 قيراط في جنوب افريقيا.

1919 ● تأسيس عصبة الامم.

1924 ● تنظيم اول دورة للالعاب الاولمبية الشتوية في شامونيكس في فرنسا.

1949 ● منح جوائز ايمي للمرة الاولى.

1991 ● حرب الخليج: الولايات المتحدة تتهم العراق بالتسبب في تلوث بيئي لانه صب "ملايين من براميل النفط" في الخليج.

2006 ● فوز حركة المقاومة الاسلامية (حماس) في الانتخابات التشريعية في الاراضي الفلسطينية بعد عشر سنوات من هيمنة حركة فتح.

AFF

## تمساح يتلع هاتفاً و يضرب عن الطعام

تعرض تمساح يبلغ من العمر 14 عاما في حوض سمك "أكواريوم" بأوكرايا إلى حادث مؤلم تسبب في رفضه الطعام عقب ابتلاعه هاتفاً محمولاً أسقطته سهواً إحدى زائرات الحوض.

وظل التمساح يرفض الطعام المقدم له منذ الحادثة التي حصلت الشهر الماضي، ولم يصدق العاملون في الحوض شكاوى زائرة قالت إن هاتفها المحمول ابتلعه تمساح حتى أخذ يرن في بطن التمساح .

وقالت المرأة إنها مدت ذراعها محاولة التقاط صورة للتمساح المسمى جينا وهو يفتح فاه لكن الجهاز انزل وسقط في الماء. ومنذ أن ابتلع التمساح الجهاز رفض الأكل وبدا أنه غير مرتاح .

## نوادير



## هرب من الضيف!

نزل على أبي حفصة الشاعر رجل من اليمامة فأخلى له المنزل ، ثم هرب مخافة أن يلزمه قراه في هذه الليلة (القرى : إضافة الضيف) فخرج الضيف واشترى ما احتاج إليه ، ثم رجع وكتب إليه : أيها الخارج من بيته .. وهاربا من شدة الخوف ، ضيفك قد جا بزاد له .. فارجع وكن ضيفا على الضيف .

## ما الشيء الذي نبتلعه

## ويبتلعا؟

حل العدد الماضي : الماء

## طر فزر



الحمل	الثور	الجوزاء	السرطان	الأسد	العذراء
3/21 إلى 4/19	4/20 إلى 5/20	5/21 إلى 6/21	6/22 إلى 7/22	7/23 إلى 8/22	8/23 إلى 9/22
قد يصعب عليك التفاهم مع المحيط أو تعيش شيئاً من التردد وعدم الانسجام مع المحيط سيطر على غضبك وانفعالاتك كن أكثر مرونة وتجنب الصراحة التي لا تكون في موقعها ولا تقل كل ما عندك.	يشير هذا اليوم إلى بعض الواجبات والمسؤوليات التي يجب إتمامها لا تكابر، لا تكن ارتجالياً باكراً إلى عملك ولا تتأخر عن برنامجك تكون الضغوط متنوعة وقد تشعر بالإرهاق.	تسير بثقة كبيرة بالنفس وتتقدم بخطى ثابتة، يكون الحظ إلى جانبك لتجد نفسك على طاولة المفاوضات تناقش مواضيع رئيسية وممقلاً أرفع المستويات. تبدو مشرقاً في هذا اليوم الجميل.	تظهر عناداً وتشبثاً في علاقتك الشخصية . تشعر بالتعب والقلق والتوتر أو الحزن لا تغرق في الأوهام تجنب مشاعر الغضب والعداوية تعامل مع الظروف بانفتاح وحكمة.	ابرز ما يميز هذا اليوم هو سرعة البديهة وقدرتك على التحرك وسط أجواء تنافسية عالية. أفكارك واضحة ولا مجال فيها للبس. قد تقدم على حوض قضية مالية وما يتعلق منها بشأن شخصي .	تتعثر الخلى وتواجه تأخيراً وتسويفاً وتأجيلاً من الممكن أن تتلقى أخباراً لا تخدم مصالحك أو مشاريعك خذ حذرك تفادياً لخسارة أو هزيمة انتبه من السارقين والمخادعين وابق على الحيل إذا شعرت بهذا الجوع المعادي.
الميزان	العقرب	القوس	الجدي	الدلو	الحوت
9/23 إلى 10/22	10/23 إلى 11/21	11/22 إلى 12/21	12/22 إلى 1/19	1/20 إلى 2/18	2/19 إلى 3/20
يوم جديد ومغاير يحمل لك الحب والسعادة والإشراق وربما الانقلابات المهمة أو الحماسة الشديدة باتجاه شخص أو عمل. وتكون قدرتك على التقاط الفرص ممتازة. تدرك حاجاتك الحقيقية وتذهب نحو أهدافك على خط سليم.	لا تدع أحداً يسبب لك المشاكل مع مسؤولين أو مسنً في العائلة ، أو نافذ قد يسمم لك الأجواء، كما قد يطرأ عطل منزلي أو حادث عائلي أو وعكة صحية هددت من روعك.	تبتسم لك الحظوظ وتواصل التزاماتها ووعودها لك بالنجاح كما تحمل إليك الحوافز الكثيرة والحماسة والإرادة في النجاح والتألق، فتنتقل واثقا من نفسك تشرق بجاذبية وتستقطب الاهتمام والتأييد.	يبدو هذا اليوم ملائماً للمفاوضات والعمليات المالية والعقارية أو غيرها قد تقدم على مشاريع كبيرة متسلحا بالجرأة والعزيمة والحيوية المدهشة مليئا بالحوافز والنشاط والأمال الكبرى.	تتبادل الأوضاع وتكتسب أنت جاذبية كبيرة فتجد حولا لبعض المشاكل الشخصية وتتبادر إلى إرضاء الحبيب إذا كنت عازبا فقد فتتح يوم مزدهر باللقاءات الجميلة والوعود العاطفية.	لن يكون هذا اليوم متجاولاً مع تطلعاتك ورغباتك قد تتذمر من التأخير والفضوض والتعب الجو ميل. حاذر من إهمال الأوراق الإدارية والقانونية والاستشفائية لا تعرض نفسك لعدائية الآخرين.