



أمريكي يعيش في شقة زجاجية وسط مجمع تجاري مزدحم

الزجاجي تطبيق خطوات وإرشادات تظهر كيفية العيش بصورة صحية سواء لجهة الممارسات اليومية الروتينية أو نوعية الغذاء. وسيكون للناس الذين يهرون أمام منزل يورغنسون في المجمع التجاري المزدحم فرصة المشاركة في هذه التجربة، وذلك عبر التعليق على ممارساته ومناقشتها. ويمكن متابعة حياة يورغنسون عبر بث فيديو مباشر على الإنترنت، علماً أن التجربة ستكون تحت مراقبة الدكتور مارك مانلي الذي يشرف على المشروع. وتضم شقة يورغنسون الزجاجية غرفة نوم وغرفة جلوس ومطبخاً وحماماً، كما تتوفر داخل الشقة مجموعة من الأدوات التي تستخدم لممارسة الرياضة.

واشنطن / مناجيات : قرر رجل أمريكي الانتقال للعيش داخل شقة تقع وسط مجمع تجاري مزدحم لا يعزله فيها عن العالم الخارجي إلا جدران من الزجاج. وأقدم الشخص الأمريكي على ذلك في محاولة منه لعرض أسلوب حياته اليومي أمام الناس وتعلم كيفية العيش بشكل صحي. وتطوع سكوت يورغنسون البالغ من العمر 45 عاماً للمشاركة في هذا المشروع الذي يحمل اسم Human Doing Project أملاً في أن تساعد هذه الخطوة لقلب حياته رأساً على عقب... وستنوب على يورغنسون خلال وجوده في منزله



إعداد / ابتسام العسيري



قراءتلك



بيير جان جوف

الحصار

النبعاعات الصمت
المهانة أمام الرفض
فضاظة المنع، المتكيدة
إدراك التناهي المهجور.
والحضور المبهم
أمام الشيء المجهول
يتوتر ويحوم ويغوص
حالة قاتلة تمنع الموت.
وباحثاً عني وحدي،
وعن موتي،



(أنتاناناريفو)

عاصمة مدغشقر وأكبر مدنها

معالم وآثار

وبارتفاع الكثافة السكانية فيها، في حين تؤلف الأحياء الوسطى مركزاً للنشاطات الإدارية والتجارية والفندقية، ويؤلف وادي «أنالانجلي» مع ملحقة «نيسارالانا» مركزاً للأعمال المختلفة والهنو، ويقام فيه كل يوم جمعة سوق تجارية تعرف بسوق «زوما». وهناك الأحياء المحيطة بالمدينة على شكل قوس نصف دائري، وتنقسم إلى أحياء شعبية جداً، وأخرى شعبية إلا أنها أكثر رقباً وسكاناً، وهي صلة وصل بين المدينة والضواحي (الأروبا وأنتانيمينا وسوانيرانا). وتعد المدينة مركزاً تجارياً وعقدة مواصلات مهمة، إذ تشكل أكبر سوق تجارية نابضة بالحياة في مدغشقر، وتحوي مجموعة كبيرة من المنتجات، وتعد أنتاناناريفو مركزاً صناعياً مهماً، يضم صناعة التبغ والمواد الغذائية وديباغة الجلود والملابس والأخشاب والطباعة والمواد الكيماوية والتقنية والطبية. كما تعد مركزاً علمياً وثقافياً مهماً، إذ تضم جامعة مدغشقر التي تأسست عام 1961 ضمن حرم بديع، والكثير من معاهد البحث العلمي والمدارس التقنية والكتبات.

وأنتاناناريفو عاصمة جمهورية مدغشقر الديمقراطية وكبرى مدنها، استبدل باسمها «تاتاناريفو» السابق اسمها الجديد أنتاناناريفو رسمياً وفقاً لدستور عام 1975، تتوسط البلاد بموقعها وهي أقرب إلى الشمال وإلى الساحل الشرقي، إذ تعد عاصمة الإقليم المركزي الشرقي الذي يعد أغنى أقاليم البلاد، فهو يمتاز بهضابه وبحيراته ونباتاته المياه الحارة فيه ويسهولة الواسعة الخصبة التي تشتهر بزراعة الرز والخضر والكرم. تتربع العاصمة فوق سلسلتين من التلال المرتفعة تقطعان الجزيرة من الشمال إلى الجنوب، وتتبعان لشكلا ربوي «الامانية» ذات الموقع الاستراتيجي، وبراوح ارتفاعها ما بين (1200 - 1480 م) فوق سطح البحر. تأسست أنتاناناريفو في القرن السابع عشر مركزاً لقبيلة «هوف»، ثم صارت بعد ذلك عاصمة لمملكة «ميرينا» التي حكمت الجزيرة في القرنين الثامن عشر والتاسع عشر. تنصف أحياء أنتاناناريفو بتدرج فريد، فالأحياء العليا في القسم المرتفع من المدينة، تنصف بغناها بالآثار التاريخية وبأثرها الثقافي والعلمي،

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

سودوكو لعبة 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 تقوم بوضع الأرقام من 1 إلى 9 في الخانات الخالية (رقم واحد في كل خانة).

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



توماس كارليل

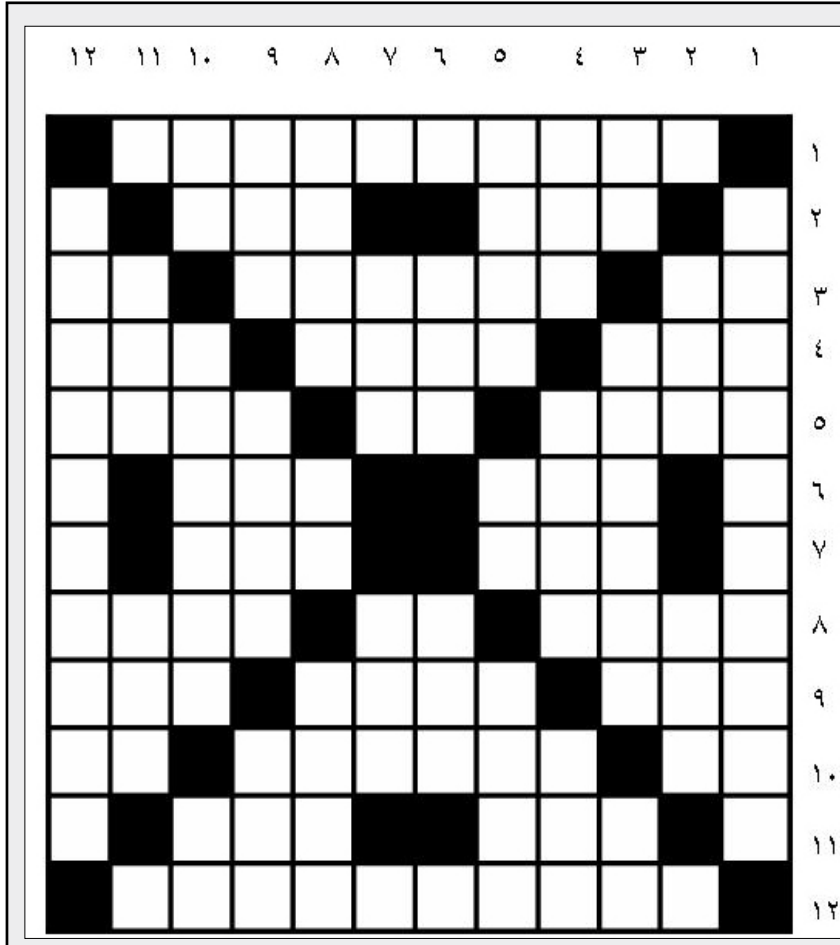
أقوال مأثورة

لا يبني الثقة بالنفس واحترامها
مثل الإنجاز.



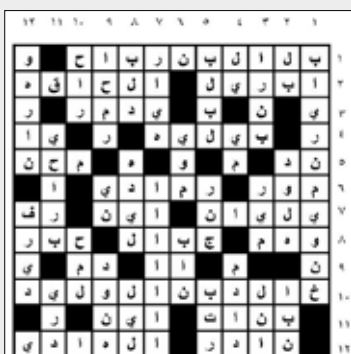
أمنى

واحد عند دكتور العيون..
سألته الدكتور : أتقدر على
تمييز العلامات في اللوحة التي
أمامك ؟
قاله طبعاً.. لكن أين اللوحة؟.



كلمات متقاطعة

- 1- أول سفير للإسلام بالمدينة المنورة.
- 2- أمسى - نقود.
- 3- بط - قربيات - سقي النبات.
- 4- من غزوات النبي صلى الله عليه وسلم - من الفواكه - ماضي يجمع.
- 5- برهان - أداة جزم - رجوع.
- 6- جمال - أكمل (معكوسة).
- 7- في الفم - من أجزاء الجسم.
- 8- ريق - كفاء - عكس مشتر.
- 9- طرقت - وكالة الأنباء السورية - رجل.
- 10- غم - جمع بحيرة - والد.
- 11- ضمير المتكلم - سلام.
- 12- الصحابي الوحيد الذي ذكر اسمه في القرآن صراحة.



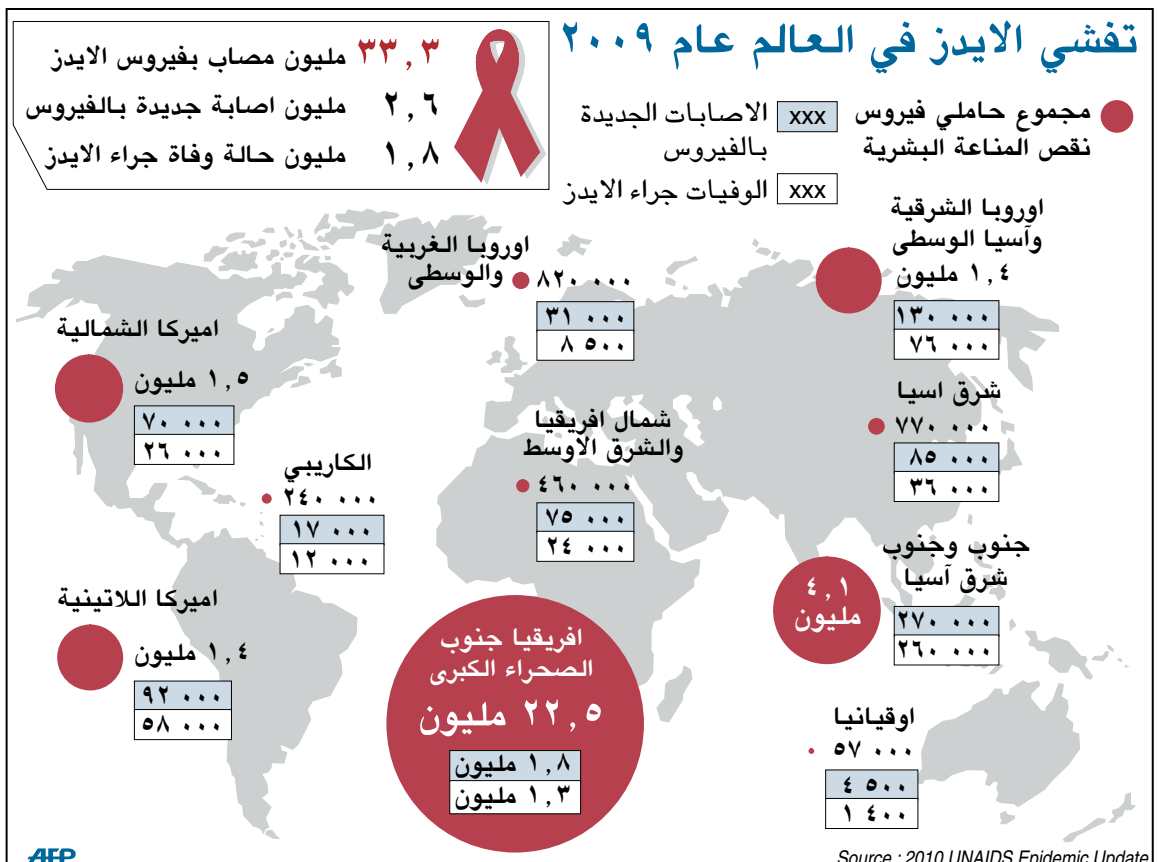
حل العدد الماضي



لص يسطو على البنوك بـ «قناع أوباما»



ألقت الشرطة النمساوية القبض على رجل يشتبه بإقدامه على سرقة أكثر من 6 مصارف وهو يضع قناعاً على هيئة الرئيس الأمريكي باراك أوباما. وقالت صحيفة «تايمز» النمساوية إن الشرطة اعتقلت الرجل بعد قيامه بسرقة مصرف في بلدة فورناخ بمقاطعة فوكلابروك. وأشارت إلى أن الرجل، الذي يضع قناعاً من البلاستيك على هيئة أوباما، متهم بالوقوف وراء عدة عمليات سرقة في المنطقة خلال السنتين الماضيتين سرق خلالها حوالي 80 ألف يورو. وأوضحت الشرطة أن الرجل الذي تم توقيفه مواطن ألماني، وليس مؤكداً ما إذا كان مسؤولاً عن كل عمليات السرقة التي ينهم فيها شخص يضع قناعاً على هيئة أوباما.



ارتفاع الأسعار