14 أكتوبر
يومية - سياسية - عامة
www.14october.com
الثلاثاء - 24 مايو 2011 - العدد 15175

نحن مع الرأي والرأي الآخر ولكننا ضد الإرهاب والعنف وأعمال الشغب والتخريب

علي عبدالله صالح - رئيس الجمهورية

www.14october.com

إعداد / ابتسام العسيري

فحص الكولسترول من سن التاسعة يجنبك الأزمات القلبية والجلطات

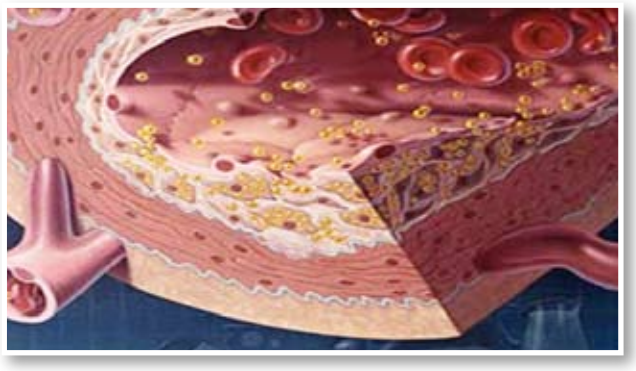
واشنطن / متابعات:

أوصى باحثون أمريكيون بوجوب فحص معدل الكولسترول بدءاً من سن التاسعة، وذكر موقع (هلث دي نيوز) الأمريكي أن باحثين في جمعية (ناشونال ليبيد اسوسياشن) قالوا إنه ينبغي فحص معدلات الكولسترول عند الأطفال وهم في سن التاسعة حتى العاشرة.

كما أوصى الأطباء الأهل الذين يوجد في عائلاتهم أشخاص أصيبوا بأمراض قلبية مبكرة أو معدلات مرتفعة للكولسترول في الدم، إجراء فحوص دم لأطفالهم في سن الثانية لمعدلات الكولسترول.

وقال البروفسور في جامعة كانساس والمسؤول عن الدراسة، باتريك موريارتي، «من المهم أن يعرف الأشخاص تاريخ ارتفاع الكولسترول في عائلاتهم»، وأضاف أن «النقاشات العائلية قد تؤدي إلى تشخيص مبكر، وهذا يعد مهما لأن التغييرات في النظام الغذائي وعادات الأكل في الصغر قد تساعد على تخفيف الأثر لاحقاً في الحياة».

وأشار إلى أنه إضافة لذلك فإن العلاج في سن مبكرة يكون أكثر فعالية.



معالم وآثار

مديرية الشيخ عثمان من أكبر مديريات محافظة عدن وكبرى نواحي وادي لحج وهي لهذا تعد ملتقى كل مديريات عدن وتقع في الشمال الشرقي للمحافظة.

كانت في بداية القرن السابع عشر عبارة عن مزار ديني للولي الشيخ(عثمان بن محمد الوكحى الزبيري) ، ونسب أسمها إلى الولي المقبور بها وهو من قبائل (الزبيرة) المنتشرة ما بين الوهط والفيوش ، وهي مورد الماء لعدن إلى عهد قريب وقد كتب على باب ضريح الشيخ عثمان تاريخ وفاته في سنة(1111) هـ.ولكن يبدو أنه تاريخ بناء الضريح وليس تاريخ وفاته لأن بعض كتب التراث أشارت إلى وجود موقع بهذا الاسم قبل هذا التاريخ بنصف قرن على الأقل.

ويؤكد الرحالة الإنجليزي هنري سلت الذي زار المدينة في عام 1809م ، وهو في طريقة إلى لحج أنه كانت لا تزال هناك غابة كثيرة الأشجار بجانب القرية وقبة الولي، وتمتد المساحات الخضراء إلى عشرات الكيلومترات تشكل مرعى رئيسيا للأغنام والجمال التي كانت تشاهد في كل أنحاء الغابة.

واشترى الإنجليز من سلطان لحج الأرض الممتدة من خور مكسر إلى وراء بستان الكمسري سابقا (حديقة الملاهي حاليا)، وقد أسسوا البدايات الأولى للمدينة لاستيعاب الزيادة في عدد السكان ، وبعود تخطيط المدينة وبناؤها بالشكل الذي عليه الآن إلى الإنجليز، أما مدينة الشيخ عثمان الأصلية فهي قرية الدويل (الشيخ الدويل) التي كان يقع بجانبها قبر الولي. حيث أدركت بريطانيا في أواخر عام 1870 أن عدن مزدحمة للغاية وكان الحل المقترح من قبل الحاكم البريطاني في ذلك الوقت، شراء قرى الشيخ عثمان والعماد والأراضي المجاورة لها من سلطان لحج بغية تشكيل مستوطنات مدنية لتخفيف الضغط السكاني في مدينة عدن. وكان الاقتراح قد عرض على حكومة الهند في عام 1878 وتمت الموافقة عليه في يونيو 1879 ولكن عملية الشراء الفعلية تم تأجيلها إلى أن تتحسن الظروف المالية.

وفي يوليو 1879 تم دفع دفعة أولية قدرها 20,000 روبية لسلطان لحج وفي العام التالي أدرك الإنجليز أن شراء الأرض ينبغي أن يكتمل دون مزيد من التأخير. ووافقت حكومة الإنجليز في نوفمبر 1880 على دفع: 35,000 روبية لسلطان لحج ، ما يجعل المجموع 55,000، و 5,000 روبية للسلطان الفضلي الذي أدعي ملكيته لجزء من هذه الأراضي ، بالإضافة إلى 5,000 أخرى لقاضي لحج الذي ساعد في التوسط في الصفقة. إضافة إلى هذه المبالغ المدفوعة لسلطان لحج تم زيادة الإعانة الشهرية من حكومة الإنجليز لسلطان لحج لتعويضه عن خسارة عائدات الماء والملح من هذه الأراضي. واتفقوا أيضا على أن تغيير الحدود لن يغير من حق السلطان في جباية مستحقات العبور على التجارة مع عدن.

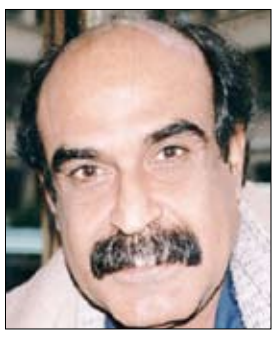
وفي عام 1920م تأسست في المدينة مصانع الملابس القطنية وازدهرت صناعة (البرود اليمنية الشهيرة) .

وهي اليوم أكبر مدن عدن توسعت في كل اتجاه وبني الناس فيها المتنزهات والبساتين وعلى الرغم من كثافة سكانها واتساع عمرانها فأنها حافظت على جزء من طبيعتها الريفية وأهميتها كمحطة للمواصلات فمنها تنطلق المواصلات البرية من عدن إلى كافة أنحاء اليمن.

وقد تغيرت ملامح هذه المدينة عن التراث العدني ودخل عليها المعمار الصنعاني ومعمار كثير من المناطق في المحافظات الشمالية ، من ابرز معالمها مسجد الهاشمي ، سوق الشيخ عثمان القديم.

البقايا

ما الذي يبقى لنا
أشياؤنا المغدورة الأحلام،
ليل الناس ، تقويم النهاية،
غبطة الثكلى ،
تفاصيل الهوى، وتميمة
المجنون .
هل يبقى لنا الدفن المؤجل
واحتمالات المقامر وهو
يرهن ثوبه
وينام في الباقي من الأشياء ؟



قاسم حداد

سودوكو

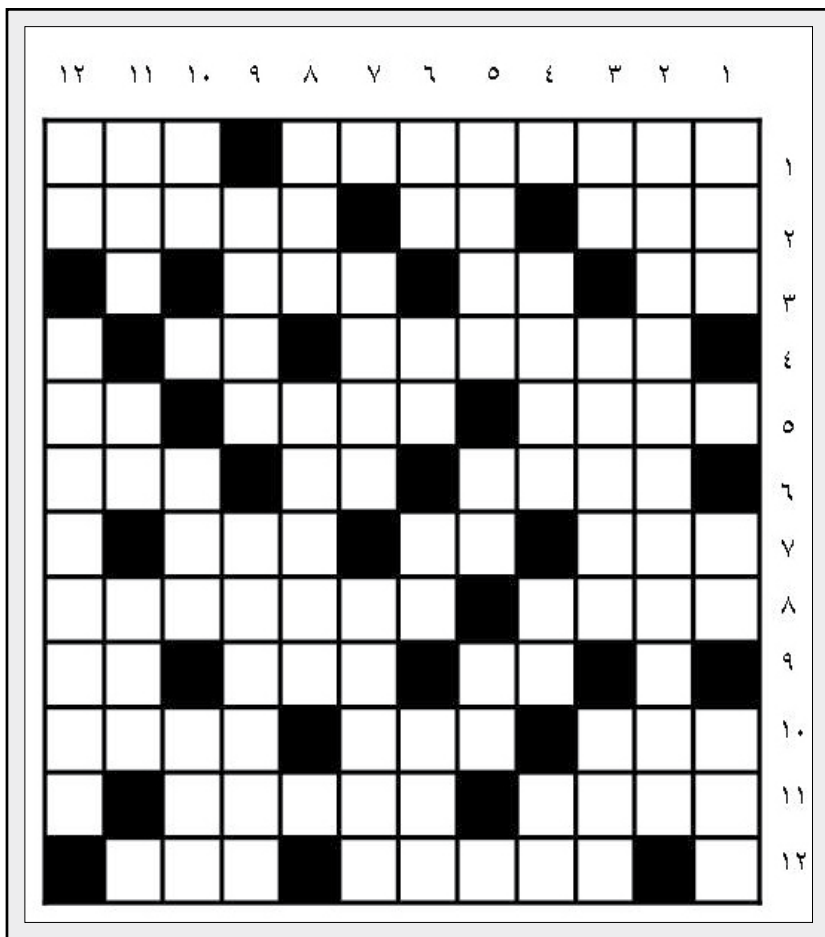
سودوكو تلعب بواسطة مصفوفة 9X9، مقسمة بدورها إلى مصفوفات صغيرة 3X3 تدعى (المناطق).
- عند بداية اللعبة سوف تكون بعض خلايا المصفوفة محتوية على أرقام.
- الهدف من لعبة سودوكو هو أن نقوم بوضع الأرقام من 1 إلى 9 في الخانات الخالية (رقم واحد في كل خانة).

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

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

أهم درس يمكن أن نستفيده من التاريخ هو أن البشر لا يستفيدون كثيرا من دروس التاريخ.

ألدوس هكسلي



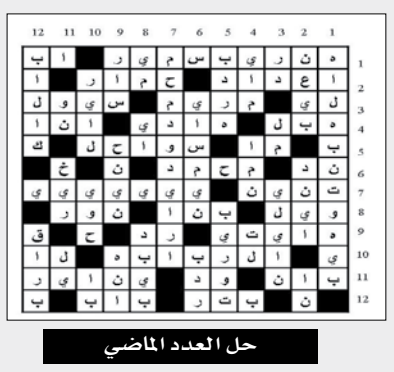
كلمات متقاطعة

أفقيا:

1-خديوي مصري للفترة 1892م – 1914م دشن سد أسوان، رد السودان لمصر، عزله الانجليز وتوفي بجنيف عام 1944م خلفه السلطان حسين كامل – مهن .
2-أحد الكواكب الفضائية – محافظة يمنية – رايات .
3 - ضمير – هز وحرك – سن.
4 - جمعيات نسائية تعنى بالتربية والخدمات العامة منها في الشرق العربي : الراعي الصالح تأسست عام 1836م، الزيارة تأسست عام 1610م ، سيدة المعونة الدائمة 1933م ، الصليب 1930م ، الناصرة 1822م ، الوردية 1880م – بحر .
5-ثمين – وضوح – من الزهور العطرية .
6-حيوان أليف – نقص – من الثمار .
7-دلال – للنفي – نقيض شراء .
8-نبات مائي كالقصب من فصيلة السعديات كانوا في القديم يستعملون قشره للكتابة – بلد آسيوي .
9-في البيضة – عندي – للتمني .
10-كوكب صغير خفي الضوء – كح – اتجاه جانبي .
11-رواسي – بلد عربي .
12-شهر سرياني – يجمع .

عموديا:

1-بنت الظبية – حيوان – حبس .
2-راهب أقام في جزيرة العرب على طريق القوافل رأى محمداً صلى الله عليه وسلم بصحبة تجار قريش فقال لعمه أبي طالب انه كائن لابن أخيك هذا شأن عظيم .
3-للتعريف – من سور القرآن الكريم – أحرف مكررة .
4-أسير – للنداء – خاصتي .
5-يعلو العين – حرف عطف – شعور .
6-عقل – والد – والدة – ارتفاع .
7-قديم – عكس النهار .
8-يصلي بالناس – من سور القرآن الكريم.
9-بيت الأسد – أحرف مكررة .
10-جواب المسألة – مدينة يمنية – نقود.
11-غطى وغلب – حرف جر – يتبع .
12-ثغر – من مقامات الموسيقى العربية .

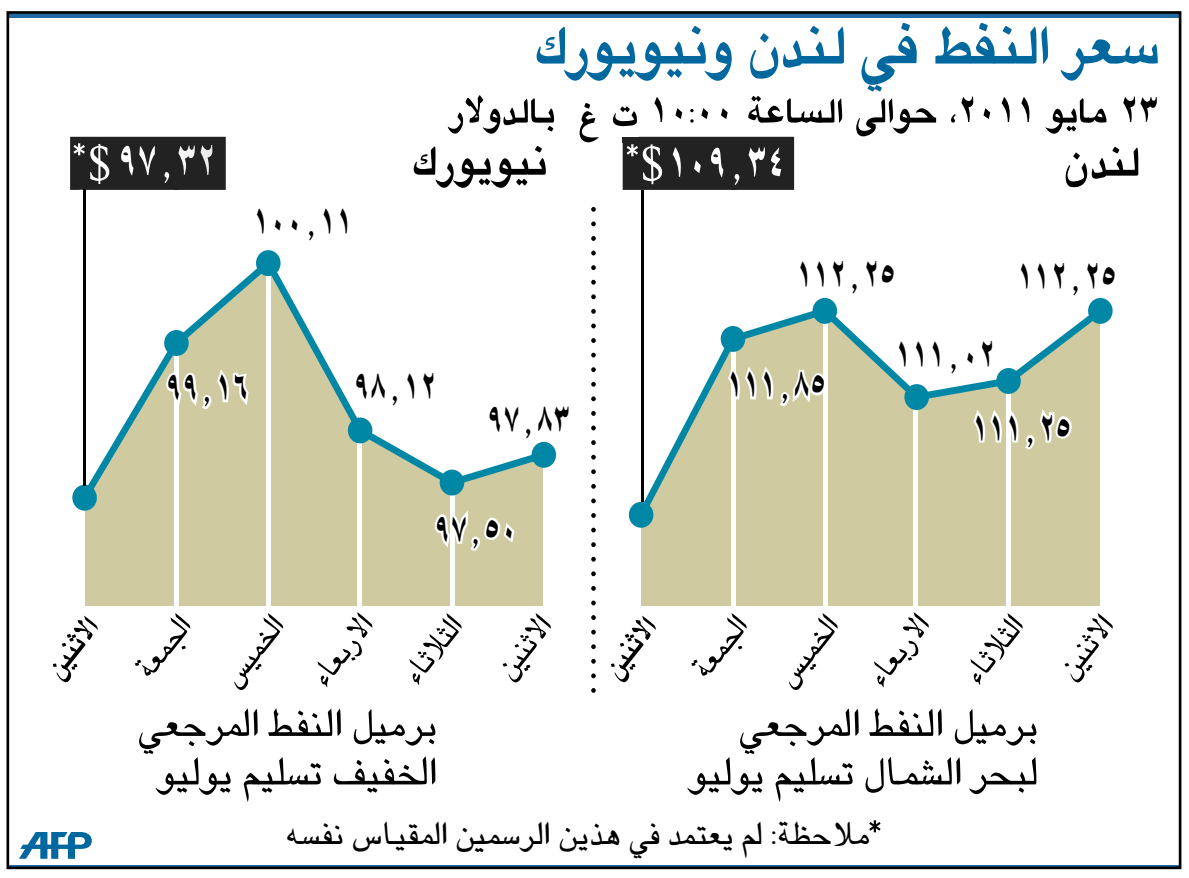


حل العدد الماضي

حبل الغسيل

قيل: إن الأعمش كان له ولد مغفّل فقال له ذات يوم: اذهب فاشترِ لنا حبلاً للغسيل.
فقال: يا أبتِ طول كَم؟ قال: 10 أذرع. ثم قال: في عرض كم؟ قال: في عرض مصيبتي فيك.

جزاء السحر..العمى !!

اعتقلت الشرطة عشرة أشخاص على الأقل، في ما يتعلق بحادث قتل امرأة وزوجها وقع في منطقة رايبور بولاية شاتيسجاره الجمعة الماضية .

ونقلت الوكالة عن المتحدث باسم الشرطة (إس.إس باجيل) قوله:" إن إحدى الأسر في المنطقة ألقت باللوم على امرأة تبلغ من العمر 45 عاماً وزعموا أنها كانت تمارس السحر الذي سبب مشكلات لهم، وداهموا منزلها وضربوها وغرزوا مقصا في عينيها.. وعندما حاول زوجها وقفهم وحمايتها تعاملوا معه بالطريقة ذاتها".