

النوم يساعد في حل المشاكل

إذ حصلوا على قسط من النوم، إلا أن سينسر تقول إن الدراسة فريدة من نوعها لأنها تعالج الناس الذين لديهم فرصة بسيطة لتعلم أمر ما ومن ثم إما ناموا أو بقوا مستيقظين. وشملت الدراسة 54 طالباً جامعياً، طلب من قسم منهم تعلم المقامرة في الصباح والقسم الآخر في المساء وحضروا بعد ذلك بـ 12 ساعة للعب، فتيبين أن الذين كانت لديهم الفرصة للنوم لفترة طويلة بعد تعلم اللعبة كان أداءهم أفضل. وأظهرت النتائج أن 80% من الذين ناموا بعد اللعبة استطاعوا كشف الحيلة فيها و40% من الذين بقوا مستيقظين.

واشنطن / متابعات : أكدت دراسة أمريكية أن النوم يساعد على حل المشاكل والتعلم بشكل أفضل، وأشارت معدة الدراسة ربيكا سينسر وهي بروفيسور مساعد في جامعة ماساشوستس، إلى أن الدراسة لا تثبت أن النوم يساعد الدماغ على التعلم بشكل أكثر فعالية، ولكنها تقدم دليلاً على أن الدماغ لا يرتاح ويحلم فقط حين ننام بل يعيد مراجعة أحداث النهار ومعالجتها. ونقل موقع "هلت داي" الأمريكي عن سينسر قولها إن "النوم مثل إعادة مشاهدة فيلم كنت شاهدته من قبل، فهو يضيف شيئاً لم تنتبه له". وفي حين يبدو واضحاً أن بعض الناس يؤدون أعمالهم بشكل أفضل



قراءت تلك



ماريو بنديتي

النسيان

النسيان ليس انتصاراً على الشر أو على أي شيء إنه أسلوب مقنع للالتفاف على التاريخ ولهذا توجد الذاكرة التي تشرع الأبواب على مصراعيها بحثاً عن مكان يعيد الضائع



بيت (الرهينة)

حصن عماني

يجمع بين

عناصر فن البناء

المعماري الدفاعي

والثقافي

معالم وآثار

يقع حصن بيت الرديدة الذي يعود تاريخه إلى القرن السابع عشر على بعد حوالي 24 كيلو متراً من مدينة نزوى العمانية في بداية وادي المعيدن ويقع في الجهة الغربية من "نيابة بركة الموز". يجمع الحصن بين عناصر فن البناء المعماري الدفاعي والمحلي التقليدي، وتختفي أجزاء جدرانه السميكة ذات الأبراج المشيدة من أجزء الطين في داخلها معماراً أنيقاً يكشف عن آفاس متعددة النصوص وسقوف مطلية ونقوش من الجص متقنة ورائعة.

قام ببناء هذا الحصن الإمام سلطان بن سيف اليعربي ثاني أئمة الدولة اليعربية الذي تولى الإمامة في الفترة (1059م - 1090م) الموافق (1649م - 1679م) وجدده ووسع فيه السيد محمد بن الإمام أحمد بن سعيد، وهذا البيت بموقعه المتميز كان

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

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

كلمات متقاطعة

- أفقياً
- 1 - فيلسوف ورياضي يوناني ولد في ميليتس أشهر باكتشافاته الهندسية قال إن الماء هو المبدأ الأساسي لكل شيء توفي نحو 548 ق.م - اشتعل - شهد.
 - 2 - أول من وصل إلى القطب الجنوبي عام 1911م وهو نرويجي الأصل.
 - 3 - حرف موسيقي - جمال.
 - 4 - حرف عطف - إحدى القارات - حرف جر.
 - 5 - نادي كرة قدم فرنسي - للنداء - مهن.
 - 6 - مراكب - ميدان - دار.
 - 7 - من الألوان - ذكر الدجاج - ثغر.
 - 8 - ضمير المتكلم - اتجاه جانبي.
 - 9 - حيوان أسطوري - مدينة إيطالية في بيامونته.
 - 10 - عايش - مرتفع - في البيضة.
 - 11 - مدينة إيرانية - جمع أساس.
 - 12 - فريد - من سور القرآن الكريم.

- عمودياً:
- 1 - عاصمة عربية - وقت.
 - 2 - للتخيير - نادي كرة قدم إسباني.
 - 3 - عاتب - مرفأ في كوريا الشمالية على

حل العدد الماضي



كثير من المسرات والمصائب يمكن أن يتسبب فيها الحظ، لكن سلامنا الداخلي لا يمكن للحظ أن يحكمه.

موريس ماترلينك

طبيب الأطفال
أمهات أطفال ذهب يطلب يد فتاة، سألتها أم العروس عن عمله، أجابها: طبيب أطفال.
قالت: ولم لم تكمل تعليمك؟؟



أضخم بطيخة في العالم وزنها (80 كم)

يعرض متجر في ولاية كارولينا الجنوبية بطيخة عملاقة من دون بذور تزن 80 كيلوجراماً. ونقلت صحيفة «ذي كولومبيا ستيت» عن جوي ياندل المتحدث باسم العائلة التي تملك متجراً في كولومبيا قوله إن البطيخة العملاقة التي تزن 80 كيلوجراماً وصلت قبل أيام مع مجموعة من البطيخ من مدينة جاينسبيل بفلوريدا. وأشار جوي إلى أن البطيخة التي يقدر حجمها بأنه يساوي حجم 59 بطيخة عادية تعرض أمام المتجر وسوف يتم تقطيعها وأكلها قريباً، حيث لفت إلى أن البطيخة تتميز بأنها من دون بذور، ويشار إلى أن أكبر بطيخة في العالم تزن 121.5 كيلوجرامات وكانت مزرعة في مدينة هوب باركنساس في العام 2006.



هذا اليوم في التاريخ

يونيو

12

1923 • صدور أول قانون لفرض الرقابة على الأفلام السينمائية في مصر.

1944 • الحرب العالمية الثانية: هتلر يطلق قنبلة "طائرة" تحمل اسم "الثأر-1" يمكنها نقل 820 كغ من المتفجرات للمرة الأولى من كاليه غربي فرنسا إلى لندن.

1945 • إلغاء الرقابة على الصحافة في فرنسا.

1990 • الجبهة الاسلامية للانقاذ تفوز في الانتخابات المحلية في الجزائر.

2003 • حلف شمال الأطلسي يقر عملية اصلاح واسعة النطاق لتكييفه مع متطلبات مكافحة الارهاب.



1944

اسرائيل تجري اول تجربة على صاروخ "حيتز" المضاد للصواريخ.