

40% من الأوروبيين مختلفون عقليا

نسبة الأوروبيين الذين يعانون أمراضاً عقلية 40%، حيث يعاني سنويا 60 مليون شخص من تلك الدول من أحد أشكال الخلل الدماغي، كالإكتئاب والأرق والخرف. وبحسب الدراسة، فإن ثلثاً تلك الحالات فقط يحصلون على الدواء المناسب، وهو واقع يسبب عبئا اقتصاديا واجتماعيا ضخما، يقدر بمئات مليارات يورو. علما بأن المصابين يصبحون في حالة لا تتيح لهم العمل، بالإضافة إلى انهيار العلاقات الشخصية لديهم.

14 أكتوبر / متابعة: في محاولة لبحث شركات الصحة الأوروبية الخاصة على الاستثمار، في الدراسات المتعلقة بالدماغ والأمراض العقلية والنفسية. قام فريق من علماء معهد علم النفس السريري بجامعة دريسدن الألمانية بدراسة مطولة استغرقت ثلاث سنوات وشملت 30 دولة أوروبية لتقييم صحة الأوروبيين العقلية، والأمراض العقلية التي تنفخها حكوماتهم على علاج الأمراض العقلية. وأظهرت الدراسة نتائج مروعة، حيث قاربت



إعداد / ابتسام العسيري



ذاكرة

قالت: ترعبي.. أنت بلا ذاكرة من لا ذاكرة له، لا قلب له وأنا لا أريد أن أكون ظلا قالت بصمت مريب تناديني كيف أتيك أجنحتي منكسرة سأشعل قنديل الروح وسأنتظر لربها يوما صحت من عمتك



بريهان قمق



معالم

انجامينا هي عاصمة تشاد وتعتبر انجامينا هي المدينة الأولى في تشاد وكذلك ميناء هام على نهر شاري. أنشأت انجامينا باسم «حصن لامي» بواسطة الفرنسيين في 1900 تخليدا لاسم ضابط فرنسي قتل في معركة في ذلك الوقت. تغير اسمها لاحقا إلى انجامينا في 1973 وأخذ الاسم من الاسم العربي لقرية مجاورة ويعني مكان الراحة. تعتبر انجامينا هي أكبر مدينة بتشاد وتجتذب إليها كل التشاديين الراغبين في الدراسة والتجارة والعمل، أكبر شوارعها هو شارع شارل دي جول (الزعيم الفرنسي) ويعتبر المركز التجاري للعاصمة التشادية حيث تقع به مكاتب شركات الطيران وبعض السفارات الأجنبية ومحلات البقالة الرئيسية المملوكة لمصريين (شركة ديترا) أو للبنانيين أو لفرنسيين (جاسترونومي) و به المطعم الصيني و حلواني ملك و مدار من قبل عائلة هندية و يبدأ الشارع من مطار انجامينا الدولي و ينتهي عند مسجد فيصل (الذي بناه الملك فيصل - ملك السعودية). لا توجد مشكلة في شرب مياه الأبار بتشاد حيث تعتبر من أنقى المياه على مستوى القارة الإفريقية و معظم السلع الغذائية مستوردة من دول الجوار مثل الكاميرون و نيجيريا و كذا توجد بكثرة منتجات غذائية من ليبيا و مصر.

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

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).

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

همسة

من أراد الهزيمة لذاته.. فليبادر بالغرور

عادل خدشي

قاموس إنجليزي عربي

وضعت صورة طماطم وتحتها اسمها بالإنجليزية (tomatoes).. ثم وضعت صورة تفاحة وطلب المدرس اسمها بالإنجليزية.
فكتب أحد الطلبة: توفيتحوتس (tofa-toes)

عجائب وغرائب

أمريكية تأكل رماد زوجها كل يوم من شدة جها له

ان السيدة التي تشاهدونها في الصورة هي امرأة أمريكية غريبة تدعى «كاسي» لم تستطع أن تعايش مع مصيبة فقد زوجها (شون) الذي رحل عن الحياة. فقد كان زوجها «شون» حب حياتها وحلمها الذي لم يكتمل، فبعد أن مات قامت بحرق جثته واصطحبت رماد زوجها في كل مكان منذ أن تستيقظ وحتى نومها. إلى أن جاء يوم فانسكب فيه بعض من الرماد أرضا وفي يديها ولم تدري ماذا تفعل! ولم تقوى على إزالته أو جمعه فقامت بأكل رماد زوجها بدافع الحب الخالص.

كلمات متقاطعة

أفقيا:

- من شعراء الجاهلية الصعاليك قتل في إحدى غزواته له ديوان جمعه وشرحه ابن السكيت.
- بلد عربي - البلد الأوربي الأكثر جبالا.
- للنداء - للتخبير - للنفي.
- متشابهان - أسم علم مؤنث - نقود.
- للنداء - والده - للنداء.
- أرشد - أسم علم مذكر - أحد أبناء نوح عليه السلام.
- مدخل - مطربة لبنانية - بحر.
- شهر ميلادي - عملة.
- التراب الناعم - يعالج - للنداء.
- مدينة عراقية - يرقد.
- عاصمة بريطانيا - بلد عربي.
- عاصمة ألمانيا - أم المسيح عليه السلام.

عموديا:

- أحد الخلفاء الراشدين.
- السحاب الأبيض - قريب - دق (معكوسة).
- عدد إنجليزي - جمع لبن - أرشد.
- الدائرة المحيطة بالقمر - من حل العدد الماضي

حلول أن تستفيد من الطاقة الاستثنائية التي تتمتع بها، لكن شرط أن توظفها في الزمان والمكان المناسبين. لا تكثر لها يردده الشريك، فقد تصد عنه عبارات متسرعة، لكن نيته تجاهك صافية وهذا الأهم.	9/23 إلى 10/22	الميزان	يدخل القمر برجك فتركز اهتمامك على الشؤون العائلية والمهنية والمالية، وقد تجد علاجاً لأحدى المشكلات بمشاركة المحيط. يدخل فينوس برج الميزان، ما يسهل عليك التواصل فتشعر بارتياح أكبر للمحيط أو لشراكة ما كنت تعانيتها.	3/21 إلى 4/19	الحمل
يدلك الحدس على الاتجاه الصحيح، فتصغي إلى نداء القلب لتسير في الدرب المؤدي إلى النجاح. حاول أن تستثمر جهودك في سبيل تطوير قدراتك العملية، فهذا سيكون من أولوياتك في المرحلة المقبلة. لا تضغط على الشريك كثيراً، فهو يعاني بعض المصاعب وقد يتخذ قرارات حاسمة تجاهك.	10/23 إلى 11/21	العقرب	مهما كانت البضاعة أو السلع أو الأفكار التي تروجها، فتجد الزبائن الحاضرين لها. قد تسافر إتماماً المهمة، وقد تشعر بتحسين الأحوال وبحيوية كبيرة للعمل والعطاء والتقدم بدون تعب. إذا شوش عليك بعض الظروف، فإنه لن يحبط من عزمك قد تقوم بجهد لتجنب النزاعات وتلطيف الأجواء والقفر فوق بعض الاستنزافات المحتملة.	4/20 إلى 5/20	الثور
القمر المكتمل في البيت الرابع أي في الحوت ويحذرك من إظهار التردد أمام الآخرين أو معاشره أشخاص سنيين. إياك وأعضاء شهادة كاذبة أو القيام بعمليات مالية كبيرة في هذه الأثناء.	11/22 إلى 12/21	القوس	القمر المكتمل في برج الحوت يؤثر مشكلة مهنية أو عائلية ويجعلك قلقاً ومتوتراً ربما. إنه الوقت المناسب للقيام بمشروع جديد وفوض تجربة من نوع آخر والتزام خط حديث، أو للحصول على دور مميز في العمل، أو للتوجه إلى الناس والجمهير. هذا لا يمنع أنك تبقى شديد الإنفعال متقلب المزاج، بحيث تبدو حيويتك مرتفعة حيناً، ثم ترغب في التخلي عن كل شيء حيناً آخر.	5/21 إلى 6/21	الجوزاء
القمر المكتمل في برج الحوت يفتح أمامك مجالات جديدة ويحمل إليك مفاجأة سعيدة أو لقاء مع الماضي. أخشى على وظيفتك لأنك مثال المشاغبات وتشكل خطراً على استقرار المحيط المهني الذي تعمل فيه. أجل، فأنت قليل الصبر وقاسي القلب هذا اليوم، كما تميل إلى إثارة العداثة والتوتر أينما حللت.	12/22 إلى 1/19	الجدي	القمر المكتمل في برج الحوت يضيء على ناحية مهنية تستحق الاهتمام وقد تلتقط فرصة في هذا الوقت أو تدرك مصلحتك بدون عودة لأية استشارة. وقد يبدأ هذا اليوم المقبل بضغط جمة حيث يكون حافلاً بالمتابغ والأخطاء والجدال، لكن ذلك ينتهي سريعاً.	6/22 إلى 7/22	السرطان
كثرة المزاج غالباً ما تؤدي إلى عواقب وخيمة. لذا، من الأفضل اعتماد أساليب أكثر جدية في معالجة الأمور. لا تغدق على الشريك المزيد من الوعود، إذا لم تكن قادراً على الوفاء بالتزاماتك تجاهه.	1/20 إلى 2/18	الدلو	القمر المكتمل في برج الحوت يتحدث عن مشروع مهني ومالي وعن استثمار تجمع لأجله المعلومات وتطلع على بعض التطورات التي تؤثر على قراراتك. طباعك المتحفظة تترك انطباعات سلبية، فلا تغامر بسمعتك.	7/23 إلى 8/22	الأسد
القمر المكتمل في برج الحوت يلقى الضوء على إنجازاتك ويفتح أمامك أبواباً جديدة. تشعر بالاتزان والارتياح بعدة فترة من التعب والإرهاق. تمارس سحراً وتنصر على محاور يتحداك أو يناقشك بموضوع دقيق.	2/19 إلى 3/20	الحوت	القمر المكتمل في برج الحوت لا يلائمك ويحثك على التصرف بعقلانية والابتعاد عن رهافة الإحساس والتوتر قد تجد نفسك متردداً مراتباً من بعض الكذب. اصغ إلى الآخرين أكثر. أعن بأصدقائك والمقربين نل استحقاقاً.	8/23 إلى 9/22	العذراء

حظك اليوم

كتاب المحنوم ولو صفوا