



كبر السن لا يعني تراجع كفاءة المخ

في بعض الأحيان عندما يضطرون لاتخاذ قرارات سريعة لحظية. وأكد الباحثون أن كبار السن الذين يعانون من بطء في آلية التفكير أو اتخاذ القرار يمكن تدريبهم ببعض التمارين الذهنية على استعادة بعض من كفاءة خلايا المخ ليصبحوا أكثر سرعة في اتخاذ القرارات.

اشئتن / منابيات :
أكدت دراسة طبية حديثة أن التقدم في العمر لا يعني بالضرورة تراجع كفاءة وظائف خلايا المخ، بخلاف الاعتقاد السائد عن تراجع كفاءة وظائف المخ في هذه المرحلة العمرية. وأوضح الباحثون أن الأطفال وكبار السن على حد سواء قد تكون استجاباتهم وردود أفعالهم بطيئة



إعداد / ابتهام العيسري



كانه لوني

هو
أيقن أن وجهه
حطاب أحرق
يقضي ليله جالساً
على حافة البكاء
ليحصى وحده
مرات الرجيل
لينسى قفازي
اللحمي
في رحم امرأة
لم تنجب له
إلا بنتاً سوداء



منار شعبيوق



(الساحة مارسي)

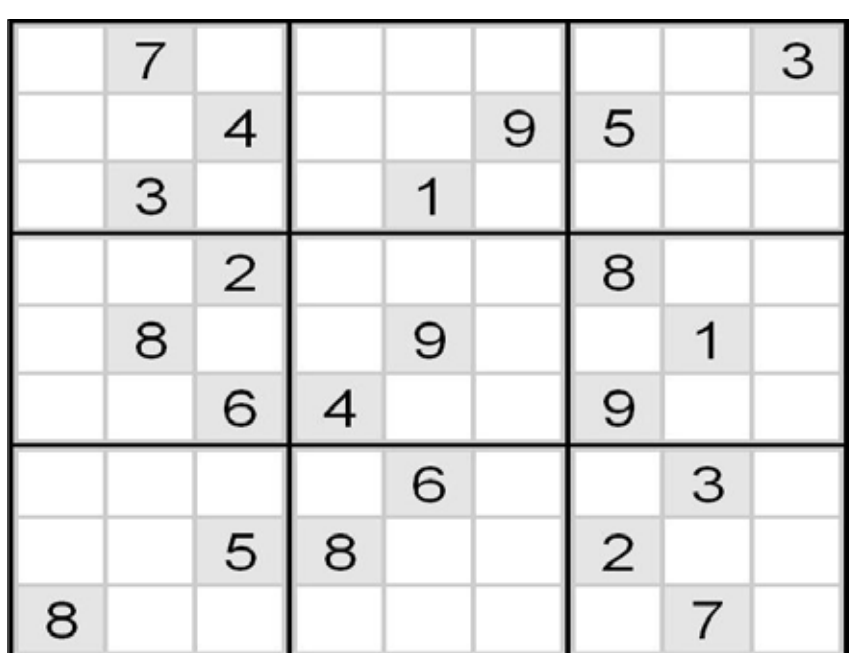
أشهر الساحات في فرنسا

780 متراً عرضاً بمساحة 171,600 (كم2) أي ما يقرب من 41 فداناً. وقد أضافت هذه الساحة بعداً

معالم

الساحة وليس على الجانب الآخر كما كان مخططاً من قبل، مما ساهم في إضافة بعد بصري آخر لمدينة باريس. كانت الساحة - منذ إنشائها - مسرحاً لأحداث تاريخية عديدة أهمها الثورة الفرنسية؛ حيث شهدت الساحة إحتفالات التحرير في 14 يوليو 1790، والتي تم فيها الإحتفال رسمياً بسقوط الملكية آنذاك. وقد كانت الساحة مسرحاً لمذبحة راج ضحيتها 50 شخصاً؛ حيث قاموا بالتظاهر في 17 يوليو 1791 ضد خلع الملك لويس السادس عشر، مما كان من الجنود - يأمر من الماركيز لا فاييت - إلا أن قاموا بفتح النار عليهم. وفي 27 أغسطس 1783 شهدت الساحة أول محاولة للطيران ببالون، قام بها الأخوان تشارلز وروبرت مونتجولفير. أما في أواخر القرن التاسع عشر وأوائل القرن العشرين، فقد شهدت الساحة جميع المعارض العالمية التي أقيمت في باريس في أعوام 1878، 1889، 1900 و1937 على التوالي. تقدر أبعاد هذه الساحة بـ 220 متراً طولاً في

شامب دي مارس في اللغة الفرنسية " هي ساحة عامة خضراء، تقع بالحى السابع من مدينة باريس، في المساحة المحصورة بين برج إيفل والمدرسة العسكرية على طول المحور الممتد جنوب- شرق / شمال- غرب. وتعتبر من أشهر الساحات في فرنسا؛ ليس فقط لما تعطيه من جمال بصري على طول هذا المحور، ولكن أيضاً نظراً لما شهدته من أحداث كثيرة منذ إنشائها. "شامب دي مارس" لفظة فرنسية تعني حقول مارس، وقد سميت بهذا الاسم نسبة إلى مارس إله الحرب عند الرومان، حيث صممت في 1751 لتكون مجالاً للتدريبات العسكرية، وذلك حسبما أوصى به كونت دي ارجنسون من أجل أن تكون الساحة مناسبة لإستقبال 10,000 من رجال الملك للتدريب على فنون الحرب. ساحة مارس كما تظهر في لقطة من أعلى برج إيفل من الجهة الجنوبية الغربية، وتظهر فيها المدرسة العسكرية في الثلث العلوي من الصورة. وفي أثناء إنشاء المدرسة العسكرية في 1766، قام المعماري جابريل بتعديل المساقط الخاصة بها، بحيث تفتح الواجهة الرئيسية للمدرسة على



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

أقوال مأثورة

يلوم الناس ظروفهم على ما هم فيه من حال..
ولكني لا أؤمن بالظروف..
فالتناحون في هذه الدنيا أتاس بحثوا عن
الظروف التي يريدونها فإذا لم يجدوها وضعوها
بأنفسهم.

برنارد شو

جحا والحليب

نزل جحا ضيفاً على صديق فقدم له في اليوم الأول حليباً..
وفي اليوم الثاني حليباً..
وفي اليوم الثالث حليباً...
وفي اليوم الرابع جلس جحا حزينا.
فسأله صديقه : ما بك يا جحا ؟
أجاب جحا : أنتظر حتى تطفمني

كلمات متقاطعة

أفقياً :
1- كاتب انجليزي مؤلف روايات بوليسية بطلها المتحري شرلوك هولمز ولد سنة 1859م وتوفي 1930م - قهوة.
2- من الألوان - ظهر - أحد أبناء نوح عليه السلام.
3- سقي النباتات - ذكي - من الطيور.
4- يعالج - أول مركبة فضائية تحط على القمر.
5- مزارع - الدائرة المضيئة المحيطة بالقمر.
6- يابسة - رقاد - والدة.
7- اسم فارسي معناه الثبات والهدوء - كفاء - من سور القرآن الكريم.
8- ميعاد - أحرف متشابهة - ضمير منفصل.
9- شهر سرياني - أصر .
10- محافظة يمنية - حرف نصب .
11- سنم - دولة عظمى .
12- غطى وغلب - حيوان - اتجاه جانبي.

عمودياً :
1- بلد آسيوي - من الحواس الخمس - سن.
2- مجرى دموي - عاصمة آسيوية -

حل العدد الماضي

عجائب وغرائب

طفل يخرج حياً من بطن أفعى الأناكوندا

بعيدا عن مدينة «سان بابلو» بكيلومترات وقع الطفل ماتيوس بين فكي أفعى



حديث الكاميرا

تصوير وتعليق / علي الدرب :

يتمنى الجميع أن تقوم جهات الاختصاص في محافظة عدن بالحد من ظاهرة انتشار المتسولين والمتخلفين عقليا في الشوارع العامة وافتراضهم كثيراً من مررات المشاة رحمة بهذه الشريحة وما تعانيه جراء هذا الإهمال إضافة إلى ما يسببه هذا الوضع واستمراره من مضايقة للسكان ومستخدمي الطرقات العامة إضافة إلى تشويه المنظر العام.

من العام الأول والموظف ذه نانم ومش ناوي يصحى

متقاعد