14 OCTOBER
14 أكتوبر
يومية - سياسية - عامة
www.14october.com
www.14october.com
الثلاثاء 9 أبريل 2013م العدد 15736

استراحة

إشراف/ ابتسام العسيري

لكل مرض عصير !

عصير الأناناس : يساعد على الهضم ومفيد جدا للمعدة كما انه مدر للبول وطارد للسموم في الجسم وينصح به المصابون بفقر الدم وعسر الهضم وعصير الأناناس له قدرة كبيرة على تذويب الشحوم لذلك فهو مفيد جدا للمصابين بفرط السمنة.

عصير المشمش: ينصح به الأشخاص المصابون بالوهن والهزل كذلك الوهن العقلي والمصابون بفقر الدم كما انه مفيد جدا للأطفال بالإضافة إلى فوائدة في مكافحة الإسهال.

عصير الخوخ : غني جدا بفيتامين سين ومفيد للمراهقين وينصح به دوما للذين يزاولون الألعاب الرياضية المرهقة.

عصير الكرز: غني جداً بالعناصر المعدنية ومقوي لمفاصل الجسم كما أن شربه لمدة تزيد على يومين يسهل عملية طرد السموم والفضلات من الجسم.

عصير البرتقال: ينصح به الأطفال والمراهقون في طور النمو كما ينصح به في فترة النقاهة بعد الإصابة بالحمى او الأنفلونزا.

عصير التفاح : مصدر للطاقة مدر للبول ملين ضد انقباض المعدة لغنائه بالالتفاف كما انه عصير محبب يعالج الكثير من الأمراض.

عصير الليمون: مفيد جدا للأطفال في طور النمو ولمكافحة أمراض البرد والأنفلونزا في فصل الشتاء.

عصير التوت: يعمل على تقوية وظائف الكبد وينظم الجهاز العصبي كما ينصح به المصابون بالنقرس آلام المفاصل الروماتيزم للتخفيف من أوجاعها.

عصير الفراولة: مرطب وملين إذ اخذ ممزوجا بالماء وقابض إذا اخذ بمفرده كما يوصف بشكل عام غرغرة ضد التهابات الحلق والبلعوم.

عصير العنب : من أفضل عصائر الفواكه لأنه طارد للسموم وينصح به مرضى الكليتين والأمعاء وأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم كما انه مزيل لاحتقانات الكبد ويخفف من التهابات الجهاز الهضمي وهو ذو تأثير جيد في تنظيم الدورة الدموية وينصح به الأشخاص المصابون ببعض أنواع الحميات.

كشفت دراسة فرنسية أن الدخان المنبعث من عيدان البخور يسبب المخاطر ذاتها التي يسببها دخان السيجارة خصوصاً أنه يؤدي إلى تلوث الهواء ومن ثم يصبح خطراً على صحة الإنسان الذي يستنشقه.

ونقلت وكالة أنباء الشرق الأوسط عن الدراسة قولها: «إن عيدان البخور عند احتراقها تبعث ملوثات تؤدي إلى الإصابة بسرطان الرئة مثلها مثل دخان السيجارة وخاصة بالنسبة للذين يستخدمونها بكثرة».

وأشار الباحث التايواني تا تشانغ لين إلى أن البخور المستخدم في المعابد ينتج عنه موادِ كيماوية معينة قد تسبب السرطان وخصوصا سرطان الرئة.

جسر يمر داخل مبنى

هذه صورة لأحد الجسور في اليابان يمر داخل عمارة بعد أن قاموا باستئجار ثلاثة طوابق منها ليمر الجسر .

معالم

الجسر الزجاجي..الإحساس بالرعب على ارتفاع ألف متر

يوجد هذا الجسر الزجاجي الشفاف المرعب على حافة جبل بارتفاع يزيد عن الألف متر لتشجيع السياحة في الصين ، لا شك في أن هذا الجسر ليس لضعيفي القلوب فهو جسر معلق عرضه أقل من متر واحد، أحد جانبيه منحدر صخري و الجانب الآخر حاجز زجاجي لا يزيد ارتفاعه عن المتر و نيف يفصلك عن ارتفاع يزيد عن 1220 متر و لكن أكثر ما يبعث على الخوف في هذا الجسر هو أنه مصنوع من الزجاج و يسمح لك بالرؤية تحت قدميك أثناء عبوره و لذلك فإنه من الطبيعي أن ترى هذه السائحة متشبثة بالصخرة يملؤها الرعب أثناء العبور.

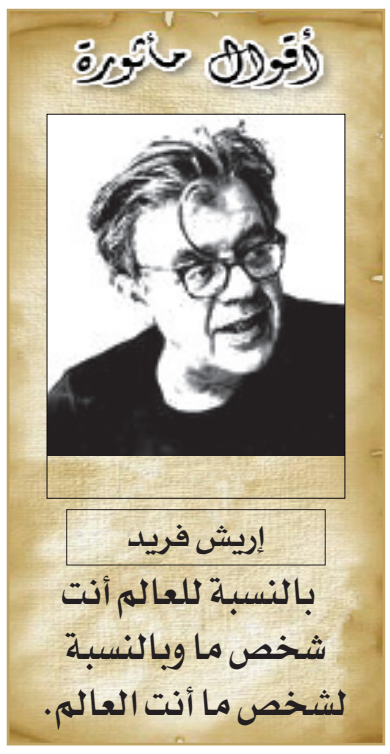
يقع هذا الجسر البالغ طوله 61 متر في جبل Tianmen Mountain أو جبل بوابة الجنة، في مدينة Zhangjiajie في مقاطعة Hunan الصينية و سبب تسمية الجبل بهذا الاسم هو وجود كهف ضخم في منتصف الطريق المؤدي إلى القمة، ولأن عبوره مخيف لكل من السياح وعمال النظافة على حد سواء، ينبغي على السياح لبس أغطية للأحذية قبل عبوره للحفاظ على نظافته.

في المحافظة نفسها و على موقع ليس ببعيد من الجسر الزجاجي يوجد جسر آخر يرتفع آلاف الأمتار عن سطح الأرض مصنوع من ألواح خشبية و عرضه لا يتجاوز عرض طاولة طعام و في نهاية الجسر يضيق عرضه ليصبح نصف متر و هو أطول جسر مطل في الصين.

رسم بالحبر

لا تتعجب..
الكون حليفك
الإشارات تعاويذك
التي لا تندمل
التحم واعتنقها
ما لك غير انشراحة
المعنى
ومنك الإعجاز
تفتح السماء لك
أوعيتها
حلق
توحد
تقدس.

رنا جعفر ياسين



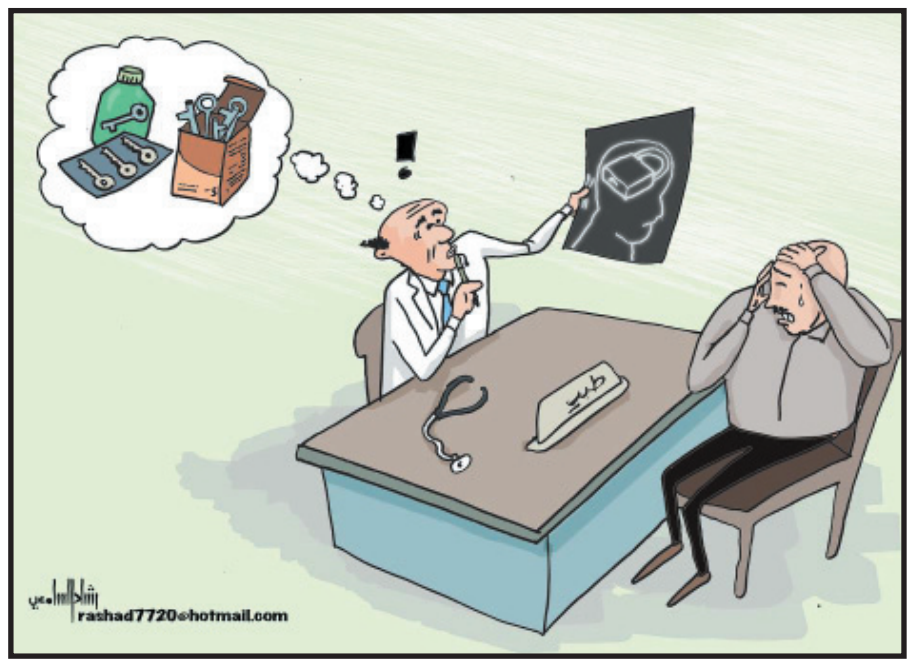
سودوكو

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).

أرفت عبد الكريم الحمادي

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

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

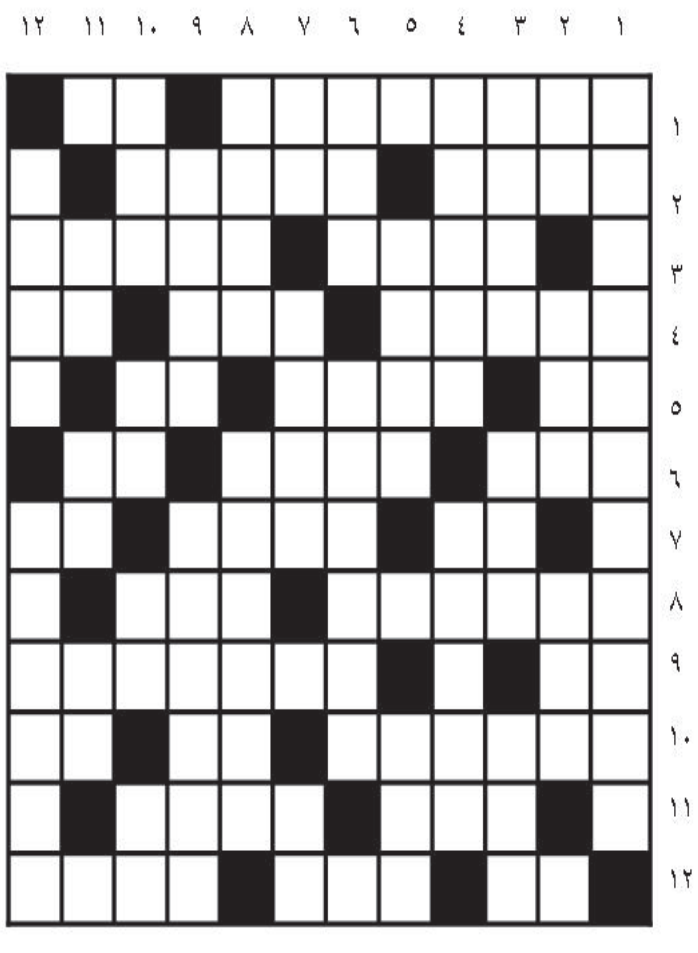


شر البلية ما يضحك

ذهب رجل إلى البحر فوجد فتاة تغرق وتطلب النجدة.. فقال لها: أعطيني يديك فقالت اطلبها من أبي.

اضحك

كلمات متقاطعة



أفقيا :

1-كتاب ألفه أرسطو يبحث في الأنواع الأساسية التي يقال بموجبها الموجود (الجوهر والأعراض) كان له تاثيره البعيد في الفلسفة العربية وفي تعاليم الفارابي وابن سيناء وابن رشد نقله الى السريانية والعربية اسحق بن حنين – أظهر الحديث بالوشاية .

2- طائر مائي من رتبة كفيات القدم – أحرف مكررة .

3- مادة لزجة لها فوائد جمة بالنسبة لحضارتنا الحالية – مدينة فلسطينية.

4-جزيرة يمنية – من الطيور – حرف انجليزي .

5-أمعن – من أسماء العنكبوت – طرق.

6-مرساة السفينة بالفارسية – ضئيل – أداة جزم .

7-هدر الحمام – نجوم صغيرة خفية – للنداء .

8-منفرد بنفسه – من الحيوانات .

9-حمق – بلد أسيوي .

10-من أكبر مهندسي مصر القديمة عاش في عهد الفرعون جيسر بنى هرم سقارة – مرتفع – عقل .

11-من الألوان – مجادلة أو نقاش.

12-طليق – فاز– من الثمار .

عموديا :

1-فيلسوف يوناني قال ان العقل هو منظم الحياة .

2-للتمني – قشرة العود – كسر .

3-ناعم مرتج – كرم – مداد .

4-قوس قزح – شهر سرياني .

5-عقارب– من الثمار .

6-أحد الأنبياء عليهم السلام – نقيض الحضور .

7-للتخيير – هواء عليل – متشابهان

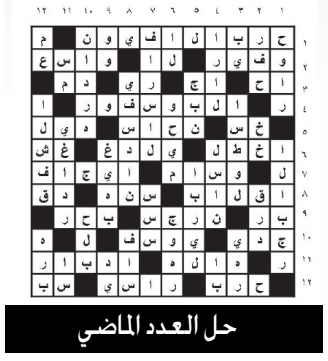
8-بلد عربي – مرفأ في انغولا على الأطلسي .

9-نقيض صادر – جمع مقالة .

10-نحل – نقص – اله – شلف .

11-جوهر – حرف موسيقي – للتعريف .

12-واسع – من أصوات الحيوانات .



حل العدد الماضي

أذن صناعية بتقنية ثلاثية الأبعاد

أعلن علماء أميركيون عن توصلهم لإمكانية استخدام تقنية الطباعة ثلاثية الأبعاد لتطوير أذن صناعية تعمل بنفس كفاءة الأذن الطبيعية، فيما اعتبره المعنيون بعالم طب زراعة الأعضاء تطوراً مذهلاً، خاصة لمن يفقدون أذنهم جراء حادث أو نتيجة لإصابتهم بمرض السرطان أو للأطفال الذين يولدون بدون إحدى أذنيهم أو كليهما .. في بعض الأحيان.

ويشار إلى أنه قد تم الاستعانة بصورة رقمية ثلاثية الأبعاد لأذن سليمة لطفل، حيث تم وضعها في طابعة ثلاثية الأبعاد لتخرج قالباً على شكل أذن، والذي استخدم بدوره لصب مادة الكولاجين وبعض الخلايا الحية التي كونت بدورها غضاريف عظمية خلال 3 شهور. وذلك حسبما ذكر أحد علماء الهندسة الحيوية المشاركين بالبحث من جامعة "كورنويل" الأمريكية في نيويورك.