مؤتمر الحوار الوطني الشامل
بالحوار نصنع المستقبل

14 OCTOBER
14 أكتوبر
يومية - سياسية - عامة
www.14october.com
www.14october.com
الإثنين 24-يونيو 2013م -العدد 15801

استراحة

إشراف/ ابتسام العسيري

حركة اليد تتحكم بنوافذ المنزل

إنها التقنية التي تقدم في كل يوم ابتكارات تفوق كل التوقعات والتي أصبحت جزءا هاما من نظام حياة الإنسان في الوقت الراهن، كيف يمكن التحكم بنوافذ منزل المستقبل، وتحريك الستائر على النوافذ، ليس من خلال أزرار على الجدران أو من خلال الريموت كونترول (تقنيات قديمة كما يقول الخبراء حاليا)، ولكن بإشارة من يدك إلى النافذة، حيث يتم التقاط حركة يدك من خلال مجسات خاصة وفي الحال تستجيب النافذة.

ليس هذا فحسب، لكن أيضا التقنية الجديدة سوف تمكنك من رسم مناظر جميلة وخلابة على زجاج نافذتك، كأن يكون منظرا لأحد فصول السنة. إنها التقنية التي فاقت كل التوقعات ومزجت بين الخيال والواقع.

الجوافة تحتوي على فيتامين (C) أربعة أضعاف البرتقال!!

كلنا نعلم أو نعتقد أن البرتقال هو ملك فيتامين (سي)، لكن الجوافة تحتوي نسبة أعلى من فيتامين سي وهذا ما أكده الدكتور هاني كمال أستاذ التغذية.. حيث قال أن ثمرة الجوافة تعتبر من أكثر الفواكه التي يستفيد منها جسم الإنسان، لأنها تحتوى على كمية كبيرة من الفيتامينات، خاصة فيتامين(C)، الذي يزيد من مناعة الجسم ضد الإصابة بأمراض الأنفلونزا، كما أن الجوافة تحتوى على كميات مناسبة من الأملاح المعدنية كالفسفور والكالسيوم والحديد.

وأضاف كمال أن الجوافة تمتاز باحتوائها على مادة الليكوبين، وهى مادة مضادة للأمراض السرطانية، كما أنها تساعد المعدة في أداء وظيفتها دون التعرض لأمراض سوء الهضم، وتحتوى الجوافة أيضا على الألياف الطبيعية التي تساعد في علاج أمراض السمنة.

فيما أشارت دراسة سابقة إلى أن الجوافة تحتوى على مضادات الأكسدة التي تساعد في منع ظهور علامات الشيخوخة على الإنسان، كما أكد الباحثون أن الجوافة تحتوى على كمية كبيرة من فيتامين سي، تصل إلى أربعة أضعاف الكمية الموجودة في البرتقال، مما يؤكد على أهمية تناولها بالنسبة لمرضى الأنفلونزا ونزلات البرد.

كلمة حق

› أكرم رياض شرف

عظمة الرجال تقاس بوجودهم ووجود ما يعملونه وما يقدمونه وحنكة وحكمت إدارتهم وقيادتهم لمؤسساتهم والنجاحات التي حققوها. والشهادة دائماً تعطى دون أن يطلبوها وأعمالهم شاهدة عليهم خصوصاً عندما يقومون بتطوير المهدوم وإحياء ما كان في عداد المنتهي.. وهذه حقيقة تقال في مقام شخصية أنقذت عمالة وعمال صحيفة كانت قريبة من الاندثار والإلغاء. وعندما عُين رئيساً لمجلس إدارتها ورئيساً لتحريرها ادخل فيها الروح ولمع صورتها ودعم عمالها وأعطى لهم الحافز المعنوي قبل الحافز المادي فأصر على التحديث فيها فادخل لها المعدات والآلات الجديدة والنظم والبرامج الحديثة وصبر على وصولها وتابع استيرادها من منشئها حتى وصولها الميناء وإخراجها.. وانشأ موقعاً اليكترونياً متطوراً على الانترنت في مقر الصحيفة ولم يكن أحد يصدق أن كل ذلك سيحدث في وقت قياسي.. وكتبوا عنه الأكاذيب وكالوا له الاتهامات.

لكنه بعزيمته أوصلها وكانت الآلات حديثة ملونة جعلت للصحيفة بريقاً وشعاعاً لا ينطفئ وقلعة وصرحاً إعلامياً يتيح طباعة مختلف الصحف دون استثناء لتتم المنافسة الإعلامية الشريفة بين الصحف وخاصة الصحف التي لا تتوفر لديها إمكانية الطباعة.. ورغم كلفة الآلات وثمن الورق الباهظ إلا أنه جعل سعرها في متناول الجميع حيث أصبحت صحيفة «14 أكتوبر» أوسع انتشاراً يقرأها الصغير والكبير وجعلها صحيفة لا تعرف المغالطات همها حب الوطن وكلمة الصدق عنوانها.

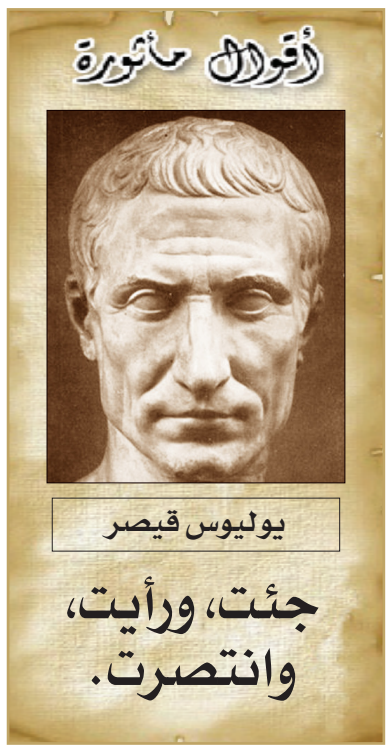
ادخل فيها كل المواضيع وكتب فيها كل الآراء.. قلبه متسع للجميع يحب الرأي والرأي الآخر هدفه البناء وليس الهدم والتنوير وليس التجهيل.. خضع مؤخراً لعملية جراحية في عيونه ونسأل الله له الشفاء العاجل وأن يعود إلينا مواصلاً الدرب في سبيل نشر الحقيقة كما ذكرنا.

إنه أستاذنا العزيز احمد محمد الحبيشي.

بيت

هذا البيت لنا :
غرفات أربع
بابان
وشرفةْ
وقناديل، وفخار،
ووسائد..
أنت تقولين:
"البيت لنا" .
لكن..
هل قال الطائر
- وهو يهذب عيدان
العش -
"البيت لنا؟"

سعدي يوسف



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

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

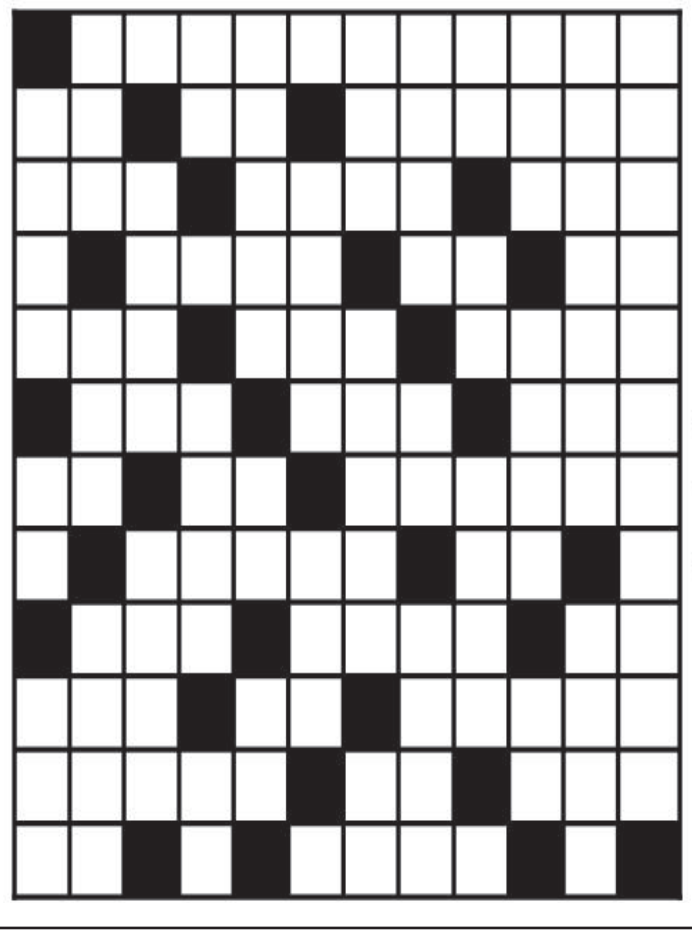
5	3	8	4	1	7	2	9	6
6	1	9	8	2	5	7	3	4
4	7	2	9	3	6	8	1	5
2	4	5	3	7	1	6	8	9
3	8	1	6	9	4	5	2	7
9	6	7	2	5	8	3	4	1
7	9	6	1	8	2	4	5	3
1	2	4	5	6	3	9	7	8
8	5	3	7	4	9	1	6	2

جول الإجازة

كسلان نظم جدول مباريات للدوري فحط أول يوم إجازة .

اضحك

كلمات متقاطعة

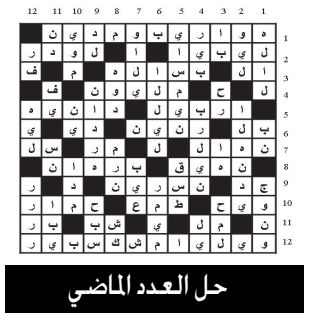


أفقيا :

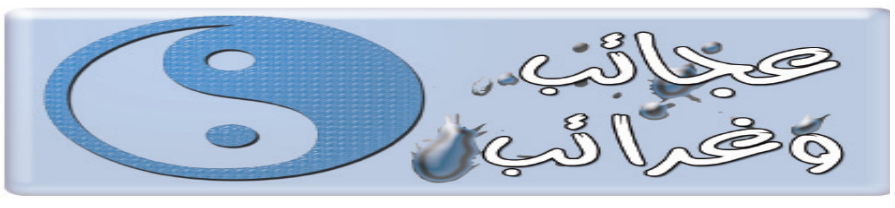
1 - سياسي أمريكي وضع هو وواشنطن اعلان الاستقلال عام 1776م أسس الحزب الجمهوري عام 1797م ثالث رئيس جمهوري للفترة 1801م - 1809م اشترى لويزيانا من فرنسا وأسس جامعة فرجينيا .
2 - مدينة بريطانية بضاحية لندن - شهر سرياني - هر .
3 - خداع - مكرر - سن .
4 - للتخيير - ضمير - عملة .
5 - أعوام - من الأسماء الخمسة - يطرق .
6 - حركة تأتي تحت الحرف - دولة - راية .
7 - مدينة أمريكية - مادة قاتلة - سقي النبات .
8 - عكس - عاصمة عربية .
9 - عمر - حمام بري - حيوان .
10 - التردد في الكلام - أرشد - رجاء .
11 - نادي كرة قدم فرنسي - اله - عاصمة أوروبية .
12 - من أسماء النار - للمعية .

عموديا :

1 - رئيس النمسا المنتخب عام 1992م .
2 - احدى الولايات المتحدة الأمريكية - صوت البوم .
3 - 10 ديسيمتر - يجري - مرتفع .
4 - تقال للتوجع - ضمير - هادئ .
5 - رفيع الشأن والمكان - حرف عطف - صغيرة الفرس .
6 - عملية حسابية - من سور القرآن الكريم - قهوة .
7 - مدينة أردنية - غلاف السيف .
8 - مذياع - حاجز - عقل .
9 - شتم - بلد عربي - تقال للتضجر
10 - مريض - خراب .
11 - من جبال صنعاء - خرب - قديم متفتت .
12 - درب - متشابهان - قرص .



حل العدد الماضي



صيني يحطم سيارته الفخمة احتجاجا على الشركة المصنعة

ذكرت وسائل الإعلام المحلية في الصين أن رجلا حطم سيارته من طراز "مازيراتي" قيمتها 325 ألف يورو، احتجاجا على نوعية خدمة ما بعد البيع لدى الشركة الإيطالية المنتجة لهذه السيارات.

واستعان الرجل بأربعة رجال لينفذوا هذه المهمة بالتزامن مع افتتاح معرض للسيارات في كينغداو (شرق)، بحسب ما أفادت صحيفة "كينغداو مورنينغ بوست".

وأظهرت مقاطع فيديو أربعة رجال يوجهون ضربات للسيارة، ثم تبدو السيارة وقد تحطمت، وإلى جانبها لافتة تتهم الشركة الإيطالية باتخاذ قرارات خاطئة.

وكان صاحب هذه السيارة ويدعى وانغ اشتراها في العام 2011 مقابل 2.6 مليون يوان، بحسب الصحيفة، أي بما يعادل مئة مرة متوسط الراتب السنوي في الصين.