



الأرز هو الرشوة المفضلة لقاضٍ ومدعٍ عام قرغيزيين



اعتقلت السلطات في مقاطعة أوخ القيرغيزية قاضيا ومدعيا عاما كانا يطلبان رشوة بشكل حبوب الأرز. وقد تقدم أحد مواطني منطقة كارا - كولجيسك بشكوى على القاضي الذي طلب منه حسب قوله مبلغ 20 ألف سوم (400 دولار) وكيسا من الأرز مهددا باعتقاله بناء على شكوى مقدمة من زوجته.

ويؤكد مقدم الشكوى أن المدعي العام في المنطقة طلب منه 100 ألف سوم (2000 دولار) أو طنا من الأرز، لإغلاق القضية. وقد ألقى القبض على القاضي بالجرم المشهود في مكتبه لدى استلامه مبلغ 11 ألف سوم (220 دولارا).

كما تم اعتقال المدعي العام في نفس اليوم وعثر في صندوق سيارته على 50 كلغ من الأرز، وقد تم رفع قضية جنائية بحق الاثنين.

ويذكر أن قرغيزيا تشهد حاليا حملة واسعة لمكافحة الفساد على مختلف المستويات، وكان الرئيس القيرغيزي المازينيك أتامبايف قد أعلن أن الوزير الذي لا يتمكن من مكافحة الفساد في وزارته، عليه أن يستقيل طوعا من منصبه.



وطني بلا عنوان



وفاء عبد الرزاق
لا يكفي دمعي كل هذا الماء
يا سبحان الله

وطني يخبرني
لقد اختلف الشبان
لا الحدود تشبه الحدود
لا الذاكرة تشبه الذاكرة
ولا أنا أشبه أناي
قلبي بحجم السماء
عيني بحجم النهر
البحر على ثيابي قامه
جسور

الكرش الضخم .. انتهاك للقانون في اليابان



يعمل الناس في اليابان على التخلص من البدانة ليس فقط لتفادي الأمراض مثل تراكم الدهون في البطن وارتفاع ضغط الدم وارتفاع معدل الكوليسترول لما يعرف بمتلازمة الاستقلاب التي تؤدي إلى الإصابة بالأمراض الوعائية القلبية والسكري، بل لتجنب خرق القانون أيضا.

وقد سن التشريعات اليابانيون قانونا يحدد قياس محيط الخصر لأي شخص في سن 40 عاما فما فوق في حدود 85 سنتيمترا للرجال و90 سنتيمترا للنساء. وعلى الرغم من أن القانون يهدف إلى توفير المال من خلال الوقاية من الأمراض ذات الصلة بالبدانة، إلا أنه لا يوجد إجماع قومي حوله، ويقول الأطباء والخبراء الصحيون إن حد محيط الخصر يتعارض مع التوجهات التي أصدرها الاتحاد العالمي لسكري بخصوص اليابان (90 سنتيمترا للرجال و80 سنتيمترا للنساء).

ووفقا لنظام التأمين الصحي المعمول به في اليابان، تقوم الشركات بإجراء فحوص طبية لموظفيها مرة كل عام، حيث يتم إلزام من يخفون في اختبار محيط الخصر بالحصول على استشارة طبية. وإذا أخفقت الشركات في خفض عدد موظفيها البدناء بنسبة 25% بحلول عام 2025، فإنه سيتم إلزامها بدفع المزيد من المال لتصالح برنامج الرعاية الصحية الخاص بكبار السن.

وسيتم أخذ قياس 56 مليون ياباني في العام الحالي... وعلى الرغم من أن اليابان تسجل أدنى معدلات البدانة، أي أقل من 5% بالمقارنة بحوالي 35% في الولايات المتحدة، إلا أن الناس أصبحوا أكثر بدانة على مدى العقود الثلاثة الماضية، وفقا لإحصاءات حكومية.

وقد سن التشريعات اليابانيون قانونا يحدد قياس محيط الخصر لأي شخص في سن 40 عاما فما فوق في حدود 85 سنتيمترا للرجال و90 سنتيمترا للنساء. وعلى الرغم من أن القانون يهدف إلى توفير المال من خلال الوقاية من الأمراض ذات الصلة بالبدانة، إلا أنه لا يوجد إجماع قومي حوله، ويقول الأطباء والخبراء الصحيون إن حد محيط الخصر يتعارض مع التوجهات التي أصدرها الاتحاد العالمي لسكري بخصوص اليابان (90 سنتيمترا للرجال و80 سنتيمترا للنساء).

مأثورات

برهوت .. بئر تاريخية مسكونة بالأساطير!



• يضرب بصحتنا أن نام في غرفة توجد فيها زهور أو نباتات أخرى لأن النباتات تنتفس مثلنا في الليل فهي تأخذ من الهواء الأكسجين وتطرح ثاني أكسيد الكربون فتفسد الهواء. هذا من جانب، ومن جانب آخر، فإن الزهور المقطوعة هي في حالة تشبه النزاع، لذا فهي تنشر ميواد بضربنا استنشاقها. أما في النهار، فإن النباتات تستنشق ثاني أكسيد الكربون من الهواء، فتحفظ الكربون وتعيد للهواء الأكسجين، لذا كان من المستحسن أن نضع في بيوتنا، أو أن نتجول بين الأشجار صباحا.

من 250 مترا عمق البئر .. لا يستطيع احد النظر إلى داخلها إلا عندما تكون أشعة الشمس متعامدة تماما مع الفجوة .. تسكنها الحمام البياض والأفاعي الكبيرة النادرة. يقال إن الأجداد أتوا لجلب الماء من البئر بسبب شحة المياه .. وكانوا ينزلون احد الأفراد ليحلب الماء من خلال ربطه بحبل .. وفي احدى المرات صرخ «اطلعوني» ونحنما رفعا الحبل لم نجدوا غير رأسه ..! يقال إن ماء البحر، حالي « يطعم السكر».

المهرة، حسب يمين برس. يقول المواطنون إن البئر وجدت قبل التاريخ .. وان الإشاعات والأقاويل كثيرة قد تكون صحيحة أو غير صحيحة أكثر من 100م مربع اتساع الفجوة .. وأكثر

بئر أسطورية موجودة في اليمن تكلم فيه أهل العلم قديما، وأفاضوا كثيرا، ولقد خرجت كثير من الإشاعات عن تلك البئر، فما هي تلك البئر؟ وما حقيقتها؟ وأين تقع؟

بئر عميقة لا قعر معروف لها، نسجت حولها الأساطير والحكايات الفجعة، وسط غموض في الحقيقة والتفاصيل. يتداول المنطقة روايات متباينة عن رجل نزل إليها مربوطا بحبل ولم يعد إلا نصف جثته!!

وعن امرأة كانت ترعى الأغنام وضعت ابنها الرضيع في مهده على مقربة من البئر فاخفى فجأة .. أحدهم يقول إن «فتحة البئر» سيخرج منها يوم القيامة المعذبون في الآخرة.. بئر برهوت العجيبة والغريبة الواقعة في منطقة فيجوت - مديرية شحن محافظة

• يستطيع جسمنا احتمال ضغط الهواء، مع كون مقداره (1033) جرام / سم 2 لأن الهواء الذي نتنفسه والمختلط بدمنا نتيجة اتصال الرئتين بالقلب، يضغط بالقوة ذاتها الجسد من الداخل، فيحدث التوازن بين الضغط الخارجي والضغط الداخلي.

وفي وصف بئر برهوت، في محافظة المهرة يقول أحد الشهود إن المجاعة الحقيقية والمهلة والتي لم أكن لأصدقها لولا أنني رأيتها بأم عيني أنا وزميلي هو رؤيتي لقاء هذه البئر والخضرة تحيط بها من كل جانب وهدير ماء متدفق وكأنه نهر جار يسمع بوضوح وبدون تشويش.

ويضيف: بدأت أتساءل هل ما أشاهده وأسمعه هو حقيقة واضحة أم أنني في حلم من أحلام اليقظة الوردية إلا أننا سرعان ما تبيننا أننا أمام ظاهرة حقيقية وطبيعية موجودة في منطقة قاحلة لا ماء فيها ولا خضرة رغم أننا سمعنا هدير الماء المتدفق وكأنه شلال في باطن هذه الصحراء.



هم يبذلون وقتهم ومجهودهم المحاول لة حتى يتجحوا. كما ان الشخص الذي يحتفل بنجاحات الآخرين ولا يشعر بل الغيرة والحقد عليهم، بل يعلم جيدا ان النجاح نتيجة للعمل الجاد والمحاولات المستمرة للوصول إليه.

الأذكيا لا يتوقعون نتائج سريعة، سواء في سعيهم لتحسين وظائفهم أو صحتهم أو أشياء أخرى في حياتهم، فالأذكيا يعلمون جيدا أن نتائج سعيهم لا يجب بالضرورة أن تأتي سريعا، بل



أقوال مأثورة

حريتي من الله فإن فقدتها فأنا وحدي المسئول عن ذلك.

أمين الريحاني

أشياء لا يفعلها الأذكيا!

الممكن التحكم به طوال الوقت هو تصرفاته وسلوبه. الأذكيا لا يقفون طوال الوقت من أجل إرضاء الجميع: الشخص الذي يعلم جيدا أنه لا يجب أن يرضي جميع الناس طوال الوقت على حساب نفسه، فهو يعلم جيدا متى يقول لا أو متى يرفض أو يقبل الأشياء، هو يحاول طوال الوقت أن يكون لطيفا، ولكنه يستطيع التصرف مع الأشخاص غير الراضين عنه.

الأذكيا لا يخافون خوض المخاطر المحسوبة: الشخص الذي لا يخوض المخاطر المحسوبة، ولكنه لا يمانع في خوض المخاطر المحسوبة، ويأخذون وقتهم للتفكير وراء الأمور وحساب المكاسب من وراء هذه المخاطر مع وضعهم في الحسبان الجانب السيئ من خوضهم في تلك المخاطر.

الأذكيا لا يضيعون وقتهم في التحسر على الماضي: فهم يدركون جيدا أن لا شيء سيتغير من الماضي ويتعلمون من تجاربهم القديمة للمضي قدما في حياتهم دون النظر إلى الوراء. كما يعلمون جيدا أن العالم ليس مدينا لهم وأن كل شيء يجب أن يحصلوا عليه مقابل سعيهم ومجهودهم الدؤوب.

الأذكيا لا يستسلمون بعد فشلهم: هم يعتبرون الفشل فرصة لتحسين من انفسهم والتقدم

الذي لا يفعلها الأذكيا حتى تتجنبها في حياتك ليصبح طريقك إلى النجاح أكثر سهولة:

الأذكيا لا يضيعون الوقت في التأسف على أحوالهم وانفسهم: لا يضيع الأذكيا وقتهم في نذب ظروفهم أو الاستياء من معاملة الآخرين لهم: فهم يتحملون مسئولية دورهم في الحياة ويدركون جيدا أن الحياة ليست دائما سهلة.

الأذكيا لا يعطون فرصة للآخرين لاستخدام السلطة عليهم: فهم لا يسمحون للآخرين بالتحكم بهم، ولا يقولون أشياء مثل «مديري في العمل يجعلني أشعر شعورا سيئا، فهم يتحكمون تماما بمشاعرهم ويعرفون جيدا ماهي ردود الأفعال المناسبة في كل الموقف.

كلمات متقاطعة

- أفقيا:
- ابن رستم بطل إيران الأسطوري قتله أبوة في الحرب ولم يعرفه إلا لحظة احتضاره - ناد كرة قدم يمني عريق يعتبر أول ناد في اليمن والجزيرة العربية.
 - لاعب كرة قدم انجليزي في صفوف مانشستر يونايتد - خير وبركة.
 - هز وحرك - مرتفع صغير - محافظة يمنية.
 - منطقة في يافع - بحر - اتجاه جانبي.
 - خير وبركة - بيت - يابسة.
 - مدخل - أحد الوالدين - كرم.
 - من سور القرآن الكريم - علم.
 - حبر - عاد.
 - دلال (معكوسة) - بلد آسيوي.
 - عملة - صوت الكلب - أداة جزم.
 - ضئيل - من أنواع الأسماك.
 - دك - البقرة الجميلة العينين للاستفهام.

عموديا:

- بلد عربي - من سور القرآن الكريم.
- أنثى الضفدع - حرف عطف - مفرد لياثي.
- سقي النباتات - النادي الملكي.

حل العدد الماضي

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

قادة الحرب

الأستاذ: ماذا تعرف عن أشهر القادة العسكريين في الحرب العالمية الأولى؟
التلميذ: كلهم ماتوا



سودوكو تلعب بواسطة مصفوفة 9x9، مقسمة بدورها إلى مصفوفات صغيرة 3x3 تسمى (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).

أرقت عبد الكريم الحمادي

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

سودوكو تلعب بواسطة مصفوفة 9x9، مقسمة بدورها إلى مصفوفات صغيرة 3x3 تسمى (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).

أرقت عبد الكريم الحمادي

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

