



قول مأثور

إذا لم تكن تؤمن بحرية التعبير لمن نحتقرهم فنحن لا تؤمن بها على الإطلاق.



(نور تشومسكي)

ضحكة على الواتس أب

وحدة قبيحة دخلت الحمام وتقول أعود بالله من الخبث والخبائث؛ راح الشيطان قالمها من غير ما تقولي أنا كنت طالع.



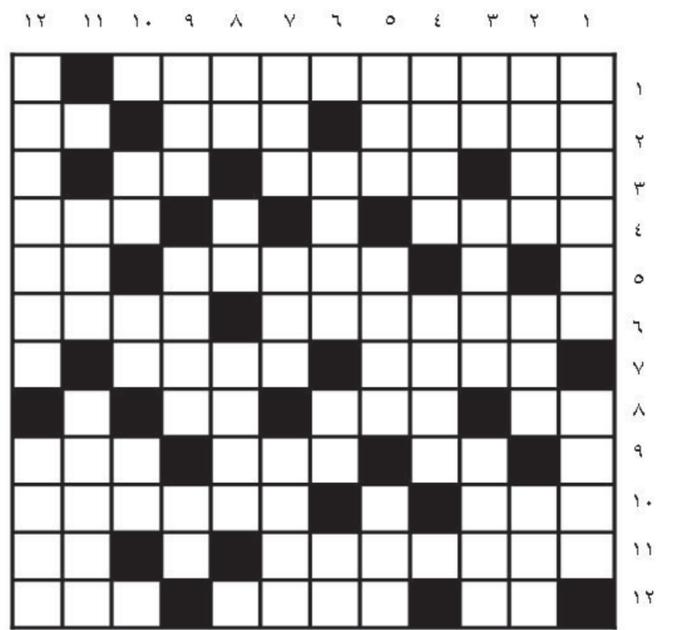
معالم

(مسجد الطفيلي) معلم تاريخي من معالم محافظة تعز

مسجد الطفيلي ويسمى أيضاً (جامع محمد بن زياد) عبارة عن جامع مستطيل الشكل يبلغ طوله حوالي (20 متراً) وعرضه (12 متراً) بني بالأحجار ولعل ذلك يجعلنا نعيد تاريخ بنائه إلى فترة حكم الدولة الزيادية في (القرن الثالث الهجري) نظراً لتقارب اسم الجامع مع مؤسس الدولة الزيادية ثم جد في فترة حكم الدولة الطاهرية في (القرن العاشر الهجري)، ولا تزال الصلاة تؤدي فيه حتى الآن، وهو مقام على عمودين وكل عمود له أربعة عقود نصف دائرية، يحيط به من الخارج سور دائري، توجد به بركة - كريف - ماء مبنية حول الجامع يستفاد منها لتجميع مياه الأمطار، ويعتبر هذا الجامع معلماً إسلامياً أثرياً سيشكل عامل جذب للمنطقة إذا ما تم الاهتمام والتعريف به في وسائل الإعلام السياحية المختلفة.



كلمات متقاطعة

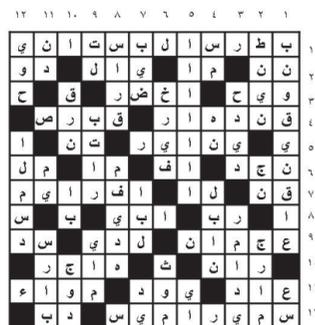


- أقنيا:
- 1- قيصر روسيا 1682م وحده السلطة ونظم الإدارة والجيش وسع حدود بلاده وفرض سيادة الدولة؛ زار بلاد أوروبا أسس بطرسبرج عام 1703م وجعلها عاصمة؛ شجع العلوم فرض نظام السينودس؛ خلفته زوجته كاترين.
 - 2- مطرية اماراتية - عكس ذم - ستم.
 - 3- خاصتي - عملة - جواب.
 - 4- حيوان أليف - من الثمار.
 - 5- أحرف مكررة - من الحبوب.
 - 6- من أكبر الصحف العربية - عمار.
 - 7- صوت المريض - صوت اليوم.
 - 8- أداة جزم - نجل - حرف نصب.
 - 9- في العروق - نقيض أفك - مدينة سورية.
 - 10- عدم نجاح - فرس عنتر بن شداد.
 - 11- بلد أوروبي - حرف موسيقي.
 - 12- من الزهور العطرية - صوت النمل - ماضي يخلق.

عموديا

- 1- عملة بنما - عملة بلغاريا.
- 2- درب - عاتب - ريف.
- 3- سقي الثبات - رئيس الملاحين - برهان.

طول العدد الماضي



كاريكاتور



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).

< أرقت عبد الكريم الحمادي

برنامج أوروبي لتحويل البيتزا إلى طبق صحي قليل الدسم

باريس / متابعات:

مشروع أوروبي يعمل على تحويل جبنة الموتزاريلا التي تحوي على 21% من الدسم إلى جبنة موتزاريلا لا تزيد فيه الدهون عن 3% مع المحافظة على الطعم اللذيذ للجبنة الأصلية. هذا المشروع أطلق عليه اسم - CHE SECOAT وهو عمل مشترك بين عدة مؤسسات ومعاهد أوروبية. ماريلا سيرانو، باحثة متخصصة في علم وراثه الجزيئية من CSK Food enrichment، تقول إنه من خلال "زراعة بكتيريا خاصة، قمنا بصناعة جبنة تحوي على ثلاثة في المائة من الدسم من خلال. هذه الجبنة ملمسها ولونها مختلفان عن تلك التي نراها عادة في الموتزاريلا".

لكن المشكلة تكمن في أنه بلا دهون نحصل على بيتزا صحية، لكنها مختلفة عن تلك المصنوعة من الجبن الدسم لناحية المضمغ والشكل، كما أن مضعها أصعب.

وتضيف سيرانو (هذه الجبنة أفسى ومن غير السهل إضافتها للمأكولات كالببيتزا، لأنها لا تذوب بالطريقة نفسها).

لكن كيف يمكن إذابة الجبن قليل الدسم؟ الباحثون وجدوا حلاً تقنياً لذلك ويكمن في آلة تقوم بتقطيع الجبنة إلى أجزاء صغيرة ثم ترش هذه القطع بمادة معينة. فرانثيسكو مارتينيز مدير Boluda División Industrial، يشرح عمل هذه الآلة (داخل هذه الآلة هناك نظام رش يقوم على تغليف قطع الموتزاريلا بطريقة متجانسة جداً وهكذا فإن المنتج النهائي يصبح ذا نوعية متناسقة). طريقة التغليف هذه ضرورية جداً لأنها تساعد الجبنة الخالية من الدهون لأن تصبح سهلة الذوبان. أما المادة المغلفة فهي سر يحتفظ به الباحثون الذين يؤكدون أنها مشتقة من الحليب. ومن المستحيل كشفه حسب هيلينا بيسيل، وهي مهندسة كيميائية من المعهد التقني السويدي SP كم إنها منسقة البرنامج الأوروبي (CheaseCoat)، (إنها تركيبة بسيطة جداً، لا استطع أن أقول لكم ما هي، فهذا سر لكنها مصنوعة من مواد طبيعية). ما هو معروف أن الغلاف يعتمد على الحليب الدسم ومع ذلك فإنه لا يزيد كثيراً من نسبة الدهون.

وتؤكد بيسيل (نضيف نسبة ضئيلة من الدهون إلى المنتج، لأننا نحتاج لها فقط على السطح وليس داخل قطع الجبن المجزة).

ولمعرفة الفرق، تمت تغطية نصف البيتزا بالجبن غير الدسم وعلى النصف الآخر تم وضع الجبن غير الدسم لكنه مغلف بالمادة السرية. ويخلص جاسن كلارك مدير المشروع، من Pera Technology (الموتزاريلا غير المعالجة احترقت، إذابتها صعبة ولونها أصبح بنياً في حين أن الموتزاريلا المعالجة لونها فاتح، ولمسها رقيق وسهلة القضم).

يأمل الباحثون أن تجد هذه التقنية مكانها قريباً في الأسواق لإرضاء رغبات جميع عشاق البيتزا.



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

قرأت لك

بوح عابر



نذير الصبري

رجس الكبرياء
احتاج طبيبتك لأعيد
للحن لانتفس البوح
من روحك

مساؤك أنتى
من وجه السحاب إذ اتات
عيون الأبرياء
كفكف المساء بدون السماء
وكيف الحواس تغنى
وترقص بهجة الآخرين
هنا ضفة النهر تشتاق روحاً
للتعم بالحنين
وجه الحياة بدون مرورك
لا يعطي للحروف اي معنى
بهجتى أنت حتى وان
ابتعدت
سرعان ماتدهشني بعودتك
لنهرى
أيتها العطر الذي يسكن
النض ويبسط
الفرح بين عيوني المنهمرة
بالحنن
اشواق روحك المطهرة من

التدخين يزيد من احتمال الإصابة بسرطان الثدي



لندن / متابعات:

أظهرت دراسة حديثة أن النساء صغيرات السن اللاتي يدخن لديهن احتمال مرتفع للإصابة بسرطان الثدي موجبه مستقبلات الاستروجين.

وعمل الباحثون على إجراء دراسة لنساء تراوحت أعمارهن من 20-44 عاماً واللاتي تم تشخيصهن بالإصابة بسرطان الثدي الغازي (778) امرأة مصابة بسرطان الثدي موجبه مستقبلات الاستروجين و 182 امرأة مصابة بسرطان الثدي ثلاثي السلبية لكل من مستقبلات البروجسترون والاستروجين وعامل النمو البشري. بالإضافة إلى 938 امرأة غير مصابة بسرطان الثدي، وعمل الباحثون على تقييم الرابط بين التدخين واحتمال الإصابة بسرطان الثدي.

ووجد الباحثون أن النساء اللاتي دخن في وقت سابق كن أكثر احتمالاً للإصابة بسرطان الثدي بنسبة 1.3 مرة والذي يتضمن زيادة احتمال الإصابة بسرطان الثدي موجبه مستقبلات الاستروجين ولكن لم يتضمن سرطان الثدي ثلاثي السلبية.

وكانت النساء المدخنات الحاليات اللاتي يدخن أكثر من 10 علب سجائر سنوياً أو لديهن تاريخ سابق بالتدخين الثقيل لديهن احتمال مرتفع للإصابة بسرطان الثدي موجبه مستقبلات الاستروجين أكثر بـ 1.6 مرة بينما لم يظهر أي تأثير على سرطان الثدي ثلاثي السلبية.

وقال الباحثون إن هذه النتائج تقترح وجود تاريخ للتدخين وخاصة لفترة طويلة من الزمن مرتبط بارتفاع متوسط في احتمال الإصابة بسرطان الثدي موجبه مستقبلات الاستروجين.

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