

منوعات

العقل

الخميس - 18 يوليو 2013 م - العدد 10847
Thursday 18 July 2013 - Issue No 10847

ص 22

مؤسسة الجيلة تتبرع بـ 300.000
ألف درهم لمستشفى توام لعلاج مرضى
السرطان والأضطرابات الوراثية



ص 27

طائرات وقصور ومزارع وسيارات
هدايا المشاهير...
بذخ بالملايين



المراسلات: ص.ب 505
email:munawaat@alfajrnews.ae

البدانة خطر على العظام

أوضحت دراسة حديثة أن البدانة المفرطة قد تشكل عاملاً في زيادة مخاطر الإصابة بمرض لين العظام. وقالت الدراسة التي أجراها عدد من العلماء والباحثين الأمريكيين أن عدداً من الذين يعانون من البدانة قد قامت أجسادهم بتخزين كميات من الدهون في العظام وهو ما أدى إلى أن يصبحوا أكثر عرضة للإصابة بكسور العظام. وقام الفريق التابع لجامعة هارفارد في ولاية بوسطن بدراسة مسحية على ما يقرب من 106 رجلاً وسيدة من البدناء الأصحاء، وكشفت الدراسة أن هؤلاء الأشخاص قامت أجسادهم بتخزين الدهون في أماكن متفرقة منها العضلات والأفخاذ والأرداف والبطن علاوة على العظام في بعض الحالات، وقالت د. مريم برينديلا عضو الفريق البحثي إن الأشخاص الذين تقوم أجسادهم بتخزين الدهون في منطقة البطن والوسط هم الأكثر عرضة لمشاكل العظام وقالت برينديلا إنه عندما تصل الدهون إلى منطقة الخلايا المسؤولة عن تصنيع خلايا العظام الجديدة فإنها تعطلها عن العمل. وأوضحت لقد كنا نظن في السابق أن البدانة تمثل عاملاً واثقاً من أمراض العظام لكن ذلك الأمر غير صحيح، وأوضحت الدراسة أنه لا يستطيع أحد أن يختار مكان تخزين الدهون في جسده وبذلك فإن الأمر الأفضل والأكثر صحة هو أن نحافظ على النحافة.

تحتال على شخصين بمليوني دينار

ألقى عناصر إدارة البحث الجنائي التابعة لمديرية الأمن العام الأردنية، أمس القبض على مواطنة احتالت على شخصين سعوديين بمبلغ مليوني دينار. وذكرت المديرية أن عناصرها ألقوا القبض على أردنية بعد أن أوهمت شخصين سعوديين بأنها موظفة في مؤسسة حكومية مهمة، وبإستطاعتها شراء قطع أراضي وعقارات بأسعار مخفضة بحكم عملها المزوم، وبيعها بعد ذلك بأسعار السوق وجني أرباح طائلة. وأوضح البيان أن السعوديين تقدموا بشكوى وبوشر التحقيق والبحث والتحرر عن المشتكى عليها، التي تمكن المحققون من تحديد هويتها وإلقاء القبض عليها ولتمت إلى أن المشتكى عليها اعترفت خلال التحقيق معها باستلام مبالغ مالية من الشخصين لتسليفها، وجرى توديعها للقضاء.

حميات أم إرهاب غذائي؟

حذرت العديد من الكتب الحديثة من الحميات السريعة التي يلجأ إليها البعض للتخفيف من أوزانهم، دون إدراك عواقبها. وأمام فشل وخطر هذه الطرق التي بات الكثيرون يتبعونها، جند عدد من الأطباء الفرنسيين أقلامهم لكشف مخاطر هذه الحميات التي يقولون، انها لا تساعد على فقدان الوزن لمدة أطول، وإنما يواجه من يلزم بها خطر زيادة الوزن. هذا الحكم القاسي هو نتيجة ملاحظة الأطباء المختصين في التغذية، الذين يتوافد على عياداتهم يومياً أفراد أصيبوا بخيبة أمل شديدة نتيجة اتباع حميات خاصة.



ويقول الدكتور ارنود كوكول، صاحب كتاب (هل تعرفون الحميات؟): أنا استقبل أناساً مهزومين ومحطمين بسبب الفشل، وأضمن خدمات ما بعد البيع. أنا أعيب على السلك الطبي اعتماد هذه الحميات الغذائية السريعة، هذه الفئة من الأطباء تمارس إرهاباً غذائياً، لأن بعض المرضى يعانون بسببهم من البدانة وصحتهم تتدهور يوماً بعد يوم).

ويعود سبب الفشل إلى الحرمان من الأغذية بهدف تخفيف الوزن في البداية، ما يؤدي إلى ارتفاع رهيب في الوزن إذا ما بدأ الفرد يتناول الغذاء بشكل طبيعي. والحميات العامة، غير الموجهة لشخص ما بذاته، بدورها تعد من بين أبرز أسباب زيادة الوزن بمرور الوقت، ويقول دافيد بنشترت وهو طبيب باحث في عيادة دويوا وصاحب كتاب (خففت وزني بطريقة مختلفة): نتحكم في السلوكيات الغذائية التي تؤدي إلى فقدان الوزن منذ 20 عاماً، لكننا نسبتنا أن نأخذ بعين الاعتبار هوية الشخص، لأن لكل فرد بصمة غذائية خاصة به.

ويتصح هؤلاء الأطباء بفقدان الوزن ببطء للمحافظة عليه وفي هذا الشأن يقول الطبيب بنشترت: كلما احترمتنا العادات الغذائية وأذواق كل واحد، حصلنا على نتائج جيدة، علينا أن (نخدع) الدماغ الذي يطور مقاومة للحمية. وقد طور هذا الطبيب نظاماً غذائياً لخفض الوزن يقوم على احترام الإنسان وحاجاته، ويتضمن 5 خطوات، نجدها في الإطارات.

التصالح مع الأكل

ويرى العديد من المختصين في التغذية أن الجلوس إلى الطاولة يساهم في تصالح الفرد مع الأغذية، مثل الكنكوتة ليليان لونغوف التي أصدرت مع الشيفة لورانس سالومون كتاباً أخيراً تحت عنوان (هذا ليس حمية)، قدمت خلاله 100 وصفة، وأما نظريتها التي سمتها (الثالوث الغذائي) فتقوم على تناول وجبة تتضمن بروتينات وسعرات حرارية وفيتامينات ومعادن وعلى احترام توازن الريجيم. وتقول ليليان إن الهدف من وراء كتابها هو تلقين

5 نصائح حكيمه

1- ابحث عن المتعة من أكبر الأخطاء التي ترتكب أثناء الحميات الغذائية هو أن يحرم الفرد نفسه من الأكلات التي يحبها، والأفضل هو أن تتناول ما تحبه من الأغذية ولكن بشكل متوازن.
2- إرضاء الشهية بطريقة أخرى حتى تحسن مذاق الأكل، دون أن نرفع عدد السعرات الحرارية علينا أن نضيف بعض التوابل والأعشاب

الطازجة بالإضافة إلى تنوع الألوان على الصحن.

3- كل دون أن تدين نفسك في حال ما إذا استسلمت للأكل هناك قاعدتان يتعين اتباعهما، بدل إدامة نفسك، عليك أن تتدقق وتتمتع بما تناولته وتستدرك الأمر بتخفيف مقدار الوجبة التالية.

4- ضبط الحمية

ليس عليك أن تتكيفوا أو تضبطوا أنفسكم مع الحمية بل العكس، على الحمية أن تتكيف مع طريقة حياتكم وإلا سيكون الفشل هو مصيركم، لأن العملية لا تثمر على مدى طويل.

5- استمعوا إلى إشارات الجوع والشبع

يعرف الجسد متى علينا أن نأكل وماذا نأكل وهذا بطبيعة الحال للاستجابة لحاجياته، لذلك من الضروري أن نشعر بالجوع والشبع حتى نصل إلى الوزن الذي نرغب فيه.
- عن لوجورنال دوديمانثس

الفيتامينات الزائدة تقصر العمر

ان تناول كمية من فيتاميني C وE أكبر من التي يحتاجها الجسم، يؤدي الى تقصير عمر الانسان.
من المعلوم أن جسم الانسان لا ينتج فيتامين C ولا يخزنه، ورفع نسبته في الجسم يتناول الناس مضافات اصطناعية.
وبعد دراسة تركيز المواد المفيدة فيها، اتضح للعلماء، بانها تحتوي على نسبة من الفيتامين تفوق 100 مرة الكمية اليومية المطلوبة.
وتجدر الاشارة الى كمية فيتامين C التي يحتاجها الجسم يومياً تعادل 40 ملغ، أما الكمية التي يحتاجها الجسم يومياً من فيتامين E الذي يحافظ على بنية الخلايا فتعادل للنساء 3 ملغ وللرجال 4 ملغ.
ولتحديد خطورة تناول الفيتامينات بكميات اكبر من المذكورة اعلاه، اجري علماء من جامعة جلاسكو اختبارات على الفئران، حيث اعطيت لمجموعة من الفئران كمية من فيتاميني C وE الموجودة في الفيتامينات الاصطناعية.
بنتيجة هذه الاختبارات اتضح أن عمر هذه الفئران اقصر من المجموعة التي لم تحصل على الفيتامينات الاصطناعية.
استنتج الباحثون من هذه الاختبارات، بأن الفيتامينات الاصطناعية تحتوي على كميات خطيرة من الفيتامينات، مما يؤدي الى قصر العمر.
ويقول الباحثون، إن افضل طريقة للحصول على الكمية المطلوبة من الفيتامينات، هي تناول اغذية صحية وطبيعية ويذكر ان فيتامين E موجود في الحبوب والجزر والزبدة والبيض والحليب والخضروات والكبد واللحوم أما فيتامين C فهو موجود في اغلب الخضروات والفواكه.

الأسماك الملونة تزين المنزل وتريح الأعصاب



إذا شعرت أن منزلك بحاجة للمساحة لتعيد إليه الحياة لئلا تترغبن باجراء تغيير شامل ومرهق في الديكور والمشروبات. وإذا كنت من عشاق البحر والحياة المائية فأحواض أسماك الزينة هي الخيار الأمثل وما أن تضعينها في أحد زوايا المنزل حتى تضيء على المكان الإحساس بالحياء والهواء والطمأنينة وهذا ما أثبتته الدراسات التي تربط بين البيئة المحيطة بنا والحالة النفسية. فهذه الإضافة البسيطة إلى منزلك تحول إلى جسد نابض بالحياة يحتضن بين زواياها صورة مصغرة للحياة البحرية بجمالها وألوانها وأعضائها وأسماكها وعلى عكس الاعتقاد السائد بأن الأحواض الصغيرة تكون عملية وسهلة فيما يتعلق بالعناية فالواقع ان الحوض كلما كان حجمه أكبر يكون التعامل معه بعد الإعداد الأول أسهل من الأحواض الصغيرة التي ما أن ترتكب فيها خطأ بسيط حتى تتلوث المياه بشكل سريع وتؤدي إلى وفاة الأسماك بسبب عدم وجود مساحة كافية للابتعاد عن حيز التلوث أو زمن كافي لتفريغها من الأسماك قبل أن تصاب ولكن الأهم بالطبع هو أن يكون حجم الحوض مناسب للمساحة التي سيوضع فيها.

ويجب ابعاد الحوض عن الأدوات الكهربائية مثل التلفاز والفيديو وغيرها كذلك لايجب وضعه بجانب النوافذ التي تسلط عليه ضوء الشمس أو تعرضه للرطوبة فهذا يؤدي إلى خلل في التوازن الحراري لمياه الحوض ويتسبب في مرض أو موت الأسماك أما الأحواض الكبيرة فيفضل أن تكون لها قاعدة مثبتة في الأرض أو مرتكزة على الجدار .. ولا بد من اختيار موقعها بدقة لصعوبة تغييره لاحقاً.

كمبيوتر بـ 4 ملايين دولار

أعلن في روسيا، عن طرح مناقصة لتصنيع جهاز كمبيوتر بقيمة تقارب 4 ملايين دولار لرئيس شركة غازبروم عملاق الطاقة الروسي.
وذكرت وكالة (نوفوستي) الروسية للأبناء أن شركة غازبروم دعت مصنعي أجهزة الكمبيوتر لتقديم عرض لعقد بقيمة 119.7 مليون روبل (حوالي 4 ملايين دولار أميركي) لتصنيع جهاز كمبيوتر تقال لرئيس مجلس إدارة الشركة أليكسي ميلر.
وتريد غازبروم الحصول على الكمبيوتر الذي يجب أن يدير العمل اليومي لإدارة الشركة بعد 206 أيام من بدء العمل على تصنيعه.
ويجب أن يقوم الكمبيوتر النقال المطلوب بمهام الكمبيوتر الثابت نفسها ويكون سريعاً جداً، وأن يعمل على مدار 24 ساعة في كل من أيام السنة و365 يوماً.
وإذا توقف الجهاز عن العمل لسبب ما فيجب أن يستأنف عمله خلال مدة أقصاها 4 ساعات بعد إصلاح العطل.

منوعات الفكر

22



مؤسسة الجليلة تبرع بـ 300,000 ألف درهم لمستشفى توام لعلاج مرضى السرطان والاضطرابات الوراثية

مستشفى العين يواصل فعاليات حملة دوائي في رمضان

•• العين - الفجر:

•• العين - الفجر:



تبرعت مؤسسة الجليلة ، بمبلغ وقدره 300 ألف درهم لمستشفى توام لتغطية مصاريف العلاج للمرضى المحتاجين الذين يعانون أنواع مختلفة من السرطانات والاضطرابات الوراثية. ويعتبر مستشفى توام بالإشتراك مع جونز هوبكنز الطبية ، جزءاً من شركة أوبلي للخدمات الصحية (صحة) من المراكز الرائدة في الأبحاث وعلاج الأورام والاضطرابات الوراثية. حيث ستتيح هذه التبرعات للمرضى الوصول إلى أفضل العلاجات، فحوصات الدم، الأشعة السينية، المعدات الطبية والعلاج الكيميائي المطلوب.

من جانبه، قال السيد جريجوري شافير المدير التنفيذي لمستشفى توام قائلاً: نود أن نتقدم بالشكر الجزيل لمؤسسة الجليلة التي أطلقتها صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، لهذا التبرع السخي للمرضى في مستشفى توام ، وهذا ليس مستغرباً للأهداف التي تسعى مؤسسة الجليلة إلى تحقيقها تتقاطع مع أهدافنا في تقديم إسهامات مستدامة ومميزة في مجال الرعاية الصحية لتغيير مسار حياة الأفراد. ولا شك أن هذه التبرعات ستقوم بتغيير حياة العديد من المرضى وأسرة، وستسمح لطواقمنا الطبية بتحسين مستوى الرعاية الصحية لعلاج أمراض الأورام السرطانية والوراثية .

وأضاف السيد شافير: نحن ممتنون للغاية لمؤسسة الجليلة وإلى صاحب السمو الشيخ محمد علي سخائهم، وسندهم كل ما بوسعنا لتوفير أفضل علاج ورعاية ممكنة للمنتفعين من هذا التبرع .

بدوره علق الدكتور عبد الكريم سلطان العلماء، المدير التنفيذي لمؤسسة الجليلة: الأمراض المستعصية مثل السرطان والاضطرابات الوراثية لا تؤثر فقط على المرضى أنفسهم، فهي في كثير من الأحيان تؤثر سلباً على القائمين على رعايتهم وأسرةهم. ونحن كمؤسسة نهدف إلى تغيير مسار حياة الأفراد ونأمل أن يتيح العلاج الطبي بوصفه أحد المحاور الثلاث التي نستند إليها، إضافة إلى التعليم الطبي والأبحاث العلمية، في تسهيل التدخلات الطبية

تواصلت فعاليات حملة دوائي في مستشفى العين، عن كيفية الاستخدام الآمن والفعال للأدوية خلال شهر رمضان المبارك خاصة عند المرضى المصابين بأمراض مزمنة مثل السكري وضغط الدم والربو وغيرها.

قال الدكتور محمود أبو مندلي سوف يتواجد فريق من الصيدلة في مختلف أقسام المستشفى ومولات التسوق داخل مدينة العين للتواصل مع الجمهور خاصة المرضى والجابة على تساؤلاتهم واستفساراتهم وتعريفهم بالأسلوب الأمثل لتناولهم لأدويةهم خلال شهر رمضان المبارك وكيفية تنسيق أوقات تناول الأدوية خلال فترة الصيام . وتابع حملة دوائي في رمضان على مواضيع صحية أساسية ومهمة من أبرزها سبل الصيام المناسبة للمصابين بمرض السكري وكذلك للذين يعانون من أمراض القلب، وارتفاع ضغط الدم، ومرض الربو، والصرع، وكذلك النساء الحوامل والمرضعات، هذا إلى جانب توعية الجمهور بجفاف الجسم وفقدان السوائل، واضطرابات الغدة الدرقية، وغيرها من الموضوعات الصحية التي تحتاج إلى عناية واتباعها خلال فترة الصوم. وأوضح أن هذه الحملة والتي تبتناها شركة صحة تتضمن العديد من الأنشطة والفعاليات التي تسهم في إيصال رسائل للجمهور من خلال توزيع كتيبات توعوية، وبيت أفلام مصورة عبر شاشات في جميع صالات الانتظار في المستشفى ، إلى جانب فعاليات ترفيهية وتثقيفية وتوزيع بعض الهدايا وتنظيم المسابقات التي نصب جميعها في توعية الجمهور وتعريفهم بأهداف هذه الحملات والغرض منها كذلك ستم توزيع وعلى هامش الحملة توزيع علب خاصة بالأدوية لتنظيم عملية أخذ الدواء بما يتناسب مع الوضع الصحي للمريض، وستكون هذه الحملة على استعداد لاستقبال كل الاستفسارات خلال شهر رمضان الكريم من أجل توعية الجمهور حول كيفية قضاء هذا الشهر الفضيل، وكشف يراجع أقسام الصيدلة الخارجية حوالي 13000 مريض شهرياً ويتم صرف ما يقارب 42000 جرعة دوائية. حيث تخدم أقسام مرضى العيادات الخارجية والطوارئ سواء من مستشفى العين وغيرها من المستشفيات .

وأوضح تقدم أقسام الصيدلة خدماتها للمراجعين من حاملي بطاقة ثقة للتأمين وكذلك للشركة الوطنية للتأمين الصحي (ضمان) والعديد من شركات التأمين الأخرى والمرضى الذين يتعالجون على حسابهم الخاص. تحتوي الصيدلية على ما يقرب من 800 صنف دواء يتم ترتيبهم وتصنيفهم في الصيدلية حسب الشكل الصيدلاني والمجموعة الدوائية التي ينتمي إليها الدواء، وتابع : أحد التغييرات التقنية الهائلة التي أصبحت تمتلكها في أقسام الصيدلة بمستشفى العين هي إدخال نظام الإدارة الطبية الإلكترونية ملفي التي تعطي معلومات قيمة حول ملف الحالة الطبية للمريض، وتاريخه العلاجي الدقيق، وغيرها من المعلومات لخبراء الرعاية الصحية العنصرين بسرعة وكفاءة عالية من خلال نظام المعلومات الصحية .

وتابع : حالياً تم إنشاء ملف شخصي فعال متكامل للجرعات الدوائية التي يتلقاها المريض، وبالإضافة إلى توثيق الأنشطة الصيدلية بشكل دقيق، كما أصبح هناك دعم للقرار الطبي إبان مرحلة التدقيق العلاجي، وتاريخ علاجي ودوائي دقيق محفوظ للمريض ، كما تم تصنيف كل جرعة دوائية وفقاً لتفاصيل حالة المريض كما تقتضي ذلك معايير اللجنة العالمية المشتركة لاعتماد المستشفيات ، وبالتالي فإن تطبيق نظام التوزيع المركزي للجرعات العلاجية في مجال رعاية المرضى والتغييرات والتغيرات التقنية التي حققناها ساهمت في التطوير النوعي للخدمات الصيدلانية في مستشفى العين .

وقال : فمن تغييرات بسيطة كاستبدال المصقات اليدوية التي نصف الجرعات إلى طباعة المصقات الكترونياً ، وإدخال وحدة التعبئة والتغليف المسبق للجرعات الدوائية ، وصولاً لتغييرات أكثر تطوراً كالأداة الإلكترونية للإعلام عن دقة العلاج، تكون قد قدمنا مجموعة متنوعة من التغييرات التي عملت على تحديث وتبسيط النظام والعمليات بشكل متكامل .

واختتم قائلاً نحن نراجع ونتابع باستمرار التحديات المقبلة التي تواجهنا، وخصوصاً في ظل التوسع السريع الذي يشهده مستشفى العين ليكون مرفقاً للرعاية الصحية ذات المستوى العالمي، وأيضاً العمل الدؤوب لإجراء التغييرات المناسبة واللائمة لضمان أن تكون وحدة الصيدلة متطورة وكوحد دعم هامة وقوية لمستشفى العين . وكان أحد أكثر التغييرات تأثيراً بشكل ملموس هو إدخال نظام ملفي، وهو النظام الإلكتروني لإدارة الملف الدوائي للمريض وقد ساعد هذا النظام كثيراً ليجل محل الوصفة الدوائية للمريض والمحفوظ بالصيدلية . وكان من بين المبادرات الرائعة التي تم اتخاذها مؤخراً المراجعة الشاملة للتركيبات الدوائية، ونتيجة لذلك، فإن جميع الأدوية تصنف حالياً وفقاً للتصنيف العلاجي والصيدلي للجمعية الأمريكية لصيدلة النظام الصحي. مع إضافة وحدات وتخصصات جديدة في المستشفى، فإن قسم الصيدلة تمكن من توظيف صيادلة وخبراء صيادلة متخصصين ذوي مستوى عال من الخبرة الطبية من مختلف أنحاء العالم من أجل تحسين نوعية وجودة التدقيق الطبي لتعليمات الأطباء فيما يتعلق بالأدوية. ويمكن القول إن الأمر كان يتعلق بعملية تغيير للثقافة من النهج التقليدي لتدريب الأدوية إلى التحقق والتدقيق في الجرعة الفردية للمريض فكل مريض يتلقى أدوية من صيدلية العيادة الخارجية أصبح يتلقى النصح والإرشاد من أجل استخدام آمن للأدوية. الوصفات الصادرة من مستشفى العين هي وصفات الكترونية حيث يتم وصف الدواء من قبل الطبيب المعالج وصرفه من قبل الصيدلي عبر نظام الكتروني - والذي يربط بين مستشفيات وعيادات صحة كلها - ومن خلال هذا النظام يتمكن الصيدلي من معرفة ومراجعة الملف الدوائي للمريض مما يساعد على اكتشاف أي ازدواج أو تكرار للأدوية الموصوفة والمصرف سابقاً ولها نفس المفعول أو متضادة مما يكون له تأثير سلبي على صحة المريض.

يقوم الصيدلي قبل صرف الدواء بمراجعة الأدوية الموصوفة ومقارنتها بالأدوية الموصوفة سابقاً ومطابقتها مع التشخيص وكذلك بمراجعة جرعات الدواء الموصوفة والتأكد من عدم وجود تضارب فيما بينها وكذلك من عدم وجود حساسية لدى المريض تجاه أي منها كما يقوم بالاتصال والناقشة مع الطبيب المعالج في حالة وجود أي استفسار.

للعلاج المئات من ذوي الحالات الخطيرة من جميع الجنسيات. لذلك فإن مستشفى توام هي الشريك المثالي في هذا المسعى، نظراً لسمعتها في توفير أعلى المعايير العالية في علاج الأورام والاضطرابات الوراثية ومن جانبنا نعتقد أن المرضى سيكونون بحالة أفضل عندما يتركز تفكيرهم في طريقة العلاج والتخلص من حمل عبء تكاليف العلاج المنتشرة في المنطقة وتماشياً مع رؤيتها لتكون أساس الرعاية الصحية العالمية، مؤسسة الجليلة تتعاون مع المنظمات الخيرية الأخرى محلياً ودولياً لتحقيق المنفعة العامة إقليمياً وعالمياً.

مساهمات دائمة وكبيرة في مجال الرعاية الصحية لتغيير حياة الأفراد. كما تسعى إلى تعزيز العلاج الطبي والتعليم والبحث من خلال استثمار إمكانات العلاج الطبي في دولة الإمارات، كما تسعى إلى توفير المنح الدراسية لرعاية جيل من الكوادر الطبية، بالإضافة إلى تقديم المنح للبحوث الرائدة التي تتناول التحديات الصحية المنتشرة في المنطقة وتماشياً مع رؤيتها لتكون أساس الرعاية الصحية العالمية، مؤسسة الجليلة تتعاون مع المنظمات الخيرية الأخرى محلياً ودولياً لتحقيق المنفعة العامة إقليمياً وعالمياً.



القطاع الشمالي ببلدية مدينة العين ينظم معرض التسوق الرمضاني الثاني

•• العين - الفجر:

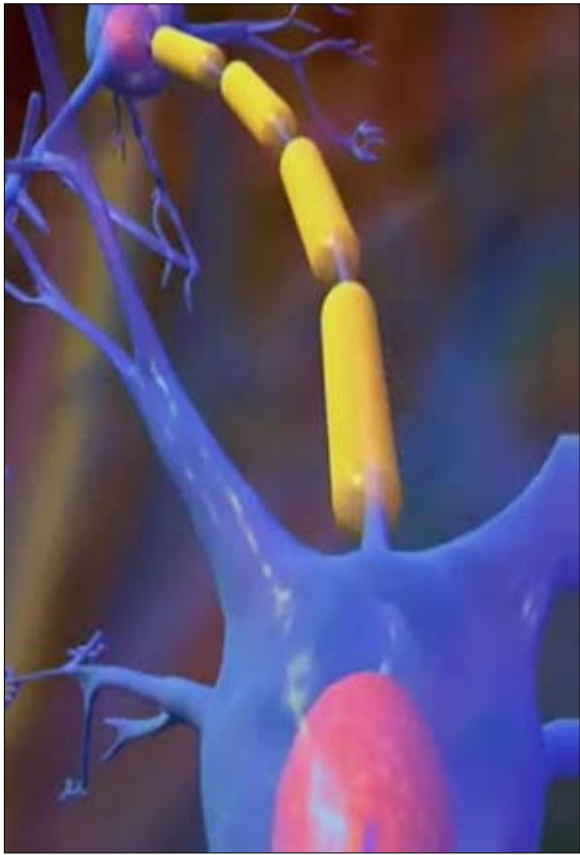
المختلفة التي تنظمها البلدية بهدف الارتقاء بمستوى الخدمات البلدية وتعزيز مبدأ المسؤولية الاجتماعية الذي تتبناه البلدية وتعمل من خلاله على تغطية احتياجات الأفراد ورفع مستوى الخدمات لجميع أفراد المجتمع في القطاع الشمالي، وتشجيع مختلف الفئات على التفاعل مع الخدمات المقدمة والاستفادة من الفعاليات والأنشطة المقامة. من جانبه أكد عبيد حمد الكتيبي مدير إدارة خدمة المجتمع بالقطاع الشمالي على ان اقامة المعرض للعام الثاني على التوالي واستمراره لخمس أيام بدلاً من ثلاثة أيام كما كان في العام الماضي إنما جاء نتيجة للإقبال الكبير الذي حظي به المعرض في العام الماضي ما دعانا لإتاحة فرصة أكبر للأفراد في الاستفادة من هذه الفعاليات والمنتجات ضمن من خلالها وصولنا لجميع شرائح المجتمع .

انطلقت ببلدية مدينة العين مساء أمس الأول فعاليات معرض التسوق الرمضاني الثاني الذي ينظمه قطاع خدمات المناطق - القطاع الشمالي بقاعة افراح الهير و يستمر لخمس أيام تتضمن فعاليات تراثية و توعوية و ترفيهية تأتي احياء لشهر رمضان الكريم و استعدادا لعيد الفطر المبارك. ويشترك في المعرض عدد من الجهات منها الهيئة العامة للشؤون الإسلامية والأوقاف وهيئة الهلال الأحمر و نادي تراث الإمارات والتي تتمثل مشاركتها بفعاليات تثقيفية و توعوية تستهدف جميع شرائح المجتمع بالإضافة إلى 15 جهة خاصة تقدم جميعها منتجات متنوع بين

ملابس نسائية و رجالية وأواني منزلية ومفارش وسجاد واكسسوارات و عبايات واحذية رجالية ونسائية وحلويات وغيرها من المنتجات التي تلبى احتياجات السكان على اختلاف اهتماماتهم . ويصاحب المعرض الذي يشهد سحوبات يومية عددا من البرامج منها حفل لتكريم الفائزين في مسابقة حفظ القرآن الكريم التي اقيمت في وقت سابق ، و محاضرات يومية متنوعة منها التوعوية و الدينية و الثقافية و حملة لجمع التبرعات الخيرية وكذلك فقرات الاطفال الترفيهية. وذكر راشد مغير العميمي المدير التنفيذي للقطاع الشمالي اثناء افتتاحه للمعرض ان معرض التسوق الرمضاني الثاني يأتي ضمن توجهات بلدية مدينة العين في توفير الخدمات و تحسينها للسكان و المدينة و فتح افاق التواصل مع افراد المجتمع و اشراكهم في الفعاليات

منوعات العقل

23



علاج تجريبي واعد ضد التصلب اللويحي

أظهر اختبار سريري تمهيدي نشرت نتائجه في الولايات المتحدة فعالية علاج تجريبي ضد التصلب اللويحي المتعدد. وقال الباحثون إنه العلاج الأول الذي يتيح إعادة برمجة جهاز المناعة لدى المريض لحد من تفاعله مع الميالين، علماً بأن فعاليته في هذا المجال تتراوح بين 50 و75 في المئة. ويتمثل التصلب اللويحي في التدهور التدريجي لغشاء الميالين (الغلاف النخاعي)، الذي يحمي أعصاب الدماغ والنخاع الشوكي، ويلعب دوراً أساسياً في تنقل النبضات الكهربائية في الدماغ. وعندما يتدهور هذا العازل الوالقي، تعجز النبضات الكهربائية عن التنقل بفعالية، ما يؤدي إلى أعراض قد تصل إلى الشلل أو العمى. ويشرح البروفيسور ستيفن ميلر من كلية الطب في جامعة (نورث وسترن) في شيكاغو أن (هذا العلاج يحول دون تنشيط خلايا جديدة لديها مناعة ذاتية، من دون أن يؤثر في عمل جهاز المناعة). ولإجراء هذا الاختبار الذي شمل 9 مرضى في المانيا، استعمل الباحثون خلايا دم بيضاء كى يحتضنوا مليارات مولدات مضادات الميالين في أجسام المرضى، ليتعرف جهاز المناعة إليها على أنها غير خطيرة ولا يهاجمها. يذكر أن العلاجات الحالية توقف عمل جهاز المناعة، ما يعرض المرضى أكثر لثلاثتهابات ولخطر الإصابة بسرطان.

ما عليك تفاديه عند تناول أدوية القلب

يمكن لتفاعل الأدوية مع الأطعمة، والمشروبات، والفيتامينات، والمكملات الغذائية أن يبدّل طريقة عملها. إليك تفاصيل حول بعض الأدوية المهمة. إن كنت تعاني داء القلب أو تواجه احتمال الإصابة به، فأنت تتناول على الأرجح دوائين أو أكثر. ومن الضروري أن تحرص على عمل هذه الأدوية بفاعلية. لذلك عليك معرفة الأطعمة، والمشروبات، الفيتامينات، المكملات الغذائية، والأدوية الأخرى التي قد تتفاعل معها. فقد يؤدي التفاعل إلى زيادة تأثير الأدوية أو يبطل مفعولها.



والدائن.

السبب: قد تجعل الوراثة أكثر أو أقل فاعلية. تفاعل: العنبيّة (cranberry).

السبب: تزيد خطر التعرض لتزيف. تفاعل: الجنسج.

السبب: يحذ من فاعلية الوراثة. تفاعل: الثوم، الجنكو، والفيتامين E.

السبب: تزيد خطر التعرض لتزيف. تفاعل: مكملات الزنجبيل، الغلوكوسامين.

السبب: يحذان من فاعلية الوراثة. تفاعل: بعض المضادات الحيوية. إذا احتجت إلى تناول مضاد حيوي، فاحرص على أن تذكر طبيبك بأنك تتناول الوراثة كي يختار لك مضاداً حيويّاً لا يتفاعل مع الوراثة. أما إذا اضطررت إلى تناول نوع محدد من المضادات الحيوية يتفاعل مع الوراثة، فقد يعدّل الطبيب جرعات هذا الأخير.

السبب: يزيد خطر التعرض لتزيف داخلي.

8- محصرات قنوات الكالسيوم (-calcium channel blocker)، مثل أملوديبين (Norvasc) أو الفيلوديبين (Plendil).

تفاعل: الليمون الهندي وعصيره. السبب: يزيد من قوة الدواء. تفاعل: الزعرور البري.

السبب: قد يخفف ضغط الدم.

9- كلويدوغريل (Plavix)

تفاعل: زيت السمك، الفيتامين E، الجنكو، الثوم، الزنجبيل، أقحوان زهرة الذهب، الجنسج، اليوليوكوزانول، والتمر الهندي.

السبب: تزيد من خطر التعرض لتزيف. تفاعل: نبات العرن أو سانت جونز.

السبب: تجعل الدواء أقل فاعلية.

10- الديدغوكسين (Lanoxin)

تفاعل: الأطعمة الغنية بالأياف، مثل الخبثاء. السبب: قد تُضعف تأثير الدواء.

تفاعل: نبات العرن أو سانت جونز، والسنا. السبب: تجعلان الدواء أقل فاعلية.

تفاعل: العرقسوس الأسود والأطعمة الأخرى التي تحتوي على الغليسيريدين.

السبب: قد تسبب نبض قلب غير منتظم أو نوبة قلبية.

تفاعل: الزعرور البري. السبب: قد يرفع ضغط الدم ونبض القلب.



السبب: قد يرفع نسبة البوتاسيوم في الدم، ما يسبب نظماً قلبية خطيرة.

3- دواء عدم انتظام نبض القلب (أميودارون) (Pacerone Cordarone).

تفاعل: أدوية الستاتين "أتورفاستاتين" (Lipitor)، روسوفاستاتين (Crestor)، وسيمفاستاتين (Zocor).

السبب: تزيد هذه الستاتينات خطر التعرض لإصابة بالغة في العضلات قد تؤدي إلى قصور كلوي أو الموت.

4- الأسبرين

تفاعل: زيت السمك، الفيتامين E، الجنكو، الثوم، الزنجبيل، أقحوان زهرة الذهب، الجنسج، اليوليوكوزانول، والتمر الهندي.

السبب: تزيد هذه من خطر التعرض لتزيف.

5- الستاتينات، مثل (أتورفاستاتين) (Lipitor) وسيمفاستاتين (Zocor).

تفاعل: الليمون الهندي وعصيره، الليمون الحامض الأخضر، يرتقال سيفيل، والبوميلو (أو البومالي).

السبب: يزيد قوة الستاتين، ما يرفع مخاطر التعرض لتأثيراته الجانبية.

تفاعل: نبات العرن أو سانت جونز.

السبب: تجعل الستاتينات أقل فاعلية.

6- حاصرات بيتا، مثل الأتينولول (Tenormin)، ميتوبرولول (Toprol)، أو بروبيرانولول (Inderal).

تفاعل: العرقسوس الأسود. السبب: قد يسببان انخفاضاً حاداً وخطيراً في ضغط الدم.

تفاعل: الزعرور البري. السبب: قد يؤدي التفاعل إلى ارتفاع ضغط الدم ونبض القلب.

7- الوراثة (Coumadin) (Jantoven).

تفاعل: الثناوات الكبير في استهلاكك الأطعمة الغنية بالفيتامين K بين يوم وآخر (البروكلي، الملفوف، السبانخ، الكالي، أوراق اللفت، أوراق الشمندر، ملفوف بروكسل، زيت الكانولا، وزيت الصويا). من الضروري الحصول على كمية من الفيتامين K كل يوم، وقد يكون من الأفضل أن تكون ذاتها.

السبب: يجعل الفيتامين K الوراثة أقل فاعلية ويزيد خطر تخثر الدم.

تفاعل: الأعشاب، الشاي الأخضر، الكثير من الأعشاب الطبية (مثل نبات العرن أو سانت جونز)، الإنزيم المساعد Q10، أقحوان زهرة الذهب، زيت الأخرية (evening primrose)، دونغ كواي.

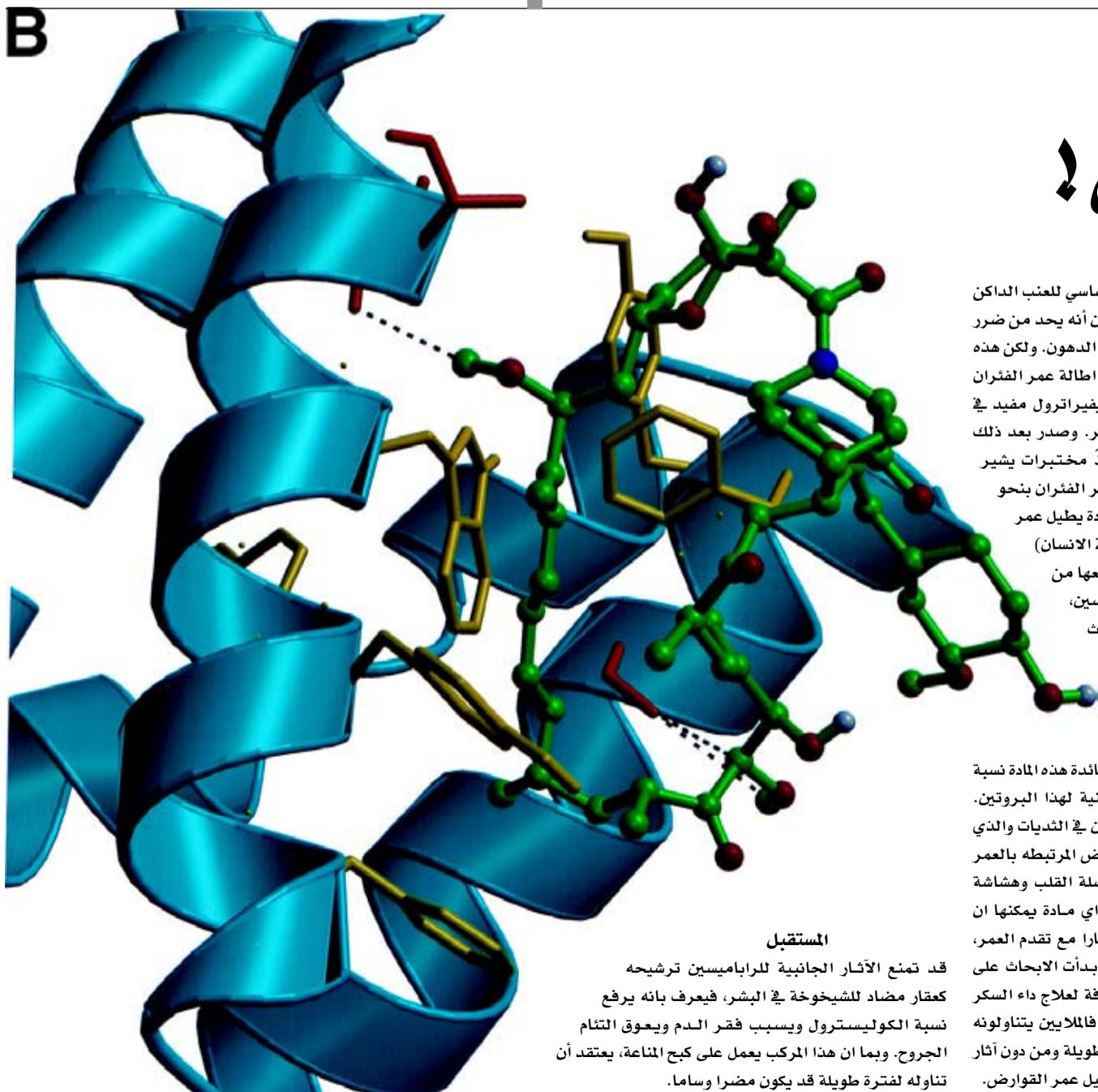
تناولها قد يكون الحل لعمر مديد

عقاقير تطيل العمر وتؤخر المرض!

دراسات الشيخوخة

في عام 2006، بدأ ان المركب ريفيراتول، وهو المكون الأساسي للعنب الداكن قد يتمكن من تثبيط عملية الشيخوخة، وذلك عندما تبين أنه يحد من ضرر العوامل التي تقصر العمر والناتجة عن اتباع حمية عالية الدهون. ولكن هذه المادة التي تؤثر في إنزيمات تعرف بالسيرتوينات فشلت في إطالة عمر الفئران التي تتناول حمية صحية، مما يدل على أن مركب الريفيراتور مفيد في منع الأثر الضار للجينات الدهنية، لكنه لا يطيل العمر. وصدر بعد ذلك بعدة سنوات (في 2009) تقرير عن راباميسين من 3 مختبرات يشير إلى قدرة هذه المادة في تثبيط التدهور الخلوي وإطالة عمر الفئران بنحو 12%. فقد خلصت دراسات أخرى إلى أن تناول هذه المادة يطيل عمر الفئران المسنة (عمرها 20 شهراً، أي بمكانة 60 سنة في الإنسان) التي كان يعتقد بأنها متضررة بفعل كبر السن لدرجة تمنعها من الاستجابة، بمقدار الثلث. كما لوحظ الاختلاف بين الجنسين، حيث زاد عمر الذكور المسنة بنسبة 28% وزاد عمر الإناث المسنة بنسبة 38%. بالمقارنة مع مجموعة التحكم التي لم تعط العقار. أما عمر القوارض الشابة فقد ارتفع بمعدل 14% في الإناث و9% في الذكور. مما يقترح بان الراباميسين يصبح أكثر فائدة بعد منتصف العمر وان النساء أكثر استفادة. وفسر العلماء فائدة هذه المادة نسبة إلى تأثيرها في بروتين يسمى TOR والشيفرة الجينية لهذا البروتين. حيث أثبتت دراسات سابقة أن تثبيط نسخة هذا البروتين في الثدييات والذي يرمز له ب mTOR يقلل من خطر الإصابة بالأمراض المرتبطة بالعمر كالسرطان والسكر والزهايمر والباركنسون وتنكس عضلة القلب وهشاشة العظام وضعف البصر. كما أظهرت عدة دراسات أن أي مادة يمكنها أن تتحكم وتثبط من نشاط هذا البروتين الذي يصبح ضاراً مع تقدم العمر، يمكنها أن تطيل من سنوات الحياة. ومن جهة أخرى، بدأت الأبحاث على عقار الميتوفورمين الذي يعتبر من أكثر الأدوية الموصوفة لعلاج داء السكر ويعرف بأنه يعمل على تثبيط مسار البروتين TOR. فاللايين يتناولونه حتى يخففوا غلوكوز الدم، وقد تم استخدامه لفترات طويلة ومن دون آثار جانبية خطيرة. وقد أشارت دراسة مبدئية إلى أنه قد يطيل عمر القوارض.

قد توفر بكتيريا تصنع مادة كيميائية دفاعية ذات خاصية مذهشة، الحل لإطالة عمر البشرية. حيث بينت عدة أبحاث أن مادة تنتجها بكتيريا تسمى راباميسين تزيد المدى الأقصى لعمر فئران التجارب. ويأمل علم طب الشيخوخة في أن يصل إلى تصنيع عقار مشتق من هذه المادة ليسبب تدخلا يعمل على إطالة العمر وإبطاء عملية الشيخوخة أيضاً. فكيح الشيخوخة سيؤجل من آتية تدهور الجسد وضعفه اللذين يحدثان مع تقدمنا في العمر، والتي تتراوح أعراضه بدءاً من ضعف البصر إلى السرطان. وقد اكتشف العلماء خصائص مادة الراباميسين المحيطة لتكاثر الخلايا المناعية والكابحة لرفض المناعة للأعضاء المزروعة منذ التسعينات. وفي عام 1999 حصل عقار مشتق من الراباميسين على موافقة إدارة الغذاء والدواء الأميركية حتى يستخدم لعلاج المرضى الذين خضعوا لزرع الكلى. وأثبتت الأبحاث أثره الفعال في تثبيط نمو الأورام، وصرح في عام 2007 استخدام مشتقين من هذا العقار هما تيمسيريوليموس وإيفيروليموس لعلاج أنواع مختلفة من السرطان. وبعدها تتالت أبحاث العلماء لدراسة خواص الراباميسين في تثبيط أعمال الجين المنظم للنمو والمطول للعمر.



المستقبل

قد تمنع الآثار الجانبية للراباميسين ترشيحه كعقار مضاد للشيخوخة في البشر، فيعرف بأنه يرفع نسبة الكوليسترول ويسبب فقر الدم ويعوق التئام الجروح. وبما أن هذا المركب يعمل على كبح المناعة، يعتقد أن تناوله لفترة طويلة قد يكون مضراً وسامياً.

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) المحكمة التجارية
العقد ١٠٨٤٧ بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨
اعلان الحكم في القضية رقم ٢٠١٣/٢٥٠ تجاري جزئي

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية
العقد ١٠٨٤٧ بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨
اعلان للحضور امام المحكمة في الدعوى رقم ٢٠١٣/١٥٨ تج جز - م- ب- أظ

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) ادارة الكاتب العدل والتوثيق
العقد ١٠٨٤٧ بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨
اعلان تغيير اسم

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية
العقد ١٠٨٤٧ بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨
اعلان للحضور امام المحكمة في الدعوى رقم ٢٠١٣/٧٩٥ تج جز - م- ب- أظ

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العقد ١٠٨٤٧ بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٣/٢٠٨ مدني جزئي

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية
العقد ١٠٨٤٧ بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨
اعلان للحضور امام المحكمة في الدعوى رقم ٢٠١٣/٧١١ تج كل - م- ب- أظ

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية
العقد ١٠٨٤٧ بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨
اعادة اعلان للحضور امام المحكمة في الدعوى رقم ٢٠١٣/٨١٥ عم جز - م- ب- أظ

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) المحكمة التجارية
العقد ١٠٨٤٧ بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨
اعلان الحكم في القضية رقم ٢٠١٣/٨١٤ تجاري جزئي

حكومة دبي
دائرة التنمية الاقتصادية
العقد ١٠٨٤٧ بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨
شهادة بالتأشير في السجل التجاري - بانحلال شركة

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية
العقد ١٠٨٤٧ بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٣/٥٤٤ عقاري كلي

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية
العقد ١٠٨٤٧ بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٣/٢٨٥ تجاري كلي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العقد ١٠٨٤٧ بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٣/٥٤٤ عقاري كلي

دائرة القضاء - ادارة التنفيذ
اعلان بالحضور في القضية التنفيذية رقم ٢٠١٣/٨٠ اتصالات

امارة ابوظبي - دائرة القضاء
اعلان للحضور امام ادارة التنفيذ في التنفيذ رقم ٢٠١٣/٢٣٦ ت-م-ر-ت-أظ

امارة ابوظبي - دائرة القضاء
اعلان للحضور امام ادارة التنفيذ في التنفيذ رقم ٢٠١٣/٢٣٨ ت-م-ر-ت-أظ

حكومة دبي
دائرة الراس الخيمة الابتدائية
العقد ١٠٨٤٧ بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨
اعادة اعلان بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٣/١٠٦ مدني جزئي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العقد ١٠٨٤٧ بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٣/١٩٥ عقاري كلي

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) لجنة فض المنازعات الاجبارية
العقد ١٠٨٤٧ بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨
اعلان حكم في الدعوى رقم ٢٠١٣/٦٢٩

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية
العقد ١٠٨٤٧ بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨
اعادة اعلان مدعى عليه بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٣/٢٨٥ تجاري كلي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العقد ١٠٨٤٧ بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٣/٤٦٤ تجاري جزئي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العقد ١٠٨٤٧ بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨
مذكرة اعلان مدعى عليه بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٣/٤٢٠ احوال نفس مسلمين

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية
العقد ١٠٨٤٧ بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨
اعادة اعلان مدعى عليه بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٣/٦٢٩ تجاري كلي

امارة ابوظبي (دائرة القضاء) محكمة ابوظبي الابتدائية
العقد ١٠٨٤٧ بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨
اعادة اعلان مدعى عليه بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٣/٢٠٦ مدني جزئي

محاكم دبي
محاكم دبي الابتدائية
العقد ١٠٨٤٧ بتاريخ ٢٠١٣/٧/١٨
مذكرة اعلان بالنشر في الدعوى رقم ٢٠١٣/٤٦٤ عقاري

السائق تزوج سراً وعندما طالبت به بإشهار الزواج خنقها ودفنها



رجال المباحث رحلة البحث عن الجاني أو الجناة.

اصطحبها إلى أقرب مأذون وقام بتطبيقها على أنها زوجته عزة بعد أن زور في هويتها الشخصية ووضع صورة جارتها مكان صورتها وقامت بتبرئته من كافة حقوقها وأي ديون لها عليه بما فيها الشيك الذي حرره لها باعتبارها مؤخر صداقها.

التوصل إلى الجاني

بعد أن تجمع كل هذه المعلومات التي أفرزتها جهود البحث القوي القبض على الزوج وبتمتية محل سكنه مع أسرته عشروا على البطاقة المزورة التي تحمل بيانات القتيلة وصورة صديقتها التي استخدمها في تطبيقها وبمواجهته اعترف بجريمته فأمرت النيابة بحبسه على ذمة التحقيق تقديمه للمحاكمة الجنائية وحكمت المحكمة بالسجن المؤبد.

انفجر بركان الغضب لبحول السعادة إلى جحيم ويهرب الحب وأصبحت المشاجرات بين الزوجين برنامجاً يومياً عندما يتقابلان.

وبنعومة شديدة من الزوجة استطاعت الحصول على توقيعها على شيك بمبلغ خمسين ألف جنيه ضماناً لحقوقها وحتى يثبت لها أنه لن يغدر بها لكن الزوج بعد أيام فطن إلى أنه ورط نفسه فيما لا قبل له به وأنها يمكن أن تهدده بهذا الشيك إذا لم يشهر زواجه ويبدو أن الزوجة غرته فتحت قلبها بيدها فقد تمكن الشيطان من الزواج عدلي وحواله إلى محرم ومزور حيث شرق هوية زوجته الشخصية واستعان بجارته التي تحبه وطلب منها أن تقوم بدور الزوجة لمدة خمس دقائق

الزمان: السادسة صباحاً المكان: منطقة نائية بالقرب من مدينة حلوان المنطقة لا يميزها في هذه الساعة المبكرة سوى الهدوء الذي يلف المكان.

لم يكن هناك أحد سوى هاني وسهير وهما صديقان تضرعا للعمل مع والداهما اعتادا المرور من هذه المنطقة أثناء ذهابهما للعمل فجأة توقفوا أمام مشهد غريب كف ليد آدمية تخرج من الرمال اقتربا منها ولما تأكد أسرعاً هربا من المكان لئيلغا رجال المباحث بما شاهداه وبعد دقائق وصلت قوة من رجال المباحث وأتضح بعد استخراج الجثة إنها لسيدة في نحو الثالثة والعشرين من عمرها ترتردي جاكيت من الجلد وبنتلون استريتش ملامح وجهها تكاد تكون غير معلومة ولا توجد بالجثة أي طعنات أو طلاقات نارية وإن كان يوجد حول رقبتها بقايا إشارب يشير إلى أنها ماتت خنقا به كما لا يوجد في ملابستها ما يدل على شخصيتها.

وبدأ رجال المباحث الخيط من أول وذلك بفرص بلاغات الغياب واكتشفوا أن مواصفات القتيلة تتطابق إلى حد كبير مع مواصفات كوافيرتها اسمها عزة كان أهلها قد حرروا بلاغا بغيابها عن المنزل قبل العثورة على جثتها بنحو 20 يوماً وعلى الفور تم استدعاء أسرتها التي تعرفت عليها وأرسلت الجثة إلى الطب الشرعي لتشريحها وبدأ

الزمان: السادسة صباحاً المكان: منطقة نائية بالقرب من مدينة حلوان المنطقة لا يميزها في هذه الساعة المبكرة سوى الهدوء الذي يلف المكان.

لم يكن هناك أحد سوى هاني وسهير وهما صديقان تضرعا للعمل مع والداهما اعتادا المرور من هذه المنطقة أثناء ذهابهما للعمل فجأة توقفوا أمام مشهد غريب كف ليد آدمية تخرج من الرمال اقتربا منها ولما تأكد أسرعاً هربا من المكان لئيلغا رجال المباحث بما شاهداه وبعد دقائق وصلت قوة من رجال المباحث وأتضح بعد استخراج الجثة إنها لسيدة في نحو الثالثة والعشرين من عمرها ترتردي جاكيت من الجلد وبنتلون استريتش ملامح وجهها تكاد تكون غير معلومة ولا توجد بالجثة أي طعنات أو طلاقات نارية وإن كان يوجد حول رقبتها بقايا إشارب يشير إلى أنها ماتت خنقا به كما لا يوجد في ملابستها ما يدل على شخصيتها.

وبدأ رجال المباحث الخيط من أول وذلك بفرص بلاغات الغياب واكتشفوا أن مواصفات القتيلة تتطابق إلى حد كبير مع مواصفات كوافيرتها اسمها عزة كان أهلها قد حرروا بلاغا بغيابها عن المنزل قبل العثورة على جثتها بنحو 20 يوماً وعلى الفور تم استدعاء أسرتها التي تعرفت عليها وأرسلت الجثة إلى الطب الشرعي لتشريحها وبدأ

الزمان: السادسة صباحاً المكان: منطقة نائية بالقرب من مدينة حلوان المنطقة لا يميزها في هذه الساعة المبكرة سوى الهدوء الذي يلف المكان.

لم يكن هناك أحد سوى هاني وسهير وهما صديقان تضرعا للعمل مع والداهما اعتادا المرور من هذه المنطقة أثناء ذهابهما للعمل فجأة توقفوا أمام مشهد غريب كف ليد آدمية تخرج من الرمال اقتربا منها ولما تأكد أسرعاً هربا من المكان لئيلغا رجال المباحث بما شاهداه وبعد دقائق وصلت قوة من رجال المباحث وأتضح بعد استخراج الجثة إنها لسيدة في نحو الثالثة والعشرين من عمرها ترتردي جاكيت من الجلد وبنتلون استريتش ملامح وجهها تكاد تكون غير معلومة ولا توجد بالجثة أي طعنات أو طلاقات نارية وإن كان يوجد حول رقبتها بقايا إشارب يشير إلى أنها ماتت خنقا به كما لا يوجد في ملابستها ما يدل على شخصيتها.

وبدأ رجال المباحث الخيط من أول وذلك بفرص بلاغات الغياب واكتشفوا أن مواصفات القتيلة تتطابق إلى حد كبير مع مواصفات كوافيرتها اسمها عزة كان أهلها قد حرروا بلاغا بغيابها عن المنزل قبل العثورة على جثتها بنحو 20 يوماً وعلى الفور تم استدعاء أسرتها التي تعرفت عليها وأرسلت الجثة إلى الطب الشرعي لتشريحها وبدأ

منوعات العجـز

26

ليلة مصرع زوج الأم

بدأت القصة بعد وفاة الزوج بشهور قليلة عندما فكرت أرملته في الزواج ولم تفكر لحظة واحدة في مصير ابنتها الأولى في العشرين من عمرها والثانية في الحادية عشرة ظلت فكرة الزواج تسيطر على عقلها حتى وجدت من يقنعها بها أكثر ويدفعها إلى قرار الزواج كانت إحدى صديقات الأم الأرملة على معرفة بنواياها فظلت هي الأخرى تلج عليها حتى جاء اليوم الذي همست لها فيه عدلي لك عريس مناسب جداً. أما العريس الذي عرضته الصديقة على الأم فهو رجل في الأربعين من عمره ولم يسبق له الزواج من قبل ووجدت فيه الأمثلة كل الشروط التي ترغبها في زوجها الثاني وبعد قليل من التردد وافقت الأم بالرغم من اعتراض ابنتها.

لم يكن أبا ولا نونا تزوجت الأم والأقارب الزوج في شقتها مع ابنتها وكانت الأم تظن أن زوجها سيكون أبا حنوناً وسوف يفند من رعايته على ابنتها ليعوضها عن والدهما. لم تكن الزم قريبة من تفاصيل الحياة اليومية داخل الشقة بمعنى أن زوجها الأربعيني بدأ أثناء غيابها يتحدث إلى ابنتها وخاصة الابنة الكبرى بطريقة غير مهذبة كان يوجه إليها الغزال في مفاها بطريقة جارحة للمشاعر وغالباً ما كان يراقبها في سيرها وجلسها ويتصلص عليها في غرفتها وفي نفس الوقت بدأ الزوج يغير معاملته لزوجته وبدأ يسخر منها أمام ابنتها وأصبح يضربها دون حرج. الابنة الكبرى ضاقت بكلام وتصرفات زوج الأم ولكنها لم تفكر في الإبلاغ أمها حفاظاً على ما تبقى من استقرار داخل البيت وحتى لا يزيد الزوج من قسوته على الأم لذلك ابتلعت الابنة كل مساوئ زوج أمها ولاذت بالصمت لعله يعود إلى عهده وضميره. لكنه لم يعد إلى عهده أو ضميره وفي يوم خرجت فيه الأم للتسوق بالغ زوج الأم في مضايقات للابنة وتحت التهديد بالضرب والظفر طلب منها أن تفرص له رفقت الفتاة في بادئ الأمر ولكنه لم يتراجع عن سلوكه وإصرار على طلبه وحاول تحت سيل من كلمات التجريح والإهانة أن يعيدي على ابنة زوجته فلم تجد الفتاة أمامها سوى الصراخ بأعلى صوتها وهي ترتطم في الحوف والربح وحاول الزوج أن يمكس بها ولكنها أفلتت من بين يديه واندفعت إلى الطبع. وفي نوان كان بيدها سكين حاول أن يبتزعه منها ولكن الفتاة أفلتت ثم استدارت لتطعنه في ظهره ثلاث طعنات ثم احتضنت أختها وراحت تصرخ في فزع حتى عادت الأم لتكتشف ما حدث بسبب رغبتها المجنونة في الزواج وإهمال ابنتها. وأمام المحكمة روت الفتاة تفاصيل ما تعرضت له من زوج الأم وقصة اليوم الأخير وكيف قتلته دفاعاً عن شرفها وفي النهاية أصدرت المحكمة حكمها بالبراءة.

الطبيب أصدر شهادة وفاتها ثم استيقظت من موتها في المشرفة

ألا يترك جسد صديقة الطفولة في ليلة رأس السنة وحيداً فقضي بجانبها بقية الليلة.

دايفي حية ولم تمت

وفي الخامسة صباحاً غالب النوم كين دافيدسون لكن فجأة أثناء يقظته من غفوته القصيرة رأى أحد شرايين الساق تنبض وضع يده على مكان الشريان فشعر النبض والدفء يسري في الساق والجسد وهذا لا يعني إلا شيئاً واحداً دايفي بانكس ليست ميتة بل حية.

نهض كين دافيدسون لإحضار الطبيب وسرياً ما تم وضع دافئ في غرفة الانعاش وأمام دهشة الجميع عادت الحياة شيئاً فشيئاً إلى جسم دافئ.

وفي الساعة السابعة صباحاً رن جرس الهاتف في منزل عائلة بانكس ففرغ كلود السماعة وسمع المتحدث يقول له: أنا الدكتور جامسون من مستشفى هينشينج بروك أنا أسف حقاً لا أعرف كيف أقول لك هذا الخبر فزوجتك حية وهي الآن بصحة جيدة لكن كلود لم يستطع استيعاب منا يقوله له الطبيب فرد عليه الطبيب ما قاله حتى استوعب كلود أن دافئ ما زالت على قيد الحياة إنها تنتظره في المستشفى ولم تمر غير نصف ساعة حتى كان زوجها بجانبها وخرجت دافئ من المستشفى بعد ثلاثة أيام من الفحص الشامل لها إنها لا تعاني من أي أمراض وحتى لا تشكو من أي آثار لمغامرتها المثيرة وهي تبتسم الآن عندما تذكر وجه الممرضة التي ردت على اتصال جون ميجور الذي كان يطمئن على نفسه على صحتها.

وعلى خلاف بعض المرضى الذين يصفون بعض ما شعروا به أرواه أثناء الغيبوبة التي تعرضوا لها فإن دافئ لا تتذكر أي شيء عن أي شيء عن الساعات القليلة التي عاشتها في حالة فقدان الوعي.

فقط قالت عندما استيقظت لم أشعر إلا بشيء واحد كان الجو بارداً للغاية وكان يمكن أن يقتلها الصقيع ولو وضعوها فوراً في ثلاجة الموتى.

شبهة حول الطبيب

يرى الكثيرون أن الدكتور ويسون الذي فرط في هذه الليلة في تناول الشراب تسرع في إصدار شهادة الوفاة لكن عائلة بانكس ترفض حتى الآن أن توج له أي اتهام لكن القضاء المحلي فتح تحقيقاً بشأن هذه القضية.

يقول كلود بانكس إذا تبين أن الدكتور ويسون ارتكب خطأ فلن نتردد في رفع قضية ضده لكن حتى الآن لا نستطيع أن نوجه له أي اتهام أمام الصديق كين الذي كان السبب في اكتشاف المعجزة فإنه يبتسم في تواضع عندما يسمع أنه لولا وجوده إلى دافئ ما تحققنت هذه المعجزة.

شهادة لوفاة إنها حدثت لأسباب غير واضحة وطالب بتشريح الجثة فوراً!! وقال الطبيب: أنني في غاية الأسف ولكن القانون يحتم على أن أطالب بتشريح الجثة سأتصل بالمستشفى لترسل سيارة إسعاف.

ورغم رفض الزوج أن يقوم الطبيب الشرعي بتشريح جثة زوجته إلا أن الطبيب أصر على قراره القانون هو القانون ويطلب الطبيب من كلود أن يخلع المجوهرات التي ترتديها زوجته بعد أقل من ساعة خرج جسد دافئ من المنزل وبهذا المشهد الأليم أدرك الزوج أن أربعين عاماً من الحياة الزوجية السعيدة قد انتهت انتهت فجأة في الوقت نفسه الذي يحتفل فيه العالم بقدوم عام جديد.

إبلاغ الأهل والأصدقاء بخير الوفاة

وبينما كانت سيارة الإسعاف تغادر المنزل كان الزوج يرفع سماعه الهاتف ليبلغ أبنائه الثلاثة أنهم فقدوا والدتهم عليه إبلاغ الأهل والأصدقاء بما فيهم رئيس وزراء بريطانيا الأسبق جون ميجور باعتبارها صديق حميم للعائلة وفي الرابعة من صباح أول أيام العام الجديد وصل جسد دافئ إلى المستشفى وقام شخص يدعي دافيدسون بتوصيل الجسد بنفسه إلى المشرفة إنه يكر هذا المكان الكثيب لكنه يعرف دافئ منذ زمن بعيد منذ كانا معا في المدرسة ثم فرقتهما الأيام والتقيا من جديد عندما أصبح زوجها رئيساً للنادي المحلي وكان يلتقي بها أثناء

حمل الزوج زوجته وهو يبيكي كان العالم كله يحتفل بعيد رأس السنة أمام هو فيودع حبيبة العمر إلى مثواها الأخير.. تركها الزوج وعاد يحمل هموم الدنيا كان عليه إبلاغ أولاده الكبار الذي تزوجوا وأقاموا بعيداً عنه مع أسرهم كما كان عليه إبلاغ أهله وصديق عمره جون ميجور رئيس وزراء بريطانيا الأسبق لكن مكالمه مثيره وصلته من المستشفى في الخامسة صباحاً قال له الطبيب عليك أن تعود.. زوجتك الآن حية وتريد رؤيتك.

الحكاية مثيره.. والمفاجآت كثيرة! لكن البداية كانت ليلة رأس السنة!

في هذه الليلة اندهش كلود بانكس عندما وصل إلى بيته في ستونلي بالقرب من كمبيريدج في إنجلترا فكل أنوار القصر مضاعفة لكن الوقت متأخر حيث انتصف الليل منذ وقت طويل وكلود كان وثاقاً أنه سيجد زوجته نائمة منذ وقت طويل في هذه الساعة المتأخرة وعندما دخل المنزل وجد الدور الأرضي خالياً ففصد إلى الدور العلوي لكنه لم يجد أي صوت وأخيراً أتجه إلى غرفة نوم زوجته وجدها ممددة على فراشها ولكنها لا ترتدي ملابس النوم كان الزوج يشعر أن هذا الوضع ليس طبيعياً فاقترب منها وأمسك بيدها كانت يدها باردة أنه لا يصدق أن تكون زوجته قد فارقت الحياة..

يجري إلى الهاتف للاتصال بطبيب العائلة قائلاً دايفي ماتت لكن كيف حدث ذلك؟ في هذه الليلة ليلة رأس السنة الجديدة ذهب كلود إلى ابنته ليقول لها ولأبنائها كل عام وأنتم بخير وقد رفضت دايفي الذهاب معه لأنها كانت تشعر ببعض التعب وفضلت أن تنام مبكراً وما هي الآن قد ترقد بلا حياة في ليلة رأس السنة.

مفاجأة الطبيب

وصل بسرعة الدكتور ويسون إلى بيت عائلة بانكس وبعد كشف سريع قال للزوج كلود إنه من المرجح أن تكون قد توفيت أثر أزمة صرع لكن الطبيب يعلم جيداً أن هذا المرض نادراً ما يؤدي إلى الوفاة ومما زاد من دهشته أن عمر دايفي لا يزيد عن 61 عاماً وتمتع بصحة جيدة وقلب قوي لذلك يعرض أن يكتب في

المباريات إنه يشعر أن من واجبه

منوعات

الفكر

27

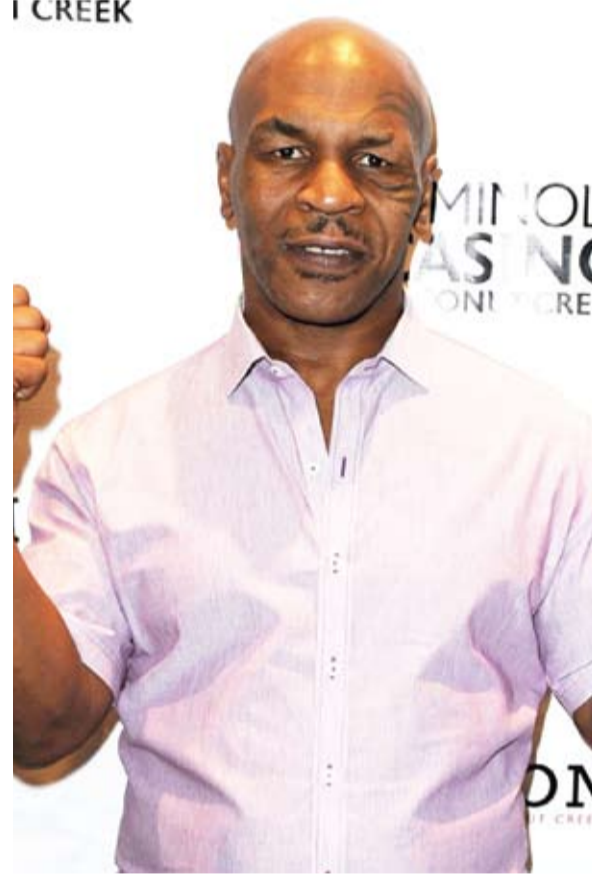
طائرات وقصور ومزارع وسيارات

هدايا المشاهير.. بذخ بالملايين

من الطبيعي جداً أن يقدم الرجل الهدايا لزوجته بين وقت وآخر وفي المناسبات، ومن الطبيعي أيضاً أن تتولى الزوجة المهمة، حين يكون في مقدورها أن تفعل. لكن ماذا عن الهدايا التي يتبادلها المشاهير التي أقل ما يمكن أن يقال عنها إنها غريبة عجيبة؟ هل هو نوع من الدعاية وحب الظهور في وسائل الإعلام، التي ستتسابق لتشر أخبار البذخ، أم أن أصحاب الملايين من الدولارات لا يعرفون كيف وأين ينفقونها؟



ديفيد بيكهام فيكتوريا



مايك تايسون



توم كروز و كاتي هولمز



هيو هافنر وكريستال هاريس



كيلسي غرامرو كايت وولش



ماريا كاري ونيك كانون



أنجلينا جولي و براد بيت



بيونسيه و(جيه - زي)

أعرف كثيرين يستغربون علاقتنا، لكني متأكدة من أن الناس الذين يعرفوننا على حقيقتنا يفهون ويقدرّون علاقتنا التينة جداً).

كيلسي غرامر

كيلسي غرامر، نجم المسلسل التلفزيوني (فريزير)، أهدى زوجته الرابعة البريطانية كايت وولش يوم خطوبتهما في فبراير 2011 مليون دولار، أودعها باسمها في حسابها المصرفي، وذلك بعد أشهر قليلة على تسوية خلاف مع طليقته كاميلي، دفع لها بموجبه خمسة وخمسين مليون دولار بأمر من المحكمة. ويقال إن الرجل (56 عاماً)، الذي تعلم من دروس الماضي، اشترط على زوجته الرابعة (29 عاماً) عدم تضمين عقد الزواج بنداً يتيح لها الحصول على أي جزء من ثروته في حال الطلاق.

هدايا متفرقة

- عندما ارتبطت جينيفر لوبيز بالمثل بن أفليك، في علاقة استمرت أقل من عامين، أهدته سيارة من طراز بينتلي، فأهداها بدوره خاتم ألماس عيار 6 قيراطات.
- أهدت كاتي بيريز زوجها راسيل براند تذكرة سفر إلى الفضاء ثمنها 200 ألف دولار، لكن طلاقهما جعل الهدية غير العادية شيئاً من الماضي.
- سوليجا بوي مغني الراب أهدى نفسه طائرة نفاثة من طراز غالفستريم ثمنها خمسة وثلاثون مليون دولار، وأنفق عشرين مليوناً أخرى لتطويرها وتحسينها وتأثيثها بما يتناسب مع ذوقه كما قال.
- الممثل الكوميدي آدم ساندلر.. بعد نجاح فيلمه الأخير، أهدى أربعة من زملائه الذين شاركوه البطولة مائتي ألف دولار لكل منهم.

وجود مهبط لطائرة هليكوبتر داخل أسوار القصر، فما كان من الممثلة الأمريكية إلا أن أوصت على طائرة هليكوبتر بسبعة عشر مليون دولار.. لم تطلعه على السر، وحين جهزت الطائرة فأجأته بالهدية من دون أن تنتظر عيد ميلاده أو أي مناسبة أخرى.

تشمّل الهدية دروساً وتدريباً على الطيران سيتلقاها براد بيت، على الرغم من أنه يحمل إجازة رسمية تخوله قيادة طائرة، لكنه قال إنه في حاجة للتدريب على قيادة الهليكوبتر. وتجدد الإشارة إلى أن الهليكوبتر ليست الهدية الوحيدة، فقد سبق لأنجلينا أن أهدت صديقها أرضاً جبلية في كاليفورنيا تحتوي على شلال تتدفق مياهه الغزيرة طوال العام.

قالت يومها إن بإمكان براد بيت بناء منزل الأحلام فوق الشلال، على شاكله البيت الذي بناه فرانك سيناترا فوق شلال، وظهر في فيلم (المياه المتساقطة - فولينغ ووتر).

كذلك أهدت أنجلينا صديقها مزرعة لأشجار الزيتون، كدليل على حبها الكبير كما قالت.

ماريا كاري

من الواضح أن المغنية ماريا كاري تريد من العالم كله أن يعرف كم هي سعيدة بالهدية التي قدمها لها زوجها نيك كانون، وهي عبارة عن سيارة رولز رويس (الشيخ) ثمنها أربع مائة ألف دولار، وعليها لوحة تحمل الحرفين الأولين من اسمها.

فقد وضعت صورتها مع السيارة المتضمنة كل الخيارات والإضافات على صفحتها على فيس بوك وتويتير. وكان الزوج الكوميدي والمذيع المشهور قد صرح بأنه يخطط لتقديم هدية غير عادية لزوجته.

أما ماريا فكتبت على صفحتها تقول: (نيك إنسان عظيم.. إنه إنسان رائع لدينا ما يجمع بيننا أكثر مما يفرقنا..

بالملايين في قصرهما المطل على العاصمة الإسبانية مدريد، ويومها أحضر لها من لندن ثلاثة طباخين يعملون في واحد من أشهر المطاعم اليابانية في العاصمة البريطانية، وذلك على متن طائرة خاصة، لتحضير الأصناف اليابانية التي تحبها.

أما الهدية التي قدمها لزوجته وأذهلت وسائل الإعلام، فكانت عبارة عن مزرعة شاسعة لزراعة العنب وتصنيع النبيذ في كاليفورنيا. ليس هذا فقط بل قرر إطلاق اسمها على النبيذ، الذي سيخصص للعائلة والأصدقاء فقط كما قال.

بيونسيه

بمناسبة عيد ميلاده الواحد والأربعين، أهدت المغنية بيونسيه زوجها مغني الراب (جيه - زي) سيارة رياضية بمليونين من الدولارات من طراز بوغاتي فيرون. ويؤكد المعارفون أن هذه السيارة هي الأغلى والأسرع بين سيارات العالم، إذ تبلغ سرعتها 408 كيلومتراً في الساعة، ويمكن أن تصل إلى سرعة 96 كيلومتراً في الساعة خلال ثابنتين ونصف الثانية فقط عقب انطلاقها.

أحد المقربين من المغنية (29 عاماً) قال إنها أوصت الشركة المصنعة بتجهيز السيارة، وهي عملية استغرقت سنة كاملة، احتفظت خلالها بالسر لنفسها، وفي عيد ميلاده فأجأته بالسيارة المتوقفة أمام منزلها.

ومن المعروف عن (جيه - زي) اقتناؤه مجموعة لا بأس بها من السيارات المثيرة للإعجاب بزخرفاتها وألوانها الصارخة.

أنجلينا جولي

عندما اشترت أنجلينا جولي وصديقها براد بيت قصراً مثيراً في الجنوب الفرنسي السنة الماضية، لاحظ الاثنان

طائرات وقصور ومزارع وسيارات، وشلال تتدفق مياهه على مدار العام، وأمواًل نقدية تدفع في المصارف.. ورحلة إلى الفضاء الخارجي.. إنها بعض عجائب المشاهير مع هاريس.. هدية بخمسة ملايين دولار، وفارق في السن قدره ستون عاماً فقط! فقد قدم ناشر مجلة اليبلاي بوي (87 عاماً) هدية غير عادية لعروسه، التي تصغره بستين عاماً، عبارة عن منزل فخم على تلال هوليوود، وسد ثمنه خمسة ملايين دولار نقداً. الفاجأة كانت حين سجل العريس المنزل، الذي تبلغ مساحته خمسة آلاف وتسعمائة قدم مربعة، باسم لي لوفيت أم العروس، فما كان من الحماية إلا أن صرحت بأن هيو هافنر إنسان رائع، وتمتد للعروسين حياة سعيدة. لم تقتصر هدايا العريس على المنزل الفخم، فقد تبعه بخاتم ثمنه تسعمائة ألف دولار، وسيارة رياضية من طراز بينتلي، يقدر ثمنها بنصف مليون دولار.

توم كروز

قدم توم كروز لخبيبته كاتي هولز طائرة من طراز (غالفستريم)، ثمنها عشرون مليون دولار، وذلك قبل شهر من زواجهما عام 2005، وقال يومها إنه يفضل لخبيبته أن تحلق عالياً كدليل على حبه لها، بدلاً من أن يقدم لها خاتماً تضعه في إصبعها، حتى لو كان الخاتم بملايين الدولارات.

وأصر كروز على أن تختار خبيبته بنفسها التصميم والديكور الداخلي للطائرة، وبالطبع هو الذي سدد الفاتورة.

في عام 2012 تقدمت كاتي هولز بطلب الطلاق، وبالفعل حصلت عليه واحتفظت بالطائرة لنفسها، ومع الطائرة احتفظت أيضاً بعدة منازل وشقق كان توم اشتراها في العديد من مدن ودول العالم.

مايك تايسون

الفكر

السكري يؤثر في عقلك



لكنه يكون المقدمة لمشاكل ذهنية مثل تدهور الذاكرة والعمليات الذهنية. ورغم عدم التوصل الى فهم آلية العلاقة بين السكري والزهايمر، فإن ذلك قد يرجع جزئياً الى تسبب ارتفاع أنسولين الدم تعطيل عمل الأنزيمات المنتجة لبروتينات الدماغ.

وعلق د. وليام ثاس، رئيس فريق البحث، قائلاً: (يشير هذا الاكتشاف الى اثر مرض السكري على القدرات العقلية، ويلقي الضوء على أهمية تطوير أدوية لمعالجة هذا الامر. ونظرا الى انتشار الاصابة بالزهايمر عالمياً، فالعلاقة ما بين الزهايمر والسكري جدية بالانتباه خصوصاً لارتباط كليهما بالسمنة ايضا).

اثبتت دراسة يابانية وجود ارتباط بين السكري من النوع الثاني وبين مرض الزهايمر وخرف الشيخوخة وعدد من المشاكل الذهنية التي تتطور مع تقدم العمر. واعتمدت الدراسة اليابانية على تشريح أدمغة 135 رجلاً وامرأة ممن تعدوا عمر الستين، لفحص مستويات البروتين لديهم ومقارنتها مع بياناتهم الطبية.

ولوحظ ان الاشخاص المصابين بالسكري من النوع الثاني، لديهم خلل في بروتينات الدماغ يتسبب تراوحت ما بين ثلاثة وستة أضعاف نظرانهم الأصحاء من الفئة العمرية ذاتها. ورغم ان هذا الخلل البروتيني لا يسبب دائماً الاصابة بالزهايمر.

قرأت لك

البطة البرية



طائر من عائلة البطيات Anatidae ورتبة الإوز Anseriformes اسمها العالمي platyrhynchos Anas يكثر وجودها في نصف الكرة الأرضية الشمالي. وهي من أكثر

النوع الإوز انتشاراً في العالم ومنها يتحدر معظم البط الداجن، يبلغ طولها حوالي (60) سنتيمتراً، للبطة البالغة لون بني رمادي من الأعلى وصدر كستنائي، وبطن أبيض، والحلق والرأس أسودان مخضران مع خطوط بيضاء تطوق رقبتها، والريش الخلفي في الأنتى ينتهي باطراف بنية غامقة اللون، وبينما يكون للذكر منقار أصفر مخضر، فإن للأنثى منقار أصفر برتقالي، مرقش بالسواد. وللذكر والانتى سيقان برتقالية اللون.

تقتات هذه الطيور باللافقاريات والنباتات وتعتبر مفيدة أحياناً لأنها تقضي على البعوض، وتتخذ أعشاشها على الأرض خلف الشجيرات عادة وأحياناً على الأشجار أو في أعشاش تعود لطيور أخرى، تعتنى الأنثى بالصغار لوحدها.

سؤال وجواب

- ما المقصود بالدرقل في اللغة العربية؟
- العلم الذي يرفع في الحرب.
- من مؤلف المسرحيات التالية: تاجر البندقية، الملك لير، ماكبث؟
- وليم شكسبير.
- كم يبلغ عدد مسرحيات وليم شكسبير؟
- 37 مسرحية.
- ما هو السمهي في اللغة العربية؟
- الرمح الصلب.
- ماذا يعني اسم عنترة في اللغة؟
- الذباب الأزرق؟



قرد يلعب محاط بالأسماك الملونة في حوض بحديقة الحياة البرية بمقاطعة أنهوي الصينية. (رويترز)

الأناناس ينشط وظائف الكبد ويقوي العظام

كشفت دراسة أمريكية أن الأناناس ينشط وظائف الكبد ويقوي العظام ويعالج الالتهابات كما أنه يفيد في علاج تصلب الشرايين والنقرس. وأكدت الدراسة أيضاً أن الأناناس غني بفيتامينات (أ) و(ب) و(ج) ويحتوي على عدد من المعادن، مثل المنجنيز والبيوتاسيوم واليود والكالسيوم والفسفور والكبريت والحديد والماغنسيوم.

وأشارت الدراسة إلى أن الأناناس غذاء جيد ويساعد أيضاً في علاج بعض الأمراض كنزلات البرد، والأعراض المصاحبة له من السعال والبلغم الذي يصاحبها ويجعله أقل جفافاً، كما أنه يسهل الهضم، ويكافح السموم.

وأكد الخبراء أن لب الأناناس المهروس يستخدم لعلاج الجروح وورقه لتغطية الجرح مثل الكمادات.

يُذكر أن موطن الأناناس مناطق خط الاستواء وأمريكا الوسطى والجنوبية وهاواي وتايلاند. المعروف ان الأناناس Ananas COMOSUS) فاكهة استوائية نبات من الفصيلة البروميلية لا تنبت إلا في المناطق الاستوائية. وللأناناس شكل هرمي ومميز وملفت للنظر، لذيذ الطعم ويمكن تحويل محتواه إلى عصير. ويملك اللون الأصفر الخفيف ((الليموني))، وتم اكتشافها لأول مرة في القارة الأمريكية لكنها كانت مجهولة بالرغم من أنهم كانوا متعجبين منها لعدة سنين.

تناول الفيتامينات المركبة تقلل السرطان

أكدت دراسة أمريكية ان تناول الفيتامينات المركبة يوميا على امتداد فترة طويلة أدى إلى انخفاض متواضع، ولكن مهم من الناحية الإحصائية، في معدلات الإصابة بالسرطان بعد أكثر من عقد من العلاج والمتابعة. وفي الدراسة التي نشرت نتائجها في دورية جاما، قال الباحثون: تعد الفيتامينات المركبة المكمل الغذائي الأكثر شيوعاً، ويتناولها بانتظام ما لا يقل عن ثلث البالغين في أميركا.

ويتمثل دورها التقليدي في الحيلولة دون نقص التغذية. ويمكن لمزيج الفيتامينات والمعادن الأساسية الذي تحتويه الفيتامينات المركبة أن يضيء في تأثيره اتباع أنماط غذائية صحية، كتناول الفواكه والخضروات التي يتم ربطها مع عدم التعرض لمخاطر الإصابة بالسرطان في بعض الدراسات الوبائية.

هل تعلم؟

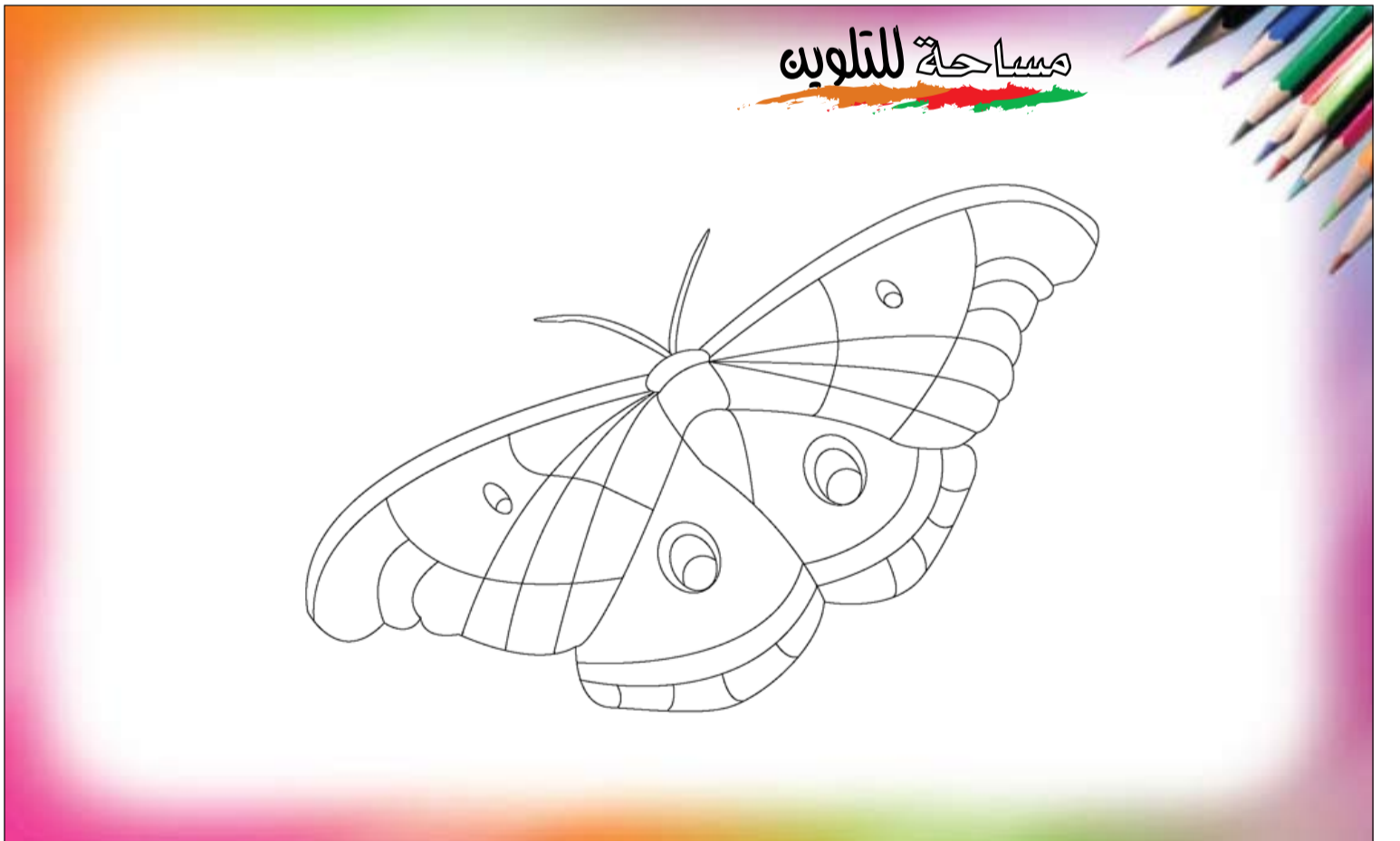
- أن الأطفال البدينين في سن المدرسة يأكلون أقل من أقرانهم النحيلين.
- أن سكان العالم يزدادون بمعدل مليون ونصف المليون كل أسبوع.
- أن النمل العامل والنشيط هو من الإناث . أن اليومة لاترى في الظلام الدامس.
- أن نمو ظفر إصبعك الوسطى هو أسرع بينما نمو ظفر إبهامك هو الأبطأ.
- أن الحيوان الوحيد الذي يستطيع أن يخرج معدته إلى الخارج هو نجم البحر.
- أن ملكة النحل تغادر الخلية فقط من أجل قيادة جماعات النحل ومن ثم الذهاب إلى رحلة الزفاف.
- أننا نموت بشكل أسرع من قلة النوم عن قلة الطعام
- أن هنالك نوعاً من الأسماك يدعى بالسلمك الصديج بإمكانه ابتلاع إنسان كامل
- أن ضغط الماء داخل كل خلية في البصلة كاف لتشغيل محرك بخاري.
- أن الإنسان هو الحيوان الوحيد الذي ينام على ظهره.
- أن الأفي تستمع الأصوات عن طريق التقاط ذبذبات موجات الصوت بلسانها.
- هل تعلم أن الجسم البشري يتكون من 206 قطعة عظم .
- هل تعلم أن الزرافة لطول رقبتها فهي لا تنام في اليوم الواحد إلا تسع دقائق و ليست على مرة واحدة إنما على ثلاث مراحل كل مرة ثلاث دقائق .

قصة الخبز والخباز

اقترب ثعلب وابن اوى من دكان خباز وهما يتشمان رائحة الخبز الشهية ويتعتان حظههما العاثر الذي جعلهما لا يحسان صنع الخبز والكعك فقال الثعلب أه ابكي وحدك يا ابن اوى فانا باستطاعتي ان أضحك على الخباز واتناول ما اشتهي من كعك وخبز فقال ابن اوى حسنا لو حدث ذلك فلك عندي كل الاحترام وستكون زعيماً وسطنا فهيا كي ارى مالم أره قبلا .

اختبأ ابن اوى ووقف الثعلب ينادي على الخباز وعندما خرج له قال ماذا تريد فقال الثعلب .. أه .. أه ايها الخباز كنت مسافراً وصديقي ابن اوى فوصلت إلى انقى رائحة جميلة تساءلنا ماهذه الرائحة فقلت إنها كعك وقال ابن اوى انه الخبز وتشاجرنا فتركتي وسار والآن اريد ان أتأكد من حسن ظني وفطنتي وهو ان ما اسمه هو الكعك فضحك الخباز الذكي وقال نعم انه الكعك الشهى اخرجته نار الفرن منذ ساعة ورائحته الشهية هي التي وصلت لأفك ايها الذكي لذا سأطعمك اجمل كعك لك تساه لكن لا تعود علينا كثيراً فانت لاتدفع مالا، انتظرنى هنا وسأحضره اليك .

غاب الخباز قليلاً ثم خرج وقال هاهو الكعك لك اثنان نصيبك ونصيب ابن اوى الذي ذهب، فأسرع الثعلب واتهم الكعكة الاولى مسرعا لكنه لم يكذ يقرب من الثانية حتى قفز صارخاً من شدة ما احرقته البهار التي حشي بها الخباز الكعكة وأخذ يلهت ويلف ويدور حول نفسه فضحك الخباز وقال له لاتنس أن تأكل نصيب ابن اوى وتركه وانصرف والثعلب يتلوى من شدة الألم فجاء ابن اوى وقال له تستطيع أن تأكل نصيبي وهنينا مريئاً ما اشتهيته... من ضحكك على الخباز يحترق بناره .



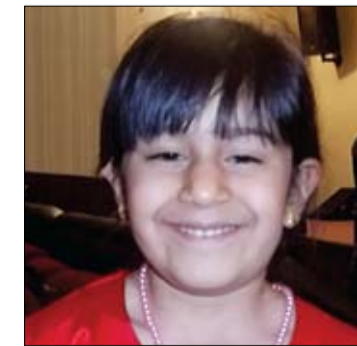
محمد علي الجوهرى

متفوق في دراسته. ومتعاون مع زملائه بهوى الرسم والتلوين.. ويتمنى ان يصبح معلم في المستقبل.. ويهدي صورته إلى جميع الأهل والأصدقاء.



محمد طحنون المرزوعي

متفوق في دراسته. ومتعاون مع زملائه. بهوى الرسم والتلوين.. ويتمنى ان يصبح مهندساً في المستقبل.. وتهدي صورته إلى جميع الأهل والأصدقاء.



اليازبي يوسف الحمادي

متفوقة في دراستها. ومتعاونه مع زملائها. نهوى الرسم والتلوين.. وتتمنى ان تصبح مهندسة في المستقبل.. وتهدي صورته إلى جميع الأهل والأصدقاء.



يقين هبري حسن

متفوقة في دراستها. ومتعاونه مع زملائها تهوى الرسم والتلوين.. وتتمنى ان تصبح طبيبة في المستقبل.. وتهدي صورته إلى جميع الأهل والأصدقاء.