حظك هذا اليوم

برج الحمل ٢١أذار - ٢٠نيسان
إذا كنت تريد أن تكون لوحدك، فذلك لأن هناك شوقا أكثر من اللازم من قبل دماغك وقلبك وخيالك لاحتلالك.

برج الثور ٢١نيسان - ٢٠أيار
إنّ الألغاز التي بدت مقلقة قبل اليوم مليئة بالإمكانيات اللذيذة، وثقتك قوة كامنة. أنت متشوّق لمحاولة تجريب ذلك.

برج الجوزاء ٢١أيار - ٢١حزيران
طبعك اللطيف و تفاؤلك غير المحدود يجعل منك الشخص المفضّل، ويتنافس الناس للجلوس بجانبك.

برج السرطان ٢٢حزيران- ٢٢تموز
عادة يمكنك أن تتعامل مع شخص ما على أنه رئيسك ، لكنه في الوقت الحاضر يضغط عليك كثيرا إلى الطريق الخاطئ.

برج الأسد ٢٣تموز - ٢٢آب
أنت تتكلّم اليوم والجميع ينصتون انت محور الحديث لأنك مبتكر وساحر افكارك المبدعة تلقى ترحيبا من الجميع في العائلة و في العمل .

برج العذراء ٢٣آب - ٢٢أيلول
. كلّ شيء جاهز للعمل خلال الصباح الباكر والعصر . حاول تكثيف اتصالاتك الجديدة قبل هذا المساء.

برج الميزان ٢٣أيلول - ٢٢تشرين
لماذا الوجه الكئيب؟ تعبيراً عن الوجاهة والمنزلة الرفيعة؟ لا تنسى أن هذا المظهر يعبر أيضاً عن مشاعرك.

برج العقرب ٢٣تشرين١- ٢١تشرين٢
ستكون هناك تغييرات مفاجئة في مشاريعك وضرباتك الرائعة جداً من الحظّ. يمكن أن تعتمد على التعاطف والمساعدة العفوية اللذين سيسهّلان تقدّمك.

برج القوس ٢٢تشرين٢ - ٢٠ كانون١
قوّتك الساحرة ستزداد عشرة أضعاف و ستكون متلهّفاً جداً للمحبّة ولأن تحبّ. لن تكون بخيلاً عند التعرض لمشاكل نقدية أو عائلية.

برج الجدي ٢٠كانون١ - ١٩كانون٢
ستجري لقاءً عرضياً يمكن أن يثبت أنه مفيد لك على الصعيد المهني أو الشخصي. جهازك الهضمي سيكون ضعيفاً؛ تذكّر الاعتدال بتناول الغذاء وأكثر من شرب الماء بدلاً من ذلك.

برج الدلو ٢٠كانون٢ - ١٨شباط
ستملأ حياتك العائلية مرحاً ودفئاً . علاقات الحبّ الرومانسية ستنال أهمية أكبر في حياتك. ستحرز تقدّماً جيداً في مهنتك.

برج الحوت ١٩شباط- ٢٠أذار
هذا اليوم سيكون مفضّلاً لكلّ أولئك الذين يجب أن يمرّوا بفحوص الترقية أو الدخول. قوتك العضلية ستكون بازدياد.

الكيا.. أفعى ازدحامات الشوارع

بغداد/ مؤيد عبد الوهاب

شكل السيارة له أثره في جمالية المدينة ويتم إسقاط السيارات القديمة للخلاص من أشكالها الرثة والتلوث الذي تحدثه والمحافظة على تلك الجمالية.. وسيارات النقل في بغداد تعاني من هذه الثنائية الجمال/ القبح فالكوستر عفا عليها الزمن وظهرت «الكيا» بأشكالها الجميلة تعلن للجميع انها سيدة أنيقة.

يقول قيس عبد الله سائق كيا: كنت املك كوستر لكنني وجدت ان الكيا رزقها أفضل خصوصاً ان الراكب يرغبها لكونها سريعة وحديثة وأنيقة في الشارع بخلاف الكوستر التي أصبح وجودها ثقيلاً في الشارع مع هذه الازدحامات.. فالكيا تستطيع ان تناور بها في الازدحامات، إضافة الى انها تعمل في الداخل وعلى الطرق الخارجية واعتقد ان جمال وأناقة السيارة تعبر عن شخصية مالكها والكيا تتقبل الإكسسوارات في كل جوانبها.

ويضيف غسان سائق كيا أخرى: انها سريعة وجميلة وتصليحها سهل وأسعارها مناسبة والجميع يرغبها والمصريون يسمونها «الميكرو باص» وهي منتشرة في الوطن العربي.. بل أنها أجمل في مواكب الزفاف.

ويضيف قاسم وهو سائق تاتا سابقاً والان يملك كيا على طرق البياع والكرخ: نجحت الكيا وهزمت التاتا المذلة للراكب بحجمها وقسوتها فالتاتا سيارة كانت المزح تتناولها لبشاعة منظرها والسمعة التي طاردتها.

ويقول عباس وهو أحد الراكبين المدافعين عنها: برغم تنوع وسائط النقل لكن الكيا أرغبها لانها ببساطة مريحة وسريعة وأجرتها تناسب وجودها في الشارع وتراها في كل مكان حتى في المواصلات التي تعمل فيها سيارات الجيب.. ان جمالها يفرض وجوده في الشارع، وأتمنى ان تقوم مديرية المرور بإسقاط السيارات القديمة التي مزقت ملابسنا وكسرت أضلعنا وخنقتنا بتلوثها.

أما المواطن سعيد فيقول: برغم ان الكيا تخدم الجميع لكن سواقها معظمهم لا يخدمون الراكب فمثلاً في أحداث مدينة الصدر اضطر الراكب الى دفع أجور مضاعفة ومكررة لأصحاب الكيات، فبعد أي حادث أمني أو سوء الأحوال الجوية ترى أصحاب الكيات يرفعون من سقف أجورهم.

بدانة الطفل من بدانة أمه

سدني/ وكالات

تمكن باحثون استراليون من إيجاد رابط بين بدانة الأطفال والنظام الغذائي الذي تتبعه الأم قبل وخلال فترة الحمل.وأوضح الباحثون من جامعة «نيو ساوث وايلز» ان الدراسة أظهرت ان الأمهات الحوامل وذوات الوزن الزائد أكثر عرضة لإنجاب أطفال أجسامهم مليئة بالدهون وهم بالتالي معرضون للإصابة بالسكري واضطرابات جانبية في وقت لاحق من حياتهم.

وأظهرت الدراسة التي طبقت على الجرذان، ان الجرذان الصغيرة المولودة من جرذان أنثى بدينة أكثر وزناً بمرتين من الجرذان التي ولدت من أمهات من دون شحوم.

وأصدر الباحثون بياناً جاء فيه ان «بدانة الأم وإفراطها في الأكل يتسبب بتغيرات كبيرة في المواد الكيميائية التي تتحكم بالشهية، ما يشير إلى ان أطفالهن مبرمجون لتناول أطعمة تختلف عن أولاد الأمهات غير البدينات».

وأضاف البيان «بما أن سيطرة الدماغ على الشهية تنشأ في وقت مبكر من الحياة، فإن وجود الأغذية في الفترة التي تسبق ولادة الطفل قد تساهم في بدانة الراشدين».

وصل الى ٢,٦٥م
اطالت شعرها من اجل غينيس

فلوريدا/ وكالات

بعدما أطلقت ضفائرها على مدى عشرين عاماً، تحاول امرأة دخول كتاب (جينس) للأرقام القياسية كصاحبة أطول شعر في العالم.

وتذكر آشا مانديلا (٤٦ سنة) أن طول ضفائرها يصل إلى نحو مترين و٦٥ سنتيمترا وهي تأمل في أن يؤهلها ذلك دخول كتاب غينيس للأرقام القياسية كصاحبة أطول شعر في العالم. وأشار المساعد التنفيذي لمدينة لونجوود بولاية فلوريدا رايان سبانيلا، والذي كان من بين الأشخاص الذين تأكدوا من طول شعر مانديلا (لا أستطيع مقارنة هذا بأي شيء آخر، هناك كمية هائلة من الشعر).

وأضافت مانديلا، وبلدها الأصلي ترينيداد، أنها حلقت شعرها تماما ثم أطلقته قبل نحو ٢٠ عاماً عندما كانت لا تزال تعيش في نيويورك، مضيفة بأنها تفكر بين وقت وآخر بقص جدائلها ولكنها أصبحت معتادة جداً عليها ولذا فهي تتركها لتكون جزءاً من شخصيتها.

الباذنجان يمنع تصلب الشرايين

واشنطن/ وكالات

أكدت الأبحاث الطبية أن الباذنجان مفيد للصحة وخاصةً في علاج تصلب الشرايين والوقاية منه، ويمكن تناوله مطبوخاً مع الطعام أو على شكل مخللات أو مقبلات.ويساهم الباذنجان في الوقاية من السمنة أو إزالتها، لأنه منخفض السعرات الحرارية، فكل مائة جرام منه تحتوي علي ٢٩ سعرة حرارية، كما يعيق الباذنجان انتقال الكوليسترول من المعدة إلى الشرايين، ويخفض من نسبة الدهون.

ويحتوي الباذنجان على نسبة عالية من المواد المكافحة للسرطان «نفس المواد الكيماوية التي تجعل التفاح مفيداً»، كما أن الصبغات الداكنة تعمل على منع التأكسد.

بريشة: قاسم حسين

كلمات متقاطعة

	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠
١									■	
٢					■					
٣					■					
٤	■		■			■				
٥									■	■
٦	■			■						
٧		■			■		■			
٨								■		
٩										
١٠				■				■		

الافقي
١. القصر الملكي بانجلترا.
٢. ضد كساد/ سمنة.
٣. عاصمة بريطانيا(م)/ الحيوان القطبي(م).
٤. شقيق/ عامل بالأجر.
٥. روائي مصري.
٦. للتعريف/ الذرة ذات الشحنة الموجبة أو السالبة.
٧. نظير/ نبات مخدر باليمن(م).
٨. (ميشيل...) ممثلة أمريكية فضلت السجن على الخدمة العامة/ للنفي.
٩. (ناسوس....) رئيس قبرص.
١٠. قطعه ولم يفصل/ غاية ونهاية/ ضمير الغائبة.

العمودي
١. عاصمة سويسرا/ يكسب.
٢. أقوم بتوديعها/ نهر بفرنسا.
٣. مدينة بالريفييرا الفرنسية/ أثر الجرح.
٤. (..... فتحي) ممثلة مصرية/ دفع شديدا.
٥. مشي/ قضي(م).
٦. عطية/ العبوس.
٧. ضد أقصاها/ مايستخرج من اللبن بالمخض.
٨. (.... ميتشل) كاتبة وروائية امريكية.
٩. ممثلة مصرية / تابعوه.
١٠. ضد ليل/ نعاني.

حل العدد السابق

	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠
١	ا	ل	ع	ق	ا	د	■	ا	ي	ل
٢	ل	■	ن	ب	ي	ح	■	ل	ج	ا
٣	ب	ر	ق	■	ا	ل	م	غ	ر	ب
٤	ا	ه	و	ج	ر	ا	■	ط	ب	ل
٥	ن	ب	د	ل	■	■	د	س	ه	ا
٦	ي	■	■	ه	د	ي	ل	■	ا	ت
٧	ا	ل	ع	ا	ر	■	■	ف	■	ا
٨	■	ج	ب	■	ا	ح	م	ي	ه	■
٩	م	ا	ر	س	ي	ل	ي	ا	■	ل
١٠	ا	م	ه	ر	ه	ب	■	ت	ا	م