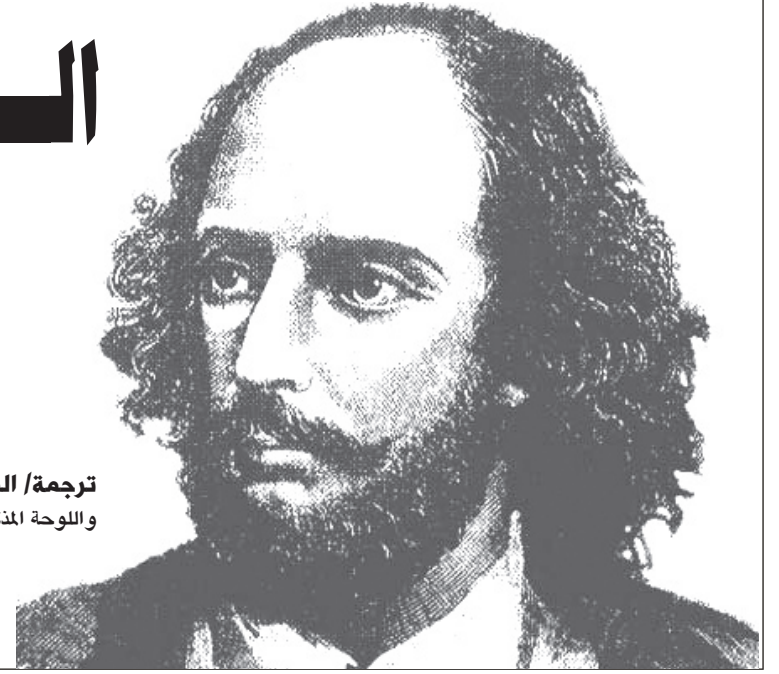


# البحث عن شكسبير الحقيقي

لوحة كانت من مقتنيات أسرة لمدة ٣٠٠ سنة أصبحت اللوحة الثالثة المعترف بها لوليم شكسبير ، إذ أنها رسمت في حياته . وقد أيد هذا الاعتراف خبير اللوحات البريطاني المختص بشكسبير ، ستانلي ويلز ، الخبير في الدراسات الشكسبيرية في جامعة بيرمنغهام ومدير تحرير سلسلة شكسبير في جامعة اوكسفورد لمدة ٣٠ سنة .



## ترجمة/ المدى

واللوحة المنكورة التي رسمت عام ١٦١٠ ، قبل وفاة الكاتب بستة أعوام ، كانت ضمن مقتنيات عائلة كوبي منذ القرن الثامن عشر .

وطوال الثلاثة قرون لم تكن الأسرة وثيقة من تحديد هوية الشخص الذي تحمل اللوحة صورته ، بل ان احدهم كان يعتقد أنها تعود للسير والتر رالي . وفي عام ٢٠٠٦ ، زار احد افراد عائلة كوبي قاعة اللوحات الوطنية بحثا عن شكسبير

ووجد هناك عدداً من الصور تمثله في مراحل عدة من حياته ، كما اعتقد البعض . وجذب اهتمامه لوحة تعود للرسم جانسن ، الفنلندي الذي عاش في لندن زماً ، وكانت قد أعيرت للعرض من قبل مكتبة شكسبير في واشنطن التي تمتلك اكبر مجموعة

مقتنيات تعود للكاتب المسرحي الأشهر . وتعجب كوبي من شدة الشبه بين لوحة جانسن واللوحة مجهولة الهوية في مقتنيات عائلته . وبعد عدة مقارنات من قبل الخبراء والاختبارات العلمية للتأكد من أصالة اللوحة ، تم الإعلان

عن كونها تعود حقا إلى شكسبير وأنها قد رسمت له عندما كان في ال ٤٦ من عمره ، أي قبل وفاته بست سنوات . وتؤكد المعلومات التي تم التوصل إليها ، أن هذه اللوحة كانت أصلا تعود لإيرل ساوثموتون الذي كان يتولى رعاية شكسبير .



تعتمد العديد من السيدات على طرق غذائية خاطئة منها المخبوزات من الدرجة الأولى خلال الوجبات الثلاثة، الأمر الذي يترتب عليه الإصابة بالأمراض الخطيرة والمزمنة على المدى الطويل، إضافة إلى زيادة الوزن. وعن حقيقة ما نتناوله من أغذية تعتمد على المخبوزات في المقام الأول يؤكد استشاري التغذية الصحية وأستاذ الكيمياء الحيوية بجامعة القاهرة د. محمد سعد عبد اللطيف : أن الإنسان يعتمد بصورة رئيسة على الدقيق حيث يستهلك المواطن المصري ما يعادل ٢٠٠ كيلوجرام سنويا ، ومع الأسف تعرض الدقيق لعملية الخبز التي تسبب مشاكل صحية خطيرة إضافة ضافة لعدم صلاحية القمح للاستهلاك الغذائي والتداول السيئ للقمح والإصابات الحشرية ، إضافة إلى الاصابات بفطر الاسبراجس المفرزة لسموم الأفلاتكس وهي سموم لها فعل تراكمي للخلايا الكبدية ، وتؤدي الي حالات الفشل الكبدية .

## الخضراوات والعصائر .. اسهل طريق الى الرشاقة

### القاهرة / الوكالات

ويضيف د. محمد سعد : وتضاف إلى المخبوزات بجميع أنواعها لبعض المواد الغذائية كالك (السكر والملح ،السمن والزيت ، النكهة والألوان الصناعيه والمواد الحافظة) والمواد الطبيعية (الفواكه والخضروات) بعض المنتجات الحيوانية (البيض - الزبدة - الأنتوجنة - التونة - وصفات اللحوم .. الخ) وتتمن الخطورة في عمليات التصنيع والتجهيز التي تتعرض من خلالها للمعاملات الحرارية خلال عملية الخبز حيث تتراوح درجة الحرارة من ٢٠٠ - ٣٠٠ درجة مئوية ، هذه الدرجة كافية لحدوث العديد من

التفاعلات الكيميائية للمركبات الحيوية وتحولها إلى مركبات ضارة أو مركبات عديمة الفائدة لا تسبب السمّة فقط ولكنها تؤثر في صحة الإنسان بصورة ملحوظة ومن أبرز صورها انخفاض عام في الطاقة الحيوية وتدهورها مع انخفاض القدرات الذهنية ، وإصابة الإنسان ببعض الأمراض مثل الكبد المدتهن ، الأنيميا ، القلب ، الكلى إضافة لأورام وأهمها الصدر والكبد.

وتغير النمط الغذائي لتمثل الأغذية الطازجة ٧٠٪ من الأغذية اليومية في صورة فاكهه وخضراوات متنوعة ، وعدم إهمال شرب العصائر المخففة بالماء على مدار اليوم ، مع تجنب السهر أو تناول طعام مطهي قبل النوم وممارسة المشي الرياضي ٤-٦ ساعات / أسبوعيا . لصحة المرأة وعن تغذية المرأة على وجه الخصوص توصل فريق بحث علمي يرأسه د. محمد سعد عبد اللطيف إلى استنباط أنماط غذائية جديدة لتكوين منتج غذائي جديد فريد من نوعه يحقق الرشاقة والوقاية من الأمراض في أن واحد، كما يفيد في

تحقيق المتطلبات البروتينية لبناء وتجديد الخلايا الحية غني بالألياف والعناصر المعدنية، ومصدر جيد لمصادر الطاقة ، يتكون المنتج من : ٥ ٪ قمح بلدي ٥ ٪ ذرة صفراء ، ٢٠ ٪ صويا ، ١٠ ٪ فول مدشوش (بدون قشر) ، ٥ ٪ فولاصويا بيضاء ، عن طريق الطحن ثم الخلط ، تسلق جميع المكونات مع ماء مباشر ، ويضاف (زيت/ليمون/كمون) عند تناول الطعام . طريقة الطهي : - يضاف للمسحوق مخلوط من الخضراوات المجففة (كرس) - شبت - سلق - خبيرة - سبانخ ) ثم السلق . وجبة الفرد :- ٣٠ جراما / ١ كجم من وزن الجسم بحد أقصى ٣٠٠ جرام ، السرعات

لكل جرام ٣.٢ سعر . الكوارع للمفاصل يمكن لحواء أيضا عن طريق بعض الأغذية علاج بعض المشاكل الصحية التي تعرض لها المرأة بصورة أكبر من الرجل كأمراض المفاصل هشاشة العظام ، وإذا كنت واحدة ممن يعانين من أمراض المفاصل ينصحك د. سعد بالاعتماد على الخضراوات في المقام الأول واليك هذه الوصفة لمدة من (١-٣) اشهر حسب المرحلة العمرية :  
× شرب العصير الأخضر المكون من (أوراق نباتات خضراء مقطعة ١٠٠ -

١٥٠ جراماً ٢-٣ اكواب ماء ) بالخلاط ويشرب كاملاً (١-٢) مرتين /يوماً .  
× تناول ملعقة صغيرة من الكركم مرتين يوميا بصورة مباشرة أو يمكنك إضافتها للعطام .  
× احرصي على تناول العكاوى والكوارع

ومسحوق قرايش الأسماك .  
× اعتمدي في غذائك بشكل كبير على أسماك مسلوقة وكائنات بحرية .  
× اشربي عصائر طازجة من الفاكهة والخضراوات (٢-٣) مرات /اليوم .  
اشربي مغلي ورق الصفصاف .

## إعادة إعلان مناقصة رقم (٤) لعام ٢٠٠٨ خطة إنعاش الأهوار

تعن مديرية ماء البصرة عن اعادة اعلان مناقصة رقم (٤) لعام ٢٠٠٨ ( مناقصة صيانة ونصب وتشغيل وحدة ماء مجمعة طاقة ربع مليون غالون/ اليوم في منطقة الهامة ناحية الامام القائم (عج) بموجب الشروط والمواصفات التي يمكن الحصول عليها من مديرية ماء البصرة/ القسم القانوني لقاء مبلغ قدره (٥٠٠٠٠) خمسون الف دينار غير قابل للرد ويقدم العطاء على سكرتير لجنة فتح العطاءات داخل طرف معلق ومختوم او موقع يكتب عليه اسم المناقصة ورقمها ويتضمن المستمسكات المدرجة ادناه:

١. درجة التصنيف المطلوبة العاشره أنشائية نافذة لهذا العام وصادرة من وزارة التخطيط حصراً صورة ملونة وشهادة تأسيس الشركة وأجازة ممارسة المهنة للشركات والمكاتب المجازة رسمياً.
  ٢. تقديم تأمينات اولية قدرها (١٪) من قيمة العطاء على شكل صك مصدق أو خطاب ضمان نافذة لمدة ثمانية عشر يوماً بعد تاريخ نفاذ العطاءات ومرفق معه كتاب صحة صدور من المصرف وفي حالة رسو المناقصة يتم جلب تأمينات قانونية لضمان حسن الاداء وقبل استلام الاحالة والبالغة (٥٪) من قيمة العطاء.
  ٣. تقديم براءة نمة من الهيئة العامة للضرائب للاشتراك في المناقصة.
  ٤. يكون تاريخ غلق المناقصة يوم الاثنين المصادف ٢٠٠٩/٣/٣٠ الساعة الثانية عشرة ظهراً « ويتم فتح العطاءات بعدها مباشرة » وبحضور المناقصين المشاركين .
  ٥. تكون اسعار العطاءات المقدمة نافذة لمدة ثلاثة اشهر من تاريخ غلق المناقصة .
  ٦. على مقدمي العطاءات بيان الموقع الالكتروني وفي وثائق العطاء والبريد الالكتروني واسم وعنوان الشخص المسؤول عن متابعة الاستفسارات التي تخص العطاء .
  ٧. سوف يعقد مؤتمر خاص بالاجابة على استفسارات المشاركين في المناقصة في يوم الاثنين المصادف ٢٠٠٩/٣/٢٣ الساعة العاشرة صباحاً.
  ٨. تسلم العطاءات الى سكرتير لجنة فتح العطاءات علي ان توضع العطاءات في ظرف مختوم او موقع ومؤشر عليه اسم المناقصة ويحتوي على المستمسكات التالية ويعتبر العطاء مهملًا ما لم يتضمن المستمسكات ادناه: (أوراق مناقصة/ وصل شراء/ هوية تصنيف المقاولين او الشركات ملونة / التأمينات الأولية).
  ٩. تكون اسعار العطاءات المقدمة مكتوبة رقماً، وكتابة، ويعكس ذلك يعتبر العطاء مهملًا.
  ١٠. توقيع وختم المقاول على جميع صفحات العطاء وفي حالة عدم وجود التوقيع او الختم يعتبر العطاء مهملًا.
  ١١. تقديم الكفاءة المالية للشركة من خلال تقديم الحسابات الختامية المصادق عليها من قبل محاسب قانوني لأخر سنة مالية.
  ١٢. تقديم بيانات عن مؤهلات الجهاز الفني العامل مع المقاول او الشركة والاختصاصيين المتفرغين وغير المتفرغين العاملين لديها عند تنفيذ المشروع .
  ١٣. تقديم سجل مرض في الانجازات لاعمال السابقة.
  ١٤. تقديم مناهج العمل المطلوب.
  ١٥. تقديم الاعمال المماثلة ان وجدت مؤيدة من جهات التعاقد المعنية.
- ملاحظة  
تعتمد معايير التقييم التالية للمفاضلة بين المناقصين المشتركين:  
أ .كفة العطاء.  
ب . الاعمال المماثلة للشركة مع برنامج التنفيذ المنجز.  
ج . الكفاءة الفنية.  
د . الكفاءة المالية.  
هـ . العرض الفني للعطاء.  
و . المدة اللازمة للتنفيذ.  
ز . سجل أداء الشركة.  
× الدائرة غير ملزمة بقبول أو طأ العطاءات  
× يتحمل من ترسو عليه المناقصة أجور النشر والاعلان

### ر. المهندسين

د. عبد المنعم خيون لازم  
و. مدير ماء محافظة البصرة

## الزواج في الكبر يولد أطفالاً ناقصي الذكاء

### لندن / الوكالات

أكد بحث أسترالي أمريكي أن عدد الأطفال الذين يولدون لأباء أكبر سناً يتمتعون بذكاء أقل من أقرانهم لأباء أصغر سناً. وأشارت الدراسة إلى أن الأمهات الأكبر سناً ينجبن أطفالاً سجلت بينهم نسبة نكاء تفوق المتوسط، مؤكدين أن النتائج هي الأولى من نوعها عالمياً، وذات مضمون للرجال

في المجتمعات الغربية، ممن يؤجلون الأبوة حتي بلوغ الأربعين أو أكثر. وخلص الباحثون بعد معاينة بيانات ٣٣ ألف طفل في الولايات المتحدة، خلال السنوات ١٩٥٩ و١٩٦٥، تراوحت أعمار آبائهم بين سن ١٥ و ٦٥ عاماً، إلى أن مستوى أداء الأطفال المولودين لأباء كبار السن، كان أقل في اختبارات

الذكاء.

وأجريت الاختبارات على أطفال في سن ثمانية أشهر، وأربعة أعوام وسبعة أعوام، وكانت دراسات سابقة قد وجدت أن أطفال الأباء كبار السن، عرضة أكثر لمخاطر الإصابة بمشاكل صحية منها، عسر النطق والتشيزوفرنيا، والتوحد، والصرع، إلي جانب التقرم.

## الصين تفتتح مشروع أسرع قطار في العالم



### بيكين / الوكالات

أعلن لي بينج الباحث في الأكاديمية الصينية لعلوم السكك الحديدية أن الصين ستتمكك أسرع قطار في العالم بحلول عام ٢٠١٢ .

و أكد أن القطارات على خط بكين شنغهاي الجاري تشييده ستنتقل بسرعة ٣٥٠ كم في الساعة وبذلك ستكون هي الأسرع في العالم موضحاً أن الأبحاث الخاصة بالقطارات فائقة السرعة تمضي بسلاسة.

وستستغرق القطارات الجديدة أقل من خمس ساعات لتقطع المسافة بين العاصمة وشنغهاي وهو وقت أقل بست ساعات عما تقطعه القطارات العاملة على الخط الحالي، من جهتها قالت وزارة السكك الحديدية

الصينية إنها تعتزم استثمار ١.٢ تريليون يوان أي ما يعادل ١٧٥ مليار دولار أمريكي لتحسين شبكة السكك الحديدية مستهدفة أن يبلغ طول خطوط الركاب ١٣٠٠٠ كم بحلول ٢٠١٢ .