

ألمانية تدعي أنها خطفَت كي لا تذهب للعمل

■ برلين - رويترز: شعرت امرأة ألمانية (21 عاماً) أنها لا تريد الذهاب للعمل في مطعم للوجبات الريعة فأرسلت إلى والديها رسالة عبر الهاتف المحمول تقول فيها أنها مخطفة. وقالت الشرطة في مدينة شتراوبينج في ولاية بافاريا اسس أنها نفذت عمليات بحث واسعة النطاق في المنطقة بحثاً عن المرأة التي اختفت في 23 كانون الأول (ديسمبر) ولكنها ظهرت دون أن يلحق بها سوء في صباح اليوم التالي. وقالت ان الخاطف اطلق سراحها. وأضاف المتحدث انه جرى استجواب المرأة بشأن ما حدث خلال عطلة عيد الميلاد فأقرت انها اختلقت القصة لانها كانت مدينة لزميل لها بخمسة وعشرين يورو (32.9 دولار) ولم يكن لديها المال لتسديد الدين. وتواجه الان دفع غرامة تصل إلى ألف يورو.

أمريكي يحول رماد الحيوانات النافقة إلى لوحات وأعمال فنية

■ سان دييغو - يو بي آي: يقوم فنان أمريكي بتحويل رماد الحيوانات المنزلية التي تتفقد وتحرق جثثها إلى أعمال فنية تساعد أصحابها على تذكرها. وقال داني أورتيجا، الذي كان يعمل مساعداً لصانوتي في سان دييغو وأصبح في ما بعد خاتماً ورساماً، أنه يستخدم رماد الحيوانات النافقة لرسم لوحات وصنع تماثيل صغيرة لها بناء على طلبات أصحابها السابقين. وقال أورتيجا «أعرف مدى الحب الذي يقدسه الناس على حيواناتهم والاستماع الكبير برفقتها». مشيراً إلى «البعد الروحاني» لاعماله الفنية. وأضاف «أشعر بأنني أُنجى أرواح الحيوانات خلال عملي».

لص يسرق 30 ألف دولار أمريكي خلال اعياد الميلاد

■ نيويورك - يو بي آي: تجري الشرطة في نيويورك تحقيقاً من أجل معرفة هوية لص يسرق 30 ألف دولار أمريكي نقداً من إحدى كتائب المدينة خلال احتفال بعيد الميلاد.

وذكرت صحيفة «نيويورك ديلي نيوز» أن المبلغ المسروق كان قد جمع من المصليين في كنيسة سانت ميل خلال أريضة قديس سابقة من أجل دفع الفواتير والتفقات المترتبة عليها.

وقال الكاهن كريس تيركراني (53 سنة) إنه ليس لدى الكنيسة أي كاميرات فيديو لمراقبة أعمال السرقة، مشيراً إلى أن أحد المصليين شاهد شخصاً يحمل صندوقاً مقلداً ويضعه في صندوق سيارة.

وأضاف تيركراني أن الشخص نفسه اتصل بالشرطة وزودها برقم لوحة السيارة التي استخدمت في السرقة حيث تمت مراقبتها ومشاغبتها خلال توجهها إلى أحد المنازل في المدينة.

الطفل الأول بالعائلة يحظى دائماً بالرعاية القصوى

■ إنيثاكا - يو بي آي: أظهرت دراسة أن أول طفل يولد في العائلة يحظى دائماً بالرعاية القصوى من جانب الابوين مقارنةً بغيره من أشقائه أو شقيقاته الذين قد يأتون من بعد. وشكل الباحث جوزف برايس في جامعة كورنيل أن أول طفل يولد في العائلة يحظى برعاية خاصة تتراوح مدتها ما بين 20 و 30 دقيقة يومياً مقارنةً بالاطفال الذين يأتون من بعد.

وتبين من الدراسة أيضاً أن الاب يكرس للطفل الأول يومياً 20 دقيقة من العناية المميزة في حين توفر زوجته 25 دقيقة أكثر لنفس الطفل من سن الرابعة وحتى الـ13.

دولفين يفقر فوق قارب ويسحق امرأة نيوزيلندية

■ ولنتونز - رويترز: قالت تقارير اعلامية اسس ان امرأة نيوزيلندية في حالة حرجة في مستشفى بعد ان سحقها دولفين قفز فوق قارب كانت على متنه. وقالت صحيفة «نيوزيلاند هيرالد» ان المرأة البالغ عمرها 27 عاماً كانت تشاهد المياه من مقدمة القارب الصغير الذي كان يبحر عبر الشواطئ البحرية قبالة شبه جزيرة كورومانديل في نورث ايلاند يوم الثلاثاء عندما قفز دولفين فوقها. وأصيبت المرأة بجروح خطيرة في الرأس ونقلت جسوا إلى مستشفى في أوكلاند.



نيكول كيدمان وزوجها يجتمع شملهما في سيدني

■ سيدني - يو بي آي: اجتمع شمل الزوجين الاستراليين الأشهر المشته نيكول كيدمان والمغني كيث أوريان في سيدني بعد أيام فقط على زعم عارضة أمريكية أنها أقامت علاقة طويلة الأمد مع نجم الموسيقى الريفي. وعاد أوريان إلى استراليا بعد ان أمضى الشهرين الماضيين في مصحة لإعادة التأهيل من الإدمان على الكحول ليحضي بعض الوقت مع زوجته التي اقترن بها قبل ستة أشهر فقط.

وهذه هي المرة الأولى التي يكون فيها الثنائي في بلدهما منذ أن تزوجا هناك في حزيران/يونيو الماضي في مانلي، بحسب ما ذكرت وكالة انباء اسوشيتد برس

لا ليس لديهم وقت لممارسة الرياضة أو يقضون معظم أوقاتهم خلف مكاتيبهم يماكنهم التعويض ولو جزئياً عن قلة النشاط يصعد السلام لعدة دقائق للمواطنين وينتهي الامر بتجاهلها من قبل الكثيرين. فان اتباع تصانح بسيطة يمكن أن يساعد على البقاء في صحة دائمة.

واقترحت واين غيلمان، التي عملت اختصاصية تغذية لأكثر من 30 عاماً، على الناس الذين يريدون العيش حياة صحية وسليمة تناول 7 قطع من الخضار أو الفاكهة في اليوم.

وأضافت غيلمان إن الأشخاص الذين

لا ليس لديهم وقت لممارسة الرياضة أو يقضون معظم أوقاتهم خلف مكاتيبهم يماكنهم التعويض ولو جزئياً عن قلة النشاط يصعد السلام لعدة دقائق للمواطنين وينتهي الامر بتجاهلها من قبل الكثيرين. فان اتباع تصانح بسيطة يمكن أن يساعد على البقاء في صحة دائمة.

واقترحت واين غيلمان، التي عملت اختصاصية تغذية لأكثر من 30 عاماً، على الناس الذين يريدون العيش حياة صحية وسليمة تناول 7 قطع من الخضار أو الفاكهة في اليوم.

وأضافت غيلمان إن الأشخاص الذين

لا ليس لديهم وقت لممارسة الرياضة أو يقضون معظم أوقاتهم خلف مكاتيبهم يماكنهم التعويض ولو جزئياً عن قلة النشاط يصعد السلام لعدة دقائق للمواطنين وينتهي الامر بتجاهلها من قبل الكثيرين. فان اتباع تصانح بسيطة يمكن أن يساعد على البقاء في صحة دائمة.

واقترحت واين غيلمان، التي عملت اختصاصية تغذية لأكثر من 30 عاماً، على الناس الذين يريدون العيش حياة صحية وسليمة تناول 7 قطع من الخضار أو الفاكهة في اليوم.

وأضافت غيلمان إن الأشخاص الذين

لا ليس لديهم وقت لممارسة الرياضة أو يقضون معظم أوقاتهم خلف مكاتيبهم يماكنهم التعويض ولو جزئياً عن قلة النشاط يصعد السلام لعدة دقائق للمواطنين وينتهي الامر بتجاهلها من قبل الكثيرين. فان اتباع تصانح بسيطة يمكن أن يساعد على البقاء في صحة دائمة.

واقترحت واين غيلمان، التي عملت اختصاصية تغذية لأكثر من 30 عاماً، على الناس الذين يريدون العيش حياة صحية وسليمة تناول 7 قطع من الخضار أو الفاكهة في اليوم.

وأضافت غيلمان إن الأشخاص الذين

لا ليس لديهم وقت لممارسة الرياضة أو يقضون معظم أوقاتهم خلف مكاتيبهم يماكنهم التعويض ولو جزئياً عن قلة النشاط يصعد السلام لعدة دقائق للمواطنين وينتهي الامر بتجاهلها من قبل الكثيرين. فان اتباع تصانح بسيطة يمكن أن يساعد على البقاء في صحة دائمة.

واقترحت واين غيلمان، التي عملت اختصاصية تغذية لأكثر من 30 عاماً، على الناس الذين يريدون العيش حياة صحية وسليمة تناول 7 قطع من الخضار أو الفاكهة في اليوم.

وأضافت غيلمان إن الأشخاص الذين

لا ليس لديهم وقت لممارسة الرياضة أو يقضون معظم أوقاتهم خلف مكاتيبهم يماكنهم التعويض ولو جزئياً عن قلة النشاط يصعد السلام لعدة دقائق للمواطنين وينتهي الامر بتجاهلها من قبل الكثيرين. فان اتباع تصانح بسيطة يمكن أن يساعد على البقاء في صحة دائمة.

واقترحت واين غيلمان، التي عملت اختصاصية تغذية لأكثر من 30 عاماً، على الناس الذين يريدون العيش حياة صحية وسليمة تناول 7 قطع من الخضار أو الفاكهة في اليوم.

كلما كبر كرشك.. تعاظمت مخاطر اصابتك بأمراض القلب

القلب مقارنة بأولئك الذين حصلوا على أقل القياسات على مقياس البطن السهمي. ووجد الفريق أن ارتفاع درجات مقياس البطن السهمي في النساء جعل النساء عرضةً للاصابة بأمراض في القلب بنسبة 44 في المئة. وداخل اطار مقياس كتلة الجسم وجد الباحثون أن مخاطر الاصابة بأمراض القلب تتعاظم مع مقياس البطن السهمي بل إن مخاطر الاصابة تزداد حتى في الرجال من ذوي الاوزان المعتادة إن كانت لهم كروش كبيرة.

اما العلاقة بين مقياس البطن السهمي وبين مخاطر الاصابة بأمراض القلب فكانت أقوى ما تكون بين الشبان والشابات وهو أمر ليس بمستغرب حسبما يقول ايريبارين أخذاً في الاعتبار أن من يصابون بالسمنة صغارا من المرجح تعرضهم لمشكلات أكثر خطورة. وقال «نعقد أن هذه النتيجة لها دلالات هامة بالنسبة للوقاية». وأضاف «لا تدعو هذا يحدث لكم في شبابكم فهذه رسالة موجهة اليكم».

البريطانيون يهاجرون إلى استراليا بحثا عن الدفاء والشمس

■ كانبيرا - يو بي آي: استقبلت استراليا في العام المالي الماضي أكثر من 130 ألف مهاجر لجأوا إليها هرباً من الصقيع إلى الدفاء والشمس، ومعظمهم من بريطانيا. وأظهرت البيانات التي نشرتتها وزارة الخارجية الاسترالية اسس أن استراليا استقبلت خلال العام الحالي حوالي 8 آلاف مهاجر أكثر من السنة الماضية، واختار معظمهم أن يستقروا في ولاية نيو ساوث ويلز. وقالت وزيرة الهجرة امساندا فانستون لوكالة اسوشيتد برس الاسترالية إنه على الرغم من وصول جميع المهاجرين الجدد إلى سيدني وإقامتهم فيها بادئ الأمر، إلا أنهم

إغلاق آخر مدرسة لصراع الديكة في أمريكا

■ فورت وورث - يو بي آي: تقرر إغلاق آخر مدرسة لصراع الديكة في الولايات المتحدة وسط ترحيب كبير من جمعيات الرفق بالحيوانات. وأبدت جمعية «هيومان سوسايتي» التي تعنى بالدفاع عن حقوق الحيوانات في الولايات المتحدة عن سعادتها بإغلاق المدرسة التي خرجت منها الشهر الماضي آخر دجعة من مربي الديوك المخصصة للصراع في أمريكا الخاصة بذلك.

وذكر الموقع الإلكتروني لشبكة «سي بي اس» الاخبارية أن مايك راتيف (82 عاماً) قرر إغلاق مدرسة صراع الديكة

تغيير أسلوب الحياة يساعد على البقاء في صحة دائمة

■ سولت لاك سيتي- يو بي آي: قالت اختصاصية أمريكية في علم التغذية إنه بدل انتظار السلطات كي تتخذ قرارات لتحسين المستوى الصحي للمواطن وينتهي الامر بتجاهلها من قبل الكثيرين. فان اتباع تصانح بسيطة يمكن أن يساعد على البقاء في صحة دائمة.

واقترحت واين غيلمان، التي عملت اختصاصية تغذية لأكثر من 30 عاماً، على الناس الذين يريدون العيش حياة صحية وسليمة تناول 7 قطع من الخضار أو الفاكهة في اليوم.

وأضافت غيلمان إن الأشخاص الذين

لا ليس لديهم وقت لممارسة الرياضة أو يقضون معظم أوقاتهم خلف مكاتيبهم يماكنهم التعويض ولو جزئياً عن قلة النشاط يصعد السلام لعدة دقائق للمواطنين وينتهي الامر بتجاهلها من قبل الكثيرين. فان اتباع تصانح بسيطة يمكن أن يساعد على البقاء في صحة دائمة.

واقترحت واين غيلمان، التي عملت اختصاصية تغذية لأكثر من 30 عاماً، على الناس الذين يريدون العيش حياة صحية وسليمة تناول 7 قطع من الخضار أو الفاكهة في اليوم.

وأضافت غيلمان إن الأشخاص الذين

لا ليس لديهم وقت لممارسة الرياضة أو يقضون معظم أوقاتهم خلف مكاتيبهم يماكنهم التعويض ولو جزئياً عن قلة النشاط يصعد السلام لعدة دقائق للمواطنين وينتهي الامر بتجاهلها من قبل الكثيرين. فان اتباع تصانح بسيطة يمكن أن يساعد على البقاء في صحة دائمة.

واقترحت واين غيلمان، التي عملت اختصاصية تغذية لأكثر من 30 عاماً، على الناس الذين يريدون العيش حياة صحية وسليمة تناول 7 قطع من الخضار أو الفاكهة في اليوم.

وأضافت غيلمان إن الأشخاص الذين

لا ليس لديهم وقت لممارسة الرياضة أو يقضون معظم أوقاتهم خلف مكاتيبهم يماكنهم التعويض ولو جزئياً عن قلة النشاط يصعد السلام لعدة دقائق للمواطنين وينتهي الامر بتجاهلها من قبل الكثيرين. فان اتباع تصانح بسيطة يمكن أن يساعد على البقاء في صحة دائمة.

واقترحت واين غيلمان، التي عملت اختصاصية تغذية لأكثر من 30 عاماً، على الناس الذين يريدون العيش حياة صحية وسليمة تناول 7 قطع من الخضار أو الفاكهة في اليوم.

وأضافت غيلمان إن الأشخاص الذين

لا ليس لديهم وقت لممارسة الرياضة أو يقضون معظم أوقاتهم خلف مكاتيبهم يماكنهم التعويض ولو جزئياً عن قلة النشاط يصعد السلام لعدة دقائق للمواطنين وينتهي الامر بتجاهلها من قبل الكثيرين. فان اتباع تصانح بسيطة يمكن أن يساعد على البقاء في صحة دائمة.

واقترحت واين غيلمان، التي عملت اختصاصية تغذية لأكثر من 30 عاماً، على الناس الذين يريدون العيش حياة صحية وسليمة تناول 7 قطع من الخضار أو الفاكهة في اليوم.

وأضافت غيلمان إن الأشخاص الذين

لا ليس لديهم وقت لممارسة الرياضة أو يقضون معظم أوقاتهم خلف مكاتيبهم يماكنهم التعويض ولو جزئياً عن قلة النشاط يصعد السلام لعدة دقائق للمواطنين وينتهي الامر بتجاهلها من قبل الكثيرين. فان اتباع تصانح بسيطة يمكن أن يساعد على البقاء في صحة دائمة.

واقترحت واين غيلمان، التي عملت اختصاصية تغذية لأكثر من 30 عاماً، على الناس الذين يريدون العيش حياة صحية وسليمة تناول 7 قطع من الخضار أو الفاكهة في اليوم.

بين أعلى الحوض والجزء الأسفل من القفص الصدري سيؤدي إلى قياسات أكثر دقة لمقياس كتلة الجسم لدى توقع مخاطر الإصابة بمرض القلب. وأضاف ايريبارين أن قياس محيط الخصر يستخدم على نطاق واسع لقياس السمنة في منطقة البطن.

وأضاف انه بينما توجد طرق كثيرة لقياس محيط الخصر لشخص ما فإن ممرضة باستخدام أداة لقياس السمك يعتبر أكثر نطعية من مقياس كتلة الجسم ومن ثم فإن احتمالات الخطأ فيه أقل. وقام ايريبارين وزملاؤه بفحص 101765 رجلاً وامرأة أضعوا لفحوص طبية للفقرة من عام 1965 إلى 1970 شملت قياسات لمقياس البطن السهمي ثم جرت متابعة حالاتهم لمدة نحو 12 عاماً. وتوصل ايريبارين وزملاؤه إلى نتيجة مفادها أن الرجال الذين حصلوا على أعلى درجة على مقياس البطن السهمي أكثر عرضة بنسبة 42 في المئة خلال فترة متابعتهم صحياً للاصابة بأمراض في

■ نيويورك - رويترز: أظهرت دراسة أجريت مؤخرا أنه كلما ازداد بروز كرشك كلما تعرضت بصورة متزايدة لخاطر الإصابة بمرض في القلب. وقال الدكتور كارلوس ايريبارين من معهد كايسر برماننت في شمال كاليفورنيا والمؤلف الرئيسي للدراسة لرويترز «الرسالة هي في حقيقة الامر أن السمنة في منطقة البطن تتجاوز أهميتها السمنة في أي منطقة أخرى في الجسم».

وأضاف ايريبارين أن مقياس كتلة الجسم وهو مقياس العلاقة بين الوزن والطول هو وسيلة في غاية البساطة لمعرفة مخاطر تعرض الشخص لامراض القلب بناء على السمنة. فعلى سبيل المثال فإن أصحاب العضلات الفتولة ربما يحصلون على درجات مرتفعة على مقياس كتلة الجسم لكنهم يتمتعون بصحة موفورة.

وفي الدراسة الحالية قام ايريبارين وفريقه البحثي باختيار لمعرفة ما إذا كان مقياس البطن السهمي وهو المسافة من الظهر إلى أعلى البطن في منتصف المسافة

رواية بوليسية في مجتمع بوليسي

عناية جابر

لم تتجاوز غفوتي الدقائق الخمس، سوى أنها هزتني فعلا. كان استيقاظي عنيفا ملأني بخوف غامض. تركني الجميع ومضى. وحدي في الصلاة المعتمة، ويلوح ضوء أزرق ضعيف على جانبيها. بشعور غثيان مزعج صعدت الدرج وعرجت على حمام النساء بأضائة الكابوسية. خيط من الدم يتسلسل من أنفي فيما أنا عاكفة على غسل وجهي ليهدأ روغي قليلا. سدنت منخري بمدبيل ورقي واكملت صعودي نحو قاعة التدخين على جدارها صورة فوتوغرافية لنيكولاس كيج وميريل ستريب وروبرت دونيرو وفريد أستير، ملونة ومؤطرة. أحفظ مداخل وكوابيس ومخارج صالة سينما كوكورد عن ظهر قلب. على موكب القاعة الكبيرة انسلت قطرات من دمي واختلطت بفضوي أكياس التشبيس المتناثرة، وحيات البوب كورن واوراق الشوكولا كما لو انها اثار حفلة تنكرية. أمام الباب الزجاجي المستطيل ويتوهج خلفه ضوء الغناء المغضي إلى الشارع قلت انه الصداق اللثيم ما اسأل من أنفي، وقلت انني تعبت لا شك، حتى غفوت في صالة السينما فليست هذه حالي بالمره. شعرت باهانة من نوع ما، وضياح. اشار لي الحارس الذي فوجيء بي على ما بدأ، خارجة لتوي من الصالة؛ شغو؟ ميين بعدك هون، كلن قلا من زمان». شرعت، فيما كان يسألني اسئلته المتكلمة، في التحريك يدي في الفراغ الممتد خلفه، ورحي له بأحد يدي في الرصيف المقابل، ثم مضيت أقطع الطريق غير صاغية إلى ثرثرته. كانت لدى فكرة واضحة عن نذري المبالغ به، ذلك ان رواية لأغانا كريستي كنت انهيتهما بالأمس خضتني وخوض في جريمة حدثت في اجواء شبيهة: صالة، وعمته، ودم، واضطراب في الاحساس بالمكان والزمان على غرار ما احسست.

رحت افكر سائره وقد خلا الشارع إلامني نظرا للأحوال الأمنية الزفت عندنا، بأن علاننا العربي بوليسي بإمتياز، فلماذا لا نفع على روايات بوليسية لكتاب عرب؟ طبعاً، هناك ما اقترب من اسلوب الرواية البوليسية، غير ان اقترابه لم يأت غاية بحد ذاتها، بل وسيلة، وأداة مزينة بأحداث خارجة عن وظيفتها ومستعارة لخدمة قصة حب او سوى ذلك من الموميع.

في علاننا العربي عمليات قتل وجرائم بالجملة والمفرق، وبالقدر الذي يتخوف على ما عند العالم كله. لا ينقصنا شيء في هذا المجال فأين كاتب او كاتبة الرواية البوليسية ورواية الجريمة، ثم المزاج الريبي الرائق والمدقق للكاتب الذي يجهد في ربط الشواهد والاحداث للخروج باسم القاتل على النحو المبالغ وتلقاى البسيط والادمي. رواية تصنع من الجريمة مصييراً، ومن فك الغازها فعلا مقبداً، ومن قراءتها متعة موجهة ودالة.

أميل بشدة إلى نوع الرواية البوليسية بسبب ذلك التديبر المعجز للكاتب في منحا وقتا تشويقياً، كما ويدخلنا في حالة دلميزية حيث كثافة الأناز ونظام الاشارات، وحيث الغفوض يهيننا قليلا عن جرائم فعلية واضحة وضوح الشمس على مستوى الانظمة ومستوى الأفراد. تركب بحقنا وبحق أعمارنا ومشاعرنا كل يوم، يهيننا عن مجريات أيامنا ومتمركزة هذه حول نقطة واحدة، هي نقطة الحرب، فالمت الذي يمتص أنوار الحياة جميعها، يهيننا عن بلاويها، ويدغدغ قليلا طعم اليأس الكابوسي لأرواحنا.

أشير هنا إلى الرواية البوليسية وإلى جنس الكتابة الصعب، وينبدي سهلا في الشكل. الجنس الرشيق، القابل للقطعية مع الرواية الاجتماعية أو الغرامية أو التاريخية، الأمر الذي لم يعتده القارئ العربي من قبل، حيث يطبع كتابنا بإشارات محددة عن الابداع كخيلة يجرحهم إلى عملية استلاب كبرى على حساب موهبتهم ربما، أو ميلهم الدفين. ولعلها الصعوبة نفسها، ما تحول بيننا وبين كتاب الرواية البوليسية العرب، حين تحتاج هذه إلى مهارات لغة خاصة تمنح نفسها للحدث، وتقدم رشاقتها خدمة لتقنية الحبكة أو بؤرة الجريمة، في سرد متأن ومفردات حاسمة غير شعرية تنقل تصاعد الاحداث باطوار جميل من سلاسته، مطواع وغاثن.

في فضاء الرواية البوليسية، ثمة الغضاء الذي ليس فضاءنا، والجريمة التي ليست بحقنا، والمسافة عنها التي تلطف عيشنا، والامكانية وان مؤقتة للثاني بذواتنا، عما هو أدنى وأمر في واقعنا، ومساحة اللعب، وتحدير الفكر، والفرضيات، والشهوة إلى السؤال، وإلى الدم المراق على الزرق فحسب. ثمة الجريمة كغواية للعقل، وكامتياز للقتل بالكلمات، والدعوة إلى استنفا حداثنا وقوتنا الداخلية التي اصحابها الوقت بالداوار وانتهت متبلدة، أقل حياة من صخرة.

كلام النجوم	يوم جيد لمن يعملون اليوم ضمن فريق واحد.	إذا قررت السفر اليوم فقم مع القربين لئلا يفوتوك بتجربيات السفر.	أخرج من البيت إذا اردت البحث عن المتعة والمغامرة، لكن ابق فيه إذا اردت يوماً هادئاً.	البرهان 23 كانون الأول، 19 كانون الثاني	البرهان 23 كانون الأول، 19 كانون الثاني
البرهان 23 كانون الأول، 19 كانون الثاني	لكن تركيزك اليوم بالذات على العمل، فانت على عتية تحقيق تقدم ما.	التعاون والدعم هما أمران متوقعا منك فتأكد انك لن تحبط احداً.	المشاكل يمكن تصنيفها في جو محايدي.	البرهان 23 كانون الأول، 19 كانون الثاني	البرهان 23 كانون الأول، 19 كانون الثاني
البرهان 23 كانون الأول، 19 كانون الثاني	أخرج من البيت إلى اجواء وامكان تتخللها لحظات رومانسية.	يجب قبول اي دعوة اجتماعية من زملاء العمل.	يوم مرهق خاصة بالنسبة للوالدين عندما يشعرون في حل مشاكل أطفالهم.	البرهان 23 كانون الأول، 19 كانون الثاني	البرهان 23 كانون الأول، 19 كانون الثاني

الامور تسير في صالحك اليوم، لذلك لا تلتق فالتناح سيكون حليفاً لك.	البرهان 23 كانون الأول، 19 كانون الثاني
اولئك الذين يفكرون في زيارة الاقارب اليوم لا ينصحون باستخدام المواصلات العامة.	البرهان 23 كانون الأول، 19 كانون الثاني
يوم جيد لتجاوز الروتين اليومي القاتل أحياناً.	البرهان 23 كانون الأول، 19 كانون الثاني