القدس العربي
AL-QUDS AL-ARABI

السنة الثامنة عشرة ـ العدد 5276 الثلاثاء 16 ايار (مايو) 2006 ـ 18 ربيع الثاني 1427 هـ

AL-QUDS Al - Arabi Volume 18 - Issue 5276 Tuesday 16 May 2006

الاردن: براءة امرأة ورجل من تهمة اغتصاب طفلة

عمان ـ «القدس العربي»:

تجردت أردنية في العقد الرابع من العمر من الضمير لكنها لبست قناع العفة امام جاراتها اللواتي وثقن بها، فأوهمت جارة مقربة انها بصدد زيارة معارف لديهم طفلة مريضة نفسيا ويرغبون ان تمرح مع اتراب من سنها واستأذنتها ان تصطحب ابنتها «حنان» التي تجاوزت العاشرة من عمرها لتلعب معها، وافقت ام الطفلة بالطبع ولم يساورها أدنى شك في نية تلك المرأة.

وعندما وصلت الى فيللا الرجل الميسور كان لوحده بانتظارها ونزعت ملابس الطفلة التي لم تع ما يدور حولها وتركتها فريسة بيد حيوان آدمي وعندما عادت في الوقت المتفق عليه فتح الرجل محفظته وناول الطفلة والمرأة مبالغ نقدية، اما الطفلة فلم تنبس ببنت شفة وخافت من ذويها.

وفي يوم حضرت هذه المرأة الى المدرسة التي تدرس بها «حنان» وكانت تتحدث الى عدد من الطالبات وتوزع عليهن المال حيث تناهى الى مسامع المعلمات هذا الامر وتم التحقيق من قبل ادارة المدرسة حول سبب ذلك وبعد ان انكشفت شخصية الجارة وهدفها الرخيص ابلغت حنان المديرة بما حصل معها

وتم ابلاغ الشرطة عنها واحالتها والرجل الثري الى محكمة الجنايات الاردنية التي توصلت الى ان اقوال حنان قد اخذت على سبيل الاستدلال وذلك لعدم ادراكها كنه اليمين كونها صغيرة وان الشهادة التي تؤخذ على سبيل الاستدلال لا تكفي وحدها للادانة، ولهذا قررت المحكمة براءتهما لعدم قيام الدليل القانوني المقنع بحقهما مع العلم بان الحكم قابل للاستئناف

وفي منطقة ناعور الاردنية فوجىء شاب اثناء مراجعته لدائرة الاراضي ان الارض التي تعود لوالده المتوفى قد بيعت من قبل محتال الى شخصين بمبلغ 49 الف دينار اردني.

الشاب لم يصدق الامر وبعد التحري عن الموضوع تم تحديد اسم البائع وبعد القاء القبض عليه اعترف بأنه قام بعملية تزوير متقنة وباع الارض بدون علم اولاد مالكها المتوفى. والتحقيقات لا زالت جارية

وفي العاصمة عمان تمكنت مجموعة اجرامية من انتحال صفة رجال الأمن العام والدخول الى منزل شخص يحمل جنسية عربية وتظاهروا بالتفتيش لكنهم قاموا بسرقة مبالغ مالية وبعد ان خرجوا قدم شكوى وقد طالتهم يد العدالة قبل ان يتصرفوا بالمال المسروق الذي تم ارجاعه الى صاحبه.

فازت صابرين الحسامي (19 عاما) بلقب ملكة جمال استراليا وستشارك في مسابقة ملكة جمال العالم التي تقام في بولندا في شهر ايلول (سبتمبر) المقبل. وصابرين لبنانية الاصل وابنة احمد الحسامي الاعلامي ورجل الاعمال المعروف في اوساط الجالية العربية في استراليا

هواء طلق

الألم وذاكرة الألم

الياس خوري

لم يعد الخامس عشر من ايار يشبه الذكرى، وفي هذا الكثير من الألم، لا لأنني احب الذكريات، بل لأن الواقع يفرض علينا ما يشبه اللعنة القدرية. بحيث لا نتذكر النكبة بل نعيشها في الحاضر، لأنها حدث مستمر ومتواصل منذ ثمانية وخمسين عاماً.

صنعت النكبة انماط حياتها في المنافي التي تأسست بعد عام 1948، صارت المخيمات وبلاد الهجرة، تجسيدا لذاكرة الألم. وصار النضال الفلسطيني، وخصوصا في المراحل المختلفة قبل تأسيس السلطة الوطنية، طريقا للخروج من هذه الذاكرة.

غير اننا اليوم، وبعد ستة اعوام على اندلاع انتفاضة الأقصى، نجد انفسنا في قلب الألم. لا لأننا نتذكر الكارثة الوطنية التي جرت عام 48، بل لأن الشعب الفلسطيني يعيش الآن، استمرار النكبة. لا يتذكرون الألم لأنهم يعيشون، كأن الاسرائيليين لا يريدون السماح لضحاياهم بحيز للتذكر، بل يفرضون عليهم ان يعيشوا في زمن ملتبس يجتمع فيه الماضي بالحاضر.

تبني الشعوب صروح الذاكرة بعدما تكون قد طوت صفحة الكارثة. لكن الكارثة الفلسطينية لم تنته فصولها. يعيشها الناس بموتهم وقهرهم وعذاباتهم اليومية. النكبة تبني فصولها الجديدة الآن، لذا تبدو عناية الفلسطينيين بذاكرة نكبتهم اشبه بكابوس مزدوج. الماضي لم يمض، الآن، وانا اكتب هذه الكلمات، يقوم الجيش الاسرائيلي باستكمال بناء الجدار، وتواصل نقاط التفتيش الاسرائيلية اذلال الفلسطينيين وحشرهم في اقفاص وباندوستانات. الآن، وانت تقرأ/ تقرئين هذا المقال، ترتسم فصول جديدة من النكبة، يقتل طفل، وتهجم فصيلة الكلاب في الجيش الاسرائيلي على امرأة عجوز وتنهش لحمها.

ما العلاقة بين الألم وذاكرة الألم؟

من يستطيع ان يرسم خطا فاصلا بينهما؟

الجواب الفلسطيني على هذين السؤالين مؤجل، لأن الجيش الاسرائيلي نجح في تصوير مقاومة الاحتلال وكأنها جزء من حرب 1948. شارون جاء الى السلطة تحت هذا الشعار. التهويمات الحربية لسفاح صبرا وشاتيلا فرضت ايقاعها على المجتمع الاسرائيلي، الذي اندفع خلف الآلة العسكرية الاسرائيلية بهدف منع فصل النكبة عن ذاكرتها. القيادة السياسية الفلسطينية كانت تسعى الى بناء دولة صغيرة في الضفة وغزة. غير ان الاصرار الاسرائيلي على وأد هذا الاحتمال، وتحويل دولة اللاجئين التي سعت منظمة التحرير الى انشائها حلما مستحيلا. اقصى ما يمكن للفلسطينيين ان يحلموا به هو «وطينات» معزولة (بحسب تعبير ابراهيم ابو لغد) عن بعضها البعض، شرط ان تتحول سلطتهم شرطة لحماية الاحتلال.

لذا عادت النكبة كأن الزمن لم يمر.

السلطة الاسرائيلية لا تريد الزمن الا اداة للتطهير العرقي السياسي ضد سكان البلاد الأصليين. لذا عاد الفلسطينيون الى نكبتهم التي لم تكن قد تحولت بعد الى ذكرى. عليهم الآن ان يعيشوا الذكرى. لم يعد الطفل في حاجة الى جدته او جده كي يروي له ماذا جرى منذ نصف قرن. ما جرى في الأمس يجري الآن، وما كان يكون. طعم الموت نفسه، والخوف نفسه، والحصار نفسه.

اين مكان الذاكرة اذا؟

يعود الناس الى ذاكرتهم الجماعية كي يتعلموا من دروس الماضي وسائل لمواجهة ظروف جديدة. اما حين نكون امام الدرس نفسه، وامام الخطاب نفسه، وامام الممارسة نفسها، فماذا نتعلم؟ ومن يعلم من؟

في هذه الرقصة الدموية التي لا تنتهي، تريد اسرائيل منع الفلسطينيين من بناء ذاكرة نكبتهم، لأن النكبة لا تتوقف.

اليس غريبا ان تقوم الدولة التي بنت نفسها في وصفها صرحا لذاكرة الكارثة اليهودية بمنع ضحاياها من التذكر؟

الفلسطيني لا يجد متسعا من الوقت كي يتذكر الماضي، لأنه يعيش فيه، ولأن الجلاد لا يشبع ولا يرتوي. يريده اليوم مثلما اراده منذ ثمانية وخمسين عاما، وهو يتصرف كأن دولته الاسرائيلية، رغم جيوشها الجرارة وقنابلها النووية لم تتأسس بعد، او هي في طور التأسيس.

هل يعرف الاسرائيليون انهم بمنع الفلسطينيين من ان يمتلكوا الحق في ذاكرتهم، يعرضون وجودهم كله للمساءلة؟ هل يعرفون ان لعبة تحويل النكبة الى حياة يومية مستمرة لا تعني سوى ان هذا الجرح سيبقى مفتوحا، وان الضحية الفلسطينية سوف تكتشف وسائل الدفاع عن نفسها.

الفلسطينيون يموتون كل يوم. الشهداء الجدد ينضمون الى مائدة الشهداء القدماء. كأن مائدة النكبة تتسع للماضي والحاضر والمستقبل.

الألم لا ينفصل عن ذاكرة الألم.

هذه هي الحكاية الفلسطينية التي رواها لنا غسان كنفاني.

عندما عاد سعيد س. بطل رواية «عائد الى حيفا» الى بيته الذي طرد منه عام 48، اكتشف ان المسألة لا يمكن تسويتها إلا عبر حرب جديدة.

واليوم نكتشف ونحن نتذكر النكبة، ان الحرب لم تستطع تسوية المسألة، لأن المنتصر الاسرائيلي لا يريد اي تسوية الا عبر شطب الآخر الفلسطيني في شكل شبه كامل.

المسألة تحتاج ما هو ابعد من الحرب، واكثر عمقا من القتل، تحتاج الى حكمة فقدها المنتصر لأنه سكر بالدم.

النكبة مستمرة، وليست ذاكرة.

الألم اقسى من ذاكرة الألم، فكيف اذا اجتمعا؟

السعودية تؤجل منع الرجال من بيع الملابس الداخلية للنساء

■ الرياض ـ رويترز: أجلت السعودية خططا باستبدال الرجال الذين يعملون بائعين في متاجر بيع الملابس الداخلية النسائية بنساء سعوديات قائلة انها تريد اعطاء هذه المتاجر مزيدا من الوقت للاستعداد لهذه الخطوة. واتخذت الحكومة التي تريد عمل مزيد من النساء في اطار جهودها لتخفيض الاعتماد على العمالة الاجنبية هذا القرار في حزيران (يونيو) الماضي وامهلت المتاجر عاما للاستعداد لتنفيذه. ونقلت وكالة الانباء السعودية عن وزارة العمل قولها انه بناء على مناشدات أصحاب المتاجر بعدم تمكنهم من الالتزام بالموعد النهائي فقد قررت الوزارة تأجيل تنفيذه الى حين الانتهاء من كل الترتيبات اللازمة. وعلى الرغم من انه يحظر على النساء في السعودية الاختلاط بالرجال في الاماكن العامة فلا يوجد امامهن خيار يذكر لشراء مستلزماتهن الخاصة جدا من الملابس الا من رجال. واعترض رجال دين واسلاميون كثيرون في السعودية على هذه الفكرة كبداية لعملية اصلاح يشجعها الملك عبد الله بن عبد العزيز عاهل السعودية.

وقال دبلوماسي غربي ان هذه الخطوة اثارت غضب بعض من اكثر رجال الدين تأثيرا في السعودية . وقال الدبلوماسي ان «الوزارة ربما تكون امينة جدا في رأيها (بشأن التأجيل). ولكن هذه الحقائق تشير الى نكسة لجهود الوزارة في المستقبل في دمج المرأة السعودية في الحياة العملية». وقال غازي القصيبي وزير العمل السعودي الذي يصفه الاسلاميون المتشددون بأنه اصلاحي متحرر ان خطط السماح للنساء بالعمل في قطاعات اخرى ستمضي قدما مستشهدا بمجموعة من رجال الدين الذين تدعمهم الحكومة والذين وافقوا على هذه الاصلاحات.

التمارين تقلص نسبة الإصابة بالسرطان

■ واشنطن ـ يو بي آي: للتمارين الرياضية فوائد كثيرة، ولكن لم يخطر ببال أحد من قبل أنها قد تساهم في تقليص نسبة الإصابة بالسرطان.

وأجرى علماء في جامعة روتغرز تجارب على مجموعتين من الفئران بعد تعريضهما إلى الإشعاع فوق البنفسجي فتبين لهم بأن المجموعة التي وضعت داخل إسطوانة متحركة وأجبرت على الركض تقلصت لديها نسبة الإصابة بالسرطان بـ 32 % مقارنة بالمجموعة الأولى. وجاء في الدراسة التي نشرت في العدد الأخير من مجلة «كارسينوجينيسز» إن التمارين الرياضية تنشط عملية القضاء على الخلايا السرطانية التي يسببها التعرض لأشعة الشمس.

وقال العالم ألن كوني « يؤدي التعرض للإشعاع فوف البنفسجي للإصابة بالسرطان، و تساهم التمارين الرياضية في القضاء على الخلايا السرطانية، مشيرا إلى أن سرطان الجلد المعروف بورم ميلانوما هو أكثر أنواع السرطان التي تصيب الجلد.

احوال الناس

● الدكتور **محمد الغمراوي** أمين الحزب الوطني الحاكم بالقاهرة أصدر قراراً بتولي الدكتور **جمال حلمي السعيد** أمين التثقيف والتدريب بقسم ثاني حي مدينة نصر امينا للحزب في القسم خلفا للمهندس **نبيل المازني** رئيس هيئة النقل الذي قبض عليه بتهمة التربح وإهدار المال العام.

● **رياض نعسان اغا** وزير الثقافة السوري استقبل امس الاثنين بمكتبه بدمشق السفير المغربي في سورية **عبد الوهاب بلوقي** وبحث معه سبل تعزيز العلاقات الثقافية بين البلدين الشقيقين.

● المحامي العام الأول لنيابة الأحوال العامة العليا في مصر المستشار **هشام عبد المجيد**، أرسل اخطارات لجميع الجهات الرسمية والبنوك بقرار النائب العام المستشار **ماهر عبد الواحد**، بمنع الدكتور **محمد العبادي** رئيس مجلس إدارة الشركة القابضة للمستحضرات الطبية، من التصرف في أمواله انتظارا للتحقيقات التي تجري معه.

● جمعية المساعدة القانونية لحقوق الانسان في مصر اقامت دعوى عاجلة تطلب فيها تمكين المحامين المدافعين المتضامنين مع المستشارين **محمود مكي** و **هشام البسطويسي** من ممارسة عملهم وإلغاء قرار المستشار **فتحي خليفة** رئيس محكمة النقض عدم السماح لعدد من المحامين بالترافع.

● الوزير المنتدب لوزارة الدفاع **عبد المالك قنايزية** استقبل امس بمقر الوزارة المدير العام للدرك الفرنسي الجنرال **غاي بارابر**. وحضر اللقاء قائد الدرك الوطني الجزائري اللواء **احمد بوسطيلة** وتم خلاله بحث مختلف المسائل الامنية.

● «كرة القدم لغة العالم» عنوان المعرض الذي يقيمه في مدينة الاسكندرية بمصر المركز الثقافي الألماني يوم الخميس بمناسبة قرب انطلاق بطولة كأس العالم لكرة القدم في المانيا.

● تلقى **محمد بن عبو** رئيس تحرير صحيفة لوكوتيديان دوران (صحيفة الغرب) الناطقة بالفرنسية العزاء من صحافيين في مختلف الصحف المحلية في وفاة حرمه.

● «شخلول» هو اسم المسلسل التليفزيوني الجديد الذي يؤدي دور البطولة فيه الفنان **اشرف عبد الباقي**، بمشاركة **سعيد عبد الغني** و**رياض الخولي** و**غادة نافع** و **انتصار** و**جيهان قمري**، وكتب السيناريو والحوار **عاطف بشاي** ويخرجه **حسن إبراهيم**. المسلسل مأخوذ من رواية الأديب الراحل **يوسف جوهر** «شخلول وشركاه».

الجمع بين العمل والانجاب والاسرة مفيد لصحة المرأة

■ لندن ـ رويترز: قال علماء امس الاثنين ان جمع المرأة بين عملها وكونها زوجة او لها شريك حياة واطفال قد يساعد على تمتعها بصحة جيدة. وبعد تحليل بيانات من دراسة تتبعت صحة مواطنات بريطانيات ولدن عام 1946 اكتشف العلماء ان النساء اللائي لعبن ادواراً متعددة في الحياة انخفض لديهم خطر المعاناة من مشاكل صحية او البدانة في منتصف العمر بالمقارنة بربات المنازل او الامهات اللائي يعشن دون شريك حياة او النساء دون اطفال.

وقالت اني ماكون من يونيفرستي كوليدج لندن «النساء اللائي لعبن ادورا متعددة على المدى البعيد تمتعوا بصحة جيدة حتى سن الرابعة والخمسين. «يبدو وكأن النساء تصبح صحتهن افضل نسبيا كنتيجة للجمع بين العمل وحياة الاسرة».

وقالت ماكون في الدراسة التي نشرت في دورية علم الاوبئة وصحة المجتمع انها وفريقها قاموا بتحليل بيانات صحية قدمتها اكثر من الفي امرأة يتراوح عمرهن من السادسة والعشرين الى الرابعة والخمسين وكذلك مؤشر قياس كتلة الجسم وهو مقياس للبدانة. وشمل التحليل ايضا بيانات بشأن حالتهن الزوجية وتاريخهن في العمل وانجاب الاطفال. واكتشف الباحثون ان النساء اللائي كن ربات منزل في معظم اوقات حياتهن كن اكثر عرضة للمعاناة من مشاكل صحية.

وجاء في المرتبة الثانية الامهات اللائي يعشن بلا شريك حياة والنساء اللائي لم ينجبن. وكانت ربات المنازل اكثر عرضة لزيادة الوزن وهذه الفئة اكتشف فيها اعلى معدل للبدانة بنسبة 38 في المئة بينما كان المعدل في ادنى درجاته لدى النساء العاملات والزوجات والامهات. وقالت ماكمون ان المعروف منذ فترة ان جمع المرأة بين العمل والامومة ورفيق الحياة يؤدي الى تمتعها بصحة افضل. ولكن لم يكن معروفا ماذا كان الجمع بين العمل وانجاب الاطفال سببه تمتع النساء بصحة جيدة ام ان الجمع بين العمل والاطفال هو سبب التمتع بصحة جيدة. وقالت ماكمون «هذه الدراسة هي اول واحدة توضح الاتجاه الذي يجب ان نسير فيه... ربما يكون هناك فوائد صحية على المدى البعيد للقدرة على المشاركة في جميع المجالات في المجتمع».

هدية عيد الأم.. عودة ابنتها المختطفة منذ 30 عاما

■ ديترويت ـ يو بي آي: انتظرت لورا غودر خلال عطلة الأسبوع مكالمة هاتفية من ابنتها بمناسبة عيد الامهات،ولكنه لم يكن اتصالا عاديا إذ أنها لم تر ابنتها منذ أن اختطفها والدها عام 1976. وذكرت صحيفة «ذا ديترويت نيوز» أن غودر أملت في أن تتحدث مع ابنتها جينفياف راتشل نيلسن كل يوم على مدى الثلاثين عاما الماضية التي قضتها وهي تتساءل عن مصيرها بعدما اختطفها منها والدها اريك دوغلاس نيلسن يوم عيد الأم عام 1976 على اثر طلاقهما.

وحضر رجال الشرطة من مقاطعة أوكلاند إلى منزل غودر في ميشيغان يوم الجمعة حيث حملوا إليها الأنباء عن جنفياف التي تبلغ من العمر الآن 32 عاما والتي عثر عليها حية بولاية أريزونا حيث كبرت تحت اسم مستعار معتقدة أن والدتها قتلت في حادث سير.

وغادر نيلسن المنطقة قبل 30 عاما مع الفتاة التي كانت تبلغ من العمر 21 شهرا ومنذ ذلك الحين لم يعثر عليه احد حتى تمكن مكتب التحقيقات الفيدرالي من تحديد مكانه في سجن بولاية أريزونا تحت اسم مختلف.

ويعمل مكتب التحقيقات الفيدرالي على ترحيله إلى ميشيغان حيث سيواجه تهما بالخطف عبر الولايات وجرائم تتعلق بتزوير هويته وهربه.

وذكرت غودر أنها لم تفقد الأمل أبدا في العثور على ابنتها، وأوضحت انه وفقا لما أخبرتها إياه الشرطة فقد كبرت لتصبح امرأة جيدة.

واشارت الى ان ابنتها «منهارة إذ أن والدها اخبرها بما حصل بشكل مختلف تماما»، مشيرة إلى انها وعائلتها، المؤلفة من ثلاثة صبيان أنجبتهم من زواج ثان، يتوقون إلى سماع أخبار جنفياف وقالت إنهم «متحمسون للغاية، لقد مر ثلاثون عاما على يوم اختفائها وها هي الآن أفضل هدية لعيد الأم تلقيتها في حياتي».

يشار الى ان الولايات المتحدة تحتفل بعيد الأم في 14 أيار من كل عام.

أمراض القلب تكلف بريطانيا سنوياً 29 مليار استرليني

■ أكسفورد ـ يو بي آي: قال باحثون بريطانيون إن أمراض القلب تكلف الاقتصاد الوطني حوالي 29 مليار جنيه استرليني سنويا على شكل نفقات علاج وأضرار بسبب الغياب عن العمل.

وأوضح مركز الأبحاث الاقتصادي التابع لجامعة أكسفورد بأن بريطانيا تنفق أكثر من أي دولة أوروبية أخرى على الأمراض القلبية الوعائية وذلك استنادا إلى دراسة أجريت حول مرضى القلب عام 2004.

وقال البروفسور بيتر وايزبيرغ من جمعية القلب البريطانية إن هذه الدراسة يجب أن تشكل حافزا لصناع القرار على إعادة النظر في الإجراءات الصحية المتبعة حاليا لتقليص نسبة الإصابة بهذه الأمراض.

آلاف الأطفال البريطانيين يتعرضون للاعتداء الجنسي

■ لندن ـ يو بي آي: كشف المجلس الوطني لحماية الأطفال في بريطانيا أن أكثر من نصف الإتصالات التي تلقاها على خطه الساخن أبلغت عن حالات إعتداء جنسي.

وتطلق الجمعية الخيرية حملة جديدة تدعى «لا تخفي الأمر» لتحث الأطفال على الإدراك أنهم سيتلقون المساعدة إذا تعرضوا فعلا للاستغلال الجنسي. وأشارت هيئة الإذاعة البريطانية، بي بي سي، إلى أنه من بين 8637 اتصالا وردت على الخط الساخن عام 2005 حول الاستغلال الجنسي، ابلغ أكثر من النصف أي ما يعادل حوالي 4414 عن حالات اغتصاب.

وأشارت بي بي سي إلى أن الضحايا المعتدى عليهم كانوا يعرفون هوية المعتدي في 86 % من الحالات، في حين شكلت الفتيات 80 % من مجمل الأشخاص الذين أجروا اتصالات بالخط الساخن.

مزحة ثقيلة تكلف سائقا السجن 4 سنوات

■ لندن ـ يو بي آي: قضت محكمة بريطانية بسجن مراهق أربع سنوات بعد أن نشر صورة على موقع الكتروني سخر فيها من شخص كان قد صدمه بسيارته وتسبب بموته.

وذكرت هيئة الإذاعة البريطانية (بي بي سي) امس الإثنين إن كريان نايت (20 عاما) نشر صورة لنفسه على الانترنت بدا فيها ميتا تحت سيارة، وكتب تعليقا بهذا المعنى تحتها، ما أثار حزن عائلة جيريانت فلين (19 عاما) الذي قتل في الحادث.

وظهرت صورة نايت وهو ممدد تحت سيارة يحاول تصليحها على الموقع الالكتروني لـ«ساوث وايلز كار كلوب»، وكان يعلم بأن أهل فلين سوف يرونها لكنه لم يكترث بذلك.

تماسيح فلوريدا تلتهم ثلاث أمريكيات

■ أورلاندو ـ يو بي آي: قالت السلطات في فلوريدا إن التماسيح التهمت ثلاث سيدات خلال الأسبوع الماضي.

وذكرت صحيفة «سنتينيل» إن أشلاء آن ماري كامبيل (23 عاما) من تنيسي عثر عليها بين فكي و جوف تمساح انقض عليها خلال ممارستها رياضة السباحة تحت المياه في بحيرة قرب غابة أوكالا ناشونال، التي تبعد حوالي 7 أميال عن جنوب سولت سبرنغز بفلوريدا يوم الأحد الماضي.

قلة النوم تسبب السمنة

■ سدني ـ يو بي آي: قال باحثون إن الأطفال الذين ينامون أقل من 6 ساعات في الليلة معرضون أكثر من غيرهم للسمنة. وذكرت «استراليان» إن الدكتورة سارة بلندين من مركز أبحاث النوم التابع لجامعة ساوث أستراليا، ومساعدتها بايج جونسون درستا حالات مئات الأطفال لمعرفة ما إذا كانت قلة النوم تؤدي إلى زيادة السمنة بينهم.

وأوضحت بلندين أن قلة النوم تؤثر على القشرة الخارجية الأمامية للدماغ المسؤولة عن نشاط الذاكرة والسلوك والمزاج وإطلاق أو إعاقة نشاط الهرمونات المسؤولة عن صد الشهية واستثارتها.

وأضافت «يتوقف عمل الهرمونات عندما لا يحصل الطفل على قسط كاف من النوم»، موضحة بأن «عدم النوم يؤدي إلى تشوش عمل الهرمونات، وهذا يعني بأنك سوف تأكل أكثر من المعتاد».

كلام النجوم

الحمل: 21 اذار ـ 20 نيسان
الصمت مطلوب في موقفك الذي وضعت نفسك فيه.

الثور: 21 نيسان 20 ايار
ارجع الى موقفك الاول فهو اوفق لك، الجفوة التي بينك وبين من تحب اردمها بالحب والمودة.

الجوزاء: 21 ايار ـ 21 حزيران
الجفن لا يعلو على الحاجب فكرة لا زال البعض يقتنع بها فلا تستغربها.

السرطان: 22 حزيران ـ 22 تموز
لا ترهق نفسك وتضغط عليها كثيرا فهي لها عليك حق ايضا.

الأسد: 23 تموز ـ 22 آب
الدرع الذي تتصور انه يحميك من الاخرين ستزول فوائده بعد ايام.

العذراء: 23 آب ـ 22 ايلول
مرض الصدر ليس سلا كما تتصور بل سببه التعرض للتيارات.

الميزان: 23 ايلول ـ 22 تشرين اول
لا تحاول الاساءة الى من اساء اليك شخص يحاول جلب نظرك فاحذر خدعه.

العقرب: 23 تشرين اول 21 تشرين ثاني
لا تغتر بنفسك فهي عدوك الاول والمهلك. ابتعد عن الانهار والبحار هذا الاسبوع والا غرقت فيها.

القوس: 23 تشرين ثاني ـ 21 كانون اول
لا تقبع في مكانك بل تقدم نحو الهدف. اقبل بما يقع بين يديك.

الجدي: 22 كانون اول ـ 19 كانون ثاني
زميل يضحك معك ويظهر اخلاصه ولكنه يبطن عكس ما يظهر.

الدلو: 20 كانون ثاني ـ 18 شباط
حشو الكلام يضر ولا ينفع في حالتك فابتعد عنه.

الحوت: 19 شباط ـ 20 اذار
حافظ على اتزانك وهدوئك في العمل. تقبل الامور كما هي وكن يقظا لما يجري حولك.