

## من هنا وهناك

## بدأ حياتهما الزوجية بـ.. سباق حتى النهاية

قالت امرأة في الـ ٣٨ من العمر إنها وخطيبها تزوجا في مدينة كليرمونت بولاية فلوريدا الأميركية قبل لحظات من المشاركة في ترياتلون تباريا فيه بالسباحة وركوب الدراجات والركض معاً. ونقل تقرير لوكالة يونايتد انترناشيونال برس (يو بي أي) عن دانيل وايدمن قولها انه طوال فترة علاقتها بكنث فاوست (٤٣ سنة)، كانا يشاركان في سباقات عديدة لكن أهمها كان «ترياتلون فلوريدا الأضخم بعد زفافهما. وقالت العروس، وهي مضيفة طيران «نظن انها طريقة رائعة كي نبدأ حياتنا معاً، فلا بد من القيام بما نحبه، ونحب ما نقوم به مع من نحبه».

وبعد انتهاء مراسم الزفاف، حاولت وايدمن وفاوست سباحة مسافة ٣,٨ كيلومترات، وركبا درجالت لمسافة ١٨٠ كيلومتراً كما ركضا مسافة ٤١ كيلومتراً، لكن الألم أجبر العريس على الانسحاب قبل ١٢ كيلومتراً من انتهاء مرحلة الركض في حين بقيت العروس حتى النهاية.

وقالت وايدمن «يعرف المرء هوية من معه بعد تمضية ٧ ساعات معاً في ركوب الدراجة أو الركض»، مضيفة «راينا الجانب الجيد والسيء والبشع والجميل في كل منا، ولا يمكنني أن أحبه أكثر مما أفعل الآن».

## مشلول يذهب إلى الحج.. على قدميه

تمكن مواطن أردني في الستينات من المشي مجددا بعد ربع قرن من الشلل، وذلك من دون أي علاج أو مساعدة طبية. ونقلت وكالة يونايتد انترناشيونال برس (يو بي أي) عن صحيفة «الغد» الأردنية حكاية يوسف رحال الذي كان قد أصيب بالشلل قبل ٢٥ عاماً نتيجة سقوطه عن رافعة طولها أربعة أمتار، مما أدى لإصابته بانزلاقات غضروفية وقطع في الأعصاب. وبحسب الصحيفة فان يوسف كان ينوي تأدية فريضة الحج هذا العام وبسبب مرضه وعدم قدرته على الحراك كان من المحتمل ان يتم رفض طلبه من قبل وزارة الأوقاف. ونقلت عن يوسف قوله: «نمت ليلة السبت الماضي، وعيني على رحلة الحج إلى الديار المقدسة، وبقيت طوال تلك الليلة أدعو الله بأن يمكنني من زيارة مكة» وأضاف انه «نام بعد أن صلى الفجر واستكمل مناجاته ربه سائلاً إياه أن يمكنه من ذلك».

وتابع انه وفي أثناء نومه كان يشعر «بأن خدرا يسري في جسمه من أعلى رأسه حتى أسفل قدميه، وما إن استيقظ مع تمام العاشرة صباحاً، حتى بدأ في داخله شيء يقول له «حاول أن تتحرك (... حاول أن تمشي».

وأضاف: لم أستطع القيام بذلك وأنا في الشارع، حيث خفت أن أقع أمام المارة»، مضيفاً «حاولت أن أقف على قدمي وشعرت بأنني أقف تماماً، وصرت أمشي في المنزل حتى تيقنت أنني عدت للسير على قدمي».

## العسل أفضل من السكر.. أحياناً



يعتبر السكر الذي يتناوله الفرد في طعامه وشرابه أحد أهم مصادر الطاقة التي يخلقها الجسم، ويصرفها في أنشطة الجسم المختلفة في عمليات البناء والهدم اليومي.

لكن الزيادة في تناول السكر قد تؤدي إلى مشاكل صحية، ليس أقلها السمنة ومرض السكري، وبعض أنواع السرطان، مما جعل العديد من الناس يبحثون عن بدائل لهذا المصدر المهم لطاقة الجسم، فأتجه جزء منهم لأنواع أخرى من السكر تحوي سعرات أقل، ولكن هل يمكن أن يكون العسل بديلاً مناسباً؟

في تقرير لشبكة «سي إن إن» تشير الدكتورة ميلينا جامبوليس، اختصاصية التغذية، إلى أن الأبحاث الحديثة تدل على أن الفرد يستهلك أكثر من ٢٠ ملعقة من السكر يومياً، وهو رقم كبير إذا ما قورن باحتياجات الجسم الفعلية من السكر التي لا تتجاوز ٩ ملاعق.

وأصدرت جمعية القلب الأميركية دليلاً يحث الأفراد على عدم تناول أكثر من ست ملاعق من السكر يومياً للنساء، وتوسع ملاعق للرجال، في الوقت الذي يصل استهلاك الفرد الأميركي يومياً من السكر إلى ٢٢,٢ ملعقة.

لكن الدكتورة جامبوليس ترى أن العسل قد لا يكون خياراً مناسباً ليحل محل السكر، فملعقة واحدة منه تحتوي على ما يعادل ثلاث ملاعق من السكر، مما يعني أنه يجب تناول مقدار من العسل يساوي ثلث عدد ملاعق السكر.

وعلى الرغم من احتواء العسل على مواد غذائية مختلفة عما يحتويه السكر، فإنه يتسبب في تأخير خفض الوزن، فلا ينصح للذين يتبعون حمية غذائية لتخفيف أوزانهم بتناول كميات كبيرة منه.



● نحلة وزهرة في مدينة أوتسونوميا في اليابان التي تشهد حالياً السباق العالمي للدراجات الهوائية (أ ف ب)

## المرأة قبل الصين والهند.. أحياناً

سواء كن من العاملات أو لا، فقوة النساء كقوى محرّكة لمؤشر إنفاق المستهلك في تصاعد. وتسيطر النساء حول العالم سنوياً على حجم إنفاق يصل إلى ٢٠ مليار دولار، سترتفع إلى ٢٨ مليار دولار في ٢٠١٤.

ورغم الأزمة الاقتصادية الطاحنة، ارتفع الإنفاق المحلي خلال الأشهر التسعة الأولى هذا العام في الصين، إلى ١٥٪، تقف النساء تحت سن ٣٥ عاماً، كمحرك رئيسي وراءها، وفق شون رين، رئيس مجموعة «تشاينا ماركت ريسيرش غروب».

وخلف الأرقام السيئة حول البطالة في معظم تقارير العمل الأميركي، تقف إحصائية تاريخية تشير إلى تنامي أهمية «القوى النسوية العاملة»، إن عدد النساء العاملات في أكبر اقتصاد في العالم، يوازي تقريباً عدد الرجال، وسيجاوز عدد العاملات عد الرجال بنهاية العام الحالي، وفق التوقعات.

ورغم زيادة عدد العاملات، فإن مداخيل النساء ما زالت تقل عن نظرائهن من الرجال، وتبلغ ٧٧ سنتاً عن كل دولار يجنيه الرجل، وتصل قلة منهن إلى مناصب رفيعة.

ووجد بحث المجموعة، وتضمن استطلاع آراء ١٢ ألف امرأة في ٤٠ دولة حول العالم، ان قطاع الخدمات المالية، هو الأكثر استخفافاً والأقل تواصلاً مع شريحة النساء. ويجادل سيلفرشتاين أن القطاع بذلك يخاطر بأعظم قوى إنفاق على وجه الأرض،



تعود مقولة القائد الفرنسي، نابليون بونابرت، إن «المرأة التي تهز المهدي بيدها اليمنى قادرة على هز العالم باليد اليسرى»، لتتنطبق على الاقتصاد، إذ تشير الأرقام إلى أن المرأة، أكبر قوة اقتصادية نامية في العالم، وليست الصين أو الهند.

وبحسب تقرير لشبكة «سي إن إن» يتوقع البنك الدولي ارتفاع مداخيل النساء حول العالم إلى ١٨ مليار سنوياً، بحلول ٢٠١٤، أي أكثر من ضعف إجمالي الناتج العام المتوقع للقوتين الآسيويتين البارزتين في ذلك العام.

ورغم أن القوة الاقتصادية المتنامية لحواء قد تجعل منها هدفاً واضحاً للشركات الرامية لاقتناص هذا القطاع، فإن للنساء رأياً سلبياً في تلك الشركات التي تتهمها بالتقصير والتجاهل أحياناً لهن، كما أظهرت دراسة دولية أجرتها مجموعة بوسطن للاستشارات. وقال مايكل سيلفرشتاين، الذي ساعد في كتابة «النساء يردن المزيد»، كتاب استند على نتائج تلك الدراسة: «الوسيلة الراهنة التي تتبعها الشركات لإغراء النساء هي تناول منتج للرجال وطلبه باللون الزهري».

## عيون الريبان لتتشغيل أجهزة الـ دي.في.دي

هل تعلم أن نوعاً من الريبان العملاق يعيش في الحجاز المرجاني الكبير في أستراليا له عيان مدهشتان قد تضيفان السبيل نحو تطوير نوع جديد فائق الجودة من أجهزة تشغيل أقراص (دي.في.دي).

الباحث البريطاني نيكولاس روبرتس قال لوكالة رويترز للأنباء إن «الإنزيم الذي عرفنا عليها في عين حيوان الريبان غير معروفة للأجهزة التي يصنعها البشر. وهي تعمل بصورة أفضل بكثير من أي محاولات قمنا بها لصنع جهاز».

ويمكن لهذه الحيوانات أن ترى الألوان المكونة من ١٢ لونا أساسياً، أي أربعة أمثال البشر. كما يمكنها أن ترصد أنواعاً مختلفة من استقطاب الضوء، أي اتجاه التذبذب في موجات الضوء.

والآن أظهر فريق من جامعة بريستول كيف يفعل الريبان ذلك باستخدام خلايا حساسة للضوء تدير مستوى الاستقطاب في الضوء وهو ينتقل خلال العين. وتعمل أجهزة من صنع الإنسان أشياء مماثلة في أجهزة تشغيل أقراص (دي.في.دي) والأقراص المدججة، ولكنها تعمل بصورة جيدة بالنسبة إلى لون واحد بينما تعمل عين حيوان الريبان بشكل يقرب من الكمال بالنسبة إلى كل ألوان الطيف المرئية من الأشعة فوق البنفسجية إلى ما تحت الحمراء.

## جنيفر انستون: البوتوكس.. وجه دون تعبيرات

أعربت الممثلة الأميركية جنيفر انستون عن اعتقادها أن حقن البوتوكس تجعل شكل المرأة يبدو «أكثر حدة». وقالت نجمة هوليوود الجميلة، التي اعترفت سابقاً بأنها خضعت لحقن لتنعيم البشرة ولكن لم تعجبها النتائج، بأنها تكره حقن البوتوكس لأنها تمحو الشخصية من وجه من يلجأ إليها وتتركه بدون تعبيرات، بحسب الوكالة الألمانية للأنباء (د ب أ).

وقالت انستون «انك ترى سيدات وتعلم أنهن لسن صغيرات ولكنك لا تستطيع أن تقول ما أعمارهن فإن مظهرهن يبدو أكثر حدة حيث يذهب الدفء من وجوههن وهذا ليس بمظهر جيد».

وتضيف «انني واقعية إذا تناولت البرغ والبطاطس كل يوم لن أحصل على الأدوار التي تعرض علي الآن وسوف اصبح ممثلة ثانوية وربما يكون هذا مناسباً في يوم ما ولكن ليس الآن». وبدلاً من الجراحات التجميلية ترجع انستون (٤٠ عاماً) مظهرها الشاب وقوامها المشقوق لاتباعها حمية غذائية صحية.

## .. إلى موسوعة غينيس مع ١٦ صرصاراً في فمه

يتوقع رجل من ولاية ميتشيغان الأميركية أن تعترف موسوعة غينيس للأرقام القياسية بتحقيقه رقماً عالمياً من خلال وضع أكبر عدد من الصرصارير في فمه.

ونقلت وكالة يونايتد انترناشيونال برس (يو بي أي) أن الاعتراف رسمياً بإنجاز شون مورفي، وهو إبقاء ١٦ صرصاراً حياً في فمه طوال ١٠ ثوان، هو مسألة أسابيع فقط. وأكد مورفي، وهو عامل في متجر لبيع الحيوانات الأليفة، انه سيصبح حاملاً للرقم القياسي بعدما حطم رقماً حققه رجل آخر تمكن من وضع ١١ صرصاراً في فمه. وأشار إلى انه فكر في البداية بوضع ١٢ صرصاراً في فمه وإنما عاد وقرر إضافة العدد ففوجئ بتمكنه من وضع ١٦. لكن مورفي أوضح انه لن يقف عند هذا الحد، مضيفاً «فلنر إن كان أي شخص آخر سيتمكن من تحطيم رقمي خلال العام المقبل، وربما في عيد هالوين المقبل سأضع ٢٠ صرصاراً».

## صاع حاملات الحزام الأسود صاعين

قالت الشرطة الأسترالية إن سائحة المانية تحمل حزاماً أسود بلعبة الكراتيه وجهت ضربة إلى رأس شخص حاول الاعتداء عليها في مدينة اليس سبرينغز.

وبحسب وكالة فرانس برس (أ ف ب) فقد ردت السائحة (٢٠ عاماً) بقوة على رجل مجهول لكنها بعدما رفضت ان تقدم له سيجارة مما اضطره إلى الفرار.

وأوضحت ناطقة باسم الشرطة لوكالة فرانس برس «عندما رفضت غضب كثيراً وهاجمها فما كان منها إلا ان ردت له الصاع صاعين»، مضيفة «وجهت إليه ثلاث لكمات إلى الوجه وركلته بضربة كراتيه. لقد نجحت في ما قامت به، بيد اننا لا نشجع على تصرف كهذا».

## الشوارب موضة في أميركا

أعلن «معهد الشوارب الأميركي»، الذي أسسه ثلاثة رجال من مدينة سانت لويس الأميركية، تصميمه على جعل الشوارب موضة من جديد. وذكرت وكالة يونايتد انترناشيونال برس (يو بي أي) أن المعهد كتب على موقعه الإلكتروني الخاص ان هدفه الرئيسي هو خلق «مناخ تقبل وتفهم، بالإضافة إلى إحساس من الحرارة فوق الشفة العليا عند كل الأميركيين أصحاب الشوارب».

وقال آرون بيرلوت، الذي ساعد دان كالاهاان وبرابن كروس في تأسيس المعهد بعد ثلاث سنوات من العمل، انهم مصممون على إحياء شعبية الشوارب والشعر على الوجه. وفي إطار الجهود التي يبذلها، اطلق المعهد دراسة اظهرت نتائجها ان الرجال أصحاب الشوارب يجنون ٤٤,٣ أكثر من زملائهم الحليقي الوجه.

ويجي المعهد سنوياً حفلاً لاختيار «أفضل أميركي لديه شاربان»، وكان الفائز هذه السنة روبرت غولي. وأكد بيرلوت ان جهودهم تلقى نجاحاً، ذلك انهم علموا بان حوالي ٨٠٠ ألف رجل اطلقوا شواربهم في الأشهر الثلاث الماضية فقط.

حدث في مثل هذا اليوم
1811: ولد المخترع والمصنع الأمريكي إسحق سيجر الذي طور أول ماكينة عملية للخياطة
1807: وقّعت فرنسا وإسبانيا «معاهدة فونتينبلو» التي تنص على تقسيم البرتغال إلى ثلاثة أقسام
1904: افتتح القسم الأول من مترو الأنفاق في نيويورك
1986: شهدت بورصة لندن ثورة في طريقة إجراء التعاملات من خلال استحداث البيع والشراء الإلكتروني
2008: القتال في جمهورية الكونغو الديمقراطية بين زعيم المتمردين لوران كوندان والقوات الكونغولية هدد بالإتساع ليشمل المنطقة بأكملها
الصورة: جتي