



مساعد رئيس الجمهورية لشؤون المرأة والاسرة في ايران:

النساء والأطفال المتضرر الاول في الحرب والعقوبات وانعدام الأمن

يتضررون من جميع فئات المجتمع في مجال الحرب. وأعربت ابتكار عن أملها من ان عقد هذا الاجتماع له تأثير قوي في حل أزمة المرأة.

وفي سياق متصل قال غلامحسين دهقاني مساعد وزير الخارجية للشؤون القانونية والدولية ان النساء والأطفال سيكونون اول الخاسرين في البيئة التي تنتشر فيها الكراهية والتهديدات والإرهاب الأجنبي وأعمال الحرب والانفرادية.

وصرح ان المرأة تلعب دوراً هاماً في البنية التقليدية في عالم التجارة والإنتاج الصناعي والتجارة الإلكترونية.

وأعرب مساعد وزير الخارجية للشؤون القانونية والدولية عن خشية ان تكون النساء، خاصة في غرب آسيا من الضحايا الرئيسيين للإرهاب والتطرف العنيف والتي هي بسبب وجود الافكار التكفيرية في المنطقة.



الاتفاق النووي له تأثيرات كثيرة على ايران ودول المنطقة، واليوم يجب ان نبذل جهودنا لتعزيز التفاهم ورفع مستوى الأمن تسبب خسار النساء والأطفال وانهم

عقدت ورشة دولية حول التحديات في مجال تعزيز روح المبادرة لدى النساء في ايران واليابان بحضور معصومة ابتكار مساعد رئيس الجمهورية لشؤون المرأة والاسرة وغلامحسين دهقاني مساعد وزير الخارجية للشؤون القانونية والدولية و هيرواسوكوياشي سفير اليابان في طهران و جانكوجانو المدير العام لمؤسسة السلام ساساكو في صالة (حكمت) بالمكتبة الوطنية في طهران يوم الاثنين. وقالت مساعدة رئيس الجمهورية لشؤون المرأة والاسرة: في الظروف الراهنة ان النساء في ايران ينتجن ٧٥ بالمائة من الصناعات اليدوية، واليوم يعتبر تعزيز المعايير ومستوى هذه المنتجات احدى مبادراتنا ونحتاج الى تعاون دولي واقليمي في تسويق هذه المنتجات ونأمل ان يتم اتخاذ خطوات جيدة في هذا المجال. واعتبرت ان قضية الاتفاق النووي من القضايا الدولية الهامة وقالت ان نجاح

افتتاح أول فرع مصرفي في العالم يعتمد الروبوتات بدل الموظفين



قالت صحيفة «الغارديان» البريطانية ان بنك التعمير في شنغهاي بالصين، افتتح أول فرع مصرفي في العالم، يعتمد على الروبوتات بأعماله بشكل تام. ويعتمد بنك التعمير الصيني على الروبوتات في خدمة العملاء، حيث تنفذ كل المهام التي يقوم بها الموظفون البشر، مثل التحدث إلى العملاء واستقبال الشكاوى الخاصة بهم واستفساراتهم، والإجابة عن الأسئلة الشائعة المتعلقة بالبطاقات المصرفية والشيكات والحسابات.

ولا يوجد في البنك رجال أمن، حيث يكفي أن يدخل العميل عبر البوابة الرئيسية، لتقوم إحدى الآلات بالتعرف على وجهه من خلال تقنية «مسح الوجه»، ثم يفتح الباب أوتوماتيكياً.

الأرض على موعد مع أطول خسوف للقمر



ستكون الأرض في أواخر يوليو المقبل على موعد مع خسوف للقمر يستمر لمدة طويلة، وقد لا يتكرر في العقود المقبلة. وذكرت صحيفة «الإنديبنندنت» البريطانية، الاثنين، ان الخسوف الطويل سيستمر لساعة و٤٣ دقيقة. ومن المتوقع ان يصل الخسوف لذروته عند الساعة ٨:٢٢ صباحاً بتوقيت غرينتش، يوم ٢٧ يوليو، وستكون أكثر المناطق تعرضاً لهذه الظاهرة الفلكية هي منطقة الشرق الأوسط وأفريقيا والهند وأستراليا وشرق أوروبا، في حين ستشهد بقية

مناطق الكرة الأرضية الظاهرة ولكن بصورة أقل. والسبب وراء هذا الكسوف الطويل هو أن القمر سيمر عبر مركز ظل الأرض، وسيكون بذلك على خط واحد خلف الكرة الأرضية والشمس.

قمر الدين مفيد لصحتك في شهر رمضان



أيام قليلة على شهر رمضان الكريم، الذي يشتهر بالعناصر والمشروبات المميزة ومنها قمر الدين، وهو أحد العناصر والمشروبات الرمضانية المرطبة وحلوة المذاق التي يجيها الكثيرون، في هذا التقرير نتعرف على فوائد قمر الدين لصحتك. قالت الدكتورة جيهان المدرش، أخصائية التغذية والسمنة والنحافة، ان قمر الدين يصنع من المشمش المجفف ويحتوي على عناصر غذائية مفيدة للجسم منها: الفيتامينات، البوتاسيوم، الصوديوم، الكالسيوم، الحديد، الألياف ومضادات الأكسدة.

وأوضحت ان قمر الدين يقوي المناعة ويحتوي على مادة الكاروتين وهي أحد مضادات الأكسدة التي تحمي من الالتهابات، كما ان قمر الدين يعالج الاضطرابات الهضمية مثل: الإسهال والإمساك وسوء الهضم. وتابعت ان قمر الدين يساعد في علاج الشعور بالعطش والجفاف، وهو مصدر للكالسيوم لذا يقلل من الإصابة بهشاشة العظام، كما انه يعزز صحة القلب والشرابيين، وينظم ضغط الدم ويكافح الشيخوخة. وأكدت الدكتورة جيهان انه بالرغم من هذه الفوائد إلا انه يجب الاعتدال في شرب عصير قمر الدين وعدم الإسراف، لأنه قد يؤدي لزيادة الوزن، ارتفاع مستوى السكر في الدم.

سمنة الأطفال مرتبطة بشرب الحامل للشاي

كشفت دراسة طبية حديثة أن الحوامل اللواتي يشربن ٣ أكواب من الشاي يوميا يزيد لديهن خطر إصابة أطفالهن بالوزن الزائد. ووجدت الدراسة، التي أجريت على أكثر من ٥٠ ألف من الحوامل، أن النساء يستهلكن أكثر من ٢٠٠ ملغ يوميا من الكافيين أكثر عرضة لإنجاب أطفال يزيد وزنهم في مرحلة ما قبل المدرسة وفي عمر المدرسة. وتبعت الدراسة، التي أجراها باحثون في أكاديمية سالغرينسكا في السويد بالتعاون مع المعهد الروجي للصحة العامة، وزن الأطفال حتى سن الثامنة. ونصحت فيرينا سينغيل، أستاذة مساعدة في التوليد وأمراض النساء في أكاديمية سالغرينسكا، الحوامل بالتقليل من شرب الكافيين، أو الامتناع عنها بالكامل أثناء الحمل.

وأجريت الدراسة على مجموعتين من الأطفال، الأولى كانت تتناول أمهاتهم مشروبات تحتوي على الكافيين، والثانية كانت أمهاتهم لا تستهلك مشروبات الكافيين.

ووجد الباحثون أن المجموعة الأولى من الأطفال، عندما كانت أعمارهم ٥ أعوام، كان عدد الذين يعانون من بينهم زيادة في الوزن أو السمنة أكبر بنسبة ٥ بالمائة مقارنة مع المجموعة الثانية. وينصح الأطباء الحوامل بالحد من استهلاك الكافيين اليومي إلى ما دون ٢٠٠ ملغ، وهو ما يعادل ٣ أكواب من الشاي أو فنجانين من القهوة. ويمكن أن توجد مستويات عالية من الكافيين في المشروبات الغازية والشوكولاتة. وخلال فترة الحمل، تطول مدة التخلص من تأثير الكافيين، ويتغلغل بسرعة في جميع الأغشية البيولوجية للجنين، بما في ذلك الدم والمشيمة، مما يؤدي إلى تعرض الجنين للخطر.



علماء ينتجون غذاءً يقي من الأورام السرطانية!



صمم علماء الوطنية لتكنولوجيا المعلومات والميكانيك والبصريات (إي تي إم أو)، الروسية أغذية وظيفية للوقاية من الأورام التي تعتمد على الهرمونات. فأن قوالب الجوز والحبوب ودقيق الشوفان والعصيدة سريعة التحضير، التي تم إنتاجها على أرضية قسم المنتجات الحيوية الغذائية من الخامات النباتية التابع

لجامعة (إي تي إم أو)، جنبا إلى جنب مع مركز بيتروف للأبحاث الطبية للأورام السرطانية التابع لوزارة الصحة الروسية، كلها تحتوي على جرعات معينة من المغذيات الدقيقة النشطة البيولوجية والسيلينيوم والليكوبيين. وبحسب العلماء تعتبر هذه المواد بمثابة مضادات أورام ومضادات أكسدة تقلل من خطر الإصابة بمختلف المراحل (جرعات المغذيات الدقيقة النشطة البيولوجية في وجبة واحدة من المنتج: الأيسوفلافون الصويا - ٥٠ ملج، الليكوبيين - ٥ ملج، اليود المرتبط عضويا - ١٥٠ ميكروغراما.

كما أوضح رئيس المشروع البروفسور فلاديمير بيسالوف من قسم المنتجات الغذائية الحيوية من الخامات النباتية في جامعة (إي تي إم أو) ورئيس مختبر الوقاية الكيماوية من السرطان والأورام في مركز بيتروف للأبحاث الطبية للأورام السرطانية التابع لوزارة الصحة الروسية، فأن البنية النوعية والكمية للمركبات المضادة للسرطان يتم اختيارها بحيث يتعامل المنتج في إطار الوقاية من السرطان لعضو محدد وعلى وجه التحديد الرئة والثدي والبروستات والقولون والمعدة.

وأضاف العالم بهذا الشأن قائلا: «إن هذه الأنواع من الأورام السرطانية تعتبر الأكثر شيوعا لدى الرجال والنساء، والتي تسبب النسبة الأكبر من الوفيات وتسبب أكبر ضرر اقتصادي من المرض السرطاني». وأضاف أنه لدى القيام بالدراسة تم استخدام تكنولوجيا معالجة خاصة للحبوب (الشوفان)، والتي تسمح برفع مستوى التوافر الحيوي (عملية الهضم) سواء كان للحبوب الغذائية أو للمواد المضادة للأورام السرطانية المضافة.

وتعتقد فاسيليسا شيروكوفا الحائزة درجة الماجستير في جامعة إتمو، بأن المشروع يتيح باستبدال الأدوية لدى القيام بإجراءات العلاج الوقائي بالمنتجات الغذائية، وكذلك التشجيع لتناول الطعام الصحي. وأضاف قائلة: «حاليا ليس هناك أغذية وظيفية من أجل الوقاية من الأمراض السرطانية في الأسواق».

وبحسب توقع العلماء فإن عدد المستهلكين المحتملين خلال العامين الأولين بعد توزيع المنتج في السوق يتراوح بين ٣٠-٥٠ ألف شخص، وحجم السوق المحتملة للعامين الأولين بعد توزيع المنتج حوالي ٢٥٠ مليون روبل في السنة.

يستخدم علماء جامعة إتمو حاليا لإجراء الاختبارات ما قبل السريرية من أجل الحصول على الشهادات ذات الصلة، ويعد ذلك يخطمون لتسجيل براءة اختراع المنتج.

حظك اليوم

الحمل
٢٢ آذار - ١٢ نيسان
حماك يمكنك من العمل بنجاح من خلال فريق، كما يمكنك ترك علامتك بهوء، إذا قمت بإنجاز المهام مع الآخرين. لكن تذكر أن نجاح المجموعة هو الأهم وليس الأنا الخاصة بك. سوف ينتج عن ذلك أيضا نجاحا جيدا في المنزل. قد يؤدي السلوك الأثني إلى الإضرار بعلاقاتك الأسرية على المدى البعيد.

الثور
٢٢ نيسان - ٢١ أيار
سوف تواجه اليوم مشكلات جديدة في العمل، إلا أنك سوف تتلقى دعما في الوقت المناسب بحيث يمكنك الاستمرار في عملك بهوء. لا ترفض هذا الدعم وإن جاءك من مصادر غير عادية، أما فيما يتعلق بالصحة، فيمكنك تحديد المسار المستقبلي بإيجابية. إذا اقتربت من الأشياء بشيء من الصبر والعناية.

الجوزاء
٢٢ أيار - ٢١ حزيران
تبين حاليا أن جميع أشكال التعاون فعالة لأن أهدافك تتوافق وتتزامن مع أهداف من حولك. اغتنم فرصة كونك مفعما بالصحة والحيوية وخذ وقتك، وفق في المرتبة الأولى بإنجاز الأعمال الخاصة بالفريق. الآن أيضا تجري المشاركات الخاصة بطريقة متناغمة وثرمة.

السرطان
٢٢ حزيران - ٢١ تموز
أصبحت يومياتك سارة ومبهجة في طبيعتها حيث أنك تتفاهم جيدا مع جميع الأطراف وكل من تتقابل معه. استمتع بهذه الفترة التي فيها يعكس لك الجميع تعاطفهم، وانتفع من هذه الطاقة الإيجابية لتخلص من الضغوط التي تواجهها خلال اليوم واسترجع هيلوك. تظهر هذه الظروف الصعبة أيضا في شكل جسدي.

الأسد
٢٢ تموز - ٢١ آب
العديد من الأشياء لا تسير كما ينبغي، فتواجه عراقيل بينما توجهت ويبدو أن الجميع يعمل ضدك. حاول أن ترتب أمام تلك الظروف التي يبدو أنها مناوله وتعامل معها كونها تحديات. إذا جرت الأمور على غير المتوقع، قد تكون النتائج في نهاية المطاف إيجابية كغير المتوقع.

العذراء
٢٢ آب - ٢١ أيلول
يبدو أن كل شيء يعمل تلقائيا، وتجل المصاعب مباشرة بمجرد توليك إياها. لكن للأسف لن يستمر هذا الوضع دائما، لذا يجب أن تنتفع من هذه الفترة وتخرج من أعماق اليأس في حالة أفضل. هموم واشغالات لديك واقض الوقت مع اصداقك وعائلتك، فستشعر بأن الروابط بينك وبينهم تقوى.

الميزان
٢٢ أيلول - ٢١ تشرين الأول
توقفت الأشياء دون سبب واضح، وعلى الرغم من أنك لم ترغب في تغيير المسار وأردت أن تلتزم بالجدول المرسوم، يجب أن تأخذ مسارا تحويليا مختلفا لتجنب العقبات وحتى لا تهتركل طاقتك في محاولة التعلب عليها. قد تستغرق وقتا أطول في الوصول إلى هدفك، ولكنك قد تكسب المزيد من الخبرات.

العقرب
٢٢ تشرين الأول - ٢١ تشرين الثاني
بما أنك قد بذلت طاقتك بتهور وعشوائية في تزايد، ولكن يجب أن لا إلى ظهور الخلافات بدلا من النجاح. لكن، يجب أن تكون على دراية بنقاط القوة ونقاط الضعف الخاصة بك وأن لا تحاول أن تلعب بوحدة ضد الأخرى. يجب تقبل وجود التناقضين والتوفيق بينهما.

القوس
٢٢ تشرين الثاني - ٢١ كانون الأول
في بعض الأحيان، يجب أن تتعامل مع الفشل في العمل. كن شجاعا وانظر إلى هذه الانتكاسات على أنها فرص للتغيير إلى الأحسن. إذا قمت بذلك، فسوف تتمكن من أعماق اليأس في حالة أفضل. سوف تتخذ قرارات قريبة في حياتك الخاصة، التزم برأيك، ولكن استمع أيضا إلى ما يقوله الآخرون من حولك.

الجدي
٢٢ كانون الأول - ٢١ كانون الثاني
أنت ناجح في العمل حتى وإن لم يلاحظ ذلك أو يظهر لك التقدير. سوف أوردت أن تظل مستعدا لمساعدة ودعم الآخرين. يريد أحيانا دعمك أيضا في الوقت الحالي. إذا لم يكن هناك شيء في الصورة، ربما حان الوقت للبحث عن حيك الحقيقي. لقد أنتهت وقت الكسل والتردد - فطاقتك لا تعرف الحدود.

الدلو
٢٢ كانون الثاني - ٢١ شباط
في الوقت الحالي، يبدو أن جميع المشكلات في تزايد، ولكن يجب أن لا تطغى المشكلات عليك. فقط عندما تواجه مشكلة واحدة تلو الأخرى سوف تبدأ في الشعور بالسعادة مرة أخرى. من الضروري أن تتصرف في الحال، والأسوف تواجه تعقيدات أكثر. لا تخف من قبول المساعدة من الآخرين في حالة عرضها.

الحوت
٢٢ شباط - ٢١ آذار
أنت متفهم مع ذاتك، فأنت والحق بنفسك وتظهر سلاما داخليا واضحا، كما أنك مفعما بالحيوية والحما، ونتيجة لهيولوك الخارجي، يشعر جميع من حولك بالراحة في وجودك. فتتأكد وسعادتك بالحياتة تعني أن زملاءك واصداقك يتقنون بك ويطلبون منك النصح، يمكنك التخلي عن بعض السلوكيات غير الصحية.

كلمة السر

١	ن	و	د	ا	ل	ا
٢	ك	د	ا	م	ش	ه
٣	ا	م	ه	م	و	ر
٤	ع	م	ا	ن	ص	ا
٥	ب	ع	ي	ب	ع	ي
٦	ز	ع	ق	ت	م	ا
٧	ه	ي	ن	غ	م	غ
٨	ع	م	ا	ن	ص	ا
٩	ب	ع	ي	ب	ع	ي

الكلمات المتقاطعة

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

كلمة السر من ستة حروف: مدينة مغربية
الدار- البيضاء- هي- كازابلانكا- اكبر- مدن- المغرب- واهم- ميناء- تقع- على- ساحل- المحيط- الأطلسي- مشهورة- بمعرضها- السنوي- مواد- غذائية- منسوجات- تعدين- مصانع.

حل العدد السابق لكلمة السر: بدنة

حل العدد السابق للكلمات المتقاطعة:
افقيا: ١- كوستاريكا ٢- لاياز- مرج ٣- لبي ٤- مد- واشنطن ٥- بواب- رب ٦- جين- يفي ٧- إلى- ملتقى ٨- روديسا ٩- واري- حل.
عموديا: ١- كليمنجارو ٢- والد- بلوى ٣- سيب- بيارد ٤- تاوان- يا ٥- أز- أو- ٦- إسبيليا ٧- يمين- هتي ٨- كر- طريق ٩- اجتب- امل.

أقرب:
١- عالم بريطاني حصل على جائزة نوبل للفيزياء بالاشتراك مع ابنه.
٢- مدينة هامة في سويسرا- ظرف مكان.
٣- ضد يسار- يظهر.
٤- في- سهاد.
٥- ثار- باتع اللبن.
٦- إمارة عربية.
٧- مدينة فرنسية- لا نظير له.
٨- نوع من الأشجار.

عموديا:
١- عالم فلك بريطاني كان أول نوبل اكتشف وجود الأشعة ما دون الحمراء.
٢- عتاق- عاصمة أوروبية.
٣- يحمو الأثر- هدوء.
٤- عاصمة آسيوية- مثيل.
٥- قهوة- من الحلوى (معكوسة).
٦- توارى.
٧- عاصمة ولاية نيويورك الأميركية- طن.
٨- نهر صغير- دهاب.
٩- عاصمة تركيا- أرشد.