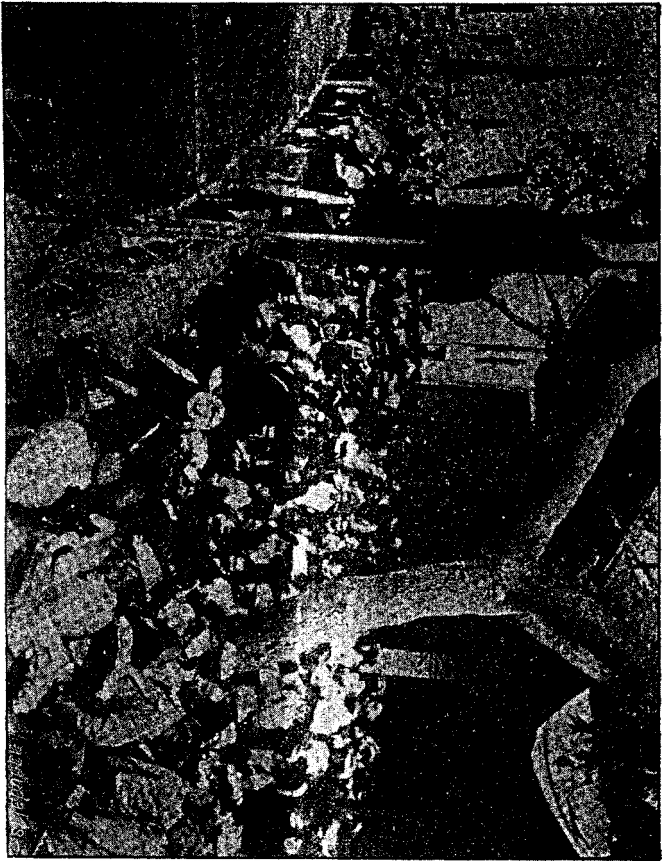


باب تدبير الصحة

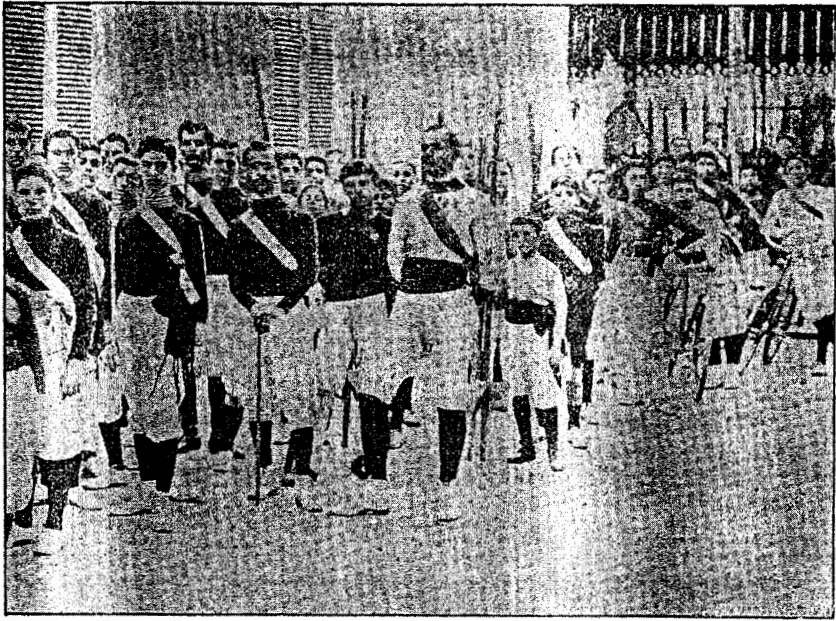
اهمية الرياضة البدنية

من افضل المبادئ التي دخلت الى المدارس الاميرية في القطر المصري مبادئ الرياضة البدنية . وقد عممت هذه المبادئ مدارس اوربا كلها خصوصاً مدارس الانكليز والاميركان وتطرفت من مدارس المذكور فيها الى مدارس الاناث حتى صار ترويض جسم



حفور آباء الطالبة في مدرسة الفرير في النهر الاحمق السوي
بالاعاب الرياضية الخاصة بالمدرسة

الابنة بمنزلة تأقيتها اسمى المبادئ . ولا عجب في ذلك فان صحة الابدان في هذه المدنية المتأثرة التي يزداد فيها ميل الانسان الى الراحة والكسل متوقفة على اتعابها وترويضها . فعسى ان تعم مبادئ الرياضة البدنية جميع المدارس الشرقية وهنا ننشر صورتين يمثلان احتفالاً اقيم في احدى مدارس النفر دلالة على اهتمام المدارس الغربية بالرياضة البدنية



الطلبة بملابس الالعاب الرياضية قبل الشروع فيها

❖ **الاطفال وجناية غلي اللبن** ❖ اللبن غذاء ضروري للاطفال . ولكن باعة اللبن قد يغلوونه ويستخرجون منه مادته اللبستينية (القشطة) لبيعوها على حدة وبذلك يأخذون افضل ما فيه من الغذاء . وتلك جناية على الاطفال يجب الانتباه اليها . وقد اباع الدكتور برواردل اكاذمية العلوم ان اللبن اذا اُغلي على النار مباشرة فقد ٢٨ في المائة من مادته المذكورة ولكنه اذا اُغلي بجمرة النار لا بالنار نفسها وذلك بطريقة تعرف بطريقة « حمام ماري » فانه لا يفقد منها الا ١٢ في المائة

❖ **الغبار الغبار الغبار** ❖ كان باستور اوّل من صرخ هذه الصرخة لانه بعد

اكتشافه امر الميكروبات علم ان الغبار اقوى موصل لها لدخوله الى جسم الانسان بطريق الانف . ولا يزال علماء العجيين يجاربونه الى اليوم . وهم يثيرون على ربات المنازل ان لا يكنسن كنساً جافاً لان الكنس الجاف يثير في البيت الغبار الكامن في زواياه واذا كان في هذا الغبار ميكروبات ثارت في فضاء الغرفة واستنشقا اهل البيت مع الهواء والغبار . وكثيراً ما تدخل ميكروبات السل والطاعون والتتانوس والحصى من هذه الطريق . فالأفضل اذا مسح المكان الذي يراد كنسه بخرقة مبلولة او اسفنجية وبذلك تستأصل جراثيم الغبار . ولذلك صاروا يثيرون بوجود ان لا يستعمل في المنازل الا كل شيء يمكن مسحه وغسله اي ابطال استعمال الستائر على النوافذ والسجادات وما اشبهها . وقد اخترع احدهم آلة هي عبارة عن ممص يوضع في اماكن الغبار فيمتصها مع الهواء ثم يعيد الهواء ويبقى الغبار في جوفه

باب الاخبار العلمية

✽ آثار مصر في انكلترا ✽ في سنة ١٨٦١ في انكلترا خرابات قديمة قيل انها من العصر الحجري وهي عبارة عن حجارة ضخمة قائمة فوقها حجارة اخرى طويلة بمثابة سقف لها . وقد وجدوا بعد البحث الكثير انها آثار قوم كانوا يعبدون الشمس وقد عرفوا ذلك من ان الشمس حين بزوغها تقابل مدخلها وترسل منه اشعتها الى الداخل في اطول يوم من ايام السنة . وهذه الطريقة هي طريقة الكهنة المصريين القدماء في بناء هياكلهم ليدشوا الشعب بظهور الشمس لهم بغتة في يوم معين . ولذلك قيل ان الذين بنوا هذه الخرائب اقتبسوا طريقتها من مصر

✽ سبب حدة بعض الكتاب ✽ حين صنع ورق الطباعة وصقله يثر تحت اسطوانات كهربائية . قال بعضهم : فسبب حدة بعض الكتاب ونزقهم وهم يكتبون تهيجهم من تلك الكهرباء الكامنة في الورق . فلا شك ان هذا العذر اجل الاعذار

✽ القطب الجنوبي ✽ روى البرق خبر نجاح البعثة الانكليزية التي سافرت الى القطب الجنوبي . فان هذه البعثة سافرت اليه في شهر اغسطس من سنة ١٩٠١ وبقيت اخبارها كل هذه المدة مقطوعة . وهي بعثة اوفدتها الجمعيات العلمية الانكليزية لارتباد