

## مشروبات الطاقة يسبب اضطراباً للمراهقين

كمية الكافيين الموجودة في مشروبات الطاقة تقدر بثلاثة أضعاف تلك الموجودة في المشروبات الخفيفة وفي بعض الحالات تصل هذه النسبة إلى 10 أضعاف. وقالت إن حوالي 800 من الطلاب والطالبات الجامعيين في منطقة بوفالو اعترفوا بأنهم تناولوا مشروب الطاقة مرة واحدة على الأقل قبل شهر من البدء في الدراسة، فيما اعترف ثلثا الطلاب بأنهم تناولوا مزيجاً من مشروب الطاقة والكحول. ولققت ميلر إلى وجود إن كثيرين يعتقدون أن وجود الكافيين في مشروب الطاقة يقلل من تأثير الكحول وهذا أمر غير صحيح.

وقال باحثون إن تصرفات المراهقين الذين يتناولون مشروبات الطاقة تنقسم غالباً بالتهور وبالميل للعراك مع الآخرين. ووجدت الدراسة التي نشرت في مجلة (صحة المراهقين) أن المراهقين الذين يتناولون مشروبات الطاقة لستة أيام أو أكثر في الشهر يميلون إلى التدخين وإساءة استخدام الادوية التي يصفها الأطباء لهم وينخرطون في عراك مع الآخرين ويسببون المشاكل لعائلاتهم ولأنفسهم. وقالت كاتلين ميلر، التي أعدت الدراسة من معهد الأبحاث حول الادمان في جامعة بوفالو، إن



إعداد / إنشام العسيري



### الماء والأرض

قديمًا كان الماء

ينوء تحت بطن الأرض

وصار الماء الذي ينسرب

في حوض الطين

زلزلاً فوق الأرض

وزلزلاً تحت الماء

وصلصلا ما طرا لا ينضب

بن يونس ماجن



## مدينة الأحياء المائية الملونة (ذهب)

### وعالمية

### مدن عربية

السياحية متفاوتة المستوى وإن كان أكثر ما يميز قرية ذهب هو الإقامة في أكشاك تتم صناعتها من الخشب وجريد النخيل وتعتبر تلك الأكشاك حكرًا على منتج ذهب السياحي فقط. وقد بدأت محافظة جنوب سيناء منذ فترة في تنفيذ خطة لإعادة تطوير القرية تمهيدا لاشتراكها في مسابقة أفضل قرية على مستوى العالم والتي سبق أن فازت بها شرم الشيخ وتتضمن خطة التطوير ذهب استكمال الممشى السياحي العالمي الذي أقيم على غرار ممشى «خليج نعمة» بشرم الشيخ بجانب إزالة العشوائيات بوسط القرية ومنح البدو قروضا ميسرة تسد على 40 سنة بفائدة بسيطة وذلك لإعادة بناء مساكنهم قرب المنطقة السياحية بشكل جمالي وإلى جانب رباطة الغطس يشتهر منتج ذهب برياضة القفز بالمظلات التي أصبحت مرتبطة بالمنطقة لما تضمه من مراكز لتعليم القفز وبمختلف أنواعه وذهب مشهورة بشواطئها الذهبية والمواقع المدهشة التي تصلح للغوص مثل «بلو هول» و«كانيون» و«لايت هاوس» والمنطقة تنقسم إلى قسمين، مركز السائحون حيث توجد الفنادق الرئيسية وقرية أصالة البدوية التي يجدها السائحون جذابة بسبب مطامعها الكثيرة وسكنها الرخيص.

مدينة ذهب هي إحدى تسع مدن تضمها محافظة جنوب سيناء، وتقع على خليج العقبة عند البحر الأحمر، تبعد مدينة ذهب 465 كيلومترا عن نفق الشهيد احمد حمدي ومائة كيلومتر عن شرم الشيخ، ويرجع تسمية ذهب إلى رمالها الذهبية البراقة ومياهها التركوازية الزرقاء الغنية بالأسماك الملونة وتتكون ذهب من قريتين، القرية الأولى وهي القرية البدوية واسمها العسلة وتقع في النصف الجنوبي، بينما تعتبر القرية الثانية هي الجزء التجاري والإداري لذهب، وتقع إلى الشمال. ويوجد أيضا ناحية الحدود الفلسطينية المحتلة جزيرة كورال حيث قام الصليبيون ببناء قلعة يمكن مشاهدتها بقاياها وتعد ذهب من أجمل الشواطئ في جنوب سيناء فهي تتمتع بالرمال الذهبية المتألثة والمياه الصافية والأحياء المائية المعددة الألوان وتضم قرى سياحية ومراكز للغوص وأماكن لإقامة المخيمات وقوارب للرحلات البحرية كما تتوفر بها المعدات الخاصة برياضة التزلج على الماء بواسطة الألواح الشراعية.

وتطل ذهب على خليج العقبة ويأتي منتج ذهب السياحي في المرتبة الثانية بعد مدينة شرم الشيخ من حيث أعداد السائحين المترددين على هذا المنتج الذي توجد فيه أماكن إقامة عدة تناسب كل المستويات حيث يضم عددا من الفنادق فئة الخمس نجوم كما يحتوي على عدد من القرى

## أحذية كعب عال معدلة إلكترونيا



عادة ما تمثل الأحذية ذات الكعب العالي صداعا في الرأس لكثير من السيدات إما لقصر أو لطول الكعب ومدى ملائحته في السير على أنواع الأرض المختلفة، بالإضافة لتعدد المشكلات والإصابات التي تسببها لأقدامهم. وفي سبيل معالجة تلك المشكلة المؤرقة نجح باحثون في تصميم موديل جديد من الأحذية ذات الكعوب المطورة تكنولوجيا، وهي المزودة بقطع مغناطيسية ومفاصل داخلية تتيح إطفاء الكعب العادي للحاء والذي يبلغ طوله 1.5 بوصة مقدار طول إضافي يصل طوله لـ 3.5 بوصة، فضلا عن أن باقي أجزاء الحذاء قابلة للتعديل أو يتم تفصيلها حسب الطلب. وهو ما سيساعد في التغلب على المشكلات الكثيرة التي تضع الجنس الناعم في كثير من المواقف المرحجة وبخاصة في الأماكن العامة. ويعلق المسؤولون عن تصميم هذا الموديل الأمل في أن يتم عرضه في معرض ريبوك للسيدات عام 2010.

## رائديات

القبيلة اليوم زينة

وماعداها شناعة

من كان بعده قبيلة

بانته عليه الشجاعة



عبدالكريم الرازي

### أقوال مأثورة

رحلة الاستكشاف الحقيقية لا تستلزم الذهاب لأرض جديدة، بل تستلزم الرؤية بعيون جديدة..

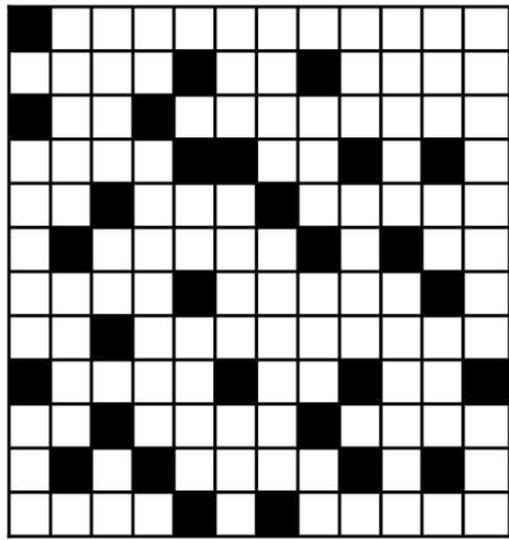
مارسيل بروتست

### القشر

عجوز تدرس في محو الأمية وهي في الاختبار سؤال يقول 10-10 = .. أحببت المدرسة تغششها فقالت معك عشر برتقالات اكلتها فكم بقي ، قالت القشر!!



12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1



## كلمات متقاطعة

أفقيا:

- 1- فلكي إنكليزي اخترع طريقة لرسم الخرائط الجغرافية وضع أطلسا للنجوم في السماء.
- 2- عملة - كتمان - المرأة الناعمة الملمس.
- 3- من مقامات الموسيقى العربية - حرف نصب.
- 4- ارتفاع البحر - رجاءات.
- 5- عقائد - غير - اله.
- 6- سئم - كافر ورد اسمه في القرآن الكريم.
- 7- الصوت الرجالي الحاد - من أنهار الإتحاد السوفيتي.
- 8- معجم في اللغة الفه ابن منظور - حرف جر.
- 9- متشابهان - حرف جر - شجاع.
- 10- عاصمة بنما - صوت النمل - قط.
- 11- عائد.
- 12- عاصمة أوروبية - من الحشرات الضارة.

عموديا:

- 1- مخترع التلفون - مدخل.
- 2- وادي في جهنم - أرشد - حبس.
- 3- نادي كرة قدم فرنسي - من أشهر الأثار

حل العدد الماضي

### وصول منظمة التجارة العالمية الى اتفاق بشأن الموز

جنيف / متابعات:

تعرضت الدول الأفريقية ودول منطقة الكاريبي لضغوط يوم التوصل الى اتفاق بشأن الموز وإزالة عقبة رئيسية أمام مساعي انقاذ محادثات التجارة العالمية. وتشهد محادثات فاصلة في منظمة التجارة العالمية عملية موازنة دقيقة لفرص التوصل الى اتفاق بشأن مبادئ رئيسية في القطاعين الزراعي والصناعي فيما تنظر الدول الغنية والدول الفقيرة في اقتراحات فرص تصديرية حقيقية جديدة. واتفقت دول الإتحاد الأوروبي ودول أمريكا الجنوبية المنتجة للموز في وقت سابق على خفض رسوم واردات الإتحاد الأوروبي الى 114 يورو (179 دولارا) للطن بحلول عام 2016 بعد خفض اولي الى 148 يورو في 2009 من 176 يورو حاليا. لكن لا زال يتعين موافقة المستعمرات الأوروبية السابقة في أفريقيا ومنطقة الكاريبي والمحيط الهادي إضافة الى دول أعضاء في الإتحاد الأوروبي مثل فرنسا وإسبانيا يملك مزارعها مزارع للموز في الكاريبي وجزر الكناري. والتوصل الى اتفاق بشأن الموز سيمثل تسوية لواحد من أقدم الخلافات التجارية في العالم وهو عامل رئيسي لتحقيق أي تقدم ملموس في جولة الدوحة لمفاوضات التجارة العالمية بشأن اتفاق لتحرير التجارة العالمية من شأنه أن يعزز الاقتصاد العالمي.



## الحكم بالسجن على حمار ركل رجلين

ينفذ حمار مكسيكي حكماً بالسجن في إحدى زنازات جنوب المكسيك، بعد أن وجد مذنباً بالهجوم والاعتداء على رجلين.

وقالت الشرطة المكسيكية إن الحمار احتجز في سجن محلي، نزلوه عادة هم من السكارى الذين يتسببون بأضرار، بعد أن قام الحمار بركل رجلين في مزرعة في ولاية تشياباس في جنوب البلاد..



## باختصار

زكريا السعدي

«الإرهاب لا دين له» .. تتكرر هذه العبارة في مختلف وسائل الإعلام لكن يبدو أن أحدا لا يعي.. لقد بلغت العبقرية والسخف (الميميت) لدى بعض الجماعات في قتل إخوان لهم مسلمين وفي الأشهر الحرم. لم يعد الأمر خافيا على احد ولم يعد المواطن يصاب بحيرة حول صحة نهج هذه الجماعات من عدمه فجميع أطراف الشعب استنكرت هذه الأفعال وكان آخرها تفجيرات سينتون. إن مثل هذا الإجراء ونسبه إلى الإسلام لهو أمر خطير يستوجب معه وبشكل مكثف - غرس القيم النبيلة للإسلام في جميع المناهج الدراسية وتكريس حملات توعية للشباب ومعالجة مشكلة البطالة لديهم أولا وأخيرا.



حديث الكاميرا

تصوير وتعليق / علي الدرب:

كانت هذه المساحة الواقعة خلف مبنى شركة التأمين في كريتير تستخدم ممرا للمشاة للانتقال من شارع البنوك الى سوق البز لكنها تحولت مؤخرا الى مرضاض مفتوح ومكب لمختلف أنواع القمامة والقاذورات التي تنبعث منها الروائح الكريهة، وموقع كهذا يعتبر واجهة لمدينة كريتير لا يستحق مثل هذا العبث والإهمال لذا ينبغي الحفاظ على نظافته ووضع معالجات للحد من استخدامه بصورة سيئة من قبل البعض.

