



الإفراط في كتابة الرسائل النصية يؤدي الرقبة

وقالت غولد "إن الإصابات التي رأيناها حتى الآن تشبه كثيراً تلك التي تصيب الموظفين الذين يقضون معظم أوقاتهم في المكاتب"، موضحة أن وضعية الجسم عند كتابة الرسالة النصية تشبه كثيراً وضعية الموظف الذي يستخدم الكمبيوتر خلال عمله.

ولفتت غولد إلى أن إرسال الرسائل النصية هي تكنولوجيا جديدة، لكن الأضرار التي تسببها لا تختلف كثيراً عن أضرار استخدام الكمبيوتر، مشيرة إلى أنه "إذا نظرت حولك في حرم الكليات والجامعات فإنك ترى الطلاب يرسلون رسائل نصية إلى غيرهم باستمرار، وهذه الفئة هي التي تستخدم هذه التقنية أكثر من غيرها ولذا من الضروري معرفة أضرارها وتلافئها".

واشنطن / متابعة :
يميل المراهقون إلى كتابة الرسائل النصية على هواتفهم النقال بدل استخدام البريد الإلكتروني أو التخابر، كوسيلة للاتصال بغيرهم، ولكن بائحة أميركية تحذر من أن الإكثار من كتابة هذه الرسائل قد تؤدي إلى حصول إصابات في الرقبة والكتفين.

وذكر موقع "ساينس دايلي" أن البروفيسورة المساعدة في علم الأوبئة في كلية الصحة المهنية والعمل الاجتماعي الأميركية جوديث غولد حذرت خلال المؤتمر السنوي الأخير الذي عقدته جمعية الصحة العامة الأميركية من أن كثرة إرسال هذه الرسائل مؤذية للرقبة والكتفين وللأوتار العظمية.



جمانة حداد

مألوحة

عندما اجلس أمامك أيها الغريب

أعرف كم تحتاج إلى الزمن

في فترم المسافة إلي

أنت في أوج الذكاء

وأنا في أوج المادبة

أنت تفكر كيف سبنا حديث الغزالة

وأنا تحت سمار وفاري

أكون قد فرغت من التهامك

حياتان مختلفتان وفعل اختلاس

ولكن يبقن من تقاطع الفناء الأ شيطان

شوايبي.

مدائن صالح

موقع لآثار ثمود وعاد



الأول قبل الميلاد. وهو يقع على بعد 500 كلم جنوب شرق البتراء ويضم نحو خمسين نقشا من الحقبة التي سبقت فترة الأنباط وعددا من رسوم الكهوف.

ويشكل موقع الحجر شهادة فريدة عن حضارة الأنباط وتعد مقابره الضخمة البالغ عددها 111 مقبرة زين معظمها بالزخارف إضافة لأبارة المائة مثلا استثنائية للانجازات المعمارية للأنباط وخبراتهم الهيدرولوجية.

الملكومة، فأصبحت الحجر محطة من محطات الحجاج.

ذكر القرآن الكريم قصة صالح مع هومه، في 17 موضعا من القرآن الكريم، بأنه تم قوم و ه هيم الله النعمة والثراء وأنهم جابوا الصخر بالواد وأنهم كانوا يبنون قصورهم في الواد ويتخذون من الجبال بيوتا. ومع ذلك فقد كفروا بنعمة الله وعبدوا الأوثان من دون الله، فأرسل إليهم عبده ورسوله صالح ليدعوهم إلى عبادة الله، فأمن منهم الكليل وكذبه أغلب القوم.

مدائن صالح أول موقع من المملكة في قائمة الأماكن "ذات القيمة العالمية الاستثنائية".

ضمت اليونيسكو "مدائن صالح" السعودية إلى لائحة التراث العالمي وأضافت منظمة الأمم المتحدة للثقافة والعلوم (يونسكو) "مدائن صالح"، أو موقع "الحجر الأثري" السعودي على لائحة التراث العالمي، بحسب ما أعلن الاثنين 7 - 2008.

وتعد هذه المرة الأولى التي يدرج فيها موقع سعودي على لائحة المواقع المعمارية والطبيعية التي تتمتع "بقيمة عالمية استثنائية". ويجسوي الموقع مقابر ضخمة مصانة بشكل جيد تعود واجهاتها المزخرفة إلى القرن

معالم وآثار

تقع مدائن صالح أو "الحجر" على بُعد عشرين كيلومترا تقريبا عن مدينة العلا. وهو موقع أثري في المملكة العربية السعودية بوادي القرى، جنوب غربي تيماء.

إن مقومات الاستقرار السكاني منذ قديم الزمان كانت متوافرة في موقع الحجر من حيث موقعها على طريق التجارة ووفرة الماء وخصوبة التربة والحماية الطبيعية المتمثلة في الكتل الصخرية الهائلة المنتشرة في الموقع. وعلى ذلك ليس من الغريب أن يكون تاريخ الاستقرار السكاني بالحجر أبعد من التاريخ الذي حدده العلماء.

كانت الحجر مقر القوم ثمود، رغم أنه لم يعثر على تاريخ محدد لقوم ثمود بالحجر. ثم سيطر الليثانيون على الحجر بعد أن قضوا على السيادة الديدانية بالعلا، واستمر حكمهم حتى تغلب الأنباط عليهم.

أقام الأنباط مستوطناتهم الأولى في شمال الأردن وفلسطين. وأقدم أثر لهم عثر عليه يعود إلى القرن التاسع قبل الميلاد. وبرز دورهم في المنطقة من القرن الرابع قبل الميلاد إلى القرن الثاني ميلادي.

وفي الحجر آثار ثمودية وبطيية ولحيانية قديمة. ويبلغ عدد المدائن في مدائن صالح 131 مدينا، منها 32 مدينا عرفت تاريخيا، وتقع في الفترة من العام الأول قبل الميلاد وحتى العام 75 ميلادي.

بعد سيطرة الرومان على شمال شبه الجزيرة العربية والقضاء على المملكة النبطية عام 106م وتحول طريق التجارة إلى البحر الأحمر، فقدت الحجر أهميتها الإستراتيجية كمرکز تبادل تجاري وحماية قوافل وتحصيل الضرائب، وهذا جزها الناس. وبعد انتشار الإسلام في مختلف أقطار العالم، عاد النشاط لطريق القوافل كطريق يسلكه الحجاج القادمون من الشام قاصدين المدينة المنورة ومكة

توفر المعلومات بكثرة يجعلها صعبة الفهم

أننا نجعم الكثير من المعلومات دون أن نفهمها.

وبينما تم إطلاق الكثير من المواقع الإلكترونية التي تزخر بالمعلومات، مثل موقع data.gov، لا تزال بعض المؤسسات غير الربحية، كمؤسسة Sunlight، تطلب بتوفير المزيد من المعلومات للناس.

وحاليا، تطلق بعض المدن الأمريكية، مثل سان فرانسيسكو، وواشنطن، ونويويورك، عدة مسابقات ومنافسات من أجل استخدام أفضل للمعلومات المتوفرة، كشركة "ستايان" مثلا، التي

عرفت بعمليات إخراج متميزة للمعلومات. ويتنوع عملاء "ستايان" بين المؤسسات المصرفية، وشركات الهندسة المعمارية، وصانعي السيارات، ووكالات التصميم، والمتاحف، والجامعات.

ما يتميز به الزمن الحالي هو الكم الهائل من المعلومات المتوافرة لدى

الناس، والتي تتضمن المعلومات الحكومية، والسياسية، والاقتصادية وغيرها، إذ أنها لم تكن متوافرة للاستخدام في الماضي حسب ما ورد بالناسي أن أن.

إلا أن ما يشغل بال المضطلعين في مجال الإنترنت والمعلوماتية هو شكل هذه المعلومات، وطريقة تقديمها، إذ أنها تبدو باهتة للغاية، ومملة للمستخدمين.

يقول مانويل لوما، خبير التصميم التفاعلي: "أناحت الحكومات، والمؤسسات، والجهات المختلفة مؤخرا الكثير من المعلومات أمام الناس. غير أن المشكلة في

عجائب وغرائب

الهدف شاحنة والنتيجة أسد !!

سرق مجهولون في ألمانيا أسداً ولكن دون علمهم على الأرجح ليجدوا أنفسهم في موقف عسير بعد سرقة هذه الغنيمة التي لم تكن في الحسبان. وقالت متحدت باسم سيرك "يوربيست" في مدينة فوبرتال بغرب ألمانيا إن اللصوص سرقوا شاحنة صغيرة دون أن يعلموا أن بداخلها هذا الحيوان المقترب.

وفقا لمصادر الشرطة فإن الشاحنة المغلقة لم يكن عليها اسم السيرك أو أي إشارة توضح الحموله التي بداخلها، وقالت مصادر السيرك إن الجوع ربما يكون استبد بالأسد في الوقت الحالي فيما لم يعرف بعد رد فعل اللصوص على هذه المفاجأة التي كانت في انتظارهم وطريقة تعاملهم معها.



شخصيا لم أفهم حركة هذا الرجل فهل فهمتموها انتم

كلمات متقاطعة

إعداد/ اشواق صالح ناجي

أفقيا:

- 1- أديب وشاعر اشتهر بلعب الشطرنج فتقرب به إلى الخلفاء وندام الراضي والمكتفي والقادر له (الأوراق) في أخبار آل عباس وأشعارهم و (أدب الكتاب) و (أخبار أبي تمام) و عدة دواوين توفي سنة 946م.
- 2- سارق - يتبع - خير وبركة .
- 3- من الطيور - ماهر - للنداء .
- 4- مدينة فرنسية - خاصة - والدتي .
- 5- مرتفع - مضيق بين إيران والامارات يصل الخليج ببحر عمان - شهر سرياني .
- 6- ضمير - عاصمة أوروبية .
- 7- طائفة من الأكراد يعيشون في نواحي خانقين وكركوك - أبو الأب .
- 8- ملكة مصر للفترة 1524-1502 ق م هي ابنة أمنيوفيس ووالدة حتشبسوت - متشابهان - فريد .
- 9- من الحبوب - تهذيب - دقق النظر .
- 10- مصباح - يصر .
- 11- غير نافع - برهان - ليث .
- 12- حبر - ذكي .

عموديا:

- 1- مقر رؤساء الولايات المتحدة الأميركية في واشنطن .
- 2- من الخضار - حريف - نصيب - طليق - أحد



حدث الكابيرا

تصوير وتعليق/ علي العرب:
سكان كثير من المباني والعمارات القديمة في من محافظة عدن يعانون منذ سنوات مأساسيه مناهل ونقاط المجاري الموجودة وسط وجانب مبانيهم من ازعاج ومضار صحية وماينتج منها سواء طمخت أو لم تطفح حيث اصبحت بدون اغطية وجوانبها متآكلة ومنهارة ومنظرها يقر الجوع ويشوه المنظر العام رغم ذلك لم تقم الجهات المختصة بالصيانة مقابل مايدفعه المواطن من رسوم وماترصده الدولة لهذا الغرض.

باختصار

محمد الجرادى

عملية رفع أسعار المواد الغذائية والاستهلاكية في بلادنا شيء أغرب من الخيال، فهي لا تخضع لقوانين السوق ولا يقبلها عقل (باقي له فيوز واحد شغال).

نحن نسجم عن ارتفاع في أسعار بعض السلع في بلاد خلق الله الأخرى، وتكون نسبة الارتفاع هأمشبية جدا أي نسبة بسيطة من العشرة على المائة وربما على الألف أو المليون، ومع ذلك يخرج سكان تلك البلاد بمظاهرات سلمية صامتة يرفعون فيها عبارات تحمل رفضهم الزيادة حتى لو كانت سنتا في الألف دولار، ويسرعة تقوم النقابات والحكومة والجهات المختصة بحماية المستهلك بأدوارها وإعادة الأسعار إلى ما كانت عليه.

لكن في بلادنا على سبيل المثال ارتفع مؤخرا سعر الكيس السكر من (4800) ريال إلى (7700) ريال. وهذا يعني أن نسبة الزيادة بلغت تقريبا (62%) . وعلى عينك يا مواطن يا ضحان والحكومة (ساكنة) وجماعة حماية المستهلك (ساكنين) والمواطن ما بيده حيلة (ساكن) و (كله ساكن في ساكن) ودقي يامزيكا على نغمة ارتفاع الأسعار، والشعب مش ناقص رقص ورفس.



تقول ليش رفعوا الكيس السكر من 4800 إلى 7700 ريال

قلت لك مايفيش رقابة تحمينا . . . والا مايلعبوش بالأسعار علينا . . . !!