التلوث يؤدي إلى الإصابة بالبدانة و السكري

لندن / متابعات :

أفادت بحوث علمية جديدة بأن تعرض الأطفال لملوثات الهواء الشائعة يزيد من مخاطر الإصابة بالبدانة ومرض السكري .

وذكرت صحيفة " صاندي اكسبرس" البريطانية أن العلماء اكتشفوا أن التعرض للملوثات المجهرية الناتجة عن عوادم السيارات وحرق الوقود الاحفوري قد يؤدي إلى زيادة الوزن لاحقا في فترة الشباب والمراهقة. كما وجد العلماء أن الملوثات تسبب زيادة مقاومة الأنسولين ما قد يؤدي للإصابة بداء السكري من النوع الثاني.

وأشارت الدراسة الجديدة إلى أن الأطفال الذي ينشؤون في المدن التي ترتفع فيها مستويات التلوث يكونون أكثر عرضة للمشكلات الصحية في وقت لاحق من حياتهم، إذ تسبب الجسيمات الدقيقة في الملوثات الهوائية التهابات وتغيرات في الخلايا الذهنية وكلاهما يزيد من خطر الإصابة بمرض السكري وزيادة الوزن.

وأفاد تقرير جديد بأن تلوث الهواء في مدن آسيوية كبيرة يتجاوز الإرشادات التي وضعتها منظمة الصحة العالمية لجودة الهواء وأن خليط السموم يسفر عن أكثر من (530) ألف حالة وفاة مبكرة سنوياً.

وأشارت تقارير أمريكية إلى أن مستويات تلوث الهواء في آسيا تتجاوز بشكل روتيني إرشادات منظمة الصحة العالمية ويظهر هذا في الزيادة الكبيرة لأعداد الوفيات بسبب الأمراض التي لها علاقة بتلوث الهواء، حتى ليشمل الأمر الأطفال حيث تزداد اصابتهم بالربو ونقص أوزانهم عند الولادة.

معالم وآثار

محمية طبيعية ساحرة في تايلاند

لطالما عرفت تايلاند بجمالها وروعة الطبيعة فيها ، وفي البحث عن جمال الطبيعة والهدوء يتنافس محبو الترحال والسفر ، فهم دائمو البحث عن مكان طبيعي ساحر لقضاء وقت ممتع بعيداً عن زحام المدينة وضجيج السيارات، ولهذا تعتبر تايلند من أكبر الوجهات السياحية التي تتمتع بطبيعة خاصة وأماكن متميزة .

وفي تايلاند عدد من المنتجعات السياحية الرائعة التي تتغنى بجمال المنظر الخلاب للطبيعة العذراء التي تكسوالأرض والتلال والجبل، إلا أن منتجع " Khao-Sok Ri-erside Cot tages"(خو سوك) من أجمل المناطق السياحية الهادئة في تايلند ويقع بين منطقة (فوكيت) و(كرابي) ضمن محمية (خو سوك) وهو مكان جميل وساحر يجمع بين الخضرة والماء وسط غابات تايلند.

ويعتبر فندق المنتج المبني من عدد من أكواخ خشبية فاخرة مصنوعة من أخشاب الغابات بطريقة طبيعية وبسيطة وفخمة في الوقت ذاته من أروع معالم المنتجع، ويتميز بأسعاره الرمزية التي تتناسب مع السائحين من جميع دول العالم ، لذا يعد من أفضل الإطلالات الساحرة على الطبيعة، ويطلق عليه زواره (جنة الأرض) .

منشور

أصدقائي . .
قبل أن تورق أطياف السراب
في فؤادي
واحة مسحورة في كل باب
أوصدت أقفالها دوني المحبة
للحقيقة لا تمروا
ولتظلوا صامدين
لا تمروا فالطريق
ساحة تثرى بآلاف الجثث
والأكاذيب وآلاف الوعود
والنقود . . حتفهم .

محمد الشلطامي

سودوكو

سودوكو تلعب بواسطة مصفوفة 9X9، مقسمة بدورها إلى مصفوفات صغيرة 3X3 تدعى (المناطق).
- عند بداية اللعبة سوف تكون بعض خلايا المصفوفة محتوية على أرقام.
- الهدف من لعبة سودوكو هو أن نقوم بوضع الأرقام من 1 إلى 9 في الخانات الخالية (رقم واحد في كل خانة).

	4		8					
	7					2		
6			1				9	
		5		9		4		
8					7			9
		6				1		
	3				8			4
		4					6	
					2		7	

8	7	1	2	6	9	4	5	3
9	5	3	4	8	7	6	1	2
6	4	2	1	3	5	9	8	7
2	6	4	9	1	8	7	3	5
5	8	7	3	2	4	1	9	6
1	3	9	7	5	6	2	4	8
3	1	6	8	4	2	5	7	9
4	9	5	6	7	3	8	2	1
7	2	8	5	9	1	3	6	4

أفضل الخدع وأسلمها هي الحقيقة البحتة، فلا أحد يصدقها.

الساعة بكم ؟!

غبي شاف مقهى انترنت مكتوب عليه الساعة بـ (3) ريال .
دخل يسأل هي ضد الماء ؟

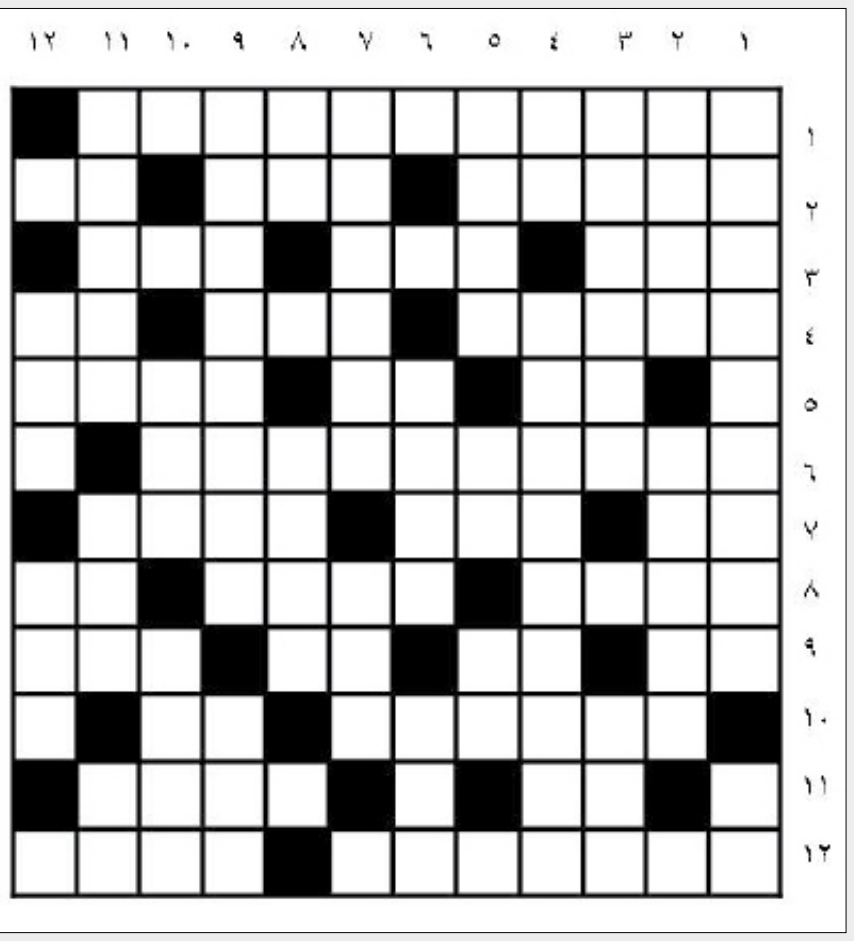
قريباً .. أكواب صالحة للأكل !

أعلنت شركة أمريكية أنها تخطط لتصنيع أكواب من الجلو مطعمة بنكهات، قد تشكل بديلاً للأكواب التي يجري التخلص منها بعد الاستعمال والرائج استخدامها في الحفلات.

وقالت شركة « ذا واي وي سي ذا ورلد» في موقعها على الانترنت إن هذه الاكواب التي سيطلق عليها اسم (جلو وير) ستصنع من مادة الأغار وستكون بنكهات مختلفة بينها الليمون والنعناع والشمندر والزنجبيل والحبق.

وأضافت إن لم ترغب في أكل الكوب المصنع من الجلو، يمكنك عندها أن ترميه في الحديقة حيث سيتفكك ويساعد الأعشاب على النمو، وتتلقى الشركة حالياً المساعدات لتحويل هذه الخطة إلى واقع .

كلمات متقاطعة

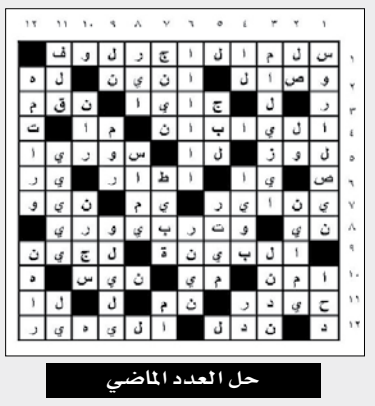


أفقيا :

1-من علماء الاقتصاد الانكليز ، دعا الى تحديد النسل في العالم ، بنى نظريته على نمو السكان المتزايد في العالم يقابله نقص في المواد الغذائية ، تأثر بنظريته علم الاقتصاد المعاصر.
2-أحد أولاد ابراهيم عليه السلام – ضد هجر – حرف جر .
3-جزء من ثلاثة أشياء – كلمة هولندية تعني سفينة أنيقة للتنزه والحفلات – ضمير .
4-بلد آسيوي – قوي واشتد – عدد انجليزي .
5-متشابهان – شقيق – شدة الحر.
6-احدى زوجات النبي صلى الله عليه وسلم .
7-عملة – تستخدم للكتابة – من أيام الاسبوع .
8-دائم – أم اسماعيل عليه السلام – من الطيور البحرية .
9-حرف انجليزي – للتعريف – تمادى – قسط .
10-مدينة في المكسيك – من الحواس الخمس .
11-ريب – المعركة التي هزم فيها صلاح الدين الأيوبي الصليبيين سنة 1187م .
12-أسرة نمساوية حكمت التشيك عام 1526م – صريع .

عموديا :

1-من عجائب الدنيا السبع – خاصته .
2-حاكم – شهر ميلادي .
3-متغطون – ينفخ .
4-متشابهان – شجر من فصيلة الخيميات، أصفر الزهر، يستخرج منه صمغ يستعمل في الطب .
5-أعوام – يابسة – للتمني .
6-عجبه وجمله – من أسماء النار .
7-مدينة هولندية – أداة حصر .
8-سارق – أحرف مكررة .
9-أطلال مدينة كيش السومرية في العراق قرب الحلة – جزء .
10-طمع – رتبة عسكرية .
11-الصبور على السهر والسفر – أحد الأنبياء – غير ناضج .
12-منطقة سعودية – خطيئة .



حل العدد الماضي

وزارة الداخلية

نشكر مساهمتك في منع استخدام المفرقعات والألعاب النارية حفاظاً على سلامة الجميع وسكينة المجتمع..

الألعاب النارية والمفرقعات تؤدي إلى:
- تشوهات في الإطفال
- إصابات وعاهات
- إقلاق للراحة والسكينة
- ضياع للأموال والأولاد

لنسعد بفرحة العيد ، ولنتعاون بالإبلاغ عن أية مخالفة على الرقم ، 199 ، في كافة محافظات الجمهورية

مع تحيات ،
العلاقات العامة