تحذير من سماع الموسيقى الصاخبة!

برلين / متابعات:

صحيح أن مشغلات الموسيقى و(آي بود) وأجهزة الكترونية أخرى ، أصبحت من الهدايا المحببة لنفوس الشباب، لكن البروفيسور بنديكت فولتس يتبني وجهة نظر انتقادية.

يقول فولتس الذي يشغل منصب كبير أطباء قسم الأنف والأذن والحنجرة بمركز الرعاية الصحية (إم زد جي) في باد ليبشبرنجه بألمانيا: "بالطبع لا أريد أن أحرم أحدا من الاستمتاع بجهاز آي بود أو أي جهاز آخر حديث..غير أنني أنصح بمنح الأذن قسطا منتظما من الراحة كي تتمكن من استعادة نشاطها" وقال أنه بإمكانك حتى رفع الصوت ، لكن ينبغي أن تستريح الأذن لبرهة.

يقول فولتس " دائما هناك صخب مرتبط بأوقات الاستجمام، في كل مكان " يبدأ بمشغلات الموسيقى وينتهي بذلك الطنين المدوي لتلك الأبواق التي يستخدمها المشجعون في بطولة كأس العالم لكرة القدم .

" اليوم تجد اجهزة مرهقة للأذن في كل مكان ، في السيارة تجد مشغلات الأقراص المدمجة، في المنزل تجد نظما صوتية مجسمة لأجهزة التلفاز وفي دور العرض، حتى المقاعد تهتز بسبب الضجيج.. أصبحت أعتقد الآن أن الضوضاء الترفيهية أكثر خطرا من الضوضاء المرتبطة بموقع العمل".

السمكري مثلا عليه حماية نفسه من الضوضاء جيدا، لأنه أصبح معروفا أن ارتفاع الصوت بشكل دائم لمعدلات أعلى من 85 ديسبل¬مقياس مستوى الصوت¬أمر ضار.

ويؤكد الطبيب " لكن في الأوقات التي يقضيها الناس بالمرح نادرا ما يكون هناك حدود.. فقد يرتفع الصوت لأكثر من 100 درجة ديسبل لأن مشغل الموسيقى يكون متصلا بالأذن بشكل مباشر"؟

الشباب على وجه الخصوص عرضة للإصابة بإعاقة سمعية في سن مبكر. وبالاجمال، يعيش أولئك الشباب في النهاية لفترة تزيد على الثماني ساعات من الضوضاء التي من شأنها إيذاء آذانهم ، مما يعرضهم دائما لخطر الإصابة بدرجة من درجات ضعف السمع الذي يعاني منه كبار السن.

سياحة

جزر (توفالو) طبيعة خلابة ومياه صافية

هي إحدى جزر المحيط الهادي والتي تندرج ضمن دول أو جزر قارة أوقيانوسيا وتعد واحدة من أصغر دول العالم مساحة، وتأتي في المرتبة الثانية بعد الفاتيكان من حيث عدد السكان حيث تعد من أقل دول العالم سكاناً بعدها، نالت (توفالو) استقلالها من المملكة المتحدة في الأول من أكتوبر عام 1978م ، وتعد الأسماك أهم موارد الثروة الطبيعية في (توفالو) .

تتكون (توفالو) من تسع جزر مرجانية وتقع في الجنوب من المحيط الهادي بين كل من هاواي وأستراليا، يحدها من الشمال الشرقي (ساموا) الغربية، ومن الجنوب الشرقي (تونجا) ومن الغرب (فانواتو) .

جزر (توفالو) التسع منخفضة حلقية الشكل وتتخللها بحيرات ضحلة وهي جزر معظمها غير مأهول بالسكان.

يسود جزر (توفالو) طقس استوائي يلطفه هبوب الرياح التجارية الجنوبية الشرقية، خلال الفترة من مارس إلى نوفمبر.

تخضع توفالو لنظام حكم ملكي وراثي دستوري، في ظل نظام ديمقراطي، تتمثل السلطة التنفيذية في رئيس الدولة المتمثل في الملكة إليزابيث الثانية ملكة المملكة المتحدة، ويمثلها في توفالو الحاكم العام ، وتضم السلطة التنفيذية رئيس الوزراء ومجلس الوزراء الذي يقوم الحاكم العام بتعيينه بناء على توصية من رئيس الوزراء، وتقوم الملكة بتعيين الحاكم العام ويتم انتخاب رئيس الوزراء ونائبه من بين أعضاء البرلمان.

تتعرض الجزر في (توفالو) لخطر الاندثار والاختفاء، فقد تبتلعها مياه المحيط في أي وقت نظراً لارتفاع منسوب المياه، وبالفعل فإن أجزاء من جزيرة فونافوتي العاصمة التوفالية التهمتها مياه المحيط واختفت بالكامل، وتعمل الحكومة التوفالية من أجل تأمين شعبها عن طريق إجراء مفاوضات مع نيوزلندا من أجل استقبال مواطني (توفالو) في حالة إذا ما طغت مياه المحيط على الجزر وأغرقتها بالكامل، وهو الأمر الوارد حدوثه، خاصة بعد أن اختفت بالفعل عدد من الجزر غير المأهولة.

وعلى الرغم من هذه المخاطر التي تتعرض لها الجزر في (توفالو) إلا أنها مثل غيرها من جزر المحيط الهادي تمتلك الطبيعة الساحرة الخلابة، بالشواطئ الممتدة والمياه الزرقاء الصافية.

قل لي

سعاد الصباح

قل لي

هل أحببت امرأة قبلي ؟
تفقد ، حين تكون بحالة حب
كيف يكون الشبه الصارخ
بين الأصل ، وبين الظل
أنت حبيبي . لا تتركني
أشرب صبري مثل النخل ..
إني أنت .. فكيف أفرق ..
بين الأصل ، وبين الظل ؟

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).

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

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

أقوال مأثورة

محمود المسعدي

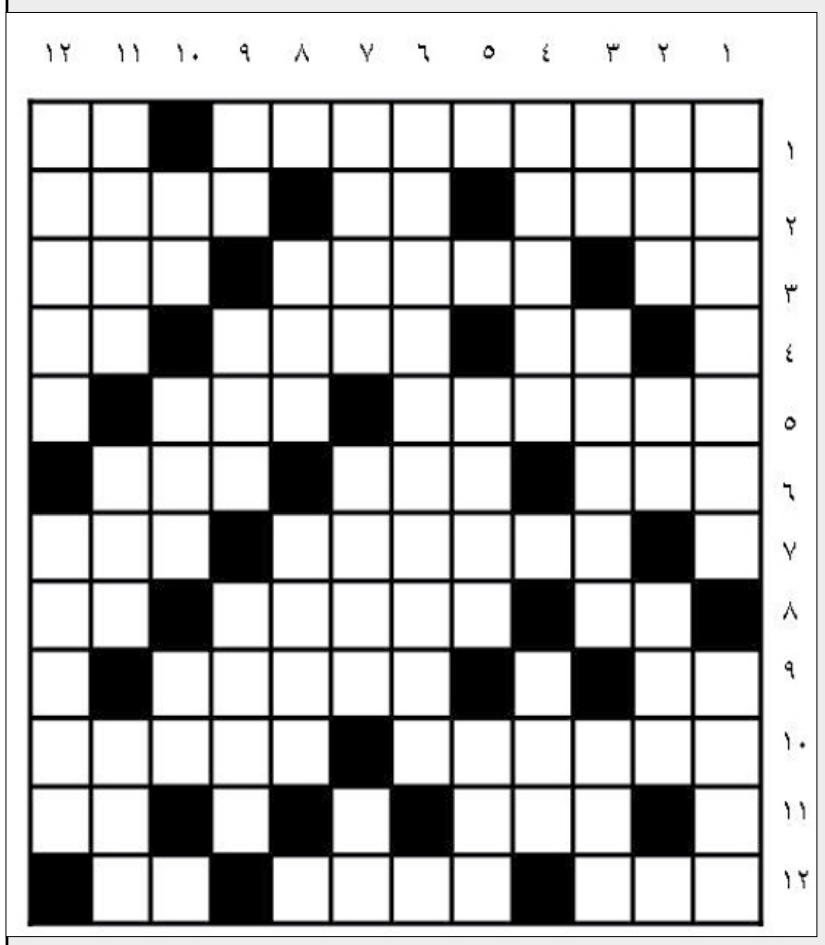
أعطوني زراعة
أضمن لكم حضارة.

أضحك

مقلب

كل ما جيت اطرد
صورتك من خيالي
شفتها في منامي
قرد ينطط قدامي

كلمات متقاطعة

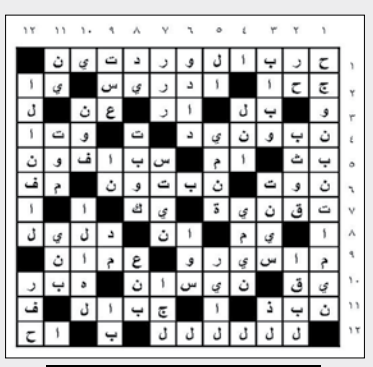


أفقيا:

1- أديب وصحافي لبناني ولد في الفريكة من أركان النهضة الأدبية في المهجر أسس جريدة (الهدى) في نيويورك عام 1898م وعاونه أخوه سلوم – مادة قاتلة .
2- قبيلة عربية يمانية قديمة سكنت مكة – أداة جزم – مكرر.
3- أحد الأبوين – ألف مليون – حيوان .
4- للاستفهام – مغتاب – متشابهان .
5- خوذة – عاد .
6- واد يمني – منقع الماء – تمر .
7- الجبان الكثير الارتعاد – الريح الطيبة.
8- حرف جر – من الألوان – مرتفع .
9- ضمير – إحدى الولايات المتحدة الأمريكية في الغرب .
10- محافظة يمنية – أسرة شيعية بغدادية فارسية الأصل .
11- عملية حسابية – صواب .
12- أحرف مكررة – رتبة عسكرية – مهنة التداوي .

عموديا:

1- شاعر غنائي عثماني من مؤسسي الشعر الكلاسيكي توفي سنة 1509م – امرأة ابراهيم عليه السلام.
2- اشتد وخرج عن الحد – عملة – حيوان.
3- ضمير (معكوس) – من الطيور – غيث.
4- أحرف مكررة – 30 يوماً.
5- اتجاه جانبي – غادر.
6- كتاب في تهذيب النفس واصلاح الأخلاق والارشاد الى حسن السياسة جعلوه على ألسنة الحيوانات نقله ابن المقفع.
7- مابلي من العظام – سواد الليل – للنفي.
8- قلب حدقته وحدد النظر – السيف الكهام الذي لايمضي.
9- أداة جزم – منع ونهى – المنسوب الى اليد.
10- حرف جر – طيب – والد.
11- رفيع الشأن والمقام – دار – المكان الكثير الغيث والخير.
12- عاصمة أوروبية – من سور القرآن الكريم.



حل العدد الماضي

عجائب وغرائب

المرأة تشعر أنها سمينة عند النظر إلى المرآة

كشفت دراسة بريطانية أن المرأة غالبا ما تشعر أمام أصدقائها بأنها رشيقة ونحيفة وتحاول أن تؤكد هذا الاعتقاد أمام زوجها، إلا أنها عندما تقف أمام المرآة ومهما كانت رشاقتها فإنها تشعر أنها بدينة وتخجل من جسدها.

استندت هذه الدراسة إلى مشاركة الآلاف من الأشخاص مما يقدم انطباعا مثيرا للقلق عن الطريقة التي يرى بها معظم النساء أنفسهن عبر المرآة .

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