التسوق يطيل العمر

لندن / متابعات :

قال باحثون تايوانيون إن التسوق يساعد على تحسين الصحة ويطيل عمر الإنسان ، وذكرت هيئة الإذاعة البريطانية «بي بي سي» أن دراسة شملت 1850 رجلاً وامرأة في تايوان تتجاوز أعمارهم الـ65 عاما ونشرت في دورية «علم الأوبئة والصحة المجتمعية» ،أظهرت أن الأشخاص الذين تسوقوا بشكل منتظم عاشوا لمدة أطول من الأشخاص الذين تسوقوا مرة واحدة في الأسبوع أو اقل.

ورأى الباحثون أن التسوق يؤمن الرفقة والتمارين وفرصة للحفاظ على نظام غذائي جيد.

وقال باحث بريطاني إن الدراسة منطقية بما أن التسوق يشمل الحركة الجسدية والتفاعل الاجتماعي والنشاط العقلي.

واتفق الباحثون على أن من يمارس التسوق يتمتع بصحة جيدة في بادئ الأمر، غير أنهم رأوا أن هذا النشاط يساهم أيضاً في تحسين الصحة.

وقال الباحثون الذين قادهم يو هونغ تشانغ من معهد علوم صحة السكان في تايوان إن «التسوق غالباً ما يكون للمرح ويقدر على تحسين السلامة النفسية».

كما أن التسوق نشاط سهل ولا يحتاج إلى التحفيز مثل النشاطات الأخرى كالرياضة.

معالم

برج خليفة ناطحة سحاب تقع في إمارة دبي بالإمارات العربية المتحدة ويعد برج خليفة أعلى بناء شيده الإنسان وأطول برج في العالم بارتفاع 828 مترا. بدأ بنائه في إمارة دبي بالإمارات العربية المتحدة في 21 سبتمبر 2004 وتم الانتهاء من الهيكلة الخارجية في الأول من أكتوبر 2009، وتم افتتاحه رسميا في 4 يناير 2010، ليصبح البناء الأعلى في العالم حالا محل برج تايبيه 101 في تايوان.

وهذا البرج الذي يرتفع بسرعة طابق كل ثلاثة أيام (تقريباً) شكل البناء الرئيسي في مشروع عمراني ضخم بقيمة 20 مليار دولار، وتم افتتاح البرج الذي يتكون من 124 طابقا في 4 يناير 2010.

ومن المفارقات الغريبة أن أن هناك فرقا في التوقيت بين ساكني الأدوار العليا من برج دبي وساكني الأدوار الأرضية ، ذلك الفرق الذي يصل إلى دقيقة واحدة وفقا لما أكدته دائرة الشؤون الإسلامية والعمل الخيري في دبي .

وأشارت الدائرة إلى أن الصائمين في الأدوار العليا من البرج عليهم الانتظار دقيقة واحدة قبل البدء في الإفطار أو صلاة المغرب.

وأوضح الدكتور عمر الخطيب مساعد المدير العام للشؤون الإسلامية في دائرة الشؤون الإسلامية والعمل الخيري في دبي ، أن الدائرة راعت في التقويم الهجري الذي أصدرته فروق التوقيت بين الأماكن الشاهقة والمنخفضة.

وتمت إضافة ثلاث دقائق « تمكين» للاطمئنان على أن الصلاة ستكون في وقتها وكذلك الإفطار، « ويعني وقت التمكين أي تمكن الوقت الثاني من الدخول، وعليه يجب الإفطار أو الصلاة».

وقال: إن على المصلي والصائم مراعاة هذه الفروق إذا كان من ساكني الأماكن العالية أو العاملين فيها، والالتزام بالتوقيت الصحيح في الإفطار وفي أداء الصلوات.

في السياق ذكر الدكتور عمر الخطيب أن قسم شؤون المساجد التابع لإدارة الخدمات والهندسة بالدائرة انتهى من تحديد القبلة لسة مصليات في البرج ، عن طريق استعمال أحدث الأجهزة في تحديد قبلة المساجد.

أوراق

مليئة بالإشارات
وبالشجر
تعبر الليل كالنار
أو كالنهر
تتسلق الصمت والذاكرة
لا تنتهي كالحدث
خلقها، سيرتها،
أنا يقينها.

خوان جيلمان

قرأت لك

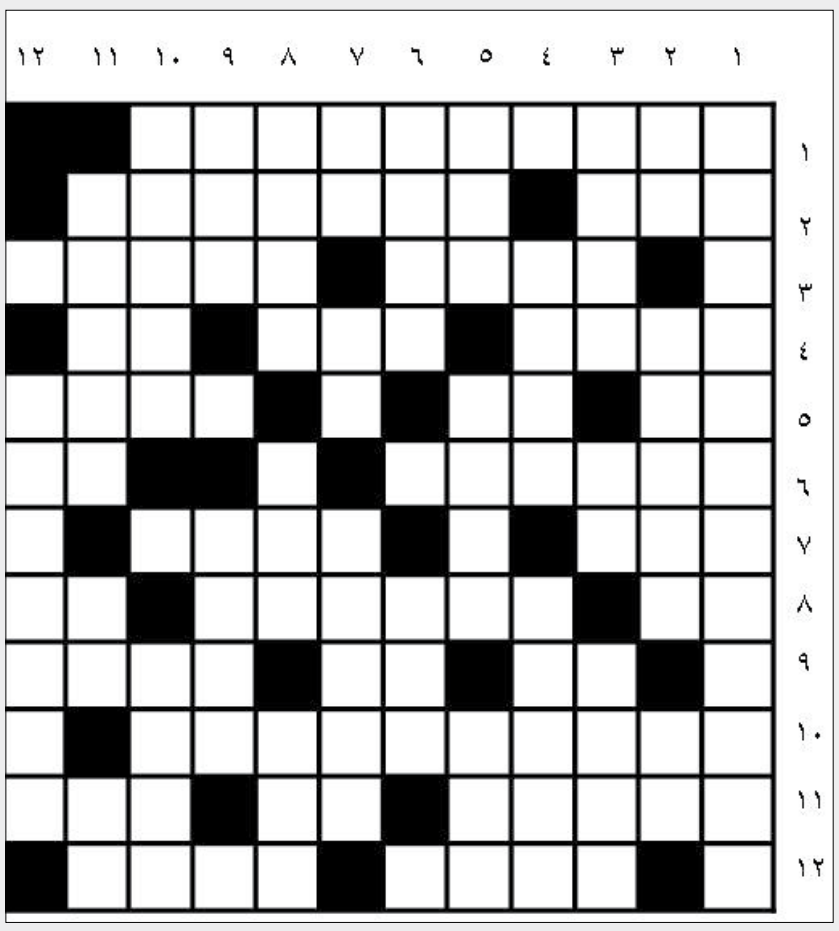
سودوكو

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

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

كلمات متقاطعة

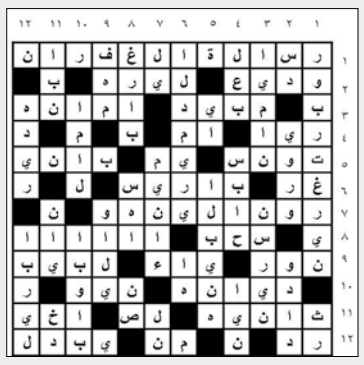


أفقيا :

1- قائد سوري ولد في حلب قام بـأول انقلاب عسكري في سوريا وتولى رئاسة الجمهورية 1949م قتل بانقلاب معاكس .
2- صغير الفأر – مدينة مصرية .
3- ينفع – يعالج .
4- مدينة تونسية – أحرف متشابهة – سئم .
5- للاستفهام – بحر – وضوح .
6- قتل النفس – سقي النباتات .
7- عتاب – اسم علم مذكر .
8- حرف انجليزي – إحدى القارات – عائش .
9- مادة قاتلة (معكوسة) – عملة – من الأوزان .
10- نادي كرة قدم ألماني .
11- جمع موجة – ضمير منفصل (معكوسة) – من أقسام الرجل .
12- نصد – حرفة .

عموديا :

1- أول جريدة عربية صدرت في بيروت أسسها خليل الخوري 1858م.
2- كتمان – من سور القرآن الكريم – والدة .
3- قسمة – اكمل – جزيرة يمنية.
4- واسع – جمع سر.
5- والدي – شهر ميلادي – منطقة في السعودية .
6- منطقة يمنية – الظبي الأبيض .
7- مكبس – أله – شهر ميلادي.
8- صعب – مدخل – خيال .
9- يحصي – قاطن .
10- مدينة أمريكية – يغدر .
11- عملة – جواب المسألة – قط (معكوسة) .
12- أكبر مدينة في العالم .


حل العدد الماضي

عجائب وغرائب

مطعم يقدم طعام الحيوانات لزبائنه

اعتذر مسؤولو مطعم معروف بحديقة سفاري في بريطانيا عن تقديمه لزواره طعاماً كان مخصصا لحيوانات الحديقة.

وذكرت صحيفة «ذي صن» البريطانية أن الطهاة في المطعم استعانوا ببقايا من البطاطس والبصل التي كانت مخزونة من أجل الحيوانات وأضافوها إلى وجبات قدمت لعائلات دخلت إلى المطعم. ولكن بعد إجراء تحقيق طالب مجلس مقاطعة وسط «بيدفوردشاير» مسؤولي الحديقة بتوخي إجراءات سلامة الغذاء.

إلا أن مطعم «وبيرن سفارى بارك» دافع عن نفسه قائلاً : إن الطعام الذي قدم كان صالحاً للاستخدام ولم تنته صلاحيته ونفى أن ينطوي هذا الطعام على أي خطورة على صحة الزبائن.

مدرسة تمنع الثانوية للبنات - التواهي .. بدون تعليق

تصوير وتعليق/ علي الدرب:
مر أكثر من عام على افتتاح سوق التواهي بعد إعادة تجديده إلا انه لازال مغلق بسبب عدم قيام إدارة الكهرباء بتوصيل التيار الذي يفترض إن يحصل قبل الافتتاح لذلك تحولت شوارع المدينة إلى أسواق م مفتوحة وطرقاتها وممراتها مغلقة بمفارش الباعة