نحن مع الرأي والرأي الآخر ولكننا ضد الإرهاب والعنف وأعمال الشغب والتخريب

علي عبدالله صالح - رئيس الجمهورية

14 أكتوبر
14 OCTOBER
يومية - سياسية - عامة
www.14october.com
السبت - 21 مايو 2011 - العدد 15172

عام (2020)..الاكتئاب سبب الوفاة الأول

القاهرة / متابعات :

أكد الدكتور عادل الشعشاعي أستاذ الطب النفسي بجامعة عين شمس أن الاكتئاب يعد من أكثر الأمراض النفسية انتشاراً في الوقت الحالي، مشيراً إلى أنه سيكون السبب الأول للوفاة عام 2020 بحسب إحصائيات منظمة الصحة العالمية.

وأوضح الشعشاعي أن الاكتئاب سيكون السبب الأول للوفاة في عام 2020 تليه أمـراض القلب، ثم حـوادث السيارات وأمراض شرايين المخ ثم أمراض الرئة، مؤكداً أن كل هذه الأمراض لها علاقة بأسلوب الحياة والصحة النفسية.

وأشار الشعشاعي إلى أن الاكتئاب حالة من الحزن الشديد المستمر وشحنة من الألم يشعر بها الإنسان نتيجة مروره بظروف قاسية أو مؤلمة، حيث أن الشخص المكتئب قد ينتحر بقتل الذات أو يعتزل الحياة ويعيش بعيداً عن البشر.

وحذر الشعشاعي من أن حالات الاكتئاب أخذت في التزايد في كل أنحاء العالم مع بداية النصف الثاني من القرن الحالي ولدى شرائح عمرية مختلفة، مؤكداً أن العقاقير المضادة للاكتئاب لا تصيب الإنسان بالإدمان وضررها لا يقارن بمنافعها وقد أصبحت هناك عقاقير بطعم الفاكهة.

معالم وآثار

(خور مكسر) منطقة راقية وحاضنة الملاحات بعدن

خورمكسر مديرية تقع في محافظة عدن (اليمن) وكانت منطقة تابعة لحكم السلطنة وبعد أن احتل البريطانيون عدن تم قتل الكثير من أبناء وسلاطين الفضلي والكثير من أبناء الجنوب الذين كانوا يدافعون عن حريتهم وسميت خور مكسر نسبة إلى السطان حسين الفضلي الذي كان يلقب بالمكسر بشد السين وقد كانت قبيلته تمتلك هذه المنطقة إلى باب السلب (باب حديد حالياً).

يروي المؤرخون أن اسم مدينة خور مكسر اسم قديم ذُكر قبل مئات السنين، والخور كان مكسراً منقسماً ؛ ولذلك سموها خور مكسر، وكذلك يطلقون هذا الاسم على المكان الموجود فيه الجسر الذي يمر من تحته ماء البحر إلى حقول الملح، وأما عمارة الجسر ترجع إلى أكثر من ألف سنة، وكان اسمه قنطرة المكسر، ويشير المؤرخ حمزة لقمان إلى أن الجسر تهدم أكثر من مرة بفعل المعارك التي دارت عليه، آخرها بين رجال السلطان محسن فضل والإنجليز عام 1840، وأعيد بناؤه من جديد لأنه كان الوسيلة الوحيدة التي تربط عدن بالبر، وإلى شمال غرب المدينة توجد عدد من الملاحات الأثرية القديمة، وتشير المصادر التاريخية إلى أن اليمنيين القدماء اهتموا باستخراج الملح وإقامة العديد من المنشآت المرتبطة بهذه الصناعة أهمها الملاحات.

وكانت خور مكسر موقعا عسكريا للقوات البريطانية وشيد فيها الاستعمار البريطاني الثكنات العسكرية للضباط والجنود. وبعد أن تحولت قيادة القوات الجوية سنة 1927 إلى عدن اهتمت بريطانيا بحي خور مكسر. وشيدت فيه مطارا جويا عسكريا وبعض المعسكرات والمباني لجنود القاعدة الجوية.

وبعد الحرب العالمية الثانية خططت خور مكسر تخطيطا عمرانيا حديثا وفق الطراز الإنجليزي وأمدتها الحكومة البريطانية بكافة المرافق وجددت المطار العسكري والى جانبه شيد مطار خور مكسر المعروف الآن بمطار عدن الدولي وتبع ذلك بناء العديد من المنازل الخشبية التي تتكون بعضها من طابقين وبعضها الآخر من طابق واحد على النمط الهندسي الإنجليزي وبعض الفيلات المطلية بالطلاء الأبيض ولذلك عرفت هذه الوحدة السكنية بالوحدة البيضاء كما بنيت في خور مكسر أكبر المستشفيات وأهمها مستشفى إليزابيث الثانية (مستشفى الجمهورية).

وفي نهاية الخمسينيات من القرن الماضي شيدت في منطقة الشابات من هذا الحي عدد من العمارات السكنية الكبيرة التي تعددت طوابقها وشققها وعبدت الشوارع وشيدت كافة المرافق العامة كالمدارس والمعاهد والحدائق العمومية والكازينوهات والمراقص ودور السينما والفنادق.

وكانت كلها من اجل خدمة جنود القاعدة العسكرية البريطانية في شرق السويس بعد أن تحولت القاعدة البريطانية إلى عدن وأصبح حي خور مكسر من أفضل الأحياء الحديثة ذات الطراز البريطاني يسكنه الجنود والضباط الإنجليز والساهرون على خدمتهم من العرب وغيرهم. كما أن الخدمات العامة كالماء والكهرباء والاتصالات والمجاري قد اكتملت فيه وجددت المعسكرات القديمة في بداية الستينيات من القرن الماضي ، حيث توسعت فصارت أكثر من سبعة معسكرات مجهزة تجهيزا كاملا.

الموت

أولي سانتغيرات

سنوات ظل محجوبا
خلف صراخ الشوارع
والآن يلوح في الأفق
كصارية سفينة تقترب .
أحب أن ألاقيه
عبر البحر
كـي يـأخـذني إلى ظهرِ
السفينة
فأنام
تحت أشرعته الصامتة .

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).

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

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

الطريقة الوحيدة للتنبؤ بالمستقبل هو أن يكون لديك القدرة على صنعه.

إريك هوفر

برج التيس

واحد سال رفيقه: أنت شو برجك ؟
قال له: أنا برج التيس.
قال رفيقه: مافي برج بهذا الاسم.
قال: لما كنت صغير كان برجي برج الجدي والآن أنا كبرت وأكيد بيكون صار تيس.

صبي يصرخ من الخوف فيموت الدجاج

ذكرت وسائل الإعـــلام الـحـكـومـيـة الصينية أن مئات من طيور الـدجـاج نفقت فـي شـرق الصين وقـضـت محكمة بـأن سبب نفوقها هو صراخ صبي في الرابعة من العمر كان مذعورا من نباح كلب كما نقلت رويترز .

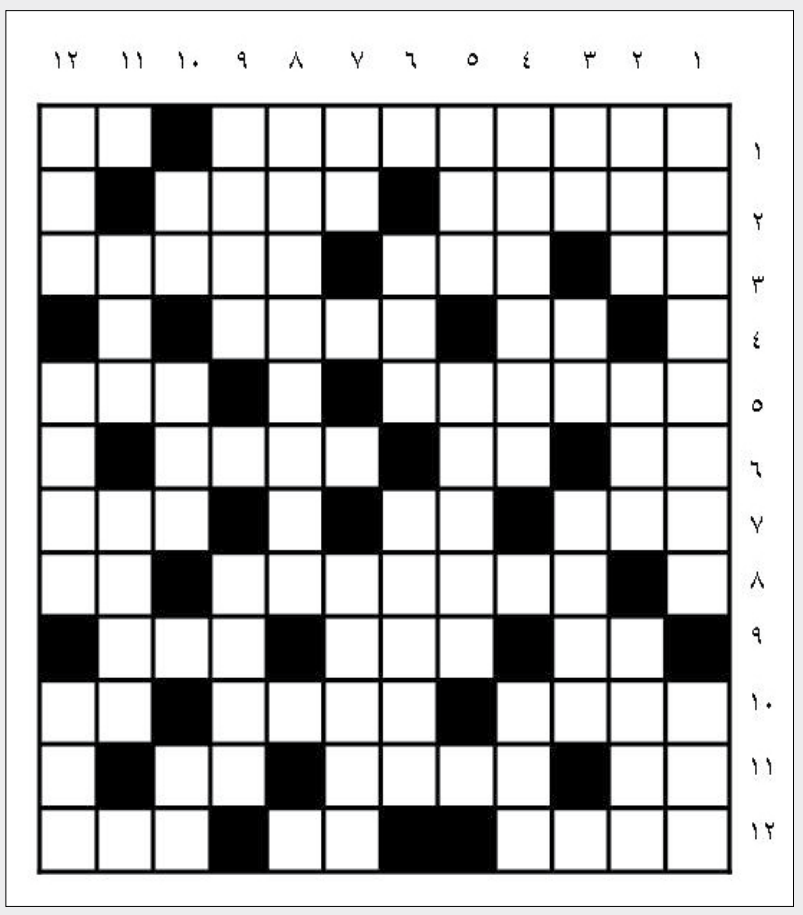
وأفادت صحيفة (نانجنج مورننج بـوسـت) إن التسلسل الغريب للأحداث بدأ حين وصل الصبي إلى قرية في إقليم جيانجسو شرق البلاد في الصيف مع والـده الـذي يوزع عبوات غاز.

ونقلت الصحيفة عن قروي قوله إن الصبي الصغير اتجه إلـى كوة حظيرة الدجاج وصـــرخ لـفـتـرة طويلة بعد أن خاف من الكلب.

وقـالـت الصحيفة «وأبـلـغ أحـد الجيران الشرطة انه سمع الصبي يبكي بعد ظهر ذلك اليوم وأكد قروي آخر صراخ الصبي في كوة حظيرة الدجاج».

وقضت محكمة بأن صراخ الصبي كان «الصوت الشاذ الوحيد غير المتوقع» وان 443 دجاجة داس بعضها بعضا حتى الموت خوفا من الصراخ. وأمرت المحكمة والد الصبي بدفع 1800 يوان (230 دولارا) تعويضا لصاحب الدجاج النافق.

كلمـات متقاطعـة

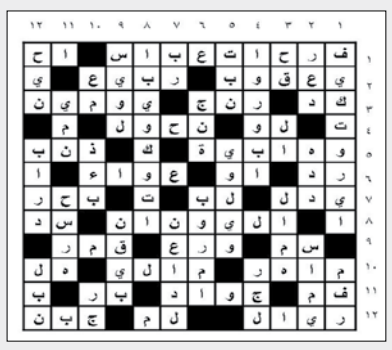
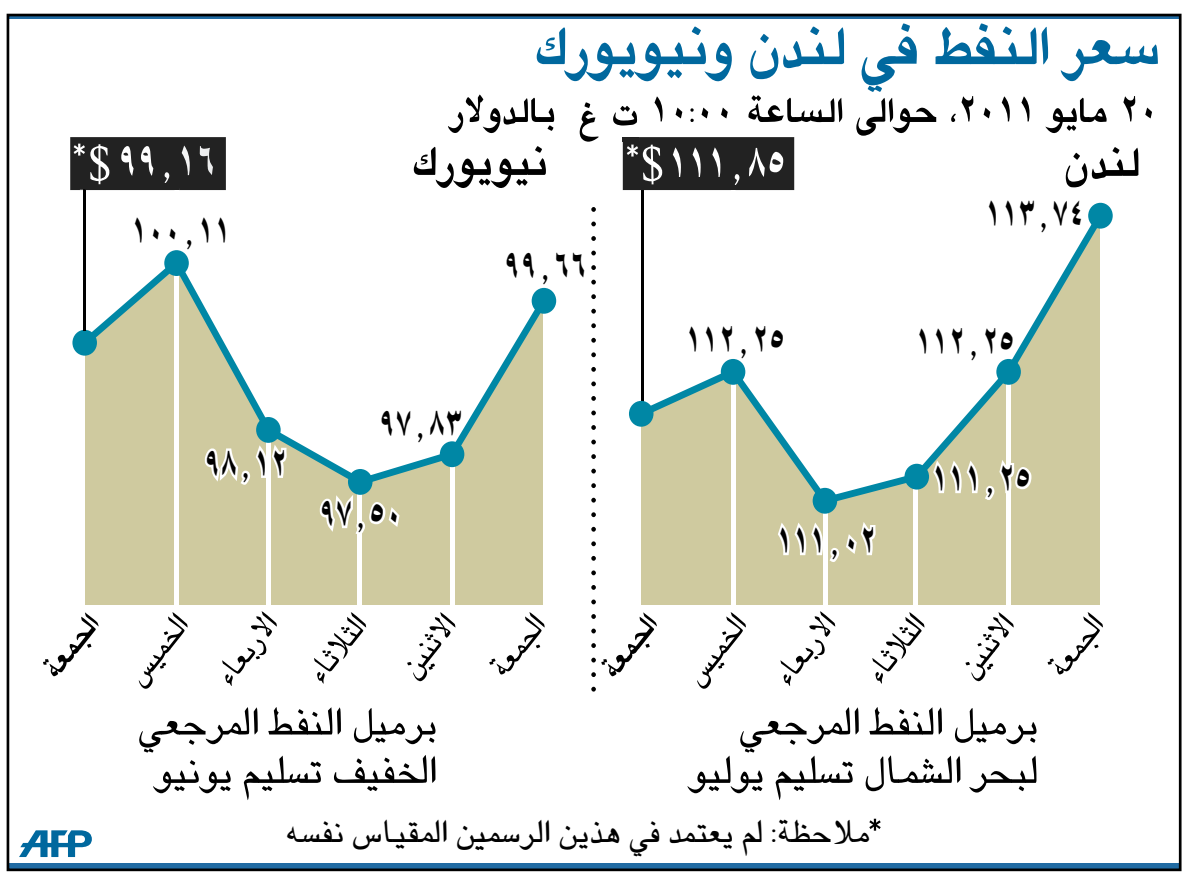


أفقيا :

1-سياسي جزائري ولد عام 1899م أسس (الاتحاد الشعبي الجزائري) عام 1938م رئيس الحكومة الجزائرية المؤقتة للفترة 1958م- 1961م في القاهرة ثم أعفي من منصبة وابعد من جبهة التحرير الوطنية – في البيضة.
2-أحد الأنبياء عليهم السلام – من الفصول الأربعة.
3-اشتد في العمل – طلاء – 48ساعة .
4-للتمني – نمنع .
5-مذهب اسلامي ذو نزعة سلفية يرمي الى تخليص الشريعة من الشوائب – اثم .
6-جواب – للتخيير – صوت الذئب .
7-يرشد – جوهر الشيء – يم .
8-بلد أوروبي – حاجز .
9-مادة قاتلة – تقوى – بدر.
10-بارع – بلد أفريقي – للاستفهام .
11-ثغر – كريم – من الحبوب .
12-عملة – أداة جزم – من مشتقات الحليب.

عموديا :

1-أكبر بحيرة في أفريقيا – مهرب .
2-يصاحب البرق – إله العواصف عند الشعوب السامية – رفيع الشأن والمكان.
3-نقيض باطل – للنفي – عاتبه .
4-احدى القارات الخمس – مفرد رجال .
5-من أودية بلادنا – شهر ميلادي .
6-فـردوس – دولـة في جنوب شرقي آسيا.
7-يابسة – نساوي .
8-مدينة في نيجيريا الغربية .
9-عاصمة آسيوية – رتبة عسكرية .
10-أخـو الأب – حيوان مفترس – هز وحرك.
11-خير وبركة – ندم .
12-وقت – عكس حار – حليب .



حل العدد الماضي