كثرة الجلوس أمام الكمبيوتر تهدد المخ

براغ / متابعات:

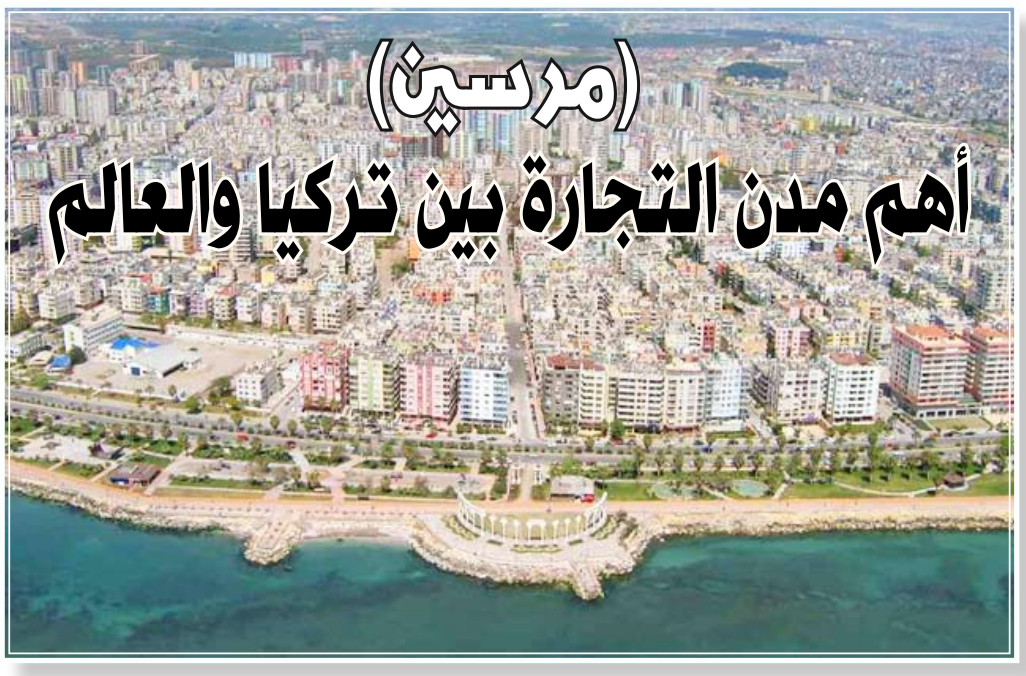
توصلت دراسة تشيكية حديثة إلى أن مهووسي الإنترنت تتغير لديهم تركيبة بعض المراكز الدماغية، مشيرة إلى أنه كلما طالت فترة الجلوس أمام الحاسب، تسارعت وتيرة التغييرات في هذه المراكز الدقيقة والحساسة.

وأشار البروفسور «ياروسلاف بيتر» إلى أن حياة المدمنين على الإنترنت تنهار عادةً بشكل مأساوي مشابه للمدمنين على المخدرات والكحول، محذراً من تنامي هذا النوع الجديد من الإدمان في دول العالم المختلفة.

وأضاف بيتر أن الهروب من الواقع إلى العالم الافتراضي (أي إلى ممارسة الألعاب أو إلى شبكات التواصل الاجتماعي) يشغل الفترة الأكبر من أوقات الفراغ لملايين البشر، الأمر الذي ينذر بظهور أمراض نفسية خطيرة مثل التوتر والتشتت والكآبة، كمرحلة تمهيدية للانتقال إلى عالم الأمراض والاضطرابات النفسية الأكثر تعقيداً.

معالم

(مرسين) أهم مدن التجارة بين تركيا والعالم



مدينة مرسين هي عاصمة محافظة مرسين تقع في جنوب تركيا ولها ميناء على ساحل البحر الأبيض المتوسط ، تعد الحد الغربي للأقاليم السورية الشمالية التي أخضعت لتركيا بموجب معاهدة سيفر بين تركيا من جهة وبريطانيا وفرنسا من جهة أخرى، وتضم تلك الأقاليم أضنة ومرعش وماردين وجزيرة ابن عمر واورفة وديار بكر وعنتاب.

كان هذا الساحل مأهولاً منذ الألفية التاسعة ق.م.. وقد كشفت حفريات جون كارستانك في ربوة (يمق تبه) عن 23 مستوى من الاستيطان، يعود أقدمها إلى حوالي 6300 ق.م. وقد أقيم فيه تحصين في حوالي 4500 ق.م.، إلا أن الموقع يبدو أنه قد هجر بين 3200 ق.م. و 1200 ق.م.

في القرون التالية أصبحت المدينة جزءا من العديد من الدول والحضارات ومنها الحيثيون والآشوريون ، وذكرها العديد من الكتاب القدماء.

لاحقا أصبحت المنطقة جزءا من المقاطعة الرومانية (قيليقيا)، وعاصمتها طرسوس, بينما أصبحت مرسين المجاورة الميناء الرئيسي.

تمسحت المدينة مبكرا؛ وكانت مقراً لأسقف ، ويذكر أن أربع أساقفة شاركوا في مجمع القسطنطينية ، ومازالت المدينة تحتفظ بالكنيسة الكاثوليكية الرومانية.

قام أتاتورك بزيارة مرسين عشر مرات وأقام فيها خمس مرات وقد أسس فيها منزلا تحول حاليا إلى متحف ، وتعتبر مدينة مرسين من أهم المدن من الناحية التجارية بين تركيا والعالم.

لأنني..

لأنني أحبك..
يكبر هذا القمر
المتسق ألقا
تسكر براعم
تورق حنايا الشجر..
تزهر حقول اللوز
والدراق
أحبك منذ كنا وهما
وما زلت حتى
توشح عمرنا وهما

بريهان قمق

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).

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

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

البـــغل

كانت معركة حامية بين رجل وزوجته عندما مر بغل من تحت النافذة ، فصاح الزوج: أعتقد أن هذا البغل من أقاربك ؟؟ فأجابته على الفور : أجل إنه حماي !!

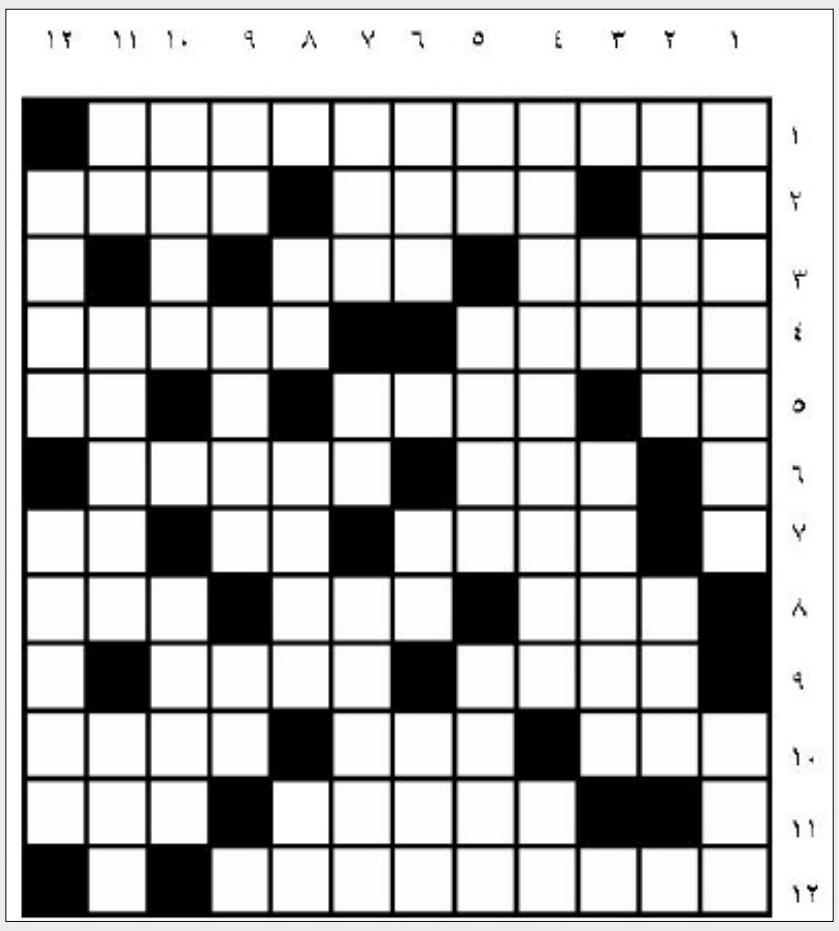
ألماني يدخل السجن مرة ثانية لشعوره بالحنين إليه

شعر شاب ألماني بالحنين إلى السجن بعد إطلاق سراحه منه، فراح يفكر في حيلة ليعود إليه ثانية بأسرع طريقة، بعد أن اكتشف في نفسه عدم الرغبة في الحرية، فقام في عطلة نهاية الأسبوع بعمل استفزازي لحمل رجال الشرطة على إعادته إلى السجن.

وراح السجين السابق (39 عاماً) يقفز داخل نافورة بأحد ميادين مدينة باد نوينآر جنوب غربي ألمانيا، ويتوسل إلى الناس أن يتصلوا بالشرطة ليبلغوها عنه.

وأفادت الشرطة بأن المارة الذين ثارت أعصابهم أسدوا إليه الجميل المطلوب، واتصلوا بشرطة المدينة التي جاءت إلى موقع النافورة، وأعادت السجين السابق إلى السجن مرة أخرى.

كلمات متقاطعة

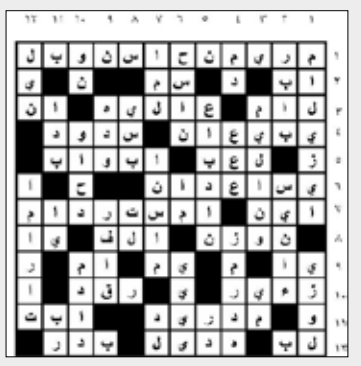


أفقيا:

1-سيد بني تميم في البصرة من دهاة العرب و قادتهم في صدر الإسلام .
2-عقل – أعوام – صوت الذباب .
3-شوق - حرف أبجدي .
4-قريبة – جمع نار .
5-عملة – حبر – دق .
6-تجدها في (ابها) – مدينة أمريكية .
7-قاسط – قلوي – متشابهان .
8-حائط - من الآلات الموسيقية - رجاء.
9-عاصمة اذربيجان – عاصمة بريطانيا.
10-عكس لا – حرف أبجدي – جمع بيت .
11 -عاصمة عربية - ضياء .
12-النادي الملكي .

عموديا:

1-محافظة يمنية تطل على البحر الاحمر – ضياء .
2-بلد عربي – من اسماء الأسد .
3-عملة – سنين .
4-رئيس عربي – للاستدراك .
5-متشابهان – من الطيور - اسم علم مذكر .
6-حيوان ضخم – للنفي – يجيب .
7-من أودية بلادنا - في العروق - من سور القرآن الكريم .
8-حرف جر – عكس يسار – نصف (تيار).
9-هر - عكس يمين – حيوان قطبي .
10-يضيء – صوت المريض .
11-حرف انجليزي – مطربة اماراتية – أحرف متشابهة .
12-أحرف متشابهة – القطع .



حل العدد الماضي

حديث الكاميرا

تصوير وتعليق / علي الدرب:

مع استمرار أزمة البنزين والد يزل انتشرت في شوارع عدن ظاهرة السوق السوداء للبيع بأسعار مضاعفة من على مركبات محملة ببراميل معبأة بالبنزين والديزل رغم أن المواطن يقف في الطابور يوماً ونصف يوم حتى يحصل على 30 لترا لسيارته.

فمن أين يحصل بائعو الأرصفة على هذه المواد؟ وأين دور الجهات الرسمية والأمن في محاربة هذه الظاهرة أسوة بكل المحافظات ورحمة بالمواطن؟!.