يتسبب بوفاة (3) ملايين شخص حول العالم سنوياً

توقعات بارتفاع مرضى السكري إلى (525)مليون شخص عام 2030

دبي /متابعات:

توقع محاضرون رئيسيون في مؤتمر عالمي عن مرض السكري أن يرتفع عدد المصابين بالمرض إلى 525 مليون شخص بحلول عام 2030، ما لم يتم اتخاذ التدابير الوقائية اللازمة.

وكشف المؤتمر العالمي الذي انطلق في مدينة دبـي، أن عدد المصابين بالمرض وصل إلى أكثر من 366 مليون شخص على مستوى العالم، وأن الأرقـام الصادرة عن الاتحاد العالمي للسكري تشير إلى أن المرض تسبب بحوالي 10٪ من مجموع الوفيات على مستوى الشرق الأوسط وشمال أفريقيا خلال العام الجاري.

ومـرض السكري الـذي يأتي كتسجيل مستوى غير طبيعي للسكر في الدم قد يؤدي إلى أمراض في القلب وجلطات، بالإضافة إلى إصابات في الكلى والأعصاب والعينين.

يذكر أن السكري يتسبب بوفاة 3 ملايين شخص حول العالم سنوياً.

معالم

البشري جبل في منطقة الجبال الوسطى من بادية الشام السورية، الواقعة إلى الشرق من سهل حمص وحماه، والممتدة حتى منطقة الفرات. وهي ذات محور عام يتجه من الغرب والجنوب الغربي نحو الشرق والشمال الشرقي، وإلى الشرق من واحة الطيبة وطريق الرصافة السخنة، ضمن إقليم الوسط السوري.

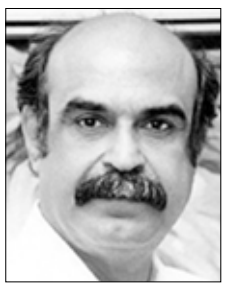
كان جبل البشري قاعدة الآراميين الأولى قبل انطلاقهم إلى المناطق الخصبة في الغرب، وذلك في النصف الأول من الألف الثانية قبل الميلاد، وكان انتشار الآراميين في سورية كبيرا وواسعا، ورافـق ذلك قيام تجمعات بشرية جديدة، إلى جانب توسيع التجمعات البشرية القديمة أو إعادة إعمارها.

ويظهر ذلك في الممالك الآرامية الكثيرة التي قامت في وادي العاصي ومملكة تدمر ثم مملكة بدان آرام في (حران) ومملكة بيت باحياني في (موقع تل حلف قرب رأس العين) ومملكة بيت آغوشي (تل رفعت قرب حلب)، ومملكة آرام ماعاكا (في الجولان) ومملكة جشور جنوب دمشق ثم مملكة دمشق وهي أهمها.

تغلب على جبل البشري الصخور الكلسية ـ الدولوميتية في أجزائه العليا الـتي عرتها عـوامـل الـحـت وكشفت حشواتها، وفي الأجزاء الأخفض طبقات من الحجر الكلسي ـ الحواري مع الصوان، ثم الحجر الكلسي ـ الحواري مع المارن وكلها تعود إلى الكريتاسي الأعلى من الحقب الجيولوجي الثاني، وتسود بينهما صخور كلسية حوارية ومارنية وغضارية ورملية في توضعات الباليوجين.

تظهر كتلة البشري على شكل قبة سنامية (التوائية) واسعة واطئة ذات سفوح لطيفة الانحدار نسبيا، إلا الواجهة الجنوبية الغربية، حيث يمتد جرف صخري يزيد ارتفاعه على 60م في جبل سبعي. وتصل قمة البشري المنبسطة إلى 865م في موقع ثليثاوات الغربي، وينتهي الجبل على أطـراف منطقة الفرات. أما شبكة الأودية فيه فكثيفة تدل على نشاط حتي مائي في مرحلة مطيرة سابقة، وقريبة الشبه من الشبكة الشعاعية. ومقطع الأوديـة الـطـولانـي غني بالسقطات وبالكتل الصخرية والأحجار، وخاصة في الأودية ذات المقاطع العرضانية العميقة والضيقة التي لها شكل رقم (7). وتكثر هذه المقاطع في المجاري العليا، وتنقلب إلى مقاطع عرضانية مفتوحة صندوقية بالقرب من مخارجها في الجبال، حيث تتشكل دلتاوات جافة ومخاريط أنقاض، تتناسب حجومها مع أحجام أحـواض التصريف لـلأوديـة. ويرجع عمر هذه المخاريط إلى الرباعي الأعلى والحديث وبعضها يرجع إلى الرباعي الأوسط. وأكثر المخاريط النقضية ـ اللحقية المواد هي الموجودة على الهوامش الشمالية لكتلة جبل البشري. والأشـكـال التضريسية الغالبة في جبل البشري هي الأشكال التضريسية البنيوية، إذ مازالت الميول الطبقية الأصلية منطبقة على الانحدارات الطبوغرافية انطباقاً شبه تام في مناطق خطوط تقسيم المياه، وتظهر الكويستات (ضلوع جرفية) على الأجزاء الغربية لكتلة جبل البشري.

تعد مناجم إسفلت جبل البشري ذات احتياطي اقتصادي مهم، استثمر سابقاً وتوقف استثماره اليوم، وهناك خطة لإعادة الاستثمار. ويتألف خام إسفلت البشري من حجر رملي ـ إسفلتي في موقعي استخراجه على الهوامش الشمالية للجبل. وتوجد في وادي الجير الشرقي ووادي الجير الغربي مديرية مناجم الإسفلت في البشري.



قاسم حداد

البقايا

ما الذي يبقى لنا
أشياؤنا المغدورة الأحلام،
ليل الناس ، تقويم النهاية، غبطة
الثكلى،
تفاصيل الهوى، وتميمة المجنون .
هل يبقى لنا الدفن المؤجل
واحتمالات المقامر وهو يرهن ثوبه
وينام في الباقي من الأشياء ؟
ما الذي يبقى لنا
جنازنا ، كتف مهشمة ، تراث
شاخص، شورى ،
شهيد شامخ، أسطورة تقتادنا
أسرى ،
وماء الوجه يغسل جزمة الأعداء؟

طريقة سهلة

الأول: ما هو أسهل طريق للوصول إلى المستشفى؟ الثاني: بسيطة، اغمض عينيك، وقف وسط الشارع، وستجد نفسك فوراً في المستشفى.

فم آيونا يحقق رقماً قياسياً عالمياً

نجحت فنانة الحركات الأكروباتية البريطانية آيونا لوفساندروج في تحقيق رقـم قياسي عالمي جديد فـي مجال الارتـكـاز بثقل الـجـسـم عـلـى الفم.

آيـونـا البالغة مـن الـعـمـر 28 عـامـا حـقـقـت انجازها بعد ان ظـلـت مـرتـكـزة لمدة 33 ثانية على فمها بينما انـثـنـى جسمها مشكلا جسرا فوق رأسها في وضع اكروباتي صعب جدا يعرف باسم ثنية مارينيللي. وبهذا الانجاز نجحت آيونا في تحطيم الرقم القياسي العالمي الحالي والبالغ 11 ثانية.

تجدر الاشارة إلى ان آيونا ذات الاصل المنغولي هي واحـدة مـن ابـرز فناني الحركات الاكـروبـاتـيـة عـلـى مـسـتـوى الـعـالـم حيث ان لديها خبرة قوامها 17 عاما في هذا المجال كما انها قدمت اسـتـعـراضـات اكروباتية احترافية في اكثر من 16 دولة حول العالم حتى الآن.

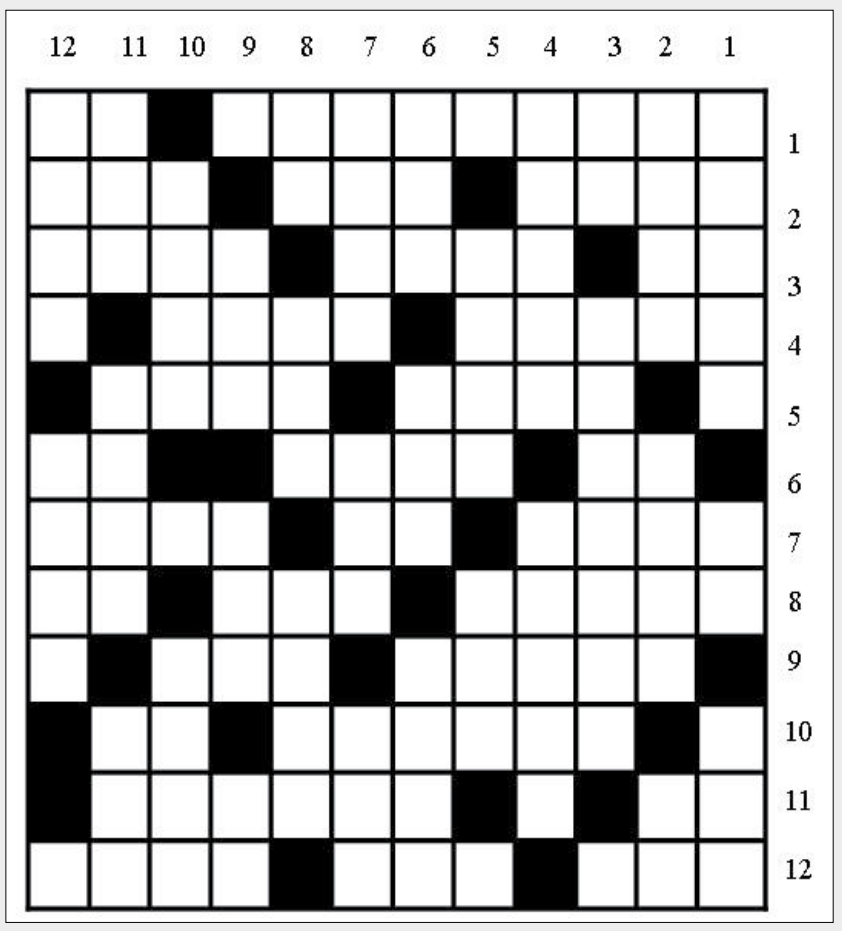
سودوكو

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).

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

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

كلمات متقاطعة

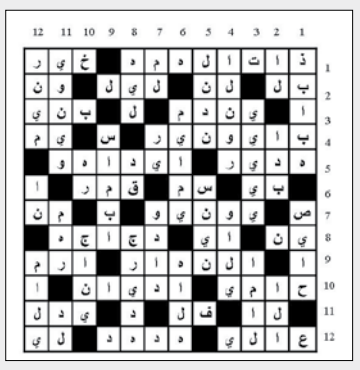


أفقيا

1 - كاتب انجليزي مؤلف روايات بوليسية بطلها المتحري شرلوك هولمز ولد سنة 1859م وتوفي 1930م – قهوة
2 - من الألوان – ظهر – أحد أبناء نوح عليه السلام
3 - سقي النباتات – ذكي – من الطيور
4 - يعالج – أول مركبة فضائية تحط على القمر
6 - مُزارع – الدائرة المضيئة المحيطة بالقمر
6 - يابسة – رقود – والدة
7 - اسم فارسي معناه الثبات والهدوء – كفء – من سور القرآن الكريم
8 - ميعاد – أحرف متشابهة – ضمير منفصل
9 - شهر سرياني – أصر
10 - محافظة يمنية – حرف نصب
11 - سئم – دولة عظمى
12 - غطى وغلب – حيوان – اتجاه جانبي

عموديا

1 - بلد أسيوي – من الحواس الخمس – سن
2 - مجرى دموي – عاصمة آسيوية – للنفي
3 - كفء – إحدى القارات
4 - شهر سرياني – شجاعة
5 - وضوح – مكتمل
6 - مدينة إماراتية – وقت – يتبع الليل
7 - مجموعة كبيرة – أبو البشر – مرض يصيب العين
8 - عملة – خيال – بارع
9 - من أودية بلادنا – رجاء – متشابهان
10 - نقيض الحرام – وال
11 - مدخل – أنثى الضفدع – آلة موسيقية
12 - حشرة صغيرة – مضيء



حل العدد الماضي

حظك اليوم

كذب المنجمون ولو صدقوا

الحمل	3/21 إلى 4/19	خفف النمط وسر بتكتم وهدوء كي لا تعرض صحتك وسلامتك للخطر، إذ قد لا تكون بمأمن عن أزمة أو تراجع صحي أو حادث. حاول أن تحمي نفسك من كل الأخطار، وابتعد عن المجازفات، فالوقت ليس سانحاً للمغامرة ولا لتحدي الأوضاع.	الميزان 9/23 إلى 10/22 — حاذر العناد وابتعد عن المواقف العدائية والخلافات وعن فرض الرأي مع الأصدقاء أو الشركاء. كن متأنياً. الحكمة تدعوك إلى توخي الحذر، فطريقك مغروسة بالعقبات ولا تخش تراجع موازنتك، فما تنفقه يعود إليك بالخير وتحقيق أعذب الأماني. قد تضطر إلى المجاملة في بعض المواقف.
الثور	4/20 إلى 5/20	يعدك هذا اليوم بالنجاح والتحليق وجذب المستثمرين أو الأرباح، كما بتجارب استثنائية يغمرها التشويق والشغف. بادر وقم بتحركاتك واتصالاتك. إن التداخلات الفلكية تبدو ملائمة للخروج منتصراً.	العقرب 10/23 إلى 11/21 — تدخل يوماً من التحديات والأعمال الكثيرة والتقلبات والانقلابات في بعض الأحيان. يُطلب منك الاهتمام بصحتك وسلامتك. كذلك قد يكون بانتظارك بعض النزاعات في العمل، مع الشركاء والحلفاء أو الزملاء. كما تولد الشكوك في نفسك أو عدم الاطمئنان.
الجوزاء	5/21 إلى 6/21	تجنب إثارة المتاعب والمواضيع الحساسة. هنالك لقاءات ومواجهات صعبة، ولا يجوز التصرف بعشوائية، إذ أن هذا اليوم دقيق وصعب تتأثر خلاله صحتك الجسدية أو المعنوية. راجع الاختصاصيين إذا شعرت بالتعب.	القوس 11/22 إلى 12/21 — في هذا اليوم يعاود كوكب أورانوس سيره المباشر في برج الحمل، ما قد يعني احتمال حدوث مفاجأة تتعلق بوضعك الرومانسي. قد تسمع بنجاح يحرزه احد الأولاد، أما الأكيد فهو انك تشعر بانخفاض في المعنويات.
السرطان	6/22 إلى 7/22	تعيش يوماً صعباً وتوتراً وارتباكا وضغوطاً ومضايقات وثقل الأعباء. حافظ على سمعتك، ولا تخيب الآمال المعقودة عليك. حاذر شراكة مزيفة وراجع بعض العلاقات بحكمة وهدوء.	الجدي 12/22 إلى 1/19 — تتاح لك فرص جيدة لأعمال تحلم بها، وربما تعرف مفاجأة سارة على الصعيد الشخصي. حاول أن تصغي إلى الآخرين وأن تفهم هواجسهم. يوم واعد وحافل بالأحداث الايجابية وبالأرباح والانتصارات المهنية، فتصبح أكثر قدرة على تفهم بعض الأفكار والمشاركة والتواصل مع الآخرين.
الأسد	7/23 إلى 8/22	يكثر العمل ويتطلب تركيزاً وتحتاج إلى الهدوء بعيداً عن الضغوط، فلا تترك أحدا يبلبل الأجواء. انتبه كي لا تتورط في مشكلة تسلبك متعة الحب المتبادل. لتكن عينك ثاقبة لإزالة العقبات المحتملة، ولتكن كلمة الفصل للحدس لأنه لن يخطئ في هذا اليوم.	الدلو 1/20 إلى 2/18 — تعاود سيرك التصاعدي. تفرح لانفراج وتبدو رومانسيا وتشعر بالارتياح النفسي يلائمك جداً حتى لو أنه يخلق بعض التشنج في الجو العام. تتقدم بخطى واثقة فتثمر جهودك وتباشر بتنفيذ مشاريعك. قد يشكل هذا اليوم مفترق طريق لك وللذين يصارعون الرياح.
العذراء	8/23 إلى 9/22	لا تخف من المبادرة والعروض. طبعاً إذا كنت تتعامل بواقعية وموضوعية تتلقى الذبذبات الايجابية من كل صوب، وتعيش أوقاتاً من الملذات والسعادة والمرح وتفكر في ارتباط عاطفي أو تقدم على زواج أو تتخذ القرار النهائي أو ربما تباشر بعلاقة عاطفية جديدة وغنية تجعلك تضع حداً للمغامرات العابرة.	الحوت 2/19 إلى 3/20 — أبق هادئاً وصحح الأخطاء، ولا تجازف في أي مجال، فالمواقف السلبية لن تحل مشاكلك، بل يجب انتظار يوم أفضل لمناقشة المسائل التي تزعجك، فأنا أعدك بأنك سوف تنسى كلياً هذه المسائل المزعجة مع عبور الغيوم والضغوط.