

الطفيليات الموجودة في الهررة تفتك بصحة البشر

لندن/متابعات:

حذر باحثون بريطانيون من خطر الطفيليات التي تنقلها الهررة إلى البشر، والتي قد تسبب العمى، والخرف، والعيب الخلقي، والانفصام.

ونقلت صحيفة «ديلي ميل» البريطانية على موقعها الإلكتروني، عن ريتشارد هوليمان، وهو مستشار في علم الأحياء بجامعة مستشفى سانت جورج في لندن، قوله إن «طفيلية» تو كسو بلا سما غوندي» هي



بخطورة السلمونيللا والبكتيريا الملثوية، التي تصيب كثيراً من الأشخاص.

وأضافت أن «طفيلية» تو كسوبلاسما

غوندي» تصيب قلة من الأشخاص، لكن في حال الإصابة

بها، يكون أثرها مدمراً على الإنسان، وأوضحت إلى أنه «في حال ولد أحد الأطفال مع طفيلية» تو كسوبلاسما غوندي» الخلقية، فسينتشر بها طوال حياته.

وأظهرت نتائج رسمية صادرة عن وكالة معايير الغذاء البريطانية أن 350 ألف بريطاني يصابون بهذه الطفيلية في كل عام، مشيرة إلى أن 80% منهم قد لا يظهرون أي أعراض مرتبطة بالمرض.

وحذرت من مخاطر الطفيلية التي قد تسبب العيب الخلقي، أو العمى، أو الخرف، أو الانفصام لدى المصابين بها. ولغيت إلى أن البشر قد يصابون بالطفيلية بعد تناول اللحوم والخضار الملثوة، أو الاتصال المباشر بالهررة الحاملة للطفيلية. وحذرت من أن الحوامل هن الأكثر عرضة للإصابة بالطفيلية، ما يشكل خطراً على الجنين.

وقالت المنظمة أن الهررة هي المضيف الأساسي لهذه الطفيلية، غير أنها أوضحت أن مصادر الإصابة الأولى هي من خلال تناول الأطعمة الملثوة.



فيلم خيال علمي بقصة ضعيفة

بدأت دور السينما الأميركية في عرض فيلم Cloud Atlas، وهو من إخراج «توم تيكوير» والأخوين «واتشوسكي»، ورغم الاحتفاء مسبقاً بالعمل بسبب كونه يحمل مجموعة من الأسماء فلما تجتمع في فيلم واحد مثل «هيو غرانت»، و«توم هانكس»، و«هالي بيرلي» إلا أن النقاد لم يضعوا ذلك في الحسبان أثناء جلوسهم أمام الشاشة الفضية.

أحداث الفيلم عبارة عن 6 قصص قصيرة داخل إطار كبير، ولكن يبدو أن صناعه لم تكن لهم القدرة على ربط هذه الأحداث منطقياً فبدأ العمل فوضوياً في كثير من أجزاءه. أحد الأشياء التي أزعجت النقاد هو ازحام الفيلم بالمقولات التي تقم الحب في كل مشهد، أيضاً حقيقة أن الفيلم بدأ غير مترابط، رغم الإطار المحتوى على مجموعة قصص،

ابتكارات واختراعات

ابتكار أداة غريبة للنجاة عند دمار الأرض

قام مجموعة من الأصدقاء الذين يؤمنون بأن كارثة ما ستحل بالأرض كظهور الزومبي أو اصطدام مذنب ليدمرها، بابتكار أداة عملية يمكن استخدامها في عدة مهام بما يمكنهم من النجاة والاستمرار في الحياة عندما تنتهي الحضارة. وفقاً لما ذكرته صحيفة «ميور» البريطانية، فقد كان آخر ابتكار صنعوه وأطلقوا عليه اسم «كروفل» قد ظهر في حلقة ببرنامج «سيرفيلاستنس» الذي بثته قناة «ناشيونال جيوغرافيك» والذي يمكن استخدام كمعد أو مقعد أو مطرقة أو مجرفة، بما يمكن الشخص من بناء منزل والزراعة وقطع الأخشاب والمسيد والدفاع عن النفس في حالة هجوم زومبي أو وحوش من الفضاء.

وكانت فكرة صناعة أدوات نجاة لدى الأصدقاء الثلاثة بمثابة هواية سرية لكن مع مرور الوقت تحولت إلى تجارة، خاصة مع تزايد أعداد المعتقدين بأن الحياة على الأرض ستنتهي نتيجة كارثة لن ينجو منها سوى من يكون مستعداً لها.



أسوأ (10) سجون في العالم

للانتشار لتخليص نفسه، 6 سجن زيروبي: يوضع في سجن زيروبي بكينا 4000 مسجون في الوقت الذي يتسع فيه لـ1000 فقط، السجن مقسم إلى عتابر، الواحد منها يتسع لـ50 ولكن يوضع به 250 سجينا لا يجدون مكانا يتسع لأحدهم ليلا دون أن يلتصق بأخر، كما أن الوجبات التي تأتيهم يوميا تكاد تكفيهم، وإذا أصيب أحدهم بأحد الأمراض فإن العناية الطبية به شبه مستحيلة، وطبيعي أن تنتقل العدوى هناك سرعا.

7 سجن فلورانس الأميركي: ينشئ هذا السجن من أجل احتواء أشد المساجين شغبا، ويتسع لـ500 مسجون مشاغب يتم نقلهم من السجون الأخرى إليه نتيجة أفعالهم، في أول سنة لهؤلاء المساجين هذا السجن يقضون 23 ساعة يوميا في حبس انفرادي كنوع من العقاب الاستباقي، 8 سجن سانت الفرنسي .

تم إنشاء هذا السجن في فرنسا عام 1867، وهو واحد من أهم 3 سجون في فرنسا، وتم استخدامه أثناء الحرب العالمية الثانية، الواقع داخل السجن مؤلم فالمساجين يضطرون للعيش والتأقلم مع الفران، كما أن قاعدة البقاء للأقوى هي السائدة، بالإضافة إلى الانزحام الشديد والإجباط الذي يدخل نفوس المساجين ما يجعل الكثيرين منهم يلجأون للانتحار.

9 سجن ميتوزا: يقع الأرجنتين، وواقعه المؤلم لا يختلف كثيراً عن بقية السجون بهذه القائمة، فهو يعاني من الزحام الشديد وانقضاء أدنى حقوق الإنسانية، فالمساجين يكادون ينامون فوق بعضهم ويقضون حوائجهم داخل الزجاجات مما يجعل هناك روائح كريهة وانتشار الأمراض بشكل أسرع، بالإضافة إلى عدم وجود عناية طبية كافية، فالوقت الوحيد الذي يرى فيه أحدهم طبييا يكون عند وفاته، والوضع بالنسبة لقسم السيدات ليس أفضل حالا، فيكفي أن أطفالهم يشاركونهم هذا الواقع السيئ.

10 سجن سابينا: يقع في إيطاليا، يقع هذا السجن في فيزيولا، وهو من أكثر السجون انزحاما، مشكلته الرئيسية هي العنف، فلك أن تتخيل أن كل عام تقريبا تقام حوادث باستخدام أسلحة نارية، هذا بالإضافة إلى سوء العناية الطبية والتي تسبب عدم وجودها في انتشار الأمراض مثل الكوليرا وارتفاع معدلات الوفاة نتيجة لذلك.

مزدحمًا، 5 سجن غوانتانامو: موطنه جورج بوش (الرئيس الأمريكي السابق) من أجل حربه مع العراق وأفغانستان، يشتهر هذا السجن بإجراءات التعذيب الشديدة التي تحدث للمساجين به مثل الضرب والحرمان من النوم والحبس في أقفاص باردة والاعتداءات الجنسية، كل هذه الإجراءات إن لم تتسبب في قتل هؤلاء المساجين فإن معظمهم يلجأ

السجن هو عقوبة يقضيها المحكوم عليه، لإبعاده عن العالم من جهة، ولتحسين سلوكه من جهة أخرى، هكذا يقال، ولكن على أرض الواقع فالكثير من السجون هي جزء من العذاب، منها:

1- غيتاراماسجن غيتاراما الرواندي، بالرغم من إنه يتسع لـ500 مسجين فقط إلا أن عدد المساجين به يصل إلى 6000 أي 12 ضعفا لقدرة الاستيعابية الأصلية، وهذا ما يجعل حياة المساجين به أصعب

ما يكون، فهم يتقاسمون غذاءهم من أجل أن يجيوا، كما أنهم يعيشون وسط فضلاتهم ما يتسبب في إصابتهم بالأمراض والتي تجعل مسؤولي السجون يخلقون حدودا لهم ويتعاملون معهم من على بعد خطوات، لسجن الكاتارز الاتحادي . السجن الأمريكي الذي يوجد به أخطر المساجين على الإطلاق، فهم يأتون بالمساجين الذين يقومون بأعمال شغب في سجون أخرى ويضعونهم فيه، فلك أن تتخيل الواقع داخله، 3 معسكر 22 السجن السياسي الذي تم إنشاؤه عام 1965 في شمال كوريا في مكان منعزل تماما على مساحة 87 ميلا مربعا ليوضع فيه السجناء السياسيون وعائلاتهم، يقوم على حراسة هذا المعسكر حوالي 1000 حارس بالكلاب والأسلحة حديثة، ويحيط السجن سور مكهرب لإجباط أي محاولات هرب، يتعرض المساجين وأسرتهم داخله لأنس أنواع المعاملة، فغداؤهم يقتصر على وجبتين من الذرة الرديئة يوميا، كما أنك قد تجد أحدهم يعين واحدة أو بدون ذراعين أو أي تشوهات وإعاقات أخرى، ورغم ذلك فهم مجبرون على العمل ومن يعترض صميره القتل، وإن كان أحدهم معظوظا فهو يعيش مع أسرته في غرفة صغيرة جدا بيت متهم، ويموت سنويا نتيجة هذا الوضع حوالي 2000 مسجين، 4 سجن سان كويتين: سجن أميركي أيضا يقع في ولاية كاليفورنيا، في الوقت الذي يتسع فيه لـ3000 مسجون فهو يجوي 5000 وهذا ما جعل الواقع داخله غير محتمل ما أدى إلى لفت الأنظار إليه من خلال وسائل الإعلام حتى تم تخفيف هذه الكثافة بعض الشيء، ولكنه مع ذلك لا يزال



التفاؤل من الصفات الرئيسية لأي شخصية ناجحة ، فهو يزرع الأمل ويعمق الثقة بالنفس ويحفز على النشاط والعمل ، وهذه كلها عناصر لا غنى عنها لتحقيق النجاح ، ويعتبر التفاؤل تعبيرا صادقا عن الرؤية الإيجابية للحياة ، فالمتفائل ينظر للحياة بأمل وإيجابية للحاضر والمستقبل وأيضا للماضي حيث الدروس والعبر ، ورغم كل التحديات والمصاعب التي يواجهها الإنسان في الحياة ، فإنه لا يد من أن ينتصر الأمل على اليأس والتفاؤل على التشاؤم والرجاء على القنوط ، تماما كانتصر الشمس على الظلام !!!

للرجال فقط

كيف تتغلب على آلام الظهر في العمل



حينما تجلس على كرسي لتتصفح طويلا فلن تشعر بألم، ولكن حين يتكرر الأمر بشكل شبه يومي، فربما يتعرض ظهرك لأخطار أنت في غنى عنها، وحتى تتجنبها، إليك هذه النصائح.

1. احرص على أن يكون ظهرك مستقيما، أو مستندا إلى الكرسي، وتجنب أن يكون مائلا لأي من جانبيك.
2. حافظ على قدميك بمستوى كتفيك ومتباعدتين على الأرض.
3. ارتدى الملابس التي تشعر معها بالراحة.
4. يمكنك الاستعانة بوسادة خلف ظهرك على الكرسي كي تساعد في استقامة عمودك الفقري وتتخذ شكلا طبيعيا المقوس بشكل خفيف من الأسفل.
5. احرص على النوم جيدا قبل الذهاب للعمل، ويفضل أن تكون المرتبة ليست من النوع الذي يأخذ شكل الجسم.
6. حاول ألا تتنحي كثيرا أو تتحرك وأنت جالس، أي بقدر الإمكان مارس عملك وظهرك مستوي.



كلاماري محمر ومقرمش مع الحمرة على طريقة فطوم

وبودرة التوم في وعاء، وبتبل الخليط بالملح، ثم يتبل الكلاماري في الخليط لمدة ساعة واحدة في التلاجة. 2 يخفق بيض البيض بعض الشيء في وعاء، ثم يوضع الكلاماري في بيض البيض، مع التأكد من أن حلقات الكلاماري قد غلقت جيدا. 3 يخلط البقدونس والثنا معا في وعاء منفصل، ويتبل اللون الجوز والبقسماط ومعجون الشطة وديس الريحان في وعاء إلى أن يصح قوام الخليط أملس. 3 يضاف البصل وصل الطبخ وتصب الخليط الكمية المتبقية من زيت الزيتون على الخليط للحصول على خليط سميك القوام. 4 أخيرا، تضاف الباربكا والسهمس، وبتبل الخليط بالملح والسكر.

طريقة التحضير لعمل الحمرة على طريقة فطوم: 1 يشوح البصل في 5 ملاعق طعام من زيت الكلاماري في مقلاة صغيرة الحجم لمدة من دقيقتين إلى 3 دقائق على نار متوسطة الحرارة إلى أن يكتسب اللون الذهبي، ثم يترك إلى أن يبرد قليلا. 2 يخلط الجوز والبقسماط ومعجون الشطة وديس الريحان في وعاء إلى أن يصح قوام الخليط أملس. 3 يضاف البصل وصل الطبخ وتصب الخليط الكمية المتبقية من زيت الزيتون على الخليط للحصول على خليط سميك القوام. 4 أخيرا، تضاف الباربكا والسهمس، وبتبل الخليط بالملح والسكر.

1/2 ملعقة صغيرة من القهوة التركية
10 ملعقة طعام من السهمس المحمص
ملح وسكر حسب الذوق
2 بيض بيض كبير
10 ملعقة طعام من زيت الزيتون
1/2 ملعقة صغيرة من بودرة التوم
1 ملعقة صغيرة من السماق
ملح حسب الذوق
500 جم من حلقات الكلاماري
2 ملعقة طعام من الزعتر الحلي
1 كوب من البقدونس
1/2 كوب من الثنا
10 ملعقة صغيرة من الباربكا المدخنة
زيت نباتي، للتحضير

اسم البرنامج: مطبخنا العربي 2
نوع الغذاء: أخرى
بلد الوصفة: أخرى
العنصرية: أخرى
تكفي الوصفة: 6 أشخاص
وقت التحضير: 02:00 ساعة
وقت الطهي: 10 دقيقة
المكونات
2 حبة من البصل، مقطع إلى مكعبات صغيرة
1/4 كوب من زيت الزيتون
100 جم من الجوز الطازج المقشر، مطحون
1000 جملعة طعام من البقسماط، مطحون
4 ملاعق طعام من معجون الشطة
1000 جملعة طعام من ديس الريحان
1000 جملعة صغيرة من الباربكا الحليبة المدخنة

