



إطلاق أول أطلس في العالم يربط بين الصحة والمناخ



أطلقت منظمة الصحة العالمية بالاشتراك مع المنظمة العالمية للأرصاد الجوية في جنيف أول أطلس من نوعه في العالم يربط بين الصحة والتحديات الأكثر إلحاحاً التي يواجهها سكان العالم بسبب التغيرات المناخية .. حيث يعطي الأطلس الجديد أمثلة عملية على كيفية استخدام المعلومات الخاصة بالطقس والمناخ في اتخاذ الإجراءات اللازمة لحماية الصحة العامة .

ويؤكد الأطلس الجديد حقيقة أن الجفاف والفيضانات والأعاصير تؤثر على الصحة العامة للملايين من السكان حول العالم كل عام حيث أن تقلب المناخ والظروف القاسية مثل الفيضانات من الممكن أن تؤدي إلى أوبئة وأمراض مثل الملاريا والإسهال وحمى الضنك والتهاب السحايا والتي تتسبب في الوفاة والمعاناة الصحية للملايين .

وقالت المديرية العامة لمنظمة الصحة العالمية مارجريت تشان - في تصريح لها بمناسبة إطلاق هذا الأطلس العالمي - إن إدارة المخاطر من خلال معلومات مسبقة عن تغير المناخ من الممكن أن تكون أداة مهمة للغاية لمواجهة أي أخطار صحية خاصة في وقت أصبح فيه للمناخ تأثير على حياة الإنسان .

من ناحيته ، قال ميشيل جارو مدير عام المنظمة العالمية للأرصاد الجوية إن تعزيز التعاون بين الأرصاد الجوية والمجتمعات الصحية بات اليوم أمراً حيوياً للغاية يتطلب توفير معلومات دقيقة ذات صلة بالطقس والمناخ ودمجها في إدارة الصحة العامة على الصعيد العالمي والوطني والمحلي .

ويشتمل الأطلس العالمي ، الذي تم إطلاقه في جنيف بمناسبة انعقاد الدورة الاستثنائية للمؤتمر العالمي للأرصاد الجوية والتي تستمر حتى 31 أكتوبر الجاري ، على العديد من الخرائط والجداول والرسوم البيانية التي تم تجميعها من أجل جعل الروابط بين الصحة والمناخ أكثر وضوحاً، فعلى سبيل المثال يبين الأطلس توزيعاً لبعض المواقع التي تنتشر فيها الأمراض المعدية واختلاف انتشارها على مدى المواسم المختلفة بالاستناد إلى عوامل الطقس والظروف المناخية.

ويطرح الأطلس الجديد أيضاً بعض الدراسات التي توضح إلى أي مدى يمكن إنقاذ حياة الآلاف في حال حدوث الأعاصير ومن خلال التعاون بين الخدمات الصحية الطارئة والأرصاد الجوية .. حيث أشار إلى أنه في بنجلاديش تم خفض عدد القتلى من الأعاصير ذات القوة المماثلة من 500 ألف ضحية في عام 1970 إلى 140 ألف في عام 1991 ثم إلى 3000 ضحية فقط في عام 2007 بفضل تحسين أنظمة الإنذار المبكر .

أفقر رئيس دولة في العالم !

كشفت ثورات الربيع العربي مؤخرًا عن مليارات الدولارات التي يمتلكها الرؤساء العرب مثل حسني مبارك وبشار الأسد وموعد القذافي وزين العابدين بن علي، ولكن بالمقارنة بهؤلاء هل تعرف من هو أفقر رئيس دولة في العالم؟
هو رئيس الأوروغواي خوسيه مويكا الذي حصل على اعتراف دولي وعلى لقب «أفقر رئيس في العالم وأكثرهم سخاء» لأنه يتبرع بـ 90٪ من راتبه لصالح الأعمال الخيرية.

وذكرت صحيفة البيان الإماراتية أن خوسيه مويكا (76 عاماً) يعيش منذ بداية شهر مارس 2010، في بيت ريفي مع زوجته لوسيا توبولانسكي، عضو في مجلس الشيوخ، التي تتبرع هي الأخرى بجزء من راتبها. وفي مقابلة أجرتها صحيفة «إل موندو» مؤخرًا، قال مويكا إن أعلى شيء يملكه سيارته «الفولكس واغن بيتل» التي تقدر قيمتها بـ 1945 دولاراً أمريكياً، وأضاف أنه يتلقى راتباً شهرياً قدره 12 ألفاً و500 دولار، ولكنه يحتفظ لنفسه بمبلغ 1250 دولاراً فقط، ويتبرع بالباقي للجمعيات الخيرية.

ويقول الرئيس إن المبلغ الذي يتركه لنفسه يكفيه ليعيش حياة كريمة بل يجب أن يكفيه خاصة أن العديد من أفراد شعبه يعيشون بأقل من ذلك بكثير.

ومن الطريف أيضاً أن الرئيس لا يملك حسابات مصرفية ولا ديون، ويستمتع بوقته برفقة كلبته «مانويلا»، وكل ما يمتناه الرئيس عند انقضاء فترة حكمه هو العيش بسلا في مزرعته، برفقة زوجته.

ويقول الرئيس إن «أهم أمر في القيادة المثالية هو أن تبادل بالقيام بالفعل حتى يسهل على الآخرين تطبيقه».



ولو أن كل كلب عوى أقمته حجرا

لأصبح الصخر مثقالا بدينار



كثيرون على قيد

الحياة...قليلون على قيد

الإنسانية.....



كل فريب القلب وسيم الخلق

تسعد الأرواح وتمضي

الأسبرين يحمي الدماغ من الشيخوخة

واشنطن/ منارات : وجدت دراسة جديدة أن تناول الأسبرين يوميا لا يحمي من الأزمات القلبية والسكتات الدماغية فحسب، بل قد يساعد في كبح التراجع الدماغي المتعلق بالتقدم في السن. وذكرت اليو بي إي نقلا عن موقع «هث داى نيوز» الأميركي أن الباحثين جامعة «ميامي ميلر» وجدوا من خلال دراستهم التي شملت 700 امرأة سويدية في سن بين 70 إلى 92 عاماً مصابات أغلبهن بمرض القلب، أن اللواتي تناولن جرعة صغيرة من الأسبرين لفترة غير منتظمة خلال 5 سنوات من الدراسة، تراجع وتوظيفتهن الدماغية أقل بعض الشيء مقارنة بغيرهن. وتبين في نهاية الدراسة التي شملت اختبارات الذاكرة وللطلاقة اللفظية والقدرات العقلية الأخرى، تراجعاً في قدرة الدماغ عند أولئك النساء، لكن هذا التراجع كان أقل بكثير وحصل بسرعة بطيئة بين

اللواتي واطين على تناول الأسبرين يوميا، أو لفترة محددة مقارنة باللواتي لم يتناولنه أبداً. كما ظهر أن النساء اللواتي تناولن الدواء يوميا طوال فترة الخمس سنوات، سجلن تحسناً في وظيفتهن العقلية. لكن الباحثين قالوا إنهم لن يشجعوا المسنين على تناول الأسبرين من دون استشارة الطبيب من أجل تفادي الخرف، نظراً لبقاء احتمال خطر الإصابة بالسيلان.



المعلم	التحذير	القوس	الجدي	الدلو	الحوت
3/21 إلى 4/19	4/20 إلى 5/20	5/21 إلى 6/21	6/22 إلى 7/22	7/23 إلى 8/22	8/23 إلى 9/22
طباعة متقلبة وكلامك جارح. قد تستاء من تصرف احد افراد العمل. ستجد نفسك أمام ظروف مريكة، وقد تحزنك بعض التطورات، فحاول ألا تتوقف عند لحظات كهذه فترة طويلة. لا تؤزم الوضع، بل عالج بهدوء، إنه يوم جميل جداً تكثر فيه العواطف المشتعلة والمستقلة، كما سيكون مناسباً لجمع الشمل والمصالحة. حاول القيام بسفر مع الشريك تستغلانه للقيام برحلات ترفيهية تنعكس إيجاباً على الصحة.	قد يطرأ ما يؤثر بعض الشوكك، وربما يولد ضغطاً ومشكلات في العمل أو مع أحد المسؤولين أو الزملاء. تعاني اصطدام في الآراء والمواقف مع الحبيب. قد تكون على حق، لكن الأسلوب الذي تتبعه ليس مرناً، فتوجه الانتقادات عشوائياً وتجرح مشاعره عن غير قصد. تبدو سعيداً بلقاءات وتطورات.	تبدأ جديداً بصورة استثنائية أو تخوض مغامرة للمرة الأولى وتنجح عملاً حملت به بعدما وظفت كل طاقتك من أجله. يحالفك الحظ عاطفياً وفي الأنشطة الاجتماعية وشخصية. حضر نفسك للاستفادة من الفرص الآتية إليك. لا تدع أن صحتك جيدة، فيمّا أنت بينك وبين نفسك تشعر بأن الأمور الصحية لا تسير على خير ما يرام.	تزداد الحظوظ على الرغم من أن الفلك يطلب إليك إنجاز مشاريعك بدون التحرق إلى جديد. توقع بعض الأرباح المالية، لكن ابتعد عن عمليات الشراء الكبيرة. قد تقدم على علاقة بطريقة انفعالية ومتسرعة في حياتك الشخصية العاطفية. لكن بالإجمال، يكون لحضورك أثر على استقبال الآخرين. الابتعاد عن ممارسة هواياتك من مشي وسباحة وركض خفيف يسبب لك الإزعاج. عد إلى سابق عهدك.	يشند الشوق والرغبة في تقديم عمل ناجح. تبدو المخيلة غزيرة جداً فتعيش أحلاماً وأجواء خاصة وتخلق عالماً. ليست المخيلة عالماً بعد ذاته يفوق ما قد يحمله عالماً الحقيقي؟ تبرع في خلق الأجواء الملائمة لتقريب المسافة بينك وبين الحبيب. تسعك التأثيرات على إجلء بعض الأمور بغية تذليل العقبات وإزالة الانتباسات. درهم وقاية خير من قنطار علاج، وساعة مشي يومي خير من النوم ساعات طويلة.	يحمل إليك هذا اليوم انطلاقة جيدة نحو أفاق واسعة ونجاحات مهنية قد تساعدك على تطوير قدراتك. أحداث سعيدة في طريقها إليك، وستظهر ملامحها في غضون أيام ولاسيما أن النيات صائفة في هذا الاتجاه. اعتن بصحتك ولا تعمل حتى الإرهاق. خفف من أجهود.
مواقف متناقضة وعلامات استفهام ترسم في الأفق. لذا، يستحسن اعتماد التراتبية في معالجة الأمور وفقاً للأولويات. قد تجد الشريك بعض المبررات لمحاولة تطويقك وكشف بعض الخفايا. لكنك لن تستسلم للأمر الواقع. سراح إلى زيارة الطبيب واعرض له حالتك الصحية ونقاط قلبك المتسارعة. الأمر لا يستحق التأخير.	قد تعيش أحرزاً وتتحمل هموماً اقتصادية ومالية ومهنية تتعلق بوضع متازم أو قانوني أو ضرورة تغيير مكان عملك لسبب أو لآخر. تسود علاقة متشنجة مع الشريك ما يثير غضبك ويجعلك تطرح مشكلة القرار ويتحول إلى جدال وتحديات تولد الارتباك. قد تشعر أنك بحاجة إلى طبيب نفساني، لأن كل ما يدور حولك يؤثر قلقك ويزعجك ويقلق راحتك.	يبدأ التقدم تدريجياً في العمل، فتختفي المعاكسات والخصومات، وتحلل الأوضاع المهنية وتعود الأمور إلى طبيعتها. تتم تسويات جيدة وتكثر اللقاءات الودية، ولا بد من أن تعود المياه إلى مجراها الطبيعي تحت تأثير عدة عوامل. تقاوم كل المغريات التي قد تسيء إلى صحتك، وتتخلى عن عاداتك السابقة.	يحالفك الحظ ويحملك بمالة كبيرة ويوسع الأفق ويسرع الخطى. قد تقوم باستثمارات جيدة ومهمة. تبدو موعوداً بجديد على الصعيد المعادي. الأخبار سعيدة. يطمئن بالك وتختفي بعض هواجسك. تناقش بثقة وتفرض حضورك بلباقة وجرأة. يوم مناسب لاختبار مشاعر الشريك. تحاول قدر الإمكان الابتعاد عن الحلويات، مستعيضاً عنها بالفواكه.	يشهد هذا اليوم زحمة أعمال، الأمر الذي ينعكس إيجاباً على حياتك بمختلف صعدها ومجالاتها. إذا كانت أوضاعك المهنية ممتازة، فإن وضعك العاطفي سيكون أيضاً ممتازاً. بل راعا، وستكون الأجواء لطيفة وداخلة ورومانسية. تصاب بقلق شديد جراء إصابة شخص عزيز على قلبك بوعكة صحية تلامز الفراش مدة طويلة.	وظف طاقاتك لإنجاز المهمات الموكلة إليك ولا تستخف بواجباتك. كرس جهودك لخدمة مصالحك من دون إثارة العداوات أو المشكلات. تشارك الحبيب مشاريعه وأماله وتبدو مطمئناً إلى سير الأمور، ويتحدث الحظ عن أفراح وأوقات تسليع مع المحيط وانسجام مهني مع الحبيب. كل أدوية الأعشاب التي تتناولها لتخلص من السمّة لا تكفي، عليك القيام ببعض التمارين الرياضية.