كل ساعة أمام التلفاز تنقص(22)دقيقة من حياة الإنسان

ذكرت دراسة استرالية أن «تجارب المقارنة بين أولئك الذين لم يشاهدوا التلفاز بالمرة والذين يتابعونه بشكل مستمر، بينت أن كل ساعة يقضيها الشخص أمام التلفزيون تتسبب في إنقاص 22 دقيقة من عمره، خاصة إذا كان أكبر من 25 عاما»، مشيرة إلى أن «الروتين اليومي لمشاهدة الشخص العادي للتلفزيون يشير إلى قضاء الفرد حوالي 6 ساعات يومياً أمام التلفزيون، الأمر الذي يتسبب في التقليل من العمر الافتراضي للفرد بحوالي 5 سنوات من حياته».

وأرجع العلماء تلك النتيجة إلى أن «مشاهدة التلفزيون بشكل يومي تنتج تأثيرا سلبيا على الجسم، يشبه تأثير التدخين والخمول والإفراط في الأكل، التي تمثل كلها عادات سيئة يقوم بها متابع التلفزيون الشغوف أثناء متابعة برامجه المفضلة». وعلى الرغم من ذلك فإن الأطباء أكدوا أن «لا داعي للمبالغة في المخاوف، خاصةً أن الالتزام بروتين نشاط يومي يعادل تلك الساعات التي نقضيها خاملين أمام التلفزيون كممارسة التمارين الرياضية أثناء متابعة التلفاز يمكن أن تجعل فترة مشاهدة التلفزيون صحية».

معالم

مدينة في شمالي سورية، مركز منطقة إدارية تابعة لمحافظة حلب، تقع اعزاز شمال غربي حلب ، والعَزاز في اللغة: الأرض الصلبة.

تقع في القسم الجنوبي من جبل برصايا (855م) الذي يعد جزءا من هضبة مرج دابق، في منطقة تسمى «سهل أعزاز» تنحدر ببطء باتجاه الشرق والجنوب الشرقي نحو وادي نهر قويق ، ويجتاز الوادي المدينة من الشمال الغربي إلى الجنوب الشرقي فالجنوب ومن الجهة الشمالية الحدود السورية التركية وتبعد 7كم عن مدينة كلس .

أعزاز مدينة قديمة عند سفح تل عرف باسمها ورد ذكرها باسم «هازار» عندما اكتسح الآشوريون سورية، ثم عرفت باسم تل عزاز.

ظلت أعزاز قرية متواضعة حتى مطلع القرن العشرين لا يزيد عدد سكانها على 1500 نسمة، في عام 1921 عقدت اتفاقية أنقرة، وفصلت كلز عن سورية بقيت أعزاز من القرى السورية فجعلت مركزاً للقضاء، وألحقت بها القرى الأخرى كما ألحق بها عدد من القرى التي فصلت عن قضاء جبل سمعان، وأدى ذلك إلى بدء توسع أعزاز.

ويعمل قسم كبير من السكان بالزراعة وتربية الحيوانات، وتعتمد الزراعة فيها على الأمطار التي يبلغ متوسطها السنوي نحو 500مـم، ويزرع السكان القمح والقطن والخضر الصيفية بالدرجة الأولى، كما يزرعون الأشجار المثمرة التي تشتهر بها المنطقة منذ القديم ولاسيما الزيتون والكرمة والتين، أما الزراعة المروية فمحدودة المساحة، ولاسيما بعد أن حول الأتراك مياه وادي طفشين لري أراضيهم، وأكثر اعتمادها على مياه الآبار.

غزة تزف الشهداء

في غزة
سر يكشف وجه الله
وشقوق الموت تفتح صدرها
تفتش بين الشواطئ
بحثا عن مهد ولحد
في غزة
سماء واحدة
مثل عباءة سوداء
ترتدي انتهاء العرس
وزف الشهداء
ووحدها في الخفاء
تخطو نحو الوفاء
وتبحث عن مساء
بلا رائحة موت
أو مطر يدمي بالدم
أزقة الفقراء

سامي الأخرس

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).

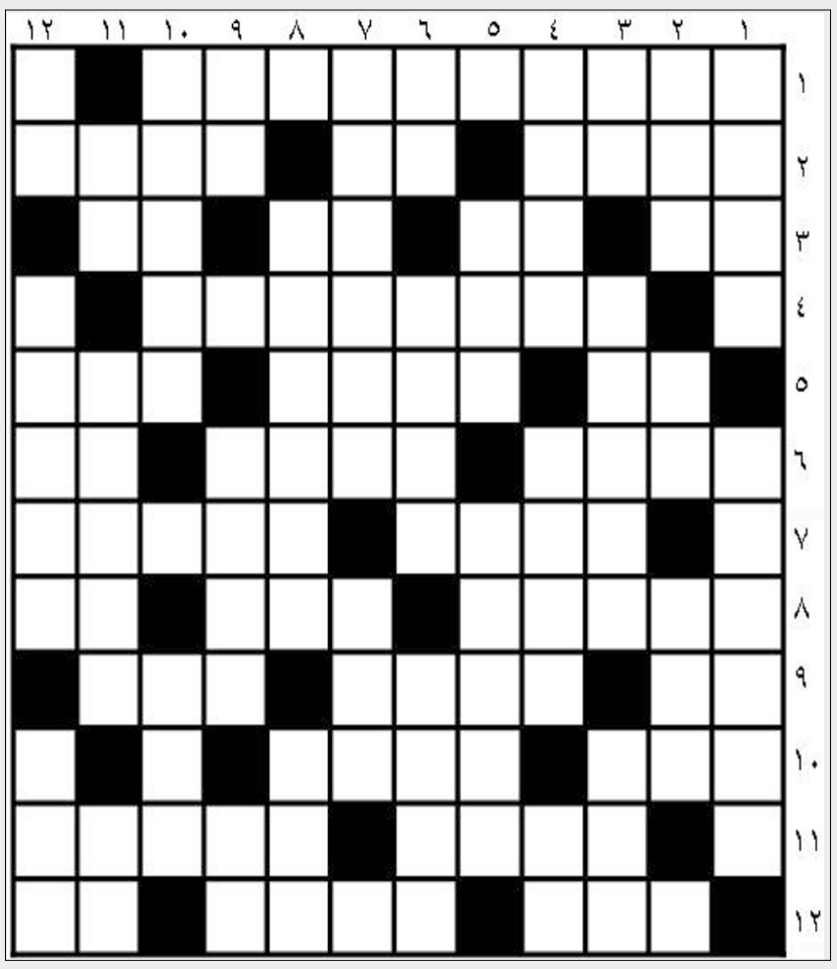
		3		2				
	1						9	
		7		9				2
2					4			7
	3						2	
5			9					8
6				3		1		
	8						6	
				4		5		

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

حمار

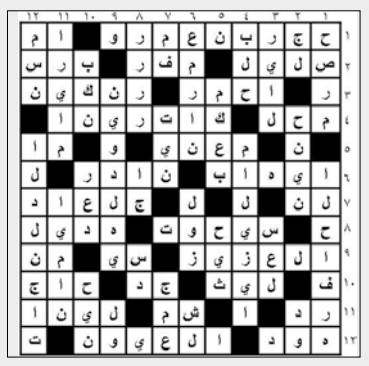
قال مسطول لصديق له: أتدري أن الحمار يدفأ مرة واحدة في السنة ؟
أجاب صديقه مستغرباً: سبحان الله لا يعرف هذا إلا من كان حمارا.

كلمات متقاطعة



أفقيا :
1- حرب قامت بها بريطانيا ضد الصين بعد أن فرضت قيودا على تجارتها الخارجية ولا سيما استيراد الافيون الذي كان يدر أرباحا كبيرة على البريطانيين انتصرت بريطانيا بسهولة وعقدت معاهدة نانكين عام 1842م فتحت بموجبها مرافئ الصين للتجارة البريطانية وأصبحت هونغ كونغ مستعمرة بريطانية .
2- جزيل – للنفي – فسيح .
3- في البيضة – اشتعل – سقي النبات – في العروق .
4- مضيق يقع بين البحر الأسود وبحر مرمره عند خليج القرن الذهبي .
5- من الخضروات – من المعادن – من جبال عدن .
6- طويل الأذنين – مضارع لدغ – خداع.
7- ميدالية – سرعة السير .
8- من أحكام التجويد – عام – طرق .
9- يابسة – من الزهور العطرية – يم .
10- حيوان – أحد الأنبياء عليهم السلام.
11- الدائرة المضيئة المحيطة بالقمر – نقيض اقبال .
12- قتال – عمودي – شتم .

عموديا
1- ولد الناقة – فرس عنترة بن شداد .
2- مدينة فلسطينية – متشابهان – حيوان .
3- حرف انجليزي – جماعة السفن – منطقة في يافع .
4- بحيرة في قارة أسيا مساحتها 67,000كم – من أدوات الحواس – أحد الوالدين .
5- من مشتقات الحليب – شهر ميلادي .
6- للتعريف – اليوم الشديد الحر – لب .
7- مدينة يونانية في تساليا – أحرف مكررة .
8- مثنى يفسد – مدينة مغربية .
9- متشابهان – شدة سواد الليل – حرف انجليزي .
10- فريدة – مدينة سورية .
11- مادة قاتلة – يرحل – حرف انجليزي .
12- للمعية – أول ساعات الليل – فر .



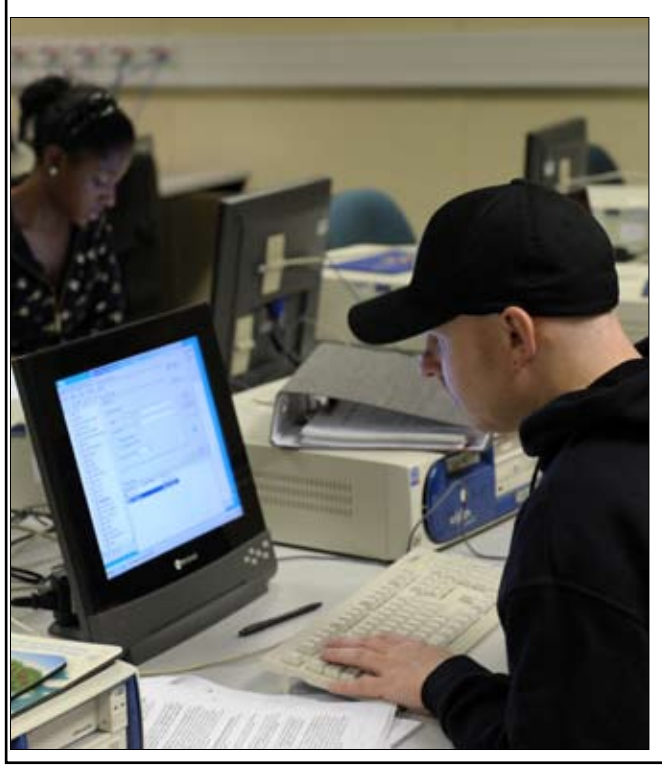
حل العدد الماضي

لاصقة من النيكوتين تعالج فقد الذاكرة

هل تصدق أن مادة النيكوتين يمكن أن تصبح علاج للأشخاص كبار السن الذين يعانون من فقد الذاكرة هذا ما توصل إليه مؤخراً فريق من الباحثين الأمريكيين الذين طرحوا في الصيدليات الأمريكية لاصقة من النيكوتين استطاعت خلال ست أسابيع من استعادة كبار السن للذاكرة المفقودة بنسبة 46 ٪ من قدراتها.

ويجب تحديد الجرعة المثالية حتى تتحكم في عمل المخ خاصة بالنسبة للذين يعانون من مرض الزهايمر.

الحضارة والتقدم جعلا الإنسان أكثر غباء



كشفت دراسة علمية حديثة النقاب عن أن بساطة الحياة العصرية وسهولتها جعلتا الإنسان أكثر غباء، وذلك استناداً إلى نظرية علمية ادعت أن مفهوم الإنسانية وصل إلى ذروته الفكرية والعاطفية في الفترة الواقعة منذ 4 آلاف عام قبل الميلاد.

واعتقد العلماء أن الذكاء والقدرة على التفكير بشكل مجرد غير مادي تطور في عصور أجدادنا ما قبل التاريخ الذين عاشوا في إفريقيا في الفترة بين 50 و500 ألف سنة وتميزوا باعتمادهم على ذكائهم لبناء الملاجئ والبيوت ومطاردة الفرائس، وأن الإنسان في العصور الأكثر تحضرا لم يعد بحاجة إلى القتال من أجل البقاء، كما اندثرت عملية الاختيار التي فضلت وميزت الأسلاف الأذكى وأزالت عنهم الشعور بالبلادة والغباء.

وكشفت الدراسة أن الطفرات المؤذية في جينات الإنسان التي تقلل من القدرة على التفكير بشكل عال المستوى، تراجعت بمرور الأجيال الأمر الذي أدى إلى تراجع مستوى الذكاء عند الفصائل البشرية.

وأوضح البروفيسور جيرالد كرابتري عالم الأحياء التنموية في جامعة ستانفورد، في مقال بمجلة علم الوراثة أن طفرة واحدة من اي جينات من اجمالي يتراوح بين ألفين وخمسة آلاف جين يمكنها أن تقلل قدرات الإنسان الفكرية والعاطفية، وأنه من المتوقع خلال 3 آلاف عام من الآن أن تشهد البشرية اثنين على الأقل من الطفرات الوراثية التي تقلل المزيد من الاستقرار الفكري أو العاطفي.