

## كاتب أميركي يختار «برج المملكة» و«ساعة مكة» ضمن عجائب الدنيا السبع



ساعة مكة وبرج المملكة

وجوردون جبل» صممت مبنى عملاقاً ثلاثي الأبعاد، يستطيع التصدي لدوامات الرياح الشديدة التي ستحاول التأثير على البرج ذهاباً وإياباً، ويضم الأبراج الثلاثة للمبنى شرفات واسعة للجلوس، تمكن سكان الشقق الشجعان من الجلوس بالخارج والتمتع بانفاس من الهواء النقي على ارتفاعات عالية.

وقت قريب، ويبدو أن من خطط برج المملكة في جدة بالسعودية، قد سلك هذا النهج، حيث يرتفع برج المملكة بنحو 171 متراً عن صاحب الرقم القياسي الحالي، برج خليفة في دبي، ليعطي الأرض برجها الفضي الخاص بها. ويضيف كيفين: إن شركة «سميث أريسان بشيكاغو»

«نيويورك ديلي نيوز» جاء برج المملكة على قمة عجائب الدنيا السبع الجديدة، ويقول عنه كيفين: إذا كنت ترغب في إقامة أطول مبنى في العالم، فلا يجب فقط أن تفكر بإضافة بضعة أقدام أكثر من صاحب الرقم القياسي الحالي، بل عليك أن تضرب كل الأرقام القياسية بفارق ضخم يجعل من الصعب اللحاق به في

وكالات: اختار الكاتب الأميركي كيفين ف. شيري، الأحد الماضي، «برج المملكة» المزمع إقامته في جدة، و«ساعة مكة المكرمة»، ضمن عجائب الدنيا السبع الجديدة، وهي مشاريع حديثة تتميز بالضخامة والابتكار في تصميمها، وبعضها تم تنفيذه وأخرى في انتظار الانطلاق. وفي تقرير له بصحيفة

## نتيجة ارتفاع الإقبال عليها من المسلمين والمبتعثين في رمضان أشهر المتاجر البريطانية تخصص أقساماً للمنتجات الحلال



متجر في بريطانيا للمنتجات الحلال

لندن - وكالات: خصصت متاجر «تسكو» الشهيرة، التي تعد من أشهر محلات السوبر ماركت في بريطانيا، أقساماً وثلاجات مخصصة للمنتجات الغذائية واللحوم الحلال، إضافة إلى وضع لوحات إعلانية تهنيئاً من خلالها للمسلمين بحلول شهر رمضان المبارك. ووفرت المحلات أقساماً للمواد الغذائية الحلال، نتيجة الإقبال المتزايد عليها من المسلمين والطلاب المبتعثين، حيث باتت تشهد

هذه المنتجات خلال السنوات الأخيرة وازدادت كبراً في بريطانيا، مما دفع عدداً من المحلات الكبرى للاهتمام بالمنتجات الغذائية الحلال من اللحوم والمواد الغذائية التي لا يدخل ضمنها مواد محرمة لدى المسلمين. الطلاب السعوديون في بريطانيا عبروا عن سعادتهم بهذه المبادرة من المحلات الكبرى البريطانية، مؤكدين أنها تخفف عليهم عناء البحث عن المنتجات واللحوم الحلال.

## فتاة بريطانية تنام شهراً لإصابتها بمرض نادر!



ليلي كلارك مع أمها

لندن - إم بي سي: تعاني شابة بريطانية حالة مرضية غريبة ونادرة جداً، حيث تنام لمدة شهر متواصل ولا تستيقظ إلا للأكل، وتسمى هذه الحالة «بمتلازمة كلابين ليفن».

وعلى مدى 3 سنوات عرضت ليلي كلارك (21 عاماً) على أكثر من 7 مستشارين مختلفين، وخضعت لمجموعة اختبارات وفحوصات طبية، لكن أمها استطاعت أن تشخص حالتها عندما قرأت عن حالة مماثلة في فبراير 2010م، وقالت الأم لصحيفة ديلي ميل البريطانية «بدأت الأعراض عندما ذهبت الأسرة للتزلج على الجليد في نوفمبر 2007م، وذهبوا بعدها إلى تناول العشاء وشعرت ليلي وقتها بأنها ليست بخير».

وأوضحت أنها اعتقدت في البداية أنها على مشارف نزلة برد، لكن الغريب أنها نامت أثناء الوجبة وبعدها تناول العشاء وشعرت ليلي وقتها بأنها ليست بخير».

وقالت والدتها: «كانت ليلى تبتدو وكأنها زجاجية، ولم يظهر على وجهها أي نوع من ردود الفعل أو التعبير، لقد كنت في غاية القلق».

وقررت أديل أن تأخذ ابنتها ليلي إلى الطبيب الذي أخبرها بأنها مصابة بفيروس، لكنها كانت غير مقتنعة بالمرّة.

واستيقظت ليلي قبل أعياد الميلاد بأيام، وكانت لا تتذكر أي شيء مما مضى. وقالت أديل: «لقد كانت ثرثرة وعاطفية جداً وتتوق إلى رؤية أصدقائها»، وأوضحت أن بعدها بشهر كانت ليلي على موعد مع بعض الأمتحانات الدراسية، لكنها سقطت مرة أخرى في بئر النوم لمدة 3 أسابيع، واستفاقت بمعجزة مرة أخرى، لكن بعدها بأيام سقطت مرة أخرى لمدة أسبوعين وفوتت عيد ميلادها الـ 18.

وقالت والدتها: «كانت تتصرف وكأنها في الرابعة من عمرها، تحتضن أمية وتمص إبهامها وتبكي باستمرار».



الفتاة المريضة

## .. والأردن أطلق حملة للتصويت على ضم البحر الميت للعجائب ومغارة جعيتا اللبنانية تدخل السباق

هذا وتشارك مغارة جعيتا في لبنان بالمباراة العالمية المخصصة لاختيار سبعة معالم تشكل عجائب الدنيا الطبيعية التي اطلقتها مؤسسة «نيو اوين وورلد فاوندیشن» السويسرية. وانطلقت مؤخرا في لبنان حملة وطنية ضخمة جديدة للتحفيز على التصويت لمغارة جعيتا اللبنانية بعد تأهلها إلى التصفيات النهائية لمسابقة عجائب الدنيا الطبيعية السبع والتي يتنافس فيها 27 معلماً سياحياً وتم من خلال الحملة إطلاق أغنية بعنوان «كلنا للوطن كلنا لمغارة جعيتا» باللغتين العربية والإنجليزية بدأ بنسجها على كل وسائل الإعلام اللبنانية الرئيسية والمسموعة.



مغارة جعيتا

عمان - أ.ف.ب: أطلق الأردن حملة من أجل التصويت على جعل البحر الميت الذي يقع على بعد نحو 50 كلم غرب عمان في أدنى بقعة على وجه الأرض ليكون في عداد «عجائب الدنيا السبع الجديدة»، التي يتنافس فيها 28 موقفاً طبيعياً عالمياً.

ويتم التصويت الذي يستمر حتى 11 نوفمبر المقبل عبر إرسال الرسائل الهاتفية القصيرة أو عبر موقع مؤسسة «نيو سفن ونדרز» المنظمة للمسابقة على شبكة الانترنت.

وقالت وزيرة السياحة والآثار الأردنية هيفاء أبوغزالة إن «قوة البحر الميت بمسكان بين عجائب الدنيا السبع الطبيعية سيرسخ موقع البحر الميت على الخارطة السياحية».

## 6 أوهام رئيسية عن الشيخوخة

بدءاً من عمر معين ليس هنالك من معنى لإجراء أي تغييرات في أسلوب الحياة لأن الشيخوخة لا يمكن إيقافها. صحيح أنه في حال إجراء التركيز مكرراً على تغيير أسلوب الحياة فإن الفعالية تكون أكبر غير أن إجراء تغييرات في قائمة الطعام الذي يتم تناوله أو في ممارسة الحركة هو مفيد في أي مرحلة من العمر.



مفيداً جداً للجسم.

الوهم الثالث: جميع المسنين ينامون بشكل سيئ

يرتبط التقدم بالعمر في أذهان العديدين بالنوم السيئ مع أن هذه المسألة هي حسب المختصين من جامعه واشنطن مسألة نسبية.

حتى الآن كان يزعم بأن نوعية النوم تبدأ بالتدهور في أواخر العمر المتوسط ومنها يتم الانتقال من سيئ إلى أسوأ، أما العلماء الذين اجروا بحثاً جديداً في هذا المجال فقد توصلوا إلى نتيجة مفادها أن نوعية النوم وبدءاً من عمر الـ 60 لا تتغير كثيراً.

الوهم الرابع: تغيير أسلوب الحياة لا يحمي من مصاعب الشيخوخة

يعتقد الكثير من المسنين أنه

أسبوعين لتجنب تكاثر البكتيريا فيها وبالطبع يجب ليس فقط استخدام فرشاة الأسنان العادية لتنظيف الأسنان واللثة وإنما أيضاً الخيطان والفرشاة الصغيرة التي تدخل بين الأسنان وقد لوحظ أيضاً أن احتمالات إصابة اللثة بالتهابات تزيد عند المدخنين أكثر من عند غير المدخنين.

الوهم الثاني: النحافة تضمن عمراً أطول

أظهر بحث جديد أجري في جامعه بالتيمور استغرق 50 عاماً وشارك فيه 3000 مسن السنون الخفيف للجسم لا يضمن العيش فترة أطول بل على العكس من ذلك فقد أثبت انه في حال الوصول إلى عمر 75 عاماً فإن زيادة الوزن بمقدار عدة كيلوغرامات يمكن له أن يكون

إيلاف: تسود العديد من الأوهام الكبرية عن الشيخوخة لاسيما لدى الشباب لا تباطؤ في أذهانهم بالكثير من الإشكالات الصحية والنفسية والاجتماعية غير المسرة التي يشاهدونها على بعض أقرانهم أو يسمعون بها من قبل بعض الناس والأوساط الطبية والوسائل الإعلامية المختلفة.

وعلى الرغم من أن الدراسات المختلفة تؤكد أن عمر الإنسان يطول بالمعدل المتوسطي بشكل ملموس في مختلف دول العالم بسبب تقدم الطب في مختلف المجالات التي لها علاقة بطول العمر وصحة الإنسان إلا أن الشيخوخة تظل أمراً مقلقاً بالنسبة للكثيرين. المختصون الصحيون التشيكيون يرجعون الخوف من الشيخوخة إلى أسباب عديدة منها وجود العديد من المغالطات والأوهام عنها ولذلك يسيرون إلى أهمها في محاولة لإبعاد الأوهام السائدة عنها.

الوهم الأول: الشيخوخة مرتبطة دائماً بفقدان الأسنان

يعود السبب الأساسي لفقدان الأسنان لدى الناس المسنين إلى التهابات اللثة التي تتجلى في تحولها إلى اللون الأحمر ثم إلى التورم قليلاً فحدوث التزيف، وهذا المرض يصيب عادة نحو 90٪ من الناس خلال حياتهم.

ووفق الخبراء فإن فقدان الأسنان يتم الآن بشكل أقل عما كان عليه الأمر في الماضي، كما انه يمكن تجنب الإصابة بهذا المرض بشكل فعال. أما فرشاة الأسنان فيجب تغييرها كل

الوهم الخامس: عندما تشيخون لا تطاقون

يتم وبشكل تقليدي الاعتقاد بأن الناس المسنين يصبحون متقلبي المزاج وحادين ولا يتحملون الآخرين غير أن دراسة حديثة أجريت في جامعة بالتيمور توصلت إلى أن شخصية الإنسان بعد الثلاثينيات لا تتغير كثيراً ولذلك فإذا كنتم في الأربعينيات اجتماعيين ومتفائلين يمكن الافتراض بأن هذه الخصائص ستستمر فيكم أيضاً عندما تصلون إلى السبعينيات من العمر.

الوهم السادس: الشيخوخة تعني الإصابة بالعمه أو الخرف حتماً

هل تحضرون أنفسكم منذ الآن للوضع الذي ستستنون فيه أسماءكم بعد أن تصبحوا مسنين؟ إن الحقيقة هي أن مرض العته أو الخرف وهو حالة من فقدان الذاكرة والقدرة الذهنية يعكس على القدرة الوظيفية لا يصيب لمن الحظ سوى نسبة قليلة من المصابين أو الإحصائية بين 5٪ و10٪ من الناس الذين تزيد أعمارهم على 60 عاماً، كما انه بالإمكان تجنب أو تخفيض احتمالات الإصابة بتراجع القدرات الذهنية والحركية للشخص.