الأنباء
الجمعة 18 مايو 2012

بحيرة صناعية بشرم الشيخ تدخل موسوعة «غينيس» العالمية

القاهرة ـ وكالات: أكد محافظ جنوب سيناء اللواء خالد فودة ان مصر ستحتفل خلال اسابيع بدخول اكبر بحيرة صناعية بشرم الشيخ موسوعة «غينيس» العالمية للأرقام القياسية، حيث يعد هذا المشروع العملاق المقام في منطقة شرم الشيخ اضافة جديدة للسياحة وأحد عوامل الجذب للسياح. وقال فودة، ان المشروع عبارة عن بحيرة كريستال صناعية، وهي اكبر بحيرة على مستوى العالم بمساحة 120 الف متر مربع، وتقع في منطقة «نبق» بشرم الشيخ، وتم اسناد العملية لشركات أجنبية بتكلفة تتعدى ملياري جنيه.

ألمانية تسبح وسط أسماك القرش دون حماية

ام بي سي: في مجازفة كان من الممكن أن تكلفها حياتها، قامت الغواصة الألمانية ستيفاني بريندل بالسباحة وسط مجموعة من أسماك القرش من فصيلة النمر المعروفة بشراستها دون أجهزة وقائية ككقفص الحماية، وبلا معدات غوص.

وتخلت استيفاني (47 عاما) عن قفص الغوص الوقائي لعدة ساعات من أجل السباحة بحرية وسط أسماك القرش في مياه المحيط الهادي على بعد أميال شمال جزر هاواي الأميركية. بحسب صحيفة «ديلي ميل» البريطانية.

وقالت ستيفاني التي غاصت على أعماق 50 قدما لتقترب من هذه الأسماك: «لا أوصي بالسباحة في الماء مع قروش النمر إذا كانت ستجعلك عصبيا.. الشخصية الهادئة هي أفضل طريقة للحفاظ على هدوء هذه الحيوانات».

وأضافت: «هذه الرحلة حتما أعطتني خبرات مكثفة لتعقب القروش في المياه الزرقاء من فوق ومن أسفل»، مشيرة إلى أنها تمكنت مراقبة القروش عن كثب.

وتدير ستيفاني شركة رحلات غوص مع أسماك القرش في هاواي مع شريك آخر توفي في عام 2007.

وأسست السيدة الألمانية جمعية «حلفاء القرش» والتي تضغط من أجل سن تشريعات لحماية أسماك القرش من الصيد الجائر والقتل.

ولعبت دورا رئيسيا في الحصول على قانون يحظر إزالة زعانف سمك القرش الذي اعتمد في هاواي، والعديد من الولايات الأميركية.

وفسرت ستيفاني اهتمامها بأسماك القرش بقولها: نحن نريد أن نوضح للناس أن القروش أسماك جميلة وليست قاتلة، من المهم أن نظهر الجانب المختلف لهذه الحيوانات.

..والسباحة تطور الأطفال

إيلاف: تؤدي ممارسة السباحة إلى استرخاء الجسم والذهن والى رفع الروح المعنوية لممارسيها والتخلص من الضغوط النفسية ولذلك ينصح بممارستها للجميع بغض النظر عن أعمارهم بمن فيهم الرضع.

أكدت الطبيبة النفسية التشيكية ايفا كنيبلوفا ان السباحة تناسب الأطفال الرضع ولا تشكل شيئا غريبا بالنسبة لهم لأنه سبق لهم وان تواجدوا في سائل لدى أمهاتهم لعدة أشهر. وشددت على فائدة وجود الأطفال منذ الشهر الثالث من العمر في مجال مائي صغير مع الأخذ بعين الاعتبار شروط الحماية والأمان في الحوض الذي يوضعون فيه وتركهم يلعبون هناك بألعاب بلاستيكية.

وأوصت بوضع الطفل في ماء نظيف أي خال حتى من بعض أنواع الزيوت التي يجري استخدامها أثناء الاستحمام قبل الخلود للنوم وتعويده على الاستحمام بدرجات حرارة تتراجع تدريجيا.

كما أوصت بتعريض الطفل قبل أخذه إلى المسابح لتعلم السباحة في وقت مبكر بتعريض وجهه للماء حتى يعتاد على ذلك في حال تعرضه للرشق بالماء من دون قصد من أحد السابحين في المسابح العامة.

وأشارت إلى أن دورات السباحة التي تتم بإشراف مدربين مختصين للأمهات مع أطفالهن الصغار في وقت مبكر تتضمن 10ـ12 درسا مؤكدة أن هذه الدروس مفيدة جدا للأطفال وليست عبارة عن ترف حديث.

وأكدت أن تعليم الأطفال السباحة في وقت مبكر يجعلهم يتعلمون التنفس بشكل صحيح الأمر الذي يحصنهم من الإصابة بالأمراض التنفسية كما أن ممارسة السباحة تجعل أجسامهم أكثر مقدرة على تحمل التغيير الذي يحدث في درجات الحرارة وتجعلهم يتطورون نفسيا بشكل أفضل إضافة إلى أن السباحة تطور الشعور بالتوازن وتنسيق الحركات والمقدرة على التوجه وتعلم الأطفال التعاون والتركيز والمهارات وتجعلهم يأكلون وينامون بشكل أفضل.

وأشارت إلى أن مختلف الأبحاث والدراسات قد أظهرت ان السباحة مناسبة كإجراء تكميلي للحميات المتبعة لتخفيض الوزن لأنه يتم خلالها حرق عدد كبير نسبيا من السعرات الحرارية تتراوح عادة بين 250 و500 سعرة حرارية في أثناء السباحة لمدة نصف ساعة كما تساهم السباحة في بلورة شكل البطن والورك والصدر والأفخاذ.

وتحافظ السباحة أيضا على الدورة الدموية في الجسم بشكل صحيح وفي تحسين وضع الشرايين والدورة الدموية ولهذا فإنها تناسب الناس الذين يعانون من التهابات في الأوردة أو لديهم مرض الدوالي.

ولا تقتصر فوائد السباحة حسب المختصين على هذه الأمور بل تم التأكد أيضا بأن السباحة تعزز جهاز المناعة في الجسم وتقوم بعملية تدليك فعالة وميسرة للجلد وتخفف أو تزيل آلام العمود الفقري.

وينبه المختصون إلى أن ممارسة السباحة يمكن أن يتعلمها الإنسان لوحده لكن غالبا ما يترافق ذلك بتعلم حركات غير صحيحة ولهذا يفضل أن يراقب حركات السباحة شخص مختص بذلك كي ينصح بتعديل بعض الحركات لتحقيق فوائد أكثر وتجنب إلحاق الأذى بالجسم فالأيدي التي تغوص مثلا في الماء أو الأرجل التي تطفو بشكل مبالغ به فوق سطح الماء أو تمييل الرأس بزاوية غير صحيحة أو التنفس بشكل سيئ هي من الأخطاء الرئيسية التي يتم الوقوع فيها أثناء تعلم السباحة والتي تخفف من الفوائد المطلوبة من السباحة.

السباحة تناسب الأطفال الرضع للتخلص من الضغوط النفسية

«ويكيبيديا» تحذّر زوارها من برمجيات خبيثة

الجزيرة: حذرت إدارة موسوعة ويكيبيديا الزوار الذين تظهر لديهم إعلانات ضمن الموقع بأنهم على الأغلب قد وقعوا ضحية لهجمة برمجيات خبيثة تستهدف متصفحات الإنترنت وتقوم بإدراج إعلانات مزورة ضمن صفحات ويكيبيديا أو غيرها من المواقع. وأكدت مؤسسة ويكيميديا المسؤولة عن تشغيل موقع ويكيبيديا أن موقع الموسوعة لا يعرض الإعلانات التجارية على الإطلاق، موضحة أن الإعلانات الوحيدة التي تظهر هي تلك التي تضعها المؤسسة نفسها بهدف جمع التبرعات للموسوعة. وأكدت إدارة ويكيبيديا أنه إذا شاهد المستخدم أي إعلانات في الموقع فهذا يعني أن متصفح الإنترنت الخاص به قد تعرض للإصابة، مضيفة أن بعض الإعلانات التي تظهر تدعو المستخدم إلى تثبيت إضافات مزورة لمتصفحات كروم أو فاير فوكس، وتؤدي هذه الإضافات في حال تثبيتها إلى الإضرار بجهاز المستخدم أو محاولة سرقة معلوماته. ويعتبر اكتشاف هذه الإعلانات المزورة في موقع مثل ويكيبيديا أسهل من اكتشافها في بقية المواقع، ذلك أن الموقع لا يعرض أي إعلانات تجارية، ويغطي كامل نفقاته من التبرعات. ونصحت مؤسسة ويكيميديا المستخدمين الذين تظهر لديهم أمثال هذه الإعلانات بتعطيل جميع إضافات متصفحاتهم كمحاولة مبدئية لمعرفة مصدر المشكلة، لكنها أشارت إلى أن هذا الحل غير كاف إذ قد تمتلك البرمجية الخبيثة أجزاء أخرى تعمل على النظام، لذلك يجب استخدام برنامج لمكافحة الڤيروسات وتحديثه بشكل دائم.

بريتني تحلق شعرها.. وتنهار

يبدو ان المغنية بريتني سبيرز لم تستعد حالتها الطبيعية 100٪، فبعد ان عانت من الانهيار العصبي والنفسي عام 2008 والذي اوصلها الى قص شعرها «على الصفر» دخلت مراكز التأهيل حتى تستعيد حالتها الطبيعية. وفي العام الماضي حقق ألبوم بريتني مبيعات هائلة لكن وجهت لها الانتقادات بسبب خسارتها رشاقتها على المسرح لكنها ثابرت واسترجعت جسدها. وفي وقت سابق من هذا الاسبوع تم اعلان انضمامها للجنة تحكيم «اكس فاكتور» النسخة الاميركية مقابل 15 مليون دولار أميركي، لكن يبدو أن سبيرز تشعر بالتوتر حيال هذه الخطوة الجديدة في مسيرتها، حيث بدت أظافر يديها غير مقلمة، وبعضها يضج بالدماء بسبب قيامها بقضمها خلال حضورها المؤتمر الصحافي للإعلان عن انطلاق الموسم الجديد للبرنامج. وما زاد عليها الضغط، الانتقادات التي وجهت اليها من قبل وسائل الاعلام عن عدم قدرتها على تقييم المشتركين، وهذا الأمر جعلها تشعر بالتوتر الذي بدت نتيجته واضحة على أظافر يديها. يشار الى ان المحكمة الاميركية صدقت على حق جايسون تراويك خطيب بريتني سبيرز في مشاركة والدها «جايمي» في الوصاية عليها، يذكر أن جايمي سبيرز عين وصيا من المحكمة على بريتني (30 عاما) وثروتها عام 2008 بعد الانهيار العصبي والنفسي الذي عانت منه. ولن ترفع الوصاية إلا بعد اقتناع القاضي بتقارير من أطباء المغنية أنها بصحة جيدة بما يكفي للاعتناء بشؤونها.

بريتني سبيرز

12 جريمة قتل شهريا في الأردن

عمّان ـ يو.بي.آي: تعاني المحاكم الجنائية في الأردن من ازدياد عدد قضايا جرائم القتل بشكل ملحوظ حيث سجل معدل الجرائم الواردة اليها 12 جريمة قتل شهريا.

ونقلت وكالة الأنباء الأردنية الرسمية (بترا) الأربعاء عن رئيس محكمة الجنايات الكبرى في الأردن نايف السمارات قوله ان المحاكم الجنائية في بلاده تعاني حاليا من ازدياد في عدد قضايا جرائم القتل بشكل لم تعهده في السابق.

وأضاف ان «الوارد من هذه الجرائم الى المحكمة وصل في بعض الأشهر الى 24 جريمة بمعدل 12 قضية في الشهر كحد أدنى».

وأشار الى ان «مجموع القضايا الجنائية الواردة للمحكمة خلال العام الماضي بلغ 1586 قضية منها 641 مدورة من العام نفسه و1604 من عام 2010».

الضحك يبعدك عن الطبيب

فرانكفورت ـ د.ب.أ: إن مستوى الدعابة الظاهر في يوجا الضحك ليس عاليا على نحو خاص. فأي حركة غير معتادة أو صوت مضحك تجعل الأعضاء الـ 10 في نادي الضحك في فرانكفورت والمسمى «السعادة الآن» يقهقهون ويحدثون أصواتا من أنوفهم أو ينفجرون في الضحك. والدعابة مع كل ذلك ليست هي هدف الأعضاء فضلا عن الضحك في حد ذاته.

«تظاهر بها حتى تفعلها» هو الشعار وفقا للورينز مينزينجر، وبعبارة أخرى، تظاهر مادامت هناك حاجة إليها حتى تصبح واقعا. ومينزينجر هو استشاري موارد بشرية بحكم المهنة، ولكنه في ليلة من كل أسبوع يقود مجموعة يوجا الضحك هذه والتي تجتمع في مبنى أعمال ذي ديكورات مبهرة في داخل مدينة عاصمة المال الألمانية. وقبل عام، تأهل كمعلم معتمد ليوجا الضحك وفقا لطريقة طورها طبيب هندي.

وخضع مينزينجر لتدريب في سويسرا وتعلم تقنيات التنفس والتمدد وتمارين الضحك مثل حمام الضحك وأنا آسف أعذرني أضحك.

ويقول «الضحك يحفز كلا من الجسم والعقل». ويضيف «إذا ضحكت بطريقة صحيحة فستنسى همومك اليومية». وتشير صفحة النادي الرئيسية إلى أن يوجا الضحك توفر «تأثيرا فعالا على القلب».والضحك له تأثيرات مفيدة على الصحة موثقة جيداً. ويقول طبيب الأعصاب السويسري جيورج كيسلرينج من عيادة فالينز إن «الضحك يحفز الجهاز الدوري كله».

ويقول البروفيسور «فالتسارع الناجم في التنفس يحسن تدفق الدم وهذا ما يجعل الضحك صحيا». كما أن الضحك يقوي نظام المناعة. ويضيف «إن الضحك الحقيقي ومن القلب ينشط الخلايا بشكل أكبر مما هو معتاد وهذا يقوي الكفاءة المناعية».

ومع ذلك، فإن كيسلرينج يحذر من المبالغة في التأثيرات المفيدة. ويقول «إن الضحك بالتأكيد قادر على تقوية قدرة الجسم على ان يشفي نفسه، ولكنه على الأرجح لا يستطيع شفاء الأمراض جميعها بنفسه».

..وعشاق القهوة أقل عرضة للموت المفاجئ

رويترز: أظهرت دراسة أميركية شملت 400 ألف مشارك ان كبار السن الذين كانوا يحتسون بضعة أقداح من القهوة يوميا كانوا أقل عرضة للوفاة على مدار السنوات الأربع عشرة التالية مقارنة بالذين امتنعوا عن المشروب او كانوا يشربونه نادرا.

وقال الباحثون في تقرير نشر في دورية «نيو انجلاند» الطبية ان القهوة ارتبطت بشكل خاص بانخفاض خطر الموت نتيجة أمراض القلب والسكتات الدماغية والعدوى والإصابات والحوادث.

لكنهم نصحوا بتفسير نتائج الدراسة بحذر لأن عادات شرب القهوة تم قياسها في فترة زمنية محددة ومن غير الواضح اي من مكونات القهوة على وجه التحديد قد تكون مرتبطة بطول العمر.

وقال نيل فريدمان من المعاهد الوطنية للصحة في روكفيل بولاية ماريلاند الذي قاد فريق البحث «نعلم ان القهوة لها تأثير على المخ لذلك يحتمل ان يكون لهذا دور. أو ربما يكون لها تأثير على صحة العظام».

واستخدم الباحثون بيانات من دراسة عن الغذاء والصحة بدأت بمسح عن التغذية شمل أسئلة عن شرب القهوة وجهت لبالغين تتراوح أعمارهم بين 50 الى 71 عاما في الفترة من 1995 الى 1996.

وتتبع الباحثون بعد ذلك المشاركين في الدراسة حتى عام 2008 مستخدمين في ذلك سجلات الأمراض والوفاة لمعرفة عدد الذين توفوا منهم وأسباب الوفاة.

نساء يبحثن عن «نوى التمر» في قاعات الأفراح والمدارس لعلاج «العين»

جده ـ وكالات: من المتعارف عليه أن جميع النساء يتجهن إلى قاعات الأفراح من أجل مشاركة العروس فرحتها بيوم العمر، والتباهي بما يلبسن من فساتين وحلي، لكن في الآونة الأخيرة لوحظ أن هناك بعض النساء يذهبن الى قاعات الأفراح وليس في نيتهن المشاركة في الرقص أو الابتهاج بالعروس، ولكن بهدف البحث عن «نوى التمر» والحصول عليه بأي شكل من الأشكال، وذلك عندما تتخلص منه الحاضرات بعد أكل التمور، اذ تقوم بعض النساء بجمع أكبر كمية من «نوى التمر» ويخرجن به من قاعة الفرح إلى منازلهن لاعتقادهن أنه في حال تم جمعه ووضع الماء عليه والاغتسال به أو تذوق «النوى» فإنه يعالج الحسد، خصوصا إذا تسرب الشك إلى البعض منهن أنها قد أصيبت بالحسد أو العين من إحدى الحاضرات في ذلك الفرح.

وانتقلت أيضا مثل هذه الممارسات إلى بعض مدارس البنات، اذ أبدت احدى مديرات المدارس في محافظة جدة استياءها من طلب والدة احدى الطالبات، حيث أوضحت المديرة التي فضلت عدم ذكر اسمها، أنها فوجئت في أحد الأيام بزيارة والدة إحدى طالبات المدرسة بهدف الحصول على بعض الأثر من معلمات ابنتها وزميلاتها في الصف، متعللة بأن ابنتها قد تغيرت وأصبحت مهملة وتعاني من الصداع وقلة التركيز، اذ تسرب الشك إلى قلوب أسرتها أنها قد أصيبت بالحسد في «المدرسة». واشارت المديرة إلى أنها واجهت حرجا كبيرا، من طلب والدة الطالبة، مضيفة في نفس الوقت «لا استطيع أن أطلب من المعلمات ولا حتى الطالبات أن يقمن بمثل هذه الأمور، بل إنني أبلغت والدة الطالبة بأن ترقي ابنتها بما ورد في القرآن الكريم والسنة النبوية، وعدم الخوض في مثل تلك المعتقدات التي قد تتسبب في تفشيها داخل المدرسة والمجتمع».

في المقابل، تؤكد إحدى النساء أنها حضرت احدى الزيجات في مدينة جدة قادمة من محافظة الطائف من أجل الحصول على أكبر كمية من «نوى التمر» والعودة بها الى الطائف، لتغتسل به والدتها التي أصيبت ببعض الأمراض، مما أدى إلى تساقط شعرها، مبررة ذلك إلى إصابة والدتها بالحسد عندما حضرت أحد الأفراح وكان شعرها لافتا للنظر، الأمر الذي جعل بعض النساء يصبنها بالعين.

واشارت حنان الحربي الى أنها بالفعل واجهت بعض الصعوبات والحرج عندما دخلت قاعة الفرح وبدأت في جمع «نوى التمر»، اذ أكدت أن بعض النساء رفضن في البداية أخذ «نوى التمر»، مبينة أنها تغلبت على هذه الصعوبات، وذلك بمساعدة بعض النساء اللاتي يعرفن حالة والدتها الصحية المتدهورة، إذ قمن بملاطفة الحاضرات وشرح حالة والدتها بهدف الحصول على نوى التمر والاغتسال به أو شرب الماء بعد وضع النوى.

مدرسة سعودية تستدعي الشرطة للسيطرة على طالب متفوق

استدعت إدارة مدرسة ثانوية في محافظة الرس بمنطقة القصيم بالسعودية الشرطة للتعامل مع طالب متفوق بحجة عجزها عن السيطرة عليه، وهو التصرف الذي استفز سليمان الجزوي (والد الطالب) والذي أوضح أنه تقدم بشكوى رسمية لمدير تعليم الرس مع صورة منها لوزارة التربية والتعليم.

وأوضح الأب أن ابنه عبدالله في الصف الثاني الثانوي ومعدله التراكمي 98٪، أخطأ بخروجه من المدرسة ذات يوم بدون عذر وعاد بعد أن تناول الإفطار وابلغتني المدرسة بذلك وتلقى عقابه في حينه، حيث أخذ عليه تعهد بعدم تكرار الخروج وخصم درجتين من السلوك. كما اعترف والد الطالب بأن ابنه أخطأ حينما احتدم النقاش بينه وبين وكيل المدرسة، موضحا أنه بعد يومين من تلك الواقعة استدعي ابنه وأوقف من دخول سبع حصص، ثم استدعيت له الشرطة واقتيد إلى المركز دون علمي. وأفاد والد الطالب أنه حينما عرف بالخبر توجه إلى مركز الشرطة فجرى إبلاغه أنهم اتصلوا بالمدير عدة مرات ولم يجب وتسلمت ابني. من جهته، أوضح مدير المدرسة يوسف العامر أن الطالب هرب من المدرسة وأحضرنا ولي أمره وهو ما أغضب الطالب مستنكرا ذلك وهذا هو النظام، وبعد احتواء المشكلة تلفظ الطالب على وكيل المدرسة، ورفض الاعتذار عما بدر منه، موضحا أنه في كل مرة يطلب منه الاعتذار للوكيل كان يزداد تعنتا ولدينا ستة محاضر مسجلة بالواقعة.

وبين مدير المدرسة أن المعلمين تدخلوا للسيطرة على الطالب بعد أن عمد إلى الصعود للطابق الثاني قاصدا مكتب الوكيل للشجار، وحاول تكرار الصعود بعد كل مرة يجري منعه فيها عن الصعود، فتم الاتصال بوالده الذي لم يرد وكذلك على الشرطة تحسبا لحدوث ما لا يحمد عقباه، موضحا أن واقعة الاتصال بوالد الطالب مسجلة لديهم.

طفلة على الهواء.. وأصغر عضو في منظمة منسا للعباقرة

إيميلين رويتجر مع عائلتها خلال مقابلة في برنامج «توداي شو»

وكالات: إيميلين رويتجر هي أصغر عضو في جمعية منسا الدولية ولكنها أعادت للدولة الذاكرة بأنها حتى وإن كانت عبقرية، فهي مازالت طفلة تبلغ من العمر 3 سنوات فقط تتصرف بتلقائية الأطفال، ولذلك أخبرت المشاهدين وهي ضيفة في برنامج «توداي شو» أنها ترغب في أن تقضي حاجتها. وقالت جريدة الديلى ميل البريطانية، إن إيميلين أصبحت عضوا في جمعية منسا التي تضم الأشخاص الذين يتمتعون بنسب ذكاء عالية منذ أن بلغت عامين فقط. وأفادت الديلي ميل، بأن أخبرت إيميلين التي تعيش في واشنطن مع والديها بعد أن أجابت بشكل صحيح على أسئلة المذيعة ناتلي موراليس عن النظام الشمسي أن «معدتها تؤلمها» وأنها «تريد أن تقضي حاجتها». بدأ أبواها ميشيل هورن، وجلين روتجر في الضحك، في حين حرصت موراليس على الحفاظ على المقابلة ووضع الأمور، تحت السيطرة واستكمال الأسئلة بشكل لطيف.

ولكن إيميلين بدأت في نزع الميكروفون في محاولة للذهاب لأقرب مرحاض وحاولت الأم تهدئتها، وعندما وجدت نفسها أمام الكاميرا بدأت تلوح بيديها وتجذب الوجوه نحوها وتجاهلت تماما أسئلة موراليس لها عن اهتماماتها. على الرغم من فضولها وطفولتها البرئية، فإنها من ألمع العقول في الدولة. التحقت إيميلين بجمعية منسا منذ مارس الماضي عندما كان عمرها عامين و11 شهرا، وقال والداها إنها بدأت تجتذب الأشياء لتلعب بها، كما أنها بدأت الزحف وهي في غضون الأسابيع الأولى.

وقبل 15 شهرا من عمرها استطاعت أن تنطق وتكتب اسمها، وتكتب بعض الكلمات قبل أن تكمل عامها الثاني، وعندما خضعت لاختبار الذكاء المخصص للأطفال ما بين سن عامين ونصف العام وسبعة أعوام حصلت على درجات عالية.

إيميلين رويتجر