

خوانندگی

قدیمی ترین ورزش های تاریخ که هنوز وجود دارند

برترین ها: امروزه نسبت به گذشته ورزش های بسیار بیشتری وجود دارد. برخی افراد همان ورزش های قدیمی را ترجیح می دهند و برخی سعی می کنند ورزش های جدیدی ابداع کنند که تا به حال به فکر کسی نرسیده باشد. در اینجا با قدیمی ترین ورزش های جهان آشنا می شوید که هنوز هم طرفداران زیادی دارند.

دویدن

همه ما در کلاس های ورزش دبستان و راهنمایی مجبور بودیم بدویم. اولین مسابقه دو که در تاریخ ثبت شده، در بازی های المپیک سال ۷۷۶ پیش از میلاد یونان بوده است. سایر ورزش ها هم به عنوان بخشی از رژیم تمرینی خود به دویدن نیاز دارند. این فعالیت به بالا بردن استقامت توانایی آن ها کمک می کند.

کشتی

انسان ها از دوران باستان از کشتی به عنوان نمایش قدرت و نفوذ خود استفاده می کرده اند. در بسیاری از جوامع، مسابقه کشتی، قوی ترین مرد روستا تعیین می کرد. تصور می شود کشتی ۱۵ هزار سال قدمت داشته باشد.

بزرگ سول

این ورزش، هنر پریدن به دورترین فاصله از نقطه شروع است. اسناد تاریخی نشان می دهد این ورزش اولین بار در سال ۶۵۶ قبل از میلاد توسط ورزشکاران المپیک انجام شده است.

پرتاب نیزه

تا به حال داناتان خواسته بداند که یک چوب تیز را تا چه فاصله ای می تواند پرتاب کند؟ این ساده ترین توضیح برای این ورزش است، اما برای این کار به دقت زیادی نیاز است. در اسناد باستانی مربوط به المپیک، هدف این است که نیزه را درون یک مرز مشخص به دورترین نقطه ممکن پرتاب کند. هرچند ساده به نظر می رسد، اما پرتاب دقیق با تمام قدرت نیاز به آمادگی جسمانی زیادی دارد.

پرتاب دیسک

این ورزش به دقت زیادی نیاز دارد. این ورزش شامل حداقل دو بار چرخیدن قبل از پرتاب جسم سنگینی شبیه دیسک در یک جهت مشخص بود. سوابق نشان می دهد این ورزش از قرن پنجم در اروپا وجود داشته است. اولین اجرای ثبت شده این ورزش در سال ۷۰۸ قبل از میلاد بوده است.

چوگان

شرکت کنندگان در این ورزش شاهانه سوار اسب می شوند و سعی می کنند با یک چوب بلند توپ را به دروازه تیم مقابل هدایت کنند. این ورزش از قرن چهارم قبل از میلاد وجود داشته است. منشأ این ورزش از خاورمیانه است زمانی که پادشاهی هخامنشیان هنوز وجود داشت.

زیمناستیک

در زیمناستیک تنوع حرکات بیشتر است. این ورزش برای آزمودن انعطاف پذیری، چابکی، تعادل و قدرت بدنی در یونان باستان اختراع شد. جالب است بدانید که این ورزش در اصل مبنی بر حرکات آکروباتیک اسب سواران هنگام سوار شدن و پیاده شدن از اسب ایجاد شده است. این ورزش در بازی های المپیک مدرن در سال ۱۸۹۶ احیا شد.

بوکس

طبق اسناد تاریخی، بوکس اولین بار در یونان و در سال ۶۸۷ قبل از میلاد ظاهر شد. در قرن شانزدهم تا هجدهم، این بازی محبوب به المپیک اضافه شد.

رواندا چگونه به یکی از پاک ترین کشورهای زمین تبدیل شد؟

یک انجمن پاکسازی ماهانه است که آخرین شنبه هرماه برگزار می شود. تلاش این جامعه برای پاکسازی کشور، یکی از دلایلی است که رواندا به خاطر پاکیزگی در آفریقا مشهور است. اما تمیز کردن رواندا یک پروژه داوطلبانه نیست. اوماگاندا پروژه ای است که در آن مردم هرماه دورهم جمع می شوند تا محله، شهر، شهرستان و کشور خود را تمیز نگه دارند. پلیس خیابان ها را رصد می کند و رواندایی هایی را که مشارکت نمی کنند، متوقف کرده و آنها را مجبور کند محل را تمیز کنند. جریمه شرکت نکردن در اوماگاندا سنگین است و از ۵۰۰۰ دلار تا شش دلار متغیر است. این مبلغ به نظر ناچیز می آید، اما نه وقتی میانگین درآمد مردم حدود ۱۵۰ دلار در ماه باشد.

گردشگری پایدار و خورشیدی

باید مرور کنیم: خیابان ها و پارک های تمیز هستند و هیچ پلاستیکی در کشور استفاده نمی شود؛ اما فقط این ها نیست. چندین اقدامگاه بوم گردی و گزیندهای اقامتی سبز هم در رواندا وجود دارد، از جمله هتل در پایتخت که ۱۰۰ درصد از انرژی خورشیدی استفاده می کند.

ترمیم اکوسیستم

بهبود پارک های کشور هم کمک کرده رواندا یکی از پاکترین کشورهای روی زمین باشد؛ اما باور کنید یا نه این کشور اکنون سراغ کسانی رفته که زمانی محیط زیست طبیعی را از بین می بردند. شکارچیان غیرقانونی اصحاب شده اکنون از گوریل های کوهستانی در معرض انقراض و سایر پستاندارانی که قیلا شکار می کردند، محافظت می کنند. سایر شکارچیان هم به عنوان راهنمای مسافران استخدام شده اند و گردشگران را به طبیعت می برند تا گوریل ها را ببینند.

ارتقای پارک ملی

رواندا چیزی را که باهوش ترین مردم از قبل می دانستند را ثابت کرده است: پارک های ملی و فضاهای سبز حفاظت شده محیط زیست را بهبود بخشیده و به اقتصاد کشور کمک می کنند. این کشور تعدادی از جنگل هایش را ترمیم کرده و به پارک ملی ارتقا داده و نتیجه آن رونق اقتصادی بوده است. این پارک ها

برترین ها: آیا به نظرتان تغییر واقعی محیط زیست غیرممکن است؟ این طور نیست. در اینجا می بینید که چطور یک کشور آلوده در عرض چند سال به یکی از تمیزترین کشورهای دنیا تبدیل شده است.

ممنوعیت کبسه های پلاستیکی

گام ساده ای که تحول بزرگی در این کشور ایجاد کرد، ممنوع کردن استفاده از کبسه های پلاستیکی یک بار مصرف در سال ۲۰۰۸ بود. طبق تحقیقاتی که سازمان محیط زیست رواندا انجام داده بود، کبسه های پلاستیکی یک تهدید جدی برای محصولات کشاورزی به شمار می رفتند، اما با آلوده می کردند، ماهی ها را می کشند و باعث آلودگی می شدند.

اما رواندا فقط به کبسه های پلاستیکی یک بار مصرف مواد غذایی بسنده نکرد و مواد پلاستیکی بسته بندی را هم ممنوع کرد. امروزه رواندایی ها از کبسه های استفاده می کنند که از مواد زیست تخریب پذیر مثل پارچه، کاغذ، برگ موز و پاپیروس ساخته شده اند.

تمیزترین پسته

رواندا این مسئله را بسیار جدی گرفته است. در واقع هرکس این ممنوعیت را نقض کند باید جریمه سنگینی بپردازد و حتی ممکن است زندانی شود. تا حد زیادی به دلیل فقدان زیاده های پلاستیکی، برنامه اسکان بشر سازمان ملل متحد (UN Habitat) در سال ۲۰۰۸ پایتخت رواندا، کیگالی را به عنوان یکی از تمیزترین شهرهای آفریقا اعلام کرد. رواندا از سرمایه گذاری و نوآوری برای پاک تر شدن و نجات محیط زیست استفاده می کند.

فرصت های زیست محیطی

کارآفرینان خوب می توانند شکاف بین خدمات و محصولات را مشاهده کنند و محصولات جدیدی تولید کنند که این خلأ را پر کنند. این هم برای اقتصاد و هم برای محیط زیست مفید است. وقتی پلاستیک در رواندا ممنوع شد، یک نفر باید به تولید مواد بسته بندی جایگزین فکر می کرد. سرمایه گذاران این را به چشم یک فرصت دیدند و صنایع بسته بندی جایگزین و همچنین کارخانه های بازیافت پلاستیک را راه انداختند.

افزایش پوشش جنگلی

مهر

آبان

آذر

دی

بهمن

اسفند

قدمهایی را بردارید که از آنها چندان مطمئن نیستید.

امروز ذهن حسابگر خود را کنار گذاشته و کمی روی احساسات تمرکز کنید. شما کمی نیست به بیان احساسات خود مردد هستید و گارد دفاعی به خودتان می گیرید اما باید متوجه باشید که هیچ چیزی به اندازه بیان احساسات حال شما را خوب نخواهد می گذرد.

در انجام کارهایتان این قدر عجول نباشید و پیش از هر اقدامی به اندازه کافی برای فکر کردن به خودتان فرصت بدهید. شما امروز با احساسات درونی خود ارتباط خوبی دارید و این می تواند فرصت بسیار مناسبی برای باز کردن ذهن و از بین بردن تردیدها و نگرانی هایتان باشد.

فوردین

اردیبهشت

خرداد

تیر

مرداد

شهریور

امروز خودتان را از شرم تمام احساسات منفی از جمله شیمانی و عذاب وجدان رها کنید. احساساتتان را بیان کنید و چشمتان را به روی آنها نیندازید، اما اسیر آنها نشوید و نگذارید دست و پایتان را بگیرند. امروز شما بسیار حساس شده اید، پس مواظب باشید به دیگران فرصت این را ندهید که به احساسات شما لطمه ای وارد کنند.

تیر

امروز اگر بخواهید بیش از اندازه تحقیق و تجسس کنید برای خودتان در دستر خواهید کرد، پس از دخالت در کارهای دیگران خودداری کنید و اگر کسی نمی خواهد در مورد چیزی با شما صحبت کند او را به حال خودش بگذارید.

مرداد

امروز روح ماجراجوی خود را آزاد بگذارید و اجازه بدهید پرند خیالتان به هر کجا که خودش دلش می خواهد پرواز کند. از فرصت فوق العاده ای که برای دنبال کردن رؤیایانتان پیش آمده است استقبال کنید و از بیان افکار و رؤیای خود هراسی نداشته باشید.

شهریور

امروز دیگر وقت آن فرارسیده است که دست از برنامه ریزی های تمام نشدنی خود برداشته و دست به کار عملی کردن نقشه هایتان شوید. شاید در این راه مجبور باشید روند عادی انجام کارهایتان را رها کرده و تنها بر اساس حس و گمان هایتان

امروز سعی کنید همه چیز را برای خودتان سخت و پیش از اندازه جدی نکنید. واقعیت این است که گاهی بهترین نقشه ها آنهایی هستند که از قبل برای شان برنامه ریزی نکرده اید، پس چشم هایتان را باز نگه دارید و راه ارتباط با دیگران و ایده هایشان را ببندید.

امروز برای شما روز فوق العاده ای خواهد بود. شما به این واقعیت پی خواهید برد که آنچه همیشه رؤیای شما را در سر داشته اید می تواند خیلی راحت تر از آن چیزی که خودتان فکرش را می کرده اید به واقعیت تبدیل شود.

اگر امروز این طور به نظرتان رسید که دنیا به کام همه است به غیر از شما یک نفر، دلسرد نشوید. بالاخره نوبت به شما هم خواهد رسید، شاید امروز روز شما نباشد، اما شما هم حتماً روز خودتان را خواهید داشت. شما امروز ترجیح می دهید که در مورد موضوعات عمیق و جدی به تفکر بپردازید و صحبت کنید.

برداشت خارک و رطب در آبان ماه



شوک: هر فردی که با پیژامه در انتظار عمومی و خیابان های کویت حضور یابد، حدود ۳۶ میلیون تومان جریمه می شود. روزنامه القیس کویت با اعلام این خبر نوشت: بر اساس پیشنهاد مطرح شده در مجلس امت کویت، هر فردی که با لباس خواب و پیژامه در انتظار عمومی حاضر شود، بین ۵۰۰ تا هزار دینار کویت معادل ۳۳۰۰ دلار جریمه خواهد شد. این جریمه علاوه بر پوشیدن زیرشلواری، برای ۱۰ هنجارشکنی دیگر از جمله پوشیدن تی شرت هایی با عبارت های مستهجن، بر زبان راندن لفظ های که عفت عمومی را خدشه دار می کند، نوشتن شعار و کشیدن تصویر روی دیوار بدون دریافت مجوز لازم، بالا بردن صدای موسیقی در اماکن عمومی، ناسزا گفتن یا استفاده از کلمات نژادپرستانه، به خطر انداختن جان کودکان و زنان، تعدی به حقوق مردم در صفوف دریافت خدمات عمومی و مسخره کردن مردم از طریق تولید ویدئو و دوربین مخفی نیز در نظر گرفته شده.

پوشیدن پیژامه در خیابان های کویت ۳۶ میلیون تومان جریمه دارد!

شوک: هر فردی که با پیژامه در انتظار عمومی و خیابان های کویت حضور یابد، حدود ۳۶ میلیون تومان جریمه می شود. روزنامه القیس کویت با اعلام این خبر نوشت: بر اساس پیشنهاد مطرح شده در مجلس امت کویت، هر فردی که با لباس خواب و پیژامه در انتظار عمومی حاضر شود، بین ۵۰۰ تا هزار دینار کویت معادل ۳۳۰۰ دلار جریمه خواهد شد. این جریمه علاوه بر پوشیدن زیرشلواری، برای ۱۰ هنجارشکنی دیگر از جمله پوشیدن تی شرت هایی با عبارت های مستهجن، بر زبان راندن لفظ های که عفت عمومی را خدشه دار می کند، نوشتن شعار و کشیدن تصویر روی دیوار بدون دریافت مجوز لازم، بالا بردن صدای موسیقی در اماکن عمومی، ناسزا گفتن یا استفاده از کلمات نژادپرستانه، به خطر انداختن جان کودکان و زنان، تعدی به حقوق مردم در صفوف دریافت خدمات عمومی و مسخره کردن مردم از طریق تولید ویدئو و دوربین مخفی نیز در نظر گرفته شده.

تقریر یقین قانونا لضبط «الذوق العالم»:

تقریر مرتدی «البیجامة» فی الشارع.. ألف دینار

تقدم النائب ماجد المطيري بالقرآن بفانون، بشأن حماية القيم والارباب والسنن العظام بسلوك المواطنين والوافدين باحترام القيم والعادات والتقاليد والشائعات السائدة في المجتمع الكويتي، ويضمن القانون المقرح لغريم كل من يخل بلبك الارب ما لا يقل عن 500 دينار ولا يزيد على

انقلاب اخلاقي

وذكر المطيري في المذكرة الإيضاحية للفانون انه يأتي الملحق لما شهدناه في الفترة الأخيرة من الفلتان الاخلاقي، وظهور بعض السلبيات المخجلة والمغربية عن المجتمع الكويتي كالشتم والنفاق والافتقار خارجة

11 اساءه العاهه العقاب

الظهور

عبدالله