

## رياضة

نهر جبر



متعة رياضة الغوص انها تحصل في بيئة جميلة مميزة.

يخضع الغطاس لفحوص طبية للتأكد من تمتعه بصحة جيدة قبل الانخراط في الحصة التدريبية، وعليه اجتياز امتحان السباحة للتأكد من قدرته على العوم والسباحة بمستوى متوسط، قبل ان يخضع الى دروس علمية حول تقنيات الغطس (من 6 الى 8 ساعات) لتفادي المشاكل، يليها فحص خطي عن البيئة البحرية، ثم تمارين

## الاحطار التي يمكن

## ان يتعرض اليها الغواص نوعان:

- طبية كامتلاء الاذنين بالمياه، امتلاء الرئتين بالمياه، التعرض لجلطة دماغية AVC، التعرض لفالج نتيجة ضغط المياه القوي، سكرة العمق الناجمة عن تجاوز العمق المسموح به ما يسبب فقدان الوعي والهلوسة.  
- فيزيائية مثل التعرض الى عضات حيوانات بحرية مثل حنكليس (حية بحر)، فقدان العلامات الموضوعية في اماكن محددة، التعرض الى اصطدام من الزوارق عند الخروج العشوائي، نفاذ الهواء من قارورة الاوكسجين، الوقوع في براثن شباك الصيد.  
تجدر الاشارة الى انه ممنوع الغوص تحت الماء من دون مرافق Buddy، والغوص في مناطق محظورة، تجاوز العمق المدون على شهادة الغواص، الافراط في تناول الطعام والسكريات والمشروبات قبل الغوص، البقاء في العمق بعد ان تصل كمية الهواء في القارورة الى 50 باره. كما يمنع على المصابين بامراض القلب والضغط والرئتين والسكري والاذن والربو والاعصاب والذين يعانون ارتفاعا في مستوى الدهون في الدم، ممارسة هواية الغوص تحت الماء.

بعد ان يخضع الى ست دورات تدريبية متنوعة تتضمن في كل مرحلة 8 حصص، قسم منها نظري والآخر تطبيقي. فينال في الدورة الاولى شهادة المياه المفتوحة (Open Water) وتتضمن التعرف على طبيعة المياه وكيفية التعامل معها وصولا الى الغوص حتى عمق 20 مترا. في الدورة الثانية ينال شهادة متقدم (Advance) ويغوص حتى عمق 28 مترا، وفي المرحلة الثالثة يغوص حتى عمق 40 مترا وينال شهادة انقاذ (Rescue)، اما في المرحلة الرابعة فيتحضر للحصول على شهادة تعليمية (Dive Master)، ويغوص حتى عمق 50 مترا. المرحلة الخامسة مخصصة للحصول على شهادة مساعد مدرب ويصل الغوص خلالها الى عمق 66 مترا. المرحلة السادسة الاخيرة، هي عبارة عن مراجعة شاملة للمراحل الخمس السابقة، يتوجب فيها على الغواص اجتياز الاختبارات الخطية والعملية قبل ان ينال شهادة مدرب.

رياضة قديمة تعود إلى قرون قبل الميلاد  
أخطار الغوص تحت الماء توازي أثارته

عالم صامت يتحرك من دون ضجيج، يبتلع ولا يشبع، يثور ويجرف، لا يرحم المستهتر وغير المبالي. عالم واسع وجذاب يحوي اسرارا كثيرة ويخفي في اعماقه كنوزا ثمينة. هو عالم اعماق البحار المليء بالاثارة والاحطار، دفع الانسان الى السعي الى ابتكار وسيلة تمكنه من الغوص لوقت طويل من دون تعريض حياته للخطر

ظهر اقدم اثر موجود للغوص قبل الميلاد بقرون من خلال المنحوتات الاثرية التي تظهر جنودا اشوريين يعبرون النهر باستخدام عوامات منفوخة مصنوعة من جلد الماعز. وفي زمن قدماء الرومان والاعريق هناك كثير من الحالات المسجلة لرجال يسبحون او يغوصون في المعارك، ولكن من خلال حبس الانفاس ومن دون اي اجهزة غوص مساعدة، الا في بعض الحالات النادرة التي كانوا يستخدمون فيها سيقان نباتات مجوفة للتنفس (سنوركل - Snorkel).  
قراءة العام 1300 قبل الميلاد، استخدم الجنود الفرس نظارات غوص تحت الماء، لها نوافذ مصنوعة من الطبقة الخارجية لعظم ظهر السلحفاة (الصدفة) بعد صقلها جيدا. وذكر العالم والرسام الايطالي ليوناردو دوفنشي في القرن الخامس عشر، للمرة الاولى، اسطوانات الهواء في ايطاليا وكتب عن انظمة كانت مستخدمة للتنفس الاصطناعي تحت الماء، الا انه لم يذكرها بالتفصيل بسبب ما سماه الطبيعة السيئة للبشر والتي يمكن ان يستخدمها للقتل واغراق السفن. على الرغم من ذلك، فان بعض الرسوم اظهرت انواعا مختلفة من انظمة الغوص كان بعضها متقدما الى درجة انها اظهرت تصميمات لجمع البول من الغطاس ايضا. لم تكن بدايات الغوص لاغراض ترفيهية وانما لاهداف حربية في الدرجة الاولى او لاسباب تجارية، حيث كان الفيلسوفان افلاطون وهوميروس في اليونان القديمة يذكران الاسفنج واستخدامه في الاستحمام، وكانت جزيرة كليمونوس مركزا رئيسيا للغوص من اجل استخراج الاسفنج. كان الغواصون يستخدمون اوزان 15 كيلوغراما لتسريع النزول على اعماق تزيد عن 30 مترا لمدة 5 دقائق (حبس نفس) لجمع الاسفنج لاغراض تجارية.  
ازدهر الغوص تحت الماء في العصور السابقة في اليابان، وتحديدًا في جزر المحيط الاطلسي حيث كان الرجال والنساء يغوصون بوسائل بدائية، لدقائق معدودة ولعمق لا يتجاوز 30 مترا، بحثًا عن احجار كريمة. ولان الحاجة كانت ملحة لدى الكثير من شركات النفط للعمل تحت الماء في انشاء محطات الضخ والتكرير، استمرت المحاولات غير الناجحة لابتكار وسائل تمكن الانسان من التنفس تحت الماء لوقت طويل، حتى العام 1925 حين نجح الكابتن لوبريبيور في الغوص حاملا عبوة تحوي هواء مضغوطا. وفي العام 1943 ابتكر الكولونيل كوستو جهاز الضغط للتهوية تحت الماء الذي يحتوي على نظام لتوزيع الهواء وفق حاجات الغطاس وبضغط جيد الامر الذي مكنه لاحقا من التحرك بسهولة على عمق 20 مترا وتصوير العديد من الافلام الوثائقية.  
مع اقتراب فصل الصيف وموسم البحر والسباحة، تزدهر رياضة الغوص تحت الماء، (الغطس Diving). ولان البناني يحب التحدي والمغامرة والاثارة، غالبا ما يندفع الى رغباته من دون التنبه الى القوانين والانظمة المفروضة من المراجع المختصة والتي يجب التزامها، او الى الاحطار التي يمكن ان تنجم عن مزاولتها عشوائيا او عن جهل او عن نقص في المعلومات او كتحذد ومنافسة، فتكثر في المقابل الحوادث التي قد تؤدي في بعض الحالات الى الاصابة باعاقة دائمة او الوفاة.  
الغوص تحت الماء نوعان، الغوص الحر (Free

والغوص باجهزة متخصصة (Scuba). يرتكز الغوص الحر على تقنية الغطس من خلال النفس الطبيعي من دون استعمال اي جهاز لضخ الهواء. ويخضع مزاوله لتدريبات خاصة تتركز على تقنية الغطس وتمتد الى اربع سنوات (زهاء الف غطسة). معداته كناية عن قناع للوجه (Mask) ونفاسة (Snorkel) وزعانف مطاط (Fins)، اضافة الى اعتدة شخصية مثل بزة واقية من البرد (Wet Suite) وحزام الاوزان.  
اما الغوص باجهزة متخصصة (Scuba) فنوعان: الغوص الرياضي (Recreational Dive) وهو باستعمال اجهزة الغوصي (Scuba) بهواء مضغوط يصل الى حدود 40 مترا، والغوص التقني (Technical Dive) وهو باستعمال مزيج خاص كتعديل نسبة الاوكسجين او الهيليوم في الهواء ليتمكن الغواص من بلوغ العمق المطلوب ضمن اطار الانظمة والقوانين الموضوعية من مدارس الغوص.  
يمكن متابعة دورات الغوص من عمر 12 سنة، يتدرج خلالها السباح في مدارس متخصصة يتعرف خلالها على طبيعة الحياة البحرية، فيزياء الغوص وفيزيولوجيته. يهدف التدريب الى بناء الثقة بالنفس، وتعلم كيفية حل المشاكل التي يمكن ان يواجهها الغواص، وصولا الى امكان الغوص لاهداف محددة كاستكشاف السفن الغارقة وتصوير المواقع الاثرية والصيد، او اجراء دراسات علمية عن طبيعة الحياة تحت الماء. علما انه يمكن مزاولة الغوص حتى عمر 70 سنة، كما هي حال الغطاسة الفرنسية ستيفاني جوييلي.  
لا يحصل الغواص على شهادة مدرب الا



## CERTIFICATE OF REGISTRATION

This is to certify that

### Danash Contracting and Trading Co.

Sit Nafisa Street, Al Tanmia Building, 4th Floor Sidon, Lebanon

operates a

### Quality Management System

which complies with the requirements of

### ISO 9001:2008

for the following scope of registration

### General Contracting & Construction Services.

Certificate No.: CERT-0070158  
File No.: 1038413  
Issue Date: August 8, 2013

Original Certification Date: September 13, 2004  
Current Certification Date: August 7, 2013  
Certificate Expiry Date: September 10, 2016

*Chris Jouppe*

Chris Jouppe  
President,  
QMI-SAI Canada Limited

*Guillaume Gignac*

Guillaume Gignac, ing.f  
Vice President, Corporate Operations, Accreditation & Quality  
QMI-SAI Canada Limited



ISO 9001



Registered by:  
SAI Global Certification Services Pty Ltd, 286 Sussex Street, Sydney NSW 2000 Australia with QMI-SAI Canada Limited, 20 Carlson Court, Suite 200,  
Toronto, Ontario M9W 7K6 Canada (SAI GLOBAL). This registration is subject to the SAI Global Terms and Conditions for Certification. While all due care  
and skill was exercised in carrying out this assessment, SAI Global accepts responsibility only for proven negligence. This certificate remains the property  
of SAI Global and must be returned to them upon request.  
To verify that this certificate is current, please refer to the SAI Global On-Line Certification Register: [www.qmi-saiglobal.com/qmi\\_companies/](http://www.qmi-saiglobal.com/qmi_companies/)



INFORM INSPIRE IMPROVE

## رياضة



يمكن موازنة الغوص حتى عمر 70 سنة.

في المنطقة المقابلة للعبدة توجد 3 سفن شحن على عمق 50 مترا، وفي منطقة طرابلس بارجة فيكتوريا الانكليزية (طولها 150 مترا) مع بارجة وطراد روسيين يعود تاريخ غرقهما الى العام 1939. في العمق المقابل لمنطقة البترون، سفن محملة ترابية كما في انفه سفن قديمة يعود تاريخ غرقها الى 40 عاما، اضافة الى جبال ووديان ومغاور.

في جونه 5 بواخر يعود تاريخ غرقها الى 30 عاما، وعلى عمق 60 مترا قبالة بيروت بارجة ليسبيان (Lesbiennes) الانكليزية، وعلى عمق 40 مترا قبالة شاطئ خلدة غواصة سيفلور (Sefleur) الفرنسية التي غرقت عام 1939.

اما الموقع الاجمل فهو في صور حيث القلعة القديمة والمرجان والاصفاد والاسفنج وفوارات المياه الساخنة. كما يوجد قبالة شاطئ الناقورة حطام طائرة بريطانية يعود تاريخها الى العام 1949. وعلى عمق 24 مترا قبالة شاطئ طبرجا معرض من تنظيم رئيس وحدة الانقاذ البحري في الدفاع المدني سمير يزبك، ويتضمن دبابتين وسيارتي اسعاف وسيارتي اطفاء.

ضمن بيئة جميلة مميزة، ويمكن مزاولتها من عمر 12 سنة من دون سقف محدد شريطة عدم حصول مشاكل صحية تحول دون ذلك. تعود مهمة تحديد الاماكن المسموح بها ممارسة الغوص تحت الماء الى نوادي التدريب المتخصصة عبر وضع طقافات حديد (Flotteur).

تمتد اماكن الغطس على طول الشاطئ اللبناني من الشمال الى الجنوب.

اولية في البركة لتعلم كيفية استخدام المعدات الخاصة بالغوص واستعمالها بطريقة صحيحة حتى لا يتعرض الى الخطر عند التطبيق العملي في البحر على عمق لا يتعدى 5 الى 6 امتار، ثم 9 امتار و15 مترا، وصولا الى 18 مترا حدا اقصى للغطاس المبتدئ.

رفض الغطاسون وضع الغوص في خانة الرياضات الخطرة. فالتقيد بالتعليمات، واتباع قواعد الوقت والعمق المدرجة في الجدول العالمي الموضوع من الشركات العالمية، يجعلان من الغوص رياضة آمنة بنسبة تفوق بنسبة عالية الخطورة الموجودة في رياضات اخرى او حتى في قيادة السيارة.

لا تخلو رياضة الغوص من الحوادث مثل انخفاض الضغط الناجم عن المكوث في عمق معين اكثر من الوقت المحدد على الجدول العالمي (130 دقيقة حدا اقصى على عمق 12 مترا)، او تمزق في الرئتين من جراء مخالفة المعايير المحددة في سرعة الصعود من العمق (9 امتار في الدقيقة).

وتبقى متعة رياضة الغطس في انها تجري

### المعدات

يرواح ثمن معدات الغوص الحر من 20 الى 100 دولار اميري، اما الغوص باجهزة Scuba، فيراوح سعر معداته من 800 دولار الى 30 الفا.

ابرز المعدات: قفازات، زعانف، بذلة مع قبعة للغوص لمسافات عميقة، خنجر بحري، حزام الازان، قارورة اوكسيجين مع ساعة ضغط وحاسوب خاص بوضع في المعصم. تبلغ سماكة بذلة الغوص الشتائية 7 ملليمترات، والصيفية بين ملليمترين و3 ملليمترات.