



Microsoft
Windows xp

حاسوب الكبسولة F5.. تقنية متقدمة ومتعددة

الأداء المعلوماتي وتحقيق مبدأ دوام الاتصال مع الأنظمة الأساسية والخوادم المضيفة إضافة لتقليل الخطأ والتصحيح في عمليات إدخال البيانات. وتشمل مواصفات الجهاز إضافة إلى تصميمه المقاوم لجميع الظروف والمخصص للعمل في البيئات الميدانية والخارجية عمله من خلال معالج أنتل سنترينو بتقنية Core Solo كما تشمل القرص الصلب الاختياري SanDisk سعة "32" جيجابايت. بإصداره المخصص لحواسيب الكبسولة Ta-let PC Edition كما يدعم العمل مع نظام فيستا الحديث Windows Vista بإصداره المخصص للأعمال.

واشنطن / متابعة : من أحدث ما قدمته Motion Computing، حاسوب الكبسولة الحديث F5 حيث يمثل الجهاز الحديث معادلة ما بين الحواسيب الشخصية التجارية والأجهزة جيدة الصنع التي توفر خصائص تقنية متقدمة ومتعددة. ويستهدف حاسوب الكبسولة (F5) توفير الحلول النقلة في مجال الصناعة والخدمات الميدانية والإنتاج والقطاعات العامة وقطاع الإنشاءات. ومن خلال مواصفاته يوفر F5 الخدمات المطلوبة من قبل القطاعات المستهدفة التي تشمل تخفيض عدد الأجهزة المستخدمة في حقل العمل وتحسين



مدن عربية وعالمية

نيقوسيا هي عاصمة قبرص وأكبر مدنها تقع قريبا من وسط الجزيرة كذلك تقع على نهر بيديوس كما تعتبر مدينة نيقوسيا العاصمة الإدارية لمنطقة نيقوسيا كما تضم المدينة مقر الحكومة وتعتبر العاصمة الوحيدة في العالم المقسمة حيث ينبع الجزء الشمالي منها تركيا والجزء الجنوبي قبرص كما يقع مقر جامعة قبرص فيها. وتمتاز مدينة نيقوسيا بجمال فريد وبطقس معتدل وصحي.. وقد اختارها «الهاء» الميثولوجيا اليونانية «أفروديت» مسرحاً لها. يعود تاريخها إلى ألف عام، ولأنها تقع في وسط الجزيرة تقريبا، يسهل الوصول إليها من المدن الأخرى، ويطلب فيها قضاء أيام العطلة. فيستطيع السائح أن يتمتع بالجمال الباردة المنعشة التي تكسوها غابات الصنوبر والأرز، فضلا عن الشواطئ الذهبية التي تغمرها أشعة الشمس بدفءها وحرارتها، والقرى التي تمتاز بالسكنية والهدوء وتقبلها المدن المتحضرة التي تعج بالسرعة والآلة والنشاط والحركة. وتتميز نيقوسيا بجدرانها الفينيقية القديمة والحصينة، المبنية في القرن السادس عشر. وتضم المدينة القديمة مباني تاريخية عديدة وأماكن مشوقة. وتكثر فيها الكافيات الصغيرة والمقاهي والحوانيت ومتحف جديد للمجوهرات، ومتحف أخرى حديثة. وعندما تمشي في المدينة يعود بك الزمن إلى الوراء، وتحس فيها بطعم عربي بين الفينة والأخرى، لغة ومذاقا وطعاما وأزياء، وتلفت أنظارك الأزقة والمساكن القديمة ذات النشرفات المزخرفة التي تبرز من جدران الحجر الرملي. وقطعا ستري الحرفيين في دكاكينهم الصغيرة يمارسون حرفهم المتنوعة، وهم ممتسون. ومن الأشياء التي تثير اهتمام السائح الحي الشعبي «لايكي توتيا» المثال النموذجي على ما كانت عليه نيقوسيا قديما، كما يشد الزائر أيضا متحف قبرص المميز، الذي يشمل مجموعة من التحف القبرصية والتراث التي تعود إلى العصر «التوليبي»، وتعتبر بوابة «أغوستوس» من روائع الفن المعماري القديم، وهي أحد أهم المداخل الرئيسية في جدران المدينة والتي أعيد ترميمها، وثمة كنائس قديمة في هذا الجزء من المدينة، ومتحف بيزنطية، وأخرى خاصة بالفن الشعبي، وكذلك مقر الأسقفية وكاتدرائية القديس يوحنا، بلوماتها الإدارية الفاتحة، ومتحف النضال الوطني، ومبنى «حاجيوري إياكيس كونيسوس»، وهو مثال جيد للفن المعماري الخاص بالقرن الثامن عشر، ويضم «المتحف القومي». ويقع على مسافة قريبة من هذه الآثار الخط الفاصل الذي يقسم جمهورية قبرص عن الشمال الذي اجتاحت القوات التركية عام 1974 م. أما المدينة الحديثة فتعد مركزاً عالمياً للحضارة، وتعتبر مركزاً للمحلات التجارية، وتشتهر ببطاعها المختلفة، وتوجد بها سلسلة من المؤسسات



حدث في مثل هذا اليوم

1727م: وفاة العالم البريطاني إسحاق نيوتن واضع قانون الجاذبية الأرضية عن 84 عاماً.

1800م: معركة هيلوبوليس التي انتصر فيها كليبر على العثمانيين أثناء الحملة الفرنسية، وبدء ثورة القاهرة الثانية.

1828م: مولد الكاتب المسرحي النرويجي هنريك إبسن.

1911م: مولد الموسيقار رياض السنباطي.

1956م: إعلان استقلال تونس.

1973م: القوات المسلحة العراقية تتجتاح الحدود الشمالية للكويت وتتوغل داخلاً لمسافة ثلاثة كيلو مترات.

1989م: وفاة واضع أسس التحليل النفسي في إيطاليا سيزار موزاتي عن 91 عاماً.



نيقوسيا

مدينة معطرة بعبق العصور الوسطى

اليونانية التقليدية والرقص الإيقاعي اليوناني في عدد كبير من المطاعم. كما تترك النوادي الراقصة انطباع المرح والسرور على روادها وهي تنافس أرقى النوادي الراقصة في أوروبا، كما تتوفر الموسيقى الحية في معظم الفنادق.

العلمية الدولية وأماكن اللهو والترفيه. وعلى مقربة من العاصمة بفاجنك جمال وروعة التاريخ من القرن الثاني عشر مرسومة في مدافن «تاماسوس» الملكية ومدينة «الديون» الأثرية وقرى «فيكاريا» و«كوكوبيتر» و«حياة الليل في قبرص تروق لجميع الأذواق، حيث تتوفر الموسيقى

الوجبات النباتية تقي من أمراض التهاب المفاصل

اطعمة نباتية خالية من مادة الجلوتين وتطلب من 28 آخرين تناول وجبات متوازنة لكنها غير نباتية لمدة عام واحد.

ووجدوا أنه في الأشخاص الذين اتبعوا نظاما غذائيا يستبعد المنتجات الحيوانية والجلوتين الموجود في القمح ونبات الجوارار والشعير انخفض لديهم مستويات البروتين الدهني المنخفض الكثافة أو ما يسمى الكوليسترول الضار والذي يمكن أن يؤدي إلى انسداد الشرايين. كما انخفضت أوزانهم في حين لم يظهر أي تغييرات في المتحورين الذين تناولوا النظام الغذائي الآخر.

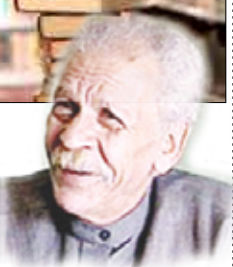
وقال الباحثون أن هناك حاجة إلى دراسات أخرى لتحديد الأدوار التي ربما تلعبها الأغذية المختلفة في تقديم فوائد في الوقاية من التغيرات القلبية والجلطات.



لندن / متابعة :

قال باحثون سويديون أن الوجبات النباتية الخالية من الجلوتين والغنية بالحبوب وبذور زهرة الشمس والفواكه والخضروات توفر فيما يبدو وقاية من الالتهاب القلبية والجلطات لدى الأشخاص المصابين بالتهاب المفاصل الروماتويدي. وتعمل الوجبات النباتية فيما يبدو على خفض الكوليسترول وتؤثر أيضا على النظام المناعي وتخفف بعض الأعراض المرتبطة بهذا المرض الذي يصيب المفاصل ويسبب ألما شديدا. وقال فريق من معهد كارولنسكا السويدي أن هذه الدراسة تشير إلى أن النظام الغذائي يمكن أن يعالج دورا مهما لدى الأشخاص المصابين بالتهاب المفاصل الروماتويدي وهم في العادة الأكثر عرضة للإصابة بالتهاب القلبية والجلطات وانسداد الشرايين.

وكتب الباحثون في دورية بحوث وعلاج التهاب المفاصل يقولون أن « هذه النتائج متوافقة مع نتائج سابقة للأنظمة الغذائية التي تحتوي على الخضروات والنباتات بالنسبة إلى الأشخاص غير المصابين بالتهاب المفاصل الروماتويدي والتي أظهرت انخفاضا في ضغط الدم وفي مؤشر كتلة الجسم وفي حالات الإصابة بأمراض الأوعية الدموية للقلب».



أحمد فؤاد نجم

استغماية

غمي عينوك سد ودانك افتح بيقك قول انا فين الشاطر فيكو يحزر فزر في دقيقتين والأشطر منه اللي يحزرها في غمضة عين والأشطر خالص ما يحزرها يقول انا فين والأشطر أشطر اللي بيص يشوف بالعين انا فين؟ فيه ناس اختلف في الموضوع وحكاوي أتقالت عن مواضيع والناس لا مؤاخذة في زمن الجوع يتعشوا كلام يفطروا تشننج!



هل تعلم؟

هناك فأر يسمى باسم (فأر باس) يقتل الزواحف السامة تلقائيا بمجرد اقترابها منه.

قلب جميع الحيوانات موضوع في الوسط من الصدر ما خلا الإنسان فإن قلبه مائل إلى الجانب الأيسر قليلاً.

ذو حدة السمع ثلاثة: الكلب والحمار والخلد.

ذوات الزهو في الحيوانات ثلاثة: الفرس والديك والطاوس.

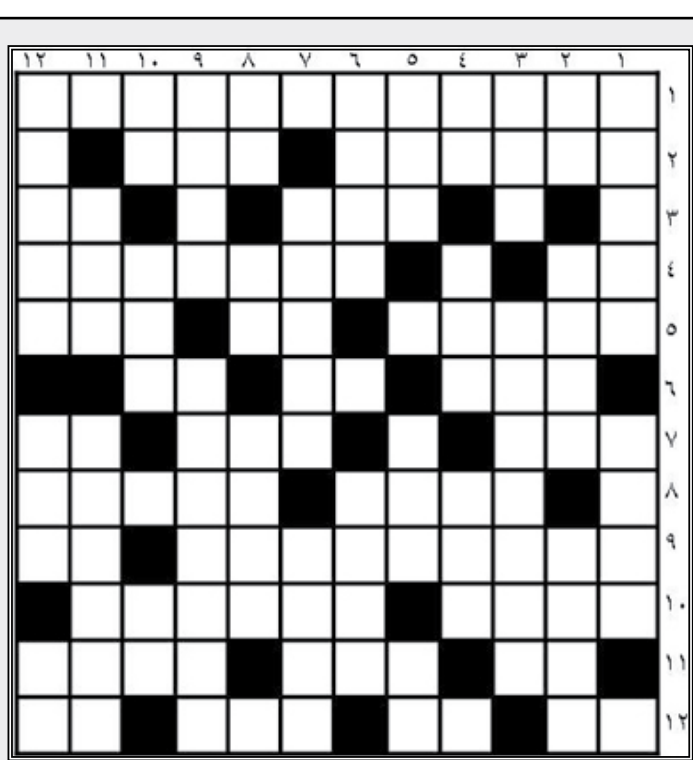
تحب الظلمة من الحيوانات ثلاثة: البوم والخفاش والخلد.

يعتقد البعض أن الكوبري تعشق الموسيقى كالحيات والتفاعيل الأخرى ولكن العلماء لا يؤمنون بذلك لأن الثعابين صماء لا تسمع .. والكوبري لا ترقص على نغمات الموسيقى ولكنها تنبئ فجأة لحركات الناي خوفاً من أن ينقض عليها ليقنطها فتأهب وتتابع حركته بحذر شديد.

المكان الوحيد الذي يمكن قتل الأخطبوط فيه هو الواقع بين عينيه إذ أن قطع ذراعه لا يؤثر فيه.

الزرافة إذا انزلت على الأرض مع انفراج سيقانها فهي لا تستطيع القيام مرة أخرى ويمكن أن تظل هكذا إلى أن تموت.

هناك نوع من النمل يعيش على الرعي فيرقط قطعاناً من حشرة المن ويجلبها ويعيش على إفرازاتها السكرية.



كلمات مقاطعة

أفقياً:

- 1- أديب وصحافي لبناني ولد في قرية إبل السقي وتوفي بمصر. من مؤسسي جريدة المقطم تولى إدارتها وإدارة مجلة المقتطف.
- 2- من مقامات الموسيقى العربية - أحرف متشابهة.
- 3- عملة كمبوديا - حرف إنجليزي.
- 4- عملة - عاصمة أسبوعية.
- 5- اسم فارسي معناه التاعم للمصقول - قهوة - أداة حصص.
- 6- أحد أبناء يعقوب عليه السلام - عائش - والده.
- 7- شهيد - رجاء - حرف جر.
- 8- عكس يشترى - سنين.
- 9- أبو ليل المهلهل - عدد إنجليزي.
- 10- عكس - سهلان.
- 11- للتخيير (معكوسة) - غير معلن - أضاء.
- 12- تقال للتوجه - في العروق - نجل - حرف إنجليزي.

عمودياً:

- 1- من أنواع الصقور الجارحة - عاصمة عربية.

حل العدد الماضي



شخصيات خالدة

هنريك إبسن

علاق الأدب المسرحي النرويجي

ولد الكاتب هنريك إبسن عام 1848م، في مدينة سكا في مدينة صغيرة جنوب النرويج، والده كان تاجراً معروفاً وتعرضت تجارته إلى الخسارة، مما أدى بإبسن إلى العمل في صيدلية إضافة إلى دراسته بعد خسارة والده وهو في عمر 15 سنة وعمل في مدينة كريستاد كعامل في الصيدلية، أما والدته كانت رسامة ماهرة هي ماري ماريتينا، ثم سافر إلى مدينة كريستينا في أوسلو الحالية ودخل إلى مدرسة هيلت بيرجس وهي مدرسة توهله للدراسة في الجامعة، وكذلك بدأ يكسب مالا من كتاباته الصحفية وله مسرحيات هما (Cattline) وهي تراجيديا تعكس المحيط الثوري، والمسرحية الثانية هي (Burial Mound) وكتبت هاتين المسرحيتين ليس باسمه وأما باسم مستعار.

كان يأمل أن يصبح طبيباً رغم تفوقه فعمل إن فكرته وأنصرف للتفرغ للأدب.

تم تعيينه شاعراً مسرحياً عام 1851م، بعد عرضه مسرحية (Cattline) وفي هذه الفترة قدم 150 مسرحية.

في عام 1857م، بدأ العمل كمخرج



أقوال مأثورة

الفردى

قروي طلبوا منه شيئاً يثبت ملكيته للبيت أعطاهم صورته وهو واقف جنب الباب

أبو فرات



أقوال مأثورة

طعامكم داؤكم وداؤكم في طعامكم

أبو فرات



صداقتي أنا أفضل!