



المدى/وكالات

لم تعد المسافات تمثل حاجزا بين أفراد العائلة الواحدة أو مجموعات الأصدقاء فيحول دون تواصلهم الحي بالصوت والصورة - في أي وقت، فالتكنولوجيا التي اختصرت الزمن والمسافات باختراع الطائفة جعلت من السهل رحيل الأصدقاء والأقارب والأهل إلى بقاع نائية من الأرض هي نفسها التي عادت وجعلتنا قادرين على التجمع مرة ثانية دون أن نترك أي منّا مكانه

مكلفا، فكل ما تحتاج إليه لأجراء دردشة بالصوت والصورة مع أي شخص تريده لا يتطلب أكثر من كمبيوتر شخصي واتصال بالانترنت وكاميرا إنترنت وهي كلها أشياء متاحة للكثيرين.

ويمكن توفير كاميرا انترنت بسيطة بما لا يتعدى ٢٠ دولارا ولكن كاميرات الفيديو الغالية التي تعطي نوعية أفضل أو ميزات أكثر يمكن استخدامها أيضا.

ولكي تبدأ محادثة بالصوت والصورة يجب البدء بتسجيل استخدام برنامج الدردشة المخصص لدى الشركة المنتجة لئلا هذا البرنامج الذي يتاح مجاناً في أغلب الأحوال وبعد ذلك تحدد طريقة اتصالك بأجهزة كمبيوتر الخادم الخاصة بهذه الشركة التي توفر الخدمة مثل ياهو ومايكروسوفت.

ويقول هيرالد جيرهارد خبير التكنولوجيا في جامعة دورتموند الألمانية "لكي تحصل على صورة واضحة وصوت نقي (عند الدردشة) يجب أن يكون لديك اتصال بالانترنت بسرعة تتراوح بين ١٢٨ و٢٥٦ كيلوبت في الثانية الواحدة وهذه السرعة متاحة من خلال الخدمات العادية للاتصال بالانترنت غالبا.

ومن بين العوامل التي تؤثر على جودة الصورة ونقاء الصوت أيضا برنامج الدردشة الذي تستخدمه، فمثلا برنامج ماسنجر الخاصة بخدمة أمريكا أون لاين يستخدم برنامج متين الخاص بـمايكروسوفت وهو قديم نسبيا، في المقابل



يتم تخزين الصور التي نلتقطها داخل كارت إلكتروني صغير يدخل الكاميرا الرقمية وهذا الكارت تتراوح سعته ما بين ٢٢ الى ١٠٢٤ ميجابايت. ليس الأفضل دائماً أن تكون الصور من درجة كفاءة عالية فكلما زادت كفاءة الصور كلما استهلك مساحة تخزينية أكبر في كارت الذاكرة الإلكترونية بالكاميرا. فإذا كنت تريد أن ترسل الصورة التي تلتقطها عبر البريد الإلكتروني فمن الأفضل أن يكون صغيرة الحجم حتى لا تستغرق وقتاً كبيراً في الإرسال ولذلك يفضل أن تكون مساحتها 480×640 نقطة. عندما تضبط الكاميرا الرقمية على هذه الدرجة: سنحصل على الفوائد التالية:

- ♦ سوف تتمكن الكاميرا من تخزين عدد أكبر من الصور في ذاكرتها الإلكترونية وذلك لأن الصور على درجة الكفاءة المنخفضة يكون حجمها صغير.
- ♦ انتقال الصور من الكاميرا الى الحاسب الشخصي سيتم

في وقت قصير وذلك لأن حجم ملفات الصور سيكون صغيراً. سوف تستهلك الصور مساحة قليلة داخل وحدة التخزين الرئيسية Hard Disk بحاسبك وبذلك لن تعاني من نقص في المساحة الخالية بهذه الوحدات. على الجانب الآخر يجب أن نعرف أن الصور التي نلتقطها على درجة الكفاءة المنخفضة والتي تناسب التعامل مع البريد الإلكتروني لن تكون

لم يكن كتاب الجيب ابتداءاً جديداً في الثقافة العربية خاصة أدركت دور النشر والتوزيع العربية وخصاً في القاهرة وبيرت أهمية مبكراً ووظيفة الفاعلة في تعميم الثقافة ونشرها بين شرائح متنوعة من المجتمع وتقديم المفهوم الشامل والفعال للثقافة التي تشمل على الجوانب الفلسفية والعلمية والمهنية والأدبية من دون أن تقتصر على وجه واحد من وجوهه الثقافية.

ومن هنا ظهرت سلسلات "كتب الجيب" في دور النشر المصرية واللبنانية وأثرت المكتبة العربية بموضوعاتها المتنوعة ومؤلفاتها المكثفة والرسوبية.

وتزداد اليوم أهمية هذا النمط من الكتاب مع تصاعد وتائر الثورة التقنية في العالم في مجال الأنترنت والحواسيب والاندماج فرص القراءة التامة في موسوعات الفكر والعرفة المختلفة وطبيعة الحياة المعاصرة والتشغالات الإنسان وسط هذا الازدحام اللامتناهي السريع وفي وحداته الزمنية المتلاحقة.

وأزاد الحصار على الكتاب الاعتدادي عقب الغزو الكوني للإعلام المرئي وانتشار الفضائيات وتزايدها.. والتي أخذت تتنافس فيما بينها بابتكار وسائل الجذب والاستقطاب الأكبر -دع يمكن من المشاهدين والتألي الفوز بنصيب أكبر من الإعلان كغاية قصوى لهذه المؤسسات الإعلامية.

لهذه الأسباب وأخرى انتقلت بتصميم كتاب الجيب بسهولة حملته ونقله إلى الأماكن المختلفة في الباص والسيارة والمقهى.. مع تكاليف البسطة وأسعاره الزهيدة التي تمكن شراءه من قبل أكبر عدد من الشرائح الاجتماعية.

كل ذلك جعل من "كتاب الجيب" هو كتاب المستقبل والقادر على دخول الصراعات التنافسية للتخصصات الزمنية المتأخرة

احمد توفيق

الفئات

أكد علماء مختصون أن التوتر والضغوط النفسية تؤثر في الأداء الوظيفي للمخ وتؤدي إلى القلق وضعف المناعة عند الإنسان.

يقال الباحثون في كلية الطب بجامعة برمنغهام البريطانية إن الضغوط النفسية الناتجة عن الاحتجاجات تؤثر على صحة طلاب لأنها تسبب انخفاض مناعة المناعة في الجسم.

أشار هؤلاء إلى أن القلق بسبب الاحتجاجات أو الخوف من التسرب والفشل أو عدم الحصول على درجات عالية

وقد يسبب الوفاة مشيرين إلى أن القلق المضاد لهذا المرض يعطي للطلاب غالباً قبل دخولهم إلى الجامعة.

ووجد هؤلاء بعد متابعة ٦٠ طالباً من طلاب أجاياو على استبيانات حول الأحداث الحياتية والتوترات النفسية والحالة النفسية والمزاجية والقدرة على التحمل والدمج الاجتماعي والسلوكيات الصحية وجمع عينات من دماهم لقياس تركيز الأجسام القوابية المضادة لالتهاب السحايا (سي) بعد تلقيهم مطعوم المرض أن التعرض

لمستويات عالية من التوترات الحياتية ومشاعر القلق والضغط النفسي أدى إلى وجود مستويات منخفضة من الأجسام المضادة ما يدل على أن التعرض بالتوتر هو الذي يولد الانخفاض في النشاط المناعي.

ويرى العلماء أن هذه النتائج تدعو ما أظهرته الأبحاث السابقة حول وجود علاقة بين التأثيرات النفسية واستجابة الأجسام المضادة في الجسم لسقاحات التهاب الكبد الفيروسي (ب) والأنفلونزا والحصبة الألمانية.



إلا أن ذلك لا يعني وجود علاقة بين قلة النوم والبدانة، ولكن البحوث أثبتت أن نقص الوزن عبر زيادة مدة النوم قد يساهم في بناء تلك العلاقة. وأوضح العلماء أن الحرمان من النوم يسبب انخفاض الهرمون البروتيني المثبط للشهية "ليبتين"، وزيادة مستويات هرمون آخر يسبب الرغبة للطعام، فضلا عن تداخل الببتيدات العصبية التي تتحكم بالنوم والبدانة التي وصلت معدلاتها إلى حدود وائية في الدول المتقدمة، وخصوصا في الولايات المتحدة، مؤدية إلى الكثير من الاضطرابات والشكايات الصحية.



كبيرا في هذه الحالة تظهر الصورة بشكل جيد عند طباعتها. قد تستخدم الطابعات أكثر من قطرة من الحبر عند طباعة النقطة الواحدة للمصورة ويظهر ذلك بشكل خاص عند طباعة الصور الملونة فكل نقطة من الصورة تحتاج على الأقل إلى أربع قطرات من الحبر بالألوان الأساسية وهي (الأزرق والأخضر والأصفر). الطابعات التي تستخدم في طباعة الصور تكون على درجة مناسبة لعمليات الطباعة التي تحتاج إلى درجة كفاءة عالية. معظم الكاميرات الرقمية وحتى الرخيصة الثمن يمكنها لتقاط الصور المناسبة للبريد الإلكتروني ولكن الكاميرات الرقمية الغالية الثمن هي فقط التي يمكنها تصوير صور عالية الكفاءة والتي تظهر شكل جيد عند طباعتها. لصور التي لتقطها لكي تتم طباعتها يجب أن تكون عالية لكفاءة أي أن عدد النقاط Pixel في البوصة المربعة يكون

عالية من الكفاءة وبعض أنواعها تستخدم أكثر من ٢٩ قطرة من الحبر في طباعة نقطة واحدة من الصورة لكي تتمكن من طباعة ٣٥٠٠ لونا مختلفا. يمكنه طباعة صورة مساحتها ١٢٠٠×٩٠٠ نقطة (حوالي ٤ بوصة × ٣ بوصة) وبدرجة جودة ٣٥٠ نقطة في البوصة المربعة فتحصل على صورة جيدة. أقل من درجة الجودة السابقة أو على مساحة أكبر لن تحصل على طباعة جيدة.

مناسبة لعمليات الطباعة التي تحتاج إلى درجة فضاء عالية. معظم الكاميرات الرقمية وحتى الرخيصة الثمن يمكنها لتقاط الصور المناسبة للبريد الإلكتروني ولكن الكاميرات الرقمية الغالية الثمن هي فقط التي يمكنها تصوير صور عالية الكفاءة والتي تظهر شكل جيد عند طباعتها. لصور التي لتقطها لكي تتم طباعتها يجب أن تكون عالية لكفاءة أي أن عدد النقاط Pixel في البوصة المربعة يكون

