

التقدم في السن لا يعني خفض الحاجة للنوم

نعت دراسة جديدة الاعتقاد السائد بأنه كلما تقدم المرء بالعمر تقل حاجته للنوم، مؤكدة أنه مجرد "خرافة"، محذرة بأن ذلك قد يكون مؤذناً للجسم. وأشار الدكتور شون برمودون الخبير في النوم والذاكرة من جامعة كاليفورنيا، إلى أنه ينصح المسنين بنيل قسط كافٍ من النوم كما هو الحال بالنسبة للأشخاص الأصغر سناً. وأوضح برمودون أن الساعات التي ينامها المرء في الخامسة والثلاثين من العمر يجب أن لا تختلف عن تلك التي ينامها عندما يتقدم به العمر، لأن ذلك يساعد في وقف "التدهور الإدراكي" و"ضروري للجسم، مضيفاً بأن بعض العجائز يجدون صعوبة في النوم لأسباب مختلفة ولذا يظنون أنهم ليسوا بحاجة للنوم مثل غيرهم وهذا خاطئ لأن ذلك يؤثر على صحتهم وقدرتهم العقلية. وأكد برمودون أن قدرته على النوم قد تتراجع عند التقدم في العمر ولكن الاعتقاد بأنك بحاجة لساعات نوم أقل هو مجرد خرافة. مشيراً إلى أن الساعات التي كنت تنامها عندما كنت في الخامسة والثلاثين يجب أن لا تختلف عن تلك التي تنامها وأنت في الخامسة والسبعين من العمر. وحذر برمودون من أن النوم أقل من ست ساعات يومياً يؤثر على قدرة المرء على القيام بالمهام المطلوبة منه وتذكر الأشياء.

المرأة أكثر ذكاءً من الرجل

المرأة أدت من الرجل.. هذا خلاصة بحث حديث تضمن مسابقة على الإنترنت، استندت على اللعبة الشعبية "ترايغفال بيرسوت" المشهورة، جرت بين الجنسين واستمرت مدة خمسة أشهر وبتسع لغات مختلفة. وطرح أكثر من ١٥ مليون سؤال أثناء المنافسة التي تراجعت فيها كفة الجنسين باستمرار، ومنذ إطلاقها في تشرين الثاني الماضي وحتى تمكنت حواء، وبالكاد، من انتزاع النصر. وفي المسابقة، جاءت النساء بـ ٤٠٨٨٠١٣٩٠٠٠ رد صحيح، مقابل ٤٠٧٧٠٥٩٦ من الأجوبة الصحيحة للرجال، وكان الأمر سيستغرق الفرد حوالي تسعة أعوام و٢١٥ يوماً و٨ ساعات و٢٤ دقيقة للإجابة على ذات أسئلة اللعبة الشعبية التي شنت للمرة الأولى عام ١٩٨٢ ومن أكثر الفئات شعبية في المسابقة كانت تلك المتعلقة بالمواعيد، حيث برزت قوة أداء النساء، فيما كانت أجوبة الرجال صحيحة في هذا المجال بنسبة ٥٦,٨ في المائة، وتلتها المواضيع المتعلقة

بالعلوم والطبيعة، والرياضة والترفيه، والتاريخ والفنون والآداب، والجغرافيا، وأخيراً أناس وأماكن. وتميزت النساء كذلك في المواضيع المتعلقة بالعلوم والطبيعة، بإجابات صحيحة بمعدل ٥٤,٤ في المائة، وتلك المختصة بـ "أناس وأماكن" وأجبن بدقة بنسبة ٤١,٧ في المائة. الرجل، كانت أجوبته الأفضل في الأسئلة المتعلقة بـ "العلوم والطبيعة" بنسبة دقة بلغت ٥٧ في المائة، والموضوعات بـ ٥٦,٧ في المائة، وتفوقوا على النساء بنحو الضعف في أسئلة "الرياضة والترفيه" بنسبة ٥٤,٨ في المائة، أما أكثر نقاط ضعفهم فكانت "الجغرافيا" و"أناس وأماكن" بأجوبة صحيحة بنسبة ٤٩,٩ في المائة لكلا الموضوعين، ويذكر أن المنافسة المغلقة ستكون بين الأجيال - لمن هم فوق ودون الثلاثين - وستنطلق في منتصف آذار المقبل.

حواسيب متطورة مقاومة للحرارة والإشعاع

٣١٠ مليون ميل، ومنها على سبيل المثال: رحلاتها إلى كوكب المريخ للمركبتين الفضائيتين النابيتين (Mars Exploration Rovers) اللتين أطلقتا خلال عام ٢٠٠٢م، وقد ساعدت هذه الأنظمة في إدارة ومعالجة المعلومات على متن المركبتين، وفي تنفيذ مهام استكشاف الكواكب، حيث ساهمت هذه الحواسيب المتقدمة مساهمة فاعلة في تجميع المعلومات وتبادلها بين موقع المهمة والأرض، وذلك بإرسال معلومات حول مناخ، وطبيعة سطح المريخ، وقد أعطت هذه الرحلة معلومات مفيدة لتحديد وجهات الرحلات المقبلة. تعد حلول RAD٧٥٠ جيلاً متطوراً من المعالجات الدقيقة التي لعبت دوراً حيوياً في مهمة مركبة (Deep Impact) التابعة لوكالة ناسا. استخدمت حواسيب شركة (BAE Systems) الفضائية لدراسة طبيعة الشمس ومعرفة مدى تأثيرها على الأرض والفضاء المحيط بها. حيث استعانت الوكالة بثلاثة أنظمة حواسيب فضائية لدراسة تأثيرات الشمس على الأرض والفضاء المحيط بها، حيث اختارت الوكالة

تعد أنظمة شركة بي إي سيستمز (BAE Systems) الحاسوبية المقاومة للإشعاع من أهم مقومات نجاح الرحلات الفضائية لوكالة الطيران والفضاء الأمريكية (ناسا)، إذ أنها ساعدت في وضع المركبة الفضائية مارس ريكونيسانس أوربيتر (Mars Reconnaissance Orbiter) التابعة للوكالة في مدارها حول كوكب المريخ بنجاح. ومن الجدير بالذكر أن شركة بي إي سيستمز البريطانية العالمية بدأت في بناء أنظمة حواسيب مضادة للإشعاع منذ أوائل تسعينيات القرن الماضي، وتعد مسؤولاً رائداً للحواسيب القادرة على مقاومة الإشعاع والحرارة والاهتزاز وغيرها من الظروف الصعبة التي تواجه رحلات الفضاء، وجرى تطوير النسخة الأحدث RAD٧٥٠ من خلال شراكة بين عملة الأبحاث الجوية التابع للشركة ومعمل الدفع النفاث التابع لوكالة ناسا، ساهمت المعالجات الدقيقة RAD٧٥٠ microprocessors التي قدمتها الشركة والمعتمدة على متن المركبات الفضائية، في تسيير رحلاتها لمسافات تزيد على

مايكروسوفت تغلق شبكة الإزعاج العالمية

حصلت شركة مايكروسوفت على حكم محكمة بإغلاق شبكة عالمية من أجهزة الكمبيوتر التي تقول إنها مسؤولة عن أكثر من ١,٥ مليار رسالة من البريد الإلكتروني المزعج يوميا. ومن قاض امر يبي الشركة الحق في إغلاق ٢٧٧ دومين (أو نطاقاً) على شبكة الإنترنت، تقول مايكروسوفت أنها كانت تستخدم لـ "التحكم والسيطرة" على ما يسمى Waledac botnet وقالت الشركة أن إغلاق تلك النطاقات أو المجالات من شأنه أن يحول بين ما يقرب من ٩٠ ألف جهاز كومبيوتر وتلقي

الشمس تتمتع بدقة فائقة ووضوح في الصورة تصل درجة وضوحها إلى عشرة أضعاف صورة التلفاز عالي الوضوح (HDTV) تعد هذه المهمة الأولى التي تطلقها ناسا ضمن برنامجها (الحياة مع نجم)، وسوف يتولى المرصد دراسة جوانب الشمس والنظام الشمسي ذات التأثير المباشر على الحياة فوق كوكب الأرض، كما سيرصد المرصد مصادر النشاط الشمسي وكيف ينشأ عنه طقس الفضاء، وسيكون بإمكان العلماء التنبؤ بالتغيرات الشمسية بمساعدة قياسات داخل الشمس والمجال المغناطيسي لها والبالزما الساخنة للالهة الشمسية وتدفق الطاقة المشعة التي تخلق الطبقات المتأينة (أيونوسفير) للكواكب، حيث من الممكن أن يهدد طقس الفضاء الطائرات والاتصالات الفضائية ورجال الفضاء وأنظمة الملاحة والطاقة الكهربائية على الأرض.

وامر بإرسال البريد المزعج وقد SPAM وتوصلت دراسة أخيرة قامت بها الشركة إلى أنه في الفترة من ٣ إلى ٢١ ديسمبر / كانون الأول، وجهت نحو ٦٥١ مليون رسالة إلكترونية غير مرغوب فيها إلى حسابات على بريد هونديل وحده. وقالت إن تلك واحدة من أكبر ١٠ (بوت نت) في الولايات المتحدة. وتمت عدوى أجهزة الكمبيوتر التي تنتظم ضمن شبكة من شبكات بوت نت عادة بواسطة فيروس من فيروسات الكمبيوتر أو الديدان الكومبيوترية WORM وإعادة لا يعرف مستخدمو أجهزة الكمبيوتر أن أجهزتهم قد تم اختطافها والسيطرة عليها. وقالت مايكروسوفت أنه على الرغم من أنها قد أغلقت فعلياً تلك الشبكة، إلا أن الآلاف من أجهزة الكمبيوتر ستظل مصابة بالعدوى بفيروسات، ونصحت المستخدمين باستخدام البرامج المضادة للفيروسات.

المخلوقات الفضائية

النتقال ومذيع السيارة، إلا أن تشويشا غريباً حصل أنذاك، فنزل من سيارته ومشي وسط ذلك الضوء، وعند عودته إلى سيارته بدأ يشعر بالتعب، وأصيب بمرض جلدي غريب، دفعه لزيارة الطبيب. من جهة أخرى، يخضمن التقرير أيضاً مراحل تطور الشكل الخارجي للأجسام الفضائية خلال النصف الثاني من القرن الماضي، فالعديد من التقارير الحديثة المدرجة في هذه الوثائق وصفت هذه الأجسام بأنها كبيرة الحجم، وشكلها مثلث، ولونها أسود، بينما ساد وصف "الشكل الدائري والصغير" على التقارير الواردة من أربعينيات وخمسينيات القرن الماضي.

وقال ديفيد كلارك، مؤلف كتاب "ملفات الأجسام الفضائية" إن مراحل تطور شكل الأجسام الفضائية انعكس بصورة واضحة على شكل هذه الأجسام في الأفلام الأمريكية مثل The X-Files و Independence Day. وأضاف: "من المستحيل جداً إثبات وجود علاقة بين ما يشاهده الناس ويقرؤونه، وبين ما ورد في هذه التقارير. التفسير الذي يمكن أن يقدم هنا هو أن التطور

صفحة، وهي تتضمن حوادث حصلت بين ١٩٩٤ و ٢٠٠٠. ومن الحوادث التي تضمنتها التقرير حادثة رؤية أحد الأشخاص في بيرمينغهام لطبق مثلث الشكل، وأزرق اللون، يحلق في الباحة الخلفية لمنزله الساعة الرابعة صباحاً، في شهر آذار ١٩٩٧.

وقال الرجل حينها إن أي صوت لم يصدر عن هذا الطبق، وبعد مرور ثلاث دقائق، اختفى عن الأنظار، خلفاً وراءه مادة حريرية بيضاء، وضعها الرجل في جرة واحتفظ بها. إلا أن التقرير لم يذكر ما حدث للجرة أو محتواها لاحقاً، ومن الحوادث الأخرى، تلك التي وقعت في كانون الثاني ١٩٩٧، فبينما كان أحدهم يقود سيارته إلى منزله في جنوب ويلز، شاهد "أنبوباً من الضوء" يهب من السماء، وكأنه نجم ساطع يسقط من الأعلى. وقد حاول الرجل حينها استخدام هاتفه

بريطانيا تكشف عن ملفات جديدة تتعلق بـ "المخلوقات الفضائية"

كشفت وزارة الدفاع البريطانية والأرشيف الوطني عن مجموعتها الخامسة من الوثائق المتعلقة بالمخلوقات الفضائية والأطباق الطائرة في خطوة لتعريف الجمهور بهذه الأجسام الفضائية. وتعتبر هذه المجموعة الأكبر، إذ يصل عدد صفحاتها إلى ستة آلاف

وقال الدكتور نيل يونج، العالم في شؤون الإنذار الجليدية في مركز القطب الجنوبي للمناخ والأنظمة البيئية في تسامانيا باستراليا، لبي بي سي إن أية عرقلة لعملية إنتاج مياه القاع الشديدة البرودة في القطب الجنوبي ستؤثر على التيارات المحيطية، وبالتالي على المناخ لسنوات عديدة في المستقبل.

وقال العالم الإسترالي: " هذه المنطقة مسؤولة عن إنتاج ٢٥ المئة من مياه القاع في القطب الجنوبي، ولذلك فسيؤثر هذا التطور بشكل كبير على كيميائية الكلية، لن نرى تأثيرات ذلك أننا، ولكن سيكون له اثر في المستقبل ."

العصير يحفز عمل الدماغ

قال باحثون أميركيون ان عصير العنب الأرجواني، الذي يعرف أيضاً باسم "عصير عنب توكودور"، يمكن أن يساعد في الحفاظ على صحة عمل الدماغ، وبخاصة عند الراشدين المتقدمين في السن الذين يشكون من تراكب في ذاكرتهم. وأظهرت بيانات تحقيق أجراه الدكتور روبرت كريكورمان من كلية الطب بجامعة سينسيناتي انه طلب من ١٢ راشداً مسناً يشكون من بداية تراجع الذاكرة شرب إما عصير العنب الأرجواني أو عصير آخر فيه كمية السرعات الحرارية نفسها طوال ١٢ أسبوعاً، وقيست

الذاكرة قبل وبعد الاختبار فبين ان الذين استهلكوا عصير العنب أظهروا تحسناً في القدرة على التعلم وفي أمور تلتب تحسين الذاكرة. وقال كريكورمان في بيان "تشير نتائجنا الأولية ان اتباع نظام غذائي يتضمن عصير العنب الأرجواني يمكن أن يفيد الراشدين المتقدمين في السن الذين يشكون من تغيرات في الذاكرة"، وأضاف "فيما يفترض إجراء مزيد من الدراسات لتحديد قدرة العنب على وقف تطور تراجع الذاكرة المرتبط بالعمر، تعتبر هذه النتائج مشجعة"، يشار إلى ان هذه البيانات قدمت في المؤتمر الدولي للصححة في إنكلترا.

العصير يحفز عمل الدماغ

قال باحثون أميركيون ان عصير العنب الأرجواني، الذي يعرف أيضاً باسم "عصير عنب توكودور"، يمكن أن يساعد في الحفاظ على صحة عمل الدماغ، وبخاصة عند الراشدين المتقدمين في السن الذين يشكون من تراكب في ذاكرتهم. وأظهرت بيانات تحقيق أجراه الدكتور روبرت كريكورمان من كلية الطب بجامعة سينسيناتي انه طلب من ١٢ راشداً مسناً يشكون من بداية تراجع الذاكرة شرب إما عصير العنب الأرجواني أو عصير آخر فيه كمية السرعات الحرارية نفسها طوال ١٢ أسبوعاً، وقيست



DLALA STATE COMPANY FO 2 ELECTRICAL INDUSTRIES
Foreign Tenders
38/2009 Supplying complete CKD parts of new & modern ceiling Fan domestic type 2/2010 Electric Side - Fork- Lift Truck
Closing Date: 28/3/2010
Subject: Re-Announcement

Diala State Company for Electrical industries is considered as one of the Ministry of Industry & Minerals companies Sited in Diala province - At the Entrance of Baqubah City. The company announces above tender, and has the pleasure to invite the specialized companies to participate in bidding for the mentioned tender, in accordance with the announced technical specifications, and commercial conditions as well.

Announced on the following website (Internet): www.dialacompany.com . www.industry.gov.iq in specified field (Tender). Bidders can purchase the tenders & specifications (documents), from the financial department at the company headquarter directly, or from Baghdad bureau in Al-Wazzeriya State Company for Electrical Industries, against per paid amount of (50000) Dinars. Offers should be delivered into the offers box at the company headquarter exclusively, according to the following conditions, and the enclosed one with specifications too, bidders should binding on the conditions below:

- 1- Submitting primarily B/G (Bank bid bond) equal to (1%) from the total amount of the offer, or BIG issued by an in depended Iraqi bank.
- 2- our company is not obligated to buy from the lowest prices and has the right to neglect the bids of unqualified companies which failed in implementing similar contracts.
- 3- Bidders shall bear charges of the advertisement.
- 4- Any offer does not include above mentioned conditions will be neglected.
- 5- our company is ready to answer any question through our Email address: info@dialacompany.com.
- 6- Our company is pleased to invite all participants (Bidders) to attend the conference which will be held at 10:00 AM in our company before Seven days from the closing date for answering all inquiries.

Looking forward for further cooperation.

- 7- The company invites all participants (Bidders) to attend the process of opening quotations at 09.00 A.M from the day that follow the (late of closing tender).
- 8- The certificate of origin must be approved in the country of origin by Iraqi commercial Consul.
- 9- The delivery time should be (3) months.
- 10- The offers should be signed and sealed perfectly otherwise will be neglected any offer photo copy.

Director general
Chairman board of Directors

شركة ديالى العامة للصناعات الكهربائية
المنقصات الاستيرادية: ٢٨/٢٠٠٩ م / د / ص / ك
تاريخ الغلق: ٢٨/٣/٢٠١٠ - تجهيز CKD مرواح
تجهيز رافعة جانبية كهربائية عدد ١ / م / إعادة اعلان

تعلن شركة ديالى العامة للصناعات الكهربائية إحدى تشكيلات وزارة الصناعة والمعادن والكائنة في محافظة ديالى مدخل مدينة بعقوبة عن إجراء المناقصات أعلاه، ويسر الشركة ان تدعو الشركات التخصصية للمشاركة في المناقصات الاستيرادية أعلاه وفق الشروط التجارية والمواصفات الفنية المعلنه على موقع الشركة على شبكة الانترنت www.dialacompany.com وعلى موقع وزارة الصناعة والمعادن www.industry.gov.iq والتي يتابع في مقر الشركة او مكتب الشركة الاعلامي الكائن في بغداد/ الوزيرية مقر الشركة العامة للصناعات الكهربائية/ الوزيرية لقاء مبلغ يقابل للرد قدره (٥٠٠٠٠) دينار (خمسون ألف دينار) على ان تسلم العطاءات قبل موعد الغلق أعلاه في صندوق العطاءات في مقر الشركة حصراً ووفقاً للشروط وأناه والشروط المثبتة مع المواصفة والتي يجب الالتزام بها.. مع التقدير.

- ١- تأمينات أولية بنسبة (١٪) من مبلغ العطاء بصك مصدق أو خطاب ضمان من مصرف عراقي معتمد او كفالة مصرفية ضامنة.
- ٢- الشركة غير ملزمة بقول اوطأ العطاءات ولها الحق باستبعاد عروض الشركات التي يخفق في تنفيذ أعمال مماثلة.
- ٣- تحدد فترة التجهيز (٣) ثلاثة أشهر.
- ٤- يتحمل من ترسو عليه المناقصة اجور النشر والإعلان.
- ٥- يجب ان تكون العروض موقعة بتوقيع حي ومختومة وسوف يهمل أي عطاء يرد الينا بطريقة مصورة.
- ٦- شهادة المنشأ يجب ان تكون مصدقة في بلد المنشأ من قبل المحققية التجارية العراقية.
- ٧- يهمل أي عطاء غير مستوفٍ للشروط أعلاه.
- ٨- شركتنا مستعدة للإجابة عن أي سؤال من خلال البريد الإلكتروني info@dialacompany.com.
- ٩- كما ندعو كافة المشاركين لحضور المؤتمر الذي يقعد في مقر الشركة الساعة العاشرة قبل اسبوع من تاريخ غلق المناقصة للإجابة على استفساراتكم.
- ١٠- كما ندعو الشركة كافة المشاركين لحضور إجراءات فتح العطاءات في الساعة التاسعة في اليوم الذي يلي غلق المناقصة.

المدير العام / ورئيس مجلس الإدارة