

دوت كوم يستعد لإطلاق بديل الإنترنت

بانتهاء حقوق الطبع والنشر، وموطنه الحالي هو نيوزيلاندا. وخلال إعلانه عن مشروعه "بديل الإنترنت" ضمن حوار على سكايب، قال دوت كوم، على الرغم من كشف إدوارد سنودن عن تجسس وكالة الأمن القومي الأمريكية الذي فتح "أعين العالم" على تعدي الحكومة الأمريكية على الخصوصية، إلا أن القليل جدا قد تم فعله بهذا الخصوص.

لذا فقد بدأ دوت كوم منذ عامين العمل على مشروع "بديل الإنترنت" كحل لهذه المشكلة العالمية، وتحدث عن مشروعه لأول مرة في شهر حزيران الماضي، الذي منحه الاسم "ميغا نت".

فايروس الفيس بوك

كيف تتفادى خطره على حسابك؟

التي لا نكون متأكدين منها، وإذا ضغطنا بالخطأ على الإشارة، يجب تغيير كلمة السر بسرعة كما يجب مراجعة التطبيقات وحذف التطبيقات الغريبة.

وإذا كنا نستعمل متصفح غوغل Chrome أو فاير فوكس Firefox ، نراجع الإمتدادات Extensions ونحذف الإمتدادات الغريبة أو الإمتدادات التي لا نحتاجها.

وعندما تحاول الدخول في الإشعار بالضغط عليه يرسلك إلى صفحة أخرى على الفيس بوك تحتوي على صور أو فيديوهات. وقد عجز مستعملوا موقع الفيس بوك من نزع الفيروس من حساباتهم، وذهب البعض إلى حذف الحساب، لذا سنقدم لكم بعض الخطوات من أجل تفاديه أو نزعه في حال اختراقه لحسابكم. فمن أجل تفاديه يجب تجنب الضغط الإشارات والتنبيهات

ظهر في الآونة الأخيرة فيروس حديث على موقع التواصل الإجتماعي الفيس بوك ، وهذا الفيروس أصبح يورق الكثيرين لأنه ينشر تطبيقات أو صوراً وفيديوهات إباحية على صفحاتهم. ويخترق الفيروس حسابك على الفيس بوك بإرسال إشعار (Notification) يخبرك فيه بأن أحد الأصدقاء وضع تعليقاً على أحد الصور المشار فيها إليك (Tagged)،

الهيل او الهال .. نفس منعش وفوائد صحية كثيرة

الحالة النفسية. وهذا الأمر مفيد جدا للنساء خلال الدورة الشهرية، أو عند الوصول إلى سن اليأس، كما يذكر موقع "معهد الطبيعة" الألماني. جدير بالذكر أن لحب الهال نوعين: الأخضر والأسود يتميز كلاهما بذات الفوائد تقريبا، ولكنهما يختلفان قليلا بالطعم.



طالما عُرِفَت القهوة العربية بنكهة الهيل المميزة فيها. ويستخدم الهيل كنوع من التوابل يضاف للطعام والمعجنات. دراسات حديثة أثبتت أهمية الهيل كصيدلية طبيعية، وغناه بالفوائد الصحية لمختلف أعضاء الجسم.

تميز حب الهال (وله أسماء مختلفة في المناطق العربية، منها: الهال، والحبهان، والقعقلة أو قاع القلة) بطعم محبب، عند إضافته إلى المعجنات أو إلى القهوة، كما هو شائع في عدد من المناطق العربية. وحتى في ألمانيا يضاف الهال إلى المعجنات وأصناف الكعك المختلفة، خصوصا خلال فترات الأعياد.

ما يعطي الهال هذه النكهة المميزة هي الزيوت العطرية أو الزيوت الطيارة الموجودة في الحبوب. وهذه الزيوت ذات مفعول رائع ومهدئ للمعدة. وبهذا فإن الهال يساعد في عملية الهضم ويخفف من الغازات لأن الهال ينشط إفراز العصارات في المعدة والمرارة والغدد اللعابية. لذا فإن أفضل شيء لهضم وجبة دسمة هو إضافة حب الهال إليها أو مضغه بعد تناول الطعام. كما أن من يعاني من رائحة كريهة في الفم، يمكنه التخلص منها بسهولة بمضغ حبة من الهال. كما للهال دور هام عند الإصابة بالزكام، كما تنقل وكالة الأنباء الألمانية عن "هيئة خدمة المستهلك" في ألمانيا، وذلك لاحتوائه على مركبين هامين هما "بيرنول" و"سينيول". وهاتان المادتان تعتبران من مفككات البلغم ومضادات للبكتيريا، وفاتحتان لمجاري التنفس.

كما أنهما تنشطان الدورة الدموية. ومن الفوائد الأخرى للهال هو قدرته على تخفيف آلام التقلصات العضلية، ويساهم في تحسين

16 نوع من الأطعمة قد تقتلك

المختلفه - الكورن فليكس للأطفال - الشيبسي - الكوكيز المعب - اللبن الزبادي المحلى بنكهات مختلفه - البان كيك - اللحوم المدخنه بأنواعها - البطاطا المقلية - الآيس كريم - الجبن بكل أنواعه - اللحم المقدد - المعكرونه - القهوة - التسالى المملحه - الاطعمه المقلية بالزيت " .

الجميع من الاطعمه قد يؤدي الى الوفاه ويسبب امراض كثيره كاقبل ضرر اذا تم تناوله يوميا دون وعى بمخاطره . من اهم تلك الاطعمه التى ذكرها الاطباء واكدو على الضرر الكبير الواقع على جسم الانسان عند تناولها يوميا : " - السهوت دوج - المشروبات الغازيه بأنواعها

تفعل بالجسم اكثر من ذلك وتدمره تماما خاصة بالنسيه للأطفال وهناك ايضا بعض الاطعمه التى اعتدنا ان نطعمها للأطفال يوميا دون ان ندري انها تعطيهم اكثر من حاجتهم اذا تم تناولها يوميا وانها ستسبب لهم العديد من الامراض واليوم سنعرض على حضراتكم اكثر 16 نوع متداول بين

هناك بعض الاشياء الخائنه التى اعتدنا على فعلها فى حياتنا اليوميه وسلوكيات غير صحيه تماما ولكن الادهى اننا نسبب الامراض القاتله لأنفسنا دون أن ندري بذلك. ونعتاد على تناول اطعمه يوميا قد تسبب بالفعل مقتلنا فى اى لحظه ونحن لانعيرها اى اهتمام بالطبع الوجبات السريعه

4 طرق

لإزالة خدوش الهواتف

أكثر الناس يتعرضوا لمواقف صعبة وكثيرة بسبب هواتفهم الذكية المحمولة ، وكثيرا منهم بشكل غير مقصود يتعرض هواتفهم لبعض من الخدوش الصعبة ، تجعل الهاتف شكله سيء للغاية. وهناك 4 وصفات هامة جدًا وسهلة ، يمكن استخدامها في منزلك بأسرع طريقة ونتيجتها فعالة جدًا ، لإزالة هذه الخدوش المزجة من الهاتف المحمول الذكي ، ونتعرف عليها كالآتي:-

1- طريقة الباكينج صودا يتم استخدام الباكينج صودا في الخبز ، اخلط الباكينج صودا ببعض القليل من الماء ، وأضفها إلى جزء التي به الخدش ، واتركه ثم قوم بمسحه بعد فترة قليلة.

2- طريقة معجون الأسنان يتم وضعه على جزء الذي به الخدش ثم مسح الخدوش الموجودة على الشاشة ، بقطعة قماش قطنية مبللة بالقليل .

3- طريقة بودرة الأطفال أخلط القليل من بودرة الأطفال ويتم خلطها بالقليل من الماء ، ويتم مسح الشاشة بها ، وثم مسحها بقطعة قماش أخرى لإزالة الخدوش.

4- طريقة الشمع يتم إذابة بعض الشمع على قطنه أو قطعة قماش قطنية ، ومسحها على مكان الخدش ، وسترى نتيجة مذهلة



لهذه الاسباب.. أكثرنا من تناول الرمان!



والكل.

وينصح الاخصائيون بضرورة تناول ثمرة من الرمان أو عصيره لأنه يحتوي على مركبات تحد من تكوين الدهون، ولذلك ينصح بتناوله بشكل يومي وذلك للحفاظ على صحة المعدة.

تهيج في بطانة المعدة، وقد يصل الأمر للإصابة بالتسمم.ويؤكدون أن اللجوء لاستخدام المواد والمنتجات الطبيعية في حل هذه المشاكل هو الحل الأمثل، وهذا ما أثبتته العديد من الدراسات، مؤكدة دور الرمان في ذلك.. حيث أشارت هذه الدراسات إلى أن تناول الرمان يحد من تهيج بطانة المعدة ويقلل من فرص الإصابة بالقرح، وذلك يرجع إلى أنه يعمل على إنتاج العوامل الوقائية ومضادات الالتهاب، وتنظيم انزيمات الكبد

هناك العديد من الأسباب المؤدية للإصابة بمشاكل في المعدة ومنها التدخين، والإكثار من تناول المسكنات، والأطعمة مرتفعة الدهون، والكحوليات، وعدم أخذ القسط الكافي من النوم. ويقول استشاريوا السمنة والنحافة أن ممارسة هذه العادات الخاطئة تنسبب في شعور الشخص بالميل للقيء وعدم الرغبة في تناول الطعام، والألم بالمعدة ما يتسبب في تناول المسكنات التي تؤدي إلى حدوث

7 أسباب لا تعرفها

تضعف إشارة الراوتر

4- البلوتوث حيث يؤثر سلبا على أداء الراوتر، إلا أن صانعي الهواتف الذكية حاولوا مؤخرا علاج تلك المشكلة والتقليل من تأثير البلوتوث. 5- الأجهزة القديمة من تليفزيونات قديمة، أو هواتف محمولة قديمة الطراز، تؤثر بقوة على إشارة الإنترنت، حيث تستطيع تلك الأجهزة القديمة إيقاف إشارة الواي فاي لحي كامل. 6- المرأة تؤثر المرايا على إشارة الواي فاي بقوة، حيث تعكس إشارات الواي فاي الصادرة من الراوتر بتلقائية. 7- أحواض السمك حيث إن كم الماء الموجود في الحوض يخفض من جودة الإشارة اللاسلكية بشكل كبير.

مما يتسبب في بطء الإنترنت. 2- المايكروويف من الأسباب أيضا التي تؤدي إلى ضعف الراوتر، والذي يطلق بدوره إشارات وذبذبات أيضا، لذا يجب الحرص على وضع الراوتر بعيدا عن المايكروويف، وأيضا عدم التواجد بهاتفك أو حاسبك في مكان تواجد المايكروويف. 3- الإضاءة العالية، وكثرة استخدام المصابيح التسببان في ضعف الإشارة، فمع اقتراب أعياد الميلاد وحرص البعض على شراء شجرة الميلاد وتعليق الأضواء بها، وجدت الدراسات أنها من الأسباب القوية التي تضعف إشارة الإنترنت، كما أن اللامبات الفلوريسنت تؤثر بشكل قوي.

يعانى كثير من المستخدمين بطء راوتر الإنترنت، حيث لا يحصلون على السرعة الكاملة للإنترنت، وتوجد العديد من الأسباب التي تسبب في ضعف إشارة الواي فاي. حيث وجدت العديد من الدراسات أن الكثير من الأجهزة المنزلية تنسبب في بطء الإنترنت وضعف إشارات الواي فاي، وذلك بسبب إعاقته لتلك الإشارات من الوصول. والأجهزة المنزلية التي تطلق إشارات وذبذبات تسبب في ضعف إشارة الإنترنت:

1- الهواتف الذكية يقوم البعض بوضع هواتفهم الذكية بجانب الراوتر، ولا يدرون أن وجود الهاتف يتسبب في ضعف الراوتر، حيث يطلق إشارات تتعارض مع الإشارات التي يطلقها الواي فاي

ما يحدث لجسمك

إذا تناولت الثوم يوميا؟

يعمل الثوم عند تناوله في الصباح على الريق على الحد من الإصابة بجلطات الدم ، و يجنب من يتناوله إرتفاع ضغط الدم المفاجئ. كما أنه من أهم العناصر التي تعمل على علاج مشاكل المعدة ، كسوء الهضم ، والإسهال ، و ينظف الجسم من السموم المتراكمة فيه.

و تشير بعض الأبحاث و الدراسات ، أن للثوم دور مهم و فعال فى علاج عدد من المشاكل الصحية ، مثل مقاومة أمراض السرطان ، و يمنع الإصابة بمرض السكر.

هناك الكثير من الأشخاص يتجنب تناول الثوم بسبب الرائحة المنبعثة منه ، إلا أن عدداً من العلماء يوصون بضرورة تناوله ، و خاصة على الريق فى الصباح الباكر ، و ذلك لأنه يتبر مضاد حيوى طبيعى يعطى الجسم القوة المطلوبة لتحمل مشاق اليوم.

الثوم واحداً من أبرز النباتات التى يتم زراعتها فى العديد من الدول العالم ، و يتميز برائحته النفاذة. والكثير ينفر منه بسبب هذه الرائحة ، ولكن على الرغم من ذلك فإن الثوم يحتوى على العديد من الفوائد لعلاج الكثير من المشاكل الصحية ، ولكن البعض يجهلها. للثوم أيضاً العديد من الفوائد ، خاصة ما إذا تم تناوله على الريق صباحاً ، فهو يعتبر مضاد حيوى طبيعى ، قادر على مكافحة العدوى ، و قتل البكتيريا الضارة فى الجسم. على الرغم من أن

