

آموزشی نرم افزار

آموزش Excel

منبع: mashadteam.com

حذف سلول

وقتی یک سلولول را حذف می کنیم محتویات آن به همراه خود سلول حذف می شود که جای این سلولول یک فضای خالی ایجاد می شود. این فضای خالی باید توسط سلولول های مجاور پر شود. برای حذف یک سلولول به یکی از روش های زیر عمل می کنیم:

روش اول:

۱-انتخاب موضوعات

۲-انتخاب منوی Edit

۳-انتخاب گزینه Delete

روش دوم:

۱-انتخاب موضوعات

۲-Right Click بر روی خانه

۳-انتخاب گزینه Delete

با انتخاب گزینه Delete پنجره‌ای ظاهر می شود که شامل چهار گزینه زیر است (در این پنجره می توانیم تعیین کنیم که محل خالی سلولول حذف شده است یا کدام یک از سلولول های مجاور پر شود.):

الف – Shift Cell Left:

باعث انتقال خانه سمت راست خانه پاک شده به جای آن می شود.
ب – Shift Cells Up:

خانه زیرین خانه پاک شده را بجای آن منتقل میکند.

ج – Entire Row:

سطر زیرین خانه پاک شده را به جای سطری که خانه پاک شده در آن قرار دارد منتقل میکند.

د – Entire Column:

ستون سمت راست خانه پاک شده را به جای ستونی که خانه پاک شده در آن قرار دارد منتقل می کند.

نکته

اگر محیط فارسی باشد بجای ستون سمت راست، ستون سمت چپ جایگزین می شود.

پاک کردن سلولول:

دراین حالت خودسلولول حذف نمی شود و فقط محتویات داخل آن یا قالب بندی آن یا توضیحات آن و یا هر سه پاک می شوند.

۱- خانه‌های مورد نظر را انتخاب می کنیم.

۲-از منوی Edit، گزینه Clear را انتخاب می کنیم.

۳-زیر منویی باز می شود که شامل گزینه‌های زیر است:

الف – All: هم محتوای خانه، هم Format خانه و هم توضیحات را پاک می کند.

ب – Format: فقط Format خانه‌های انتخابی را پاک میکند.

ج – Comment: فقط توضیحات را پاک می کند.

د – Content: فقط محتوای خانه‌های انتخابی را پاک می کند.

ویرایش سطر و ستون اضافه کردن سطر:
روش اول:

۱- بر روی سطری که می خواهیم سطر جدید قبل از آن اضافه شود، کلیک می کنیم.

۲-منوی Insert را انتخاب می کنیم.

۳-گزینه Rows را انتخاب می کنیم.

روش دوم:

۱- بر روی سطری که می خواهیم سطر جدید قبل از آن اضافه شود کلیک راست می کنیم.

۲-از منوی بناسز شده Insert را انتخاب می کنیم.

نکته

سطرهای زیرین به پایین رانده می شوند. اضافه کردن ستون:

روش اول:

۱- بر روی ستونی که می خواهیم ستون جدید قبل از آن اضافه شود، کلیک می کنیم.

۲-منوی Insert را انتخاب می کنیم.

۳-گزینه Column را انتخاب می کنیم.

روش دوم:

۱- بر روی ستونی که می خواهیم ستون جدید قبل از آن اضافه شود Right Click می کنیم.

ادامه دارد

نوشیدن قهوه هنگام ناهار از خطر ابتلا به دیابت می کاهد

دانشمندان می گویند، نوشیدن قهوه هنگام ظهر، از خطر ابتلا به دیابت نوع دوم می کاهد.

به گزارش خبرگزاری رویترز از نیویورک، محققان با بررسی بروی ۷۰ هزار زن دریافتند، آنانی که هنگام ناهار از قهوه استفاده می کنند، به میزان یک‌سوم کمتر از دیگر زنان به دیابت مبتلا می شوند.

دیابت یا مرض قند بر اثر نقص در ترشح یا نبود هورمون انسولین ایجاد می شود.

این هورمون از غده بزرگی در داخل بدن به نام لوزالمعده یا پانکراس ترشح می شود و وظیفه کنترل قند خون را برعهده دارد.

دیابت نوع دوم که شایعترین نوع دیابت است، معمولاً در سنین میانسالی و به علت عواملی همچون چاقی ایجاد می شود.

بدیهی است که رژیم غذایی، نقش مهم در تداوم روند بیماری یادشده ایفا می کند.

در صورتی که بیماران دیابتی فعالیت ورزشی مناسب و رژیم غذایی خوبی داشته باشند، می توانند تا حد زیادی روند بیماری خود را کنترل کنند و در واقع قند خون را در حد متناسبی ثابت نگاه دارند.

میزان طبیعی قند خون عدد کمتر از ۱۲۶ میلی گرم در یک دسی لیتر خون است و در صورتی که کسی در سه آزمایش عددی بیشتر از این رقم را نشان دهد، در واقع مبتلا به دیابت محسوب می شود.

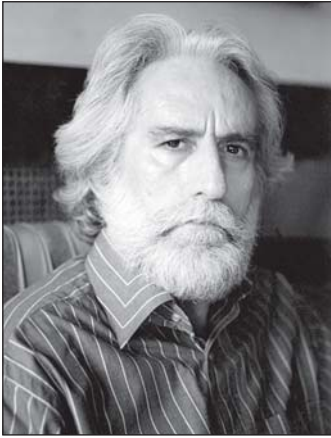
در مراحل اولیه ابتلا به بیماری دیابت نوع دوم می توان با مصرف قرص، قند خون را کنترل کرد، ولی در صورتی که بیماری فرد کنترل نشود، مجبور به استفاده از انسولین خواهد بود.

انسولین نیز به صورت تزریق زیر جلدی مصرف می شود و در صورت تزریق نشدن به موقع یا بیش از حد، عواقب ناگواری متوجه بیمار خواهد شد.

نوروز نوزایی طبیعت و بزرگ جشن ملی

می رفت. جشنی که به هنگام آغاز فصل گرما بود و در زمانی که گل‌ها را از آغل ها به چمن زارهای سبز و خرم می بردند و جشنی که در آغاز فصل سرما به هنگامی بود که گل‌ها را به آغل‌ها می آوردند و توشه روزگار سرما را فراهم می کردند.

نوروز در فرهنگ‌های منطقه و در میان اقوام سسامی نیز از کهن ترین زمان‌ها شناخته شده بود و بسیاری از مردم جامعه‌های عرب دوره جاهلیت آن را جشن می گرفتند. بنا بر پژوهش‌هایی که روی آثار سنگ نگاره‌ها و کتیبه‌های بازمانده از دوره هخامنشیان انجام شده نشان می دهد مردم آن دوره با نوروز به



خوبی آشنا بوده‌اند و نوروز را به عنوان آئینی کهن به هنگام گردش سال جشن می گرفته‌اند پادشاهان هخامنشی از تخت جمشید که

محلی مقدس و مخصوص نیایش بود به هنگام نوروز برای برگزاری آئین‌های ویژه نوروزی و استقبال از نمایندگان اقوام و مردم مختلف استفاده می کردند. هر سال نمایندگان ملسل و اقوام مادی، ایلامی، بابلی، خوزی، آشوری، هندی، تونسی، آفریقایی و دیگران با پوشاک قومی و ملی خود در تخت جمشید گرد می آمدند و نوروز و نوشدگی سال را در کاخ آپادانا در برابر شاه جشن می گرفتند و هدیه‌های خود را به پادشاه ایران اهدا می کردند.

دو پسون سمر Dapon-Sommer تخت جمشید را محل مقدس دانسته که هر پادشاه سالی یک بار در نوروز برای برگزاری جشن نوروز و زیارت آرامگاه‌های نیاکانش به آنجا می آمده است.

نوروز در دوره هخامنشی

موضع نوروز و سال نو و برپایی آئین نوروزی در طول دوره هخامنشیان به سبب کاربرد گاه شماری‌های چندگانه مورد اختلاف است برخی از محققان نوروز را در آغاز پادشاهی داریوش در اول تابستان و برخی دیگر در اواخر پادشاهی او در اول بهار دانسته‌اند.

* برای نگارش این متن از پژوهش‌های علی بلوکیانشی و استاد مهرداد بهار استفاده‌های فراوان برده شده است. نگارنده سیاس بی‌شائبه‌ی خود را نثار این بزرگان می کند.

*** پژوهش و نگارش احمد نوری زاده تهران جمعه ۲۱ اسفندماه ۱۳۸۸**

اینجا و آنجا

موضوعات: [تاریخ](#) - [فرهنگ](#) - [ادبیات](#) - [سفر](#) - [معماری](#) - [هنر](#) - [مطبخ](#) - [تفریح](#) - [سفر](#) - [فرهنگ](#) - [ادبیات](#) - [سفر](#) - [معماری](#) - [هنر](#) - [مطبخ](#) - [تفریح](#)

یکشنبه ۲۳ اسفند ۱۳۸۸ - شماره ۲۴۷۰۹

چوبال سال پیش

تمامی مطالب از روزنامه اطلاعات

روز شنبه ۲۳ اسفندماه ۱۳۴۸ (برابر با ششم محرم ۱۳۹۰ و ۱۴ مارس ۱۹۷۰) نقل شده است .

قیمت ۶۸ قلم دارو اوزان شد

قیمت ۶۸ قلم داروی خارجی با توافق واردکنندگان تقلیل یافت. طبق گزارشی که مقامات وزارت بهداشت در بهمن ماه از وضع دارو به نخست‌وزیر تسلیم داشته‌اند قیمت ۶۳ قلم داروی وارداتی در این ماه از یک تا بیش از ۵۰ درصد تقلیل داده شده است.

۸۰ تن ماهی برای شب عید آماده شد

برای مصرف ماهی شب عید اهالی تهران و شهرستانهای شمالی کشور ۸۰۰تن از انواع ماهی دریای خزر آماده گردیده که ۱۶۰ تن آن در بسته‌های نایلونی در جنوب و شرق و غرب تهران و بعضی از مناطق ششمیرانات هر کیلو ۱۰ ریال و ۲۰ ریال و ۴۰ ریال توزیع میگردد.

ماهیهائیکه در بسته‌بندی نایلونی عرضه میشود به صورت مخلوط شامل کپور و کفال و سفید میاشد و بسته یک کیلوئی ۱۰ ریال و بسته‌هائیکه محتوی ماهی سوف میباشد هر بسته یک کیلوئی ۴۰ ریال به فروش خواهد رسید.

انفجارهای پایی، آمریکا رادر وحشت فرو برده است

نیویورک –چند فقره انفجار و دو آتش سوزی، که علت آنها معلوم نیست در «پیتسبورک» و واشنگتن و نیویورک آمریکا رادر وحشت فرو برده است. یکی از از انفجارها در دانشگاه لاورنس بوده است که رئیس سابق آن، فعلا رئیس اداره نظام وظیفه آمریکا شده است.

پلیس عقیده دارد در این انفجارها، بمب‌گذاری در کار بوده است. ناظران سیاسی نیز عقیده دارند این انفجار و حریق ممکن است مقدمه بروز اغتشاش های نژادی در این مناطق باشد.

بطور کلی در هفته‌های اخیر بمب‌اندازی و انفجار در سراسر آمریکا بیشتر شده است و بر تعداد تلفن‌هائی که تهدید به بمب‌اندازی اعلام میشود افزوده شده است.

پمپیدو مقامات آمریکائی را عامل تظاهرات علیه خود دانست

پاریس –آسوشیتدپرس – پمپیدو رئیس جمهوری فرانسه ضمن یک مصاحبه تلویزیونی مقامات آمریکائی را متهم کرد که در بسراه انداختن تظاهرات یهودیان بر ضد وی در سفر اخیرش به آمریکا، دست داشته‌اند پمپیدو تظاهرات یهودیان آمریکارا توهین به ملت و کشور فرانسه دانست.

پمپیدو ضمن بحث از مناطقی که جنگ در آنها جریان دارد گفت: فرانسه می تواند به حل مسئله ویتنام و استقرار صلح در آن کشور کمک کند، زیرا بهتر از هر کشور دیگری باوضع هندوچین آشناست و دوستان فراوان در آنجا دارد.

نبردهای شدید اعراب و اسرائیل از سر گرفته شد

تل آویو –خبرگزاری فرانسه.پس از یک آرامش شش روزه هواییماهای جنگنده مصر و اسرائیل بمباران هدفهای خود را در دو سوی کانال سوئز از سر گرفتندو در جبهه‌های جنگ نیز نبردهای شدیدی میان نیر وهای دو طرف روی داد.

سختگیری نظامی اسرائیل اظهار داشت که در یکی از این حملات پایگاه موشکی مصر در نزدیکی منصوره در شمال دلتای نیل و در حمله دیگر یک ایستگاه رادار در ده کیلومتری مغرب اسماعیلیه و مواضع توپخانه و سایر تأسیسات نظامی مصر تا ۲۵ کیلومتری ساحل غربی کانال بمباران شد و کلیه هواییماهای اسرائیل سالم بفرودگاههای خود بازگشتند، از طرف دیگر ستاد فرماندهی نیروهای اسرائیل اعلام داشت که بعدازظهر دیروز چند فروند از بمب‌افکن های مصری کوشیدند مواضع اسرائیل رادر جنوب کانال سوئز بمباران کنند در این حمله که در ساعت شش بعداز ظهر صورت گرفت یک بمب‌افکن مصری از نوع «سوخوز» توسط توپخانه ضدهوای اسرائیل سرنگون گردید.

خاک ماه سرطان را معالجه میکند؟

واشنگتن –محققان سرطان از سازمان فضانوردی آمریکا (ناسا) نمونه‌هائی از خاک ماه را خواسته‌اند که باعث مرگ سه نوع میکرب شده است.

محققان میخواهند بدانند که آیا خاک ماه میتواند سرطان را معالجه کند یا نه. «ناسا» قول داده است تقاضای محققان را بدقت مورد مطالعه قرار دهد. مقدار اندکی از خاک ماه که توسط فضانوردان آپولو –۱۱ از زیر قشر خاک ماه بیرون آورده شده بود، خاصیت کشنده میکرب دارد ولی معلوم نیست در درمان سرطان اثری داشته باشد.

پیکان در اولین دیدار ۳-۱ پاکستان

جمعه ۲۲ اسفند، استادبوم امجدیه، سومین روز مسابقات فوتبال جام دوستی، تماشاگر بیش از ده هزار تن، زمین لغزنده، هوا بارانی.

روز پنجشنبه در دومین روز مسابقات، تیم باشگاه پیکان قهرمان مسابقات فوتبال باشگاههای تهران و نماینده ایران در این مسابقات که در گروه دوم در کنار دو تیم پاکستان و دمیراسپورت ترکیه قرار دارد، نخستین دیدار خود را با تیم فوتبال منتخب پاکستان بر گزار کرد.

تیم پاکستان که کلاچهره‌ای آشنا از همان تیم شرکت‌کننده در مسابقات دور قبیل «جام عسمران منطقه‌ای» در ترکیه می‌باشد، با شکلی ضعیفتر از گذشته در دیدار با پیکان با نتیجه (۳-۱) مغلوب شد، هر چند که پیکان چند شانس صد در صد را برای گل از دست داد.