

## سقوط تلخ هواپیما و سرقت نافر جام پراید



# آیا دارک مود گوشی واقعاً از چشم‌ها محافظت می‌کند؟

استفاده از گوشی در تاریکی می‌تواند عاملی برای بی‌خوابی، آسیب دیدن چشم و در نهایت پیدام‌های این دو موضوع باشد، تولید کنندگان گوشی و برخی برنامه‌ها به کاربران توصیه می‌کنند از حالت دارک مود برای محافظت از چشم استفاده کنند؛ در حالی که تبلیغات در این باره به دلایلی دروغین است

متخصصان توصیه می‌کنند استفاده از گوشی را در اتاق تاریک به حداقل برسانیم چون نور گوشی در این حالت برای چشم ضرر دارد. بسیاری از ما وقتی ناچار به استفاده از گوشی در چنین موقعیتی می‌شویم دلخوش به این هستیم که از امکان گوشی برای راحتی چشم که ممکن است در برنامه‌ها و گوشی‌های مختلف اسامی متفاوتی داشته باشد استفاده کنیم، در حالی‌که برخی معتقدند این حالت نه تنها برای چشم مفید نیست بلکه می‌تواند ضرر هم داشته باشد. در ادامه این موضوع را بررسی کرده‌ایم.

### ضرری دیگر برای چشم‌ها

اگرچه نور نمایشگرهای گوشی‌های امروزی با روشنایی بسیار بالا در حالت روشن شبکیه چشم را بسیار اذیت می‌کند، اما حالت تاریک آن‌ها هم چشم‌ها را باروش کاملاً متفاوتی آزار می‌دهد. در بسیاری از گوشی‌ها اپلیکیشن‌ها در هنگام فعال کردن حالتی که با عنوان «دارک مود» شناخته می‌شود، نور نمایشگر به جای این که کاملاً خاموش شود، تنها کاهش می‌یابد. شاید زمانی که دارک مود را فعال می‌کنیم، در ابتدا به‌نظر برسد که چشم‌ها را کمتر اذیت می‌کند اما در حقیقت گوشی در چنین حالتی از روش کاهش نور مدولاسیون پنهانی پالس استفاده می‌کند. این حالت در مقایسه با حالتی که نور نمایشگر در حداکثر میزان قرار دارد یا کاملاً خاموش شده، برای چشم‌ها بدتر است.

### پیکسل‌ها تیره می‌شوند نه خاموش!

در زمان معرفی دارک مود برای نخستین بار، هدف از ایجاد این حالت کاهش مصرف گوشی‌های مجهز به نمایشگر OLED (اولد) بود. در گوشی‌های اولد زمانی که پیکسلی سیاه شود، آن پیکسل کاملاً خاموش می‌شود و به این ترتیب مصرف باتری کاهش می‌یابد بنابراین هر چقدر پیکسل‌های بیشتری در نمایشگر سیاه شوند، به همان نسبت مصرف باتری هم کاهش می‌یابد زیرا انرژی کمتری برای روشن نگه داشتن پیکسل‌ها مصرف می‌شود، اما مشکل این است که در بسیاری از اپلیکیشن‌ها و گوشی‌ها پس از فعال شدن دارک مود، پیکسل‌ها خاموش نخواهند شد و تنها پس‌زمینه‌ای تیره و خاکستری جایگزین پس‌زمینه سفید می‌شود. در برخی از موارد هم نسخه تیره‌تری از رنگ تم پس‌زمینه نمایش داده می‌شود، اما در هر دو حالت تمام پیکسل‌ها روشن باقی می‌مانند و پس‌زمینه تیره را نمایش می‌دهند؛ البته در برخی از اپلیکیشن‌ها مثل ایکس (تویتر سابق)، هر سه حالت دارک مود قابل استفاده هستند.

### سردرد به خاطر دارک مود

حالت دارک مود در گوشی‌های دارای نمایشگر مدرن نه‌تنها اصلاً خوب نیست، بلکه کاربر را واقعاً آزار می‌دهد زیرا در این نمایشگرها برای ایجاد حالت دارک از روش PWM استفاده می‌شود. استفاده از این روش برای



نمایشگر جذاب‌تر به‌نظر برسد و رنگ‌ها را بهتر نشان دهد و از سوی دیگر، هزینه تولید نمایشگرها کاهش یابد، تصمیم می‌گیرند از PWM در محصولات خود استفاده کنند. در حقیقت برخی از شرکت‌های سازنده اولد، حفظ سلامتی کاربران را قربانی کاهش اندک هزینه تولید می‌کنند!

بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که استفاده از حالت Lightouts در دارک مود تنها می‌تواند مشکل سوسوزدن گوشی را کمتر آزاردهنده کند، اما در نهایت باید نمایشگری ساخته شود که در هر میزان از روشنایی، چشم را اذیت نکند.

### چرا نباید در تاریکی از گوشی استفاده کنیم؟

شواهد نشان می‌دهد که نور مصنوعی نمایشگرها و... می‌تواند به واسطه آسیب رساندن تدریجی به شبکیه چشم به بینایی انسان صدمه بزند. این موضوع اغلب چرایی تجربه خستگی و مواجهه با علایمی مانند تاری دید، دشواری در تمرکز، خشکی و سوزش چشم، سردرد و... را توضیح می‌دهد. همچنین این نورها در تولید هورمون ملاتونین اختلال ایجاد می‌کند که می‌تواند به معنای کاهش کیفیت و کمیت خواب باشد. ملاتونین هورمونی است که چرخه خواب بدن را تنظیم می‌کند. اگر چرخه خواب به خوبی تنظیم نشده باشد، دیگر خواب کافی که به آن نیاز دارید را تجربه نخواهید کرد. کمبود خواب می‌تواند به مشکلات سلامت مختلف مانند سطوح بالاتر اضطراب، خطر بیشتر ابتلا به سکنه مغزی، دیابت و چاقی، سرکوب سیستم ایمنی و افزایش فشار خون منجر شود. افزایش وزن، افسردگی و کج خلقی هم از دیگر نتایج این موضوع هستند. با این اوصاف اگر حالت محافظ چشم دارک مود به چشم آسیب می‌زند و حالت عادی هم باعث اختلال در خواب و پیامدهای دیگر می‌شود نتیجه می‌گیریم که بهتر است ساعتی قبل از خواب استفاده از گوشی را محدود کنیم تا هورمون ملاتونین ترشح شود و اگر چراغ‌ها را برای خواب خاموش کردیم دیگر سراغ گوشی نرویم تا چشم هم آسیب نبیند.

در تهیه این مطلب از منابعی چون «دبی‌تاو» و «عصر ایران» استفاده کرده‌ایم

## آگهی تجدید مزایده عمومی

**موضوع:**

احداث راه اندازی و بهره برداری از خط تولید کود کمپوست و بهره برداری از خطوط پذیرش و پردازش زیاله موجود در سایت شماره دو مدیریت پسماند شهرداری مشهد (میامی) به مدت دوازده سال کامل ششمی

**مبلغ اجاره پیشنهادی: بر اساس پیشنهاد مزایده گر**

جهت شرکت در تجدید مزایده و کسب اطلاعات بیشتر به سایت مناقضات شهرداری مشهد به آدرس: <http://lets.mashhad.ir> مراجعه نمایید و همچنین جهت اطلاع در روزنامه رسمی به آدرس [www.rrk.ir](http://www.rrk.ir) نیز درج می گردد.

سازمان مدیریت پسماند شهرداری مشهد

## آگهی دعوت مجمع عمومی عادی شرکت رام پلاست شرق (سهامی خاص)

به شماره ثبت ۲۳۰۵۳ و شناسه ملی ۱۰۳۸۰۳۸۵۱۹۴

بدینوسیله از کلیه صاحبان سهام شرکت با نمایندگان آنها دعوت به عمل می آید در جلسه مجمع عمومی عادی در ساعت ۱۷ روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۶/۲۶ در محل دفتر مرکزی واقع در مشهد بلوار سجاده چارراه خیام -مقابل بانک کشاورزی - مجتمع تجاری خلیج فارس طبقه دوم واحد ۳ تشکیل میگردد حضور به هم رسانند.

**دستور جلسه:**

- ۱- انتخاب اعضای هیئت مدیره
- ۲- استماع گزارش هیئت مدیره، حسابرس و بازرس قانونی شرکت
- ۳- بررسی و تصویب ترانزنامه سود و زیان و صورت عملکرد سال مالی منتهی به ۱۴۰۱/۱۲/۲۹
- ۴- انتخاب حسابرس و بازرس قانونی شرکت برای یک دوره یکساله
- ۵- تعیین روزنامه کلیرالانتشار جهت درج آگهی‌های شرکت
- ۶- اتخاذ تصمیم نسبت به سایر مواردی که در صلاحیت مجمع عمومی سالیانه باشد.

**هیئت مدیره شرکت رام پلاست شرق**

## آگهی دعوت مجمع عمومی فوق العاده (نوبت دوم)

شرکت تعاونی کارگران اتوبوسرانی مشهد و حومه به شماره ثبت ۲۰۳۴

جلسه مجمع عمومی فوق العاده نوبت دوم شرکت تعاونی کارگران اتوبوسرانی مشهد و حومه به شماره ثبت ۲۰۳۴ راس ساعت ۱۵ روز دوشنبه مورخه ۱۴۰۲/۰۶/۲۷ در محل مسجد علی ابن موسی الرضا واقع در: **مشهد- قاسم آباد - بلوار شهید رفیعی- خیابان میعاد- میعاد۷** بر گزار می شود. از کلیه سهامداران محترم دعوت می‌شود جهت اتخاذ تصمیم درخصوص موضوعات ذیل حضور بهم رسانند.

سهامداران محترمی که حضور آن‌ها در جلسه مجمع مذکور مقدور نمی باشد می‌توانند حق رای خود را به موجب وکالتنامه کتبی به فرد دیگری واگذار نمایند. در این صورت آرای وکالتی هر عضو حداکثر سه رای و هر فرد غیرعضو تنها یک رای خواهد بود.

اعضای متقاضی اعطای نمایندگی به همراه وکیل موردنظر باید از ساعت **۱۹ الی ۱۲ روزهای ۱۴۰۲/۰۶/۱۸ الی ۱۴۰۲/۰۶/۲۱** به **دفتر تعاونی واقع در خیابان راهنمایی، برج سلمان، طبقه ۳+** مراجعه کنند، تا پس از تایید وکالت نامه های مزبور توسط مقام مجاز، بر که ورود به مجمع برای فرد نماینده صادر گردد.

**دستور جلسه:**

- ۱- اتخاذ تصمیم درخصوص استعفاي دسته جمعی اعضای اصلی و علی البدل هیئت مدیره

**هیئت مدیره شرکت تعاونی کارگران اتوبوسرانی مشهد و حومه**

## آگهی مزایده مجتمع مسکونی فیروزه فاز ۳C

در نظر دارد نسبت به فروش تعداد ۲۹۳ شاخه لوله مسی ساخت کارخانه مس کرمان اقدام نماید مناقضیان جهت رویت و قیمت پیشنهادی لغایت ۱۴۰۲/۰۶/۲۲ به مجتمع واقع در صادقی ۲۷ و شماره تلفن ۳۲۲۴۵۹۲ تماس حاصل فرمایید.

**حاجه حاصه**

زودتر با خبر شوید ...

[www.mozayedmonaghese.com](http://www.mozayedmonaghese.com)

**مشاهده تمامی آگهی های خراسان بزرگ**

## آگهی مزایده عمومی

**اداره کل بهره‌یستی خراسان رضوی** در نظر دارد در اجرای ماده ۲۸ قانون تنظیم بخشی از مقررات مالی دولت و با رعایت ضوابط و مقررات ذیربط ، یک باب ساختمان را در قالب قرارداد اجاره یک ساله به اشخاص حقیقی و حقوقی واجد شرایط به شرح ذیل واگذار نماید.

**آدرس ملک:** مشهد - بلوار شهیدان سلامی - بین سلامی ۸ و ۱۰

**سپرده تضمین شرکت در مزایده:** مبلغ ۱۸۰/۰۰۰/۰۰۰۰ ریال که بایستی به حساب شماره ۸۰۶۰۳۴۵-۷۶۵۵۹۴ به شماره شبا ۴۰۶۰۳۴۵-۷۶۵۵۹۴ به شماره حساب ۶۶۰۱۰۰۰۰۰۰۰۰ بنام تمرکز وجوه سپرده نزد بانک مرکزی و در پاکت «الف» بارگذاری شود و اصل فیش واریزی تحویل دستگاه مزایده گزار گردد.

**مهلت دریافت اسناد مزایده:** ساعت ۱۴ روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۶/۲۷

**مهلت تسلیم پیشنهادات:** ساعت ۱۴ روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۷/۱۰

**آدرس محل دریافت و تحویل اسناد مناقصه:**

سامانه تدارکات الکترونیک دولت (ستاد) به نشانی [www.setadiran.ir](http://www.setadiran.ir)

**تاریخ بازگشایی پاکات:** ساعت ۱۰ روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۷/۱۲

متقاضیان می توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر و یا بازدید به اداره کل بهره‌یستی استان واقع در خیابان آیت ا.. بیجست - بین بیجست ۸ و ۱۰ اداره پشتیبانی و فنی مهندسی مراجعه و یا با تلفن **۰۵۱۳۲۳۳۰۹۹۶** تماس گرفته شود .

**اداره پشتیبانی و مهندسی بهره‌یستی خراسان رضوی**

## آگهی دعوت به مجمع عمومی فوق العاده شرکت رنگ سازی مشهد (سهامی عام)

به شماره ثبت ۱۲۲۱۰ و شناسه ملی ۱۰۲۸۰۲۷۹۰۲۸

از کلیه سهامداران ، وکیل یا قائم مقام قانونی صاحب سهم و همچنین نماینده یا نمایندگان اشخاص حقوقی دعوت میگردد تا در جلسه مجمع عمومی فوق العاده این شرکت که در ساعت ۱۰ صبح روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۶/۲۶ واقع در: کیلومتر ۸ بزرگراه آسیایی خیابان پیامبر اعظم ۱۰۱ شرکت رنگ سازی مشهد ، برگزار می گردد، حضور به هم رسانند .

سهامداران محترمی که مایل به حضور در جلسه مذکوره می باشند می توانند به منظور اخذ برگه ورود به جلسه ۴۸ ساعت قبل از تاریخ مجمع به واحد سهام شرکت واقع در مشهد، (کیلومتر ۸ بزرگراه آسیایی ) خیابان پیامبر اعظم ۱۰۱ شرکت رنگ سازی مشهد( سهامی عام) مراجعه و یا ارائه مدارک مالکیت سهام و مستندات نمایندگی/وکالت/ولایت/قیمومیت و کارت شناسایی معتبر مراجعه نمایند.

جهت حضور در جلسه مجمع ارائه برگ ورود به جلسه به همراه کارت شناسایی معتبر الزامی است.

**دستور جلسه:**

- ۱- استماع گزارش هیئت مدیره ، حسابرس مستقل و بازرس قانونی در خصوص افزایش سرمایه شرکت.
- ۲-تصمیم گیری در خصوص افزایش سرمایه از محل سود کبیانته
- ۳-اصلاح ماده ۲ اساسنامه (اضافه شدن خدمات آزمایشگاهی به موضوع فعالیت شرکت )
- ۴-اصلاح ماده ۴ اساسنامه در خصوص میزان سرمایه و تعداد سهام
- ۵-اصلاح اساسنامه شرکت منطبق با نمونه اساسنامه سازمان بورس و اوراق بهادار
- ۶- سایر مواردی که در صلاحیت مجمع عمومی فوق العاده می باشد.

**هیات مدیره شرکت رنگ سازی مشهد ( سهامی عام)**

## آگهی مناقضات عمومی یک مرحله ای با ارزیابی کیفی تامین کنندگان

شماره ۱۴۰۲/۰۱۴-۱۷۰/م

مقدار ۱۵۰۰ کیلو گرم ران مرغ منجمد به شماره مناقصه ۱۴۰۱/۰۱۴-۱۷۰/م و سپرده شرکت در مناقصه به مبلغ ۱۷۵۰۰/۰۰۰ ریال بصورت ضمانت نامه بانکی ویا چک صیادی بنام شرکت کننددر در مناقصه، مورد نیاز خود را از طریق مناقصه عمومی از تامین کنندگان واجد شرایط خریداری نمایند.

متقاضیان می توانند جهت دریافت ، تکمیل و تحویل اسناد مناقصه از تاریخ ۱۴۰۲/۰۶/۱۴ لغایت ۱۴۰۲/۰۶/۲۱ به شرح ذیل اقدام نمایند

- ۱- نحوه دریافت اسناد مناقصه: بصورت حضوری از واحد بازرگانی تعاونی خدمات فنی مهندسی کارکنان ایران خودرو خراسان در روزهای کاری از ساعت الی ۱۵ و یا از طریق سایت اینترنتی [www.tfmmkco.ir](http://www.tfmmkco.ir) و یا تماس با شماره های تلفن ۰۹۱۵۵۲۱۹۴۸۲، ۰۹۱۵۵۲۱۷۱۲۵، ۰۹۱۵۱۰۷۱۲۵
- ۲-محل دریافت و تحویل اسناد مناقصه : شرکت تعاونی خدمات فنی مهندسی کارکنان ایران خودرو خراسان ، مشهد-خیش چراغچی۴۵-حلیقه فوقانی نمایندگی ۲۰۲۱-ایران خودرو -واحد بازرگانی در روزهای کاری از ساعت الی ۱۵

لازم به توضیح است تاریخ بازگشایی پاکات الفوب در روز چهار شنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۶/۲۲ ساعت ۱۴ می باشد (شرکت تعاونی خدمات فنی مهندسی کارکنان ایران خودرو خراسان در رد یک یا کلیه پیشنهادات واصله مختار است)

(هزینه درج یک نوبت آگهی روزنامه بر عهده برنده مناقصه است)

## آگهی مناقصه عمومی

### خرید اقلام مورد نیاز فروشگاه های شرکت

شرکت صنایع دامپروری و لبنی رضوی در نظر دارد اقلام مورد نیاز خود ام از مرغ کامل و قطعه بندی و آیش مرغ، تخم مرغ، انواع ماهی منجمد و گرم، شترمرغ، بلدرچین، بوقلمون، دام سبک زنده، لاشه شتر و گوسفند، قطعات و آیش، را از طریق برگزاری مناقصه عمومی خریداری نماید، لذا از تامین کنندگان واجد شرایط دعوت به عمل میآید جهت دریافت مدارک مربوطه به تارنامای [www.epfir](http://www.epfir) قسمت معاملات (مناقصه و مزایده) مراجعه و یا به صورت حضوری به نشانی: **مشهد، خیابان دانشگاه، دانشگاه ۳۱ (کفایی)، پلاک ۴** مراجعه و پاکات پیشنهادی خود را به آدرس مذکور به کدپستی به شماره ۹۱۸۲۳۷۹۴۴۵ ارسال و حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۲/۰۶/۲۱ تحویل نمایند.

**مدارک مورد نیاز شرکت در مناقصه:**

- ۱- **پاکت الف)** واریز مبلغ معادل ۵ درصد راجی هم معامله بابت وجه الضمان شرکت در مناقصه به شماره حساب ۳۴۲۲۲۲۳۲۱۱ بانک ملت شعبه استان قدس به نام شرکت صنایع دامپروری و لبنی رضوی و یا بصورت چک بین بانکی، یا ضمانت نامه بانکی معتبر بدون قید و شرط (حقالل سه ماهه) و یا در صورت بستنکاری به مبلغ مذکور، اعلامیه حسابداری تایید شده واحد مالی این شرکت، ( جهت پرداخت با واحد مالی داخلی ۲۶۸ تماس حاصل فرمایید)
- ۲- **پاکت ب)** تصویر کارت ملی اشخاص حقیقی و تصویر اظهارنامه ثبت شرکت، آخرین آگهی تغییرات شرکت و مجوز بهره برداری شرکت.
- ۳- **پاکت ج)** پیشنهاد قیمت به همراه مشخص نمودن شرایط بازپرداخت.

شرکت صنایع دامپروری و لبنی رضوی در رد و قبول پیشنهادات مختار است.

• ارائه هر گونه تضمین به غیر از موارد فوق غیر قابل قبول می باشد.

**جهت اطلاعات بیشتر با شماره ۰۵۱-۳۳۹۶۰۵۱۰-۰۵۱ داخلی ۲۹۲ و ۲۹۶ تماس حاصل فرمائید.**

**شرکت صنایع دامپروری و لبنی رضوی ( سهامی خاص)**