

رفیق گوش یادشمن شنوایی؟

هدفون‌هایی که صدای محیط را حذف می‌کنند محبوبیت زیادی دارند؛ اما تحقیقات علمی جدید نشان می‌دهد که استفاده نادرست از آن‌ها می‌تواند منجر به آسیب‌های جدی شنوایی شود

صابری هدفون‌هایی که صدای محیط را به دلایل مختلف حذف می‌کنند، در مدارسهای اخیر بسیار محبوب شده‌اند و تجربه صوتی کاربران را متحول کرده‌اند. با تحقیقات جدید حاکی از آن است که این دستگاه‌ها می‌توانند برای سلامت شنوایی مضر باشند. اگر یکی از کاربران این هدفون‌ها هستید، بهتر است روش استفاده از این فناوری را جدی‌تر بگیرید.

فناوری حذف صدای محیط چگونه کار می‌کند؟



هدفون‌هایی با فناوری حذف صدای محیط (Noise Cancelling) این توانایی را دارند که امواج صدایی ناخواسته را تشخیص داده و با استفاده از امواج معکوس، این صداها را حذف زیادی حذف کنند. این فناوری، به‌ویژه برای کاربران‌ی که در محیط‌های پرسروصدا زندگی می‌کنند یا می‌خواهند بدون مزاحمت از گوش دادن به موسیقی یا پادکست لذت ببرند، انتخابی جذاب است. با این وجود، استفاده از این هدفون‌ها گاهی اوقات به این معناست که برای جبران حذف صداهای ناخواسته، کاربران ممکن است حجم صدا را تا سطوح بسیار بالایی افزایش دهند. این استفاده مکرر از صدای بلند ممکن است به‌تدریج به سلول‌های مویی درون گوش داخلی، که عملکرد اصلی شنوایی را برعهده دارند، آسیب برساند.

چگونه از شنوایی خود محافظت کنیم؟

استفاده مکرر از صدای بلند ممکن است به تدریج به سلول‌های مویی درون گوش داخلی، که عملکرد اصلی شنوایی را بر عهده دارند، آسیب برساند.

افزایش خطر اختلال شنوایی و وزوز گوش

یکی از مهم‌ترین خطرانی که تحقیقات اخیر مشخص کرده است، افزایش احتمال ابتلا به اختلال شنوایی و وزوز گوش (Tinnitus) در میان افرادی است که طولانی‌مدت از هدفون‌های حذف صدای محیط استفاده می‌کنند. متخصصان گوش و شنوایی بریتانیایی توضیح می‌دهند که وقتی افراد در محیط‌های شلوغ از این هدفون‌ها استفاده می‌کنند، جالش حذف کامل صداها می‌باشد و باعث می‌شود مغز برای جبران کمبود صدای

پارچه‌ای با خود همراه داشته باشید و به جای دریافت تعداد زیادی پلاستیک کوچک برای هر خرید، همه خریدهای کوچک را در یک ساک قرار دهید. به پایداری و سازگاری محصولات با محیط زیست توجه کنید. اقداماتی مانند انتخاب محصولاتی با بسته‌بندی قابل بازیافت یا حداقل میزان پلاستیک، خرید مواد شسته شده با برس چوب یا زیست‌زیست، معطر، مانند محصولات فاقد فسفات و مواد شیمیایی خطرناک و حمایت از کسب و کارهای محلی و برندهای ایرانی که محصولات ارگانیک و سازگار با محیط زیست تولید می‌کنند بسیار مفید خواهد بود.

کاهش مصرف انرژی حین نظافت

نگذارد. حفاظت خانه علاوه بر مصرف ششوینده‌ها، نیاز به انرژی زیادی دارد. رعایت چند نکته ساده می‌تواند به کاهش مصرف برق و آب کمک کند. استفاده از جاروبرقی کم‌مصرف با فیلترهای قابل شست و شوه به جای مدل‌های قدیمی بر مصرف، استفاده از آب سرد یا ولرم به جای آب داغ در شست‌وشو، برای کاهش مصرف گاز و برق، شست‌وشوی پرده‌ها و فرش‌ها در لباسشویی کم‌مصرفی برق و آب را کاهش می‌دهد. شست‌وشوی ظرف‌شویی برای کاهش دفعات استفاده و استفاده از شوینده طبیعی در روز به جای روشن کردن چراغ‌ها هنگام نظافت، استفاده از سطل و دستمال مرطوب به جای شیلنگ برای شست‌وشوی سطوح، تعمیر شیرهایی که چکه می‌کنند که می‌تواند در چند ماه صدها لیتر آب را هدر دهد از جمله این نکات هستند.

ایده‌های خلاقانه برای سبزه نوروزی

سبزه نوروز نماد سر سبزی و حیات و پای همیشگی سفره هفت سین است، اما بعد از سبز دبه در معمولاً دور ریخته می شود. با روش های خلاقانه می توان سبزهای پابدار و کم هزینه تهیه کرد. استفاده از دانه های سریع الرشد مانند عدس، ماش، گندم یا تخم شربتی برای رشد سریع تر و کاهش هدر رفت منابع، ایجاد سبزه در ظروف بازیافتی مانند پوست تخم مرغ، لیوان های شیشه ای یا ظروف سه سوپالی برای کاهش استفاده از پلاستیک، سبزه کاشته شده در خاک به جای سبزه روی آب، همه از روش های جایگزین مناسب برای کاهش هزینه و جلوگیری از اسراف هستند.



فائزه مهاجر روزنامه نگار - استقبال از بهار در زندگی ما جنبه‌های مختلفی دارد؛ از سبزه و خرید ماهی قرمز تا نظافت منزل، دور ریختن وسایل اضافه و خرید که حین انجام هر کدام از آن‌ها باید حواس‌مان به محیط زیست باشد؛ به خصوص در پررنگ‌ترین جنبه آن یعنی خانه‌تکانی. همان‌طور که می‌دانید خانه‌تکانی از سنت‌های پسندیده ما ایرانیان قبل از ورود به سال نو و آغاز بهار است. اما این‌که به چه روشی آن را انجام می‌دهیم و برای نوروز آماده می‌شویم، اهمیت بسیار زیادی دارد. خانه‌تکانی به روش معمول می‌تواند خسارات زیست محیطی زیادی به همراه داشته باشد. با کمی هوشمندی و ایجاد مقداری تغییر در روش انجام کارها می‌توان خانه‌تکانی دوستدار محیط زیست داشته باشیم. در این مطلب نه تنها از خانه‌تکانی، بلکه از تمام ابعاد اموری که در استقبال از بهار انجام می‌دهیم گفتیم که چگونه می‌توانیم تا آسیب کمتری به محیط زیست بزنند.

مدیریت پسماند و زباله‌ها

و سامانه‌های مدیریت پسماند شهری استفاده کنید که خدماتی نظیر جمع‌آوری زباله‌های تفکیک‌شده و بازیافتی ارائه می‌دهند. طبق آمار، در ایام نوروز میزان تولید زباله تا ۳۰ درصد افزایش می‌یابد. تفکیک از مبدأ می‌تواند حجم زباله‌های دفن‌دراکاهش دهد و از آلودگی محیط‌زیست جلوگیری کند.

کاهش زباله‌های خانه‌تکانی

خانه‌تکانی باعث دور ریختن بسیاری از وسایل قدیمی می‌شود. اما بازیافت وسایل بدون استفاده مانند لباس، کتاب و لوازم منزل از طریق فروش یا اهدا به افراد نیازمند می‌تواند به اهدا به خیریه‌ها برای کمک به دیگران و جلوگیری از آلودگی ناشی از زباله، تعمیر وسایل خراب به جای خرید مجدد، که باعث کاهش هزینه و تولید زباله الکترونیکی و داروهای تاریخ‌مصرف گذشته را

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده شرکت بر فیکر توس (سهامی خاص) به شماره ثبت ۱۷۳۰۳ و شناسه ملی ۱۰۲۸۰۳۲۸۸۰۰

بدینوسیله از کلیه سهامداران شرکت فوق دعوت می شود تا در جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخه ۱۴۰۳/۱۲/۳۰ در ساعت ۱۰ در محل استان خراسان رضوی، شهرستان ییلاقود، بخش شاندیز، دهستان شاندیز، روستای شهرک صنعتی طوس، محله ندارد خیابان تلاش شمالی ۱۰/۳، خیابان تلاش شمالی ۱۰، پلاک ۹ قطعه ۴۹۷ طبقه همکف کد پستی ۹۱۸۵۱۷۵۴۹۲ حضور بهم رسانند.

دستور جلسه ۱۲- انتخاب بازرسین اصلی و علی البدل ۲- انتخاب روزنامه کثیرالانتشار ۳- تصویب صورتهای مالی ۱۴۰۲

هیئت مدیره شرکت

۱۱۵۷۷

آگهی مناقصه عمومی شماره ۱۴۰۳/۲۲ (دو مرحله ای)

شرکت توزیع نیروی برق شهرستان مشهد در نظر دارد خرید تابلو توزیع کامپوزیتی هوایی ۲ در ۱۶۰ با اتومات ۴۰۰ موتوردار و ترانس جریان تابلویی ۳۰۰/۵ مورد نیاز خود را از طریق مناقصه عمومی خریداری نماید. داوطلبان می توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر از تاریخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۹ به سامانه ستاد ایران (WWW.SETADIRAN.IR) مراجعه نمایند.

روابط عمومی شرکت توزیع نیروی برق شهرستان مشهد

۱۱۵۱۴
www.meedc.ir

همه از یک پیگیری

۹۰: سوخت نیروگاه های برق از گاز است

آگهی مناقصه عمومی شماره ۱۱۴۰۳/۲۱ (دو مرحله ای)

شرکت توزیع نیروی برق شهرستان مشهد در نظر دارد
خرید انواع تابلو و جعبه کنتور
مورد نیاز خود را از طریق مناقصه عمومی خریداری نماید.
داوطلبان می توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر از تاریخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۹
به سامانه ستاد ایران (WWW.SETADIRAN.IR) مراجعه نمایند.
روابط عمومی شرکت توزیع نیروی برق شهرستان مشهد
www.meedc.ir

۱۱۵۴۰۰

همه از یک بکریم**
۹۰: سوخت نیروگاه های برق از گاز است

[illegible]

تأهلی تغییرات شرکت سهامی خاص پردیس
عصاره ترشیز به شناسه علی ۱۴۰۰۸۱۸۵۲۶۶ و به شماره ثبت ۲۲۵۸
به استناد صورت جلسه هیات مدیره مورخ ۱۴۰۳/۱۱/۱۴ بنا به تفویض اختیار حاصله از مجمع
عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۳/۱۱/۱۴ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: سرمایه شرکت از مبلغ
۸۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال به مبلغ ۸۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال منقسم به ۲۵۰,۰۰۰ سهم ۸۰۰,۰۰۰ ریالی
باتمام از محل مطالبات حال شده سهامداران افزایش یافته است و ماده مربوطه در اساسنامه
به شرح ذیل اصلاح گردید: سرمایه شرکت مبلغ ۸۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال منقسم به
۲۵۰,۰۰۰ سهم ۸۰۰,۰۰۰ ریالی بنام می باشد که تماماً پرداخت گردیده است.

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی
مرجع ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری کاتمر (۱۸۹۷۵۸۰)

آگهی صندوق پرستاران موسسه فرهنگی ورزشی ایران خودرو خراسان (در حال تصفیه)
به شماره ثبت ۱۹۶۴ و شناسه ملی ۱۶۱۷۷۳۳-۱۰۳۸
 در اجرای ماده ۲۴۵ اصلاحیه قانون تجارت از کلیه پرستاران موسسه فرهنگی ورزشی ایران خودرو خراسان (در حال تصفیه) به شماره ثبت ۱۹۶۴ و شناسه ملی ۱۶۱۷۷۳۳-۱۰۳۸ که آگهی انحلال آن در صفحه ۹ روزنامه رسمی کشور به شماره ۲۲۰۴۵ مورخ ۱۴۰۲/۰۲/۱۰ درج گردیده است دعوت به عمل می آید تا ظرف مدت شش ماه از تاریخ انتشار آگهی نوبت اول یا از تاریخ مدارک مثبت شده ادعای خود به مدیر تصفیه آقای محمد قنبری به شماره همراه ۰۹۱۵۴۱۷۷۵۷۰ مستقر در آدرس مشهدپلوار شهید منتظری، خیابان منتظری ۷ ساختمان سایه‌گویی‌فیه پنجم که پستی ۹۱۷۶۸۷۳۳۳۳ مراجعه نمایند بدیهی است شرکت و مدیر تصفیه در مورد هر گونه ادعای احتمالی که خارج از مدت فوق به شرکت منعکس گردد مسئولیتی نخواهند داشت.

«آگهی مناقصات عمومی یک مرحله ای»					
شرکت آب و فاضلاب مشهد در نظر دارد با رعایت مفاد آیین نامه معاملات شرکت های آب و فاضلاب شهری و استانی و از طریق مناقصات عمومی عملیات مشروحه ذیل را به پیمانکاران ذیصلاح واگذار نماید.					
ردیف	موضوع	مدت اجرا	مبلغ برآورد اولیه به ریال	مبلغ تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار (ریال)	مبلغ رتبه و رسته مورد نیاز حداقل
۱	اصلاح و بازسازی درجه های مخازن آب شرب سطح شهر مشهد	۶ ماه	۳۰۰,۰۰۰,۰۰۰/۰۰۰	۱/۳۲۰,۰۰۰/۰۰۰	رتبه های ۵، رتبه آب با تأسیسات و تجهیزات سازمان مدیریت و بهره ریزی
۲	راهبری، بهره برداری و نگهداری و تعمیرات کلیه تأسیسات اداره آب رسانی سوران به صورت شبانه روزی	۲۴ ماه	۲۲۰,۹۴۴/۳۵۶/۸۱۶	۷/۰۳۰,۰۰۰/۰۰۰	گواهی نامه صلاحیت بهره برداری و نگهداری از تأسیسات آب رسته نامین، انتقال و توزیع در وجه شرکت آب و فاضلاب مشهد
۳	راهبری، بهره برداری و نگهداری و تعمیرات کلیه تأسیسات آب رسانی ادارات خیر اباد- گلشهر به صورت شبانه روزی	۲۴ ماه	۳۰۸,۰۸۰,۸۷۲/۲۸۸	۷/۷۰۱,۰۰۰/۰۰۰	۵- ارائه گواهی بلوکه مطابقت قطعی تالید شده قرارداد های شرکت آب و فاضلاب مشهد از سوی مدیران امور مالی دستگاه مناقصه گزار

آگهی مزایده (نوبت سوم)

شرکت سرمایه‌گذاری توسعه و عمران فلات توس (سهامی خاص) در نظر دارد تعداد ۶ واحد تجاری خود را واقع در طبقات منهای یک، اول و دوم و سوم برج سلمان از طریق مزایده به فروش برساند. متقاضیان محترم می‌توانند از تاریخ انتشار آگهی به مدت ۱۰ روز کاری جهت کسب اطلاع از شرایط مزایده و دریافت فرم شرکت در مزایده پس ساعت اداری به نشانی زیر مراجعه نمایند. مشهد- تقاطع خیابان سلمان و راهنمایی- بین راهنمایی ۱۷ و ۱۹- برج تجاری اداری سلمان- طبقه مدیریت- واحد مستقلات برج (شرکت فلات توس)

شماره تماس واحد مستقلات: آقای جعفر زاده: ۰۹۱۹۶۰۵۸۱۴۵ آقای ذبیحی: ۰۹۱۵۳۰۲۴۴۱۶

شرکت سرمایه‌گذاری توسعه و عمران فلات توس

۱۱۵۶۶۹

آگهی دعوت از بستکاران شرکت تضمینی صرافی ارجی و شرکا در حال تصفیه
به شماره ثبت ۳۴۶۹۶ و شناسه ملی ۱۰۲۸۰۴۹۹۷۴۰ (نوبت دوم)

در اجرای ماده ۲۱۵ اصلاحیه قانون تجارت از کلیه بستکاران **شرکت تضمینی صرافی ارجی و شرکا در حال تصفیه به شماره ثبت ۳۴۶۹۶ و شناسه ملی ۱۰۲۸۰۴۹۹۷۴۰** که آگهی انحلال آن در صفحه ۵۲ روزنامه رسمی کشور به شماره ۲۳۲۱۵ مورخ ۱۳۹۷/۰۴/۱۷ درج گردیده است دعوت به عمل می‌آید تا ظرف مدت حداکثر یکسال از تاریخ انتشار آگهی نوبت اول یا از تاریخ مدارک مثبته ادعای خود به مدیر تصفیه آقای حسین ارجی به شماره همراه ۰۹۱۵۵۰۱۹۶۷ - مستقر در ادیس استان خراسان رضوی، شهرستان مشهد، بخش مرکزی، شهر مشهد، فلسطین، بلوار فلسطین، خیابان فلسطین/۲۲ (شهیدحسین علیان)، پلاک ۴، طبقه ۱، کدپستی ۹۱۸۵۷۸۶۸۹ مراجعه نمایند. بدیهی است شرکت و مدیر تصفیه در مورد هرگونه ادعای احتمالی که خارج از مدت فوق به شرکت منعکس گردد مسئولیتی نخواهند داشت.

مدیر تصفیه شرکت تضمینی صرافی ارجی و شرکا در حال تصفیه - آقای حسن ارجی



زودتر با خبر شوید...

واحد پشتیبانی و سایت

۰۲۱-۴۹۱۰۵۴۲۵

www.mozayedemonagheseh.com