

#### حرف امروز

#### ویروسی که کامبک زد!

شواهد علمی می گوید قبل تر آنفلوانزا هر ۱۰ سال یک بار سر و کله اش پیدا می شد و به محض ورودش، سپر واکسن جلوبش را می گرفت. حدود ۱۳-۱۴ سالی از آن خبری نبود تا اینکه دوسال نفسگیر کرونا آمد و حالا، بعد از وقفه ای کوتاه، آنفلوانزا طوری جان تازه گرفته و به قول امروزی ها کامبک زده که واکسن ها در برابر این گونه اش مقاومتی ندارند. مینو محرز، استاد دانشگاه علوم پزشکی تهران می گوید: «این ویروس متأسفانه وارد ایران هم شده و کودکان و بزرگسالان را درگیر کرده. مقصد اولیه اش استرالیا بود و حالا تقریباً همه جای دنیا لنگر انداخته است. قدرتش بالا، سرعتش زیاد و بیماری زایی اش نگران کننده است، بنابراین بهترین کار این است که در برابرش صبر و مراقبت پیشه کنیم. علی الخصوص افراد دارای بیماری زمینه ای که باید با احتیاط بیشتری رفتار کنند؛ چون برای آن ها خطر بیشتری دارد». محرز در ادامه در مورد آلودگی هوا توضیح می دهد که تأثیرش در تشدید علائم بیماری مشهود است: «بالاخره آلودگی خودش موجب تنگی نفس می شود، حالا اگر ویروس هم اضافه شود، وضعیت سخت تر می شود، اما این آلودگی عامل شکل گیری آنفلوانزا نیست».

خوشبختانه داروی ضدویروس اوسلتامیویر در دسترس پزشکان است و اگر به موقع مصرف شود، دوره بیماری معمولاً پنج روز طول می کشد و بعد، بیماری دیگر مسری نیست. با این حال، مراقب باشید؛ بچه ها در مدارس مثل قطعات دومینو هستند؛ کافی است یک نفر مبتلا شود تا نصف کلاس را آلوده کند. البته برخی کشورها معتقدند واکسن هنوز تأثیر خودش را دارد و هرچند کامل نیست، اما جلو خطر را برای افراد آسیب پذیر می گیرد. برای نمونه، فرانسه پاییز امسال تعداد واکسینه ها را ۲۱درصد بیشتر کرده تا ساده ترین راهکار ممکن برای مهار این ویروس را عملی کند.



| اوقات شرعی به افق مشهد |              |               |               |
|------------------------|--------------|---------------|---------------|
| اذان ظهر               | اذان مغرب    | اذان صبح فردا | اذان صبح فردا |
| ۱۱/۵۱                  | ۱۷/۱۲        | ۵/۲۳          | ۱۱/۱۹         |
| غروب خورشید            | نیمه شب شرعی | طلوع فردا     | غروب خورشید   |
| ۱۶/۵۲                  | ۲۳/۰۸        | ۶/۵۱          | ۱۶/۱۸         |

| اوقات شرعی به افق مشهد |              |               |               |
|------------------------|--------------|---------------|---------------|
| اذان ظهر               | اذان مغرب    | اذان صبح فردا | اذان صبح فردا |
| ۱۶/۳۸                  | ۲۲/۳۴        | ۶/۲۰          | ۱۶/۱۸         |
| غروب خورشید            | نیمه شب شرعی | طلوع فردا     | غروب خورشید   |
| ۱۶/۳۸                  | ۲۲/۳۴        | ۶/۲۰          | ۱۶/۱۸         |

آدرس دفتر مرکزی مشهد: بولوار سجاده، نبش سجاد ۱۴-۱۱-۳۷۶۸۵ (۰۵۱) تلفن:

آیا جعبه جادو، جذابیت هایش را از دست داده است؟

# ورود به «عصر تلویزیون» بدون تلویزیون!



رایانه‌شان ببینند.

روش ها و سکوهای پخش آنلاین در ۱۰ سال اخیر زحمت مخاطبان را کم کرده و براساس سابقه شما در تماشا کردن برنامه‌های مختلف و جست‌وجوهایی که در مرورگرتان کرده‌اید، سلیقه‌تان را تشخیص داده و به شما پیشنهادهای شخصی سازی شده ارائه می‌دهند. درواقع شما وارد «عصر تلویزیون» بدون تلویزیون شده‌اید!

#### علم و زندگی

## گوشواره‌های سلامتی

پیش تر برای اینکه بفهمیم ضربان قلب، کیفیت خواب یا وضعیت آمادگی روزانه‌مان چطور است، باید کلی ابزار مختلف مثل ساعت هوشمند، حلقه، کابل و اپلیکیشن کنارهم استفاده می‌کردیم و همیشه دردسر و سردرگمی داشتیم. اما حالا شرکت لومیا گوشواره‌ای هوشمند

ساخته که همه این‌ها را در یک تکه کوچک پشت گوش خلاصه کرده است. این دستگاه جریان خون به مغز، ضربان قلب، کیفیت خواب، دمای بدن و حتی آمادگی

روزانه شما را بررسی می‌کند و تغییرات سبک سر هنگام بلند شدن سریع از صندلی را هم گزارش می‌دهد. وزن آن تنها یک گرم است، ضدحساسیت است و حتی هنگام خواب، ورزش یا دوش گرفتن می‌توان آن را استفاده کرد. این گوشواره‌ها زیبا هستند و مثل یک دستیار کوچک، سلامت شما را با دقت بالا رصد می‌کنند و بدون دردسر داده‌های قابل اعتماد ارائه می‌دهند.

غواص ها همیشه از فشار و سنگینی زیر آب گله دارند و آن را بزرگ ترین مانع تحقیقات دریایی می دانند. حالا محققان چینی برای رفع این مشکل، یک اسکلت رباتیک زیرآب ساخته اند که مثل تکیه گاهی قدرتمند،

پاهای غواص را سبک می کند و اکسیژن اضافی در اختیار او قرار می دهد. این اسکلت که برای نخستین بار رونمایی شده، دقیقاً روی زانوها عمل می کند،



مصرف اکسیژن را حدود ۲۲درصد کاهش می دهد و فشار روی ران و ساق را کم می کند. حسگرهای هوشمند آن حرکت طبیعی غواص را تقلید می کنند و اجازه می دهند راحت تر و طولانی تر شنا کند. درنتیجه غواصی از آن حالت تحمل وزن سنگین آب خارج می شود و غواصان می توانند سبک، سریع و با خستگی کم، هم برای تحقیقات دریایی و هم عملیات پیچیده، در عمق آب فعالیت کنند بدون اینکه گرفتار فشار و سنگینی شوند.

#### آگهی مناقصه عمومی با ارزبایی فنی

بازرگانی تامین کنندگان شماره: ۱۴۰۴/۳۶۳۶-م/۱۷۰



شرکت ایران خودرو خراسان در نظر دارد تعداد ۸ عدد پیستولت رنگ پاش ایواتا بهمراه ۵ آیتم قطعات یدکی و مصرفی را از طریق مناقصه عمومی از تامین کنندگان واجد شرایط خریداری نماید.

سپرده شرکت در مناقصه ۳۶۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال می باشد .

متقاضیان می توانند جهت دریافت ، تکمیل و تحویل اسناد مناقصه از تاریخ ۱۴۰۴/۰۹/۰۴ تا لغایت ۱۴۰۴/۰۹/۲۳ به شرح ذیل اقدام نمایند:

۱- نحوه دریافت اسناد مناقصه: بصورت حضوری از واحد بازرگانی ایران خودرو خراسان در روزهای کاری از ساعت ۸ الی۱۵ و یا از طریق سایت اینترنتی [www.ikkco.ir](http://www.ikkco.ir) و یا تماس با شماره های تلفن(۰۳۳۵۶۳۰۵۵-۵۱) ، ( ۰۵۱۳۳۵۶۳۰۵۴) و ( ۰۵۱۳۳۵۶۳۰۵۱-۰۹ داخلی (۰۴۳۳۰-۴۰۲۱)) محل دریافت و تحویل اسناد مناقصه : شرکت ایران خودرو خراسان ، کیلومتر ۵۵ جاده مشهد-نیشابور دبیرخانه کمیسیون معاملات در روزهای کاری از ساعت ۸ الی۱۵

لازم به توضیح است تاریخ بازگشایی پاکات الف و ب

در روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۹/۲۶ ساعت ۰۹:۰۰ صبح می باشد

(شرکت ایران خودرو خراسان در رد يك يا كليہ پيشنهادات واصله مختار است)

(هزينه درج آگهی روزنامه بر عهده شرکت ایران خودرو خراسان است)



ارتباطات واموربين المللي

#### فراخوان تجدید مزایده عمومی (نوبت دوم)

## آگهی شرکت در مزایده

**شرکت سهامی آب منطقه ای اصفهان** در نظر دارد تجدید مزایده عمومی خود را براساس جدول زیر به انجام رساند، لذا خواهشمند است از تاریخ درج آگهی نسبت به دریافت اسناد مزایده از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) قسمت مزایده ها اموال منقول به آدرس [WWW.SETADIRAN.IR](http://WWW.SETADIRAN.IR) اقدام نمایند. شایان ذکر است دریافت اسناد مزایده صرفاً از طریق سامانه ستاد انجام می پذیرد .

| ردیف | شرح مزایده                                                       | شماره مزایده در سامانه ستاد |
|------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
| ۱    | نخاله های خارج شده از تونل گلاب دیو شده در تاسیسات سد زاینده رود | ۱۰۰۴۰۰۱۲۰۵۰۰۰۰۰۰۳           |

آدرس: اصفهان ،روبروی پل خواجه، ابتدای بلوار آئینه خانه، شرکت آب منطقه ای اصفهان ،امور تدارکات وخدمات پشتیبانی
تلفن تماس: ۰۳۱۳۶۶۱۵۳۶۰ داخلی ۱۱۸۲
آدرس سایت : WWW.ESRW.IR

نشانه آگهی ۲۰۵۶۲۷

**شرکت سهامی آب منطقه ای اصفهان**