

علم و زندگی

پلک زدن، نشانگر تمرکز مغز

شاید فکر کنیم پلک زدن فقط برای محافظت از چشم‌هاست، اما تحقیقات جدید نشان می‌دهد این حرکت کوچک می‌تواند سرخ مهمی از فعالیت ذهنی ما بدهد. به‌تازگی محققان دانشگاه «کنکوردیا» کانادا کشف کردند وقتی در محیط پرسرصد! به گفتار گوش می‌دهیم، کمتر پلک می‌زنیم. هر مکت در پلک، نشان‌دهنده تمرکز و تلاش مغز برای پردازش اطلاعات است. در آزمایش‌ها، شرکت‌کنندگان با عینک ردیاب چشم بررسی شدند و مشخص شد هرچه شنیدن دشوارتر باشد، پلک‌ها کمتر و دقیق‌تر زمان‌بندی می‌شوند. حتی نور محیط هم تأثیر دارد؛ در روشنایی خیلی زیاد یا کم، این کاهش پلک زدن شدیدتر است. نتیجه اینکه، پلک زدن ما می‌تواند نشان‌دهد مغز چگونه توجه و منابع خود را مدیریت می‌کند و ابزاری ساده برای بررسی تمرکز و فعالیت ذهنی در زندگی روزمره است.

میکروگلیا؛ ترمز و گاز اضطراب



اضطراب معمولاً با نوروها گره خورده و آن‌ها را همیشه به عنوان مقصر اصلی معرفی می‌کند. اما تازه‌ترین کشف دانشمندان دانشگاه یوتا نشان می‌دهد سلول‌های ایمنی مغز، یا همان میکروگلیاها هم در این معادله نقش کلیدی دارند. این سلول‌ها مثل دو راننده پشت فرمان اضطراب عمل می‌کنند: یکی پدال گاز را فشار می‌دهد و اضطراب را بالا می‌برد، دیگری ترمز را می‌گیرد و آن را کنترل می‌کند.

وقتی هر دو کنار هم باشند، اضطراب تعادل خودش را حفظ می‌کند، اما غیاب یکی از آن‌ها می‌تواند سبب ایجاد رفتارهای عصبی و وسواسی شود. این کشف نوید راهی تازه برای درمان اضطراب را می‌دهد، چون بیشتر داروها تنها نوروها را هدف گرفته و نقش بازیگوش میکروگلیاها را نادیده می‌گیرند. حالا شاید بتوانیم با شناخت بهتر این سلول‌ها، اضطراب را کمی رام و مهربان‌تر کنیم.

آگهی

مناقصه

سازمان عمران و نگهداری حرم مطهر رضوی

در نظر دارد تهیه و تحویل شش عدد مبدل حرارتی صفحه ای استیل به ظرفیت ۳۷۳۰کیلو وات و ۳۱۸۲کیلو وات را از طریق مناقصه عمومی نماید . لذا متقاضیان می توانند تا پایان وقت اداری روز دو شنبه مورخ ۱۴۰۴/۱۰/۱۵ ضمن هماهنگی با دبیر خانه سازمان (تلفن : ۰۵۱-۳۱۳۰۵۲۴۳) و مراجعه حضوری به نشانی : مشهد - خیابان شهید اندرزگو - ورودی باب الجواد حرم مطهر رضوی - طبقه فوقانی فروشگاه رضوی واحد دبیر خانه نسبت به دریافت اسناد مناقصه اقدام نمایند .

فراخوان ارزیابی کیفی جهت برگزاری مناقصه عمومی

اصلاح شبکه ۲۰کیلو ولت تغذیه برق ایستگاه های تقویت فشار گاز خاوران، فرابشند و صفاشهر (نوبت اول)

منطقه پنج عملیات انتقال گاز ایران درنظر دارد فراخوان ارزیابی کیفی جهت برگزاری مناقصه عمومی یک مرحله ای (فوق) به شماره مناقصه س-۱۴۰۴-۳۷-۱۴۰۴ را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید .کلیه مراحل برگزاری فراخوان ارزیابی کیفی از دریافت تا تحویل اسناد استعلام ارزیابی کیفی تا ارسال دعوتنامه جهت سایر مراحل مناقصه از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت ستاد به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد.
لازم است مناقصه گران در صورت عدم عضویت قبلی ، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی را جهت شرکت درمناقصه محقق سازند.
تاریخ انتشار فراخوان در سامانه ستاد تاریخ ۱۴۰۴/۱۰/۰۹ می باشد.
اطلاعات و اسناد مناقصه عمومی پس از برگزاری فرایند ارزیابی کیفی و ارسال دعوتنامه از طریق سامانه ستاد جهت مناقصه گران ارسال خواهد شد.
(۱) مهلت دریافت اسناد استعلام ارزیابی کیفی از طریق سامانه ستاد :
۱۴۰۴/۱۰/۱۶ روز سه شنبه
(۲) مهلت ارسال پاسخ استعلام ارزیابی کیفی از طریق سامانه ستاد :
۱۴۰۴/۱۰/۳۰ ساعت ۱۸ روز سه شنبه
(۳) اطلاعات دستگاه مناقصه گذار :
-آدرس : شیراز ، بزرگراه امام خمینی، حدفاصل شهرک فرهنگیان و شهرک فرزانشگان، منطقه پنج عملیات انتقال گاز، کدپستی ۷۱۷۹۸-۹۶۳۱۵ و شماره

مجموعه چاپ و نشر روزنامه قدس

اچاپ افست | چاپ شیت | چاپ رول | بیووی |

اسلفون | لیتوگرافی | صحافی | برش |

مجهزترین چاپخانه شرق کشور با پرسنل حرفه‌ای

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۲/۰۷	۱۷/۲۰	۵/۴۴
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۷/۰۰	۲۳/۲۲	۷/۱۴

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا
۱۶/۲۶	۲۲/۴۹	۶/۴۳

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱/۳۴	۱۶/۴۶	۵/۱۲
غروب خورشید	نیمه شب شرعی	طلوع فردا