اوقات شرعی به افق تهران

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۲:۰۲	۱۹:۳۴	۳:۰۷
غروب خورشید	**نیمه شب شرعی**	**طلوع فردا**
۱۹:۱۳	۲۳:۱۰	۴:۵۰

اوقات شرعی به افق مشهد

اذان ظهر	اذان مغرب	اذان صبح فردا
۱۱:۲۹	۱۹:۰۳	۲:۳۱
غروب خورشید	**نیمه شب شرعی**	**طلوع فردا**
۱۸:۴۲	۲۲:۳۷	۴:۱۶

صاحب امتیاز: مؤسسه فرهنگی قدس
وابسته به آستان قدس رضوی
مدیرعامل و مدیر مسئول: علی یعقوبی
سردبیر: سید محسن اسدی

● آدرس دفتر مرکزی مشهد: بولوار سجاد، نبش سجاد ۱
● تلفن: ۱۴- ۳۷۶۸۵۰۱۱ (۰۵۱)

● صندوق پستی: ۵۷۷ - ۹۱۷۳۵
● دفترتهران: بولوارکشاورز، بین کارگر و جمالزاده، شماره ۳۳۶
● تلفن: ۶۶۹۳۷۵۷۵ (۰۲۱)
● نمابر: (داخلی ۲۲۶) ۶۶۴۳۰۱۲۲ (۰۲۱)
● پیامک: ۳۰۰۰۴۵۶۷
● ارتباطات مردمی: ۳۷۶۱۰۰۸۶ (۰۵۱)
● امور مشترکین: ۵-۳۷۶۱۸۰۴۴ (۰۵۱)

● روابط عمومی: ۳۷۶۶۲۵۸۷ (۰۵۱)
● نمابر سردبیر: ۳۷۶۱۰۰۸۷ - ۳۷۶۸۴۰۰۴ (۰۵۱)
● سازمان آگهی‌ها: ۳۷۰۸۸ - ۳۷۶۲۸۲۰۵ (۰۵۱)
فاکس: ۳۷۶۱۰۰۸۵ (۰۵۱)
● سفارشات چاپی: ۳۷۶۷۶۵۹۶ (۰۵۱)
● چاپ مشهد: مجتمع چاپ و نشر قدس
● چاپ همزمان تهران: چاپخانه جام‌جم

زندگی امروز

بازگشت لاکپشتی اینترنت!

جمله «برای تو هم هنوز بالا نمیاد؟» را احتمالاً این روزها آن‌قدر در جمع‌های دوستانه، محل کار، گروه‌های خانوادگی و حتی تاکسی و مترو شنیده‌اید که دیگر کم‌کم بوی کلافگی و اعصاب‌خُردی از دلش بیرون می‌زند.

بعضی‌ها هم با طعنه و شوخی می‌گویند اوضاع طوری شده که برای باز کردن بعضی سایت‌ها، آدم می‌تواند چای دم کند، چند پیام عقب‌افتاده را جواب بدهد و یک دور خانه را بچرخد و برگردد ببیند صفحه هنوز با متانت خاصی در حال لود شدن است یا نه؟ این وضعیت را نه‌فقط خودمان تجربه کرده‌ایم، بلکه داده‌های جهانی هم نشان داده‌اند؛ اینکه اینترنت بین‌الملل دوباره به ایران برگشته، اما کاربران همچنان از کندی، قطعی، بالا رفتن پینگ و باز نشدن بعضی سرویس‌ها گلایه دارند.

برای همین طبیعی است خیلی‌ها این سؤال برایشان پیش بیاید که چطور قطع کردن اینترنت چند دقیقه طول می‌کشد، اما وصل شدنش جان آدم را به لب می‌رساند؟

به نقل از خبرآنلاین بستن اینترنت، بیشتر شبیه بستن چند درِ اصلی یک ساختمان است؛ اما بازگرداندنش مثل این می‌ماند که پس از یک بازسازی سنگین، بخواهید همه سیم‌کشی‌ها، قفل‌ها، دوربین‌ها و مسیرها را دوباره تنظیم کنید، بدون اینکه برق کل ساختمان بپرد.

در دوره محدودیت، تغییرات زیادی روی DNSها، مسیریابی، فیلترینگ و مدیریت ترافیک اعمال می‌شود و حالا همه این‌ها باید مرحله‌به‌مرحله به وضعیت عادی برگردند. به همین دلیل اپراتورها معمولاً اینترنت را آرام‌آرام و کنترل‌شده باز می‌کنند.

در این میان اما گوگل‌پلی از بقیه بدقلق‌تر شده و برای خیلی‌ها نه‌تنها کند است، بلکه دانلود یا آپدیت برنامه‌ها را هم درست انجام نمی‌دهد. همین موضوع موجب شده کارشناسان امنیت سایبری هشدار بدهند دستگاه‌هایی که مدت‌ها آپدیت نشده‌اند، حالا بیشتر در معرض خطرند.

یکی دو روز پیش هم معاون وزیر ارتباطات توصیه کرده بود کاربران پیش از هر استفاده جدی، سیستم‌عامل، مرورگر، آنتی‌ویروس و اپلیکیشن‌های بانکی خود را به‌روزرسانی کنند؛ چون هکرها دقیقاً عاشق همین لحظه‌اند؛ وقتی اینترنت تازه برگشته و خیلی‌ها هنوز درِ خانه دیجیتالشان را قفل نکرده‌اند؛ چون در چنین شرایطی، کوچک‌ترین حواس‌پرتی می‌تواند تبدیل به یک درِ نیمه‌باز برای بدافزارها و حمله‌های سایبری شود. خلاصه اینکه اینترنت اگرچه برگشته، اما فعلاً بیشتر شبیه کسی است که تازه از سفر رسیده و هنوز چمدان‌هایش وسط خانه باز مانده است.

آن طور که هوش مصنوعی می‌خواهد، فکر نکنید

پیشگیری از تیلیت شدن مغز!

وابستگی افراطی به فناوری ممکن است منجر به «زوال عقل دیجیتال» و زوال حافظه کوتاه‌مدت شود، همچنین به نظر می‌رسد وقتی وظایف را برون‌سپاری می‌کنیم، مغز در انجام آن‌ها ضعیف‌تر می‌شود

حوالی امروز| آن قدیم قدیم‌ها، وقتی ماشین‌حساب‌ها وارد زندگی ما شدند، کسی نگران این نبود که مثلاً استفاده زیاد از آن سبب شود جدول ضرب و چهار عمل اصلی را از یاد ببریم. گوشی‌های همراه هم که آمدند فقط برخی‌هامان، نگران حافظه‌مان شدیم و غصه خوردیم که دیگر مثل قبل، شماره تلفن دوستان و آشنایان را حفظ نیستیم. جذابیت‌های فناوری‌ها تازه آن‌قدر زیاد بود که کمتر فرصت داشتیم به آثار و نکات منفی آن‌ها فکر کنیم. منتها هم فناوری‌های امروزی و هم آدم‌های عصر فناوری انگار با قدیم‌ها متفاوت‌اند. امروزه هوش مصنوعی و قابلیت‌های شگفت‌انگیزش سبب نمی‌شود انسان‌ها فراموش کنند فناوری به ازای چیزهای ارزشمندی که در اختیارمان قرار می‌دهد، ممکن است قابلیت‌ها و توانایی‌های ارزشمندتری را نیز از ما بگیرد.

■ نگران باشیم؟

جی‌پی‌اس که آمد، اگرچه کارمان را خیلی آسان کرد اما در عوض موجب شد حس جهت‌یابی‌مان تقریباً تعطیل شود! موتورهای جست‌وجو هم امروزه عصای دستمان هستند اما حافظه‌مان را به‌شدت تضعیف کرده‌اند. حالا هم دانشمندان براساس مطالعاتشان، هشدار می‌دهند هوش مصنوعی می‌تواند همین بلا را سر همه چیز، از خلاقیت گرفته تا تفکر انتقادی انسان بیاورد.

«بی‌بی‌سی» می‌نویسد: «مطالعات نشان می‌دهد افرادی که بیش از حد به ابزارهایی مانند چت‌جی‌پی‌تی تکیه می‌کنند، ممکن است در خلاقیت، دامنه توجه، تفکر انتقادی، حافظه و موارد دیگر دچار مشکل شوند. برخی دیگر نگرانی‌هایی را مطرح می‌کنند مبنی بر اینکه کاربران هوش مصنوعی ممکن است اصطکاک شناختی را که موجب تیزبینی تفکر می‌شود، از دست بدهند و به عنوان یک جامعه ممکن است ایده‌های نوکمتری داشته باشیم.

بنابراین آیا باید نگران باشیم؟». «آدام گرین» استاد علوم اعصاب در دانشگاه جورج تاون، در پاسخ به این پرسش، آب پاکی را روی دستمان ریخته و می‌گوید: «بله! نکات ظریف زیادی در اینجا وجود دارد، اما هوش مصنوعی کارهایی را انجام می‌دهد که قبلاً به تلاش ذهنی نیاز داشت... شواهد زیادی وجود دارد که نشان می‌دهد اگر شما به اندازه کافی تفکر واقعی انجام ندهید، تواناییتان، تفکر، استدلال، استنتاج و خلاقیتتان رو به زوال خواهد رفت».

ممکن است بگویید خیلی اهل استفاده از چت‌جی‌پی‌تی یا Claude نیستید و واقعاً هم با خودتان عهد کرده باشید کمتر از این فناوری استفاده کنید، اما مشکل اینجاست که مثلاً اگر در تحقیقاتتان طبق عادت به گوگل مراجعه می‌کنید، پاسخ‌های هوش مصنوعی در صدر فهرست آن قرار دارند و غول‌های فناوری هم در تلاش‌اند تا سیطره هوش مصنوعی بر گوشی‌های ما را افزایش دهند.

با این حال، هنوز حرف‌های امیدوارکننده هم وجود دارد. به گفته «جارد بنج» استاد و متخصص اعصاب بالینی در دانشگاه تگزاس، استفاده از هوش مصنوعی به‌طور خودکار به این معنی نیست که همیشه و حتماً برای شما بد خواهد بود. به عنوان مثال، اگر هوش مصنوعی فضای مغز شما را برای چیزهای مهم‌تر دیگری آزاد کند، ممکن است برای شناخت شما عالی باشد.

مثل هر فناوری دیگری، این نحوه استفاده ما از هوش مصنوعی است که تعیین می‌کند آیا به ما کمک می‌کند یا آسیب می‌رساند؟ اما نگرانی‌ها به اندازه‌ای جدی هستند که ما را به فکر بیندازند تا دیر نشده در مورد نحوه استفاده از فناوری تجدیدنظر کنیم.

■ برون‌سپاری مغزی

اینکه وابستگی افراطی به فناوری ممکن است منجر به «زوال عقل دیجیتال» و زوال حافظه کوتاه‌مدت شود، هشدار تازه‌ای نیست، ۲۰ سال قدمت دارد و پیش از این هم در همین صفحه درباره‌اش نوشته‌ایم. هشدار تازه را به‌تازگی «جارد بنج» با استفاده از تحلیل نتایج ۵۷ مطالعه مختلف که ۴۱۱ هزار نفر را مورد بررسی قرار داده، مطرح می‌کند. در مجموع، اگرچه او و همکارش هیچ مدرکی دال بر زوال عقل دیجیتال پیدا نکردند، اما خودشان می‌گویند، این به آن معنا نیست که چیزی برای ترسیدن وجود ندارد. مطالعات نشان داده‌اند افرادی که به ناوبری ماهواره‌ای مانند جی‌پی‌اس متکی هستند، دیگر نقشه‌های ذهنی از محیط اطراف خود نمی‌سازند و حافظه مکانی آن‌ها به مرور زمان رو به کاهش است. پدیده مشابهی به نام «اثر گوگل» هم هست که نشان می‌دهد کمتر احتمال دارد ما اطلاعاتی را که با استفاده از گوگل پیدا می‌کنیم به خاطر بسپاریم، زیرا تلاش بسیار کمی می‌طلبد. به نظر می‌رسد وقتی وظایف را برون‌سپاری می‌کنیم، مغز در انجام آن‌ها ضعیف‌تر می‌شود و هوش مصنوعی هم قدرتمندترین ابزار برون‌سپاری در تمام دوران است.

بگذارید یک مثال بزنیم. فرض کنید برای بدن‌سازی به باشگاه می‌روید، اما یک ربات هالتر و وزنه‌ها را برای شما بلند می‌کند! در این حالت، چقدر بدن‌سازی کرده‌اید؟ در مورد هوش مصنوعی هم همین‌طور است یعنی گاهی ممکن نیست با وجود استفاده از هوش مصنوعی، مغز، حافظه و... خود را تقویت کنید.

یک مطالعه تازه نشان داده کاربران پرمصرف هوش مصنوعی در یک آزمون استاندارد تفکر انتقادی، نمرات بسیار بدتری کسب کردند، ظاهراً به این دلیل که آن‌ها عادت دارند فرایندهای فکری خود را به ربات‌ها واگذار کنند. بسیاری از مردم امروزی به جای تفکر و شهود خودشان، به هوش مصنوعی اعتماد دارند، حتی وقتی که اشتباه می‌کند بازهم اول به خودشان شک می‌کنند! حالتی که محققان دانشگاه پنسیلوانیا آن را «تسلیم‌شناختی» می‌نامند.

■ مغزتان را گرم کنید

راه مقابله با این تسلیم شناختی این است که نخست سعی کنید در حوزه کاری خود بیشتر بدانید و بیاموزید و دوم اینکه نباید به هوش مصنوعی کاملاً اعتماد کنید.

سعی کنید پیش از اینکه نظر ربات را بشنوید، یک دیدگاه کلی در مورد موضوع برای خودتان ایجاد کنید و از هوش مصنوعی برای به چالش کشیدن دیدگاهتان استفاده کنید. به این ترتیب هوش مصنوعی به جای اینکه جایگزین تفکر شما شود، آن را تحت فشار قرار می‌دهد.

برخی تحقیقات اولیه نشان می‌دهد هوش مصنوعی می‌تواند توانایی شما در حفظ اطلاعات را مختل کند. اما تحقیقات دیگر مانند یک مطالعه منتشر نشده در سال ۲۰۲۴، نشان می‌دهد اگر پیش از شروع به استفاده از چت‌بات‌ها مغزتان را گرم کنید (مثلاً آماده‌سازی مغز با چند حل مسئله سبک) بعد که کار با هوش مصنوعی را شروع کردید، یادگیریتان بهبود یافته و نتایج در ذهن شما می‌ماند.

وقتی از هوش مصنوعی اطلاعات مورد نیازتان را می‌پرسید، بهتر است کمی سرعت خود را کم کنید تا با آن تعامل داشته باشید و یادداشت‌برداری هم بکنید. حتی می‌توانید از هوش مصنوعی بخواهید که از شما آزمون بگیرد یا فلش‌کارت درست کند. این کار موجب می‌شود مطالب در ذهنتان بماند.

هوش مصنوعی در ارائه ایده‌ها به طرز چشمگیری خوب است و مشکل نیز، همین خوب بودن است! تحقیقات نشان می‌دهند افرادی که از هوش مصنوعی برای کارهای خلاقانه استفاده می‌کنند، ایده‌هایی تولید می‌کنند که قابل پیش‌بینی‌تر و غیراصیل‌تر از افرادی است که از آن استفاده نمی‌کنند. این یعنی هوش مصنوعی خلاقیت شما را تضعیف می‌کند.

مغز شما با ایجاد ارتباطات غیرمنتظره، ظرفیت خلاقیت را ایجاد می‌کند. اگر این کار را به هوش مصنوعی بسپارید، از تمرین صرف‌نظر می‌کنید. هوش مصنوعی از طرق مختلف ما را فریب می‌دهد تا فکر کنیم که درواقع ما را خلاق‌تر می‌کند. یک رویکرد برای غلبه بر این مشکل این است که ابتدا ایده‌های خودتان را روی کاغذ بیاورید، حتی اگر خام باشند. سپس از هوش مصنوعی برای توسعه ایده‌ها و برطرف کردن ضعف‌هایش استفاده کنید.

خلاصه اینکه کسی نمی‌گوید از هوش مصنوعی مطلقاً استفاده نکنید. هدف این است یاد بگیریم اختیار عقل، مغز، ذهن و... مان را ندهیم دست هوش مصنوعی و آن را واقعاً مانند یک وَردستِ کنترل‌شده به کار بگیریم.

آگهی مناقصه عمومی یك مرحله ای همراه با ارزیابی کیفی به روش فشرده
شماره فراخوان در سامانه ۲۰۰۵۰۹۱۸۵۴۰۰۰۰۰۶ (نوبت اول)

مناقصه گزار : شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی ایران – منطقه کرمانشاه

موضوع مناقصه	مبلغ برآورد اولیه (ریال)	مبلغ تضمین فرآیند ارجاع کار (ریال)	مهلت دریافت اسناد از سامانه ستاد از ۱۴۰۵/۰۳/۰۹ تا ساعت ۱۰:۰۰ روز شنبه	تاریخ بارگزاری پاکات در سامانه تا ساعت ۱۰:۰۰ روز چهارشنبه	تاریخ بازگشایی اولیه پاکات ارزیابی کیفی ساعت ۱۱:۰۰ صبح	زمان جلسه توجیهی
واگذاری حجمی سوختگیری هواپیمایی منطقه کرمانشاه	۹۲،۲۸۳،۲۹۱،۸۱۱	۴،۶۱۴،۱۶۴،۵۹۱	۱۴۰۵/۰۳/۱۳	۱۴۰۵/۰۳/۲۷	۱۴۰۵/۰۳/۲۷	۱۴۰۵/۰۳/۱۷ ساعت ۰۹:۰۰ صبح سالن کنفرانس منطقه

نوع تضمین شرکت درفرآیند ارجاع کار ضمانتنامه بانکی معتبردارای اعتبارسه ماهه یا واریز وجه نقد به مبلغ مندرج درجدول فوق می‌باشد (درصورت واریز سپرده نقدی به شماره شبا بانك ملی IR۳۶۰۱۷۰۰۰۰۰۰۲۱۷۲۵۸۸۰۴۰۰۰۷)

لذا از شرکت های واجد شرایط دعوت بعمل می آید از تاریخ ۱۴۰۵/۰۳/۰۹ نسبت به دریافت اسناد این مناقصه، از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیك دولت (ستاد) اقدام نمایند. لازم به ذکر است کلیه مراحل این مناقصه از دریافت اسناد مناقصه تا بارگزاری اسناد و ارائه پیشنهاد مناقصه گران و بازگشائی پاکت ها از طریق درگاه ستاد به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد.

لازم است متقاضیان در صورت عدم عضویت قبلی، در سایت مذکور ثبت نام نموده و نسبت به دریافت گواهی امضای دیجیتال جهت شرکت در مناقصه اقدام نمایند.

اطلاعات مناقصه گزار جهت دریافت اطلاعات بیشتر و ارائه پاکات الف و کیفی : آدرس : کرمانشاه میدان سپاه پاسداران انقلاب اسلامی- شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی منطقه کرمانشاه، کد پستی ۶۷۱۴۷۹۹۵۱۹ شماره تماس ۰۸۳۳۱۴۹۷۹۵۰

*تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار باید به مدت سه ماه از تاریخ تسلیم پیشنهاد معتبر باشد و (مطابق فرمت تحویلی در اسناد مناقصه) ارائه گردد.

شرایط متقاضی و مدارك مورد نیاز جهت شرکت در مناقصه :

۱. تصویر اصل گواهینامه معتبر تعیین صلاحیت پیمانکاری از اداره کل کار و امور اجتماعی استان در زمینه های : خدمات عمومی، نگهداری و خدمات فضای سبز، تعمیر و نگهداری تاسیسات

۲. تصویر آگهی تاسیس شرکت مندرج در روزنامه رسمی (برای شرکت هایی که کمتر از یك سال تاسیس شده اند)

۳. تصویر اساسنامه شرکت

۴. تصویر آگهی آخرین تغییرات مندرج در روزنامه رسمی

۵. مستندات مربوطه به اطلاعات مندرج درفرم های ارزیابی کیفی (تجربه ، حسن سابقه ، توان مالی و...) ارائه حسن انجام کار مربوط به آخرین قرارداد

برای شرکت کنندگانی که با این شرکت قرارداد داشته و یا دارند الزامیست.

۶. ارائه گواهینامه ها و مستندات مربوط به فرم های ارزیابی توانمندی ایمنی بهداشتی و زیست محیطی

تذکرات مهم : •کلیه صفحات اسناد مناقصه و موارد خواسته شده باید به مهر و امضا الکترونیکی فرد یا افراد مجاز طبق اساسنامه یا آگهی تغییرات برسد.
•عدم ممنوع المعامله بودن در سطح کلیه شرکت های تابعه وزارت نفت (درصورت محرز شدن ، ضمانت /سپرده شرکت در فرآیند ارجاع کار به نفع مناقصه گزار ضبط خواهد شد).
•کلیه پیمانکاران میبایست حداقل تا ۴۸ ساعت قبل از تحویل پاکات صورتجلسه توجیهی را دریافت و با آگاهی کامل اعلام نرخ نمایند.
•حضور شرکت ها بصورت مشارکت و کنسرسیوم درمناقصه امکان پذیر نمی باشد.
•حداقل نمره ارزیابی قابل قبول برای ارزیابی خدماتی پیمانکار نمره ۵۰ و برای ارزیابی توانمندی ایمنی بهداشتی و زیست محیطی ۶۰ می باشد.
•مناقصه گزار در رد یا قبول هریك از پیشنهادات مختار می باشد.
•زمان و ساعت جلسه بازگشایی نهایی متعاقبا به اطلاع شرکت هایی که امتیاز لازم کیفی را کسب نموده اند خواهد رسید.
•حداقل تعداد شرکت کنندگان جهت بازگشایی : ۳ پاکت واصله
•پیمانکاران می بایست کلیه اسناد مناقصه بارگزاری شده این شرکت در سامانه را پس ازمهر و امضا الکترونیکی در پاکت (ب) بارگزاری نمایند.
•پیمانکاران میبایست فرم اعلام نرخ را پس از تکمیل در پاکت ج بارگزاری نمایند.

تاریخ چاپ نوبت اول : ۱۴۰۵/۰۳/۰۹ نوبت دوم : ۱۴۰۵/۰۳/۱۰

شناسه آگهی ۲۱۹۲۱۵۵

روابط عمومی شرکت ملی پخش منطقه کرمانشاه