مردم سالاری

مالکیت حق مردم است

روزنامه اجتماعی - سیاسی - فرهنگی و اقتصادی

صاحب امتیاز: موسسه فرهنگی هنری مردم سالاری

مدیرمسئول: مصطفی کواکبیان

نشانی اینترنتی: www.mardomsalari.net

نشانی تلگرام: mardomsalaridaily

نشانی اینستاگرام: mardomsalaridaily۱

آدرس تحریریه: اتوبان شیخ‌فضل‌الله نوری شمال به جنوب خروجی خیابان سازمان آب - خیابان حاجی‌پور امیر - کوچه چهارده - پلاک ۱

تلفن: ۲۹- ۸۸۲۸۸۲۲۶

فکس: ۸۸۲۶۳۰۹۴

رتبه روزنامه: ۲

توزیع: نشر گستر امروز - تلفن: ۶۱۹۳۳۳۳۳

چاپ: نشر ریحان - تلفن: ۴- ۶۵۵۸۶۸۰۱

اذان صبح: ۳/۰۳ طلوع آفتاب: ۴/۵۱ اذان‌ظهر: ۱۲/۰۸ اذان مغرب: ۱۹/۴۴

شنبه ۱۰ تیر ۱۴۰۲- ۱۲ ذی‌الحجه ۱۴۴۴ - ۱ جولای ۲۰۲۳- شماره ۶۰۲۲

دانستنی‌ها

هفته‌ای ۲ ساعت در طبیعت به سلامت شما کمک می‌کند

تحقیقات اخیر نشان داده که رفتن به طبیعت و قدم زدن می‌تواند به سلامت شما کمک کند.

بیشتر ما می‌دانیم که طبیعت برایمان مفید و خوب است و به همین دلیل است که گاهی کار کردن را کنار می‌گذاریم و به یک تعطیلات در مکان‌های زیبا و طبیعی می‌رویم.

اما سوال اصلی این است که، چه مدت باید در طبیعت بمانیم تا احساس سلامت بیشتری داشته باشیم؟

گروهی از محققان انگلیسی به این سوال پاسخ داده‌اند. در این بررسی که محققان بر روی بیش از ۱۹۰۰۰ نفر در انگلستان انجام داده‌اند، متوجه شدند افرادی که حداقل ۱۲۰ دقیقه در هفته را در طبیعت می‌گذرانند سلامت جسمی و روحی بالاتری نسبت به آنهایی که اصلاً به طبیعت نمی‌روند دارند.

در این بررسی مشخص شد افرادی که حتی در اطراف محل زندگیشان به پیاده روی و قدم زدن مشغول شده‌اند نیز به اندازه افرادی که به پارک یا طبیعت نیز رفته بودند موثر و مفید بوده و در سلامتشان تاثیر مثبت گذاشته است.

یک مطالعه دیگر نشان داد افرادی که فقط به مدت ۵دقیقه در طبیعت به فعالیت و ورزش کردن پرداختند، استرس و تنش در آنها کاهش و اعتماد به نفس در آنها افزایش پیدا کرده.

به گفته یک روانکاو در ویرجینیا آمریکا، اگر شما ۱۵دقیقه وقت دارید و در نزدیکی محلی که هستید یک پارک با تعدادی درخت وجود دارد، حتماً به آنجا بروید، به خاطر آن که از مزایا و فواید آن استفاده خواهید کرد.

او همچنین افزود که لزوماً نباید یک آخر هفته را به یک مسافرت مهیج بروید تا احساس خوبی داشته باشید.

برای اینکه بتوانید بیشتر از مزایای طبیعت استفاده کنید باید گوشی موبایل خود را کنار و تمام توجه خود را به طبیعت بدهید، حتی می‌توانید شروع به ورزش کردن نیز کنید که تاثیر آن را چند برابر کند.

طرح روز

ایوایلو تسوتکو

بدون شرح

پیشنهاد

انتشار بیستمین شماره فصلنامه خاطرات سیاسی

فصلنامه خاطرات سیاسی، در ششمین سال انتشار خود، بیستمین شماره خود را منتشر کرد.

پرونده اصلی این شماره، به بررسی تشکیل گروه‌های مبارز مسلح در دوران رژیم سابق، همچنین پدیده سیاسی، نظامی سازمان مجاهدین انقلاب اسلامی، اختصاص یافته أست.

نوشتارها و گفتارهایی درباره باقر پرهام، حسین زمان، عبدالعلی قوام، محمدعلی موحد و... از دیگر مطالب مندرج در شماره بیستم این فصلنامه می‌باشد.

خاطرات سیاسی را از کتابفروشی‌ها و روزنامه‌های معتبر و سایت طاقچه بخواهید، یا آبونه شوید.

تلفن دفتر مجله: ۰۲۱۸۸۹۷۳۶۲۷

فناوری

کمک هوش مصنوعی به پدر شدن مردان نابارور

پژوهشگران یک الگوریتم هوش مصنوعی ایجاد کرده‌اند که به سرعت و با دقت تعداد اسپرم‌ها را در مردان نابارور شناسایی می‌کند و می‌شمارد.

به گزارش ایسنا و به نقل از نیواطلس، پژوهشگران استرالیایی یک الگوریتم هوش مصنوعی به نام «اسپرم سرچ» توسعه داده‌اند که می‌تواند در زمان بسیار کوتاهی، تعداد اسپرم‌ها را در مردانی که به شدت نابارور هستند، به دقت شناسایی کند و به مردانی که می‌خواهند صاحب فرزندان بیولوژیکی شوند، امید می‌دهد.

شدیدترین شکل ناباروری، آزواسپرمی غیر انسدادی (NOA) است که حدود یک درصد از مردان و حدود پنج درصد از زوج‌هایی که به دنبال درمان ناباروری هستند را تحت تاثیر قرار می‌دهد.

آزواسپرمی غیر انسدادی (NOA) به عنوان عدم وجود اسپرم در انزال به دلیل شکست در اسپرم‌زایی تعریف می‌شود و شدیدترین شکل ناباروری مردان است.

آزواسپرمی غیر انسدادی به عنوان فقدان کامل اسپرم در انزال به دلیل تولید غیر طبیعی اسپرم تعریف می‌شود و می‌تواند ناشی از ژنتیک، عدم تعادل هورمونی، قرار گرفتن در برابر تشعشعات و سموم و داروها باشد.

برای کمک به پدر شدن مردان مبتلا به آزواسپرمی غیر انسدادی، این افراد باید تحت یک عمل جراحی قرار گیرند که در آن بخشی از بیضه آنها برداشته می‌شود و اسپرم به صورت دستی استخراج می‌شود تا بتوان از آن برای بارور کردن تخمک‌های همسرشان استفاده کرد. این جراحی ممکن است تا شش ساعت طول بکشد تا جنین شناسان نمونه بافت را برای یافتن و جداسازی اسپرم جدا کنند که با توجه به وجود سلول‌ها و ذرات دیگر می‌تواند چالش برانگیز باشد.

اکنون پژوهشگران دانشگاه فناوری سیدنی(UTS) یک الگوریتم هوش مصنوعی ایجاد کرده‌اند که کار دستی و سنتی مورد نیاز برای یافتن و شمردن اسپرم‌ها را در نمونه‌ها از بین می‌برد و آن را به سرعت و با دقت انجام می‌دهد.

این الگوریتم که SpermSearch نامیده می‌شود، با استفاده از هزاران تصویر میکروسکوپی ثابت با اسپرم و سطوح بالای سلول‌ها و باقی مانده‌ها و تنها اسپرم‌های برجسته آموزش داده شده است. این کار، الگوریتم را قادر ساخت تا تشخیص دهد که یک اسپرم چه شکلی است.

پژوهشگران از نمونه‌های اسپرم سالم و بافت بیضه هفت مرد ۳۶ تا ۵۵ ساله با تشخیص آزواسپرمی غیر انسدادی که قبلاً تحت بازیابی اسپرم قرار گرفته بودند، استفاده کردند. این مردان بافت باقیمانده‌ای را که برای این عمل استفاده نشده بود، اهدا کرده بودند.

پژوهشگران سپس نحوه عملکرد هوش مصنوعی را با یک جنین شناس در رابطه با زمان لازم برای شناسایی اسپرم و دقت آنها مقایسه کردند. نتایج نشان داد که هوش مصنوعی به طور کلی اسپرم بیشتری پیدا کرد، اما برخی تنها توسط جنین شناس و برخی تنها توسط هوش مصنوعی شناسایی شدند.

در مجموع، جنین‌شناس ۵۶۰ اسپرم پیدا کرد، در حالی که هوش مصنوعی ۶۱۱ اسپرم را یافت.

پژوهشگران خاطرنشان می‌کنند که این یک مطالعه اثبات مفهوم است که نیاز به سنجش در آزمایشات بالینی دارد، اما آنها می‌گویند این مطالعه مفید بودن استفاده از هوش مصنوعی برای تشخیص اسپرم را برجسته می‌کند.

فیلم بازی

آنابل: آفرینش

آنابل: آفرینش (Annabelle: Creation) یک فیلم آمریکایی در سبک فراطبیعی و ترسناک، به نویسندگی گری دوبرمن و کارگردانی دیوید اف. سندبرگ است. آنابل: آفرینش پیش‌درآمدی بر فیلم آنابل (۲۰۱۴) و چهارمین قسمت در مجموعه فیلم‌های احضار محسوب می‌شود، که منشأ تسخیر شدن عروسک آنابل را به تصویر می‌کشد. در این فیلم بازیگرانی همچون استفانی سیگمن، تالیثا بیتمن، لولو ویلسون، آنتونی لاپالیا و میراندا اتو ایفای نقش می‌کنند. این فیلم در ۱۱ اوت ۲۰۱۷ در ایالات متحده اکران شد. فیلم داستان یک عروسک‌ساز و همسرش را روایت می‌کند که دوازده سال بعد از مرگ غم‌انگیز دختر کوچکشان، به یک کشیش و چند یتیم همراه او در خانه خود پناه می‌دهند، اما بعد از آن فقط شاهد هدف قرار گرفتن آنها توسط موجود وحشتناک و دیوانه‌ای که خودشان خلق کرده‌اند هستند. ولی آنها فقط می‌خواستند دختراشان برگردد...ولی نمی‌دانستند با این کارشان شیطان بزرگی را احضار می‌کنند، در اخر فیلم این شیطان به کالبد یکی از بچه‌ها که جنیس نام دارد هجوم می‌برد و ان را در نوجوانی به انابل هیگینز تبدیل می‌کند.

روزنامه‌بازی

روزنامه اطلاعات - ۱۰ تیر ۱۳۴۲

یکی از تیترهای صفحه اول روزنامه اطلاعات و عکس اول این روزنامه به سخنان نخست وزیر وقت درباره کمبود قند و شکر اختصاص دارد. وی در مراسم آغاز ساخت خانه‌های افسران گارد شاهنشاهی (شهرک امید فعلی) گفت: قند و شکر مساله امنیتی است ، به همین جهت فرمانداری نظامی هرکس سوء استفاده کند، تحت تعقیب قرار می‌دهد. از دیگر سخنان اسدالله علم چنین بود: بیکاری تا سه ماه آینده در کشور ریشه کن خواهد شد و آنوقت همه از کمبود کارگر شکایت خواهند داشت. لیست سوء استفاده کنندگان در قند و شکر نزد من است و اگر این افراد به کار خود ادامه دهند، آن را به فرمانداری نظامی می‌دهم.

از دیگر اخبار این روزنامه این است که از فردای آن روز کارت سهمیه قند و شکر به مردم داده می‌شود!

چهره‌ها

همایون خرم؛ نوازده برجسته موسیقی

امیرهمایون خرم در ۹ تیر ۱۳۰۹ به دنیا آمد. این نوازندهٔ ویولن، موسیقی‌دان و آهنگساز برجسته موسیقی ایرانی ، یکی از اعضای شورای عالی خانه موسیقی ایران بود. از آنجا که مادرش از شیفتگان موسیقی اصیل ایرانی بود و از بین مقام‌های موسیقی ایرانی، به دستگاه همایون علاقه‌ای وافر داشت، نام همایون را برای فرزند خود انتخاب کرد. خرم در سن ۱۰–۱۱ سالگی به مکتب استاد صبا راه یافت و چند سال بعد به عنوان نوازندهٔ ۱۴ ساله، در رادیو به تنهایی به اجرا پرداخت. بعدها در بسیاری از برنامه‌های موسیقی رادیو، خصوصاً در برنامه گلها، به عنوان آهنگساز، تکنواز ویولن و رهبر ارکستر آثاری ارزشمند ارائه داد. ساز همایون خرم سازی پر صلابت، سنگین و عاری از هر نوع خودنمایی بود. خرم با تواناترین و حرفه ای‌ترین خوانندگان دوران دو دهه طلایی موسیقی ایران همکاری نزدیک داشته است. علی‌رغم آن که برخی از کارهای خرم با صدای خوانندگان دیگر بازخوانی شده است، مشکل می‌توان گفت که درخشش و ظرافت بازخوانیها به پای اجراهای گذشته می‌رسد. طی بیش از سه دهه تدریس، جوانان بسیاری از محضر درس خرم بهره‌مند شدند که امروز امانتدار مکتب استاد خود هستند. وی شامگاه ۲۸ دی ۱۳۹۱ دار فانی را وداع گفت.

مهدی پاکدل؛ بازیگر

مهدی پاکدل در سال ۱۳۵۹ در اصفهان متولد شد. او دانشجوی انصرافی رشته گرافیک دانشگاه آزاد، واحد تهران مرکز است. او برادر کوچکتر حسین پاکدل نویسنده، مجری و کارگردان ایرانی است. عاطفه رضوی همسر برادر مهدی پاکدل نیز از بازیگران معروف سینما و تلویزیون می‌باشد. پاکدل در اسفند ۱۳۸۹ با بهنوش طباطبایی (بازیگر سینما و تلویزیون) ازدواج کرد و در سال۹۴ هم از یکدیگر جدا شدند. وی کار بازیگری را از سال ۱۳۷۶ و با بازی در تئاتر و در نمایش جنبش انفیه در کلکته آغاز کرد و در سال ۱۳۷۸ با فیلم سینمایی آبی وارد عرصه سینما شد. او پس از چند سال دوری از سینما و تلویزیون که بیشتر در تئاتر فعالیت می‌کرد در سال ۱۳۸۱ با سریال با من بمان کار بازیگری در تلویزیون را تجربه کرد.

مهدی پاکدل پس از ایفای نقش در سریال‌های مروارید سرخ و و خاموشی دریا در سریال اولین شب آرامش خوش درخشید و شهرت فراوانی بدست آورد.

نوبت اول

فراخوان مناقصه عمومی دو مرحله ای (شماره ۱۴۰۲/۱۳)

بانک ملی ایران در نظر دارد مناقصه خرید تجهیزات مرکز میانی بانک(دستگاه توزیع بار، سرور اکسترنال وماژول امنیت سخت افزاری) به شماره ثبت ستاد ۲۰۰۲۰۰۱۰۵۶۰۰۰۰۱۳ را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به نشانی: www.setadiran.ir به شرح زیر برگزار نماید:

۱.تاریخ انتشار در سامانه: از ساعت ۸ روز شنبه مورخ ۱۴۰۲/۴/۱۰

۲.مهلت دریافت اسناد: تا ساعت ۱۴ روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۲/۴/۱۴

۳.مهلت ارسال پیشنهاد: تا ساعت ۱۴ روز شنبه مورخ ۱۴۰۲/۴/۲۴

۴.زمان گشودن پاکت‌های الف و ب: ساعت ۸:۳۰ روز یک شنبه مورخ ۱۴۰۲/۴/۲۵

۵.نوع و مبلغ تضمین: سپرده نقدی یا ضمانت‌نامه بانکی یا ارائه سایر تضامین مطابق آیین‌نامه تضمین برای معاملات دولتی، به مبلغ ۴,۵۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال

۶.هزینه خرید اسناد : ۵,۸۰۰,۰۰۰ ریال.

ضمناً پاکت تضمین می‌بایست علاوه بر بارگذاری در سامانه، تا ساعت ۱۴ روز شنبه مورخ ۱۴۰۲/۴/۲۴ به نشانی: تهران،خیابان فردوسی، ادارات مرکزی بانک ملی ایران، اداره‌کل کارپردازی، دایره دبیرخانه و امور اداری کارکنان تحویل شود.

به پیشنهادهای واصله خارج از سایت سامانه ستاد ترتیب اثر داده نخواهد شد.

شرایط شرکت در مناقصه در سایت (http://iets.mporg.ir) قابل مشاهده می باشد.

شناسه آگهی: ۱۵۱۹۵۶۸

م.الف:۱۲۹۶

نوبت اول

جمهوری اسلامی ایران
وزارت ورزش و جوانان

آگهی تجدید مناقصه عمومی یک مرحله ای

خرید خدمات تامین نیرو جهت حوزه حفاظت فیزیکی آقایان و بانوان و شیفت مانیتورینگ برای ساختمان شماره ۱ وزارت ورزش و جوانان در سال ۱۴۰۳-۱۴۰۲

۱-نام و نشانی دستگاه مناقصه گزار: وزارت ورزش و جوانان به نشانی تهران، خیابان سئول، ساختمان شماره یک

۲-موضوع مناقصه: عبارت است از تجدید مناقصه عمومی یک مرحله ای خرید خدمات تامین نیرو جهت حوزه حفاظت فیزیکی آقایان و بانوان و شیفت مانیتورینگ برای ساختمان شماره ۱ وزارت ورزش و جوانان در سال ۱۴۰۳-۱۴۰۲

۳- شماره مناقصه به منظور دریافت اسناد مناقصه از سامانه تدارکات الکترونیکی دولت: ۲۰۰۲۰۰۰۰۱۳۰۰۰۰۰۶

۴-زمان، مهلت و نشانی دریافت اسناد مناقصه و بارگذاری در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت:

۱-۴)مهلت زمانی دریافت اسناد مناقصه از سامانه تدارکات الکترونیکی دولت از تاریخ ۱۴۰۲/۴/۱۰ لغایت ۱۴۰۲/۴/۱۷ می باشد.

۲-۴) مهلت زمانی تحویل و ارائه اسناد و مدارک و پیشنهادات به صورت حضوری (پاکت الف) در دبیرخانه وزارت ورزش و جوانان و بار گذاری در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (پاکات الف، ب و ج) از تاریخ ۱۴۰۲/۴/۱۸ لغایت ۱۴۰۲/۴/۲۷ می باشد.

۵-مدت اعتبار پیشنهادات: از تاریخ برگزاری مناقصه به مدت ۳ ماه می باشد.

۶-نوع ومبلغ تضمین شرکت در مناقصه: ارائه ضمانت نامه بانکی معتبر در وجه وزارت ورزش و جوانان و یا به شماره شبای IR۱۴۰۱۰۰۰۰۴۱۰۱۰۰۵۵۳۶۱۸۱۲۸۱ نزد بانک مرکزی جمهوری اسلامی ایران به نام پرداخت رد وجوه سپرده به مبلغ ۲/۴۵۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال

۷-زمان برگزاری جلسه مناقصه: مناقصه راس ساعت ۱۱ صبح روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۲/۴/۲۸ در سالن جلسات وزارتخانه تشکیل و نسبت به پیشنهادات رسیده اتخاذ تصمیم خواهد شد.

۸- سایر اطلاعات و جزئیات مربوطه در اسناد مناقصه درج گردیده است.

سایت سامانه تدارکات الکترونیکی دولت www.setadiran.ir

شناسه آگهی: ۱۵۱۸۸۴۰

م.الف:۱۲۷۴