گوناگون

شگرد جدید کلاهبرداری با اضافه کردن عضو به گروه‌های تلگرامی

امین برخی از گروه‌ها مدعی می‌شوند که هر قرد با اضافه کردن یک عضو جدید به گروه می‌تواند مبلغ هزار تومان دریافت کند و قاعدتاً هرچه اضعای بیشتری به گروه اضافه شوند، قرد اضافه کنند، پول بیشتری دریافت خواهد کرد.

به گزارش پیام آشنا نه نقل از باشگاه خبرنگاران پویا؛ مدتی است برخی افراد در تلگرام با ایجاد یک گروه، نسبت به افزایش اعضای آن اقدام می‌کنند به طور مثل در شرح فعالیت برخی از این گروه‌ها آمده است: "سلام دوستان، ما با به شرکت قرارداد داریم تا زمانیکه گروه به ۲۰۰۰۰۰ نفر برسه، تبلیغاتش و انجام بدیم و اسفر خوب، ما بابت هر ۱۰۰ نفر ادمه مبلغ ۱۰۰ هزار تومان پرداخت میکنه"لامین این گروه‌ها مدعی می‌شوند که هر قرد با اضافه کردن یک عضو جدید به گروه می‌تواند مبلغ هزار تومان دریافت کند و قاعدتاً هرچه اضعای بیشتری به گروه اضافه شوند، قرد اضافه کنند، پول بیشتری دریافت خواهد کرد! جالب اینجاست، اعضای جدید اضافه شده نمی‌توانند تشخیص دهند چه کسی آنها را عضو گروه کرده است امینهای این گروه‌ها نیز برای جذب بیشتر عضو اطمینان به مخاطبان، بعضا رسید پرداخت پول به اعضایشان را به نمایش می‌گذارند. در وقتی در این گروه‌ها ادعا شده که هر قرد با اضافه کردن لیست مخاطبان تلفن همراهش به گروه می‌تواند، به تعداد مخاطبان اضافه شده، کسب درآمد کند!

در همین زمینه سرهنگ توج کاظمی- رئیس پلیس فتا تهران بزرگ می‌گوید: در اینگونه موارد صحت و سقم ماجرا مشخص نیست و در نهیت منجر به ضرر و زیان اشخاص می‌شود. وی تصریح کرد: اینگونه موارد به دلیل عدم وجود شاکی خصوصی قابل تعقیب نیست و تاکنون شکایتی در این زمینه مطرح نشده است. این مقام انتظامی متذکر شد بر اساس قانون، جرم به موضوعی تلقی می‌شود که برایش مجازات تعریف شده باشد؛ بر اساس مواد قانونی در این رابطه، تعریف جرم و مجازاتی نداریم اما اگر مدعی پیدا و شکایتی مطرح شود، این موضوع بر اساس نظر مقام قضایی قابل تعقیب است.

مهلت اصلاح سفارش اینترنتی کتب درسی تا ۱۶ شهریور

بازه زمانی تعیین شده برای اصلاح ثبت سفارش اینترنتی کتب درسی که از اول مرداد آغاز شده است تا ۱۶ شهریور ادامه دارد.

به گزارش پیام آشنا نه نقل از فارس، بازه زمانی تعیین شده برای اصلاح ثبت سفارش اینترنتی کتب درسی که از اول مرداد آغاز شده است تا ۱۶ شهریور ادامه دارد. دانش‌آموزان و مدارس می‌توانند در صورت نیاز سفارش اینترنتی کتب درسی خود را در پایه‌های اول تا ششم دوره ابتدایی، پایه دهم، یازدهم و دوازدهم دوره دوم متوسطه و همچنین پایه هشتم و نهم کتاب‌های درسی تکمیلی دوره اول متوسطه ویژه دانش‌آموزان استعدادهای درخشان، اصلاح کنند.

سامانه‌های www.irtext.ir و www.irtextbook.com و book.ir برای این منظور درنظر گرفته شده است. تقویم زمانی ثبت سفارش و توزیع کتاب های درسی سال تحصیلی ۹۸-۹۹ دوره‌های تحصیلی ابتدایی و متوسطه دوم (نظری، فنی و حرفه‌ای و کاردانش) و کتاب‌های درسی تکمیلی دوره اول متوسطه ویژه استعدادهای درخشان از طریق سامانه مربوط و برابر جدول تقویم زمانی زیر انجام می شود. لازم است مدارس ضمن اطلاع رسانی به دانش‌آموزان به شرح جدول تقویم زمانی زیر نسبت به ثبت سفارش کتاب های درسی سال تحصیلی ۹۸-۹۹ با قرض قبولی دانش‌آموز در سال تحصیلی جاری اقدام کنند. در صورت عدم موفقیت دانش‌آموز در پایه قبلی در زمان اصلاح سفارش امکان تغییر پایه وجود خواهد داشت. برای ورود به سامانه کد ملی دانش‌آموز، نام کاربری و ۶ رقم سمت راست شماره سریال شناسنامه دانش‌آموز، "رمز عبور" ورود به سامانه است. کتاب‌های درسی دانش‌آموزان دوره‌های تحصیلی آموزش ابتدایی، متوسطه دوم شاخه‌های فنی و حرفه‌ای، کاردانش، رشته معارف اسلامی و کتاب‌های درسی تکمیلی دوره اول متوسطه ویژه دانش‌آموزان استعدادهای درخشان، از طریق مدرسه محل تحصیل آنان که در سفارش دانش‌آموز قید شده است، توزیع می‌شود.

ایمنی زنان در برابر واکسن آنفلوانزا با افزایش سن کاهش می یابد

در مجموع واکنش ایمنی زنان در برابر واکسن آنفلوانزا در مقایسه با مردان بیشتر است اما طبق نتایج مطالعه جدید با افزایش سن و کاهش هورمون استروژن، ایمنی زنان تضعیف می شود.

به گزارش پیام آشنا نه نقل از مهر- در این مطالعه محققان واکنش های ایمنی به واکسن آنفلوانزا ۲۰۰۹ H1N1 را در بین ۱۴۵ داوطلب اسالی بررسی کردند؛ یک گروه متشکل از افراد ۱۸ تا ۴۵ سال و گروه دیگر افراد ۶۵ سال به بالا بودند. محققان با بررسی نشانگرهای اصلی واکنش ایمنی دریافتند به طور میانگین زنان در گروه جوان تر در مقایسه با مردان جوان و زنان مسن تر، واکنش قوی تری نسبت به واکسن داشتند. به عنوان مثال، در زنان جوان تر افزایش میزان پروتئین ایمنی مهم IL-۶ تقریبا سه برابر بیشتر از مردان جوان و همچنین دو برابر زنان مسن بود. همچنین شاخص های واکنش آنتی بادی ضد آنفلوانزا برای زنان جوان در مقایسه با مردان جوان و زنان مسن بالاتر بود. «ساپرا کلین»، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می گوید: «ما دریافتیم کاهش در میزان استروژن که همراه با پاسگی اتفاق می افتد بر سیستم ایمنی زنان تاثیر می گذارد.»

اعصاب پوست عامل محافظ در برابر عفونت‌های پوستی

یافته اخیر محققان نشان می دهد اعصاب حسابی به درد به مقابله با عفونت های پوستی کمک کرده و از گسترش آن جلوگیری می کنند.

به گزارش پیام آشنا نه نقل از مهر، «هاثیل کابلان»- سرپرست تیم تحقیق، در این باره می گوید: «این اعصاب حس درد می‌توانند باتوزن های بیماری را تشخیص دهند و برای اولین بار، ما نشان دادیم آنها موجب قتل شدن واکنش ایمنی می شوند و همچنین سیگنال ایمنی حفاظتی در محل های مجاور عفونت هستند» وی در ادامه می‌افزاید: «این مسئله اثبات می کند که سیستم های ایمنی و عصبی همراه باهم برای دفاع از میزبان عمل می کنند. این یافته ها همچنین می تواند برای توسعه درمان های خاص تر برای بیماری های پوستی خودایمنی نظیر سوریازیس هم مهم باشند.» در این مطالعه، محققان مدل موش آزمایشگاهی که نورون های حس درد در پوستش از طریق تابش نور آبی قتال شده بود، را مورد آزمایش قرار دادند. آنها در ابتدا نشان دادند تنها قتال سازی این نورون‌ها موجب آزاددشدن پروتئین کوچکی موسوم به CGRP شد که انواع متفاوت سلول های ایمنی را به محل احضار می کند. این مسئله بیان گر آن است که نورون های تشخیص دهنده باتوزن های پوست خودشان، حتی قبل از سلول های ایمنی، وارد عمل می‌شوند.

یک جرعه کتاب

خطای نسل‌ها
نویسنده: ناتسی هیوستن
مترجم: فریبا مجیدی
نشر نیماژ

پیام آشنا: «خطای نسل‌ها» رمانی اثر ناتسی هوستون، نویسنده کانادایی است که برنده جایزه فمینیا و فرانتس تلویزیون در سال ۲۰۰۶ شده است. ناتسی هوستون تحصیلکرده مدرسه عالی مطالعات علوم اجتماعی فرانسه است. او اولین رمانش با نام «واریاسیون‌های گلدتبرگ» را در ۱۹۸۱ نوشت که برنده جایزه کتزربوان شد. هوستون تا کنون بیش از ۲۰ رمان منتشر کرده است و جوایز معتبری چون گنکور، فمینا و لیور اتنر را در کارنامه دارد. هویت، کودکی، مادی، موسیقی، جنگ، مذهب و مسایل زنان از درونمایه‌های عمده رمان‌های هوستون به شمار می‌روند. در رمان «خطای نسل‌ها» چهار کودک از چهار نسل و هویت متفاوت قصه یک خانواده را روایت می‌کنند. سال، رافدال، سادی و کریستیتا سادی مادربزرگ است. ما با سل در سال ۲۰۰۴، با رافدال در ۱۹۸۲، با سادی در ۱۹۶۲ و با پیرترین فرد قصه یعنی کریستیتا در سال‌های ۱۹۴۴ و ۱۹۴۵ همراه می‌شویم. تا داستان زندگی این خانواده را در طول سال‌ها از زبان‌ها و اندیشه‌ها و هویت‌های متفاوتی در بسترهای متفاوت اجتماعی بخوانیم.

«پدربزرگ می‌گفت: «گاهی چاره‌ای نداریم، یا باید کشت یا کشته شد، تکته همین‌ست» در دعای فیض و برکت پدربزرگ از خدا می‌خواست تا از پدر و لوتار در برابر دشمن محافظت کند و این حرف عذابم می‌داد. چون قطعاً خانواده‌های روسی هم از خدا می‌خواستند که مردان‌شان را در برابر دشمن حفظ کند. فقط وقتی آن‌ها می‌گفتند دشمن، در مورد ما صحبت می‌کردند و در کلیسا وقتی کشیش می‌گفت که باید برای هیتلر دعا کنید، به مردم در کلیساهای روسیه فکر می‌کردم که برای پیتوش خودشان دعا می‌کردند.» هوستون در مصاحبه‌ای گفته است هر چهار بچه رمان «خطای نسل‌ها» به نوعی تمایلاتگر بختی از شخصیت خود دارند:

«من هر چهار بچه رمان خطای نسل‌ها بودم: متحرف و بی‌رحم مثل سَل، آشفته و عصبی مثل رافدال، بی‌تهایت تراخت و پرخاشگر مثل سادی، شاد و سرزنده مثل کریستیتا. همه این‌ها را تجربه کردم. در حقیقت، ما خیلی پیچیده‌تر از آن چیزی هستیم که در مورد زندگی خودمان برای خود و دیگران تعریف می‌کنیم. به توصیف برخی از جنبه‌های وجودی خویش عادت کردیم و به بقیه جنبه‌ها داستانی از زندگی خود می‌سازیم و بابتحوی خود را قربانی، سازگار و خوب جلوه می‌دهیم.»

وزیر بهداشت ابلاغ کرد،

تشکیل کمیته ویژه برای پیشگیری از منفی شدن آهنگ رشد جمعیت

وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در تامه ای، به رؤسای دانشگاه‌ها و دانشکده‌های علوم پزشکی سراسر کشور، تشکیل کمیته ویژه برای پیشگیری از منفی شدن آهنگ رشد جمعیت در کشور را ابلاغ کرد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، در ابتدای تامه سعید تمکی به رؤسای دانشگاه‌ها و دانشکده‌های علوم پزشکی سراسر کشور آمده است: پیرو تتست ها و بحث های متعدد، آهنگ رشد جمعیت کشور به خصوص در سال های آتی می تواند از مولاد تگران کننده در راستای تمایل این رشد به سمت منفی شدن باشد که علاوه بر تاکید مقام معظم رهبری (مدظله العالی) مورد توجه و مطالبه دیگر دلسوزان کشور نیز می باشد. وی در این تامه آورده است: متاسفانه به رقم دستورالعمل ابلاغی ۳۱ تیرماه ۱۳۹۳ معاون اول رییس جمهور که در آن سهم دستگاه‌ها و توع فعالیت شان قید شده است مولاد یادشده مورد پیگیری دقیق قرار نگرفته که لازم است با تشکیل کمیته ای ویژه موارد ذیل پیگیری، رصد و ماهیانه به ایجاتب گزارش شود. وزیر بهداشت در این تامه تصریح کرده است: گرچه در سال های پس از انقلاب اسلامی همکاران ما توانستند با استفاده از زیرساخت شبکه بهداشتی درمانی در کشور، واکسیناسیون، مایع درمانی خوراکی، کاهش بیماری های حاد تنفسی، ترویج تغذیه با شیر مادر، ثبت متحتی رشد، کاهش سوء تغذیه و همچنین مراقبت های قبل و بعد از زایمان در کاهش مرگ و میر کودکان و گروه های آسیب پذیر و افزایش امید به زندگی تقش بسزایی داشته باشند، مع الوصف لازم است با تشدید و توسعه مراقبت های دوران بارداری در مناطق کمتر توسعه یافته و همچنین ایجاد زیرساخت لازم برای مراقبت از نوزادان در راستای افزایش و تگهداری مناسب از مواليد گام بردارید، ضروری است تیازمندی های تقاط کمتر برخوردار را در راستای این هدف سریعا بررسی و اعلام فرمائید. تمکی در ادامه این تامه آورده است: توسعه مراکز درمان تابارویری در خدمت رسانی به زوج هایی که بدلیل متکلات فیزیولوژیک تیازمند درمان می باشند در اولویت قرار گیرد. به تحوی که در هر دانشگاه یک مرکز درمان تابارویری سریعاً معرفی و در سطح استان اطلاع رسانی شود. خدمات این مراکز باید رایگان باشد. متایع مورد تیاز توسط ستاد وزارتخانه تأمین خواهد شد. وی در این تامه آورده است: ضروری است با استفاده از تیم کارشناسی در ترتیب زوج هایی که سال های پس از ازدواج از فرزندآوری امتناع می ورزند، اقدام و موارد علمی زیان های تطویل این دوران و امکان عدم فرزندآوری در سال های آتی گوشزد و آموزش داده شود و با استفاده از ظرفیت روانتشناسان و کارشناسان مجرب بهداشتی بخصوص در زمینه بهداشت روان، فواید و تأثیرات مثبت روانی حضور فرزند دوم در خانواده های تک فرزند تبیین گردد. وزیر بهداشت در پایان این تامه آورده است: بدیهی است، رؤسای محترم دانشگاه ها باید از ظرفیت بین بختی دستگاه های دیگر استان در راستای این هدف مهم و ارزشمند بهره مند گردند، تا همزمان دیگر دستگاه ها تیز با سرعت و شتاب این حرکت ملی در توسعه زیرساخت های مورد تیاز آینده هماهنگ شوند.

شنبه ها با مسائل حقوقی

قرارداد سرمایه گذاری استارتاپ چه قوانینی دارد؟

شما استارتاپی هستید که تصمیم به سرمایه‌پذیری گرفته‌اید، یا سرمایه‌گذاری هستید که باتوجه به ارزیابی خود تصمیم گرفته‌اید تا در یک استارتاپ سرمایه‌گذاری کنید. سرمایه گذاری ممکن است در زمان‌های مختلفی انجام شود در مرحلهٔ راه‌اندازی کسب و کار، پس از راه‌اندازی و درطول مدت کسب‌وکار؛ لذا این کار می‌تواند شکل‌های مختلفی هم داشته باشد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از چطور، این امر می‌تواند صرفاً برای کسب سود و بدون مشارکت در فعالیت کسب‌وکار، سهام کسب‌وکار یا هم‌راه با مشارکت در فعالیت کسب‌وکار و ساختار استارتاپ باشد. در این مقاله بطور مختصر به نکات مهم قرارداد سرمایه گذاری استارتاپ می‌پردازیم.

نکات مشترک قرارداد سرمایه گذاری استارتاپ یا سایر قراردادها:

قرارداد سرمایه گذاری استارتاپ نیز مانند همهٔ قراردادها دارای بخش‌های عمومی و مشترک است که به برخی از آنها اشاره خواهیم کرد.

۱. طرفین و موضوع قرارداد

طرف سرمایه‌گذار و طرف سرمایه‌پذیر باید به‌دقت در قرارداد مشخص شوند. مانند هر قرارداد دیگری، مشخصات طرفین قرارداد از جمله اطلاعات شناسایی، اقامتگاه و وسیله ارتباطی که قرارداد را امضا می‌کنند، باید به‌دقت مشخص شود. برای جلوگیری از اشتباه در این زمینه، باید مدارک شناسایی امضاکنندگان مانند کارت ملی و سند سمت، به رؤیت طرف مقابل برسد و ضمیمهٔ قرارداد شود. موضوع قرارداد- سرمایه‌گذاری طرف سرمایه‌گذار در شرکت (استارتاپ) طرف سرمایه‌پذیر است. در این بند می‌توان به‌صورت کلی به‌شکل سرمایه‌گذاری اعم از سرمایهٔ نقد یا غیرنقد، اشاره و مراحل و شرایط سرمایه‌گذاری را به‌دقت در پیوست قرارداد تعیین کرد.

۲. مدت قرارداد

مدت موضوع قرارداد باید به‌طور دقیق مشخص شود. این امر می‌تواند از اختلاف‌های مربوط به مدت انجام کار جلوگیری کند و مبدأ محاسبهٔ خسارت تأخیر را نیز معین کند. همچنین مدت انجام کار می‌تواند در چند مرحلهٔ معین برنامه‌ریزی شود.

۳. تعهدات طرفین

در این بخش مشخص می‌شود که هر یک از طرفین چه تعهداتی در قرارداد دارند.

همچنین هر یک از طرفین قرارداد باید مقدماتی را برای انعقاد قرارداد فراهم کنند و این امر می‌تواند در قسمت تعهدات طرفین یا مقدمهٔ قرارداد پیش‌بینی شود.

۴. خاتمهٔ قرارداد و پیش‌بینی شرایط فسخ قرارداد

در این بخش باید تعیین شود که قرارداد در چه شرایطی فسخ و منحل می‌شود. همینطور در مواردی که شرایط قوه‌ی ماژور، برای مدت معینی مانع از انجام کار می‌شود، پس از مدت مشخصی می‌توان برای طرفین حق فسخ قرارداد درنظر گرفت.

۵. حل اختلاف و مرجع حل اختلاف

در هر قراردادی، یکی از بخش‌های مهم، تعیین شرایط و مرجع حل اختلاف است. این مرجع می‌تواند داور یا دادگاه تعیین شود. بهتر است نام شخص یا اشخاص داور نیز تعیین شود و همچنین پیش‌بینی شود که درصورت عدم امکان داوری این افراد، راه‌حل چه خواهد بود. همچنین می‌توان از ابتدا تعیین کرد که برای حل اختلاف به مراجع قضایی مراجعه‌شود.

نکات اختصاصی قرارداد سرمایه گذاری استارتاپ:

طرفین قرارداد سرمایه گذاری استارتاپ باید پیش از انعقاد قرارداد، شرایط کسب‌وکار و شرکت خود را برای انعقاد این قرارداد کنترل کنند.

آیا برای انعقاد قرارداد به توافق عدهٔ خاصی از سهامداران و شرکا نیاز است؟ آیا سقف مشخصی برای سرمایه‌گذاری پذیری در اساسنامهٔ شرکت‌ها در نظر گرفته شده است؟

۱. مبلغ، شرایط و نحوهٔ سرمایه‌گذاری

سرمایه می‌تواند به‌صورت نقدی، غیرنقدی، منقول و غیرمنقول یا سود سهام باشد. اگر سرمایه‌گذاری به‌شکل نقد باشد باید مشخص شود که این مبلغ چقدر است؛ همچنین اگر سرمایه‌گذار، سهام شرکت دیگری را به‌عنوان سرمایه می‌آورد، این سهام باید ارزش‌گذاری شود. همچنین ممکن است سرمایه غیرنقدی باشد. برای مثال تجهیزات یا نیروی کار. پس بطور کلی نکتهٔ مهم تعیین ارزش سرمایه‌ای است که وارد شرکت می‌شود. سرمایه‌گذاری می‌تواند زمان‌بندی داشته باشد. یعنی سرمایه‌گذار در قواصل معین و در بخش‌های گوناگون، سرمایهٔ خود را وارد شرکت یا استارتاپ کند. توصیه می‌شود که حتماً جدول زمان‌بندی در قرارداد یا ضمیمهٔ آن پیش‌بینی شود.

۲. دستاورد سرمایه‌گذار

نکتهٔ مهم دیگر این است که سرمایه‌گذار در این قرارداد چه دستاوردی خواهد داشت؟ ممکن است در ازای سرمایه، میزان مشخصی سهام (ممتاز یا عادی) به سرمایه‌گذار منتقل شود؛ یا بدون واگذاری سهام، سرمایه‌گذار تنها سود مشخصی را در قواصل زمانی مشخص دریافت کند. انتقال امتیازات (مانند مشارکت در حقوق ملکیت فکری) یا تعیین امتیازات مشخص برای سهام اختصاص داده شده به سرمایه‌گذار (مانند حق رأی بیشتر در مجامع یا کسب کرسی در هیئت مدیره) از مزایایی هستند که می‌توان در ازای سرمایه دریافت کرد. همچنین توصیه می‌شود که زمان سوددهی سرمایه و دریافت سود توسط سرمایه‌گذار در قرارداد تعیین شود.

۳. حفظ محرمانگی و حقوق مالکیت فکری

طرفین قرارداد سرمایه‌گذاری ممکن است در جریان مذاکره‌ها و انعقاد قرارداد و همچنین پس از انعقاد قرارداد، در جریان اطلاعات و اسنادی قرار بگیرند که درصورت لزوم باید محرمانگی و حفظ حقوق مربوط به آنها پیش‌بینی شود. این بند می‌تواند بازهٔ زمانی بیشتری نسبت به مدت قرارداد داشته باشد.

۴. تأثیر انحلال شرکت/ استارتاپ و تغییر سهامداران

باید در قرارداد سرمایه‌گذاری تعیین شود که تغییراتی که در شرکت یا ساختار استارتاپ هریک از طرفین رخ می‌دهد، می‌تواند چه تأثیراتی بر قرارداد داشته باشد. آیا ترک سهامداران عمده (که ممکن است تأثیر زیادی روی تصمیم سرمایه‌گذار برای انعقاد قرارداد سرمایه‌گذاری داشته باشد) می‌تواند منجر به انحلال یا بازبینی ضروری قرارداد شود؟ تأثیر انحلال شرکت هر یک از طرفین بر قرارداد چیست؟

۵. منع رقابت و همکاری

این امر قابل‌پیش‌بینی است که طرفین قرارداد حق رقابت، مشارکت یا همکاری با شرکت‌ها یا استارتاپ‌های رقیب را نداشته باشند. این منع می‌تواند به‌صورت منع در سرمایه‌گذاری در استارتاپ مشابه، راه‌اندازی استارتاپ یا تأسیس شرکت با موضوع مشابه شرکت یا استارتاپ سرمایه‌پذیر یا سرمایه‌گذار باشد. تا به‌نحوی از زیان تجاری شرکت‌ها جلوگیری شود. هرچند این امر می‌تواند در بند جداگانه‌ای تحت عنوان شرایط ورود سرمایه‌گذار جدید پیش‌بینی شود، اما ممکن است سرمایه‌گذار بتواند محدودیت‌هایی را برای ورود سرمایه‌گذار جدید (که به‌نحوی شرایط رقابت را ایجاد می‌کند) در قرارداد درنظر بگیرد.

۶. تعیین نحوهٔ صرف سرمایه

باید در قرارداد تعیین شود که سرمایهٔ موضوع قرارداد به چه نحو و در چه بخش‌هایی به مصرف برسد. ممکن است در ضمیمهٔ جداگانه‌ای تعیین شود که سرمایه باید در چه بخش یا بخش‌هایی و در هر بخش به چه میزان مصرف شود. شفافیت در این موضوع می‌تواند سرمایه‌گذار را برای سرمایه‌گذاری بیشتر ترغیب کند و سرمایه‌گذار نیز با خیالی آسوده‌تر سرمایهٔ خود را به استارتاپ یا شرکت وارد خواهد کرد.

هرشنبه با فناوری

چگونه ظاهر توئیتر را به حالت قبلی برگردانیم؟

یک توسعه‌دهنده که با نام مستعار Zusor فعالیت می‌کند یک سرویس جالب به نام Good Twitter توسعه داده است که با استفاده از آن می‌توانید به ظاهر قدیمی توئیتر برگردید.

به گزارش پیام آشنا به نقل از زومیت، احتمالا در مورد این موضوع شنیده اید که توئیتر طراحی جدیدی برای پلتفرم خود در نظر گرفته است تا آن را سریع‌تر کند و تم رنگی بیشتری به شما را ارائه بدهد. اما در این میان یک مشکل بزرگ وجود دارد؛ بسیاری از کاربران کاملا از ظاهر جدید پلتفرم توئیتر متنفر هستند یا به حال، هنوز هم راهی برای بازگشت به طراحی قدیمی وجود دارد و در واقع انجام این کار بسیار ساده است. یک توسعه‌دهنده که با نام مستعار Zusor فعالیت می‌کند، افزونه جالبی برای گوگل کروم و فایرفاکس با نام Good Twitter توسعه داده که با استفاده از آن می‌توان ظاهر توییتر را به حالت قبلی بازگرداند. تنها کاری که باید انجام داد این است که این افزونه را دانلود و صفحه را رفرش کنید. این افزونه موفق شده تا به آمار دانلود ۳۵ هزار تایی در دو پلتفرم کروم و فایرفاکس دست یابد. ضمنا باید به نظرات بسیار مثبت کاربران در ردیت نیز اشاره کرد. در حالی که این افزونه هنوز برای ایرا در دسترس نیست- برخی از فعالان ردیت اعلام کرده‌اند که می‌توان با یورت‌کردن این ویجت از کروم، آن را در ایرانیز استفاده کرد.

شاید نگرانی از امنیت این افزونه و احتمال شنود اطلاعات کاربران یکی از نگرانی‌هایی باشد که برای برخی کاربران ایجاد می‌شود. این نگرانی کاملا منطقی است به همین دلیل است که نویسنده این افزونه منبع کد نسخه‌ی کروم و نسخه‌ی فایرفاکس را در GitHub منتشر کرده است تا کاربران نگرانی در مورد امنیت این افزونه نداشته باشند و بدون نگرانی به استفاده از این افزونه بپردازند.

تازه های سلامت

چرا باید مصرف "برنج قهوه‌ای" را جایگزین برنج سفید کرد؟

مصرف "برنج قهوه‌ای" بدلیل خواص بالای آن نسبت به مصرف برنج سفید ترجیح دارد؛ در این مطلب به برخی از خواص متعدد برنج قهوه‌ای اشاره شده است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تسنیم، برنج قهوه‌ای" یا همان برنج سبوس‌دار یکی از انواع برنج است که از جایگاه مهمی در طب سنتی برخوردار بوده و جزء غلات کامل محسوب می‌شود. مصرف برنج قهوه‌ای بدلیل خواص بالای آن نسبت به مصرف برنج سفید ترجیح دارد؛ در ادامه به برخی از خواص متعدد برنج قهوه‌ای اشاره شده است:

ـ مقابله و پیشگیری از سرطان

ـ کمک به کاهش وزن و لاغری

ـ حفظ سلامت دستگاه گوارش

ـ تقویت استخوان‌ها و مفید برای سلامت پوست و مو

ـ کمک به تنظیم فشار خون

ـ برنج قهوه‌ای میزان فیبر بیشتری دارد و مصرف آن باعث احساس سیری زودتر و بیشتر می‌شود

ـ مفید برای دیابت و جلوگیری از پیشرفت این بیماری

ـ حفظ سلامت سیستم عصبی بدن و هورمونهای جنسی و سرشار از منگنز (منگنز جزو مهم مواد آنتی‌اکسیدان است و از تخریب سلول پیشگیری می‌کند)

ـ برنج قهوه‌ای به‌دلیل غنی بودن از ویتامین ب ۱ بر قلب و اعصاب تأثیر مطلوب دارد و به‌دلیل برخورداری از ویتامین ب۳ به رفع آشفتگی‌های روحی و اضطراب کمک می‌کند

ـ مفید برای درمان یبوست

ـ برنج قهوه‌ای به‌دلیل دارا بودن میزان بالایی از عنصر "سلنیوم" برای عملکرد بهتر غده تیروئید مفید است

***دستورالعمل پخت برنج قهوه‌ای**

برنج قهوه‌ای به‌دلیل سبوس کامل بودن، دیرتر پخته می‌شود لذا برای پخت باید:

۱. شب قبل، برنج را پس از یک‌بار شست‌وشو در ظرف ریخته و دو برابر حجم آن آب اضافه کنید.

۲. بعد از حداقل ۱۲ ساعت بدون آنکه آب را دور بریزید، قابلمه را روی شعله ملایم قرار دهید تا آرام بجوشد.

۳. هنگامی که نیمی از آب جوشید، شعله را برای نیم ساعت خاموش کنید تا آب بقیه‌مانده به‌خوبی جذب برنج شود.

۴. مجدداً شعله را روشن کنید تا آب کاملاً جذب شود.

۵. یا حذف آب، آن را دم کنید.

به‌یاد داشته باشید برنج قهوه‌ای پس از پخت، نسبت به برنج سفید، اندکی سفت‌تر است.

باجامعه همراه‌باشید

صفحه "جامعه" با رویکردی متفاوت از گذشته با مطالب متنوع در حوزه های جامعه‌شناسی، روانشناسی، سلامت، تغذیه، دکوراسیون، باغبانی، آموزه های قرآنی، معرفی کتاب، مشاوره و مدیریت خانواده، مسائل حقوقی و قضایی و هزاران موضوع جذاب و خواندنی دیگر، میهمانِ خانه هایتان است.

امید که بتوانیم با همراهی شما یاران همیشگی پیام آشنا در راستای ارتقای سبک زندگی گام بردارید.

نظرات، دیدگاه و انتقادات سازنده خود را با ما در میان بگذارید. از مطالب صاحبان قلم در حوزه های اجتماعی استقبال می شود.

شماره تماس: ۳۲۵۵۳۸۳۸