

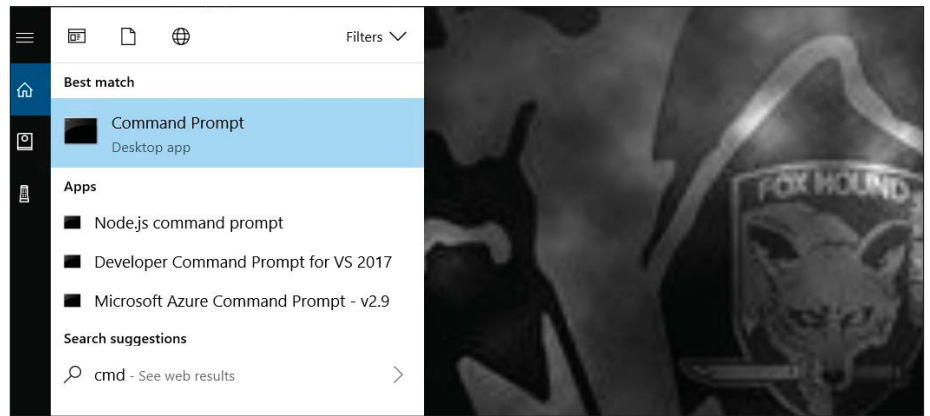
تنظیم خواب با کمک آیفون

خوابیدن و بیدار شدن افراد در دنیای امروزی و زندگی سریع و بدون توقف پیرامون ما به یک مشکل تبدیل شده است. گاهی تنها چند دقیقه دیرتر از خواب بیدار شدن باعث دیر رسیدن به دفتر کار و تبعات ناشی از آن خواهد شد. شاید بگویید زنگ هشدار تلفن‌های همراه هوشمند مشکل را حل می‌کنند، ولی تنظیم ساعت رفتن به تخت خواب و خوابیدن اندکی دشوارتر از تنظیم زمان بیداری است. آیفون‌ها قابلیت‌های زیادی دارند که برخی از آنها برای کاربران ناشناخته باقی مانده و قصد داریم یکی از این قابلیت‌ها را به شما معرفی کنیم. اگر یک دستگاه مجهز به سیستم عامل iOS دارید، یک گزینه ویژه در اختیار شماست که با نام قابلیت bed time یا ساعت خواب شناخته می‌شود. برای استفاده از این قابلیت، مراحل زیر را طی کنید:

- ۱ نرم افزار ساعت را روی آیفون خود باز کنید.
- ۲ زبانه bed time را انتخاب کنید.
- ۳ روی گزینه get Started کلیک کنید.

در ادامه این قابلیت به شما امکان استفاده از این موارد را می‌دهد:

- ساعتی را که می‌خواهید بیدار شوید، انتخاب کنید.
- شاید فکر کنید قرار نیست هر روز راس یک ساعت خاص بیدار شوید و روزهای تعطیل شما ساعت بیداری متفاوتی دارد، می‌توانید روزهایی را که نیازی به زود بیدار شدن بر اساس زنگ هشدار ندارید، انتخاب کنید.
- حال ساعت‌های مورد نیاز خواب شبانه خود را انتخاب کنید.
- **نکته:** میزان خواب مورد نیاز در نرم افزار ارائه نشده است، ولی دانشمندان در تحقیقات خود دریافته‌اند که بر اساس سن افراد می‌توان ساعت خواب مورد نیاز آنها را تعیین کرد.
- مشخص کنید از زمانی که نرم افزار را به شما برای خوابیدن یادآوری می‌کند، چقدر زمان برای آماده شدن جهت خواب نیاز دارید؟ این زمان از صفر دقیقه تا یک ساعت قابل انتخاب است.
- می‌توانید موزیکی را که قرار است شما را بیدار کند، انتخاب کنید.
- در ادامه این برنامه به صورت منظم شما را به خواب در زمان مناسب دعوت می‌کند و این موارد در دستگاه شما ذخیره می‌شود. همچنین می‌توانید گزارش وضعیت خواب خود را در بازه‌های زمانی ماهانه، هفتگی و... مشاهده کنید. هر وقت بخواهید می‌توانید چرخه خواب و بیداری خود را از نو تنظیم کنید.



تبدیل حافظه FAT32 به NTFS بدون نیاز به فرمت کردن حافظه

احمد محمد حسینی

استفاده از حافظه‌های جانبی برای ما بسیار ضروری است و هر روز از این دستگاه‌ها برای کاربردهای مختلف روزانه خود بهره می‌گیریم. ولی بر اساس پلتفرم مقصد دستگاه ما ممکن است شاهد نیاز به یک نوع خاص از پسوند حافظه باشیم. دستگاه‌های مختلف از یکی از فرمت‌های حافظه مانند FAT32 و NTFS پشتیبانی می‌کنند و فرمت‌های دیگر روی آنها کار نمی‌کند. یکی از راه‌های تبدیل حافظه FAT32 به NTFS، فرمت کردن حافظه است، ولی این امر موجب می‌شود داده‌های شما از دست برود و به همین دلیل نیز این روش همیشه اجرایی نیست. با این تفاسیر قصد داریم یک راه ساده را به شما آموزش بدهیم که به کمک آن می‌توانید بدون نیاز به فرمت کردن دستگاه شاهد تبدیل حافظه FAT32 به NTFS باشید. برای این کار کافی است این مراحل را دنبال کنید:

- ۱ حافظه خود را به رایانه ویندوزی وصل کرده و فرمت آن را شناسایی کنید.
- ۲ منوی استارت را بگشایید.
- ۳ در ویندوزهای ۸، ۸.۱ و ۱۰ عبارت Cmd را تایپ کنید و Enter را بزنید. در صورتی که از ویندوز XP استفاده می‌کنید، گزینه Run را انتخاب کرده و داخل آن Cmd را تایپ و اجرا کنید.
- ۴ در صفحه مشکی رنگ باز شده، عبارت chkdsk h: /f را تایپ کنید.
- ۵ حرف h را با حرف مربوط به درایوی که می‌خواهد فرمت آن را تغییر بدهید، جایگزین کنید. دستگاه شروع به بررسی درایو کرده و ایرادهای احتمالی آن را شناسایی می‌کند و گزارش می‌دهد.
- ۶ عبارت Convert H: /FS:NTFS را تایپ کرده و به جای H، اسم درایو مد نظر را وارد کنید و Enter را بزنید.
- ۷ دستگاه شروع به تبدیل حافظه شما خواهد کرد و این فرآیند ممکن است چند دقیقه به طول بینجامد. پس از اتمام کار، اگر روی آن درایو کلیک کرده و گزینه Properties را انتخاب کنید، می‌بینید حافظه شما به فرمت NTFS تبدیل شده است، ولی اطلاعات داخل آن دست نخورده باقی مانده‌اند.
- ۸ **نکته:** به یاد داشته باشید همین روش برای تبدیل فرمت FAT16 به NTFS نیز قابل استفاده است، ولی برای انجام این کار نمی‌توانید از نسخه‌های قدیمی‌تر از ویندوز XP استفاده کنید.

کلیک شما

سوالات خود را به clickhelp@jamejamonline.ir ایمیل کنید تا پاسخگوی شما باشیم. ذکر نام، نام خانوادگی و شهر یا روستای محل اقامت خود را فراموشی نکنید، زیرا به سوالات بدون نام و مشخصات پاسخ داده نمی‌شود.



رضا نصیری از قائمشهر:

چند وقت پیش گوشی هواوی Ascend G630 من خراب شد و روی صفحه نمایش آن پیامی با محتوای حافظه داخلی گوشی شما خراب شده است، به نمایش درآمد. می‌خواهم این گوشی را با همین مشکلی که دارد بفروشم و سوالم این است که آیا فرد خریدار می‌تواند اطلاعات گوشی را ریکاوری کند یا خیر؟



سارینا سهرابی از تهران:

به تازگی یک سایت فروشگاهی با وردپرس راه اندازی کردم و می‌خواهم سیستم عضویت را از روی آدرس ایمیل به شماره موبایل تغییر دهم تا همچون بسیاری از سایت‌های امروزی کاربران بتوانند با استفاده از شماره تلفن همراه خود در سایت عضو شوند و محصول بخرند. از چه محصولی می‌توانم برای این کار استفاده کنم که مشکلی در عملکرد سایت ایجاد نکند؟



کلیک: نمایش این پیام توسط تلفن همراه شما می‌تواند دلایل متعددی داشته باشد و گاهی ناتوانی تلفن همراه در خواندن اطلاعات کارت حافظه ممکن است به راحتی توسط رایانه و نرم افزارهای مخصوص به رفع مشکلات رسانه‌های ذخیره‌ساز قابل رفع باشد. پس در این شرایط نمی‌توان مطمئن بود کارت حافظه به طور کامل معیوب و از دسترس خارج شده است و احتمال بازیابی اطلاعات از آن به شدت افزایش می‌یابد. فراموش نکنید حتی چنانچه کارت حافظه با نرم افزارهای ساده قابل بازیابی نباشد، ممکن است توسط افراد متخصص و استفاده از روش‌های تخصصی بتوان اطلاعات آن را بازیابی کرد. چنانچه اطلاعات محرمانه‌ای در گوشی خود دارید توصیه می‌کنیم حافظه داخلی گوشی را به طور کامل فرمت کرده و پس از اطمینان کامل از حذف شدن اطلاعات مهم نسبت به فروش آن اقدام کنید.



کلیک: یکی از معروف‌ترین افزونه‌هایی که این قابلیت را به سایت وردپرسی شما اضافه می‌کند Digits: WordPress Mobile Number Signup and Login نام دارد و مارکت اصلی فروش آن نیز سایت Codecanyon.net است. نسخه فارسی این محصول با هماهنگی سامانه‌های پیامک داخلی نیز در مارکت‌های ایرانی همچون ژاکت ارائه شده و می‌توانید پس از عضویت در سایت به محصول دسترسی داشته باشید. (به دلایل نامشخصی دسترسی به این محصول از لینک اختصاصی آن در حالت عادی با خطای ۴۰۴ مواجه می‌شود و پس از عضویت و ورود به سایت، لینک در دسترس شما قرار می‌گیرد). همچنین می‌توانید از محصول دیگری که به همین منظور توسط توسعه‌دهندگان ایرانی روی این مارکت ارائه شده نیز کمک بگیرید. نام این محصول «افزونه ووکامرس ثبت نام با شماره موبایل ماح» است که با مراجعه به لینک زیر می‌توانید به هر دو محصول دسترسی یابید:



<https://bit.ly/2FfJg59>

<https://bit.ly/2RfTVmG>



اگر مطالب این صفحه را می‌پسندید، عدد ۶۹۳۷ را به شماره ۳۰۰۱۱۲۲۶ پیامک کنید