

**ابرتکار**  
روزنامه سیاسی، اجتماعی، اقتصادی، ورزشی، فرهنگی صبح ایران  
صاحب امتیاز و مدیر مسئول:  
محمدعلی وکیلی

دفتر مرکزی: تهران، زرتشت غربی  
نرسیده به بیمارستان مهر، پلاک ۶۶، طبقه دوم  
تلفن: ۸۸۹۷۵۷۱۰ - ۸۸۹۹۴۰۹

فاکس: ۸۸۹۷۵۷۰۹  
سامانه پیامکی: ۳۰۰۰۶۰۰۴۰۰۰  
ebtekarnews@gmail.com

سازمان آگهی ها: ۸۸۴۲۲۱۴  
سازمان شهرستانها: ۸۸۲۶۶۹۶ - ۰۹۱۲۳۷۱۵۰۳  
توزیع: شرکت نشر گستر امروز - ۶۱۹۳۳۰۰  
چاپ: رحمان / ۱-۳ - ۶۵۵۸۶۸۰

یکشنبه ۲۰ آذر ۱۴۰۱ / شماره ۵۲۵۸  
۱۶ جمادی الاول ۱۴۴۴ - ۱۱ دسامبر ۲۰۲۲  
اذان صبح ..... ۵:۳۴  
اذان ظهر ..... ۱۱:۵۷  
اذان مغرب ..... ۱۷:۱۱

## «اپ» تکار

### سامسونگ گلکسی S۵A۵۴ و گلکسی F۰۴S در پنجمارک یک‌بنج لیست شدند

به تازگی دو گوشی جدید سامسونگ در لیست پنجمارک قرار گرفتند و بخشی از مشخصات فنی آنها فاش شد.

براساس جدیدترین گزارش منتشر شده، دو گوشی هوشمند متعلق به برند سامسونگ در پایگاه اطلاعاتی پنجمارک یک‌بنج دیده شدند که نشان می‌دهد به احتمال زیاد این دو گوشی به زودی معرفی خواهند شد. با توجه به شایعات قبلی، این دو گوشی هوشمند با نام‌های گلکسی S۵A۵۴ و گلکسی F۰۴S روانه بازار خواهند شد. گلکسی A۵۴ جدیدترین عضو سری بسیار محبوب گلکسی A۵X است در حالی که گلکسی F۰۴S تنها محدود به بازار هند خواهد بود.

براساس لیست یک‌بنج، گلکسی S۵A۵۴ در تست‌های تک هسته‌ای و چند هسته‌ای به ترتیب موفق به کسب امتیازهای ۷۷۶ و ۲۵۹۹ شده است. نرم‌افزار این گوشی اندروید ۱۳ خواهد بود که به احتمال بسیار زیاد بر پایه رابط کاربری One UI ۵٫۰ خواهد بود. مدل گلکسی S۵A۵۴ حاضر در لیست یک‌بنج به حافظه رم ۶ گیگابایتی مجهز است ولی انتظار می‌رود این میان‌رده در کانفیگ حافظه رم ۸ گیگابایتی نیز عرضه شود.

قلب تپنده گلکسی S۵A۵۴ تراشه‌ای با شناسه مدل S۵E۸۳۵ است که طبق شایعات قبلی، جانشین تراشه اگزینوس ۱۲۸۰ خواهد بود و با نام رسمی اگزینوس ۱۳۸۰ معرفی خواهد شد. پردازنده مرکزی این تراشه از چهار هسته پردازشی با فرکانس ۲٫۴ گیگاهرتزی و چهار هسته کم مصرف با فرکانس ۲٫۰ گیگاهرتزی بهره می‌برد. پردازنده گرافیکی Mali-G۶۸ نیز به کمک پردازنده مرکزی تراشه اگزینوس ۱۳۸۰ خواهد آمد.

شایان ذکر است که قبلاً بخشی از مشخصات فنی و همچنین طراحی گلکسی S۵A۵۴ در دسترس قرار گرفته بود. در این راستا، گلکسی S۵A۵۴ با باتری ۵۱۰۰ میلی‌آمپر ساعتی با شارژ ۲۵ واتی مجهز خواهد بود. به علاوه، میان‌رده جدید سامسونگ از دوربین اصلی ۵۰ مگاپیکسلی و نمایشگر ۶٫۴ اینچی ۱۲۰ هرتزی بهره خواهد برد. از نقطه نظر طراحی نیز گلکسی S۵A۵۴ به مانند دیگر میان‌رده‌های جدید سامسونگ بدون جزیره دوربین خواهد بود و سه دوربین آن به صورت عمودی در زیر هم قرار خواهد گرفت.

از آن سو، گلکسی F۰۴S نیز دستگاهی پایین‌رده محسوب می‌شود که به مانند دیگر مدل‌های سری گلکسی F سامسونگ تنها برای بازار هند عرضه خواهد شد. البته انتظار می‌رود گلکسی F۰۴S به عنوان نسخه ری‌برند شده گوشی دیگری برای کاربران هندی در دسترس قرار بگیرد. به هر روی، گلکسی F۰۴S دیده شده در لیست یک‌بنج در تست‌های تک هسته‌ای و چند هسته‌ای امتیازهای ۱۶۳ و ۹۹۴ را کسب کرده است. سخت‌افزار این گوشی تراشه مبدیاتک هلیو P۳۵ است که با پردازنده گرافیکی GE۸۳۲۰ PowerVR Rouge ۵ همراه شده است. از دیگر مشخصات فنی این گوشی می‌توان به اندروید ۱۲ و حافظه رم ۳ گیگابایتی اشاره کرد.



## سبک زندگی

### مهارت‌هایی برای روزهای سرد زمستانی



اگر تا دو هفته به فرارگرفتن در معرض سرما ادامه دهید، ممکن است رگ‌های خونی شما منقبض نشود و دمای بدن‌تان به اندازه اولیه کاهش پیدا نکند. در این مرحله، شما موفق شده‌اید خود را با سرما سازگار کنید.

«زمستان و به همراه آن به خود لرزیدن در راه است. «لرز» پاسخ اولیه بدن انسان به سرما است. ضربان قلب و متابولیسم برای تولید گرما افزایش می‌یابد؛ رگ‌های خونی منقبض می‌شود و از سطح پوست عقب می‌نشیند و باعث کاهش دمای پوست می‌شود. این اتفاق باعث می‌شود خون به سمت اندام‌های داخلی برود تا آنها را گرم نگه دارد اما اگر تا دو هفته به فرارگرفتن در معرض سرما ادامه دهید، ممکن است رگ‌های خونی شما منقبض نشود و دمای بدن‌تان به اندازه اولیه کاهش پیدا نکند. در این مرحله، شما موفق شده‌اید خود را با سرما سازگار کنید. در ادامه به مهارت خاص ایجاد تحمل سرما و این‌که چرا باید این کار را بکنید می‌پردازیم.

افراد نسبت به سرما تحمل متفاوتی دارند. برخی ممکن است به‌راحتی در برف پرسه بزنند و برخی دیگر از بادهای تابستانی به خود بلرزند اما همه می‌توانند تحمل سرما را در خود ایجاد کنند. چندین مطالعه و بررسی نشان داده با یکی دو هفته فرارگرفتن مداوم در معرض سرما، به خود لرزیدن متوقف می‌شود.

#### آیا همه می‌توانند تحمل سرما را در خود ایجاد کنند؟

واقعیت این است که کدهای واکنش به عوامل استرس‌زای محیطی در بدن و ذهن از قبل نوشته شده و سازوکار آن وجود دارد فقط باید آنها را فعال کنید. با ۲۰ دقیقه فرارگرفتن روزانه در معرض سرما، بدن شروع به ساختن لایه‌ای از چربی قهوه‌ای می‌کند. چربی قهوه‌ای نوعی بافت است که دمای بدن را در هوای سرد تنظیم می‌کند. این چربی در قسمت فوقانی ستون فقرات و گردن. ناحیه‌ای که مغز دمای خون را کنترل می‌کند، ذخیره و تولید می‌شود. دوش آب‌سرد گرفتن هم کاری است که معمولاً توصیه می‌شود. کار را با ۱۵ ثانیه دوش آب سرد در پایان دوش آب گرم شروع و در هر بار دوش گرفتن ۱۰ ثانیه به آن اضافه کنید. بهتر است این کار را از پاییز آغاز کنید. طرز فکر شما نیز در این زمینه نقش مهمی دارد. سرما را انرژی‌زا و نه وحشتناک در نظر بگیرید. رژیم غذایی سرشار از پروتئین و چربی نیز به شما در ایجاد تحمل سرما کمک می‌کند.

هشدار خطر برای سلامتی: اگر بیماری قلبی دارید، قبل از شروع به گرفتن دوش آب سرد با پزشک مشورت کنید، زیرا این کار باعث انقباض کل سیستم عروقی می‌شود.

#### چرا بهتر است تحمل خود را نسبت به سرما افزایش دهید؟

فرارگرفتن در معرض سرما فوایدی برای سلامت ما دارد. روزانه ۲۰ دقیقه فرارگرفتن در معرض سرما به افزایش ۳۰ تا ۴۰ درصدی آدرنالین منجر می‌شود که کاهش التهاب و افزایش تولید انرژی را به همراه دارد. عادت ساده دوش آب سرد می‌تواند درد عضلانی و مفاصل را کاهش و متابولیسم، خلق‌وخو و عملکردهای شناختی شما را افزایش دهد. درواقع تمام کارهایی که ما برای حفظ دمای بدن خود انجام می‌دهیم، تحمل سرما را تضعیف می‌کند. رفتارهایی مثل پوشیدن لباس‌های بیشتر، مصرف نوشیدنی‌های گرم بیشتر، افزایش دمای اتاق و مصرف غذای بیشتر که سرعت متابولیسم درونی را افزایش می‌دهند، به بدن اجازه مقاومت‌شدن در برابر سرما را نمی‌دهند.

## ماشین

### بازی

## بهر ورزشانی تویوتا لندکروزر سری ۷۰ مدل ۲۰۲۳ همراه با افزایش قیمت



تویوتا لندکروزر سری ۷۰ برای مدل ۲۰۲۳ به ترمز اضطراری خودکار مجهز شده و قیمت آن ۱۱۰۰ دلار افزایش پیدا کرده است. تویوتا اقدام به به‌روزرسانی لندکروزر سری ۷۰ برای مدل ۲۰۲۳ با تجهیز آن به سیستم ترمز اضطراری خودکار کرده که افزایش قیمت ۱۱۰۰ دلاری را برای همه تیپ‌ها و نسخه‌های آن به همراه داشته است.

هزینه زیادی را به دنبال خواهد داشت.

مجموع وزن ناخالص همه نسخه‌های سری ۷۰ مدل ۲۰۲۳ حالا به ۳۵۱۰ کیلوگرم افزایش پیدا کرده است تا بتواند در دسته تراک‌های سبک قرار گیرد و از رعایت قوانین جدید ایمنی تصادفات استرالیا معاف شود. این قوانین که به ADR ۸۵ معروف هستند، فقط در مورد خودروهای تجاری سبک با وزن ناخالص زیر ۳.۵ تن اجرا می‌شود و تویوتا با افزایش این وزن، خود را از انجام ارتقاءهای پرهزینه برای بهبود ایمنی سری ۷۰ در تصادفات بی‌نیاز کرده است. البته مشخص نیست که این شرکت سیستم تعلیق یا ترمز لندکروزر قدیمی خود را هم ارتقاء داده یا این فقط یک افزایش وزن اسمی است.

درهرحال، به‌غیراز اضافه شدن ترمز اضطراری خودکار که اکنون یک ویژگی الزامی در خودروها محسوب می‌شود، گمان می‌رود تجهیزات استاندارد سری ۷۰ مدل ۲۰۲۳ تغییری نکرده باشد. تپ پایه این خودرو که GX نام دارد، به‌صورت استاندارد با رینگ‌های ۱۶ اینچی فولادی، نمایشگر لمسی ۶.۱ اینچی با ناوبری ماهواره‌ای، سپرها و آینه‌های مشکی، دو یا چهار بلندگو و پنج ایربگ ارائه می‌شود. در بخش پیشرانۀ خودرو هم هیچ تغییری صورت نگرفته و زیر کابوت سری ۷۰ مدل ۲۰۲۳ همچنان همان موتور ۴.۵ لیتری ۷۸ توربودیزل با ۲۵۵ اسب بخار قدرت و ۴۳۰ نیوتن متر گشتاور قرار دارد که به یک گیربکس پنج سرعته دستی متصل است. باین‌حال، ممکن است در آینده این موتور با یک نمونه ۷۶ توربودیزل جدید جایگزین شود.

اما علیرغم اعلام قیمت جدید، پذیرش سفارشات خرید سری ۷۰ همچنان از جولای ۲۰۲۲ متوقف است و مدیران تویوتا گفته‌اند قرار نیست پذیرش سفارشات حداقل تا شش ماه آینده دوباره آغاز شود. در اکتبر امسال برآوردها حاکی از آن بود که حداقل ۱۰ هزار نفر در صف خرید لندکروزر سری ۷۰ هستند. البته در آن زمان رئیس فروش و بازاریابی تویوتا تا تلاش این شرکت برای افزایش ظرفیت تولید سری ۷۰ خبر داد تا بتواند تقاضا را برآورده کند. قیمت پایه مدل ۲۰۲۳ این خودرو از ۴۶.۹۰۰ دلار آغاز می‌شود و در بالاترین مدل به ۵۲.۵۰۰ دلار می‌رسد.

## سخت‌ترین ماده روی زمین کشف شد

از یک عنصر واحد با مقادیر کمتری از عناصر اضافی هستند، اما آلایزهای آنترونی بالا از ترکیب مساوی از هر عنصر تشکیل می‌شوند. این ترکیب به آن‌ها استحکام و انعطاف‌پذیری بالایی در برابر فشار می‌دهد.

رابرت ریچی (Robert Ritchie) یکی از رهبران این تحقیق، می‌گوید: سختی این ماده در نزدیکی دمای هلیوم مایع یعنی ۲۰ کلوین یا منفی ۲۴۴ درجه فارنهایت (۵۰۰ MPa-Sqrt(meter) است. سختی تاکنون در مواد شدند. این ماده بسیار چک‌کش‌خوار است و مقاومتی چشمگیر در برابر تغییر شکل دائمی دارد. ایسو جورج (Easo George) از رهبران این پروژه می‌گوید: هنگامی که مصالح ساختمانی را طراحی می‌کنید، می‌خواهید محکم و همچنین انعطاف‌پذیر و مقاوم در برابر شکنندگی باشند. معمولاً، به چیزی میان این موارد دست می‌یابید. اما این ماده هر دو مورد را دارا است و به جای اینکه در دماهای پایین شکننده شود، سخت‌تر می‌شود. این یافته‌های رکوردشکنانه در روز دوم دسامبر در مجله Science منتشر شد.

#### CrCoNi چیست؟

این آلایز زیرمجموعه‌ای از دسته‌ای از فلزات به نام آلایزهای آنترونی بالا (HEAs) است. در حالی که امروزه آلایزها حاوی نسبت بالایی



روش‌های متعددی برای تعریف («سختی» مورد نیاز بود. دانشمندان از پراش نوترون، پراش الکترونی پس‌پراکنده و میکروسکوپ الکترونی عبوری برای بررسی ساختار شبکه نمونه‌های CrCoNi که در دمای اتاق و ۲۰ درجه کلوین شکسته شده بودند، استفاده کردند.

ریچی می‌گوید: این قابل توجه است؛ زیرا به گفته متالورژیست‌ها ساختار یک ماده ویژگی‌های آن را مشخص می‌کند، اما ساختار

## عکس‌نویس



شاهکار رنگ‌ها در مازندران

عکس: احسان فضلی اصاتلو / ایرنا

## ویترین

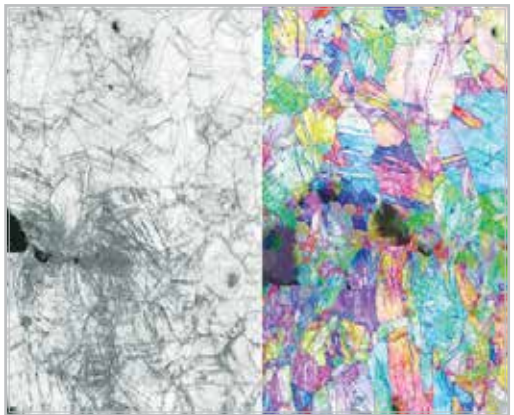
### توسط نشر مد منتشر شد



«کابوس‌های کارلوس فوننتس» در بازار نشر «کابوس‌های کارلوس فوننتس» نوشته حسن بلاسم با ترجمه نرگس قندیل زاده توسط نشر مد منتشر و راهی بازار نشر شد. به گزارش مهر، کتاب «کابوس‌های کارلوس فوننتس» نوشته حسن بلاسم به‌تازگی با ترجمه نرگس قندیل زاده در ۱۴۹ صفحه و بهای ۶۰ هزار تومان توسط نشر مد منتشر شده است.

در معرفی این کتاب چنین آمده است: «روزی که در بغداد مجسمه دیکتاتور فروافتاد، در سالن تلویزیون زد و خورد سختی درگرفت و شش جوان سودانی با گروهی از عراقی‌های سرخوش از سقوط دیکتاتور درگیر شدند. آتش درگیری را حرف یوسف سودانی برافروخت: «حالا دیگر سربازان امریکایی می‌افتند به جان زن‌هایتان... چرا این همه خوشحالید؟»

چند جوان افغان و نیجریه‌ای سعی کردند آنها را از هم جدا کنند. ایرانی‌ها از سالن بیرون رفتند و از پنجره مشغول تماشا شدند. خون زیادی ریخت و یک سودانی سرش شکست و از هموش رفت و به بیمارستان منتقل شد.»



NiCoCr ساده‌ترین چیزی است که می‌توانید تصور کنید. این آلایز تنها از ذرات تشکیل شده است.

#### کاربرد این آلایز در زندگی واقعی

CrCoNi و سایر آلایزهای آنترونی بالا به استفاده در زندگی واقعی نزدیک‌تر می‌شوند. با این حال، از آنجا که ساختن این مواد ساده نیست، رسیدن به این مرحله زمان‌بر خواهد بود.