

اقتصاد

روزنامه سیاسی، اجتماعی، اقتصادی،

ورزشی، فرهنگی صبح ایران

صاحب امتیاز و مدیر مسئول:
محمدعلی وکیلی

دفتر مرکزی: تهران، زرتشت غربی

نوسیده به بیمارستان مهر، پلاک ۶۶، طبقه دوم

تلفن: ۸۸۹۷۵۷۱۰ - ۸۸۹۹۴۰۹

فاکس: ۸۸۹۷۵۷۰۹

سامانه پیامکی: ۳۰۰۶۰۰۰۴۰۰۰

ebtekarnews@gmail.com

سازمان آگهی ها:

بلوار آیت الله کاشانی، بین رامین شمالی و گلستان

شمالی، ساختمان فرید، پلاک ۲۵۸، واحد یک

۴۴۰۱۹۸۰۵ - ۴۴۰۱۹۸۰۶ - ۴۴۰۱۹۸۰۷ - ۴۴۰۱۹۸۰۸

سازمان شهرستانها: ۸۸۲۶۳۶۹۶-۰۳-۹۱۳۲۷۱۷۵۰۳

توزیع: شرکت نشرگستر امروز - - ۶۱۹۳۳۰۰۰

چاپ: ریحان / ۳-۱۰۲۸۵۸۶۸۰۶۵۵

چهارشنبه ۳۱ خرداد ۱۴۰۲ / شماره ۵۳۹۵

۲ ذی الحجه ۱۴۴۴ - ۲۱ ژوئن ۲۰۲۳

سال نوزدهم / ۱۲ صفحه

«اب»تکار

کدام گوشی‌های سامسونگ آپدیت اندروید ۱۴ را دریافت می‌کنند؟

ویسایت SamMobile به تازگی لیست دستگاه‌های سامسونگی سازگار با اندروید ۱۴ و رابط کاربری One UI ۶ را فاش کرده است که شامل پرچمدارها و میان‌رده‌های این برند می‌شود.

در حالی که کاربران سامسونگی منتظر عرضه نسخه بتا رابط کاربری One UI ۶٫۰ هستند، این برند هنوز زمان دقیق عرضه این بروزرسانی مهم را اعلام نکرده است. با این وجود، شایعات اذعان داشته‌اند که نسخه بتا One UI ۶٫۰ در هفته سوم ماه ژوئیه ۲۰۲۳ و برای سری گلکسی اس ۲۳ در دسترس کاربران قرار خواهد گرفت. حالا براساس جدیدترین گزارش منتشر شده، ویسایت SamMobile به تازگی لیست گوشی‌های احتمالی سازگار با بروزرسانی اندروید ۱۴ و رابط کاربری One UI ۶٫۰ را فاش کرده است.

با توجه به آن که برنامه عرضه بروزرسانی محصولات سامسونگ شفاف‌تر از قبل شده است، می‌توان درباره برخی از کاندیداهای احتمالی دریافت بروزرسانی اندروید ۱۴ اظهار نظر قطعی کرد. برای مثال، سامسونگ در زمان معرفی سری گلکسی اس ۲۱ اعلام کرد که این سری پرچمدار تا چهار بروزرسانی اصلی را دریافت خواهد کرد. در نتیجه، بروزرسانی اندروید ۱۴ برای سری گلکسی اس ۲۱ قطعاً عرضه خواهد شد. خوشبختانه برای برخی از میان‌رده‌های اخیر سامسونگ نیز تا چهار بروزرسانی اصلی ارائه خواهد شد. برای گلکسی زد فولد ۳ و ۴ و گلکسی زد فلیپ ۳ و ۴ نیز بروزرسانی اندروید ۱۴ ارائه خواهد شد.

انتظار می‌رود محصولات میان‌رده سامسونگ شامل گلکسی A۷۳ ، A۷۲ ، A۵۴ ، A۵۳ ، A۵۲ ، A۵۴S جدیدترین نسخه سیستم عامل اندروید را دریافت خواهند کرد. البته احتمال دارد برای این گوشی‌ها، بروزرسانی اندروید ۱۴ ابتدای سال میلادی ۲۰۲۴ در دسترس قرار بگیرد.

گوشی‌های سری گلکسی M شامل گلکسی M۵۴ ، M۵۳ ، M۳۳ و M۳۳ نیز بروزرسانی اندروید ۱۴ را دریافت خواهند کرد. برای نسخه‌های سری گلکسی F یعنی گلکسی F۵۴ ، F۷۳ و ۵G F۱۴ نیز این بروزرسانی عرضه خواهد شد. از دیگر محصولات سازگار با بروزرسانی اندروید ۱۴ می‌توان گلکسی Xcover ۶ پرو و سری گلکسی تب اس ۸ را نام برد.

در نهایت باید اشاره کرد که لیست موجود برنامه رسمی سامسونگ برای عرضه بروزرسانی اندروید ۱۴ و One UI ۶٫۰ نیست و ممکن است غول فناوری کره جنوبی گوشی‌های بیشتری را در این لیست قرار دهد.



ماشین بازی

۶ نکته برای آبرسانی و کاهش دمای بدن

مصرف وعده‌های غذایی با خاصیت آبرسانی بدن و تأمین انرژی مورد نیاز، در فصول گرم سال از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است و تحمل گرما را تسهیل می‌کند.

به گزارش خبرآنلاین، در فصول گرم سال که دمای هوا بسیار بالاست، آبرسانی به بدن یک امر ضروری محسوب می‌شود، چرا که بدن در این بازه زمانی به شدت در معرض کم‌آبی قرار دارد. علاوه بر مصرف آب و مایعات، خوردن غذاهای غنی از پتاسیم نیز اهمیت دارد؛ زیرا این عنصر تعادل آب و الکترولیت در بدن را حفظ می‌کند.

بی‌توجهی به آبرسانی بدن، عوارض ناخوشایندی مانند سردرد، خستگی و خواب‌آلودگی، خشکی دهان و تشنگی مفرط را در بر دارد.

بهتر است در روزهای گرم سال، یک بطری آب همراه خود داشته باشید. علاوه بر این، میوه‌های تابستانی نیز به دلیل محتوای بالای آب، نه‌تنها به آبرسانی بدن کمک می‌کنند، بلکه منبعی از ویتامین‌ها، مواد معدنی، پلی‌فنول‌ها و فیبرهای غذایی مفید هستند.

آب زیاد بنوشید

در روزهای گرم سال ضروری است که آب بیشتری بنوشید. می‌توانید برگ نعنای تازه، آب لیموترش، تکه‌های پرتقال، توت فرنگی یا سایر میوه‌های مورد علاقه خود را به آب اضافه کنید و چند ساعت در یخچال نگه دارید، سپس برای رفع تشنگی، این ترکیب را بنوشید تا هم بدن را آبرسانی کنید و هم از فواید میوه‌ها بهره‌مند شوید.
دمنوش‌های گیاهی و دیگر نوشیدنی‌های گرم نیز می‌توانند به کاهش دمای بدن و هیدراتاسیون کمک کنند.

غذاهای غنی از پتاسیم مصرف کنید

پتاسیم عنصری است که دریافت آن برای حفظ تعادل آب و الکترولیت و همچنین تقویت عضلات و سیستم عصبی ضروری است. اگر در هوای گرم متوجه شدید که دست‌ها و پاهایتان متورم شده و انقباض‌های دردناک عضلانی را تجربه می‌کنید، ممکن است نشانه کمبود پتاسیم باشد.

دریافت این ماده به واسطه مصرف گوجه فرنگی، سیب زمینی، هندوانه، زردآلو، چغندر، اسفناج و سیب زمینی میسر است.

به جای بستنی، از میوه‌های فریزشده استفاده کنید

انگور، توت فرنگی یا هر میوه‌ای که دوست دارید را در قطعات کوچک منجمد کنید و در روزهای گرم سال که دلتان یک خوراکی خنک و شیرین مانند بستنی می‌خواهد، مصرف کنید. خوردن تکه‌های یخ‌زده میوه حس خنکی و طراوت به شما می‌دهد و به هیدراتاسیون کمک می‌کند. هم‌چنین این ترکیب مغذی‌تر از بستنی است زیرا فیبر و مواد مغذی بیشتری در میوه وجود دارد.

مصرف غذاهای شور را به حداقل برسانید

خوردن غذاهای پر نمک، به ویژه در هوای گرم، می‌تواند منجر به احتباس آب، تورم و نفخ شود. بهتر است غذاهای خود را با نمک کمتری مصرف کنید.

میوه‌ها را دست‌کم نگیرید

میوه‌های تابستانی، سرشار از آنتی‌اکسیدان‌ها، ویتامین‌ها و فیبر غذایی هستند. میوه‌هایی چون خیار، توت فرنگی، انگور، هندوانه، طالبی و هلو گزینه‌هایی هستند که به شما کمک می‌کنند بدن خود را خنک نگه دارید.

خیار: از میوه‌های محبوب تابستانی که حاوی ۹۶ درصد آب است.

هندوانه: این خوراکی آبدار تابستانی با بیش از ۹۰ درصد آب در ساختار خود، بهترین میوه تابستانی برای مقابله با گرماست.

انگور: این میوه حاوی ۸۱ درصد آب و سرشار از ویتامین K و C است و بدن را آبرسانی می‌کند.

گلابی: مطالعه‌ای در سال ۲۰۱۱ نشان داد که خوردن روزانه یک گلابی، خطر سکته مغزی را تا ۵۰ درصد کاهش می‌دهد. این میوه نیز جزو میوه‌های آبرسان با ۸۴ درصد آب است.

سیب: خوردن یک عدد سیب در روز می‌تواند بدن را آبرسانی کند، زیرا میوه متشکل از ۸۴ درصد آب است.

توت‌ها: شاه‌توت بیش از ۸۵ درصد و توت فرنگی ۹۲ درصد آب دارد. انواع دیگر توت‌ها نیز برای غلبه بر گرما، انتخاب مناسبی هستند.

مصرف کافئین را مدیریت کنید

کافئین ارادآور است و همین خاصیت سبب از دست رفتن آب زیاد، کم‌آبی بدن و احساس تشنگی می‌شود. نوشیدنی‌های حاوی کافئین را نباید جزو مایعات دریافتی روزانه به شمار آورد.

۱۲

www.ebtekarnews.com

عکس‌نویشت

آخر ابتکار



تخریب اولین باشگاه ورزش کارگری خاورمیانه (باشگاه کاوه مسجدسلیمان)

عکس: منا صیافی زاده / ایسنا

فیس لیفت بی‌ام و M۴ با سپرو چراغ‌های جدید سال ۲۰۲۴ معرفی می‌شود

شد درحالی‌که سدان M۳ هم از همین به‌روزرسانی‌ها بهره خواهد برد. تصاویر جاسوسی اخیر چندین تغییر را در جلو و عقب M۴ نشان داده‌اند که شامل چراغ‌های جدید خواهد بود. حال رندرهایی طراحی شده است که تغییرات ظاهری احتمالی این خودرو را نشان می‌دهد.

هرچند در فیس‌لیفت M۴ همچنان جلوپنجرهٔ بزرگ و بحث‌برانگیز حفظ خواهد شد اما چراغ‌های جلو تغییر خواهند کرد. گرافیک داخلی این چراغ‌های جدید مشابه چیزی خواهد بود که در فیس‌لیفت X۵ و X۶ دیده‌ایم؛ بنابراین، در M۴ جدید بجای طرح دوگانهٔ چندضلعی، شاهد گرافیک تیک ماندنی به‌صورت وارونه خواهیم بود که نمای جذاب‌تر به خودرو می‌بخشد. غیر از این اما هیچ تغییر قابل‌توجه دیگری در جلوی خودرو دیده نمی‌شود.
بالین‌حال، انتظار می‌رود در عقب هم شاهد گرافیک جدیدی برای چراغ‌ها باشیم که طبق شایعات شبیه چراغ‌های لیزری CSL M۴ خواهد بود.

اما در کنار به‌روزرسانی‌های ظاهری، با‌م‌و به فکر افزایش قدرت M۳ و M۴ هم هست. پیش‌بینی می‌شود قدرت این خودروها در نسخه کامپتیشن به ۵۲۵ اسب بخار افزایش پیدا کند.
بالین‌حال، هنوز مشخص نیست که قدرت در نسخه‌های دستی هم افزایش پیدا خواهد کرد یا نه زیرا به دلیل محدودیت‌های گیرکس شش سرعته دستی این اتفاق بعید به نظر می‌رسد.
در داخل این خودروها هم به‌احتمال‌زیاد شاهد نمایشگر منحنی جدید با‌م‌و خواهیم بود که در فیس‌لیفت سری ۳ ارائه شد و از سیستم ۸٫۵ idrive پشتیبانی می‌کند.

در ابتدا انتظار می‌رفت M۳ و M۴ در طول به‌روزرسانی میان‌دوره‌ای خود تغییرات ظاهری جزئی بدون افزایش قدرت را تجربه کنند اما به دلیل طولانی‌تر شدن زمان تولید این نسل، به نظر می‌رسد با‌م‌و در تصمیم خود تجدیدنظر کرده و قصد دارد به‌روزرسانی بزرگ‌تری را روی این خودروها انجام دهد.
قرار است تولید فیس‌لیفت M۳ و M۴ در تابستان سال ۲۰۲۴ آغاز شود و انتظار می‌رود چند ماه بعد به دست خریداران برسد.
گفته شده نسل کنونی این خودروها تا سال ۲۰۲۸ در بازار حاضر خواهند بود.



ازآنجایی‌که عمر نسل کنونی M۴ طولانی‌تر شده و قرار است تا سال ۲۰۲۸ تولید شود، با‌م‌و به‌روزرسانی جامعی را برای آن در نظر گرفته است. فیس‌لیفت این خودرو سال ۲۰۲۴ با مدل ۲۰۲۵ معرفی خواهد بود.

فیس لیفت بی‌ام و M۳ و M۴ با تغییرات ظاهری و افزایش قدرت

سال آینده معرفی خواهد شد و تا سال ۲۰۲۸ در بازار حاضر خواهند بود.

ابداع جنین مصنوعی انسان با خون و قلب تپنده



ژنتیکی مختلف و همچنین علل سطح‌های مکرر فراهم می‌کند. این مدل رشد یافته در آزمایشگاه می‌تواند به صنعت داروسازی کمک کند تا اثر داروهای خاص روی جنین را بررسی کند. علاوه بر این، می‌تواند برای بررسی هر گونه ارتباط بین دیابت بارداری و ناهنجاری‌های قلبی در نوزادان مورد استفاده قرار گیرد.

در حال افزایش است، چند روز قبل از این پیشرفت نیز پژوهشگران، اولین مدل جنین انسان در جهان را ایجاد کردند که ویژگی‌هایی را که در ۱۴ روز اول بارداری دیده می‌شود، تقلید می‌کرد.

ویترین

شماره جدید «نگاه نو»

منتشر شد

شماره جدید «نگاه نو» با عکس روی جلد کیومرث پوراحمد و پرونده ویژه آموزش‌وپرورش منتشر شده است.

به گزارش ایسنا، این شماره با نامه‌هایی به این مجله، فراخوان هفدهمین دوره جایزه مهتاب میرزائی و یادداشت کوتاه علی میرزائی به مناسبت تولد محمدعلی موحد آغاز می‌شود. در ادامه بخش ویژه فصلنامه «نگاه نو» با موضوع آموزش‌وپرورش با این مطالب همراه است: «حال آموزش و پرورشان خوب نیست!» نوشته علی میرزائی، «آموزش‌وپرورش و توسعه» نوشته‌علی‌نقی مشایخی، «مروری بر برهوت نظام آموزشی» نوشته بیژن عبدالکریمی، «بی‌تربیت آزادی و قانون نتوان داشت»، نوشته هدیه رهبری، «آموزگاری با عشق و اندیشه، روایت یک تجربه شخصی»، نوشته نرگس انتخابی و «میراث ماندگار جان دیویی، آموزگار آموزگاران» از نادر انتخابی.

همچنین «تأملی درباره سیدجواد طباطبایی» نوشته فخرالدین عظیمی، «جواد طباطبائی: فیلسوف ایران وطن»، نوشته کرامت‌الله راسخ، «جامعه قوی، حکومت پاسخ‌گو» از محمد رضایی، «کدام تفکر اقتصادی امروز ما را ساخته است؟» از آرمان ذاکری و «منزلت زنان در قانون اساسی جمهوری اسلامی» نوشته‌فاطمه صادقی در بخش مقاله‌ها منتشر شده است.

«گفت: ای ملک جوان‌بخت...» نوشته حسین معصومی همدانی نقدی بر کتاب «دروازه خورشید» الیاس خوری با ترجمه نرگس قنبدیل‌زاده (برنده جایزه ابوالحسن نجفی) و «عبور از میان گون‌های به خون آغشته» نوشته لطیف آزادبخت مروری بر مجموعه عکس‌عشاریر لُر، اثر علیرضا فرزین در بخش نقد و نظر درج شده‌اند.

در بخش یاد رفتگان و رویدادها نیز این مطالب را می‌خوانیم: «نظام تدبیر شایسته: شاه‌کلید توسعه ایران» از با‌یزید مردوخ‌ی برای مراسم بزرگداشتش، «پایانی آرام و باشکوه: به یاد خالق آثاری ناتمام» شامل مطالبی از نیکلا ژنُ، مژده دقیقی، سعید رضوانی، جعفرشجاع کیهانی و الوند بهاری، «یاد دوست» نوشته محسن یلفانی به یاد ناصر پاکدامن، «آخرین بار که صدایتان را شنیدم» از فاطمه معتمدآریا و «زندگی ناتمام آقای صداقت» نوشته هوشنگ گل‌مکانی به یاد کیومرث پوراحمد، «دوقی بیکران در خلق آثاری ناتمام» نوشته علی امینی نجفی

به یاد عدنان غرغری، «جایزه پولیتزر برای سازاز توسی» نوشته علیرضا آبیژ و «حکیم تهران» نوشته غلامرضا امیرخانی به یاد سیدعبدالله انوار.