



عکس: عرفان سامان فر / ایرنا

گوزن زرد ایرانی

سبک زندگی

این پنج غذا را همان روزی که می‌یزید، بخورید

دکتر تریسی بریگمن متخصص تغذیه و دانشیار بالینی در دپارتمان علوم تغذیه دانشگاه جورجیا می‌گوید: اکثر غذاهای باقیمانده در صورتی که ظرف مدت ۲ ساعت در یخچال نگهداری شوند و در ظرف دربسته بسته بندی شوند ۳ یا ۴ روز باقی می‌مانند.

اما برخی مواد هستند که بیشتر مستعد رشد باکتری می‌باشند و ممکن است زودتر نیاز به مصرف داشته باشند.

سالانه حدود ۴۸ میلیون آمریکایی از بیماری‌های ناشی از مواد غذایی رنج می‌برند. به گفته مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری حدود ۱۲۸۰۰۰ نفر در بیمارستان بستری می‌شوند و ۳۰۰۰ نفر جان خود را از دست می‌دهند.

در ادامه به پنج غذایی اشاره خواهیم کرد که اگر آن را ظرف مدت یک روز پس از پختن نخورید می‌توانند به شما آسیب جدی وارد سازند:

برای جلوگیری از بیماری باید این پنج غذا را همان روزی که می‌یزید، بخورید

۱- تخم مرغ
اگر می‌خواهید تخم مرغ‌های سفت آب پز بیش‌تر از ۲۴ ساعت دوام بیاورند آن‌ها را پوست نگیرید. وزارت کشاورزی ایالات متحده اعلام کرده که پوسته تخم مرغ به عنوان یک پوشش محافظ برای دفع باکتری‌ها عمل می‌کند.

پس از برداشتن این لایه باکتری‌ها می‌توانند به سرعت وارد منافذ تخم مرغ شده و آن را آلوده کنند. نشان داده شده که لیستریا به تخم مرغ‌های آب پز شده که پوست شان گرفته شده حمله می‌کند. مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری در سال ۲۰۱۹ میلادی شیوع لیستریا مرتبط با این تخم مرغ‌ها را بررسی نمود که دست کم هشت نفر را در پنج ایالت بیمار کرد.

وزارت کشاورزی آمریکا توصیه می‌کند که پس از آب پز کردن تخم مرغ‌ها ان را به سرعت در ظرف حاوی آب و یخ خنک کنید و سپس ظرف را دو ساعت در یخچال قرار دهید.

۲- گوشت چرخ کرده
وزارت کشاورزی ایالات متحده هشدار می‌دهد که گوشت چرخ کرده تنها یک یا حداکثر دو روز پیش از آغاز خراب شدن در یخچال باقی می‌ماند. دکتر بریگمن اشاره می‌کند که سطح بالای رطوبت باعث می‌شود گوشت چرخ شده به محض خنک شدن باکتری‌ها را جذب کند. باکتری‌های موجود در سطح گوشت‌های خام، چرخ شده و سوسیس در طول فرآیند آسیاب کردن با محصول مخلوط می‌شوند. به همین خاطر است که گوشت چرخ شده باید تا انتها پخته شود تا باکتری‌ها از بین بروند.

۳- طالبی
دارین دتویلر کارشناس ایمنی مواد غذایی در دانشگاه نورث ایسترن در بوستون و مشاور سابق ایمنی غذای سازمان غذا و دارو می‌گوید: طالبی را هرگز نباید یک روز بیشتر در یخچال نگهداری کرد، زیرا پاتوژن‌هایی مانند سالمونلا و لیستریا به سرعت در آن رشد می‌کنند. او می‌گوید:طالبی را باید به محض بریده شدن بخورید. هرگز طالبی را به صورت از قبل بریده شده یا نصف شده خریداری نکنید.

۴- مرغ خام
اگر مرغ خام را خریداری کرده و چند روزی آن را به حال خود رها کرده اید به احتمال زیاد خراب شده است. وزارت کشاورزی ایالات متحده اشاره کرده که مرغ خام را تنها می‌توان یک تا دو روز پیش از فاسد شدن در یخچال نگهداری کرد.

آن وزارتخانه توصیه می‌کند حتی پس از پختن مرغ نیز آن را ظرف مدت چهار مصرف کنید. طيور به طور خاص مستعد آلوده شدن به سالمونلا هستند، زیرا چگالی کم تری در مقایسه با گوشت قرمز مانند گوشت گاو دارند وضعیتی که ورود باکتری‌ها به داخل آن‌ها را راحت‌تر می‌سازد.

۵- برنج پخته شده
اگرچه برنج را می‌توان ماه‌ها در قفسه نگهداری کرد، اما اگر پخته شود پیش از فاسد شدن تنها یک روز می‌توان آن را در یخچال نگه داشت. این بدان خاطر است که برنج مستعد رشد باکتری‌های تشکیل دهنده هاگ باسیلوس سرئوس است که معمولاً در مواد غذایی خام و فرآوری نشده مانند سیب زمینی، نخود، لوبیا و برخی ادویه‌ها یافت می‌شود. این باکتری به طور خاص در برنج یا سایر دانه‌هایی که در دمای اتاق قرار دارند رشد می‌کند اگرچه در برنج باقی مانده که در دمای مناسب نگهداری می‌شوند نیز می‌تواند وجود داشته باشد. دکتر بریگمن می‌گوید:پختن نمی‌تواند هاگ‌ها را از بین ببرد بنابراین، اگر برنج یا پاستای پخته شده را در دمای اتاق بگذارید هاگ‌ها می‌توانند به سرعت تکثیر شوند و مقدار قابل توجهی سم تولید کنند.

«اب»تکار

دوربین آتر مچیک ۱۶ احتمالاً به سنسور ۱ اینچی مجهز خواهد شد

آتر در پرچمدار موردانتظار از سیستم دوربین قدرتمندی استفاده خواهد کرد که قادر است تصاویر باکیفیتی را ثبت کند.

آتر در حال آماده‌سازی برای معرفی نسل جدید سری پرچمدار خود موسوم به سری مچیک ۶ است که احتمالاً در ماه ژانویه سال آینده معرفی خواهد شد. حالا به تازگی جزئیات جدیدی پیرامون سیستم دوربین این سری پرچمدار منتشر شده که خبر از دوربین یک اینچی، سنسور تله‌فوتو ۱۶۰ مگاپیکسلی و دوربین سلفی با قابلیت تشخیص چهره ۳ بعدی می‌دهند.

افشاگری شناخته‌شده به نام Digital Chat Station با انتشار پستی در شبکه اجتماعی چینی Weibo ادعا کرده که آتر مچیک ۶ از یک سنسور OV5۰H، یک سنسور OV5۰K و سنسور پریسکوپ ۱۶۰ مگاپیکسلی بهره خواهد برد.

دوربین OV5۰H یک سنسور ۱٫۳/۱ اینچی است در حالی که شایعات ادعان داشته‌اند OV5۰K از سنسور ۱ اینچی و یا ۱٫۳/۱ اینچی بهره می‌برد. جدا از تفاوت در آنچه گزارش‌های غیر رسمی ادعا کرده‌اند، سنسور OV5۰K از فناوری LOFIC بهره خواهد برد که قابلیت مشابه یک سنسور انباشته را به همراه دارد. فناوری شبیه به LOFIC را قبلاً در گوشی‌هایی مانند اکسپریا ۱ مارک ۵ و وان پلاس اوپن دیده‌ایم.

افشاگر DCS ادعا کرده که دوربین اصلی اصلی آتر مچیک ۶ (سنسور OV5۰K یا سنسور OV5۰H) از قابلیت گشودگی دیافراگم متغیر برای کنترل میزان نور ورودی به سنسور بهره خواهد برد. به لطف این ویژگی پیشرفته، دوربین می‌تواند در شرایط نوری مناسب تصاویر باکیفیت ثبت کند. با ضعیف شدن شرایط نوری، آتر مچیک ۶ همچنان قادر خواهد بود که تصاویر روشن‌تر با نویز کمتر را در اختیار کاربران قرار دهد.

در ادامه گزارش خود، این افشاگر اعلام کرده که دوربین سلفی آتر مچیک ۶ از قابلیت تشخیص چهره سه بعدی TOF پشتیبانی خواهد کرد. همچنین افشاگر DCS ادعان داشته که آتر مچیک ۶ از قابلیت اتصال ماهواره‌ای نیز بهره خواهد برد که موضوع جدیدی نیست چرا که لیست ۳C اخیراً وجود این قابلیت را در مچیک ۶ پرو تایید کرد.



ماشین بازی

نیسان نوت فیس لیفت ۲۰۲۴ با قیمت ۱۶ هزار دلار معرفی شد



نیسان از نسخه فیس لیفت شده نوت ۲۰۲۴ با قیمت حدود ۱۶ هزار دلار رونمایی کرد. برخی خودروسازان هنوز هم مشغول تولید خودروهای سواری برای افرادی هستند که علاقه‌ای به شاسی بلندها ندارند. نیسان جزو همین

تازه‌های علمی

ربات تسلا شبیه به ایلان ماسک می‌رقصد!

ایلان ماسک به تازگی فیلمی از آخرین نسخه‌ی ربات انسان‌نمای شرکت تسلا به نام «اِپتیموس» منتشر کرده است. به گزارش ایستا و به نقل از نیواپلس، ربات اپتیموس ژن ۲، ۱۰ کیلوگرم (۲۲ پوند) سبکتر، ۳۰ درصد سریع‌تر، بسیار انعطاف‌پذیرتر و توانمندتر است و نحوه حرکت آن بسیار شبیه‌تر به انسان به نظر می‌رسد. همچنین دست‌ها و پا‌های جدیدی دارد و از برخی از ویژگی‌های حرکتی ایلان ماسک تقلید می‌کند. کمی پیش از دو سال از زمانی که ماسک برای اولین بار اعلام کرد که این شرکت با به عرصه ربات‌های انسان‌نما می‌گذارد، گذشته است. تسلا نمونه‌های اولیه کاربردی داشت و به سرعت در حال کار بود. در ماه مارس سال جاری، این شرکت یک ربات کاملاً جدید اپتیموس ارائه کرد و برخی از قابلیت‌های چشمگیر آن را نشان داد. و تقریباً ۱۰ ماه بعد، اپتیموس ژن ۲ کاملاً جدید پا به عرصه گذاشت. ربات ژن ۲ دارای دو درجه آزادی در گردن، لوازم الکترونیکی و سیم‌کشی یکپارچه و پای شبیه به انسان با بخش‌های مفصلی انگشتان پا و حسگرهای نیروگشتاور است. همچنین این ربات با ۱۱ درجه آزادی حرکت، محرک‌های سریع‌تر و حسگرهای لمسی بر روی تمام انگشتان دست، امکان گرفتن ماهرانه‌تر اشیاء را دارد. این ربات بسیار ساده‌تر و انسان‌نما تر به نظر می‌رسد، بسیار نرم‌تر حرکت می‌کند، تعادل بهتری دارد و بهتر راه می‌رود.

اپتیموس با بدنه سفید جدید خود بیشتر شبیه به خودروهای مدل S تسلا به نظر می‌رسد در حالی که مدل قبلی ظاهری فلزی شبیه به سایبرتراک داشت. این ربات ۱۰ درصد سبک‌تر است و همانطور که در فیلم زیر مشاهده می‌کنید، توانایی انجام حرکات نمایشی مانند ایلان ماسک را به دست آورده است! این یک ربات جدید چشمگیر است که سرعت توسعه سخت‌افزار آن بسیار زیاد بوده است، اگرچه ربات تسلا هنوز از نظر حرکات نمایشی و توانایی از بوستون داینامیکس و ربات اطلس آن عقب‌تر است. اما ربات اطلس برای تولید انبوه طراحی نشده است در حالی که ماسک و تسلا خود را در این بخش ثابت کرده‌اند. در واقع، اطلس در این مرحله صرفاً یک پلتفرم تحقیقاتی است، در حالی که تسلا و بسیاری دیگر ربات‌های انسان‌نما را برای حضور به عنوان نیروی کار آماده می‌کنند. اگرچه سخت‌افزار جدید ربات تسلا خیره‌کننده به نظر می‌رسد اما سخت‌افزار احتمالاً کم‌اهمیت‌ترین بخش در اینجاست. کاری که سازندگان ربات‌های انسان‌نما باید انجام دهند این است که ربات‌های خود را در حال انجام کار واقعی، در دنیای واقعی، به شیوه‌ای قابل تکرار، قابل اعتماد و انعطاف‌پذیر نشان دهند. آن وقت است که آنها وارد عمل می‌شوند و دنیا را تغییر می‌دهند. در انتهای ویدئوی منتشر شده ربات اپتیموس یک سری حرکات رقص انجام می‌دهد که یادآور حرکات ایلان ماسک در مراسم‌های



رونمایی خودروهای شرکت تسلا است. هنگام معرفی اپتیموس گفت که این ربات روزی به انجام کارهای خطرناک، تکراری و خسته‌کننده خواهد پرداخت. او همچنین در مورد این ربات گفته است که اپتیموس در نهایت ارزش بیشتری نسبت به تجارت خودرو خواهد داشت.

ویترین

«شب یلدا»ی احمد رضا احمدی چاپ دومی شد



کتاب «شب یلدا» نوشته احمدرضا احمدی توسط کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان به چاپ دوم رسید. به گزارش مهر، همزمان با شب چله، کتاب «شب یلدا» نوشته احمدرضا احمدی و تصویرگری محمدعلی بنی‌اسدی به‌تازگی در آستانه شب یلدا توسط کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان به چاپ دوم رسیده است. چاپ اول این کتاب سال ۱۳۹۶ منتشر شده بود. شب یلدا، داستان نوجوانی است که در این شب به خواب می‌رود و در خواب دنیاهای متفاوتی را تجربه می‌کند. او در این روایت‌ها با افراد مختلف زندگی‌اش روبرو می‌شود و هر بار به کشف و مگاشفه‌ای دست می‌زند. در بخشی از این کتاب می‌خوانیم: «گل شدم. گل لادن، گل داودی، گل میخک، گل بنفشه، گل اطلسی، گل لاله، گل شبپوری، گل نسترن، گل ارغوان، گل شقایق و... گل شدم... با رنگ‌های گوناگون، با شکل‌های مختلف و عطرهاى گوناگون...» احمدی در این کتاب برداشت آزادی از شب یلدا داشته و در روایت خود ماجراها را به مفهوم اصلی این شب یعنی پایان تاریکی گره زده است. این کتاب مناسب گروه سنی بالای ۱۲ سال (نونهال) است و چاپ دومش با قیمت ۷۰ هزار تومان عرضه شده است.