



عکس: محمد عطایی / ایرنا

مزرعه عروسک‌ها

۷ خوراکی ناسالم برای سلامتی



با توجه به اینکه هر فرد غذای مورد علاقه و ذائقه منحصر به خود را دارد، باید به این نکته توجه داشت که بعضی از مواد غذایی سالم‌تر از سایرین و برخی کاملاً ناسالم هستند. هر چند که ترک مصرف غذاهای ناسالم (اعم از غذاهای شور، چرب و پرکالری) به دلیل طعم دلپذیر آن‌ها شاید سخت باشد، اما برای داشتن یک بدن سالم نباید به خوردن چنین غذاهایی عادت کرد.

در ادامه به چند مورد از این خوراکی‌های خوشمزه اما مضر اشاره می‌شود:

۱) نوشابه‌های رژیمی

تقریباً تمام نوشابه‌های رژیمی حاوی آسپارتام هستند. آسپارتام نوعی شیرین‌کننده مصنوعی در نوشابه است. از عوارض مصرف آسپارتام می‌توان به افزایش سطح گلوکز، ابتلا به بیماری کبد چرب، دیابت و حتی افزایش خطر ابتلا به سرطان اشاره کرد.

۲) سرخ‌کردنی‌ها

مصرف غذاهای سرخ‌کرده، احتمال بروز دیابت نوع ۲، بیماری‌های قلبی و چاقی را افزایش می‌دهد. همچنین مصرف این غذاها با فشار خون بالا، کاهش کلسترول خوب و چاقی در ارتباط است.

۳) فست قود

شاید راحت‌ترین و لذیذترین غذاهای روی زمین همین فست فودها باشند، اما باید بدانید که این گروه غذایی و سوسه‌انگیز سرشار از سدیم و چربی اشباع‌شده است که آن را به یکی از ناسالم‌ترین خوراکی‌ها تبدیل می‌کند. اگر عاشق فست فود هستید، بدون تعارف باید منتظر بیماری قلبی، دیابت و چاقی باشید.

۴) سس مایونز

مایونز خوشمزه است، اما باید بدانید این چاشنی حاوی مقدار بسیار زیادی چربی در هر وعده است. همچنین مقدار زیادی کلسترول و چربی نیز در این ماده غذایی وجود دارد و مصرف زیاد آن، بروز سنگ صفرا، افزایش وزن، ناراحتی کبدی، آلرژی، چرب شدن سریع پوست و مو و گرفتگی عروق را در بر دارد.

۵) میوه خشک شده

برای تازه نگه داشتن میوه‌های خشک، از ماده‌ای به نام سولفیت استفاده می‌شود. استفاده از مشتقات سولفیدی برای افرادی که از بیماری آسم رنج می‌برند، بسیار مضر است و ممکن است افراد را دچار آلرژی و حساسیت‌های مزمن کند. همچنین شکر و قند موجود در میوه‌های خشک، عوارضی مانند مشکلات قلبی و عروقی، دیابت و اضافه وزن را در پی خواهد داشت.

۶) مربا

مربا اگرچه می‌تواند به تنظیم قند خون شما کمک کند، اما نباید منبع اصلی تأمین قند و فیبر شما باشد، چرا که متشکل از سکرالوز (نوعی شیرین‌کننده مصنوعی) است. همچنین مربا به دلیل شکر زیادی که دارد، از کالری بالایی برخوردار است و منجر به چاقی و اضافه وزن می‌گردد. شکر یکی از مواد مصرفی مخرب است که در طولانی مدت می‌تواند سبب ابتلا به بیماری‌های مختلفی همچون دیابت شود.

۷) آدامس

عادات غیرطبیعی، مانند جویدن آدامس می‌تواند باعث اختلالات فکی شود. جویدن مداوم آدامس به مفاصل، ماهیچه‌ها و دندان‌ها فشار زیادی وارد می‌کند که منجر به استرس بیش از حد، عدم تعادل و ناهماهنگی می‌شود. همچنین در حین جویدن آدامس، مقدار زیادی نیز هوا بلعیده می‌شود که نفخ، دردهای شکمی و حتی سندرم روده تحریک پذیر را در بر دارد.

«اب»تکار

گوشی جدید ویوو نمایشگر بزرگ و باتری حجیم را به همراه خواهد داشت

به تازگی مشخصات فنی گوشی ویوو ۷۳۰e لو رفته که خبر از تراشه کوالکام، باتری حجیم و سنسور IMX۸۸۲ سونی می‌دهند.

ویوو ظاهراً به زودی مدل جدیدی از سری ویوو ۷۳۰e را روانه بازار می‌کند که ویوو ۷۳۰e نام دارد و چهارمین نسخه این سری محسوب می‌شود. در حال حاضر، سری ویوو ۷۳۰e شامل سه مدل به نام‌های ویوو ۷۳۰e، ویوو ۷۳۰e پرو و ویوو ۷۳۰e لایت می‌شود.

هفته گذشته، تصویری از جعبه فروش ویوو ۷۳۰e در دسترس کاربران قرار گرفت که خبر از عرضه آن در آینده‌ای نزدیک می‌دهد. حالا نیز به تازگی وبسایت ۹۱Mobiles بخشی از مشخصات فنی این گوشی را به اشتراک گذاشته است.

طبق گزارش این وبسایت، ویوو ۷۳۰e به نمایشگر امولد ۶٫۷۸ اینچی با لبه‌های خمیده مجهز خواهد شد که از رزولوشن تصویر فول اچدی پلاس و نرخ نوسازی ۱۲۰ هرتزی پشتیبانی می‌کند.

سخت‌افزار گوشی جدید ویوو تراشه اسنپدراگون ۶ نسل یک خواهد بود. اوایل سال جاری میلادی نیز ویوو ۷۳۰e با شناسه مدل ۷۳۳۹۷ و تراشه اسنپدراگون ۶ نسل یک در گیک‌بنچ ثبت شد. پایگاه اطلاعاتی گیک‌بنچ همچنین تایید کرده که این گوشی با حافظه رم ۸ گیگابایتی همراه خواهد شد. به علاوه، شایعه شده که ویوو ۷۳۰e از حافظه داخلی ۲۵۶ گیگابایتی بهره خواهد برد.

یکی از ویژگی‌های مهم گوشی ویوو ۷۳۰e باتری حجیم ۵۵۰۰ میلی‌آمپر ساعتی آن خواهد بود که احتمالاً از شارژ ۴۵ وات پشتیبانی خواهد کرد. همچنین وبسایت ۹۱Mobiles گزارش کرده که ویوو ۷۳۰e به نازک‌ترین گوشی بازار با باتری ۵۵۰۰ میلی‌آمپر ساعتی بدل خواهد شد.

سیستم دوربین ویوو ۷۳۰e احتمالاً شامل سنسور اصلی IMX۸۸۲ سونی خواهد بود که از قابلیت لرزشگیر اپتیکال برخوردار خواهد شد. متأسفانه در این گزارش هیچ اشاره‌ای به جزئیات فنی دیگر دوربین‌های گوشی ویوو نشده است. در حال حاضر، اطلاعات مرتبط به برجسته قیمتی و زمان عرضه ویوو ۷۳۰e مشخص نشده است. البته با توجه به انتشار تصویر جعبه فروش این گوشی، انتظار داریم که محصول جدید ویوو در طی ماه جاری و یا ماه آینده معرفی شود.

ماشین

بازی

معرفی مازراتی گرن کابریو فولگوره، کانورتیبل برقی با ۸۳۰ اسب بخار قدرت



مازراتی گرن کابریو فولگوره، کانورتیبل برقی باشکوهی است که

نسخه رولار گرن توریسمو فولگوره محسوب می‌شود و در قوای محرکه

و بسیاری از دیگر قسمت‌ها با آن اشتراک دارد.

برجسته‌ترین ویژگی گرن کابریو فولگوره سقف پارچه‌ای جمع شونده

است که تا سرعت ۵۰ کیلومتر بر ساعت ظرف ۱۴ ثانیه باز یا بسته

می‌شود. این سقف در پنج رنگ مختلف مثل آبی و خاکستری قابل

انتخاب خواهد بود. برای این ماشین همچنین رنگ‌های ۲۰ یا ۲۱ اینچی هم

هم ارائه می‌شود که امکان سفارش لاستیک‌هایی با مقاومت غلظتی

کم هم برای آن‌ها وجود دارد.

در داخل خودرو خریداران از صفحه امپر دیجیتال ۱۲٫۲ اینچی،

نمایشگر اطلاعاتی-سرگرمی ۱۲٫۳ اینچی و صفحه‌نمایش ۸٫۸ اینچی در

پایین بهره‌مند می‌شوند که با گریلیک D شکل با گرم‌کن و شیفترهای

آلومینیومی همراه است. ازجمله دیگر ویژگی‌های داخلی برجسته

گرن کابریو فولگوره هم می‌توان به گرم‌کن گردن، سیستم صوتی

Sonus faber و ساعت دیجیتال اشاره کرد که سه طرح مختلف دارد

می‌تواند قطب‌نما، کرومتر و G متر را هم نشان دهد. همچنین کابین

خودرو قابلیت سفارشی‌سازی بالایی دارد و می‌تواند با موارد پایداری

مثل اکونیاپل پوشیده شود. این یک نابولن بازیافتی است که از چیزهایی

مثل فرش‌ها و توره‌های ماهگیری بازیافتی ساخته می‌شود.

مثل نسخه کوپه، در اینجا هم شاهد سه موتور الکتریکی هستیم که

یکی در جلو و دوتای دیگر در عقب نصب شده و سامانه چهارچرخ

محرك را فراهم می‌کنند. حداکثر خروجی این موتورها در حالت

مکس‌پوست به ۸۳۰ اسب بخار قدرت و ۱۳۵۰ نیوتن متر گشتاور

می‌رسد اما این رقم در حالت استاندارد ۷۵۰ اسب بخار خواهد بود. به

لطف این نیرو، گرن کابریو فولگوره ظرف ۲٫۸ ثانیه از صفر به سرعت

می‌رسد و می‌تواند به حداکثر سرعت ۲۹۰ کیلومتر بر ساعت دست

پیدا کند. به لطف یک پکیج باتری ۹۲٫۵ کیلووات ساعتی نیز خودرو

می‌تواند با هر بار شارژ کامل بین ۴۲۰ تا ۴۵۰ کیلومتر را طی کند.

این کانورتیبل برقی از قابلیت شارژ سریع ۲۷۰ کیلوواتی هم بهره

می‌برد که با تنها پنج دقیقه شارژ می‌تواند امکان پیمودن تا ۱۰۰

کیلومتر را فراهم کند. این شارژر سریع همچنین ظرف ۱۸ دقیقه

باطری‌ها را از ۲۰ تا ۸۰ درصد شارژ می‌کند. مازراتی برای این خودرو

پنج حالت رانندگی مختلف بنام‌های GT، اسپرت، کورسا و مکس

رنج را در نظر گرفته است که GT حالت پیش‌فرض است و تجربه

رانندگی سنتی یک گرند تورر را فراهم می‌کند. از سوی دیگر، کورسا

افراطی‌ترین حالت است و قدرت کامل موتورهای الکتریکی را در

اختیار راننده قرار می‌دهد.

مازراتی گرن کابریو فولگوره سال آینده وارد بازار ایالات‌متحده خواهد

شد و قطعاً قیمت گرانی خواهد داشت زیرا قیمت نسخه بنزینی تروفئو

از ۲۰۳ هزار دلار آغاز می‌شود.

وینترین

جلد دوم «شهر شکل‌ها» منتشر شد

جلد دوم کتاب «شهر شکل‌ها» با عنوان «کتابخانه دایره» نوشته مونا جوان با تصویرگری لایلا حیدری توسط انتشارات کتاب چمکران منتشر و راهی بازار نشر شد.

به گزارش مهر، جلد دوم کتاب «شهر شکل‌ها» با عنوان «کتابخانه دایره» نوشته مونا جوان به تازگی با تصویرگری لایلا حیدری توسط انتشارات کتاب چمکران منتشر و روانه بازار نشر شده است.

جلد دوم کتاب «شهر شکل‌ها» ماجراهای آقای دایره و کتابخانه گردی‌اش است. مخاطب با آقای دایره همراه می‌شود تا جایی که هنوز آقای دایره به کتابخانه‌اش نرسیده و ناگهان می‌بیند میخ‌های نجار شهرشان تمام شده، ما هم دلمان می‌گیرد و دنبال راه چاره می‌گردیم.

شهر شکل‌ها صبر و بردباری، همکاری و همدلی و حتی حل مساله و چاره‌اندیشی را به فرزندان ما می‌آموزد.

در بخشی از این کتاب: دایره و بیضی با کمک هم خیلی زود کار چیدن کیوی‌ها را تمام کردند. بیضی از کمک دوستش، دایره، شادمان بود. برای تشکر به او یک سبد بزرگ کیوی داد...

این کتاب با ۲۴ صفحه و قیمت ۶۵ هزارتومان عرضه شده است.

آگهی دعوت سهامداران به تشکیل مجمع عمومی فوق العاده

بدینوسیله از کلیه سهامداران شرکت فراورده های غذائی وقتند یاسوج (سهامی خاص)

به شماره ثبت ۵۵۷۳ و شناسه ملی ۱۰۱۰۰۹۵۳۸۲۶ با نمایندگان قانونی آنها (با در دست

داشتن برگ نمایندگی) دعوت می شود تا در جلسه مجمع عمومی فوق العاده که در

ساعت ۱۰ صبح روز دوشنبه مورخه ۱۴۰۳/۲/۱۰ به آدرس تهران خیابان فاطمی خیابان

پروین اعتصامی پلاک ۷۲ واحد ۱ کد پستی ۱۴۱۳۷۴۴۵۴۴ تشکیل می گردد حضور

بهمراه رسانند.

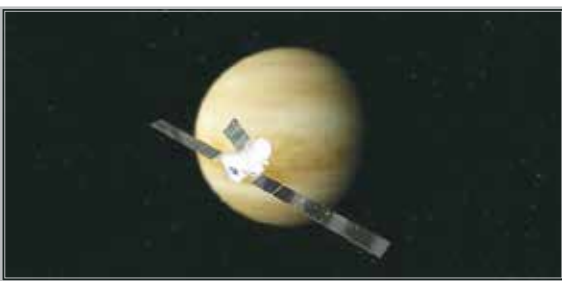
دستور جلسه :

افزایش سرمایه از مبلغ ۱۰۰۰۰۰۰ ریال به ۱۰۰۰۰۰۰۰ ریال

سایر مواردی که در تصویب مجمع عمومی فوق العاده می باشد.

هیات مدیره شرکت

از سیاره زهره کرین و اکسیژن نشت می کند



نیترژون و سایر گازهای کمیاب را نیز در خود جای داده است. دانشمندان پیش

از این مقادیر اندکی از اکسیژن موجود در سمت شب زهره را کشف کرده‌اند و در

ماه نوامبر گذشته، گروه دیگری از محققان این مولکول را در سمت روز سیاره نیز

شناسایی کردند. گروه دوم به این نتیجه رسیدند که غلظت اکسیژن زهره همزمان

با کاهش تابش خورشیدی کاهش می‌یابد. دومینیک دلکورت (Dominique Delcourt)، یکی از نویسندگان این مطالعه، که محقق آزمایشگاه فیزیک پلاسما

نیز هست، می‌گوید: بررسی از دست دادن این مولکول‌ها و مکانیسم‌های فرار

آنها برای درک چگونگی تکامل جو سیاره و چگونگی از دست دادن تمام آن

بسیار مهم است. بیبی کلمبو به پایان سفر هفت ساله خود نزدیک می‌شود و

انتظار می‌رود در اواخر سال ۲۰۲۵ به عطارد برسد. در همین حال، ناوگانی از

بازدیدکنندگان رباتیک قرار است در دهه آینده از زهره بازدید کنند. فضاییمای

انویزن (Envision) اروپا قصد دارد در سال ۲۰۳۱ پرتاب شود، در حالی که ماموریت فضاییمای داوینچی ناسا که در ابتدا برای پرتاب در سال ۲۰۲۹ برنامه‌ریزی شده بود، تا سال ۲۰۳۱ به تعویق افتاده است.

این تحقیق در مقاله‌ای که روز جمعه (۱۲ آوریل) در مجله Nature Astronomy منتشر شد، توضیح داده شده است.

تازه‌های

علمی

بر اساس داده‌های کاوشگر فضایی «بیپی کلمبو» (BepiColombo) اروپا، گازهای فراوانی از جمله کربن و اکسیژن، از جو زهره خارج می‌شوند. این داده‌ها زمانی به دست آمد که فضاییمای بیپی کلمبو از کنار سیاره زهره گذر کرد و توانست بر دانش ما در مورد مواد خارج شونده از جو همسایه سیاره‌ای ما بیفزاید. این یافته‌ها می‌تواند به دانشمندان کمک کند تا ترکیبات محیطی مغناطیسی شکننده زهره را دسته‌بندی کنند.

به گزارش ایستا، برخلاف زمین، سیاره‌ای با میدان مغناطیسی ذاتی که از جو آن در برابر فرار به اعماق فضا محافظت می‌کند، زهره میدان مغناطیسی پایدار خود را ندارد. علت این است که فضای داخلی سردتر آن نمی‌تواند در اطراف مواد مذاب، چرخش لازم برای ایجاد و حفظ یک میدان مغناطیسی، را داشته باشد. در عوض، برخورد نور خورشید به این گوی کهریابی رنگ، اتم‌های جوی آن را دارای بار می‌کند، که سپس جریان‌های الکتریکی ایجاد می‌شود و یک مغناطیس‌سپهر ناپایدار و وابسته به نور خورشید تولید می‌شود. در ماه اوت سال ۲۰۲۱، کاوشگر بیبی‌کلمبو به مدت ۹۰ دقیقه از میان این مغناطیس کره ضعیف عبور کرد تا سرعت خود را کاهش دهد و مسیر خود را در حالی که به سمت هدف نهایی خود یعنی سیاره عطارد حرکت می‌کرد، تنظیم کند. با این حال، دانشمندان با تجزیه و تحلیل داده‌های بازدید زودگذر این فضاییما، به اطلاعات ارزشمندی در مورد زهره دست یافتند. به نظر می‌رسد که ذرات باردار یا یون‌ها به دلیل نور خورشید که مولکول‌های موجود در اتمسفر را با سرعت بسیار بالایی شتاب می‌دهند، از سیاره فرار می‌کنند. سرعت به اندازه کافی بالا بود که یون‌ها حتی از گرانش سیاره فرار کرده و به فضا سرازیر شوند. لینا حدید (Lina Hadid)، محقق آزمایشگاه فیزیک پلاسما در فرانسه که این تحلیل جدید را رهبری می‌کند، می‌گوید: این‌ها یون‌های سنگینی هستند که معمولاً به کندی حرکت می‌کنند، بنابراین ما هنوز در تلاش برای درک مکانیسم‌های آن هستیم. جو ضخیم و چگمی زهره تحت سلطه دی اکسید کربن است اما مقادیر کمتری