

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: ۸۸۹۷۷۱۰ - ۸۸۹۹۴۰۹
فاکس: ۸۸۹۷۵۷۰۹
سامانه پیامکی: ۳۰۰۰۶۰۰۰۴۰۰۰
ebtekarnews@gmail.com

سازمان آگهی ها:
بلوار آیت الله کاشانی، بین رامین شمالی و کلسنان شمالی، ساختمان فرید، پلاک ۲۵۸، واحد یک
۴۴۰۱۹۸۰۵ - ۴۴۰۱۹۸۰۶ - ۴۴۰۱۹۸۰۷ - ۴۴۰۱۹۸۰۷
سازمان شهرستانها: ۰۹۱۲۳۷۱۷۵۰۳
توزیع: شرکت نشر گستر امروز - - ۶۱۹۳۳۰۰
چاپ: صمیم / ۳-۱۰۸۵۵۸۶۸

پنجشنبه ۳ آبان ۱۴۰۳ / شماره ۵۷۶۰
۲۰ ربیع‌الثانی ۱۴۴۶ - ۱۴ آکتبر ۲۰۲۴
سال بیستم / ۸ صفحه

«اب»تکار

کتاب‌خوان‌های جدید آمازون معرفی شدند

اولین کیندل با نمایشگر رنگی

اولین کیندل آمازون با نمایشگر رنگی بعد از مدت‌ها انتظار از راه رسید. آمازون به‌تازگی چهار مدل جدید از کتاب‌خوان‌های سری کیندل خود را معرفی کرده است. میان این دستگاه‌ها اولین کیندل با نمایشگر رنگی نیز دیده می‌شود. به گزارش ورج، کیندل Colorsoft Signature Edition اولین دستگاه از سری محصولات کیندل آمازون است که نمایشگر رنگی دارد. همچنین نسخه جدید Kindle Scribe برای نوت‌برداری، نمونه جدید و سریع‌تر کیندل پرطرفدار Paperwhite و کیندل ارزان‌قیمت جدیدی نیز ازجمله دیگر دستگاه‌هایی هستند که ارائه رنگ غنی و کاغذمانند برای جلد و متون کاربران با این دستگاه می‌توانند بدون نگرانی از کاهش وضوح پیکسل‌ها، روی تصاویر و متن‌ها زوم کنند. این دستگاه ضدآب است و به امکاناتی مانند ورق‌زدن سریع، شارژ وایرلس و شارژدهی هشت‌هفته‌ای مجهز شده است. قیمت این دستگاه از ۲۷۹ دلار آغاز می‌شود.

دستگاه Kindle Scribe برای کتاب‌خوانی و یادداشت‌برداری طراحی شده است. نرخ پیکسل در هر اینچ در نمایشگر این دستگاه ۳۰۰ است و لبه‌های سفید در نظر گرفته‌شده نیز حس نوشتن را کاغذ را به کاربر ارائه می‌کند. آمازون می‌گوید این کیندل می‌تواند اولین تجربه کتاب‌نویسی را به کاربران عرضه کند. با استفاده از قابلیت Active Canvas می‌توانید یادداشت‌های خود را مستقیم به صفحات کتاب اضافه کنید.

دستگاه Paperwhite جدید از هوش مصنوعی برای خلاصه‌سازی صفحات طولانی بهره می‌برد. قیمت این کیندل از ۳۹۹ دلار آغاز می‌شود. آمازون به‌علاوه ادعا می‌کند نسخه جدید Paperwhite سریع‌ترین کیندلی است که در این شرکت عرضه کرده است. Paperwhite که یکی از پرفروش‌ترین مدل‌های کیندل است، به‌نمایشگری ۱۷ اینچی مجهز بوده و تا ۳ ماه شارژدهی می‌کند. ۱۶ گیگابایت حافظه داخلی نیز در دسترس کاربران قرار دارد. قیمت کیندل Paperwhite از ۱۵۹ دلار آغاز می‌شود. نسخه Signature Edition این دستگاه با ۳۲ گیگ حافظه داخلی، شارژ بی‌سیم و چراغ جلوی قابل‌تنظیم با قیمت ۱۹۹ دلار در دسترس است.

آخرین مدل کیندلی آمازون معرفی کرده، کیندل ارزان‌قیمتی است که ۱۰۹ دلار قیمت دارد. ازجمله قابلیت‌های این کیندل می‌توان به صفحه‌نمایش ۳۰۰ppi مات با قابلیت ورق‌زدن سریع‌تر صفحه و ۱۶ گیگابایت فضای ذخیره‌سازی اشاره کرد.

تازه‌های علمی

داور مسابقات لیگ ربات‌های جنگجو، ساده‌ترین کاربرد این ربات‌ها را در تانک‌های جنگی دانست و گفت: تانک‌های جنگی یک نمونه توسعه یافته از ربات‌های جنگجو هستند و در این لیگ ۱۹ تیم به مدت ۵ دقیقه در مصاف با ربات حریف می‌جنگند. مایز بار حاجی آقا نژاد در گفت‌وگو با ایسنا با اشاره به نحوه رقابت تیم‌های جنگجو در این لیگ، اظهار کرد: هر بازی رقابتی ۵ دقیقه‌ای تعیین شده و در شرایط برابر، بر اساس وزن ربات‌ها و امتیازاتی که در رقابت می‌کنند، تیم‌های برتر انتخاب خواهند شد. وی ربات‌های حاضر در این لیگ را ربات‌های سنگین و سبک وزن دانست و گفت: این رقابت در بخش‌های دانش‌آموزی و دانشجویی است و حداکثر وزن ربات‌های سبک وزن ۳۰ کیلوگرم تعیین شده است. حاجی آقا نژاد با اشاره به نحوه امتیازات تیم‌ها توضیح داد: امتیازات این لیگ به صورت مثبت و منفی و به این صورت است که در بخش امتیازات مثبت شاخص‌هایی در نظر گرفته شد که از جمله آن می‌توان به هول دادن اشاره کرد؛ به این معنی که اگر رباتی، ربات حریف را نیم متر هول دهد، حائز امتیاز مثبت خواهد شد.

سبک زندگی

مواد مغذی موجود در غذا را چطور حفظ کنیم؟

موادغذایی مختلف سرشار از درشت مغذی و ریز مغذی‌ها هستند که نحوه پخت آنها، در حفظ یا از بین بردن آنها اثرگذار است. به گزارش ایسنا، موادغذایی اولیه پیش از پخت غذا تا هنگامی که غذای خوش طعم و بو روی سفره بیاید، تغییرات زیادی در آنها پدیدار می‌شود. عملیاتی که پیش از پختن، روی ماده غذایی انجام می‌شود، مدت زمان پختن غذا، مقدار مایع مورد استفاده برای پختن غذا و مدت زمانی که غذا را داغ نگه می‌دارید یا در هوای آزاد می‌گذارید تا مصرف شود، چهار عاملی هستند که نقش مهمی در کاهش مواد مغذی موثر دارند. برای اینکه غذاها مواد مغذی خود را حفظ کنند، باید این چهار عامل کنترل شوند. اغلب روش‌های پخت غذا، موجب کاهش ویتامین C در ماده غذایی می‌شوند و همچنین طعم و رنگ و مزه ماده غذایی را تغییر می‌دهند که ناشی از واکنش‌های شیمیایی است که درون ماده غذایی رخ می‌دهد. به عنوان یک قانون کلی هر چه در تهیه غذا، آب، زمان و روغن کمتری استفاده شود، مواد مغذی کمتری از بین خواهد رفت.

آب‌پز کردن

به‌طور معمول افرادی که رژیم غذایی دارند، از روش آب‌پز برای پختن مواد غذایی استفاده می‌کنند؛ چون در آن خبری از روغن نیست. در این روش قسمت عمده ماده غذایی وارد آب می‌شود و از رسیدن به بدن بازمی‌ماند. مزیت جوشاندن مواد غذایی آن است که آب دارای گرمای ویژه بالایی است و محیط مناسبی برای انتقال حرارت به مواد غذایی است. در عین حال، جوشاندن روش آسانی برای آشپزی است. هرچه در آب‌پز کردن مواد غذایی از آب بیشتری استفاده شود و زمان جوشاندن افزایش یابد، کاهش عناصر معدنی و ویتامین‌های محلول در آب مواد غذایی بیشتر است.

اگر قرار است سبزی‌ها، سیب‌زمینی و … را به روش آب‌پز پخت تا جایی که امکان دارد آنها را کمتر خرد کرد، حتی بهتر است به صورت درسته پخته شوند؛ چرا که با این کار مواد ویتامینی و املاح معدنی کمتری از آنها جدا شده و از دست می‌رود.

استفاده از مایکروویو

مایکروویو در زندگی کارمندی و کمبود وقت، یک معجزه در آشپزی سریع است. مایکروویو، کوتاه‌ترین زمان ممکن برای پخت غذا را در اختیارتان می‌گذارد.

بخارپز کردن

بخارپز کردن، سالم‌ترین روش پختن غذا است؛ چرا که از دست رفتن مواد مغذی به حداقل میزان ممکن تقلیل می‌یابد. در این روش، مواد غذایی به وسیله بخار آب، آماده خوردن می‌شوند. در این روش چون زمان پخت طولانی است، مقدار ویتامین C که به وسیله حرارت تجزیه می‌شود، زیاد است. دیگ زودپز یکی از وسایل آشپزخانه است که به شما این امکان را می‌دهد که موادغذایی را بخارپز کنید. در دیگ زودپز با استفاده از بخار تحت فشار زیاد، سرعت پخت افزایش می‌یابد. به‌خاطر داشته باشید پس از آنکه دیگ زودپز به حرارت مناسب خود برسد، نیازی به حرارت دادن زیاد نیست و حرارت ملایم هم می‌تواند دمای داخل آن را به طور ثابت بالا نگه دارد. بخارپز کردن برای پخت گوشت قرمز، مرغ، ماهی و سایر گوشت‌ها مناسب است.

سرخ کردن

این روش به دلیل استفاده از چربی و روغن زیاد، خطر چاقی و اضافه وزن را افزایش می‌دهد. سرخ کردن یکی از روش‌های پخت سریع غذا است. زمانی که چربی‌ها حرارت می‌بینند، در آنها عوامل سرطان‌زا پدید می‌آید و با مواد غذایی آمیخته می‌شود. در تفت دادن داخل ماهی‌تابه، شما مواد غذایی را با روغن زیاد به مدت کوتاه و حرارت بالا سرخ می‌کنید. در سرخ کردن معمولی مواد غذایی درون روغن حرارت داده می‌شوند و بدتر از همه سرخ کردن عمیق است که مواد غذایی به طور کامل درون روغن غوطه‌ور می‌شوند. در این روش حرارت بالای روغن سبب از بین رفتن برخی مواد غذایی و افزایش انرژی‌زایی غذا در حجم کم می‌شود.

از آنجایی که روغن کمتری برای سرخ کردن مواد غذایی در ظروف تفلون استفاده می‌شود، برای سرخ کردن غذا مناسب هستند. هر چه روغن کمتری برای سرخ کردن ماده غذایی استفاده کنید، مواد مغذی آن کمتر از بین خواهد رفت.

آرام‌پز کردن

بنابر اعلام دفتر بهبود تغذیه و جامعه‌وزارت بهداشت، پختن مواد غذایی در آب داغ که حرارت آن پایین‌تر از نقطه جوش است را روش «آرام پختن» می‌گویند. تغییراتی که در غذا حین آرام پختن رخ می‌دهد مانند جوشاندن است ولی با سرعت کمتری رخ می‌دهند. در این روش از حرارت پایین‌تری استفاده می‌کنید و غذا قابل هضم‌ترین شکل خود را خواهد داشت. همچنین غذاهای پروتئینی تردتر خواهند شد. چون کاهش ارزش تغذیه‌ای مواد غذایی در این روش بسیار کم می‌شود، این روش برای پختن ماهی مناسب است.



www.ebtekarnews.com

عکس‌نویست



عکس: علی معرف / ایرنا

تخریب کوخه‌های زنده‌گیری پرندگان

آغاز فروش رویای آینده‌در «تسلا» با چاشنی رباتوآکسی وون چندکاره!

(Uber) و «لیفت» (Lyft) افزایش یافته است. افزایشی که معنادار است و نشان می‌دهد که وعده‌های تسلا برای بسیاری از مردم معنادار نیست و انتظار ندارند که تاکسی ربات‌ها بتواند سهمی از بازار تاکسی اینترنتی را به خود اختصاص داده و به سهم دیگر شرکت‌ها ضربه بزند. البته تغییرات رقم خورده در سهام این بازار رقابتی، بی دلیل هم نیست و به ویژه اگر بدانیم ایلان ماسک برخلاف انتظارها هرگز از اپلیکیشنی که گفته می‌شد بر پایه هوش مصنوعی کار خواهد کرد و قرار است این تاکسی‌های خودران را شبکه کند و به کار بگیرد، نزد و همچنین تأکید کرد که تنها امکان به کارگیری از این خودروهای نسل آینده تنها در دو ایالت کالیفرنیا و نگزاس فراهم است.

علاوه بر این موارد که نشان می‌دهد آینده ترسیم شده فعلا امکان ارائه به شمار محدودی از شهروندان ساکن آمریکا دارد، مساله قیمت این خودروها هم مطرح است که تا همینجا هم از وعده‌های قبلی بالاتر رفته و با نا توجه به تجربه سایبرتراک که در نهایت گران‌تر از قیمت‌های اعلام شده به مشتریان عرضه شد، دور از انتظار نیست که بار دیگر افزایش پیدا کند و از ۳۰ هزار دلار فراتر برود.

به همه این موارد، نقش آفرینی گسترده چین در عرضه خودروهای برقی در جهان با قیمت بسیار نازل‌تر را هم باید افزود که مقامات آمریکارا برقیه کمتر تعجب برانگیزی برای مردم دارد، خودروی دو دری است که تنها دو صندلی دارد و، چون خودران و تمام اتوماتیک است، می‌تواند دو سرنشین را جابجا کند و در نتیجه پلتفرمی بسیار جذاب برای تبدیل شدن به تاکسی محسوب می‌شود.

این ایده بنیادین عرضه این پلتفرم کوچک و خودران است؛ رباتوآکسی یا تاکسی رباتیک (robotaxi) که قرار است از سال ۲۰۲۶ میلادی و با قیمت کمتر از ۳۰ هزار دلار به بازار عرضه شود و در کنار آن یک طرح جدید و پروتوتایپ از خودروی ون چندکاره (robovan) هم عرضه شود که می‌تواند ۲۰ سرنشین را جابجا کرده و یا به کار امور دیگری مانند تعصیرات سیار هم بیاید.

نقطه اوج این نمایش هالیوودی، ربات‌های انسان نمایی بودند که با آهنگ حرکات موزون می‌گردند و پذیرایی از حضار را بر عهده دار بودند و قرار است یکی از کارکردهایشان، به کارگیری در سرویس دادن به مسافران ون‌ها مثل جابجایی بار ایشان یا حتی استفاده از آنها به عنوان تعمیرکار در ون‌هایی باشد که ارائه سرویس به شبکه این خودروهای خودران را عهده دار است.

نمایش تمام عیاری از آینده که البته نتوانسته انتظارا را برآورده کند؛ این را کاهش ارزش سهام تسلا نشان می‌دهد که مدتی است ادامه دارد و جالب اینکه در این مدت، ارزش سهام امثال تاکسی اینترنتی «اوبر»

وبتدین

«تبسم کلارا» در کتابفروشی‌ها



کتاب «تبسم کلارا» نوشته نرگس سادات مظلومی توسط انتشارات سوره مهر منتشر و راهی بازار نشر شد.

به گزارش مهر، کتاب «تبسم کلارا» نوشته نرگس سادات مظلومی به تازگی توسط انتشارات سوره مهر منتشر و روانه بازار نشر شده است. این کتاب خاطرات سال‌ها فعالیت فاطمه خطیب در «خبریه مردمی اتفاق»، زیر شاخه «اتحادیه بین‌المللی امت واحده» است. «اتفاق» به عنوان یک خبریه، خدمت‌رسانی خود را به وسعت این عالم گسترش داده و از زمان تولدش طرح‌های مختلفی مانند مسابقات بین‌المللی تبسم، توزیع سلهای غذایی، راه‌اندازی مدارس در قاره‌های مختلف برای محرومان با هر دین و مذهب و آیین، کمک به یتیم‌خانه‌ها در قاره آفریقا و کارهایی از این دست را در کارنامه کاری خود ثبت کرده است. «اتفاق» همچنان فعالیت های متنوع و اثرگذارش را ادامه خود در این سال‌ها گفته‌اند. ضمن این‌که نویسنده می‌دهد و هم‌اکنون با نام به «رنگ زیتون» دستگیر محرومان جهان در کشورهای مختلف است.

«تبسم کلارا» در پنج بخش و ده فصل نگارش شده و صفحات پایانی با عنوان «او امروز» مجموعه فعالیت‌ها و فراخوان‌ها گم شود. این فعالیت‌های روزها روایت می‌کند. علاوه بر فاطمه خطیب، سنامه افشاری و الهام علی‌کبری به عنوان اصلی‌ترین همراهان مجموعه اتفاق از تجربیات خود در این سال‌ها گفته‌اند. ضمن این‌که نویسنده در بخش‌هایی از کتاب به سراغ مادر فاطمه خطیب رفته تا روایت‌های کتاب را تکمیل کند.

مظلومی در مقدمه کتاب آورده است: «برای تدوین کتاب، فعالیت‌های خبریه را از زمان تأسیس شروع کردم تا سال ۱۴۰۰. برای تنظیم و فصل‌بندی هم بعد از بررسی فراوان و مشورت‌های مختلف به این نتیجه رسیدم بهترین الگوی نگارش این روایت سیر زمانی مصاحبه‌هاست. ولی حیقم می‌آید راه‌اندازی مدرسه شیشوملا و کمک به فعالیت‌خانه کلارا و برگزاری مسابقات تبسم بین دیگر فعالیت‌ها و فراخوان‌ها گم شود. این فعالیت‌های بسیار شاخصی که پر از حرف و مطلب و تجربه بود، باید عمیق‌تر روایت می‌شد؛ پس تصمیم گرفتم هرکدام از این‌ها در فصل جداگانه‌ای بیاید و به‌قول معروف حقیق ادا شود. نهایتاً در فصل دوم به رشد خبریه را بنویسم تا برای مخاطبانی که قصد فعالیت‌های این‌چنینی دارند، انتقال تجربه‌ای باشد آموزنده و واقع‌گرایانه.»

این کتاب با ۲۲۴ صفحه، شمارگان ۳۰۰ نسخه و قیمت ۲۹۰ هزار تومان عرضه شده است.

آخر ابتکار