

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: ۳۰۰۰۶۰۰۴۰۴۰۰۰
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 - ۴۴۰۱۹۸۰۷۰۹۱۳۲۷۱۵۳۰۳
سازمان شهرستان‌ها: ۰۹۱۳۲۷۱۵۳۰۳
توزیع: شرکت نشرگستر امروز - ۶۱۹۳۳۰۰۰
چاپ: صمیم / ۳-۱۰۶۸۵۸۶۵

پنجشنبه / دی ۱۴۰۳ / شماره ۵۸۱۱

۲۴ جمادی‌الثانی ۱۴۴۶ - ۲۶ دسامبر ۲۰۲۴

سال بیستم / ۸ صفحه

«اب»تکار

مک‌بوک ایر M۴ زودتر از آیفون SE ۲ عرضه می‌شود



اپل احتمالاً تا اواخر اسفند امسال در بیانیه مطبوعاتی از مک‌بوک ایر M۴ رونمایی خواهد کرد. طبق گزارش‌های قبلی، احتمالاً نیمه اول ۲۰۲۵ اپل از محصولات مختلفی رونمایی خواهد کرد. انتظار می‌رود در ۶ ماه آینده سری جدید مک‌بوک ایر M۴، اپل آیفون ۴ SE، ایرتگ ۲ و مدل‌های جدید آپید ایر از راه برسند.

براساس پست جدید «مارک گرمن»، خبرنگار بلومبرگ در ایکس، آپید ۱۱، آیفون SE ۴ و مدل‌های جدید آپید ایر بهار ۲۰۲۵ عرضه خواهند شد. همچنین او می‌گوید مدل‌های جدید مک‌بوک ایر ۱۳ و ۱۵ اینچی با تراشه M۴ «زودتر» از آیفون SE ۴ و آپید ۱۱ عرضه می‌شوند اما هنوز زمان دقیق آن مشخص نیست.

به نظر می‌رسد اپل مدل‌های جدید مک‌بوک ایر را بین ژانویه تا مارس (تقریباً از اول بهمن تا آخر اسفند) در بیانیه مطبوعاتی در وب‌سایتش معرفی کند. البته سایر دستگاه‌ها مانند آیفون SE ۴ طبق معمول در رویداد بهاری اپل در مارس یا آوریل (فروردین یا اردیبهشت) رونمایی می‌شوند؛ به‌عبارت‌دیگر، اپل ممکن است مدل‌های جدید مک‌بوک ایر را زودتر از موعد هر سال عرضه کند. به احتمال زیاد، اپل هیچ تغییر عمده‌ای در طراحی مک‌بوک ایرهای جدید اعمال نخواهد کرد و فقط تراشه M۴ و ارتقایهای جزئی دیگر را ارائه می‌کند. مانند مک‌بوک پرو M۴، مک‌بوک ایر جدید احتمالاً به قابلیت دوربین Center Stage مجهز می‌شود و از پورت تاندربولت ۳ به تاندربولت ۴ ارتقا می‌یابد.

اپل چند ماه پیش از آی‌مک، مک‌بوک پرو و مک مینی با تراشه M۴ رونمایی کرد. نتایج Geekbench نشان داد تراشه M۴ از نظر عملکرد CPU چندهسته‌ای تا حدود ۲۵ درصد سریع‌تر از تراشه M۳ است.

یکی دیگر از محصولات اپل که انتظار عرضه آن را داریم، آیفون ۴ SE است. شایعات حاکی از آن است که نسل چهارم آیفون SE صفحه‌نمایش ۶٫۱ اینچی OLED خواهد داشت که نسبت به نمایشگر ۴٫۷ اینچی مدل ۲۰۲۲ ارتقا قابل‌توجهی است. افزایش اندازه نمایشگر به لطف حذف دکمه هوم خواهد بود و گوشی جدید احتمالاً به‌جای تاج آیدی از فیس آیدی بهره خواهد برد.

تازه‌های علمی

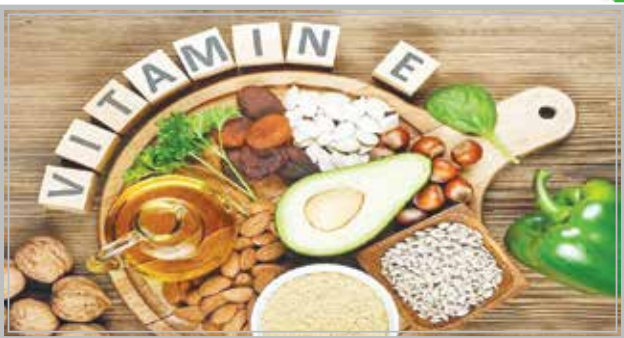
تلسکوپ فضایی جیمز وب کشف کرده است که یک سیارک-دنباله‌دار به نام کایرون ۲۰۶۰ Chiron یک توپ عجیب و غریب است. این جرم فضایی که با اندازه کوچکش به دور خورشید در گستره بین مشتری و نپتون می‌چرخد، دارای مخلوطی از یخ‌ها و گازها است که آن را از دیگر اجرام دوردست بیرونی منظومه شمسی متمایز می‌کند.

به گزارش ایسنا، در حال حاضر حدود هزار قنطورس(centaur) شناخته شده است، اما کایرون با عرض ۱۳۵ مایل(۲۱۸ کیلومتر) اولین موردی بود که در سال ۱۹۷۷ کشف شد. تصور می‌شود که قنطورس‌ها از قلمرو یخ‌زده فراتر از نپتون سرچشمه گرفته‌اند و با گذشت زمان به این منطقه نقل مکان کردند. از آنجایی که آنها به خورشید نزدیک‌تر می‌شوند، گرمایش خورشیدی می‌تواند باعث تصعید یخ‌های خاص آنها شود و یک هاله گازی یا کما در اطراف آنها تشکیل دهد که کمی شبیه یک دنباله‌دار است.

به نقل از اسپیس، چارلز شامبو(Charles Schambeau) از دانشگاه فلوریدا می‌گوید، کایرون را به عنوان یک گوی عجیب در میان تمام قنطورس‌های دیگر، و حتی در میان اجرام فرا نپتونی (TNOs) توصیف می‌کند که داستان‌های جذابی برای خود دارند. او در بیانیه‌ای گفت: این قنطورس، دوره‌هایی دارد که مانند یک دنباله‌دار رفتار می‌کند، حلقه‌هایی از مواد در اطراف خود دارد و احتمالاً یک میدان از بقایای کوچک غبار یا مواد سنگی به دور

سبک زندگی

۶ فایده مهم ویتامین E برای مردان



ویتامین E یک آنتی اکسیدان قوی است که به دلیل فواید سلامتی فراوانش مورد توجه است. این ویتامین محلول در چربی، از تقویت عملکرد سیستم ایمنی گرفته تا بهبود سلامت پوست، چندین نقش مهم را در بدن ایفا می‌کند.

به گزارش خبرآنلاین، ویتامین E توسط گیاهان سنتز می‌شود و در غذاهایی مانند اسفناج، غلات کامل و آجیل یافت می‌شود. این ویتامین چندین عملکرد مهم را در بدن انجام می‌دهد، مانند تنظیم تشکیل گلبول‌های قرمز خون، افزایش تولید سلول‌های پوست و کمک به بدن در استفاده از ویتامین K.

چند مورد از ویژه‌ترین فواید ویتامین E برای مردان عبارتند از:

۱) محافظت از پوست

ویتامین E از سلول‌های پوست در برابر رادیکال‌های آزاد محافظت و به کاهش علائم پیری کمک می‌کند. ویتامین E به دلیل خاصیت محافظت از نور، اغلب در کرم‌های ضد آفتاب و مرطوب‌کننده‌های روزانه برای مردان استفاده می‌شود. تحقیقات نشان می‌دهد که آلفا توکوفرول، ایزومر طبیعی اولیه ویتامین E، می‌تواند به طور بالقوه از آسیب سلول‌های DNA ناشی از اشعه ماوراء بنفش جلوگیری کند.

۲) التیام زخم

شواهد قابل توجهی مبنی بر اینکه ویتامین E می‌تواند بهبود زخم را تسریع کند و به طور بالقوه اسکار آکنه را کاهش دهد، وجود دارد. تحقیقات نشان می‌دهد که هیدراته نگه داشتن پوست برای کاهش ظاهر زخم‌ها مهم است. مردانی که از لوسیون حاوی ویتامین E استفاده می‌کنند، علاوه بر آبرسانی منظم پوست خود، با این کار جای زخم‌های تازه را نیز از بین می‌برند. استفاده از مرطوب‌کننده‌های روزانه مردانه می‌تواند به کاهش عیوب و محافظت از پوست خود در برابر آسیب‌های خورشید کمک کند.

۳) بهبود آکنه‌ها

مردان در مقایسه با زنان پوست چرب‌تری دارند که می‌تواند منجر به آکنه‌های شدید شود. مطالعاتی وجود دارد که نشان می‌دهد رژیم غذایی غنی از ویتامین E (همراه با ویتامین A و روی) می‌تواند به کاهش علائم آکنه کمک کند.

۴) بهبود سلامت جنسی مردان

ویتامین E به غیر از اثرگذاری بر سلامت پوست، فواید دیگری هم برای مردان دارد؛ برای مثال، شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد ویتامین E می‌تواند میل جنسی مردان را بهبود بخشد، سیستم ایمنی بدن را تقویت کند و حتی با بیماری‌هایی مانند آزیایمر مبارزه کند.

مصرف ویتامین E برای باروری مردان بسیار مهم است. این ماده مغذی با بالا بردن سطح هورمون مردانه (تستوسترون) در بدن به افزایش میل جنسی طبیعی مردان کمک می‌کند. از طرفی ویتامین E باعث اکسیژن‌رسانی و خون‌رسانی بیشتر به اندام تناسلی می‌شود که نتیجه آن تحریک و افزایش میل جنسی آقایان است.

۵) کاهش خطر ابتلا به سرطان مردان

رادیکال‌های آزاد در بدن مردان با سرعت بیشتری به اثرات منفی مانند تکثیر غیر طبیعی سلولی تبدیل خواهند شد. ویتامین E نوعی آنتی‌اکسیدان بسیار قوی است و با رادیکال‌های آزاد مبارزه می‌کند و مانع بروز استرس اکسیداتیو و بیماری‌های مزمن می‌شود. از همین رو مردان نباید مصرف ویتامین E را دست‌کم بگیرند.

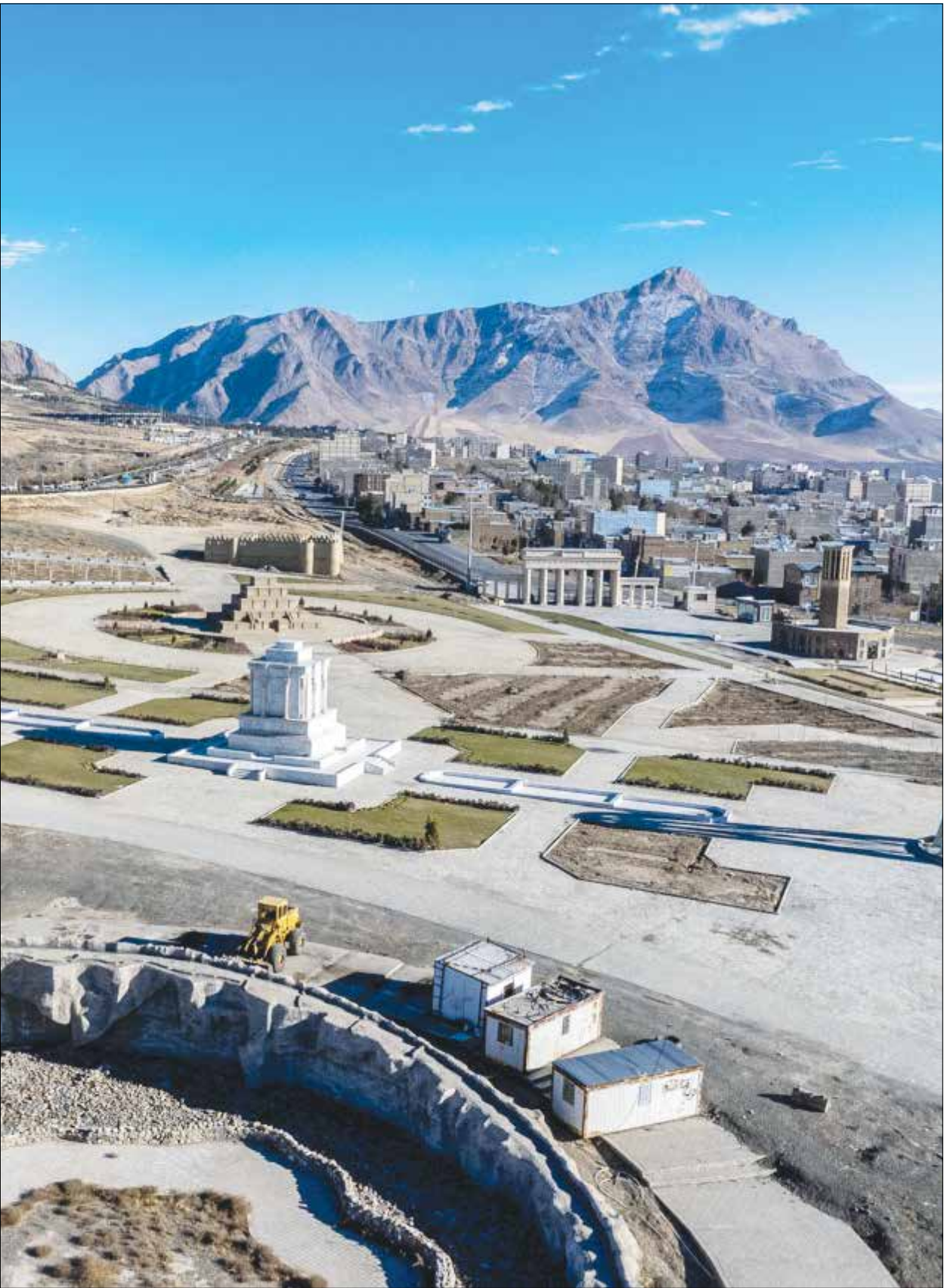
۶) تقویت سیستم ایمنی بدن مردان

بر اساس مطالعات، بدن مردان بخصوص بعد از ۵۰ سالگی بیشتر دچار ضعف سیستم ایمنی می‌شود؛ از همین‌رو مردان باید مصرف ویتامین E را جدی بگیرند. خواص آنتی‌اکسیدانی ویتامین E به تقویت سیستم ایمنی بدن کمک می‌کند و از ورود عوامل بیماری‌زا به بدن جلوگیری می‌کند.



www.ebtekarnews.com

عکس‌نویست



عکس: محمد عطایی / ایرنا

اولین «پارک مینیا توری» خاورمیانة در همدان

۴۰۰ متر در ۷ ثانیه

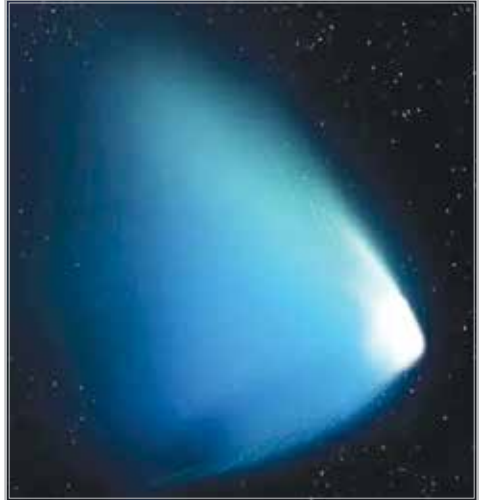
کورتوت کلاسیک رکوردشکنی می‌کند



این کوپه قدیمی با تکیه‌بر یک موتور جسم تافیفون حدود ۲ هزار اسب بخار قدرت تولید می‌کند.

کورتوت ای‌ری نخستین کوپه چهارچرخ محرک برند کورتوت به شمار می‌رود که اما تنها نیست. اخیراً یک نسخه تازه ارتقا یافته از کورتوت نسل

تلسکوپ «جیمز وب» ترکیب یخی عجیبی در یک سیارک دنباله‌دار کشف کرد



آن وجود دارد.

افسوس که کایرون و تمام هم‌قطارانش در مرحله گذار هستند و در طول چند میلیون سال آینده سرنوشت نهایی آنها مشخص خواهد شد. غیرممکن است که بگوییم چه سرنوشتی برای آن‌ها رقم خواهد خورد.

ویترین

رمانی درباره رهبری هوش مصنوعی در جهان!



کتاب «یک قرن و یک روز» نوشته قاسم منهی منتشر شد.

به گزارش ایسنا در معرفی این رمان که در انتشارات «اعتدال گستران فردا»، منتشر شده عنوان شده است: «یک قرن و یک روز» داستان زندگی پیرمردی صد ساله در سال ۱۴۵۷ بعد از گذر از جنگ‌های بزرگ جهانی و رهبری هوش مصنوعی راخواهید خواند.

در نوشته پشت جلد کتاب آمده است: «داستانی که می‌خوانید، خیالی است که می‌تواند در آینده معاصر به حقیقتی بدل شود که ما و فرزندان ما را در میان سیاهی قبرگونه‌اش به شادی‌گردن وادار نماید و چه تلخ است زمانی که انسان در میان برکه قیر داغ، مجبور باشد به رقص و پایکوبی بپردازد.

این داستان نگاهی است به روزهای بعد از صدسالگی خودم در خانه سالمندان و جهانی که جنگ‌های بزرگ سوم و چهارم جهانی را پشت سر گذاشته است. و قوانینی که به رهبری هوش مصنوعی و نظارت وی تنظیم و اجرا می‌شود و انسان مجبور است به تمکین کردن در برابر آن تا بتواند زنده بماند. این داستان برای امروز ما ملال‌انگیز است ولی می‌تواند به نوعی آینده‌ای را پیشگویی کند که امکان دارد به حقیقت رخ دهد.

امیدوارم لذتی بیدار کنند را با خواندن این رمان تجربه کنید و اگر در توانان هست اقدامی هرچند کوچک برای عقب افتادن آن انجام دهید. شاید این عقب افتادن، وقایع نوشته شده هرگز رخ ندهد و محقق نشود. «

همچنین ناشر آورده است: در راستای نشر فرهنگ غنی ادب پارسی و به منظور بهره‌مندی از قلم نویسندگان نسل جوان و فرهیخته انتشارات اعتدال گستران فردا، جهت ترغیب و تشویق قلم به دستان گمنام، اقدام به انتشار کتاب رمان (یک قرن ویک روز) اثر نویسنده جوان قاسم منهی کرده و در دهه فجر سال جاری در کانون فرهنگی آفتاب برگزار خواهد شد.

آخر ابتکار