

# ایرتکنا

روزنامه ایران

روزنامه سیاسی، اجتماعی، اقتصادی، ورزشی، فرهنگی صبح ایران

صاحب امتیاز و مدیر مسئول: محمدعلی و گبلی

دفتر مرکزی: تهران، زرتشت غربی

نرسیده به بیمارستان مهر، پلاک ۶۶، طبقه دوم
تلفن: ۰۲۱-۸۸۹۷۱۰۰-۸۸۹۹۴۰۹

فاکس: ۰۲۱-۸۸۹۷۵۷۰۹

سامانه پیامکی: ۰۲۰۰۶۰۰۰۴۰۰۰
ebtekarnews@gmail.com

سازمان آگهی ها:

بلوار آیت الله کاشانی، بین رامین شمالی و گلستان شمالی، ساختمان فرید، پلاک ۲۵۸، واحد یک
۰۵-۱۹۸۰۵ - ۴۴۰۱۹۸۰۶ - ۴۴۰۱۹۸۰۷ - ۴۴۰۱۹۸۰۴
سازمان شهرستان‌ها: ۰۹۱۲۳۷۱۵۸۳
توزیع: شرکت نشرگستر امروز - ۰۲۱-۶۱۹۳۳۰۰
چاپ: صمیم / ۳-۱-۶۵۵۸۶۸۰

پنجشنبه ۲ اسفند ۱۴۰۳ / شماره ۵۸۵۱
۲۱ شعبان ۱۴۴۶ - ۲۰ فور به ۲۰۲۵
سال بیستم / ۸ صفحه

## «اپ»تکار

### صفحه پشتیبانی گلکسی A۲۶ فعال شد



صفحه پشتیبانی گلکسی A۲۶ در سایت سامسونگ فعال شد.

گوشی گلکسی A۲۶ سامسونگ اخیراً در مجموعه‌ای جدید از رنדרها دیده شده بود. فعال شدن صفحات پشتیبانی این گوشی در بریتانیا، ایرلند و آمریکای لاتین نیز نشان می‌دهد زمان رونمایی آن نزدیک است. علاوه‌براین، گلکسی A۲۶ گواهینامه‌های BIS هند، T۰V Rheinland و Bluetooth SIG را دریافت کرده که تأیید می‌کند مراحل پیش از عرضه آن تقریباً تکمیل شده‌است.

این دستگاه جانشین گلکسی A۲۵ محسوب می‌شود که دسامبر ۲۰۲۳ معرفی شد. سامسونگ همچنین قصد دارد مدل‌های گلکسی A۳۶ و گلکسی A۵۶ را مارس ۲۰۲۵ (اسفند) معرفی کند؛ بنابراین احتمال دارد A۲۶ نیز در همین بازه زمانی رونمایی شود.

طبق گزارش‌های منتشرشده، گلکسی A۲۶ صفحه‌نمایش ۶٫۶۴ یا ۶٫۷ اینچی با طراحی ناچ قطره‌ای خواهد بود. این نمایشگر از وضوح FHD+ و نرخ نوسازی ۱۲۰ هرتز پشتیبانی می‌کند که کیفیت تصویری روان و شفافی ارائه می‌دهد.

از نظر سخت‌افزاری، گلکسی A۲۶ احتمالاً با تراشه اگزینوس ۱۲۸۰ عرضه می‌شود اما برخی گزارش‌ها به احتمال استفاده از اگزینوس ۲۴۰۰e در این گوشی اشاره دارند. سامسونگ ممکن است مدل‌هایی با ۶ یا ۸ گیگابایت رم و ۲۵۶ گیگابایت حافظه داخلی ارائه کند. باتری این دستگاه نیز ظرفیتی در حدود ۴۵۶۵ میلی‌آمپر ساعت خواهد داشت که برای یک روز استفاده کافی به نظر می‌رسد.

گلکسی A۲۶ ۵G در مقایسه با مدل قبلی خود، بلندتر، عرض‌تر و باریک‌تر طراحی شده است. این گوشی ابعادی برابر با ۱۶۴ \* ۷۷٫۵ \* ۷٫۷ میلی‌متر و وزنی حدود ۲۰۹ گرم خواهد داشت. طراحی باریک‌تر آن می‌تواند به ارگونومی

بهبتر کمک کند.

از نظر نرم‌افزاری، انتظار می‌رود گلکسی A۲۶ ۵G با اندروید ۱۵ و رابط کاربری One UI عرضه شود که امکانات جدیدی در اختیار کاربران قرار می‌دهد. با توجه به فعال شدن صفحات پشتیبانی و دریافت گواهینامه‌های رسمی، می‌توان انتظار داشت سامسونگ طی هفته‌های آینده این گوشی را رسماً معرفی کند. هنوز تاریخ دقیقی اعلام نشده اما شواهد نشان می‌دهد معرفی گلکسی A۲۶ نزدیک است.

### سبک زندگی

### مابع گرانبها برای تقویت ایمنی نوزاد



متخصص کودکان گفت: شیر مادر کامل‌ترین تغذیه برای نوزاد است که ایمنی و سلامت او را تضمین می‌کند، در عین حال به بهبود سلامت مادر نیز کمک می‌کند. محمود راوری متخصص کودکان، عضو هیئت مدیره انجمن علمی ترویج تغذیه با شیرمادر ایران، مربی ارشد کشوری و مشاور شیردهی در گفتگو با خبرنگار خبرگزاری مهر گفت: تغذیه مادر یکی از مهم‌ترین و اثربخش‌ترین مداخلات برای بقای کودک محسوب می‌شود. شیر مادر، کامل‌ترین، مناسب‌ترین و مطمئن‌ترین روش تغذیه نوزاد است که تمام نیازهای اولیه او را، به‌ویژه در شش ماه اول زندگی که نیازی به تغذیه تکمیلی ندارد، تأمین می‌کند. جوامعی که بر تغذیه با شیر مادر تأکید دارند و از سلامت و هوشمندی بیشتری برخوردار هستند. سازمان جهانی بهداشت نیز اهمیت تغذیه با شیر مادر را تأیید کرده است. وی افزود: در قرآن کریم حدود هشت آیه درباره تغذیه با شیر مادر ذکر شده است که مهم‌ترین آن‌ها آیه ۲۳۳ سوره بقره است: "وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ" (و مادران، فرزندان خود را دو سال تمام شیر دهند). این آیه نه‌تنها بر اهمیت شیردهی تأکید دارد، بلکه به فواید آن برای مادر نیز اشاره می‌کند. شیردهی کمک می‌کند مادر به وزن و استایل اولیه خود بازگردد و از بیماری‌های خاصی پیشگیری کند.

#### آغوز؛ طلای مابع برای تقویت ایمنی نوزاد

راوری گفت: یکی از مهم‌ترین اجزای شیر مادر، آغوز است که در روزهای نخست پس از زایمان تولید می‌شود. این مایع از رشدند حای پروتئین‌های بالا و مواد حفاظتی و ایمنی‌بخش است که نوزاد را از بیماری‌ها و عفونت‌ها محافظت می‌کند. برخلاف باورهای غلط، آغوز بهترین تغذیه‌ای است که خداوند در بدن مادر قرار داده است.

#### تغذیه با شیر مادر

به گفته وی؛ با گذشت زمان، میزان تولید شیر مادر بر اساس نیاز نوزاد تنظیم می‌شود و هیچ مادری دچار کمبود شیر نخواهد شد. خداوند به‌گونه‌ای این قرآیند را تنظیم کرده که حتی یک مادر می‌تواند به‌طور انحصاری تا شش ماهگی نوزاد خود را تغذیه کند. در این میان، حمایت و حفاظت پدر و خانواده از مادر شیرده اهمیت بسیاری دارد.

#### قوانین حمایتی از مادران شیرده در محیط کار

راوری ادامه داد: از لحاظ قانونی، کشور ما شرایطی را برای تسهیل شیردهی مادران شاغل فراهم کرده است. مرخصی زایمان نه‌ماهه و قوانین مربوط به تغذیه با شیر مادر در محیط کار، این امکان را فراهم می‌کند که مادران نتوانند با خیالی آسوده به شیردهی ادامه دهند.

به گفته وی؛ در موارد خاص که مادر به دلایل پزشکی قادر به شیردهی نیست، ضرورت مشاوره با متخصصین وجود دارد تا بهترین تصمیم برای تغذیه نوزاد گرفته شود. در چنین شرایطی، استفاده از دایه به‌عنوان جایگزین نیز می‌تواند مطرح باشد.

#### مشکلات شیردهی و راهکارهای حل آن

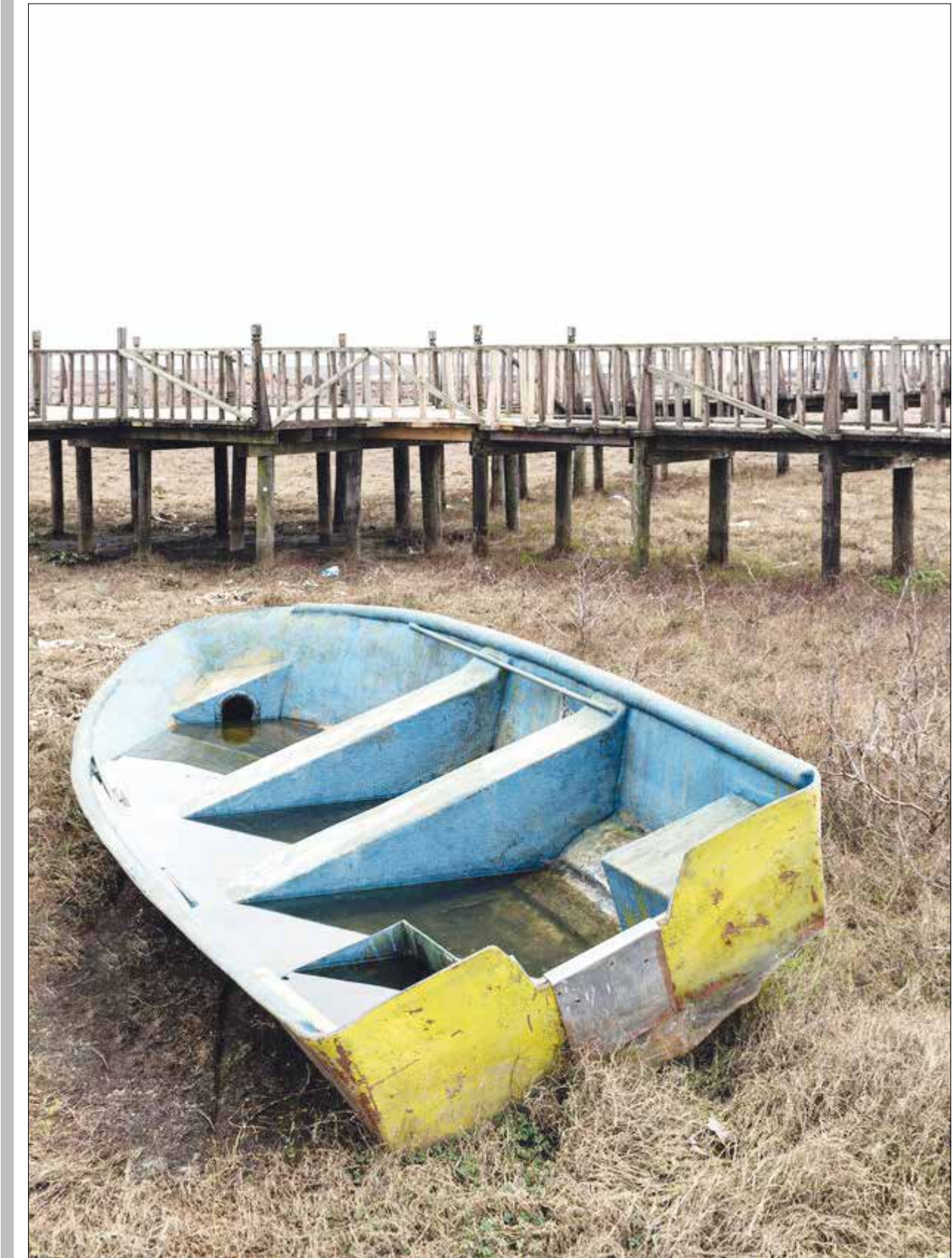
وی افزود: از نظر تغذیه‌ای، مادران در دوران شیردهی رژیم غذایی خاصی ندارند و باید در حد گرستگی خود غذا مصرف کنند. برخی مواد غذایی مانند نوشیدنی‌های غلیظ و کافئین‌دار باید به میزان محدود مصرف شوند. برای مثال، مصرف بیش از یک فنجان قهوه در روز توصیه نمی‌شود، زیرا ممکن است باعث بی‌قراری و تحریک‌پذیری نوزاد شود. با این حال، مصرف معتدل این مواد ضرر چندانی ندارد.

راوری در پایان خاطرنشان کرد: در نهایت، تغذیه با شیر مادر نه‌تنها برای نوزاد بلکه برای سلامت مادر نیز فواید بسیاری دارد و توصیه می‌شود که در صورت امکان، مادران تا دو سالگی کودک به این امر توجه ویژه‌ای داشته باشند.



www.cbtekarnews.com

### عکس‌نوست



عکس: سعید نیکپور / مهر

تالاب آبکنار در بندراتزلی

### ماشین بازی

## فکتوری ریسینگ F۹، سوپراسپرت آمریکایی با موتور V۱۲



F۹ FFR چندین سال است که در دست توسعه قرار دارد و قرار است سرانجام اسمال با پیشراانه V۱۲ تنفس طبیعی راهی بازار شود. شرکت آمریکایی فکتوری فایو ریسینگ (Factory Five Racing) یا به‌اختصار FFR، در زمینهٔ تولید خودروهای موسوم به کیت کار فعالیت می‌کند. این شرکت به تولید شاسی، بدنه و دیگر قطعات خودروهای اسپرت می‌پردازد که توسط خریداران مونتاژ می‌شود. یکی از محصولات این شرکت، MK۵ رودستر نام دارد که تفسیر مدرنی از شلیی کبرا است. این شرکت همچنین در دههٔ ۲۰۰۰، سوپراسپرتی بنام GTM را هم تولید می‌کرد که با استفاده از قطعات خودروهای جنرال موتورز مثل شورت کوروت C۵ ساخته شده بود.

پس از پایان تولید GTM، فکتوری ریسینگ سوپراسپرت دیگری بنام

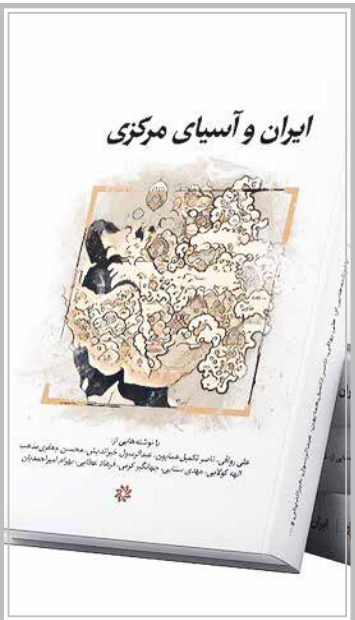
ویژگی F۹، پیشراانهٔ آن بود. هرچند امکان تجهیز این خودرو به موتورهای جعبه‌ای فورد وجود داشت ولی برجسته‌ترین پیشراانه‌ای که FFR برای آن در نظر گرفته بود یک نمونهٔ ۹٫۵ لیتری V۱۲ بود که بر اساس پیشراانهٔ LSX جنرال موتورز ساخته شد. موتور LSX در حالت استاندارد یک نمونهٔ ۷ لیتری V۸ بود که توسط Race Cast Engineering به موتوری V۱۲ تبدیل شد. برای این کار، چهار سیلندر به موتور اضافه شد و کورس پیستون به ۹۱٫۹ میلی‌متر کاهش پیدا کرد درحالی‌که قطر سیلندر ۱۰۴٫۷ میلی‌متری دست‌نخورده باقی ماند. میل بادامک و واشر سرسیلندرهاي اختصاصی و سیستم اگزوز فولادی ضدزنگ هم از تغییرات این موتور بودند که خروجی فوق‌العاده‌ای برابر با ۷۵۰ اسب بخار قدرت و ۱۰۵۰ نیوتن متر گشتاور را به همراه داشت. این موتور همچنین تا ۷۱۰۰ rpm دور می‌گرفت. موتور F۹ چنین اعداد فوق‌العاده‌ای را به‌صورت تنفس طبیعی تولید می‌کرد و با استفاده از توربوشارژر به‌راحتی می‌توانست بیش از ۱۰۰۰ اسب بخار قدرت تولید کند. همچنین آزمایش‌های داینو نشان دادند که موتور تقریباً در هر دوری می‌تواند بیش از ۸۰۰ نیوتن متر گشتاور را در اختیار راننده قرار دهد.

چندی بعد، FFR خیر از ساخت نسخهٔ دیگری از سوپراسپرت خود با نام F۹R را هم داد که تمرکز بیشتری برای استفاده در پیست دارد. این نسخه به عناصر جدیدی مثل دیفیوزر عقب برجسته‌تر و بال عقب بزرگ‌تر مجهز شده که هم آیرودینامیک را ارتقاء می‌بخشد و هم F۹R از نسخهٔ معمولی متمایز می‌کند. FFR در نمایشگاه سما ۲۰۱۹ شاسی این خودرو را به نمایش درآورد و وزن محصول نهایی را زیر ۱۱۰۰ کیلوگرم اعلام کرد. فاصلهٔ محوری خودرو نیز ۲٫۶۴۱ میلی‌متر، عرض آن ۱٫۹۸۱ میلی‌متر و ارتفاع ۱٫۱۶۸ میلی‌متر اعلام شد. بااین‌حال، درحالی‌که قرار بود خودروی نهایی در سال ۲۰۲۱ به نمایش درآید، هم‌اکنون که در سال ۲۰۲۵ هستیم هنوز هیچ خبری از F۹ نیست.

F۹ به دلیل شیوع کرونا و همین‌طور باضطراحی قسمت‌های مختلف، پروژهٔ F۹ بارها به تأخیر افتاد. البته ساخت پروتوتایپ این خودرو در سال ۲۰۲۱ تکمیل شده و در انبار FFR نگهداری می‌شد ولی در آن زمان گفته شد تیم طراحی در حال تغییر قسمت جلویی برای بهبود آیرودینامیک و زیبایی است و تاریخ رونمایی تا سال ۲۰۲۲ به تعویق افتاد. باین‌وجود، تیم FFR همچنان در حال توسعهٔ F۹ و اعمال تغییراتی در قسمت‌های مختلف برای بهبود رفورمسنس خودرو است. در جدیدترین اطلاعیهٔ این شرکت، از سال ۲۰۲۵ به‌عنوان زمان احتمالی عرضهٔ F۹ یاد شده است.

### ویترین

### کتاب «ایران و آسیای مرکزی» منتشر شد



کتاب «ایران و آسیای مرکزی» با مجموعه مطالبی درباره فراردوان و پنج کشور تاجیکستان، ازبکستان، قرقیزستان و ترکمنستان است، توسط انتشارات نگارستان اندیشه منتشر و راهی بازار نشر شد. به گزارش خبرگزاری مهر، کتاب «ایران و آسیای مرکزی» شامل مجموعه مطالبی درباره فراردوان به‌تازگی توسط انتشارات نگارستان اندیشه منتشر و راهی بازار نشر شده است. این کتاب شامل نوشته‌هایی ازعلی رواقی، ناصر تکمیل‌همایون، عبدالرسول خیراندیش، محسن جعفری‌مذهب، الهه کولابی، مهدی سنایی، جهانگیر کریمی، فرهاد عطایی و بهرام امیراحمدیان است.

آسیای مرکزی نامی است که از نیمه دوم قرن نوزدهم به بعد، برای بخشی از فراردوان ابداع و استفاده شد و عمدتاً پنج کشور تاجیکستان، ازبکستان، قرقیزستان و ترکمنستان را شامل می‌شود. این پنج کشور به دلیل سابقه سیاسی و بستر جدید، به صحنه رقابت قدرت‌های جهانی و منطقه‌ای بدل شدند. این میان، ایران با داشتن پیوندهای کهن فرهنگی و تمدنی از یکسو و همسایگی منطقه‌ای از سوی دیگر، فرصت‌های جدیدی پیش روی خود می‌دید.

بررسی سیاست‌های جمهوری اسلامی ایران در مواجهه با شرایط جدید، فرصت‌ها و تهدیدهای برآمده از این وضعیت و آشنایی بیشتر با جغرافیا، فرهنگ، سیاست و اقتصاد منطقه از جمله مسائلی است که در این کتاب به آنها پرداخته شده است. این کتاب، مشتمل بر مقالاتی است که دو دهه پیش در همایش ایران و آسیای مرکزی ارائه شدند. این کتاب با ۳۰۳ صفحه و قیمت ۳۰۰ هزار تومان منتشر شده است.

## ورزش وضعیت شناختی افراد مبتلا به ADHD را تقویت می‌کند

این کار به دانشمندان اجازه داد تا قدرت سیگنال‌های بین قشر حرکتی و عضلات بدن را آزمایش کنند که تا حدی نشان‌دهنده تحریک‌پذیری نورون‌ها و ماژولاسیون کانال‌هایی است که کل شبکه عصبی را تحت کنترل نگه می‌دارد. بررسانان مبتلا به ADHD در تحت کنترل نگه می‌دارد. در این شبکه عصبی، ارتباط بین قشر حرکتی بعد از تمرین عملکرد بهتری داشتند. چنین چیزی در شرکت کنندگان غیر مبتلا به ADHD مشاهده نشد. محققان می‌گویند: یک دوره تمرین هوازی به طور موقت قدرت مهار قشر مغز را در بزرگسالان مبتلا به ADHD افزایش می‌دهد. این می‌تواند منجر به بهبود در کنترل مهاری و یادگیری حرکتی در بیماران مبتلا به ADHD شود. این مطالعه به نام می‌گوید که آیا این نتایج متمایز با هم مرتبط هستند یا خیر، اما مطمئناً به راه‌های آینده برای تحقیق و پژوهش اشاره می‌کند. محققان این مطالعه می‌گویند که تمرینات هوازی ۳۰ دقیقه‌ای می‌تواند برای برخی از بیماران مبتلا به ADHD که نظر عملکرد شناختی در کوتاه‌مدت مفید باشد. با این حال، هیچ مدرکی مبنی بر اینکه این کار به عنوان یک استراتژی مستقل عمل کند، وجود ندارد و مشخص نیست که اثرات آن تا چه زمانی ادامه خواهد داشت. این مطالعه در مجله Psychiatry Research منتشر شده است.

نتایج یک مطالعه جدید نشان می‌دهد که ورزش کردن، وضعیت شناختی افراد مبتلا به اختلال کم‌توجهی-پیش‌فعالی (ADHD) را تقویت می‌کند به گزارش ایسنا، بر اساس مطالعه جدید محققان تایوانی، ۳۰ دقیقه ورزش هوازی می‌تواند موجب تقویت شناختی کوتاه‌مدت افراد مبتلا به ADHD شود. به نقل از اس‌ای، این تیم به رهبری یک عصب‌شناس به نام هسiao-kuo (Hsiao-I Kuo) از دانشگاه ملی لیوان همچنین دریافت‌نورن‌هایی مانند راه رفتن سریع، آهسته دودیدن، شنا کردن، رقصیدن یا دوچرخه‌سواری موجب می‌شود که قلب بیشتر بتپد و باعث مهار قشر حرکتی مغز افراد مبتلا به اختلال کم‌توجهی-پیش‌فعالی (ADHD) می‌شود، در حالی که آنهاهی که این اختلال را نداشتند، نتیجه کاملاً معکوس داشتند. ما از قبل می‌دانیم که در افراد سالمی که مبتلا به ADHD تشخیص داده نشده‌اند، ورزش هوازی تمایل به افزایش تحریک‌پذیری در قشر مغز دارد و فرآیندهایی را که در غیر این صورت فعالیت عصبی آن را مهار می‌کند، کاهش می‌دهد. اثر مشابهی زمانی مشاهده می‌شود که افراد غیر مبتلا به ADHD، یک درمان دارویی رایج برای ADHD به نام متیل‌فنیدیت (methylphenidate) را که سطح انتقال دهنده‌های عصبی دوپامین و نوراپی‌نفرین را افزایش می‌دهد، مصرف می‌کنند.