

اقتصاد

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: ۸۸۹۷۵۷۱۰-۹-۸۸۹۹۶۴۰۹
فاکس: ۸۸۹۷۵۷۰۹
سامانه پیامکی: ۳۰۰۰۶۰۰۰۴۰۰۰
ebtekarnews@gmail.com

سازمان آگهی ها:
بلوار آیت الله کاشانی، بین رامین شمالی و گلستان شمالی، ساختمان فرید، پلاک ۲۵۸، واحد یک
۴۴۰،۱۹۸۰۵ - ۴۴۰،۱۹۸۰۶ - ۴۴۰،۱۹۸۰۷
سازمان شهرستان‌ها: ۳-۰۳۱۲۲۷۱۷۵۰۳
توزیع: شرکت نشر گستر امروز - ۰۰۰۳۱۲۲۳۳۰۰۰
چاپ: صمیم / ۳-۰۱۳۵۸۶۸۰۶۵۵

پنجشنبه / ۱۸ اردیبهشت ۱۴۰۴ / شماره ۵۹۰۲
۱۰ ذی القعدة ۱۴۴۶ - ۸ مه ۲۰۲۵
سال بیست و یکم / ۸ صفحه

«اب»تکار

نسل دوم آیفون تا ۱۰ سال معرفی می‌شود

نسل دوم آیفون تا ۱۰ سال معرفی می‌شود

براساس گزارش مینگ‌چی کو، اپل قصد دارد دومین آیفون تاشوی خود را هم‌زمان با بیستمین سالگرد آیفون در سال ۲۰۲۷ معرفی کند. براساس گزارش جدید «مینگ چی کو»، تحلیلگر مطرح مسائل اپل، این شرکت تصمیم دارد دومین آیفون تاشوی خود را نیمه دوم ۲۰۲۷ روانه بازار کند. این دستگاه بخشی از بازنگری گسترده اپل در استراتژی عرضه آیفون‌ها خواهد بود.

براساس گزارش کو، این تصمیم بخشی از برنامه جدید اپل برای تغییر روند عرضه مدل‌های مختلف آیفون تا سال ۲۰۲۷ است. براساس این گزارش، اولین آیفون تاشوی اپل قرار است نیمه دوم سال ۲۰۲۶ روانه بازار شود و یک سال بعد، نسخه به‌روز و نسل دوم این دستگاه عرضه خواهد شد؛ محصولی که هم‌زمان با بیستمین سالگرد آیفون معرفی می‌شود. چندی قبل، «مارک گرمن» از بلومبرگ نیز گزارش داده بود که اپل سال ۲۰۲۷ آیفون تاشو و مدل جدید از آیفون پرو را معرفی خواهد کرد. ویژگی این مدل‌ها طراحی آنها با استفاده گسترده‌تری از شیشه است. باتوجه‌به پیش‌بینی قبلی گرمن مبنی‌بر عرضه آیفون تاشو در سال ۲۰۲۶، انتظار می‌رود مدل سال ۲۰۲۷ نسل دوم همان دستگاه باشد. گزارش جدید کو نیز این احتمال‌به نمایشگر اصلی ۷٫۷۶ اینچی با رزولوشن ۲۷۱۳ در ۱۹۲۰ پیکسل مجهز خواهد بود که طراحی آن شباهت زیادی به گلکسی زد فولد ۳ دارد. همچنین شایعاتی درباره استفاده از دوربین سلفی زیر نمایشگر در این مدل وجود دارد که نشان می‌دهد اپل برای رقابت با برندهای پیشرو بازار گوشی‌های تاشو، به‌ویژه سامسونگ، برنامه‌ریزی جدی کرده است. این اطلاعات فنی می‌تواند مربوط به نسل اول آیفون تاشو باشد که گفته می‌شود سال ۲۰۲۶ عرضه خواهد شد و تصویر دقیق‌تر از آنچه کاربران باید منتظرش باشند، ارائه می‌دهد. اپل با نزدیک شدن به بیستمین سالگرد آیفون، دنبال تحول خط تولید خود است. عرضه ۲ نسل از آیفون‌های تاشو تا سال ۲۰۲۷ نه‌فقط نشان‌دهنده تغییر رویکرد اپل به فرم‌فکتور گوشی‌های هوشمند است، بلکه رقابت با رده‌هایی مانند سامسونگ را نیز جدی‌تر می‌کند. اگر این برنامه طبق پیش‌بینی‌ها جلو برود، اپل در آستانه بازطراحی تاریخی در خانواده آیفون قرار خواهد گرفت.

تازه‌های علمی

شرکت متا، مالک فیس‌بوک، اینستاگرام و واتساپ، در یکی از مهم‌ترین پرونده‌های ضدانحصار آمریکا به دادگاه فراخوانده شد؛ اگر کمیسیون تجارت فدرال پیروز شود، ممکن است متا ناچار به فروش اینستاگرام و واتساپ شود. شرکت متا، مالک فیسبوک، اینستاگرام و واتساپ، از این پس با یک دادگاه حساس و سرنوشت‌ساز در واشنگتن رویه‌رو می‌شود؛ پرونده‌ای که می‌تواند تهدیدی جدی برای بقای این غول فناوری آمریکایی باشد. کمیسیون تجارت فدرال آمریکا مدعی است که متا با صرف میلیاردها دلار برای خرید اینستاگرام و واتساپ، به‌طور غیرقانونی انحصار در بازار شبکه‌های اجتماعی ایجاد کرده است و باید این معاملات لغو شوند. به گزارش رویترز، این پرونده نخستین‌بار در سال ۲۰۲۰، در دوران ریاست‌جمهوری دونالد ترامپ، توسط کمیسیون تجارت فدرال طرح شد. به باور این نهاد، خرید اینستاگرام در سال ۲۰۱۲ و واتساپ در سال ۲۰۱۴، تلاشی آگاهانه از سوی متا برای حذف رقبای نوظهور بوده است تا جایگاه بی‌رقیب خود در دنیای ارتباطات مجازی را حفظ کند. کمیسیون تجارت فدرال در این پرونده خواستار فروش بخش‌هایی از کسب‌وکار متا، از جمله اینستاگرام و واتساپ، به‌منظور بازگرداندن رقابت سالم به بازار شده است. جیفrey نیواستو، مدیر ارشد حقوقی متا، در واکنش به این پرونده، آن را ضعیف توصیف کرد و مدعی شد که چنین اقدامی می‌تواند به سرمایه‌گذاری‌های فناوریانه در آمریکا آسیب بزند. وی در یادداشتی نوشت: «این مضحک است که درحالی‌که دولت آمریکا در تلاش است تیک‌تاک چینی را نجات دهد، کمیسیون تجارت فدرال سعی دارد یک شرکت بزرگ آمریکایی را تجزیه کند.» به گفته کارشناسان، این پرونده می‌تواند نه‌تنها سرنوشت متا، بلکه نحوه برخورد دولت

آیا با مکمل امگا ۳ می‌توانیم لاغر شویم؟ چگونه؟

به گفته یک کارشناس تغذیه، افراد چاق و با اضافه وزن بالا، نمی‌توانند فقط با مصرف مکمل امگا۳ وزن کم کنند. امگا-۳ در کنار برنامه غذایی کاهش وزن و افزایش تحرک، فقط می‌تواند کمک کند که کاهش وزن راحت‌تر اتفاق بیفتد. اخیرا در فضای مجازی در مورد مکمل امگا ۳ و خصوصیت لاغر کننده بودن این مکمل با مصرف روزانه آن به مدت ۴۰ روز، ادعاهای زیادی می‌شود و این قبیل تبلیغات باعث جلب اعتماد بسیاری از افراد شده است. اما این ادعا تا چه میزان واقعیت دارد؟

مسعود فیروزکوهی، مشاور تغذیه و رژیم‌های غذایی و درمانی، در گفت‌وگو با خبرنگرانلین می‌گوید: التهاب مزمن در چاقی نقش دارد و امگا ۳ التهاب را کاهش می دهد. امگا ۳ حساسیت به انسولین را بهبود می‌بخشد لذا به کنترل قند خون و متابولیسم چربی‌ها کمک می‌کند. مشاهده شده که مصرف امگا ۳ در کنار رژیم غذایی سالم و ورزش می‌تواند چربی احشایی یا همان چربی شکمی را اندکی کاهش دهد. اما میزان کاهش وزن با این مکمل معمولاً کم است. چیزی در حدود ۲-۱ کیلوگرم در ۳ تا ۴ ماه. بنابراین امگا-۳ به تنهایی لاغر نمی‌کند. افراد چاق و با اضافه وزن بالا، نمی‌توانند فقط با مصرف امگا۳ وزن کم کنند. امگا-۳ در کنار برنامه غذایی کاهش وزن و افزایش تحرک، فقط می‌تواند کمک کند که کاهش وزن راحت‌تر اتفاق بیفتد. بدن چربی را بهتر بسوزاند و مقاومت بدن نسبت به کاهش وزن کمتر شود. بهترین روش مصرف امگا-۳ برای کمک به کاهش وزن، مصرف روزانه ۱ تا ۳ گرم از مکمل با کیفیت یا مصرف ماهی است. منابع غذایی حاوی امگا ۳ شامل ماهی سالمون، ساردین، خال‌مخالی، گردو، بذر چیا و بذر کتان است.

خطرات مصرف بیش از حد امگا۳

اگر امگا ۳ بیش از ۳-۴ گرم در روز مصرف شود، عوارضی بدنبال دارد. خطر خونریزی لته، بینی یا حتی خونریزی‌های داخلی به علت خاصیت رقیق‌کنندگی خون و همچنین مصرف زیاد ممکن است واکنش ایمنی بدن را ضعیف کند. احتمال بروز مشکلات گوارشی مانند اسهال، تهوع و دل‌پیچه وجود دارد و در برخی افراد، افزایش کلسترول بد (LDL) اتفاق می افتد. مصرف طولانی‌مدت در دوزهای بسیار بالا، ممکن است به کبد هم آسیب بزند.

برنامه کاهش وزن طی ۴۰ روز با مصرف قرص امگا ۳

این برنامه برای بزرگسالان سالم پیشنهاد می‌شود و اگر فرد بیماری زمینه ای دارد، نیاز به تطبیق برنامه با شرایط پزشکی او دارد.
کالری روزانه در حدود ۱۵۰۰ تا ۱۸۰۰ کیلوکالری و قابل تنظیم براساس وزن و فعالیت. دریافت روزانه ۱۰۰۰ تا ۲۰۰۰ میلی‌گرم امگا-۳ ترجیحاً همراه ناهار یا شام.
کاهش و پرهیز از مصرف قند، آرد سفید، غذاهای سرخ‌کرده و تنقلات صنعتی.
افزایش مصرف پروتئین، فیبر، سبزی و مصرف چربی‌های مفید.
۳۰ دقیقه پیاده‌روی یا فعالیت هوازی حداقل ۵ روز در هفته.
ورزش‌های هوازی، پیاده روی و تمرین مقاومتی توصیه می‌شود.
در وعده صبحانه یک عدد تخم‌مرغ آب‌پز یا نیمرو با روغن زیتون، یک کف دست نان سبوس‌دار، ۲ عدد گردو یا یک قاشق بذر چیا، یک عدد میوه مثل سیب یا پرتقال، چای یا قهوه بدون شکر.

به عنوان میان وعده صبح، ۵ عدد بادام یا یک عدد هویج متوسط.
وعده ناهار، پروتئین کم‌چرب در قالب مرغ، ماهی، گوشت قرمز بدون چربی حدود ۱۰۰ تا ۱۵۰ گرم یا تخم‌مرغ، سالاد با روغن زیتون و آب‌لیموی تازه، ۳-۴ قاشق برنج قهوه‌ای یا یک کف دست نان کامل، یک عدد کیسول امگا-۳ با غذا میل شود.
برای میان وعده عصر، یک فنجان ماست ساده یا یک لیوان شیر کم‌چرب یا یک قاشق بذر کتان در آب.

برای شام هم سالاد یا سبزیجات بخارپز یا سوپ سبزیجات یا یک تکه پروتئین سبک مثلاً تن ماهی بدون روغن یا عدسی.
قبل از خواب در صورت گرسنگی یک عدد میوه یا یک لیوان شیر گرم بدون شکر توصیه می‌شود.

خودروهای فرمول یک در هر مسابقه چقدر سوخت مصرف می‌کنند؟



در این مقاله، به بررسی میزان سوخت مورداستفاده در یک مسابقه فرمول یک، فناوری هیبریدی پیشرفته و استراتژی‌های تیم‌ها برای بهینه‌سازی مصرف سوخت می‌پردازیم.
خودروهای مدرن فرمول یک شاهکارهای فناوری و مهندسی هستند که برای رقابت در اوج ورزش موتوروی طراحی شده‌اند. بااین‌حال، طراحان این خودروها آزادی عمل کامل ندارند و باید از مجموعه‌ای از قوانین سخت‌گیرانه که توسط فیا، نهاد حاکم بر فرمول یک، تعیین شده است، پیروی کنند. این قوانین طراحی، همه‌چیز را از ابعاد و وزن خودرو گرفته تا آپرودینامیک و ایمنی پوشش می‌دهند. یکی از حوزه‌های به‌شدت قانون‌گذاری‌شده، پیشرانه‌ها هستند. فرمول یک در سال ۲۰۱۴ از موتورهای سنتی به پیشرانه‌های هیبریدی تغییر مسیر داد. این تغییر باهدف کاهش مصرف سوخت در دورانی با فشارهای زیست‌محیطی فزاینده انجام شد.

برای دستیابی به این هدف، پاوروینیت خودروهای فرمول یک از چندین قسمت تشکیل شد که شامل موتور ۱.۶ لیتری V۶ توربوشارژ همراه با دو موتور الکتریکی و دو واحد مولد نیرو به نام‌های MGU-H و

عکس‌نوشت



قلعه ضحاک در استان آذربایجان شرقی با قدمتی بیش از دو هزار سال

عکس: علی حامد حق دوست/ایرنا

ویترین

«زیبا صدایم کن» در نمایشگاه کتاب

رمان نوجوانانه «زیبا صدایم کن» نوشته فرهاد حسن‌زاده، همزمان با سی‌وششمین نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران و در آستانه اکران فیلم سینمایی آن، به چاپ‌های دهم و یازدهم رسید. به گزارش ایسنا، اداره کل روابط عمومی و امور بین‌الملل کانون در خبری اعلام کرد: رمان «زیبا صدایم کن» اثر فرهاد حسن‌زاده که از سوی انتشارات کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان منتشر شده، وارد چاپ دهم و یازدهم شد. این اتفاق هم‌زمان با برگزاری سی‌وششمین نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران و در آستانه اکران نسخه سینمایی این اثر به کارگردانی رسول صدراعاملی رخ داده است.

«زیبا صدایم کن» داستانی درباره دختری نوجوان به نام زیبا است که در آسایشگاه کودکان بی‌سرپرست زندگی می‌کند. مواجهه ناگهانی او با پدر بیمارش، نقطه آغاز سفری است پرماجر در دل تهران که هم‌زمان با کشف خویشتن، به بازسازی پیوندهای گسسته عاطفی نیز می‌پردازد.

«زیبا صدایم کن» از زمان انتشار نخستین چاپ خود تاکنون (سال ۱۳۹۴)، جوایز و افتخارات زیادی را کسب کرده است که از جمله برگزیده جشنواره کتاب کودک و نوجوان، پرورش فکری و شوری کتاب کودک در سال ۱۳۹۵، نامزد دریافت جایزه کتاب سال جمهوری اسلامی ایران، انتخاب در فهرست کتابخانه بین‌المللی مونیخ آلمان در سال ۲۰۱۶، معرفی به فهرست افتخار دفتر بین‌المللی کتاب برای نسل جوان (IBBY) در سال ۲۰۱۸، عرضه نسخه انگلیسی در نمایشگاه کتاب بولونیا، خرید رسمی حق انتشار عربی از سوی «مجمع‌التقافی المصری»، نامزدی در بخش داستان نهمین جشنواره کتاب برتر کودک و نوجوان، معرفی به عنوان یکی از منابع طرح کتاب‌خوان شهریور ۱۳۹۷، قرار گرفتن در فهرست لاک‌بشت پرنده به‌دلیل نقش آن در بهبود عاطفی والد‌فرزندی و واگذاری حق ترجمه و انتشار به ناشری در ارمنستان که با ترجمه گئورگ آسانوریان منتشر شده است. این کتاب همچنین در سی‌وبنجمین نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران جزو آثار پرفروش بود.

شمارگان کتاب ۱۹۲ صفحه‌ای «زیبا صدایم کن» از مجموعه «رمان نوجوان امروز» تاکنون به ۲۷هزار و ۵۰۰ نسخه رسیده است. در آستانه اکران سینمایی این رمان، فیلم «زیبا صدایم کن» به مشارکت بنیاد سینمایی فارابی، اقتباسی از همین کتاب است، از ۱۷ اردیبهشت در سینماهای کشور اکران خواهد شد. این اثر سینمایی کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان که با مشارکت بنیاد سینمایی فارابی، H I B Film کمپانی و میلاد فیلم تولید شده است در چهل‌وسومین جشنواره فیلم فجر حضور موافقی داشت و موفق به دریافت عنوان بهترین فیلم جشنواره شد.