



آب تنی در روزهای داغ تابستان

عکس: مهدی محبی پور / ایرنا

## ویترین

کتاب «هنر نگاشت» منتشر شد

### خودآموزی برای نگارش استیتمنت هنری

کتاب «هنرنگاشت:راهنمای نگارش استیتمنت برای هنرمندان تجسمی» نوشتهی امیرحسین مجتهدزاده روانه بازار نشر شد. به گزارش ایلنا، کتاب «هنرنگاشت: راهنمای نگارش استیتمنت برای هنرمندان تجسمی» نوشتهی امیرحسین مجتهدزاده با ترجمه‌ای از اثر ویکی کرون آموروس، از سوی انتشارات مهراندیش منتشر شد. این کتاب در ۱۲۵ صفحه تدوین شده و به‌عنوان یک منبع جامع و کاربردی، به هنرمندان و علاقه‌مندان کمک می‌کند تا شیوهی نگارش و تدوین استیتمنت هنری خود را ارتقا دهند.

نویسنده با تکیه بر تجربه‌های آکادمیک و فعالیت‌های مطبوعاتی، ابتدا به تشریح مفاهیم پایه و ماهیت استیتمنت پرداخته و سپس از خلال تمرین‌ها، نکات آموزشی، مهارت‌های نوشتاری مخاطب را پرورش می‌دهد. در این شیوهی آموزشی، هنرمند می‌آموزد که چگونه در کنار خلق اثر، دربارهی خود و هنر خود بنویسد و کتاب خلق اثر، دربارهی خود و هنر خود بنویسد و چپستی»، چارچوب اصلی استیتمنت خود را شکل دهد.

از دیگر ویژگی‌های این کتاب، ارائه‌ی راهکارهایی برای نگارش رزومه، شرح‌حال، نامه‌های حمایتی و سایر مکتوباتی است که هنرمندان در مسیر حرفه‌ای خود – از دریافت بورسیه و کمک‌هزینه گرفته تا شرکت در جشنواره‌ها و فعالیت‌های فرهنگی – به آن‌ها نیاز دارند.

کتاب «هنرنگاشت» با هدف پوشش تمام عرصه‌های مرتبط با نوشتار هنری، همچون یک زنجیره‌ی منسجم عمل می‌کند و می‌تواند به‌طور مستقیم در جایگاه و مسیر پیشرفت هنرمندان اثرگذار باشد.



آب تنی در روزهای داغ تابستان

عکس: مهدی محبی پور / ایرنا

## ویترین

کتاب «هنر نگاشت» منتشر شد

### خودآموزی برای نگارش استیتمنت هنری

کتاب «هنرنگاشت:راهنمای نگارش استیتمنت برای هنرمندان تجسمی» نوشتهی امیرحسین مجتهدزاده روانه بازار نشر شد. به گزارش ایلنا، کتاب «هنرنگاشت: راهنمای نگارش استیتمنت برای هنرمندان تجسمی» نوشتهی امیرحسین مجتهدزاده با ترجمه‌ای از اثر ویکی کرون آموروس، از سوی انتشارات مهراندیش منتشر شد. این کتاب در ۱۲۵ صفحه تدوین شده و به‌عنوان یک منبع جامع و کاربردی، به هنرمندان و علاقه‌مندان کمک می‌کند تا شیوهی نگارش و تدوین استیتمنت هنری خود را ارتقا دهند.

نویسنده با تکیه بر تجربه‌های آکادمیک و فعالیت‌های مطبوعاتی، ابتدا به تشریح مفاهیم پایه و ماهیت استیتمنت پرداخته و سپس از خلال تمرین‌ها، نکات آموزشی، مهارت‌های نوشتاری مخاطب را پرورش می‌دهد. در این شیوهی آموزشی، هنرمند می‌آموزد که چگونه در کنار خلق اثر، دربارهی خود و هنر خود بنویسد و کتاب خلق اثر، دربارهی خود و هنر خود بنویسد و چپستی»، چارچوب اصلی استیتمنت خود را شکل دهد.

از دیگر ویژگی‌های این کتاب، ارائه‌ی راهکارهایی برای نگارش رزومه، شرح‌حال، نامه‌های حمایتی و سایر مکتوباتی است که هنرمندان در مسیر حرفه‌ای خود – از دریافت بورسیه و کمک‌هزینه گرفته تا شرکت در جشنواره‌ها و فعالیت‌های فرهنگی – به آن‌ها نیاز دارند.

کتاب «هنرنگاشت» با هدف پوشش تمام عرصه‌های مرتبط با نوشتار هنری، همچون یک زنجیره‌ی منسجم عمل می‌کند و می‌تواند به‌طور مستقیم در جایگاه و مسیر پیشرفت هنرمندان اثرگذار باشد.



### ۵ غذایی که هم شما را سالم نگه می‌دارند و هم زمین را



مطالعات نشان می‌دهد برخی غذاها هم برای بدن سودمندند و هم کمترین آسیب را به محیط می‌زنند.

به گزارش خبرآنلاین، یافته‌های تازه دانشمندان درباره ارتباط تغذیه و محیط‌زیست نشان می دهد، در روزگاری که انتخاب هر ماده غذایی نه‌تنها بر سلامت ما، بلکه بر آینده سیاره‌مان اثر می‌گذارد، پژوهشی تازه در مجله Frontiers in Nutrition منتشر شده که می‌تواند راهنمایی عملی برای سبد غذایی خانوارها باشد.

همشهری آنلاین نوشت: محققان با بررسی ۳۰ گروه غذایی رایج، آن‌ها را از دو جنبه رتبه‌بندی کرده‌اند: تأثیر بر سلامت و ردپای کربنی (میزان گازهای گلخانه‌ای حاصل از تولید تا مصرف). نتیجه این ارزیابی نشان می‌دهد برخی غذاها هم برای بدن سودمندند و هم کمترین آسیب را به محیط می‌زنند.

پنج گروه غذایی در صدر جدول قرار گرفتند که هم به کاهش خطر بیماری‌های مزمن کمک می‌کنند و هم ردپای کربنی پایینی دارند:

میوه‌ها

سبزیجات

مغزها و دانه‌ها

حیوانات (لوبیا و نخود)

غلات کامل

این مواد غذایی نه‌تنها به بهبود سلامت قلب و کاهش ریسک دیابت و سرطان کمک می‌کنند، بلکه در مقایسه با گوشت‌های قرمز و فرآوری شده، انتشار گازهای گلخانه‌ای بسیار کمتری دارند.

**بازندگان جدول**

در سوی دیگر، گوشت گاو و فرآورده‌های گوشتی قرار دارند که هم از نظر علمی بیشترین ارتباط را با بیماری‌ها نشان داده‌اند و هم بالاترین ردپای کربنی را به خود اختصاص داده‌اند؛ به‌طوری‌که تولید هر وعده گوشت گاو نزدیک به ۴ کیلوگرم دی‌اکسید کربن وارد جو می‌کند.

**چرا این یافته‌ها مهم‌اند؟**

امروزه رژیم‌های غذایی مدرن پر از خوراکی‌های فوق‌فرآوری شده‌است؛ عاملی که به گفته متخصصان، سهم بزرگی در مرگ‌ومیرهای ناشی از بیماری‌های قلبی و متابولیک دارد. هم‌زمان، کشاورزی صنعتی و تولید گوشت یکی از منابع اصلی انتشار گازهای گلخانه‌ای و مصرف بی‌رویه آب شیرین محسوب می‌شود.

این مطالعه با ارائه یک نمودار ساده، انتخاب را برای مصرف‌کنندگان آسان کرده است: کافی است بدانیم هر بار که به جای استیک گوشت، یک بشقاب عدس یا سالاد سبزیجات را انتخاب می‌کنیم، هم به سلامت خودمان خدمت کرده‌ایم و هم به آینده زمین.

**نگاهی به سفره آینده**

پیام این تحقیق روشن است:

تغییرات کوچک در سفره‌های روزانه، مثل افزودن بیشتر میوه و سبزی یا جایگزین کردن گوشت با حیوانات، می‌تواند هم عمر طولانی‌تری برای ما به ارمغان بیاورد و هم زمین سبزتری برای نسل‌های بعدی.

### «اپ»

### تکار



به این ضخامت، در پتل پشتی فقط دوربین تک‌لنز ۴۸ مگاپیکسلی قرار خواهد داشت. همچنین این طراحی فوق باریک ممکن است چالش‌هایی را برای ظرفیت باتری ایجاد کند و نباید انتظار ظرفیت بالایی داشته باشیم. مدل‌های پرو: این مدل‌ها نیز از تغییرات طراحی بی‌نصیب نخواهند ماند. شایعات ضدونقیضی درباره کنارگذاشتن فریم تیتانیومی و بازگشت به آلومینیوم یا استفاده از یک طراحی ترکیبی نیمه‌شیشه نیمه-آلومینیوم در پشت دستگاه برای افزایش دوام وجود دارد. بزرگ‌ترین تغییر بصری در این مدل‌ها، حذف برآمدگی دوربین مربعی و جایگزینی آن با یک برآمدگی مستطیلی و افقی از جنس آلومینیوم خواهد بود که در تمام عرضه می‌شود. برای مدیریت بهتر گرما، به خصوص در مدل‌های پرو، ممکن است از سیستم خنک‌کننده محفظه بخار (Vapor Chamber) استفاده شود.

در زمینه ارتباطات، انتظار می‌رود تمام مدل‌ها به چپ وای‌فای ۷ ساخت خود اپل مجهز شوند. اما یک تغییر استراتژیک دیگر این است که به احتمال زیاد، آیفون ۱۷ ایر از مودم ۵G ساخت خود اپل استفاده می‌کند و این شرکت را یک قدم به استقلال کامل از کوالکام نزدیک‌تر می‌کند. همچنین، طبق شایعات، مدل‌های آیفون ۱۷ پرو ممکن است در تمام رنگ نارنجی مسی همراه با سیاه، خاکستری، تفره‌ای و آبی تیره موجود باشند. همچنین طبق برخی گزارش‌ها، احتمال دارد یکی از رنگ‌های آیفون ۱۷ پرو به نحوی زبان طراحی Liquid Glass در آپدیت iOS ۲۶ را منعکس کند؛ یعنی حالتی از رنگ سفید که با تابش نور به‌صورت رنگین‌کمانی درآید. رنگ جدید مدل آیفون ۱۷ معمولی نیز احتمالاً بنفش یا سبز خواهد بود.

**ارتقا‌های مهم در آیفون‌های ۱۷**

یکی از هیجان‌انگیزترین شایعات، مربوط به نمایشگر است. به نظر می‌رسد اپل سرانجام قصد دارد ویژگی پروموشن (ProMotion) یا بارش ریت ۱۲۰ هرتز را که سال‌ها در انحصار مدل‌های پرو بود، به تمام چهار

در این مطلب نگاهی به اطلاعات فاش‌شده پیرامون سری آیفون ۱۷ می‌اندازیم. در فاصله دو هفته مانده تا رونمایی از سری آیفون ۱۷، حجم شایعات و اطلاعات فاش‌شده به حدی است که می‌توانیم تصویری جامع از پرچمداران آتی اپل داشته باشیم. سال ۲۰۲۵ برای آیفون سال یک بازنگری بزرگ در استراتژی و طراحی خواهد بود؛ اپل قصد دارد با مدل ناموفق «پلاس» خداحافظی کند و یک عضو کاملاً جدید به نام آیفون ۱۷ ایر را با طراحی فوق باریک به خانواده خود اضافه کند. در ادامه با ما همراه باشید تا نگاهی بیندازیم به هر آنچه که از این سری می‌دانیم.

نسل جدید گوشی‌های اپل شامل چهار مدل آیفون ۱۷، آیفون ۱۷ پرو، آیفون ۱۷ پرو و آیفون ۱۷ پرو مکس خواهد بود که در آنها شاهد ارتقا‌های مهمی در بخش نمایشگر، دوربین و عملکرد خواهیم بود. بزرگ‌ترین تغییر در سال ۲۰۲۵، استراتژی جدید اپل در چینش محصولات است. مدل «پلاس» که به دلیل فروش پایین و عدم استقبال مشتریان، یک مهره ناموفق در استراتژی اپل بود، از این نسل حذف خواهد شد. جایگزین آن، مدل کاملاً جدید «ایر» است که به عنوان یک گزینه تقریباً بی‌امان‌رده، گران‌تر از مدل استاندارد و ارزان‌تر از مدل‌های پرو، جایگاه مدل پلاس را در سبد محصولات اپل پر خواهد کرد.

ابعاد نمایشگرها نیز تغییرات مهمی خواهد داشت. مدل استاندارد آیفون ۱۷ با نمایشگری ۶.۳ اینچی (بزرگ‌تر از ۶.۱ اینچ فعلی) عرضه می‌شود تا هم اندازه آیفون ۱۷ پرو باشد. آیفون ۱۷ ایر با نمایشگری حدود ۶.۶ اینچ دقیقاً میان دو مدل پرو قرار می‌گیرد و آیفون ۱۷ پرو مکس نیز با نمایشگر بزرگ ۶.۹ اینچی خود همچنان بزرگ‌ترین عضو خانواده باقی خواهد ماند.

آیفون ۱۷ ایر: بدون شک ستاره این نسل خواهد بود. شایعات به ظاهری بسیار باریک‌تر با ضخامتی بین ۵.۵ تا ۶.۲۵ میلی‌متر اشاره دارند که آن را به باریک‌ترین آیفون تاریخ تبدیل خواهد کرد. برای دستیابی

## حفاری سیاره فراخورشیدی در یک قرص کهکشانی!

به نقل از ناسا، اگرچه ما نمی‌توانیم به گذشته نگاه کنیم و شکل‌گیری زمین را مستقیماً ببینیم اما تلدسکوپ‌ها به ما امکان می‌دهند تا فرآیندهای مشابهی را که در اطراف ستاره‌های دوردست در حال رخ دادن هستند، تماشا کنیم. در مرکز این عکس، یک ستاره جوان خورشیدمانند قرار دارد که در پشت یک تاج‌نگار پنهان شده و درخشش آن را مسدود شده است. در اطراف این ستاره، یک قرص پیش‌سیاره‌ای روشن و غبارآلود - ماده خام سیاره‌ها - قرار دارد. شکاف‌ها و حلقه‌های



**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: ۸۸۹۷۵۱۰-۸۸۹۹۴۰۹

فاکس: ۸۸۹۷۵۷۰۹

سامانه پیامکی: ۳۰۰۰۶۰۰۰۴۰۰۰

ebtekarnews@gmail.com

**سازمان آگهی‌ها:**

**بلوار آیت الله کاشانی، بین رامین شمالی و گلستان**

**شمالی، ساختمان فرید، پلاک ۲۵۸، واحد یک**

۴۴۰۱۹۸۰۵ - ۴۴۰۱۹۸۰۶ - ۴۴۰۱۹۸۰۷

**سازمان شهرستان‌ها:**۰۹۱۲۳۷۱۵۵۰۳

**توزیع:** شرکت نشرگستر امروز - ۶۱۹۳۳۰۰

چاپ: صمیم ۳-۱۰۳۸۵۵۸۶۸۰

**پنجشنبه ۶ شهریور ۱۴۰۴ / شماره ۵۹۸۷**

**۴ ربیع‌الاول ۱۴۴۷ - ۲۸ آگوست ۲۰۲۵**

**سال بیست‌ویکم / صفحه ۸**

## ماشین بازی

## معرفی رم RHO هنسی با ۱۷۰۰اسب بخار، جایگزین شش سیلندر برای TRX

هنسی سراغ پیکاپ جدید رم RHO رفته و با ارتقای موتور شش سیلندر توئین توربو به ۷۰۰ اسب بخار، قدرت آن را به سطح TRX افسانه‌ای رسانده است.

در دنیای پیکاپ‌های قدرتمند، جای خالی رم TRX با موتور ۷۸ سوپرشاژ به‌شدت احساس می‌شود اما حالا هنسی با معرفی پکیج تیونینگ ماموت ۷۰۰ برای مدل جدید رم RHO، گزینه‌ای هیجان‌انگیز برای کسانی ارائه کرده است که نمی‌توانند منتظر بازگشت احتمالی هیولای ۷۸ بمانند. رم RHO به‌عنوان جانشین TRX، از پیشرانۀ ۳ لیتری شش سیلندر خطی توئین توربو هوریکین استفاده می‌کند که در حالت استاندارد ۵۴۰ اسب بخار قدرت دارد اما مهندسان هنسی با افزایش فشار بوس، نصب نرم‌افزار مدیریت موتور جدید و یک سیستم اکروز از جنس فولاد ضدزنگ، این رقم را به ۷۰۰ اسب بخار رسانده‌اند. این عدد به قدرت ۷۰۲ اسب بخاری TRX نزدیک است و نشان می‌دهد که دوران موتورهای شش سیلندر قدرتمند فرارسیده است.

اما تغییرات هنسی تنها به زیر کاپوت محدود نمی‌شود و این شرکت یک پکیج آفرود ویژه را هم برای ماموت ۷۰۰ در نظر گرفته است که شامل افزایش ۵ سانتی‌متری ارتفاع سیستم تعلیق و لاستیک‌های غول‌پیکر ۳۷ اینچی روی رینگ‌های ۲۰ اینچی می‌شود. این در حالی است که خود RHO در حالت استاندارد نیز با لاستیک‌های ۳۵ اینچی و ارتفاع بیشتر از سطح زمین (حدود ۳۰ سانتی‌متر)، یک پیکاپ توانمند به شمار می‌رود. از نظر ظاهری، سپرهای جلو و عقب جدید با یک نوار LED در جلو به همراه نشان‌های هنسی، چهره‌ای تهاجمی‌تر به این پیکاپ بخشیده‌اند. همچنین برای محافظت بیشتر در مسیرهای سخت، یک سینی محافظ زیر خودرو و برای مهار قدرت بیشتر، دیسک‌ها و لنت‌های ترمز پرفورمنس نیز نصب شده است.

با وجود تمام توانایی‌های رم RHO چه در حالت استاندارد و چه در نسخهٔ تیونینگ شده توسط هنسی، بسیاری آن را راه‌حلی موقتی تا زمان بازگشت احتمالی یک پیکاپ ۷۸ از سوی رم می‌دانند. آنتونیو فیلوسا، مدیرعامل استلانتیس، پیش‌تر اشاره کرده بود که بازگشت TRX و دیگر مدل‌های ۷۸ می‌تواند به افزایش فروش کمک کند. با توجه به اینکه بازگشت موتور ۵.۷ لیتری همی برای رم ۱۵۰۰ مدل ۲۰۲۶ تأیید شده، به نظر می‌رسد معرفی یک TRX جدید چندان دور از ذهن نباشد؛ اما تا آن زمان، ماموت ۷۰۰ هنسی با قدرت خیره‌کننده‌اش، به‌عنوان قدرتمندترین پیکاپ حال حاضر رم جای خالی TRX را پر خواهد کرد.



## تازه‌های علمی

عکس روز ناسا اولین مشاهده را از یک سیاره فراخورشیدی ارائه می‌دهد که شکافی را درون یک قرص کهکشانی ایجاد می‌کند.

به گزارش ایسنا، لکه زردرنگی که در این عکس دیده می‌شود، یک سیاره جوان در فضای بیرون از منظومه شمسی ماست. این عکس ثبت‌شده با «تلسکوپ بسیار بزرگ» در شیلی به طرز شگفت انگیزی یک منظره دوردست را به تصویر می‌کشد که بسیار شبیه به تولد منظومه شمسی در حدود ۴.۵ میلیارد سال پیش است.