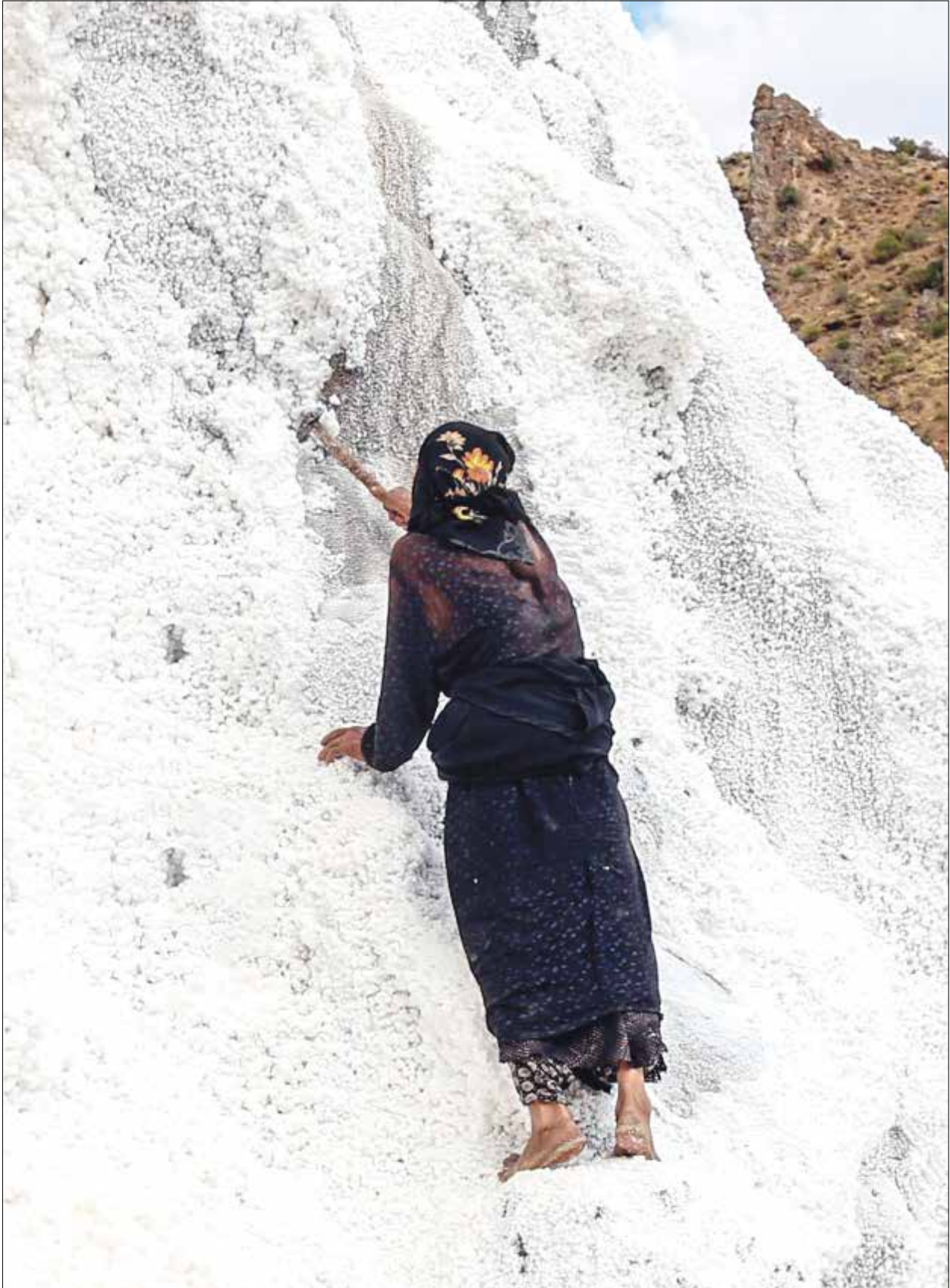




عکس: مریم آل مومن دهکردی / ایران

معدن نمک «قلعه رشید» در کوه های زاگرس واقع در شهر کرد

### هشدار یک فیزیوتراپیست به والدین در آستانه آغاز سال تحصیلی



دکترای تخصصی فیزیوتراپی در آستانه فصل مدارس درباره خطرات استفاده از کوله‌پشتی نامناسب هشدار داد و گفت: سلامت سیستم حرکتی و بدنی در سن رشد، عاملی مهم برای آینده موفق فرزندان است.

به گزارش ایسنا، دکتر زهرا کوثریان با تأکید بر نقش سلامت جسمی در موفقیت تحصیلی، اظهار کرد: با توجه به اینکه دانش‌آموزان زمان زیادی از روز را در مدرسه سپری می‌کنند، باید شرایطی فراهم شود تا مشکلات اسکلتی \_ عضلانی آن‌ها به حداقل برسد.

وی به «سندروم کوله‌پشتی» به عنوان یکی از شایع‌ترین مشکلات در میان دانش‌آموزان اشاره کرد و افزود: والدین هنگام خرید کوله‌پشتی مدرسه بیشتر به ظاهر آن توجه می‌کنند و اغلب به معیارهای استاندارد و ارگونومیک کوله‌پشتی توجه چندانی نمی‌شود.

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی جندی‌شاپور اهواز با اشاره به عوارض استفاده از کوله‌پشتی‌های غیراستاندارد، گفت: عدم توزیع صحیح وزن بر روی شانه‌ها تعادل بدن را بر هم می‌زند و زمینه بروز بدشکلی‌های اسکلتی را فراهم می‌کند. این وضعیت نه‌تنها می‌تواند منجر به قوز کردن و جلو آمدن غیرطبیعی سر شود، بلکه دردهای اسکلتی \_ عضلانی متعددی را به دنبال دارد و در نهایت تمرکز و توجه دانش‌آموز در کلاس درس را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد.

این دکترای فیزیوتراپی خاطرنشان کرد: قوز کردن مداوم، قفسه‌سینه را تحت فشار قرار می‌دهد و بر عملکرد قلب و ریه تأثیر می‌گذارد. مطالعات نشان داده‌اند که این وضعیت می‌تواند منجر به تغییر ضربان قلب و فشار خون شود. همچنین، کاهش حجم ریه‌ها و اکسیژن‌رسانی نامناسب، موجب بروز خستگی زود هنگام، اختلال یادگیری و کاهش تمرکز در دانش‌آموز می‌شود.

دکتر کوثریان در بیان معیارهای انتخاب کوله‌پشتی مناسب، توضیح داد: وزن کوله‌پشتی پر شده نباید بیشتر از ۱۰ یا حداکثر ۱۵ درصد وزن دانش‌آموز باشد. والدین باید دائماً کوله‌پشتی را کنترل کرده و وسایل غیرضروری را از آن خارج کنند و اندازه آن باید از بالای کمر و نهایتاً تا روی لگن قرار گیرد.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز تأکید کرد: خرید کوله‌پشتی بزرگ به امید استفاده در سال‌های آینده، صرفاً به معنای صرفه‌جویی در هزینه نیست، بلکه بهای سنگینی برای سلامت کودکان خواهد بود و آغازگر بیماری‌های اسکلتی-عضلانی است.

وی در ادامه، درباره ویژگی‌های کوله‌پشتی مناسب توضیح داد: بهترین انتخاب، کوله‌پشتی‌های دو بند است که امکان توزیع متوازن وزن بر روی هر دو شانه را فراهم می‌کند. استفاده از کوله‌های تک‌بند یا مدل‌های چمدانی به هیچ عنوان توصیه نمی‌شود، چراکه این نوع کوله‌ها فشار نامتقارنی بر یک سمت بدن، دست یا کمر وارد کرده و زمینه‌ساز مشکلات اسکلتی می‌شوند.

دکتر کوثریان اظهار کرد: کوله‌پشتی استاندارد باید مجهز به بند کمری و پدهای نرم در زیر بندها باشد تا فشار به‌طور یکنواخت توزیع شده و از بروز آسیب جلوگیری شود. بر اساس گزارش سایت وبدا، این دکترای فیزیوتراپی در پایان تأکید کرد: سلامت سیستم حرکتی، زیربنای یک زندگی موفق در آینده است و والدین باید با دقت در انتخاب تجهیزات آموزشی فرزندان، از بروز مشکلات جدی در بزرگسالی پیشگیری کنند.

### ماشین بازی



کاوازاکی با نینجا ۱۰۰۰-۱، اسکوتر را با هیجان در هم آمیخته است. این سامورایی برقی، تعریفی جدید از سواری شهری را ارائه می‌دهد. نینجا۱۰۰۰ مدل سال ۲۰۲۵، با بهره‌مندی از فناوری پيشرانه الكتريكي خود نشان می‌دهد کاوازاکی برای انتقال میراث نینجاهای خود به

## کاوازاکی نینجا ۱۰۰۰ مدل ۲۰۲۵: سوپر بایک برقی برای آینده

سواری اسپرت یکی از خانواده نینجا محسوب می‌شود. رنگ‌بندی نقره‌ای متالیک روشن درکنار سبز مات لیمویی، نگاه و استدلال کاوازاکی به سوی آینده برقی را نشان می‌دهد. در محل مخزن سوخت، یک جعبه قفل‌دار ۵ لیتری برای لوازم کوچک مثل دستکش یا شارژر هم تعبیه شده است تا بتواند ۱۰۰۰-۱ را برای عبورومرور شهری به گزینه‌ای کاربردی تبدیل کند. داشبورד آن به یک نمایشگر رنگی TFT مجهز شده که اطلاعاتی مثل وضعیت باتری، حالت سواری و اتصال به گوشی هوشمند را نشان می‌دهد. این موتورسیکلت از سه حالت سواری زیر سود می‌برد: ROAD: حالت اصلی، با بیشینه سرعت حدود ۸۸ کیلومتر در

ساعت.

ECO: محدود به سرعت کمتر برای افزایش برد.

E-Boost: برای مدت محدود (حدود ۱۵ ثانیه)، افزایش قدرت

و سرعت می‌دهد.

پشرانه برقی این موتورسیکلت از نوع سترکون دائم‌مغناطیسی هواخنک است که توان نامی آن برابر با ۵٫۰ کیلووات و توان بیشینه آن برابر ۹٫۰ کیلووات (حدود ۱۲ اسب بخار) اعلام شده است. دو باتری لیتیم‌یونی جداشونده، هر کدام با ظرفیت ۳۰ آمپر-ساعت و ولتاژ اسمی ۵۰٫۴ ولت، تامین نیروی موټو را بر عهده دارند. زمان شارژ کامل هر باتری هم حدود ۳٫۷ ساعت است.

نینجا ۱۰۰۰-۲۵ بهشت مناسب استفاده شهری است: وزن سبک، طراحی اسپرت، امکانات مدرن و برد کافی برای ماموریت‌های روزمره هم گواه این ادعا خواهند بود. بی‌شک این موتورسیکلت برقی با هویت قوی، مصرف پایین و هزینه نگهداری کمتر خود به یکی از بهترین گزینه‌های شهری آینده تبدیل خواهد شد. نظر شما درباره کاوازاکی ۱۰۰۰ برقی چیست؟

## «وایپر» زنده است و به ماه خواهد رفت!



اکتشافات آینده بشر کمک کند.

وی افزود: ماه به دنبال روش‌های خلاقانه و مقرون‌به‌صرفه برای دستیابی به این اهداف اکتشافی بوده‌ایم. قابلیت فرود توسعه‌یافته توسط بخش خصوصی، این کار را امکان‌پذیر خواهد ساخت و سرمایه‌گذاری‌های ما را بر این اساس متمرکز خواهد کرد.

اگر همه چیز طبق برنامه پیش برود، وایپر در نزدیکی قطب جنوب ماه فرود خواهد آمد و به مدت حدود ۱۰۰ روز زمینی به دنبال یخ آب در این منطقه خواهد گشت. ناسا مسئول این عملیات علمی خواهد بود و بلو اورجین مسئولیت پیکربندی ماموریت فرود، ادغام وایپر با بلو مون و استقرار مأمونرد روی سطح ماه را بر عهده خواهد داشت. قرارداد CLPS شامل پرتاب این ماموریت نمی‌شود.

### ویتترین

#### چاپ دوم تصحیح جعفر یاحقی از «حدیقة الحقیقه» منتشر شد



کتاب حدیقة الحقیقه اثر محدودین آدم سنایی غزنوی با تصحیح محمدجعفر یاحقی و مهدی زرقانی در دوجلد برای بار دوم منتشر شد. مصححین این کتاب بر اساس نسخه‌های تازه یافته متن را تصحیح نموده‌اند. به گزارش خبرنگار مهر، کتاب حدیقه الحقیقه اثر مجدود بن آدم سنایی غزنوی با تصحیح محمدجعفر یاحقی و مهدی زرقانی در دو جلد برای بار دوم منتشر شد. چاپ نخست این کتاب در اواخر دهه ۹۰ منتشر شده بود. حدیقة الحقیقه کتابی از حکیم سنایی غزنوی، عارف و شاعر ایرانی قرن ششم هجری قمری است. سنایی یکی از بزرگترین صوفیان و شاعران فارسی‌سرای ایرانی است که در سده‌های پنجم و ششم هجری می‌زیست. او به غیر از حدیقه، آثار دیگری همچون طریق‌الحقیق و سیرالعباد الی‌المعاد دارد که هر دو در حوزه عرفان نوشته شده‌اند. این کتاب که در سال‌های ۵۲۴ تا ۵۲۵ هجری قمری سروده شده است، یک مثنوی ده‌هزار بیتي در بحر خفیف مسدس محذوف است و به موضوعاتی چون ستایش خداوند، پیامبر اکرم و خاندان او، عقل، علم، حکمت و عشق می‌پردازد. این اثر در طول تاریخ مورد توجه بسیاری از شاعران و ادیبان قرار گرفته است و تأثیرات آن در آثار بزرگان ادب فارسی مانند نظامی گنجوی در مخزن الاسرار و خاقانی شروانی در تحفة العراقین به وضوح دیده می‌شود. حدیقه نه تنها از لحاظ محتوا بلکه از نظر قالب شعری نیز یکی از شاهکارهای ادبیات فارسی به شمار می‌آید. تصحیح حدیقة الحقیقه توسط محمد جعفر یاحقی، بر اساس نسخه منچستر که کهن‌ترین نسخه موجود از متن تفصیلی حدیقه است، انجام شده است. مقایسه نسخه‌های دیگر حدیقه با این تصحیح تفاوت‌هایی را هم در ترتیب ابیات و کلمات و همچنین حکایات‌ها و ابواب و هم در ضبط نسخه‌ها نشان می‌دهد، به این دلیل که مصححین این کتاب بر اساس نسخه‌های تازه یافته متن را تصحیح نموده‌اند. این اثر علاوه بر متن حدیقه بیت با هم دارد که برای یافتن ابیات راهگشاست. جلد دوم این کتاب نیز تعلیقات حدیقه است و توضیحات لازم راجع به ابیات و فهرست‌های متعدد و چندگانه ای دارد که به دریافت مطلوب از این کتاب کمک می‌کند. چاپ دوم حدیقة الحقیقه با تصحیح محمدجعفر یاحقی و مهدی زرقانی، در دو جلد و مجموعاً ۱۵۳۴ صفحه، با قیمت ۳ میلیون و ۳۰۰ هزار تومان به همت نشر سخن منتشر و عرضه شده است.

#### «اب»تکار

### رنگ‌های تیره آیفون ۱۷ پرو و آیفون ایر ظاهراً خیلی زود خط‌وخش برمی‌دارند

به‌نظر می‌رسد که بدنه آلومینیومی آیفون ۱۷ پرو نسبت به نسل قبل آسیب‌پذیرتر است. در اولین روز عرضه آیفون ۱۷ پرو و آیفون ایر گزارش‌های مختلفی از مشکل خط‌وخش روی بدنه این گوشی‌ها منتشر شده است. طبق اعلام بلومبرگ و وبلاگ فرانسوی Consomac، برخی نمونه‌های این مدل‌ها در فروشگاه‌های اپل در چین، فرانسه و لندن تنها پس از چند ساعت دست به دست شدن دچار خط‌وخش و ساییدگی شدند. این مسئله به‌خصوص در رنگ‌های تیره مانند آبی تیره در آیفون ۱۷ پرو و پرو مکس و همچنین Space Black در آیفون ایر بیشتر نمایان است. تفاوت اصلی این نسل با قبل در جنس بدنه است. درحالی‌که آیفون ۱۶ پرو از فریم تیتانیومی و پتل شیشه‌ای بهره می‌برد، آیفون ۱۷ پرو با بدنه‌ای یکپارچه از آلومینیوم عرضه شده است. از آنجایی که آیفون ۱۷ پرو مقاومت بیشتری نسبت به آلومینیوم دارند، طبیعی است که بدنه آلومینیومی جدید زودتر دچار خط‌وخش شود. همچنین آلومینیوم آلودایز شده در صورت خراش، رنگ نقره‌ای فلز خام را نمایان می‌کند و همین موضوع باعث می‌شود حتی خراش‌های سطحی نیز به وضوح دیده شوند.

در مورد آیفون ایر، اپل از ترکیب فریم تیتانیومی و پوشش سرامیک شیلد در جلو و پشت استفاده کرده است. این طراحی مقاومت بالایی در برابر خمشدن و ترک‌خوردگی دارد، اما رنگ Space Black همچنان در برابر خط‌وخش آسیب‌پذیر گزارش شده است. حتی پایه شارژ مگ‌سیف نیز ردهایی روی بخش شیشه‌ای پشت گوشی برجای می‌گذارد که بخشی از آنها به‌سادگی برطرف می‌شود.

کارشناسان یادآوری می‌کنند که این مشکل پیش‌تر نیز در محصولات اپل دیده شده بود. برای نمونه، در مک‌بوک‌های Space Grey یا Space Black خط‌وخش‌های کوچک روی بدنه آلومینیومی خیلی زود به چشم می‌آید، درحالی‌که در رنگ‌های روشن‌تر این موضوع کمتر جلب توجه می‌کند. به‌همین‌دلیل پیش‌بینی می‌شود رنگ‌هایی مثل نارنجی در آیفون ۱۷ پرو نسبت به مدل آبی تیره دوام ظاهری بیشتری داشته باشند.

با وجود این انتقادات، اپل تأکید کرده که پوشش سرامیک شیلد در این نسل مقاوم‌تر از قبل است؛ به‌طوری‌که نمایشگر تا ۳ برابر در برابر خط‌وخش مقاوم‌تر و بخش پشتی تا ۴ برابر در برابر ترک‌خوردگی مقاوم‌تر شده است. البته اپل درباره مقاومت قسمت پشتی در برابر خراش توضیحی نداده است. همین مسئله باعث شده برخی کاربران، از جمله دارندگان مدل‌هایی مانند ۱۳ پرو مکس، فعلاً از ارتقا صرف‌نظر کنند.

