

دفتر مرکزی: تهران، زرتشت غربی
نرسیده به بیمارستان مهر، پلاک ۶۶، طبقه دوم
تلفن: ۸۸۹۷۵۷۱۰ - ۸۸۹۹۴۶۰۹

فاکس: ۸۸۹۷۵۷۰۹
سامانه پیامکی: ۳۰۰۰۶۰۰۴۰۴۰۰۰
ebtkarnews@gmail.com

سازمان آگهی ها:

بلوار آیت الله کاشانی، بین رامین شمالی و گلستان شمالی، ساختمان فرید، پلاک ۲،۵۸ واحد یک
۴۴۰۱۹۸۰۵ - ۴۴۰۱۹۸۰۶ - ۴۴۰۱۹۸۰۷ - ۴۴۰۱۹۸۰۷
سازمان شهرستانها:۳۰۳-۹۱۲۲۷۱۷۵
توزیع: شرکت نشرگستر امروز - ۶۱۹۳۳۰۰۰
چاپ: صمیم / ۳-۱۰۳-۶۵۵۸۶۸۰

دوشنبه / ۲۰ بهمن ۱۴۰۴ / شماره ۶۱۱۷
۲۰ شعبان ۱۴۴۷ - ۹ فوریه ۲۰۲۶
سال بیستویکم / ۸ صفحه

«اب»تکار

اِپِل احتمالاً تا چند هفته دیگر آیفون ۱۷e را معرفی می‌کند

آیفون ارزان قیمت جدید اپل تراشه A1۹ و مودم جدید C۱X را نیز دریافت می‌کند. یک نشریه آلمانی به‌تازگی گزارشی منتشر کرده و از احتمال معرفی آیفون ۱۷e با پشتیبانی از مگ‌سیف در ماه جاری میلادی خبر داده است. انتظار می‌رود آپید ۱۲ نیز به‌زودی معرفی شود.

براساس گزارش منتشر شده توسط نشریه آلمانی Macwelt، اپل قصد دارد در تاریخ ۱۹ فوریه (۳۰ بهمن) آیفون ۱۷e را معرفی کند. منبع این خبر اطلاعات را از تولیدکنندگان قاب و لوازم جانبی آیفون ۱۷e نقل کرده است. نویسندگان گزارش یادآوری کرده‌اند اپل به‌درت سخت‌افزار تازه را در روز پنج‌شنبه عرضه می‌کند و این شرکت معمولاً محصولات مهم را دوشنبه، سه‌شنبه یا چهارشنبه معرفی می‌نماید.

تحلیل‌گران نسبت به تاریخ دقیق ۱۹ فوریه تردید دارند و آن را قطعی نمی‌دانند. اپل تاریخ عرضه را به‌طور مستقیم در اختیار سازندگان لوازم جانبی قرار نمی‌دهد. الگوی سال گذشته هم فقط بازه زمانی کلی را نشان می‌دهد نه روز دقیق‌را. بااین‌حال، هم‌زمانی این تاریخ با عرضه آیفون ۱۶e در سال گذشته، احتمال معرفی آیفون ۱۷e در فوریه ۲۰۲۶ را تقویت می‌کند. آیفون ۱۶e در ۱۹ فوریه ۲۰۲۵ وارد بازار شد. تکرار همین روز در سال جدید می‌تواند برای اپل جذاب باشد.

بخش مهم دیگر گزارش Macwelt به پشتیبانی آیفون ۱۷e از شارژ بی‌سیم MagSafe اشاره دارد. نمود مک سیف در آیفون ۱۶e یکی از محدودیت‌های اصلی آن به‌شمار می‌رفت و کاربران را به خرید مدل‌های گران‌تر سوق می‌داد. افزودن‌شدن مک سیف به آیفون ۱۷e امکان استفاده از شارژرها و لوازم جانبی مغناطیسی را فراهم می‌کند. تراشه A1۹، مودم جدید C1X اپل که سرعتی تا دو برابر سریع‌تر از مودم C1 اولیه موجود در آیفون ۱۶e ارائه می‌دهد و تراشه شبکه N1 اپل برای اتصال وای‌فای بلوتوث از دیگر مشخصات اعلامی آیفون ۱۷e هستند. انتظار می‌رود آیفون ۱۷e طراحی فعلی خود را حفظ کند؛ ازجمله ناچ در بالای نمایشگر به‌جای داینامیک آیلند. همچنین این دستگاه دوربین اصلی تکی خواهد داشت.

گفته شده که اپل ممکن است به‌زودی از آپید ۱۲ نیز رونمایی کند. این دستگاه احتمالاً طراحی مشابه آپید ۱۱ خواهد داشت، اما به تراشه جدید A1۸ مجهز می‌شود که از اپل اینتلیجنس پشتیبانی می‌کند. همچنین آپید ۱۲ دارای ۸ گیگابایت رم خواهد بود که نسبت به ۶ گیگابایت رم در آپید ۱۱ یک پیشرفت محسوب می‌شود.

تازه‌های علمی

ماشین بازی

پس‌انداز خواب چیست؟

کارشناسان سلامت تاکید می‌کنند مقدار خواب لازم برای بزرگسالان در شب، ۷ تا ۹ ساعت است و خوابیدن و بیدار شدن سر ساعت مشخص حتی آخر هفته‌ها، بهترین راهکار برای داشتن خواب باکیفیت است اما اگر زندگی واقعی، کار و برنامه‌های متغیر اجازه چنین نظمی را ندهند چه؟ اینجاست که ایده «پس‌انداز خواب» مطرح می‌شود.

به گزارش ایسنا، در ادبیات علمی، این روش «افزایش مدت خوابیدن» (sleep extension) نامیده می‌شود و به گفته دکتر «ریکا رابینز»، دانشمند خواب در بیمارستان بریگهام و زنان در بوستون و استاد دانشکده پزشکی هاروارد، منظور از آن ایجاد یک برنامه خواب واقعا سالم و اختصاص دادن زمان کافی برای خواب طولانی‌تر است تا بتوانید پیش از ورود به دوره‌های کم‌خوابی، مقاومت بدنتان را افزایش دهید. رابینز می‌گوید ذخیره‌سازی خواب را فقط به کسانی توصیه می‌کند که ساعت‌های کاری نامشخص یا محدودیت‌های دیگری دارند که مانع خواب کافی می‌شود. مثل پزشکان و نیروهای پلیس یا ماموریت‌های حساس که خواب کافی ندارند. به گفته او، ذخیره‌سازی خواب به حفظ سلامتی آن‌ها در مقاطع کاری دشوار کمک کرده است.

البته این روش می‌تواند برای افراد دیگری که الگوی خوابشان موقتا مختل می‌شود نیز مفید باشد مثل دانشجویان پیش از امتحان‌ها یا کارمندان در آخر سال که یک دوره کاری بسیار شلوغ محسوب می‌شود.

پس‌انداز خواب چطور کار می‌کند؟

دکتر «یوال جو»، متخصص خواب و استاد مغز و اعصاب دانشگاه واشنگتن توضیح می‌دهد که اصطلاح پس‌انداز خواب می‌تواند کمی گمراه‌کننده باشد. او معتقد است شما واقعا نمی‌توانید خواب پس‌انداز کنید اما می‌توانید بدهی خوابتان را کمی صاف کنید. به گفته او، این شبیه استفاده از کارت اعتباری است: کمی از بدهی‌تان را می‌پردازید تا بتوانید دوباره کمی بیشتر از میزان موجودی «خرج» کنید (یعنی بیدار بمانید).

وقتی افراد می‌دانند قرار است بعدا خواب کافی نداشته باشند، می‌توانند شب‌های قبل از آن دوره، کمی بیشتر بخوابند. این کار کمبود خواب‌ها در آینده را تا حدی جبران می‌کند. دکتر جو می‌گوید: بیدار شدن سر ساعت مشخص برای حفظ ریتم شبانه‌روزی ما بسیار مهم است. پس بهترین حالت این است که هر روز در یک ساعت ثابت بیدار شوید اما می‌توانید شب‌ها کمی زودتر بخوابید تا خواب بیشتری داشته باشید.

اگر می‌خواهید برای یک دوره مشخص خواب پس‌انداز کنید، رابینز پیشنهاد می‌دهد هر شب ۱۵ دقیقه زودتر به تخت‌خواب بروید تا به‌تدریج در طول یک هفته، حدود ۱.۵ ساعت خواب اضافی جمع شود.

محدودیت‌ها: پس‌انداز خواب همه مشکلات را حل نمی‌کند

به گزارش اپنیپدیندت، مطالعات نشان می‌دهد ذخیره‌سازی خواب فقط بخش خاصی از عملکرد مغز را تقویت می‌کند که مسئول واکنش سریع و توجه لحظه‌ای است. بنابراین اگر قرار است کم‌خوابی داشته باشید، پس‌انداز خواب می‌تواند سرعت واکنش و دقت شما را بهبود دهد اما با این روش نمی‌توان عملکردهای اجرایی مغز را مثل توانایی برنامه‌ریزی، تصمیم‌گیری، حل مسئله و انجام دادن هم‌زمان چند کار را بهتر کرد. این توانایی‌ها با خواب بلندمدت ترمیم و بازیابی می‌شوند نه با کمی بیشتر خوابیدن قبل از یک دوره کاری پر فشار. کسانی هم که مشکل بی‌خوابی دارند، نباید این روش را امتحان کنند زیرا دراز کشیدن طولانی در تخت بدون توانایی خوابیدن، اضطراب خواب را بیشتر و بی‌خوابی را شدیدتر می‌کند.

این کار نباید همیشه انجام شود

برای افرادی که الگوی خواب نسبتا درستی دارند، پس‌انداز خواب می‌تواند به گذر از دوره‌های کاری سنگین کمک کند اما پس از پایان آن دوره، مهم است که هرچه زودتر به برنامه خواب طبیعی خود برگردید.

دکتر جو پیشنهاد می‌کند وقتی دوباره روی روال افتادید، حدود یک تا دو ساعت پیش از زمان خواب یک «زنگ خواب» تنظیم کنید؛ یادآوری برای کم کردن نور و کنار گذاشتن گوشی. او می‌گوید: بسیاری از ما آن‌قدر درگیر فعالیت‌های روزمره‌ایم که تا لحظه خواب بدون هیچ وقفه‌ای پیش می‌رویم و بعد انتظار داریم که فوراً هم خوابمان برود اما این معمولاً ممکن نیست. مغز پیش از خواب به زمانی برای آرام شدن و کاهش تنش نیاز دارد.



www.ebtkarnews.com

عکس‌نوشت



مرگ تالاب مهارلو - شیراز

عکس: طاهره رخ‌بخشی / ایسنا

ویتترین

روایت خانلری از تاریخ ایران برای نوجوانان در بازار نشر



کتاب «آشنایی با تاریخ ایران» که روایتی تاریخی است برای شناساندن تاریخ ایران به نوجوانان توسط نشر نو منتشر شد. به گزارش مهر، کتاب «آشنایی با تاریخ ایران» اثر مرحوم پرویز ناتل خانلری توسط نشر نو روانه بازار کتاب شد.

کتاب «آشنایی با تاریخ ایران» حاصل کوشش‌های پرویز ناتل خانلری (۱۳۶۹-۱۲۹۲)، ادیب برجسته و نامور، در دهه ۱۳۴۰ برای شناساندن تاریخ ایران به نوجوانان است. این کتاب شرحی کلی از وقایع مهم تاریخی، از دوران غارنشینی تا برافتادن خاندان قاجار، ارائه می‌کند. منزلت نویسنده و قدمت کتاب آن را برای گروه وسیعی از خوانندگان امروزی مفید و جذاب می‌کند.

پرویز ناتل خانلری (زاده اسفند ۱۲۹۲ در تهران - ۱ شهریور ۱۳۶۹ در تهران) از اهالی ناتل نور مازندران، ادیب، سیاست مدار، مترجم، زبان شناس، نویسنده و شاعر معاصر ایرانی است.پرویز ناتل خانلری در اسفندماه ۱۲۹۲ در تهران زاده شد. خانواده پدر و مادر او هر دو مازندرانی بودند و در حکومت قاجار شغل دیوانی داشتند. کلمه «ناتل» (نام قدیمی شهری در مازندران) به پیشنهاد نیما یوشیج (نوه خاله مادرش) بر نام خانوادگی او افزوده شد و با آنکه خود همیشه آن را به کار می برد، در شناسنامه او نبود. پرویز ناتل خانلری تحصیلات ابتدایی را در مدرسه سن لویی، مدرسه آمریکایی تهران و مدرسه ثروت تهران گذراند. درس های دوره اول دبیرستان را به طور متفرقه امتحان داد، و هنگام ورود به دارالفنون برای دوره دوم متوسطه، به تشویق بدیع الزمان فروزانی، در آن زمان معلم دارالفنون بود، رشته ادبی را انتخاب کرد. سپس وارد دانشسرای عالی شد و در سال ۱۳۱۴ ه. ش دانشنامه لیسانس زبان و ادبیات فارسی را در دانشکده ادبیات دانشگاه تهران دریافت کرد.

کتاب «آشنایی با تاریخ ایران» که به صورت مصور در ۲۶۴ صفحه منتشر شده با قیمت یک میلیون و پانصد هزار تومان از سوی نشر نو روانه بازار کتاب شده است.

مرسدس بنز Guard S۶۸۰؛ تانک لوکسی که از جان شما محافظت می‌کند

در دورانی که بتنلی، آژودی و بی‌ام‌و با موتورهای ۱۲ سیلندر خداحافظی کرده‌اند، مرسدس بنز همچنان به موتور ۶ لیتری توربو دوقلو با قدرت ۶۰۳ اسب بخار و گشتاور ۸۳۰ نیوتن‌متر وفادار مانده است.

این خودرو با ۴.۲ تن وزن، عملاً یک سدان غول‌پیکر است که ۱.۱ تن وزن بیشتری از جی واگن برقی دارد. به‌دلیل وزن زیاد و ملاحظات ایمنی، سرعت نهایی روی ۱۹۰ کیلومتربرساعت محدود شده است. مرسدس بنز Guard S۶۸۰ تنها سدان تولید انبوه در جهان است که هم در بخش بدنه و هم در شیشه‌ها، گواهی امنیتی VR۱۰ را دریافت کرده است. این یعنی سرنشینیان در برابر شلیک مستقیم گلوله‌های جنگی و برخی انفجارها کاملاً مصون هستند.

مهندسان مرسدس برای مواقع بحرانی، تجهیزات عجیبی را در این خودرو تعبیه کرده‌اند. اگر موتور یا زیر خودرو آتش بگیرد، سیستم خودکار آن را خاموش می‌کند. یک مخزن ۹۰۰ لیتری هوای فشرده با فشار یک دکمه فعال می‌شود تا درصورت حملات شیمیایی یا وجود گازهای سمی، سرنشینیان هوای تازه تنفس کنند.

بالابر شیشه‌ها هیدرولیک هستند. حتی اگر سیستم برقی خودرو در اثر حمله کلاً از کار بیفتد، باز هم می‌توانید شیشه‌ها را بالا یا پایین ببرید. درب‌ها دارای جک‌های کمکی هستند تا وزن سنگین زره مانع باز و بسته شدن راحت آن‌ها نشود.

لاستیک‌های میشلن PAX به شما اجازه می‌دهند پس از پنچری یا آسیب دیدن، ۳۰ کیلومتر دیگر به حرکت ادامه دهید تا از منطقه خطر دور شوید.

اگرچه قیمت دقیق Guard S۶۸۰ مدل ۲۰۲۷ هنوز اعلام نشده، اما مدل قبلی در آلمان با قیمت پایه ۵۴۷ هزار یورو (بیش از دو برابر قیمت یک مایباخ استاندارد) عرضه شده است. این خودرو مخصوص سیاستمداران و شخصیت‌های بلندپایه است و حتی جای نصب پرچم روی گلگیرها در نظر گرفته شده است.

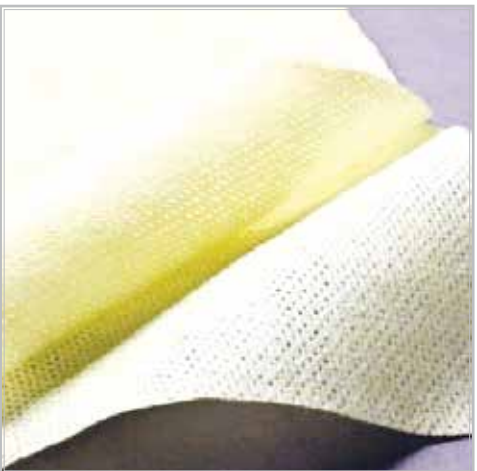


داده است. درحالی‌که همه درباره موتورهای شش‌سیلندر پاک و پشترانه V۸ جدید صحبت می‌کنند، ستاره واقعی این نمایش زیر کاپوت مدل Guard S۶۸۰ نهفته است. این خودرو به پیشترانه قدرتمند ۱۲ سیلندر مجهز خواهد بود.

مرسدس بنز Guard S۶۸۰ تنها سدان تولید انبوه در جهان است که گواهی امنیتی VR۱۰ را دریافت کرده است.

مرسدس بنز در به‌روزرسانی میان‌دوره‌ای کلاس S نسل W۲۲۳ مرزهای فیس‌لیفت را جابه‌جا کرده و بیش از ۲۷۰۰ قطعه را تغییر

پایداری خواص آنتی‌باکتریالی منسوجات خانگی و ویمارستانی پس از شست‌وشو



دامنه کاربرد این پارچه گسترده است. استفاده در انواع لباس‌های زنانه، مردانه و بچگانه، دوخت ملحفه‌ها، لباس‌های ورزشی، روپوش‌های آزمایشگاهی و کارگاهی و همچنین ملحفه‌ها و منسوجات مورد استفاده در هتل‌ها، مهمانسراها، هواپیماها و قطارها از جمله کاربردهای اصلی این محصول به شمار می‌رود. در چنین محیط‌هایی، ترکیب راحتی، دوام و ایمنی بهداشتی اهمیت ویژه‌ای دارد؛ ویژگی‌هایی که این پارچه به‌طور هم‌زمان ارائه می‌دهد.

استفاده و شست‌وشو قرار می‌گیرند، اهمیت دوجندانی پیدا می‌کند.

در پاسخ به این نیاز، یکی از شرکت‌های دانش‌بنیان پارچه پنبه/پلی‌استر آنتی‌باکتریال حاوی نانوذرات را تولید کرده است؛ محصولی که با بهره‌گیری از فناوری نانو تلاش می‌کند سطح ایمنی و بهداشت منسوجات پرمصرف را ارتقاء دهد. استفاده از نانوذرات در ساختار الیاف این پارچه، منجر به ایجاد خاصیت آنتی‌باکتریال پایدار شده است؛ ویژگی‌ای که مانع رشد و انتقال میکروارگانیسم‌ها می‌شود. نقش فناوری نانو در عملکرد این محصول، تنها به ایجاد خاصیت ضدباکتریایی محدود نمی‌شود، بلکه پایداری این خاصیت پس از شست‌وشو نیز از اهمیت بالایی برخوردار است. بر اساس اطلاعات ارائه‌شده، فرآیند شست‌وشو و خشک‌کردن پارچه مطابق با استاندارد ملی ایران به شماره ۷۶۶۴ انجام شده و سپس آزمون‌های آنتی‌باکتریال بر اساس استاندارد ملی ایران به شماره ۱۱۰۷۰ صورت گرفته است.

این آزمون‌ها، میزان فعالیت ضدباکتریایی پارچه را در برابر دو باکتری شاخص، یعنی استافیلوکوکوس اورئوس (Staphylococcus aureus) و کلبسیلا پنومونیه (Klebsiella pneumoniae)، پس از ۱۰، ۲۰ و ۳۰ مرتبه شست‌وشو و خشک‌کردن مورد بررسی قرار دادند.

طبق استاندارد ملی، زمانی که مقدار فعالیت آنتی‌باکتریال در بازه ۲ تا ۳ قرار داشته باشد، خاصیت ضدباکتریایی مطلوب معادل کاهش حداقل ۹۹ درصدی بار میکروبی احراز می‌شود. نتایج آزمون‌ها