

امروز در تاریخ

شهادت سردار حسین خرازی، فرمانده لشکر ۱۴ امام حسین (ع) ۱۳۶۵/۵

سالمرگ غلامحسین بنان، خواننده ۱۳۶۴

اوقات شرعی

اذان ظهر: ۱۲:۱۷ نیمه شب شرعی: ۲۳:۳۵

غروب آفتاب: ۱۷:۵۷ اذان صبح فردا: ۵:۱۴

اذان مغرب: ۱۸:۱۵ طلوع خورشید فردا: ۶:۳۷

حکمت

امام علی (ع): کسی که بیشترین هم و غمش دنیا باشد بدبختی و اندوهش به درازا کشد/ میزان الحکمه

شمیر رحمت

پیامبر اکرم (ص): بهترین یاران کسی است که ناسازگاری اش اندک باشد و سازگاری اش بسیار. / تنبیه الخواطر

مشق عشق

وصیت نامه شهید محمد رضا امیری

خدا دوست دارد که در دنیای فانی رویه تجملات نرود و همیشه به یاد او باشید. خداوند تجملات و زینت دنیا را برای شما نمی خواهد. عزیزان بهای شما بهشت است؛ پس خود را به دنیا نفروشید.

نکته روز

بی خوابی و خود خوری مغزی

نتایج تحقیقی روی موش ها نشان می دهد مغز در صورتی که با کمبود خواب مواجه شود، مقدار قابل توجهی از نورون ها و اتصالات سیناپسی خود را پاک سازی می کند و حتی جبران خواب نیز ممکن است کمکی به اصلاح این آسیب ها نکند.

مطالعه محققان نشان می دهد مغز حین خواب برخی حالت های خود را تغییر می دهد تا محصولات جانبی سمی فعالیت عصبی باقی مانده در طول روز را از بین ببرد اما اگر مغز با کم خوابی مزمن دست و پنجه نرم کند، این فرآیند باز هم انجام می شود و ممکن است نورون ها و اتصالات سیناپسی را از بین ببرد.

این تحقیق به رهبری میشل بلسی، عصب شناس دانشگاه پلی تکنیک مارک ایتالیا انجام شده است. در این تحقیق واکنش مغز پستانداران به عادت های کم خوابی بررسی شده است و شباهت عجیبی میان موش هایی که به خوبی استراحت کرده بودند و موش هایی که بای خوابی روبه رو بودند، یافت شد.

خود تخریبی مغز در مواقع مواجهه با کمبود خواب، مسأله ای به شدت نگران کننده است؛ زیرا فعالیت بیش از حد میکروگلیال ها با بیماری های مغزی مانند آلزایمر و سایر اشکال تخریب عصبی مرتبط است.

شیرینی یک امید

بر خلاف رویه رسانه های معاند، جامعه ایرانی نسبت به آینده کشور امیدوار است

در آخرین پیمایش ملی شناخت، شاخص امید به تغییر متشکل از سه بعد امید به تغییر نهادی، امید به عاملیت در تغییر و امید به آینده شده است. بیشترین میزان امیدواری در زمینه امید به آینده است. حدود ۶۰ درصد از پاسخگویان معتقدند که «آینده ایران روشن و امیدوارکننده است.» کمترین میزان امیدواری نیز در زمینه امید به تغییر نهادی است. یکی از مهم ترین ابعاد امید به تغییر در جوامع، امید به تغییر نهادی است. امید به تغییر نهادی به معنای انتظار جامعه برای اصلاحات ساختاری و بهبود کارکردهای اساسی در نهادهای حکومتی، اقتصادی و اجتماعی است. این بعد از امید به تغییر، نشان دهنده میزان باور مردم به توانایی دولت در ایجاد تحول پایدار در ساختارهای تصمیم گیری، نظام اداری، شفافیت و پاسخگویی نهادهای و همچنین اصلاحات کلان اقتصادی است. متغیرهای مختلفی می تواند وضعیت امید به تغییر را در کشورهای مختلف نشان دهد. برخی متغیرها امید به تغییرات مشخصی را می سنجدند و برخی دیگر از متغیرها، امید به تغییر را به صورت کلی در نظر می گیرند. در میان متغیرهایی که امید به تغییر را به صورت کلی مورد سنجش قرار می دهد، سنجش امید به آینده و امید به عاملیت در تغییر از اهمیت

آینده ایران روشن و امیدوارکننده است.

نظری ندارم

کاملاً یا تا حدی مخالف

کاملاً یا تا حدی موافقم

نظری ندارم

کاملاً یا تا حدی مخالف

کاملاً یا تا حدی موافقم

۴.۵	۵۲.۹	۳۱.۲	۱۱.۴
۴.۲	۶۰.۲	۲۴.۳	۱۱.۳

آینده ایران روشن و امیدوارکننده است.

آینده ایران روشن و امیدوارکننده است.

احساس می کنم می توانم نقشی در بهتر شدن وضعیت کشور داشته باشم.

نظری ندارم

کاملاً یا تا حدی مخالف

کاملاً یا تا حدی موافقم

نظری ندارم

کاملاً یا تا حدی مخالف

کاملاً یا تا حدی موافقم

۳۰.۲	۳۳.۱	۱۰.۱	۵۳.۶	جنسیت	مرد
۵.۹	۲۹.۵	۱۲.۸	۵۱.۸	جنسیت	زن

احساس می کنم می توانم نقشی در بهتر شدن وضعیت کشور داشته باشم. (بر حسب تحصیلات و جنسیت)

نظری ندارم

کاملاً یا تا حدی مخالف

کاملاً یا تا حدی موافقم

نظری ندارم

کاملاً یا تا حدی مخالف

کاملاً یا تا حدی موافقم

۶	۳۱	۱۲.۱	۵۰.۹	تحصیلات	غیر دانشگاهی
۱.۴	۳۱.۴	۱۰.۵	۵۶.۷	تحصیلات	دانشگاهی

پیشخوان

دلبستگی های یک شیفته کتاب

درباره «دلبستگی کتابی» روایت هایی از یک دلباخته کتاب نویسنده: احمد اخوت

نشر: گمان

سال انتشار: ۱۴۰۳

تعداد صفحه: ۳۷۲

هرگز از یاد نمی برم اوایل دهه پنجاه خورشیدی را که مجبور شدم کتاب های عزیزم را تنها بگذارم و بروم. موقع خدا حافظی وقت سختی بود. جدا شدن از کتاب های محبوبم، آثار فاکنر و همینگوی و دیگران (یا به قول مارک تواین «کتاب های سایر آقایان»). این دلنگی همه از «گرامات» دلبستگی های کتابی است. داری می روی و معلوم نیست دیگر برمی گردی یا نه اما به فکر کتاب هایی هستی که پشت سر می گذاری. این بار برخلاف روال همیشگی، عزیزها و سوگلی ها می مانند و «ضروری ها» (کتاب های درسی و فرهنگ های لغت دوزبانه و فامیل های وابسته) جلو می افتند و راهی سفر می شوند و مهاجرت می کنند. باقی می ماند کوچه و خانه ای که برایت بسیار عزیز بود. همین طور کتابخانه کوچکت. «آدم های اهل کتاب یا کتاب باز یک سری ویژگی هایی دارند که اگر برای همه جالب نباشد بدون شک برای هم قطاران خودشان شیرین است. یکی از کتاب بازهای حرفه ای ایران هم احمد اخوت است که سال هاست به عنوان یک شیفته کتاب میان اهالی کتاب ایران شناخته می شود. اثر تازه او در نشر گمان در همین زمینه است.

ورزش

عملیات غیرممکن

عملیات گرفتن یک جیمی جامپ تفرس در ورزشگاه نقش جهان که تنها بعد از گرفتن پیراهن ۹۹ از زمین خارج شد!

کیوارکد را اسکن کنید

دانش

کشور راه ها

پل دریایی ۲۴ کیلومتری در جنوب چین افتتاح شد که زمان سفر را از ۲ ساعت به ۳۰ دقیقه کاهش می دهد.

کیوارکد را اسکن کنید

حادثه

مواد زیرکلاه گیس!

یک مظنون قاچاق مواد مخدر ۲۰۰ گرم کوکائین را زیر کلاه گیس پنهان کرد اما توسط پلیس هلند بازداشت شد.

کیوارکد را اسکن کنید

جهان

خودروی پرنده

خودروی پرنده برقی قبل از آن که در آسمان به صورت عمودی اوج بگیرد از بالای سربک خودروی شاسی بلند برخاست.

کیوارکد را اسکن کنید

دوردنیا

انقلاب هوش مصنوعی در راه است

در حالی که با سرعت به سمت توسعه هوش مصنوعی عمومی پیش می رویم، یک سؤال ذهن بسیاری را مشغول کرده است: زندگی یک فرد معمولی در دنیای جدید چطور خواهد بود؟ با سرمایه گذاری گسترده کشورها در این حوزه و حضور غول های بزرگ فناوری، ما به آینده ای نزدیک می شویم که ماشین ها می توانند در هر مرحله ای از ما بهتر فکر کنند.

بر اساس تحلیلی از نشریه Entrepreneur، شکی نیست که هوش مصنوعی عمومی به زودی در راه است و نوید انقلابی در صنایع و حتی درک ما را از جهان می دهد. پتانسیل تحول آفرینی این فناوری بسیار هیجان انگیز است، چرا که می تواند صنایع را بازتعریف کرده، نوآوری را با سرعتی که هرگز دیده نشده تسریع کند. ولی در میان این همه پیشرفت، این مسأله برای کسی که در جهانی مبتنی بر هوش مصنوعی زندگی می کند چه معنایی دارد؟ هوش مصنوعی عمومی یک

نیروی قدرتمند است که می تواند پیشرفت های انقلابی ایجاد کند اما در عین حال یک وعده دوگانه است. همان طور که رهبران کسب و کار در آستانه این انقلاب فناوری ایستاده اند، این مسأله به آنها بستگی دارد که مسئولیت را بر عهده بگیرند و نحوه تأثیر آن بر جهان را شکل دهند.

طراحی سازمانی را آغاز کنید

رود هوش مصنوعی عمومی نحوه عملکرد سازمان ها را تغییر خواهد داد. رهبران کسب و کار باید به این فکر کنند که چطور هوش مصنوعی عمومی را در فرآیندها ادغام کنند. آیا تیم های کاری با هوش مصنوعی به عنوان شریک کار خواهند کرد یا با اتوماسیون جایگزین خواهند شد؟ رهبران باید با منابع انسانی خود کار را آغاز کرده تا سازمان خود را برای آینده ای طراحی کنند که هوش مصنوعی

عمومی به جای جایگزین شدن نیروی کار، پتانسیل آن را تقویت کند.

بر اثرات جهان واقعی تمرکز کنید

هوش مصنوعی عمومی امکانات عظیمی را به ارمان می آورد اما به عنوان یک رهبر، باید اطمینان حاصل کنید که تیم تان بر چگونگی کاربرد این فناوری هادر حل چالش های دنیای واقعی متمرکز باشد؛ این که هوش مصنوعی عمومی چگونه می تواند زندگی را بهبود بخشد، مشکلات جهانی را حل کند و تغییرات مثبت اجتماعی را رقم بزند. روی کاربردهای عملی هوش مصنوعی عمومی تمرکز کنید که مزایای ملموسی برای صنایع و جامعه به همراه دارد و نه صرفاً بر پیشرفت خود فناوری.

تقویت همکاری بین بخشی

راهکارهای مبتنی بر هوش مصنوعی عمومی درازناتوسعه نمی یابد. همکاری بین بخشی را در سازمان خود و فراتر از آن ترویج دهید و تیم هایی با تخصص های متنوع را درگیر کنید.

از مهندسی و منابع انسانی گرفته تا استراتژی کسب و کار، یک رویکرد جامع به توسعه هوش مصنوعی عمومی تضمین می کند که (راهکارهای ایجاد شده، جامع، پایدار و انسان محور باشند. همکاری میان رشته های مختلف نه تنها بر کراسی را کاهش می دهد، بلکه به ایجاد کاربردهای نوآورانه و تأثیرگذار هوش مصنوعی منجر خواهد شد.

برای تغییر در تعریف موفقیت آماده شوید

با خودکار شدن وظایف فکری بیشتر توسط هوش مصنوعی عمومی، تعریف موفقیت نیز دستخوش تحول خواهد شد. برای تیم های شما، موفقیت دیگر صرفاً به انجام وظایف یا افزایش بهره دوری محدود نخواهد شد، بلکه به میزان تأثیرشان بر شکوفایی انسانی، خلاقیت و چشم انداز کلی بستگی خواهد داشت. تیم های خود را تشویق کنید که فراتر از معیارهای سنتی موفقیت فکر کنند. فرهنگی پرورش دهید که در آن نوآوری، همکاری و ارتباط انسانی به عنوان دستاوردهای نهایی در نظر گرفته شوند، نه صرفاً کارایی یا سودآوری.