

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: ۸۸۹۷۵۷۱۰-۸۸۹۷۴۰۹

فاکس: ۸۸۹۷۵۷۰۹

سامانه پیامکی: ۳۰۰۰۶۰۰۴۰۴۰۰۰

ebtekarnews@gmail.com

سازمان آگهی ها:

بلوار آیت الله کاشانی، بین رامین شمالی و گلستان

شمالی، ساختمان فرید، پلاک ۲۵۸، واحد یک

۴۴۰۱۹۸۰۵ - ۴۴۰۱۹۸۰۶ - ۴۴۰۱۹۸۰۷ - ۴۴۰۱۹۸۰۷

سازمان شهرستان‌ها: ۰۹۱۲۳۷۱۵۰۳

توزیع: شرکت نشر گستر امروز - ۶۱۹۳۳۰۰۰

چاپ: صمیم / ۳-۱۰۲۰۶۵۵۸۶۸۰

پنجشنبه / ۱۷ خرداد ۱۴۰۳ / شماره ۵۶۵۵

۲۸ ذی‌القعده ۱۴۴۵ - ۶ زوئی ۲۰۲۴

سال بیستم / ۸ صفحه

«اب» تکار

اینتل از پردازنده‌های Lunar Lake رونمایی کرد

اعلان جنگ به Arm

پردازنده‌های مخصوص لپ‌تاپ سری لونا

لیک رم و گرافیک مجتمع دارند و وعده شارژدهی طولانی را می‌دهند.

در آستانه نمایشگاه کامپیوتکس ۲۰۲۴، اینتل

طی مراسمی در تایپه، اقدام به رونمایی و ارائه

جزئیات مرتبط با پردازنده‌های جدید سری لونا

لیک (Lunar Lake) کرده که برای دستگاه‌های

قابل‌حمل اِرجمله لپ‌تاپ‌ها و اولترابوک‌ها توسعه

یافته‌است.

اینتل در مراسم رونمایی از پردازنده‌های جدیدش

روی قابلیت‌های متنوعی مانور داد که از مهم‌ترین

آنها می‌توان به اجزای قابلیت‌های مبتنی بر هوش

مصنوعی به‌صورت آفلاین روی دستگاه اشاره

کرد. همچنین این شرکت تأکید داشته است که

پردازنده‌های سری لونا، لیک می‌توانند قواعد بازی

را عوض کنند و اثبات کنند که برای بهینه‌سازی

صرف انرژی، لزوماً نیازی به کوچ از معماری

x۸۶ به‌سمت Arm نیست. شایان‌ذکر است که

شرکت ARM از سری اسنیدراگون X در سال

جاری رونمایی کرد که در کنار مصرف بهینه انرژی

می‌توانند قدرت حیرت‌انگیزی را در اختیار کاربر قرار

دهند.

پردازنده‌های سری لونا، لیک شامل چهار هسته

Lion Cove می‌شوند که وظیفه پردازش‌های

سنگین را برعهده خواهند داشت. همچنین چهار

هسته Skymont هم برای انجام کارهای سبک

در نظر گرفته شده‌اند که مصرف انرژی بهینه‌تری

را ارائه می‌دهند. اینتل اعلام کرده که خبری از

پایپرتدینگ در این تراشه‌ها نخواهد بود؛ اگرچه

این قابلیت در سایر پردازنده‌ها همچنان مورد

استفاده قرار می‌گیرد. از نظر اینتل، اکنون با وجود

هسته‌های کم‌مصرف دیگر، دلیلی برای استفاده از

پایپرتدینگ در پردازنده‌های مختص به لپ‌تاپ

وجود ندارد.

تمرکز اینتل در طراحی سری جدیدش روی

هسته‌های Skymont بوده است که می‌توانند

شارژدهی دستگاه‌های مبتنی بر پردازنده‌های این

شرکت را افزایش دهند. هسته‌های کم‌مصرف

قادرند در فرکانس‌های خاصی، عملکرد بهتری

در مقایسه با هسته‌های پرمصرف از خود نشان

دهند؛ به همین دلیل امور پردازشی تا حد امکان

روی دوش هسته‌های مذکور قرار خواهند گرفت.

درصورتی‌که Thread Director تشخیص دهد

یک پردازش نیاز به قدرتی بیشتر دارد، اقدام به

انتقال آن به هسته‌های Lion Cove خواهد کرد.

در مقایسه با سری Meteor Lake نیز اکنون

با نام Core Ultra شناخته می‌شود، اجزای

پردازش‌ها روی هسته‌های بهینه به‌شدت افزایش

پیدا کرده است و این هسته‌ها از عملکرد بهتر و

پایدار بیشتری برخوردارند. البته توسعه‌دهندگان

می‌توانند اقدام به انتخاب دستی هسته‌های مورد

نظر خود برای انجام پردازش‌ها کنند و دستورات

ویندوز را نادیده بگیرند. عملکرد گرافیک یکپارچه

Xe۲ در پردازنده‌های سری لونا، لیک در مقایسه

با Meteor Lake هم تا ۵۰ درصد بهبود پیدا

کرده است. اگرچه عملکرد گرافیکی سری قبلی

اینتل قابل‌قبول بود؛ اما استفاده از کارت گرافیک

مجزا در اغلب محصولات غیرگیمینگ منسوخ

شده است؛ به همین دلیل گرافیک یکپارچه باید

از قدرت کافی برای تأمین قدرت پردازشی در برخی

نرم‌افزارهای خاص هم برخوردار باشد و اینتل با

ترک کامل این موضوع، سری جدید خود را توسعه

داده است. باید دید که آیا لپ‌تاپ‌های ویندوزی

بدون کارت گرافیک مجزا قادر به رقابت با مک‌بوک

پرو خواهند بود یا لپل هم‌چنان دست بالا را در

این رقابت خواهد داشت. مانند اغلب تراشه‌های

جدید، پردازنده‌های سری لونا، لیک اینتل به

واحد پردازش عصبی هم مجهز هستند تا از غافل‌

هوش مصنوعی عقب نمانند. توان پردازشی واحد

گفته‌شده، ۴۸ TOPS است و از ۶ موتور عصبی و

پهنای باند بهبودیافته بهره می‌برد. اینتل اعلام کرده

است که پردازنده‌های جدید این شرکت توان اجرای

قابلیت‌های مبتنی بر کوپرایت‌تو پلاس مایکروسافت

را خواهند داشت. البته ویژگی مذکور در اصل برای

معماری x۸۶ توسعه نیافته است و ابتدای عرضه

در اختیار لپ‌تاپ‌های مجهز به پردازنده‌های اینتل

قرار نمی‌گیرد.

سبک زندگی

به این ۸ دلیل روزی یک لیوان شیر بخورید

روزی جهانی شیر در حالی گرمای داشته می‌شود، که

همچنان به نظر می‌رسد ما از میزان ویتامین‌ها

و مواد معدنی که یک لیوان شیر ۲۵۰ میلی

لیتری دارد، به طور دقیق آگاهی نداشته

باشیم.

به گزارش پایگاه خبری اخبارخوب به

نقل از تایمز آف ایندیا، در این مطلب به

فهرستی از تمام ویتامین‌ها و مواد معدنی

موجود در این غذای روزانه فوق العاده سالم

اشاره کرده‌ایم.

ویتامین D: یکی از مواد مغذی برجسته در شیر،

ویتامین D است. این ویتامین که به عنوان «ویتامین آفتاب» شناخته می‌شود، برای

سلامت استخوان بسیار مهم است. ویتامین D به بدن کمک می‌کند تا کلسیم را

جذب کند و اطمینان حاصل شود که استخوان‌های ما قوی و سالم می‌مانند. طبق

مطالعه منتشر شده در مجله آمریکایی تغذیه بالینی، مصرف کافی ویتامین D با

کاهش خطر پوکی استخوان و شکستگی در افراد مسن مرتبط است.

کلسیم: شاید شناخته شده ترین ماده مغذی موجود در شیر کلسیم باشد. یک

وعده ۲۵۰ میلی لیتری شیر حاوی حدود ۳۰۰ میلی گرم کلسیم است که تقریباً

۳۰ درصد از مصرف روزانه توصیه شده برای بزرگسالان است. کلسیم برای رشد و

حفظ استخوان‌ها و دندان‌های قوی ضروری است. مؤسسه ملی سلامت هند تأکید

می‌کند که کلسیم همچنین در عملکرد ماهیچه‌ها، سیگنال دهی عصبی و سلامت

قلب نقش دارد.

ویتامین B۱۲: شیر همچنین منبع عالی ویتامین B۱۲ است که حدود ۱.۲ میکروگرم

از این ویتامین را در هر وعده ۲۵۰ میلی لیتری فراهم می‌کند که ۵۰ درصد از مصرف

روزانه توصیه شده است. ویتامین B۱۲ برای حفظ سلول‌های عصبی سالم و تولید

DNA حیاتی است. همچنین نقش مهمی در پیشگیری از کم خونی مگالوبلاستیک

دارد که می تواند افراد را خسته و ضعیف کند. تحقیقات دانشگاه هاروارد نشان

می‌دهد که سطح کافی ویتامین B۱۲ برای تولید انرژی و سلامت مغز بسیار مهم

است.

ریبوفلاوین ویتامین(B۱): این ویتامین یکی دیگر از مواد مغذی مهم دیگر در

شیر است که حدود ۰.۴ میلی گرم از ریبوفلاوین یا ویتامین B۲ در هر وعده ۲۵۰

میلی لیتری ارائه می‌شود. این حدود ۳۰ درصد از نیاز روزانه بدن را تامین می‌کند.

ریبوفلاوین به تبدیل غذا به انرژی کمک کرده و آن را برای فرآیندهای متابولیک

ضروری می‌کند. همچنین از سلامت پوست و تولید گلبول‌های قرمز حمایت

می‌کند. مجله تغذیه نشان می‌دهد که ریبوفلاوین برای رشد و سلامت کلی بسیار

حیاتی است.

فسفر: این ماده به همراه کلسیم در ساختن استخوان‌ها و دندان‌های قوی موثر

است. یک لیوان شیر ۲۵۰ میلی‌لیتری حاوی تقریباً ۲۵۰ میلی‌گرم فسفر است که

۲۰ درصد از نیاز روزانه توصیه شده را تامین می‌کند. فراتر از سلامت استخوان‌ها،

فسفر برای تولید ATP (آدنوزین تری فسفات (و برای حفظ تعادل اسید و باز در

بدن مهم است.

پتاسیم: پتاسیم یکی دیگر از مواد معدنی مهم در شیر است که ۲۵۰ میلی‌لیتر

آن حدود ۳۸۰ میلی‌گرم یا ۸ درصد از ارزش روزانه شیر را تامین می‌کند. پتاسیم

برای حفظ سطح فشار خون سالم، کاهش خطر سکته مغزی و حمایت از عملکرد

عضلانی ضروری است. انجمن قلب آمریکا بر اهمیت پتاسیم در مقابله با اثرات

نامطلوب سدیم و حفظ سلامت قلب و عروق تأکید دارد.

ویتامین A: یک لیوان ۲۵۰ میلی لیتری شیر حدود ۱۵۰ میکروگرم ویتامین A را

فراهم می‌کند که حدود ۲۰ درصد از نیاز روزانه توصیه شده را تشکیل می‌دهد.

ویتامین A برای بینایی خوب، سیستم ایمنی سالم و عملکرد مناسب قلب، ریه‌ها

و کلیه‌ها ضروری است. سازمان بهداشت جهانی (WHO) خاطرنشان می‌کند که

ویتامین A برای حفظ سلامت پوست و غشاهای مخاطی که به عنوان مانعی در برابر

عفونت‌ها عمل می‌کنند، حیاتی است.

منیزیم: شیر همچنین حاوی حدود ۲۴ میلی گرم منیزیم در هر ۲۵۰ میلی لیتر

است. منیزیم در بیش از ۳۰۰ واکنش بیوشیمیایی در بدن، از جمله سنتز پروتئین،

عملکرد عضلانی و عصبی، کنترل قند خون و تنظیم فشار خون نقش دارد.



www.ebtekarnews.com

عکس‌نویست

آخر ابتکار



برداشت برگ چای از مزارع لاهیجان

عکس: علی حامد حق دوست / ایرنا

ویترین

شماره بهاری جهان کتاب روی

پیشخان آمد



شماره ۴۰۴ نشریه جهان کتاب ویژه فروردین و

اردیبهشت منتشر شد و روی پیشخان مطبوعات

آمد.

به گزارش خبرنگار مهر، شماره ۴۰۴ نشریه جهان

کتاب ویژه فروردین و اردیبهشت ۱۴۰۳ به‌تازگی

منتشر شده و روی پیشخان مطبوعات آمده است.

این‌مجله با مطالبی همچون آمد به یاد نوشته

پرویز دویلی، خالد نوشته مصطفی کاظمی، من و

زیغولک‌ها نوشته زری سترده، بررسی تاریخی

ناکجا‌آباد گرابیی نوشته معصومه علی اکبری، جلال

آل احمد: از سرگشتگی تا دانایی نوشته ایرج پارسا

نژاد، آلبرت هوتوم شیندلر؛ مهندس ایران شناس

نوشته نادر انتخابی، چرا این پنج شاعر معاصر در

قله‌اند؟ نوشته‌فخر آفرین‌فاریا، آمدنی‌ها و آموختنی

ها نوشته سیدعلی کاشفی خوانساری، پیرامون

صوفی‌گری نوشته کاوه بیات، جنگ، مرگ و دیگر

هیچ نوشته مرضیه کهرانی، افسانه دختره ماه و

تجلی روح‌ژاندارک نوشته حمیدنامجو همراه است.

نظرها و نظریه‌ها: در جامعه شناسی فرهنگی

نوشته سوری احمدلو، در ریشه شناسی واژه

های عامیانه نوشته ترگس لالائی، مقالات نهال،

تجسمی از آرزوهای چند نسل دانشوران، ویرایش

در عصر محمدشاه و ناصرالدین شاه قاجار نوشته

عبدالحسین آذرنگ و مروارید رفوگران، سفر غنایی

در پرتو طبیعت و حکمت نوشته کامیار عابدی،

گرامیاش اقلیمی تنها جزء کوچکی از مسأله است

ترجمه محسن یلفانی، در حوالی کتاب: خالد

حسینی ترجمه مژده دقیقی، انشعاب، تعامل

و تقابل: اقدامات اجتماعی و جمعی نویسندگان

کتاب نوشته سیدعلی کاشفی خوانساری، هزار و

یک داستان نوشته زری نعیمی، معرفی کوتاه، تازه

های بازار کتاب نوشته‌فخر امیر فریار و درگذشتگان

از دیگر مطالب منتشره این شماره از مجله جهان

کتاب به شمار می‌رود.

در بخش معرفی کتاب این‌شماره از جهان

کتاب، به فهرست کتاب‌های چاپ‌سنگی(کتابخانه

حضرت آیت العظمی بروجردی)، فهرست کتاب

های درسی(کتابخانه حضرت آیت العظمی

بروجردی)، آغازگران پژوهش زبان پهلوی در ایران،

اعجاز ایجاز، تاریخ تحلیلی روزنامه‌ها، مجله‌ها

و سالنامه‌های خراسان، مصداق ۱۲۹۹، خریدک

۱۴۰۰، ژغرافیای لرستان، عمارت معمور، دوین‌در

پی آواز حقیقت، قتل به روایت یو پرداخته شده

است.

این‌مجله با ۷۰ صفحه و بهای ۱۲۵ هزار تومان

منتشر شده است.

معرفی کامل جیب‌واگنییر S برقی، شاسی‌بلند لوکس با ۶۰۰اسب بخار قدرت

است، لانچ ادیشن نام دارد که از سیستم صوتی میکیتاش با ۱۹

بلندگو هم بهره می‌برد.

واگنییر S لانچ ادیشن به‌صورت استاندارد به قوای محرکهٔ دو موتور

چهارچرخ محرک مجهز است که ۶۰۰ اسب بخار قدرت و ۸۳۵ نیوتن

متر گشتاور تولید می‌کند. به لطف این نیرو، شاسی‌بلند بزرگ

آمریکایی‌ها ظرف تنها ۳.۴ ثانیه از صفر به سرعت ۹۶ کیلومتر بر

ساعت می‌رسد که حتی از گرند چروکی ترک‌هاوک ۷۰۷ اسب بخاری

هم سریع‌تر است. البته در واگنییر S به‌منظور کاهش مصرف انرژی،

موتور جلو امکان خاموش شدن دارد. این خودرو از حالت‌های

رانندگی برقی و ماسه‌ای بهره می‌برد اما خبری از سیستم تعلیق بادی

که در گرند چروکی و واگنییر بنزینی ارائه می‌شود نیست.

عیب اینکه جیب هیچ حرفی در مورد توانایی‌های آفرود واگنییر

S نرده و هیچ اطلاعاتی در مورد زوایای ورود و خروج و سایر

مشخصات آفرودی منتشر نکرده است اما سازندهٔ آمریکا هم‌زمان با

این شاسی‌بلند الکتریکی، نسخهٔ کانسپتی بنام واگنییر S تریل‌هاوک

را هم معرفی کرده است که از ۵ سانتی‌متر ارتفاع بیشتر از زمین

و لاستیک‌های ۳۱.۵ اینچی آل‌ترین بهره می‌برد که زوایای ورود و

خروج بهتر و چسبندگی بیشتری را فراهم می‌کند. در این کانسپت،

شاهد ق