روزنامه سیاسی، اجتماعی، اقتصادی، ورزشی، فرهنگی

اتحاد ملت

Etehademelat
@etehade_mellat

صاحب امتیاز و مدیرمسئول: پویا وکیلی
اعضای شورای سیاستگذاری: دکتر مصطفی مسجدی و حسن وکیلی
دفتر مرکزی: یوسف آباد، خیابان اسدآبادی، بین خیابان ۱۹ و ۲۱ پلاک ۲۰۷، واحد ۵ تلفن: ۰۲۱۸۸۹۸۲۱۳۷ - ۰۲۱۸۸۳۹۶۱۴۹
پست الکترونیک: etehademelat.ir / ایمیل: etehademelat.ir@gmail.com
سازمان آگهی‌ها: ۰۲۱۸۶۰۵۲۳۹۰ - ۰۲۱۸۶۰۵۴۱۱۸ - ۰۲۱۸۸۹۸۲۱۳۷/ سازمان شهرستان: ۰۲۱۸۶۰۵۴۱۱۸ / چاپ: شاخه‌سبز

گوناگون
یکشنبه ۱۴ بهمن ۱۴۰۳
شماره ۱۸۹۹
۳ شعبان ۱۴۴۶
۲ فوریه ۲۰۲۵

روز دوم جشنواره فیلم فجر به یاد «جلیل شعبانی» برگزار شد

نمایش سه فیلم سینمایی و یک پویانمایی

جلیل شعبانی (۲۷ خرداد ۱۳۴۶ - ۱۲ مهر ۱۴۰۳) تهیه‌کننده، مجری طرح و مدیر تولید، فعالیت هنری خود را در سال ۱۳۷۰ با فیلم «زندگی و دیگر هیچ» به کارگردانی عباس کیارستمی در گروه فنی شروع کرد و پس از آن به فعالیت در زمینه مدیریت تولید پرداخت. دومین روز جشنواره به او تقدیم شده است

روز شنبه در دومین روز از چهل و سومین جشنواره فیلم فجر و به یاد جلیل شعبانی، سه فیلم سینمایی و یک پویانمایی (انیمیشن) در کاخ جشنواره به نمایش درمی آید.

به گزارش ایرنا، جلیل شعبانی (۲۷ خرداد ۱۳۴۶ – ۱۲ مهر ۱۴۰۳) تهیه‌کننده، مجری طرح و مدیر تولید، فعالیت هنری خود را در سال ۱۳۷۰ با فیلم «زندگی و دیگر هیچ» به کارگردانی عباس کیارستمی در گروه فنی شروع کرد و پس از آن به فعالیت در زمینه مدیریت تولید پرداخت. دومین روز جشنواره به او تقدیم شده است.

کاخ جشنواره فیلم فجر در دومین روز این رویداد هنری اکران سه فیلم سینمایی و یک انیمیشن را در کنار نشست خبری و فتوکال میزبانی می‌کند.

در سانس نخست؛ فیلم سینمایی «ترک عمیق» اکران خواهد شد. این فیلم به کارگردانی آرمان زرین کوب و تهیه کنندگی محسن چگینی درونمایه اجتماعی دارد.

داستان فیلم درباره مردی به نام محمود است که از بیمارستان اعصاب و روان مرخص می‌شود. فخری- همسرش- پیش از رسیدن او به در و پنجره قفل می‌زند. با آمدن محمود به خانه، با ورود نفر سوم رازهای تاریک فاش می‌شود...

نام زرین‌کوب پیش از این به عنوان تهیه‌کننده مطرح بود اما او در چهل‌وسومین جشنواره فیلم فجر با اولین فیلمش در مقام کارگردان حضور پیدا کرده است. محسن چگینی نیز که تهیه‌کنندگی سریال‌های طنز را در کارنامه خود دارد، پس از هشت سال با درامی اجتماعی به فجر بازگشته است.

رضا بابک، بابک انصاری، حمید رشید و گلچهره سجادیه از بازیگرانی هستند که در این فیلم مقابل دوربین زرین‌کوب رفته‌اند.

انیمیشن «افسانه سپهر» سانس دوم اکران در کاخ جشنواره را به خود اختصاص می‌دهد. این انیمیشن دومین اثر بلند تیم مهواست که سال گذشته با پویانمایی «شمشیر و اندوه» در فجر چهل و دوم حضور داشتند. افسانه سپهر، در روز دوم جشنواره سفر قهرمانی سپهر و بابو را روایت می‌کند.

سرپرست جان بخشی صداهای این افسانه را سپهر ترابی برعهده داشته است و کاظم سیاحی، اکبر منانی، شایان شامبیاتی، سعید مقدم منش، اعظم دلبری، محمد لقمانیان، پارسا کجوری و هستی صلاح او را همراهی کرده‌اند.

نوبت اکران سوم دومین روز از چهل و سومین جشنواره فیلم فجر برای فیلم «زمانی در ابدیت» در نظر گرفته شده بود که با حذف آن، فیلم سینمایی «صنم» جایگزین شد.

این فیلم به کارگردانی شهره رحیم‌زاده و تهیه‌کنندگی مرتضی شایسته یکی از آثار خارج از مسابقه جشنواره فیلم فجر است. «صنم» براساس داستانی واقعی و روایتی از زندگی زنی از عشایر فیروزآباد است که در حادثه آتش‌سوزی جنگل اعضای خانواده خود را از دست می‌دهد.

فیلم سینمایی «آنتیک» آخرین اکران امروز در سینمای رسانه جشنواره فیلم فجر است.

این فیلم به کارگردانی هادی نائیجی و تهیه‌کنندگی محمود بابایی، سومین فیلم بلند نائیجی در مقام کارگردان است.

پژمان جمشیدی و بیژن بنفشه‌خواه به‌عنوان زوج اصلی این فیلم معرفی شده‌اند و ستاره پسیانی و آناهیتا افشار بازیگران اصلی زن این فیلم‌هستند.

در خلاصه این اثر آمده است: انقلاب شده و کاسبی اِبی(پژمان جمشیدی) و وَلی(بیژن بنفشه‌خواه)، آنتیک‌بازهای قبل انقلاب کساد است اما درِ بازِ ضریح پر از پول یک امامزاده، مسیر زندگی‌شان را تغییر می‌دهد.

غلامرضا نیکخواه، امیر نوروزی، فرزین محدث علی باقری، مجتبی شفیعی، هادی افتخارزاده، آرش نوذری، لادن ژافه‌وند، یدالله شادمانی، رحمان باقریان، و مهدی قربانی دیگر بازیگران این اثر هستند.

چهل و سومین جشنواره فیلم فجر تا ۲۲ بهمن ادامه دارد. این دوره از جشنواره با رقابت ۳۳ فیلم سینمایی و چهار پویانمایی یکی از شلوغ‌ترین دوره‌ها در تاریخ این رویداد به شمار می‌رود.

کمال تبریزی (کارگردان)، رضا درستکار (منتقد)، بهرام رادان (بازیگر و تهیه‌کننده)، علیرضا رئیسیان (کارگردان)، علیرضا زرین‌دست (فیلمبردار)، عزت‌الله ضرغامی (مدیر فرهنگی) و مستانه مهاجر (تدوینگر و تهیه‌کننده) اعضای هیات داوران بخش مسابقه سینمای ایران این دوره از جشنواره فیلم فجر هستند.

زندگی بهتر

سبزیجات را خام بخوریم یا پخته؟

بسیاری از افراد تصور می‌کنند سبزیجات خام همیشه سالم‌تر از نوع پخته آنها هستند اما این تصور همیشه درست نیست.

به گزارش ایسنا، متخصصان تغذیه می‌گویند در برخی موارد پختن سبزیجات نه تنها باعث از بین رفتن مواد مغذی نمی‌شود بلکه به بدن کمک می‌کند تا ترکیبات مفید آن را بهتر جذب کند.

تحقیقات نشان می‌دهد روش‌های مختلف پخت بر ارزش غذایی سبزیجات تاثیر دارد اما این تفاوت تنها به انتخاب بین سبزیجات خام و پخته محدود نمی‌شود. حتی مدت زمان پخت، روش پخت و میزان حرارت نیز می‌توانند بر مقدار مواد مغذی آن تاثیر بگذارند.

حرارت دادن به سبزیجات علاوه بر نرم کردن دیواره‌های سلولی و کمک به هضم بهتر، ساختار آنها را تغییر می‌دهد. این تغییرات گاهی باعث کاهش مواد مغذی می‌شود و گاهی جذب آنها را برای بدن آسان‌تر می‌کند.

کارلین توماس، متخصص تغذیه در ایالات ویرجینیا می‌گوید گاهی اوقات سبزیجات پخته حتی مغذی‌تر از نوع خام آن هستند. به‌عنوان مثال، گوجه‌فرنگی پخته مقدار بیشتری آنتی‌اکسیدان لیکوپن آزاد می‌کند. این آنتی‌اکسیدان در پیشگیری از سرطان موثر است. همچنین بدن می‌تواند بتاکاروتن موجود در هویج پخته را بهتر جذب کند. در عین حال کبابی کردن کدوحلوایی، هویج و سیب‌زمینی شیرین میزان کاروتنوئیدها را افزایش می‌دهد. این ترکیباتی رنگدانه‌ای که خاصیت آنتی‌اکسیدانی دارند و به کاهش التهاب در بدن کمک می‌کنند. بسیاری از افراد کنجکاو هستند که چه سبزیجاتی را خام بخورند و کدام را پخته مصرف کنند.

کارلین توماس در پاسخ به این سوال می‌گوید بهترین سبزیجات و نوع روش پختشان، همان‌هایی هستند که واقعا میل به خوردنشان دارید.

او در ادامه توضیح می‌دهد که بسیاری از مردم با نیت مصرف سبزیجات بیشتر، مقدار زیادی سبزیجات تازه می‌خرند اما در نهایت از آنها استفاده نمی‌کنند. در چنین شرایطی مهم نیست که سبزیجات را چگونه بپزید اگر در نهایت در سطل زباله می‌روند، بدن شما هیچ بهره‌ای از آنها نخواهد برد.

به گزارش یورونیوز، همچنین در پاسخ به این سوال که کدام روش پخت سالمتر است متخصصان می‌گویند هرچه زمان پخت کوتاه‌تر باشد ارزش غذایی سبزیجات بیشتر حفظ می‌شود. امبر پانکونین، متخصص تغذیه در نبراسکا، می‌گوید بخارپز کردن و استفاده از مایکروویو بهترین روش‌های پخت هستند زیرا هم سریع هستند و هم نیازی به روغن ندارند.

جوشاندن کوتاه‌مدت در آب داغ برای یک تا دو دقیقه (بلانچینگ) در رتبه بعدی قرار دارد اما نباید سبزیجات را بیش از حد در آب جوش نگه داشت. جوشاندن طولانی‌مدت نه‌تنها بافت آنها را له می‌کند بلکه ویتامین‌های محلول در آب مانند ویتامین C، B1 و فولات را نیز از بین می‌برد.

با این حال، متخصصان تغذیه می‌گویند مقدار کمی روغن هنگام پخت نه تنها ضرری ندارد بلکه طعم سبزیجات را بهتر می‌کند و جذب ویتامین‌های محلول در چربی را نیز بالا می‌برد.

در نتیجه بدن می‌تواند ویتامین A را بهتر از کدوحلوایی، هویج و سیب‌زمینی شیرین، ویتامین D را از قارچ، ویتامین E را از فلفل دلمه‌ای، سبزیجات برگدار و مارچوبه و ویتامین K را از سبزیجاتی مانند بروکلی و پیاز دریافت کند. پانکونین توصیه می‌کند برای تفت دادن سبزیجات از مقدار کمی روغن و حرارت متوسط استفاده شود. نکته مهم این است که به اندازه‌ای روغن اضافه شود که سبزیجات به ماهیتابه نچسبند اما نباید آن‌قدر زیاد باشد که روغن در کف ظرف جمع شود. برای کبابی کردن سبزیجات در فر معمولا مقدار روغن باید دو برابر میزان مورد نیاز برای تفت دادن باشد. اگرچه کبابی کردن زمان بیشتری نسبت به روش‌های دیگر نیاز دارد اما همچنان مواد مغذی سبزیجات را حفظ می‌کند و باعث ایجاد طعم بهتر از طریق کاراملی شدن قندهای طبیعی آنها می‌شود.

اینفوگراف

مهم‌ترین مسیرهای مهاجرت در جهان

نوبت اول
شناسه آگهی: ۱۸۷۴۰۴۵

شرکت ملی گاز ایران
شرکت ملی پالایش و پخش گاز پارسیان

آگهی فراخوان مناقصه عمومی همزمان با ارزیابی کیفی (یکپارچه) مناقصه گران

شرکت پالایش گاز پارسیان در نظر دارد مناقصه عمومی دو مرحله‌ای همزمان با ارزیابی کیفی (یکپارچه) خرید بیسیم دستی ضد انفجار به شماره ۲۰۰۳۰۹۲۴۱۶۰۰۰۰۵۱ از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید. کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد مناقصه ارایه پیشنهاد مناقصه گران و بازگشایی پاکت ها، از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد.تاریخ انتشار فراخوان در سامانه تاریخ ۱۴۰۳/۱۱/۱۸ می باشد .

آخرین مهلت دریافت اسناد مناقصه از سایت: ساعت ۱۸:۳۰ روز پنج شنبه تاریخ ۱۴۰۳/۱۱/۲۵
آخرین مهلت ارسال پیشنهادها: ساعت ۱۸ : ۳۰ روز پنج شنبه تاریخ ۱۴۰۳/۱۲/۰۹
بازگشایی و ارسال اسناد ارزیابی کیفی به کمیته فنی بازرگانی: ساعت ۱۹:۰۰ روز پنج شنبه تاریخ ۱۴۰۳/۱۲/۰۹
زمان بازگشایی پاکت الف و ب : ساعت ۱۰:۰۰ روز دوشنبه تاریخ ۱۴۰۴/۰۱/۲۵
زمان بازگشایی پاکت ج : ساعت ۱۰:۰۰ روز چهارشنبه تاریخ ۱۴۰۴/۰۲/۲۴
برآورد مناقصه: ۶۹,۹۲۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال
مبلغ تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار: ۳,۴۹۶,۰۰۰,۰۰۰ ریال
اطلاعات تماس دستگاه مناقصه گزار جهت دریافت اطلاعات بیشتر در خصوص اسناد مناقصه و ارایه پاکت های الف:
به آدرس: استان فارس- شهرستان مهر- شرکت پالایش گاز پارسیان - کد پستی: ۷۴۴۹۱۸۴۸۳۱
شماره تماس: ۳۶ الی ۰۷۱-۵۲۷۲۴۱۳۴

شرکت پالایش گاز پارسیان
کد ف-۱-۱۵

آگهی دعوت مجمع عمومی فوق العاده (نوبت اول)
موسسه انجمن علمی انفورماتیک پزشکی ایران
با شماره ثبت ۴۷۱۳۷ و شناسه ملی ۱۴۰۰۸۳۱۷۵۱۸

بدینوسیله از کلیه اعضای پیوسته انجمن علمی انفورماتیک پزشکی ایران برای حضور در مجمع عمومی عادی نوبت اول انجمن که در روز چهارشنبه مورخ ۱۵ اسفند ماه ۱۴۰۳ از ساعت ۱۰ الی ۱۲ به آدرس تهران، خیابان ولیعصر، خیابان شهید رشید یاسمی، دانشکده مدیریت و اطلاع رسانی پزشکی، نیم طبقه اول، سالن شهید مهدی جامه بزرگ، تشکیل می گردد، دعوت بعمل می آید.
دستور جلسه۱. گزارش عملکرد سالانه هیئت مدیره و بازرس ۲. تصمیم گیری برای برنامه های آتی ۳. تعیین حق عضویت برای سال پیش رو سایر مواردی که در صلاحیت مجمع عمومی عادی می باشد. این جلسه به دعوت رییس هیئت مدیره انجمن علمی انفورماتیک پزشکی ایران برگزار می گردد.

با تشکر – دکتر حمیدرضا دهقان
رئیس هیات مدیره انجمن علمی انفورماتیک پزشکی ایران
کد پ-م-۹۶

آگهی دعوت مجمع عمومی فوق العاده (نوبت اول)
موسسه انجمن علمی انفورماتیک پزشکی ایران
با شماره ثبت ۴۷۱۳۷ و شناسه ملی ۱۴۰۰۸۳۱۷۵۱۸

بدینوسیله از کلیه اعضای پیوسته انجمن علمی انفورماتیک پزشکی ایران برای حضور در مجمع عمومی فوق العاده نوبت اول انجمن که در روز چهارشنبه مورخ ۱۵ اسفند ۱۴۰۳ از ساعت ۸ الی ۱۰ به آدرس تهران، خیابان ولیعصر، خیابان شهید رشید یاسمی، دانشکده مدیریت و اطلاع رسانی پزشکی، نیم طبقه اول، سالن شهید مهدی جامه بزرگ، تشکیل می گردد، دعوت بعمل می آید.
دستور جلسه۱. تصویب اصلاحات جدید اساسنامه و سایر مواردی که در صلاحیت مجمع عمومی فوق العاده می باشد. این جلسه به دعوت رییس هیئت مدیره انجمن علمی انفورماتیک پزشکی ایران برگزار می گردد.

با تشکر – دکتر حمیدرضا دهقان
رئیس هیات مدیره انجمن علمی انفورماتیک پزشکی ایران
کد پ-م-۹۵

آگهی دعوت از کلیه سهامداران شرکت هاوین کهن (سهامی خاص)
ثبت شده به شماره ۵۷۲۸۱۲ و شناسه ملی ۱۴۰۰۹۷۹۵۲۱۱

بدینوسیله از کلیه سهامداران شرکت دعوت می شود در جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده که در ساعت ۱۱ صبح روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۳/۱۱/۲۹ در آدرس لواسان بلوار امام خمینی پلاک ۱۰۵۴ طبقه سوم واحد ۳۱ به کد پستی ۳۳۴۱۶۷۸۹۷۴تشکیل می شود حضور بهم رسانند.
دستور جلسه :
۱. تصویب گزارش توجیهی افزایش سرمایه شرکت .
۲ . سایر مواردی که در صلاحیت مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده باشد .

مرجع دعوت : اعضاء هیات مدیره
کد س-م-۱۲۳

آگهی دعوت از کلیه سهامداران شرکت هاوین کهن (سهامی خاص)
ثبت شده به شماره ۵۷۲۸۱۲ و شناسه ملی ۱۴۰۰۹۷۹۵۲۱۱

بدینوسیله از کلیه سهامداران شرکت دعوت می شود در جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده که در ساعت ۱۰ صبح روز دوشنبه ۱۴۰۳/۱۱/۲۹ در آدرس لواسان بلوار امام خمینی پلاک ۱۰۵۴ طبقه سوم واحد ۳۱ به کد پستی ۳۳۴۱۶۷۸۹۷۴ تشکیل می گرددحضور بهم رسانند
دستور جلسه :
۱. تصویب ترازنامه و سود و زیان سالیانه
۲ . سایر مواردی که در صلاحیت مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده باشد

مرجع دعوت : اعضاء هیات مدیره
کد س-م-۱۲۰