

ویترین

کتاب «قهرمان مخفی» منتشر شد

انتشار این کتاب با هدف آشنایی نسل کودک و نوجوان با زندگی، شخصیت و دستاوردهای شهیدای مقاومت و گسترش ادبیات کودک و نوجوان در این حوزه انجام شده است. انتشار **زُخَم** در مجموعه آثار خود توجه ویژه‌ای را برای زندگی شهید برای مخاطب کودک و نوجوان دارد. «فهرمان مخفی» را نیز در همین مسیر منتشر کرده است. کتاب «فهرمان مخفی» از این پس در دسترس علاقه‌مندان و خوانندگان قرار دارد تا دستانتان حاج رضوان، این‌بار برای نسل کودک و نوجوان روایت شود.

«قهرمان مخفی» به قلم الهه آخرتی، روایتی از کودکی و نوجوانی زندگی شهید حاج محمد مغنیه است که توسط انتشارات چنگ، وابسته به فرارگاه فرهنگی سنگر منتشر شده است. کتاب، به چاپ رسیده است.

به گزارش مهر، «قهرمان مخفی» تلاش دارد زندگی شهید حاج محمد مغنیه را از دوران کودکی تا لحظه شهادت، با زبانی متناسب با معاطب کودک و نوجوان روایت کند. روایت از کودکی که مسیر زندگی‌اش او را به یکی از چهره‌های شناخته‌شده جبهه مقاومت تبدیل کرد.

مصرف انبه احساس سیری می دهد

حقوقان موسسه فناوری ایلینوی، ۲۹ مطالعه منتشر شده بین سال‌های ۲۰۱۶ تا ۲۰۲۵ را بررسی کردند تا درک بهتری از چگونگی تأثیر انبه بر بدن داشته باشند.



بررسی آنها نشانه‌هایی را نشان داد که البته ممکن است به افراد کمک کند تا احساس سیری کنند، وزن سالم خود را حفظ کنند و از کنترل وزن خود پشتیبانی کنند. شواهد اولیه همچنین بر فواید احتمالی این میوه برای مغز، روده و پوست تأکید دارد.

به گزارش خبر به نقل از مدیسین نت، یک مطالعه بررسی شده نشان داد بزرگسالانی که ۱۰۰ کالری البته تازه را به عنوان میان وعده مصرف کردند، نسبت به گروهی که یک کوکی کم چرب ۱۰۰ کالری مصرف می‌نمودند، پس از ۱۲ هفته، گروه البته وزن خود را حفظ کردند، در حالی که گروه کوکی افزایش وزن داشتند.

از دانشگاه ایالتی فلوریدا یافته‌های مشابهی داشت: افرادی که هر روز انبه دور کمر به باسن را مشاهده کردند و در پایان، چربی بدن کمتر و توده به افرادی که انبه نمی‌خوردند، داشتند.

مصرف پیه‌پودهایی در ارتباط با کنترل قند خون بودند. مصرف انبه با پاسخ بهتر به در مقایسه با جایگزین‌های رایج میان وعده همراه بود.

بریدن انبه سطح آدیپونکتین، پروتئینی مرتبط با کاهش التهاب و حساسیت می‌دهد.

مدیر مرکز تحقیقات تغذیه در دانشگاه فنی ایلینوی، گفت: «تحقیقات به اینه ادر حمایت از سلامت متابولیک نشان میده.»

می‌دهد که انبه می‌تواند یک افزودنی ارزشمند به یک رژیم غذایی متعادل پشتیبانی از مدیریت وزن کمک کند- مزایایی که بسیاری از مردم ممکن ندارند.»

ن به بررسی مواد مغذی و فیتونوترینت‌های منحصر به فرد اینه ادامه
اکشف می‌کنیم که می‌تواند به سلامت کلی کمک کند.»
، ماده معدنی و آنتی‌اکسیدان، از جمله فیبر و ترکیبات گیاهی مانند

"آکھی دعوت به مجمع عمومی فوق العاده"

شرکت گروه صنعتی سپهر فدک آریا (سهامی خاص)
به شماره ثبت ۵۷۴۱۸۱ و با شناسه ملی ۱۴۰۰۹۸۵۷۴۷

دینوسوله از کلیه صاحبان سهام شرکت گروه صنعتی سپهرفدک آریا (سهامی خاص) دعوت می شود تا در جلسه مجمع عمومی فوق العاده که در ساعت ۱۰:۰۰ صبح روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۷/۲۹ در نشانی تهران میدان ژوآنتین - طبقه سوم قفسیر - کوچه چهاردهم غربی - بلاک چهار - خیابان احمد تشکیلی می گردد، حضور یابند.

دستور جلسه:

۱- اصلاح ماده ۳۴ اساسنامه

نمونه: سهامداران محترم می‌توانند با ارائه مدارک هویتی خویش و کلا ایشان، با ارائه وکالتنامه معتبر و مدارک هویتی خویش، جهت دریافت برگه ورود به جلسه در تاریخ فوق به محل برگزاری مجمع مراجعه نمایند.

هیئت مدیره شرکت گروه صنعتی سیهر فدک آریا (سهامی

مزایده اموال غیر منقول و منقول نوبت مهر ماه ۱۴۰۵ - فروش اموال تملیکی و مازاد بانک ملی ایران
از طریق سامانه تدارکات الکترونیک دولت (ستاد)

باینک ملی ایران، نظر دارد تعدادی از اموال، مازاد خود به شرح حدوا ذیل، از طریق مزایده واگذار نماید:

[illegible]

اموال غیرمنقول										
ردیف	نشانی	نوع ملک	کاربری	مساحت عرصه (مترمربع)	مساحت اعیان (مترمربع)	مبلغ پایه مزایده (ریال)	پلاک ثبتی	وضعیت تصرف	سهام بانک	شرایط فروش
۱	امل-شهرک صنعتی لاریجان	کارخانه و ماشین آلات	صنعتی	حدود۲۲۷۳	۱,۱۶۱	۴۷۰,۶۶۵,۰۰۰,۰۰۰	دفترچه جانشینی	تخلیه	حق انتفاع عرصه	نقد و اقساط
۲	آمل روستای واسکس	خانه ویلایی	مسکونی	۹۳۵	۱۸۰	۴۹,۱۲۵,۰۰۰,۰۰۰	۶۰	متصرفدار	۱۵۷سیر	نقد و اقساط
۳	آمل - خیابان شیخ فضل اله نوری	مقازه	تجاری	۸۰	۱۰۸	۶۳,۰۶۰,۰۰۰,۰۰۰	۴۱/۲۶/۲۶۷۴	متصرفدار	۱۰۰۹سهم	نقد و اقساط
۴	آمل روستای اشکارکلا	منزل ویلایی	مسکونی	۲,۲۳۲	۲۴۰	۷۷,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۵۶/۱۱	متصرفدار	۸۸سیر	نقد و اقساط
۵	امل-خیابان بهشتی	زمین	تجاری-مسکونی	حدود۱۳۶	حدود۲۵۶	۱۴۲,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۳۱/۱۴۹۵	متصرفدار	ششدانگ	نقد و اقساط
۶	امل-کیلومتر ۷ جاده قدیم آمل به بابل	کارخانه(سردخانه)	صنعتی	۷,۵۰۳	حدود ۲۷۵۶	۳۵۸,۳۷۰,۸۳۳,۲۹۴	۲۱/۲۱	متصرفدار	۵۲/۵۵سهم	نقد و اقساط
۷	آمل- خیابان طالب املی	ساختمان	مسکونی	۲۱۰	۲۲۰	۳۵,۰۴۰,۰۰۰,۰۰۰	۱۶۱۰	متصرفدار	۱۲۱سیر	نقد و اقساط
۸	امیرکلا - خیابان امام خمینی	ساختمان	تجاری	۱۸۰	حدود ۳۵۹	۳۳۵,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۴۶۹۱/۴	تخلیه	صرفا سرقفلی	نقد و اقساط
۹	بابل - جاده قدیم آمل-روستای اقا ملک	منزل ویلایی	کشاورزی ومسکونی	۵,۱۴۱	۱۴۰	۱۸۸,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱۸/۱۵	متصرفدار	ششدانگ	نقد و اقساط
۱۰	بابل - روستای یائین درویش خاک	آبارتمان	مسکونی	۳۳۹	۷۶/۹۵	۲۰,۵۴۴,۲۷۰,۰۰۰	۲/۶۵۳	متصرفدار	۱۹۷/۵۱۳سهم	نقد و اقساط
۱۱	بابل-میدان کشوری	آبارتمان	مسکونی	۳۴۰/۲۷	۱۶۸/۵	۳۵,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۲۵۱۳/۳۱/۱۵۸	متصرفدار	ششدانگ	نقد و اقساط
۱۲	بابل- روستای متکه	زمین	کشاورزی ومسکونی	۱,۱۱۴	۳۰	۵۹,۴۴۴,۶۶۴,۰۰۰	۳۸/۳۵	متصرفدار	۲۳۴,۸۵سهم	نقد و اقساط
۱۳	بابل - امیرکلا	منزل ویلایی	مسکونی	۱۰۱	۱۶۸	۷,۲۳۸,۵۰۰,۰۰۰	۴۸۶۵/۳۹۷	متصرفدار	۲۸۱/۰۲سهم	نقد و اقساط
۱۴	بابل-کمرپندی امیرکلا	ساختمان	چهارنگردی	۸۷۲/۸۲	۲۴۰۸	۵۸۴,۹۲۳,۹۵۸,۳۳۳	۴۸۶۱/۳۰۲و ۴۸۶۱/۱۰۴۷	متصرفدار	۹۶/۸۱۵سهم	نقد و اقساط
۱۵	بابل -روستای سر حمام ابوالحسن کلا	سوله	سورتینگ	۸۲۹/۵	۸۳۰	۶۲,۹۸۲,۵۶۳,۰۰۰	۱۸/۷۸۷	متصرفدار	۱۰۱/۷۹سهم	نقد و اقساط
۱۶	بابل - روستای نودهک	زمین	مسکونی	۲۵۷/۷۳	۶۵	۱۰,۶۷۵,۴۲۵,۰۰۰	۳۲/۹۶	متصرفدار	۱۴۲,۳۳۹سهم	نقد و اقساط
۱۷	بابل-روستای کشتله-	زمین	انباری	۱۶۴/۹۵	۲۰	۸,۱۵۰,۰۰۰,۰۰۰	۳۱/۷۷	متصرفدار	ششدانگ	نقد و اقساط
۱۸	بابل روستای شویکلا	رستوران و تالار پذیرایی	خدماتی	۱۴۰۴/۲۸	۲۳۶۹/۲۳	۲۸۹,۸۸۷,۷۰۳,۰۰۰	۷/۷۳	متصرفدار	۱۴۲,۳۳۹سهم	نقد و اقساط
۱۹	بابل روستای آغوز بن	ساختمان	تجاری- مسکونی	۴۶۲	۶۸۸/۸۷	۸۰,۳۱۱,۸۷۵,۰۰۰	۴۸۶۶/۴۳	متصرفدار	۶۱/۱۹سهم	نقد و اقساط
۲۰	بابل روستای اسیوکلا	کارگاه	صنعتی	۳۱۵/۳۳	۱۲۰	۱۹,۲۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۴/۱۱۱۹	متصرفدار	۱۱۶۰۴سهم	نقد و اقساط
۲۱	بابل روستای ارمک	زمین	مسکونی	۲۶۲	۲۴۵	۵۴,۵۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۳/۶۷	متصرف دارد	ششدانگ	نقد و اقساط
۲۲	بابل- روستای ولوکلا	ساختمان	مسکونی	۳۴۸	۸۰	۴۰,۵۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۲۳/۴۱۵	متصرفدار	ششدانگ	نقد و اقساط
۲۳	بابلسر-میدان قائم	منزل ویلایی	مسکونی	۳۶۰	۲۰۰	۱۵۳,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱/۲۶۳۵	متصرفدار	ششدانگ	نقد و اقساط
۲۴	بابلسر - هادی شهر	ساختمان	مسکونی	۵۲۸/۷۶	۴۹۸	۱۴۵,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۷/۹۱۶	متصرفدار	ششدانگ	نقد و اقساط
۲۵	بهشهر - کوچه ماندگار	ساختمان	مسکونی	۱۹۰/۶۲	۹۸	۲۷,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۴/۱۱۲۳	متصرفدار	ششدانگ	نقد و اقساط
۲۶	بهشهر-گلشهر-بلوار افتخاری جنوبی	آبارتمان	مسکونی	۱۰۱/۶۵	۱۸۶حدود	۱۸,۸۸۳,۵۱۵,۰۰۰	۱۸/۲۳۹۲	متصرفدار	۲/۱۱۵۸دانگ	نقد و اقساط
۲۷	بهشهر-فراش محله	آبارتمان	مسکونی	.	۱۵۰/۰۲	۱۷,۴۷۸,۰۰۰,۰۰۰	۲۳۵/۷۳	متصرفدار	۷۸/۷۶سیر	نقد و اقساط
۲۸	بهشهر - خیابان امام خمینی	آبارتمان	مسکونی	.	۷۹/۰۱	۵۲,۷۴۹,۱۴۷,۰۰۰	۶۵۶/۳۰۵	تخلیه	حدود ۵ دانگ	نقد و اقساط
۲۹	بهشهر -شهید اباد	زمین	باغ	۶۳۱۰/۸۶	۴۸	۱۴۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۲۰/۱۹۰۱	متصرفدار	ششدانگ	نقد و اقساط
۳۰	جویبار - روستای دونچال	زمین	۲۵۷۹/۴	۸۵	۷۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱۱/۲۰۶۵	۱۱/۲۰۶۵	متصرفدار	ششدانگ	نقد و اقساط
۳۱	ساری - دودانگه - شهرک صنعتی محمد آباد	کارخانه	صنعتی	۳۰۰۰	۲۵۰	۱۸۵,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	قطعه۷C	متصرفدار	حق انتفاع عرصه	نقد و اقساط
۳۲	ساری- فرح آباد - شهرک صنعتی شماره دو	کارخانه	صنعتی	حدود۳۵۰۰	حدود۱۵۰۰	۳۳۴,۳۹۵,۰۰۰,۰۰۰	قطعه ۱۱۵C	متصرفدار	حق انتفاع عرصه	نقد و اقساط
۳۳	ساری - بلوار پاسداران	ساختمان	تجاری- مسکونی- خدماتی	۳۸۸/۹۵	۵۴۹	۱۷۵,۴۹۵,۸۳۳,۰۰۰	۳۴۲۹/۴۵۶	متصرفدار	۵۴/۷سهم	نقد و اقساط
۳۴	ساری-روستای بادله	زمین	مسکونی	۲۸۷/۴۱	۲۴۵	۴۷,۴۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۴۸/۳۹۹	متصرف دارد	ششدانگ	نقد و اقساط
۳۵	ساری -روستای صفر آباد	ساختمان	آموزشی	۱۰۵۶۵/۷	حدود۶۶۰۰	۳۰۳,۹۹۳,۹۱۰,۰۰۰	۶/۲۳۳	متصرفدار	۵۹/۷۱ سهم ششدانگ اعیان و ۴ دانگ عرصه	نقد و اقساط
۳۶	ساری روستای بالا دزا	زمین	فاقد کاربری	۴۴۵	۲۰	۶۸,۷۶۸,۳۴۹,۷۴۵	۱۴۲/۱۱۶	متصرفدار	۴ دانگ	نقد و اقساط
۳۷	ساری - بلوار امیر مازندرانی	آبارتمان	مسکونی	.	۹۴/۴	۲۰,۴۱۶,۶۶۷,۰۰۰	۳۱۰/۱۵	متصرفدار	۳,۵ دانگ	نقد و اقساط
۳۸	سرخرود - روستای علویکلا	زمین با بنای احداثی	دامداری	۵۵۱۷	۸۹۰	۱۰۲,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۸/۲۰/۲۷۸	متصرفدار	۱۴۴سهم	نقد و اقساط
۳۹	عباس آباد-طالش خیل	گلخانه	کشاورزی	۷۴۵۰	۱۲۴۸/۶	۴۸۷,۵۱۳,۵۰۰,۰۰۰	۱۵۱/۷	متصرفدار	مشاع	نقد و اقساط
۴۰	فریدونکنار-خ شهیدنامجو	ساختمان	تجاری- مسکونی	۵۵۱۵	۵۱۵	۴۹,۶۱۳,۴۱۹,۹۵۰	۶۶/۱۱۰۵۶/۱۲۶۸	متصرف دارد	۱۰۱,۳سهم	نقد و اقساط
۴۱	محمودآباد-خیابان معلم	آبارتمان	مسکونی	۱۴۰	۶۹/۱۱	۱۷,۰۵۰,۰۰۰,۰۰۰	۴۷/۳۱۳۷	متصرفدار	۱۲۲سهم	نقد و اقساط
۴۲	محمودآباد-دریای ۴۴	آبارتمان	مسکونی	۳۳۲/۲	۱۴۷/۸۱	۵۸,۶۱۲,۵۰۰,۰۰۰	۱۳/۱/۱۱/۳۳۳۸	متصرفدار	۱۰۸سهم	نقد و اقساط
۴۳	محمودآباد نیش ساحل۷	ساختمان	تجاری- مسکونی	۱۷۱/۲	۳۶۰ - ۷۷.۸	۵۸,۶۱۷,۷۵۷,۰۰۰	۷/۱۵۳/۱۸۱۶	متصرفدار	۴۱۴سهم	نقد و اقساط
۴۴	نور -رستمروود	زمین	مزروعی	۹۵۳۱	.	۶۱,۸۸۶,۵۰۰,۰۰۰	۳/۱۴۳۵	متصرفدار	ششدانگ	نقد و اقساط
۴۵	نور -رستمروود	زمین	مزروعی	۸۰۰۰	۱۲۸,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۳/۱۴۱۷	ششدانگ	متصرفدار	ششدانگ	نقد و اقساط
۴۶	ایزدشهر مجتمع گردشگری هتل مروارید خزر	ویلا	گردشگری	۳۸۷/۸۶	حدود۲۰۳	۴۷۳,۱۸۹,۲۰۰,۰۰۰	۲/۲۳۸۳	تخلیه	ششدانگ	نقد و اقساط
۴۷	ایزدشهر مجتمع گردشگری هتل مروارید خزر	ویلا	گردشگری	۳۹۱/۹۹	حدود۲۰۳	۴۷۰,۳۸۸,۰۰۰,۰۰۰	۲/۳۸۲۹	تخلیه	ششدانگ	نقد و اقساط
۴۸	ایزدشهر مجتمع گردشگری هتل مروارید خزر	ویلا	گردشگری	۳۷۹/۱۳	حدود ۱۶۱	۴۴۷,۲۷۳,۴۰۰,۰۰۰	۲/۳۸۲۸	تخلیه	ششدانگ	نقد و اقساط
۴۹	ایزدشهر مجتمع گردشگری هتل مروارید خزر	ویلا	گردشگری	۳۸۴/۷۵	حدود۱۶۱	۴۶۴,۰۰۵,۰۰۰,۰۰۰	۲/۳۸۲۷	تخلیه	ششدانگ	نقد و اقساط
۵۰	ایزدشهر مجتمع گردشگری هتل مروارید خزر	ویلا	گردشگری	۳۹۵/۸۶	حدود۱۶۱	۴۷۵,۰۳۲,۰۰۰,۰۰۰	۲/۳۸۲۶	تخلیه	ششدانگ	نقد و اقساط
۵۱	ایزدشهر مجتمع گردشگری هتل مروارید خزر	ویلا	گردشگری	۳۹۱/۳۹	حدود۱۶۱	۴۶۹,۶۶۸,۰۰۰,۰۰۰	۲/۳۸۲۵	تخلیه	ششدانگ	نقد و اقساط
۵۲	ایزدشهر مجتمع گردشگری هتل مروارید خزر	ویلا	گردشگری	۳۹۶/۹۷	حدود۱۶۱	۴۹۶,۲۱۲,۵۰۰,۰۰۰	۲/۳۸۲۴	تخلیه	ششدانگ	نقد و اقساط
۵۳	ایزدشهر مجتمع گردشگری هتل مروارید خزر	ویلا	گردشگری	۳۹۴/۹۸	حدود۱۶۱	۴۹۳,۷۲۵,۰۰۰,۰۰۰	۲/۳۸۲۳	تخلیه	ششدانگ	نقد و اقساط
۵۴	ایزدشهر مجتمع گردشگری هتل مروارید خزر	ویلا	گردشگری	۳۴۹/۷۴	حدود۱۵۴	۵۵۹,۵۸۴,۰۰۰,۰۰۰	۲/۳۸۲۲	تخلیه	ششدانگ	نقد و اقساط
۵۵	ایزدشهر مجتمع گردشگری هتل مروارید خزر	ویلا	گردشگری	۳۳۷/۵۵	حدود۱۵۴	۵۴۰,۰۸۰,۰۰۰,۰۰۰	۲/۳۸۲۱	تخلیه	ششدانگ	نقد و اقساط

اموال منقول				
ردیف	نشانی مال	مشخصات مال	مبلغ پایه مزایده (ریال)	شرایط واگذاری
۱	سلمانشهر-سی سرا	اسباب و اثاثیه منزل	۱۸,۸۳۷,۵۰۰,۰۰۰	تقد و اقساط

روزنامه سیاسی، اجتماعی، اقتصادی،
ورزشی، فرهنگی صبح ایران
صاحب امتیاز و مدیر مسئول:
محمدعلی وکیلی

دفتر مرکزی: تهران، زرتشت غربی

پرونده: استان مازندران، ۶۶، طبقه دوم

تلف: ۰۰۹۷۵۷۱-۸۸۹۹۴۶

فاکس: ۸۸۹۷۵۷۰۹

سامانه سامک : ۳۰۰۰۶۰۰۰۴۰۴۰۰۰

ebtekarnews@gmail.com

سازمان آگهی ها:

بلوار آیت الله کاشانی، بین امامین شمالی و گلستان

شمالی، ساختمان فرید، پلاک ۲۵۸، واحد یک

४४.१९१.४ - ४४.१९१.५ - ४४.१९१.६

سازمان شهرستان‌ها: ۰۹۱۳۲۷۱۷۵۰۳

توزیع: شرکت نشر گستر امروز - ۶۱۹۳۳۰۰۰

چاپ: صمیم / ۳-۱-۶۵۵۸۶۸۰

شناسه: ۲۲۹۳۵۶۱

م الف : ۲۲۴۵