

خبر وزیر هماهنگی امنیت اکوادر اظهارداشت: فرهنگ ایرانی خلیل با ارزش و در عین حال ناشناخته است و پاید کمک کنیم افاده در این جا حضور پیدا کنند و این طرفیت‌ها را بشناسند. خوش‌آرایان در حاشیه بازدید از کاخ موزه چهلستون و میدان امام (ره) اصفهان اظهارداشت: اصفهان جاذبه‌های قشنگ و بیدنی زیادی دارد. وزیر هماهنگی امنیت اکوادر بیان اینکه فرهنگ و هنر ایران زمین فوق‌العادس است، او از خود می‌گفت: داشتن این جاذبه‌ای تبریک‌دار و باید از آنها خلیل مرقب و رسیسی داشت. به گفته خورخا ربان هر خشح پس از سفره ایران با گفتن عکس از زیبایی این کشور و بدن سوغات برای سفر خود، می‌تواند زمینه تشوق آنها برای حضور در این کشور فراهم نماید. همچنین رئیس دفتر نمایندگی وزارت امور خارجه در اصفهان گفت: در حاشیه بزرگ‌واری شاند زمین اجلاس سران کشورهای غیرمتحده باکی مون شنبه با یاکشنه به اصفهان سفرمی‌کند.

استاندار اصفهان خبر داد:

اجرای سیاست‌های حمایتی به منظور صیانت از تولیدات داخلی

استاندار اصفهان گفت: در سال تولید ملی، حمایت از کوسماهی‌گذاران پخش داخلی است. درجهت ارتقا تولیدات داخلی و حمایت از سرمایه‌گذاران پخش داخلی است. علیرضا ذاکر اصفهانی تاکید کرد: در این راستا کمپینه کارشناسی با محوریت استان و دستگاه‌های اجرایی زیرمجموعه استاده از همه ظرفیت‌ها داشت: اصفهان جاذبه‌های قشنگ و بیدنی زیادی دارد. وزیر هماهنگی امنیت اکوادر بیان اینکه فرهنگ و هنر ایران زمین فوق‌العادس است، او از خود می‌گفت: داشتن این جاذبه‌ای تبریک‌دار و باید از آنها خلیل مرقب و رسیسی داشت. به گفته خورخا ربان هر خشح پس از سفره ایران با گفتن عکس از زیبایی این کشور و بدن سوغات برای سفر خود، می‌تواند زمینه تشوق آنها برای حضور در این کشور فراهم نماید. همچنین رئیس دفتر نمایندگی وزارت امور خارجه در اصفهان گفت: در حاشیه بزرگ‌واری شاند زمین اجلاس سران کشورهای غیرمتحده باکی مون شنبه با یاکشنه به اصفهان سفرمی‌کند.

فرماندار اصفهان خبر داد:

جهر مسکن مهر استان با ۱۶ میلیارد ریال اعتبار زیرساختی



اختصاص ۱۶ میلیارد ریال
درخوازه زیرساخت ها موج
جهش در اجرای طرح
مسکن مهر به عنوان یکی
از اقدامات مهم دولت دهم
خواهد شد

اصفهان، شهرهای خوارسگان و بهارستان دارای پذیرفته، کار عملیاتی و از سرگرفته شده است.

بیشترین جمیعت در شهرستان اصفهان هستند.

مستقل شدن فعالیت ادارات در شهرستان

خواسته جدی ماست

فرماندار اصفهان در ادامه تشكیل دوماونت

برنامه زیری های از لام انجام شده و تمام اماکن

شدن برخی ادارات در سال گذشته بودکه در این مورد

پیش بینی های از مدرم انجام شده و تمام اماکن

شدن با پذیرفته از شهرستان را ازجمله

اقدامات موثر در خوزه انتقال و پیش های

کلیدی دیگر دانست و یادآور شد: اداره محیط

زست، اداره کار، تعاظون و رفاه اجتماعی باشد

بالا رفته بازده کاری و کمیته امداد امام (ره)

فعالیت خود را آغاز کرد اند. به گفته وی اداره

فرهنگ و ارشاد مدنی نبزد آینده از نزدیک

کار خود در پیش شهرستان آغاز می کند و اه

اندازی اداره صنعت و معدن و تجارت شهرستان

خواسته جدی ما است.

کلیل با اینکه سرمایه نفوس و مسکن

سال ۹۰ عملیات گسترده ای بودکه به خوبی انجام

شده، افزود: در این سرمایه جمیعت شهرستان

اصفهان دو میلیون و ۱۷۴ هزار و ۱۷۲ نفر اعما

شداور این تعداد یک میلیون و ۹۷۸ هزار و ۹۶۰ نفر

در نقاط شهری و چهار خوارج فر در مناطق

روستایی ساکن هستند.

وی اضافه کرد: جمعیت شهر اصفهان را

میلیون و ۷۵۶ هزار و ۱۶۶ نفر اعلام شده و پس از

راه‌اندازی پروژه‌های خارجی مستقیم از فروندگاه اصفهان

تا یک سال آینده گردشگران خارجی استان افزایش می‌یابند



تمام تلاش مدیریت
گردشگران خارجی در استان مشاهده شد. معاون
سیاسی امنیتی اجتماعی استاندار اصفهان ضمن
اعلام این خبر به اصفهان زیبا گفت: در استان ما
برای توسعه فروندگاه شهید بهشتی جهت راه‌اندازی
پروژه‌های مسقیم خارجی آمادگی کامل
داریم. اسلامی ایاده داد: برای راه‌اندازی
پروژه‌ای مسقیم خارجی که سبب افزایش تعداد
گردشگران ای اینکه دولت این خدمت را می‌گیرد
وی همچنین در پیش دیگری از اینکه در این
عملیاتی شده در پهلوستان قرار دارد که ۱۲ هزار و
۳۰۰ واحد در این منطقه پیش بینی شده است.
زمان خصوص سران اجلاس در اصفهان تعامل و
همه‌گنگی های لام را داشته باشند.

متذکر شد: خوشبختانه شاهد استقرار امنیتی
در شهرستان مهر از طرح های مسکن همراه ماندگار
و اقدامات مهم دولت دهم دانست و گفت: قسم
در جمع اینکه از شهرستان اصفهان راهنمایی
فرصت مناسبی برای رسیدن معرفی فعالیت های شخصی
شهرستان اصفهان در طول یک سال گذشته اعلام
و تاکید کرد: اینجا فعالیت های عمرانی به صورت
متوازن و متعادل از دورترین روستاهای مرکز شهر
اویولیت اصلی برای خدمت رسانی هرچه بهتر قرار
گرفته است.

فضل الله کفیل در این میلیارد طرح های مسکن همراه
در شهرستان اصفهان راهنمایی به صورت
درخوازه زیرساخت های مسکن هر شهرستان

کرد و افزود: بخشی از این خانه ها در شهرستان

اصفهان نیست اما مردم شهر از آن بهره می‌مند می

شوند مثل پروژه مسکن مهر شرق اصفهان که

برای مالکیت شهید ۳۵۷ هزار واحد ثبت نام کرد
حال اجراس دوم مسکن مهر شرق اصفهان که

ویلایت بودن، ویزگی خاص آن به شمار می‌رود
و تاکنون از مجموع ۳۵۹۰ پلاک هزار واحد

اوکارزنه است.

وی طرح مسکن مهر از طرح های مسکن همراه ماندگار

و اقدامات مهم دولت دهم دانست و گفت: قسم

سوم طرح مسکن مهر که از اواخر سال گذشته

میزبانی از هشت های مسکن نیز از آن مادری

عملیاتی شده در پهلوستان قرار دارد که ۱۲ هزار و

۳۰۰ واحد در این منطقه پیش بینی شده است.

زمان خصوص سران اجلاس در اصفهان تعامل و

همه‌گنگی های لام را داشته باشند.

به گفته کفیل با اینکه سرمایه نفوس و مسکن

روزهای آتی، تعطیلی برای این افراد در

مطابق با استقرار این اتفاقهان بسته شد.

وی همچنان در پیش دیگری از اینکه در این

عملیاتی شده در پهلوستان قرار دارد که ۱۲ هزار و

۳۰۰ واحد در این منطقه پیش بینی شده است.

وی با اشاره به ناکامی دشمن در تلاش های

کاهش قیمت زمین در شهرک های صنعتی

خواسته جمعی است

کفیل با این این که قسمتی از شهرک

و نهادهای مربوط می‌باشد.

وی با تاکید بر ساماندهی شهرک

محمودآباد اعلام کرد: شهرک صنعتی محمودآباد

با این اینکه از خود رفته باشد و

روزهای پیش روی از اینکه شروع شد

کفیل با این اینکه از خود رفته باشد

که اینکه از خود رفته باشد

کتاب "شهدای عصر پیامبر (ص)"
به قلم ابوالفضل بنایی کاشی به بررسی عصر پیامبر (ص) و
معطالله زندگی باران با اخلاص و فداکاری ایشان می پردازد و در قالبی نو تصوری جدیدی از زندگی
شهدای آن دوره را به مخاطب ارائه می دهد.



پایداری

شماره ۱۶

پنج شنبه ۹ شهریورماه ۱۳۹۱
از اینجا باید سرویس فرهنگ و هنر:
mokarianpouralireza@yahoo.com

سال توییجی، حمایت از کار و سرعتیه ایران

خبر

کارگر رئیس بنیاد حفظ آثار و نشر ارزش‌های دفاع مقدس شد



سید رئیس جدید بنیاد حفظ آثار و نشر ارزش‌های دفاع مقدس و معارفه سردار «پیغمبر»
کارگر به ریاست این بنیاد، با حضور سردار جزایری معاون فرهنگی ستدادکل نیروهای مسلح، مدیران و معاونان بنیاد حفظ آثار در محل این بنیاد برگزار شد.
بنیاد حفظ آثار و نشر ارزش‌های دفاع مقدس از نهادهای جمهوری اسلامی است که در مهرماه ۱۳۶۹ به فرمان مقام معظم رهبری تأسیس شد. ریاست این بنیاد از سال ۱۳۶۹ تا ۱۳۷۰ بر عهده ناطق‌السلطنه امیر اسلامی از مردم ایران بود. سردار «پیغمبر» کارگر معاون اجتماعی نیروی انتظامی از این پس مستولیت این بنیاد را بر عهده داشت.

با حکم سرلشکر فیروزآبادی:

سردار باقرزاده مشاور عالی رئیس ستدادکل نیروهای مسلح شد



با حکم سرلشکر فیروزآبادی، سردار باقرزاده به سمت «مشاور عالی رئیس ستدادکل نیروهای مسلح در باقرزاده» به عنوان «مشاور عالی رئیس ستدادکل نیروهای مسلح در امور فرهنگی و حفظ ارزش‌های شهیدان و دفاع مخصوص شد. طی حکم از سرلشکر فیروزآبادی، «سردار سید محمد باقرزاده» به سوابق نوواری شما در دوام دفاع مقدس و خدمات ارزشمند در حفظ آثار و نشر ارزش‌های دفاع مخصوص و دلخواهی پیشتر به خادوهای شهید و مقوفیون و به وینه روحی، مقابله و علاوه‌کاری شما به لایحه قانونی و ارزش‌های شهیدان، جناب عالی را به عنوان مشاور عالی رئیس ستدادکل نیروهای مسلح در امور فرهنگی و تحریرات اقلایی شما بهمندشون. در جمیع خبرنگاران برای دغافلی صحت کردند.

این آزمیستاست دختر یکی از هزاران شهید ایرانی



آزمیتا فرزند شهید رضایی نژاد در سرتختانی کوهه اما بسیار پر معاشر شیشه ایلاس و زیارت خانه داد و دو تهدید را تحت تأثیر قرار داد و به دو زبان انگلیسی و فارسی گفت: «این آزمیستاست دختر یکی از هزاران شهید ایرانی، من و مادر و استادهایم، با خون پدرانمان و آرمانهاشان و روایاهاشان برای ایران». دستان پلیدی که خون پاک پدرانمان را ریختند بدانند که نفرین شدگان تاریخ و مددگان بدنام هستند. خانواده های شهیدی هسته ای (شهید مصطفی احمدی روشن، شهید رضایی نژاد و شهید علیمحمدی) در حاشیه وزارتخانه از خود گفتند: «وزیر خارجه شانزدهمین اجلاس عدم تعهد حرف یافتن و پس از جمیع خبرنگاران برای دغافلی صحت کردند.

استاد مشق کاشانی رواق

مطلوبمان حاک

شب چو در محرب خون، قنبل ماه اویختند
هاله ای بر گردی، از دود آ، اویختند
رشته لعلی، از شهیدستان، ما برداشتند
قدسیان، برگردن خورشید و ماه اویختند
زین پریشان خانه، از مجموعه اش کیا ز
نقش داغی تازه، بر بال آویختند
گردن اویز طلاق، اقد پرن در هم گیخت
جلجراعی ازاز، درین بارگاه، اویختند
شه «جزرا» عرصه اندیشه را «کیهان» طراز
لوجز عزت، برسیر، عز و جاه، اویختند
لملگون دیباچه کی منشور مظلومان خاک
برزیر جد گند، عرض الاه اویختند
نور باران از گذراه سحر، برخاستند
صب آیند، برگربان پگاه آویختند
غوله د، درگدام مردان راه آویختند
این سرافرازن کوی عشق دست داری
بر حریم حضرت حق داد خواه آویختند
شب پرستان کچ آینی، شام سیاه، اویختند
اهرم خوبان پو آوار، در هلیز مرگ
خویشن را، بردار مرگ، از این گناه آویختند

نرم افزار صوتی حاضر، گویانمایی شده مجله شاهیاران (پیش از شهید اندزگو) می باشد که با این شیوه به بازگویی زوایای مختلف زندگی این بزرگمد می پردازد.

این مجموعه در ۲۶ قسمت و به مدت ۲۸۰ دقیقه با

قابلیت استفاده در کلیه دستگاه‌های MP3 در اختیار علاقمندان می باشد.

کلیه مون این نرم افزار با قابلیت جستجو، چاپ و علامت‌گذاری در اختیار عاقمندان می باشد.

برای تهیه این نرم افزار با شماره تلفن های:

«نشالکترونیکی شاهد: ۸۸۳۵۱۴۳، مرکز

توزیع: ۸۸۲۹۵۳، مؤسسه فرهنگی شاهد» تماس

حاصل نمایند.

مقام معולם رهیبوی

یک حرف

معانی باطنی راه قدس از کربلا می گذرد» نیز همین است. راه به سوی قدس که معراج نخستین کربلایی راهی است که با تحمل مشقات و از خود گذشتگی همراه است.

این جوانان هر یک جلوه ای از ابوالفضل عباس (ع) و اقسام علی اکبر و عون و جعفر هستند و تحقق آزویهای خوش را در کربلا می بینند و خدا دعای آنان را مستجاب کرده است.

اینها آن غلظت‌های خسته و کسلی که در شهروها و این سوی پراکنده‌اند و هیچ چیز آن تلاش عظیم ادامه دارد.

یکی از چیزهای آذن می گوید و آوای ملکوتی آذن در آن غروب زیبایی از صحیح عدالت جهانی و طلوع حق را دریافته دارد، با چه احساس شکفتگی و روزی همراه است

جیوانی و جود خوش گذشتگان و با می خود

گرفتگان و به حیات جادوی شق در جوار رحمت حق رسیده است.

در عصری اینجینی، در روزگاری که بشر بندی شتابیم، به پدر جان، اما با تمام جانم این نجات قفس

ظهور ای انسانی از بدن این بودند و ما ماسک‌هایمان را متحابن

می کردیم؛ بیشتر از پیش دریافتیم که این رود عظم

شور و اشیاق و اراده و عزم و تصمیم به چه دریافتی

اتصال دارد و ریشه ای این تلاش در کدام حاک برادر

نشسته است. آنها فیلم می گرفتند و ازا می پرسیدند

که چهارزیوی دارند. نه بدز جریح گردید و دید

شما خود می دانید، نیاز به گفتن نیست. نه برادر، پایه بروی می شود و خود به

جان همه‌ی مسلمین دارد.

پدر جان، من این رسالت را به سنجینی بر گردید

خویش احساس می کنم که خداوندان را برای

من در چیزهای از خودش ایجاد کرده است. این روزی

زهراست و ما میهمانی هستیم، ناشی طعم و بوی

پدر جان از گذشتگان را نشانه ای از این دنیا

می دارد از چگا آمده است؟ تو همیشه به من

شما برای چهارمین بار تلاش کنید

نمی فهمیدم که چه چیزی باعث می شود تا یکی تبلیغ

سخنگویی را داشته باشد. آن دیگران را که

لایق باشند و هنوز یادان را در خاطر دارم.

جاذبه ای که بسیاری از یاری خواهند

پدر جان، من این رسالت را به سنجینی بر گردید

خوبی تقویت کنند و از خودش ایجاد کنند

شما اینجا بودی و آزو های از همان نان هایی است که

آیا که فکر کردم شاید از همان نان هایی است که

نمی آموختی که تبلی کلید همی بدهی هاست و من

نمی فهمیدم که چه چیزی باعث می شود تا یکی تبلی

سخنگویی را داشته باشد. آن دیگران را که

باشد و دیگر نیاشد. این بچه ها با تبلیف مانند

نارزند. تو گویی جان را نشانه ای از این دنیا

می داشتم. تو همیشه ای این روزی

زهراست و ما میهمانی هستیم، ناشی طعم و بوی

پدر جان از گذشتگان را نشانه ای از این دنیا

می دارد از چگا آمده است؟ تو همیشه به من

شما برای چهارمین بار تلاش کنید

نمی فهمیدم که چه چیزی باعث می شود تا یکی تبلیغ

سخنگویی را داشته باشد. چه چیزی باعث می شود تا یکی تبلیغ

سخنگویی را داشته باشد. آن دیگران را که

لایق باشند و هنوز یادان را در خاطر دارم.

چهارمین بار تلاش کنند و از خودش ایجاد کنند

شما اینجا بودی و آزو های از همان نان هایی است که

آیا که فکر کردم شاید از همان نان هایی است که

نمی آموختی که تبلی کلید همی بدهی هاست و من

نمی فهمیدم که چه چیزی باعث می شود تا یکی تبلی

سخنگویی را داشته باشد. آن دیگران را که

لایق باشند و هنوز یادان را در خاطر دارم.

چهارمین بار تلاش کنند و از خودش ایجاد کنند

شما اینجا بودی و آزو های از همان نان هایی است که

آیا که فکر کردم شاید از همان نان هایی است که

نمی آموختی که تبلی کلید همی بدهی هاست و من

نمی فهمیدم که چه چیزی باعث می شود تا یکی تبلیغ

سخنگویی را داشته باشد. آن دیگران را که

لایق باشند و هنوز یادان را در خاطر دارم.

چهارمین بار تلاش کنند و از خودش ایجاد کنند

شما اینجا بودی و آزو های از همان نان هایی است که

آیا که فکر کردم شاید از همان نان هایی است که

نمی آموختی که تبلی کلید همی بدهی هاست و من

نمی فهمیدم که چه چیزی باعث می شود تا یکی تبلیغ

سخنگویی را داشته باشد. آن دیگران را که

لایق باشند و هنوز یادان را در خاطر دارم.

چهارمین بار تلاش کنند و از خودش ایجاد کنند

شما اینجا بودی و آزو های از همان نان هایی است که

آیا که فکر کردم شاید از همان نان هایی است که

نمی آموختی که تبلی کلید همی بدهی هاست و من

نمی فهمیدم که چه چیزی باعث می شود تا یکی تبلیغ

سخنگویی را داشته باشد. آن دیگران را که

لایق باشند و هنوز یادان را در خاطر دارم.

<p

ورود سران و مقامات اجلاس جنبش غیرمعهدها به ایران



خبر | مدیرگروه بهداشت محیط مرکز بهداشت استان اعلام نمود: مخصوصی تحت عنوان سیگار الکترونیک یا الکترونیک سیگار در بازارهای جهانی به خصوص در کشور ایران در حال عرضه و گسترش است که این اقدام تردد دیگری از صنایع دخانی برای فرار از محدودیت ها و ممنوعیت های قانونی استعمال دخانیات در اماکن عمومی و انتشار و دوخت ملی خلایم باشد. صفاری افزود: این محصول دارای مقدار قابل توجهی نیکوتین و ماده شیمیایی پروپیون کلرایکل بوده که توسعه ذرات آب به دهان فرد مصرف کننده اسپرسی می شود و همچنین دارای خاصیت ایجاد آرایه های قلبی عروقی و سرطان های دستگاه های گوارش و چاقی ناشی از نیکوتین فیبر و کاسیم، بیماری های قلبی عروقی و سلطان های غیر مجاز مثل جوش شیرینی، اسید ستریک و ... با زمان پخت مناسب، استفاده کافی از حمیره های باقی ماندن خمیر در مدت لازم بتوان توجه به رگ سفید زنان در سلامت افراد جامعه نقش بسزایی دارد؛ بدینهای و ایجاد مقولیت مصرف زنان غنی را مستلزم اطلاع رسانی، فرهنگ سازی و گردای تولیدکنندگان به تولید آزاد غنی و کامل با تضاضی مردم ضروری عنوان نمود.

سلامت

شماره ۱۶۷
پنج شنبه ۹ شهریورماه ۱۳۹۱
لوبات اسپرسی ایران:
Iran@fshahaniba.ir

سال تولیدی، حیاتی از ۰۰ و سرعتی ایران

تاكيد ريس سازمان وارت صنعت، معدن و تجارت: نان باید با آرد کامل تهيه و مصرف شود

خبر

تاكيد شده با آرد کامل افزود: این ماده معدنی در صورت استفاده از آرد کامل در تهیه آن، تامين کننده نیاز بدن انسان به بخش زیادی از انرژی، پروتئین، املاخ و ویتامین هایی از جمله گروه B می باشد. مغفاری از بیماری های غیرمسری از جمله کم خونی ناشی از فقر آهن، پوکی استخوان ناشی از کمبود فسفر و کاسیم، بیماری های قلبی عروقی و سلطان های دستگاه های گوارش و چاقی ناشی از نیکوتین فیبر و ... می باشد. وی با این آن که مصرف زنان های بازرس غذایی بالا بدون استفاده از ترکیبات شیمیایی و غیر مجاز جوش شیرینی، اسید ستریک و ... با زمان پخت مناسب، استفاده کافی از حمیره های باقی ماندن خمیر در مدت لازم بتوان توجه به رگ سفید زنان در سلامت افراد جامعه نقش بسزایی دارد؛ بدینهای و ایجاد مقولیت مصرف زنان غنی را مستلزم اطلاع رسانی، فرهنگ سازی و گردای تولیدکنندگان به تولید آزاد غنی و کامل با تضاضی مردم ضروری عنوان نمود.

سیگار الکترونیک خطرناک است

خبر | مدیرگروه بهداشت محیط مرکز بهداشت استان اعلام نمود: مخصوصی تحت عنوان سیگار الکترونیک یا الکترونیک سیگار در بازارهای جهانی به خصوص در کشور ایران در حال عرضه و گسترش است که این اقدام تردد دیگری از صنایع دخانی برای فرار از محدودیت ها و ممنوعیت های قانونی استعمال دخانیات در اماکن عمومی و انتشار و دوخت ملی خلایم باشد. صفاری افزود: این محصول دارای مقدار قابل توجهی نیکوتین و ماده شیمیایی پروپیون کلرایکل بوده که توسعه ذرات آب به دهان فرد مصرف کننده اسپرسی می شود و همچنین دارای خاصیت ایجاد آرایه های قلبی عروقی و سلطان های غیر مجاز از این اسپرسی است. راستا و روزات بهداشت و درمان استفاده از این اخطرناک اعلام گردیده است. گفتنی است بازرسین بهداشت محیط در جین بازید کشور از سوی تمایز ارگان های دی ربط اعلام گردیده است. این اسپرسی بهداشت ملی در حین بازید از مرکز روابط اجتماعی در صورت مشاهده مکلفند ضمن جمیع آوری با عرضه کننده برای مقررات رفتار نمایند.

گروه سلامت

با قالا قایقی در کم خونی ندارد

با قالا بر حلاف تصور خیلی از مردم تأثیری در کم خونی و مرضی ندارد. بیرون از آن ندارد. بیرون از علوم دارویی اصفهانی با شماره این موضوع افزود: تهیه افرادی که مجاز به مصرف باقلای نیستند و در جامه بسیار نارنده، اشخاص مبتلا به کم خونی از نوع فاکسیسم می باشد. دکتر محمد حسن انتظاری ضمن تأیید بر عدم مصرف حریق یعنی یکدانه باقالا برین افرادی اضافه نمود: مهدوچن بیماران فاکسیسم باید از مصرف قرص آسپرین خودداری کنند. این عضو های علمی دانشگاه میزان مصرف این دانه خوارکی را در رسیدن چهت رسیدن به حد تعادل و نیز بالامن بودن استفاده پیشتر آن خواهند کرد. خوردن باقالا برای تمام گروه های سنی، اختیار در مصرف برای زنان باقالا که نسبت به آن حساسیت دارندرا ایام بیان نمود.

محصولات رژیمی تمايل فرد را به غذاهاي شيرین افزایش می دهد

دکتر بهمن محمدی در خصوص مواد غذایی رژیمی ضمن اشاره به افزایش محصولات رژیمی نظری پیکوست، شکلات، قند، مایونز و ... تهیه نام رژیمی دارند. این کارشناس تغذیه معتمد است که مصرف این گوته مواد غذایی چاق کنند است.

وی با اشاره به این که بعضی از محصولات رژیمی فاقد قند و شکر هستند و از شیرین کننده های مصنوعی نظری پیکوست، ساختارین، ندوسیت و ... در آن استفاده شده است افزود: گرچه شیرین کننده های مصنوعی کالری بسیار کمی دارند و مصرف آن ها بدون ارادت است، امداد نهایت این تکیات تمايل انسان به شیرینی و غذاهای شیرین را افزایش می دهند. بنابراین توصیه می کنم از مواد غذایی که عنوان رژیمی دارند را استفاده نکنند.

آب لیمو، یکی از بهترین سم زدایاهای بدن است

کارشناس آزمایشگاه مواد غذایی دانشگاه علم پزشکی با اشاره ای آن بیرون از عومن بعنوان بهترین سم زدای بدن افزود: آب لیمو، میزان اینمی بدن را افزایش داده و باعث جذب آهن مواد غذایی می شود و می توان به این طور از معمای ایجاد این را کنند. اکرم پایدار افزود: یکی دیگر از مواد موجود در طبیعت که از قدری همواره مصرف آن در میان مردم کشور ما رایج بوده است، گیاه شتره است که در گذشته بیشترین تمايل انسانه ای در میان راه راهی و مکمل هایی زیادی از نهیه شد. بیداین کیا، داروها و مکمل هایی را از صرف غذاهاي شد.

به هیچ عنوان پس از صرف غذا خواهد

متلبانیان به فلکس به هیچ عنوان بعد از غذا خواهند. کارشناس ماد غذایی معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی توصیه کرد: افرادی که زمینه لایکس (بازگشت اسید معدن) دارند بالا فصله سی از صرف غذا را باعث برگشت محتوایات معدن که اسیدی هستند، به طرف مری و ایجاد نهایت استراتجی به سوت دار کشیدن باشد. از این دفعه را به مدت ۱۵ دقیقه دارند. اگر باید این را باعث برگشت محتوایات معدن باشد، به مدت ۱۵ دقیقه دارند. این اتفاق از صرف غذاهاي شد.

چندنی خارج گنید

بعد از اتمام پخت، ماده غذایی را از دون طرف چندنی خارج گنید. کارشناس تغذیه مکمل تحقیقاتی و درمانی دانشگاه علوم پزشکی میو بدهد: این سینگینی دامن می زند و در عمل هضم، مشکل ایجاد می کند لذا بهتر است که تا دو ساعت پس از صرف غذا باشد.

غذا را بالا صalte پس از پخت، از ظروف

اعلانی دارند. این ظروف مناسب پخت طلایی با دمای متوسط هستند و اگر فاقد آلمینیوم باشند، بیرون از پخت و پیز مناسب محسوب می شوند. بیرون از توصیه کرد: قبل از خردی ظروف چندنی خارج گنید. در خود راهی این اتفاقی اتفاق نمی آید. این را باعث برچسب و ترکیب های مندرج در آن دقت کنید. در خود راهی اینها را روی حرارت بگذارید تا کرم شوند، گفته: بعد از دقيقه ای آنها را روی غذا پخته از سفیده از این ظروف باید چندنی خارج گنید. این را باعث می شود، بلکه ممکن است مانع جذب سایر عنصرها می شوند. دکتر فاطمه سخنوری: مرکز بهداشت شماره یک اصفهان

انواع چای، برای هر نوع سلیقه

نوشیدنی دلچسب ایرانی ها

لبل کوهانی

راد ۵۰۰ میلی لیتر آب جوش بریزید و براز ۱۵ دقیقه آن را در میان دم کرده بگردید. چون زیاده روی که رسم داریم در هنگام پذیرایی از همه ایان، در محل کار، در پیکنیک و یارا موقیت های مختلف مثل زمان خستگی و خواب آنکه بگردید و پیشگیری شود.

چای زنجبل و نعناع فلفلی

آن را در لیتر آب به مدت ۱۵ دقیقه دم بگردید و پس از صاف کردن ۳ بار در زوره ای از پوکی استخوان

پیشگیری می کنند.

چای آریتسو

وقی سومو در بین دنیاد می باشد.

شود قدرت جسمی کاهش

می باشد. آریتسو با تحریک کلیه

باعث فرق سومو از بدن خواهد

شد، ۱۰ گرم برگ تاره از رار لیوان

آب به مدت ۱۵ دقیقه دم بگردید و پس از صاف کردن ۳ بار در زوره ای از پوکی استخوان

پیشگیری می کنند.

چای گل اکلابی

استخکام ناخن ها شده، ۱۵

گرم گلبرگ خشک شده را در

در ۱ لیتر آب به مدت ۳۰ دقیقه بخواهند و بعد از صاف کردن ۳ بار در زوره ای از پوکی استخوان

برخورد را بخواهند.

چای گل اکلابی

استخکام ناخن ها شده، ۱۵

گرم گلبرگ خشک شده را باز

می شوند، باز ۱۵ دقیقه دم بگردید و پس از صاف کردن ۳ بار در زوره ای از پوکی استخوان

پیشگیری می کنند.

چای گل گاویان و سبز

می توانند باز ۱۵ دقیقه دم بگردید و پس از صاف کردن ۳ بار در زوره ای از پوکی استخوان

پیشگیری می کنند.

چای گل گاویان و سبز

استخکام ناخن ها شده، ۱۵

گرم گلبرگ خشک شده را باز

می شوند، باز ۱۵ دقیقه دم بگردید و پس از صاف کردن ۳ بار در زوره ای از پوکی استخوان

پیشگیری می کنند.

چای گل گاویان و سبز

استخکام ناخن ها شده، ۱۵

گرم گلبرگ خشک شده را باز

می شوند، باز ۱۵ دقیقه دم بگردید و پس از صاف کردن ۳ بار در زوره ای از پوکی استخوان

پیشگیری می کنند.

چای گل گاویان و سبز

استخکام ناخن ها شده، ۱۵

گرم گلبرگ خشک شده را باز

می شوند، باز ۱۵ دقیقه دم بگردید و پس از صاف کردن ۳ بار در زوره ای از پوکی استخوان

پیشگیری می کنند.

چای گل گاویان و سبز

استخکام ناخن ها شده، ۱۵

گرم گلبرگ خشک شده را باز

می شوند، باز ۱۵ دقیقه دم بگردید و پس از صاف کردن ۳ بار در زوره ای از پوکی استخوان

پیشگیری می کنند.

چای گل گاویان و سبز

استخکام ناخن ها شده، ۱۵

گرم گلبرگ خشک شده را باز

می شوند، باز ۱۵ دقیقه دم بگردید و پس از صاف کردن ۳ بار در زوره ای از پوکی استخوان

پیشگیری می کنند.

چای گل گاویان و سبز

استخکام ناخن ها شده، ۱۵

گرم گلبرگ خشک شده را باز

می شوند، باز ۱۵ دقیقه دم بگردید و پس از صاف کردن ۳ بار در زوره ای از پوکی استخوان

پیشگیری می کنند.

چای گل گاویان و سبز

استخکام ناخن ها شده، ۱۵

گرم گلبرگ خشک شده را باز

می شوند، باز ۱۵ دقیقه دم بگردید و پس از صاف کردن ۳ بار در زوره ای از پوکی استخوان

پیشگیری می کنند.

قرارداد رسمی محمد امجد بازیکن فصل گذشته ذوب آهن با تیم بسکتبال فولاد
ماهان به ثبت رسید.
در خبری که باشگاه ماهان برای ارسال کرده آمده است: با توجه به سیاست های هیات مدیره باشگاه فولاد ماهان
سپاهان به منظور بومی سازی تیم بسکتبال ماهان و جلوگیری از کمک بازیکنان اصفهانی بسکتبال باشگاه فولاد
ماهان محمد امجد بازیکن اصفهانی فصل قل تیم ذوب آهن را برای در لیگ جدید به خدمت گرفت.
محمد امجد ساقمه بازیکن تیم ملی جوانان ایران در مسابقات قهرمانی آسیا در سال ۲۰۰۷ را را می باشد.
طلاذر مسابقات داخل سان ماکانود سال ۲۰۰۷ را را می باشد.
شایان ذکارت بازیکن یک مترو مشتاد و پنج سانتی متري ماهان در دو پیست گارد راس و شوتینگ گارد در تیم
فولاد ماهان سپاهان بازی می نماید.

ورزش

۱۱

شماره ۱۶۱۶
پنجمین شنبه ۹ شهریورماه ۱۳۹۱
ارتباط با سرویس و رسانی:
Sport@isfahanziba.ir

سال تولیدی، حیاتی از کار و سرمهایه ایران

آفساید

کشتی نوجوانان هم بنامی خواهد



بعد از اختخار آفرینی های کشتی در المپیک خبرهای جالی از یاکوه گوشمنار نرسید.

جایی که نوجوانان کشورمان که از سرمایه های اصلی ورزشمنان هستند، نتوانستند در مسابقات قهرمانی جهان کشتی در حد خود ظاهر شوند و نتایج ضعیفی (مخصوصاً در کشتی فرنگی) کسب کردند.

درخشش فرنگی کاران در المپیک انتظارات را بالا برده و از این پس مریبان و وزرشکاران این رشته باید بدانند که مردم از آنها در مسابقات جهانی و المپیک فقط مدل می خواهند. در این مسابقات شاهد بودیم که فرنگی کاران کاملاً در از انتظار ظاهرشدن و مریبان این تیم که قول داده بودند خبرهای خوبی از یاکوه گوشمنار نرسیدند.

ظهور پدیده ای به نام محمد بنادرشتی فرنگی کاران در از انتظار ممکن بدانندکه پیش از زده هشتم جهان در درجه نوجوانان خواهد

در کشتی از خود بگذرانند که از نوی شاهد تایپیه مشایه المپیک در مسابقات نوجوانان جهان بودند. یک طلا و ۶ برنزی که می توانست طلا یابی باشد، دقیقاً مثل برنزی های المپیکی که شایستگی کسب کردند. این مسابقات از این پس از مهندس رونمایی کردند. پس از این پیش از مراسم مهندس رونمایی شد. پدر شهید حسن غازی و مددال های خود را شهیدان خرازی، ردانی پور، ورزشی و لای (او) بود

نهادی، بسکتبال خیابانی، کارآفرین و ورزش های پهلوانی و وزرخانه ای نمادهای اسلامی و مددال های خود را

در این مراسم تیم های بیتر رشته های فوتسال، هندبال، بسکتبال خیابانی، کارآفرین و ورزش های

شہیدان خرازی، ردانی پور، ورزشی و لای (او) بود

هر سال نسبت به سال قبل با کمیت و کیفیت بالاتر برگزار کنند.

مهنمای افزود: از ابتدای امر تا امروزه که شهیدداری

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشد.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

اعضهای این تیم بسیاری از این رشته های می باشند.

