



مرکز مطالعات راهبردی
در حوزه علمیه تشکیل شود

+ بازار

تقاضا برای تعدادی از
لوایح اداری افزایش یافته

تجهیزاتی به روز
برای کارکردنی آسان

+ جامعه

گزارشی از اجمن خانواده
ناشنوایان استان اصفهان

چشم‌ها
سخن‌می‌گویند

خانه‌ای کوچک با حضی فیروزه‌ای
و سه اتاق کوچک‌تر در اواسط خیابان
کاشانی، شده است همه دلخوشی ۴۰۰ ناسوانو
کم شنوازی که به ارجمن خانواده ناشنوازان می‌باشد.
انجمن خانواده ناشنوايان استان اصفهان مامنی
برای ارامش و در کارهای بدن انسان هایی ...

+ ورزش

منظور وزیر ورزش چه کسی بود؟
سکوت مسؤولان
ورزش مقابل تهدید
بین‌المللی

اصفهان زیبا

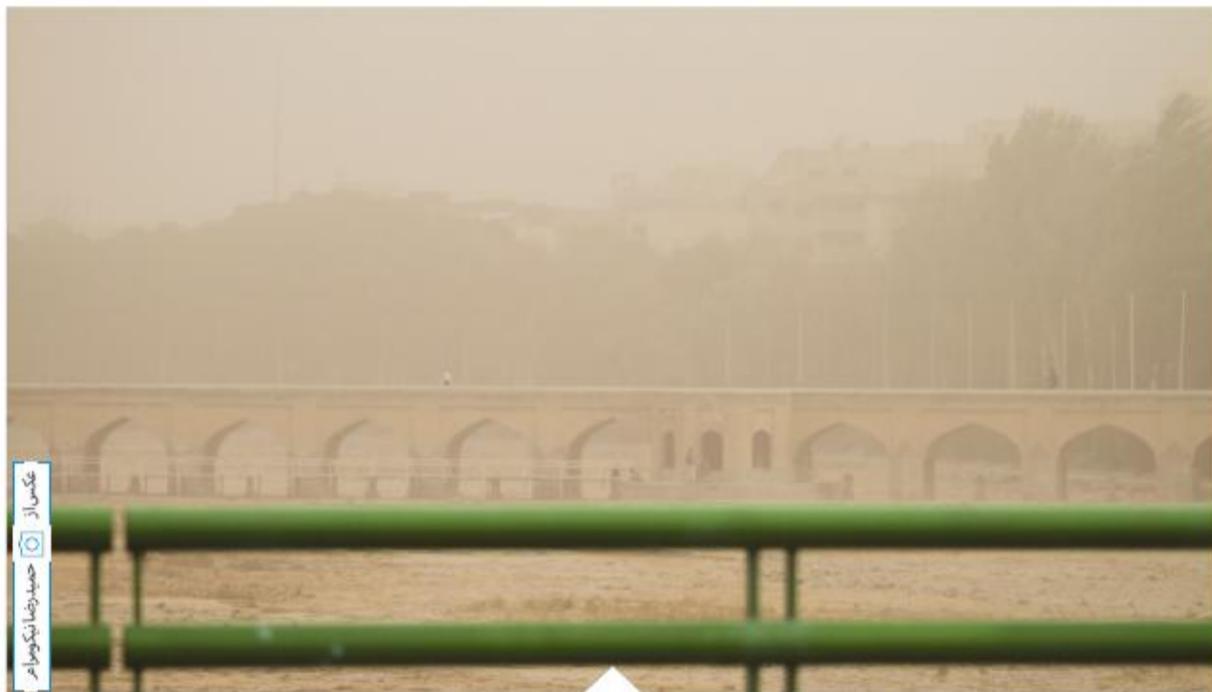
WWW.ISFAHANZIBA.IR

ISSN 2423754-X

” عشق و علاقه همیشه هست، اما محرم که می‌رسد
امام حسین (ع) می‌کشاند، شوری که شهر افرادی گیرد و کسی می‌ساید
می‌زند و می‌گوید: «نشنین برای خودت کاری کن تا از قله قب
نمائی»، ما که آهون سرگردان بودیم، حالا باید تربیا نتیریا به سمت
محرم بدویم. برای رسیدن به حقیقت و قرارگرفتن در سیاه
امام حسین (ع) باید بدینه به سوی عاشورا و جای خودمان را جای در
زیر سایه حق پیدا کنیم... ”

گزارشی از مراسم عزاداری در سطح شهر

اموال کجا حسینی شویم؟



آلودگی اخیر هوای اصفهان منشأ داخلی دارد

بازگشت ریزگردها!

تاریخ سازی به سبک تیرم ملی فوتسال

مدال برنزی که به اندازه طلا در خشش داشت

بازار آهن اصفهان از خواب بیدار نمی‌شود

” ساخت آهن، یکی از اساسی‌ترین
بایه‌های اقتصادی و اجتماعی هر
کشورهای شماره‌ی اول بوده، این عصر جیانی،
کاربردهای زیادی در ت產業ی جنبه‌های زندگی
انسان، اهم از ساختهای سازی، ساخت انواع
وسایل نقلیه، بیل سازی و... دارد و یا به سیاری از
تکنولوژی‌های روز دنیاست.

در سال‌های اخیر، صنعت آهن ایران به موارد
سایر صنایع با فرار و شیب های ریاضی موافق شد
و از آن‌جا که در پیشتر صنایع ماردمیانی ازین صنعت
وجود دارد، تحت الشاعر صنایع دیگر قرار گرفت و
سال‌های سختی را می‌پرسی کرد.

رکود در ارامنه ساخت و ساز خودروسازی، یا بعثت رکود
در صنعت آهن شد و سیاست از تولیدات این بر روی
دست تولیدکنندگان ماند و به فروش نرفت. در این
میان واردات... ”



برای دریافت مجله به روش زیرینه شماره
۳۰ پیامک بزنید:
۰۴۸۷۰۸۸
ابتدا کلمه گردشگرانوشه و سپس اطلاعات زیر
راه ترتیب وارد کنید:
نام و نام خانوادگی..... نشانی..... شماره
تماس..... مشترک روزنامه هستم / نیستم

من و دو حروف ساده

” ۱۱ شب غزاداری الاعبد الله

سخنران: حجت الاسلام داستانپور / مداحان: حسینی / صدر/ انصاری
۱۲ لغایت ۲۲ مهر ماه / وزیره دانش آموزان را رس ساعت ۱۹:۳۰
هشت بهشت عربی / خ ملک / انگورستان ملک / مجتمع فرهنگی باران

همراه با توقیل خوانی نظر عاشورا



قابل توجه مودیان محترم مالیات بر ارزش افزوده:
مهلت ارایه الکترونیکی اظهارنامه مالیات بر ارزش افزوده
دوره تابستان ۹۵ از طریق سامانه www.evat.ir حداقل
تا ۱۵ مهرماه سال‌جاری می‌باشد.

مودیان محترم مالیاتی جهت شرکت در دوره‌های آموزشی
www.isf-maliat.ir افزوده به سامانه
مراجعه فرماید.

روابط عمومی اداره کل امور مالیاتی استان اصفهان

الف/ ۵۲۹۹

Instagram

اصفهان با بودن ما در کنار هم **زیباست**
[isfahanziba_newspaper](https://www.instagram.com/isfahanziba_newspaper/)



بارکد را اسکن کنید





مجالس حسینی، زمینه ساز حکومت مهدوی

می کنیم، با ک های زندگی را بر از فضایل می کنیم و با شرکت در مجالس، رذایل و بدی ها را خودمان دور می کنیم، پس بهترین کار، مراقبت های بعدی است. مثلاً وقتی در مجالس امام حسینی شرکت می کنیم و می فهمم فلتم، بداست بعد از آن دیگر تابید به همسرمان فلتم کنیم، به همسایه مان فلتم کنیم، به همکاران فلتم کنیم، دیگر باید مظلوم را یاری کنیم و با خالیم دست بیعت ندهیم، باید در عرصه های مختلف زندگی مان دین خدا را حاکم کنیم، اباعبدالله ویاران ایشان الگویی برای زن، مرد، جوان، نوجوان و اقوام مختلف هستند، همه الگوی دارند که چگونه زندگی کنند و توجه به این الگوها م، تواند راهگشا باشد.

اکنون که در عصر غیبیت ولی عصر (عج) به سر می بیریم و ظایفی را به عنوان منتظران آن حضرت پر عوهده داریم، چگونه از پیوند محرم و عاشورا با مهدویت پیره روده و خود را ز مکتب امام حسین (ع) سوق دهیم تا به حکومت جهانی اسام زمان (عج) برسیم؟

لرستان امام زمان (عج) پرورش یافتنگان مکتب حسینی نند، در مهدیه ها باید سخن از امام حسین (ع) و در یادبینی ها هم باید صحبت از امام زمان (عج) باشد.

زیک چشم مان در عزای سید الشهداد شک جاری مسود باید با یک چشم دیگر، در فراق یوسف زهراء (س) کیم، اگر با یک دست سینه می زنجیر باید با دست اتمتایی فرق داشته باشیم. ما این رامی که حتی سرطهور شعرا بر ازان امام زمان (عج) بالارات الحسن د، یعنی کاری را که امام حسین (ع) انجام داده است سرطهور شاهدان هستیم، انتظار بدون عاشورا حرکت بدون ریشه و اوصلات و عاشورای بدون ظهور حرکت غیبیم و اپنایست، ماباید در مکتب امام حسین (ع) ملحوظ و اقی را تربیت کیم؛ همان طور که در آیات، ادعیه و زیارات به پیوندانی دو جزیان حق اشاره است، حرکت سید الشهداد گذشته است، حسین زمان

امام مهدی(ع) است، علاقه مندان به سید الشهداء باید توجه داشته باشند، کاری را که امام حسین(ع) می خواست انجام دهد و نبمه تمام ماند؛ یعنی سفر از مکه به کوفه که در کربلا ماندگار شد، امام مهدی(ع) کامل می کند. ایشان در مرکه قیام می کند و پاییخت حکومت جهانی شان، مسجد کوفه است. بنابراین مجالس حسینی باید به سمت وسوی زمینه سازی برای حکومت فرزند سید الشهداء، آقابقیه الله باشد. باید دشمن زمان امام حسین(ع) مرد، ما باید بزید زمان را بشناسیم. باید در تهضیح حسینی دشمن شناس باشیم و دشمن امام زمان(ع) را که سفیانی و دجال است، بشناسیم.

A close-up photograph of a pile of ribbons in various colors—green, red, white, and black—each featuring intricate Arabic calligraphy. The ribbons are crumpled and overlapping, creating a dense, textured composition.

اهل بیت (ع) راه هایی را بیان کرده اند، مثل زیارت، با خواندن زیارت های امام حسین (ع)، عاشورا، وارث، تناحیه مقدسه، امام حسین (ع) را زیارت کرده و خدمان را در آینده ایشان می بینیم. ۱. توجه به زیارت، ۲. اشرکت در مجالس حسینی، ۳. عزاداری سنتی سینه زنی و نوحه خوانی، ۴. توسل به ابا عبد الله (ع)؛ همه عالم متousل شده اند حتی انبیای اولو الاعز (و) ندبه و گریه. اگر این پنج ویزگی را در عزاداری ها رعابت کنیم، می توانیم غمگسار واقعی آنها بشیم.

در زندگی مان بینیم، لمس کنیم و برای
ما باقی بماند، چه کنیم؟

بحثی را در این به نام مرافت های عاشورایی،
وقتی اراده ماه محرم می شویم خودمان را
نشست به خلی از مصالح، بیمه می کنیم.
در مجلس امام حسین (ع) موعظه و کلام
خوبی را می شنیم و سعی می کنیم در
۱۱ ماه دیگر هم آن را به کاربریم. همان
طور که وقتی به پمپ بنزین می رویم، باک
اتومبیل را پرازدوزنیم کنیم و می توانیم
نا تمسیری را حرکت کنیم، برای سلوک در
زندگی هم استنگاهی داریم به نام محرم.
اینچه برای اینکه یک سال سپر و سلوک
عاشورایی داشته باشیم، خوبی هارا پیمایز

مشاهده می شود و نمای اخلاقی از سوی بزید و عمرابن سعد و شمرد کربلا غافر شده است. شهید مطهری جمله معروفی دارد، می گوید: همه باید کتاب کربلا را بخوانیم. کتاب کربلا و صفحه بیشتر ندارد، یک صفحه سیاه که بزید و بزیدیان انجام دادند و یک صفحه نورانی که با عبدالله و بوارانش انجام دادند. این دو صفحه را بذاریم جلوی زندگی مان، ببینیم کاری که می خواهیم انجام دهیم سیاه است یا سفید، ما باید خودمان را زالت حاکمیتی نجات دهیم؛ یعنی گاهی سیاه و گاهی سفید، نه. از امام حسین(ع) سوال کردند آیه «يوم ندعوا كل اناس باماهم» یعنی چه؟ امام فرمود، «در این دنیا دو امام است: امام هدایت که شما را به نور دعوت

م می کند و امام ضلالت و گمراهی که شما را به آتش دعوت می کند؛ یعنی امام نور و امام نار، «الن هم امام نور هست و هم امام نار، ما برازی اینکه خودمان را به امام حسین(ع) فرزد یک کشمکش، با بداین جمله معروف»، کل يوم عاشورا و کل ارض کربلا نصب العین مان باشد؛ یعنی همین الان عاشوراست و همهین زمینی که الان روی آن ایستاده ایم، کربلاست، چون حرف بندی که سیدالشہداء(در) عاشورا انجام داد تا روز قیامت کاردار درست کرد، ما یا الان در صفحه امام حسین(ع) هستیم با در حرف بیزید.

L اهداف سید الشہداء (ع) از این قیامی که متجربه زندگ نگه داشتن اسلام و ماندگاری شیعه شد، چیست؟
ما اگر جامعه اموی را مطالعه کنیم، می بینیم
نهاد شنیدن دین رسول خدا (ص) را به سمت و سوی
می برندن که اسلام نابود شود. معاویه خلافت، ولایت و
امامت را به دستگاه ملک و حملات و سلطنت برد و داشت
بن را و زونه نشان می داد. بزید جانشین معاویه هم،
بیگری به صورت علی بادین (بغیره ص) صارزه می کرد.
امانزمانی خواند و مرتكب حرام می شد. امام حسین (ع)
می گوید باید فاتحه اسلامی را که قرار باشد حاکم شدن
شخص باشد، خواند. پس اهداف قیام امام حسین (ع)

L حالاً ما چگونه خود را به این اهداف والا نزدیک کنیم و سبک زندگی مان را با آنها مطابقت دهیم؟
بارای اینکه اهداف امام حسین(ع) را دخالت کنیم باید
این را در زندگی مان حاکم کنیم. امام حسین(ع) برای
مردم معروف و نهی از منکر قیام کرد، همه ماراحزو
جماعی می توانیم امریه معروف و نهی از منکر داشته
باشیم. امام حسین(ع) شب عاشورا قاعده نماز کرد. ما
هم اقامه نماز کنیم. امام حسین(ع) قرآن می خواند،
ما هم نگذاریم این کتاب خدا در خانه هایمان مهجور
نمیماند. ایشان برای نمازو و قرآن، یک شب مهلت گرفت
و برای اخلاق، قیام کرد؛ تمام مسائل اخلاقی در کربلا

A collage of Iranian flags and a portrait of Ayatollah Khomeini.

محرم آمد، محروم باشک و آمد
محرم آمد، محروم با شور و حال آمد....

حجت الاسلام محمد رضا فاوادیان، محقق، بروزه شگر و
مدرس مرکز تخصصی مهدویت کنم که نویسنده کتاب های
چون «از حسین تامهدی»، «امام زمان و قهرمانان کربلا»،
«باکارای پیوندام مهدی با حضرت عباس (علیهم السلام)»
و «کرانه کرامت است» طی گفت و گویی کوتاه و خواندنی
با پایداری ویژگی های ماه دلدادگی و سوگواری محمر
الحرام، از پیوند قیام با عبد الله الحسین (ع) با قیام امام
عصر مهدی موعود (ع) می گوید و توجه به آن را لذسوی
شیعیان، بسیار با اهمیت برمی شمرد.
وی می گوید، امام رضاع (در مرور روز شورا می فرمایند،
امروز روزی است که جد امام حسین (ع) به شهادت
رسیده و از رسیب می خواهد تا به شیعیان این خبر را
برساند که ماه محمر، ماه غم است. امامان معصوم
از امام سجاد (ع) تا حضرت مهدی (ع) همه اقامه ماتم
کرده و دیگران راهنم به حزن و غم و اندوه سفارش کرده اند.
تاکنون که در عصر امام عصراعج هستیم و در زیارت
ناحیه مقدسه می خواهیم که امام مهدی (ع)،
امام حسین (ع) را مرور خطاب قرار داده و
می فرمایند، حدغیریم اگرمن در کربلا نبودم
تاشماریاری کنم، هر صبح و شام برای
شما اقامه عزامی کنم و گریه می کنم و اگر
چشممه های اشکم خشک شود، در رثای
شما خون گریه می کنم...
”

ما برای
اینکه اهداف
امام حسین (ع)
را دنبال
کنیم
باید
دین را در
زندگی مان
حاکم کنیم

ویژگی قیام امام حسین (ع) چه
بود که باعث شد تا این زمان و
همچنان با این شکوه و عظمت، باقی
بماند؟

حرکت سبد الشهداع (در محرم سبب شد،
ناورقیامت درباره فتاکاری ایشان در راه دین



سال یازدهم، شماره ۳۷۵۹
دوشنبه ۱۶ مهر ۱۴۰۵

صفحه اخبار

گزارش

پیامبر از پیروزه های عمرانی شهرداری
شیارزوبی گلزار شهداء آغاز کرد

شهردار شاهین شهر خبرداد:

بهره برداری از هشت پروژه عمرانی شهرداری؛ با اعتباری بالغ بر ۲۰ میلیارد ریال

بهره برداری از فاز دوم پارک گلدن پس، فرهنگسرای خلواده و داشت و خلاقیت، مدرسه شهدا مدافع حرم محله ردانی پور و پارکینگ طبقای خیابان فردوسی از پیروزه های است که شهردار شاهین شهر نوین بهره برداری آن را به شهروندان در نیمه دوم سال جاری داد.

امیری به منابع درامدهای شهرداری اشاره و خاطر نشان کرد: علاوه بر تامین بخشی از درامدهای شهرداری از محل عوارض ساخت و ساز، بخشی نیز از محل عوارض الایندگی صنایع مجاور و تاسیسات و منابع خود شهرداری تامین می شود وی از اقدام قرارداد با پیش خصوصی به ارزش سه هزار ۵۰۰ میلیارد ریال اعتماد دارد و از پیش خصوصی به ارزش ۱۰۰ میلیارد ریال تأمین منابع درامدی و تکمیل پروژه های در دست اقام، با پیش خصوصی قراردادهای متعدد شده است.

شهردار شاهین شهر بایان اینکه علی رغم کاهش

نقدیگی و مشکلات مالی تاکنون هیچ یک از پیروزه های شهرداری تعطیل نشده و براساس برنامه زمانی دستورالعمل اینکه در حال

تمکیل و قابل است.

امیری به پیروزه متوجه شاهین شهر به اصفهان

اشارة کرد و گفت اقدامات در زمینه محوزه های

قانونی به مراحل پایانی رسیده و مصوبه شورای

عالی اینستی فی وارت راه و شهرسازی در اینده

زندگی که شهردار شاهین شهر اباغ خواهد

شد وی گفت درخصوص پیروزه متوجه شاهین

شهرهای اصفهان گفت در این سوره به زودی

منتهی های خوبی برای شهر نوین

دان غیر محدود

داشت و اقدامات در زمینه محوزه های قانونی به

مراحل پایانی رسیده و مصوبه شورای عالی اینستی

فی وارت راه و شهرسازی در اینده زندگی به

شهرداری شاهین شهر اباغ خواهد شد.

شهردار شاهین شهر اباغ خواهد شد.

طروح اجراء متشکل روشنایی جاده کمرنگی نیز رفع

شش ماه احداث شده ازدیگر پیروزه هایی است که

امروزه بهره برداری می رسد.

آسفلات معاشر، دیوار چینی محله خانه های چوبی

نیز تکمیل گردید.

کرد و فروزد، با توجه به عرض کم پل و مشکلات ترافیکی

بوستان شهر بسیه ری به مساحت ۱۰ هزار مترمربع

با پیش میلیارد ریال اعتماد که برای کاهش الودی

چهار میلیارد ریال اعتماد شده است همچنین

۲۷ میلیارد ریال اعتماد علاوه بر روکش و لکه گیری

آسفلات معاشر، دیوار چینی محله خانه های چوبی

از سه کیلومتر جدول گذاری و شش هزار متر پیاده رو

کردند و اینها از احداث گلزاری با ۱۰ میلیارد ریال

در روزهای اولیه این پیروزه های

در روزهای اولیه این پیروزه های

در روزهای اولیه این پیروزه های

دروزد وی در اینده ای زندگی طرح ساماندهی

داد و افزود؛ در اینده ای زندگی طرح ساماندهی

اصنایع مجاور و معاملات اجتماعی در مدت کمتر از

۱۲ و ۲۲ متر گسترش

داده شد.

شهردار شاهین شهر بایان اینکه در این مسیر پیش

حسین از احداث گلزاری با مشارکت بخش خصوصی خبر

در روزهای اولیه این پیروزه های



اختلالی با دو علت متفاوت

نیاز به همراهی پزشک دارد تا سریعاً باداروهای لازم به بهبود فرد کمک شود. یکی از درمان‌های خانگی که بسیاری به کار می‌گیرند، ویراین تصورند که در دشان راه بهبود می‌دهد. استفاده از دود سیگار است که باید گفت چنین نیست و در واقع اگر هم فرد با این شیوه احساس تسکین کند، به دلیل گرم شدن گوش است و مسلمان‌چین روشی، حال با هرچه باشد مثل حوله گرم یا عنبر نسرا رخواه ناخواه باعث تسکین فرد می‌شود. اما در واقع کمکی به بهبود نخواهد کرد و حتی ممکن است درمان را به تأخیر بیندازد. از این رو توصیه به درمان خانگی نیست و بهترین راه کار تشخیص سریع و درمان توسط پزشک است.

بیهاری + بوسٹ

درمان کھیل

سلامت

صحن زیبا

19

نهاده شاهرخی، کارشناس پوست و مو
نوعی از کهپر، فیزیکی است که در این نوع
حمله کوتاه مدت به دنبال تحریک فیزیکی مانند
قاراندن، فشار، لرزش، سرما، گرمای اتمام با امواج
دایوبنفش است. دوره آن ممکن است کوتاه باشد،
لیکن با تحریکات مکرر عود می‌کند. مهم ترین وجه
شخصی خصیعات، طول مدت کوتاه علاوه بر این می‌باشد
که قویه خودی است. اغلب دوره های این بیماریک تا
نه ساعت طول می‌کشد. شایع ترین کهپر فیزیکی
ده دنبال ساینس با ضربه زدن به پوست، در گمان محل
بهیر ظاهر خواهد شد. این بیده ممکن است به وسیله
که عفونت و پریوسی، مصرف آنتی بیوتیک، ناراحتی
و ایمنی - احساسی برانگیخته شود. ولی در اغلب موارد
ملت ناشایخته باقی می‌ماند. در کهپر فشاری چهارتا
نه ساعت پس از تحریک ظاهری شود و برای هست
۲۲ ساعت باقی می‌ماند. احساس سوزش پادرد و
زور عمیق رخ می‌دهد. شایع ترین محل در گیری
است، پا، تنہ، باسن، لب و صورت هستند. خصیعات
ممکن است به دنبال ایستادن، راه رفتن، پوشیدن
باشند تا نگرانی طولانی روی سطح سفت ایجاد
شوند. این بیماری برای افرادی که کار فیزیکی انجام
می‌دهند ناتوان کنند خواهد بود. کهپرس مسامی نوع
یکیگری از کهپر است که به دنبال کاهش ناگهانی حرارت
محیط با اینماض بال سردرخ می‌دهد. این حالت اغلب
ده دنبال عفونت، مصرف دارو و سایر روانی اغذی
می‌شود. کهپر افتادن نوع دیگر است که در آن، خصیعات
جند دیقیقه پس از نمایش با نور فرابنفش ظاهر شده و در
عرض یک ساعت تا دید می‌شوند. طول موج های
مختلف از اشعه فرابنفش می‌تواند کهپر افتادن ایجاد
نماید. در اغلب موارد این بیماری دائمی است و برای
برمان آن استفاده درست از ضد افتادن و بوش و
باش کاملاً پوشیده توصیه می‌شود و برای گسترش
دیدگردی، آن جهت پایده بخش امده گردید.

- **سبوس گندم**
سبوس گندم رشار از روی، آنتی اکسیدان ها و ویتامین های B است. همچنین فیبر، پروتئین و مقداری چربی مفید دارد. می توانید کمی از آن را تویی ماستان بزیربید و مصرف کنید.
- **ماست گلم چرب**
خوردن یک پاله ماست، شانس سرماخوردگی را کاهش می دهد. در ضمن بهتر است به دنبال ماست های پر یوونیک باشید، چون سیستم ایمنی را بیشتر تقویت می کنند.
- **سیر**
سیر حاوی آنتی اکسیدان های بالا برنده قدرت سیستم ایمنی است. البته برای تاثیرگذاری باید قبل از مصرف آن را خرد کنید و بگذراید ۱۵ تا ۲۰ دقیقه بماند تا مواد موثر آن فعال شود.
- **اسفناج**
اسفناج غنی از مواد مغذی است و به عنوان یک غذای ویره مدنظر است. همچنین حاوی فولات است که در ترمیم سلول ها نقش دارد. از دیگر مواد مغذی آن می توان به فیبر، آنتی اکسیدان و ویتامین C اشاره کرد. برای بمهره شسته، آن را خام با کمتر بخشه بخوبی بد.

دوباره فصل سرما و بروز
انواع سرماخوردگی شروع
شد، اما یکی از بهترین راهکارها برای پیشگیری
از سرماخوردگی، تقویت سیستم ایمنی بدن است،
بنابراین خوب است بدانیم کدام مواد غذایی در تقویت
سیستم ایمنی نقش مؤثری ایفا کرده و جلوی بیماری‌های
سریعی از جمله سرماخوردگی و آنفولانزا را منع کنند.
دکتر فاطمه عزیزی، متخصص تغذیه و ریسم
درمانی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان به
این موارد اشاره می‌کند.

- 01
- 02
- 03
- 04
- 05
- 06
- 07
- 08

قارچ دکمه‌ای

ممکن است برخی تصور گشیده قارچ، اثری در تقویت سیستم ایمنی ندارد، در حالی که این ماده غذایی حاوی سلولیم و آنتی اکسیدان هاست. کمبود سلولیم باعث افزایش خطر ابتلاء آنفلوآنزا می‌شود. ضمانت وجود ویتامین‌های ۲ و ۳ در قارچ برای سیستم ایمنی مقید است. قارچ خواص ضد باکتری، ضد ویروس و ضد سرطان نیز دارد.

کلم

انواع کلم به خصوص کلم بروکلی سرشار از آنتی اکسیدان است و در فصول سرد سال به راحتی در دسترس است. کلم را به سوب‌ها و سالادهایتان بیفزایید تا خودتان را در مقابل بیماری بیمه کنید.

پادام

یک مشت پادام شما را از استرس نجات می‌دهد، زیرا حاوی ویتامین ۲ و ۳B است که سطح ایمنی بدن را بالا می‌برد.

گریپ فروت

میوه گریپ فروت از منابع خوب ویتامین C و آنتی اکسیدان هاست. البته اگر آن را دوست ندارید سراغ دهیم. کاراچی، چیزی که از گریپ فروت می‌شود

هزینه‌اش درد و رنج است.
وقتی به دنیا می‌آییم قرار است به رستگاری برسیم،
ولی هزینه‌ای هم باید باشند بدھیم. تولد، بزرگ
شدن و پیری، هم تروت و هم نعمت است و مسائل
خودش را دارد. تروت و نعمت به خاطر خردی هست
که ماید ادامی کنیم، ولی باید هزینه‌اش را هم بدھیم.
چون سن سالمندان سن سردی هست، باید
غذاهای گرم و تروت معتمد با توجه به فصل به آنها
بدھیم. مانند پادام، خرما، عسل، توت خشک، مویز،
سیب، انگور و دمنوش های گیاهی مانند باپونه،
بهارنارنج، بهاریمو و برج قهقهه‌ای به صورت دیخت
و نان سوسوس دار.
دوران سالمندی به دلیل اینکه تحرك کم می‌شود،
باید مصرف سبزی خوردن و سبزیجات بخاریزد
سفره غذایی آنها فراشیس باید. از همه این ها مهم تر
مهر و عاطفه فرزندان به این غیربان است.
همانطور که می‌دانید دوری فرزندان و دور هم
نودن با بزرگ ترها سردی آنها را فراشیس می‌دهد و
این سردی روی دستگاه هاضمه و دیگر اعضا تاثیر
بیمارگونه می‌گذارد. بنابراین به بهانه های مختلف
یک غذای سالم و ساده بپزشک یا پریم خانه بزرگ ترها
یا آنان را دعوت کنیم به خانه هایمان و قدر این
دور همی هارا بدانیم.
بیانات قادر یکدیگر بدانیم / که تاناگه زیکدیگر

که خود را قادر به اجرای مفاد اجراییه تداند، باید ظرف
مهلت مذبور صورت جامع دارایی خود را به قسمت اجرا
تسليم کند و اگر مالی ندارد صریح اعلام نماید.
م الف / ۱۹۸۱۲ شماره بایگانی ۹۰۵۲۵۶
شنبه ۱۶ شهریور ۱۳۹۷

مشخصات محاکوم علیه: نام و نام خانوادگی؛ روزیه
دانشمند شناسی محل اقامت؛ مجھول المکان /
مشخصات محاکوم له: نام و نام خانوادگی؛ ایرج خیرالله‌ی
نشانی محل اقامت؛ اصفهان بازار بزرگ مقابل پاسا صدر
فروشگاه خیرالله‌ی / محاکوم به موجب رای شماره
۱۴ شورای حل اختلاف ۹۵/۳/۸ تاریخ ۴۴۰۹۷۷
شهرستان اصفهان که قطعیت یافته است.
محاکوم علیه محاکوم است به: پرداخت مبلغ
۱۶۰۰۰ ریال وجه چک عهده بانک پاسا کاد به
شماره ۴۱۶۸۷ و سه میلیون و چهارصد و سی و هفت
هزار و پانصد ریال با هزینه دادرسی و هزینه نشر آنچه
و خسارات تا خیرتاده از تاریخ سرسیز چک های ۹۴/۱۱/۳ و
۹۴/۱۱/۳ در حق محاکوم له و نیم عشر حق الاجرا.
ماده ۳۴ قانون اجرای احکام: همین که اجرایی به
محاکوم علیه ابلاغ شد، محاکوم علیه مکلف است
ظرف ده روز مفاد آنرا به موقع اجرایگذاری دارد با ترتیبی برای
پرداخت محاکوم به بددهد بالمالی معرفی کند که اجرای
حکم واستیفاء محاکوم به ازان میسر باشد و در صورتی
که خود را قادر به اجرای مفاد اجراییه نداند، باید ظرف
مهلت مذبور صورت جام دارایی خود را به قسمت اجرا
تسلیم کند و اگر مالی ندارد صریحاً اعلام نمایند الف /
۹۴۱۵۱۵ شماره بایگانی

شعبه ۱۴ شورای حل اختلاف اصفهان

خطاب اجرایی

مشخصات محاکوم علیه: نام و نام خانوادگی: داودو
رجی نشانی محل اقامت: مجھول المکان / مشخصات
محاکوم له: نام و نام خانوادگی: قبیرمهرازی نشانی محل
اقامت: اصفهان کوشک خ معلم روپرتوی مدرسه دخترانه
/ محاکوم به: به موجب رای شماره ۲۱۸ تاریخ ۹۵/۴/۲۸
حوزه ۳۷ شورای حل اختلاف شهرستان اصفهان که
قطعیت یافته است.

محاکوم علیه محاکوم است به: پرداخت مبلغ ۱۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال به انتقام مبلغ ۲۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال بابت هزینه
دادرسی و خسارتم تاخیر تادیه از تاریخ ۹۵/۴/۱۳ الی
اجرای حکم در حق محاکوم له و نیم عشراجرایی بر بعده
محاکوم علیه می باشد.

ماده ۳۴ قانون اجرای احکام: همین که اجرائیه به
محاکوم علیه ابلاغ شد، محاکوم علیه مکلف است
ظرف ده روز مفاد آنرا به موقع اجرا بگذارد یا ترتیبی برای
پرداخت محاکوم به بدده با مالی معزّی کند که اجرای
حکم و استیناء محاکوم به از آن میسر باشد و در صورتی
که خود را قادر به اجرای مفاد اجراییه نداند، باید ظرف
مهلت مزبور صورت جامع دارایی خود را به قسمت اجرا
تسليم کند و اگر مالی ندارد صریح‌الاعلان نماید.

م. الف / ۱۹۴۸۳ شماره بایگانی ۱۶۵/۹۵

شعبه ۳۷ شورای حل اختلاف اصفهان

۲/۷۸۰/۰۰۰ ریال بایت هزینه دادرسی در حق محکوم له و پرداخت نیم عشراجرایی، ماده ۳۴ قانون اجرای احکام: همین که اجرائیه به محکوم علیه ابلاغ شد محکوم علیه مکلف است ظرف ده روز مقادیر آنرا به موقعاً اجرابگارد یا ترتیبی برای پرداخت محکوم به بددهد مالی معرفی کند که اجرای حکم واستیفاء محکوم از آن میسر باشد و در صورتی که خود را قادر به اجرای مفاد اجرایی نداند، باید ظرف مهلت مزبور صورت جامع دارایی خود را به قسمت اجراتسلیم کند و مالی ندارد صریحاً اعلام نماید الف ۹۸۴/۵ شما پایگانی ۹۵۰/۱۳۲؛

شعبه ۲۳ شورای حل اختلاف اصفهان

خطار اجرایی

مشخصات محکوم علیه: نام و نام خانوادگی: عباس بهادریان نشانی محل اقامت: مجھول المکان مشخصات محکوم له: نام و نام خانوادگی: سید حسن سید نشانی محل اقامت: اصفهان شاپور جدی مشیرالدوله شرقی خن اوران تعمیرگاه فاو / محکوم به: موجب رای شماره ۷۰۰ تاریخ ۹۵/۴/۲۸ حواله شورای حل اختلاف شهرستان اصفهان که قطعی باشد.

محکوم علیه محکوم است به: پرداخت مبلغ ۴۰/۰۰۰ ریال بایت هزینه دادرسی و پرداخت مبلغ ۱۲۰/۰۰۰ ریال بایت هزینه نشانی و خسارت تاخیرتاییده از تاریخ سررسید چک حق محکوم له صادریاً احتساب نیم عشراجرایی احکام ماده ۳۴ قانون اجرای احکام: همین که اجرائیه محکوم علیه ابلاغ شد، محکوم علیه مکلف است ظرف ده روز مقادیر آنرا به موقعاً اجرابگارد یا ترتیبی برای استیفاء محکوم به بددهد مالی معرفی کند که اجرای حکم و مفاضله مکلف است از تاریخ ابلاغ اجرایی: ۱- ظرف ۱۷۰/۰۰۰ ریال بایت هزینه پرداخت مبلغ ۵/۸۰۰ به اینضمام خسارات تاخیرتاییده از تاریخ سررسید بیت زمان وصول آن براساس شخص نزخ تورم رحق محکوم له و پرداخت نیم عشراجرایی در موق دلت.

داد را باید موقعاً اجرای احکام مدنی) ۲- ترتیبی برای محکوم به بددهد. ۳- مالی معرفی کند که اجرای مفاضله محکوم به از آن میسر باشد چنانچه خود را برای مفاضله اجرایی نداند باید ظرف سی روز کلیه داشتمام تعدادیاً مقدار و قیمت همه اموال غیرمنقول به طور مشروح مشتمل بر میران بذی که به هر عنوان نزد بانک ها و موسسات بانکی ایرانی با خارجی دارد به همراه مشخصات سوابهای مذکور کلیه اموالی که او به هر نحو انص نالت دارد و کلیه مطالبات او را بشناس رفه هست نقل و انتقالات و هر نوع تعییریدیگر در مکور از زمان یک سال قبل از طرح دعوای امسار به دادخواست اعسارتی مقام قضایی ارایه نموده درخواست محکوم له بازداشت می شود ۳- قانون نحوه اجرای محکومیت مالی ۱۳۹۴.

بازی محکوم علیه از اعلام کامل صورت اموال فرار از اجرای حکم جلس تعزیری درجه هفت اراده ماده ۳۴ قانون نحوه اجرای احکام مدنی و ماده اوماده ۱۶ انتقال مال به دیگری به هر نحو با انگزیه فرار بن به نحوی که با قیمانده اموال برای پرداخت نی باشد موجب مجازات تعزیری درجه شش نقدی معادل نصف محکوم به با هردو مجازات (ماده ۲۱) قانون نحوه اجرای محکومیت مالی ۴- چنانچه صورت اموال پس از مهلت سی شود از ارادی محکوم علیه از زندان منوط به می باشد از ارادی محکوم به تأثید و ثیقه با معرفی کفیل توسط علیه خواهد بود (اصبهره ۱۴۰۰ م.الف ۱۹۸۵/۴ شماره ۹۴/۷۶۵).

شعبه ۱۱ شورای حل اختلاف اصفهان

خطار اجرایی

مشخصات محکوم علیه: نام و نام خانوادگی: عبدالرسو فیروزی نشانی محل اقامت: مجھول المکان مشخصات محکوم له: نام و نام خانوادگی: علیرضا زیارتی فرنشانی محل اقامت: اصفهان خ شیخ صدوق شمال طبقه فوقانی بانک شهر طهران ۴ واحد / محکوم به: موجب رای شماره ۴۷۲ تاریخ ۹۵/۱/۲۹ حوزه ۲۳ شورای حل اختلاف شهرستان اصفهان که قطعیت یافته است محکوم علیه محکوم است به: پرداخت مبلغ ۱۰۰/۰۰۰ ریال بایت اصل خواسته و مبلغ ۲۸۵/۰۰۰ ریال بایت هزینه دادرسی و خسارات تاخیرتاییده از تاریخ سررسید حق خواهان صادرگردیده پرداخت نیم عشراجرایی

شعبه ۱۱ دادگاه عمومی حقوقی اصفهان

خطار اجرایی

مشخصات محکوم علیه: نام و نام خانوادگی: محمد رضا حیدرآبادی نشانی محل اقامت: مجھول المکان مشخصات محکوم له: نام و نام خانوادگی: اسیه پور نشانی محل اقامت: اصفهان آتوبار ۱۷۴/۰۰۰ محکوم به: محمد طاهرین بست پلاک ۱۸۱ تاریخ ۹۵/۰۹/۷۶۷۶۳۰۰ رای شماره ۸۷۶ تاریخ ۹/۰۹/۰۹/۷۶۷۶۳۰۰ شورای حل اختلاف شهرستان زنگنه قطعیت یافته است. محکوم علیه محکوم است به: پرداخت مبلغ ۱۰۰/۰۰۰ ریال بایت هزینه دادرسی و خسارات تاخیرتاییده از تاریخ سررسید حق خواهان صادرگردیده پرداخت نیم عشراجرایی

10

مشخصات محاکوم له، نام و نام خانوادگی، عبدالاحد
تاجیک نشانی؛ اصفهان خ پروین به سمت لاه روبروی
پمپ بنزین طبقه فوکانی بانک مسکن شعبه پروین
اعتصامی ساختمان اریا / مشخصات محاکوم علیه:
نام و نام خانوادگی؛ مرضی علی زاده نشانی؛ مجھول
المکان / مشخصات نماینده با قائم مقام محاکوم
له (وکیل)؛ سیده کتابون باقری نشانی؛ اصفهان خیابان
پروین به سمت لاه روبروی پمپ بنزین طبقه فوکانی
بانک مسکن شعبه پروین اعتصامی ساختمان اریا /
محاکوم به: به محجب درخواست اجرای حکم مربوطه
به شماره ۹۵۰۰۰۳۵۱۳۰۶۵۵ و شماره دادنامه
مربوطه ۹۵۰۹۷۳۵۱۳۰۲۸۶ محاکوم علیه محاکوم
است به پرداخت مبلغ مذکور بایات اصل خواسته و
پرداخت هزینه دادرسی و پرداخت حق الوکاله وکیل و
پرداخت خسارت تاخیرناتاید از زمان ۹۴/۱۰/۳ تقدیم
دادخواست تازم ان تایید آن در حق خواهان ضمناً حق
الاجرا از مأخذ محاکوم به برعهده محاکوم علیه است.
حکم غایبی / محاکوم علیه مکلف است از تاریخ ابلاغ
اجرایی ۱- طرف ده روز مقادیر این راه موقع اجرا گذارد.
(ماده ۳۴ قانون اجرای احکام مدنی) ۲- ترتیبی برای
پرداخت محاکوم به بددهد. ۳- مالی معزوفی کندکه اجرا
حکم و انتظام محاکوم به ازان میسر باشد چنانچه خود را
 قادر به اجرای مقادیر اجرائی نداند باید طرف سی روز کلیه
اموال خود را شامل تعداد یا مقدار و قیمت همه اموال
منقول و غیر منقول به طور مشروح مشتمل بر میران
وجوه نقدی که به هر عنوان نزد بانک ها و موسسات
مالی و اعتباری ایرانی با خارجی دارد به همراه مشخصات
دقیق حساب های مذکور و کلیه اموالی که او به هر نحو
نزد اشخاص ثالث دارد و کلیه مطالبات او از اشخاص
ثالث و نیز قیه است نقل و انتقالات و هرنوع تغیری بدگذر
اموال مذکور از زمان یک سال قبل از طرح دعوای اعسار
به ضمیمه دادخواست اعسار به مقام قضایی ارجای
نماید و الا به درخواست محاکوم له بازداشت می شود
(مواد ۳۸ و ۳۹ قانون نحوه اجرای محاکومیت مالی) ۳۹۴
۴- خودداری محاکوم علیه از اعلام کامل صورت اموال
به منظور فرار از اجرای حکم حبس تعزیری درجه هفت
را دری، دار ماده ۳۴ قانون اجرای احکام مدنی و ماده
۲۰ ق.م. آماده ۳۴- انتقال مال به دیگری به هر نحو یا نگیره فرار
از ادای دین به نحوی که با قیامنده اموال برای پرداخت
دیون کافی نباشد موجب مجازات تعزیری درجه شش
یا اجرای نقدی معادل نصف محاکوم به باهرد و مجازات
می شود.
(ماده ۲۱ قانون نحوه اجرای محاکومیت مالی) ۳۹۴
۶- چنانچه صورت اموال پس از مهلت سی روز ارجای
شود آزادی محاکوم علیه از زندان متوط به موافقیت
محاکوم له با تبدیل و تثبیت باعترفی کفیل توسط محاکوم
علیه خواهد بود (تصمیمه ۳ قانون نحوه اجرای
محاکومیت مالی) ۳۹۴ م.الف ۱۹۸۶/ شماره
۹۴۱۱۵۵ پایگانی:

احسان



در شرایط بحران هستیم!



سلام خلق الله!
تقربا بهم ماصي دانيم که فرنگ،
بستر اصلی جامعه است و اگر در جامعه
برای فرنگ برنامه داشته باشیم و
طبق یک نقشه مشخص پیش برویم
اتراش رادر حوزه سیاست، اقتصاد و
دیگر حوزه های خوبی و خلیل دقیق می بیلیم.
به این دلیل که یک مصاله ملی، رسیده ای و پایه ای است
حتما به برنامه سرمایه گذاری و برنامه اقتصادی داشته
حوزه فرنگ سرمایه گذاری در دولت پایدز در
باشد. البته این موضوع فقط هم مریوط به زیرساخت
نیست و به تمام حوزه های مریوط می شود. بدون حساب
اینکه این سرمایه چقدر برگشت دارد، پایدز به این حوزه
ورود کنیم. اما بعد از این حضور حاکمیتی، موسسات
فرهنگی مستند که به عنوان موتبپیشان عمل
می کنند و با یستی در یک فضای رقابی به فعالیت
پیردازند. به نظرم رسید این شکل، حالت استاندارد
هزینه کردن در حوزه فرنگ باشد. اما در شرایط فعلی
به دلیل نامناسب بودن فضای علاوه بر این، دولت
با یستی در حوزه زیرساخت ها وارد کنند. در
سر و شکل خوبی پیدا کنند و توانند تأثیرگذار باشند. در
شرایط فعلی البته به دلیل مشکلات اقتصادی در این
حوزه اگر نهادهای دولتی فضای راه را کنند، چار مبالغه و
مشکل خواهیم شد. در این حوزه حالت ایده آل و شرایط
سامی با وجود بسترهای اصلی که حاکمیت فراهم کرده،
این است که فرنگ خودش اقتصاد را تامین کند. به
نظرم رسید در حوزه فرنگ در شرایط بحران هستیم.
اینچنان قطعا باید ورود هایی انجام شود. در این مساله
نمی توانیم کار اراده رها کیم.



کتاب، گرما بخش زندگی است

