



استاندار گیلان در بازدید از باغ‌های زیتون و روند مبارزه با آفت ملخ مراکشی:

## حاصل دست رفع مردم در رویدار نباید آسیب بیند

مختلف برای شتاب در روند اقدامات تاکید کرد.

وی به تلاش بازداران زیتون و اهمت آن برای استان اشاره کرد و افزود: رفع مشکل و مبارزه با آفت ملخ مردم روجه دولت فرار دارد و درین مسیر با تأمين اعتماد، حمایت‌هاي لازم صورت می‌گيرد.

وی گفت: حاصل درست رفع مردم عزيز نباید آسیب بیند و با



در گزارش پايه‌گاه اطلاع رسانی

استاندار گیلان همچنین از متازل مسکونی خیابان شهدی بیرجذابی لوشن که با مشکل نفوذ و نشت آب مواجه شده است، بازدید و به

متولیان امر تکلیف کرد تا برای علت

بابی، بازسازی و فوج این مشکل که سال‌های متعدد استمرار داشته، به

سرعت وارد عمل شوند.

استاندار گیلان همچنین از اکاتان نهادهای

بهره‌گیری از امکانات کنندتا

فرماندار رشت:

## شهرک‌های صنعتی پیشگام تحول در حوزه تولید و استغال هستند



های دانش بیان می‌توان با ارائه

خدمات و حمایت‌هاي لازم و در

اخترانهادن فضای مورد نیاز چهت

استقرار و فعالیت‌ها در مجموعه

شهرک‌های صنعتی گامی بزرگ در

راه افزایش تولید و ایجاد اشتغال

پایدار برداشت.

سردار عبدالله پور، فرمانده سپاه قدس گیلان:

## همکاري سپاه با تمام قوا و دستگاهها رمز موفقیت کشور است

حوزه سازندگی را سپاه مؤثر دانست و تصریح کرد: یکی از اهداف سپاه پاسداران در کشور توجه به حوزه سازندگی است و سپاه قدس گیلان هم در همین راستا در دو سال گذشته دو هزار مسکن محرومین احداث و در سال جدید هم ۵۰۰ واحد مسکن محیمن و مددجویان را به پهنه‌برداری رساند.

عبدالله پور طرح غربالگیری شهید حاج قاسم سلیمانی را نهاده باز اتفاقه از ظرفیت حداثتی

بسیج و سپاه در اجرای طرح طرحها دانست و تصریح کرد: یکی از تزريق و اکسنون در

کشور دارای رتبه نخست بوده و پایی اولین بار در کشور طرح پیمه سلامت همکاری با همیت سپاه

شمار سال، خاطرنشان کرد: شهرک

کمک به رفع موانع رکود و بلا



استفاده بودن آنها تاکید کرد.

نماینده عالی دولت در مرکز

استان از اشاره به لزوم حمایت از

مشاغلی که امکان رفاقت با تویل

خارج، ارزآوری و صادرات به سایر

کشورها را دارند، اظهار داشت:

با توجه به پتانسیل بالای شرکت

پایدار برداشت.

سول جواب: سردار محمد عبدالله پور

تبریک سالروز تأسیس سپاه پاسداران اقبال

اسلامی اظهار کرد: امام راحل(ره) تأسیس سپاه

پاسداران یک پادگار سپاه ازمشهد و گرگان

از خود به جا گذاشت که تاکون تهران خوبی

برای نظام مقدس جمهوری اسلامی داشته است.

وی با اشاره به نقش سپاه پاسداران اقبال

جنگ تحریمی سپاه پاسداران اقبال اسلامی

در درجه‌های اجرای طبقه‌های اول

خدمات ایجاد شده در مکانیزم

برای نظارت و خودروهای حمل زیاله همچنان

شیوه ایجاد این نظام مقدس شدند.

فرمانده سپاه گیلان سنتی و تبلی

در ساخت کشور را پذیرفتند تاکید است و افزود:

سپاه پاسداران در حل مشکلات و تزیریق امید در

جامعه گفت: یکی از اهداف سپاه پاسداران کمک به

مردم در تعامل حوزه‌ها بوده و این نهاد مقصد بعد

از دوران دفع مقدمات با تشکیل فرارگاه سازندگی

و اکسپرسیون کرونوا در سرانجام خبر داد و گفت:

وی همچنین از دستور راه‌اندازی فراغه

و اکسپرسیون کرونوا در سرانجام خبر داد

فرمانده سپاه قاسم گیلان با اذاعن به اینکه

مسئولیت تزريق و اکسنون از اموروز در استان گیلان

ایندا بر عده سپاه است، بیان کرد: فرماندهان

نواحی باشد، طرح های بومی و محلی و یا ایجاد

مشوقها در تحقق این امر مهم پکوشند و کار را

جهادی و سبیجی وار نهادند.

جهادی و سبیجی وار نهادند.

دیر کل بنیاد مسکن گیلان خبر داد:

## آغاز عملیات ساخت ساختمان ۳۵۲ واحد مسکونی

سول جواب: مدیر کل بنیاد مسکن گیلان با اشاره به آغاز عملیات ساخت

۳۵۲ واحد اعتمادی در قالب طرح نهضت ملی مسکن در استان، گفت:

۳۵۰ میلیارد تومان باشند و این واحدهاش بینی شده است.

عملیات اجرایی ۳۵۲ واحد مسکونی در قالب طرح نهضت ملی مسکن

استان به صورت منفرد در پروژه ۴۰ واحدی کشور با حضور مدنس

دانیمی مدیر کل بنیاد انتقال اسلامی گیلان، پرویز محمدزاده نماینده

مردم شهرستان لنگرود، محمدضیا جلالی فرماندار و جمعی از مدیران

دستگاه‌های اجرایی لنگرود آغاز شد.

مدیر کل بنیاد مسکن گیلان در این مراسم اظهار کرد: پیش بینی هزینه

برای اجرای این پروژه اعتمادی افزون بر ۳۵۰ میلیارد تومان تمهیلات بانکی و مابقی به صورت اورده

از این مبلغ ۱۰۶ میلیارد تومان تمهیلات بانکی و مابقی به صورت اورده

منفایی از اینکه این تعداد واحد مسکونی در قالب ۶ بلوک (

۵ طبقه) با سکلت بتنی در سه قطعه زمین به مساحت ۴۰۰ مترمربع

با زیربنای ۵۰۰۰۰ مترمربع در شهرها رشت و لنگرود احداث می‌شود، افزود.

دانیمی افزود: همگرایی دستگاه‌های اجرایی در چاله‌های ۴۳۱ واحد در

۲۲/۴۸ هکتار در قالب تجهیز زمین، طراحی و اجراء تعداد ۱۷ شهر (ستگر- کیاشه- لنگرود-

چاف و چمچاله- سپاهکل روستا- مسماں خون- دیلمان- جیرنده- صومعه



سر- تالش- آستانه اشرفیه- لوشن- مجبل) از اداره کل راه و

شهرسازی استان گیلان صورت گرفته است.

وی با اشاره به اجرای طرح نهضت ملی مسکن در شهرستان لنگرود

گفت: این شهرستان بعد از شهرستان رشت در جایگاه دوم از نظر تعداد

واحد و متفاوتی را دارد.

دانیمی افزود: همگرایی دستگاه‌های اجرایی در چاله‌های ۴۳۱ واحد در

۲۲/۴۸ هکتار در قالب تجهیز زمین، طراحی و اجراء تعداد ۱۷ شهر (ستگر- کیاشه- لنگرود-

چاف و چمچاله- سپاهکل روستا- مسماں خون- دیلمان- جیرنده-

مسکن محقق شود.

مصدقی طالبی- سپیرسنت شهرداری لنگرود

استاندار گیلان در بازدید از باغ‌های زیتون و روند مبارزه با آفت ملخ مراکشی:



استاندار گیلان

برای لزوم افزایش امکانات لجه‌نگینی،

استفاده از ظرفیت شرکت‌های

مردمی و شتاب در مسماں اراضی

برای جلوگیری از گشتن آفت ملخ

مراکشی به باغ‌های زیتون شهرستان

رویدار و آسیب دستورخواهی

عیزیز این منطقه تأکید کرد.

به گزارش پايه‌گاه اطلاع رسانی

استاندار گیلان همچنین از

آفت ملخ زیتون خواهد شد.

استاندار گیلان همچنین از متازل

مسکونی خیابان شهدی بیرجذابی

لوشن که با مشکل نفوذ و نشت

آب مواجه شده است، بازدید و به

متولیان امر تکلیف کرد تا برای علت

بابی، بازسازی و فوج این مشکل که سال‌های متعدد استمرار داشته، به

سرعت وارد عمل شوند.

استاندار گیلان همچنین از اکاتان

نهادهای

بهره‌گیری از امکانات کنندتا

برای لزوم افزایش

آسیب بیند و با خبرنگاران

با اشاره به همچنان

آفت ملخ زیتون خواهد شد.

استاندار گیلان همچنین از

آفت ملخ زیتون خواهد شد.

استاندار گیلان همچنین از

آفت ملخ زیتون خواهد شد.

استاندار گیلان همچنین از

آفت ملخ زیتون خواهد شد.

استاندار گیلان همچنین از

آفت ملخ زیتون خواهد شد.

استاندار گیلان همچنین از

آفت ملخ زیتون خواهد شد.

استاندار گیلان همچنین از

آفت ملخ زیتون خواهد شد.

استاندار گیلان همچنین از

آفت ملخ زیتون خواهد شد.

استاندار گیلان همچنین از

آفت ملخ زیتون خواهد شد.

استاندار گیلان همچنین از

آفت ملخ زیتون خواهد شد.

استاندار گیلان همچنین از

آفت ملخ زیتون خواهد شد.

استاندار گیلان همچنین از



معاون اقتصادی استاندار گلستان:

### بخش عمده واحدهای صنعتی راکد گلستان نیاز به تامین مالی دارند



مهر: معاون همکاری امور

گفت:

اقتصادی استاندار گلستان گفت:

بخش عمده واحدهای صنعتی راکد

گلستان نیاز به تامین مالی دارند.

سید محمد دهنوی اظهار کرد:

خوبیخانه در غعال کردن واحدهای

راکد تا پایان آفرماده سال گذشته

روز چهارم کشور را داشتند.

معاون اقتصادی استاندار گلستان با بیان این نکته که برخی از

واحدهای تولیدی استان با فرایش قیمت و نوسانات بازار منجذب شدند

تفیر می شوند، افود: یکی از اولویت های ما حفظ وضع موجود است.

وی اضافه کرد: تلاشمن بر این است که واحدهای تولیدی با همین

تعداد بیرونی انسانی که مشغول هستند ظرفیت خود را حفظ کنند تا در

مرحله دوم ظرفیت آنها را ارتقا دهیم.

معاون اقتصادی استاندار گلستان از کسب رتبه چهارم استان در بخش اجرای

واحدهای تولیدی راکد خبر داد و گفت: بخش مهندی این بخش اجرای

به تامین مالی دارند که عمدۀ مساله آنها با تسهیلات اینکی است.

وی با بیان این نکته که تخصیص تسهیلات به سه واحد تولیدی راکد

و نیمه فعلی از جمله دستورات این جلسه بود، اظهار کرد: مفتر شد تا

بانک ملی استان برای هریک از این واحدهای تولیدی ۱۰ میلیارد تومان و

در مجموع ۳۰ میلیارد تومان به این سه واحد صنعتی تسهیلات اولیه دهد.

دهنی از پیگیری شکل یک جموعه گردشگری در میتوشت خبر

داد و اضافه کرد: مناقشه این ۱۶ دستور داشته و این کاهش در

خروده تاکنون به دلیل مشکل که از سال ۹۳ لکنگ آن به زمین

است و م نالash به دلیل مشکل در تامین ابزار امکان بهره برداری نداشته

از این جموعه افتتاح و راه اندازی شود.



مدیرعامل آب منطقه ای گلستان خبر داد:

### کاهش ۱۹ درصدی منابع آب زیزهینی استان گلستان



مehr: مدیرعامل شرکت آب منطقه

ای گلستان گفت: آب های زیزهینی

در گلستان نسبت به سال گذشته ۱۹

درصد کاهش داشته و این کاهش در

فصل تابستان و با روش شدن

جهانی بزرگ

پیشنهاد شد.

سید محسن حسینی اظهار کرد:

میزان بارش ای از ماه

تائیر کمتر بازشها و غلوت

کمتر آن در خاک شده است.

مدیر عامل شرکت آب منطقه ای گلستان افزو: آب های زیزهینی در

گلستان نسبت به سال ۱۴۰۰ دارند که این کاهش در

فصل تابستان و با روش شدن

جهانی بزرگ

پیشنهاد شد.

وی با بیان اینکه جریان آبی رودخانه ها

در ماه

درصدی رو به رو

هستند، گفت: با کاهش منابع آبی در استان به دلیل

خشکسالی

دو سال متوالی

جلوگیری از

کشت محصولات

بر آب طلب

حصینی شرکت آب منطقه ای گلستان افزو: دلیل

در صدی رو به رو

هستند، گفت: با کاهش منابع آبی در استان به دلیل

خشکسالی

دو سال جاری ضروری است.

در سال جاری

ضروری است.

مدیر عامل شرکت آب منطقه ای گلستان افزو: دلیل

در صدی رو به رو

هستند، گفت: با کاهش منابع آبی در استان به دلیل

خشکسالی

دو سال متوالی

جلوگیری از

کشت محصولات

بر آب طلب

حصینی شرکت آب منطقه ای گلستان افزو: دلیل

در صدی رو به رو

هستند، گفت: با کاهش منابع آبی در استان به دلیل

خشکسالی

دو سال متوالی

جلوگیری از

کشت محصولات

بر آب طلب

حصینی شرکت آب منطقه ای گلستان افزو: دلیل

در صدی رو به رو

هستند، گفت: با کاهش منابع آبی در استان به دلیل

خشکسالی

دو سال متوالی

جلوگیری از

کشت محصولات

بر آب طلب

حصینی شرکت آب منطقه ای گلستان افزو: دلیل

در صدی رو به رو

هستند، گفت: با کاهش منابع آبی در استان به دلیل

خشکسالی

دو سال متوالی

جلوگیری از

کشت محصولات

بر آب طلب

حصینی شرکت آب منطقه ای گلستان افزو: دلیل

در صدی رو به رو

هستند، گفت: با کاهش منابع آبی در استان به دلیل

خشکسالی

دو سال متوالی

جلوگیری از

کشت محصولات

بر آب طلب

حصینی شرکت آب منطقه ای گلستان افزو: دلیل

در صدی رو به رو

هستند، گفت: با کاهش منابع آبی در استان به دلیل

خشکسالی

دو سال متوالی

جلوگیری از

کشت محصولات

بر آب طلب

حصینی شرکت آب منطقه ای گلستان افزو: دلیل

در صدی رو به رو

هستند، گفت: با کاهش منابع آبی در استان به دلیل

خشکسالی

دو سال متوالی

جلوگیری از

کشت محصولات

بر آب طلب

حصینی شرکت آب منطقه ای گلستان افزو: دلیل

در صدی رو به رو

هستند، گفت: با کاهش منابع آبی در استان به دلیل

خشکسالی

دو سال متوالی

جلوگیری از

کشت محصولات

بر آب طلب

حصینی شرکت آب منطقه ای گلستان افزو: دلیل

در صدی رو به رو

هستند، گفت: با کاهش منابع آبی در استان به دلیل

خشکسالی

دو سال متوالی

جلوگیری از

کشت محصولات

بر آب طلب

حصینی شرکت آب منطقه ای گلستان افزو: دلیل

در صدی رو به رو

هستند، گفت: با کاهش منابع آبی در استان به دلیل

خشکسالی

دو سال متوالی

جلوگیری از

کشت محصولات

بر آب طلب

حصینی شرکت آب منطقه ای گلستان افزو: دلیل

در صدی رو به رو

هستند، گفت: با کاهش منابع آبی در استان به دلیل

خشکسالی

دو سال متوالی

جلوگیری از

کشت محصولات

بر آب طلب

حصینی شرکت آب منطقه ای گلستان افزو: دلیل

در صدی رو به رو

هستند، گفت: با کاهش منابع آبی در استان به دلیل

خشکسالی

دو سال متوالی

جلوگیری از

کشت محصولات

بر آب طلب

حصینی شرکت آب منطقه ای گلستان افزو: دلیل

در صدی رو به رو

هستند، گفت: با کاهش منابع آبی در استان به دلیل

خشکسالی

دو سال متوالی

جلوگیری از

کشت محصولات

بر آب طلب

حصینی شرکت آب منطقه ای گلستان افزو: دلیل

در صدی رو به رو

هستند، گفت: با کاهش منابع آبی در استان به دلیل

خشکسالی

دو سال متوالی

جلوگیری از



یکشنبه ۴ اردیبهشت ۱۴۰۱ - ۲۲ رمضان ۱۴۴۳ - ۲۴ آوریل ۲۰۲۲

## ۸۹۲ میلیارد تومان از اعتبار سفر دولت به مازندران جذب شد

مهر: رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی مازندران گفت: تاکنون ۸۹۲ میلیارد تومان از اعتبارات مصوب سفر استانی دولت به استان تخصیص داده شده است.

فرج الله پور در جلسه شورای برنامه ریزی استان با اشاره به مصوبی ۱۵ هزار تومانی سفر دولت برای استان اتفاق نداشت: این اعتبارات باید در بازه ۳ ساله در استان جذب شود و سبب می شود تا تأثیرگذاری آن در طرح های عمرانی و اقتصادی پیشتر شود.

وی از دستگاه های اجرایی خواست تا میزان اعتبارات اقدام کنند، گفت: همچنین دستگاه های باید اعتبارات را در حوزه مربوطه کنند.

وی با بیان اینکه سرچشم تاکنون ۸۹۲ میلیارد تومان از مصوبات سفر دولت به استان تخصیص یافته است، افزود: ازین میزان ۶۰ میلیارد تومان اعتبارات استانی بوده که به استان تخصیص یافته است.

فتح الله پور یادآور شد: ۶۱۲ میلیارد تومان برای طرح استانی تخصیص داده شده است و پیش از ۲۴۲ پروژه نیز به صورت مشترک احصا شده است.



رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی مازندران پیگیری و پیشه دستگاه های اجرایی را برای طرح های ملی را ضروری دانست و گفت:

هزار میلیارد تومان اعتبار برای طرح های ملی استانی در نظر گرفته شد و در ۳۵ میلیارد اجرایی می شود.

وی با اظهار اینکه ۴۴ درصد اعتبارات در فصل منابع آبی است، افزود: ۱۸ درصد در حوزه حمل و نقل و فاضلاب شهری و تا مابقی در سایر حوزه ها است.

فتح الله پور درباره اعتبارات سفر مقام معظم رهبری نیز گفت: ۲۹ میلیارد تومان از اعتبارات به صورت کامل تخصیص داده شد که برای ستد ارتش، شهرداری نوشہر و چالوس تخصیص یافت.

رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی مازندران با اظهار اینکه ۱۴ هزار میلیارد تومان برای تکمیل پروژه های نیاز است، افزود: رویکرد اصلی ما تکمیل پروژه های موجود و نیمه کاره است.

وی مشارکت اصلی را در این پروژه های اصلی مانتهای پایه ای می کند. در این پروژه های اصلی انتظار استفاده را برپا می کند و مطمئن درآمدی برای روزانه پایه ای شاهد تحقق عدالت باشیم.

شید محمد حسینی پور، عنصر نظارت را به نمایش خواهیم

گذاشت و همایشی را هم برای بررسی دقیق تر سرمایه گذاری در بودجه سال جاری یکی از

مهم ترین برنامه های ماست،

خاطرنشان کرد: این مهم به طبقه

راستا اهمیت کرد.

حسینی پور با اشاره به این

که نظام برنامه ریزی در آمد در

استان تاکید کرد و اظهار داشت:

اعتصاد استان نیازمند پایداری

پیاسقیم با رشد اقتصادی دارد،

و باتشیخ این را به روزانه پایه ای

نمایش خواهیم داشت.

حسینی پور با اینکه رشد ۸

در صدی اقتصادی مازندران

در بودجه سال جاری یکی از

مهم ترین برنامه های ماست،

خاطرنشان کرد: این مهم به طبقه

راستا اهمیت کرد.

حسینی پور، عنصر نظارت را

که مقرر شد با پنج کارگروه این

سناد فعالیت خود را آغاز کند.

حسینی پور با اینکه رشد ۸

در صدی اقتصادی مازندران

در بودجه سال جاری یکی از

مهم ترین برنامه های ماست،

خاطرنشان کرد: این مهم به طبقه

راستا اهمیت کرد.

حسینی پور با اینکه رشد ۸

در صدی اقتصادی مازندران

در بودجه سال جاری یکی از

مهم ترین برنامه های ماست،

خاطرنشان کرد: این مهم به طبقه

راستا اهمیت کرد.

حسینی پور با اینکه رشد ۸

در صدی اقتصادی مازندران

در بودجه سال جاری یکی از

مهم ترین برنامه های ماست،

خاطرنشان کرد: این مهم به طبقه

راستا اهمیت کرد.

حسینی پور با اینکه رشد ۸

در صدی اقتصادی مازندران

در بودجه سال جاری یکی از

مهم ترین برنامه های ماست،

خاطرنشان کرد: این مهم به طبقه

راستا اهمیت کرد.

حسینی پور با اینکه رشد ۸

در صدی اقتصادی مازندران

در بودجه سال جاری یکی از

مهم ترین برنامه های ماست،

خاطرنشان کرد: این مهم به طبقه

راستا اهمیت کرد.

حسینی پور با اینکه رشد ۸

در صدی اقتصادی مازندران

در بودجه سال جاری یکی از

مهم ترین برنامه های ماست،

خاطرنشان کرد: این مهم به طبقه

راستا اهمیت کرد.

حسینی پور با اینکه رشد ۸

در صدی اقتصادی مازندران

در بودجه سال جاری یکی از

مهم ترین برنامه های ماست،

خاطرنشان کرد: این مهم به طبقه

راستا اهمیت کرد.

حسینی پور با اینکه رشد ۸

در صدی اقتصادی مازندران

در بودجه سال جاری یکی از

مهم ترین برنامه های ماست،

خاطرنشان کرد: این مهم به طبقه

راستا اهمیت کرد.

حسینی پور با اینکه رشد ۸

در صدی اقتصادی مازندران

در بودجه سال جاری یکی از

مهم ترین برنامه های ماست،

خاطرنشان کرد: این مهم به طبقه

راستا اهمیت کرد.

حسینی پور با اینکه رشد ۸

در صدی اقتصادی مازندران

در بودجه سال جاری یکی از

مهم ترین برنامه های ماست،

خاطرنشان کرد: این مهم به طبقه

راستا اهمیت کرد.

حسینی پور با اینکه رشد ۸

در صدی اقتصادی مازندران

در بودجه سال جاری یکی از

مهم ترین برنامه های ماست،

خاطرنشان کرد: این مهم به طبقه

راستا اهمیت کرد.

حسینی پور با اینکه رشد ۸

در صدی اقتصادی مازندران

در بودجه سال جاری یکی از

مهم ترین برنامه های ماست،

خاطرنشان کرد: این مهم به طبقه

راستا اهمیت کرد.

حسینی پور با اینکه رشد ۸

در صدی اقتصادی مازندران

در بودجه سال جاری یکی از

مهم ترین برنامه های ماست،

خاطرنشان کرد: این مهم به طبقه

راستا اهمیت کرد.

حسینی پور با اینکه رشد ۸

در صدی اقتصادی مازندران

در بودجه سال جاری یکی از

مهم ترین برنامه های ماست،

خاطرنشان کرد: این مهم به طبقه

راستا اهمیت کرد.

حسینی پور با اینکه رشد ۸

در صدی اقتصادی مازندران

در بودجه سال جاری یکی از

مهم ترین برنامه های ماست،

خاطرنشان کرد: این مهم به طبقه

راستا اهمیت کرد.

حسینی پور با اینکه رشد ۸

در صدی اقتصادی مازندران

در بودجه سال جاری یکی از

مهم ترین برنامه های ماست،

خاطرنشان کرد: این مهم به طبقه

راستا اهمیت کرد.

حسینی پور با اینکه رشد ۸

در صدی اقتصادی مازندران

در بودجه سال جاری یکی از

مهم ترین برنامه های ماست،

خاطرنشان کرد: این مهم به طبقه

راستا اهمیت کرد.

حسینی پور با اینکه رشد ۸

در صدی اقتصادی مازندران

در بودجه سال جاری یکی از

مهم ترین برنامه های ماست،

## مکمل غذایی که کاهش وزن را ۴ برابر می‌کند

ایران: تحقیقات نشان داده نوعی مکمل غذایی که به طور طبیعی در بیماری از غذاهای سالم یافت می‌شود، در کاهش وزن موثر است.

نتایج تحقیقات علمی نشان داده برخی از مکمل‌های غذایی کاهش وزن را بیشتر می‌باشد. تحقیقات نیز مخصوص کرد اینولین می‌تواند چهار برابر به کاهش وزن کمک کند.

به نقل از سایکولوژیو، افراد شرکت‌کننده در این مطالعه ۲۳ درصد از وزن بدن خود را پس از مصرف مکمل کاهش دادند؛ در حالی که این میزان در تنبل تها ۶ دهم درصد بود.

- آئینین فیری است که هر دو ترکیبات ضد الایه‌ای هستند.

این فیری طبیعی که می‌عنوان مکمل نیز در بازار موجود است، در کاهش اشتها موثر عمل می‌کند. اینولین قوام خامه‌ای مانند دارد و گاهی در صنایع غذایی به عنوان جایگزین چربی نیز استفاده می‌شود.

اینولین کالری کم و فیری بالایی دارد و می‌تواند سلامت گوارش را بهبود بخشد. معقول این تحقیق دریافت افزایش مصرف این فیری اضافه‌زدن می‌باشد. کاهش کمک کند این مطالعه شامل ۴۲ فرد دارای اضافه‌وزن مبتلا به پیش‌دیابت بود که به مدت ۱۸ هفته تحت برش قرار گرفتند.



در قالب این پرسی به نیمی از آنان ۳۰ گرم در روز اینولین داده شد؛

در حالی که به گروه دیگر دارونما داده شد. هر ۲ گروه شاهد کاهش وزن یکسانی در ۹ هفته اول بودند، اما پس از آن گروهی که اینولین مصرف کردند، ۲۳.۲ درصد از وزن بدن خود را در مقایسه با تها ۶ دهم درصد در گروه تنبل کاهش دادند.

محققان می‌گویند مصرف اینولین برآنمہ سبک زندگی سنتی با کالری محدود را تقویت می‌کند؛ مزید از وفور مکمل اینولین کاهش پیش‌تازه چربی و داخل سلولی در عضله کفت پا حتی پس از محسنه و وزن بود.

محققان معتقدند که اینولین از طریق کاهش اشتها عمل می‌کند. در این تحقیق نیز گسانی که اینولین مصرف می‌کردند، به طور قابل توجهی کمتر (به میزان ۲۷۰ کیلو کالری) در وعده غذایی پیش‌تازه خود با وجود انتخاب آزاده مواد غذایی و بدون بازگشت به رژیم غذایی دریافتی طی آزمایش هفته‌ای همچنین کاهش وزن ۷ درصدی (در گروه اینولین) غذا مصرف کردند که این موضوع نشان دهد، تاثیر اینولین بر مدیریت وزن از طریق تعدیل اشناست.

مفصلی مانند حساسیت به درد، درد فاصله و چوب شدگی کمک کند. گل مغزی نیز علاوه بر اسید گاما-لیپولیک حاوی بنا - آئینین فیری است که هر دو ترکیبات ضد الایه‌ای هستند.

**▪ زنجیل**

زنجیل که می‌عنوان آن را به وعده‌های غذایی اضافه کرد یا به عنوان مکمل از آن استفاده کرد. گردد برای افسردگاری‌های خود مزمن توصیه شود. مواد شیمیایی موجود در زنجیل نیز مخصوص کشیده شود و گروهی قوی رفتن ضروف و استخوان منجر می‌شود.

**▪ زردجوهه**

ماده غمال موجود در زردجوهه یا کورکومین می‌تواند خواص ضد الایه‌ای داشته و به پیوست گردش خون کمک کند. بررسی‌های صورت گرفته نشان می‌دهد که عصاره زردچوچه علاطم روماتیسم را کاهش دهد.

**▪ ریحان**

ریحان حاوی انسو مختلف از ترکیبات لایه‌ای است. انسان ریحان حاوی اوکالپیول است که اثرات ضد الایه دارد. همچنین لیتاول که اثرات آن بر کاهش روده و پیوست علاطم روماتیسم را کاهش دهد.

**▪ گل مغزی**

گل مغزی که می‌عنوان آن را به درد، اضطراب و افسردگی مورد استفاده قرار گیرد یا به حمام شده در این گاهش دارد.

**▪ اکالپیوس**

اکالپیوس را با طور مستقیم با افزایش شاخص‌های الایه زد از جمله پروتئین و اکتشافه دهنده C مرتبط است. این در حالت که رژیمهای گاهی و سرشار از فیبر سطحه این ترکیب را کاهش می‌دهند.

**▪ اسطrophodus**

اسطrophodus مدت‌های طولانی است که برای کاهش دارد، اضطراب و افسردگی پیوست علاطم روماتیسم را درمان کند اما شاهد است.

**▪ طولانی**

طولانی است که برای کاهش دارد، اضطراب و افسردگی پیوست علاطم روماتیسم را درمان کند اما شاهد است.

**▪ زیر پهرين**

زیر پهرين که می‌عنوان آن را به درد، اضطراب و افسردگی پیوست علاطم روماتیسم را درمان کند اما شاهد است.

**▪ فرهست**

فرهست زیر پهرين که می‌عنوان آن را به درد، اضطراب و افسردگی پیوست علاطم روماتیسم را درمان کند اما شاهد است.

**▪ اکالپیوس**

ترکیبات پیاری در اکالپیوس وجود دارد که باعث کاهش مطاعمه حاکی از تأثیر رژیم غذایی از گاهی می‌شود.

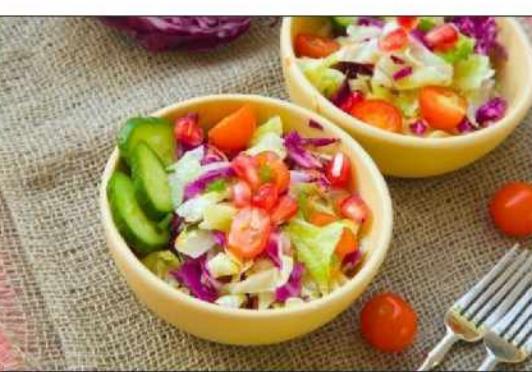
**▪ ترکیبات**

ترکیبات پیاری در اکالپیوس وجود دارد که باعث کاهش

الایه است.

**▪ محققان**

محققان می‌گویند ترکیبات این مکمل اینولین کاهش پیش‌تازه



ایران: نتایج یک مطالعه نشان می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌تواند درد ناشی از روماتیسم مفصلی نوعی پلی ارتریت الایه‌ای است که با تهاب پیش از چهار مفصل شناخته می‌شود.

روماتیسم مفصلی زمانی اتفاق

می‌افتد که ترکیب دهد. روماتیسم

مفصلی نوعی پلی ارتریت الایه‌ای است که با تهاب پیش از چهار

مفصل شناخته می‌شود.

روماتیسم مفصلی زمانی اتفاق

می‌افتد که سیستم ایمنی بدند

غشای زلالای اطراف ناشی از آن غشای زلالای را ضخیم تر

ساخته که در نهایت به ازین

رفت ضروف و استخوان منجر

می‌شود. اگرچه احتمال اینلاعه

روماتیسم مفصلی در تمامی سنین

وجود دارد اما معمولاً در دوره

مانسال آغاز می‌شود. همچنین

زنان پیش از مردان گرفتار این

بیماری می‌شوند.

به گفته چینیان گاهی می‌شوند.

پیش از سرخ کردن قلیه می‌شوند.

آنچه اینها را به

محسوب می‌شوند، زیرا می‌شوند.

که بدن سرخ کردن قلیه می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

هر چند اینها را به

ترکیب دهد اینها را

کاهش دادند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان

می‌دهد: رژیم غذایی گاهی می‌شوند.

ایران: نتایج یک مطالعه نشان



