

در روزنامه امروز می خوانید

روزنامه اجتماعی، سیاسی، فرهنگی و ورزشی صبح شمال ایران

فرماندار رشت تاکید کرد:

ضرورت رعایت حریم
۶۰ متری دریا در هرگونه
بهره‌برداری از سواحل

صفحه ۲



مدیر کل صفت گیلان:

احیای واحدهای راکد
صنعتی بزرگترین گام در
تحقیق شعار سال است

صفحه ۲



انتخاب اعضای هیات رئیسه شورا؛
کارگریا برای دومین سال
متولی رئیس شورای
شهر رشت شد

صفحه ۲



برنامه‌های آموزشی باید به سمت اشتغالزایی
 و کارآفرینی تغییر بابد صفحه ۲

- سهشنبه ۱۱ مرداد ۱۴۰۱
- ۴ محرم ۱۴۴۴
- ۲۰۲۲ آگوست
- سال هشتم - شماره ۲۰۵۳
- صفحه ۸ ۵۰۰۰ تومان



رییس اتاق بازرگانی گیلان پس از ورود به آستانه عنوان کرد:

سوال جواب

رییس کل دادگستری گیلان:

امانت داری و تخصص در روند
انتخاب شهردار جدید لحاظ شود
اولویت‌های شهر در هیچ برنامه‌ای مشخص نیست



سوال جواب: رییس کل دادگستری گیلان در نشست برسی روند تعیین شهردار جدید رشت بر ضرورت لحاظ جامع نگری، روحیه امانت داری و تخصص محوری در این فرایند تاکید کرد و افزود: در حال حاضر شهر رشت با جالبهای و مشکلهای دیده ای بوجه است که زمینه ارایه خدمات غلبه و کیفی به عموم شهروندان را سلب می نماید.

حاجت اسلام حجمه خلیلی با بیان اینکه در حال حاضر اولویت‌های شهر در هیچ برنامه‌ای مشخص نشده تصریح کرد: طبق قانون اولویت پندی و ریل گذاری فرایند توسعه و عمران شهری پرورهدی شورای اسلامی است و اعضای شورا باید با اهتمام به این اولویت اساسی، اجرای دقیق آن را از مدیریت شهری مطالبه نمایند.

دانستان عمومی و اقبال مرکز اسناد نیز در این نشست گزارشی از فرایندهای انحراف در روند اجرای طرح‌های عمرانی و زیستگاهی شهر رشت ارائه و تاکید کرد: تخلفات مشهود در روند اداری پیمانکاران و پیمانکاری تمهدهات آنان از مصادیقه می‌شوند که در پست تعقیق عینی شان تظاهراتی اعضای شورا قابلیت پیشگیری دارد و این مهم از وظایف حاکمیتی می‌شوند، می‌توانند عهده‌ی نک نک اعضای شوراهای اسلامی شهرها قرار داده است.

سید مهدی فلاحتی شهری را بعلت و بی‌نظمه‌های مشهود در روند پراختی‌ها به پیمانکاران در حوزه‌ی پسماند و طرح‌های عمرانی شهرداری رشت اشاره کرد و گفت: علاوه بر این پیمانکاران و پیمانکاری شهروندی رشت وارد حاکمه قضایی می‌شود و در مواردی حکم محکومیت علیه شهرداری می‌گیرد که اگر پیشگیری نشود، می‌تواند تمامی اعبارات عمران شهری را بعلت و بی‌نظمه‌های اسلامی را تضمیم نماید.

وی تعامی اعضای شورای اسلامی را به تعامل قانونی و قضایی با مجموعه دادگستری گیلان فراخواند و افزود: انگکار به موقع تخلفات و زیاده خواهی رانت خواران و افزون طبلان به مراجع قضایی می‌تواند زمینی اتلاق حقوق عامه و اموال بیت‌المال را سلب نماید.

محمد حسین واثق‌گر نیز، رییس شورای اسلامی شهر رشت نیز در این نشست گزارشی از روند تأویل برنامه‌ها و نظرات‌های قانونی بر روند مدیریت شهری مرکز اسناد ارائه کرد و بیان اینکه عزل شهردار رشت نیز بر اساس عمل به همین تمهدهات و وظایف ذاتی عملی شده، افزود: در روند انتخاب شهردار جدید رشت نیز معيارهای چون تخصص، تمه، اشتباخ با مدیریت شهری و خلافت مدنظر است و تلاش می‌شود با انتخاب شهرداری اصلاح، مدیریت شهری رشت بسوی پایداری و اثرباری پیش روید.

در ادامه این نشست هر یک از اعضای شورای اسلامی شهر رشت دلایل خود را در خصوص شهردار رشت و اولویت پندی طرح‌ها و مشکلات حوزه‌ی شهری عوان کرد و بر ازوم اتخاذ وحدت رویه برای انتخاب شهرداری اصلاح تاکید کردند.

۰۵

تشدید برخورد با رانندگان حادثه ساز
در گیلان

سوال جواب: رییس پلیس راهنمایی و رانندگی گیلان از تشدید برخورد با رانندگان حادثه ساز در این استان خبر داد.

رییس پلیس راهور استان با اشاره به قوی تصادفات منجر به فوت هفته گذشته گفت: با رانندگان حادثه ساز به شدت برخورد و بین ۱۰۰ تا ۴۰۰ هزار تومان جریمه می‌شوند.

سرهنگ امیر الالی با شاهراه به پرخی تخلفات جیران تاکید افزود: حرکات بخاره‌ایم، سرعت غیر بجای حرکات نمایشی، سبق غیر مجاز، شیشه دودی و مخدوش کردن پلاک از جمله این تخلفات است.

وی افزود: هدف اصلی اجرای این طرح، افزایش انسپیاط ترافیکی، کاهش حوادث و تلفات رانندگی در استان است.

هموطن!

زیباترین جلوه
 نیکوکاری کمک
 به بیماران انجمن
 خیریه حمایت از بیماران
 کلیوی است.

شماره حساب ۱۰۵۳۹۲۸۵۵۰۵

بانک ملی

شماره حساب ۱۰۲۵۰۷۲۰۸۰۰۰

بانک صادرات

تلفن: ۳۳۳ ۶۳۵۳۹



آموزش به فرزندان و فرهنگ سازی برای نسل آینده یکی از راهکارهای اصلی مدیریت مصرف می باشد.

۱۲۲

خدمات آب و فاضلاب فقط با یک تماس

ابزار بزرگ شرق

شماره های تماس:

۳۳۶۰۴۲۹۴-۵

۰۹۱۱۳۰۴۸۸۰

۰۹۱۱۷۰۵۴۱۲

۰۹۱۱۶۰۰۲۱۹۱

فروشن و صرشه بجهودیکه‌رین ابزار و ملات‌ومات صنعتی، برقی، ساختمانی و خانگی

شانی: رشت- پلاوار امام خمینی، روبروی بانک ملی شعبه گیل

گلسا، بلوار دیلمان، خیابان وحدت

۶ راهکار طبیعی برای از بین بردن مشکلات گوارشی

نتناع علاوه بر اینکه نفس شما را تازه می کند، می تواند معد و رانی تسبیک دهد و از اسهال و حالت نهود نیز جلوگیری کند. برای انجام این درمان می توانید جوشانده نعناع بتوشید یا نعناع را بجویید.

■ از گرما استفاده کنید استفاده از حمام گرم و بدنهای گرمایشی نیز درمان شکفت انگیزی برای سوء هاضمه هستند. گرما عضلان را آرام می کند. دینفیشه اعمال گرم در ناحیه شکم عالم شما را تا حد زیادی بهبود خواهد داد.

■ آبلیمو، جوش شیرین و آب بتوشید برخی مطالعه ای اشاره می دهد که ترکیب آبلیمو، آب و مقدار خلیلی کمی جوش شیرین می تواند سلامت دستگاه گوارش را بهبود بخشد. ۱. فاشق غذاخوری آبلیمو، ۱ فاشق چایخوری جوش شیرین و ۲۴ میلی لیتر آب را با هم مخلوط کنید و ترکیب حاصل را بتوشید.

■ دارچین دارچین حاوی آنتی اکسیدان های قدرتمندی است که می تواند الهامی و پوشش معده را کاهش بدهد.

سایر مشکلات معده مبارزه می کند. برای انجام این درمان مقداری چوب دارچین را بجوشانید و به سوت چای بتوشید.



به سالاد بپذیرید، با مقداری آب ترکیب کنید و بتوشید. این ماده همه کاره برای سوء هاضمه هم مفید است. برای استفاده از خاصیت سرکه سبب، می توانید آن را به مقداری نعناع بجویید.

خاصیت جدید ویتامین D اعلام شد

شد، به گروه دوم ویتامین D قرار نداد. منحصران یافیان کردند که همه با دارو نهاده شد. گروه سوم فقط امکا ۳ مصرف کرد و شاخص توجه بدن می شد. شرکت کنندگان مجبور بودند میزان مصرف ویتامین D و اسیدهای چرب خود را به ۸۰۰ واحد در روز برسانند. پژوهشکاران هر ساله وضعی آنها را کنترل کردند و میانهای پژوهشکار را انجام می دادند. تجربه نشان داد که مکمل های غذایی هیچ تأثیری در میزان احتمال اینلای سرتان ندارد، اما میزان در پین مصرف نتندگان به سرتان در پین می خورد. مکمل غذایی ویتامین D کمتر بود. در عین حال، نوع سرتان به هیچ وجه نتجه را تحت تأثیر می کنند. اینها می توانند به کاهش اینتی منجر شود.



دانشمندان شرکت کنندگان در دانشمندان شرکت کنندگان در غذایی ویتامین D و امگا ۳ تجویز کردند: برای گروه اول مکمل

خاصیت جدید این ویتامین را مطالعه را به چهار گروه تقسیم کنند. این مطالعه اول مکمل

جدول سودوکو شماره ۲۰۵۳

طرح: سمیرا دلبرش

برای حل چهار چندول سودوکو کافی است ارقام ۱ تا ۹ را طوی در خانه های خالی چندول قرار دهید که در هر سطر، هر ستون و هر مربع کوچک ۳ در ۳ اعداد تکراری تباشد.

۳	۸	۱	۶	۵
۶	۹		۱۶	۱
۱	۹	۵		۶
۷			۶	۱
۲	۱		۱۶	۸
۸	۱			۱۶
۷	۹	۴	۸	۵
۸	۶	۲	۹	
۲	۴		۹	۱۳

جواب دیروز

۷	۸	۳	۶	۲	۹	۴	۵	۱
۵	۱	۲	۴	۸	۷	۹	۳	۶
۴	۹	۶	۱	۳	۵	۲	۷	۸
۱	۱۶	۸	۵	۶	۳	۷	۹	۲
۳	۷	۵	۱	۲	۶	۸	۴	۳
۶	۲	۹	۸	۷	۴	۱	۳	۱۳
۲	۵	۷	۳	۴	۱	۸	۶	۹
۹	۶	۱	۲	۵	۸	۳	۴	۷
۸	۳	۴	۷	۹	۶	۱	۲	۵

قابل توجه خوانندگان محترم

هر نوع خبر، عکس و مقاله ای را می توانید از طریق Email:soaljavabdaily@gmail.com ارسال نمایید.

تلفن: ۳۴۳۴۰۷۷۷ - ۳۴۳۴۰۵۰ فکس: ۳۴۳۴۰۷۷۷

خطرناکترین مواد غذایی برای مغز



در سوسیس، مخصوصات گوشتی فرآوری شده و پنیر وجود دارد، خط قابل توجه برای مغز به وجود می آورند. این غذاها مسنوں التهاب در مغز هستند و می توانند به رگهای خونی آسیب برسانند.

مهر: تابع چندین مطالعه علمی وجود ارتباط مستقیم بین بیماری آذایری و رژیم غذایی را ثابت کرده است. تحقیقات جدید علمی نشان داده است که بین نوع تغذیه و آلرژی ارتباط مستقیم وجود دارد: تباریان، برای کاهش خط ابتلاء به زوال عقل، برخی از مواد غذایی باید از مغز ایجادی روزانه حذف شوند.

مواد غذایی مانند شیرینی و نوشیدن برای رارهای افرادی شده اند، ابتدا باشد از رژیم غذایی روزانه حذف شوند؛ زیرا ممکن است یا عرضه ای از مواد غذایی مانند دسر و شیرینی می تواند مغز را خانواده کند. داشتن گاهی ریخته گشته شوند. برینایی ای از مواد غذایی و وجود دارد که می تواند خطر مغز ناگهانی را افزایش دهد، از جمله مواد غیر:

آیا خواهیدن ذیر باد کولر مضر است؟

با ادامه موج گرمایی از مردم به دنبال راههایی برای خنک کردن خود از طریق مرتبط سازی مناسب با خردید یا پنکه یا کولر برخی ممکن است که اجراه دهنده تا این پنکه یا کولر تمام شب کار کند و خود را این طریق خنک نگهدازند؛ اما آیا این کار برای سلامت فرد ضرر است؟

کیستن لپ پک کارشناس مسئله خواب، استدلان می کند که اگرچه طرفداران این روش ممکن است راحتی بیشتری در طول خواب داشته باشند، اما ممکن است با چنین های منطقی نیز همراه باشد. اکتشافهای آمریکایی را تحریک می کنند.

■ اگر آسم یا آلمزدی یا تحریک دارد، گرد و غبار در اطراف اتاق شما می تواند می تواند راه را بسته باشد.

■ هوا خشک و می تواند این را بخواهد، دمیدن مداوم هوا می تواند باعث خشکی آزاده دهنده دهان شود. برخی افراد تمسیح دارند با چشمگان نیمه باز بخوابند. در حالی که این معمولاً عوارض جانبی کمی دارد، خشکی بیش از حد می تواند باعث سوزش چشم شود.

■ گرفتگی بینی و گلو خشک که در اطراف اتاق رانده می شود همچنین باعث گرفتگی حلق و بینی می شود. از آنجایی که فن های بینی، دهان و گلو شما را خشک می کنند، بدن شما ممکن است بست از حذف چربی جریان این مخصوصاً برای افرادی بینی را مسدود می کند و منجر به سینویز می شود که باعث ایجاد علائم مانند سرد و سیسموسی، گرفتگی بینی و خرویف می شود.

■ سقی و التهاب عضلات این به دلیل تأثیر هوای سرد است: هوای خنکی که از یک پنکه مستقیماً روی بدن شما نمکز می شود، می تواند باعث شود که با عضلات سفت و دردناک از خواب بیدار شوید.

به خصوص اگر پنکه را زاندیکی صورت خود را دارد که این دلیل است که هوای سرد به طور ناخواسته باعث گرفتگی عضلات می شود، به این معنی که عضلات شما منقبض هستند. در نتیجه اگرچه استفاده از پنکه ممکن است احساس تعزیر در شب های طولانی و گرم را از بین ببرد، اما می تواند باعث ناراحتی بشتر از سکن آن شود. راههای دیگر برای شاداب ماندن در تمام شب، عبارتند از:

ستدرمی مرموز که متوجه به مرگ غیرمنتظره جوانان می شود



به افراد زیر ۴۰ سال توصیه می شود برای جلوگیری از ستدرم مرگ ناگهانی بزرگسالان (SADS) قلب خود را چک کنند.

صرف نظر از این که آیا یک سینک زندگی مناسب و سالم داشته اند یا خر، مشاهده شده است که افرادی در هر سن بر اثر ستدرم معروف به "SADS" جان خود را از دست داده اند.

کالج سلطنتی پزشکان عمومی استرالیا، ستدرم SADS را به عنوان یک اصطلاح فراگیر برای مرگ های غیرمنتظره در میان بزرگسالان جوان اعریف کرده که پیشتر در میان افراد زیر ۴۰ سال رایج است. این اصطلاح زمانی می تواند کار می رود که کالبد شکافی پس از مرگ قادر به تعیین علت مرگ نباشد.

به گفته پزشکان، قلب افراد زیر ۴۰ سال بدون توجه به این که سینک زندگی آنها هاست، دارند و می توانند بدور از حد می توانند باعث شود.

"SADS" در بین جوانان سالم و فعال زیاد است. علامت این سینک از اعراضی خانواده، غش کردن، یا تشنج در حین ورزش یا هنگام هیجان است.

مرگ ناگهانی قلبی بیرون می شود، باید مورد بررسی قرار گیرد. این می تواند در هر سن بر اثر ستدرم مرگ ناگهانی قلبی بیرون می شود و مورده توجه قرار نگیرد. علامت مرگ ناگهانی قلبی شامل غش بدن دلیل پنکه کشی می شود یا درد فکه سینه است.

اکثر مطالعه علمی وجود ارتباط مستقیم بین بیماری سینه و سینک از طریق مرتبط سازی اعلی است: اما ایست قلبی ناگهانی علت مرگ ناگهانی قلبی در افراد مسن، به پیه زاده افراد مسن است. به طوری که از ۵ بیمار یک نفر زیر ۴۰ سال دچار حمله قلبی می شود و حمله قلبی می شود و حمله قلبی در ده پیش است.

سینکالگان کلریکی معمیوب در قلب اغلب علت مرگ ناگهانی قلبی است. کارشناسان توضیح می دهند که در طول ضربان قلب بیسیار سریع، خرده های پایینی قلب (بطن ها) بدون پمپاز خون می بروند که به معنای ضربان قلب نامنظم است. شرایط مخلفی وجود دارد که می تواند خطر مغز ناگهانی را افزایش دهد، از جمله مواد غیر:

هیپرتروپی میوکارد، اختلالات رینم قلب، اسید حاد فکس سینه، نقص مادرزادی قلب، نقص مادرزادی قلبی، نقص مادرزادی قلبی.

مردعاً پیشتر از زنان ها مجار این ستدرم می شوند.

برای یک فرد به ظاهر سالم زیر ۴۵ سال مرگ بر اثر ستدرم SADS بسیار نادر است. با این حال، مشاهده شده است که این بیماری در مردان بیشتر از زنان است. اگرچه مرگ ناگهانی در جوانان نادر است، اما افرادی که پیشتر در معرض خطر هستند و یا هر یک از علائم "SADS" مواجه می شوند.



اوقات شرعی امروز به وقت گیلان

اذاں صبح: ۰۴/۳۷
طلوغ آفتاب: ۰۶/۱۷
اذاں ظهر: ۱۳/۱۸
غروب خورشید: ۲۰/۱۹
اذاں مغرب: ۲۰/۳۹

دفتر مرکزی: رشت - چهارراه پورسینا - روپریوی ثبت احوال - ساختمان اطباء - طبقه دوم
کدپستی: ۴۱۹۳۷۴۶۵۵ تلفن: ۳۳۳۳۶۰۷۷۷ - ۳۳۳۲۰۳۲۶ فکس: ۳۳۳۲۰۷۷۷

روزنامه اجتماعی، سیاسی، فرهنگی و ورزشی صبح شمال ایران

صاحب امتیاز و مدیر مسئول: کریم خورستندی مؤذنی

لیتوگرافی و چاپ: شرکت چاپ و تشریف توین

سوال جواب

Email: soaljavabdaily@gmail.com

www.soaljavabdaily.ir

سال هشتم - شماره ۲۰۵۳

سه شنبه ۱۱ مرداد ۱۴۰۱ - ۴ محرم ۱۴۴۴ - ۲ آگوست ۲۰۲۲

حضور فعال کتابخانه های عمومی صومعه سرا در برگزاری پویش های کتابخوانی

صفاتی اینکه گیلان پرترین استان کشور

لقب گرفته را از مشکلات مهم این استان ذکر کرد و ابراز داشت: این موضوع جزو دغدغه های مقام معظم رهبری هم محسن و خوب است در حوزه کتابخوانی و فرهنگ ما بر روی این مرحله گذاری انجام دهنم وی با این اینکه عمل در حوزه فرهنگی و سبک زندگی اسلامی برای کاهش آثار آسباب های اجتماعی نظریه لائق و گستاخاندها دیگر با اقدامات جزیره ای قابل حل نیست اظهار داشت: اگر قرار است کاری در این بخش انجام شود همه دستگاهها باید دست به دست هم داده یک هدف را دنبال کنند.

فرماندار شهرستان صومعه سرا خاطر شان کرد: اموری در پیش جماعت که تگاه می کنم، می بینم که حجم مشکلات به خصوص در حوزه عفاف و حجاب بسیار زیاد است اما با خشنامه نمی توان هیچ کاری انجام داد بلکه در این عرصه باید به صورت ریشه ای و فرهنگ اجتماعی رورود کنیم.

- عباس زاده: تکمیل کتابخانه عمومی

روستایی تهیان در انتظار مسلح دستگاه مسئولین

شهرستان است

رئیس اداره کتابخانه های عمومی شهرستان صومعه سرا این در جلسه اجتمعن کتابخانه های عمومی این شهرستان کتابخانه های عمومی این شهرستان در گزارشی به اقدامات مختلف این مجتمعه اش اشاره و اجزای طرح های کتاب دوخت، راه اندازی شبکه مجازی دسترسی به یانک های اطلاعاتی برای اسناد فرهنگی،

دانشجویان و عموم مردم را از جمله همترین

خدمات به شهروندان توصیف کرد.

آرزو عباس زاده همچنین با این اینکه

عملیات ساخت کتابخانه عمومی روستای

تبیان تا کنون تنها ۲۰ درصد پیشرفت فیزیکی

داشته است بر ضرورت اختصاص اعبارات

عمانی برای تکمیل این بروزه تاکید کرد

عباس زاده همچنین اظهار امیدواری کرد

مردم صومعه سرا و پیش شا و روستاهای

دارای کتابخانه با حمایت شهرداران و

پرداخت سهم نمی درصدی، شاهد اجرای

برنامه متفاوت و بهره مندی از امکانات

و منابع جدید در این مجموعه باشند.

گفتگوی است یان دیدگارا و نظرات

اعضای اجتمعن در خصوص موضوعات

مطروح شد، پایان بخش این نشست

فرهنگی با دلیل افزایش طلاق در گیلان

حوزه کتابخانهها اقدام کنند.



مدیر کل کتابخانه های عمومی استان گیلان گسترش سرانه فضای مطالعاتی به عملکرد مجموعه کتابخانه های عمومی این شهرستان با اینکه توسعه فرهنگ و پیوی در شهرستان داشتن جامعه پویا و خلاق مطالعه لازمه داشتن این اداره که این اینکه در این عرصه بسیار زیاد است اما شد و اضافه کرد: انتظار داریم برای ارتقا نمایندگان ادارات مختلف، اصحاب رسانه این اینکه این اینکه در آن زندگی داشت حق اتفاق آن به حوزه کتابخانه های این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی می کنند وابسته است.

مدیر کل کتابخانه های عمومی استان گیلان گسترش سرانه فضای مطالعاتی به

بنی شهرستان با اینکه توسعه فرهنگ و پیوی در شهرستان داشتن جامعه پویا و خلاق این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی

نشست کتابخانه های سرمهیان را می بینم

آن خدمات لازم را به اینکه توسعه فضای مطالعاتی به

پیوی اینکه در این اینکه در آن مملکت و مردمی که در آن زندگی