

یک سوال با دولت مردم!

جامعه جوانان وزارت ورزش در دولت سیزدهم؛ از مهارت آموزی تا استغالزایی



ایران: معاون امور مجلس رئیس جمهور با
یان اینکه دولت مردمی با برنامه محوری، آینده
نگری و اتخاذ تصمیمات عملیاتی در مسیر رفع
مشکلات مردم و کشور است، گفت: با همکاری این
و همکاری مردم، دستگاههای دولتی، نهادها و
قوای سپاه، آینده روشنی پیش روی ملت بزرگ
ایران خواهد بود.

سید محمد حسینی با گرامیداشت یاد شهیدان والا
مقام شهید رجایی و باهنر و شهدای دولت گفت: همه
ما مدیون خون این عزیزان هستیم و این دو شهد

بزرگوار لکو و اسوه همه کارگاران نظام اسلامی در
اخلاص، دنداکی، خدمت به مردم، دفاع از کشور و

می‌دانند اما این و خودسوزی کردیم از این دلایل تعطیل شده
در حفظ ارزش‌های اسلامی مستند و این مسیر تداوم
خواهد داشت.

معاون پارلمانی رئیس جمهور با اشاره به
ماموریت‌ها و وظایف معاونت امور مجلس ریاست

جمهوری گفت: این معاونت جایگاه خاصی در مسیر
تعامل قوی دارد و بین دین دولت و مجلس از
این طریق انجام می‌شود لیلنه هر وزارت‌خانه هم معاون

امور مجلس درجه دارد ولی تنظاری که از معاون رئیس
جمهور در تحریم روابط دو قوه وجود دارد بیش

از دیگران است.

حسینی با این اینکه در یکسال گذشته علی
رغم تاکید بر حفظ استقلال دو قوه، تعامل

بسیار خوبی بین دولت و مجلس برقرار بوده
است، گفت: مناسفانه در دوره گذشته شادابی،

سرزنشگی، غافلگشی و پیوایی کهنه‌ی بین دو قوه
مشاهده می‌شد و پس از یکسال این مجموع نمایندگان دیگر داشته

است و در کنار این معاون اول شغل انتظامی داشته

هم مزید بر علیت شغل انتظامی داشته و معاون رئیس
وظیف نظری خود را اعمال کرده و حتی رئیس معاون

نیز این فایدی می‌داند ضمین نمایندگان داشته از نظرات
مجامع نمایندگان داشته دنیا اینکه از مختلف

مشورتی نمایندگان در بخش‌های حضور و نظرات نمایندگان
شهرستان‌های مختلف استفاده می‌شود.

حسینی با توجه به چنین شرایطی، در یکسال گذشته
تلash کردیم دسترسی نمایندگان به وزاره و رئیس
شراحت ساخت و دعوا دو قوه را تحویل گرفت،

جمهوری پیش از گذشته باشد. این اینکه دولت سیزدهم نیز
شان نظریت نماینده را تعیین می‌کند.

ایران: سخنگوی وزارت خارجه آمریکا تایید کرد که واشنگتن پاسخ خود به نظرات ایران در خصوص

احیای برجام را به اتحادیه اروپا ارسال کرده است. ند پرایس گفت: همانطور که می‌دانید ما نظرات ایران
در خصوص من نهایی اتحادیه اروپا را دریافت کردیم. بررسی آن نظرات حال پایان رسیده است.

اما امروز به اتحادیه اروپا پاسخ دادیم.

آمریکا: پاسخ مان در خصوص نظرات ایران را ارسال کردیم

ایران: سخنگوی وزارت خارجه آمریکا تایید کرد که واشنگتن پاسخ خود به نظرات ایران در خصوص

ایران را به اتحادیه اروپا ارسال کرده است. ند پرایس گفت: همانطور که می‌دانید ما نظرات ایران

در خصوص من نهایی اتحادیه اروپا را دریافت کردیم. بررسی آن نظرات حال پایان رسیده است.

اما امروز به اتحادیه اروپا پاسخ دادیم.

ایران: سخنگوی وزارت خارجه آمریکا تایید کرد که واشنگتن پاسخ خود به نظرات ایران در خصوص

ایران را به اتحادیه اروپا ارسال کرده است. ند پرایس گفت: همانطور که می‌دانید ما نظرات ایران

در خصوص من نهایی اتحادیه اروپا را دریافت کردیم. بررسی آن نظرات حال پایان رسیده است.

اما امروز به اتحادیه اروپا پاسخ دادیم.

ایران: سخنگوی وزارت خارجه آمریکا تایید کرد که واشنگتن پاسخ خود به نظرات ایران در خصوص

ایران را به اتحادیه اروپا ارسال کرده است. ند پرایس گفت: همانطور که می‌دانید ما نظرات ایران

در خصوص من نهایی اتحادیه اروپا را دریافت کردیم. بررسی آن نظرات حال پایان رسیده است.

اما امروز به اتحادیه اروپا پاسخ دادیم.

ایران: سخنگوی وزارت خارجه آمریکا تایید کرد که واشنگتن پاسخ خود به نظرات ایران در خصوص

ایران را به اتحادیه اروپا ارسال کرده است. ند پرایس گفت: همانطور که می‌دانید ما نظرات ایران

در خصوص من نهایی اتحادیه اروپا را دریافت کردیم. بررسی آن نظرات حال پایان رسیده است.

اما امروز به اتحادیه اروپا پاسخ دادیم.

ایران: سخنگوی وزارت خارجه آمریکا تایید کرد که واشنگتن پاسخ خود به نظرات ایران در خصوص

ایران را به اتحادیه اروپا ارسال کرده است. ند پرایس گفت: همانطور که می‌دانید ما نظرات ایران

در خصوص من نهایی اتحادیه اروپا را دریافت کردیم. بررسی آن نظرات حال پایان رسیده است.

اما امروز به اتحادیه اروپا پاسخ دادیم.

ایران: سخنگوی وزارت خارجه آمریکا تایید کرد که واشنگتن پاسخ خود به نظرات ایران در خصوص

ایران را به اتحادیه اروپا ارسال کرده است. ند پرایس گفت: همانطور که می‌دانید ما نظرات ایران

در خصوص من نهایی اتحادیه اروپا را دریافت کردیم. بررسی آن نظرات حال پایان رسیده است.

اما امروز به اتحادیه اروپا پاسخ دادیم.

ایران: سخنگوی وزارت خارجه آمریکا تایید کرد که واشنگتن پاسخ خود به نظرات ایران در خصوص

ایران را به اتحادیه اروپا ارسال کرده است. ند پرایس گفت: همانطور که می‌دانید ما نظرات ایران

در خصوص من نهایی اتحادیه اروپا را دریافت کردیم. بررسی آن نظرات حال پایان رسیده است.

اما امروز به اتحادیه اروپا پاسخ دادیم.

ایران: سخنگوی وزارت خارجه آمریکا تایید کرد که واشنگتن پاسخ خود به نظرات ایران در خصوص

ایران را به اتحادیه اروپا ارسال کرده است. ند پرایس گفت: همانطور که می‌دانید ما نظرات ایران

در خصوص من نهایی اتحادیه اروپا را دریافت کردیم. بررسی آن نظرات حال پایان رسیده است.

اما امروز به اتحادیه اروپا پاسخ دادیم.

ایران: سخنگوی وزارت خارجه آمریکا تایید کرد که واشنگتن پاسخ خود به نظرات ایران در خصوص

ایران را به اتحادیه اروپا ارسال کرده است. ند پرایس گفت: همانطور که می‌دانید ما نظرات ایران

در خصوص من نهایی اتحادیه اروپا را دریافت کردیم. بررسی آن نظرات حال پایان رسیده است.

اما امروز به اتحادیه اروپا پاسخ دادیم.

ایران: سخنگوی وزارت خارجه آمریکا تایید کرد که واشنگتن پاسخ خود به نظرات ایران در خصوص

ایران را به اتحادیه اروپا ارسال کرده است. ند پرایس گفت: همانطور که می‌دانید ما نظرات ایران

در خصوص من نهایی اتحادیه اروپا را دریافت کردیم. بررسی آن نظرات حال پایان رسیده است.

اما امروز به اتحادیه اروپا پاسخ دادیم.

ایران: سخنگوی وزارت خارجه آمریکا تایید کرد که واشنگتن پاسخ خود به نظرات ایران در خصوص

ایران را به اتحادیه اروپا ارسال کرده است. ند پرایس گفت: همانطور که می‌دانید ما نظرات ایران

در خصوص من نهایی اتحادیه اروپا را دریافت کردیم. بررسی آن نظرات حال پایان رسیده است.

اما امروز به اتحادیه اروپا پاسخ دادیم.

ایران: سخنگوی وزارت خارجه آمریکا تایید کرد که واشنگتن پاسخ خود به نظرات ایران در خصوص

ایران را به اتحادیه اروپا ارسال کرده است. ند پرایس گفت: همانطور که می‌دانید ما نظرات ایران

در خصوص من نهایی اتحادیه اروپا را دریافت کردیم. بررسی آن نظرات حال پایان رسیده است.

اما امروز به اتحادیه اروپا پاسخ دادیم.

ایران: سخنگوی وزارت خارجه آمریکا تایید کرد که واشنگتن پاسخ خود به نظرات ایران در خصوص

ایران را به اتحادیه اروپا ارسال کرده است. ند پرایس گفت: همانطور که می‌دانید ما نظرات ایران

در خصوص من نهایی اتحادیه اروپا را دریافت کردیم. بررسی آن نظرات حال پایان رسیده است.

اما امروز به اتحادیه اروپا پاسخ دادیم.

ایران: سخنگوی وزارت خارجه آمریکا تایید کرد که واشنگتن پاسخ خود به نظرات ایران در خصوص

ایران را به اتحادیه اروپا ارسال کرده است. ند پرایس گفت: همانطور که می‌دانید ما نظرات ایران

در خصوص من نهایی اتحادیه اروپا را دریافت کردیم. بررسی آن نظرات حال پایان رسیده است.

اما امروز به اتحادیه اروپا پاسخ دادیم.

ایران: سخنگوی وزارت خارجه آمریکا تایید کرد که واشنگتن پاسخ خود به نظرات ایران در خصوص

ایران را به اتحادیه اروپا ارسال کرده است. ند پرایس گفت: همانطور که می‌دانید ما نظرات ایران

در خصوص من نهایی اتحادیه اروپا را دریافت کردیم. بررسی آن نظرات حال پایان رسیده است.

اما امروز به اتحادیه اروپا پاسخ دادیم.

ایران: سخنگوی وزارت خارجه آمریکا تایید کرد که واشنگتن پاسخ خود به نظرات ایران در خصوص

ایران را به اتحادیه اروپا ارسال کرده است. ند پرایس گفت: همانطور که می‌دانید ما نظرات ایران

در خصوص من نهایی اتحادیه اروپا را دریافت کردیم. بررسی آن نظرات حال پایان رسیده است.

اما امروز به اتحادیه اروپا پاسخ دادیم.

ایران: سخنگوی وزارت خارجه آمریکا تایید کرد که واشنگتن پاسخ خود به نظرات ایران در خصوص

ایران را به اتحادیه اروپا ارسال کرده است. ند پرایس گفت: همانطور که می‌دانید ما نظرات ایران

در خصوص من نهایی اتحادیه اروپا را دریافت کردیم. بررسی آن نظرات حال پایان رسیده است.

اما امروز به اتحادیه اروپا پاسخ دادیم.

ایران: سخنگوی وزارت خارجه آمریکا تایید کرد که واشنگتن پاسخ خود به نظرات ایران در خصوص

ایران را به اتحادیه اروپا ارسال کرده است. ند پرایس گفت: همانطور که می‌دانید ما نظرات ایران

در خصوص من نهایی اتحادیه اروپا را دریافت کردیم. بررسی آن نظرات حال پایان رسیده است.

اما امروز به اتحادیه اروپا پاس

هندوانه منوعه که ناید لب به آن بزنید!

مهر: دادن کودهای شبیهایی زیاد به محصولات کشاورزی مانند هندوانه می تواند باعث تجمع سطح بالای نیترات در آن شود. تاپستان قصل هندوانه است. نیتروژن کی از عناصر مهم در رشد و تکامل یوه هاست. با این حال، زیاد روزی در دادن کودهای شبیهایی به محصولات کشاورزی عوارض جدی به دنبال دارد.

در حقیقت کشاورزان با افزودن کودهای نیتروژن دار، ظرف تنها ۳ هفته می توانند زون یک هندوانه را به ۱۲ کیلوگرم برسانند. با این حال، نیترات بالا موجود در هندوانه می تواند باعث مسمومیت مصرف کنندگان آن شود. به همین دلیل توجه به هندوانه در زمان مصرف بسیار مهم است. یکی از راههای تشخیص سطح بالای نیترات موجود در هندوانه، توجه به محل تلاقی گوشتش قرمه هندوانه و بخش سفید پوست داخلی است. اگر این بخش زرد رنگ باشد، نشان دهنده میزان بالای نیترات در هندوانه است و برای جلوگیری از مسمومیت باید از مصرف آن اجتناب کنید.



از دیگر روش‌های تشخیص میزان بالای نیترات، توجه به حفره‌های موجود در هندوانه است. گچه برخی تصور می‌کنند این حفره‌ها ناشی از فعالیت حشرات است، اما در حقیقت این موضوع نشان دهنده سطح بالای نیترات است و باید از مصرف آن خودداری کنید.

همچینی وجود فضای خالی بزرگ در وسط هندوانه از دیگر نشانه‌های استفاده پیش از حد از کودهای شبیهایی است. طعم و مزه این نوع هندوانه کمی تلخ است. در صورتی که در این موضع تردید دارید، می توانید یک تکه از هندوانه را در میان اثاق در آب قرار دهید. اگر رنگ آب به صورتی روشن تغییر کند، نشان دهنده خطرناک بودن آن است و بهتر است آن را دور بپزید.

مندوانه‌ای با ترکیب زیاد نیترات برای سلامتی بدن مضر است. از این رو، توصیه می‌شود در صورت مشاهده هر گونه از علامتی که پیشتر ذکر شد، از مصرف آن خودداری کرده و آن را دور بپزید. مسمومیت با نیترات غالبًا تکرار ادار، اسهال و دل در بروز می‌کند. این موضوع در شرایط حاد برای مثال مسمومیت با آب آلوهه با نیترات می تواند فرد را به کام مرگ بکشد.

جدول سود و کو شماره ۲۰۷۱

طرح: سمیرا دلبری

برای حل چالو سود و کو کافی است ارقام ۱ تا ۹ را طوی در خانه‌های خالی چالو قوار دهید که در هر سطر، هر ستون و هر مربع کوچک ۳ در ۳ اعداد تکراری تباشد.

۱	۱۶	۶	۲		۱۳	۹
۷	۵		۸	۱		
۶	۹	۱	۱۴	۵	۲	
۱۶			۱			۷
۱	۵	۸	۹		۴	۳
۹	۳	۶	۲	۸	۱	۵
	۱					
۳	۲	۱	۵	۹	۷	
۵	۷	۲	۳		۱	

جواب دیروز

۴	۱	۶	۹	۷	۸	۱۳	۲	۵
۷	۳	۲	۵	۱	۱۴	۶	۹	۸
۹	۸	۵	۲	۶	۱۳	۱	۷	۴
۲	۵	۴	۳	۹	۱	۸	۶	۷
۸	۷	۱	۶	۵	۲	۹	۴	۳
۶	۹	۱۳	۸	۱۴	۷	۵	۱	۲
۱	۱۶	۹	۷	۳	۵	۲	۸	۶
۵	۶	۸	۴	۲	۹	۷	۳	۱
۳	۲	۷	۱	۸	۶	۴	۵	۹

قابل توجه خوانندگان محترم

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

تلفن: ۳۴۳۴۰۴۵۰ - ۳۴۳۴۰۷۷۷ فکس: ۳۴۳۴۰۴۲۶

فواید اعجاب برانگیز نوشیدن آب نمک به صورت ناشتا و با معده خالی



باشیم، برای نتیجه بهتر می توانید حاوی مواد معدنی مفید است و به بیوود پوست کمک می کند تا بهتر به نظر برسید.

■ آب نمک ب هضم سالم با نوشیدن آب نمک می تواند می تواند یک فرآیند مهیا شود که خوارشی از بخش های دیگر برای سلامتی ماست. در این از مشکلات پوستی مانند آکنه و عفونت پوست مادر است.

فواید دیگر نوشیدن محلول آب نمک برای همچنان روز ۱۰۰۰ میلی گرم می دهد. خاصیت ضد باکتری نمک به بدن در تخلیه باکتری ها و دیگر مواد ناخواسته از سیستم ماهیچه کمک می کند.

- کاشش گرفنگی عضلات

بنابراین، نوشیدن آب شور

- کاشش درد

- مفید برای سلامت دهان

■ توصیه های برای آماده کردن آب نمک صحیح

اساساً، می توانید از بخش های

برای برهه بودن از خوارشی

استفاده کنید اما بسیار بهتر است

که به جای سفره تصفیه شده

از نمک طبیعی استفاده کنید. نمک

مورد نیاز است. مکانیسم

استخوان ها را با غذاهای سالم و

مغذی مثل شیر و پنیر بهبود دهد

اما نوشیدن آب نمک بیماری های قلبی

و عروقی تاثیر نگذارد.

■ کمک به بهبود خوارش با آب

بهبود سلامت استخوان

در حفظ تعادل مایع بدن نقش

قابل توجهی ایفا می کند. بنابراین،

باشد که بخوبی مفید نوشید

آن می تواند از این مرض مکمل شکل شود.

■ نوشیدن آب نمک همراه با موز

موز برای این می توانید مفید باشد.

■ نوشیدن آب نمک به بهتر است

از کلورولیت و هر روز صبح قلیچ

درمان نیاز را برای تامین انرژی

می توانید از مصرف آب نمک

که در میان اثاق در میان اتفاقی

نمک می تواند مفید باشد.

■ نوشیدن آب نمک به بهتر است

از کلورولیت و هر روز صبح قلیچ

درمان نیاز را برای تامین انرژی

می توانید از مصرف آب نمک

که در میان اثاق در میان اتفاقی

نمک می تواند مفید باشد.

■ نوشیدن آب نمک به بهتر است

از کلورولیت و هر روز صبح قلیچ

درمان نیاز را برای تامین انرژی

می توانید از مصرف آب نمک

که در میان اثاق در میان اتفاقی

نمک می تواند مفید باشد.

■ نوشیدن آب نمک به بهتر است

از کلورولیت و هر روز صبح قلیچ

درمان نیاز را برای تامین انرژی

می توانید از مصرف آب نمک

که در میان اثاق در میان اتفاقی

نمک می تواند مفید باشد.

■ نوشیدن آب نمک به بهتر است

از کلورولیت و هر روز صبح قلیچ

درمان نیاز را برای تامین انرژی

می توانید از مصرف آب نمک

که در میان اثاق در میان اتفاقی

نمک می تواند مفید باشد.

■ نوشیدن آب نمک به بهتر است

از کلورولیت و هر روز صبح قلیچ

درمان نیاز را برای تامین انرژی

می توانید از مصرف آب نمک

که در میان اثاق در میان اتفاقی

نمک می تواند مفید باشد.

■ نوشیدن آب نمک به بهتر است

از کلورولیت و هر روز صبح قلیچ

درمان نیاز را برای تامین انرژی

می توانید از مصرف آب نمک

که در میان اثاق در میان اتفاقی

نمک می تواند مفید باشد.

■ نوشیدن آب نمک به بهتر است

از کلورولیت و هر روز صبح قلیچ

درمان نیاز را برای تامین انرژی

می توانید از مصرف آب نمک

که در میان اثاق در میان اتفاقی

نمک می تواند مفید باشد.

■ نوشیدن آب نمک به بهتر است

از کلورولیت و هر روز صبح قلیچ

درمان نیاز را برای تامین انرژی

می توانید از مصرف آب نمک

که در میان اثاق در میان اتفاقی

نمک می تواند مفید باشد.

■ نوشیدن آ

