

در روزنامه امروز می خوانید

با تائید صلاحیت در شورای عالی انقلاب فرهنگی
دکتر آشوبی رئیس دانشگاه
علوم پزشکی گیلان شد

صفحه ۲



مدیر عامل آبفای گیلان مطرح کرد:
پیشرفت ۵۷ درصدی طرح
ساماندهی فاضلاب رشت

صفحه ۲



مدیر کل تعزیرات حکومتی گیلان خبر داد:
کشف ۲۸۰۰ لیتر بنزین و
کازوئیل غیرمجاز در سنتگر

صفحه ۲



روزنامه اجتماعی، سیاسی، فرهنگی و ورزشی صبح شمال ایران

برگزاری ۵۰مین سالانه شهر خلاق
خوارک رشت صفحه ۲

www.soaljavabdaily.ir

۱۴۰۲ خرداد
۱۴۴۴ ذی القعده
۲۰۲۳ می
۲۲۵۲ سال نهم - شماره ۸
صفحه ۸ ۵۰۰۰ تومان

معاون وزیر راه و شهرسازی:

سوال جواب

یادداشت امروز

وحید حاج سعیدی

«حل مشکل استغال»؛ ماموریت
غیرممکن دولت!



در هفته ای که گذشت سید ابراهیم رئیس در چهارمین جلسه شورای عالی اشتغال در دولت سیددهم، اشتغال را اولویت اصلی کشور و مأموریت جدی دولتمردان دانست و به بیان توصیه‌هایی به همه دستگاه‌ها در راستای ایجاد اشتغال پایدار و کاهش بیکاری در کشور پرداخت.

در این جلسه مقرر شد که تمهیلات طرح‌های مصوب موجود در سامانه جامع تمهیلات اشتغال کشور تا پایان تیرماه پرداخت شوند.

مهجنبنی روی شد وزارت علوم با همکاری معاونت علمی و سایر

دستگاه‌ها برای رفع بیکاری فارغ‌التحصیلان را در اسع

وقت اولیه و اجرا کنند.

پرداخت به مقوله بیکاری و اولویت دادن به آن با الزامات شدید و همگی بر این روش تاکید مودک داشتند. اما مراحت کار و تنفس این

الزامات و توصیه ها و جدی گرفتن این مأموریت از سوی دولتمردان،

مطلوب نیست و آمارهای واقعی کتف جامعه نه تنها شانگر ایجاد مشاغل

کارخانجات و واحد های تولیدی نیز خبر می دهد.

بدون تعارف و مقامه چنین پیریند همه امورات به دولت به معنای

ایجاد رانت های کلان (شما بخوانید ریشه فساد) و آمارهای تکاری و واهمی است.

در چنین شرایطی موقع ایجاد اشتغال از سوی دولت نیز به سبب تصدی گری بی حد و حصر دولت در هاله ای از ابهام است و کار

اما و اگر های فراوانی دارد. بی تردید چاره کار داشتن نگاه توسعه

توانشته در این شرایط ناتناسب اقتصادی خود را سریا نگه دارد و

چرخ تولید را به خود خواهد.

در اکثر استانها و شهرهای کشور شاهد فعالیت کارخانجات، واحدهای

تولیدی، مدارات غیر دولتی، واحدهای اقتصادی و پذیرایی و ... خصوصی

همسین که با کارآفرینی و شرکت های اقتصادی غیر اماری، هزار خالو از راز پر و

بال خود گرفته اند و اشتغال مولد و پایدار ایجاد کرده اند.

در حقیقت گره کور پیکاری توسط دستان پرونوان و سباسگر این واحد

های اقتصادی باز می شود و دولت می تواند به جای بگیر و بیند و جسمه

و بیان توصیه به دولتمردان و پیریند ماموریت جدی به آنها، با مدیران

این شرک ها و کارخانجات و واحد ها به مذکوره بنشیند و نیاز آنها را

برای دو سه پاره کردن طرفیت اشتغال شان یا حتی بیشتر بستجد. باور

بفرمایید برخی از آنها منفذند اگر دولت فقط چوب هایی را که لای چرخ

تولید شان قرار داده و سنگ هایی را که سر راه شان نهاده است، بروزهار

ظرفیت تولید و ایجاد اشتغال در مجموعه شان دستنمک دو پاره خواهد

شد! فرصت را از دست ندهیم.

خبر خوش مدیرعامل صندوق
بازنشستگی کشوری برای شرکت چوکا



سوال جواب - فرشته احمدی: در راستای رونق تولید و حمایت از اشتغال پایدار در کوتاه ترین زمان ممکن با تخصیص اعتبار لازم در

بحث تأمین مواد اولیه، شرکت چوکا را به سوددهی خواهیم رساند.

به گزارش روابط عمومی و امور بین الملل مجتمع چوکا: صبح

روز پنجشنبه ۴ خرداد ماه تعمت الله ترکی مدیرعامل صندوق

بازنشستگی کشوری با حضور در شرکت صنایع چوب و کاغذ

ایران(چوکا) از واحدهای مختلف این مجتمع عظیم صنعتی در

شمال کشور بازدید کرد.

در این مراسم که مدیداری نماینده مردم شهرستانهای تالش،

رضوانشهر و ماسال در مجلس شورای اسلامی نیز حضور داشت،

ضمون ارائه گزارش توسط پاک ظاظم مدیرعامل این شرکت،

ظرفیت های موجود و برنامه های در دست اجرا و همچنین طرح

تحویل و مستشارهای جوکا در سال ۱۴۰۱ مورد برسی فرا گرفت.

در بخشی از این بازدید، تعمت الله ترکی مدیرعامل صندوق

بازنشستگی کشوری با تأکید بر آماده بودن زیرساخت های لازم

و ظرفیت های بالقوه در مجتمع چوکا گفت: آزادگی داریم با تمام

توان و حمایت های لازم و تخصیص اعتبار لازم، ظرف مدت ۲

ماه ظرفیت تولیدات چوکا را افزایش داده و به سوددهی رسانیم.

وی در ادامه خاطر نشان کرد: شرکت چوکا دارای ظرفیت بسیار

بالایی در سطح منطقه و کشور است و با توجه به زیرساخت های

موجود و برنامه ریزی مدون و منسجم در کوتاه ترین زمان ممکن

باید به ظرفیت تولیدات چوکا را کامل تولیدات خود برسد.

گذشتی است ۵۳٪ سهام شرکت چوکا متعلق به شرکت سرمایه

گذاری نفت و گاز و پتروشیمی تابن (تایپک) و ۴۷٪ سهام آن

متعلق به صندوق بازنشستگی کشوری می باشد که پس از سال

ها مساعدت مالی آن به مجتمع کارخانجات چوکا تحقق پیدا

خواهد کرد.

هموطن!

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

شماره حساب ۱۵۳۹۲۸۵۵۰۵

بانک ملی

شماره حساب ۱۲۵۰۷۲۰۸۰۰۰

بانک صادرات

تلفن: ۳۳۳ ۶۳۵۳۹



معاون وزیر راه و شهرسازی:

آزادراه چالوس - رامسر با اعتبار ۱۰۰ هزار میلیاردی احداث می شود

هر: معاون وزیر راه و شهرسازی گفت: کلان پروژه آزادراه چالوس - رامسر به طول ۹۰ کلومتر و با برآورد اعتبار حدود ۱۰۰ هزار میلیارد تومنی احداث می شود.

خبر الله خادمی در جلسه بررسی پروژه های راه و شهرسازی مازندران حد فاصل از اجرای پروژه آزادراه ساحلی غرب استان مازندران بد فاصل چالوس تا رامسر خبر داد و گفت: این آزادراه به طول ۹۰ کلومتر اجرا می شود.

وی با بیان اینکه شش گزینه از جمله ساخت پروژه از مسیر کوهستان مردم بررسی قرار گرفته است، هزینه اجرای پروژه را ۶۰ هزار میلیارد توانان ذکر کرد و گفت: همچنین در طول مسیر پروژه شش جزیره مصنوعی مسکونی پیش بینی شد که برای اجرای پروژه آن نیز ۳۵ هزار میلیارد توان ایجاد شده است. علاوه بر این دو هزار میلیارد توان نیز برای ارزیابی پروژه ۱۳۵ هکتار زمین استحصال خادمی با بیان اینکه برای اجرای پروژه با درآمد پروژه جزای مصنوعی مسکونی تأمین می شود.

بخش لاریم به نقشه جغرافیایی مازندران افزوده شد

ایران: دولت با ایجاد بخش جدید "لاریم" در مازندران موافقت کرد و این بخش که پیش از این روستا بود به بخش ارتقا یافته است.

بر اساس مصوبه های دولت لاریم که پیشتر به عنوان یکی از روستاهای توابع شهرستان جویبار بود و روستایی درون پوشش مرکزی این شهرستان به شمار می رفت.

با تصویب لاریم تعداد بخش های مازندران به ۵۹ افزایش یافت. این مصوبه های دولت از سوی وزارت رسانی و اطاعت ایجاد شد. این اتفاقات قانونی در راستای رعایت استانداری مازندران ابلاغ شد تا اقدامات قانونی در این ماده ۱۴ قانون تعاریف و شواطیق تقسیمات کشوری اجرا شود.

جویبار تا سال ۱۳۷۶ یکی از شهرهای تابعه شهرستان همچو ارش قالمشهر بود و پس از آن در تقسیمات جدید کشوری به عنوان یک شهرستان قلمداد شد که شامل ۲ شهر جویبار و کوهیخیل و دو بخش مرکزی و گلخواران و چهار شهرستان است.

طبق امار سال ۱۳۷۵ جمعیت شهرستان جویبار مازندران ۷۰/۰۴۰ نفر بوده است و ۶۸ درصد جمعیت در نقاط روستایی سکونت داشته اند. همچنین لاریم یکی از بزرگترین روستاهای بخش مرکزی این شهرستان به شمار می رود.

رئیس اداره صفت ساری:

۱۲ هزار لیتر روغن موتو احتکار شده در ساری کشف شد

هر: رئیس اداره صفت، معدن و تجارت شهرستان ساری از کشف احتکار ۱۲ هزار لیتر روغن موتو در یکی از اینهای این شهرستان خبر داد.

اسمعاعیل هادی نژاد گفت: در پی بازرسی انجام شده توسط بازرسان این اداره که با همکاری مأمورین نیروی انتظامی صورت گرفت میان ۱۲ هزار لیتر روغن موتو در یک تار که احتکار شده بود کشف شد. وی افزود: در پی این کشف، پرونده تخلف از سوی بازرسان اداره صفت مبلغ بیانده میلیارد ریال تشكیل و به معراج ذی صلاح جهت رسیدگی و صدور رأی ارسال شده است.

وی در پی این از شهروندان این شهرستان تقاضا کرد در صورت مشاهده هر گونه تخلف اقتصادی اهم از گرفتوشی، عدم صدور فاکتور و ... مراتب را به تلفن ۱۴۴ و یا سامانه [1444](http://www.1444.ir) اعلام کند.

رئیس اداره صفت ساری:

۴۰۱ ۱۲ هزار لیتر روغن موتو احتکار شده در ساری کشف شد

هر: رئیس اداره صفت، معدن و تجارت شهرستان ساری از کشف احتکار ۱۲ هزار لیتر روغن موتو در یکی از اینهای این شهرستان خبر داد.

این اداره هادی نژاد گفت: در پی بازرسی انجام شده توسط بازرسان این اداره که با همکاری مأمورین نیروی انتظامی صورت گرفت میان ۱۲ هزار لیتر روغن موتو در یک تار که احتکار شده بود کشف شد. وی افزود: در پی این کشف، پرونده تخلف از سوی بازرسان اداره صفت مبلغ بیانده میلیارد ریال تشكیل و به معراج ذی صلاح جهت رسیدگی و صدور رأی ارسال شده است.

وی در پی این از شهروندان این شهرستان تقاضا کرد در صورت مشاهده هر گونه تخلف اقتصادی اهم از گرفتوشی، عدم صدور فاکتور و ... مراتب را به تلفن ۱۴۴ و یا سامانه [1444](http://www.1444.ir) اعلام کند.

رئیس اداره صفت ساری:

۴۰۲ خرید ۲۴۲ تن کلزا از کشاورزان ساروی

ایسا: مدیر بهداشت کشاورزی شهرستان ساری گفت: تاکنون ۲۴۲ تن محصول از ۱۷۳ هکتار مزارع کلزا ای این شهرستان برداشت و توزیع مرکز خرید تضمینی از کشاورزان ساروی خبر دارد.

سید اسماعیل علیوی با اشاره به نخستین پژوهش کلزا در دهد دوم اریپهشت ماء مسال در اراضی زراعی شهرستان ساری، اظهار کرد: طبق اعلام چهاد کشاورزی و اداره کل غله و خدمات بازارگانی مازندران، خرید تضمینی کلزا امسال با قیمت صوب برای هر کلو دانه روغن کیلو و از درصد ناخالص و ۱۰ درصد رطوبت است و مراکز خرید به ازیز هر در درصد افت رطوبت بالای ۱۰ درصد و افت ناخالص بالای دو درصد، از وزن محصول کلزا تحویلی کسر و بهای آن را محاسبه و پرداخت می کند.

علوی با این اینکه امسال ۱۴۴ هزار و ۱۳۴ هکتار اراضی زراعی این شهرستان کلزا کشت شد، گفت: پژوهش زود هنگام وجود علف هر آرزوی معلم تاثیرگذار در میان افت محصول در زمان خرید است.

رئیس اداره صفت ساری:

۴۰۳ آگهی قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمنهای فاقد سند رسمی حوزه ثبتی اراضی قائم شور

ظفر به دستور ماده ۱۱۹/۰/۲۰ قانون تعیین تکلیف وضعیت اراضی و ساختمنهای فاقد متناسبی که در هیات موضع ماده ۱۱۹ این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد.

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

ایمکن متناسبی این امرالله قلی خان دستور موقت صادر شد. آگهی می گردد:

سوال جواب

سال نهم - شماره ۲۲۵۲

مکمل‌ها را جایگزین مواد غذایی و میوه‌ها نکنید



یک دکترای تغذیه گفت: یکی از راههایی که می‌توان شدت پوکی استخوان را کم کرد، کلسیم، منزیم و روی است و کلسیم به تهاب مفید نخواهد بود.

منصور رضاپی دکترای تغذیه بیان اینکه کمبودهای تغذیه را با آموزش می‌توان پر طرف کرد، گفت: در درازمدت یا در میان مدت، مکمل یاری انجام می‌شود و رویکرد بعدی غنی سازی است. ما معمولاً در تغذیه سه رویکرد میان مدت، درازمدت، کوتاه مدت داریم. به طور نمونه برای رفع ورچوگ کمبودها طریق مکمل یاری اجرا می‌شود مانند دادن قرص آهن به دختران داشت آموز در مدارس.

وی در ادامه بیان این که در کوتاه مدت بحث مکمل‌ها است که غذازی دیرافیت را کامل می‌کند، گفت: باید یاد بگیرم که مکمل‌ها بد نیستند و فقط باید بدانم کی؟ چگاه؟ و چه وقت باید صرف شوند؟ یا برای چه افرادی این مکمل‌ها لازم است؟ به طور نمونه، افرادی که بیماری‌های خاص دارند ممکن است نیاز بیشتری برای مصرف مکمل داشته باشند.

رضایی در ادامه توضیه کرد: قرص چربی در کنار قرص امگا ۳ باید مصرف شود و بیش از ۱۰ ساعت از هم، باید مصرف شوند تا اثر بهتری داشته باشد.

وی اگر دریافت لبیات پس از بارداری کم شده باشد می‌باشد فرد کلسیم مصرف کند، که مصرف آن اختلال دارد که بیوست را تشلید و جذب آهن را کمی مختل می‌کند. باید افراد بهتر است تا کلسیم را ترجیحاً با غذا میان لبیات تامین کند. مصرف مکمل کلسیم در افرادی که لبیات نمی‌توانند مصرف کند، توضیه می‌شود.

این دکتری تغذیه در پاییش به این پرسش که مصرف مکمل‌ها قبل از خوردن غذا باشد یا بعد آن، گفت: مکمل‌ها اگر قبل از غذا مصرف شود به خوبی چذب بدن می‌شود؛ اما در داز مدت دچار مشکل می‌شود. معده هنگ می‌کند؛ چرا که معده و قیچی پر می‌شود، چذب او کم شود. یک ساعت بعد از غذا بهترین زمان مصرف مکمل هاست.

وی یا اینکه بخش اعظمی از راههایی که می‌توکنی است و با کلسیم و چربی استخوان را ارتقا می‌کند، گفت: یکی از راههایی که می‌توان داشت پوکی استخوان را کم کرد، کلسیم، منزیم و روی است و کلسیم به تهاب مفید نخواهد بود. مصرف بیش از حد و نیامنی، در درازمدت عوارض هم دارد.

غذاهایی اصلی که باعث نشتی روده می‌شوند!

دهد، اما در بیماران سلیاک بیشتر، غلات رایج حاوی گلوتن عبارتند از گندم، چاوار و جو.

روغن‌های هیدروژن

چربی‌های هیدروژن مصنوعی می‌شوند، این عالم تعادل باکتری باعث سیستم‌گشایی این الباهی از غیر اجازه روده شد. عالم تعادل باکتری های خوب و بد روده را مختل می‌کند.

آزاد می‌شود و نفوذپذیری روده

ذکر می‌شوند. آنها برای افزایش دور جدیدی از النهار را آغاز می‌کنند. این "اه سریع" و طرفه بین افزایشی از روده شدند و مزاحمان خارجی عصر می‌شوند. بزرگتر هستند و مزاحمان خارجی غذای هضم نشده، باکتری‌ها، اضافه می‌شوند. در یک طالعه، محظوظان در روده شدند. در یک طالعه، ایامی داشتند که رژیم غذایی نشست کند. یک مغز ملتهب متوجه سرشار از غذاهای فرآوری شده می‌تواند پوشش روده شما را باز کند و به "مهاجمان الهای" باز کند و به "مهاجمان الهای" را بددهد؟ این وضعیت که به عنوان "نشست روده" یا افزایش نفوذپذیری روده شدند و مزاحمان خارجی عصر می‌شوند. این یک مسیر از غذاهای هضم شده، باکتری‌ها، شما می‌شود. هنگامی که النهار در بدن به مغز می‌رسد، می‌تواند باعث "نشست مغز" شود.

آگر نشستی روده درمان نشود،

منجر به یک چرخه داداوم و الهای روده می‌شوند. همچنین به مغز ای می‌شوند. همچنین به مجموعه ای مشکلات در سراسر بدن می‌شود. به طور خاص، مار مورد ۸

غذای اصلی که باعث شنی روده

می‌شوند صحبت خواهیم کرد که شیرین کننده‌های مصنوعی شیرین کننده‌های مصنوعی مانند آسپاراتام، ساخارین، سوکر الوز و استویا تقریباً در همه جا بافت می‌شوند. آنها برای نوشابه ریزی، آب نبات، محصولات از پیش بخته شده، و مسادره دیگر

شیرین کننده‌های مصنوعی

شیرین کننده‌های مصنوعی مانند آسپاراتام، ساخارین، سوکر الوز و استویا تقریباً در همه

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را که باعث شنی روده

زیربرخی از اینها هایی

غذایی بنهان هستند. ما همچنین ۲ مرحله را ک

