

ماجرای کیف در دسر ساز دیپلمات ایرانی

سخنگوی کمیسیون امنیت ملی مجلس :
مقاومت با چمدان نیمه‌دا که با تفتیش پرود پنج شنبه شب گذشته پرواز های د بیروت تنش هایی در فرودگاه الحریری بیروت در پی داشته‌به گزارش عصر ایران به نقل از ایران تایمز؛ پنج شنبه شب گذشته پرواز ماهان به بیروت تنش هایی در فرودگاه الحریری در پی داشت. پلیس فرودگاه خواهان بازرسی کیف دیپلمات ایرانی بود اما او ممانعت کردوزارت امور خارجه لبنان دقایقی پیش اعلام کرد که پادداشت کتبی سوبشی از سوی سفارت ایران در خصوص محتویات بود کیسه کوچک دیپلماتیک که روز گذشته توسط یک دیپلمات ایرانی در هواپیمای ماهان حمل شده بود دریافت کرددر این یادداشت ایران اعلام کرد که این کیسه حاو جودی اسناد، اوراق و اسکناس دلار برای پرداخت هزینه های عملیاتی کارکنان سفارت مورد است و پس از آن ماموران فرودگاه اجازه ورود به این دو کیف دادند.
گزارش دیگری حاکی است ، سخنگوی کمیسیون امنیت ملی مجلس از ورود این کمیسیون به اتفاقات صورت گرفته در فرودگاه رفیق حریری خبر داد و گفت: دولت لبنان از هر گونه رفتار شائبه بارنگیز که می‌تواند تحت تاثیر کشورهای غربی باشد خودداری کندبه گزارش سایت دیده بان ایران؛ ایراهیم رضایی افزود: اطلاعاتی از رفتار پلیس فرودگاه رفیق حریری با مسافران و دیپلمات های ایرانی پرواز ماهان ایر به این کمیسیون رسیده است که با سرعت و دقت بررسی خواهد شد.

وی با بیان اینکه حفظ حرمت و شأن هر ایرانی در همه کشورها خط قرمز نمایندگان مجلس است تصریح کرد: از وزارت امور خارجه می‌خواهیم با سرعت این موضوع را پی گیری کند و در صورت صورت تجاوز تکرار آن راندهندسخنگوی کمیسیون امنیت ملی مجلس ادامه داد: جمهوری اسلامی ایران هواره خود را کنار مردم و دولت لبنان می‌داند و از دولت لبنان هم می‌خواهیم با توجه به شرایط حساس منطقه از هر گونه رفتار شائبه بارنگیز که می‌تواند تحت تاثیر کشورهای غربی باشد خودداری کندرضایی تاکید کرد:هر چند دستگاه دیپلماسی موظف است با خطای مسئولین لبنانی برخورد کند اما محور عبری-عربی بلدان که مقاومت با چمدان نیمه‌دا که با تفتیش پروودی گفت:مقاومت با رشادت و از دل مرد و زن مجاهد بیرون آمده و خاش چرم صهیونیسم و پادوهایش باقی خواهد ماند.

پیشنهاد عجیب دبیر ستاد امر به معروف ؛

تا زمستان از قانون حجاب را ابلاغ کنید

دبیر ستاد امر به معروف و نهی ا منکر استان تهران خواستار ابلاغ قانون حجاب تا قبل از رسیدن تابستان شد. روح‌الله موهن ستاد امر به معروف و نهی ا منکر استان تهران خواستار ابلاغ قانون حجاب قبل از رسیدن تابستان شد به گزارش اعتماد آنلاین ، او با انتشار یادداشتی در فضای مجازی نوشت: کاهش شدید بی‌حجابی و ارتقا مشهود پوشش بانوان در زمستان نسبت به تابستان نشان می‌دهد، افزایش این عارضه‌ها مشترک و قانون شکنی در روزهای گرم سال، به‌دست حاصل انسان‌پسندی و جبر محیط است تا از سرع و اصلاح در نتیجه برای ابلاغ قانون و ترمیم حکمرانی، چه ایجابی و چه سلبی، اکنون بهترین زمان است؛ تمل نکندید.

شوک عربستان به چهار بر ند مشهور روغن خوراکی ایران

هلندیک صافولای عربستان سعودی که سه‌هش از روغن خوراکی در ایران بیش از ۵۰ درصد است، به طور ناگهانی سرمایه خود را از ایران خارج کردبه گزارش برترین ها ، این شرکت روغن‌های خوراکی با نام‌های لادن، لادن طلایی، بهار و نسترن را به بازار ایران عرضه می‌کرد.

۶۰ درصد از کودک همسرهای استان فارس طلاق می‌گیرند

پدیده کودک‌همسری، به‌ویژه در استان فارس، به یکی از عوامل اصلی افزایش نرخ طلاق تبدیل شده است. ۶۰ درصد از طلاق‌های ثبت‌شده در این استان مربوط به ازدواج‌هایی است که دختران زیر ۱۸ سال در آن نقش دارند. این موضوع نه‌تنها زندگی هزاران دختر جوان را تحت‌تأثیر قرار داده، بلکه پیامدهای اجتماعی و فرهنگی گسترده‌ای بر جامعه داشته است. به گزارش لپنا ، در مناطق کمتر توسعه‌یافته استان فارس، ازدواج زودهنگام دختران، بیشتر به دلیل ترکیبی از فقر اقتصادی، باورهای سنتی و فشارهای اجتماعی رخ می‌دهد. بسیاری از خانواده‌ها با تصور نرسب‌آهاری اقتصادی، دختران خود را در سنین پایین از ازدواج وارد می‌کنند. از سوی دیگر، برخی جوامع محلی ازدواج زودهنگام را به‌عنوان ارزش فرهنگی یا تعهد خانوادگی می‌بینند. این ازدواج‌ها معمولاً به دلایل متعددی از جمله عدم آگاهی روانی و اجتماعی، نبود تجربه زکفی در مدیریت زندگی مشترک و فشارهای ناشی از مشکلات خانوادگی، به شکست می‌انجامد.نتیجه این شرایط، افزایش قابل‌توجه آمار طلاق در میان کودک‌همسران است که در نهایت به از دست رفتن فرصت‌های زندگی سالم و آینده‌روشن برای این دختران منجر می‌شود.

یادداشت

سد معبری که صد در صدی شده است!

سید محی‌الدین حسینی ارستجانی – شهر مردم

تا همین چند وقت پیش، وقتی از پیاده‌روها عبور می‌کردیم، فروشگاه‌ها و کسبه مقداری از وسایل خود را به‌نحو مناسبی در پیرون از مغازه قرار می‌دادند و وسایل چیده شده را به مشتریان، مسافران و عابران آن‌ها را بی‌سپند و به یاد بیاورند که چه وسایلی را در منزل ندارند خرید کنند. ما خدا را شاکر بودیم که لصاب به خرج داده و راه عبور مردم را مسدود نکرده‌اند و عابران به راحتی می‌توانستند از پیاده‌روها عبور کنند. اما امروزه با توجه به نبود نظارت کافی در کشور و عدم انجام وظیفه و صبح برخی ماموران تا معبر شهرداری کلان‌شهرها از جمله شهرداری شیراز، همین مقدار کم از فضای محدود پیاده‌روهای شیراز نیز به محلی برای قرار گیری وسایل و اقلام فروشگاه‌ها تبدیل شده است. در نتیجه، مردم برای عبور مجبور به پیاده‌روی در خیابان و محل عبور خودروها هستند، در حالی که اگر نظارت جدی‌تری بر کل مغازه‌داران مختلف وجود داشت، مشکلات مردم کمتر می‌شد.

پیاده‌رو محلی عمومی است و مغازه‌داران از درمی‌که از آن عبور می‌کنند، کسب درآمد می‌کنند.حجم انبوه جمعیت در حال تردد خیابانهای طالقانی، احمدی، داخل بازار شاهرجاع و خیابان زند و حضرتی و...، با پیاده روهایی باریک و مبضا نداشتنه و فراوانی مردم چیده شده از سوی مغازه دارا در مسیر مردم و پیاده روها که مزاحم عبور و مرور آنان است گاه باعث ریزش و به هم خوردن، شکستن وسایل و اعصاب خوردی و مشاجره بین مردم و مغازه داران می‌شود. آن گذشته عبور و مروهاری ناخواسنه در خیابان‌ها به جای عبور از پیاده روه‌ها مشکلات مختلفی از برای مردم و عموم رانندگان و مقررانی به بار می‌آورد. تصادفات احتمالی رانندگان غرضی و رژیم غلابی» که در خیابان‌ها و افزایش حجم ترافیک درون شهری از جمله آن مشایب و مشکلات است که نباید به راحتی از آن گذشت، مشکلاتی که با عدم تمکین از قانون توسط مغازه داران و بی نظافتی و بی نظارتی ماموران سد معبر شکل گرفته است. متأسفانه فداکار و داران و بی نظافتی و بی نظارتی ماموران سد معبر آموزش هایی به مغازه داران داده و می‌دهند که در صحنه صحنی نه نه در این زمینه شهروندان مجبور می‌شوند شروع به عریده کشی و به نازمه لغای توچییه و فرهنگی و آموزشی در این رابطه داشته یا بخشنامه های لازم در این راستا صادر کرده اند. به طور کلی نه سازمان بازرسی استان و نه مسئولان مستقیم و مربوطه به این ماجرا برخورد مناسبی با ماموریت خودشان را به خوبی انجام نداده و مردم همچنان باید عواقب بی احترامی برخی مغازه داران را تحمل کنندبزرخی مغازه داران با جاسرات و بی توجهی، تمامی پیاده‌رو را اشغال کرده و راه عبور مردم را مسدود کرده‌اند و زمانی که به اعتراض شهروندان مواجه می‌شوند شروع به عریده کشی و فحاشی می‌کنند. اگر حاکمیت قانون در کشور ما به درستی برقرار بود، باید با این افراد برخورد جدی می‌شد. باعث تأسف و ناظر است که مامور نهماهی تا معبر با اهماال و سنستی خود و رقافت کردن با مغازه داران بی خیال تخلفات سد معبر میباشان می‌شوند و به این تذکرات لازم را نمی‌دهند و مشگل بر روی مشکلات مردم می‌گزارند. وجود وفاق اضافه مغازه داران در پیاده روها و اشغال حجم عظیمی از مسیر عبوری مردم که موجب اتلاف وقت و کندی حرکتشان در رسیدن به مقاصدشان می‌شود علاوه بر اشکالات قانونی اشکالات شرعی و حقوقی متعددی را به دنبال دارد که در این زمینه، شهرداری مسئول و موظف است تا با اجاری مامورهای این استان و نه مسئولان معبر کنندگان منابع نتندید این همه تخلفات شهروندان در زمینه سد معبر از سوی آنان یا دوره گرذا و دست فروش‌ها و مغازه دارانی شود که قانون های شهری و حقوق شهروندی را بر نمی‌تابند. گویی که سد معبر آقایان فروشنده‌گان سد معبر کننده امروزه صد در صدی شده است و فروشنده‌گان غیرمسئف که در تخلفات خود فرد دست برنمی‌دارند و به جرم حقوق و آزادی‌های شهروندان تجاوز می‌کنند، محصول بی توجهی مدیران و مسئولانی هستند که با در یافت حقوق کلان، وظایف خود را به درستی انجام نمی‌دهند. باید اولویت و مقرراتی محکم و تضمین‌شده وجود داشته باشد تا موارد تخلف کاهش یابد و هیچ فردی نتواند به حقوق شهروندان تجاوز کند.

وضعیت سد معبر در معابر و پیاده‌وهای شیراز بیش از بسیاری از کلان‌شهرهای کشور نگور کننده و ناخوشایند است و شهرداری شیراز باید برای پیشرفت و رفاه مغازه داران که پیاده‌روها را اشغال کر کرده‌اند، راه‌کارهای اساسی ببیندبشد تا این اشتباهات بیش از این بر مردم شهر مشکل آفرین نشود.

اسماعیل بقالی سخنگوی وزارت امور خارجه خواستار همکاری افغانستان در استمرار جریان طبیعی آب در رودخانه‌های مرزی شد. به گزارش مهر، سخنگوی وزارت امور خارجه با اشاره به پیوندهای دیپلماتی هویتی، فرهنگی، نژادی، مذهبی و تمدنی دو ملت ایران و افغانستان و حضور نزدیک و پنج

دهمای میلیون‌ها تبعه افغانستان در ایران، حفظ و تعمیق مناسبات دو کشور در زمینه‌های مختلف را مستلزم احترام به منافع متقابل و پرهیز از اقدامات یکجانبه‌ا سبب‌زا دانست.

بقالی با تأکید بر اهمیت موافقتنامه‌های دوجانبه، اصول قابل اعمال حقوق بین‌الملل معاهداتی و عرفی

نماینده ادوار مجلس :

تنها کاری که از دولت می‌بینیم خاموش کردن چند لایمپ و چراغ است

■ فرصت افراطیون در سیاست خارجی از دست رفته است

■ مذاکره با ایران در اولویت اول ترامپ هم نیست

پیش دستی برای مذاکره با آمریکا نمی‌تواند منافع ملی ایران را تأمین کند. من بی‌بینم برخی از نزدیکان آقای پزشکیان از طرح گفت وگو با ترامپ سخن می‌گویند و سعی دارند چراغ سبزه‌ای بی‌پاسخی را ارائه دهند. همین چراغ سبزه‌ا نشان دهنده ضعف در سیاست خارجی ایران است. عضو سابق کمیسیون امنیت ملی می‌گوید: معتقدم کاری که ترامپ در قبال ایران خواهد کرد این است همراه با احبابی سیاست فشار حداکثری، یک طرح مذاکراتی را هم مطرح کند. طبیعتاً بسته به این که این طرح مذاکراتی تا چه اندازه جای بررسی و پاسخ داشته باشد، ایران هم می‌تواند ۲۰ اولویت اول ترامپ هم نیست. او می‌گوید: بخش مهمی از اولویت ترامپ مسائل داخلی است و بیشترین وقت ترامپ صرف مذاکره با صاحبان بنگاه‌ها و شرکت‌های تجاری در آمریکا شده است؛ لذا نباید موضوع ایران را از زاویه بازیگرانی همچون نتانیاهو دید. این نتانیاهو است که تلاش دارد ایران را به اولویت اول ترامپ در خوارمیانه تبدیل کند. این کارشناس سیاست خارجی با بیان اینکه سیاست ترامپ بیرون بسیاری تحولات و موضوعات هزینه ساز در سیاست خارجی است، گفت: در موضوعاتی که ممکن است آمریکا دچار هزینه زیاد شود، سعی می‌کند این هزینه را دیگر بازیگران پرداخت کند. نه امریکافلاحت پیشه با طرح این نکته که ممکن است دو سناریو در قبال ایران از سوی آمریکا شکل بگیرد، گفت: سناریو اول این است که بر اساس تجربه تاریکی که ترامپ و نزدیکان او داریم، نزدیکانش مدام در حال موضع‌گیری‌های تند علیه ایران هستند و تجربه تاریخی ترامپ هم فشار حداکثری است.در سمت دیگر، ترامپ نه بر اساس تجربیات گذشته، بلکه بر اساس شرایط درون دنیا و منافع ملی آمریکا این موضوع را باید ببیند که مهمترین چالش خارجی آمریکا می‌تواند اوکراین باشد. او در منطقه در سالی می‌کند طرح ابراهام را احیا کند. حتی اگر این دو سناریو را در نظر بگیریم،

ایران همچنین تا حد ممکن باید از تلاطم منطقه بر اساس منافع خودش دور بماند؛ هم آنچه در خاورمیانه وجود دارد و هم چنگی که در اوکراین در جریان است.عضو سابق کمیسیون امنیت ملی با تأکید بر اینکه ایران باید به نحوی درمنطقه و تحولات آن برخورد کند که هزینه کمتری متوجه کشور شود، گفت: مسأله‌ای که برای ایران وجود دارد، فقدان کشورهای اروپایی است. تجربه کشورهای اروپایی نشان داده که آنها بدون امریکا نمی‌توانند کار مثبتی برای

واکنش ایران به سدسازی‌های افغانستان

و حقوق طبیعی مردمان پایین‌دست رودخانه‌های مشترک، و نیز اصل حسن همجواری در بهره‌برداری منصفانه دو ملت از منابع آبی حاصل از رودخانه‌هایی که در طی قرون و اعصار منتهای به اقتضای جغرافیای طبیعی منطقه، از افغانستان به سمت ایران سرازیر بوده‌اند، گفت: از افغانستان انتظار می‌رود در استمرار

جریان آب از رودخانه‌های مرزی که از سمت افغانستان به ایران جریان دارد، همکاری کرده و موافق ایجادشده را مرتفع نمایند. بقالی در رابطه با ساخت یا آب‌گیری سد‌های جدید در افغانستان و تأثیرات آن بر میزان آب ورودی به ایران، گفت: جمهوری اسلامی ایران بارها به طرق مقتضی به‌ویژه از مجاری دیپلماتیک رسمی

انتقاد تند عضو هیات رئیسه مجلس از وزیر اقتصاد :

در همین دو ماه ارزش پول ملی ۶۰ درصد کاهش پیدا کرد

عضو هیئت رئیسه مجلس درباره اینکه قالیباف در نطق خود درباره استیضاح نمایندگان را از سیاسی کاری برزخ کرد گفت: مجلس سیاسی کاری نکرد، چون اعتقاد عملی به این دارد که موفقیت پزشکیان، موفقیت نظام است.

به گزارش خبرآنلاین ، مجتبی یوسفی، عضو هیئت رئیسه مجلس شورای اسلام در درباره حامیان استیضاح وزیر اقتصاد گفت: نگاه سیاسی مجلس دوازدهم مشخص است، اما من خودم به دلیل ناآکرامدی به چند نفر از وزرا رأی ندادم، ولی در مجموع مجلس جزو بی سابقه‌ترین مجالس و دولت‌ها بود که یکجا به همه کابینه رای داد.

از آن طرف مجلس در بودجه سال ۱۴۰۴ هم به همین صورت عمل کرد.البته من مطمئن هستم اگر در ابتدای سال آینده تورم داشته باشیم، دولت خواهد گفت که این مقصود مجلس است، اما اصل لایحه را دولت آماده می‌کند، مجلس اختیارات محدود در جای جایی برخی از تصمیم‌ها و موافق دارد.

وی افزود: اما در مجلس یازدهم یکی از وزرای شهید رئیسی استیضاح شد، دی‌کری وزیر خار شد، برخی از مدیران عزل شدند و یک وزیرش هم رای نیاورد، حتی لایحه بودجه هم رای نیاورد، بنابراین مجلس سیاسی کاری نکرد، چون اعتقاد عملی به این دارد که موفقیت پزشکیان، موفقیت نظام است. ولی الان مردم در موضوعات اقتصادی دچار مشکل هستند، مجلس همه همراهی‌های خود را انجام می‌دهد.

امروز معیشت مردم و قیمت دلار اهمیت دارد، این وضعیت فعلی را الان کسی می‌پذیرد؟ سفره مردم کوچک شده، تورم افزایش پیدا کرده است. در همین دو ماه گذشته نزدیک به ۶۰ درصد افزایش قیمت ارز داشتیم، یعنی ۶۰ درصد ارزش پول ملی کاهش پیدا کرد، ۶۰ درصد قدرت تولید کننده کاهش پیدا کرد و یعنی ۶۰ درصد هزینه بر مردم تحمیل شد.

یوسفی همچنین تصریح کرد: بعد وزیر تخصصی اقتصاد به جای اینکه به این موارد بپردازد، در مورد فیلترینگ صحبت می‌کند، فیلترینگ یک تصمیم است که اتفاقاً رئیس لغو یا تأیید آن هم خود رئیس جمهور است که هم رئیس شورای عالی فضای امنیت، و هم رئیس شورای عالی امنیت ملی است.

وی در واکنش به اینکه البتة در شورای عالی فضای مجازی درباره فیلترینگ رای گیری می‌شود، اظهار کرد: بالاخره رئیس، رئیس جمهور است و به صورت کارشناسی بحث کنند. اما وزیری که مسئول اقتصاد کشور است درباره فیلترینگ صحبت کند؟ اینها واقعیت‌ها است. الان مجلس می‌گوید ما آماده پذیرش لایحه دو فوریتی هستیم، اگر لازم است ما طرح بدهیم، علاوه بر این در صحن به صورت علنی و غیرعلنی جلساتی برگزار کردیم آن هم با هدف کمک به دولت.یوسفی در ادامه خاطرنشان کرد: اگر به این نتیجه رسیدیم که یک وزیر نمی‌خواهد به اولویت مردم توجه کند، نباید از او سوال پرسیم و با استیضاح کنیم؟ بله، امکان دارد زمان آن به تأخیر بیفتد، اما اینها وظیفه هیئت مجلس است و مجلس هم تحت تأثیر این پروپاگاناه‌ا، از وظیفه قانونی خود که نیابت از مردم برای پیگیری مشکلات است، کوتاه نمی‌آید.

زندگی ۱۴ میلیون ایرانی در خطر بلعیده شدن

فرونشست زمین ۸ فرودگاه کشور، ۵۴ ایستگاه مترو در نواحی آن را تهدید می کند

خطر در کمین ۵۶ هزار کیلومترمربع در کشور

جاده‌های اصلی، خطوط راه‌آهن و جاده‌های کمین‌ورو از جمله زیرساخت‌هایی هستند که در معرض آسیب از فرونشست قرار دارند. از ۹ هزار و ۵۰۰ کیلومتر خطوط ریلی در سراسر کشور حدود ۱۵ درصد (معادل یک‌هزار و ۲۸۰ کیلومتر) در نواحی درگیر فرونشست کسیده شده‌اند. فرونگاه‌ها، ایستگاه‌های مترو و ایستگاه‌های راه‌آهن نیز به‌گونه قابل ملاحظه‌ای در معرض خطر فرونشست قرار دارند. هشت فرودگاه بزرگ و متوسط شامل فرودگاه بین‌المللی تهران با بیش از ۸ میلیون مسافر در سال، فرودگاه‌های بین‌المللی اصفهان و ارومیه و نیز فرودگاه‌های کرمان، گرگان و شهرکرد که از جمله فرودگاه‌هایی هستند که در مناطق شهری قرار دارند دچار خطر آسیب زیرساختی از فرونشست روبرو هستند. همچنین ۵۴ ایستگاه از ۲۱۰ ایستگاه راه‌آهن ۲۵ ایستگاه مترو از ۲۱۵ ایستگاه احداث‌شده در نواحی فرونشست واقع شده‌اند.

بنابر گزارش دیده بان ایران؛ در این گزارش با اشاره به این که فرونشست از قابل‌ملاحظه‌ای بر جمعیت ایران دارد، تأکید شده است، «حدود ۱۴ میلیون نفر، یعنی یک‌چشم‌چشم فعلی ایران، متأثر از فرونشست شدید هستند. تحلیل ریسک با استفاده از داده‌های جمعیتی و سنجش

شهرمردم گزارش میدهد

وعده‌های پر زرق و برق لاغری با دارو و مکمل در باشگاه‌ها چقدر واقعیت دارد؟

بکشم و لاغرم کن!

توضیح نادیده همین سبب در باشگاه به برخی ورزشکاران استفاده از دارو و مکمل تولید می‌شود تا روند نتیجه گیری سریع‌تر و مطلوب‌تر شود.

او با تأکید بر اینکه نمی‌توان تمام داروهای چربی‌سوز را رد و مصر خودی گفت؛ گفت: مکمل‌ها و داروهای که متعلق به شرکت‌های معتبر و معروف آمریکایی و لهستانی است سالیهاست با مصرف خود به پارس داده و بدون ضرر و بسیار مفید می‌باشند. به عنوان مثال، فرم‌های چربی‌سوز این شرکت‌ها عموماً پایه گیاهی دارند همچنین کاربنتین، که نوعی مکمل ورزشی هستند و چربی‌ها را ذخیره شده در بدن را به انرژی تبدیل می‌کنند، نیز به عنوان داروی محرک به کاربران توصیه می‌شود. امیری در پاسخ به سوالی درباره هزینه این داروها به صورت ماهانه گفت: قیمت این داروها بسته به نوع و برند، بین ۲ تا ۵ میلیون تومان برای مصرف یک و نیم‌هفته برای هر کاربر خواهد بود. البته این قیمت‌ها با افزایش نرخ ارز کاهش پیدا می‌کند؛ اما افزود که مصرف این داروها تنها در کنار رژیم غذایی و ورزش منظم می‌تواند نتیجه‌بخش باشد و هیچ قرصی به تنهایی نمی‌تواند کاهش وزن را به همراه داشته باشد.

■ داروی تزریقی ازومیک‌گران است و استفاده از آن در شیراز رایجی ندارد
امیری در رابطه با استفاده از داروهای تزریقی مانند ازومیک‌گ گفت: این دارو به دلیل گرانی و کمیابی در شیراز چندان رایج نیست، یکی از شاگردان من که به توصیه دوستانش از این داروی تزریقی استفاده کرده بود، فقط کاهش اشتها را گزارش کرده و حتی نتوانسته بود هیچ وزنی کم کند. همچنین، ژل‌های تزریقی معمولاً تأثیر کمی دارند و مصرف آن‌ها در شیراز، تا آنجا که من اطلاع دارم، چندان رایج نیست.

امیری در ادامه به عوارض جانبی داروهای چربی‌سوز اشاره کرد و گفت: این داروها ممکن است به عوارضی از قبیل بی‌خوابی و حالت تهوع منجر شوند اما در برابر نتایج مثبتی که به سلامتی می‌دهند، این عوارض ناچیز به نظر می‌رسند. او همچنین هشدار داد که برخی از قرص‌های موجود در بازار غیررسمی ممکن است حاوی مواد مخدر مانند

شیشه باشند که عوارض شدید روانی و جسمی را به دنبال خواهند داشت. خوشبختانه، به دلیل ممنوعیت این داروها، خرید و فروش آن‌ها در اکثر باشگاه‌ها یا مراکز ورزشی انجام می‌گیرد. همچنین داروهای تزریقی مانند افرازین شترجی استفاده می‌کنند و در شیراز به دلیل گرانی و کمیابی در شیراز چندان رایج نیست، یکی از شاگردان من که به توصیه دوستانش از این داروی تزریقی استفاده کرده بود، فقط کاهش اشتها را گزارش کرده و حتی نتوانسته بود هیچ وزنی کم کند. همچنین، ژل‌های تزریقی معمولاً تأثیر کمی دارند و مصرف آن‌ها در شیراز، تا آنجا که من اطلاع دارم، چندان رایج نیست. امیری در ادامه به عوارض جانبی داروهای چربی‌سوز اشاره کرد و گفت: این داروها ممکن است به عوارضی از قبیل بی‌خوابی و حالت تهوع منجر شوند اما در برابر نتایج مثبتی که به سلامتی می‌دهند، این عوارض ناچیز به نظر می‌رسند. او همچنین هشدار داد که برخی از قرص‌های موجود در بازار غیررسمی ممکن است حاوی مواد مخدر مانند شیشه باشند که عوارض شدید روانی و جسمی را به دنبال خواهند داشت. خوشبختانه، به دلیل ممنوعیت این داروها، خرید و فروش آن‌ها در اکثر باشگاه‌ها یا مراکز ورزشی انجام می‌گیرد. همچنین داروهای تزریقی مانند افرازین شترجی استفاده می‌کنند و در شیراز به دلیل گرانی و کمیابی در شیراز چندان رایج نیست، یکی از شاگردان من که به توصیه دوستانش از این داروی تزریقی استفاده کرده بود، فقط کاهش اشتها را گزارش کرده و حتی نتوانسته بود هیچ وزنی کم کند. همچنین، ژل‌های تزریقی معمولاً تأثیر کمی دارند و مصرف آن‌ها در شیراز، تا آنجا که من اطلاع دارم، چندان رایج نیست.

فرونشست‌ها نشان می‌دهد که تقریباً ۷۰ درصد از جمعیت ایران در مناطق کم‌خطر، ۱۰ درصد در مناطق در خطر متوسط و یک درصد در مناطق پرخطر ساکن‌اند. استان‌هایی مانند کرمان، البرز، خراسان رضوی، اصفهان و تهران بیش از یک‌چهارم جمعیت‌شان در مناطقی زندگی می‌کنند که با فرونشست روبرو است. همچنین بیش از ۱۵ درصد جمعیت در ساکن در مناطق پرخطر از نظر فرونشست در تهران، البرز، فارس، خراسان رضوی و کرمان متمرکزند. در تهران ۲۵۰ هزار نفر، در البرز ۲۹۰ هزار نفر، در فارس ۹۱ هزار نفر، در خراسان رضوی ۸۹ هزار نفر و در کرمان ۵۲ هزار نفر در مناطقی سکونت دارند که خطر فرونشست در بالاترین حد برآورد می‌شود.

در ادامه در گزارش نوشته شده است: «مجموع ۳۵ درصد از مساحت ایران یعنی حدود ۵۶ هزار کیلومترمربع با خطر فرونشست مواجه است، درحالی‌که ایران به‌طور میانگین ۱۸ سانتی‌متر در سال در خود فرمی‌رود، بیش‌از سه‌هزار کیلومتر مربع از این سرزمین شاهد فرونشست بیش از ۱۰ سانتی‌متر در سال است. این عارضه در برخی نقاط به ۲۵ سانتی‌متر در سال نیز می‌رسد».

فرونشست‌ها نشان می‌دهد که تقریباً ۷۰ درصد از جمعیت ایران در مناطق کم‌خطر، ۱۰ درصد در مناطق در خطر متوسط و یک درصد در مناطق پرخطر ساکن‌اند. استان‌هایی مانند کرمان، البرز، خراسان رضوی، اصفهان و تهران بیش از یک‌چهارم جمعیت‌شان در مناطقی زندگی می‌کنند که با فرونشست روبرو است. همچنین بیش از ۱۵ درصد جمعیت در ساکن در مناطق پرخطر از نظر فرونشست در تهران، البرز، فارس، خراسان رضوی و کرمان متمرکزند. در تهران ۲۵۰ هزار نفر، در البرز ۲۹۰ هزار نفر، در فارس ۹۱ هزار نفر، در خراسان رضوی ۸۹ هزار نفر و در کرمان ۵۲ هزار نفر در مناطقی سکونت دارند که خطر فرونشست در بالاترین حد برآورد می‌شود.

در ادامه در گزارش نوشته شده است: «مجموع ۳۵ درصد از مساحت ایران یعنی حدود ۵۶ هزار کیلومترمربع با خطر فرونشست مواجه است، درحالی‌که ایران به‌طور میانگین ۱۸ سانتی‌متر در سال در خود فرمی‌رود، بیش‌از سه‌هزار کیلومتر مربع از این سرزمین شاهد فرونشست بیش از ۱۰ سانتی‌متر در سال است. این عارضه در برخی نقاط به ۲۵ سانتی‌متر در سال نیز می‌رسد».

فرونشست‌ها نشان می‌دهد که تقریباً ۷۰ درصد از جمعیت ایران در مناطق کم‌خطر، ۱۰ درصد در مناطق در خطر متوسط و یک درصد در مناطق پرخطر ساکن‌اند. استان‌هایی مانند کرمان، البرز، خراسان رضوی، اصفهان و تهران بیش از یک‌چهارم جمعیت‌شان در مناطقی زندگی می‌کنند که با فرونشست روبرو است. همچنین بیش از ۱۵ درصد جمعیت در ساکن در مناطق پرخطر از نظر فرونشست در تهران، البرز، فارس، خراسان رضوی و کرمان متمرکزند. در تهران ۲۵۰ هزار نفر، در البرز ۲۹۰ هزار نفر، در فارس ۹۱ هزار نفر، در خراسان رضوی ۸۹ هزار نفر و در کرمان ۵۲ هزار نفر در مناطقی سکونت دارند که خطر فرونشست در بالاترین حد برآورد می‌شود.

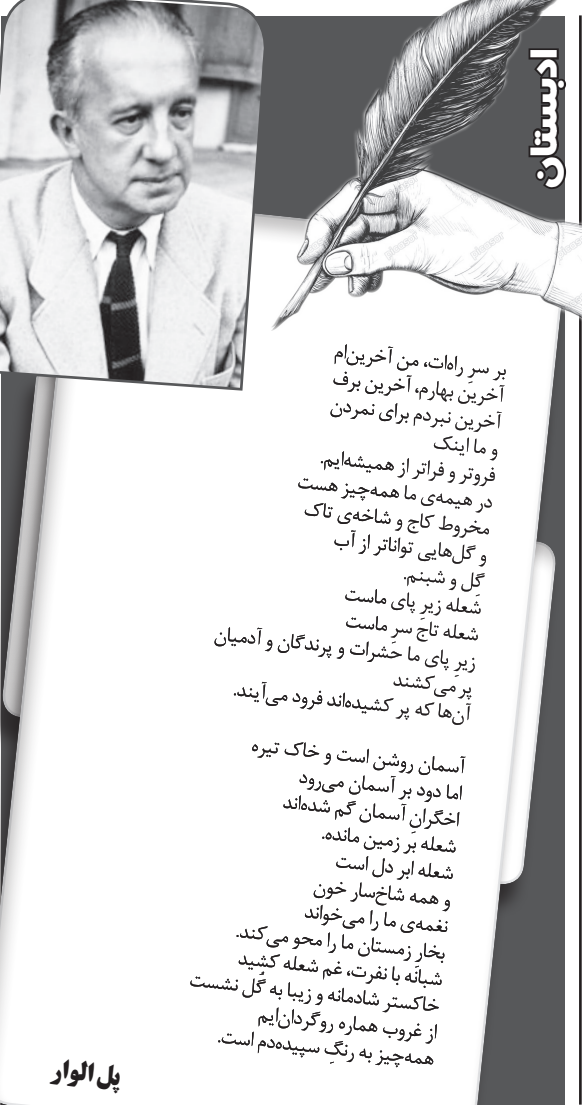
در ادامه در گزارش نوشته شده است: «مجموع ۳۵ درصد از مساحت ایران یعنی حدود ۵۶ هزار کیلومترمربع با خطر فرونشست مواجه است، درحالی‌که ایران به‌طور میانگین ۱۸ سانتی‌متر در سال در خود فرمی‌رود، بیش‌از سه‌هزار کیلومتر مربع از این سرزمین شاهد فرونشست بیش از ۱۰ سانتی‌متر در سال است. این عارضه در برخی نقاط به ۲۵ سانتی‌متر در سال نیز می‌رسد».

فرونشست‌ها نشان می‌دهد که تقریباً ۷۰ درصد از جمعیت ایران در مناطق کم‌خطر، ۱۰ درصد در مناطق در خطر متوسط و یک درصد در مناطق پرخطر ساکن‌اند. استان‌هایی مانند کرمان، البرز، خراسان رضوی، اصفهان و تهران بیش از یک‌چهارم جمعیت‌شان در مناطقی زندگی می‌کنند که با فرونشست روبرو است. همچنین بیش از ۱۵ درصد جمعیت در ساکن در مناطق پرخطر از نظر فرونشست در تهران، البرز، فارس، خراسان رضوی و کرمان متمرکزند. در تهران ۲۵۰ هزار نفر، در البرز ۲۹۰ هزار نفر، در فارس ۹۱ هزار نفر، در خراسان رضوی ۸۹ هزار نفر و در کرمان ۵۲ هزار نفر در مناطقی سکونت دارند که خطر فرونشست در بالاترین حد برآورد می‌شود.

در ادامه در گزارش نوشته شده است: «مجموع ۳۵ درصد از مساحت ایران یعنی حدود ۵۶ هزار کیلومترمربع با خطر فرونشست مواجه است، درحالی‌که ایران به‌طور میانگین ۱۸ سانتی‌متر در سال در خود فرمی‌رود، بیش‌از سه‌هزار کیلومتر مربع از این سرزمین شاهد فرونشست بیش از ۱۰ سانتی‌متر در سال است. این عارضه در برخی نقاط به ۲۵ سانتی‌متر در سال نیز می‌رسد».

فرونشست‌ها نشان می‌دهد که تقریباً ۷۰ درصد از جمعیت ایران در مناطق کم‌خطر، ۱۰ درصد در مناطق در خطر متوسط و یک درصد در مناطق پرخطر ساکن‌اند. استان‌هایی مانند کرمان، البرز، خراسان رضوی، اصفهان و تهران بیش از یک‌چهارم جمعیت‌شان در مناطقی زندگی می‌کنند که با فرونشست روبرو است. همچنین بیش از ۱۵ درصد جمعیت در ساکن در مناطق پرخطر از نظر فرونشست در تهران، البرز، فارس، خراسان رضوی و کرمان متمرکزند. در تهران ۲۵۰ هزار نفر، در البرز ۲۹۰ هزار نفر، در فارس ۹۱ هزار نفر، در خراسان رضوی ۸۹ هزار نفر و در کرمان ۵۲ هزار نفر در مناطقی سکونت دارند که خطر فرونشست در بالاترین حد برآورد می‌شود.

در ادامه در گزارش نوشته شده است: «مجموع ۳۵ درصد از مساحت ایران یعنی حدود ۵۶ هزار کیلومترمربع با خطر فرونشست مواجه است، درحالی‌که ایران به‌طور میانگین ۱۸ سانتی‌متر در سال در خود فرمی‌رود، بیش‌از سه‌هزار کیلومتر مربع از این سرزمین شاهد فرونشست بیش از ۱۰ سانتی‌متر در سال است. این عارضه در برخی نقاط به ۲۵ سانتی‌متر در سال نیز می‌رسد».



پخش‌کننده فیلم‌های «علت مرگ: نامعلوم» و «برف آخر» از سینماداران خواست که به ازای سانس‌های بر شمار فیلم‌های کمدی و فروشی که از تئاتر آزاد به دست می‌آورند از فیلم‌های غیر کمدی جدید سینما حمایت کنند.

به گزارش ایسنا، در هفته‌های گذشته چند فیلم غیر کمدی به اکران رسیده‌اند که با توجه به کیفیت‌شان با استقبال مخاطبان و منتقدان مواجه شده‌اند اما نکته قابل توجه سانس‌های کمتری است که نسبت به فیلم‌های کمدی به آن‌ها اختصاص داده شده و همین موضوع اعتراض صاحبان این فیلم‌ها را به همراه داشته است.

در بین این فیلم‌ها «برف آخر» و «علت مرگ: نامعلوم» که اولی سیمرغ بلورین بهترین بازیگر نقش اول مرد را برای آمین حیایی به همراه داشت و دومی هم در چند سال اخیر در توقیف به سر می‌برد، توسط دفتر پخش خانه فیلم به اکران عمومی رسیده‌اند و در این مدت واکنش‌های مثبتی گرفته‌اند.

سید خانی - مدیر «خانه فیلم» - در گفت‌وگویی با ایسنا درباره وضعیت اکران این فیلم‌ها در سانس‌های محدود که سبب می‌شود مخاطبان علاقه‌مند به سختی سانس مورد نظر خود را برای تماشای فیلم پیدا کنند، خطاب به دو گروه سینمادار و صاحب فیلم بایشی را بیان کرد.

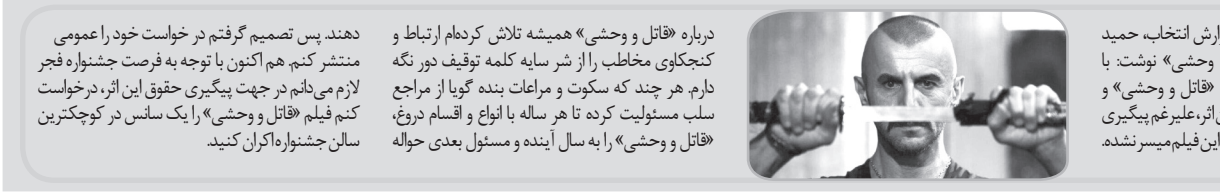
او ابتدا گفت: برخی فیلم‌ها اگر در شروع اکران سانس‌های زیاد داشته باشند و طبق قرارداد دو هفته‌ای خود توانند بلیت فروشی خوبی داشته باشند خیلی زود تعویض می‌شوند و اگر شرایطی متفاوت برقرار باشد، ادامه اکران جدی‌تر دنبال خواهد شد اما نکته اصلی مشکل زیرساختی و نبود نگاه حمایتی به فیلم‌هایی است که اصطلاحاً بفروش نیستند.

وی افزود: متأسفانه توجه بسیاری از سینمادارها فقط به فیلم‌های کمدی و پرفروش است و به فیلم‌های دیگر کمکی نمی‌کنند. البته صاحبان فیلم‌ها باید شرایط سینمادار را در اوضاع تورم قیمت دلار، وضعیت ویدیو پروجکشن‌ها و سرورها درک کنند اما از آن سو این هم باید در نظر گرفته شود که فیلمی مثل «علت مرگ: نامعلوم» مخاطب متفاوت‌تری نسبت به فیلم‌های کمدی دارد، چه اشکالی دارد وقتی سینمادارها بخشی از درآمد خود را از تئاترهای آزاد به دست می‌آورند، سانس‌های بیشتری را به فیلم‌های اجتماعی اختصاص دهند؟

خانی با تأکید بر حفظ منافع سینمدار گفت: منافع صاحب فیلم هم باید به شکلی در نظر گرفته شود ولی بخشی از سینمادارها کم لطفی می‌کنند و این شرایط، مستلزم این است که شورای صنفی نمایش و وزارت ارشاد ورود کنند تا حمایت جدی از این نوع فیلم‌ها صورت گیرد و سینماهایی که سانس‌های پرتعداد به کمدی‌ها می‌دهند و از مخاطب زیاد تئاترهای آزاد هم بهره‌مند هستند یک سالن را به فیلم‌های غیر کمدی اختصاص دهند و به تعداد کمتر بلیت آن‌ها راضی باشند.

وی با بیان اینکه چرخه اکران معیوب است، ادامه داد: سینمادارها باید همراهی کنند تا مخاطب این نوع فیلم‌ها که این روزها به دلایل متعدد حال و حوصله ندارد ولی اتفاقاً مخاطب جدی سینماست که با آن قهر کرده، به سینما برگردد. دفتر «خانه فیلم» گاهی با این سوال مواجه می‌شود که هرچه فیلم نفروش و هنری است را برای پخش انتخاب می‌کند در حالی که این‌ها از جمله فیلم‌هایی هستند که وزارت ارشاد حمایت کند تا پردیس‌هایی که بیش از پنج سالن سینما دارند و فیلم‌های کمدی را روزانه با ۲۰ سانس بمباران می‌کنند، به نگاه حمایتی مجالی هم به فیلم‌های جدی بدهند و فقط پول پایشان دفعه‌ها نباشد.

یک درخواست برای قاتل وحشی



به کمدی این بچه لس آنجلس کمی احترام بگذارید

غیررسمی قرار داریم دست کم برای خودمان چارچوب مشخصی داشته باشیم و به اندازه قدم برداریم. مثلاً فردی به نام مکس امینی لازم می‌لدم در جهت پیگیری حقوق این اثر، درخواست خانواده‌اش درک کرده و یا به طور کلی با فرهنگ غرب عجین‌تر است تا مایی که در وطن، صبح را شب می‌کنیم. او اتفاقاً با دارا بودن همین موقله‌ها توانسته برای خود اسمی در کند و اتفاقاً در مقطعی پرریننده هم شد. چیزی که در این میان کم شده در واقع همان چشم بستن به روی واقعیات است. از کسی که زاده آن سوی دنیاست چه توقعی می‌توان داشت که مثل بچه‌های کف خیابان شوخی کند و از مخاطبش خنده بگیرد؟ این البته وجهی از این ماجراست که به نظر می‌آید در موقعیت‌های مجازی به یک حلقه مفقوده بدل گشته و گاه‌ها هم خیالی نکت از دایره منطق عدول می‌کند. اتفاقی که کیفیت طنز را از مدار خارج می‌کند و استاندارد ذهن مخاطب عام را به نازل‌ترین حد ممکن تقلیل می‌دهد.

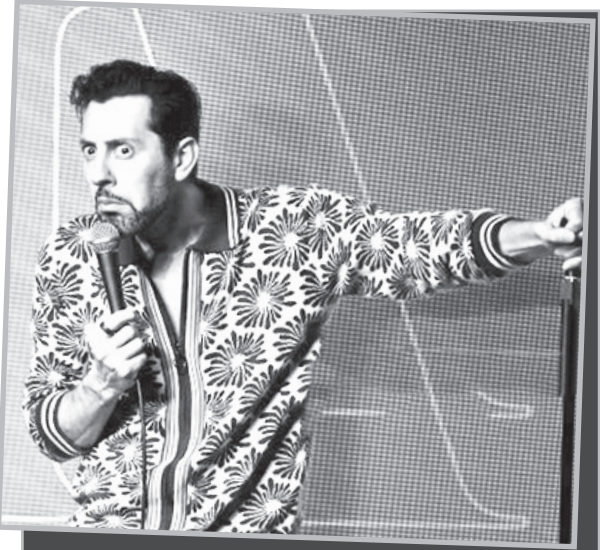


جلال الدین عرفانی شهر مردم| یازدهمین پوستر جهانی هنرمند شیرازی در کره جنوبی رونمایی شدبه گزارش شهر مردم، جشنواره بین المللی پوستر شهر هوشمند «پلاس ستول» با معرفی و رونمایی از آثار برگزیده به کار خود پایان داد که در این نام جمشید ارسته هنرمند شیرازی نیز در میان برگزیدگان نمایشگاه دیده می‌شود. در این جشنواره که با هدف پیش بینی آینده شهر ستول برگزار شد هنرمندان ایده های خود را با روشی خلاقانه در قالب پوستر ارائه کردند و نهانیا آثار در موزه طراحی ستول به نمایش درآمد. گفتنی است ماه گذشته نیز اثر «لسان دیجیتالی» این هنرمند در کشور چین برگزیده شد این یازدهمین پوستر جهانی این استان دانشگاه است که به نمایش گذاشته میشود ،گفتنی است جمشید ارسته دارای دکترای علوم ارتباطات اجتماعی و مدیر گروه ارتباط تصویری دانشگاه ارم شیراز است و دارای ده ها مقاله علمی پژوهشی، ای اس ای و ای اس سی در حوزه های هنر، ارتباطات، زبان، مسوولیت اجتماعی رسانه، حقوق جنگ و حقوق بین الملل می باشد.

جشنواره سرود نغمه‌های قاسم در شیراز با حضور خوانندگان محبوب نوجوانان پایان یافت



فاطمه ملوزه- شهر مردم | مراسم پایانی «جشنواره تولید سرود نغمه‌های قاسم» به مناسبت پنجمین سالگرد شهادت سردار سلیمانی و با هدف تمرکز بر گروه‌های سرود محلات پنج شنبه گذشته در تالار حافظ شیراز برگزار شد. به پاسداشت پنجمین سالگرد شهادت حاج قاسم، «جشنواره تولید سرود نغمه‌های قاسم» که مختص گروه‌های سرود مردمی محلات است، ۱۳ و ۱۴ دی‌ماه جاری به میزبانی تالار حافظ اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان فارس برگزار شد. ۲۰ گروه شرکت کردند و هر شب ۱۰ اجرا بر صحنه رفت. در این راستا، اردوی گروه‌های سرود برگزیده به مقصد کرمان و وزارت قبر مطهر حاج قاسم نیز ۲۱ و ۲۳ اسفندماه برنامه‌ریزی شده و اجراهای منتخب، مختص کرمان و وزارت قبر مطهر شیراز هستند که مراسم اختتامیه با اجرای برگزیده‌ها و برنامه‌های فرهنگی متنوع همراه بود. این مراسم همراه با گفتگوی حجت‌الاسلام انجوی‌نژاد با دختر شهید حبیب‌الله شیری عیفرزاده و خوانندگی مجتبی الی‌نوردی (مجال)، میلاد هارونی و سرودخوانی کرپلایی محمد اسدالهی و کرپلایی محمدجواد توحیدی برپا گردید. ویژگی بارز این مراسم، دعوت از خوانندگانی انقلابی مورد علاقه قشر نوجوان، مجتبی الی‌نوردی (مجال) و میلاد هارونی بود. «مجال» که به سبک‌های رپ و راک آهنگ‌های انقلابی و حماسی می‌خواند و محبوب گروه‌های سنی کودک و نوجوان است، به صحنه آمد و آهنگ‌های «فلن منی بوسم مرگ بر» «منجی العالم»، «القدس ایام»، «مأم رضایی‌ها» و «چند نفر به یک» را اجرا کرد. نوجوانان و کودکان به همه میزبک‌های این دو خواننده مسلط بودند و با آن‌ها همخوانی می‌کردند.همچنین کرپلایی محمدجواد توحیدی به همراه گروهی از دختران نوجوان در این مراسم سرودی برای امام رضا علیه‌السلام با عنوان «مأم رضایی‌ها» و سرودی برای معلم و دانش‌آموز با عنوان «دانش آموزیم» به یاد شهید قاسم سلیمانی و یحیی سنوار خواندند.



قیصر مرثیه‌ای شد برای ارزش‌های از دست رفته

سروده بود، فریدون جیرانی تئاتر آشنا شده بود؛ زبانی که با اقتباس از داستان‌های هدایت پیدا شده بود. ساعدی را شناخته بود. نقد فیلم خوانده بود، با دواپی دوست شده بود. با سینمای متفکر جهان آشنا شده بود. در فیلم‌خانه عاشق نهضت ملی، مصطفی و فاطمی بود و شکست نهضت ملی خیلی روی او تأثیر گذاشته بود. با مفهوم فرهنگ بومی آشنا شده بود. فهمیده بود چرا بومی کردن، بومی بودن اهمیت پیدا کرده است. فهمیده بود رواج این مفهوم در محافل و حلقه‌های روشنفکری معترض نوعی ابزار مخالفت است به ناپسامانی‌های جامعه، نوعی بازایی گذشتن وهویت خودش است.قیصر از دل همین مفهوم درآمد که شد مرثیه‌ای بر ارزش‌های از دست رفته. این تفکر در کیمیایی ریشه مذهبی نداشت، در یک نقطه از تاریخ، روشنفکر مذهبی و روشنفکر غیرمذهبی کنار هم قرار گرفتند. همان جایی که روشنفکر غیر مذهبی دچار اشتباه شد. همان جایی که روشنفکر غیرمذهبی نتیجه گرفت ترویج فرهنگ غربی پوششی برای امله نفوذ استعمار است. همان جایی که فرهنگ غربی شد سمبل استعمار وانچه که باید با آن مبارزه کرد. همین تفکر باعث شد که شهر مدرن در داستان‌ها، نمایشنامه‌ها در دهه ۴۰ بار منفی پیدا کند و سینمای متفکر هم متاثر شود از این تفکر. همین تفکر باعث شد در داستان‌های نویسندگان روشنفکر، شهر مدرن وجود نداشته باشد و شهرمان، روستایی باشند. همین تفکر باعث شد در داستان آرامش در حضور دیگران، میزوه زن شهرستانی زن خوب داستان باشد و ملیحه و معلقا دختران سرهنگ که در شهر مدرن زندگی می‌کردند زندگی خوبی نداشته باشند. همین تفکر باعث شد که رضا موتور بافت شد رضا موتور در دانسینگ ونک کبریت بازی کنند، کتک بخورد، به زن مدرن داستان معترض شود و تلخ بمیزد. روشنفکر غیرمذهبی بعدها متوجه اشتباهش شد و سیانلو مقاله‌ای نوشت: فرهنگ غربی نه، فرهنگ امپریالیستی، اما ما در آن زمان از آن مفهومی درآورد. همین تفکر برای مرگش، ما وقتی می‌آمدیم سینما ونک و جوان‌های پولدار را با ماشین‌هایشان می‌دیدیم که می‌آمدند دارت بازی می‌کردند، از فاصله‌ها عصبانی می‌شدیم و فحش می‌دادیم. سینمای کیمیایی از قیصر تا سرفسنگ این عصبانیت را نشان ما می‌داد. به همین دلیل ما عاشق این سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سینما بودیم و قهرمان اکثر این فیلم‌ها بهروز ونوفی.»

سرمایه

www.shahrmardomdaily.ir

شنبه ۱۵ دی ۱۴۰۳ | ۳ رجب ۱۴۴۶ | سال نهم | شماره ۱۲۵۳

خواص خیار

خیار یکی از انواع میوه های بسیار محبوب و پر مصرف در سراسر جهان است که انواع بسیار متنوعی مثل خیار بوته ای، خیار درختی، خیار خاردار و خیار چنبر دارد. یکی از خاصیت های مهم خیار این است که می تواند باعث خوشبو شدن دهان شود. خواص آنتی باکتریال خیار باعث می شود باکتری های موجود در دهان که باعث بد بو شدن دهان می شوند از بین بروند و دهان خوشبو شود. علاوه بر این خیار به سلامت دهان و دندان نیز کمک می کند. برای رفع بوی بد دهان به لایه نازک از وسط خیار را به مدت ۱ دقیقه به سقف دهان خود بچسبانید. این کار علاوه بر گرفتن بوی بد دهان، باعث خوشبو شدن دهان نیز می شود. مصرف خیار در یک رژیم غذایی سالم و صحیح می تواند به سلامت کلیه ها نیز کمک کند. پس از مصرف خیار به صورت طبیعی اسید اوریک در بدن کاهش می یابد و به همین دلیل مصرف خیار می تواند به سلامت کلیه ها کمک کند. البته باید توجه داشته باشید که به خاطر پتاسیم بالای خیار برای استفاده صحیح از این میوه حتماً با متخصص تغذیه مشورت کنید. چون اگر به درستی از این میوه استفاده نشود می تواند به صورت معکوس عمل کند و زیان بار باشد. مصرف خیار در یک رژیم غذایی سالم و صحیح می تواند به سلامت کلیه ها نیز کمک کند. پس از مصرف خیار به صورت طبیعی اسید اوریک در بدن کاهش می یابد و به همین دلیل مصرف خیار می تواند به سلامت کلیه ها کمک کند.

آشپزی

ناگت مرغ

گوشت مرغ

نان تست

آرد سفید

پودر سوخاری نارنجی

پنیر پیتزا

تخم مرغ

نمک و فلفل سیاه

پودر سیر و پودر پیاز

۴۰۰ گرم

۲ عدد

نصف لیوان

به مقدار کافی

۱۰۰ گرم

۱ عدد بزرگ

به مقدار کافی

به مقدار کافی

■ مرحله ۲:

حالا گوشت مرغ را به قطعات کوچک تبدیل می کنیم و به نان باگت اضافه می کنیم. در ادامه مقداری نمک، فلفل سیاه، پودر سیر و پودر پیاز اضافه می کنیم و با دست مواد را مخلوط می کنیم. اگر پودر پیاز ندارید می توانید از یک پیاز کوچک رنده شده استفاده کنید.

■ مرحله ۳:

پس از مخلوط کردن مواد آنها را داخل میکسر می ریزیم تا کاملاً به شکل پوره در بیایند. اگر میکسر در دسترس ندارید می توانید مواد را دو مرتبه چرخ کنید تا یکدست شوند. در ادامه ۱ قاشق غذاخوری از آرد را به همراه پنیر پیتزا به مایه ناگت اضافه می کنیم.

■ مرحله ۴:

حالا مایه ناگت به طور کامل آماده شده است، روی کاسه حاوی مایه ناگت را با سلفون به طور کامل می

پوشانیم و به مدت ۳۰ دقیقه در یخچال قرار می دهیم تا استراحت کند. پس از گذشت این زمان باید ناگت ها را سرخ کنیم.

■ مرحله ۵:

برای سرخ کردن ناگت ها تخم مرغ ، آرد سوخاری و آرد سفید را به صورت جداگانه در سه کاسه می ریزیم و جلوی دستمان قرار می دهیم. تخم مرغ را خوب مخلوط می کنیم تا یکدست شود. نکته دیگر اگر پودر سوخاری نارنجی ندارید می توانید از مخلوط پودر سوخاری معمولی با پفک خرد شده استفاد کنید.

■ مرحله ۶:

حالت یک ظرف گود روی حرارت قرار می دهیم و به اندازه ای روغن داخل ظرف می ریزیم که ناگت ها هنگام سرخ شدن در روغن شناور باشند. پس از اینکه روغن داغ شد به اندازه یک گردو از مایه ناگت بر می داریم و با دست بهش حالت می دهیم.

■ مرحله ۷:

یکی از نکات مهم در مورد شکل دادن به ناگت این است که قطر ناگت باید حدوداً یک سانتی متر باشد. اگر قطر

حلای زنجبیلی

مواد لازم

پودر زنجبیل

آرد کندم

پودر قند

آرد برنج

روغن جامد یا کره

پودر هل

پودر پسته

۲ قاشق سوپ خوری

۲ پیمانه

۲ پیمانه

۱ پیمانه

۲۰۰ گرم

۱ قاشق چایخوری

۲ قاشق غذاخوری

■ مرحله اول:

برای تهیه ناگت مرغ خانگی ابتدا وسط نان های تست که نرم هستند را خارج می کنیم و در یک کاسه مناسب خرد می کنیم. در ادامه ۲ قاشق غذاخوری

■ مرحله ۲:

پودر زنجبیل را با قاشق سوپ خوری

■ مرحله ۳:

قابلمه را روی حرارت ملایم قرار می دهیم و آرد را خوب تفت می دهیم تا بوی خامی آن گرفته شود و رنگ آن کرمی شود، سپس آنرا کنار می گذاریم. در ادامه یک تابه مناسب روی حرارت قرار می دهیم و کره یا روغن جامد را به تابه اضافه می کنیم. ■ مرحله ۳:برای بهتر شدن حلوا توصیه می شود از ۱۰۰ گرم روغن جامد و ۱۰۰ گرم کره استفاده شود. پس از اینکه کره یا روغن ذوب شد، آرد تفت داده شده را به تابه می افزاییم و چند دقیقه تفت می دهیم تا مخلوط آرد و روغن تغییر رنگ دهد و طلایی شود. ■ مرحله ۴:پس از اینکه رنگ مخلوط

حلای زنجبیلی

مواد لازم

پودر زنجبیل

آرد کندم

پودر قند

آرد برنج

روغن جامد یا کره

پودر هل

پودر پسته

۲ قاشق سوپ خوری

۲ پیمانه

۲ پیمانه

۱ پیمانه

۲۰۰ گرم

۱ قاشق چایخوری

۲ قاشق غذاخوری

■ مرحله اول:

برای تهیه ناگت مرغ خانگی ابتدا وسط نان های تست که نرم هستند را خارج می کنیم و در یک کاسه مناسب خرد می کنیم. در ادامه ۲ قاشق غذاخوری

■ مرحله ۲:

پودر زنجبیل را با قاشق سوپ خوری

■ مرحله ۳:

قابلمه را روی حرارت ملایم قرار می دهیم و آرد را خوب تفت می دهیم تا بوی خامی آن گرفته شود و رنگ آن کرمی شود، سپس آنرا کنار می گذاریم. در ادامه یک تابه مناسب روی حرارت قرار می دهیم و کره یا روغن جامد را به تابه اضافه می کنیم. ■ مرحله ۳:برای بهتر شدن حلوا توصیه می شود از ۱۰۰ گرم روغن جامد و ۱۰۰ گرم کره استفاده شود. پس از اینکه کره یا روغن ذوب شد، آرد تفت داده شده را به تابه می افزاییم و چند دقیقه تفت می دهیم تا مخلوط آرد و روغن تغییر رنگ دهد و طلایی شود. ■ مرحله ۴:پس از اینکه رنگ مخلوط

جدول

افقی:

۱

۲

۳

۴

۵

۶

۷

۱

۲

۳

۴

۵

۶

۷

۸

۹

۱۰

۱۱

۱

۲

۳

۴

۵

۶

۷

۸

۹

۱۰

۱۱

۱

۲

۳

۴

۵

۶

۷

۸

۹

۱۰

۱۱

جدول

عمودی:

۱

۲

۳

۴

۵

۶

۷

۱

۲

۳

۴

۵

۶

۷

۸

۹

۱۰

۱۱

۱

۲

۳

۴

۵

۶

۷

۸

۹

۱۰

۱۱

۱

۲

۳

۴

۵

۶

۷

۸

۹

۱۰

۱۱

فال روزانه

فروردین

فال روزانه ایران حافظ در خصوص روابط عاطفی و احساسی برای متولدین فروردین ماه می گوید: مسائل کوچک را دست کم نگیر چون ممکن است همین مسائل کوچک، گره بزرگی در زندگی ایجاد کنند.در توصیه های اجتماعی فردا نوشته شده است : یک موفقیت کوچک هم کافی است تا این فضا را عوض کرده و دوباره تو را سرحال و شادمان کند. می توانی از این موفقیت کوچک نردبانی بسازی برای رشد و رسیدن به موفقیت های بزرگ.

■ مرحله هشتم :

حالا مایه ناگت را به ترتیب ابتدا در آرد سفید ، سپس در تخم مرغ و در آخر در پودر سوخاری به خوبی می غلتانیم و در روغن می اندازیم تا با حرارت ملایم سرخ شود. پس از سرخ شدن ناگت ها روغن اضافی شان را با دستمال حوله ای می گیرم و در آخر به همراه سس دلخواه سرو می کنیم.

■ نکات پخت ناگت مرغ

یکی از دلایلی سفت شدن ناگت مرغ بیش از حد سرخ شدن ناگت ها می باشد، یکی دیگر از دلایل مهم این است که چون گوشت مرغ به تنهایی ممکن است سفت شود حتماً از مغز نان باگت یا نان تست برای لطیف تر شدن و نرم شدن ناگت ها استفاده کنید.

اردیبهشت

خرداد

فال روزانه ایران حافظ در خصوص روابط عاطفی و احساسی برای متولدین اردیبهشت ماه می گوید: اختلافی با دوست یا همسرت پیش آمده است که زندگی عاطفی را تلخ می کند. ریشه های این اختلاف را باید پیدا کرد و آن را برطرف نمود. به دیگران کمک کن تا در شرایط مشابه آنها نیز تو را یاری کنند. در خصوص توصیه های اجتماعی فردا نوشته شده است : مسافرتی پرخطر در پیش داری و یا مسافر داری. بعضی ملاقات ها و دیدارهای این هفته را به فال نیک بگیر، چون این روزها روی خط شانس هستی.

■ مرحله نهم :

حالا مایه ناگت را به ترتیب ابتدا در آرد سفید ، سپس در تخم مرغ و در آخر در پودر سوخاری به خوبی می غلتانیم و در روغن می اندازیم تا با حرارت ملایم سرخ شود. پس از سرخ شدن ناگت ها روغن اضافی شان را با دستمال حوله ای می گیرم و در آخر به همراه سس دلخواه سرو می کنیم.

■ نکات پخت ناگت مرغ

یکی از دلایلی سفت شدن ناگت مرغ بیش از حد سرخ شدن ناگت ها می باشد، یکی دیگر از دلایل مهم این است که چون گوشت مرغ به تنهایی ممکن است سفت شود حتماً از مغز نان باگت یا نان تست برای لطیف تر شدن و نرم شدن ناگت ها استفاده کنید.

تیر

مرداد

تیر ماه می گوید: وقتی کسی تو را دوست دارد و خالصانه این دوستی را در عمل ثابت کرده است، نباید نسبت به او بی تفاوت بود یا دست به کارهایی زد که او را نسبت به خود دلسرد و مایوس ساخت. در خصوص توصیه های اجتماعی فردا نوشته شده است: سعی کن با افراد دیگران، فضای خوب و دلچسبی را در محیط خانه یا محل کار به وجود آوری. هر روز غیها و ضمهها را برداشتن به این و آن اذیت و آزار می دهد. کار پسندیده و مفید انجام بده. رد که در این راه تا آخر با تو باشد یک دوست یا همراه خوب بزرگترین امتیاز است.

■ مرحله ۷:پس از اینکه حلوا خنک شد می توانیم آنرا به صورت دلخواه برش بزنیم. پس از اینکه حلوا را برش زدیم به آرامی آنرا خارج می کنیم و داخل ظرف مورد نظرمาน می چینیم. نکته مهمی در مورد این حلوا این است که خیلی شکننده است و باید مراقب باشید زمان چیدن حلوا از هم نپاشد.

■ نکات پخت حلوی زنجبیلی

برای تهیه حلوی زنجبیلی زعفرانی برای مواد بالا حدود ۳ تا ۴ قاشق غذاخوری زعفران دم کرده به مواد حلوا اضافه می کنیم. در صورتی که تمایل داشته باشید حلوی زنجبیلی را با رنگ های دیگری تهیه کنید می توانید از رنگ های خوراکی استفاده کنید.

شهریور

مهر

فال روزانه ایران حافظ در خصوص روابط عاطفی و احساسی برای متولدین شهریور ماه می گوید: کسی هست که تو را دقیق می شناسد و همیشه در سختی ها در کنار تو بوده است اما تو به اعتنا از کنارش می کنی. باید قدر او را بدانی و دوباره آنها را به جوی باز گردانی تا امید تازه ای در زندگی پیدا کنی. در خصوص توصیه های اجتماعی فردا نوشته شده است: بهتر است که دایره زندگی و روابط خود را توسعه دهی. در این راه آشنایی با افراد جدید می تواند تو را وارد مرحله تازه ای کند. کشف یک رابطه جدید به معنای کشف یک دنیای تازه است.

■ مرحله ۵:

برای سرخ کردن ناگت ها تخم مرغ ، آرد سوخاری و آرد سفید را به صورت جداگانه در سه کاسه می ریزیم و جلوی دستمان قرار می دهیم. تخم مرغ را خوب مخلوط می کنیم تا یکدست شود. نکته دیگر اگر پودر سوخاری نارنجی ندارید می توانید از مخلوط پودر سوخاری معمولی با پفک خرد شده استفاد کنید.

■ مرحله ۶:

حالت یک ظرف گود روی حرارت قرار می دهیم و به اندازه ای روغن داخل ظرف می ریزیم که ناگت ها هنگام سرخ شدن در روغن شناور باشند. پس از اینکه روغن داغ شد به اندازه یک گردو از مایه ناگت بر می داریم و با دست بهش حالت می دهیم.

■ مرحله ۷:

یکی از نکات مهم در مورد شکل دادن به ناگت این است که قطر ناگت باید حدوداً یک سانتی متر باشد. اگر قطر

آبان

آذر

فال روزانه ایران حافظ در خصوص روابط عاطفی و احساسی برای متولدین آبان ماه می گوید: این پرخشنگری و هیجان ظاهری است. در اعیان او احساس عاطفی رقیق و نابی وجود دارد که باید آن را کشف کرد. هرگز نمی توان براساس ظاهر آدم ها قضاوت کرد. در خصوص توصیه های اجتماعی فال روزانه فردا نوشته شده است: نامه یا خبری می رسد که جالب و شنیدنی خواهد بود. گرچه این خبر، همان چیزی نیست که تو انتظارش را داشتی و برای آن لحظه شماری می کنی. آدمی را در مجموع دل تو را راضی خواهد کرد و نوید خوبی است.

■ مرحله ۵:

برای سرخ کردن ناگت ها تخم مرغ ، آرد سوخاری و آرد سفید را به صورت جداگانه در سه کاسه می ریزیم و جلوی دستمان قرار می دهیم. تخم مرغ را خوب مخلوط می کنیم تا یکدست شود. نکته دیگر اگر پودر سوخاری نارنجی ندارید می توانید از مخلوط پودر سوخاری معمولی با پفک خرد شده استفاد کنید.

■ مرحله ۶:

حالت یک ظرف گود روی حرارت قرار می دهیم و به اندازه ای روغن داخل ظرف می ریزیم که ناگت ها هنگام سرخ شدن در روغن شناور باشند. پس از اینکه روغن داغ شد به اندازه یک گردو از مایه ناگت بر می داریم و با دست بهش حالت می دهیم.

■ مرحله ۷:

یکی از نکات مهم در مورد شکل دادن به ناگت این است که قطر ناگت باید حدوداً یک سانتی متر باشد. اگر قطر

دی

بهمن

فال روزانه ایران حافظ در خصوص روابط عاطفی و احساسی برای متولدین دی ماه می گوید: چاره ای نیست، وقتی واقعیتی را نمی توانی عوض کنی، باید با آن کنار بیایی. به جای اینکه اعصاب خودت را فرسوده کنی سعی کن با نگاهی متفاوت به اطرافیات بنگری. در خصوص توصیه های اجتماعی فردا نوشته شده است: یکی از آرزوها و یا خواسته هایات برآورده خواهد شد. این روزها شانس و اقبال با تو همراه است. اگر به کارهای هنری و یا ورزشی مشغولی یا فکر باز و روحیه ای باشطاط به آنها بپرداز چون به موفقیت های شیرینی دست می یابی.

■ مرحله ۵:

برای سرخ کردن ناگت ها تخم مرغ ، آرد سوخاری و آرد سفید را به صورت جداگانه در سه کاسه می ریزیم و جلوی دستمان قرار می دهیم. تخم مرغ را خوب مخلوط می کنیم تا یکدست شود. نکته دیگر اگر پودر سوخاری نارنجی ندارید می توانید از مخلوط پودر سوخاری معمولی با پفک خرد شده استفاد کنید.

■ مرحله ۶:

حالت یک ظرف گود روی حرارت قرار می دهیم و به اندازه ای روغن داخل ظرف می ریزیم که ناگت ها هنگام سرخ شدن در روغن شناور باشند. پس از اینکه روغن داغ شد به اندازه یک گردو از مایه ناگت بر می داریم و با دست بهش حالت می دهیم.

■ مرحله ۷:

یکی از نکات مهم در مورد شکل دادن به ناگت این است که قطر ناگت باید حدوداً یک سانتی متر باشد. اگر قطر

اسفند

فال روزانه ایران حافظ در خصوص روابط عاطفی و احساسی برای متولدین اسفند ماه می گوید: احساس عاطفی تازه پیدا می کنی که تا حدودی نشانخته است. باید مثل جسم از روح خود نیز مراقبت کرد و آن را در مسیری نداشت که موجب رشد و کمال آن باشد. در خصوص توصیه های اجتماعی فال فردا نوشته شده است: همیشه نباید منتظر یک اتفاق یا خبر خوش باشی. بعضی وقتها باید خودت دست بکار شوی و با یک ابتکار روحیات را تغییر دهی.

■ **عکاس : عباس امیری**