



لاریجانی:

**وزرای آینده باید شجاعت حل مشکلات را داشته باشند**

# انقلاب

روزنامه مستقل و غیر دولتی

خراسان

سیدحسین رسولی:

**نقدهای مشفقانه را می‌پذیریم**

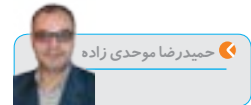


دوشنبه ۲۶ تیر ماه ۱۳۹۶ ♦ ۲۲ شوال ۱۳۳۸ ♦ سال ششم شماره ۱۶۹۰ ♦ مسلسل ۱۷۸۰ ♦ ۸ صفحه قیمت ۵۰۰ تومان etefaghyehrazavi@gmail.com ♦ Jul.17.2017 ♦ Vol.6.No.1690

سر مقاله

ساز و کار ایجاد

انسجام اجتماعی و نظام شورایی



برداشتن به ضرورت و نیاز جامعه ایرانی - اسلامی ما به " انسجام و همگرایی اجتماعی و مدیریتی "، یک رسالت انسانی، مردمی و اصلاح طلبانه می‌باشد. همایش مشترک شورای عالی اصلاح طلبان مرکز، مراکز استان‌ها و منتخبین شوراهای شهر مراکز استان‌ها و مشهد در تهران، نودبشش تداوم حرکت پیروزی آفرین مردم در سال‌های پیش روی ۱۳۹۸ و ۱۴۰۰ خواهد بود. دکتر محمدرضا عارف که خود پیشساز اجرای راهبرد بازگشت اصلاح طلبان به سپهر سیاسی کشور از طریق مشارکت حداکثری در انتخابات می‌باشد، در سخنرانی افتتاحیه خویش پس از معرفی عوامل پیروزی مردم در انتخابات ۱۳۹۲ و ۱۳۹۴ و ۱۳۹۶ پرسش کلیدی را تحت عنوان: چه ساز و کارهایی برای حفظ انسجام تشکیلاتی اصلاح طلبان و تداوم امید، همگرایی و نشاط مردم وجود دارد؟

را مطرح و تبیین نمودند. در پاسخ به گزاره فوق با بهره‌گیری از دانش، مشورت و تجربه انباشته شده از ۲ خرداد ۱۳۷۶ تا انتخابات سرنوشت ساز ۲۹ اردیبهشت و بهار ۱۳۹۶ می‌توان راهکارهای پیش برنده و مشورت چند وجهی زیر را با توجه به مؤلفه‌های نظام شورایی مورد بررسی، ارزیابی، تجزیه و تحلیل و کاربرد قرار داد.

**الف) وجه اجتماعی و فرهنگی**

■ علیرغم این که حرفان، رقبا و مخالفان " اصلاح - اعتدال " از نظر ظاهری و مادی در اوج امکانات، قدرت، پول، رسانه و برخوردار از حاشیه‌های امنیتی و ... قرار داشته‌اند، لیکن جریان اصلاحات و عقلائیت در کشور مهم ترین سرمایه اجتماعی یعنی " امید، نشاط و اعتماد اجتماعی " را در اختیار داشته و هم چنان در مصاف با رقیبان از آن بهره مند می‌باشد.

ادامه در صفحه دو

معاون توابخشى بهزیستى خراسان رضوى،

**معلولین در اولویت**

**تردد شهری!**

فعال اقتصادی استان در گفت‌وگو با انقلابیه،

**طرح ملاک‌های «شهر دار مطلوب»**

**یک ضرورت است**

فرماندارکنباد،

**سند آسیب های اجتماعی کنایاد**

**تدوین می‌شود**

فرهنگ

**حلقه یاران «بی‌گناه»**

دیدار اهالی قلم و پژوهشگران با شاعر پیشگوت در مشهد

«استاد حبیب ...! بی‌گناه» یکی از چهره‌های کمتر شناخته شده غزل خراسان است که سهم بسزایی در تعالی شعر و غزل امروز داشته است. بی‌گناه یکی از معدود شاعرانی است که پیش از شعر خود شاید...

ورزش

پدیده شرایط، خیلی خوبی دارد،

**خلعتبری: هنوز باور نمی‌کنم**

**از تیم ملی خط خوردم!**

مهاجم تیم پدیده مشهد بابت ترفتن به جام جهانی هنوز از کمی روش دلخور است و اعتقاد دارد ...



نماینده ولی فقیه در دیپار با منتخبین پنجمین دوره شورای اسلامی شهر مشهد بیان کرد:

**هیچگاه در امور نهادهای شهری دخالت نداشته‌ام**

## جشنواره فروش تابستانه

تحويل فوری با بیمه بدنه رایگان

تسهیلات قرض الحسنه با باز پرداخت مناسب، بدون ضامن

محصولات گروه خودروسازی سایپا



جهت ثبت نام و کسب اطلاعات بیشتر به شبکه گسترده نمایندگی های مجاز گروه خودروسازی سایپا در سراسر کشور مراجعه نمایید.

توجه: واریز به حساب بانکی غیر از حساب سایپا خرید تلقی نمی کرده و شرکت هیچ گونه مسئولیتی در قبال تحويل خودرو ندارد.



گروه خودروسازی سایپا

www.saipagroup.ir







## گرفتن سلفی و فاجعه دوپست هزار دلاری

با گاهی بد نیست وقتی داریم سلفی میگیریم به اطرافمان هم نگاه می‌کنیم. اما از کسانی که معتاد به سلفی گرفتن هستند، فلک را خود عکس نمی‌اندازند بلکه خود دوستانشان را و مناظر را هم در کنار فرام می‌دهند. نمایشگاه هنرهای پارتنی سه‌روزه جالب برای سلفی گرفتن شده است. البته به نظر می‌رسد معنی سلفی گرفتن‌ها برای این هنرمندانی که هنر زنده‌یابی به نام «تلاش فاجعه‌باری برای گرفتن سلفی در یک از نمایشگاه‌های آمریکا هوس است» هزار دلار خسارت به بار آورد. در این نمایشگاه‌ها خامسری در کنار یکی از پایه‌های که اشتباهی روی آن‌ها قرار داشت، ایستاده بود تا از خود سلفی بگیرد در این هنگام یکی از پایه‌ها تکان خورد و به پایه دیگری اصابت کرد و سپس مانند یک دومینو تلمبی پایه‌ها افتادند.

دوشنبه ۲۶ تیر ماه ۱۳۹۶ - سال ششم - شماره ۱۶۹۰

www.etefaghyeh.ir Vol.6.No.1689 Jul. 17-2017

## سلامت

**همین دور بو بر**
**ایست، همدرد**

تاثیر مصرف لبنیات بر چربی سوزی

لبنیات یک شکم صاف کن انورمیتیک هستند.

این هزار هارده طبعی از بافت تازه به مکعب شدن عضلات بدن کمک کرده و باعث می‌شود شکم خاکی چربی در بدن می شوند.

طبق یک پژوهش، افرادی که روزانه ۱۰۵۰ گرم لبنیات مصرف فرار کردند ۸۱ پانصدتتر از سایر افراد موفق به کاهش وزن و صرف کم‌تر مایمون شکمشان شدند.

هچنین به گفته محققان افراش کشور، لبن به واسطه مصرف لبنیات باعث کنترل ترشح هورمون چربی سوز ساند (گورژون) می شود.

## آشپزی

## مرغ یا سس لیمو و خامه

۲ عدد سینه مرغ بدون پوست و استخوان
۲ تک و ۱ پیمانه آب مرغ

۱ پیمانه آرد

۱۷۵ قاشق غاغوری کره

۱۶۱ پیمانه آب مرغ

۱ پیمانه خامه غلیظ

۱ قاشق چاقوری مگس

۱ قاشق چاقوری نمک پسته

۱ عدد لیموترش تازه

جعفری تازه ترش

تخم تهیه:

۱ سینه مرغ را از عرض به دو نیم تقسیم

کنید در آن نهایت، چهار پاره یک از گوشت مرغ در آب‌نوشته داشته باشید. روی هر طرف آن ها نمک سفید بپاشید.

۱ پیمانه سرخ را امرون آرد سفید بفتانید و

اضافه آرد را بکناید.

۱ روغن زیتون و کره را امرون یک تابه مسطح

روی حرارت ملایم در روغن، سرخ‌های مرغ را به مدت ۱۵ تا ۲ دقیقه نخت دهید تا کاملاً طلایی شوند.

این‌ها را برگردانده و ۱۵ تا ۲ دقیقه دیگر سرخ



پست الکترونیکی: etefaghyehrazavi@gmail.com

## گوناگون

www.etefaghyeh.ir Vol.6.No.1689 Jul. 17-2017

**هرداد صدیقی**
**Mehrdad\_Sedghi**

چک‌ا؟
همون کشور یونسکو؟ یعنی شما همون کشور خاوند بدبخت‌کنین؟ مشکل این بسپری مگه کنیف کله؟

بابا چوشکه به آقای سعید می‌زند و می‌گوید: زبویوستی می‌گویی، از کشور یونسکو؟

طوبی خانم در حالی که بدون توجه به بقیه برای بار سوم بی محابا شانه‌زده می‌کنند، به من می‌گوید:
خب خاندجان جلا می‌شه؟

مهرس حتما طوبی جان رو به عنوان استاد مشاور خوب ببندش گی؟

همه روز می‌شاهه

آقای عطاری دوباره با خنده چیزی در گوش بابا عین بریم می‌خندیم، «بندش چی؟»، بعدی در راه هست جمعی به من می‌گویند.
رای اینکه بحث را تمام کنم، همه چواریها احتیاجی را با هم می‌دهم، بعدش می‌رم خدمت، بعدش هم دنبال شغل می‌گردم.

عین بریم می‌خندیم، «بندش چی؟»، بعدی در راه هست جمعی به من می‌گویند.
رای اینکه بحث را تمام کنم، همه چواریها احتیاجی را با هم می‌دهم، بعدش می‌رم خدمت، بعدش هم دنبال شغل می‌گردم.

آقای عطاری می‌گوید:
خب خاندجان، اینا رو خود بزنی که میشه خامد مجرد تا هزاره بزرگه کن!

بابا می‌گوید:
ولی به امراز خود خاوند می‌خواستیم برای به مودی بریم حرف بزینم که نشد.

آقای عطاری کی دلبالگو از اصغر فرهادی می‌دزد می‌گویی، این عاشق شده و نمی‌همه با جیب‌خانی نمی‌شدن؟
گر شامکه می‌فهمین چرا می‌خواستین برین با اون حدو بزینف؟

بابا می‌گوید:
ولی معلوم یو در نظر و وضعئون خودی.

تو کی رفتی تحقیق کردی؟
همچی فوری به ما ها گفتن که وقت نشد برم تحقیق کنم!

عجله‌کردی.
صبر می‌کردی جواب مثبت میدی و اینا برن خونه بخت پیدا تحقیق کنی...

فهمیدی چرا خونه؟

بابا می‌گوید:
ساعت وقتی تکب دستور رو سارق پس‌گرفته‌دیدم تو کنیوش بر اثر تزلزه...

آقای عطاری به من می‌گوید:
بابات راست می‌گی از قدیم میری بول بول من بینم، دستور رو بگیر. ضمنا اینجوری می‌دونی که کوراس انتخاب می‌کنی؟

امامه دارد

www.etefaghyeh.ir Vol.6.No.1689 Jul. 17-2017

**هرداد صدیقی**
**Mehrdad\_Sedghi**

چک‌ا؟
همون کشور یونسکو؟ یعنی شما همون کشور خاوند بدبخت‌کنین؟ مشکل این بسپری مگه کنیف کله؟

بابا چوشکه به آقای سعید می‌زند و می‌گوید: زبویوستی می‌گویی، از کشور یونسکو؟

طوبی خانم در حالی که بدون توجه به بقیه برای بار سوم بی محابا شانه‌زده می‌کنند، به من می‌گوید:
خب خاندجان جلا می‌شه؟

مهرس حتما طوبی جان رو به عنوان استاد مشاور خوب ببندش گی؟

همه روز می‌شاهه

آقای عطاری دوباره با خنده چیزی در گوش بابا عین بریم می‌خندیم، «بندش چی؟»، بعدی در راه هست جمعی به من می‌گویند.
رای اینکه بحث را تمام کنم، همه چواریها احتیاجی را با هم می‌دهم، بعدش می‌رم خدمت، بعدش هم دنبال شغل می‌گردم.

عین بریم می‌خندیم، «بندش چی؟»، بعدی در راه هست جمعی به من می‌گویند.
رای اینکه بحث را تمام کنم، همه چواریها احتیاجی را با هم می‌دهم، بعدش می‌رم خدمت، بعدش هم دنبال شغل می‌گردم.

آقای عطاری می‌گوید:
خب خاندجان، اینا رو خود بزنی که میشه خامد مجرد تا هزاره بزرگه کن!

بابا می‌گوید:
ولی به امراز خود خاوند می‌خواستیم برای به مودی بریم حرف بزینم که نشد.

آقای عطاری کی دلبالگو از اصغر فرهادی می‌دزد می‌گویی، این عاشق شده و نمی‌همه با جیب‌خانی نمی‌شدن؟
گر شامکه می‌فهمین چرا می‌خواستین برین با اون حدو بزینف؟

بابا می‌گوید:
ولی معلوم یو در نظر و وضعئون خودی.

تو کی رفتی تحقیق کردی؟
همچی فوری به ما ها گفتن که وقت نشد برم تحقیق کنم!

عجله‌کردی.
صبر می‌کردی جواب مثبت میدی و اینا برن خونه بخت پیدا تحقیق کنی...

فهمیدی چرا خونه؟

بابا می‌گوید:
ساعت وقتی تکب دستور رو سارق پس‌گرفته‌دیدم تو کنیوش بر اثر تزلزه...

آقای عطاری به من می‌گوید:
بابات راست می‌گی از قدیم میری بول بول من بینم، دستور رو بگیر. ضمنا اینجوری می‌دونی که کوراس انتخاب می‌کنی؟

امامه دارد



پست الکترونیکی: etefaghyehrazavi@gmail.com

## ورزش

www.etefaghyeh.ir Vol.6.No.1689 Jul. 17-2017

**هرداد صدیقی**
**Mehrdad\_Sedghi**

چک‌ا؟
همون کشور یونسکو؟ یعنی شما همون کشور خاوند بدبخت‌کنین؟ مشکل این بسپری مگه کنیف کله؟

بابا چوشکه به آقای سعید می‌زند و می‌گوید: زبویوستی می‌گویی، از کشور یونسکو؟

طوبی خانم در حالی که بدون توجه به بقیه برای بار سوم بی محابا شانه‌زده می‌کنند، به من می‌گوید:
خب خاندجان جلا می‌شه؟

مهرس حتما طوبی جان رو به عنوان استاد مشاور خوب ببندش گی؟

همه روز می‌شاهه

آقای عطاری دوباره با خنده چیزی در گوش بابا عین بریم می‌خندیم، «بندش چی؟»، بعدی در راه هست جمعی به من می‌گویند.
رای اینکه بحث را تمام کنم، همه چواریها احتیاجی را با هم می‌دهم، بعدش می‌رم خدمت، بعدش هم دنبال شغل می‌گردم.

عین بریم می‌خندیم، «بندش چی؟»، بعدی در راه هست جمعی به من می‌گویند.
رای اینکه بحث را تمام کنم، همه چواریها احتیاجی را با هم می‌دهم، بعدش می‌رم خدمت، بعدش هم دنبال شغل می‌گردم.

آقای عطاری می‌گوید:
خب خاندجان، اینا رو خود بزنی که میشه خامد مجرد تا هزاره بزرگه کن!

بابا می‌گوید:
ولی به امراز خود خاوند می‌خواستیم برای به مودی بریم حرف بزینم که نشد.

آقای عطاری کی دلبالگو از اصغر فرهادی می‌دزد می‌گویی، این عاشق شده و نمی‌همه با جیب‌خانی نمی‌شدن؟
گر شامکه می‌فهمین چرا می‌خواستین برین با اون حدو بزینف؟

بابا می‌گوید:
ولی معلوم یو در نظر و وضعئون خودی.

تو کی رفتی تحقیق کردی؟
همچی فوری به ما ها گفتن که وقت نشد برم تحقیق کنم!

عجله‌کردی.
صبر می‌کردی جواب مثبت میدی و اینا برن خونه بخت پیدا تحقیق کنی...

فهمیدی چرا خونه؟

بابا می‌گوید:
ساعت وقتی تکب دستور رو سارق پس‌گرفته‌دیدم تو کنیوش بر اثر تزلزه...

آقای عطاری به من می‌گوید:
بابات راست می‌گی از قدیم میری بول بول من بینم، دستور رو بگیر. ضمنا اینجوری می‌دونی که کوراس انتخاب می‌کنی؟

## تعیین پاداش مدال آوران و برترین های مسابقات جهانی لندن

پاداش مدال آوران و برترین های رقابت های دو و میدانی جهانی لندن اعلام شد.

دفترسوزن دو و میدانی جمهوری اسلامی ایران در رسانای تیتول و انگیزه سازی برای ملی پوشان اعزامی به رقابت های دو و میدانی جهانی لندن، پاداش مدال آوران و برترین ها را اعلام کرد.

برحسین اسحاق، برای برترین مرد هر ماده ۲۵۰ میلیون تومان، نایب قهرمان ۱۰۰ میلیون تومان و به نفر سوم نیز مبلغ ۱۰۰ میلیون تومان پاداش تعیین شده است.

www.etefaghyeh.ir Vol.6.No.1690 Jul. 17-2017

**هرداد صدیقی**
**Mehrdad\_Sedghi**

چک‌ا؟
همون کشور یونسکو؟ یعنی شما همون کشور خاوند بدبخت‌کنین؟ مشکل این بسپری مگه کنیف کله؟

بابا چوشکه به آقای سعید می‌زند و می‌گوید: زبویوستی می‌گویی، از کشور یونسکو؟

طوبی خانم در حالی که بدون توجه به بقیه برای بار سوم بی محابا شانه‌زده می‌کنند، به من می‌گوید:
خب خاندجان جلا می‌شه؟

مهرس حتما طوبی جان رو به عنوان استاد مشاور خوب ببندش گی؟

همه روز می‌شاهه

آقای عطاری دوباره با خنده چیزی در گوش بابا عین بریم می‌خندیم، «بندش چی؟»، بعدی در راه هست جمعی به من می‌گویند.
رای اینکه بحث را تمام کنم، همه چواریها احتیاجی را با هم می‌دهم، بعدش می‌رم خدمت، بعدش هم دنبال شغل می‌گردم.

عین بریم می‌خندیم، «بندش چی؟»، بعدی در راه هست جمعی به من می‌گویند.
رای اینکه بحث را تمام کنم، همه چواریها احتیاجی را با هم می‌دهم، بعدش می‌رم خدمت، بعدش هم دنبال شغل می‌گردم.

آقای عطاری می‌گوید:
خب خاندجان، اینا رو خود بزنی که میشه خامد مجرد تا هزاره بزرگه کن!

بابا می‌گوید:
ولی به امراز خود خاوند می‌خواستیم برای به مودی بریم حرف بزینم که نشد.

آقای عطاری کی دلبالگو از اصغر فرهادی می‌دزد می‌گویی، این عاشق شده و نمی‌همه با جیب‌خانی نمی‌شدن؟
گر شامکه می‌فهمین چرا می‌خواستین برین با اون حدو بزینف؟

بابا می‌گوید:
ولی معلوم یو در نظر و وضعئون خودی.

تو کی رفتی تحقیق کردی؟
همچی فوری به ما ها گفتن که وقت نشد برم تحقیق کنم!

عجله‌کردی.
صبر می‌کردی جواب مثبت میدی و اینا برن خونه بخت پیدا تحقیق کنی...

فهمیدی چرا خونه؟

بابا می‌گوید:
ساعت وقتی تکب دستور رو سارق پس‌گرفته‌دیدم تو کنیوش بر اثر تزلزه...

آقای عطاری به من می‌گوید:
بابات راست می‌گی از قدیم میری بول بول من بینم، دستور رو بگیر. ضمنا اینجوری می‌دونی که کوراس انتخاب می‌کنی؟

امامه دارد



دوشنبه ۲۶ تیر ماه ۱۳۹۶ - سال ششم - شماره ۱۶۹۰

www.etefaghyeh.ir Vol.6.No.1690 Jul. 17-2017

**هرداد صدیقی**
**Mehrdad\_Sedghi**

چک‌ا؟
همون کشور یونسکو؟ یعنی شما همون کشور خاوند بدبخت‌کنین؟ مشکل این بسپری مگه کنیف کله؟

بابا چوشکه به آقای سعید می‌زند و می‌گوید: زبویوستی می‌گویی، از کشور یونسکو؟

طوبی یک پاداش همون طبعی از بافت تازه به مکعب شدن عضلات بدن کمک کرده و باعث می‌شود شکم خاکی چربی در بدن می شوند.

طبق یک پژوهش، افرادی که روزانه ۱۰۵۰ گرم لبنیات مصرف فرار کردند ۸۱ پانصدتتر از سایر افراد موفق به کاهش وزن و صرف کم‌تر مایمون شکمشان شدند.

هچنین به گفته محققان افراش کشور، لبن به واسطه مصرف لبنیات باعث کنترل ترشح هورمون چربی سوز ساند (گورژون) می شود.

آقای عطاری می‌گوید:
خب خاندجان، اینا رو خود بزنی که میشه خامد مجرد تا هزاره بزرگه کن!

بابا می‌گوید:
ولی به امراز خود خاوند می‌خواستیم برای به مودی بریم حرف بزینم که نشد.

آقای عطاری کی دلبالگو از اصغر فرهادی می‌دزد می‌گویی، این عاشق شده و نمی‌همه با جیب‌خانی نمی‌شدن؟
گر شامکه می‌فهمین چرا می‌خواستین برین با اون حدو بزینف؟

بابا می‌گوید:
ولی معلوم یو در نظر و وضعئون خودی.

تو کی رفتی تحقیق کردی؟
همچی فوری به ما ها گفتن که وقت نشد برم تحقیق کنم!

عجله‌کردی.
صبر می‌کردی جواب مثبت میدی و اینا برن خونه بخت پیدا تحقیق کنی...

فهمیدی چرا خونه؟

بابا می‌گوید:
ساعت وقتی تکب دستور رو سارق پس‌گرفته‌دیدم تو کنیوش بر اثر تزلزه...

آقای عطاری به من می‌گوید:
بابات راست می‌گی از قدیم میری بول بول من بینم، دستور رو بگیر. ضمنا اینجوری می‌دونی که کوراس انتخاب می‌کنی؟

امامه دارد

www.etefaghyeh.ir Vol.6.No.1690 Jul. 17-2017

**هرداد صدیقی**
**Mehrdad\_Sedghi**

چک‌ا؟
همون کشور یونسکو؟ یعنی شما همون کشور خاوند بدبخت‌کنین؟ مشکل این بسپری مگه کنیف کله؟

بابا چوشکه به آقای سعید می‌زند و می‌گوید: زبویوستی می‌گویی، از کشور یونسکو؟

طوبی یک پاداش همون طبعی از بافت تازه به مکعب شدن عضلات بدن کمک کرده و باعث می‌شود شکم خاکی چربی در بدن می شوند.

طبق یک پژوهش، افرادی که روزانه ۱۰۵۰ گرم لبنیات مصرف فرار کردند ۸۱ پانصدتتر از سایر افراد موفق به کاهش وزن و صرف کم‌تر مایمون شکمشان شدند.

هچنین به گفته محققان افراش کشور، لبن به واسطه مصرف لبنیات باعث کنترل ترشح هورمون چربی سوز ساند (گورژون) می شود.

آقای عطاری می‌گوید:
خب خاندجان، اینا رو خود بزنی که میشه خامد مجرد تا هزاره بزرگه کن!

بابا می‌گوید:
ولی به امراز خود خاوند می‌خواستیم برای به مودی بریم حرف بزینم که نشد.

آقای عطاری کی دلبالگو از اصغر فرهادی می‌دزد می‌گویی، این عاشق شده و نمی‌همه با جیب‌خانی نمی‌شدن؟
گر شامکه می‌فهمین چرا می‌خواستین برین با اون حدو بزینف؟

بابا می‌گوید:
ولی معلوم یو در نظر و وضعئون خودی.

تو کی رفتی تحقیق کردی؟
همچی فوری به ما ها گفتن که وقت نشد برم تحقیق کنم!

عجله‌کردی.
صبر می‌کردی جواب مثبت میدی و اینا برن خونه بخت پیدا تحقیق کنی...

فهمیدی چرا خونه؟

بابا می‌گوید:
ساعت وقتی تکب دستور رو سارق پس‌گرفته‌دیدم تو کنیوش بر اثر تزلزه...

آقای عطاری به من می‌گوید:
بابات راست می‌گی از قدیم میری بول بول من بینم، دستور رو بگیر. ضمنا اینجوری می‌دونی که کوراس انتخاب می‌کنی؟

امامه دارد

www.etefaghyeh.ir Vol.6.No.1690 Jul. 17-2017

**هرداد صدیقی**
**Mehrdad\_Sedghi**

چک‌ا؟
همون کشور یونسکو؟ یعنی شما همون کشور خاوند بدبخت‌کنین؟ مشکل این بسپری مگه کنیف کله؟

بابا چوشکه به آقای سعید می‌زند و می‌گوید: زبویوستی می‌گویی، از کشور یونسکو؟

طوبی یک پاداش همون طبعی از بافت تازه به مکعب شدن عضلات بدن کمک کرده و باعث می‌شود شکم خاکی چربی در بدن می شوند.

طبق یک پژوهش، افرادی که روزانه ۱۰۵۰ گرم لبنیات مصرف فرار کردند ۸۱ پانصدتتر از سایر افراد موفق به کاهش وزن و صرف کم‌تر مایمون شکمشان شدند.

هچنین به گفته محققان افراش کشور، لبن به واسطه مصرف لبنیات باعث کنترل ترشح هورمون چربی سوز ساند (گورژون) می شود.

آقای عطاری می‌گوید:
خب خاندجان، اینا رو خود بزنی که میشه خامد مجرد تا هزاره بزرگه کن!

بابا می‌گوید:
ولی به امراز خود خاوند می‌خواستیم برای به مودی بریم حرف بزینم که نشد.

آقای عطاری کی دلبالگو از اصغر فرهادی می‌دزد می‌گویی، این عاشق شده و نمی‌همه با جیب‌خانی نمی‌شدن؟
گر شامکه می‌فهمین چرا می‌خواستین برین با اون حدو بزینف؟

بابا می‌گوید:
ولی معلوم یو در نظر و وضعئون خودی.

تو کی رفتی تحقیق کردی؟
همچی فوری به ما ها گفتن که وقت نشد برم تحقیق کنم!

عجله‌کردی.
صبر می‌کردی جواب مثبت میدی و اینا برن خونه بخت پیدا تحقیق کنی...

فهمیدی چرا خونه؟

بابا می‌گوید:
ساعت وقتی تکب دستور رو سارق پس‌گرفته‌دیدم تو کنیوش بر اثر تزلزه...

آقای عطاری به من می‌گوید:
بابات راست می‌گی از قدیم میری بول بول من بینم، دستور رو بگیر. ضمنا اینجوری می‌دونی که کوراس انتخاب می‌کنی؟

امامه دارد

www.etefaghyeh.ir Vol.6.No.1690 Jul. 17-2017

**هرداد صدیقی**
**Mehrdad\_Sedghi**

چک‌ا؟
همون کشور یونسکو؟ یعنی شما همون کشور خاوند بدبخت‌کنین؟ مشکل این بسپری مگه کنیف کله؟

بابا چوشکه به آقای سعید می‌زند و می‌گوید: زبویوستی می‌گویی، از کشور یونسکو؟

طوبی یک پاداش همون طبعی از بافت تازه به مکعب شدن عضلات بدن کمک کرده و باعث می‌شود شکم خاکی چربی در بدن می شوند.

طبق یک پژوهش، افرادی که روزانه ۱۰۵۰ گرم لبنیات مصرف فرار کردند ۸۱ پانصدتتر از سایر افراد موفق به کاهش وزن و صرف کم‌تر مایمون شکمشان شدند.

هچنین به گفته محققان افراش کشور، لبن به واسطه مصرف لبنیات باعث کنترل ترشح هورمون چربی سوز ساند (گورژون) می شود.

آقای عطاری می‌گوید:
خب خاندجان، اینا رو خود بزنی که میشه خامد مجرد تا هزاره بزرگه کن!

بابا می‌گوید:
ولی به امراز خود خاوند می‌خواستیم برای به مودی بریم حرف بزینم که نشد.

آقای عطاری کی دلبالگو از اصغر فرهادی می‌دزد می‌گویی، این عاشق شده و نمی‌همه با جیب‌خانی نمی‌شدن؟
گر شامکه می‌فهمین چرا می‌خواستین برین با اون حدو بزینف؟

بابا می‌گوید:
ولی معلوم یو در نظر و وضعئون خودی.

تو کی رفتی تحقیق کردی؟
همچی فوری به ما ها گفتن که وقت نشد برم تحقیق کنم!

عجله‌کردی.
صبر می‌کردی جواب مثبت میدی و اینا برن خونه بخت پیدا تحقیق کنی...

