



لزوم کانالیزه کردن سیاست خارجی

گزارش ویژه

«صبح امروز» مشکلات صادرات در سال «حمایت از کالای ایرانی» را بررسی می کند:
کمبود واگن سدی در برابر صادرات استان

در نشست با مراکز غیر دولتی و سازمان های مردم نهاد بهزیستی استان مطرح شد:
بحران زوج در مانی توسط پزشک عمومی!

خوشا آنان که سبکبال رفتند

رونمایی از مستند «یک علمدار» شهید مدافع حرم در پردیس سینمایی گلشن برگزار شد

حسام الدین سراج برای خراسانی ها می خواند

نوای موسیقی فاخر در مشهد



امام جمعه مشهد:
**عدم برخورد با اخلاکگر
اقتصادی مردم را ناامید می کند**

کریمی قدوسی اعلام می کند، وزارت خارجه تکذیب
**فرشچی نفر بیستم لیست ۱۰۰
نفره مدیران دو تابعیتی است؟**

در نشست مشترک نماینده مجلس با شهر دار منطقه چهار
مطرح شد:

**لزوم اجرای طرح های
انگیزشی برای کاهش
تخلفات ساختمانی**

میز خبر

با نوشتن آقای خ یا ب، فساد اقتصادی
حل نمی شود

پیشنهاد مصباحی مقدم به روحانی

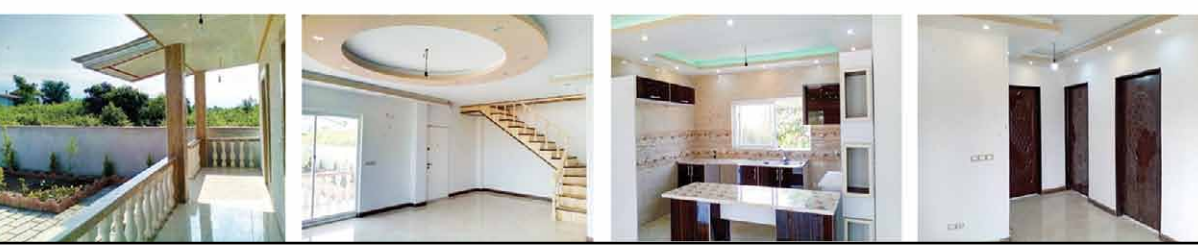
پیشنهاد تعطیلی یک ماهه دانشگاه ها برای
صرفه جویی در مصرف برق

حاشیه های فایل صوتی گفت و گوی یک
نماینده مجلس با یک زن

«فروشی و یا معاوضه یک ویلای نوساز لوکس و شخصی ساز با ملک در مشهد»

- این ویلا در ۲ طبقه به صورت دوبلکس در زمینی به مساحت ۳۲۲ متر مربع بازیربنای حدودا ۲۰۰ متر مربع
با ۲ تراس با مصالح کاملا مرغوب واقع در شهر چمستان با سند شش دانگ شهری ساخته شده است.
- پشت زمین ویلا نهری جاریست
- فاصله ویلا تا در بای نور ۱۵ دقیقه، تا جنگل زیبای کشیل ۵ دقیقه و تا منطقه جنگلی توربستی تفریحی
لاویج ۲۰ دقیقه میباشد.
- منطقه به شدت در حال رشد قیمتی می باشد.

تلفن تماس ۰۹۱۵۵۷۰۵۱۵۵۷-۰۹۱۵۵۷۰۵۱۵۵۷ گنج بخش



من هستیم...مرا هزار امید است...و هر هزار توپی

خدمت کریمانه به رسم اهل البیت (علیه السلام)



گرامت گرامت انتقال خون خراسان رضوی برگزار می کند اهدای خون رضوی

از میلاد حضرت فاطمه معصومه (س) تا میلاد حضرت امام رضا (ع)

در پایگاه های اهدای خون منتظر شما هستیم



روابط عمومی انتقال خون خراسان رضوی



خراسان‌رضوی

شهر

معاون سرمایه‌گذاری،میراث‌فرهنگی خراسان‌رضوی،

سرمایه‌گذاری در مشهد باید به سمت مجموعه‌های تقریبی‌ی‌بود

معاون سرمایه‌گذاری،میراث‌فرهنگی خراسان‌رضوی،

رضوی گفت: سرمایه‌گذاری در مشهد باید به سمت

ساخت مجموعه های تقریبی بود.

اجمدنیاری در جمع خبرنگاران اظهار کرد: پروژه ساخت **۲۷۱**موزه تأسیسات گردشگری شامل هتل، هتل آپارتمان، مهمانپذیر، متل، سفره‌خانه سنتی، مجتمع گردشگری، واحد پذیرایی، مرکز تفریحات و خدمات پارکینگ در خراسان رضوی منطقه ضمن بازدید برنامهریزی و اجرای طرح‌های راهبردی مصوب به منظور مقابله با رشد غیرارموبلی زیستی بالای ۸۰ درصد هستند و تا پایان سال ۹۸ فعال است که **۲۵** درصد آن‌ ها آنها دارای پیشرفت به بهره‌داری می‌رسند. وی افزود: از این تعداد **۴۸** درصد هتل، **۱۳** درصد هتل آپارتمان و **۱۱** درصد مهمانپذیراست که در مجموع **۷۲** درصد از تسهیلات گردشگری در حال ساخت استان را هتل، هتل آپارتمان و مهمانپذیر به خود اختصاص داده است. معاون سرمایه‌گذاری میراث‌فرهنگی خراسان‌رضوی **۲۸** درصد سایر تأسیسات گردشگری در حال ساخت شامل سفره‌خانه های سنتی، مجتمع های گردشگری و پذیرایی، مراکز تعطیلات و سرگرمی و متل است. دیداری بیان کرد: باید سرمایه‌گذاری در بخش مهمانپذیرها، هتل های یک و دو ستاره و همچنین احداث جانده‌های انسان‌ساخت متل‌مرکز تفریحی و توریستی و پارک های موضوعی بود. زیرا سرمایه‌گذاری لازم‌ر مالی نیست. وی تأکید کرد: افراد متقاضی برای ورود به این عرصه باید قبل از هرگونه سرمایه‌گذاری با بانک‌ها سنجی‌های لازم را به انجام رسانند. **انهر**

رئیس کمیسیون طرح درآمدهای پایدار

شهردارهیولمجلس،

حرم شهر هانظرف متغول مانده شهری

رئیس کمیسیون طرح درآمدهای پایدار

شهردارهیولمجلس،

در مشهد در ماه آبان میلادی

هیئت مدیره شرکت عمران شهر جدید گلپهر از

اجرای پروژه مشارکتی با بخش خصوصی به ارزش

۱۱۰میلیارد تومان طی ۶ماه گذشته خبرداد.

هومن گربویی، با بیان این مطلب اظهار کرد:

این شرکت با داشتن نیروهای متخصص نتوانستند

در بین شرکتهای عمران سطح کشور جز برترینها

ستاد درآمدهای پایدار شورای شهر مشهد مقصد

گفته

کیبشتهای شهری ساماندهی شود. وی افزود: امروزه

باید با توجه به مسائل زیست محیطی و نواوری

شهری، تکاهی حرفه‌ای و جامعگر به محدود و

حرم شهرها داشت تا توانیم وضع کنونی را تبدیل

به فرسونه‌ای آتی شهرها کرد. رئیس کمیسیون طرح

درآمددهای پایدار شهرداریهای مجلس شورای

اسلامی اضافه کرد: به همین منظور نیز طرح

درآمدهای پایدار شهرداریهای طرح در محین

ملی مجلس و تأیید شورای نگهبان ارائه شده است.

محمد قائمی افزود: مشهد تنها شهر در سطح

در نشست مشترک نماینده مجلس با شهردار منطقه چهار مطرح شد :

لزوم اجرای طرح‌های انگیزشی برای کاهش تخلخفات ساختمانی



نماینده مجلس شورای اسلامی بر لزوم اجرای طرح‌های انگیزشی برای کاهش تخلخفات ساختمانی تأکید کرد.
رضا شبران خراسانی در جلسه همدنشیی با شهردار و مسئولان شهرداری منطقه ۴ مشهد که با هدف تسریع در اجرای اقدامات و خدمات شهری در برسی لفظتی‌ها و فرسهنای سرمایه‌گذاری این منطقه ضمن بازدید برنامهریزی و اجرای طرح‌های راهبردی مصوب به منظور مقابله با رشد غیرارموبلی شهر گفت: طی دهه‌های اخیر شهر مشهد به لحاظ جغرافیایی رشد چشمگیری داشته که این امر نشاندهنده پویا و زنده بودن شهر است. وی ادامه داد: برای جلوگیری از تخلخفات ساختمانی و عدم رعایت اصول شهرسازی در ساخت واحدهای ساختمانی و توجه ویژه به فضای سبز شهری از اقدامات مثبت و ارزنده‌ای است که باید ادامه یابد.

میتوان از مشارکت مردمی برای اجرای این گونه طرح‌ها بهره برد. خاطرنشان کرد، هر جا مسیر درستی برای شهروندان تعیین شود، آنها مسیر را اصولی ادامه می‌دهند و اقدامات خوبی صورت خواهد گرفت.

وی اقدامات شهرداری مشهد در سالیهای اخیر

با پابن به آنها تعلق خواهد گرفت.

مدیرعامل شرکت عمران شهر جدید گلپهار:

مشارکت ۱۱۰ میلیارد تومان بخش خصوصی در گلپهار

باقت شهر در چارچوب طراوط و مقررات اجرا شده است.

در ادامه نیز برنامتی خاکبرد، شهردار گلپهار اضافه کرد: با توجه به ظرفیت و توانمندی شرکت عمران آگه‌نشده شاهد تحول در شهر جدید گلپهار باشیم.

شهره‌ها تا داشتن نیروهای متخصص نتوانستند در بین شرکتهای عمران سطح کشور جز برترینها ستاد درآمدهای پایدار شورای شهر مشهد مقصد گفته

گفته

کیبشتهای شهری ساماندهی شود. وی افزود: امروزه

باید با توجه به مسائل زیست محیطی و نواوری

شهری، تکاهی حرفه‌ای و جامعگر به محدود و

حرم شهرها داشت تا توانیم وضع کنونی را تبدیل

به فرسونه‌ای آتی شهرها کرد. رئیس کمیسیون طرح

درآمدهای پایدار شهرداریهای مجلس شورای

اسلامی اضافه کرد: به همین منظور نیز طرح

درآمدهای پایدار شهرداریهای طرح در محین

ملی مجلس و تأیید شورای نگهبان ارائه شده است.

رئیس اتحادیه هتلداران خراسان رضوی

گفت: با تکمیل روند استانداردهای هتلهای

این استان هم ایکن تمامی هتلها در سطح

خراسان رضوی دارای استانداردهای روز و مکمل

هستند.

محمد قائمی افزود: مشهد تنها شهر در سطح

در شهر مشهد ۱۱۰ شرکت مشترک نماینده مجلس با شهردار منطقه چهار مطرح شد

مدیر گروه بهداشت محیط و حرفه‌ای دانشگاه علوم پزشکی مشهد:

احتمال خطر در آب شهرستان قوچان به

صورت سهوا یا عمدا وجود دارد

مدر گروه بهداشت محیط و حرفه‌ای دانشگاه علوم پزشکی مشهد گفت، احتمال خطر در آب شهرستان قوچان به صورت سهوا یا عمدا وجود دارد.

علیاصغر حسینی در کارگروه سلامت و امنیت غذایی در فرمانداری قوچان با بیان اینکه مهمترین فاکتور تاثیرگذار بر روی سلامت انسان آب است، اظهار کرد: ما برای کنترل آب معمولا معیارهایی که انتخاب میکنیم نخستین مورد آن اطمینان از منبع تامین کننده آب است که قدرتم قابل قبول است و چقدر میتوان با فرایند تصفیه به حد قابل قبول برسد و چقدر باید مدت آن هزینه شود.

وی با اشاره به احتمال آلودگی برای آبهای سطحی به دلیل تردد از مسیرهای مختلف عنوان کرد، ویژگی وروانه این است که خاصیت خود پالایندگی دارد و با توجه به در طول مسیر انجام میشود مقداری از آلاینده‌ها کاهش پابندکند.

مدیر گروه بهداشت محیط و حرفه‌ای دانشگاه علوم پزشکی مشهد با اشاره به معیار استاندارده ملی ایران و وجود سه فاکتور برای آب اظهار کرد: ما اگر از حدی که خط قرمز برای تعیین کرده‌اند عبور کند قابل مصرف نیست و در کوتاه مدت با دراز مدت بر روی سلامت افراد تاثیر گذار است.

حسینی با بیان این نکته که تمیبه آب در استان ریस्क خطر را نشانمیی، شهادت میداد با ایفای نقش آب و قوچان با توجه به بررسی و بازدیدها که انجام شد نشان میداد که احتمال خطر به صورت سهوا یا عمدا وجود دارد.

مدیر گروه بهداشت محیط و حرفه‌ای دانشگاه علوم پزشکی مشهد بابیان اینکه نمونهبرداری و پایش آب از چند طریق صورت میگردد، تصریح کرد: نخست از صورت منبع آب است، دیگری نمونه برداری به صورت آنجا می‌شود. شناگران خوبی و بعد از آن نقطه مصرف صرف تکننگان است و معیار ما در نهایت نقطه مصرف است.

وی افزود: نتایج نمونه برداریهای ما در بحث آلودگیهای آب با توجه به اینکه **۳۰** درصد آب شرب شهرستان قوچان از سد تبارک آباد و **۷۰** درصد از رودخانه زمین میشود، این اختلاف بسیاری از موارد را برطرف میکند و نمونهبرداری انجام شده و انجام آزمایشات میکروبی، فیزیکی، شیمیایی و فلزات سنگین همچون آرسنیک و جیوه نشاندهنده این است که هیچ مشکلات فعلا در آب قوچان وجود ندارد اما ممکن است فعلا ای همین الان دچار مشکل شود.

۲ ورزش

چطور خطر ابتلا به بیماری های قلبی

را کاهش دهیم؟

رفقی چربی‌ها و کربوهیدرات‌ها

چربی و کربوهیدرات، سوخت‌هایی هستند که عضلات ما آنها را می‌سوزانند. فرق بین این دو سوخت در مقاومت بودن چربی است، به عبارت دیگر، چربی به ازای هر گرم، حاوی ۹ کالری انرژی در حالی که کربوهیدرات‌ها به ازای هر گرم، فقط ۴ کالری دارد، بنابراین آن یک تک گرم چربی، انرژی بیشتری تولید می‌کند. اگر گرم کربوهیدرات شما مایل به سوزاندن چربی هستید، چون سوخت مورد نیاز شماست، همچنین با سوزاندن آن، از شر چربی‌های اضافه خلاص می‌شوید. نکته اینجاست که برای سوزاندن چربی به اکسیژن بیشتری نیاز داریم، چون چربی غلیظتر از کربوهیدرات است. سوخت مورد نیاز این است که بدن با استفاده از اکسیژن بیشتری می‌شود، به این صورت که قلب خوب بیشتری میضام می‌کند. عضلات اکسیژن بیشتری مصرف می‌کنند و میتوکندری افزایش می‌یابد.

مزایای ورزش هوازی برای سلامتی
شاید به هیچ ورزشی از علم ورزش به اندازهی مزایای ورزش هوازی توجه نشده باشد. برای اثبات مزایای ورزش هوازی نمونه‌های بسیار وجود دارد. در اینجا به فهرست مختصری از مزایای این ورزش اشاره می‌کنیم:

پیشگیری از سرطان

سرطان روده بزرگ، روده‌های بزرگ، کبد، پستان، ریسک ابتلا به سرطان رودهی بزرگ در افراد فعال نسبت به افراد غیرفعال حدود ۲۰ تا ۳۰ درصد کمتر است. این نظر می‌رسد انجام روزانه‌ی ورزش هوازی به مدت ۳۰ تا ۶۰ دقیقه‌ی کافی کاهش خطر ابتلا به سرطان از ۱۵ تا ۳۰ درصد می‌کشد.

سرطان سینه، شواهد منطقی روشنی وجود دارد مبنی بر اینکه زنان فعال در مقایسه با زنان کم‌تحرك، بسیار کمتر در معرض خطر ابتلا به سرطان سینه قرار می‌گیرند. انجام روزانه‌ی ورزش هوازی به مدت ۱۵۰ تا ۱۷۵ دقیقه‌ی کافی کاهش خطر ابتلا به این سرطان را ۳۰ تا بالا رفتن میزان ورزش با توجه به میزان ورزش هر ماه است.

سرطان ریه، از خصوص رابطهای فعالیت‌های فیزیکی و پیشگیری از سرطان ریه، مطالعات نسبتا کمی انجام شده است. داده‌های موجود حاکی از آن است که احتمال ابتلا به این سرطان در افراد فعال نسبت به افراد غیر فعال ۲۰ تا ۴۰ درصد حادتر صربان قلب، در میحت سرطان، ورزش هوازی دوی در نیست، اما شواهد حاکی از آن است که این ورزش‌ها قطعاً می‌توانند به درمان سرطان کمک کنند.

پوکی استخوان

کاهش تراکم استخوان مشخصه‌ی این بیماری است که می‌تواند منجر به خطر بالای شکستگی شود. خیر خوب این است که ورزش می‌تواند تراکم استخوان را بالا ببرد یا حداقل، سرعت رشد پستیاری را در مردان و زنان پایین بیاورد. شاید این راه‌حل برای همه جواب ندهد، گذشته از این، میزان و نوع دقیق ورزش‌های لازم برای بهره‌بردن از مزایا شناخته‌شده است، اما شواهد نشان می‌دهد ورزش به درمان بیماری پوکی استخوان کمک می‌کند. در مورد کودکان هم خبر خوب این است، گویا تراکم استخوان کودکان با فعالیت بیشتر بالاتر از کودکان کم‌تحرك است و این امر می‌تواند به پیشگیری از شکستگی استخوان کودکان در آینده کمک کند.

افسردگی

اثرات ورزش بر روحیه و خلق‌و‌خوای بسیاری از ما که به‌طور منظم ورزش نمی‌کنیم، بدیهی است. برخی از مطالعات به‌طور ویژه به بررسی اثرات ورزش بر افسردگی پرداخته‌اند. یکی از تازه‌ترین این مطالعات نشان داد، ورزش میزان افسردگی را تا ۲۷ درصد کاهش می‌دهد (توصیه: ۳۰ دقیقه راه رفتن روی تردمیل یا دوچرخه‌سواری. ۲ تا ۵ روز در هفته، به مدت ۱۲ هفته). در صورت وجود افسردگی شدید، ورزش جایگزین درمان نیست، اما در افسردگی‌های خفیف، شواهد متناقض‌نکننده‌ی مثبتی بر مفید بودن ورزش وجود دارند.

چربی‌ها و کربوهیدرات‌ها

چربی و کربوهیدرات، سوخت‌هایی هستند که عضلات ما آنها را می‌سوزانند. فرق بین این دو سوخت در مقاومت بودن چربی است، به عبارت دیگر، چربی به ازای هر گرم، حاوی ۹ کالری است، در حالی که کربوهیدرات‌ها به ازای هر گرم، فقط ۴ کالری دارد؛ بنابراین از یک گرم چربی، انرژی بیشتری می‌گیریم تا یک گرم کربوهیدرات. شما مایل به سوزاندن چربی هستید، چون سوخت مورد نیاز شماست، همچنین با سوزاندن آن، از شر چربی‌های اضافه خلاص می‌شوید. نکته اینجاست که برای سوزاندن چربی به اکسیژن بیشتری نیاز داریم، چون چربی غلیظتر از کربوهیدرات است. سوخت مورد نیاز این است که بدن با استفاده از اکسیژن بیشتری چربی هنگام انجام منظم ورزش هوازی بهتر می‌شود، به این صورت که قلب خوب بیشتری میضام می‌کند. عضلات اکسیژن بیشتری مصرف می‌کنند و میتوکندری افزایش می‌یابد.

ادامه دارد...

سلامت

چطور خطر ابتلا به بیماری های قلبی

را کاهش دهیم؟

رفقی چربی‌ها و کربوهیدرات‌ها



شده بود تا ما خیلی خوب تمرین کنیم. بعد از آن تمرینات خود را در تهران پیگیری کردیم. در نهایت پس از اردوی ترکیه خود را آماده اعزام به مسابقات جاکارتا می‌باشیم.

سنا غلامپور در خصوص اردوهای آمادگی تیم ملی شتا پیش از برگزاری بازی‌های آسیای جاکارتا اظهار کرد: اردوهای بارودی با برنامه شروع شد، در آنجا من و مهدی انصاری چارخی کاراکند، خاطرنشان کرد: وضوح تفاوت تمریناتمان را برقرار کردیم، سپس به اردوی ارتفاع ارمنستان اعزام شدیم و حدود سه هفته آنجا تمرین کردیم. شناگران خوبی و بعد از آن نقطه مصرف صرف تکننگان است و معیار ما در نهایت نقطه مصرف است.

سرطان ریه، از خصوص رابطهای فعالیت‌های فیزیکی و پیشگیری از سرطان ریه، مطالعات نسبتا کمی انجام شده است. داده‌های موجود حاکی از آن است که احتمال ابتلا به این سرطان در افراد فعال نسبت به افراد غیر فعال ۲۰ تا ۴۰ درصد حادتر کامل صربان قلب، در میحت سرطان، ورزش هوازی دوی در نیست، اما شواهد حاکی از آن است که این ورزش‌ها قطعاً می‌توانند به درمان سرطان کمک کنند.

سرطان سینه، شواهد منطقی روشنی وجود دارد مبنی بر اینکه زنان فعال در مقایسه با زنان کم‌تحرك، بسیار کمتر در معرض خطر ابتلا به سرطان سینه قرار می‌گیرند. انجام روزانه‌ی ورزش هوازی به مدت ۱۵۰ تا ۱۷۵ دقیقه‌ی کافی کاهش خطر ابتلا به این سرطان را ۳۰ تا بالا رفتن میزان ورزش با توجه به میزان ورزش هر ماه است.

سرطان ریه، از خصوص رابطهای فعالیت‌های فیزیکی و پیشگیری از سرطان ریه، مطالعات نسبتا کمی انجام شده است. داده‌های موجود حاکی از آن است که احتمال ابتلا به این سرطان در افراد فعال نسبت به افراد غیر فعال ۲۰ تا ۴۰ درصد حادتر صربان قلب، در میحت سرطان، ورزش هوازی دوی در نیست، اما شواهد حاکی از آن است که این ورزش‌ها قطعاً می‌توانند به درمان سرطان کمک کنند.

مدیر گروه بهداشت محیط و حرفه‌ای دانشگاه علوم پزشکی مشهد گفت، احتمال خطر در آب شهرستان قوچان به صورت سهوا یا عمدا وجود دارد.

علیاصغر حسینی در کارگروه سلامت و امنیت غذایی در فرمانداری قوچان با بیان اینکه مهمترین فاکتور تاثیرگذار بر روی سلامت انسان آب است، اظهار کرد: ما برای کنترل آب معمولا معیارهایی که انتخاب میکنیم نخستین مورد آن اطمینان از منبع تامین کننده آب است که قدرتم قابل قبول است و چقدر میتوان با فرایند تصفیه به حد قابل قبول برسد و چقدر باید مدت آن هزینه شود.

وی با اشاره به احتمال آلودگی برای آبهای سطحی به دلیل تردد از مسیرهای مختلف عنوان کرد، ویژگی وروانه این است که خاصیت خود پالایندگی دارد و با توجه به در طول مسیر انجام میشود مقداری از آلاینده‌ها کاهش پابندکند.

مدیر گروه بهداشت محیط و حرفه‌ای دانشگاه علوم پزشکی مشهد با اشاره به معیار استاندارده ملی ایران و وجود سه فاکتور برای آب اظهار کرد: ما اگر از حدی که خط قرمز برای تعیین کرده‌اند عبور کند قابل مصرف نیست و در کوتاه مدت با دراز مدت بر روی سلامت افراد تاثیر گذار است.

حسینی با بیان این نکته که تمیبه آب در استان ریस्क خطر را نشانمیی، شهادت میداد با ایفای نقش آب و قوچان با توجه به بررسی و بازدیدها که انجام شد نشان میداد که احتمال خطر به صورت سهوا یا عمدا وجود دارد.



علیرضا فغانی داور بین المللی فوتبال ایران موفقیت در جام جهانی برای تیم دآوری ایران در متعلق به ایران دانست و توضیح داد: خدا را شکر در جام جهانی همه چیز به خوبی برای تیم دآوری ایران پیش رفت. آنچه مسلم این است که در قبال تیم دآوری هم وجود داشت و همین حمایت‌های مردم، مسئولین و رسانه‌ها برای ما هم روحیه بخش بود تا این تیم بتواند در جام جهانی شرکت کند. ما با یک فضاوت دیدیم که تیم ملی فوتبال ایران در ترک می‌داند. میلیون ایرانی با خاطره خوش جام را ترک کردند و هر چهار فضاوت نگار دوری ایران خدا را شکر با سرپندری برای کشورمان همراه شد. این داور تاریخ سبز فوتبال ایران نقش خانواده

شناگر خراسانی تیم ملی:

شانسی زیادی برای کسب مدال در جاکار تا نداریم



ورزشکاران با تمام توانشان در این مسابقات شرکت می‌کنند. تیم‌های چین و ژاپن اصلا دوست ندارند پس از اردوی ترکیه خود را آماده اعزام به مسابقات جاکارتا می‌باشیم.

سنا غلامپور در خصوص اردوهای آمادگی تیم ملی شتا پیش از برگزاری بازی‌های آسیای جاکارتا اظهار کرد: اردوهای بارودی با برنامه شروع شد، در آنجا من و مهدی انصاری چارخی کاراکند، خاطرنشان کرد: وضوح تفاوت تمریناتمان را برقرار کردیم، سپس به اردوی ارتفاع ارمنستان اعزام شدیم و حدود سه هفته آنجا تمرین کردیم. شناگران خوبی و بعد از آن نقطه مصرف صرف تکننگان است و معیار ما در نهایت نقطه مصرف است.

سرطان ریه، از خصوص رابطهای فعالیت‌های فیزیکی و پیشگیری از سرطان ریه، مطالعات نسبتا کمی انجام شده است. داده‌های موجود حاکی از آن است که احتمال ابتلا به این سرطان در افراد فعال نسبت به افراد غیر فعال ۲۰ تا ۴۰ درصد حادتر صربان قلب، در میحت سرطان، ورزش هوازی دوی در نیست، اما شواهد حاکی از آن است که این ورزش‌ها قطعاً می‌توانند به درمان سرطان کمک کنند.

سرطان سینه، شواهد منطقی روشنی وجود دارد مبنی بر اینکه زنان فعال در مقایسه با زنان کم‌تحرك، بسیار کمتر در معرض خطر ابتلا به سرطان سینه قرار می‌گیرند. انجام روزانه‌ی ورزش هوازی به مدت ۱۵۰ تا ۱۷۵ دقیقه‌ی کافی کاهش خطر ابتلا به این سرطان را ۳۰ تا بالا رفتن میزان ورزش با توجه به میزان ورزش هر ماه است.

سرطان ریه، از خصوص رابطهای فعالیت‌های فیزیکی و پیشگیری از سرطان ریه، مطالعات نسبتا کمی انجام شده است. داده‌های موجود حاکی از آن است که احتمال ابتلا به این سرطان در افراد فعال نسبت به افراد غیر فعال ۲۰ تا ۴۰ درصد حادتر صربان قلب، در میحت سرطان، ورزش هوازی دوی در نیست، اما شواهد حاکی از آن است که این ورزش‌ها قطعاً می‌توانند به درمان سرطان کمک کنند.

مدیر گروه بهداشت محیط و حرفه‌ای دانشگاه علوم پزشکی مشهد:

احتمال خطر در آب شهرستان قوچان به

صورت سهوا یا عمدا وجود دارد

مدر گروه بهداشت محیط و حرفه‌ای دانشگاه علوم پزشکی مشهد گفت، احتمال خطر در آب شهرستان قوچان به صورت سهوا یا عمدا وجود دارد.

علیاصغر حسینی در کارگروه سلامت و امنیت غذایی در فرمانداری قوچان با بیان اینکه مهمترین فاکتور تاثیرگذار بر روی سلامت انسان آب است، اظهار کرد: ما برای کنترل آب معمولا معیارهایی که انتخاب میکنیم نخستین مورد آن اطمینان از منبع تامین کننده آب است که قدرتم قابل قبول است و چقدر میتوان با فرایند تصفیه به حد قابل قبول برسد و چقدر باید مدت آن هزینه شود.

وی با اشاره به احتمال آلودگی برای آبهای سطحی به دلیل تردد از مسیرهای مختلف عنوان کرد، ویژگی وروانه این است که خاصیت خود پالایندگی دارد و با توجه به در طول مسیر انجام میشود مقداری از آلاینده‌ها کاهش پابندکند.

مدیر گروه بهداشت محیط و حرفه‌ای دانشگاه علوم پزشکی مشهد با اشاره به معیار استاندارده ملی ایران و وجود سه فاکتور برای آب اظهار کرد: ما اگر از حدی که خط قرمز برای تعیین کرده‌اند عبور کند قابل مصرف نیست و در کوتاه مدت با دراز مدت بر روی سلامت افراد تاثیر گذار است.

حسینی با بیان این نکته که تمیبه آب در استان ریस्क خطر را نشانمیی، شهادت میداد با ایفای نقش آب و قوچان با توجه به بررسی و بازدیدها که انجام شد نشان میداد که احتمال خطر به صورت سهوا یا عمدا وجود دارد.

مدیر گروه بهداشت محیط و حرفه‌ای دانشگاه علوم پزشکی مشهد گفت، احتمال خطر در آب شهرستان قوچان به صورت سهوا یا عمدا وجود دارد.

علیاصغر حسینی در کارگروه سلامت و امنیت غذایی در فرمانداری قوچان با بیان اینکه مهمترین فاکتور تاثیرگذار بر روی سلامت انسان آب است، اظهار کرد: ما برای کنترل آب معمولا معیارهایی که انتخاب میکنیم نخستین مورد آن اطمینان از منبع تامین کننده آب است که قدرتم قابل قبول است و چقدر میتوان با فرایند تصفیه به حد قابل قبول برسد و چقدر باید مدت آن هزینه شود.

کوه‌ها از ورزش استان

قهرمانی تیم‌شمشیربازی خراسان

رضوی در مسابقات قهرمانی کشور



مسابقات قهرمانی کشور در بخش نونهالان از ۱۲ اردیبه ماه با حضور ۲۴ استان در تهران برگزارشد.

نونهالان استان با فرخندش در این رقابت‌ها در مجموع سه‌ساله‌ه توانستند عنوان قهرمانی را کسبکنند.

مهرداد شایگان و حامد بزبرگان طلای زیر ۱۲ سال، یزدان عزیزیان طلای زیر ۱۴ تا ۱۵ راجت آوردند. همچنین محمدصادق سجادیورزبر نیز ۱۲ سال و آراد تشریزیان نیز ۱۲ راجت آوردند.

حضور پررنگ بانوان در برنامه‌های

اوقات فراغت و هیئت‌های ورزشی

سروروی معاون ورزش بانوان استان از حضورحاکم‌وزیربان درکنس‌های اوقات فراغت‌خبرداد.

سروروی درایس‌ن امیبه گفت: کاتسان هیئت‌ها و ورزشگاه‌ها و هیئت‌های ورزشی استان فعالیت‌کند.ای‌درزمینه جذب‌بانوان درکنس‌های اوقات فراغت‌کارکردنشاط

وشادابی، ورزش‌سرگرمی، رشدوشکافیه‌مناسبتها وتکوین‌شخصیت‌وفراهم‌بخشیدن‌صرف‌مناسب‌ها آموزش‌های‌مفیدوالمردم‌رشته‌های‌مختلفه‌وزشرایا تلاشند.

وی‌در‌ادامه‌گفت‌همچنین‌بایوجه‌به‌زمانه‌ده‌هواست پیش‌بینی‌ها و برنامهریزی‌های‌زمانه‌ی‌رضوی‌خصوص باتشکود، برگزاری‌کردن‌این‌هفته‌مصرف‌گفته‌از‌جه‌جزیره ورزشی‌تحت‌نظرسابق‌مختلف‌ورزشی، مسابقت ورزشی‌تحت‌نظرسابق‌مختلف‌ورزش‌و مسابقت گرایداشت‌ولادت‌خوب‌معمومه‌(س) ووززشختر، برگزاری‌مراسم‌های‌تجلیل و تقدیر از ورزشکاران و همایش‌های‌مختلف‌ورزشی‌که‌از‌سوی‌ادارات‌ورزش و جوانان‌خراسان‌های‌استان و هیئت‌های‌ورزشی‌در‌خصوص‌بانوان‌صورت‌می‌گیرد.

برگزاری دوره‌اسان‌فنی رسمی

دفاع شخصی در مشهد

رئیس هیئت جودو، جویتسو و کوراش خراسان رضوی از برگزاری دوره بارآموزی دفاع شخصی زیر نظر فدراسیون کشور مشهدخبرداد.

حسین محمودی گفت: با توجه به توسعه و پیشرفت تکنیک‌های روز افزون دفاع شخصی در کشور تلاش داریم یک دوره بارآموزی ویژه مردمان دارنگان کمریندهای متشکی دان یک به بالا این رشته رزمی در مشهد برگزار کنیم. وی با اشاره به ساماندهی مطلوب رشته دفاع شخصی ذیل فعالیت‌های دیگر هیئت جودو، جویتسو و کوراش استان، افزود: بر اساس برنامه ریزی‌های کمیته دفاع شخصی هیئت، این استان‌های با نظارت فدراسیون در روز ۸ مرداد ماه در سال جودو شهیدچمران‌مشهد،برقرار خواهد‌شد.

رئیس هیئت جودو، جویتسو و کوراش خراسان رضوی بابیان اینکه حضور در این دوره برای لایس متکی مصوب کمیته دفاع شخصی فدراسیون شورای استان است، ادامه داد: حضور در این کلاس برای دارنگان مدارک مربگری و دان الزامی است و در ازبانی‌ها و اعزام به دوره‌های ارتقا درجه مربگری و کمربند موثر خواهد‌بود.

گفتنی است، با نظر وزارت ورزش و جوانان کشور، رشته دفاع شخصی چندین سال است که رسماً به عنوان یکی از رشته‌های تحت پوشش فدراسیون جودو، جویتسو و کوراش ساماندهی شده است که اقدامات خوبی در بخش آموزش‌فی و مسابقاتی این رشته به‌صورت سازمان‌یافته و یکپارچه در هیئت‌های استانی در حال اجراست.

کشتی گیر خراسانی مدال نقره آسیا

رابرگردن آویخت

دبیر هیئت کشتی خراسان‌رضوی‌گفت: وحید‌داخ‌خواه‌کشتی مبارز‌فرتنی‌کاروزن ۹۷ کیلوگرم از این استان در مسابقات قهرمانی جوانان آسیا صاحب مدال نقره‌شد.

خسرو علیراده گفت: مسابقات قهرمانی کشتی جوانان آسیا روزهای ۲۴ تا ۲۷ تیرماه جاری در شهردهلی‌تونسکوه‌هند‌برگزارشد. وی‌ادامه‌داد: داخ‌خواه دروزن ۹۷ کیلوگرم برای راهبایی‌به‌نیمه‌نهایی‌گه‌یران‌فرازان‌استان و کره جنوبی‌را شکست‌داد. وی‌در‌مرحله‌نیمه‌نهایی‌نیز میزب‌از دیدارهای رئیس‌جمهوریه‌را شکست‌داد‌به‌فینال‌رسید.

دبیر‌هیئت‌کشتی‌خراسان‌رضوی‌گفت: این‌کشتی‌گیر‌خراسانی‌در‌مرحله‌فینال‌مقابل‌نمور‌ماج‌جوف‌از‌ازبکستان‌با‌نتیجه‌سه‌به‌یک‌شکست‌خورد‌و‌مدال نقره‌آسیا‌برآورد.

در‌مجموع‌تیم‌ جوانان‌ ایران در مسابقات آسیایی‌با‌شکست‌ظلم‌سه‌تقرقه‌و‌یک‌و‌۲۵ امتیاز‌قهرمان‌شد و تیم‌های‌فراقتان‌ و‌قرقریزستان دوم‌وسوم‌شدند.

روزنامه اقتصادی سیاسی و فرهنگی خراسان رضوی

Sobhe-emrooz.ir

جانشین صاحب امتیاز و مدیر مسئول: حسین رفیعی

روابط عمومی و امور مشترکین: سازمان آگهی ها: ۰۹۱۵۲۵۶۰۰۹۱
۰۳۸۹۲۹۸۲۳-۰۵۱

دفتر خراسان رضوی:

آدرس: بولوار دانش آموز - دانش آموزه ۳-۳-پلاک ۴
تلفن: ۳۸۹۲۹۸۲۴-۳۸۹۲۹۸۲۵
نمابر: ۳۸۹۲۳۴۵۱ - ۰۵۱

مطالب درج شده در روزنامه الزاما به معنای تایید محتوای آن نمی باشد.

روزنامه صبح امروز پذیرای مطالب و مقالات شما مخاطبان ارجمند می باشد.

sobhe.emrooz.news@gmail.com

Www.sobhe-emrooz.ir

Sobhe.emrooz.news TELEGRAM.ME/SOBHEDALY

چشم انتظار نظرات، پیشنهادات و انتقادات شما هستیم
سامانه پیام کوتاه: ۰۸۸۸۰۰۰۸۰۰

اسرا

درس از امام

Lesson from Imam

امام هادی (ع) فرمودند:
هر که بر طریق خداپرستی محکم و استوار باشد، مصائب دنیا بر وی سبک آید، هر چه که تکه شود.

شعر روز

Poetry Day

چون روزم ز تیر به است نهد
تعبیر بر غم تیرگه است نهد
روزی به طار اوین ماست نهد

امام مهدی موجود موعود، ص ۱۶۲

شنبه ۳۰ تیر ماه ۱۳۹۷ سال اول - ۲۵۹ - ۵۰۰ هجری قمری

۷ ذی القعدة، ۱۳۹۷ Jul. 21, 2018 Vol.1, No. 259

روزنامه

صبح امروز

خراسان رضوی

مشهد اذان ظهر: ۱۲:۳۸ غروب آفتاب: ۱۹:۴۶ اذان مغرب: ۲۰:۰۶ اذان صبح فردا: ۰۳:۴۸ طلوع آفتاب: ۰۵:۳۰

میز خبر

کریمی قدوسی اعلام می کند، وزارت خارجه تکذیب فرشی نفر بیستم لیست ۱۰۰ نفره مدیران دو تابعیتی است؟



رئیس کمیته تحقیق و تفحص از مدیران دو تابعیتی گفت: پروین فرشی نفر بیستم لیست ۱۰۰ نفره مدیران دو تابعیتی است که تابعیت و گرین کارت آمریکا دارد.

جواد کریمی قدوسی رئیس کمیته تحقیق و تفحص از مدیران دو تابعیتی؛ در واکنش به تکذیب وزارت امور خارجه درباره دو تابعیتی بودن پروین فرشی سفیر جدید ایران در فنلاند گفت: اولین بار بنده این خانم را در کمیسیون امنیت ملی مجلس زمانی که بحث بررسی مسائل حقوقی دریای خزر مطرح بود، دیدم.

نماینده مردم مشهد و کلات در مجلس شورای اسلامی، ادامه داد: این خانم در جلسه کمیسیون امنیت ملی در صندلی کنار بنده نشست و من وی را نمی شناسم، زمانی که سستمش را سوال کردم گفت پروین فرشی معاون محیط زیست دریایی سازمان محیط زیست هستم که ۱۴ سال است در این سمت فعالیت می کنم، بعد از اتمام جلسه دبیر کمیسیون امنیت ملی به من در جمع نمایندگان اعلام کرد که این خانم کسی است که شما نامش را در لیست افراد دو تابعیتی قرار داده اید و حتی نامش در جلسه این کمیسیون قرائت شده است.

وی تأکید کرد: بر اساس همین لیست نام پروین فرشی در شماره بیستم از این لیست صد نفره قرار گرفته است که تابعیت و اقامت و گرین کارت آمریکا دارد، بعد از اظهارات دبیر کمیسیون به لیست مراجعه کرده و دیدم همین خانمی که ۱۴ سال است با وجود بحث های امنیتی بسیار مهم کشورمان هم در همین حوزه، معاونت امور دریایی محیط زیست را بر عهده دارد نامش در آن لیست قرار دارد. نماینده مردم مشهد و کلات تصریح کرد: بعد از ارائه لیست صد نفره مدیران و رؤسای دو تابعیتی به کمیسیون امنیت ملی تمامی اسامی در جلسه برای اعضا قرائت شد و بعد برای پیگیری ها، این لیست را طی نامه ای به وزارت امور خارجه ارسال کردیم.

کریمی قدوسی بیان کرد: اکنون وزارت امور خارجه و خود آقای قاسمی می توانند به این لیست مراجعه کرده و در ردیف بیستم این لیست نام پروین فرشی را مشاهده کنند. همین لیست را بنده حضوری خدمت دادستان کل کشور ارائه کردم لذا دادستان کل هم با مراجعه به ردیف بیستم می تواند نام این خانم را مشاهده کند.

رئیس کمیته تحقیق و تفحص از مدیران دو تابعیتی افزود: بنده حتی لیست مدیران و رؤسای دو تابعیتی را تحویل ازهای سخنگوی قوه قضاییه هم داده ام، با وجود تمام اطلاعات در اختیار دولت و مراکز بررسی اطلاعات و وزارت اطلاعات و حتی تاکیدات رهبر معظم انقلاب در دیدار با پرسنل وزارت اطلاعات مبنی بر اینکه آنها باید بسیار قوی بر روی مواضعشان نسبت به بررسی صلاحیت ها بایستند، چرا باز هم باید شخصی به عنوان سفیر انتخاب شود که دو تابعیتی بوده و سوابقش هم کاملاً موجود است. کریمی قدوسی گفت: وزیر امور خارجه افرادی را با داشتن تابعیت های مضاعف به سفارت خانه های کشورمان در دیگر کشورها اعزام می کند، متأسفانه هر حرف راستی را وزارت امور خارجه تکذیب کرده و کار کذب خود را درست نمایش می دهند و اسناد متفن را زیر سوال می برند در صورتی که اکنون بنده آدرس دقیق دادم تا آن ها به این لیست مراجعه کنند و از نظر ما قطعاً فرشی دو تابعیتی بوده و گزینش وی هم اتفاقی نیست.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان؛ رئیس کمیته تحقیق و تفحص از مدیران دو تابعیتی بیان کرد: اگر وزارت خارجه ارسال این لیست را تکذیب کرد بنده آنها را به همان نامه ای که همراه با لیست دو تابعیتی ها به ظریف نوشته و ارسال کردم ارجاع می دهم تا پاسخ استعلام ما را بدهند، البته آنها پاسخ ندادند.

این لیست را است که روابط عمومی وزارت امور خارجه در روزهای گذشته اعلام کرده بود: «ادعای دو تابعیتی بودن سرکار خانم دکتر فرشی کذب و بی اساس است».

بر اساس این گزارش، روابط عمومی وزارت امور خارجه به رد ادعای مطرح شده در خصوص دو تابعیتی بودن «پروین فرشی» که اخیراً به عنوان سفیر جمهوری اسلامی ایران در فنلاند منصوب شده است، اعلام کرد: این ادعا همچون ادعاهای قبلی مطرح شده بی هیچ دلیل و مدرک و از پایه و بنیان کذب است. بررسی های به عمل آمده در وزارت امور خارجه و وزارت اطلاعات نشان می دهد ایشان تابعیت یا مجوز اقامت از هیچ کشور خارجی ندارند و راپویان این گونه قسه های دروغ با چنین جوسازی های بی حاصل صرفاً اهداف کم ارزش و موضوعات شخصی و جناحی خاصی را دنبال می کنند که اصولاً قابل توجه و اعتنا نیست».

مصرف انرژی را تعدیل نکرده است، بین ۱۰۰۰ تا ۲۰۰۰ مگاوات مصرف برق دارد که می توان از این مصرفی به جد اجتناب کرد.

حاشیه های فایل صوتی گفت و گوی یک نماینده مجلس با یک زن

روزنامه شرق نوشت: انتشار فایلی صوتی از یکی از نمایندگان مجلس باعث ایجاد حواشی در فضای مجازی شده است. در این فایل، این نماینده مجلس با خانمی صحبت می کند که گویا با او روابطی داشته و او را تهدید می کند. اکبر عزیزیان عضو هیئت نظارت بر رفتار نمایندگان گفت: من این فایل را ندیده ام و خبری قطعی از آن ندارم.

با توجه به اینکه الان مجلس تعطیل است و به تبع هم هیئت نظارت بر رفتار نمایندگان جلسه ای نداشته، اطلاع ندارم هیئت به این موضوع ورود خواهد کرد یا نه. هیئت زمانی وارد موضوعات می شود که شکایتی صورت گرفته باشد یا گزارشی به هیئت برسد. درباره این موضوع هم اگر گزارشی شود، رسیدگی خواهیم کرد. محمود صادقی، نماینده تهران نیز گفت: من این فایل را ندیدم؛ اما با توجه به اینکه این مسائل در حوزه خصوصی فرد قرار می گیرد، چندان ورودی به آن نکردم و خیلی هم علاقه مند نیستم در فضای عمومی درباره آن صحبت کنم و به نظرم مجلس نیز نباید خیلی پیگیر آن باشد.

و اقلیت های محترم انجام می شود راه به جایی نخواهد برد.

پیشنهاد مصباحی مقدم به روحانی

مصباحی مقدم گفت: ما در سه نهاد وزارت اقتصاد، بانک مرکزی و سازمان مدیریت نیازمند تغییر افراد و رویکردها هستیم. البته مشاور اقتصادی رئیس جمهور نیز نیازمند تغییر است. مصباحی مقدم افزود: باید کسانی به میدان آیند که رویکرد آن های اقتصاد انقلابی زمان جنگ باشد. اقتصاد مقاومتی، ما به اقتصادی نیاز داریم که بتواند مسائل را مدیریت کرده و ما را از این برهه حاضر به سلامت خارج کند. وی ضمن استقبال از توجه رئیس جمهور به موضوع ترمیم کابینه، گفت: من معتقدم که این تغییر فضای تازه ای را در افکار عمومی به وجود می آورد و اعتماد عمومی را برمی انگیزد.

پیشنهاد تعطیلی یک ماهه دانشگاه ها برای صرفه جویی در مصرف برق

روزنامه جمهوری اسلامی در یادداشتی به قلم رضا امرا...ی استاد و رئیس پردیس دانشگاه امیرکبیر نوشت: اگر وزارت علوم و دولت محترم به صلحت بدانند شاید تعطیل کردن جدی دانشگاه ها در یک ماهه نیمه تیر با نیمه مرداد ماه (زمان پیک مصرف برق در سراسر کشور) لازم باشد. با محاسبه ساده ای که انجام داده ام این تعطیلی که عملاً وجود داشته ولی

جوسازی های بی حاصل صرفاً اهداف کم ارزش و موضوعات شخصی و جناحی خاصی را دنبال می کنند که اصولاً قابل توجه و اعتنا نیست!

پرونده سپینتا نیکنام امروز رسیدگی می شود

یک عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام از رسیدگی به پرونده سپینتا نیکنام در جلسه روز شنبه این نهاد خبر داد. به گزارش ایسنا، حجت الاسلام مصباحی مقدم، با انتقاد از اظهار نظر افراد بی اطلاع در مورد روند بررسی های مجمع گفت: اخیراً یک روزنامه و برخی اشخاص، اظهاراتی در موضوع پرونده آقای سپینتا نیکنام به اینجانب منتسب کرده اند و گفته اند که این موضوع با نظر دبیر مجمع از دستور کار مجمع حذف شده است که کاملاً کذب است.

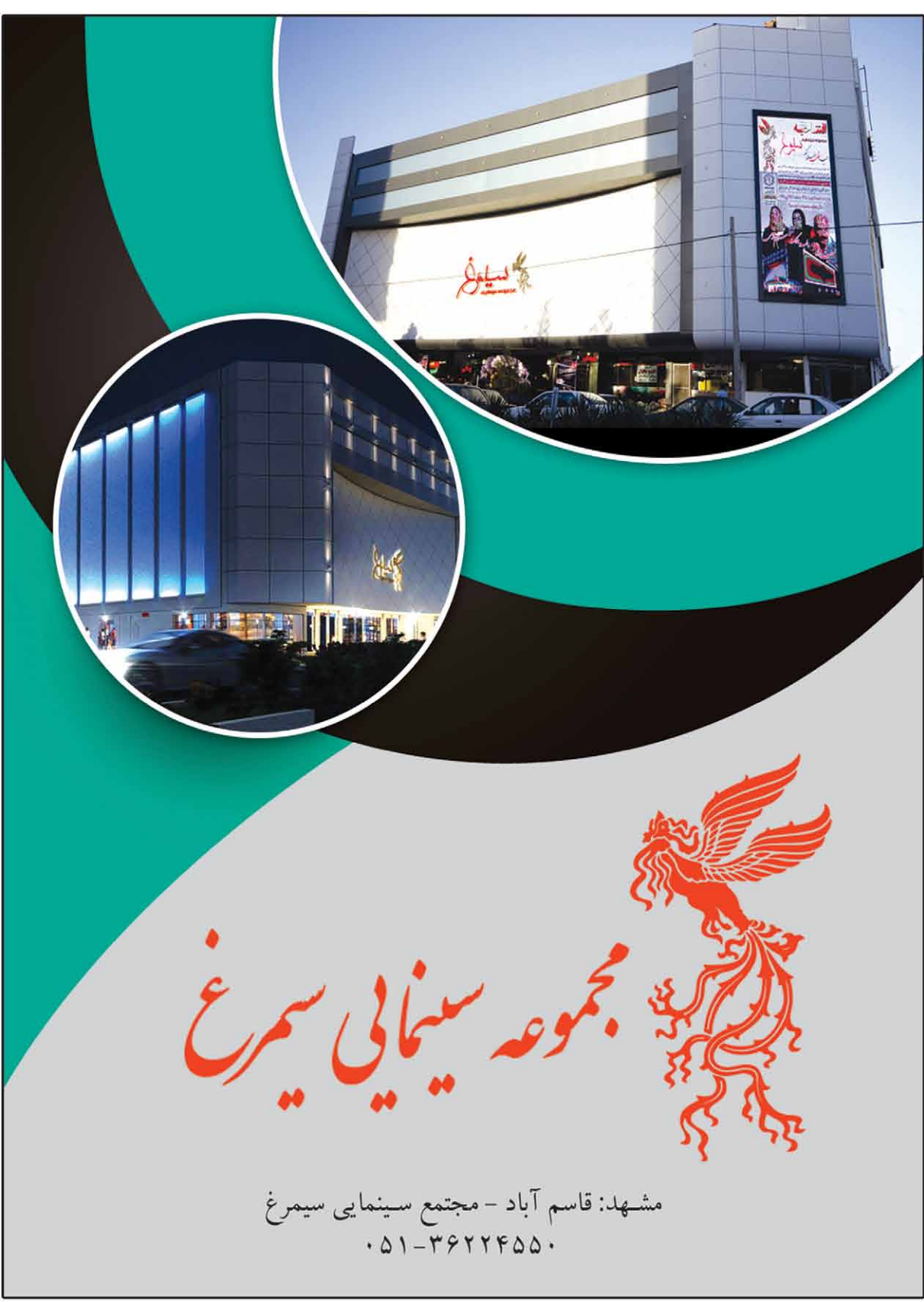
عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام گفت: موضوع حضور اقلیت ها در شوراهای شهر و روستا و تعیین تکلیف وضعیت سپینتا نیکنام در دستور کار جلسه ۳۰ تیرماه مجمع قرار دارد و بهتر است رئیس جمهور و سایر اعضای که در این موضوع نظرانی دارند، در جلسه حاضر باشند و فعالانه در مباحث شرکت کنند. غلامرضا مصباحی مقدم با ابراز تأسف از مواضع برخی افراد که اطلاع کافی از روند بررسی ها در مجمع ندارند، گفت: این قبیل اظهارات و اختلاف افکنی ها که با هدف دلسرده کردن مردم

با نوشتن آقای خ ی ب، فساد اقتصادی حل نمی شود

احمد توکلی گفت: اینکه قوه قضائیه محدودیت هایی دارد درست اما باید مطالب دادگاه های اقتصادی روشن شود نه اینکه بنویسیم آقای خ یا آقای ب وقتی همه می دانند که این کیست. با این شیوه افرادی که طرفدار فساد هستند. افکار عمومی را شکل می دهند اما افرادی که طرفدار نظام هستند نمی توانند حرفی بزنند. در این زمینه مجلس قانونی نوشت و اصرار بر نظر خود کرد اما در مجمع رد شد من این بار به نمایندگان توصیه کردم که بار دیگر این قانون را به جریان بیندازند ما تلاش می کنیم رای بیاورد. متأسفانه میل زیادی به مخفی کاری وجود دارد.

واکنش وزارت امور خارجه به ادعای کذب نماینده مشهد

روابط عمومی وزارت امور خارجه با رد ادعای بی اساس و مغرضانه " مطرح در خصوص دو تابعیتی بودن پروین فرشی که اخیراً به عنوان سفیر ایران در فنلاند منصوب شده است، اعلام کرد: این ادعا همچون ادعاهای قبلی مطرح شده بی هیچ دلیل و مدرک و از پایه و بنیان کذب است. بررسی ها در وزارت امور خارجه و وزارت اطلاعات نشان می دهد ایشان تابعیت یا مجوز اقامت از هیچ کشور خارجی ندارند و راپویان این گونه قسه های دروغ با چنین



مجموعه سینمایی سیمرغ

مشهد: قاسم آباد - مجتمع سینمایی سیمرغ
۰۵۱-۳۶۲۲۴۵۵۰

درمانگاه خیریه شبانه روزی آل نبی (ص)

وابسته به بنیاد خیریه درمانی آل محمد(ص) AI NABI CLINIC BOARDING

شامل درمانگاه های عمومی، تخصصی و فوق تخصصی:

داخلی، غدد، گوارش، کلیه، قلب و عروق، اطفال، جراحی کلیه، جراحی عمومی، زنان و زایمان، مامایی و ...

بخش همودیا لیز (خانم ها و آقایان)
دندانپزشکی (زیبایی، ترمیمی، ایمپلنت، ارتودنسی)
آزمایشگاه تشخیص طبی
رادیولوژی، سونوگرافی
خدمات پرستاری، طب سنتی، حجامت
داروخانه

در بخش های مختلف درمانگاه آماده ارائه بهترین خدمات با کیفیت عالی و نازلترین تعرفه می باشد




خیابان امام رضا(ع)، چهارراه دانش، خیابان شهید حنایی، نبش حنایی ۱۹
۰۹۱۸۳۹۰۸۲۳-۳۸۵۹۷۰۰۸-۹ ارتباط با ادمین @darmangahalnabi