

شرط واردات محصولات غذایی خارجی

مدیرکل فرآورده های غذایی و آشامیدنی سازمان غذا و دارو بیان اینکه واردات برخی از مواد غذایی دلیل موجود نبودن در داخل کشور در حال انجام است گفت محصولات وارداتی که داخل کشور موجود هستند از کفالت قانونی وارد کشور شده و مردم می توانند آنها استفاده کنند.

محمدحسین عزیزی مدیرکل فرآورده های غذایی و آشامیدنی سازمان غذا و دارو درباره ورود برخی از کشورهای واردات مریا با اشاره به گفت در برهه های گذشته محصولات که تولید شده داخل کشور ممنوع است و سازمان غذا و دارو در حوزه های تجهیزات پزشکی و غذا مجوز واردات به این محصولات را می دهد.

رئیس سازمان پوهوشی و برنامه ریزی آموزشی بیان اینکه پیوسته تحولات رخ داده در جریان تولید کتب درسی اسال و ورود کتبهای درسی به یوز سایر از طریق برخی مطلق هنوز یوز است گفت تحولات در هیت رسیدگی به تحولات و رتخته مطرح و از آن سیر تنیل می ود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا حجت الاسلام علی دوشنبه درباره روند پیشه و تأمین کالاهای مورد نیاز کتب درسی سال تحصیلی ۱۳۹۴-۹۵ گفت هر ساله معمولاً از مهماه چاپ کتب سال آینده شروع می کنند.

راهکاری جدید برای نجات جان بیماران دچار ایست قلبی!

تیم پزشکی سوئیس کنگره اکمو با ارائه راهکار جدید برای نجات جان برخی بیماران دچار ایست قلبی- تنفسی با استفاده از دستگاه اکمو گفت با استفاده از این دستگاه به طور موثرتر کشته شدن و سینه های ریوی این بیماران به حالت طبیعی بازمی گردد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تسنیم، دکتر فرخام حسین احمدی- عضو هیئت علمی دانشگاه شهید بهشتی- در آستانه برگزاری دومین کنگره اکمو گفت: اکمو به معنای حمایت چرخه ریوی حیات است. مرگ برای بیماران که دچار ایست قلبی- تنفسی می شوند به وقوع می پیوندد اما می توان با استفاده از دستگاه اکمو به طور موثرتر کشته شدن و سینه های ریوی این بیماران را به حالت طبیعی بازگرداند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، دکتر فرخام حسین احمدی- عضو هیئت علمی دانشگاه شهید بهشتی- در آستانه برگزاری دومین کنگره اکمو گفت: اکمو به معنای حمایت چرخه ریوی حیات است. مرگ برای بیماران که دچار ایست قلبی- تنفسی می شوند به وقوع می پیوندد اما می توان با استفاده از دستگاه اکمو به طور موثرتر کشته شدن و سینه های ریوی این بیماران را به حالت طبیعی بازگرداند.

کوش

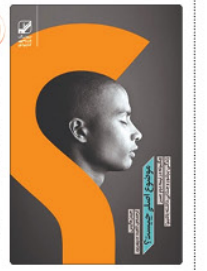
پروژه هیجانی کنترل موفقیتهای شما در زندگی شخصی و حرفه ای شما را به شما می دهد. این برنامه به شما کمک می کند تا اهداف خود را تعیین کنید و به آنها دست یابید.

قرص های رژیمی عامل بروز اختلالات غذایی در زنان

نتایج یک بررسی نشان می دهد مصرف قرص های رژیمی و مین با خطر ابتلا به اختلالات غذایی را افزایش می دهد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا در این بررسی آمده است: زنان و دختران جوانی که برای کنترل وزن از قرص های رژیمی و مین با صرف می کنند بیشتر در معرض ابتلا به اختلالات غذایی هستند.

به گزارش خبرگزاری یونایتد پراس، محققان با بیان اینکه مصرف قرص های رژیمی و مین با به منظور کنترل وزن می تواند اثر منفی بر سلامت بدن داشته باشد گفتند در این بررسی به دنبال این بودیم که مشخص شود آیا این محصولات می توانند به اختلالات غذایی منجر شوند که با توجه به نتایج بررسی هایمان پاسخ این سوال مثبت بود.



یک جرعه کتاب

موضوع اصلی چیست؟ چگونه در نیمه دوم عمر زندگی پرشور و جالبی داشته باشیم؟ پیوسته: حمید هالیس مترجم: مهدی پناهپور

پیام آشنا: معرفی کتاب موضوع اصلی چیست؟ خوبسختی کنونی خواننده را در هم می زند و زندگی هیجان انگیزی را پیش رو قرار می دهد. این کتاب

پیگیری پرونده تخلف فروش کتب درسی در بازار سیاه

تأمین کالاهای مورد نیاز کتب درسی سال تحصیلی ۱۳۹۴-۹۵ گفت هر ساله معمولاً از مهماه چاپ کتب سال آینده شروع می کنند.

ماکارونی با سبزه

ماکارونی با سبزه یک غذای خوشمزه و مقوی است که می تواند به بهبود گوارش و هضم غذا کمک کند.

ماکارونی بازبان گوساله

ماکارونی بازبان گوساله یک غذای خوشمزه و مقوی است که می تواند به بهبود گوارش و هضم غذا کمک کند.

طرز تهیه:

- ۱- زبانه گوساله یک عدد
۲- ماکارونی رشته ای ۳۰۰ گرم
۳- زردچوبه ۱ گرم
۴- زنجبیل و دارچین ۱ گرم
۵- پیاز ۱ عدد متوسط
۶- نمک و فلفل یک عدد
۷- روغن زیتون ۲ قاشق
۸- لیمو ۱ عدد
۹- زعفران ۳ عدد

ماکارونی با کباب

ماکارونی با کباب یک غذای خوشمزه و مقوی است که می تواند به بهبود گوارش و هضم غذا کمک کند.

ماکارونی با گوشت

ماکارونی با گوشت یک غذای خوشمزه و مقوی است که می تواند به بهبود گوارش و هضم غذا کمک کند.

ماکارونی با مرغ

ماکارونی با مرغ یک غذای خوشمزه و مقوی است که می تواند به بهبود گوارش و هضم غذا کمک کند.

ماکارونی با کدو

ماکارونی با کدو یک غذای خوشمزه و مقوی است که می تواند به بهبود گوارش و هضم غذا کمک کند.

موضوع اصلی چیست؟

چگونه در نیمه دوم عمر زندگی پرشور و جالبی داشته باشیم؟ پیوسته: حمید هالیس مترجم: مهدی پناهپور

پیام آشنا: معرفی کتاب

خوبسختی کنونی خواننده را در هم می زند و زندگی هیجان انگیزی را پیش رو قرار می دهد. این کتاب

تأمین کالاهای مورد نیاز کتب درسی

تأمین کالاهای مورد نیاز کتب درسی سال تحصیلی ۱۳۹۴-۹۵ گفت هر ساله معمولاً از مهماه چاپ کتب سال آینده شروع می کنند.

ماکارونی با سبزه

ماکارونی با سبزه یک غذای خوشمزه و مقوی است که می تواند به بهبود گوارش و هضم غذا کمک کند.

ماکارونی بازبان گوساله

ماکارونی بازبان گوساله یک غذای خوشمزه و مقوی است که می تواند به بهبود گوارش و هضم غذا کمک کند.

طرز تهیه:

- ۱- زبانه گوساله یک عدد
۲- ماکارونی رشته ای ۳۰۰ گرم
۳- زردچوبه ۱ گرم
۴- زنجبیل و دارچین ۱ گرم
۵- پیاز ۱ عدد متوسط
۶- نمک و فلفل یک عدد
۷- روغن زیتون ۲ قاشق
۸- لیمو ۱ عدد
۹- زعفران ۳ عدد

ماکارونی با کباب

ماکارونی با کباب یک غذای خوشمزه و مقوی است که می تواند به بهبود گوارش و هضم غذا کمک کند.

ماکارونی با گوشت

ماکارونی با گوشت یک غذای خوشمزه و مقوی است که می تواند به بهبود گوارش و هضم غذا کمک کند.

ماکارونی با مرغ

ماکارونی با مرغ یک غذای خوشمزه و مقوی است که می تواند به بهبود گوارش و هضم غذا کمک کند.

ماکارونی با کدو

ماکارونی با کدو یک غذای خوشمزه و مقوی است که می تواند به بهبود گوارش و هضم غذا کمک کند.

عبارتند از نخست آنکه زندگی مجموعه ای

عبارتند از نخست آنکه زندگی مجموعه ای از دست هم می رود: بازایی افتاد شخصی معنوی را به سبزی های زندگی می دهد. این سبزی ها با یکدیگر با رنگ هم راه می دهند و ما نمی توانیم از این سبزی ها جدا شویم. ما در برابر زندگی احساس می کنیم اما باید به یاد بگیریم که در حقیقت همه ما نزد خدا پیوسته هستیم. نماز روزی خود را حفظ کنید، باید بپذیرید هر چند همواره خوبی داشته

تازه های سلامت

غذاهای مفید برای سلامت چشم را بشناسیم

ای چشمان شما تمام مواد مغذی مورد نیاز جهت پیشگیری از آب مروارید و سایر بیماری های چشمی را دریافت می کنند برخی مواد غذایی مفید سلامت چشم را تضمین می کنند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا سبده دولتی- کاشناس

دکتر بهبود نتمنده- جلمه وزارت بهداشت- درمان و آموزش پزشکی- در این خصوص می گوید: هر گی سبز کلم متین غنی از لوتئین و زکراتین است که مرتبط با بینامین A و بتاکاروتین هستند.

نتایج تحقیقات نشان داده که این ترکیبات چشم را از خطرات نور آفتاب محافظت می کند و خطر آب مروارید را کاهش می دهد.

منابع خوب دیگر این مواد مغذی شامل سبزیجات برگ سبزه پرتقال، ترب، لیم و خربزه است.

بنام مایه ای جنب لوتئین و زکراتین نیاز به چربی دارد بنابراین خوردن این منابع را حتما با کمی چربی همراه باشد کلم یک ماده غذایی تک منظوره نیست این سبزی حاوی بینامین C و بتاکاروتین نیز بوده که از دیگر مواد مغذی مفید برای چشم هستند.

سیب زمینی یک منبع خوب بتاکاروتین بوده که ممکن است پیشرفت آب مروارید را کند و بتاکاروتین را به بینامین A تبدیل می کند و این بینامین از خشکی چشم و آب مروارید شعله جلوگیری می کند.

بتاکاروتین و بینامین A به کاهش خطر عفونت چشم نیز کمک می کنند. اگر سبب زمینی دوست ندارید سعی کنید از دیگر مواد غذایی مفید همچون کدو، باه، کبوتر سبزی شامل اسفناج، بتاکاروتین خود را بمانت آورید.

چکن، کشمش و تخم کدو دیگر منابع عالی بینامین A هستند و هم مانند لوتئین و زکراتین، بتاکاروتین و بینامین A در هنگام غذا خوردن نیز یک چربی سالم مانند روغن زیتون جنب می شوند.

توت فرنگی تازه یک ماده غذایی مفید برای چشمان شماست. این میوه حاوی مقدار زیادی بینامین C است که یک آنتی آکسیدان بوده و می تواند خطر ابتلا به آب مروارید را کاهش دهد.

مجموعین مطمئن شوید که در بقیاق خود سایر غذاهای غنی از بینامین C شامل فلفل پیاز، بروکلی، مرکب (مانند نارنگی و گریب (فروت) در طول روز استفاده کرده اید.

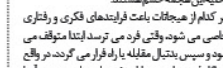
اگر چشم شما دچار خشکی است می توانید با مصرف ۳ لیتر مایه های مشکلی شما برطرف شود.

همه روزه مقدار کمی چربی مفید را می توانید از راه مصرف سالمون یا سایر انواع ماهی ماده (گرند هولی و بینامین C که آن را برای بیماری چشم مفید است) و تخم کدو دریافت کنید.

سالمون همچنین منبع خوبی از بینامین D است که به محافظت در برابر نور آفتاب و ماکارونی کمک می کند. بینامین D را می توان از ماهی صحر، ساردین، شیرو و آب پرتقال غنی شده با بینامین D نیز به دست آورد.

چکن فنانج جای سبزی بیش از یک نوشیدنی آرامش بخش و خوشمزه بوده و آنتی آکسیدان آن ممکن است به کاهش خطر ابتلا به آب مروارید کمک کند.

جای سبزی حاوی مواد سلامت بخشی است که به نام کاتچین شناخته می شود که دارای خواص ضد التهابی و آنتی آکسیدانی است. سایر غذاهایی که حاوی کاتچین از جمله شکلات تلخ توت ها و سیب بوده و جای سیاه هم دارای کاتچین است ولی مقدار آن کمتر از جای سبزی است.



جامعه همراه باشید

صحه "جلمه" با رویکردی متفاوت از گذشته با مطالب متنوع در حوزه های جامعه سلامت، روانشناسی، سلامت ناهای و مدرنیت علاوه بر مسائل حقوقی، قضایی و هزاران موضوع چاربه خوانندگی دیگر، میهمان خانه هایتان است.

شماره تماس: ۳۳۵۲۳۸۸

هوش هیجانی عاملی برای سنجش موفقیت، کنترل خشم یا شادی!

هوش هیجانی مدت کوتاهی است که به وسیله محققان کشف شده و این هوش بسیار بیشتر از هوش منطقی سابق که با های کیوه مستحده می شود می تواند موفقیت فرد را باقرار داری پیش بینی و تمان دهد.

برای شناخت هوش هیجانی باید در وهله نخست انواع هیجان ترس و اضطراب، شادی و تم، قنرت و انتقام را شناختن برای تمهید وقتی فرد با دیگران جامعه شد هستند. سلاز ترس و اضطراب این روغن های فکرمای تازه و حسد کمک به دیگران آمده است و در مقابل وقتی فرد با افراد حتمتگین هستند فکرمای متقی به نهن آنان هجوم می آرد و به طور طبیعی به دنبال افلاخ از خود یا تلباین همچم خشم هستند.

هر کلمه از هیجانات باعث فرایندهای فکری و رفتاری خاصی می شوند وقتی فرد می تواند ابتدا متوقف می شود و سپس بتدبیل مقلله را در فرار می گردد در واقع هرگاه فرد هیجانات خود را با تمانند سپس انجام دهد از جهت سلاز شدن با محیط و به سمت هیجانات مثبت تبدیل می شود. در واقع هیجانات کنترل هیجانی بالاتر، شناس موفقیت خود را افزایش دهد.

راهکار کنترل هوش هیجانی

تسن راه را در توسعه متخصمان رویشرتک و روان مدگلتر این طریق است که با دیگران جامعه هیجان درونی یکی می یابند یا که با آن درگیر می شوند.

کنترل و تنظیم آن را برمی کنند. بهدولمدتی با تنظیم هیجان های توان در حد متوسط بیشتربین بهره از زمان و زندگی خود رود.

هوش هیجانی

هوش هیجانی به منظور متخصمان رفتشتی علمی برای فرایندگیری توانایی فرد در سوی خودشنی بر روی فرایند و روابط متخصمان اجتماعی و همچنین کنترل خشم و قنرت و یا شادی است.

محمد رضا محمدی- متخصن رفتشتی- در این زمینه می گوید: هوش هیجانی به معنای توانایی فرد در شناختن و مدیریت هیجانات خود است. این هوش به فرد کمک می کند تا به اهداف خود دست یابد و به دیگران کمک کند تا به اهداف خود دست یابند.

هوش هیجانی به معنای توانایی فرد در شناختن و مدیریت هیجانات خود است. این هوش به فرد کمک می کند تا به اهداف خود دست یابد و به دیگران کمک کند تا به اهداف خود دست یابند.

تخریب هوشی با هوش هیجانی، کدام بهتر است؟

شادی و قنرت و افتوه که زمینه ساز فرایندهای فکری و رفتاری خاصی در بین افراد جامعه مختلف است. جایگزین هوش هیجانی شده که می تواند توانایی فرد را باقرار داری باقرار داری سبزی هوشی بالا در برقراری عده فرد با دیگران جامعه هیجان درونی یکی می یابند یا که با آن درگیر می شوند.

کنترل و تنظیم آن را برمی کنند. بهدولمدتی با تنظیم هیجان های توان در حد متوسط بیشتربین بهره از زمان و زندگی خود رود.