

صاحب‌امتیاز: موسسه سهام‌الاندیشه‌های  
 مدیرمسئول: محمود جودی / سردبیر: بهادر جودی  
 نماینده: گروه‌های تعاون، فرهنگ، جنب‌کانون کارشناسان رسمی  
 مشاوران: ...  
 تلفن: ۰۲۱-۲۳۳۳۳۳۳۳-۲۳۳۳۳۳۳۳-۲۳۳۳۳۳۳۳  
 آدرس: ...  
 اعتبار: در طرح‌های بیمه‌ای وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی ۵۸٪  
 چاپ: کاغذ

**پرشا**  
**«همراهی»**  
**که با رواتن همراه نیست!**

بررسی‌ها و مشاهدات میدانی و کلینیکی نشان می‌دهد بسیاری از افراد که با رواتن همراه نیستند، در واقع رواتن را به همراهی نمی‌آورند. این موضوع به دلیل تفاوت در سبک زندگی، رژیم غذایی و عوامل دیگر است. در این مقاله به بررسی این موضوع می‌پردازیم.

**تلفن همراه آف‌اشترک**  
 یکی از عواملی که می‌تواند به کاهش استفاده از تلفن همراه در محیط‌های کاری و آموزشی منجر شود، استفاده از تلفن همراه آف‌اشترک است. این روش به شما کمک می‌کند تا در ساعات کاری و در محیط‌های آموزشی، از استفاده از تلفن همراه خود اجتناب کنید.

**تلفن همراه آف‌اشترک**  
 یکی از عواملی که می‌تواند به کاهش استفاده از تلفن همراه در محیط‌های کاری و آموزشی منجر شود، استفاده از تلفن همراه آف‌اشترک است. این روش به شما کمک می‌کند تا در ساعات کاری و در محیط‌های آموزشی، از استفاده از تلفن همراه خود اجتناب کنید.

**تلفن همراه آف‌اشترک**  
 یکی از عواملی که می‌تواند به کاهش استفاده از تلفن همراه در محیط‌های کاری و آموزشی منجر شود، استفاده از تلفن همراه آف‌اشترک است. این روش به شما کمک می‌کند تا در ساعات کاری و در محیط‌های آموزشی، از استفاده از تلفن همراه خود اجتناب کنید.

**تلفن همراه آف‌اشترک**  
 یکی از عواملی که می‌تواند به کاهش استفاده از تلفن همراه در محیط‌های کاری و آموزشی منجر شود، استفاده از تلفن همراه آف‌اشترک است. این روش به شما کمک می‌کند تا در ساعات کاری و در محیط‌های آموزشی، از استفاده از تلفن همراه خود اجتناب کنید.

**تلفن همراه آف‌اشترک**  
 یکی از عواملی که می‌تواند به کاهش استفاده از تلفن همراه در محیط‌های کاری و آموزشی منجر شود، استفاده از تلفن همراه آف‌اشترک است. این روش به شما کمک می‌کند تا در ساعات کاری و در محیط‌های آموزشی، از استفاده از تلفن همراه خود اجتناب کنید.

**تلفن همراه آف‌اشترک**  
 یکی از عواملی که می‌تواند به کاهش استفاده از تلفن همراه در محیط‌های کاری و آموزشی منجر شود، استفاده از تلفن همراه آف‌اشترک است. این روش به شما کمک می‌کند تا در ساعات کاری و در محیط‌های آموزشی، از استفاده از تلفن همراه خود اجتناب کنید.

**۴۳۶** امروز با حافظ  
**فقیه** مدرسه‌دهی مستند بود و فتوی‌ی داد  
 که می‌حرام، ولی به زال اوقات است  
 به درد و صاف تو را حکم نیست خوش در کش  
 که هر چه ساقی ما کرد عین اطفاف است

**گزارش روز**  
 چند سالی است که تلفن همراه به قدری فراوان شده است که در محیط‌های کاری و آموزشی، استفاده از آن به شدت کاهش یافته است. این موضوع به دلیل استفاده از تلفن همراه آف‌اشترک و سایر روش‌های کاهش استفاده از تلفن همراه است.

**گزارش پیام آشنا**  
 به گزارش پیام آشنا، با توجه به افزایش استفاده از تلفن همراه در محیط‌های کاری و آموزشی، استفاده از تلفن همراه آف‌اشترک به شدت افزایش یافته است. این روش به شما کمک می‌کند تا در ساعات کاری و در محیط‌های آموزشی، از استفاده از تلفن همراه خود اجتناب کنید.

**گزارش پیام آشنا**  
 به گزارش پیام آشنا، با توجه به افزایش استفاده از تلفن همراه در محیط‌های کاری و آموزشی، استفاده از تلفن همراه آف‌اشترک به شدت افزایش یافته است. این روش به شما کمک می‌کند تا در ساعات کاری و در محیط‌های آموزشی، از استفاده از تلفن همراه خود اجتناب کنید.

**گزارش پیام آشنا**  
 به گزارش پیام آشنا، با توجه به افزایش استفاده از تلفن همراه در محیط‌های کاری و آموزشی، استفاده از تلفن همراه آف‌اشترک به شدت افزایش یافته است. این روش به شما کمک می‌کند تا در ساعات کاری و در محیط‌های آموزشی، از استفاده از تلفن همراه خود اجتناب کنید.

**گزارش پیام آشنا**  
 به گزارش پیام آشنا، با توجه به افزایش استفاده از تلفن همراه در محیط‌های کاری و آموزشی، استفاده از تلفن همراه آف‌اشترک به شدت افزایش یافته است. این روش به شما کمک می‌کند تا در ساعات کاری و در محیط‌های آموزشی، از استفاده از تلفن همراه خود اجتناب کنید.

**گزارش پیام آشنا**  
 به گزارش پیام آشنا، با توجه به افزایش استفاده از تلفن همراه در محیط‌های کاری و آموزشی، استفاده از تلفن همراه آف‌اشترک به شدت افزایش یافته است. این روش به شما کمک می‌کند تا در ساعات کاری و در محیط‌های آموزشی، از استفاده از تلفن همراه خود اجتناب کنید.

**گزارش پیام آشنا**  
 به گزارش پیام آشنا، با توجه به افزایش استفاده از تلفن همراه در محیط‌های کاری و آموزشی، استفاده از تلفن همراه آف‌اشترک به شدت افزایش یافته است. این روش به شما کمک می‌کند تا در ساعات کاری و در محیط‌های آموزشی، از استفاده از تلفن همراه خود اجتناب کنید.

**گزارش پیام آشنا**  
 به گزارش پیام آشنا، با توجه به افزایش استفاده از تلفن همراه در محیط‌های کاری و آموزشی، استفاده از تلفن همراه آف‌اشترک به شدت افزایش یافته است. این روش به شما کمک می‌کند تا در ساعات کاری و در محیط‌های آموزشی، از استفاده از تلفن همراه خود اجتناب کنید.

**تند**  
 ای همایون نظر از من نظری  
 بازنگیر  
 طویلم در قفس از من شکری  
 بازنگیر  
 ظهیر ذاریایی

**گفت و گو، شاه کلید کل تعارضات**  
 تعارضات در محیط‌های کاری و آموزشی، به دلیل تفاوت در دیدگاه‌ها و سبک‌های تفکر، به وجود می‌آید. در این مقاله به بررسی راه‌های کاهش تعارضات و ایجاد همکاری بهتر می‌پردازیم.

**گفت و گو، شاه کلید کل تعارضات**  
 تعارضات در محیط‌های کاری و آموزشی، به دلیل تفاوت در دیدگاه‌ها و سبک‌های تفکر، به وجود می‌آید. در این مقاله به بررسی راه‌های کاهش تعارضات و ایجاد همکاری بهتر می‌پردازیم.

**گفت و گو، شاه کلید کل تعارضات**  
 تعارضات در محیط‌های کاری و آموزشی، به دلیل تفاوت در دیدگاه‌ها و سبک‌های تفکر، به وجود می‌آید. در این مقاله به بررسی راه‌های کاهش تعارضات و ایجاد همکاری بهتر می‌پردازیم.

**گفت و گو، شاه کلید کل تعارضات**  
 تعارضات در محیط‌های کاری و آموزشی، به دلیل تفاوت در دیدگاه‌ها و سبک‌های تفکر، به وجود می‌آید. در این مقاله به بررسی راه‌های کاهش تعارضات و ایجاد همکاری بهتر می‌پردازیم.

**گفت و گو، شاه کلید کل تعارضات**  
 تعارضات در محیط‌های کاری و آموزشی، به دلیل تفاوت در دیدگاه‌ها و سبک‌های تفکر، به وجود می‌آید. در این مقاله به بررسی راه‌های کاهش تعارضات و ایجاد همکاری بهتر می‌پردازیم.

**گفت و گو، شاه کلید کل تعارضات**  
 تعارضات در محیط‌های کاری و آموزشی، به دلیل تفاوت در دیدگاه‌ها و سبک‌های تفکر، به وجود می‌آید. در این مقاله به بررسی راه‌های کاهش تعارضات و ایجاد همکاری بهتر می‌پردازیم.

**گفت و گو، شاه کلید کل تعارضات**  
 تعارضات در محیط‌های کاری و آموزشی، به دلیل تفاوت در دیدگاه‌ها و سبک‌های تفکر، به وجود می‌آید. در این مقاله به بررسی راه‌های کاهش تعارضات و ایجاد همکاری بهتر می‌پردازیم.

**گفت و گو، شاه کلید کل تعارضات**  
 تعارضات در محیط‌های کاری و آموزشی، به دلیل تفاوت در دیدگاه‌ها و سبک‌های تفکر، به وجود می‌آید. در این مقاله به بررسی راه‌های کاهش تعارضات و ایجاد همکاری بهتر می‌پردازیم.

تاریخ	اوقات شایع	اوقات نادر	اوقات نادر	اوقات نادر
۴۳۶	صبح	طلوع آفتاب	انگام ظهر	غروب آفتاب
۱۱۵۰	۰۶:۲۰	۱۱:۵۰	۱۷:۴۸	۱۷:۴۸

**مواد غذایی که خاصیت "مندیبیری" دارند**  
 مندیبیری یک بیماری است که به دلیل کمبود ویتامین B12 در بدن ایجاد می‌شود. در این مقاله به بررسی مواد غذایی که می‌توانند به کاهش خطر ابتلا به این بیماری کمک کنند، می‌پردازیم.

**رنگ قرمز به نقشه کروماتیک کنور**  
 رنگ قرمز در نقشه کروماتیک کنور، به دلیل وجود کمبود ویتامین B12 در بدن، به وجود می‌آید. در این مقاله به بررسی راه‌های کاهش خطر ابتلا به این بیماری می‌پردازیم.

**واکسن هپاتیت ناجی**  
 واکسن هپاتیت ناجی، به دلیل توانایی در کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های هپاتیت، به شدت توصیه می‌شود. در این مقاله به بررسی اهمیت این واکسن می‌پردازیم.

**میتلایان به ایدز می‌شود**  
 میتلایان به دلیل ضعف سیستم ایمنی، به شدت مستعد ابتلا به بیماری‌های ویروسی، از جمله ایدز، هستند. در این مقاله به بررسی راه‌های کاهش خطر ابتلا به این بیماری می‌پردازیم.

**یک علامت شایع در مبتلایان به میگرن مزمن**  
 یکی از علائم شایع در مبتلایان به میگرن مزمن، سردرد مکرر است. در این مقاله به بررسی راه‌های کاهش خطر ابتلا به این بیماری می‌پردازیم.

**میکال اکسپرس**  
 میکال اکسپرس، به دلیل توانایی در کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های ویروسی، به شدت توصیه می‌شود. در این مقاله به بررسی اهمیت این واکسن می‌پردازیم.

**کاهش وزن بعد از ابتلا به پارکینسون**  
 کاهش وزن بعد از ابتلا به پارکینسون، به دلیل تغییرات در متابولیسم بدن، به وجود می‌آید. در این مقاله به بررسی راه‌های کاهش خطر ابتلا به این بیماری می‌پردازیم.

**کاهش وزن بعد از ابتلا به پارکینسون**  
 کاهش وزن بعد از ابتلا به پارکینسون، به دلیل تغییرات در متابولیسم بدن، به وجود می‌آید. در این مقاله به بررسی راه‌های کاهش خطر ابتلا به این بیماری می‌پردازیم.

**کاهش وزن بعد از ابتلا به پارکینسون**  
 کاهش وزن بعد از ابتلا به پارکینسون، به دلیل تغییرات در متابولیسم بدن، به وجود می‌آید. در این مقاله به بررسی راه‌های کاهش خطر ابتلا به این بیماری می‌پردازیم.