

ضرب المثل های جهانی

شنا گر پشت خود را نمی بیند( یعنی انسان ها معایب خود را نمی بینند)

ضرب المثل هو

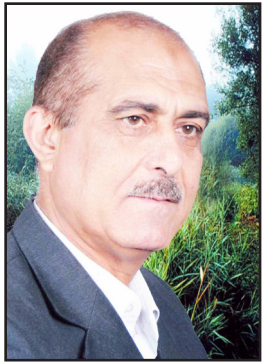


هاشمی زنده است چون نهضت زنده است

حسین پیروان / ۲۱دی ۹۵



با سلام خدمت مردم شریف ایران تشییع جنازه نذر دوم انقلاب و جمهوری اسلامی حامل پیام های زیادی بود و هر کس می تواند از نگاهی به آن برداشتی خاص داشته باشد.



از جدایی طلبان متحد سابق خود را پایین کشید. در سال گذشته در عرصه هنر و سیما، چهره های سرشناسی از هالیوود و دیگر هنرمندان و بازیگران مطرح در دنیا و کشورمان چشم از جهان فرو بستند که هواداران خود را داغدار و متأثر کردند. اما موفقیت ایرانی ها در عرصه سینما، باز هم جهانی بود. در ورزش، این کریستیانو رونالدو بود که یکه تاز عرصه پرطرفدار فوتبال بود.

فراز و فرودهای ۲۰۱۶

منوچهر حبیبی

گذشته بیشترین تلفات را داشتند. فعالیت های تروریست ها در ترکیه، عملاً این کشور را از نظر توریسم و صنعت گردشگری فلج کرد و از اعتبار حزب حاکم عدالت و توسعه و رجب طیب اردوغان که می خواست در سال گذشته با نزدیک تر شدن به روسیه، اقتدار سال های اخیر خود را حفظ کند کاست. ترکیه سال ۲۰۱۶، ترکیه ای نبود که همچون سال های گذشته در آرامش و امنیت قرار داشت. به ویژه آنکه کودتای نافرجام ماه ژوئیه و به دنبال آن بگیر و ببندهای گسترده، عملاً این کشور را به پادگانی تبدیل کرد.

گرچه چند روزیست که سال جدید میلادی ۲۰۱۷ آغاز شده، اما بد نیست نگاهی گذرا به رویدادهای سال گذشته ۲۰۱۶ داشته و به برخی از موفقیت ها، ناامی ها و فراز و فرودهایی که به عنوان کارنامه کشورها می تواند تلقی شود اشاره کنیم. در عرصه دیپلماتیک کشورمان تا حدودی موفق بوده، چرا که پس از رسیدن به برجام علاوه بر آنکه تا حدودی از انزوا خارج شد، در اوپک نیز توانست به مطالبات نفتی خود دست یابد. در مقابل ترکیه و عربستان، کشورهایی بودند که در حوزه سیاسی با ناامی محض روبرو شدند.

پزشکی

۶مرکز حملات قلبی

برخی محرک های حملات قلبی شناخته شده اند. اما یک سوم آنها کمتر مطرح شده اند. اطلاعات خود را بالا ببرید و با یادگیری این نکات از خودتان مراقبت کنید.



حسین بهاری - سیدهدایت الله موسوی - گیتی حسینی مرکز بهداشتی درمانی دریس ۵/۲۵۴

نحوه انجام احیای قلبی ریوی (CPR) برای بزرگسالان



ندارد، بلافاصله با ۱۱۵ تماس بگیرید و سریعاً بالای سر بیمار برگردید. در اغلب موارد، همان شخصی که به تلفن اورژانس جواب می دهد، می تواند شما را در مورد نحوه انجام احیای قلبی ریوی راهنمایی کند.

برای انجام احیای قلبی ریوی، باید مراحل زیر را به ترتیب انجام دهید:

تست گومبسی غیر مستقیم

راضیه جوکار / بهروز خانه بهداشت بنه میرزا علی اکبر ۵/۲۲۴۴

ارتباط ویتامین C و سرماخوردگی



یافت می شود. همچنین، فلفل دلمه ای قرمز ممکن است یکی از غنی ترین منابع برای این ویتامین باشد.

ارتباط ویتامین C و سرماخوردگی

هنگامی که سرما می خوریم، آب پرتقال یکی از گزینه های است که همواره در روند درمان حضور دارد. در شرایطی که باور عمومی بر این است که ویتامین C به شیوه ای جادویی موجب بهبودی سرماخوردگی می شود، اما تقریباً تا دوره بیماری به اتمام نرسد از شر نشانه های آن مانند سرفه و آبریزش بینی خلاص نمی شوید.