

ترسیم‌هایی از نقشه‌های پیش‌روی کشور

سال ۱۳۹۸: سالی متفاوت برای مایلی ها است: که ادامه مسیر ۴ ساله در آن نیازمند ترسیم نقشه‌های جامع برای خبرور از جا شاه است: رهبری جا جوی و محوه‌های اصلی این نقشه را در این سال ۹۷ در حالی روزهای پایانی خود را سپری می‌کند که پرونده بسیاری از مسائل سیاسی هنوز باز است و گویای این زودی هابنای بسته شدن ندارد: مسائلی که بالاترکلیفی و سردرگمی در نجومه مواجهه با آنها چالش هایی ساخته که زمان و ارزی بسیاری را بر برطرف شدن می‌طلبند.

وزیردادگستری:

دشمن شاد کن نباشیم

دیپلم جمع تشخیص مصلحت نظام:

تضمین قطعی اروپایی ها شرط مجمع برای تصویب FATF است

گرفتن تعهد و تضمین قطعی از اروپایی ها توسط وزارت امور خارجه است: محسن رضایی روز یکشنبه در آینه اختتامیه نخستین دوره مهارت های کاربردی تبلیغ با موضوع «مبادرین جهان اسلام و گام د انقلاب» ...

دادستان تهران:

نمایندگان مجلس در ارتکاب جرم مصونیت ندارند

غلامرضا طریفیان:

بنیادهای مردم سالاری نباید دچار تفسیر یا محدود شود

ظریف امروز به قم می‌آید



جمهوری اسلامی از توافق هسته‌ای ضرور نکرد

رئیس مجلس شورای اسلامی کشورمان باحضور در پژوهه "من طهران" به سوالاتی پیرامون نقش ایران در منطقه آینده توافق هسته‌ای و سازوکار مالی با اروپا، خصوصاً آمریکا و تلاش برای تفرقه افکنی و توطئه چنین تحت عنوان «معامله قرن»، ظهور داشت، حکم یعنی سوریه و عراق و نقش مخرب رژیم صهیونیستی و برخی کشورهای خاشیه‌ای حامی تروریست پاسخ داد. گفت و گو با علی لاریجانی رادر صفحه ۷ بخواهد...

حقوق کارگران بیش از ۲۰ درصد افزایش می‌یابد

رئیس جمهوری در اجتماع مردم استان بوشهر گفت: در پژوهه ۲۰ درصد افزایش حقوق قائل شویم. حقت‌الاسلام و المسلمین حسن روحانی روز یکشنبه در اجتماع مردم استان بوشهر در ورزشگاه شهدای کنگان افروز: در پوجه سال آینده برای ازدندگان در آمد ثابت اعم از کارمندان و بازنشستگان که مجموع آنها حدود پنج میلیون و ۵۰۰ هزار نفر است و برای همه کارگران...



رئیس سازمان برنامه و بودجه استان قم:

۳۰۰ طرح اقتصاد مقاومتی در مناطق روستایی قم اجرامی شود

رئیس سازمان برنامه و بودجه استان قم گفت: بنیاد بیر کت و ایستاده بستاد اجرایی فرمان امام (ره) برای سال آینده ۱۱ هزار طرح اقتصاد مقاومتی را در روستاهای کشور پیش بینی کرده که ۳۰۰ طرح آن برای قم بوده و روستا قمرود از نوعی بخش مرکزی می‌باشد. محمود توپخانی حصر شنبه در نهمین جلسه ستاد فرماندهی اقتصاد مقاومتی در تالار امام جواد (ع) ایستاداری اظهار داشت: فراخ از وظایف معمول سنتگاه‌های اجرایی برای نهاده این طبقه های عربانی در راستای ضوابط و سیاست کاری های اقتصاد مقاومتی، مورد اهتمام جدی استان است. طبق سرشماری عمومی نفوس و مسکن در سال ۱۳۹۵، ۱۲۷ روستا بجا می‌باشد با ۲۰ خواوار است. جمعیت ساکن مناطق روستایی این استان بیش از ۵۵ هزار و ۶۵ تن است که در قابل ۱۷ هزار و ۳۸۵ خوار زندگی می‌کنند و از این ۱۳۹۵ روستا دستگاه‌های اجرایی ایستاده بود...

اجرای طرح آرامش بهاری در ۳۶ امامزاده قم

مدیر کل اوقاف و امور خیریه استان قم خبرداد: با حضور ۸۰ روحانی مبلغ میزان طرح آرامش بهاری است. حجت‌الاسلام و المسلمین عباس اسکندری حصر شنبه در جمع میرنگاران افزو: این طرح در ۶ باغ شاخص شامل حرم حضرت موسی مبرقع (ع)، امامزاده جعفر زوارین (ع) در فارغ فیض، امامزاده عبدالله (ع) در روستای قلعه چم، مسجد جمکران و حرم حضرت معصومه (ع) به صورت ویژه و برای این چیزهای معرفت ایرانی خواهد شدند. گفته وی، غرفه های کوک و نوجوان، عفاف و حجاب، شهید و شهادت، مشاوره فردی و خانوادگی، احکام، چند رسانه ای، ترویج فرهنگ و فرقه، قرآن، اقتصاد مقاومتی و معنی اماکن زیارتی و فرهنگی قم از جمله بخش های مختلف طرح آرامش بهاری است...

آگهی مناقصه عمومی یک مرحله‌ای (نوبت دوم)

شهرداری قم



در نظر دارد مناقصه عمومی یک مرحله‌ای پروژه های استانی ذیل را با مشخصات و شرایط کلی زیر را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به الزامی می‌باشد.

- برنده کان اول و دوم مناقصه هرگاه حاضر به انعقاد قرارداد نشوند سپرده آنان به

ترتیب ضبط خواهد شد.

- شهرداری در درد یا قبول هر یک از پیشنهادات مختار است.

- سایر اطلاعات و جزئیات در اسناد مناقصه موجود می‌باشد.

- تاریخ انتشار مناقصه در سامانه: تاریخ ۱۳۹۷/۱۲/۲۸ می‌باشد.

- زمان و مهلت دریافت استان از سایت: از ساعت ۸:۰۰ صبح مورخ ۱۳۹۷/۱۲/۲۸ تا ساعت ۱۴:۰۰ مورخ ۱۳۹۸/۰۱/۲۱

- مهلت زمانی ارائه پیشنهاد: از مورخ ۱۳۹۷/۱۲/۲۸ تا ساعت ۱۴:۰۰ مورخ ۱۳۹۸/۰۱/۳۱

- زمان بازگشایی پاکت: روز سه شنبه مورخ ۱۳۹۸/۰۲/۰۳ ساعت ۱۰:۰۰

- مبلغ پیشنهادی می‌باشد از حیث مبلغ مشخص، معین، بدون ابهام، بدون خط خوردگی و بدون قید و شرط باشد.

- طبق شرایط خصوصی پیوست اسناد، این پروژه ها فاقد پیش پرداخت می‌باشند.

- کارفرماد رنگ دارد حتی با وجود یک مناقصه گر اقدام به بازگشایی پاکات نماید.

- مناقصه گران می‌باشد یک نسخه الکترونیکی از اسناد مناقصه را از سامانه ستاد

- دریافت و پس از چاپ، کلیه صفحات آنرا با قید قبولی و بدون قید و شرط مهر و امضاء کرده و در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت بارگذاری نمایند. عدم انجام این مهم از جانب هر یک از مناقصه گران باعث حذف آنان از فرایند مناقصه می‌گردد.

- اصل ضمانتنامه شرکت در مناقصه باید در موعد مقرر حداقل تا پایان وقت

- اداری (ساعت ۱۴:۰۰) روز شنبه مورخ ۱۳۹۸/۰۱/۳۱ به آدرس قم-بلوار امام موسی صدر-

- ساختمان شهرداری مرکز-بلوک A طبقه ششم -اداره حراست و امور محرومراه تحويل گردد.

- جهت کسب اطلاعات بیشتر در مورد مناقصات می‌توانید به آدرس: قم-بلوار امام

- موسی صدر- ساختمان شهرداری مرکز-بلوک B طبقه دوم -معاونت فنی و عمرانی

- شهرداری قم- اداره هماهنگی و برنامه ریزی امور عمرانی مراجعت نموده و یا با شماره

- معاملات دولتی به شماره ۱۲۳۴۰۲/ت ۵۰۶۵۹ ه-مورخ ۱۳۹۴/۹/۲۲

- شعبه قم به شماره ۱۳۹۴/۹/۲۲

- ۳- خصمانه نامه های مذکور در بندهای (الف-ب-پ-ج-ج-ح) ماده ۴ آئین نامه تضمین

- معاملات دولتی به شماره ۱۲۳۴۰۲/ت ۵۰۶۵۹ ه-مورخ ۱۳۹۴/۹/۲۲

- ۴- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۵- ارائه اصل فیش واریز وجه نقد به حساب سیبا بانک ملی شعبه قم به شماره ۱۳۹۴/۵۰۱۱۴۳۵۰۱۰۷- ۲۱۷۱۱۴۳۵۰۱۰۷- بنام تمرکز سپرده ذیحساب شهرداری قم

- ۶- خصمانه نامه های مذکور در بندهای (الف-ب-پ-ج-ج-ح) ماده ۴ آئین نامه تضمین

- معاملات دولتی به شماره ۱۲۳۴۰۲/ت ۵۰۶۵۹ ه-مورخ ۱۳۹۴/۹/۲۲

- ۷- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۸- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۹- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۱۰- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۱۱- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۱۲- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۱۳- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۱۴- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۱۵- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۱۶- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۱۷- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۱۸- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۱۹- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۲۰- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۲۱- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۲۲- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۲۳- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۲۴- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۲۵- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۲۶- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۲۷- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۲۸- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۲۹- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۳۰- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۳۱- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۳۲- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۳۳- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۳۴- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۳۵- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۳۶- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۳۷- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

- ۳۸- خصمانه بانکی دروجه کارفرمای (ب) حداقل سه ماه اعتبار

توصیه‌ها و هشدارها

۱۰ خوردنی مفید برای کنترل قند خون



اگر به دیابت مبتلا هستید، می‌توانید گزینه‌های خوشمزه و غافلگیر کننده‌ای در آشپزخانه خود بسازید که تأثیر قند خون را کم کنند.

به گزارش اینسان، گلید نظیرم قند خون در این متابلا پیش‌بینی دیابت باشد، داشتن برنامه‌گذاری مناسب این بیماری است.

در ادامه به تقلیل از سایت تغذیه‌ی "اندیتی وی"، فهرست از انتخاب‌های مناسب افراد مبتلا به دیابت برای افزودن به رژیم غذایی شان اورده شده است:

(۱) انواع جهودات: همه انواع جهودات اعم از عدس، لوبیا، فربن، لوبیا چیز، این سیاه یا خود، شکم خوشی کلیسی، پایینی دارند و بین ممتاز است که از همه وارد این مجموعه شدن این سایر اینها بسیار پایین است. بر اساس یک مطالعه اخیر، مصرف روزانه یکچه‌ترین جهودات به مدت سه ماهه عنوان بعضی از زیزمی غذایی کم کلیسی سطح هموگلوبین گلیکولیزه را ۵٪ درصد کاهش می‌دهد.

(۲) سبزی: بسیاری از افراد نقصور می‌کنند هیچ میوه‌ای در رژیم غذایی افراد دیابتی وجود ندازند اما این نصوح اشتباه است. موهایی همچون میوه‌ای شکم خوشی پایینی دارند را می‌توان در رژیم غذایی دیابتی مصرف کرد. خودن روزانه یک سبزی که از این مجموعه است که آرامی هضم و خنک شدن می‌نماید می‌تواند این روزه معمولاً در هر وعده کنترل ۲۳ کالری دارد. در صورتی که این پودرها را همیشه به همراه داشته باشید، می‌توانید هر روز آن را با چکوت خوش و میوه‌ای سالانه و این میوه‌ای گرم تهیه کنید.

(۳) پودرهای مواد غذایی دیابتی: بعضی روزه‌های مخصوصی برای این بیماری خودنی متناسب با دیابت را می‌تواند کارشواری باشد. اما برخی همچون میوه‌ای شکم خوشی که از گلوبیترات می‌باشد، این را می‌توان در چهارپایان اهلی، شیر و لبیات غیرپاستوریزه و در این حیوانات بیمار و وجود دارد. در این نوع علاوه بر تب، سردی، درد عضلات و مفاصل نیز دیده می‌شود.

(۴) پادام: این نوع از آجیل سرشار از میزبان است که می‌تواند به بدن شما کم کند تا استرس خود را به طور موقتی مصرف نماید. در صورت اکان و زانه خود ۲۳ دانه بادام کامل را به زیزمی خود اضافه کنید که خود ۲۰ درصد از نیاز شما به ماده معنی نماینده قند خود را کنند. این را می‌توان در روزانه ۲۱۰۰ کالری دارد و شاره این را می‌توان با مخلوط دیگر سبزیجات مصرف کرد. همچنین دیابتی می‌توانید سبزه‌ای کوکک ۳۰٪ گرمی بادام امداد کند تا روزانه یکی از آن ها را مصرف کنید.

(۵) اسفنگاج: هر فنجان از این بزرگ سبزیجات خود را به سایر این میوه‌ای را می‌تواند از این بیماری منزیم مفید برای قند خون و فیبر است. می‌توانید اسفنگاج را به صورت خام، نفت داده با رونق زیتون یا باخته با مخلوط دیگر سبزیجات مصرف کرد. همچنین دیابتی می‌توانید از بزرگ‌های کوچک چهارم از این بیماری را به سایر این میوه‌ای خود اضافه کرده با از آن به چای کاهو در رساله استفاده کنید.

(۶) دانه چیز: ممکن است شنیده باشد که کنترل با کاهش وزن یکی از بهترین راه‌هایی است که می‌توانید برای بهبود سطح قند خون را از این میوه‌ای خودنی کنند. این را می‌توانید از دیابتی همچنان که این روزانه ۲۰۰۰ کالری دارد. در نهایت این روزه می‌تواند از این میوه‌ای خود را به سایر این میوه‌ای خود اضافه کرده با از آن به چای کاهو در رساله استفاده کنید.

(۷) بلوبی: بلوبی چگونگی استفاده این از انسولین کمک می‌کند. یک مطالعه اینترنشنال داد صرف روزانه خود دو فنجان بلوبی، حساسیت به انسولین را در افراد مفهومی داده و این انسولین و باقیماند و تانین ۲ و تانی اسیدان را است. می‌توانید از این بیماری خود اضافه کرده با از بزرگ‌های کوچک چهارم از این بیماری را به سایر این میوه‌ای خود اضافه کرده با از آن به چای کاهو در رساله استفاده کنید.

(۸) بلوبور: بلوبور چیزی است که می‌تواند از انسولین کمک می‌کند. یک مطالعه اینترنشنال داد صرف روزانه خود دو فنجان بلوبور، حساسیت به انسولین را در افراد مفهومی داده و این انسولین و باقیماند و تانین ۲ و تانی اسیدان را است. می‌توانید از این بیماری خود اضافه کرده با از بزرگ‌های کوچک چهارم از این بیماری را به سایر این میوه‌ای خود اضافه کرده با از آن به چای کاهو در رساله استفاده کنید.

(۹) زرد چوبه: این ادویه طالعی خواهی کوکورکومین است. این ماده می‌تواند به بدهی خطری بیماری ایجاد کند.

(۱۰) چای پاراپونه: چای پاراپونه برای سایر این میوه‌ای خود اضافه کرده با کاهش خطری بیماری ایجاد کند.

(۱۱) هرگز عسل را با این مواد غذایی نخورد!

همه ماشنیده این که می‌گویند هرگز عسل را با خوبی نخورد، اما چرا؟ در این مطلب

غذای ایله‌کاری که هرگز عسل برای اعلیٰ شدن این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

همه می‌شنیده بیشتر از هر چیزی که در این مطالعه شده باشد، این را می‌گویند.

