

سنگ‌های کلیوی

کلیه‌ها در دفع مواد زائد از بدن نقش عمده‌ای دارند، این مواد زائد پس از ورود به لگنچه کلیه وارد حالب شده و از آنجا وارد مثانه شده و از طریق مجرا دفع می‌شوند. سنگ‌های کلیوی ذرات کریستالی هستند که در ادرار تشکیل می‌شوند، این سنگ‌ها اغلب حین دفع شدن، به علت ایجاد انسداد در مسیر ادرار سبب درد می‌شوند.

سنگ کلیه چگونه تشکیل می‌شود؟

اگر غلظت ماده‌ای در ادرار آنقدر بالا برود که دیگر نتواند به صورت محلول در ادرار باشد، سنگ کلیه تشکیل خواهد شد. اگر حجم ادرار کم باشد و یا غلظت ماده‌ای در ادرار افزایش یابد، این امر اتفاق خواهد افتاد. کاهش حجم ادرار چندین علت می‌تواند داشته باشد: ممکن است میزان مصرف مایعات اندک باشد و یا به علت تعریق بیش از اندازه و یا اسهال، آب زیادی از دست برود. به عکس مصرف بیش از اندازه ماده‌ای غلظت آن را در ادرار افزایش می‌دهد. یک علت مهم تغییر میزان مواد محلول در ادرار، تغییر در کارکرد کلیه‌ها و روده‌ها است.

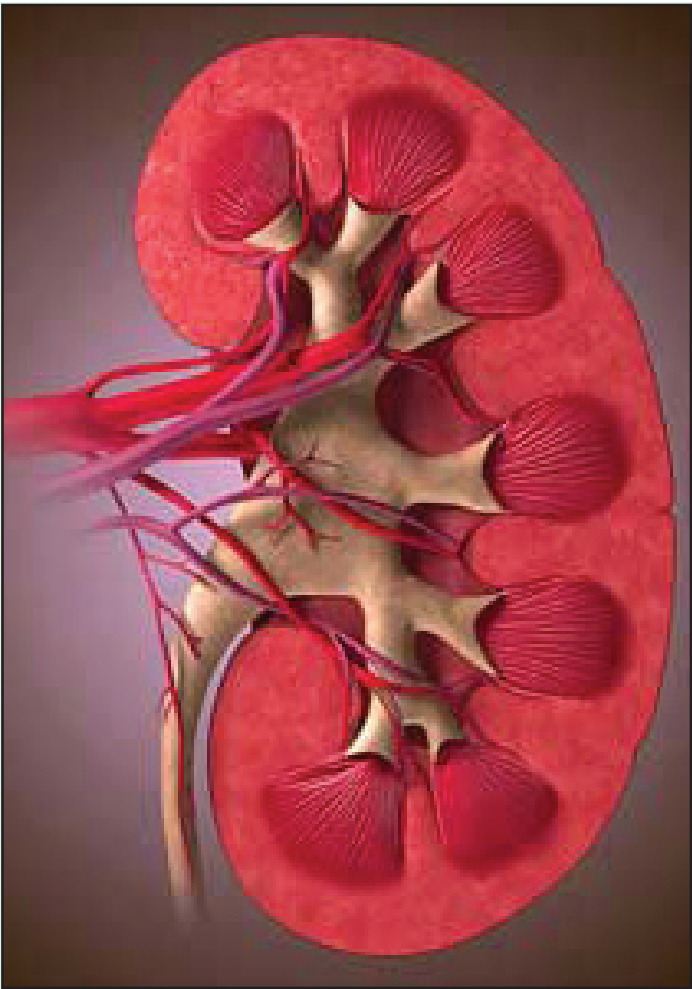
انواع سنگ‌ها:

۱. اکثر سنگ‌های ادراری حاوی کلسیم هستند که معمولا به صورت اگزالات یا فسفات کلسیم می‌باشند.

۲. در ده درصد موارد، جنس سنگ از نوع اسیداوریک است. اسیداوریک محصول شکستن پروتئین در بدن می‌باشد و افرادی که رژیم پرپروتئین دارند یا مبتلا به نقرس هستند، مقادیر زیادی اسیداوریک از طریق ادرار دفع می‌کنند.

بیمارانی که دارای عفونت‌های ادراری مزمن و طولانی می‌باشند، استعداد خصوصی برای تشکیل سنگ به نام استروئیت دارند، این سنگ‌ها به سرعت تشکیل می‌شوند و

نیازمندیدهای صبح استان همدان



توت، تمشک، کرفس، شکلات، انگور، جعفری، آجو، بادنجان، بلغور، تره، بامیه، لیمو شیرین و ترش، پرتقال، جوانه گندم، سیب‌زمینی و ترشی. در سنگ‌های اسیدی مثل اسیداوریک باید از غذاهایی استفاده شوند که ادرار راقلیایی کنند و یا دراز بین بردن سنگ کمک‌کننده باشند مثل سبزی‌ها، میوه‌ها به جز (آلو و گوجه). مصرف مقادیر زیاد گوشت قرمز، ماهی و گوشت مرغ نیز خطر تشکیل سنگ را در افرادی که سنگ‌های اسیداوریکی می‌سازند، افزایش می‌دهد. مواد غذایی حاوی پورین در این افراد بایستی محدود گردد تا دفع ادراری اسیداوریک کاهش یابد که شامل صدفا، مارچوبه قارچ و گوشت می‌باشد. در سنگ‌های قلیایی مثل کلسیمی و کربناتی باید از غذاهایی استفاده شود که ادرار را اسیدی می‌کنند. مثل: گوشت و غذاهای پرپروتئین، گوشت ماهی، ماکیان، تخم‌مرغ، پنیر و غلات و از موادی مثل سبزی‌ها و میوه‌ها کمتر استفاده کنند.

نمک با اینکه حاوی کلسیم نیست ولی مصرف مقدار زیاد آن خطر تشکیل سنگ‌های کلسیم را زیاد می‌کند. افرادی که دارای کلیه‌های سنگ‌ساز هستند باید مصرف نمک را محدود کنند. غذاهایی مانند انواع کنسروها، سوسیس و کالباس، همبرگر، چوب شور، چیپس سیب‌زمینی، پنیر شور، ترشی، کلم‌شور، آبگوشت، رب گوجه‌فرنگی، زیتون آماده، آب سبزیجات (آب هویج) باید محدود شوند.

درمان سنگ‌های کلیوی

علت درمان سنگ‌های ادراری برطرف ساختن درد و انسداد است، بسیاری از سنگ‌ها بدون درمان خاصی خود به خود دفع می‌شوند و بسیاری دیگر با درمان‌های دارویی قابل دفع هستند. ولی اکثر سنگ‌های با قطر بیش از mm۲ خود به خود دفع نمی‌شوند و پزشک متخصص و جراح کلیه (ارولوژیست) درمان اختصاصی شما را مشخص خواهد کرد.

(مرکز آموزشی درمانی تخصصی و فوق تخصصی شهید بهشتی) همدان

همدان پیام روزنامه

دوشنبه ۱۲ تیر ماه سال ۱۳۹۱

www.Hamedanpayam.com

نیازمندیدهای صبح استان همدان

دوشنبه ۱۲ تیر ماه سال ۱۳۹۱

سازمان نیازمندی‌های روزنامه همدان پیام در سراسر استان تلفنی آگهی می‌پذیرد ۰۸۱۱-۸۲۶۴۴۰۰

لنت گستر
اینترنت هوشمند
Password , UserName
۹۷۲۲۵۲۵

پیکوکار به همدان آمد
نسل جدید رنگهای پایه آب ساختمانی
(طال آب به جای تینر قابلیت شستشوی ۱۰۰٪)
پیکوکار با هر رنگی را می‌خواهید آرزو کنید
اجرای سریع و آسان، ارزان و با صرفه
ساخت رنگ ساختمانی با دستگاه در ۱۶۰۰۰ رنگ بندی
بدون بوی نامطبوع - خشک شدن سریع
ذوالفقاری ۰۲۵۱۶۱۸۳-۰۵۶۲۰۹-۰۹۱۲۱۰۵۶۲۰۹
همدان، خیابان باباطاهر، کوچه جراحان، مرکز خرید کیش پلاک ۲۸، فروشگاه رنگ پیکوکار

اختلاف تصمیم گیری را نابود می‌کند
امام علی(ع)

آموزشگاه خوشنویسی
حسین امیری، نستعلیق، شکسته نستعلیق، خودکاری
۰۹۱۸۸۱۶۸۱۵۳-۲۵۱۹۳۷۴

کاشت موی طبیعی و قابل رشد
بالا ترین تراکم مو طبیعی ترین خط رویش
روش‌های FUT-FIT ترکیبی و PRP
(کاشت ابرو، سیبیل، ریش و ترمیم سوختگی اسکار) با مجرب‌ترین تیم پزشکی
آدرس: همدان، خیابان مهدیه، بیمارستان بوعلی
تلفن: ۸۳۸۱۶۴۹

امانت فروشی آزادی
رویمکوبی میلان
تعمیرات میلان
رنگ آمیزی
پذیرفته می‌شود
وسایل منزل شما را خریداریم
۰۹۳۷۹۰۹۶۵۵۱-۲۶۲۳۳۶۷

استخدام ویژه حرفه‌ای
برای سه عدد برند رنگ مو
با ۴۵۰ هزار تومان پایه حقوق
۰۹۱۸۱۱۹۰۱۴۴ کتابی

به چند نفر شاگرد برای کار در آرایشگاه و انجام امور منزل نیازمندیم
واقع در بین‌النهرین
۸۲۸۴۹۴۲
۰۹۱۸۵۴۷۵۶۱۰

همه در زیر یک سقف
طراحی، لیتوگرافی، چاپ، صحافی
برای اولین بار در غرب کشور
پیام‌رسانه
Litohoma@yahoo.com info@hamedanpayam.com
www.Hamedanpayam.com
دفتر مرکزی آدرس: همدان، خیابان مهدیه، ساختمان پیام
تلفن: ۰۸۲۶۴۴۳۳-۸۲۷۴۰۸۲
آدرس چاپخانه: همدان، جاده کرمانشاه، روبروی یادگان قهرمان
تلفن: ۴۲۲۹۶۳۵-۰۸۱۲

نمایندگی‌های پذیرش آگهی در استان همدان

◇ **همدان**
پیامگیر ۰۸۱۱-۸۲۶۴۴۰۰
۰۸۱۱-۸۲۸۰۷۶۷ (فکس)

◇ **ملایر**
۰۸۵۱۲۲۵۲۲۰۰
۰۹۱۸۳۱۴۳۰۷۸

◇ **نهاوند**
۰۸۵۲-۳۲۳۵۴۸۹
۰۹۱۸۵۰۰۰۰۶۷

◇ **تویسرکان**
۰۸۱۱-۸۲۶۴۴۳۳

◇ **کبودرآهنگ**
۰۸۱۲-۵۲۲۰۷۷۰
۰۹۱۸۳۱۹۳۴۹۸

◇ **بهار**
۰۸۱۲۴۲۲۹۳۲۱
۰۹۱۸۹۰۴۴۴۳۲

◇ **اسدآباد**
۰۸۱۱-۸۲۶۴۴۳۳

◇ **لالجین**
۰۸۱۲۴۵۲۵۵۵۵
۰۹۱۸۹۰۸۵۵۱۴

◇ **فامنین**
۰۸۱۲-۷۲۲۶۴۴۰
۰۹۱۸۸۱۳۳۷۳۹

◇ **رزن**
۰۸۱۲۶۲۲۶۹۰۴
۰۹۱۸۳۱۶۷۰۱۰

◇ **گل تپه**
۰۹۱۸۵۰۶۴۶۱۲

◇ **شیرین‌سو**
۰۸۱۲۵۳۶۳۶۸۱
۰۹۱۸۹۱۳۴۰۹۰

◇ **برزول**
۰۸۵۲-۳۴۸۳۸۲۶
۰۹۱۸۷۱۰۱۸۶۱

◇ **صالح آباد**
۰۸۱۲-۴۴۲۴۲۲۴
۰۹۱۸۳۱۹۱۴۴۲

همشهری گرامی

به‌منظور رفع نیازهای روزمره شما هر روز صدها آگهی در نیازمندی‌های روزنامه همدان پیام چاپ می‌شود. از آنجایی که وظیفه این رسانه اطلاع‌رسانی به‌منظور سهولت در دادوستد و یا خدمات می‌باشد لذا مسئولیتی درباره محتوای آگهی ندارد. از همکاری همه عزیزانی که قصدشان رعایت حقوق مشتریان و همشهریان گرامی می‌باشد سپاسگزاریم.

سازمان نیازمندی‌های همدان پیام

املاک

زمینی به متراژ ۱۰۰ متر
با ملک واقع در شهرک
صنعتی الوند معوض
گاراژ سوگند با امکانات
کامل به فروش می‌رسد
۰۹۱۸۸۱۶۶۰۳۰

فروش

یک قطعه زمین
۲۲۵ متری واقع در خضر
۱۰ متری یارمقلو
با قیمت مناسب
۰۹۱۸۳۱۹۸۴۸۲

فروشی

یک باب منزل مسکونی با مساحت
۱۸۰ متر دارای امکانات آب، برق،
گاز، تلفن، واقع در خیابان شهدا،
کوی مصلی، کوچه شیران پلاک
۱۰ زیر نظر بنگاه
به فروش می‌رسد
۲۶۶۹۲۱۶

فروشی

زمین مغازه ۴۰ متری
واقع در مجتمع صنعتی
الوند روبروی باغ بهشت
۰۹۱۸۳۱۹۲۸۱۰
قیمت توافقی

رهن و اجاره

یک واحد آپارتمان ۷۹
متری طبقه دوم، دو خوابه،
کف سر امیک، پارکینگ،
انباری دارای کلیه امکانات
پردیس بر بلوار ، رهن
۸,۰۰۰,۰۰۰
۴۲۰,۰۰۰
۰۹۱۸۵۹۰۴۷۴۹

باغ رستوران

آماده پذیرایی برای
مجالس عروسی، جشن
عقد، حج و زیارت و
ختنه‌سوران و...
۰۹۱۸۱۱۱۵۲۶۲

رهن زیرزمین مغازه تجاری به متراژ ۱۸ متر
شهرک مدنی واقع در مجتمع امام خمینی
محوطه تجاری یک میلیون رهن ۱۰۰,۰۰۰
تومان اجاره یا ۴ میلیون تومان رهن کامل
۰۹۱۸۸۱۴۰۴۸۲

چه مقدار از امکانات دوربین عکاسی خود
(که برای تمامی آنها هزینه پرداخت نموده‌اید) استفاده می‌کنید؟
موسسه ژرفانگار با همکاری
مجمع فنی تهران ۲ برگزار می‌کند
آموزش دوره‌های کوتاه مدت
و بلند مدت عکاسی دیجیتال
مشاوره انتخاب دوربین (رایگان)
۰۹۱۸۳۱۴۴۰۳۷-۸۲۵۶۳۰۲-۸۲۵۶۳۰۱-۸۳۸۹۷۹۵

قنادی ونوس در خدمت شما

همشهریان گرامی میلاد باسعادت یگانه منجی
عالم بشیریت حضرت ولیعصر (عج) تبریک و تهنیت باد
واقع در قاسم‌آباد، ۱۲ متری صبا، ۱۲ متری توحید
قنادی ونوس
با مدیریت خانم-۰۹۱۸۶۱۳۲۹۶۷

فروشگاه ارزانی دهن
بورس انواع شلوار لی، کتان، پارچه‌ای و انواع پیراهن
شعبه ۱: همدان، بلوار مدنی، محوطه آکاجانی بیک، مقابل قنادی گل‌سرخ
شعبه ۲: همدان، چهارراه شهناز، روبروی ایستگاه اتوبوس،
جنب خشک‌شویی، کوچه شهید مهربانی
در سراسر استان نمایندگی معتبر می‌پذیرد
۰۹۳۶۵۲۴۶۰۲۵-۰۳۵۴۶۴-۰۹۱۸۹

استخدام

جویای کار
۲۰ ساله دارای کارت پایان خدمت
و مدرک دیپلم
۰۹۱۸۴۰۹۹۰۴۸

به یک نجار MDF کار ماهر
نیازمندیم
۰۹۱۸۵۴۶۳۵۳۷

دوربین

فروش
دوربین عکاسی
D canon ۵۵۰
در حد نو
۰۹۱۸۸۱۱۷۵۴۹

فروش دوربین
فیلمبرداری HD ۱۰۰۰
در حد نو همراه
با باتری یدک و شارژر
۰۹۱۸۸۱۱۷۵۴۹

فروش دوربین
فیلمبرداری
M ۳۵۰ پاناسونیک
همراه با کیف
۰۹۱۸۸۱۱۷۵۴۹

گوناگون

پیمانکار

تخریب و خاکبرداری
● با کادر مجرب
● نازلترین قیمت
● کمترین زمان
خرید تمامی مصالح ساختمانی
از قبیل:
تیرآهن، آجر، درب و پنجره
با قیمت مناسب
۰۹۱۸۸۱۱۳۱۷۴

تست اعتماد
به نفسی
و افسردگی

کامپیوتری

با تلفن ثابت
و بدون کد
تلفن: ۰۹۹۰۷۰۱۲۴

دوخت کت و شلوار شخصی
با لوازم صنعتی اتوماتیک
با قیمت مناسب
۲۵۲۸۹۵۰۰۹۱۸۸۱۳۹۳۷۸

به یک منشی خانم آشنا
به کامپیوتر با روابط
عمومی بالا نیازمندیم
خیابان بین‌النهرین بالاتر از
مسجد شریف‌الملک بیمه دانا
۰۹۱۸۳۱۳۹۹۷۸

به یک بهیار و چند نفر دستیار
دندانپزشک برای همکاری در
در مانگاه مهر نیازمندیم
اول، خیابان تختی، کلینیک
خصوصی مهر
مراجعه ۵بعد ازظهر
۲۵۱۷۰۶۳

به یک کارگر ماهر
و نیمه ماهر برای
آب میوه و بستنی
نیازمندیم
ترجیعا زیر ۲۲ سال
۰۹۱۸۶۷۵۵۰۰۴

به دو نفر چوب‌بر (اره فلکه کار) نیازمندیم
۰۹۱۸۱۱۱۵۳۳۰

دعوت به همکاری
به تعدادی آقا زیر ۲۵ سال برای کار
در MDF کاری با حقوق و مزایای کافی نیازمندیم
آدرس: پلیس راه بهار ۰۹۱۸۸۱۳۶۴۹۰
با تماس تبلیغاتی برخورد قانونی می‌شود.

شرکت سیناپوس

دیگر نگویید کار نیست
از تعدادی نیروی جوان
حداکثر ۲۵ ساله
دعوت به همکاری می‌نماید
شهرک صنعتی بوعلی، بلوار یکم، نبش خیابان پانزدهم

آژانس وانت بار تلفنی گل

حمل و نقل کالا به تمام نقاط ایران تحت پوشش بیمه کامل
حمل و جابه جایی اثاث منزل با کارگر مجرب
با ۱۰ سال سابقه کاری
۴۲۲۰۷۹۴-۰۴۲۳۹۳۷۵-۰۸۱۱-۰۹۱۸۳۱۴۷۱۲۸

گل‌شاد
نسل جدید سفید و یراق‌کننده، کفش‌های ضدعفونی‌کننده محیط
بدون کلر (گاز سمی خطرناک) و بوی نامطبوع
سفیدکننده و جرم‌گیر: سماور، کتری، سینک ظرفشویی،
شیرآلات بهداشتی و انواع سنگ، سرامیک، کاشی،
وان حمام، سونا و جکوزی
جرم‌گیر: مخزن کولر، اتو، چای‌ساز، ماکروویو، غذاساز
جایگزین انواع سفیدکننده و جوهر نمک
www.golshad.net
نمایندگی رسمی و انحصاری غرب کشور
۰۹۱۸۹۱۲۳۷۲۹-۰۸۱۱-۸۳۲۲۸۴۵

دارنده مدرک لیسانس
کامپیوتر دارای دو سال
سابقه کار آماده همکاری
با شرکت‌ها و ارگان‌های
دولتی و خصوصی می‌باشد
۰۹۱۸۶۷۵۱۲۰۴

لوازم منزل شما
را با بالاترین قیمت
خریداریم.

۰۹۱۸۹۰۸۶۴۶۰ رمضان
انتهای جانبازان، روبروی کشک‌سابی،
امانت‌فروشی رمضان

دارنده جواز کسب
و دسته چک آماده
ضمانت برای شما
۰۹۱۸۹۰۳۹۲۸۴

تولیدی مبلمان تخت خوابشو نادر
تولیدکننده انواع مبلمان و کاناپه‌های تخت خوابشو
در طرح‌ها و مدل‌های مختلف طبق سلیقه و سفارش مشتری
آدرس دفتر فروش: همدان، خیابان جانبازان بالاتر از تالار وحدت ۲۲۸۳۹-۰۸۱۱
کارگاه همدان: ۵ کیلومتر ۵ جاده کرمانشاه، روبروی پادگان قهرمان ۲۰۰متر بالاتر
۰۹۱۸۳۱۲۵۸۴۲-۰۹۱۸۹۱۴۹۳۳۶

امانت‌فروشی سعید
(پناهی)
آدرس: جانبازان، پشت کشک‌سابی
امانت‌فروشی سعید
۰۹۱۸۸۱۵۰۸۹۳
تماس تبلیغاتی ممنوع

هنر نو
سعید دولتی
سینااله رهبر
فریدون پاک‌نژاد
رهبر
اسدالله رهبر
پرینا
تندیس
پاکلو
باران
میا
پاییز
یوم سفید
خیابان شریعتی، میدان شریعتی، بن‌بست ققیززاده
خیابان بوعلی، اول بین‌النهرین، ساختمان روشن
بلوار خواجه‌شید، شماره ۵۸
بلوار خواجه‌شید، طبقه فوقانی، آرمایشگاه رازی
خیابان شکره، خیابان شهید بهمنی، پلاک ۱۵
میرزاده عشقی، روبروی تالار معلم، ساختمان فدک
۳۳۳۹۰۰
۸۳۵۰۹۰
میدان دانشگاه، جنب بانک ملی، کوچه رهنمون، پلاک ۱۱
بلوار فاطمیه، پلاک ۱۶۸
۳۰ متری فرهنگ، کوچه عرفان، پلاک ۲۰

نیازمندیهای صبح استان همدان

پذیرش نمایندگی انحصاری
در استان همدان

تابلو بر چسبیده نمایان

تابلو بر چسبیده نمایان

تابلو بر چسبیده نمایان

تابلو بر چسبیده نمایان

آدرس: همدان، میدان انقلاب، خیابان جعفرزاده، جنب بانک ملی، پلاک ۱۵
تلفن: ۰۹۱۸۳۱۴۷۱۲۸-۰۴۲۳۹۳۷۵-۰۸۱۱-۰۹۱۸۳۱۴۷۱۲۸

اعداد ۱ تا ۹ را طوری در خانه‌های سفید قرار دهید که هر رقم در سطرها، ستون‌ها و مربع‌های
کوچک ۳×۳ یکبار دیده شده و حاصل جمع هر سطر و ستون با هم یکی باشد

سودوکو ۶۱۴

۵			۷			۹	۱
	۲		۴	۱		۵	
		۳					
				۶			۳
۸		۲			۷		۷
						۶	
				۴			۱
							۳

۳	۴	۶	۵	۸	۹	۱	۷	۲
۱	۷	۸	۴	۲	۶	۹	۵	۳
۲	۵	۹	۳	۱	۷	۶	۸	۴
۵	۸	۱	۶	۷	۲	۳	۴	۹
۶	۹	۷	۱	۳	۴	۸	۲	۵
۴	۲	۳	۸	۹	۵	۷	۶	۱
۹	۱	۲	۷	۴	۸	۵	۳	۶
۷	۶	۴	۹	۵	۳	۲	۱	۸
۸	۳	۵	۲	۶	۱	۴	۹	۷

آموزشگاه‌های آزاد هنری
دارای مجوز از
اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان همدان

امروزه در تمامی دنیا غنی‌سازی اوقات فراغت از مهمترین مسائل زندگی‌های جوامع بشری است و توجه به
آن عرصه بسیار ضروری می‌نماید در همین راستا اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان همدان به منظور
غنی‌سازی اوقات فراغت جوانان و نوجوانان مراکز فرهنگی و ادبی خود را معرفی می‌نماید

تقاشی

۲۵۲۲۷۲۷	خیابان شریعتی، میدان شریعتی، بن‌بست ققیززاده	سعید دولتی
۸۲۴۵۷۳۹	خیابان بوعلی، اول بین‌النهرین، ساختمان روشن	سینااله رهبر
۸۲۴۶۰۷۸	بلوار خواجه‌شید، شماره ۵۸	فریدون پاک‌نژاد
۸۲۸۴۶۶۶	بلوار خواجه‌شید، طبقه فوقانی، آرمایشگاه رازی	رهبر
۰۹۱۸۳۱۵۶۹۱۶-۰۸۷۱۶۳۳	خیابان شکره، خیابان شهید بهمنی، پلاک ۱۵	پرینا
۸۳۳۳۹۰۰	میرزاده عشقی، روبروی تالار معلم، ساختمان فدک	تندیس
۸۳۵۰۹۰	چهارراه تختی، ابتدای بلوار معلم، شماره ۴۴	پاکلو
۰۹۱۸۹۰۵۷۱۱۵	میدان دانشگاه، جنب بانک ملی، کوچه رهنمون، پلاک ۱۱	زهره کشاورز
۰۹۱۸۳۱۴۷۵۶۸	بلوار فاطمیه، پلاک ۱۶۸	علیس پیران
۸۲۴۴۷۱۳	۳۰ متری فرهنگ، کوچه عرفان، پلاک ۲۰	نگین پاییزیان
۰۹۱۸۸۱۷۴۷۷۹	---	مریم کریمی

موسیقی

۸۲۴۷۰۵۲	میدان بهشت، بلوار فاطمیه، سمت راست، پلاک ۱۲۰	رودکی
۸۲۱۹۰۷۷	خیابان جهان‌شما، ساختمان پزشکان شهپان، طبقه ۳	باربد
۸۲۳۳۵۳۵	میدان جهاد، نرسیده به چهارراه عارف، پلاک ۴۳	سیدجعفر امامی
۸۲۸۴۶۱۲	خیابان بوعلی، ۱۳، خانه، کوچه امامی، ساختمان هزارستان	هزارستان
۵۲۴۲۱۳۵	ابتدای بلوار مدنی، جنب غذاخوری گل‌ها، پاساژ بهار	آمنک
۰۹۱۸۸۱۵۴۱۴	بلوار آیت‌الله، مدنی، چهارراه تختی، پلاک ۵۴	نیایک
۸۲۷۳۳۲۴	خیابان بوعلی، ۱۳، خانه، ساختمان ۴۰۲	پرنیان
۰۹۱۳۹۶۱۶۳۳	خیابان هنرستان، خیابان توحید، کوچه کاوندی، پلاک ۷	پژواک

خوشنویسی

۳۵۴۸۹۶۰	شهرک فرهنگیان، دور میدان معلم	پاشایی
۳۵۱۹۳۷۴	بلوار خواجه‌شید، روبروی اداره امانک	حسین امیری
۳۵۳۱۲۲	آرگاه بوعلی، طبقه زیرین آرمایشگاه رازی	میرعلی سمدی
۸۳۳۳۳۶۵-۸۳۳۱۱۸۶	خیابان میرزاده عشقی، جنب تالار حافظ، ساختمان اسکار	محسن گودرزی سروش

نگارگری

۸۲۷۳۳۳۰	خیابان بوعلی، ۱۳، خانه، ساختمان سینا، طبقه اول	نگاره پارسیان
---------	--	---------------

از عموم شهروندان گرامی درخواست می‌شود برای آموزش رشته‌های مختلف از مراکز مجاز نامبرده استفاده نمایند و در صورت مشاهده
سایر مراکز فاقد مجوز مراتب را برای اقدامات قانونی با این اداره کل در میان بگذارند. **تذکره** تمامی مدرسان رشته‌های مختلف هنری در
این کلاس‌ها باید دارای کارت صلاحیت تدریس از وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی باشند.

مبلغ شهریه هر دوره در آموزشگاه در ترمین دید عموم می‌باشد.

تلفن تماس: ۲۵۱۲۱۱۸-۲۰-۲۵۱۲۱۱۸ داخلی ۱۲۱
تابلستان ۹۱- ستاد اوقات فراغت اداره کل فرهنگ و ارش

جدول

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱

سؤالات افقی: ۱- پایان و عاقبت - نفت
سیاه - آواز صوت ۲- از شهرهای
مازندران - ماده معطر شیرینی -
درخت تسبیح ۳- پشته - آتش
برنج - نیترژون - واحد پول
ایران ۴- شاعر پریشان - حل
نشان ۵- کاهگل - میوه قرمز
رنگ - جوی خون - دیوار هم
۶- سرپرست - بالش کوچک
- شبکه اینترنت ۷- زهر کشنده
- سبیل ۸- برگ برنده - یازنده
شطرنج - گاه و خطا - سود حرام
۹- لقب کشور ایسلند - عزادار
و مائم زده ۱۰- آلبانی موسیقی
- بینی - سنگ زینتی ساختمان
- پند - او - داخل شدن -
تکه کردن ۱۲- شایسته و لایق
- از شهرهای خراسان ۱۳- بیمار
و ناخوش - خروس مازندرانی -
لوله تنفسی - آب آذری ۱۴- ترس
و بیم - دلپایس - چوب خوشبو
۱۵- رنگ ناخن - گزبه - ناگهانی
و بی خبر

سؤالات عمودی: ۱- قهر - گاز دستنی خودرو - دارایی ۲- برق منفی - خبرگزاری
انگلستان - کرکس ۳- پاره کردن - شاخه اصلی سفید رود - باهوش ۴- زیانه
ترازو - فروتن ۵- سرور - ثانوی - ضمیر خارجی - یال اسب ۶- از اثرهای
معروف محمد حجازی - واحد بوکس - گوشت آذری ۷- ترنجبین - سیخ
آهنی - سردار ثانی مغول ۸- کلام پرش - دمل و آکنه - محافظ گل - کلام
شرط ۹- سیموگراف - وزغ - اثر ۱۰- حرف فاصله - میوه کال - باهوش
و عاقل ۱۱- چای انگلیسی - زمین ترکی - باد زهر آکین - بخت و اقبال
۱۲- واژگون و کله یا - عزیز ۱۳- روشن و آشکار - فشار سنج - ارجمند
شدن ۱۴- حرف استثنا - خجسته و میمون - بهره ۱۵- از شهرهای مازندران
- شکوه‌ها - آغشته