

سال اول شماره ی دوازدهم
آگوست سال ۲۰۱۷

حامد بهداد

یاغی جوان سینمای ایران

شرح در صفحه ۶

هفته نامه



خوانندگی ما

دکتر فرشاد بطحایی

جراح و متخصص بیماری های پا

در مرکز

ALL IN ONE FOOT CARE CENTER

دارای بورد تخصصی جراحی پا از دانشگاه

Temple University
in Philadelphia

عضو انجمن جراحان پا و قوزک پا



Farshad Bathace, DPM
Podiatric Medicine and Surgery



- جراحی بانین
- جراحی کجی انگشتان پا
- باز سازی پا
- درمان انواع شکستگی و جراحات پا
- درمان مشکلات پا ناشی از صافی کف پا
- درمان انواع پیچ خوردگی های قوزک پا
- تشخیص و درمان دردهای پاشنه و کف پا
- درمان میخچه، زگیل و پینه کف پا
- درمان ورم پا و رگهای واریس
- تشخیص و درمان بیماری های پوستی، قارچ ناخن و فرورفتگی ناخن در گوشت
- تشخیص و درمان ناراحتی های پا ناشی از بیماری قند، گردش خون و آرتروز
- تشخیص و درمان دردهای کمر و زانو ناشی از مشکلات پا
- تشخیص و درمان جراحات ورزشی
- کودکان و بزرگسالان
- تزریق PRP با تخفیف ویژه

مطب ها در اورنج کانتی

Irvine
113-waterworks Way
Suite 100
Irvine, CA 92618

Laguna Woods
24331-El Toro Road
Suite 370
Laguna Woods, CA 92637

تلفن:

(949) 588-8833



دکتر سید دیر

در عصر حاضر کمتر کسی است که دوره های اکادمیک تحصیلی را نگذرانده باشد. در هر خانواده ای تاکید شدیدی بر تکمیل دوره های آموزشی تا حداقل دیپلم می شود تا اینگونه آموزش های اکادمیک بتواند راهگشای مسیر زندگی آینده عزیزانشان باشد. با این همه هستند کسانی که در تصمیم گیری های حساس زندگی به ناگاه متوسل به روش های سنتی و غیرعلمی می شوند تا از مسیر سخت گردنه های پیچ در پیچ آن لحظات عبور کنند حتی برخی از آنان که دارای مدارج بالای علمی نیز هستند. همان هنگام است که طالع بینی های کور اهمیت پیدا می کند. در آن زمان است که همراه داشتن اوراد یا اشیایی همزمان با استفاده از آخرین تکنولوژی های علمی برایشان مفهوم پیدا می کند. چه بسا مهندسی یا حتی پزشکی در بیرون اتاق عمل منتظر جراحی یکی از عزیزان خود است، دست در جیب برده و سکه یا اسکناسی نه برای کمک به یک نیازمند، که برای تغییر نتیجه عمل جراحی به نیازمندی می پردازد. روشن است که این خواسته از روی ضعف و ناتوانی از پیش بینی پایان واقعه ای است که در اتاق عمل در جریان است. بنابراین نمی توان این رفتار را مبنایی منطقی برای حل مشکلات در نظر گرفت. اساس کار بر پایه شرایطی قرار می گیرد که انسان در سلامت کامل و در نهایت توانمندی اش قرار دارد. شرایطی که بر دانسته های علمی کسب شده توسط فرد و در ادامه تلاش های بشری در طول سال های سال بدست آمده است.

مشتاق فروهر



هندی من

کلیه کارهای ساختمانی
و
ری مادلینگ

با قیمت مناسب

(949) 416-650

احمد-AL



رستوران هاتم
میشن ویجو

Download Our App
For Free Delivery

Hatam Restaurant
Tast Of Persia

تلفن:

(949) 786-0122

www.myhatam.com



Complete Home Remodeling
Kitchen • Bath • Flooring • Windows • Shutters
949-630-7012

General Contractor Lic#: 755188

KITCHEN SPECIAL \$6995

10x10 kitchen, up to 20 ft. cabinets, white or espresso stains, 8 different cabinet profiles, dovetail drawers, pull-out from oven.

6 LED Kitchen Recessed Lights \$599.00

FULL BATH SPECIAL \$4899

5 x 8 bathroom shower or tub; up to 80 sq. ft. wall tile and 80 sq. ft. floor tile and plumbing.

Travertine Stone or Hand-Crafted Distressed Wood from \$699 sq. ft. installed

12mm Laminate Wood or 20" x 20" Porcelain Tile from \$399 sq. ft. installed

4" MDF Baseboard from \$299 min. 400 L.F.
Crown Moulding from \$499 min. 400 L.F.



BEST PRICE GUARANTEED! We Do It All!

- Full In-House Remodeling (kitchen, bath & room additions)
- All Types of Flooring (carpet, tile, stone, laminate & hardwood)
- Electrical (recessed lighting & electrical panels)
- Windows, Entry & Interior Doors
- Plumbing/Roofing
- A/C & Heating
- Paint/Texture/Stucco/Drywall
- Crown Moulding, Baseboards & Door Casings
- Wrought Iron Staircases



CARPET

FREE Padding • FREE Furniture Moving
FREE Lifetime Maintenance Warranty
FREE Old Carpet Removal • FREE Tax (CA Lic. 707122)

\$429		
per sq. yd. commercial	per sq. yd. Res. Per Sq. Yd.	per sq. yd. Res. Per Sq. Yd.
Northlake Seagrass	Merlot or Plush	Little Girl Seagrass
\$199	\$249	\$295
per sq. ft.	per sq. ft.	per sq. ft.
per sq. ft.	per sq. ft.	per sq. ft.
per sq. ft.	per sq. ft.	per sq. ft.
per sq. ft.	per sq. ft.	per sq. ft.

6 Windows from \$2695
Wood Shutters from \$15.99 sq. ft. min. 100 sq. ft.

بالاترین دقت، بهترین کیفیت، زیباترین طرح و مناسب ترین قیمت



من به بی رحمی "اتفاق" معتقدم. اینکه وقتی میفته، می خواد زندگیت رو زیر و رو کنه. و گرنه من که یک عمر، خودم بودم و خودم. تو یادت نیما، من غروبا می شستم توی همین بالکن و آدمایی رو نگاه می کردم که بود و نبودشون برام فرقی نمی کرد.

تو خبر نداری، من همینجا، با هر لبی که به لیوان چایی می زدم، به حماقت هر دونفری که شونه به شونه ی هم راه می رفتن، می خندیدم.

چه میدونستم روز بارونی چیه؟
هنگام غروب چه دردی؟
انتظار چی می که؟

من فقط، یک بار چشمام رو بستم..
فقط یک بار بستم و وقتی باز کردم، دیدم "تو"
وسط زندگی می. دقیقاً وسط زندگی می.
من اصلاً قبل از تو...

تو نمی دونی،
وقتی نیومده بودی من حتی معنی "قبل" و "بعد" رو نمی دونستم.

من حتی نمی دونستم با آدمی که زیر بارون داره تنها قدم می زنه باید همدردی کنم..
من آنقدر پرت بودم که نمی دونستم، به اون دونفری که دارن با هم راه می رن باید حسادت کنم.

من فکرش نمی کردم که یک روز، خودم رو پیش یکی دیگه جا بذارم.
شاید..

شاید تو بی تقصیر بودی، اما کاش..

کاش می فهمیدی؛

یا از اول نباید میومدی، یا وقتی اومدی.. حق رفتن نداشتی.

کاش می فهمیدی.



کمال Kamal

گروه بزمی

گروه جاز

تلفن:

(۸۱۸)۲۴۹-۴۶۸۷

شادی و نشاط شما

آرزوی ماست

امتحان زندگی

معلمی داشتیم که عجیب ترین معلم دنیا بود امتحاناتش عجیب تر... امتحاناتی که هر هفته می گرفت و هر کسی باید برگه ی خودش را خودش تصحیح می کرد... آن هم نه در کلاس، در خانه... دور از چشم همه

اولین باری که برگه ی امتحان خودم را تصحیح کردم سه غلط داشتم... نمی دانم ترس بود یا عذاب وجدان، هر چه بود نگذاشت اشتباهاتم را نادیده بگیرم و به خودم بیست بدهم...

فردای آن روز در کلاس وقتی همه ی بچه‌ها برگه هایشان را تحویل دادند فهمیدم همه بیست شده اند به جز من... به جز من که از خودم غلط گرفته بودم...

من نمی خواستم اشتباهاتم را نادیده بگیرم و خودم را فریب بدهم... بعد از هر امتحان آنقدر تمرین می کردم تا در امتحان بعدی نمره ی بهتری بگیرم...

مدت ها گذشت و نوبت امتحان اصلی رسید، امتحان که تمام شد، معلم برگه ها را جمع کرد و برخلاف همیشه در کیفش گذاشت... چهره ی هم کلاسی هایم دیدنی بود... آن ها فکر می کردند این امتحان را هم مثل همه ی امتحانات دیگر خودشان تصحیح می کنند... اما این بار فرق داشت... این بار قرار بود حقیقت مشخص شود...

فردای آن روز وقتی معلم نمره ها را خواند فقط من بیست شدم... چون بر خلاف دیگران از خودم غلط می گرفتم؛ از اشتباهاتم چشم پوشی نمی کردم و خودم را فریب نمی دادم...

زندگی پر از امتحان است... خیلی از ما انسان ها آنقدر اشتباهاتمان را نادیده می گیریم تا خودمان را فریب بدهیم... تا خودمان را بالاتر از چیزی که هستیم نشان دهیم... اما یک روز برگه ی امتحانمان دست معلم می افتد... آن روز چهره مان دیدنی ست...

آن روز حقیقت مشخص می شود و نمره واقعی را می گیریم...

راستی در امتحان زندگی از بیست چند شدیم؟



salesforce

CRM
Customer Relationship Management

سیستم های خدمات مشتری
طراحی پلتفرم مدیریت خدمات مشتری - سیز فورس
اجرا و کنترل پلتفرم مدیریت خدمات مشتری - سیز فورس
طراحی وب سایت دینامیک
ثبت داین و هاست
تبلیغ در گوگل باحکام با اینزینس شما

1-949-310-8110

BENTAKE

Remodeling , construction

(949)9231118

Behnam, Ben



خواندنی‌ها

سردبیر و مدیر مسئول مشتاق فروهر
مدیریت داخلی و آگهی ها : سیامک آزاد
طراحی و گرافیک: آناهیتا مجلسی
تایپ: علی

تلفن ۹۴۹-۹۲۳-۰۰۳۸

فکس
۹۴۹۵۸۰۰۲۲۹

مقالات رسیده
مسترد نمیشود

25401 Alicia PKWY # 533 Laguna Hills 92653

ایمیل khondaniha@khondaniha.com

وب سایت WWW.khondaniha.com



سرعت و صداقت روشی ماست

به آسانی ارسال یک پیام
به هر کجای دنیا که می خواهید
صد در صد قانونی



۲۲۹۰ - ۲۳۱ - ۹۴۹

حامد بهداد
یاغی جوان
سینمای ایران



حامد بهداد دارای تحصیلات لیسانس رشته بازیگری تئاتر از دانشگاه آزاد اسلامی تهران است. حامد بهداد به واسطه رامبد جوان و پیشنهاد او به همایون اسعدیان وارد سینما شد. او برای فیلم «آخر بازی» بازی خود را به حامد بهداد داد. او معتقد است وقتی جامعه و ناخودآگاه فرصتی را به یک فرد می دهد که دیده شود او نباید فقط از ویژگی های جوانی استفاده کند بلکه باید خود را بسازد. وی با اشاره به بازی های ناآرام خود گفت: یک عده دنبال افراد آرام و لطیف هستند و به زور می خواهند تلقین کنند که بازیهای آرام و لطیف بهتر است اما این از نظر من درست نیست این عده می خواهند از افراد هیاهو و هیجانهای آنها یک فرد ساکت و خاموش بسازند در حالیکه این جوش و خروش در ژنتیک یک جوان است.

بهداد سطح کارش را بالاتر از استانداردهای سینمای ایران می داند و مدعی است که در سطح سینمای جهان هم می تواند بدرخشد. او در گفت و گویی عنوان میکند: من بازیگر قوی ای هستم. باید به سینمای بین المللی راه پیدا می کردم. عمری است دلگیر از کارهایی هستم که اتفاق نیفتاده و باید می افتاد. این هم یکی از همین موارد است.

بهداد توانایی های برخی از بازیگران خارجی را زیر سوال می برد و می گوید: من اینو محکم به شما و غول منتقدها می گم، که بازیگرهای خارجی، کار خاصی نمی کنن جز استثناهاشون. امکانات اون ها با ما قابل مقایسه نیست.

حامد بهداد شیفته مارلون براندو است. او حتی در مصاحبه ای گفته بود آرزو داشتم در زمان حیات این بازیگر بزرگ جایزه می گرفتم تا تقدیمش کنم.

شعبه لاگونا نیگل افتتاح شد.

دکتر فریبا بیگدلی

متخصص ارتودنسی با بیش از ۲۵ سال تجربه

ما با پیشرفته ترین دستگاههای رادیوگرافی و مرغوبترین براکتهای ارتودنسی در خدمت هموطنان گرامی و فارسی زبانان محترم هستیم.



از لبخند خود لذت ببرید.

پذیرش کلیه بیمه های درمانی مدیکل، PPO، HMO
پرداخت اقساطی به همراه تخفیف ویژه برای افراد فاقد بیمه درمانی
معاینه، رادیوگرافی و مشاوره اولیه رایگان



FREE iPad

iPad رایگان
جهت مراجعه کنندگان جدید
ارتودنسی بعد از شروع درمان

* Free mini iPad for New orthodontics patients only. Cannot be combined with any other offer or insurance. Basic Cleaning in absence of periodontal disease



Laguna Dental
& ORTHODONTICS

949-831-2905

LagunaDentalandOrtho.com



Perfect
5-Star
Rating

Design & Print by: AVOZ PRINTING



کتابفروشی شرکت کتاب

مجهر به دستگاه فتوکپی
حرفه ای

قیمت مناسب

از یک برگ تا هزاران برگ

برای راه اندازی کار علاقمندان به کتاب و همه ی کارکنان و صاحبان مشاغلی که نیاز فوری به فتوکپی دارند

1419 West wood Blvd

Losangeles CA

90024

tel

310- 477- 4777



ELEGANT LOOKS
Wake Up With Make Up

میک آپ دائمی

Permanent Make-Up

آرایش عروس بطور کامل

• کوتاه کردن مو • رنگ • مش • فر • بند ابرو و صورت
• ایپلاسیون • فیشال • رنگ مژه و فرمژه
• صاف کردن مو به سبک ژاپنی و برزیلی

الکترولیز

متخصص از بین بردن موهای زاید بدن و صورت
با متد مدرن با سوزن های یکبار مصرف و لیزر

میک آپ دائم و آموزش آن

• خط چشم بطور دائم • شکل دادن به ابروهای
کم پشت و بی مو بطور دائم
• خط دور لب و فرم دادن به لبهای بی شکل، نازک و بی رنگ
• کدایشن خال • ترمیم Scar
• ترمیم لک های سفید در بدن (صورت، دست، پا و...)
• ترمیم دور سینه برای بیماران سرطانی
• توصیه کردن رنگهای قرمز و آبی
• ابرو به رنگ طبیعی

(949) 300-4371
www.elegantlooks.com

مهرانگیز
بیش از ۲۳ سال سابقه کار



عادل فردوسی پور



آکادمی موسیقی ارواین

زیر نظر حمید دیهیمی

با بیش از ۳۰ سال سابقه

برگزارکننده انواع کلاسهای

موسیقی

(پیانو- گیتار - ویلن - دف و تنبک)

Location:

OC Plaza, 2575, McCabe Way #270,
Irvine, CA 92614

Tel: 949.653.9998

310.849.8477 (Santa Monica)

Website: irvinemusicacademy.com

Email: hamid@irvinemusicacademy.com

نگهداری یخچال

بهترین محل قرارگیری یخچال و فریزر دقت کنید یخچال یا فریزر در کنار اجاق گاز، آبگرمکن و شوفاژ و حتی پنجره‌ای که نور آفتاب مستقیم از آن به داخل می‌تابد، قرار نگرفته باشد، چون در این مکان‌ها مصرف انرژی این دستگاه‌ها افزایش می‌یابد. لوله‌های پشت یخچال را دست‌کم سالی دو بار گردگیری کنید.

برای تمیزکردن دیواره داخلی یخچال و فریزر، باید مخلوطی از جوش شیرین و آب تهیه کنید. در ۴ لیوان آب ولرم، یک قاشق جوش شیرین بریزید و سپس با یک اسفنج نرم آن را روی دیواره‌ها بکشید. سپس آن را با پارچه‌ای نرم و تمیز خشک کنید. وقتی فریزر نوبی می‌خرید، می‌توانید درون آن را با همین روش تمیز کنید. پشت یخچال را تمیز نگاه دارید. برای پاک کردن این قسمت، دو شاخه یخچال را از برق بکشید و دستگاه را کمی به جلو هل دهید. به وسیله جاروبرقی گرد و غبار پشت یخچال را بزدایید. به این ترتیب دستگاه بهتر کار می‌کند و عمر بیشتری خواهد داشت.

برای از بین بردن بوی بد یخچال می‌توانید مقداری زغال را بکوبید و در کیسه‌های پارچه‌ای نازکی بریزید و در طبقه بالای یخچال بگذارید. هرچند هفته یک بار کیسه زغال را زیر نور خورشید بگذارید تا خشک شود تا دوباره بتوانید از آن به عنوان بوگیر استفاده کنید.

اگر لاستیک‌های دور در یخچال و فریزر خراب باشد، داخل فریزر مقدار زیادی برفک می‌زند. نوارهای لاستیکی در یخچال و فریزر به مرور زمان انعطاف خود را از دست داده و جدا می‌شوند و این سبب ایجاد برفک می‌شود. سالی، یک بار سالم بودن این نوارها را کنترل کنید تا در صورت کوچک‌ترین نشت هوا، آن‌ها را تعویض کنید. برفک یخچال و فریزر را به صورت منظم آب کنید، چون با افزایش ضخامت برفک، مصرف انرژی بالا می‌رود. همچنین به هنگام خرید یخچال می‌توانید یخچال‌های مجهز به سیستم برفک‌آب‌کن اتوماتیک را انتخاب کنید تا مصرف انرژی کاهش پیدا کند.

آموزش خیاطی و گلدوزی

۹۴۹-۲۳۳-۲۲۲۴

ناتاشا
نامی که می شناسید و به او، اطمینان دارید

نامی معتبر در خرید و فروش املاک
نامی که می شناسید... و به او، اطمینان دارید

۷۱۴-۶۰۹-۴۸۴۹
natashaommi@gmail.com
949-262-2052
license # 01775393

حکیمی و نادانی

روزی بازرگانی خرش را که دو گونی بزرگ بر دوش داشت به زور میکشید، تا به مرد حکیمی رسید. حکیم پرسید چه بر دوش خَر داری که سنگین است و راه نمی رود؟ پاسخ داد یک طرف گندم و طرف دیگر سنگ.

حکیم پرسید به جایی که میروی سنگ کمیاب است؟

پاسخ داد خیر، به منظور حفظ تعادل طرف دیگر سنگ ریختم.

حکیم دانا سنگ را خالی کرد و گندم را به دو قسمت تقسیم نمود و به گفت حال خود نیز سوار شو و برو به سلامت.

مرد کاسب وقتی چند قدمی به راحتی با خَر خود رفت، برگشت و پرسید با این همه دانش چقدر ثروت داری؟ حکیم گفت هیچ.

مرد کاسب فوراً از خر پیاده شد و شرایط را به شکل اول باز گرداند و گفت من با این نادانی خیلی بیشتر از تو دارم، پس علم تو مال خودت و شروع کرد به کشیدن خَر کرد و رفت...

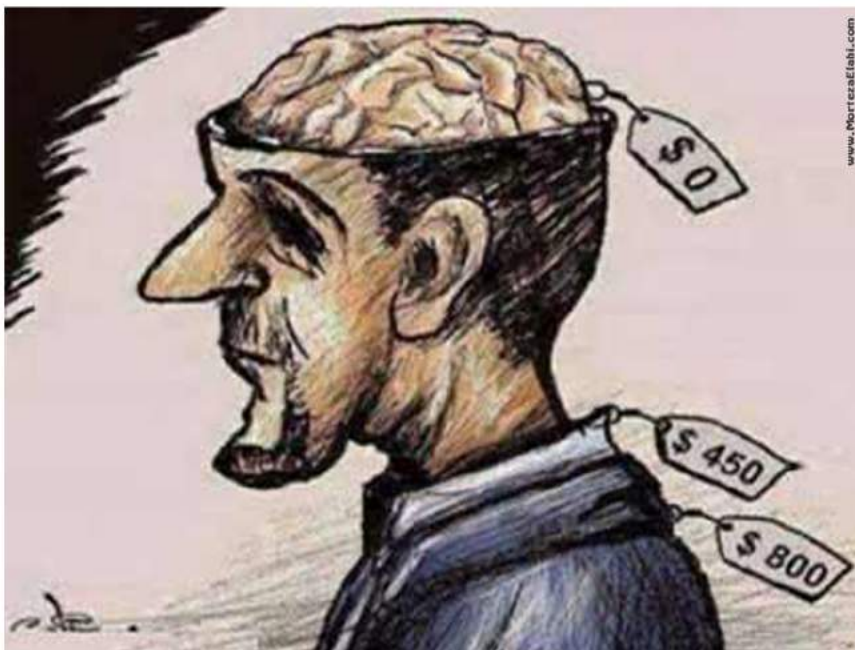
دزد افلیج

اسب سواری ، مرد افلیجی را سر راه خود دید که از او کمک می خواست. مرد سوار دلش به حال او سوخت ، از اسب پیاده شد و او را از جا بلند کرد و روی اسب گذاشت تا او را به مقصد برساند. مرد افلیج وقتی بر اسب سوار شد دهنه ی اسب را کشید و گفت :

اسب را بردم و با اسب گریخت!

اما پیش از آنکه دور شود صاحب اسب داد زد: تو تنها اسب را نبردی، جوانمردی را هم بردی! اسب مال تو ؛ اما گوش کن ببین چه می گویم

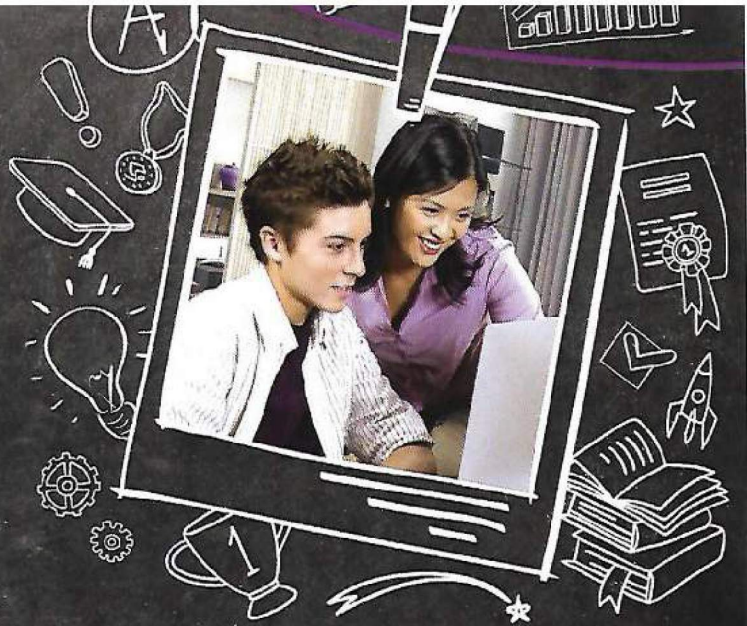
مرد افلیج اسب را نگه داشت ، مرد سوار گفت : هرگز به هیچ کس نگو چگونه اسب را به دست آوردی، زیرا می ترسم که دیگر هیچ سواری به پیاده ای رحم نکند...



tutor[®]doctor

Trusted In-Home Tutoring

ایرانیان عزیز
تدریس خصوصی در خانه
باروش تضمینی
... انگلیسی-ریاضی-فیزیک-شیمی

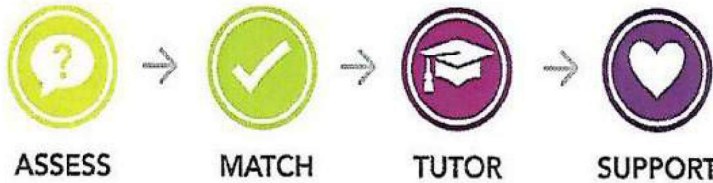


روش تدریس ما برای حصول بهترین نتیجه طراحی و تدوین شده است زیرا

- ✓ معلمان ما در وقت مناسب برای شما به خانه شما می آیند
- ✓ معلمان ما سابقه تدریس در رشته مورد نیاز شما را داشته و سوء پیشینه شان چک شده است
- ✓ معلم انتخابی و برنامه های تدریس مطابق نیاز و برنامه زمانی شما طراحی خواهد شد
- ✓ مشاور آموزشی ما در تمام مدت تحصیل با شما بوده و مراحل آموزش را زیر نظر خواهد داشت



Ask About Our 60-Day Money-Back Guarantee*



*Some conditions apply. Please contact your local Tutor Doctor franchise for details.

We Referrals

Special Offer for Friends and Family:

Present this Card for a Free Consultation and

2 FREE HOURS OF TUTORING

CALL 949-627-8768 and mention coupon code KF02H

www.tutordocor.com/oc/friends

با همکاری دکتر نقیبی

Law Offices



ورشکستگی Bankruptcy
Medical Malpractice

امور جنائی
تصادفات رانندگی
زمین خوردگی
حمله حیوانات
ثبت شرکت ها
دعاوی خانوادگی
انحصار وراثت
امور مهاجرت

دعاوی قراردادهای مالی و ملکی

949-583-7326

Fax: 949-583-7565

23276 South Pointe dr

Suite 208

Laguna Hills, CA 92658

دکتر الکس نقیبی

فوق دکترای حقوق از دانشگاه
Thomas Jefferson School Of Law
دکترای اقتصاد و مدیریت
دکترای حقوق , فوق دکترای حقوق
از دانشگاه توماس جفرسون
پرفسور حقوق و معاون ارشد دانشگاه حقوق

American Heritage
University College of Law
Assistant Dean of Law School

دفاتر حقوقی با همکاری وکلای باتجربه



Mark H. Shafer, Esq
Former Chapman
University Football
All-American

E Travel Services presents:



تور یک روزه به شهرهای

San Diego



From Los Angeles & Orange County

\$99

per person

Sunday

APRIL 30th 2017

Including Breakfast
Lunch & Dinner

TEMECULA

WINE TASTING



From Los Angeles & Orange County San Diego

\$129

per person

Sunday

MAY 7th 2017

Including Breakfast,
Lunch, Dinner
& Wine Tasting+Casino

Palm spring



From Los Angeles & Orange County San Diego

\$99

per person

Sunday

MAY 14th 2017

Including Breakfast,
Lunch & Dinner+Casino

Santa Barbara



From Los Angeles & Orange County San Diego

\$99

per person

Sunday

MAY 21th 2017

Including Breakfast,
Lunch, Dinner

prices Subject to change More info: E Travel Services



" With Persian Music "

Soheila Loffi

818-468-3336

858-278-8889





همبرگر شکم پر دوبل

طرز تهیه همبرگر شکم پر (همبرگر دوبل)
همبرگر دوبل، یک همبرگر متفاوت و غذای
سالم فست فودی با گوچه و پنیر اضافه
یک همبرگر دوبل آن چنانی با گوچه و پنیر
اضافه. اگر دلتان غذای فست فودی سالم می
خواهد این همبرگر متفاوت را در خانه
درست کنید.

مواد لازم:

- گوشت چرخ کرده ۳۰۰ گرم
- پنیر موزارلا ۵۰ گرم
- گوچه فرنگی ۲ عدد
- کاهو یا سبزی به دلخواه
- پیاز ۱ عدد
- نمک و فلفل به مقدار لازم
- طرز تهیه:

گوشت چرخ کرده را با یک عدد پیاز رنده
شده و نمک و فلفل مخلوط کنید و خوب ورز
دهید. سپس آن را برای یک ساعت در یخچال
بگذارید تا خودش را بگیرد. بعد از یک ساعت
نصف گوشت چرخ کرده را پهن کنید و روی
آن پنیر، گوچه، سبزی و کاهو بگذارید.
گوشت آماده را به اندازه یک همبرگر پهن
کنید

حالا نصف دیگر گوشت را که جدا کرده‌اید
اندازه گوشت پایینی روی آن بگذارید و با
کمی آب ولرم دور گوشت را ببندید تا مواد
داخل آن بیرون نریزد.

روی گوشت همبرگر، پنیر و گوچه بگذارید
سپس روی پنیر و گوچه، سبزی و کاهو
بگذارید

همبرگرتان را در کمی روغن سرخ کنید یا
روی کباب پز تنوری اش کنید.

در انتها روی مواد میانی یک لایه دیگر گوشت
قرار دهید

لایه گوشت را فشار دهید تا به هم بچسبد و
در روغن سرخ کنید

آن را درون نان همبرگر بگذارید و با سس
مورد علاقه‌تان همبرگر دوبل را نوش جان
کنید.

آیا می دانید که؟

آیا میدانید که تنها قسمت بدن انسان که دارای خون نیست قرنیه چشم است.

آیا میدانید که برای اخم کردن ۴۵ ماهیچه و برای خندیدن فقط ۲۳ ماهیچه منقبض می شود.

آیا میدانید که نوزاد انسان در هنگام تولد کشک زانو ندارند در واقع کاسه یا کشک زانو از سن ۲ تا ۶ سالگی شروع به رشد و تکامل می یابد.

آیا میدانید که معده انسان هر دو هفته یک بار ماده مخاطی خاص تولید میکند که به صورت یک لایه دور تا دور معده را از داخل می پوشاند اگر این ماده توسط معده ترشح و تولید نشود خود معده در اثر اسیدهای معده هضم می شود/

آیا میدانید که چشم های انسان همیشه در همان اندازه زمان تولد بوده باقی می ماند اما رشد گوشها و بینی متوقف نمی شود البته رشد آنها پس ۱۷ سالگی بسیار آهسته و نا محسوس است.

آیا میدانید که در ازای هر انسان در دنیا تقریباً یک میلیون مورچه وجود دارد.

دوست دارم ، ای خود من

من بیشتر از هر کسی خودم را دوست دارم؛
 برای خودم ساعت ها وقت میگذارم و حوصله خودم که
 سر رفت، دستش را میگیرم میبرم پارکی، کافه ای، باغی
 جایی... دلش که گرفت سفت بغلش میکنم آرام دست
 میکشم پشتش و زمزمه وار از درست شدن همه چیز
 برایش حرف میزنم، از خوب شدن اوضاع...
 کیفش که کوک بود پا به پایش روی جدول ها راه میروم
 و با صدای خنده هایم که آسمان را پر کرده به بستنی
 توی دستم یک گاز بزرگ میزنم...
 کار خوب که انجام داد جایزه اش میشود کتاب مورده
 علاقه اش، یا یک بلیط فیلم محبوبش...
 یک جور خاصی که به قرمزی گلبرگ های پشت و پتیرین
 گلغروشی نگاه کرد
 یک دسته از همان قرمزها برایش میپیچم و زل میزنم
 توی چشم های خوشحالش...
 همان راهی را میروم که او میخواهد،
 همان رویایی را در سرم میپروانم که او دوست دارد،
 همان کاری را میکنم که او از انجام دادنش لذت میبرد...
 من خودم را از همه بیشتر دوست دارم؛
 موهایم را یک جوری آزاد میگذارم که باد تارهایم را
 قلقلک بدهد همان طور که همیشه دوست داشتم...
 همان لباسی را میخرم که از پشت و پتیرین برق به
 چشمانم آورده... ، توی همان کافه ای که عطر دمی
 هایش مسحورم میکند دمی سفارش میدهم...
 همان مسیری که دوست دارم را پیاده کز میکنم
 و برای هزارمین بار آهنگ مورد علاقه ام را پخش میکنم
 و زیر لبی همراه خواننده میخوانمش...
 من خودم را بیشتر از هر کسی دوست دارم؛
 چون تنها کسی که همیشه بود، به وقت تنهایی، عاشقی،
 خوشحالی، ترس، فقط خودم بودم...
 من خودم را بیشتر از هر کسی دوست دارم؛
 چون ماندنش به پایم حتمی است و بودنش شانه به شانه
 ام تا ابد، تضمینی...



استادی در سر جلسه ی امتحان زیست شناسی مقابل
 سی دانشجوی جوان ایستاد و به آنها گفت: این را میدانم
 که سال آینده بسیاری از شما به دانشکده ی پزشکی
 خواهید رفت و میدانم چقدر خودتان را تحت فشار
 قرار دادید که معدلتان را بالا نگه دارید.
 از آنجایی که میدانم تا چه اندازه مطالعه کرده اید،
 میخواهم به شما پیشنهادی بدهم. هر کسی در امتحان
 شرکت نکند می تواند از من نمره "ب" بگیرد. تعدادی
 از دانشجویان به احساس آرامش رسیدند و بلند شدند
 و از استاد تشکر کردند و خواستند از امتحان معاف
 شوند. پس از آنکه آن دانشجویان با حس آرامش ناشی
 از نمره عالی "ب" کلاس را ترک کردند، استاد اوراق
 امتحانی را میان سایر دانشجویان توزیع کرد.
 روی برگه آنها این نوشته به چشم میخورد: شما نمره
 "الف" گرفتید. تبریک میگویم، همچنان به خودتان
 اعتماد داشته باشید...

تدریس خصوصی
ادبیات و زبان فارسی
۹۴۹-۲۳۱-۲۲۹۰

استخدام

یک شرکت معتبر ایرانی به یک منشی خانم
 با آشنایی کامل به زبان آلمانی و عربی
 و کامپیوتر و تایپ دو زبان فوق نیازمند است
 به واجدین شرایط حقوق مکفی پرداخت خواهد شد

۹۴۹-۲۱۲-۴۴۶۵



زد که زد خوب کرد که زد

هر وقت روستایی ساده دلی بنشیند و «خیال پلو» بپزد و آرزوهای دور و دراز بیافد حاضران این مثل را می زنند.
می گویند یک روز زنی که شغلش ماست فروشی بود، ظرف ماستش را رو سرش گذاشته بود و برای فروختن به شهر می برد.
در راه با خودش فکر کرد که «ماست را می فروشم و از قیمت آن چند تا تخم مرغ میخرم. تخم مرغ ها را زیر مرغ همسایه میذارم تا جوجه بشه. جوجه ها که مرغ شدند می فروشم و از قیمت آن گوسفند می خرم. کم کم گوسفندهام زیاد میشه. یک روز میان چوپون من و چوپون کدخدا زد و خورد میشه کدخدا مرا میخواد و از من میپرسه: چرا چوپون تو چوپون مرا زده؟ منم میگم: زد که زد خوب کرد که زد!
زن که در عالم خیال بود همینطور که گفت: «زد که زد خوب کرد که زد» سرش را تکان داد و ظرف ماستی از رو سرش به زمین افتاد و ماست ها پخش زمین شد.

خیاط در کوزه افتاد

در روزگار قدیم در شهر ری خیاطی بود که دکانش سر راه گورستان بود. وقتی کسی می مرد و او را به گورستان میبردند از جلوی دکان خیاط میگذشتند. یک روز خیاط فکر کرد که هر ماه تعداد مردگان را بشمارد و چون سواد نداشت کوزه ای به دیوار آویزان کرد و یک مشت سنگ ریزه پهلوی آن گذاشت. هر وقت از جلوی دکانش جنازه ای را به گورستان می بردند یک سنگ داخل کوزه می انداخت و آخر ماه کوزه را خالی میکرد و سنگها را می شمرد. کم کم بقیه دوستانش این موضوع را فهمیدند و برایشان یک سرگرمی شده بود و هر وقت خیاط را میدیدند از او میپرسیدند چه خبر؟ خیاط میگفت امروز چند نفر تو کوزه افتادند. روزها گذشت و خیاط هم مرد. یک روز مردی که از فوت خیاط اطلاعی نداشت به دکان او رفت و مغازه را بسته یافت. از یکی از همسایگان پرسید: «خیاط کجاست؟». همسایه به او گفت: «خیاط هم در کوزه افتاد.» و این حرف ضرب المثل شده و وقتی کسی به یک بلائی دچار میشود که پیش از آن درباره حرف می زده، می گویند: «خیاط در کوزه افتاد.»

ضرب المثل ها

گرچه مسکین اگر پر داشتی ، تخم گنجشیک
از از زمین برداشتی
آدم بدون غم نمیشه ، راه بدون چم و خم
نمیشه!
از قدیم گفتن: مرغی که انجیر میخوره ،
نوکش کجه !
مشت ، نمونه خروار است
لنگه کفش کهنه تو بیابون غنیمت است
برای همه ننه است ، برای ما زن بابا
کاری بکن بهر ثواب، نه سیخ بسوزه نه کباب!
هر چیز که خوار آید ،،، یکروز به کار آید !
ما هی میگم نره، بازم میگه بدوش !
شنگول هر چی پیدا میکنه، خرج اتینا میکنه!
هر چه دختر همسایه چل تر، برای ما بهتر !
به شتر گفتند چرا گردنت کج است، گفت
کجایم راست است که گردنم راست باشه:
احترام امام زاده با متولی آن است
گدا و این همه ادا
مار هر کجا کج بره توی لونه خودش راست
میره !
دختر بزرگ کردم واسه مردم، پسر بزرگ
کردم واسه رندون ،خودم موندم سفیر و
سرگردون
هر رفتی به اومدی داره
هر سگی در خونه صاحبش شیره
ه روزه مهنونیم و صدساله دعاگو.»
یه روز حلاجی می کنه سهروز پنبه از ریش
ورمی چینه.
یه سال بخور نون و تره صدسال بخور نون
و کره.
یه شکم سیر بهتر از صدشکم نیمسیر
یه عمر گدایی کرده هنوز شب جمعه رو
نمی دونه.
یه کاسه چی صدتا سرناجی.
یک دست صدا ندارد.
یه لقمه نون بربری من بخورم یا اکبری.
یه مرید خر بهتر از یه ده شیش دانگ.
یه مو از خرس کندن غنیمته.
یه نه بگو، نه ماه رو دل نکش.
یه وقت از سوراخ سوزن تو می ره یه وقت
از در دروازه تو نمی ره.
هیچکاره، رقص پای نقاره



AUTO CENTER

۹۴۹-۸۵۵-۸۱۸۰



سرویس و تعمیر هر نوع ماشین تولید آمریکا و سایر کشورها

کاباره ی سفیر

حیف است به لوس آنجلس بیائید
و به سفیر سری نزنید

برنامه های متنوع موسیقی ایرانی با محبوب ترین خوانندگان روز



در کاباره ی سفیر، مانند یک سفیر پذیرایی میشوید

سرویس ویژه برای دلیوری

بهترین و متنوع ترین و با شکوه ترین **کیتینگ** برای جشن ها و میهمانی های شما

19940 Ventura Blvd Wood land hills Ca

818-713-9090



افسردگی پیوست؟

دکتر مهرنگ خزاعی
روانشناس بالینی

امروزه یکی از مهمترین و شایع ترین اختلال روانی افسردگی است. افراد افسرده خود را انسانهایی بی ارزش می دانند. احساس گناه و درماندگی می کنند. اعتماد نفس خود را از دست می دهند. گریه های مکرر می کنند، و نگران و مضطرب می شوند.

افسردگی علت‌های مختلف دارد، یکی از علت‌ها ژنتیک و یا ارثی است. تحقیقاتی که بر روی دو قلوهای تک تخمی انجام گرفته نشانها و عوامل ژنتیکی در آن مشخص شده است. اما ژن بخصوصی در آن نقش ندارد بلکه ترکیبی است از ژنهای مختلف.

یکی دیگر از علل مهم افسردگی تغییرات هورمونهای شیمیایی بنام سراتون در مغز است که پایین رفتن میزان این هورمون‌ها باعث می شود که فرد حالات افسردگی پیدا کند.

عوامل اجتماعی، استرس‌ها و نا رضایتی از جامعه می توانند نقش مهمی در ایجاد افسردگی داشته باشد. شکست در زندگی و مرگ افراد نزدیک باعث ایجاد افسردگی می شود.

محققان باور دارند که استفاده طولانی برخی از داروها مانند داروی فشار خون و قرص های خواب و بیماری های مختلفی مانند بیماری های قلبی و عروق، سرطان، میگرن می توانند در ایجاد افسردگی نقش داشته باشند.

افسردگی به سه دسته تقسیم می شود: افسردگی شدید، افسردگی خفیف و افسردگی دو قطبی.

در افسردگی شدید بیمار افکار بسیار منفی نسبت به خود و آینده دارد. مشکل تمرکز، مشکل خواب، مشکل در خوراک و کاهش توان جسمی و ذهنی پیدا می کند. در افسردگی شدید فرد بی علاقتی به انجام کارهای روزانه دارد. تفکر و اندیشیدن در این افراد کند می شود. و قدرت تصمیم گیری آنها کاهش می یابد و احساساتشان هم به گونه ای برانگیخته می شود که حتی افکار خودکشی هم پیدا می کنند.

افسردگی خفیف نوعی افسردگی مزمن است همراه با علائمی که خفیف تر از علائم دوره‌های شدید افسردگی هستند. شروع افسردگی خفیف معمولاً بی سر و صدا است و بسیاری از افراد متوجه تغییر در زندگی خود نمی‌شوند ولی احساس غم و اندوه پیدا می کنند.

افسردگی دو قطبی ترکیبی است از علائم شدیدی و افسردگی. در مرحله شدیدی بیمار احساس افزایش انرژی شدید می کند که با خلاقیت و خوشحالی همراه است. افرادی که در حال گذراندن دوره شدیدی هستند زیاد حرف می زنند، و خیلی کم می خوابند و فعالیت بیش از اندازه دارند. این افراد در دوره شدیدی احساس می کنند که بسیار قدرتمند و شکست ناپذیرند.

در مرحله افسردگی بیمار احساس خستگی شدید می کند. و نمی تواند از رختخواب بیرون بیاید و احساس بی ارزش بودن، احساس تقصیر، احساس تنفر و از خویش ناامیدی و پوچی می کند. مشکلات خواب دارد و ناتوانی در لذت بردن از کارهای روزانه است. و حتی افکار خود کشی هم در بیمار بوجود می آید.

افسردگی را میتوان با دارو و روان درمانی و یا هر دو معالجه کرد. داروهای ضد افسردگی عدم تعادل هورمونهای شیمیایی در مغز را اصلاح می کنند و معمولاً بین دو هفته بعد از شروع دارو بیمار بهبودی را احساس خواهد کرد.

وقتی دارو پاسخ نمی دهد و یا شدت بیماری بالا است پزشکان از درمان با شوک الکتریکی استفاده می کنند.

یکی از درمان های افسردگی استفاده از یک روش تحریک کننده مغناطیسی بنام ترانسکرانیال Transcranial magnetic stimulation است، که در آن یک میدان مغناطیسی را توسط دستگاهی به پیشانی بیمار وصل می کنند. و ان دستگاه امواج الکتریکی ضعیفی را به قشر جلو مغز می فرستد که باعث درمان افسردگی در بیمار می شود.

یکی از جدید ترین درمان افسردگی استفاده از دستگاهی است بنام وگوسنرو که به صورت جراحی در پشت گردن بیمار کاشته می شود و باعث تحریکهای الکتریکی در قشر جلو مغز می شود. و به درمان افسردگی کمک بسیار می کند.

همچنین در روان درمانی روانشناس کمک می کند که بیمار افکار منفی را به مثبت تبدیل کند.

ورزش در درمان افسردگی و کنترل میزان استرس بسیار موثر است. همچنین پرهیز از موقعیت های پر استرس، انجام تکنیک های آرامش بخشی مانند تنفس عمیق، یوگا و مدیتیشن می توانند در کنترل بیماری افسردگی نقش موثری دارند .

تعمیر ارگاندیشن



با بیش از ۲۵ سال سابقه
۴۰۵۷-۴۸۲-۹۴۹

شهرزاد آذرمی
مشاور بیمه

۸۸۵۵-۷۷۶-۳۱۰

انواع بیمه

کلیه ی امور برقی
از سیم کشی تا
چراغکاری حیاط
سریع با قیمت مناسب

۹۹۸۱-۹۲۲-۹۴۹

چاپ

از یک فلایر ساده
تا یک کتاب
با قیمت های باور ناکردنی

حتی در پنجاه نسخه

۲۲۹۰-۲۳۱-۹۴۹

خواص زنجبیل برای لاغری و کاهش وزن



زنجبیل خواص ترموژنیک دارد؛ مواد غذایی ترموژنیک به خوراکی‌هایی اطلاق می‌شود که دمای بدن را افزایش می‌دهند و در نتیجه سوخت و ساز بدن را تحریک می‌کنند. به همین دلیل نیز به چربی‌سوزی کمک زیادی می‌کنند. زمانی که متابولیسم بدن بالا باشد چربی‌های بیشتری می‌سوزاند، کاری که فقط با رژیم گرفتن امکان‌پذیر نخواهد بود.

علاوه بر این زنجبیل برای هضم غذا مفید است. به خاطر اینکه می‌تواند حرکات مواد غذایی را در معده و روده‌ی کوچک کنترل کند. زمانی که هضم غذا به راحتی و درستی انجام می‌گیرد می‌شود ساده‌تر لاغر شد. یعنی بدون تحمل دل درد، گاز معده یا نفخ و غیره. محققان هلندی به این نتیجه رسیده‌اند که زنجبیل متابولیسم بدن و روند سوخت و ساز چربی‌ها را بالا می‌برد. به عقیده‌ی این محققان زنجبیل احساس سیری طولانی مدتی ایجاد می‌کند و جلوی پرخوری را می‌گیرد.

اگر احساس می‌کنید که این اواخر کمی چاق شده‌اید و شکم و پهلوهایتان چربی آورده است زمان آن فرا رسیده تا سریع وارد عمل شوید و به فکر چربی‌زدایی از این مناطق باشید. در گام اول یادتان باشد که برای لاغری لازم است که به مدت چند روز چای زنجبیلی میل کنید. این چای مکمل مناسبی برای یک رژیم سالم است. علاوه بر این لازم است که مصرف چربی را کاهش دهید و تغذیه‌ی مناسبی سرشار از سالاد، سبزیجات بخارپز، پروتئین‌های سالم، فیبرهای غذایی و آب را دریابید.

اگر علاوه بر موارد اشاره شده، روزانه کمی ورزش نیز اضافه کنید، مطمئن باشید که مصرف یک فنجان چای زنجبیلی بعد از هر وعده‌ی غذایی باعث می‌شود که در مدت ۵ هفته به وزن ایده آل خود نزدیک شوید. فراموش نکنید که لاغری و رسیدن به تناسب‌اندام نیاز به اراده‌ی قوی و کمی تلاش دارد.



ز دستم بر نمی‌خیزد که یک دم بی تو بنشینم
 بجز رویت نمی‌خواهم که روی هیچ کس بینم
 من اول روز دانستم که با شیرین درافتادم
 که چون فرهاد باید شست دست از جان شیرینم
 تو را من دوست می‌دارم خلاف هر که در عالم
 اگر طعنه است در عقلم اگر رخنه است در دینم...
 (ستاد سخن سعدی)



کی شعرِ تر انگیزد خاطر که حزین باشد؟
 یک نکته از این معنی گفتیم و همین باشد

از لعلِ تو گر یابم انگشتی زنهار
 صد مُلکِ سلیمانم در زیرِ نگین باشد

غمناک نباید بود از طعنِ حسود، ای دل
 شاید که چو وایینی خیرِ تو در این باشد

هر کو نکند فهمی زین کلک خیال‌انگیز
 نقشش به حرامِ او خود صورت‌گر چین باشد

جامِ می و خون دل هر یک به کسی دادند
 در دایره‌ی قسمت اوضاع چنین باشد

در کارِ گلاب و گل حکمِ ازلی این بود
 که این شاهدِ بازاری وان پرده‌نشین باشد

آن نیست که حافظ را رندی بشد از خاطر
 که این سابقه‌ی پیشین تا روزِ پسین باشد

لسان الغیب حافظ شیرازی

پر کن پیاله را کین جام آتشین
 دیری است ره به حال خرابم نمی برد!
 این جامها که در پی هم می شود تهی
 دریای آتش است که ریزم به کام خویش
 گرداب می رباید و آبم نمی برد!

من با سمند سرکش و جادویی شراب
 تا بیکران عالم پندار رفته ام
 تا دشت پر ستاره اندیشه های گرم
 تا مرز ناشناخته مرگ و زندگی
 تا کوچه باغ خاطره های گریز پا
 تا شهر یادها
 دیگر شراب هم
 جز تا کنار بستر خوابم نمی برد!

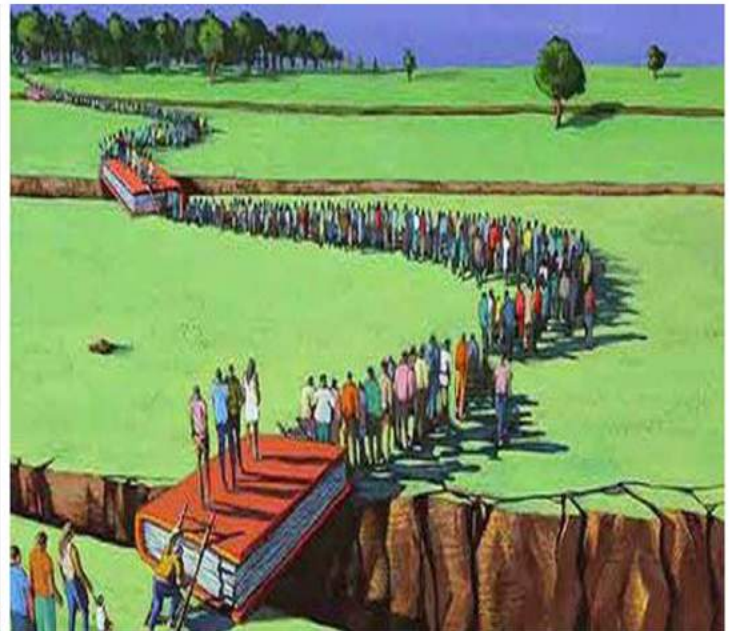
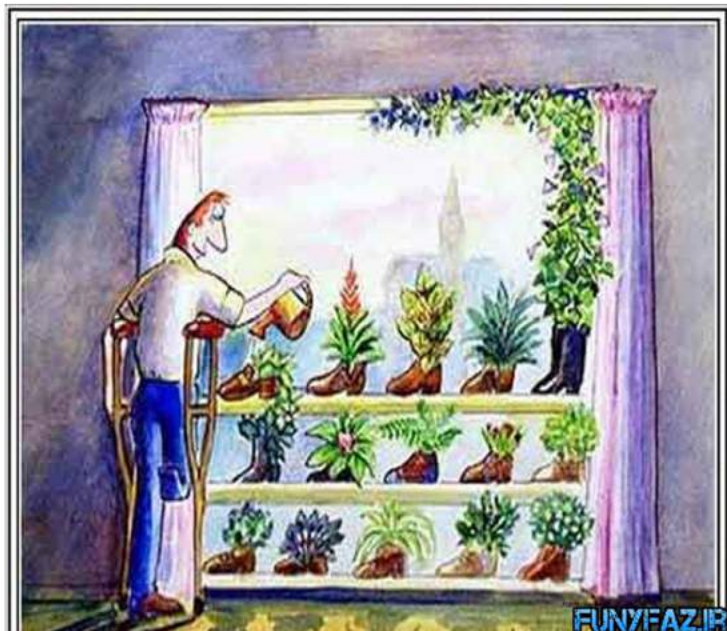
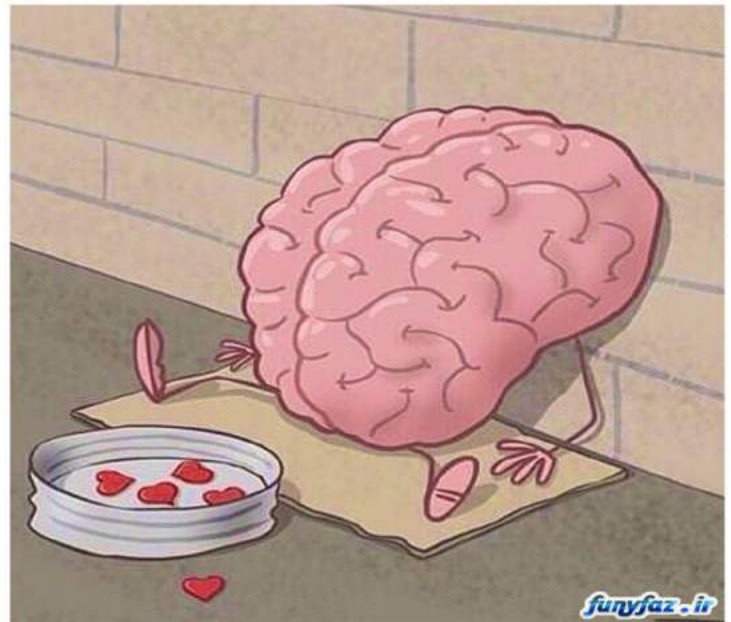
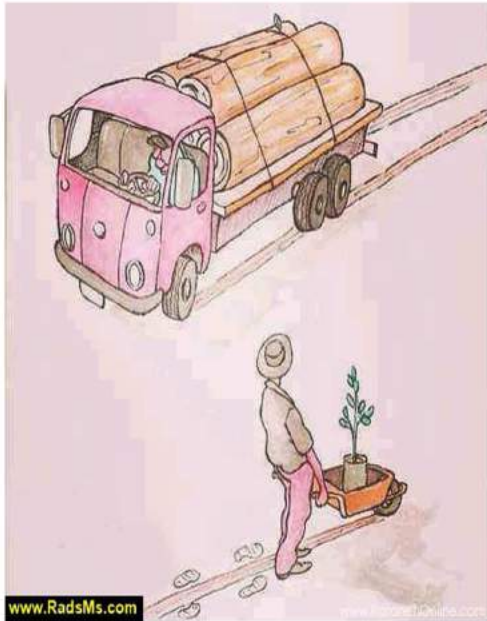
هان ای عقاب عشق
 از اوج قله های مه آلود دور دست!
 پرواز کن به دشت غم انگیز عمر من
 آنجا ببر مرا که شرابم نمی برد!
 آن بی ستاره ام که خوابم نمی برد!

در راه زندگی
 با این همه تلاش و تمنا و تشنگی
 با این که ناله می کنم از دل که:
 آب..... آب.....!

دیگر فریب هم به سراپم نمی برد
 پر کن پیاله را!

فریدون مشیری





اصطلاحات کوچه

قارط زدن: اختیار و کنترل خود را از دست دادن

سر بسر م بذاری قارط می زنم

ضایع: اسباب شرمندگی، مایه خجالت

این دیگه چه لباسیه پوشیدی؟ ضایع اس / نگاه

نکن ناموس مردم رو ضایع اس / قیابه اش

خیلی ضایع اس

سیفون: لفظی برای خطاب

آهای سیفون مگه نگفتم برو خونه؟

تابلو: شخص یا شی که ظاهر آن سخت

متفاوت با دیگر اشخاص یا اشیا باشد

چه قیافه تابلویی داره / کفشات خیلی تابلو است

فوت کردن: آبستن کردن

یارو رو فوت کردن

صد پر: زنی که با هر کسی رابطه برقرار کند

طرف صدپره

سیم ثانیه: بلافاصله، در حداقل زمان ممکن

تو سیم ثانیه می رسم خونه / تو سیم ثانیه پول

دار می شم.

شامبوسکولی: شخصی غیر عادی و غیر

متعارف، عوضی

شامبوسکولی تر از این پسره پیدا نمی شه / یه

شامبوسکولی دیدم داشت اسکی می کرد

زی ذی: صورت اختصاری زن ذلیل، مردی که

از همسرش وحشت داشته باشد و از او فرمان

برد

آقاهه خیلی زی ذیه / زی ذی داره می ره

خونه

رپ مخفی: دختر چادری که در زیر چادر

شلوار جین پوشیده باشد.

دختره رپ مخفیه / رپ مخفی اومد تو

دستی را کشیدن: سرعت حرف زدن را کم

کردن

چقدر تند حرف می زنی، دستی رو بکش

در پیست: پیش پا افتاده، بی ارزش

برو پی کارت درپیست / نوارش درپیته

خفه کردن: با بی میلی و از سر ناچاری غذا

خوردن

یه ساندویچ خفه کردیم

به Date Cafe برمیگردیم



OPERATION HOURS :

MON-THUR 11 AM - 1 AM

FRIDAYS 11 AM - 2 AM

SATURDAYS 6 PM - 2 AM

SUNDAYS 10 AM - 1AM

HOOKAH AFTER 6 PM

منوی جدید
مدیریت جدید
طراحی جدید

MEDITERRANEAN
CUISINE
HOOKAH LOUNGE
SPORTS BAR

ALL MAJOR EVENTS LIVE!!!

WE SERVE FOOD, LIQUOR, UNTIL LATE NIGHT

714-505-8922

13931 CARROLL WAY, TUSTIN, CA 92780

تدریس موسیقی ایرانی

توسط استاد مسعود رضایی

سه تار و گیتار پاپ ایرانی

Every Thursday evening 5:30 pm to 8:30 pm

4530 Sandburg Way Irvine, CA 92612

University Community Association (Across from Library)

Julie Tanha (949) 355-6029 تلفن تماس



بیمه زمانی



Zamani Insurance Agency



سلامتی و عمر



صاحبان مشاغل



تجاری



اتومبیل



مسکونی

بیمه های تجاری
مقاطعه کاران
ساختمان های چند واحدی
صاحبان مشاغل
بیمه های کارگری

**Commercial
Contractors
Apt Bldgs
Business owners
Workers cmp**

Tell: 949.424.0808

Fax: 949.272.9940

23276- S Pointe # 103 Laguna Hills, CA 926532

zamani23276@gmail.com

CB#19493313732



داروخانه ی رازی

Your Local Neighborhood Pharmacy

Dr. Kambiz
Ghojehvand, PharmD.

دکتر کامبیز قجه وند

Razi Pharmacy



جنب میشن رنج مارکت

949-583-7294

949-583-7291



Your Locally-Owned
HealthMart
PHARMACY



Like us on
Facebook

ساعات کار

M-F 9A.M - 7P.M

SAT 9A.M - 5PM

SUN CLOSED



- متخصص در تهیه و ساخت داروهای ترکیبی
- کرم های زیبایی پوست صورت
- انواع واکسن ها شامل: سرماخوردگی ، زونا
- برنامه ریزی کامپیوتری برای پرکردن داروهای ماهیانه شما
- دستگاه مجانی قند خون برای بیماران دیابتی (برای بیماران واجد شرایط)
- کلیه وسایل مخصوص سالمندان و بیماران از قبیل:
- صندلی چرخ دار، عصا ، جورابهای واریس ، کمرتهای طبی
- کمربندهای طبی ، صندلی های توالت و حمام
- اکثر بیمه های داروئی پذیرفته می شود:

Medicare, MediCal, CalOptima, OneCare, Express Scripts Caremark, Aetna

● مجموعه کامل محصولات زیبایی گلدن خاویار

● کرم زیبایی خاویار لاسین ، ویتامین های C & E لاسین موجود میباشد.

● تخفیف ویژه برای سالمندان و اشخاصی که بیمه ندارند

● مشاوره رایگان در امور دارویی برای هموطنان عزیز

GIFT
CARD

With transfer of 5 NEW or MONTHLY(MAINTENANCE MEDICATIONS) to Razi Pharmacy
You will receive a \$30.00 Gift Card to shop at Mission Ranch Market.*

داروخانه رازی

\$ 30.00

*New or Transferred Prescription. Not Valid for prescriptions paid in whole or in part by government. limit one per customer.No cash value.New customer only.

Special offer is valid from 4-20-2017 to 12-31-2017

ما با دو زبان فارسی و انگلیسی
با شما صحبت میکنیم
بر حسب داروهای شما
به زبان شیرین فارسی
تایپ میشود

23162 Los Alisos Blvd. #102
Mission Viejo, CA 92691

با انتقال حداقل 5 نسخه داروی خود به داروخانه ی رازی یک کوپن
به مبلغ سی دلار برای خرید از میشن رنج مارکت هدیه دریافت کنید