

حولي التعليمية كَرّمت متقاعديها



بشيرة الشيباني وإلهام العوضي



عبد الرحمن الفارسي وأنور العنجري ومنصور الديبحاني

عبد الرحمن الفارسي ومدير الأنشطة التربوية منصور الديبحاني وعدد من معلمي ومعلمات المنطقة.

برعاية وحضور مدير منطقة حولي التعليمية أنور العنجري ومراقبة التعليم الابتدائي ليلى الشريف ورجل الأعمال

كُرّمت الإدارة العامة لمنطقة حولي التعليمية متقاعديها للعام الدراسي 2013 - 2014 في فندق كوستا دي سول

في ندوة عقدت بجمعية المهندسين المطوع: نظام وجبة كل ثلاث ساعات الأفضل في العالم



المطوع خلال الورشة

أكد أخصائي التغذية وتنظيم الوزن الدكتور عبد الله المطوع أن أفضل نظام غذائي لانقاص الوزن هو « أقل كثير وزن أنقص »، شريطة أن يعرف الشخص ماذا يأكل وكيف يأكل ؟ مضيقاً أن النظام المعروف بـ « وجبة كل ثلاث ساعات » هو الأفضل في العالم. وقال المطوع في ندوة عقدتها رابطة المهندسين في جمعية المهندسين الكويتية : إن الإنسان سيري الفرق وأضاحا إذا التزم بقانون « وجبة ثلاث ساعات » ، موضحاً أن الالتزام بهذا القانون يوقف احساس بالجوع ، ويحسن عملية الهضم ، ويكافح ظهور البطن أو ما يعرف باسم الكرش. ودعا إلى عدم الاكتفاء في تناول سعرات حرارية بقيمة غذائية منخفضة مثل الحلويات والوجبات السريعة.



جانب من الحضور



العنجري والفارسي بنوسلمان للتقاعدين



ليلى الشريف متقدمة

عالونر
من الاحد الى الخميس
18:00
إعادة 10:00
معصومة عبد الكريم

الصباح
اول قناة اخبارية كويتية

Nile Sat 11296 Horizontal 5/6 27500

للإعلان في الدليل التجاري الإتصال
على إدارة إعلان جريدة الصباح
هاتف: 22452626-24867040 فاكس: 22452625

دليل الصباح التجاري

Business Directory

السالمية كليك
عيادة أمراض القلب والأوعية الدموية
د. طلال الدين الفول
أخصائي أمراض القلب والأوعية الدموية
خبرة طويلة في التشخيص والعلاج
القلب القاري يستشفى الأمراض القلبية (ماتيك)

- تشخيص وعلاج جميع أمراض القلب
- تشخيص وعلاج أمراض الشرايين التاجية والذبحة الصدرية
- تشخيص وعلاج ضغط الدم
- تشخيص وعلاج أمراض عضلة القلب وهبوط القلب
- فحص القلب وصمامات القلب بالسونار
- تشخيص ضغط الدم لمدة 24 ساعة
- تخطيط شريبات القلب لمدة (24 - 48 ساعة)

99689330
Dental Clinic
عيادة طب الفم والأسنان
جانبية موسم الصيف بأسعار مخفضة
تطويل ونظف الأسنان 16 K.O.
تلميع الأسنان 13 K.O.
تجميل الأسنان وتكبير السننات بقشرة
تلميع الأسنان
99148976
العنوان: شارع بغداد - 302 - 99689330
الوقت: من الساعة 9 صباحاً إلى الساعة 5 مساءً
ومن الساعة 9:30 مساءً إلى الساعة 12 صباحاً

شبكة أترناشيو نال كليك
د. أسامة تاييف التلاوي
إبتسامة مثالية طالما حلمت بها
طبيب فم - الأسنان
195 د.ك
65 د.ك
100 د.ك
40 د.ك
15 د.ك
60 د.ك
15 د.ك
250 د.ك

زراعة السن
سن الأيورسلان
سن الزركون
علاج عصب أمامي
حشوة تجميلية بالليزر
تبييض زووم 3
تنظيف اللثة والأسنان
مقلم علوي وسفلي

لرجع بعناية شركة التطوير للناسين وشركة آب عبيد
والشركات التابعة لها بالتعاون مع شركة سكرتي الألبية
ميدان حولي - خلف فندق كويت حياء - ت. 8 40 30 256

شركة البيت الجديد العقارية
يوجد لدينا عقارات للبيع في جميع مناطق الكويت
مطلوب عقارات للشراء في جميع مناطق الكويت

للبيع بالرحاب فيلا

قطعه 3 دورين وملحق تقع على شارع واحد
320 ألف د.ك (مراجعة)

تلفاكس: 22450443
55755782
تصال: 96097999 - 66419922