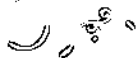


سرشناسه : جهانگیریان، حمیدرضا، ۱۳۵۳ -
 عنوان و نام پدیدآور : اعجاز کاهش وزن، افزایش وزن و تناسب اندام (به روش دکتر جهانگیریان)
 مؤلف حمیدرضا جهانگیریان
 مشخصات نشر : تهران: تضمین دانش، ۱۳۹۱.
 مشخصات ظاهری : ۱۱۶ ص.: مصور (بخشی رنگی)، جدول (رنگی)، نمودار (بخشی رنگی).
 شابک : ۲-۳۸-۷۷۴۲-۹۶۴-۹۷۸-۱۵۰۰۰۰ ریل
 وضعیت فهرست نویسی : فیبا
 موضوع : کم کردن وزن
 موضوع : چاقی
 موضوع : لاغری
 رده بندی کنگره : ۱۳۹۱ ج ۲/۷۷۲۷/۷۷۲۷
 رده بندی دیویی : ۶۱۳/۲۵
 شماره کتابشناسی ملی : ۲۰۲۴۹۰۷

- عنوان : اعجاز کاهش وزن، افزایش وزن و تناسب اندام (به روش دکتر جهانگیریان)
- مؤلف : دکتر حمیدرضا جهانگیریان
- کمک مؤلف : سوسن عبدی
- ناشر : انتشارات تضمین دانش
- نظارت ادبی : دکتر عباس جهانگیریان
- ویرایش : سمن مجتهدی - بهادر سپهریان - دکتر علی خانبانان - سمیه جاهدی
- دکتر شبنم شهبازی - اقدس عبادی - شهرزاد طاهری - پرستو پرویزی
- طراحی : حامد جهانگیریان - وحیده جهانگیریان - آتوسا روح افرازی - محسن شکری
- چاپ و صحافی : اندیشه نو
- چاپ اول : زمستان ۱۳۹۱
- تیراژ : ۲۰۰۰ نسخه - قیمت : ۱۵۰۰۰ تومان
- شابک : ۲-۳۸-۷۷۴۲-۹۶۴-۹۷۸
- ISBN : 978-964-7742-38-2
- مشاور حقوقی : محبوبه طالب زاده

توجه: کلیه حقوق این اثر، به نام مؤلف به ثبت رسیده است. هر گونه چاپ و تکثیر (اعم از پیراکس، بازنویسی، ضبط کامپیوتری و تهیه CD) به صورت کلی یا جزئی از مطالب این اثر، بخصوص جداول غذایی و روش های ارائه شده در آن، ممنوع است و متخلفان طبق بند ۵ از ماده ۲ قانون حمایت از مؤلفان و مصنفان تحت پیگرد قانونی قرار می گیرند.

تلفن : ۶۵۵۲۷۹۹۹ - ۶۵۵۰۰۴۹۹ - ۶۵۵۰۰۴۹۸



تقدیم به پدر عزیزم

او که قامت استوارش به زیر بار محبت خمید و وجودش به من توان زیستن داد.

تقدیم به مادر مهربانم

او که خداوند بهشت را در قلب پر محبتش جای داد. فرشته ای که با جانش، روح به تلم دمید.

و با تشکر از تمام عزیزانی که ما را در طلق این اثر یاری کردند

www.ketabir

به نام آفریننده ی زیبایی ها

خداوند بزرگ را شاکریم که با نشر این اثر، گامی مؤثر در راستای پیروی از مصادیق آیات شریفه ی " کُلُوا وَ اشْرَبُوا وَ لَا تُسْرِفُوا " و " فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ " و بیان شیوای رسول اکرم (ص) که فرمودند " معده جایگاه بیماری ها و خودداری از پرخوری بهترین داروها است " برداشته شد و چراغ راهی فرا روی هم میهنان عزیزمان قرار داده شد تا روش بهزیستی، بهروزی، سلامتی و شادابی را در چشم انداز زندگی مشاهده کنند و ما را مشمول نسیم دعای خیر خویش نمایند.

بدون تردید، روشی که آقای دکتر حمیدرضا جهانگیریان و همکاران عزیزشان در راستای بهبود تغذیه و درمان جاقی و لاغری ارائه کرده اند، روشی بی نظیر و منحصر به فرد است که حاصل تجربه ی چندین ساله ی ایشان در زمینه ی تغذیه و رژیم درمانی می باشد.

رجاء واثق است که این اثر سودمند، برگ سبزی بر کارنامه ی انتشارات تضمین دانش باشد و خدمتی ماندگار محسوب گردد.

مدیریت انتشارات تضمین دانش

بهمن ۱۳۹۱