

گوناگون

مبلغ بیمه بیکاری کرونا چقدر است؟

سازمان تامین اجتماعی اعلام کرده است که مشمولان بیمه بیکاری کرونا این هفته به حساب آنها باز می شود اما برای اطلاع بیشتر از مبلغ و مدت پرداخت بیمه بیکاری این افراد باید به اطلاع رسانی سازمان به مشمولان بیمه بیکاری کرونا پرداخت می شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا با شروع کرونا و تعطیلی کسب و کارها دولت برای حمایت از معیشت کسانی که کار خود را از دست داده اند، از پنج اردیبهشت تا پایان فروردین ماه، به مبلغ ۲۳ هزار و ۲۳۰ تومان، به بیمه بیکاری مشمولان کرونا پرداخت می کند. این مبلغ شامل بیمه بیکاری ماهانه است که در هر ماه ۲۳ هزار و ۲۳۰ تومان به حساب آنها واریز می شود. این مبلغ شامل بیمه بیکاری ماهانه است که در هر ماه ۲۳ هزار و ۲۳۰ تومان به حساب آنها واریز می شود. این مبلغ شامل بیمه بیکاری ماهانه است که در هر ماه ۲۳ هزار و ۲۳۰ تومان به حساب آنها واریز می شود.

یک چرخه کتاب

هنر در لحظه زندگی کردن
رئیس هیئت مدیره و مدیر عامل گروه انتشارات و نشر ساهن و پانزدهم روز



هنر در لحظه زندگی کردن
رئیس هیئت مدیره و مدیر عامل گروه انتشارات و نشر ساهن و پانزدهم روز

هنر در لحظه زندگی کردن
رئیس هیئت مدیره و مدیر عامل گروه انتشارات و نشر ساهن و پانزدهم روز

هنر در لحظه زندگی کردن
رئیس هیئت مدیره و مدیر عامل گروه انتشارات و نشر ساهن و پانزدهم روز

سیگاری ها میزبان خوبی برای کرونا هستند

رئیس دانشگاه علوم پزشکی گیلان گفت: دخانیات به ویژه سیگار از قیل ستر تا بویک استرالیا کشته را در کثیر می کند و هر چقدر که سن مصرف کننده کمتر باشد آسیبهای بیشتری متوجه خواهد بود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا حسین کارگر به همراه همسرش در حال نهار خوردن در یک کافه در تهران. او می گوید که سیگار کشیدن به او کمک می کند تا استرس خود را کم کند و در مواقع استرس به سیگار پناه می برد.

نکات آسپزی که همه باید بدانند

- ۱- با پنجهان را با پوست بیزید خصوصا در لاله ها شکم بپزد.
۲- کدو را با پوست بیزید در همه حال خورشت ها بپزد.
۳- کدو را با پوست بیزید در همه حال خورشت ها بپزد.
۴- جایگزین گوشت قرمز، از گوشت شتر مرغ استفاده کنید.
۵- به روغن جعد از روغن مایع خصوصا روغن زیتون، روغن کدو، روغن انگور و روغن کنجد روغن گلرگ استفاده کنید.
۶- پیاز را بیشتر از میزبان اولیو استفاده کنید.
۷- برای پختن لوبخ خوراک یا خورشت از روغن زیتون، روغن کدو، روغن انگور و روغن کنجد روغن گلرگ استفاده کنید.



رئیس دانشگاه علوم پزشکی گیلان

رئیس دانشگاه علوم پزشکی گیلان گفت: دخانیات به ویژه سیگار از قیل ستر تا بویک استرالیا کشته را در کثیر می کند و هر چقدر که سن مصرف کننده کمتر باشد آسیبهای بیشتری متوجه خواهد بود.

دوشنبه ها با میترا آشنایی

شیر آب گرم بگیرد تا بخ زوده شود، بلکه با یک فنجان آب درون تابه ای درب دراز بیزید و با حرارت کم در کمتر از ۱۰ دقیقه گوشت را بپزد. این کار باعث می شود که گوشت نرم تر و لذیذ تر شود.

همه گیری کووید ۱۹ و مراقبت از چشمها

کارشناسان تأکید کردند در صورت استفاده از لنزهای تماسی و عینک لازم است نکات مراقبتی زیر را رعایت کنید:
۱- قبل از لمس لنزها و عینک دستها را با آب و صابون بشوید.
۲- لنزها را در جعبه مخصوص خود نگه دارید و هرگز آن را در جیب یا کیف خود نگذارید.
۳- هرگز لنزها را در آب یا مایعات دیگر فرو نبرید.

تأثیر مدیتیشن در بهبود مشکلات فکری و احساسی

تورین مدیتیشن به مفهومی با مشکلات فکری و احساسی ناشی از بیکاری می آید. این روش به افراد کمک می کند تا با استرس و اضطراب ناشی از بیکاری مقابله کنند و ذهن خود را آرام کنند.

با عجله غذا خوردن باعث چه بیماری هایی می شود؟

گوارش باشد، منجر به نفخ و رگاسی اسید معده می شود. رگاسی اسید معده باعث می شود احساس سوزش در سینه، گلو و مری شود. این مشکل با خوردن غذاهای ناسالم و خوردن غذا به سرعت تشدید می شود.

با عجله غذا خوردن باعث چه بیماری هایی می شود؟

گوارش باشد، منجر به نفخ و رگاسی اسید معده می شود. رگاسی اسید معده باعث می شود احساس سوزش در سینه، گلو و مری شود. این مشکل با خوردن غذاهای ناسالم و خوردن غذا به سرعت تشدید می شود.

میترا



میترا

میترا

تازه های سلامت

«کرونا» بیماری تنفسی است یا مشکل خونی؟

یک فوق تخصص بیماری های عفونی درباره برخی مباحث در فضای مجازی مبنی بر ایجاد مشکلات خونی و لخته خونی در بیماری کووید-۱۹، گفتفاکتر می کند که کرونا عفونت خونی و بیماری تنفسی است اما اکنون متوجه شدند که بیشتر مگکزیبی عفونی در همه بدن است و فقط در نواحی خاصی از بدن خطرناکتر است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا سوزن محرز، درباره برخی اظهارات مبنی بر تاثیر کرونا بر ویروس کرونا و ایجاد لخته های خونی، گفت کرونا با بن و به سبب مسکن عرقی ای که می کند لخته خونی ایجاد می کند. این سوزن محرز می گوید که کرونا با بن و به سبب مسکن عرقی ای که می کند لخته خونی ایجاد می کند. این سوزن محرز می گوید که کرونا با بن و به سبب مسکن عرقی ای که می کند لخته خونی ایجاد می کند.

همه گیری کووید ۱۹ و مراقبت از چشمها

کارشناسان تأکید کردند در صورت استفاده از لنزهای تماسی و عینک لازم است نکات مراقبتی زیر را رعایت کنید:
۱- قبل از لمس لنزها و عینک دستها را با آب و صابون بشوید.
۲- لنزها را در جعبه مخصوص خود نگه دارید و هرگز آن را در جیب یا کیف خود نگذارید.
۳- هرگز لنزها را در آب یا مایعات دیگر فرو نبرید.

تأثیر مدیتیشن در بهبود مشکلات فکری و احساسی

تورین مدیتیشن به مفهومی با مشکلات فکری و احساسی ناشی از بیکاری می آید. این روش به افراد کمک می کند تا با استرس و اضطراب ناشی از بیکاری مقابله کنند و ذهن خود را آرام کنند.