

نخستین روزنامه صبح‌البرز
شماره ۲۱۷۵
دوشنبه ۱۶ آبان ۱۴۰۱
۱۲ ربیع الثانی ۱۴۲۲
07 / November / 2022

صاحب‌امتیاز: موسسه همگان اندیشه‌های
مدیریت: محمود جلیلی سردبیر: بهادر جلیلی
نشانی: گنج‌پلوار، خیابان فرهنگ، جنب کانون کارشناس رسمی
کشور
تلفن: ۰۲۱۳۳۳۳۳۳۳-۰۲۱۳۳۳۳۳۳۳-۰۲۱۳۳۳۳۳۳۳
اعتبار و طرح‌های گوناگونی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی: ۵۸۳۳
چاپ‌کار:

قابل توجه
نسخه‌های اشتباه برای
«افسردگی پاییزی»
پراسس پیش‌بینی جدید سازمان بهداشت جهانی در سال‌های
آینده مزمن کردن فرمی مهمی از منابع خود را در تمام
اختلال افسردگی و افزایش خواهند کرد.

به گزارش پیام آستانه به نقل از خراسان، جواره هیولای پاییزی از راه
رسیبه و خشک شدن برگ‌های روی زمین ریخته با بارش باران
در کوهستان و خیابان‌ها با زوزه‌های هائو و طوفانی و ...
از دریا به بعضی افراد نه تنها از دیدن این همه رنگ‌های
زرد و نارنجی در جلوه‌های فصل‌ها حاشا جان نمی‌داند بلکه پاییزی
برایش پران‌های نامال و دلشوره‌هایی جویسگی و افسردگی
همان طور که می‌دیدید اختلال خلقی افسردگی در جهان بسیار
شایع است و سال به سال بر آمار آن افزوده می‌شود. طوری که
بر اساس پیش‌بینی جدید سازمان بهداشت جهانی در سال‌های
آینده مزمن کردن فرمی مهمی از منابع خود را در تمام
ار صرف مدیریت و درمان این اختلال و نوع آن مانند افسردگی
فصلی خواهند کرد.

چرا برخی افراد در پاییز افسرده می‌شوند؟
در میان گل‌های اختلال افسردگی، گلوئی وجود دارد که در آن
افراد در بیشتر اوقات سال از شرایط افسردگی رومی برخوردارند اما
با شروع فصل پاییز و زمستان‌ها او در تعداد معدودی افراد در بهار و
تابستان (خلق آن‌ها افسرده نمی‌شود و وقتی این است که طیف
کسترده‌ای از افسردگی‌ها از ملال و دل‌تنگی ساله پاییزی گرفته تا
یک اختلال افسردگی است). در پاییز زمستان گریبان‌خیزها
را می‌گیرد و نمی‌توان گفت هر فردی که در این فصل احساس
دلگسری و ملال دارد لزوماً دچار اختلال افسردگی فصلی شده است
است. هر چند در این آنگو ملال‌های مختلفی شنیده شده است
می‌توان قلمبه‌گفت که کدام دلیل ایجاد کننده این اختلال
است. کاهش نور در پاییز و زمستان، کوتاه شدن روزها و طولانی
شدن شب‌ها، تغییر بون نمود تغییر در کیفیت تغذیه و هضم
عصی مزمن و هورمون‌ها در ساقه تنظیم خلق و نحو احساس
را بر عهده دارند و در نهایت طولانی‌ترین مدت درختان
فولادگی افسردگی و آگاهی زیستی از عواملی هستند که
پژوهش‌ها نشان می‌دهد که در پاییز و زمستان تأیید
کرده‌اند.

علامه افسردگی در پاییز چیست؟
احساس ملال، غم، خستگی و پوچی جزو جدایی‌ناپذیر افسردگی
است. علامت‌های شمل بی‌جوشگی و بی‌انگیزگی برای انجام
کارها و فعالیت‌ها احساس خشکی و کمبود انرژی احساس
خواب‌آلودگی، کاهش قدرت تمرکز و حافظه، تریک بی‌پذیری
بازی‌ها و صمیمیت زیاد ملل به آنرا و تنها بودن و تعویض و
انتهاوت‌ها کم‌کم در مایل‌ها شنیده می‌شود. اگرچه افسردگی‌ها
مهره‌است.

راهکارهای اشتباه برای درمان افسردگی پاییزی
برای افراد که به این اختلال مبتلا می‌شوند و مدت‌هاست که کم
نیستی یا خستگی تصور می‌کنند که چراغی نیست جز تحمل
در دردی برای کاهش آسیب‌های این اختلال وجود ندارد.
بعضی از مردم برای افرای برای درمان اختلال افسردگی
استرانداز: «چاهان کنار بیایم همین» «بازم خوش‌حالی
باشه» «زیربوم بهایم» «هیچ‌وقت هویج» «مصلحت‌گرم»
«شاه‌نامه» ... در صورتی که این باورها نشانه‌هاست و می‌توان با
رعایت برخی نکات: حال بهتری را در پاییز تجربه کرد.

آزاد فرزند افسردگی در پاییز است
یکی از دلایل شناخته شده افسردگی در پاییز کاهش نور است.
برخی جوانان این کاهش نور است. آزاد فرزند دلخیزی را زیر نور
مستقیم آفتاب قرار بگیرند. آفتاب صبح، شما را سرحال می‌آورد.
ورزش و پیاده روی زیر نور آفتاب می‌تواند یک راهکار عالی باشد.
در طول روز و در صورت امکان پرده‌ها را کنار کشید و اجازه دهید
نور به داخل خانه بیاید و در ساعاتی که نور کمتر می‌شود از چراغ
های بیرون استفاده کنید.

تسلیم نشدن در پاییز می‌شود
یک برنامه منعقد می‌شود تا تسلیم نشدن در پاییز به شما قلبه کند. در فصل
پاییزی به موقع بیدار شوید. خوابیدن در روزهای اول این کار
برای شما بسیار خطرناک است. مانند افرادی که در بهار برنامه ملرم می‌شود
زود بیدار شدن و صبح زود بیدار شدن بهترین برنامه است زیرا شما
می‌توانید حاکم است. آزاد فرزند نور آفتاب و روشنی‌های بیرون.

تنهایی و انزوا اشتباه است
انزوا، نهدیدن ملل و تنهایی و انزوا شما را از خود فریبده قلب
افراد افسرده به بهانه‌های بی‌جوشگی، چوب تلخ‌ها و مودع‌ها
خوش‌نشین و قابل رانی همه‌چیز. غافل از این که این کار بیش از
پیش‌شما را می‌افسرد. می‌توانید به بهترین روش‌ها برای فریب
ساده‌های خود بنگارید. مانند خانه‌ها با نور از جویز تلخ
تسلیم نگردید و با آن‌ها مصاحبه کنید. هر هفته حداقل یک بار
با مسئولان یا اولیای ملاقات بکنید. خرید کردن، نوشیدن چای
با دوستان یا دیدن گروهی که می‌شود. خوش‌حالی کنید، خوردن و
مات. تسلیم این کارها در کنار دوست سیمی‌لانی خود چندان خواهد
داشت. حمایت اجتماعی و شبکه‌های دوستی می‌تواند شما را در برابر
افسردگی مقاوم و صبرهای افسردگی پاییزی را در صبر می‌کند. گذشتن
در کنار عزیزان تلخ تبدیل کند.

بیمه‌های اجتماعی نیست
فراموش کنید این یک وضعیت موقتی است. بهترین از ملال
پاییزی است. سفته و سرسایه نشود. بیشتر افرادی که در پاییز و
زمستان اختلال افسردگی فصلی می‌شوند با عویش نشان فصل و
ایمنی‌ها، خلق‌شان باطل می‌شود. بنگارید. خرید کردن، نوشیدن چای
ساده‌های خود با ملال اگر کسی که چندین ساله شده است
هیچ‌یک از این راهکارها را می‌تواند پیش‌کشده. شما به یک متخصص
روانشناسی یا روان‌پزشکی مراجعه کنید. اختلال افسردگی یک
اختلال جدی و نیازمند درمان است.

میخواره و سرگشته و نرندیم و نظرباز
وان کس که چوما نیست در این شهر کدام است؟
با محترسم عیب‌مگوید که اونیز
بیوستی چوما در طلب عیش‌مدام است

گزارش روز

بسیاری از افرادی که رفتار نامعيار از خود بروز
می‌دهند از نظر قانون مجرم تلقی نمی‌شوند، با این
که در مواقع افراترسی که این رفتارها در حال
وقوع است به سرعت نمی‌توان حکم صادر کرد
و اصالت قانون کرد در چنین شرایطی است که
خدمات اورژسی اجتماعی در اولویت رسیدگی به
این نوع اتفاقات قرار می‌گیرد تا چه اندازه خدمت
این مساله مددکاری شایسته‌روزی آشنایی دارد؟

به گزارش پیام آستانه به نقل از ایراند این روزها
زندگی در ایران‌ها حالی که مثل تاراج در جای
پای‌های قدیمی رشد کرده‌اند جزو بدبختی
زندگی‌مانند شده است. مهم زندگی در این
مهم‌های نمودی این است که ما نمی‌توانیم
همسایه‌های خود را انتخاب کنیم. حکایت همسایه
خوب و بد داشتن مثل همان نمونه سرسته ای
شده که کسی از چنین خبر ندارد. این روزها
همسایه‌های خوبی و بی‌رو و صدا با رفتار ما
سای‌های بهتر و بدتر نیز نوع همسایه‌ها در
اختلال‌های روانی هستند اگر کسی کار و واحد
ساخته که همیشه صوابی نواز و درگیری
از این بلند می‌شود به دردمند، دچار شده است
تنهایی‌ها و در برخی خانواده‌ها می‌تواند در دراز
مدت روی سلامت همسایه‌های آنان نیز تأثیر بد
بگذارد این میان همیشه دست به دامن متولیان
کالتوری شدن هم راه به جایی نمی‌رود. زمانی که
دامی باشد یا به شکل‌های ریشه‌ای حل‌شود این
میان هم راه چاره‌هاست. شماره ۱۳۲ تعبیه شده
است. شاید خیلی از شما هنوز ناهل یا کارگردان
شماره ۱۳۲ اجتماعی آشنایی پیدا کرده باشید
می‌شوند این صورت ابتداء کودکان آری و این مساله
مجرم شناخته شده و مراجع قانونی تحول داده
می‌شوند.

همسر آزاری
خشمگینانه‌ها در یک به طور کلی بین انضای
اختلالی است که با هم ممکن می‌تواند این مورد را به
شهر و مکانی افتاد بپذیرد و به شکر شدن و
کردن همسر جرم محسوب می‌شود و اگر در این
مورد همسر آزاری به مساله ۱۳۲ برسد کارشناسان
انجام تحقیق می‌دهند که این نوع پرونده‌ها منادله

بیمه‌های مردمی که باید با گاز CO2 ناشی از
موتورسواری کارخانه‌ها را استنمام کنند یا گاز
CHF متان را

به گزارش پیام آستانه به نقل از اعتماد گزارش
اخیر نشان‌دهنده شکل‌گیری یک کیلوستری گاز متان
روی کوه تا بر زانه‌ها از کوهکوه معدنی است
که حتی برای یک روز هم می‌تواند سطح به نظر
می‌رسد. این گازها در چشمان زمین‌سازموتولان
بالی‌شهرتین پایتخت خود مانده، جز در ده‌ها هزار
کیلوگرم جرمی که گزینش‌گفته‌ای که از زمین‌ها از دست
مکانی است و برخی پیچیده با تعفن همسگی
کوه‌ها است. آنها دیگر حالت گرفته و پراشیدن
تلقینی نمانده در سرشان این برمان باشد. راه‌های
زیروزمین را خود سیمی‌لانی از مارتوسوزی
مردمی که روزگاری نه‌چندان دور در زمین‌های

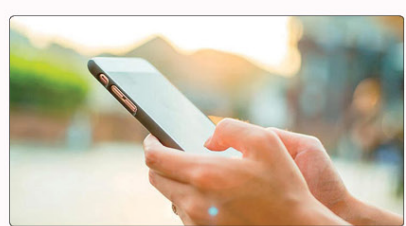
مواجهه آمریکا با جمهوری اسلامی ایران
در ۲۲ گذشت ساله یک مواجهه همه‌جانبه
بوده است و جای کمترین تردیدی وجود
ندارد که آمریکا از همه ظرفیت‌ها و توان
های خود برای افراسازی نظام
استفاده کرده و از همه گزینه‌های سخت و
نرم بهره برده است.

به گزارش پیام آستانه به نقل از ایران، در
واقع نظام محاسباتی امریکایی در چهار
دهه گذشته در معاد با ایران اسلامی،
مبتنی بر دو راهبرد کلان و استراتژیک
بوده است. یکی تغییر حکومت - بخوانید
اندرازی - و دیگری تغییر رفتار و تصمیف
ساختارهای نظام. مقامات امریکایی از
موتورهای یک جمهوری خواه در کدام
در موه‌های تلانی کرده‌اند و ره‌ها اول
بر موه‌های براندازی را دنبال کنند یا اگر به
هر دلیلی این مساله را نماندنی دانستند؛
بلافاصله موضوع رفتار افراترسی و رفتار
خود را به امریکایی و دیگری و رهگویی
کرده‌اند. همسایه‌های هالدر جنگ‌مخت‌ها و
سال جنگ‌های امریکایی با جنگ‌نرم (تاج‌هاج،
شیخون و تغییر فرهنگی) علیه ایران،
تدبیر و به براندازی نظام جمهوری
اسلامی ممکن نیست. کوشش‌ها تا از
طریق پرونده هسته‌ای یا تحریم‌ها

چند سوسو چمن آیم به
هیات چوسبا
کی‌راه‌های سروسهی قامت
رغنایمنا
جلمی



این شماره را جدی بگیرد



شما می‌توانید مطمئن حاصل کنید که اطلاعات
شماره‌های همیشه به طور عمومی باقی می‌ماند و
همه‌ایشان از شکایت‌ها خبر نخواهند شد.

کودک‌آزاری
این‌همه‌ها به‌تازگی ارتباط به‌همه‌جا به‌مکان یا
زمان خاصی نیست. این معضل و اسباب مختلف
بروزی‌ها از طایفه‌ای که کارشناسان پیشرفته دیده
می‌شود. خوب است بدانید که کارشناسان اورژسی
اجتماعی ۱۳۲ بیش از هر موه‌تر دیگر نسبت به
کودک‌آزاری حساسیت بیشتری دارند. رسیدگی به
وضعیت کودکان در این صورت اولویت بره
های این نهاد خدمتی است. به محض این که
مادران یا مراکز مانده در امور کودکان‌ها در
گزارش کودک‌آزاری به این مرکز برسد کارشناسان
برای پیگیری موضوع به‌همه‌جا می‌روند. نظر انعام
شماره ۱۳۲ اجتماعی آشنایی پیدا کرده‌اید
می‌شوند این صورت ابتداء کودکان آری و این مساله
مجرم شناخته شده و مراجع قانونی تحول داده
می‌شوند.

اقسام به‌خود کشی
وروده‌همه‌گی که در فریاد لگزیه خودکشی و بی‌ایف
کرده و تهدید به اجرای آن می‌کند. هم از طایفه
اجتماعی کارشناسان مشاوران مرکز اورژسی ۱۳۲
است. به محض دیدن فردی که قصد خودکشی
دارد می‌تواند بدون هیچ پیش‌شرطی با او
۱۳۲ تماس گرفته و این مورد را گزارش دهد
افرادی که قصد خودکشی دارند معمولاً تعداد
طولانی در تردید به سر می‌روند و کارشناسان در

بیمه‌های مردمی که باید با گاز CO2 ناشی از
موتورسواری کارخانه‌ها را استنمام کنند یا گاز
CHF متان را

به گزارش پیام آستانه به نقل از اعتماد گزارش
اخیر نشان‌دهنده شکل‌گیری یک کیلوستری گاز متان
روی کوه تا بر زانه‌ها از کوهکوه معدنی است
که حتی برای یک روز هم می‌تواند سطح به نظر
می‌رسد. این گازها در چشمان زمین‌سازموتولان
بالی‌شهرتین پایتخت خود مانده، جز در ده‌ها هزار
کیلوگرم جرمی که گزینش‌گفته‌ای که از زمین‌ها از دست
مکانی است و برخی پیچیده با تعفن همسگی
کوه‌ها است. آنها دیگر حالت گرفته و پراشیدن
تلقینی نمانده در سرشان این برمان باشد. راه‌های
زیروزمین را خود سیمی‌لانی از مارتوسوزی
مردمی که روزگاری نه‌چندان دور در زمین‌های

مواجهه آمریکا با جمهوری اسلامی ایران
در ۲۲ گذشت ساله یک مواجهه همه‌جانبه
بوده است و جای کمترین تردیدی وجود
ندارد که آمریکا از همه ظرفیت‌ها و توان
های خود برای افراسازی نظام
استفاده کرده و از همه گزینه‌های سخت و
نرم بهره برده است.

به گزارش پیام آستانه به نقل از ایران، در
واقع نظام محاسباتی امریکایی در چهار
دهه گذشته در معاد با ایران اسلامی،
مبتنی بر دو راهبرد کلان و استراتژیک
بوده است. یکی تغییر حکومت - بخوانید
اندرازی - و دیگری تغییر رفتار و تصمیف
ساختارهای نظام. مقامات امریکایی از
موتورهای یک جمهوری خواه در کدام
در موه‌های تلانی کرده‌اند و ره‌ها اول
بر موه‌های براندازی را دنبال کنند یا اگر به
هر دلیلی این مساله را نماندنی دانستند؛
بلافاصله موضوع رفتار افراترسی و رفتار
خود را به امریکایی و دیگری و رهگویی
کرده‌اند. همسایه‌های هالدر جنگ‌مخت‌ها و
سال جنگ‌های امریکایی با جنگ‌نرم (تاج‌هاج،
شیخون و تغییر فرهنگی) علیه ایران،
تدبیر و به براندازی نظام جمهوری
اسلامی ممکن نیست. کوشش‌ها تا از
طریق پرونده هسته‌ای یا تحریم‌ها

Table with 2 columns: Time (وقت) and Location (مکان). Rows include: صبح (10:00-11:00), ظهر (11:00-12:00), غروب آفتاب (12:00-13:00), شب (13:00-14:00).

اوقات شرعی برای

این زمینه به سرعت با این مساله تمسک بگیرند با
ورود روشنفکران مجرب که در این مورد دوره‌هایی
حرف‌های دیدگاه می‌توان به بازگشت این افراد به
زندگی امیدوار بود.

آشنایی آسیب‌های اجتماعی با ۲ شماره
فهرست نه‌جوا با سلف‌ترین کارشناسان مرکز
مشاوره رایجی جدید گرفتن اورژسی اجتماعی را
بامت کاهش آسیب‌های جدی در جامعه می‌دهد.
او می‌گوید مناسفه بسیاری از شهروندان خود را
کارکرد مساله اورژسی اجتماعی ۱۳۲ آشنایی
نماندند و رساله‌ها و متولیان مدارس باید در این
زمینه فعالیت‌های جدی را آغاز کنند. «هر شهروندان
با کارکرد های موثر شماره ۱۳۲ آشنا شوند
می‌توانند کمک‌هایی به حذف برخی آسیب‌های
اجتماعی مانند کودک‌آزاری، همسر آزاری و ناز و
خشونت‌های خانگی کنند»

این‌مذکر می‌گوید، نگوییم درام، فاش شدن
اطلاعات کارشناسان همدرد می‌تواند «اطلاعات
خشکی گزارش‌دهنده به‌مساله ۱۳۲ برای همیشه
مجرم‌ها باقی می‌ماند. اگر کارشناسان این هسته
درمهری ایجاد کند می‌تواند به‌سالم معترای به این
کاهش گزارش‌دهنده‌ها یا به این مساله شوند
باید گزارش‌هایی باید به این مساله شوند
باید گزارش‌هایی باید به این مساله شوند
باید گزارش‌هایی باید به این مساله شوند

میزان استفاده از ماسک به ۲۰ درصد
رسیده است

مرکز سلامت محیط و کار وزارت بهداشت میزان استفاده از ماسک در
امکان کشور ۲۰ درصد اعلام کرد. می‌تواند استفاده از ماسک توسط خدمت
دهندگان و خدمت‌گزاران در اماکن عمومی از ماسک کشور ۱۱۱۴ درصد
۱۹۹۶ درصد می‌تواند تهیه می‌شود. بر اساس اعلام عمومی ۴۲۴۷ درصد
میزان استفاده از ماسک در اماکن عمومی ۴۰۴ درصد و می‌تواند تهیه
است. استفاده از ماسک در اماکن عمومی ۲۴۴ درصد بوده است.
اساس این گزارش بیشترترین میزان استفاده از ماسک در فرودگاه‌ها ۷۴۲۲
درصد و استفاده از ماسک ۳۲۳۲ درصد و کمترین میزان استفاده از ماسک در اماکن
تفریحی و مراکز ورزشی با ۱۷۸۲ درصد و ۱۰۰۰ درصد بوده است. بیشتر
رعایت بهداشتی در اماکن کشور ۷۳۵۲ درصد و استفاده از ماسک در اماکن
افراد سالم‌ها ۶۳۲۲ درصد و کمترین میزان استفاده از ماسک در اماکن با
سفرهای درون شهری و سال‌ها سینما و تئاتر با ۲۳۰۰ و ۱۵۲۵ درصد
بوده است. بیشترترین میزان رعایت بهداشتی در اماکن عمومی در استان‌ها
فرودگاه‌ها با ۹۶۱۷ درصد و کمترین میزان رعایت بهداشتی در اماکن عمومی در استان‌ها
مناسب ترین در مراکز ورزشی و رستوران‌ها با ۴۲۴۷ و ۴۲۴۸ درصد گزارش
شده است. این گزارش حاکیست برآورد می‌شود که در کشور از ماسک
شکرت تا یک بخش فرودگاه‌ها، بیشترترین میزان استفاده از ماسک در اماکن
کند است.

تاک می‌شود نرخ بتن در حفظ کرد

همشهری در صورت افزایش ترازوی بین تولید و مصرف، بتن سیاست
وزارت نفت چه خواهد بود و تا چه زمان می‌تواند بتن را با قیمت
فعلی حفظ کند و با این تصمیم آیا می‌تواند جلوی روند افزایش مصرف را
شکرت تا یک بخش فرودگاه‌ها، بیشترترین میزان استفاده از ماسک در اماکن
کند است.

احتمال انتقال آبله میمونی
مقابل از ظهور میمونی

حسام‌الدین برومند

اگر مشکلاتی دارید، به دلیل طرز فکر توست و تنها
راهی که می‌توانی مشکلاتت را برای همیشه حل
کنی، این است که طرز فکرت را تغییر دهی.
واین دایر

آشنایی با ویژگی‌های

Advertisement for 'چند نوشیدنی سنتی' (Several traditional drinks) featuring images of various beverages like tea, coffee, and traditional drinks.

رسانه چه خبر

مرکز سلامت محیط و کار وزارت بهداشت میزان استفاده از ماسک در
امکان کشور ۲۰ درصد اعلام کرد. می‌تواند استفاده از ماسک توسط خدمت
دهندگان و خدمت‌گزاران در اماکن عمومی از ماسک کشور ۱۱۱۴ درصد
۱۹۹۶ درصد می‌تواند تهیه می‌شود. بر اساس اعلام عمومی ۴۲۴۷ درصد
میزان استفاده از ماسک در اماکن عمومی ۴۰۴ درصد و می‌تواند تهیه
است. استفاده از ماسک در اماکن عمومی ۲۴۴ درصد بوده است.
اساس این گزارش بیشترترین میزان استفاده از ماسک در فرودگاه‌ها ۷۴۲۲
درصد و استفاده از ماسک ۳۲۳۲ درصد و کمترین میزان استفاده از ماسک در اماکن
تفریحی و مراکز ورزشی با ۱۷۸۲ درصد و ۱۰۰۰ درصد بوده است. بیشتر
رعایت بهداشتی در اماکن کشور ۷۳۵۲ درصد و استفاده از ماسک در اماکن
افراد سالم‌ها ۶۳۲۲ درصد و کمترین میزان استفاده از ماسک در اماکن با
سفرهای درون شهری و سال‌ها سینما و تئاتر با ۲۳۰۰ و ۱۵۲۵ درصد
بوده است. بیشترترین میزان رعایت بهداشتی در اماکن عمومی در استان‌ها
فرودگاه‌ها با ۹۶۱۷ درصد و کمترین میزان رعایت بهداشتی در اماکن عمومی در استان‌ها
مناسب ترین در مراکز ورزشی و رستوران‌ها با ۴۲۴۷ و ۴۲۴۸ درصد گزارش
شده است. این گزارش حاکیست برآورد می‌شود که در کشور از ماسک
شکرت تا یک بخش فرودگاه‌ها، بیشترترین میزان استفاده از ماسک در اماکن
کند است.

تاک می‌شود نرخ بتن در حفظ کرد

همشهری در صورت افزایش ترازوی بین تولید و مصرف، بتن سیاست
وزارت نفت چه خواهد بود و تا چه زمان می‌تواند بتن را با قیمت
فعلی حفظ کند و با این تصمیم آیا می‌تواند جلوی روند افزایش مصرف را
شکرت تا یک بخش فرودگاه‌ها، بیشترترین میزان استفاده از ماسک در اماکن
کند است.

احتمال انتقال آبله میمونی
مقابل از ظهور میمونی

حسام‌الدین برومند

حسام‌الدین برومند