

گوناگون

حقوق فروردین بازنستگان با افزایش سالانه پرداخت می شود

رئیس کلان عالی بازنستگان تأمین اجتماعی گفت: بازنستگان این سازمان حقوق فروردین ماه را با اعمال افزایش حقوق سابقه پرداخت می‌شد اما در سال جاری این رویه تغییر کرده است و حقوق فروردین سال بازنستگان حقوق فروردین را با اعمال افزایش حقوق سابقه دریافت می‌کنند و همزمان دومین مرحله متناسب سازی حقوق اجرا می‌شود. پیمان با بیان اینکه در سال گذشته نیز اولین مرحله متناسب‌سازی حقوق بازنستگان تأمین اجتماعی انجام شد، است، ادامه داد: بعد از انجام متناسب‌سازی در مرداد سال ۹۱ شاهد اجرای طرح مشابهی در سایر صندوق‌های بازنستگانه بود که نسبت به تأمین اجتماعی افزایش حقوق بیشتری داشته و شگاف ایجاد شده...

به گزارش پیام آشنا به نقل از سازمان تأمین اجتماعی، علی اصغر بیات اظهار کرد در دستورات گذشته افزایش حقوق سابقه بازنستگان در اول شهریور انجام می‌شد اما در سال جاری این رویه تغییر کرده است و حقوق فروردین سال بازنستگان حقوق فروردین را با اعمال افزایش حقوق سابقه دریافت می‌کنند و همزمان دومین مرحله متناسب سازی حقوق اجرا می‌شود. پیمان با بیان اینکه در سال گذشته نیز اولین مرحله متناسب‌سازی حقوق بازنستگان تأمین اجتماعی انجام شد، است، ادامه داد: بعد از انجام متناسب‌سازی در مرداد سال ۹۱ شاهد اجرای طرح مشابهی در سایر صندوق‌های بازنستگانه بود که نسبت به تأمین اجتماعی افزایش حقوق بیشتری داشته و شگاف ایجاد شده...

مطالعات طرح «سیم کارت دانش آموزی» نهایی شد

مدیرکل دفتر فناوری اطلاعات و ارتباطات وزارت آموزش و پرورش از نهای شدن مطالعات طرح سیم‌کارت دانش آموزی خبر داد و اظهار کرد: سیم‌کارت دانش آموزی ویژگی‌های دارد که بر اساس آن امکان محدود کردن دسترسی‌ها در تنظیم گری را به والدین می‌دهد.

به گزارش پیام آشنا

به گزارش پیام آشنا، محمود حبیبی با اشاره به اینکه در حوزه سلامت کشور آموزش با همکاری وزارت ارتباطات فعالیت‌ها را شروع کرده که در مرحله مطالعه آن هستیم و این طرح به زودی نهایی خواهد شد. اظهار کرد: مصوبه دانش آموزان از آسب‌های فضای مجازی علاوه بر وزارت آموزش و پرورش، تدفیع اولیا هم هست و می‌افزود: هدف از سیم‌کارت دانش آموزی این است که محیطی امن برای دانش آموزان ایجاد شود. بسیاری از اولیای این تدفیع را دارند که با ایجاد شبکه خانوادگی استفاده از فضای مجازی ناچار هستند تجهیزات موشن‌مدنصل به شبکه اینترنت را در اختیار فرزندان خود بگذارند که ممکن است آسب‌هایی به همراه داشته باشد. شد مدیرکل دفتر فناوری اطلاعات و ارتباطات وزارت آموزش و پرورش با بیان اینکه ما باید فضای را فراهم کنیم که این به هدف تدفیع اولیا هم هست و والدین می‌توانند در محدود کردن دسترسی‌ها نقش داشته باشند و از نوعی تنظیم گری کنند. حبیبی همچنین اشاره به ماهنامه وزارت ارتباطات در سال گذشته و اتصال حدود ۲۰ هزار مرسه به شبکه ملی اطلاعات و اینترنت در صورت رایگان اظهار کرد که در سال گذشته سیم‌کارت دانش آموزی و پرورش و ارتباطات در دسترس دانش آموزان قرار خواهد گرفت.

شرایط و نحوه بازنستگی زنان شاغل چگونه است

زنان شاغل مشمول قانون کار با داشتن سن بیمه سابقه پردازی معادل یا بیشتر از حقوق بازنستگی کادرو است. سراسری در خود را ثبت می‌کنند.

به گزارش پیام آشنا

تأمین اجتماعی سن بازنستگی زنان ۵۵ سال است مشروط بر اینکه بازنستگی بازنستگانه حداقل ۲۰ سال سابقه پرداخت حق بیمه داشته باشد. در این صورت اگر مستمری‌بندی در حداقل حقوق مصوب کمتر شود سه سال حداقل حقوق به پرداخت خواهد شد. همچنین اگر زنی ده سال سابقه و ۵۵ سال سن داشته باشد نیز می‌تواند بازنستگی شود اما اگر متقاضی کمتر از ۱۰ سال سابقه داشته باشد با پرداخت یکجا حق بیمه سنوات کسری (تا ده سال) می‌تواند بازنستگی شود. زانی که ۲۰ سال تمام کار کرده و حق بیمه خود را پرداخت کرده باشد، در صورتی که سن آن به ۴۵ سال تمام برسد می‌تواند تقاضای بازنستگی کند. در این شرایط مستمری برابر با ۲۰ درصد حقوق است. اما اگر متقاضی از ۱۰ تا ۲۰ سال سابقه داشته باشد و در این شرایط با پرداخت حق بیمه بدون شرط سنی دیگر روزی ۳۵ درصد سابقه پرداخت حق بیمه بدون شرط سنی می‌تواند تقاضای بازنستگی کند. همچنین زنان مشمول قانون کار با داشتن ۲۰ سال سابقه کار و ۴۲ سال سن (زنان به شرط پرداخت حق بیمه) یا ۲۰ درصد حقوق می‌توانند بازنستگی شوند. در خصوص این گروه از بیمه شدگان نیز در صورتی که مستمری استحقاقی از حداقل حقوق سال مربوط به زمان بازنستگی آنها حداقل حقوق افزایش پیدا می‌کند اگر فردی مشمول قانون کار است می‌تواند با ۵۰ سال سن و ۲۵ سال سابقه کار و ۲۵ درصد حقوق نیز بازنستگی شود.

احتمال بروز گونه‌های بیشتر کروناویروس وجود دارد

یک متخصص ارشد بیماری‌های عفونی در ترکیه به بیان اینکه کروناویروس سبب‌دهنده‌ی چندین نسل مختلف دانش‌دار است اظهار کرد: گونه‌های بیشتر این ویروس وجود دارد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از «اسکندلر» «اسماعیل‌الیک» رئیس دپارتمان بیماری‌های عفونی در دانشگاه آنکارا گفت: بیمه‌های کشور واپس‌بازنستگان با افزایش حقوق فروردین ماه را با اعمال افزایش حقوق سابقه دریافت می‌کنند و همزمان دومین مرحله متناسب سازی حقوق اجرا می‌شود. پیمان با بیان اینکه در سال گذشته نیز اولین مرحله متناسب‌سازی حقوق بازنستگان تأمین اجتماعی انجام شد، است، ادامه داد: بعد از انجام متناسب‌سازی در مرداد سال ۹۱ شاهد اجرای طرح مشابهی در سایر صندوق‌های بازنستگانه بود که نسبت به تأمین اجتماعی افزایش حقوق بیشتری داشته و شگاف ایجاد شده...



رئیس زندگی خودت باش! راه‌نامه فتح زندگی. بهروز غوبادی‌پور. نشر چشمه.

یک چرعه کتاب

بناشدن آری سینگ به مرزین شهر است. درباره کتاب رئیس زندگی خودت باش! رئیس زندگی یعنی یک رئیس جسمانی یک رئیس معنوی. تنها در محل کار تعریف می‌شود ولی رئیس زندگی هم در محیط‌های شخصی کارش را بلد است و هم در محیط‌های حرفه‌ای رئیس زندگی هالفا و امتداددهنده نفس خود خوش دارد. توجه همه را جلب می‌کند و از زحمات زندگی درس می‌گیرد. تعاضلات مؤثری دارد و بی‌وقفه تلاش می‌کند. کتاب رئیس زندگی خودت باش! رئیس درونی شما را آزاد کند و برای آرامش و آسایش زندگی و فتح آن در اختیارات می‌گذارد. کتاب رئیس

بناشدن آری سینگ به مرزین شهر است. درباره کتاب رئیس زندگی خودت باش! رئیس زندگی یعنی یک رئیس جسمانی یک رئیس معنوی. تنها در محل کار تعریف می‌شود ولی رئیس زندگی هم در محیط‌های شخصی کارش را بلد است و هم در محیط‌های حرفه‌ای رئیس زندگی هالفا و امتداددهنده نفس خود خوش دارد. توجه همه را جلب می‌کند و از زحمات زندگی درس می‌گیرد. تعاضلات مؤثری دارد و بی‌وقفه تلاش می‌کند. کتاب رئیس زندگی خودت باش! رئیس درونی شما را آزاد کند و برای آرامش و آسایش زندگی و فتح آن در اختیارات می‌گذارد. کتاب رئیس

وزیر بهداشت:

محدودیت‌ها متناسب با رنگ‌بندی جدید شهرها ابلاغ می‌شود

وزیر بهداشت ضمن اشاره به توقف اعمال غیررئیس بهداشتی در شهرها و مراکز درمانی و با تأکید بر لزوم کنترل کیفیت مراکز متبخت ۱۶ ساعته در تمام شهرها گفت: در آینده نزدیک شاهد تغییر متغیرهای رنگ‌بندی شهرها و مراکز درمانی در نظر گرفتن مولفه‌های تأثیر گذار مانند ویروس، جهش یافته کووید ۱۹ و محدودیت متناسب با رنگ‌بندی‌های جدید ابلاغ خواهد شد.



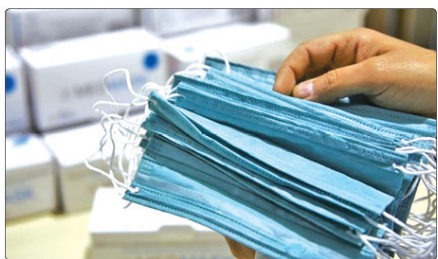
وزیر بهداشت و خانواده‌های بیمار با اخیزهای قبلی، مغفول است. یکی دو روز قبل به معنوف محترم درمان تأکید کرد که فعلاً اعمال غیررئیس را لغو نشود تا با مشکل کمبود تخت‌های بستاری در کشور روبرو نشویم. چون رفتار ویروس جهش یافته با ویروس سابق مغفول است.

وزیر بهداشت و خانواده‌های بیمار با اخیزهای قبلی، مغفول است. یکی دو روز قبل به معنوف محترم درمان تأکید کرد که فعلاً اعمال غیررئیس را لغو نشود تا با مشکل کمبود تخت‌های بستاری در کشور روبرو نشویم. چون رفتار ویروس جهش یافته با ویروس سابق مغفول است.

محض اطلاع

احتمال ورود ماده سمی "فرمالدئید" به بدن انسان در پی استفاده از "ماسک"

محققان اخیراً بر اساس تحقیقات جدید خود خبر انتقال ماده شیمیایی و سمی "فرمالدئید" توسط برخی ماسک‌ها به بدن انسان را منتشر کردند. محققان در یک مطالعه آزمایشگاهی با استفاده از ماسک‌های پزشکی و ماسک‌های صنعتی، میزان انتقال فرمالدئید را اندازه‌گیری کردند. نتایج این مطالعه نشان داد که ماسک‌های پزشکی و ماسک‌های صنعتی می‌توانند مقدار قابل توجهی از فرمالدئید را به بدن انسان منتقل کنند. فرمالدئید یک ماده سمی و سرطان‌زا است که می‌تواند باعث ایجاد مشکلات تنفسی و سایر بیماری‌ها شود. محققان توصیه می‌کنند که هنگام استفاده از ماسک‌ها، به مدت کوتاهی در فضای باز قرار بگیرید تا ماسک‌ها تهویه شوند.



محققان اخیراً بر اساس تحقیقات جدید خود خبر انتقال ماده شیمیایی و سمی "فرمالدئید" توسط برخی ماسک‌ها به بدن انسان را منتشر کردند. محققان در یک مطالعه آزمایشگاهی با استفاده از ماسک‌های پزشکی و ماسک‌های صنعتی، میزان انتقال فرمالدئید را اندازه‌گیری کردند. نتایج این مطالعه نشان داد که ماسک‌های پزشکی و ماسک‌های صنعتی می‌توانند مقدار قابل توجهی از فرمالدئید را به بدن انسان منتقل کنند. فرمالدئید یک ماده سمی و سرطان‌زا است که می‌تواند باعث ایجاد مشکلات تنفسی و سایر بیماری‌ها شود. محققان توصیه می‌کنند که هنگام استفاده از ماسک‌ها، به مدت کوتاهی در فضای باز قرار بگیرید تا ماسک‌ها تهویه شوند.

بدانیم

استفاده از نخ دندان قبل از مسواک یک بعد از آن

با استفاده از نخ دندان پیش از مسواک زدن بهتر است. نخ دندان می‌تواند باقی‌مانده‌های غذا را از بین ببرد و این کار تأثیر قابل‌توجهی در کاهش دندان‌پزشکی دارد. محققان در یک مطالعه آزمایشگاهی نشان دادند که استفاده از نخ دندان قبل از مسواک زدن، میزان حذف باکتری‌ها را به میزان قابل توجهی افزایش می‌دهد. این امر می‌تواند به کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های لثه و پوسیدگی دندان کمک کند. محققان توصیه می‌کنند که روزانه یک بار از نخ دندان استفاده کنید.



با استفاده از نخ دندان پیش از مسواک زدن بهتر است. نخ دندان می‌تواند باقی‌مانده‌های غذا را از بین ببرد و این کار تأثیر قابل‌توجهی در کاهش دندان‌پزشکی دارد. محققان در یک مطالعه آزمایشگاهی نشان دادند که استفاده از نخ دندان قبل از مسواک زدن، میزان حذف باکتری‌ها را به میزان قابل توجهی افزایش می‌دهد. این امر می‌تواند به کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های لثه و پوسیدگی دندان کمک کند. محققان توصیه می‌کنند که روزانه یک بار از نخ دندان استفاده کنید.

واکسیناسیون کادر درمان تهران به ۳۰ درصد هم نرسیده!

واکسیناسیون کادر درمان تهران به ۳۰ درصد هم نرسیده! با وجود اینکه واکسیناسیون کادر درمان تهران به ۳۰ درصد هم نرسیده است، مقامات بهداشتی اعلام کرده‌اند که تلاش‌ها برای افزایش درصد واکسیناسیون در حال انجام است. محققان توصیه می‌کنند که کادر درمان به سرعت واکسینه شوند تا خطر انتقال ویروس کاهش یابد.

با وجود اینکه واکسیناسیون کادر درمان تهران به ۳۰ درصد هم نرسیده است، مقامات بهداشتی اعلام کرده‌اند که تلاش‌ها برای افزایش درصد واکسیناسیون در حال انجام است. محققان توصیه می‌کنند که کادر درمان به سرعت واکسینه شوند تا خطر انتقال ویروس کاهش یابد.

واکسیناسیون کادر درمان تهران به ۳۰ درصد هم نرسیده!

واکسیناسیون کادر درمان تهران به ۳۰ درصد هم نرسیده! با وجود اینکه واکسیناسیون کادر درمان تهران به ۳۰ درصد هم نرسیده است، مقامات بهداشتی اعلام کرده‌اند که تلاش‌ها برای افزایش درصد واکسیناسیون در حال انجام است. محققان توصیه می‌کنند که کادر درمان به سرعت واکسینه شوند تا خطر انتقال ویروس کاهش یابد.

جامعه
اروی سینگ می‌خواهد با توجه به اولاد باقی‌مانده از بخش‌های راست سر گذاشته است و در دست‌های این کتاب را به راحتی به دست درسی می‌دهد و به نشان‌های همد چاه‌پور به بهترین نحو را از زندگی‌های پدیده کند. در بیان هر بخش، قسمتهای متنوع و شخصی کارش را بلد است و هم در محیط‌های حرفه‌ای رئیس زندگی هالفا و امتداددهنده نفس خود خوش دارد. توجه همه را جلب می‌کند و از زحمات زندگی درس می‌گیرد. تعاضلات مؤثری دارد و بی‌وقفه تلاش می‌کند. کتاب رئیس زندگی خودت باش! رئیس درونی شما را آزاد کند و برای آرامش و آسایش زندگی و فتح آن در اختیارات می‌گذارد. کتاب رئیس

منیمال



منیمال
Instagram.com/Minimala Telegram.me/Minimala

تازه‌های سلامت

احتمال مرگ آبی بر اثر حمله قلبی در افراد غیر ورزشکار بیشتر است

طبق یک مطالعه جدید سبک زندگی فعال و تحرک کم باعث احتمال مرگ آبی ناشی از حمله قلبی مرتبط است.

به گزارش پیام آشنا

به گزارش پیام آشنا، به نقل از ساینس دیلی، بیماری قلبی عامل اصلی مرگ و میر در سطح جهانی بوده و پیشگیری از لولیت‌های قلبی به‌عنوان مهم‌ترین است. تأثیر مفید فعالیت بدنی در توقف بیماری قلبی و مرگ ناگهانی به خوبی اثبات شده است. این مطالعه بر تأثیر یک سبک زندگی فعال در مقابله با تحرکی در روند فوری حمله قلبی متمرکز شده است. محققان از داده‌های مربوط به ۱۰ گروه مشاهده‌ای در اروپا که جمله شرکت کنندگان سالم با ورزش‌های اولیه فعالیت بدنی که در حین پیگیری دچار حمله قلبی شدند استفاده کردند. در کل تعداد شرکت کنندگان ۲۸۱۴ نفر بود. شرکت کنندگان با توجه به میزان هوشی فعالیت بدنی نشان در اول وقت فراتر به عنوان یک تحرک کم تحرک که تحرک نسبی یا زیاد طبقه‌بندی شدند. ارتباط بین میزان فعالیت و خطر مرگ ناشی از حمله قلبی (فوری) و طی ۲۸ روز را در گروه به‌طور جداگانه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

دکتر «کودت هاسن»

دکتر «کودت هاسن»، سرپرست تیم تحقیق از بیمارستان بیسپه‌بورگ کینک‌هاگ دلمارک در این گروه می‌گوید: تقریباً ۱۸ درصد از بیماران مبتلا به سکت قلبی در طی ۲۸ روز جان خود را دست‌نشانده که شدت این بیماری ارتباطی با فعالیت بدنی در گذشته و در آینده می‌تواند «براساس تجزیه و تحلیل‌های ما» حتی ممکن است مقدار کمی فعالیت بدنی در اول وقت فراتر در برابر حمله قلبی مملکت باشد. اما عدم تأمین آماری مایع از نتیجه گیری در این مورد می‌شود.



پاجله‌ه همراه باشید

صنعت «جامعه» با رویکردی متناسب از گذشته با مطالب تقوید دکوراسیون باستانی آموزه‌های قرآنی معرفی کتابته مشهور و مدیریت خانواده مسائل حقوقی و قضایی و هزاران موضوع جذاب و خواننده‌ساز. میهمان خانم‌های است. نظارت بر راه‌های با هم‌راهی شامل باران خشکگی پیام آشنا در راستای ارتقای سبک زندگی کاربر سازم. نظارت بر راه‌های با هم‌راهی شامل باران خشکگی پیام آشنا در راستای ارتقای سبک زندگی کاربر سازم.