

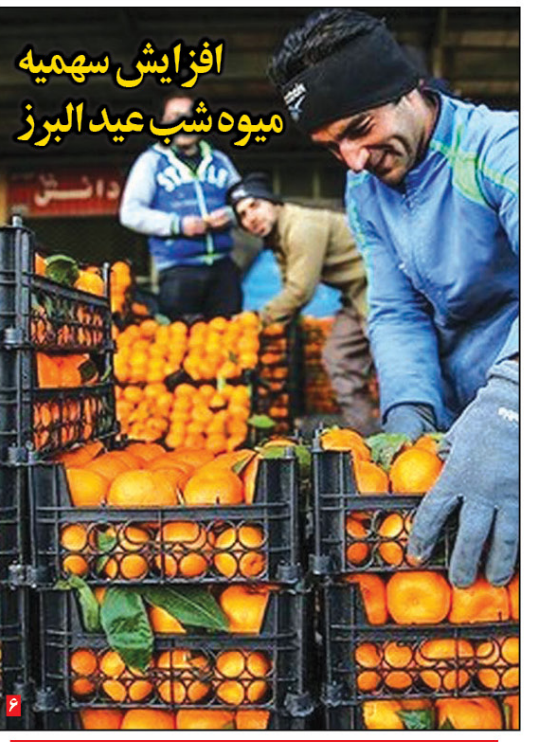
آزادساز
۵۷ هزار مترمربع
از بستر رودخانه
کرج

کاشت ۳۷۰۰
اصله درخت
«گلابی» در باغ
سیب کرج

سختگوی ستاد مقابله با کرونا استان هشدار داد:
روند افزایشی مراجعه سرپایی
مبتلایان کووید ۱۹ در البرز

در جلسه علنی مجلس انجام شد:
**اصلاح لایحه نظام
رتبه‌بندی معلمان**

نمایندگان مجلس شورای اسلامی جهت تأمین نظر شورای نگهبان، لایحه رتبه‌بندی معلمان را اصلاح کردند. نمایندگان در جلسه علنی دیروز مجلس شورای اسلامی، ایرادات شورای نگهبان را لایحه نظام رتبه‌بندی را اصلاح کردند.



افزایش سهمیه
میوه شب عید البرز

در این شماره می‌خوانید:

- ۲ بزرگراهسازی علیه مترو؟
- ۴ رمزگشایی از درد پس سر و درمان آن
- ۵ شرط تلویزیون برای پخش سریال افغمی
- ۶ قیمت دارو یا دستور پایین نمی‌آید
- ۷ اثر روانشناسی بر عملکرد ورزشکاران
- ۸ اینترنت چرا کند است؟

سر مقاله

**ادامه دومینوی کرونا و جمعیت
یکدومی**

در حالی جامعه در استغمه جاری آغاز سومین سال از بیماری کرونا را شاهد است که شماری از افراد کنونی در بازه‌های متفاوت، رعایت پروتکل‌های بهداشتی را منظر قرار نداده و به روایت آمار در این زمینه رعایت ۵۷ درصدی پروتکل‌های ضدکرونا در کشور در حال مشاهده است.

اگرچه طبق اعلام وزارت بهداشت «هر حال حاضر ۳۲۷ شهر در وضعیت قرمز، ۲۴ شهر در وضعیت نارنجی و ۲۷ شهر در وضعیت زرد کرونایی قرار دارند و دیگر هیچ شهری در نقشه کرونایی کشور آبی نیست» که با توجه به گذشت دو سال کامل از همه‌گیری کووید ۱۹ و تجربه‌های متعدد از بیماری در سطح جامعه، نحوه چگونگی برخورد با ویروس موجود برای شمار قابل توجهی از افراد به عنوان قلب مشخص در روزمرگی قرار داده شده و انگوهای متمرکز بر باید نماینده‌های متمایز در زندگی‌شان حاکم است؛ اما در تقابل، گروه‌های انشراهی که تقریباً نیمی از جمعیت کل کشور را به خود اختصاص می‌دهند در حالی بی‌تأمل...

ادامه در صفحه ۲

**ساروی وزارع جزو ۵ کشتی‌گیر
برتر زیر ۲۵ سال جهان**

اتحادیه جهانی کشتی‌نام «حسین زارع» و هم‌مدلهای ساروی را به عنوان ۵ کشتی‌گیر برتر زیر ۲۵ سال جهان معرفی کرد. اتحادیه جهانی کشتی از چند روز گذشته به معرفی ۲۵ کشتی‌گیر برتر زیر ۲۵ سال جهان پرداخته که می‌توانند در طول سال ۲۰۲۲ نیز درخشش داشته باشند. این ستاره‌ها با حضور در مسابقات مختلف توانسته‌اند عنوان خوبی را کسب کنند و به احتمال فراوان موفقیت آنان ادامه خواهد داشت.

**زندگی شغلی تان را
طراحی کنید**

کتاب زندگی شغلی تان را طراحی کنید با رویکردی «شغلی» به موضوع شغل نگاه می‌کند و آن را پارهای از زندگی می‌داند و می‌کوشد تا با روش‌های کار و گامی ممکن، انگویی را برای برپایی تراز بین این دو صاحب یعنی «زندگی» و «کار» پیشنهاد دهد. کتاب الکترونیکی «زندگی شغلی تان را طراحی کنید» نوشته بیلا برت و دیوید لوز با ترجمه گروه مترجمان کرین در نشر کاری‌نو چاپ شده است. این دو نویسنده یکی از دوره‌های پر مخاطب...

اوضاع آبی سدها مناسب نیست

آشنایی با کرونا ویروس امیکرون

مهم‌ترین علائم کرونا ویروس امیکرون

- سرفه خفیف در بعضی موارد
- گرفتگی صدا
- بدن درد و سردرد خفیف
- احساس خستگی زیاد

تاثیر واکسن‌ها روی کرونا ویروس امیکرون

کرونا امیکرون به حدی جهش پیدا کرده که با ویروس اصلی که از وهان به سایر نقاط جهان سرایت کرد متفاوت است. از این رو واکسن‌هایی که بر اساس ویروس اولیه طراحی شده ممکن است در برابر این امیکرون به همان میزان کارایی نداشته باشد.

بیشترین گروه مبتلا به کرونا ویروس امیکرون

- سایر افراد فقط با اولین دوز واکسینه بودند
- حدود ۶۵ درصد از مبتلایان واکسینه نشده بودند
- جوانان تا ۳۰ ساله

۶ علامت هشدار دهنده پوست در مبتلایان اومیکرون

- قرمز شدن انگشتان یا
- تغییر رنگ پوست (تبدیل به خاکستری)
- تبخال و زخم روی لب
- کهیبر
- اگزمای گردن و قفسه سینه
- عرق سوز شدن