

payamdaily.ir

# پيام

نخستين روزنامه صبح البرز

سال هشتم دوره جديد شماره ۱۸۷۹ (شماره مسلسل ۲۲۷۹ سال نوزدهم) دوشنبه ۲۱ تير ۱۴۰۰ ۹ / ذوالحجه / ۱۴۲۲ 12 / July / 2021 صفحه ۸ قیمت ۳۰۰۰۰ ریال

شماره پيماک ۳۵۵۴۸۵۶۶۰۶۰۰

سهام عدالت  
گرو بگذارید،  
وام ۷ میلیونی  
بگیرید



افشای  
سهل انگاری  
وزارت ورزش  
در گرفتن بودجه



مدیرکل محیط زیست البرز هشدار داد:  
افزایش سرعت فرورنشست  
زمین در دشت‌های کشور



سختگوی ستاد مقابله با کرونای علوم پزشکی البرز مطرح کرد:

# عدم اجرای محدودیت‌های کرونایی در البرز

سهرابیه؛ محله‌ای فراموش شده در کرج



کسی پیام آشنا

سر مقاله

شیب کاهشی جمعیت؛ دغدغه‌ای بدون بر نامه!



الهام آمرکانی

از سال‌های گذشته تا کنون در حالی مبحث دیرکرد ازدواج در گروه آسیب‌های اجتماعی قرار گرفته است که باور بسیاری از فعالان مدنی و جامعه‌شناسان در این زمینه بر این اصل استوار است که وجهه دیگری بر مبنای پرستیز و الگوواره زندگی‌های تک‌نفره و انزاع متعددی که در حال حاضر آسیب اجتماعی عنوان می‌شوند نمایان است که این موارد به خودی خود از جمله مؤلفه‌های قابل بحث و چندرؤیایی در جامعه فعلی محسوب می‌شوند که ضرورت رصد و پی‌گیری برنامه‌های روتین و مقصدار را مطالب است که با توجه به اوضاع کنونی و هرم موجود اجتماع حاضر، شیب کاهشی جمعیت را می‌توان در زمره آسیب‌های اجتماعی و شاخص‌ها در بازه زمانی فعلی قرار داد. در این میان، محمد مهدی تنگ‌کویان - معاون امور جوانان وزارت ورزش و جوانان، روز شنبه با اشاره به آغاز هفته ازدواج و تکراری آن از کتب‌چستی جمعیت کشور-

ادامه در صفحه ۲

جشنواره مجازی تابستانه سازمان دانش آموزی در البرز آغاز شد



شبکه آموزش دانش آموزی (شاد)

مدیر سازمان دانش آموزی البرز گفت: جشنواره مجازی تابستانه بجزیره‌های امید سازمان دانش آموزی با شعار «همراه اجتماعی» در این استان آغاز شد. محسن صادقیان گفت: این جشنواره با هدف غنی سازی اوقات فراغت...

«پنجره توریستی» جای سفر خارجی



ملاقات محلی در دو کشور اروپایی یک ابتکار عمل برای پیوند توریستی شهروندان به خرج دادند ساکنان و پلنیوس در لیتوانی و اولین در لهستان با پنجره توریستی می‌توانند بصورت آنلاین با یکدیگر گفتگو کنند.

## در عرضه های اولیه شرکت کنیم یا نه؟

- در این شماره می‌خوانید:
- ۲ آسفالت معابر فرعی «خیابان قلم» روکش شد
  - ۶ واردات برق از ۳ کشور همسایه
  - ۲ معرفی کتاب
  - ۷ وریا غفوری به دربی می‌رسد
  - ۵ ترجمه رمان برنده گنکور منتشر شد
  - ۸ تئاتر به پژوهش‌های تازه نیاز دارد

از مهرت، برایم لبخندی بساز



موسسه خیریه پیشگامان عرفان برتر البرز تحت نظارت سازمان بیزنیستی استان البرز

حامی شیرخوارگاه امام علی (ع)

مرکز حمایت از کودکان بی سرپرست و بدسرپرست  
شماره حساب ۴۸۹۹۶۱۹۰۲۰ بانک ملت شعبه مهستان  
شماره کارت ۶۱۰۴ ۳۳۷۹ ۲۵۴۴ ۳۴۴۰

۰۹۱۹ ۶۴۳ ۵۸ ۵۳  
۰۲۶-۳۲ ۷۰۰۷ ۹۲  
۰۲۶-۳۲ ۷۲ ۸۴ ۱۸

imamalicharity92  
www.imamali-charity.com

با اضطراب ویروس کرونا چه باید کرد؟

- اطلاعات دقیق را از منابع معتبر مثل وزارت بهداشت و سایت دانشگاه‌های علوم پزشکی بگیری
- سعی کنید در منزل فعال باشید و ورزش را فراموش نکنید
- به اندازه کافی استراحت کنید، تغذیه مناسب داشته باشید
- در موقع استرس نفس‌های عمیق بکشید
- از مصرف هروغ دارو بدون تجویز پزشک خودداری کنید
- در حضور کودکان در مورد اخبار بد صحبت نکنید
- نفس‌های عمیق بکشید
- در صورتیکه با انجام توصیه‌های فوق به احساس آرامش دست پیدا نکردید به مراکز خدمات جامع سلامت مراجعه کنید