

payamdaily.ir

پیام

نخستین روزنامه صبح البرز

سال هشتم دوره جدید شماره ۱۸۴ (شماره مسلسل ۲۴۱، سال نوزدهم) شنبه / ۲۵ اردیبهشت / ۱۴۰۰ ۳ / شوال / ۱۴۴۲ 15 / May / 2021 صفحه قیمت ۳۰۰۰۰ ریال شماره پیاک ۳۵۵۴۸۰۶۶۰۶۶۰

«علی اصغر همتی»
معاون فنی و
عمرائی شهرداری
کرج شد



شافعی
سرمربی گل
ریحان البرز
شد




با حضور ویدئو کنفرانسی رئیس جمهور انجام شد:
بهر برداری چهار طرح
تولیدی در منطقه ویژه
اقتصادی پیام



آیت الله حسینی همدانی با اشاره به انتخابات شورای شهر و روستا: انتخاب افراد توانمند استان را نجات می دهد

مهارت مدیر در تیم
«حل مشکل»



تیم «حل مشکل» یا گروه کاری «فکام جدید» در شرکتها، معمولا با یک چالش روبرو می شود و آن، «هنجاری» قابلیت حاضر در جمع است این افراد به جای آنکه درباره راهها سخن بگویند آدرس بنیستهار می دهند مدیران سازمانها در چنین مواقعی برای هدایت تیم به «ایدیو دزی»...

انتخابات چه تاثیری بر بازار
کاغذ خواهد داشت؟



قیمت کاغذ تحریر در بازار به زیر ۶۰۰ هزار تومان رسید در ماههای گذشته وارد کنندگان تلاش داشتند تا این سد قیمتی را حفظ کنند اما افت شدید تقاضا قیمت کاغذ تحریر را به پندی ۵۸۰ هزار تومان رساند کاهش قیمت کاغذ در بازار آزاد همچنان ادامه دارد و بعد از چند ماه مغرور قیمت ها بالای ۶۰۰ هزار تومان، حوالا قیمت هر بند کاغذ...



قبل و بعد از دریافت واکسن کرونا چه کنیم؟

سر مقاله

ولنگاری در فضای مجازی پوستی یا آسیب اجتماعی!

در حالی این روزها با توجه به تغییر ناکفه عموم مردم در معاشرت های حقیقی به سمت فضای مجازی ایجاب متفاوتی از انتخاب را در شماری از شبکه های مجازی شاهد هستیم که بسیاری از کاربران در کنار بعضی ای قیدی ولنگاری های متناسب با استفاده های متولی از افراط، تصاویر و محتوای پویشی، عنوان رستیزی متفاوت بودن را به کار می برند که جامعه دکان در این راستا از آن به عنوان آسیب اجتماعی یاد می کنند و بر این مهم تأکید دارند که اصالت، اعتبار و معاشرت در قالب های گوناگون، مجازی، چیزی جدا از نمایه های کادپ فعلی است که در حال جلوه گیری و شواقه های متعدد است فضای مجازی و استفاده روز بروز کاربران از شبکه های اجتماعی در حالی در سید فرهنگی کنونی اغلب خاورها گمگن شده که به اعتقاد کارشناسان امر در این مجرا توجه بیش از پیش به محیط مجازی و عنایت بر تغییرات ساختاری موجود...

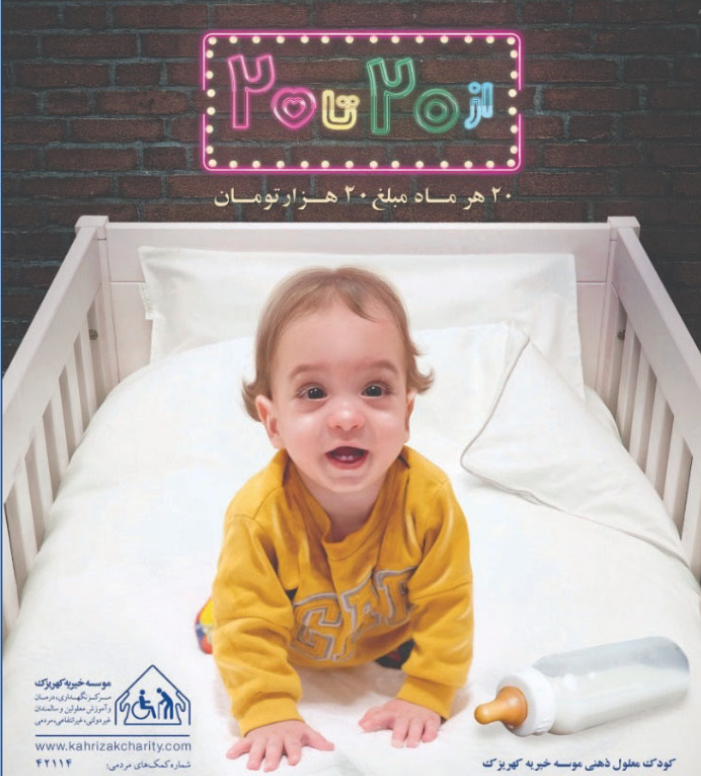
ادامه در صفحه ۲

در این شماره می خوانید:

- خرابکاری در بازار مسکن نیوز بلند
- عامل آلوده تر شدن هوای تهران ۱۴۰۰
- شرایط اعاده دادرسی چیست؟
- حذف رزم از به صلاح کشور نیست
- بهترین تغذیه برای ورزشکاران نوجوان
- در مسیر شگفتی

ثبت نام انتخابات ۱۴۰۰
ایستگاه چهارم

۲۰ ماه مبلغ ۲۰ هزار تومان



کودک معلول ذهنی موسسه خیریه کهریزک

موسسه خیریه کهریزک
مسکن کهریزک
آموزش و توانمند سازی
فرهنگی، ورزشی، اجتماعی

www.kahrizakcharity.com
شماره کمک های مردمی: ۴۲۱۱۴

قبل و بعد از دریافت واکسن کرونا چه کنیم؟

آزاده رحمانی

فروری شده (نوع فست وادها و استک ها) استفاده نمایند تا پاسخ گویی در بدن تان ایجاد شود.

قبل و بعد از تزریق واکسن میباید، میوه چلت و سربزجات پیور مصرف نمایند و سعی کنید سبوس تقریباً رقیق را حتما در وعده های غذایی خود داشته باشید.

قبل از تزریق واکسن غذای سالم و سبک خورده باشید و معده تان خالی نباشد بهتر است با خود نان و پنیر و گردو به همراه داشته باشید تا اگر زمان طولانی را در صف واکسناسیون معطل ماندید پیش از تزریق واکسن میل نمایند.

قبل از تزریق واکسن از مصرف انواع مسکن ها نظیر داروهای ضمیمه کردن (برندهای مختلف ایبوپروفن، استامینوفن و...) خودداری نمایند زیرا سبب کاهش فعالیت سیستم ایمنی و تولید آنتی بادی های ضد کرونا در بدن تان می شوند اگر مبتلا به میگرن شدید هستید و بنا بر تجویز پزشک خود ناگزیر به مصرف این داروها می باشید از این قاعده مستثنی نخواهید بود و بهتر است پس از تزریق واکسن با نظرس پزشک تان به مصرف مسکن خود ادامه دهید.

قبل از تزریق واکسن از مصرف داروهای ضد حساسیت نظیر آنتی هیستامین خودداری نمایند زیرا اگر بدن تان به واکسن حساسیت داشته باشد مشخص نمی شود و می تواند عواقب خطرناکی را به دنبال داشته باشد.

قبل از تزریق واکسن حتماً دمای بدن خود را اندازه بگیرید و از تزریق واکسن در صورتیکه به هر دلیلی



تامین هزینه شیر خشک و مکمل های غذایی،
برای کودکان معلول ذهنی موسسه خیریه کهریزک

مشارکت از طریق کد دستوری:
#۶۵*۷۸۰* #۷۰۰*۷۳۷*

فرماندهی آذربایجان

مصرف در زمان امید

