

payamdaily.ir

پيام

نخستين روزنامه صبح البرز

سال هشتم دوره جديد شماره ۱۸۸۵ (شماره مسلسل ۲۲۸۵ سال نوزدهم) سمپتبه / ۵ آبرودا / ۱۴۰۰ ۱۶ / ذوالحجه / ۱۴۴۲ 27 / July / 2021 صفحه ۸ قیمت ۳۰۰۰۰ ریال شماره پيماک ۳۰۰۴۸۰۲۶۰۰۰۰۰۰

بیماران دیابتی البرز برای تشکیل پرونده به مراکز درمانی مراجعه کنند



مدیر منطقه سه شهرداری کرج: ایمنی معابر شهری اولویت اقدامات ترافیکی منطقه است



هر ساعت یک نفر جان می دهد: تاخت و تاز کرونا در البرز ادامه دارد



پرش مرغ به سکوی ۴۰ هزار تومان!

سر مقاله

کر کردهای نیمه باز در شش روز لاکه داون!

در حالی بعد از گذشت بیش از یکسال و نیم از پدیده کرونا و در نیمه قرار گرفتن موج پنجم بسیاری از آزمون و خطاها در این مسیر علی القاعده باید شفاف و مشخص شده باشد که همچنان در مواجهه با شیب افزایش بیماری تنها راهکار موجود تعطیلی استانهای پرخطر: در رأس امور قرار می گیرد تعطیلاتی بدون برنامه ریزی برای کسب و کارهای آزاد و صنوف به اجبار بسته شده و از هفته گذشته و با تعطیلی شش روز برای استانهای تهران و البرز، در حالی موج کر کردهای نیمه باز را در سطح شهر شاهد بودیم که به گفته بسیاری از صاحبان مشاغل در این راستا تعطیلی صنوف بدون در نظر گرفتن معیشت خنثیوار این گروه از جامعه، دفعه های است که صاحبان مشاغل آزاد بارها به آن اشاره کرده اند و همچنان از نگاه و رصد مسئولان ذی ربط در این مجرا به دور است.

انامه در صفحه ۲

همگام با المپیک تو کیو: پیروزی ثریا آقایی در بدسیتون



سومین روز از سی و دومین دوره بازیهای المپیک با دو پیروزی ارزشمند برای تیم والیبال مردان و زنانی بدسیتون با بران بگیری شد یک دهنده ایران هم در استانه انزلی با شک و مواجهه شد.

سالانه سه درصد به جمعیت دانش آموزی البرز اضافه می شود



مدیرکل آموزش و پرورش البرز با اشاره اینکه سالانه به طور میانگین حدود سه درصد به جمعیت دانش آموزی البرز اضافه می شود اظهار کرد البته در شرایط خاص آب و هوایی مثل خشکسالی، گردوغبار و وقوع حوادث طبیعی...

محدود کردن فضای مجازی چه بلایی بر سر اقتصاد می آورد؟



تصویب طرح ساماندهی خیابان ولیعصر

در این شماره می خوانید:

- ۲ نقشه فرود قیمت مسکن
- ۳ معرفی کتاب
- ۴ وزن کلودون دام به سینما بازگشت
- ۶ همه محرکهای قیمتی
- ۷ هم چنان منتظر پاسخ نهایی کیروش!
- ۸ قصه آدم ها

با اضطراب و ویروس کرونا چه باید کرد؟

۱. اطلاعات دقیق را از منابع معتبر مثل وزارت بهداشت و سایت دانشگاه های علوم پزشکی بگیری
۲. سعی کنید در منزل فعال باشید و ورزشی را فراموش نکنید
۳. در مورد نگرانی ها و احساساتتان حرف بزنید
۴. در برنامه روزانه خود فعالیت های آرامش بخش مانند نایست، موسیقی، کتاب یا فیلم را بکنج کنید
۵. به اندازه کافی استراحت کنید، تغذیه مناسب داشته باشید
۶. در موقع استرسی نفس های عمیق بکشید
۷. از مصرف هرونی دارو بدون تجویز پزشک خودداری کنید
۸. در حضور کودکان در مورد اخبار بد صحبت نکنید

در صورتیکه با انجام توصیه های فوق به احساس آرامش دست پیدا نکردید به مراکز خدمات جامع سلامت مراجعه کنید

از مهرت، برایم لبخندی بساز

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

امام علی (ع)

حامی شیر خوارگاه

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

www.imamali-charity.com