

دلانان گوشت مرغ در البرز دستگیر شدند



البرز ۱۶ شهید ترور را تقدیم انقلاب کرده است



هشدار موج پنجم کرونا؛ ۶۳ شهرستان در وضعیت قرمز کرونایی

سختگوی ستاد کرونای البرز: آماده موج پنجم کرونا باشید



امروز؛ آغاز رقابت داوطلبان کنکور

بومگردی؛ سفری سبز

اسم‌سازیدار:

در سال‌های اخیر توسعه گردشگری و افزایش علاقه مردم به بازدید از مقاصد طبیعی و تاریخی و تجربه زندگی به شیوه سنتی موجب رشد شاخه‌ای از گردشگری به نام اکولوژی (قامتگاه‌های بومگردی) با هدف حفظ و پایداری فرهنگ بومی و سنتی شده است.

بومگردی به شیوه‌ای از قامتگاه اطلاق می‌شود که با بهره‌گیری هوشمندانه از منابع طبیعی و استفاده از بناهای هماهنگ با منطقه و منطبق با فرهنگ بومی، میزبانان را رعایت ضوابط زیست محیطی، فضایی و آرای بومگردان (روستایی، عشایری و...) فراهم می‌کند تا گردشگران بتوانند زندگی سنتی را با امکانات محلی در محیطی طبیعی در قالب قامتگاه تجربه کنند.

اغلب بومگردی‌ها در حلقه و اماکن خوارگی ساخته شده‌اند که به لحاظ نوع معماری سنتی، طراحی و استفاده از وسایل بومی و نمادهایی از گذشته در دکوراسیون و تزئینات داخلی آن‌ها را به اکوموزه بومی تبدیل کرده است و عموماً نیز به صورت خانواده‌محور اداره می‌شوند که شامل خدماتی چون قامت، سرو غذا و نوشیدنی‌های محلی، اجرای مراسم و آیین‌های سنتی

ادامه در صفحه ۲

ثبت درخواست بیمه بیکاری الکترونیکی شد

بیمه بیکاری

معین بیمه‌های سازمان تأمین اجتماعی ارائه خدمات غیرحضوری در بخش‌های مختلف از جمله کمک هزینه از بوج فرزندان بازستگان، کمک هزینه ترحیم و همچنین ثبت بیمه بیکاری در طرح ۲۰۲۰ خبرداد. مهرماه آریب در جریان سلسله‌نشست‌های روی‌آیند تأمین اجتماعی.

تغییر از خود، گام اول در رهبری سازمانی

افسرک معمولاً به دلیل مهارت‌های فنی و عملکردهای به جایگاه‌های رهبری سازمانی ارتقا پیدا می‌کنند. این مهارت‌ها کمک می‌کنند تا فرد بتواند در حوزه فنی خود عملکرد خوبی داشته باشد، اما به معنای رهبری سازمانی مؤثر نیست. چنین فردی پس از ورود به جایگاه رهبری در سازمان.

۱۰۰۱ دلیل ریسک سفر با اتوبوس

با اضطراب و ویروس کرونا چه باید کرد؟

- اطلاعات دقیق را از منابع معتبر مثل وزارت بهداشت و سایت دانشگاه‌های علوم پزشکی بگیرید.
- 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 هر نوع دارو بدون تجویز پزشک خودداری کنید.
- در حضور کودکان در مورد اخبار بد صحبت نکنید.
- نفس‌های عمیق بکشید.
- در مورد نگرانی‌ها و احساسات حرف بزنید.
- در برنامه روزانه خود فعالیت‌های آرامش بخش مانند نایتن، موسیقی، کتاب یا فیلم را بکنجانید.
- ممانعت از آلودگی هوا را بکنجانید.

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

از ۲۰ تا ۲۰ هزار تومان

۲۰ هزار ماه مبلغ ۲۰ هزار تومان

کودک معلول ذهنی موسسه خیریه کهریزک

موسسه خیریه کهریزک
مسکن و نگهداری کودکان معلول ذهنی و جسمانی
آزمایشگاه مغز و اعصاب و روانشناسی
فرماندهای خیریه‌های برتر
www.kahrizakcharity.com
شماره کمک‌های مردمی: ۴۲۱۱۴

تأمین هزینه شیر خشک و مکمل‌های غذایی، برای کودکان معلول ذهنی موسسه خیریه کهریزک

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