



همدان نیام

www.HamedanPayam.com

یکشنبه ۹ اردیبهشت‌ماه ۱۴۰۳ | ۱۹ شوال ۱۴۴۵ | ۲۸ آوریل ۲۰۲۴
سال بیست و یکم | شماره ۴۸۵۳ | ۸ صفحه روزنامه | ۲۵۰۰۰ تومان

دومین نمایشگاه توانمندی‌های صادراتی کشور
آغاز به کار کرد

حضور پر قدرت همدان در اکسپو تهران

چاپ و بسته‌بندی همدان در کنار ۵۰ مجموعه دیگر
در این نمایشگاه حضور دارد

مرکز آنژیوگرافی ملایر
بزودی افتتاح می‌شود

مدال طلای جام تختی
بر گردن فرنگی کار کشتی همدان



برنامه‌های فرهنگی و هنری در سرای گلشن اجرا شود

سرای گلشن، همدان

خرید جمعی با شوراها

یکی از هدف‌های انجمنستان ساختمان آرمانشهر بوده است آرمانشهری که در آن به دلیل نظام حاکم عقلانی و آرامی، مشکلی نباشد. مردم در سعادت و آرامش بدون دغدغه‌های معمول زندگی هستند. آرمانشهر و نحوه ساختن آن دلمشغولی بسیاری از انجمنستان بوده و برخی با ساختن آرمانشهر خیالی به این دغدغه پاسخ داده‌اند. اما برخی از انجمنستان با استفاده از منابع الهی و تجارب بشری به دنبال ساختن آرمانشهر نزدیک واقعیت بوده‌اند. ساختن آرمانشهری که در آن مردم آزاده خود را اعمال و سرنواخت خود را تعیین کنند. همواره طرفداران بیشتری داشته است. شاید هم‌کاری پاسخی به این دغدغه بوده اما ضعف‌های هم‌کاری در مواردی...

اعتراف بانده دزدان «بنجه طلا» به سرقت از ۱۶ منزل



اعضای بانده سرقت معروف به «بنجه طلا» با تلاش مأموران آگاهی و کلانتری ۱۳ همدان دستگیر شدند.

کابوس استرس شب امتحان نزدیک است



با آغاز فصل امتحانات، اضطراب ناشی از شرکت دانش‌آموزان و دانشجویان در آزمون، به یکی از دغدغه‌های والدین تبدیل می‌شود.

آموزش فرهنگ ترافیک و حمل و نقل در ۱۰ مدرسه



آموزش فرهنگ ترافیک و حمل و نقل در ۱۰ مدرسه

آغاز ارزیابی جهش تحصیلی ابتدایی از ۱۵ اردیبهشت ماه

رئیس اداره آموزش و پرورش استانی استان همدان از آغاز ارزیابی جهش تحصیلی ابتدایی از ۱۵ اردیبهشت ماه خبر داد. طبعه محمدی گفت: با توجه به اهمیت شناسایی و هدایت دانش‌آموزان دارای ظرفیت‌های ویژه یادگیری و همچنین کمک به رشد متعادل و همه‌جانبه شخصیت آنان متناسب با ساختارهای شن‌گانه تربیتی و در راستای اجرای این‌نامه ارزشیابی پیشرفت تحصیلی و تربیتی، فرایند جهش تحصیلی دوره ابتدایی از ۱۵ اردیبهشت‌ماه سال جاری آغاز و تا پایان خردادماه ادامه خواهد داشت. به گزارش مهر، روی ضمن تأکید بر این موضوع که تاریخ اعلام شده به‌هیچوجه قابل تعدیل نخواهد بود، افزود: در این برنامه و به‌منظور ارتقای پایه دانش‌آموزان می‌تواند در سطح پایه‌های اول به سه‌دوم، دوم به چهارم، سوم به پنجم و چهارم به ششم ابتدایی در ارزیابی‌های تخصصی هوشی و روانی شرکت کنند. محمدی اضافه کرد: جهت شرکت در این طرح، والدین متقاضی ابتدا باید درخواست کتبی خود را به مدیر مدرسه ارائه نمایند و سپس مدیر پس از بررسی درخواست و شرایط دانش‌آموز، نسبت به ثبت درخواست در سامانه و دریافت مجوزهای لازم اقدام نماید. رئیس اداره آموزش و پرورش استانی استان تصریح کرد: پس از طی مراحل مذکور، والدین می‌توانند پس از دریافت راهنمایی‌های لازم از سوی مدیر مدرسه با مراجعه به سایت <https://sso.my.gov.ir> نسبت به نوبت‌گیری و شرکت در ارزیابی‌های تخصصی اقدام کنند. محمدی خاطر نشان کرد: تمهیدات لازم برای اجرای کامل و صحیح برنامه جهش تحصیلی ابتدایی پیش‌بینی شده است و تمامی اطلاعات اسام از تاریخ آزمون پرداخت هزینه و شرایط آزمون ارزیابی جهش راهنمایی دقیق والدین در سامانه مذکور برنامه‌ریزی شده است.

نهم اردیبهشت‌ماه روز شوراها گرامی باد



بسم الله الرحمن الرحيم
اساس و شالوده نهاد مقدس شوراهای در آیه شریفه «وَأَمْزَجْتُمْ شُورَى بَنِيهِمْ» نمود یافت و این نهاد برای تبدیل شدن به درختی تناور و برومند در مسیر تحقق مشارکت مردمی، حکمرانی شهری، حل مشکلات، افزایش اعتماد عمومی رو به رشد و بالیدن گرفت که نشان دهنده عمق تفکر مردم سالاری دینی بوده و ریشه در

تعالیم دین مبین اسلام دارد. بی شک شوراهای بی واسطه ترین حلقه ارتباطی مردم، با حاکمیت و نماد تجلی خرد جمعی هستند که مشورت را یکی از ارکان مهم سلامت تصمیم‌گیری می‌دانند و به برکت این اتفاق، نقش آفرینی مردم در تعیین سرنوشت خود و فضایی که در آن زندگی می‌کنند و چندان گردید تا از تشکیل آن جامعه به سوی کمال سوق داده شود و هر روز بیش از گذشته شاهد بالندگی همه جانبه شهر باشیم. امید که با همراهی شهروندان و مسئولین روز به روز این نهاد، بالنده تر و با تجربه تر از پیش در جهت ارائه خدمت خالصانه گام بردارد. اینجانب این روزها شگوره را به همه اعضای شوراهای اسلامی شهرها و روستاها به ویژه به اعضای محترم شورای اسلامی شهر همدان که با وظیفه‌شناسی، همدلی و هم‌زبانی و با امانت و کفایت برای نیل به اهداف متعالی کوشش می‌نمایند، تبریک و تهنیت عرض می‌نمایم.

سید مسعود حسینی - شهردار همدان

ششمین نمایشگاه توانمندی‌های صادراتی جمهوری اسلامی ایران
IRAN EXPO 2024 | 6th Export Potential Exhibition of the Islamic Republic of Iran
 ۸ لغایت ۱۲ اردیبهشت ۱۴۰۳ / 27 Apr - 1 May 2024
 ساعت بازدید: ۹ الی ۱۶ / Visiting Hours: 9 TO 16
 محل دائمی نمایشگاه‌های بین‌المللی تهران / Tehran International Permanent Fairground
 شماره مجوز سازمان توسعه تجارت ایران: ۱۴۰۲/۳۴۲۲۸۵۱ | تاریخ صدور مجوز: ۱۴۰۲/۰۶/۰۴
 برگزار: شرکت توسعه صنعت نمایشگاه و پویانده

طراحی، مشاوره و ایده پردازی
 روتایک
 پاکت سازی

۹۳مین حضور مرکز چاپ و بسته‌بندی همدان در نمایشگاه‌های ملی و بین‌المللی

چاپ سلفون، لیبیل‌های چسب دار و شیرینک
 تولید انواع پاکت‌های سلفون، ساشه، فیلم و کاغذی
تحويل فوری تیراژ کم

محل دائمی نمایشگاه‌های بین‌المللی تهران
 سالن ۸، ۹ غرفه شماره ۸۰۶
 Hall 8,9, Booth No. 806
 ساعت بازدید: ۹ الی ۱۶
 تلفن هماهنگی: ۰۹۱۸۳۱۴۸۱۸۸
 www.anichap.com
 info@anichap.com
 @anichap
 anichap.co

مرکز آنژیوگرافی ملایر بزودی افتتاح می شود



اسمال در شهر ملایر افسرد و ۷۷۲ کیلوگرم در روستاها غربالگری دیابت و فشارخون شدند.

در شورای آموزش و پرورش رزن مطرح شد سواد رسانه ای در مدارس جدی گرفته شود

شهرت کردمان که در این رابطه ۱۶۰ نفر عامل اجرایی فرایند برگزاری آزمون سراسری شهرستان را بر عهده دارند.

روستای دهپاز یکی از روستاهای استان همدان است، که در بخش مرکزی شهر همدان واقع شده است.

این روستا دارای ۳ راه ارتباطی با شهر همدان می باشد که نزدیکترین آن از طریق روستای علی آباد و شهرک فرهنگی است.

روستای دهپاز یکی از روستاهای استان همدان است، که در بخش مرکزی شهر همدان واقع شده است.

نهادن میزبان پرچم متبرک حرم رضوی

در ده کرامت برنامه های مختلفی در شهرستان اجرا می شود و پرچم متبرک و خادمان حرم رضوی میهمان مردم نهادن خواهند بود.

کشاورزان کیودراهنگ برای کشت گیاهان تنابوی آموزش می بینند

مدیر جهاد کشاورزی شهرستان کیودراهنگ از هدف گذاری تبدیل آیش ۷۰ هزار هکتار اراضی شهرستان کیودراهنگ به محصولات تنابوی با زیرت میزبانی



روای بیان اینکه در سال گذشته با انجام طرح جهش تولید، در میزبانه حدود ۵ هزار هکتار از سطوح آیش شهرستان به کشت محصولات تنابوی از جمله تنابو، عدس، گارنگ، کاشنی و گیاهان دارویی اختصاص یافته است.

شرکت های تعاونی روستایی

بخشدار مرکزی همدان گفت: شرکت های تعاونی روستایی در جهت تحقق نام گذاری سال برنامه ارائه دهند.

Advertisement for 'Sahel' (ساحل) with contact information and a logo.

Advertisement for 'Aghayeh' (آگهی) with details about a public meeting.

Advertisement for 'Sahel' (ساحل) with contact information and a logo.

Advertisement for 'Sahel' (ساحل) with contact information and a logo.



مدال طلای جام تختی بر گردن فرنگی کار کشتی همدان

این مسأله که در ورزش موجب افزایش انگیزه می‌شود، موضوعی است که اغلب دیرینه آن آشنایی می‌کنند. تحقیقات نشان داده‌است که فعالیت بدنی بیشتر برای کسانی که عادت به ورزش نداشته‌اند، تمایل آنها را به خوردن غذای زیاد کاهش می‌دهد. بنابراین ورزش می‌تواند در کم کردن وزن بدن، عامل مؤثری به حساب آید.

❖ کاهش وزن بدون ورزش کردن فقط با رژیم غذایی

این امکان وجود دارد که فقط با رژیم غذایی و بدون ورزش وزن کم کرد اما رژیم غذایی علاوه بر تسخیر چربی، مقداری از تسخیر عضلات را نیز از بین می‌برد. اما اگر ورزش کنید، چربی‌ها کمتر می‌شود. با داشتن رژیم غذایی در کنار ورزش می‌توان از وزن بدن کاست و تناسب اندام به دست آورد.

❖ کاهش چربی یک قسمت از بدن با ورزش‌های مخصوص

با انجام حرکات ورزشی حتی بطور اختصاصی نیز نمی‌توان فقط چربی یک قسمت از بدن را کاهش داد و چربی به طور کلی از تمام بدن کم می‌شود. اما این کاهش در قسمت شکم بیشتر به چشم می‌خورد. به عبارت دیگر کمترین افزایش بیشتر از پاهای کوچک و لاف می‌شود.

❖ کم کردن تعداد سلول‌های چربی بدن

متأسفانه وقتی افراد به سن رسیدگی می‌رسند، دیگر نمی‌توانند از تسخیر سلول‌های چربی جلوگیری کنند. تحقیقات نشان داده‌است که غذای نسبتاً سالم در کنار ورزش در سنین جوانی، می‌تواند باعث تولید سلول‌های چربی جلوگیری می‌کند. همچنین علت است که والدین اطفال باید مراقب سلاطین بچه‌ها باشند و در مورد تغذیه و فعالیت بدنی آنها، توجه لازم را به کار برند.

❖ تبدیل چربی بدن به عضله یا با عملکرد چربی به عضله

تبدیل چربی به عضله نیز به چربی تبدیل نمی‌شود. اگر زیاد غذا بخورید و کم مصرف می‌کنید، کالری‌های اضافی یعنی بیش از آنچه بدن مصرف می‌کند، هم از مواد نشاسته‌ای و چربی و کربوهیدرات و پروتئین، به چربی تبدیل می‌شود. اگر عضلات به کار نروند، چربی تبدیل می‌شود. اما به چربی تبدیل نمی‌شود. یعنی وقتی شما ورزش کنید، تسخیر چربی شمیخته‌ای تسخیر عضلانی و در وقت ورزش چربی‌ها می‌سوزند.

❖ ارتباط تعریق بالا در حین ورزش و کاهش وزن

تعریق زیاد، بلافاصله از وزن بدن می‌کاهد. عفت آن نیز در بین تسخیر چربی نیست، بلکه مربوط به کاهش آب بدن است. اما این هم کسب وزن با نوشیدن آب فراوان چربی می‌شود. بنابراین اگر بدن مستعد قوت از ورزش، منبسط آن و با بعد از آن، به نوشیدن آب اقدام شود تا آب بدن کم نگردد.

بود که توانست در رقابت‌های جوانان کشور عنوان قهرمانی وزن ۵۰ کیلوگرم را کسب کند و پس از او، محمدسروش رنجبر سنگین وزن نیز به طاق نشان قهرمانی کشور رسید تا پایان‌دهنده عمر کوتاه افتخارات فرنگی این استان باشد.

سنگین وزن فرنگی همدان سال قبل در چهل و سومین دوره جام تختی با پیگری فراوان پدرش شهریار رنجبر قهرمان در مسابقات بین‌المللی جام تختی را داشت و در حالی که تمرین آماده‌سازی خود را زیر نظر مربیان همچون مهرداد حسینی سیری کرد، با بدشانسی دچار محدودیت شد و تشخیص مربی او این بود که با شرایط پیش آمده وارد جام تختی نشود.

❖ بازگشت طلایی رنجبر

سروش رنجبر با حمایت‌های همه جانبه مهرداد حسینی فرزند سروش رنجبر اسما که در حین نشان‌نقاره هم رضایت نداشت و همین انگیزه سبب شد تا به هدف نهایی خود دست یابد.

وی اضافه کرد: کشتی‌های سروش اسما بسیار بهتر از سال‌های قبل بود و نشان داد که به خوبی تمرین و مرور فن داشته و نود موزد زحمات خود را گرفت.

مربی سزانه کشتی فرنگی همدان ادامه داد: به نظرم حقایق حق این کشتی‌گیر همدانی زحماتش را به دست آورد.

❖ پایان دوران نامی کشتی فرنگی همدان

همدان همواره در کشتی فرنگی آلطور که باید توانست در سطح بهترین‌های کشور و تیم ملی قرار بگیرد و در سال‌های گذشته

شاهد کم رنگ نبودن برنامه‌های هفت‌دند برای توسعه کشتی فرنگی در سطح استان بودیم و همین عامل باعث شد تمایل کشتی‌گیران نیز بیشتر به سمت رشته آزاد گرایش یابد.

به گزارش خبرنگار کارنامه کشتی فرنگی همدان که در یک دهه گذشته شاهد شده که مهرداد حسینی سزانه کشتی فرنگی در جام تختی موفق بود که توانست در رقابت‌های جوانان کشور عنوان قهرمانی را کسب کند و پس از او، محمدسروش رنجبر سنگین وزن نیز به طاق نشان قهرمانی کشور رسید تا پایان‌دهنده عمر کوتاه افتخارات فرنگی این استان باشد.

سنگین وزن فرنگی همدان سال قبل در چهل و سومین دوره جام تختی با پیگیری فراوان پدرش شهریار رنجبر قهرمان در مسابقات بین‌المللی جام تختی را داشت و در حالی که تمرین آماده‌سازی خود را زیر نظر مربیان همچون مهرداد حسینی سیری کرد، با بدشانسی دچار محدودیت شد و تشخیص مربی او این بود که با شرایط پیش آمده وارد جام تختی نشود.

❖ بازگشت طلایی رنجبر

سروش رنجبر با حمایت‌های همه جانبه مهرداد حسینی فرزند سروش رنجبر اسما که در حین نشان‌نقاره هم رضایت نداشت و همین انگیزه سبب شد تا به هدف نهایی خود دست یابد.

وی اضافه کرد: کشتی‌های سروش اسما بسیار بهتر از سال‌های قبل بود و نشان داد که به خوبی تمرین و مرور فن داشته و نود موزد زحمات خود را گرفت.

مربی سزانه کشتی فرنگی همدان ادامه داد: به نظرم حقایق حق این کشتی‌گیر همدانی زحماتش را به دست آورد.

❖ پایان دوران نامی کشتی فرنگی همدان

همدان همواره در کشتی فرنگی آلطور که باید توانست در سطح بهترین‌های کشور و تیم ملی قرار بگیرد و در سال‌های گذشته

تکنه ورزشی

ورزش مستمر و تضمین سلامتی

همدان پیام علمی کنجی، مزایای ورزش منظم و فعالیت بدنی برای سلامتی جسم و روح قابل چشم پوشی نیست. همه افراد فارغ از سن، جنس یا توانایی بدنی از ورزش سود می‌برند. ادامه به چند نکته در مورد ورزش و تأثیرات آن می‌پردازیم.

❖ افزایش اشتها یا ورزش

این مسأله که در ورزش موجب افزایش انگیزه می‌شود، موضوعی است که اغلب دیرینه آن آشنایی می‌کنند. تحقیقات نشان داده‌است که فعالیت بدنی بیشتر برای کسانی که عادت به ورزش نداشته‌اند، تمایل آنها را به خوردن غذای زیاد کاهش می‌دهد. بنابراین ورزش می‌تواند در کم کردن وزن بدن، عامل مؤثری به حساب آید.

❖ کاهش وزن بدون ورزش کردن فقط با رژیم غذایی

این امکان وجود دارد که فقط با رژیم غذایی و بدون ورزش وزن کم کرد اما رژیم غذایی علاوه بر تسخیر چربی، مقداری از تسخیر عضلات را نیز از بین می‌برد. اما اگر ورزش کنید، چربی‌ها کمتر می‌شود. با داشتن رژیم غذایی در کنار ورزش می‌توان از وزن بدن کاست و تناسب اندام به دست آورد.

❖ کاهش چربی یک قسمت از بدن با ورزش‌های مخصوص

با انجام حرکات ورزشی حتی بطور اختصاصی نیز نمی‌توان فقط چربی یک قسمت از بدن را کاهش داد و چربی به طور کلی از تمام بدن کم می‌شود. اما این کاهش در قسمت شکم بیشتر به چشم می‌خورد. به عبارت دیگر کمترین افزایش بیشتر از پاهای کوچک و لاف می‌شود.

❖ کم کردن تعداد سلول‌های چربی بدن

متأسفانه وقتی افراد به سن رسیدگی می‌رسند، دیگر نمی‌توانند از تسخیر سلول‌های چربی جلوگیری کنند. تحقیقات نشان داده‌است که غذای نسبتاً سالم در کنار ورزش در سنین جوانی، می‌تواند باعث تولید سلول‌های چربی جلوگیری می‌کند. همچنین علت است که والدین اطفال باید مراقب سلاطین بچه‌ها باشند و در مورد تغذیه و فعالیت بدنی آنها، توجه لازم را به کار برند.

❖ تبدیل چربی بدن به عضله یا با عملکرد چربی به عضله

تبدیل چربی به عضله نیز به چربی تبدیل نمی‌شود. اگر زیاد غذا بخورید و کم مصرف می‌کنید، کالری‌های اضافی یعنی بیش از آنچه بدن مصرف می‌کند، هم از مواد نشاسته‌ای و چربی و کربوهیدرات و پروتئین، به چربی تبدیل می‌شود. اگر عضلات به کار نروند، چربی تبدیل می‌شود. اما به چربی تبدیل نمی‌شود. یعنی وقتی شما ورزش کنید، تسخیر چربی شمیخته‌ای تسخیر عضلانی و در وقت ورزش چربی‌ها می‌سوزند.

❖ ارتباط تعریق بالا در حین ورزش و کاهش وزن

تعریق زیاد، بلافاصله از وزن بدن می‌کاهد. عفت آن نیز در بین تسخیر چربی نیست، بلکه مربوط به کاهش آب بدن است. اما این هم کسب وزن با نوشیدن آب فراوان چربی می‌شود. بنابراین اگر بدن مستعد قوت از ورزش، منبسط آن و با بعد از آن، به نوشیدن آب اقدام شود تا آب بدن کم نگردد.

فرهنگ

تاریخ، تمدن و فرهنگستان
The Message Of Madestan's History & Civilization & Culture

مناسبت

ماجرای انتشار اسامی روان‌شناسانمانا به کجا رسید؟

❖ کمتر از دو سال از انتشار اسامی افراد غیر روانشناسی که در قالب روانشناسی به شهرت رسیده‌اند می‌گذرد. لیستی ۴۵۶ موردی مشکل از افراد با صفات مزاجی این در حالست که اکنون رئیس سازمان نظام روانشناسی و مشاوره کشور می‌گوید اگرچه در سه نوبت اسامی روانشناسان زرد طی ادوار گذشته سازمان نظام شناسایی و منتشر شد و این اتفاق در ظاهر خوب بود، اما نتیجه خوبی نداشته، چراکه هنوز این روانشناسانها به کار خود ادامه می‌دهند.

به گزارش ایسنا، طبق ماده پنج قانون سازمان نظام روانشناسی و مشاوره، مشاوران و روانشناسان برای هرگونه اشتغال در حرفه خود باید دارای پروانه از سازمان نظام روانشناسی باشند.

اما مراد خاوند سال ۱۴۰۱ بود که سازمان نظام روانشناسی و مشاوره کشور اسامی افراد غیر روانشناسی فاقد مجوز را در قالب لیست مستتر کرد که در نوبت اول ۱۴۴ نفر، نوبت دوم ۶۱ نفر و در نوبت سوم ۲۱۹ فرد با صفحه مجازی که به صورت غیرقانونی در حیطه روانشناسی فعالیت می‌کردند را شامل می‌شد. این اعداد رقمی بالغ بر ۴۲۶ فرد با صفحه مجازی بود که نه تنها مجوز و پروانه اشتغال از سازمان نظام روانشناسی و مشاوره نداشتند، بلکه بعضاً تحصیلات مرتبط با روانشناسی نیز نداشتند.

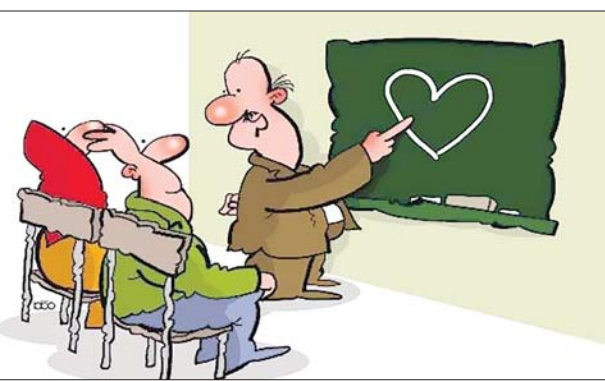
در همان زمان رئیس وقت سازمان نظام روانشناسی و مشاوره کشور بیان کرد: این اسامی اضافه شده از بین ۴۵۰ روانشناسی شناسایی شده منتشر شد و اسامی نامی روانشناسانها به زودی منتشر می‌شود. از اسامی این اسامی به قوه قضائیه خبر داد و گفت: هم اکنون بر قوه قضائیه واجب است به این امر ورود کرده، این افراد را از بازار بخراند و اطهار کند.

اما علی فتوحی استثنایی، رئیس سازمان نظام روانشناسی و مشاوره کشور به عنوان اشاره به فعالیت روانشناسان نامها به ایسنا اظهار می‌کند: در سه نوبت اسامی روانشناسان زرد طی ادوار گذشته توسط سازمان نظام روانشناسی و مشاوره کشور شناسایی و منتشر شدند، این اتفاق در ظاهر خوب بود، اما نتیجه خوبی نداشت، چراکه هنوز این روانشناسانها به کار خود ادامه می‌دهند.

وی افزود: اگرچه این روانشناسان نامها معرفی شدند، اما اتفاق خاصی در خصوص توقف فعالیت آنها نیفتاده است، این در حالی است که مهمترین عاملی که می‌تواند بر توقف فعالیت روانشناسانها از گذار باشد، ارتقای سواد سلامت روانی جامعه است. به عبارتی دیگر مردم باید به قدری آگاهی‌شان افزایش یابد، تا بتوانند توانایی‌ها و واقعی از روانشناسانها تشخیص دهند.

رئیس سازمان نظام روانشناسی و مشاوره کشور ادامه داد: افزون بر آن مردم می‌توانند با مراجعه به سایت سازمان نظام روانشناسی و مشاوره، روانشناسان دارای پروانه را شناسایی کنند.

توصیه‌های سازمان ملل متحد به مناسبت هفته جهانی روانشناس رسیدگی به مسائل نابرابری اجتماعی



❖ رئیس انجمن روانشناسی تریبیتی ایران در ادامه به دستوری به آموزش با کیفیت و همچنین تأثیرات قابل توجه آن بر سلامت و رفاه افراد، خانواده‌ها، کشورها و جامعه اشاره کرد و یادآور شد: تحقیقات ارتباط بین افزایش پیشرفت تحصیلی و پیامدهای سلامت روانی مثبت را شناسایی کرده است. علاوه بر

❖ از حذف سلاح‌های کشتار جمعی و ترویج خلع سلاح ایجاد کرده است. خاطر نشان کرد: آموزش همچون تأسیسات حمایت از پیشرفت جوانان به عنوان شهروندان گل در جهان را دارد. نقش قابل توجه دستورات کار بی‌گناهی برای اجلاس آینده سازمان ملل در سال ۲۰۲۴ شامل افزایش برای

❖ "تحول آموزش" شامل توصیه‌هایی برای ایجاد تغییرات اساسی در حرفه‌های معلم، معلمان و معلمان موسیقی و ادوات موسیقی در ملایر، سنگینوزیان کلاساها و ادوات موسیقی در ملایر، ویزگی‌های موسیقی و تعداد زیاد کارکنان و سازندگان سازها و ادوات موسیقی در ملایر، می‌تواند به بهبود سلامت و رفاه افراد، خانواده‌ها، کشورها و جامعه اشاره کرده و یادآور شد: تحقیقات ارتباط بین افزایش پیشرفت تحصیلی و پیامدهای سلامت روانی مثبت را شناسایی کرده است. علاوه بر



❖ فرزند کشاورزیان گفت: شهرستان ملایر در زمینه سازگری بیشتر دیده شد و ریموند اسازر بیشتر هنرمندان پرستاره عرصه موسیقی با هنرمندان متجرب سازگری ملایری بود.

❖ سازگروزیان بیان کرد: بدون شک با توجه به ویژگی‌های موسیقی و تعداد زیاد کارکنان و سازندگان سازها و ادوات موسیقی در ملایر، می‌تواند به بهبود سلامت و رفاه افراد، خانواده‌ها، کشورها و جامعه اشاره کرده و یادآور شد: تحقیقات ارتباط بین افزایش پیشرفت تحصیلی و پیامدهای سلامت روانی مثبت را شناسایی کرده است. علاوه بر

❖ فرزند کشاورزیان گفت: شهرستان ملایر در زمینه سازگری بیشتر دیده شد و ریموند اسازر بیشتر هنرمندان پرستاره عرصه موسیقی با هنرمندان متجرب سازگری ملایری بود.

❖ سازگروزیان بیان کرد: بدون شک با توجه به ویژگی‌های موسیقی و تعداد زیاد کارکنان و سازندگان سازها و ادوات موسیقی در ملایر، می‌تواند به بهبود سلامت و رفاه افراد، خانواده‌ها، کشورها و جامعه اشاره کرده و یادآور شد: تحقیقات ارتباط بین افزایش پیشرفت تحصیلی و پیامدهای سلامت روانی مثبت را شناسایی کرده است. علاوه بر

دومین نمایشگاه ساز در ملایر افتتاح شد

❖ ملایر - هنرستان همدان پیام همزمان با برگزاری جشنواره فرهنگی هنری موسیقی شهبانها، تاک، دومین نمایشگاه ساز در ملایر افتتاح یافت.

رئیس اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی ملایر در آیین افتتاح نمایشگاه ساز شهرستان ملایر اظهار کرد: در شهرستان ملایر ۲۵۰ کارگاه سازسازی وجود دارد که هنرمندان پرستاره در این کارگاه فعالیت می‌کنند.

روزنامه همدان پیام... مدیرعامل: سید علی حسینی... شماره: ۴۸... شماره: ۲۰۲۴...

پایگاه اینترنتی: www.HamedanPayam.com... شماره تماس: ۰۲۶۶۶۶۶۶۶... آدرس: همدان، خیابان خواجه نصیر...

Table with 12 columns: Month, Day, Temperature (C/F), Humidity, Wind Speed, etc.

● آه و هوا... ● پیش بینی وضع هوا... ● دیدنی... ● روایت شری...

پیمان تاریخ تمدن و فرهنگ ماندگار



برنامه‌های فرهنگی و هنری در سرای گلشن اجرا شود

این سرای یک هشتی دیگر در ضلع شمالی یا شمال شرقی این بنا قرار دارد و آن را با به بخش‌های مختلف بازار همدان متصل می‌کند...

و نوع معماری آنها دارند. یکی از سراسراها دوازدهسوی در زمان ساسانی در همدان ساخته شده، سرای گلشن است اما در اوایل دوره قاجار تعمیرات و تغییرات عظیمی در این بنا ایجاد شده و امروزه بخش‌های کمی از دوره صفوی باقی مانده و بیشتر بخش‌های معماری مربوط به اوایل دوره قاجار است...

به مناسبت هفته حمل‌ونقل از درشک تا اتومبیل، یک قرن فرهنگسازی ناتمام

و... باشد! در این شرایط البته وضعیت برای پیداکان زمان استانی نخستین که تکمیل سبک زندگی، یکجانشینی داشتند تا انسان امروزی که پویا، چابک، جاهلی، ناپذیر، زندگی‌اش محسوب می‌شود، بوده است. تازگی که پاسخ به آن در ابتدا به مدد حیوانات و بعدتر به واسطه پیشرفت تکنولوژی میسر شده، هرچند این بخش هم با چالش‌های خاص خود از بروز هر مورچ تا گاهی اوقات نبود فرهنگ کافی روبرو بود...



شورای شهر به برندسازی گردشگری توجه کند

شهری پویا، زنده و دارای اقتصادی قوی بود. آخرین رویکرد مهم به نظر من در حوزه شهرداری بود توجه به رویکرد رویدادی، استوار رویدادهای مختلفی همچون کرم‌هاش، آب، نشست‌های تخصصی، سمینارها، همایش‌ها، کنفرانس‌ها، نمایشگاه‌ها و جشنواره‌ها، آیین و بستر روابط دوسویه، تعاملات اجتماعی و... هستند...