

۸
فروردین
۱۴۰۱



شماره هشتم

ویژه نامه دیجیتالی نوروز همدان پیام

عیدانه

همدان پیام
روزنامه

در صفحه اول بخوانید

چهره هایی که در سال ۱۴۰۰ از دست دادیم



در صفحه دوم بخوانید

پر درآمدترین شغل ها در همدان



در صفحه سوم بخوانید

بی نظیرترین آثار ثبت شده ایران در جهان



در صفحه چهارم بخوانید

بهترین راه ها برای سلامت جسمانی



در صفحه پنجم بخوانید

بازی در خانه



۱



عیدانه

ویژه نامه دیجیتالی نوروز همدان پیام

همدان پیام
روزنامه

چهره هایی که در سال ۱۴۰۰ از دست دادیم



آزاده نامداری



ارشاقدسی



علامه حسن زاده آملی



حلیمه سعیدی



فتحعلی اویسی



مهشاد کریمی



ریحانه یاسینی



عزت الله مهرآوران



علی اکبر مدی



علی سلیمانی



بنی صدر



اکبر ترکمان



زهره فکور صبور



سیامک اطلسی فر



محسن قاضی مرادی



صافی گلپایگانی



سید حسن فیروز آبادی



فرشته طائرپور



فرامرز سماوات



حمیدرضا صدر



پر درآمدترین شغل ها در همدان



همدان پیام

استان همدان وسعت بالایی داشته و آب و هوای آن در نتیجه وجود کوه های مرتفع، رودخانه ها و پستی و بلندی های زیاد، به شدت متغیر است، بطوری که زمستان های این استان سرد پر برف و باران و در تابستان ها دما معتدل است توزیع جمعیتی در همدان در طی ۵ سال اخیر بگونه ای بوده که هر ساله سهم شهرنشینی افزایش یافته و مناطق روستایی خالی از سکنه شده است، که مهم ترین دلیل آن کم آبی در مناطق کشاورزی شمال استان، بالا رفتن هزینه های تولید کشاورزی و همچنین افزایش اقبال مردم به ورود به بخش خدمات با محوریت خدمات گردشگری است.

استان همدان با در نظر گرفتن شرایط و اوضاع اقلیمی و جغرافیایی در ۳ بخش صنعت و معدن، کشاورزی و خدمات مشاغل خوبی دارد و اولویت سرمایه گذاری صنعتی در بخش صنایع کوچک تبدیلی در استان است.

شغل هایی مانند قطعه بندی و انجماد گوشت، بسته بندی تخم مرغ، بسته بندی سیب زمین و پیاز تولید ترشیجات و شوربجیات صرفا به صورت صنعتی، فرآوری و بسته بندی گردو، فرآوری و بسته بندی انگور، تولید غذاهای آماده و شغل هایی دیگر که با سرمایه کم و آموزش میتواند فرصت اشتغال خوبی در استان ایجاد کند.





بی نظیرترین آثار ثبت شده ایران در جهان



برج گنبد قابوس، استان گلستان، سال ۲۰۱۲

برج گنبد قابوس یکی از جاهای دیدنی گنبد کاووس در استان گلستان است که بین خیابان جمهوری و قابوس قرار دارد؛ با ۷۲ متر ارتفاع جزو بناهای تاریخی مربوط به سده چهارم هجری است که در زمان پادشاهی شمس المعالی قابوس ابن وشمگیر، از پادشاهان آل زیار ساخته شد. این برج در سال ۳۹۷ هجری قمری (۳۸۵ هجری شمسی) و بنا به دستور قابوس ابن وشمگیر در حومه شهر جرجان (گنبد کاووس کنونی) بنا شد قسمت‌هایی از گنبد مخروطی برج نیز با اصابت گلوله توپ‌های روسی آسیب دید و بعدها مورد مرمت قرار گرفت. گفته می‌شود روس‌ها اطراف در ورودی، پایه‌های گنبد قابوس و سایر قسمت‌ها را حفر کردند تا به گنج دست پیدا کنند. این سازه در سال ۲۰۱۲ ثبت سازمان جهانی یونسکو شده است.

کاخ گلستان، تهران، ۲۰۱۳

یکی از آثار جهانی ایران که در سال ۲۰۱۳ در سازمان میراث یونسکو ثبت شده است و به لطف معماری و تزیینات منحصر به فرد، محلی ایدئال برای عکاسی و ثبت تصاویر فوق العاده زیبا به شمار می‌رود. همچنین وقوع رخداد های تاریخی مهم در این محل، آن را به سندی زنده از تاریخ ایران تبدیل کرده است قدمت آن به دهه‌ها قبل از دوران قاجار برمی‌گردد و بیش از ۴۴۰ سال تاریخ را در خود جای داده است. در حال حاضر مساحت کاخ گلستان به ۴٫۵ هکتار می‌رسد که به اندازه یک‌دهم وسعت اولیه‌اش است؛ جایی که محل سکونت پادشاهانی همچون آقا محمدخان، فتحعلی شاه، ناصرالدین شاه، مظفرالدین شاه و احمدشاه قاجار بوده است.





بهترین راهها برای سلامت جسمانی



سلامت جسمانی عاملی بسیار مهم در کیفیت زندگی است؛ پس نیاز است در ایام تعطیلات و در همین ابتدای سال برای سلامت جسمانی خود برنامه ریزی کنیم تا زندگی با کیفیت تری داشته باشیم

سلامتی صرفاً به عدم ابتلا به بیماری یا نواقص دیگر اطلاق نمی شود؛ بلکه حالتی است که فرد در آن، از وضعیت جسمی، روانی و اجتماعی کاملاً عالی برخوردار باشد

در این شرایط انسان قادر به انجام فعالیت های روزانه و حفظ انرژی برای موارد اضطراری و دوری از بیماری ها و تناسب کلی جسمی است. مصادیق اصلی توجه به سلامتی شامل خواب کافی، رژیم غذایی مناسب، ورزش و فعالیت بدنی، بهداشت و عدم تنش در زندگی است

با فعالیت بدنی مناسب، تغذیه و رژیم غذایی، عدم مصرف الکل و مواد مخدر و استراحت و خواب کافی سلامتی بدن تضمین می شود و از ابتلا به بیماری ها جلوگیری می شود





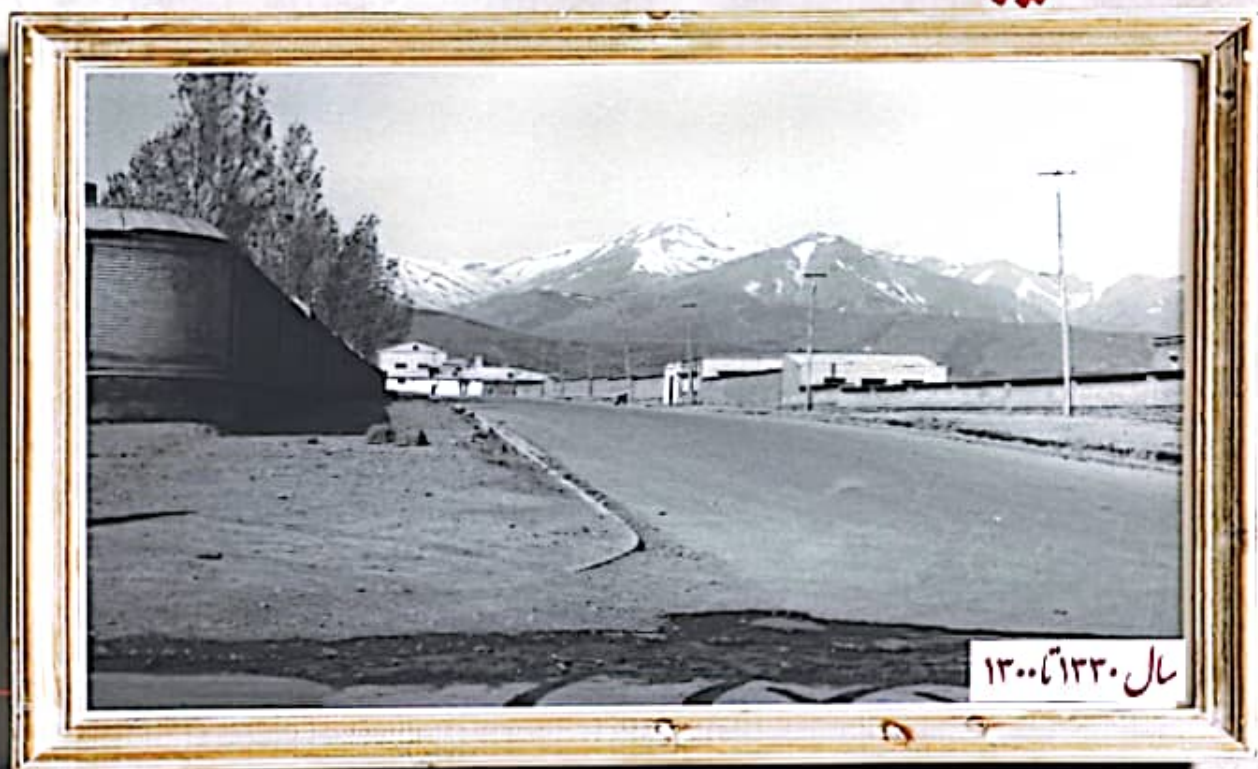
بازی در خانه



یادگیری نقاشی

در ایام تعطیلات میتوانید روی مهارت‌های خود زمان بگذارید
و نقاشی‌های بهتر بکشید تا تقویت شوید.
همچنین می‌توانید کودکان خود را تشویق به نقاشی کشیدن کنید تا از
مهارتشان استفاده کرده و خود را تقویت کنند و می‌توانید در منزل
مسابقه نقاشی برگزار کنید و جایزه بدهید.

خیابان ورزش



خیابان قدیم



خیابان جدید



ازدواج همدان پیامی ها در عصر جدید

درحالی که همکار همدان پیامی امیر حسین شهپر وصال به همراه مریم منفرد برای اجرای دوبله در برنامه عصر جدید حاضر شده بودند، پایان بخش برنامه با خواستگاری و ازدواج این همدان پیامی عزیز در برنامه پر مخاطب عصر جدید همراه گردید.

روزنامه همدان پیام نیز این واقعه خرسند را ضمن تبریک به این همکار گرامی و تقارن این اتفاق مبارک در سال نو را به فال نیک گرفته و آرزوی موفقیت و خوشبختی برای این دوعزیز می نماید.

مدیر مسئول روزنامه همدان پیام : نصرت الله طاقتی احسن
 سردبیر روزنامه همدان پیام : یدالله طاقتی احسن
 ایده پردازان : تیم ۱۲ نفره رسانه دیجیتال همدان پیام
 مدیر رسانه دیجیتال : مهسا طاقتی احسن
 سرپرست تولید محتوای رسانه دیجیتال : یاسر زارعی
 سرپرستان ویژه نامه دیجیتالی : حدیثه حبیبی - زهرا زنگنه
 تولید محتوا نسخه ۸ فروردین : حدیثه حبیبی
 طراح و صفحه بند ویژه نامه : مهسا طاقتی احسن

