

# سلام آنلاین بهز ندگی

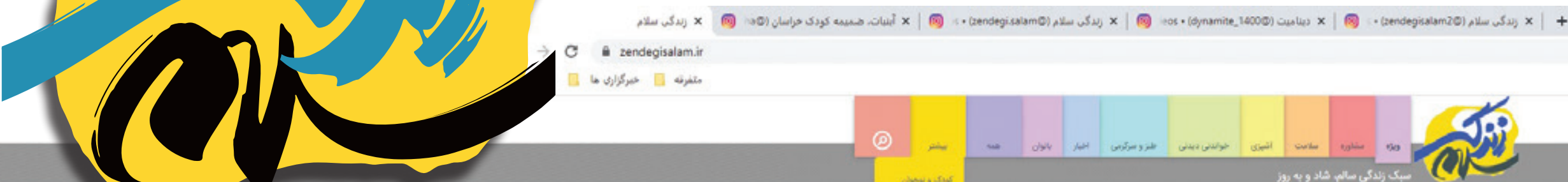
بارونمایی از اپلیکیشن و سایت «زندگی سلام» ۲۴ ساعته با جدید ترین مطالب و آرشییو گران بها از مشاوره، سلامت، طنز، موفقیت، سرگرمی و... برای همه به ویژه بانوان، سالمندان و کودکان در کنار تان هستیم

ZENDEGI - SALAM

ضمیمه روزنامه خراسان

یک شنبه • ۱۷ مرداد ۱۴۰۱  
۲۸ ذی الحجه ۱۴۴۲ • ۱۸ آگوست ۲۰۲۱  
شماره ۲۰۷۲۶

۱۹۴۶



## سایتی جذاب برای همه اعضای خانواده

نشانی: zendegisalam.ir

آنتی کرونا، سلامت و... نکته مهم این جاست که فقط مطالب جدید زندگی سلام روی سایت بار گذاری نمی شود و به مرور تمام مطالب قدیمی روی سایت قرار خواهد گرفت به طور مثال با یک جست و جوی ساده می توانید بخش زیادی از مشاوره تربیت فرزند، زوجین، ازدواج، شغلی و... و پاسخ بهترین کارشناسان به سوالات مختلف را در این زمینه بخوانید.

از اخبار جا نمی مانید! در این سایت هر خبر با یک بنر مخصوص به خود نمایش داده می شود و نیاز شما به چک کردن سایت ها و خبرگزاری ها را کاهش می دهد.

آرشیوی برای سنین مختلف! در وب سایت زندگی سلام برای سنین مختلف از کودکان و جوانان تا سالمندان بالای ۶۰ سال مطالب متنوع و آرشیوی پر و پیمان وجود دارد که سایر اعضای خانواده می توانند مطالب مخصوص این گروه های سنی را در اختیارشان قرار دهند.

با اسکن این  
کیوآر کد وارد  
سایت زندگی سلام  
شوید



## زندگی سلام روی گوشی

سلامت، روان شناسی، آشپزی، سالمندان، کودکان و نوجوان، داده های تصویری، طنز و سرگرمی و... دسترسی داشته باشید.

آرشیوی کامل برای کودکان! همچنین در قسمت کودکان و نوجوان، مطالب گذشته صفحه فرره و مطالب برگزیده ای از مجله کودک «آبنبات» قرار گرفته که کودکان با کمک و راهنمایی والدین می توانند به آن ها دسترسی و اوقات سرگرم کننده خوبی داشته باشند.



همین الان می توانید  
از بازار، گوگل پلی  
یا اسکن این  
کیوآر کد، اپ  
زندگی سلام را  
دانلود کنید.



اپلیکیشن «زندگی سلام» برای افرادی که دوست دارند مطالب سایت را به صورت مناسب روی صفحه گوشی های اندروید خود بخوانند راه اندازی شده و با رابط کاربری خوب، کم حجم و سرعت بالا می تواند برای مطالعه بدون خستگی سودمند باشد. اتفاقی که کمک می کند شما در همه ساعات شبانه روز از جدید ترین مطالب و اخبار حوزه سبک زندگی بهره ببرید.

حوزه های مشاوره، سلامت، نوجوان و... در این اپلیکیشن همان عناوینی که در وب سایت قابل دسترسی است به صورت نوارهای رنگی متفاوت روی گوشی عرضه شده و آرشیو کاملی از مطالب روزنامه را در بر می گیرد. شما می توانید در اپ زندگی سلام به صورت دسته بندی شده به بخش های مختلف ویژه ها،

## تویتر باز ها بشتابید

نشانی: @zendegisalam

اگر تویتر باز باشید، می دانید فضای تویتر با بقیه شبکه های اجتماعی کمی متفاوت است. به همین دلیل کاربران خاص خود را دارد. شما در تویتر خبر را به صورت ساده تر با تعداد کلمات کوتاه تر و دوستانه تر دنبال خواهید کرد. از آن جایی که زندگی سلام دوست دارد مخاطبانش را در همه شبکه های اجتماعی با خود همراه کند، اگر اهل تویتر باشید می توانید زندگی سلام را در این فضا به صورت متفاوت دنبال کنید. در تویتر مغز پرونده ها، بخشی از مشاوره های کاربردی و نظرات روان شناسان زندگی سلام در باره موضوعات مختلف روز را به صورت کوتاه شده در قالب نوشته های تویتری خواهید خواند. شما می توانید با کامنت گذاشتن، ری توییت و کورت کردن، ما را به دنبال کننده ها و دوستان خود معرفی کنید. کافی است همین الان نشانی زیر را در قسمت جست و جوی تویتر بزنید و ما را دنبال کنید: <https://twitter.com/zendegisalam>

با اسکن این  
کیوآر کد وارد  
تویتر زندگی  
سلام شوید



## پست های متنوع در کانال تلگرامی

نشانی: @zendegisalam

کانال تلگرامی زندگی سلام به نشانی @zendegisalam در تاریخ اول مهر ۱۳۹۴ با هدف باز نشر مطالب ضمیمه روزانه زندگی سلام، آغاز به کار کرد. پست های روزانه این کانال بسیار متنوع و شامل مطالب چاپ شده در روزنامه اعم از موضوعات آموزشی، مشاوره، خبرهای روز، اینفوگرافیک، بریده کتاب، طنز و سرگرمی به اضافه کلیپ های فان، عکس های جذاب و دیدنی، شوخی های فضای مجازی، مطالب آموزشی و خواندنی است. کانال تلگرامی زندگی سلام به نوعی باگانی ضمیمه زندگی سلام هم محسوب می شود. چرا که تقریباً تمام مطالب سال های گذشته را به مرور در این کانال بارگذاری کرده ایم تا مخاطبان با استفاده از هشتگ های جست و جوی مستقیم در آن بتوانند به نتیجه دلخواه خود برسند. علاوه بر این موارد، مدتی است که با راه اندازی بخش نظردهی کانال های تلگرامی، مخاطبان کانال زندگی سلام هم می توانند در بخش کامنت ها، نظرات خود را در باره هر پست بنویسند. همچنین بخش میزگرد صوتی کانال با حضور ادمین ها، کارشناسان و اعضای کانال، از دیگر بخش های این رسانه جذاب زندگی سلام در فضای مجازی است.

با اسکن این  
کیوآر کد وارد کانال  
تلگرامی زندگی  
سلام شوید

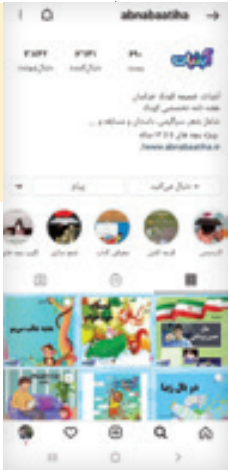


## برای چه کسانی، چی داریم؟

زندگی سلام در فضای مجازی برای افراد مختلف اعم از مرد، زن، پیر، جوان، کودک، دانشجو، شاغل و... محتواهای جذاب و به روزی را ارائه می کند

با اسکن این  
کیوآر کد  
وارد صفحه  
آبنبات شوید

همین الان می توانید  
از بازار، گوگل پلی  
یا اسکن این  
کیوآر کد، اپ  
زندگی سلام را  
دانلود کنید.



آموزش ساخت کاردستی، داستان صوتی، سرگرمی های باحال و... بخشی از مطالبی است که در سایت آبنبات به نشانی [www.abnabaatiha.ir](http://www.abnabaatiha.ir) آماده شده تا حضورتان در فضای مجازی، علاوه بر جنبه سرگرم شدن باعث یادگیری و بالا رفتن اطلاعات تان در حوزه های مختلف هم بشود.

با اسکن این  
کیوآر کد وارد  
سایت آبنبات  
شوید

آموزش ساخت کاردستی و... در صفحه آبنبات علاوه بر سایت، صفحه اینستاگرامی آبنباتی ها را هم به نشانی @abnabaatiha داریم که فالو کردنش قطعاً برای تان جذاب خواهد بود. در صفحه آبنباتی ها هم با گرافیکی جذاب، پست های زیاد و متنوعی داریم شامل شعر، قصه، داستان صوتی، آموزش کاردستی و... در ضمن،

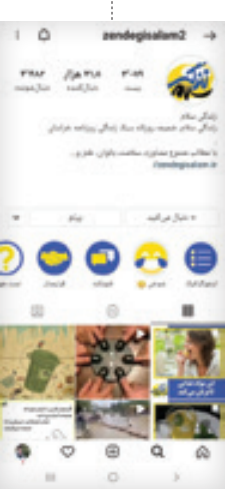
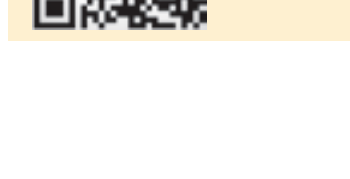
سالمندان! بخش سالمندان در سایت، اب و... مواردی مانند اینفوگرافیک های کاربردی از سلامتی گرفته تا سبک زندگی، آموزش های بهداشتی، سلامت جسم و روح، بررسی سبک زندگی این عزیزان، انتشار علل و عوامل ابتلا به بیماری های روانی و جسمی، معرفی بازی ها و سرگرمی های مخصوص سالمندان، آموزش نرمش ها و ماساژهای مختص این عزیزان و سایر مواردی که این بازه سنی به آن علاقه دارند و به کارشان می آید.

همچنین در کانال تلگرامی و صفحات اینستاگرامی هم مطالب منتشر شده در صفحه سالمند روزنامه را به اضافه عکس ها، فیلم ها و سرگرمی های مناسب برای حال و هوای این عزیزان به طور منظم منتشر می کنیم. تمرکز شبکه های اجتماعی زندگی سلام برای این بازه سنی بر این موضوع قرار گرفته تا علاوه بر آموزش مسائل مرتبط با سالمندان به زبان ساده که در حوصله این عزیزان یکنجد، سرگرمی ها، مطالب و عکس هایی که این رده سنی به آن علاقه نشان می دهند هم تقدیم شان شود.

کودکان و نوجوانان! سایت و صفحه آبنبات و دینامیت اگر فرزندی دارید که کودک یا نوجوان است یا خودتان بین ۷ تا ۱۷ سال دارید و اهل گشت و گذار در فضای مجازی هستید، باید بدانید که زندگی سلام برای کودکان و نوجوانان هم محتواهای جذاب، سرگرم کننده و آموزشی زیادی در فضای مجازی دارد. شعر، قصه و... در سایت آبنبات شعر، قصه، دانستنی ها،

به این بخش باید وارد سایت زندگی سلام شوید و روی قسمت بانوان کلیک کنید. در ضمن، این روزها پیدا کردن یک صفحه بدون خبرهای زرد در اینستاگرام برای بانوان کمی سخت است. برای همین زندگی سلام تصمیم گرفت در این فضایک صفحه مجزا مخصوص مخاطب های خانم راه اندازی کند به نشانی @zendegisalam. در این صفحه، مطالب آشپزی، مد، استایل و پوشش برای شما در نظر گرفته شده است. ضمن این که مطالب مشاوره بانوان و پرسش های مربوط به از دواج هم توسط روان شناس های زندگی سلام پاسخ داده می شود. در صفحه زندگی سلام بانوان، می توانید به بهترین شکل وقت خود را در اینستاگرام مدیریت کنید و از مطالب روز بانوان لذت ببرید.

با اسکن این  
کیوآر کد وارد پیج  
زندگی سلام شوید



با توجه به جنسیت، نیازهای هر فرد در زندگی و اجتماع متفاوت است. زندگی سلام از ابتدا با رویکرد دیده شدن دغدغه ها و حمایت از بانوان بخش هایی را مخصوص آن ها در فضای مجازی در نظر گرفته است. به طور مثال، با دانلود اپ زندگی سلام از کافه بازار یا گوگل پلی می توانید وارد قسمت بانوان شوید و خبرهای مخصوص بانوان در ایران و جهان و تمام موارد به روزی را که یک خانم در فضای مجازی دنبال آن است، به صورت یک جادنبال کنید. در سایت زندگی سلام هم ما به دنبال ارائه دادن فضایی برای بانوان هستیم تا به دور از افراط و تفریط یک بسته مناسب از هر زمینه ای را که مورد نیاز خانم هاست، برای آن ها فراهم کنیم. برای دسترسی

## جوانان! مطالب سلامت، موفقیت، مشاوره و دیگران

گروه سنی جوان یکی از گروه های مهم مخاطب مجموعه زندگی سلام را تشکیل می دهند. از طرفی این گروه سنی بیشترین ساعت را در فضای مجازی و اینترنت می گذرانند. به همین علت در وب سایت و اپ زندگی سلام،

بخش های مختلفی در این مجموعه وجود دارد تا پاسخ گوی نیاز جوانان به اطلاعات در حوزه های مختلف سبک زندگی باشد، به عنوان مثال در حوزه سلامت جدیدترین اخبار در زمینه بیماری ها، دانستنی در باره خواص مواد غذایی و روش های مختلف رژیم گرفتن قابل دسترسی است.

## بانوان! بخش بانوان در سایت و اپ و یک صفحه اینستاگرامی

با توجه به جنسیت، نیازهای هر فرد در زندگی و اجتماع متفاوت است. زندگی سلام از ابتدا با رویکرد دیده شدن دغدغه ها و حمایت از بانوان بخش هایی را مخصوص آن ها در فضای مجازی در نظر گرفته است. به طور مثال، با دانلود اپ زندگی سلام از کافه بازار یا گوگل پلی می توانید وارد قسمت بانوان شوید و خبرهای مخصوص بانوان در ایران و جهان و تمام موارد به روزی را که یک خانم در فضای مجازی دنبال آن است، به صورت یک جادنبال کنید. در سایت زندگی سلام هم ما به دنبال ارائه دادن فضایی برای بانوان هستیم تا به دور از افراط و تفریط یک بسته مناسب از هر زمینه ای را که مورد نیاز خانم هاست، برای آن ها فراهم کنیم. برای دسترسی