

اولم فرس جنوبی

مرکز تخصصی شنوایی و سمک قائم (عج)



چهارشنبه ۲۵ آبان ۱۴۰۱ * ۲۱ ربیع الثانی ۱۴۴۴ * ۱۶ نوامبر ۲۰۲۲

عکس: اکبری



پای درس ایشار

انتظار هر دو طرف ایران و افغانستان برای امنیت پایدار در مرز و فعال تر شدن خرده فروشی در بازارچه های مرزی مشترک است

افغانستان در پی صادرات کالا به استان

مدیرکل امور اقتصادی و دارایی خراسان جنوبی با بیان اینکه افغانستانی ها خواهان واردات کالا از سوی ایران هستند، گفت: آمار هفت ماهه گمرک خراسان جنوبی چه در بخش مسافری و چه صادرات کالا بسیار امیدبخش است. مرتضی ذاکریان در جریان بازدید از بازارچه های مرزی استان با اشاره به اینکه از مرز بزدان، گلورده و ماهی رود بازدید داشتیم، گفت: در دولت سیزدهم توجه ویژه و خاصی به اقتصاد مرز می شود. وی بیان کرد: خراسان جنوبی در بخش های مختلف چون کشاورزی، معدن ... مشروح در صفحه ۲

پیام تشکر استاندار خراسان جنوبی از حضور حداکثری مردم در یادواره شهدای استانداری

هوالمشاهد "من عقیده راسخ دارم بر اینکه یکی از نیازهای اساسی کشور، زنده نگه داشتن نام شهدا است... بزرگداشت شهدا برای آینده این کشور، حیاتی و ضروری است." مقام معظم رهبری، حضرت آیت الله العظمی امام خامنه ای (مدظله العالی). بی شک زنده نگهداشتن یاد و خاطره رشادت ها و جانفشانی های آیه های مجسم ایثار و اخلاص و نیز تکریم و تجلیل خانواده های دلسوخته آنها که بهترین سرمایه های زندگی خود را در راه حراست از کین میهن و اسلام به جهاد فی سبیل الله اعزام نمودند، لیاقتی است که به برکت خون پرستوهای عاشق، نصیب و روزی ما جاماندگان از قافله عاشوراییان می شود و بدون تردید بارش الطاف و نعمات لایزال الهی را بر این سرزمین لاله خیز به دنبال خواهد داشت. بسی مایه مباحث است که توفیق حاصل شد و توانستیم به لطف ایزد منان و تحت توجهات قطب عالم امکان حضرت ولی عصر (عجل الله تعالی فرجه الشریف) و با استمداد از ارواح مطهر شهدای گرانقدر، با همدلی و هم افزایی دستگاه های اجرایی و گروه های مردمی، نخستین یادواره شهدای استانداری، فرمانداری ها و بخشداری های استان را میزبانی کنیم و مراسمی فاخر و در خور شأن روح ملکوتی این عزیزان با اقبال بی نظیر مردم فرهیخته و ولایت مدار برگزار نماییم. بر خود لازم می دانم به عنوان خادم یادواره شهدای استانداری، فرمانداری ها و بخشداری ها از خانواده معظم شهدای ایثارگران و جانبازان، حضرت آیت الله عبادی نماینده معزز ولی فقیه در استان خراسان جنوبی، آقای دکتر جلیلی نماینده محترم مقام معظم رهبری در شورای عالی امنیت ملی، مناج بزرگوار آقای رضائی عزیز، هیئت زمامداران اسلام، گروه سرود ۳۱۳ نفر دانش آموزی، خادم آستان قدس رضوی، اعضای محترم شورای تأمین و اداری استان، روحانیت معظم، قاریان برجسته قرآنی، کلیه نیروهای نظامی، انتظامی، سیاسی و فرهنگی و نیز اقشار مختلف مردم بویژه جوانان که با حضور پررنگ خود، زینت افزای این مراسم معنوی بودند، نهایت تقدیر و تشکر را تقدیم دارم و نیز از همت والای صدا و سیما استان در پیش زنده تلویزیونی مراسم و اصحاب رسانه در اطلاع رسانی و انعکاس این یادواره فاخر صمیمانه سپاسگزاری می نمایم. امید که نصیب و روزی تک تک ما از خون شهدا، شفاعت در روز قیامت و عاقبت بخیری در دنیا و عقبی باشد

جواد قناعت - استاندار خراسان جنوبی



سر مقاله

پروزی فر

خراسان جنوبی، آماده برای پوست اندازی

جمعه و شنبه ای که پشت سر گذاشتیم، با حضور معاون امور اقتصادی وزارت کشور، روزهای پر خبری بود البته خبرهایی که حکایت از به بار نشستن تلاش های مدیران ارشد استان داشت و آن چه در یکی دو سال اخیر کاشته شده بود، حالا در آمار و اطلاعات ارائه شده در جلسات مرتبط با حوزه کاری این مهمان به خوبی خودنمایی می کرد معاون وزیر کشور، از رتبه سیزدهم خراسان جنوبی در زمینه جذب سرمایه گذاری خارجی و ارزآوری گفت و این که این ۸۰۰ هزار یورو سرمایه گذاری، در حالی رقم خورده که دیگر استان های رقیب خراسان جنوبی در این آوردگاه، به لحاظ موقعیت جغرافیایی، امکانات و زیرساخت ها، شرایط بهتری دارد. مدیر کل صنعت، معدن و تجارت هم از ۷۲ هزار تن کالایی گفت که در ۷ ماهه نخست سال جاری از مرز ماهی رود به افغانستان ترانزیت شده و حکایت از رشد ۴۵ درصدی ترانزیت کالا به نسبت مدت مشابه سال قبل دارد و این همه در حالی رقم خورده که غیر فعال بودن بازارچه های مرزی استان، بی ثباتی در تصمیمات مرتبط با تجارت خارجی با ... ادامه در صفحه ۲

پدرم یاد تو هرگز نرود از دل ما مگر آن روز که در خاک شود منزل ما

۱۰ سال از وداع تلخ با خورشید زندگی مان

اسطوره پاک و صداقت، پدر نازنین مان

زنده یاد حاج ابراهیم هاشمی مقدم

گذشت. یادش را با نثار فاتحه و صلوات گرمای می داریم.

خانواده مرحوم هاشمی مقدم

اجرای انواع رنگ ها روغنی، اکریلیک، پلاستیک، کینتیکس، کناف

نقاشی ساختمان

۰۹۱۵۲۴۶۱۸۴۸ - جعفری

آگهی استخدام

شرکت تهیه و تولید مواد نسوز کشور برای تکمیل کادر پرسنلی مجتمع تولیدی خود واقع در ۵۵ کیلومتر جاده بیرجند - سربیشه نیاز به افراد ذیل دارد. متقاضیان می توانند با مراجعه به آدرس سایت irrep.com (قسمت: تماس با ما / مشاغل مورد نیاز) و تکمیل فرم درخواست همکاری حداکثر تا یک هفته پس از تاریخ درج آگهی اطلاعات خود را ارسال نمایند.

ردیف	عنوان پست	تعداد نیروی مورد نیاز	شرایط احراز
۱	رئیس پشتیبانی نگهداری و تعمیرات مکانیک	۱ نفر	لیسانس مکانیک (خودرو) ساخت و تولید - حداقل سه سال سابقه کار مرتبط - حداکثر ۳۰ سال سن - مرد
۲	مسئول ایمنی بهداشت	۱ نفر	لیسانس HSE، بهداشت حرفه ای حداکثر ۳۰ سال سن
۳	مسئول محیط زیست	۱ نفر	لیسانس محیط زیست / HSE / (گرایش محیط زیست) / مکانیک / مهندسی شیمی - سابقه کار مرتبط با سیستم های فیلتراسیون و غبارگیرها - حداکثر ۳۰ سال سن - مرد
۴	کارشناس برنامه ریزی تولید و عملیات	۱ نفر	لیسانس مهندسی صنایع / حسابداری و کامپیوتر - حداکثر ۳۰ سال سن - مرد
۵	کارشناس معدن	انفر	لیسانس مهندسی معدن (فرآوری / استخراج) - حداکثر ۳۰ سال سن - مرد
۶	کاردان حسابداری	۴ نفر	لیسانس حسابداری - حداقل سه سال سابقه کار مرتبط - حداکثر ۳۰ سال سن - مرد
۷	تکنسین نگهداری و تعمیرات برق و ابزار دقیق	۱ نفر	فوق دیپلم برق (قدرت / صنعتی / کنترل و ابزار دقیق / تاسیسات الکتریکی) - حداکثر ۲۸ سال سن - مرد
۸	تکنسین تحقیق و توسعه	۱ نفر	فوق دیپلم مهندسی معدن / مهندسی مواد / زمین شناسی / شیمی - حداکثر ۲۸ سال سن - مرد
۹	اپراتور تولید	۲ نفر	فوق دیپلم مهندسی شیمی / برق / مکانیک - حداکثر ۲۸ سال سن - مرد

اولویت استخدامی با افراد بومی «شهرستان سربیشه» می باشد.

"هوا اباقی"

با نهایت غم و اندوه درگذشت مرحوم مغفور

شادروان حاج مهدی وحیدنیا

(فرهنگی بازنشسته و خادم ضیوف الرحمن)

راه اطلاع تملی اقوام، دوستان و آشنایان می رسانند: مراسم تشییع آن مرحوم روز پنجشنبه ۱۴۰۱/۸/۲۶ ساعت ۱۰ صبح از محل غسلخانه (بهشت متقین) برگزار می گردد. حضور شما سروران گرمای باعث شادی روح آن مرحوم و تسلی خاطر بازماندگان خواهد بود.

خانواده های: وحیدنیا، حدیدی پور

آگهی واگذاری طرح های تملک دارایی سرمایه ای

خوابگاه های سطح استان

دانشگاه علوم پزشکی بیرجند (نوبت اول)

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی بیرجند در نظر دارد:

مجوز ساخت و بهره برداری طرح های خوابگاه ۲۰۰ نفره خواهران طبس، خوابگاه ۲۰۰ نفره خواهران فردوس، خوابگاه ۲۰۰ نفره برادران قاین و خوابگاه ۵۰۰ نفره برادران بیرجند را در اجرای تبصره ۱۰ ماده ۲ آیین نامه اجرایی ماده ۲۷ قانون الحاق برخی مواد به قانون تنظیم بخشی از مقررات مالی دولت به بخش غیر دولتی ذیصلاح واگذار نماید. بدینوسیله به اطلاع تمامی سرمایه گذاران متقاضی می رساند در صورتی که تمایل به ساخت ساختمان های فوق الذکر و بهره برداری از آن را دارند، درخواست خود را حداکثر تا ۱۰ روز پس از درج آگهی به حوزه معاونت توسعه مدیریت و منابع دانشگاه علوم پزشکی بیرجند به آدرس: بیرجند - خیابان آیت الله غفاری - ساختمان مرکزی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی بیرجند - طبقه اول - کدپستی ۹۷۱۷۸۳۵۷۷ تحویل نمایند.

آگهی مزایده فروش

ششدانگ عرصه و اعیان مرکز آموزش فنی و حرفه ای مود

اداره کل آموزش فنی و حرفه ای خراسان جنوبی در نظر دارد:

ششدانگ عرصه و اعیان مرکز آموزش فنی و حرفه ای مود را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) <https://eauc.setadiran.ir> و مزایده عمومی به بالاترین قیمت پیشنهادی به فروش برساند. لذا برای بازدید در ساعت اداری از مورخ ۱۴۰۱/۰۸/۲۵ لغایت ۱۴۰۱/۰۹/۰۶ با شماره ۰۵۶۳۲۲۵۸۵۲۷ دفتر حقوقی هماهنگی به عمل آید.

۹ ساله های ۴۰ ساله

تبریک به پسران متاورسی و دختران اسکرچی مجتمع آموزشی مها

آقایان آر ش اسکندری، بویا حسین زاده، متین ملکی

امیر علی جعفری پور، صدرا حسنی و خانم ها درسا پدید، دینا حمیدی، ساینه عسگری، صبا قاضی زاده هدی رسولی

گل های امید دبستان مها، درود بر اندیشه والایتان و همت بلندتان که در جشنواره دانش آموزی جابربن حیان خوش درخشیدید و شما ای گل پسر هیم که با ایده آموزش در دنیای متاورس، با پدر بروزترین مرزهای فناوری گذاشتید و شما ای گل دخترانم که با طراحی بازی های اندروید، به جای بازی گرفته شدن، بازی آموزشی ساختید، این صعود سرشار از شور و نشاط و بالندگی را به شما تبریک عرض می کنم و آرزو می کنم همواره سوار بر مرکب موفقیت، ناظر بر گلشن تعالی و ترقی باشید. همسفر با سیمیرغ دانش ننشسته بر بال های اندیشه بیکرانه هستی را در می نوردی تا آخرین چکاد پیروزی

مدیر مجتمع آموزشی مها

شش دانگ آگهی ۱۴۰۱/۰۹/۰۶

(ادامه سرمقاله از صفحه اول) بی ثباتی در تصمیمات مرتبط با تجارت خارجی با افغانستان به دلیل نبود ثبات سیاسی و اقتصادی آن کشور، نبود کنسولگری افغانستان در بیرجند و کنسولگری ایران در فراه افغانستان، نبود توافقی تجاری بین ایران و افغانستان، نبود استفاده از ظرفیت قانونی مبادلات مرز نشینان و ضعف زیرساخت‌های صادراتی از موانع پیش روی صادرکنندگان در خراسان جنوبی است که اگر رفع شوند بدون تردید انتقالی در حجم ترانزیت و کالا‌های صادراتی از چهار نقطه مرزی استان در بازارچه های ماهرود، یزدان، دو کوهانه و گلورده بروز خواهد کرد. با این که میزان جذب و توزیع تسهیلات تبصره ۱۶ برای بنگاه های اقتصادی خراسان جنوبی، سال گذشته ۱۰۲ درصد بوده که در بین سایر استان‌ها رتبه قابل قبولی است. با این که خراسان جنوبی با تولید ۳۱ هزار تن لاستیک، دومین تولیدکننده تایر خودروهای سواری است، و با این که خراسان جنوبی با بارگزاری تعداد ۱۳۷ فرصت سرمایه گذاری در سایت مرکز خدمات سرمایه گذاری، از استان های قدری همچون فارس و البرز پیشی گرفته و از این حیث در جایگاه سوم ایستاده است، همه و همه عزمی جدی بر توسعه سومین استان پهنانور کشور را نشان می‌دهد خراسان جنوبی، استان ظرفیت هاست، پتانسیل های بکر و بی نظیری که اگر پاس نداشته شوند به درستی مورد بهره برداری قرار گیرند، قطعاً آینده روشنی را برای این استان شرقی رقم خواهند زد. اما در عین تأسف و باری به هر جهت در زمینه بهره گیری از این ذخایر، هنوز اندر خم یک کوچه ایم و با گذشت ۱۸ سال از تأسیس این استان، همچنان معضل محرومیت و عدم توسعه خراسان جنوبی به همین اصل مهم گره زده می شود. نگاهی گزرا به آمار واحدهای صنعتی فعال استان شامل ۱۷ واحد صنعتی بزرگ، ۲۱ واحد صنعتی متوسط، ۴۸۸ واحد صنعتی کوچک و ۲۸۰ واحد صنایع معدنی، به خوبی گوای بر این است که تا نقطه ایده آل و تا آن سمرزنی که بتوانیم با وجود ۷۷ معدن فعال با ذخیره قطعی ۶.۹ میلیارد تن، بگویم استانی صنعتی هستیم و می توانیم کلیم مان را از آب بکشیم، فاصله زیادی داریم. اقدامات انجام شده در حوزه سرمایه گذاری و رونق صنایع استان، جای تشکر دارد اما برای خراسان جنوبی، کافی نیست و تلاشی دو چندان را می طلبد. هم از ناحیه مدیران در راستای تسهیل شرایط برای سرمایه گذاران و وقت نظر در جلب و جذب آنها و هم از سوی سرمایه گذاران به ویژه آنان که عرق و علاقه ای به این سرزمین آبا و اجدادی خود دارند و می توانند به جای سرمایه گذاری در دیگر استان ها، سفره شان در جای جای خراسان جنوبی پهن کنند و گامی در زمینه توسعه و پیشرفت این استان با پیشینه غنی بردارند. (لطفاً نظرات و پیشنهادات خود درباره این سرمقاله را از طریق ۰۹۲۳۱۳۳۲۸۷ اعلام یا ارسال بفرمایید



گمرک خراسان جنوبی چه در بخش مسافری و چه صادرات کالا بسیار امیدبخش است. مرتضی ذاکریان در جریان بازدید از بازارچه های مرزی استان با اشاره به اینکه از مرز یزدان، گلورده و ماهیرود بازدید داشتیم، گفت: در دولت سیزدهم توجه ویژه و خاصی به اقتصاد مرز می شود. وی بیان کرد: خراسان جنوبی در بخش های مختلف چون کشاورزی، معدن و گردشگری پتانسیل خوبی دارد که همه آنها را با توجه به فرصت اقتصاد مرز و صادرات می توان تعریف کرد. مدیرکل امور اقتصادی و دارایی خراسان جنوبی با اشاره به اینکه گمرک در طرف ایران از امکانات خوبی بهره‌مند است، یادآور شد: نیاز است طرف افغانستانی ارتباط متقابل را داشته



مدیرکل امور اقتصادی و دارایی خراسان جنوبی با بیان اینکه افغانستانی‌ها خواهان واردات کالا از سوی ایران هستند، گفت: آمار هفت ماهه

کشور افغانستان خواهان واردات کالا به ایران است

باشد. ذاکریان، اظهار کرد: آمار هفت ماهه گمرک خراسان جنوبی چه در بخش مسافری و چه صادرات کالا بسیار امید بخش است. وی با تأکید بر اینکه طرف افغانستانی خواهان واردات کالا از سوی ایران است، بیان کرد: برای تحقق این امر باید تدابیری اندیشیده شود. مدیرکل امور اقتصادی و دارایی خراسان جنوبی گفت: با تلاش استاندار خراسان جنوبی مجوز گمرک تخصصی ورود ماشین‌آلات راهسازی و معدنی برای ماهیرود اخذ شده است. ذاکریان ادامه داد: انتظار هر دو طرف ایران و افغانستان برای امنیت پایدار در مرز و فعال‌تر شدن خرده فروشی در بازارچه‌های مرزی مشترک است، چرا که موجب گردش

معیط زیستی مراعات شود، بیان کرد: در این راستا بحث الایندگی واحدهای صنعتی و پایش از واحد صنعتی، تولیدی و خدماتی توسط کارشناسان محیط زیست سطح استان صورت گرفت. حاتمی افزود: ۷۲ مورد احطار بعد از این بازدیدها و پایش ها صورت گرفته است که

کارت قرمز محیط زیست خراسان جنوبی برای ۷۲ واحد آلاینده

در ماه‌های آتی نیز ادامه خواهد داشت. وی گفت: همچنین در سه ماهه دوم تعداد ۱۸۲ فقره مجوز استقرار و تعداد ۴۶ فقره مجوز بهره برداری ویژه متقاضیان کارهای صنعتی، خدماتی و تولیدی در استان صادر شده است. مدیرکل حفاظت محیط زیست خراسان جنوبی یادآور شد: همچنین تعداد ۳۳ مورد استقرار و بهره برداری واحدهای صنعتی به واسطه عدم رعایت ضوابط زیست محیطی مخالفت شده است. حاتمی با بیان اینکه حفظ مؤلفه‌های محیط زیستی در فعالیتهای صنعتی مورد تأکید ویژه قرار دارد، ادامه داد: کارشناسان محیط زیست در سطح استان به صورت مستمر، منظم و گاه‌ا سروزه از واحدهای صنعتی استان بازدید و واحدها را مورد پایش زیست محیطی قرار می‌دهند. وی افزود: البته ما همواره در کنار فعالان صنعتی و تولیدی که نسبت به حفاظت از محیط زیست مراقبت دارند، خواهیم بود.



توسط کارشناسان محیط زیست سطح استان صورت گرفت. حاتمی افزود: ۷۲ مورد احطار بعد از این بازدیدها و پایش ها صورت گرفته است که

آشوب‌های اخیر از جلوه‌های فتنه دشمن است

رئیس جمهور با بیان اینکه اغتشاش‌ها و آشوب‌های اخیر از جلوه‌های فتنه دشمن است، گفت: بینیم دشمن با انهایی که فکر می‌کردند می‌خواهند نجات شان دهد چگونه رفتار کرد اینها به نام آزادی و توجه به حقوق انسان‌ها بسیاری از جوامع را به هم ریختند

انتقال از پلتفرم خارجی به داخلی به شکل دستوری امکان پذیر نیست

قالیباف، رئیس مجلس شورای اسلامی گفت: قطعاً انتقال کاربران و کسب و کارها از یک پلتفرم خارجی به داخلی با کار دستوری امکان پذیر نیست و باید با انجام تسهیل‌گری و ایجاد انگیزه بستر این انتقال را فراهم کنیم.

گفتند با توافق هسته‌ای همه مشکلات حل می‌شود اما رشد اقتصادی منفی هشت شد

نماینده مقام معظم رهبری در شورای عالی امنیت ملی اظهار کرد: با وجود اینکه اولین تحریم‌ها در بخش‌های هسته‌ای و نظامی بود پیشرفت‌های بسیار خوبی در این عرصه‌ها کسب کردیم. خیلی افزود: در گذشته گفتند که با توافق هسته‌ای همه مشکلات حل می‌شود، اما در عمل رشد اقتصادی که باید هشت درصد می‌شد، منفی هشت شد.

حاکمیت باید تصمیم بگیرد که نظام پارلمانی حاکم باشد یا نظام ریاستی

نادران، نماینده مردم تهران در مجلس گفت: حاکمیت باید تصمیم بگیرد که نظام پارلمانی حاکم باشد یا نظام ریاستی. نظام دویابیه در کشور کارآمدی ندارد. انتخاب نمایندگان مردم در پارلمان از سطح شهرستان به سطح استان ارتقا یابد تا سطح تصمیم گیری ملی شود و انتخابات تناسبی گردد.

بعید نیست بی‌حجابی به عرف تبدیل شود

محمد مهاجرى، فعال جریان اعتدالگرا در روزنامه اعتماد نوشت: حل نشدن موضوع حجاب و گشت ارشاد، کار را در روزهای اخیر به جایی کشانده در شهرهای بزرگ تعداد زنانی که بدون روسری در معابر حضور می‌یابند، بسیار چشمگیر است و بعید نیست آنچه را که شاهدیم، به تدریج به عرف تبدیل شود.

رئیس‌ی پذیرفته که برخی وزرا ناتوان هستند جلال میرزایی، فعال سیاسی اصلاح‌طلب گفت: شنیدم آقای رئیس‌ی در بعضی دیدارها که پیشنهاد شده در کابینه افراد توانمندتری به کار گرفته شوند و بعضی از وزرا ناتوان هستند. این مسئله را پذیرفته، اما ترتیب اثر نمی‌دهد.

۱۷ میلیون ایرانی در یک روز به یک پلتفرم داخلی پیوستند

وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات، با بیان اینکه مردم به پیام رسانی داخلی اعتماد کردند و ۱۷ میلیون ایرانی در یک روز به یک پلتفرم داخلی پیوستند، گفت: ۶۰ درصد از ترافیک داخلی مردم ترافیکی است که از پلتفرم‌های داخلی استفاده می‌کنند

ایزوگام سلیمانی
۱۰ سال ضمانت و بیمه ایران
خیابان ارتش، تقاطع سیاد شیرازی و پاسداران، جنب درب پادگان ۰۴
۰۲۲۲۰۰۳۴
۰۹۱۵۱۶۰۵۲۱۶

سرای فرش و جهیزیه ایرانیان
بزرگترین مجموعه کامل فرش، موکت و لوازم خانگی نمایندگی انحصاری موکت ظریف مصور در خراسان جنوبی
تقد - اقساط
آدرس: سه راه اسدی - بین مطهری ۱ و ۳ طبقه پایین هاپیر گوشت الماس
۱۱ farshirianian.com
تخفیفات ویژه در خدمت همشهریان عزیز

رستوران و غذای آماده سادات
چلو کوبیده - چلو جوجه
چلو وزیری - چلو مرغ زعفرونی
چلو گوشت - استانبولی
خورش قیمه - فسنجون
بال و پاچین
خورش قورمه سبزی
کبابی گوشت
کبابی مرغ
سفارشات مجالس پذیرفته می‌شود
بیک رایجان
کافیت یک بار امتحان کنید
مهرشهر - بین ولی عصر (عج) ۱۵ و ۱۷
۰۹۱۵۶۶۵۳۳۲۴ - ۰۵۶ - ۳۲۳ - ۱۳۱۹
۰۹۱۵۰۷۰۸۲۳۶

آموزشگاه آزاد حسینی
حوشنیوی نیکو پین
۰۹۱۵۱۳۱۶۲۲
۳۳۴۳۳۴۱
بازگویی آموختن شش مورد فعالیت آموزشی در تکران شش مورد
خرید و فروش ملک برای بیرجندی‌ها در مشهد مقدس
۰۹۱۵۱۶۱۳۹۱۷ جعفر خسروی

قصر موبایل راه‌رو
مرکز خرید و فروش خط رند
خط اعتباری تهران ۰۹۱۹
۰۹۱۹۹۰۸۵۵۸۱
۰۹۱۹۴۷۵۰۰۷۹
۰۹۱۹۹۰۵۷۷۲۴
۰۹۱۹۹۰۸۵۵۸۱
۰۹۱۹۴۷۱۱۸۴۱
۰۹۱۹۲۲۰۰۵۹۳
۰۹۱۹۹۱۴۷۱۳۵
۰۹۱۹۲۲۴۹۷۸
۰۹۱۹۴۲۵۰۰۴۰
۰۹۱۹۹۱۵۱۳۵۸
۰۹۱۹۲۲۷۹۲۰۴
۰۹۱۹۲۲۱۷۶۳
۰۹۱۹۰۰۲۶۲۱۱
۰۹۱۹۹۱۵۹۳۲۱
۰۹۱۹۲۳۲۶۷۱۰
۰۹۱۹۵۶۳۱۷۹۴
۰۹۱۹۰۰۹۰۲۶۹
۰۹۱۹۹۱۸۶۳۷۱
۰۹۱۹۲۵۴۶۶۶۷
۰۹۱۹۵۶۲۲۱۱۳
۰۹۱۹۰۹۰۳۹۸۱
۰۹۱۹۹۲۳۲۹۱۷
۰۹۱۹۲۷۵۱۹۶۳
۰۹۱۹۵۶۳۳۸۰۳
۰۹۱۹۰۹۰۴۰۶۸
۰۹۱۹۲۰۴۲۲۶۳
۰۹۱۹۲۱۱۸۴۳۵
۰۹۱۹۵۶۲۴۰۲۳
۰۹۱۹۲۳۴۹۵۵۵
۰۹۱۹۲۰۵۸۳۷۰
۰۹۱۹۲۵۷۴۳۶۱
۰۹۱۹۵۶۲۵۹۷۱
۰۹۱۹۳۴۰۴۸۰۴
۰۹۱۹۲۳۳۰۵۹
۰۹۱۹۲۳۷۸۵۵۲
۰۹۱۹۵۶۲۷۰۸۷
۰۹۱۹۳۹۶۰۱۰۸
۰۹۱۹۲۳۹۲۰۶۱
۰۹۱۹۲۱۷۶۸۲۶
۰۹۱۹۵۶۲۸۴۶۳
۰۹۱۹۴۲۰۳۰۴۱
۰۹۱۹۲۴۰۶۶۵۰
۰۹۱۹۲۳۳۶۸۵۳
۰۹۱۹۵۶۳۰۳۳۸
۰۹۱۹۵۱۵۰۷۰۲
۰۹۱۹۲۴۴۰۶۵۶
۰۹۱۹۲۹۷۷۳۰۶
۰۹۱۹۵۶۳۰۹۵۳
۰۹۱۹۵۶۳۸۶۵۹
۰۹۱۹۲۷۵۷۰۱۹
۰۹۱۹۲۴۷۲۵۱۱
۰۹۱۹۵۶۳۱۰۸۹
۰۹۱۹۶۰۴۷۴۲۷
۰۹۱۹۳۰۳۲۲۹۱
۰۹۱۹۲۳۷۸۳۹۸
۰۹۱۹۵۶۳۴۵۷۸
۰۹۱۹۹۱۰۰۶۸۳
۰۹۱۹۳۰۳۳۶۱۹
۰۹۱۹۳۰۹۲۸۶۵
آدرس: میدان ابوذر (حسین راه‌رو ۶۱۶۱ ۵۶۱ ۰۹۱۵)

قالیشویی صنعتی تمام اتوماتیک یاتریسک
دارای رتبه ممتاز از اتحادیه مربوطه
۰۳ - ۰۲۲۴۴۰۰۰۱ - ۰۲۲۴۴۶۶۶۶
اولین قالیشویی صنعتی ممتاز
مجهز به دستگاه شستشوی تمام اتومات
و گرمخانه اتومات در شرق کشور
صاف صاف
لول لول
تخت تخت
www.iranwash.ir
دفتر: توحید ۲۱، نیش نبوت ۲۱، پلاک ۱۰۵
عضو معتبر اتحادیه مسئول: دستگردی
شماره کارت: ۰۴۸۱ ۵۷۵۷ ۶۰۶۳ ۷۳۷۰
موسسه خیریه توانبخشی حضرت علی اکبر (ع) شماره گیری کد دستوری: ۷۸۰ * ۱۳۷۶ *
آیا می‌دانید امور مربوط به عقیقه و قربانی شما نیک اندیشان از خرید، ذبح شرعی و طبخ در موسسه انجام می‌شود؟
شماره ۰۵۶-۳۲۲۵۲۰۵۰، ۰۹۱۵ ۳۶۳ ۶۳۱۴
موسسه خیریه توانبخشی حضرت علی اکبر (ع)
بزرگترین هزینه توانبخشی حضرت علی اکبر (ع) پیرو خند

دیدگاه خوانندگان
<div><div>پیام‌رسان‌های اجتماعی </div><div>۱۷۲۴۵۶۳۱ </div></div> <p>سامانه پیام‌کوتاه: ۳۰۰۰۲۷۲۴۴</p>

کرسی‌های آزاد اندیشی در دانشگاه‌های استان رونق پیدا کند

سلام.اوا فکر می‌کنم ما خیلی از مسائلی که پیچیده نیست رو خیلی سخت می‌کنیم.نمونه‌اش هم برگزاری کرسی‌های آزاداندیشی در دانشگاه هاست که رهبری چندسال قبل دستورتشکیل چنین جلساتی را در دانشگاه‌ها داد.اما کم کم فراموش شد. رئیس قوه قضاییه در این شرایط بحرانی کشور به میان دانشجوین آمد و تندترین گلایه‌های ممکن رو هم شنید. خودم چند تا کلیپ از صحبت های دانشجوین دیدم.و به‌نظرم اینکه دانشجو در دانشگاه بتواند حرفش را بزند به کسی یا جایی هم بر نمی‌خورد . دیروز هم آقای اژه ای گفتند که دانشجویان بیرجندی مطالبات‌بحقی پشتندهم‌چنین در این چند روز نیز جلسات دانشجویی زیادی در دانشگاه‌های بیرجند برگزار شد وهمه‌طیف‌هاو گروه‌ها به‌راحتی وبون لکت انتقادات تند خودشان را هم مطرح کردند آیا کسی چیزیش شد؟ آیا بحران ایجادشد؟آیا زمینه‌سواستفادهانتقالب فراهم شد.پاسخ به‌همه‌این سوالات یک «خبر» است. به نظر من باید از مسئولان دانشگاه بخواهیم که محافظه کاری را کنار بگذارند و اجازه برگزاری بیش از پیش مناظرات دانشجویی و کرسی‌های آزاد اندیشی را در سطح دانشگاه بندند مخصوصا الان که مهتم هستیم اجازه صحبت‌به‌مخالفان خودمان رانمی‌دهیم. این دروغ باید با تغییر همه مسئولان رفع شود.بگذارندرد محیطاآکادمیک‌دانشگاه. دانشجوین به‌طرح‌مطالباتقدادی‌ولتند و نیز بپردازند. کم کم به روز دانشجو هم نزدیک می‌شویم. و بهتره از همین الان برای برگزاری مراسم باشکوه دانشجویی برنامه ریزی کنیم.

<div><div>خبر خوب </div><div>ذخیره‌سازی ۱۰۲۰ </div></div>
<div><div>نمونه خون بندناف نوزاد در استان </div></div>
<div><div>مسئول بانک خون بند ناف چهار دانشگاهی گفت: نمایندگی بانک خون بندناف از سوی چهار دانشگاهی از سال ۱۳۹۵ در شهر بیرجند راه اندازی شد که در حال حاضر تعداد هزار و ۲۰ نمونه خون بند ناف از خراسان جنوبی در شرکت فناوری بن یاخته های رویان ذخیره شده است. بهنامیان ادامه داد: پس از تجربه موفق این دفتر در بیرجند، بانک خون بندناف در شهرستان های قاین، فردوس، طبرس و سیران نیز به فعالیت می پردازد. </div></div>

بهره گیری از ظرفیت دانشگاهی در حل مشکلات کشوری و بررسی مشکلات و چالش‌های دانشگاه‌ها به صورت ویژه از جمله مواردی بود که در دیدار دانشگاهیان استان با نماینده مقام معظم رهبری در شورای عالی امنیت ملی مطرح شد. به گزارش ایسنا، سعید جلیلی به خراسان جنوبی سفر کرد و تعدادی از اساتید دانشگاه‌های استان با وی دیدار کردند. در این دیدار دو ساعت، مشکلات اقتصادی حاکم بر جامعه و لزوم توجه بیشتر به دانشجویان و نسل جوان، عدم حمایت از اساتید دانشگاه‌ها، بی توجهی به مهاجرت نخبگان و اساتید علمی، کمبود بودجه‌های آموزشی، تحصیل فرزندان برخی مسئولان در خارج کشوراز مهم‌ترین دغدغه‌های جامعه دانشگاهی اعلام شد.

اراده حرف اول را می‌زند

محمد موسوی میرزایی، رئیس دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی بیرجند در این نشست اظهار کرد: هیچ راهی جز اراده و تلاش ما برای حل مشکلات وجود ندارد.وی با بیان اینکه در حوادث اخیر دشمن از تمام تلاش خود برای آسیب زدن به نظام مقدس جمهوری اسلامی استفاده کرد تا به گونه‌ای حواس همه را از پیشرفت‌های کشور و نظام دور کند.افزود: یکی از اهداف دشمن ایجاد اختلاف بین نسل قدیم یعنی صاحبان انقلاب و نسل جدید از طریق بزنگمایی مشکلات و ضعف‌ها با کمک سازه و فضای مجازی است غافل از اینکه جامعه دانشگاهی، جوانان دلسوز و مردم

۷ میلیارد تومان تسهیلات اشتغالزایی به مددجویان خوسف پرداخت شد

رئیس کمیته امداد خوسف گفت: از ابتدای سال جاری تاکنون با همکاری بانک‌های عامل شهرستان و صندوق امداد ولایت، هفت میلیارد و ۷۹۸ میلیون تومان تسهیلات اشتغال در قالب ۹۴ طرح پرداخت شده است.
محمدرضا چاچی ادامه داد: از این مبلغ پنج میلیارد و ۴۵۰ میلیون تومان از محل اعتبارات تبصره ۱۶ و ۹۵۰ میلیون تومان از محل اعتبارات تبصره ۱۸ توسط بانک‌های عامل و یک میلیارد و ۲۵۰ میلیون تومان نیز از سوی صندوق امداد ولایت پرداخت شده است.



چهارشنبه ۲۵ آبان ۱۴۰۱ • شماره ۵۳۴۱

گفت و شنود صمیمی دانشجویان استان با سعید جلیلی

اسام مینی بر تولید: دانش بنیان و اشتغال آفرین، این دانشگاه یک دانشگاه مولد، کارآفرین و مهارت آفرین است.

وی با بیان اینکه این دانشگاه تربیت کننده دانشجویانی چون شهید تهرانی مقدم است، افزود: دانشگاه فنی و حرفه‌ای با وجود دارا بودن بالاترین تعداد دانشجو، اما سرانه آن یک‌سوم سایر دانشگاه‌هاست. بخشی با بیان اینکه بودجه تامین تجهیزات دانشگاهی سروسب ایاب و ذهاب دانشجویان باید افزایش یابد، تصریح کرد:

جواد خرسند مقدم، مسئول سیاسی بسیج دانشجویی دانشگاه بیرجند نیز گفت: ما هرچه به دست آوردیم گفتند دروغ است، هرچه ساختیم گفتند خراب است، هرچه کمک کردیم گفتند ریاست. سکوت کردیم گفتند دست‌های پشت پرده‌اید. وی افزود: ما باز هم در غبار فتنه‌ها ایستاده‌ایم، باز هم در کنار یکدیگر جمع می‌شویم، حتی اگر قرار باشد برای حفظ این نظام ، تمام نسل ما را بسوزانند نخواهیم گذاشت تاریخ تکرار شود و بنویسند شیعه اشتباه کرد.



از مسئولان توجه بیشتری را به دانشگاه فنی و حرفه‌ای می‌طلبیم. ایمان ایمانی نیا، نماینده دانشگاه بیرجند نیز با گلایه از عدم توجه با فضای مجازی و عدم مدیریت درست، تصریح کرد: مدیریت فضای مجازی در کشور امری جز فیلترینگ نیست و مردم با فیلتر کردن شبکه‌های اجتماعی و تحمیل شبکه‌های داخلی مخالف هستند.وی با تأکید بر بحران در مدیریت کشور، اظهار کرد: بسیاری از جوانان در شبکه‌های اجتماعی کوب و کار اینترنتی دارند که با مدیریت غیرصحیح، اکنون بحران زیادی را در زندگی خود تجربه می‌کنند.امیرحسین درکی، نماینده تشکل انجمن‌های اسلامی دانشگاه بیرجند نیز به ضرورت اصلاحات مدیریتی اشاره کرد و گفت: هماهنگ بودن برنامه‌ها و دید کلان نگر نسبت به مسائل از مهم‌ترین ضروریات است.وی با انتقاد از مدیریت اقتصادی کشور، اظهار کرد: بررسی تخصصی و توجه به آسیب‌ها با نظرخواهی از دانشگاه‌ها باید در راس امور باشد. درکی ادامه داد: اکنون برنامه‌ها نتیجه بخش نیست چراکه به بخش بزرگی از جامعه یعنی دانشگاه بی توجهی شده است و نیازمند اصلاحات و تغییرات هستیم.

چند سوال از مسئولان

خو رسند مقدم خطاب به سعید جلیلی گفت:

ما شوی د چند سوال ساده از چند مسئول بپرسید: از وزیر فرهنگ و ارشاد بپرسید وزارتخانه ایشان دقیقاً چه زمانی قرار است سیر بلای انقلاب شود؟ وی با بیان اینکه از وزیر علوم بپرسید آیا هنوز هم زمان آن نرسیده در دانشگاه‌ها حضور پیدا کنند و به سوالات دانشجویان پاسخ دهند، افزود:

از وزیر اقتصاد بپرسید بجز مسیر بهارستان تا وزارتخانه، مسیر دیگری که منتهی به دانشگاه‌ها باشد را پیموده‌اند؟
جوان گرای؛ گوهری کمیاب در تاریخچه خراسان جنوبی

فاطمه هنری، نماینده بسیج دانشجویی خراسان جنوبی نیز در این نشست اظهار کرد: امنیت اقتصادی برای خراسان جنوبی عنصری ضروری است و نبود امنیت اقتصادی یکی از چالش‌های استان است

در حالی این استان تامین کننده امنیت سایر استان‌ها است‌وی با اشاره به کمبود زیرساخت‌های مختلف از جمله آب، راه و راه آهن در خراسان جنوبی، تصریح کرد: نبود زیرساخت‌های مناسب باعث عدم بهره‌وری مناسب مردم استان از محصولات و ظرفیت‌های استان از جمله معادن و محصولات کشاورزی شده است. هنری ادامه داد: جوان گرایي گوهری

پیام شما
تلفن: ۳۴۴۴۵۴۴۰ - شماره: ۳۴۴۴۵۴۴۳۱
پیام‌رسان‌های اجتماعی: ۱۷۲۴۵۶۳۱
سامانه پیام‌کوتاه: ۳۰۰۰۲۷۲۴۴

• کرسی آزاداندیشی رو در دانشگاه‌ها دوباره راه‌اندازی کنید.لان بهترین زمان برای احیای این تصمیم مهم و خردمندانه رهبر معظم انقلاب تا دانشجویان صریح و شفاف به معضلات و مشکلات ورود کنند و با بحث و تبادل نظر با یکدیگر راه حل های عملی و منطقی برای برون رفت از این مشکلات ارائه کنند.

•با اینکه ماجزواستان‌های مرزی هستیم اما به نظرم نتوانستیم از ظرفیت های اون استفاده کنیم. شنیدم استاندارد درخواست مجوز برای کولبری در مرز های استان رو داشته که به نظرم باید برای این کار ارزشمنند تلاش بیشتری بشه تا رونق به مرزهای استان به ویژه یزدان برگردد. از استاندارد درخواست می‌کنم پای این پیگیری بیاستند و حتما مجوز رو دریافت کنند.

• به فکر سفره های زیر زمینی باشید. ما در منطقه خشک قرار گرفتیم و چند ساله تو خشکسالی گیر کردیم باید به سمت شیوه های آبیاری نوین و عدم استفاده از محصولات آب بر باشیم. اگر الان جلوی این هدررفت آب بر نگیریم دیگه اون زمانی که آبی نداریم میخواین چکار کنید؟

•در خیرها خوندن اسمال بارورسازی ابر ها در استان انجام خواهد شد اما یک سوال از مسئولان آب منطقه ای- قیلا می گفتند این طرح هزینه بردار هست و توجه نداره اما دوباره از این روش استفاده می‌کنید. قضیه چیه؟ اگر موثره چرا سال های قبل جلوشو گرفتید و اگر موثر نیست چرا دوباره از سر گرفتید. منتظر پاسخ هستم.

•من واقعا نمیدونم فاکتورهای انتخاب شایستگی برای مسئولین چیه ؟!!!! ولی مطمئن هستم،ضابطمندی مردم‌بسیست وگرنه شهری که چند ساله هیچ پروژه چشم گیری در حد مرکز استان باشه اندر اون انجام نشده اچطورى مسئولینش رتبه میارن ؟!!!! در ضمن تابولوی اول معلم بیشتر توهین به شعور مرمرده تا افتخار شهر (از طرف کسی که تو محله ای بزرگ شد که ۲۹ ساله به برج میخه تمام جلوی چشماش بود) تندیس بی تلبیروی شما در ذهن ما به یادگار میماند و مهاجرت می کنیم به امید آینده بهتر در شهر دیگر اگر خدا بخواهد....

•سلام!د مسئولین محترم،بهریستی‌نیاد مسکن شهرداری بخشلاری راهلاری یاهر مسئولی که در حوزه وظایفشان هست درخواست‌داریم‌مسیر کوتاه کلاته فرشان تا توانبخشی مهدیس روستای الله دره رو آسفالط نمایند

•انشالله به روزی برسه که ریس پلیس، دادستان،نمایندگان مجلس،رئیس‌صداو سیمیا در جامعه مثل مردم عادى زندگی کنند!تا بلکه به وضعیت برخی ارزندگان انسان‌نمارسیدگی‌وبه‌فرهنگ‌سازی‌بیافتنند به امیدآن روز...

•ریاست محترم سازمان تامین اجتماعی ما منتظر پیگیری اعمال قانون صیانت از جمعیت هستیم. در ارتباط با حقوق مادران مرخصی زایمان.

•سلام طرح تعطیلی پنجشنبه ها که روزنامه آوا فقط مقاله در نقد و رد چاپ می‌کند.طرح خوب نیست...چرا نظر موافقان این طرح را چاپ نمی‌کنید؟

•در دیدگاهتون نوشتید که ۴۰ میلیون وام از دواج خرید و فروش میشه خواستم بگم خیلی خوش خیالین خیلی بیشتر از این دارن معامله می‌کنند. اون کسی که بهتون گفته ۴۰ میلیونه به نظرم می‌خواستن سرشو کلاه بگذارند

<div><div>پاسخ مسوولان </div><div>جوایه شهر کت آب و فاضلاب </div></div>
<div><div>با عنایت به موضوع مندرج در روزنامه آوا در خصوص وضعیت انشعابات خیابان صدمی به استحضار می رساند: پیرو بازدید به عمل آمده از چند مشترک در خیابان صدمی ۱۳ کمبود فشار آب مشاهده نگردید و مشترکان از فشار آب رضایت خاطر داشتند در صورت لزوم مشترک محترم نسبت به اعلام شماره اشتراک به واحد ۱۲۲ تا نسبت به تست فشار موردی اقدام گردد. </div></div>

استرس خوب در برابر استرس بد

همه ما استرس را در زندگی تجربه می‌کنیم. در واقع اجتناب کردن از استرس حتی اگر مثبت باشد غیر ممکن است. استرس خوب می‌تواند چیزی



شبیبه عصبی بودن قبل از امتحان یا آماده شدن برای یک سخنرانی بزرگ کاری با شدت نوع استرس‌ها هشیاری را افزایش می‌دهد، عملکرد را بهتر می‌کند و حتی حافظه را قوی می‌کند اما به سرعت می‌تواند زیان آور شود. چگونه؟ یک اتفاق هیجان‌انگیز مثبت است اما اگر این اتفاق هر سال تکرار شود یا در این جا به جایی «جبار» وجود داشته باشد یک موقعیت استرس‌زای منفی خواهد شد اگر همیشه مضطرب باشید پس قطعاً این اضطراب از نظر فیزیکی روی شما اثر منفی می‌گذارد. ممکن است مشکل معده یا تپش قلب یا تعریق به سرخ شدن یا بیاد یا ممکن است دچار حمله پانیک شوید. درباره اثرات زیان‌آور استرس از جمله افسردگی، اضطراب، خستگی، فشار خون بالا و مشکل تمرکز تحقیقات گسترده‌ای انجام شده است. با این حال تجربه استرس خوب ممکن است در برابر برخی از این اثرات منفی از ما محافظت کند. کارشناسان می‌گویند استرس متوسط قابل کنترل می‌تواند به یک شیوه‌ی حفاظتی در برابر عوامل استرس‌زای آتی عمل کند و شبیه واکسن، بدن را مجزبه به قدرت تحملی کند که برای استرس‌های بیشتر در آینده به آن نیاز دارد. دکتر لُوشُری در این باره می‌گوید: «نوع خاصی از استرس در سطوح پایین تا متوسط می‌تواند به افراد کمک کند تا خودشان را برای استرس‌های آتی آماده کنند. علاوه بر این، به ما انگیزه یادگیری و هوشیاری نسبت به آینده را می‌دهد.» سربلند بیرون آمدن از رویدادهای استرس‌زا اعتمادبه‌نفس ما را حین رویارویی با عوامل استرس‌زای جدید بالا می‌برد. این بخشی از اثر مثبت استرس خوب روی عملکرد مغز است. این نوع استرس به ما کمک می‌کند یک روایت یا داستان یا بخش حافظه‌مان بسازیم که بازخورد مثبتی به ما می‌دهد و ادرک ما و نوع نگاه ما به خودمان و دیگران را تغییر می‌دهد. موفقیت در هر نوع چالشی همان انگیزه‌ای است که هر فردی برای غلبه بر استرس‌های دشوارتر آینده به آن نیاز دارد و راه ایده‌آلی برای نگاه کردن به نوع درست استرس است.

یاد یاران

شهید علی صمدیان: شما ای امت حزب الله که تاریخ بسان شما را به خود در یک برهه از صدر اسلام سراغ ندارد تنها ریسمان محکم پیوند با ولایت فقیه و سپهرن تمام هستی خویش به او که راه را یافته و شما را با خود همراه نموده است.

دیالوگ ماندگار

«موفق آن کسی است که با آجرهایی که دیگران به سوی او پرتاب کرده‌اند، پایه‌های مستحکم می‌سازد.»
دیوید برینکلی

برای موفقیت، منتظر تاید دیگران نباشید

نقاط قوت تان قرار دارد. کاری که باید انجام دهید این است که وسط یک کاغذ سفید خطی بکشید و یک طرف خط تمام نقاط ضعفتان را بنویسید و طرف دیگر از آن نقص با یک عبارت تعریف کنید. به عنوان مثال اگر فکر می‌کنید ریاضت طلبی یکی از نقاط ضعف تان است طرف دیگر بنویسید توانایی های رهبری. یا اگر یک طرف نوشتید رقابتی طرف دیگر بنویسید بلندهمت. نوشتن این ها باعث می شود آن ها را تجسم و عملی کنید.

ذهن شما میدان جنگ نهایی است. بیشتر مردم بر اساس تجربیات گذشته و چیزهایی که دیده اند تصمیم گیری می‌کنند. به همین دلیل هر چه سن بالاتر می‌رود بدبین تر می‌شویم. هر روز نیاز دارید که این جملات را به خودتان بگویید. "من به اندازه کافی خوب هستم، من به اندازه کافی باهوش هستم، من به اندازه کافی قوی هستم". با تکرار و تداوم کم کم گفته های تان به باور تبدیل می‌شود و به آن چیزهایی که می‌گویید باور پیدا می‌کنید. پس هنگامی که شروع

**خواص خاکشیر برای بدن**

دانه های خاکشیر دارای خواص بسیاری است و در درمان بیماری ها بسیار موثر می باشد. با مصرف خاکشیر می توانید بیوست را درمان کنید ، همچنین خاکشیر زیادی در درمان بیوست ممکن است در برابر برخی از این اثرات منفی از ما محافظت کند. کارشناسان می گویند استرس متوسط قابل کنترل می تواند به یک شیوه حفاظتی در برابر عوامل استرس زای آتی عمل کند و شبیه واکسن، بدن را مجزبه به قدرت تحملی کند که برای استرس های بیشتر در آینده به آن نیاز دارد. دکتر لُوشُری در این باره می گوید: «نوع خاصی از استرس در سطوح پایین تا متوسط می تواند به افراد کمک کند تا خودشان را برای استرس های آتی آماده کنند. علاوه بر این، به ما انگیزه یادگیری و هوشیاری نسبت به آینده را می دهد.» سربلند بیرون آمدن از رویدادهای استرس زا اعتمادبه نفس ما را حین رویارویی با عوامل استرس زای جدید بالا می برد. این بخشی از اثر مثبت استرس خوب روی عملکرد مغز است. این نوع استرس به ما کمک می کند یک روایت یا داستان یا بخش حافظه مان بسازیم که بازخورد مثبتی به ما می دهد و ادرک ما و نوع نگاه ما به خودمان و دیگران را تغییر می دهد. موفقیت در هر نوع چالشی همان انگیزه ای است که هر فردی برای غلبه بر استرس های دشوارتر آینده به آن نیاز دارد و راه ایده آلی برای نگاه کردن به نوع درست استرس است.

بذر کتان یک ملین قوی

بذر کتان دارای مقدار قابل توجهی اسیدهای چرب امگا ۳ و سرشار از پروتئین است که باعث شده وجود این ماده در رژیم غذایی ضروری باشد. نه تنها این مواد مغذی بلکه بذر کتان به دلیل فیبر



بالایی که دارد به عنوان ملینی قوی و موثر در درمان بیوست و اسهال به کار می رود. در مطالعه ای بیان شد روغن بذر کتان میزان دفع مزاج را افزایش داده و اثر ضد اسهال داشته و اسهال را تا ۸۴٪ کاهش داده است.

کیوی بیوست را بهبود می بخشد

کیوی دارای خاصیت ملینی است که می تواند بیوست را بهبود بخشد که علت آن مقادیر زیادی فیبر است. در هر لیوان کیوی ۵.۳ گرم فیبر وجود دارد که حدود ۲۱٪ نیاز روزانه را تامین



می کند. کیوی هم دارای فیبرهای حل شدنی و هم حل نشدنی است، همچنین پکتین نیز در کیوی وجود دارد که همگی ملین های طبیعی است. کیوی با افزایش حرکت مواد در دستگاه گوارش روده را به دفع مزاج تحریک می کند.

مزایای بی شمار انجیر خشک

مقدار بالای کلسیم، آهن و پتاسیم در انجیر خشک همراه با میزان بالای فیبر و چربی کم باعث می شود که موادی سالم به رژیم غذایی خود اضافه کنید. وجود گوگرد در انجیر خشک باعث از یادموشه



و از ریزش آن جلوگیری کرده و شوره سر را درمان می کند. انجیر خشک باعث سفید شدن دندان ها و جرم گیری آن ها می شود و در روزه موثر است. تسکین درد روع التهابی می گردد. شربت انجیر مسکن گلو و سرفه بوده و ملین سبکی به شمار می رود.

گرفتگی عضلات کمر یا اسپاسم عضله چیست؟

به طور کلی، اسپاسم عضلانی، به عنوان گرفتگی عضلانی هم شناخته می‌شود و هنگامی رخ می‌دهد که عضله به طور ناگهانی و اجباری درگیر می‌شود و قادر به استراحت نیست. معمولاً اسپاسم عضلانی شامل بخشی از عضله یا یک عضله است و در برخی موارد ممکن است عضلات متعددی را درگیر کند. اسپاسم عضلانی معمولاً از چند ثانیه تا ۱۵ دقیقه و حتی بیشتر طول بکشد و علاوه بر این، ممکن است چندین بار اتفاق بیافتد و برگردد تا در نهایت از بین برود. درد ناشی از اسپاسم عضلانی می‌تواند از تحرکی خفیف تا دردی شدید متفاوت باشد. در حالی که برخی از گرفتگی عضلات ها، فعالیت بدنی را تحت تاثیر قرار نمی‌دهند، اما بعضی‌ها می‌تواند تحت تاثیر قرار بدهند.

در خانه شربت سرماخوردگی تهیه کنید

ابتدا آبوشن خشک در صافی ریخته و صافی را داخل کاسه آب سرد برای ۱۰ دقیقه قرار دهید. بعد از آن آب را دور بریزیم. یک لیتر آب را به جوش آورده و آویشن ها را اضافه کنید به مدت ۵ دقیقه بجوشد. سپس برای ۳-۲ ساعت بگذارید دم بکشد. صاف کرده و نصف وزن دشمنش شکر ریخته و روی حرارت ملایم بگذارید به مدت ۱۵ دقیقه غلیظ شود. می توان این شربت را در یخچال نگهداری کرد و در زمان مصرف با آب جوش رقیق نموده و برای هر فنجان چند قطره لیمو تازه اضافه کرد. در این شربت می توان به جای شکر از عسل هم استفاده کرد. ولی بعد از اضافه نمودن عسل شربت را فقط در حد حل شدن روی حرارت قرار دهید. دما ز ۴۰ تا ۵۰ درجه سانتیگراد نباید برای حل شدن عسل بالا برود.

جدول سود کو

شماره ۵۳۴۱								
۸	۲	۱	۹					
۱	۳	۵	۹					
۳	۹							
۶	۳	۸	۶					
۱		۷						
	۳		۶	۷				
۸	۴	۱	۲					

سود کو جدول اعدادی است که امروزه یکی از سرگرمی های رایج در کشورهای مختلف جهان به شمار می آید. سود کو مخفف یک عبارت ژاپنی است و به معنی «ارقام باید تنها باشند» است.

تاریخچه: این بازی برای اولین بار در یک مجله پازل آمریکایی در سال ۱۹۷۹ انتشار یافت اما انتشار آن به طور مستمر و پی گیر برای نخستین بار برمی گردد به ژاپن در سال ۱۹۸۶ و از سال ۲۰۰۵ این سرگرمی به محبوبیت جهانی دست یافت و نخستین مسابقه ملی آن در سال ۲۰۰۸ در فیلادلفیا در آمریکا برگزار شد.

۵	۹	۴	۸	۲	۱	۷	۳	۶
۴	۶	۷	۹	۵	۳	۲	۸	۴
۸	۲	۳	۷	۶	۴	۵	۹	۱
۲	۷	۱	۵	۸	۶	۹	۴	۳
۶	۳	۹	۴	۱	۲	۸	۵	۷
۴	۸	۵	۳	۹	۷	۶	۱	۲
۹	۴	۲	۱	۷	۵	۳	۶	۸
۳	۵	۶	۲	۸	۱	۷	۹	۴
۵	۱	۸	۶	۳	۹	۲	۴	۷

خدمات نصب، اجاره داربست فلزی، جک، تخته، قالب فلزی و نصب پیچ رولپلاک
۰۹۱۵۳۶۳۷۵۰۷ - حسینی

زیر قیمت بازار
برای همشهریان عزیز با قیمت های باورنکردنی
عرضه مستقیم میوه و تره بار از تولید به مصرف
(بار جدید در روزهای دوشنبه و پنجشنبه)
کیفیت شعار نیست، اعتماد ماست
هویج، گل کلم، کرفس، کاهو، کلم سفید و قرمز، بادمجان و کدوچه، پیاز، سیب زمینی، نارنگی سیدی، سیب درختی، انار، موز، سیب درجه یک شیراز، گوجه، خیار سبز

کلینیک کسب و کار آروین برگزار می کند
رویداد رهبری کسب و کار در بحران
با سخنرانی:

حسین شورستانی
مستور بین المللی استراتژیک و کسب و کار و بیننس کوچ

سعید کورانی نیا
مشاور کسب و کار و مدیریت بازرگانی و مدیریت مالی

محمد حسین محسنی
مدیر کسب و کار و مدیران روزه های استراتژیک و کسب و کار

با محوریت افزایش فروش و دیجیتالی سازی کسب و کار
همراه با انتقال تجربه های موفق و راهکارهای جدید

زمان: چهارشنبه ۲۵ آبان ماه ۱۴۰۱ ساعت ۱۷ الی ۲۰
مکان: حاشیه بلوار پیامبر اعظم - ابتدای خیابان خدمت
سالن اجتماعات سازمان تأمین اجتماعی

نیت نام ☎ ۰۵۶ ۳۳۲ ۵۵۵ ۲۴ | ۰۹۹۱ ۱۶۱ ۸۰۲۰۰

کرب اترماتیک میس
خیابان شهید جایی
نیش ر جایی ۱۵
جک پارکینگ، کرکره و سکوریت اتومات ۰۹۱۵۵۶۱۴۸۸۰

ایزوگام باران دژ شرق
میدان توحید
۰۹۱۵۵۶۲۲۰۵۰ - ۰۹۱۵۵۶۲۹۰۳۳

ایزوگام و قیرکونی آراسته
فروش و نصب انواع عایق های رطوبتی ایزوگام شرقی و دلیجان
مدیریت: حسن آراسته
امیرآباد- نیش ولی عصر(عج) ۴
۰۹۱۵۵۶۵۸۲۶۸ - ۰۹۱۵۶۹۳۵۱۵

آکمی مزایده شماره: ۱۴۰۱/۷۷۵۵۳۹
به استناد ماده ۱۱ آئین نامه اجرائی قانون تشکیلات و اختیارات سازمان اوقاف و امور خیریه - اداره اوقاف و امور خیریه شهرستان طبس - قصد دارد پنج باب واحد تجاری (به صورت مجزا) متعلق به موقوفه امیرحسنخانی واقع در طبس - حاشیه میدان امامزاده را از طریق مزایده به اجاره و انظار نماید. داوطلبان می توانند ضمن بازدید از محل مذکور، پیشینه خود را به صورت مکتوب در پاکت سر بسته تا روز شنبه ۱۴۰۱/۹/۱۲ به اداره اوقاف و امور خیریه شهرستان طبس تحویل نمایند. پیشینه ها و اصله رأس ساعت ۹ روز یکشنبه ۱۴۰۱/۹/۱۳ در حضور اعضای کمیسیون مزایده مفتوح و قرائت خواهد شد.
اداره اوقاف و امور خیریه شهرستان طبس
آدرس: طبس - خیابان امام خمینی (ره) امام خمینی (ره) ۱۰ شماره تماس: ۰۲۲۸۲۲۱۹۲ - ۰۲۲۸۲۲۱۹۳

اطلاعیه قطع آب
بدینوسیله به اطلاع مشترکان محترم سایت اداری شهر بیرجند می‌رساند: با توجه به عملیات اصلاح شبکه آب شرب که منجر به ارائه خدمات مطلوبتری به شهروندان گرامی خواهد شد
امروز چهارشنبه ۱۴۰۱/۰۸/۲۵ از ساعت ۹ الی ۱۱ صبح مناطق ذیل با قطع آب مواجه خواهد بود.
۱ - خیابان های بهار زوج و فرد ۲ - خیابان محبت ۱ تا ۷
لذا خواهشمند است مشترکان محترم این مناطق، ضمن پیش بینی تمهیدات لازم، از برداشت و ذخیره بی رویه آب خودداری نمایند.
امور آب و فاضلاب شهرستان بیرجند - شرکت آب و فاضلاب استان خراسان جنوبی

به اطلاع همشهریان عزیز می‌رساند: ختم کلام... مجید
به یاد اموات و بیه نیت شفای بیماران توسط قاریان قرآن انجام می‌گردد و عواید آن صرف بیماران سرطانی معبب‌العالج می‌شود.
ضمناً نماز و روزه فضای میت هم پذیرفته می‌شود.
موسسه خیریه هیئت ابوالفضلی ۰۹۰۳۱۶۱۸۴۲۲ - ۰۲۲۲۲۷۱۷۷

ارگ کلاه فرنگی

سلام به شما بچه های عزیز نام من نوتوک است و یک عروسکم که توسط اهالی روستای تاجمیر شهرستان سریشنه ساخته می شوم شیوه ساخت من در مهرماه سال ۱۳۹۳ با شماره ۱۰۶۳ به فهرست آثار ملی نامعلومس ایران اضافه شد. ما در این هفته قرار است به دیدن ارگ کلاه فرنگی که در شهر بیرجند مرکز استان زیبای خراسان جنوبی واقع شده است بروم و آنجا را برای شما معرفی



کنم پس با من همراه باشید بارگ کلاه فرنگی اواخر دوره زندیه و اوایل دوره قاجار، بین سال های ۱۲۶۴ تا ۱۳۱۳ هجری قمری بنا شده است. این اثر منحصر به فرد قدیمی که به صورت ۶ ضلعی ساخته شده است، یکی از زیباترین بناهای تاریخی ایران از نظر معماری به شمار می‌رود. از ناهای مشهور این بنا باید به ارگ حسام الدوله، ارگ سرکار و قصر بی‌بی عروس اشاره کرد. این ارگ هم چنین به امیر حسن خان شیبانی منسوب و متعلق به امیر علم خزیمه بوده است. خوب است بدانید مصالح به کار رفته در این ساختمان، گل، آجر، آهک و ساروج است. سقف ارگ کلاه فرنگی نیز با تزیینات مفرس کاری بسیار باشکوه خود، برای هر تماشاگری بسیار چشم‌نواز است. ارگ کلاه فرنگی علاوه بر دارا بودن تزیینات و فنون تزیینی گوناگون، به شکلی طراحی شده است که فضاهای مختلف مانند هشتی، گنبدی ها و اتاق ها به وسیله دالان های ارتباطی با هم مرتبط می شوند. طبقه ی اول بنا که به صورت هشت ضلعی ساخته شده است، فضای کمتری و حوض و چند اتاقک دارد اما سه طبقه دیگر به دلیل تزیینات زیر سقفش، فرم زیگوراتی به خود گرفته است. جالب اینجاست که ارگ تاریخی کلاه فرنگی به دلیل مقر حکومت بودنش کاربرد ویژه ای داشته است. این اثر از رز شمند بسیار قدیمی یازدهم مرداد سال ۱۳۷۶ با شماره ۱۷۸۰ در فهرست آثار ملی ایران ثبت شده است و از دهه ۷۰ تا کنون، از سوی اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی استان خراسان جنوبی، مرمت و احیا می‌شود. حریم این اثر فاخر که در فهرست کشور ثبت شده اکنون به یکی از مکان های تاریخی گردشگری استان خراسان جنوبی برای بازدید علاقمندان به آثار تاریخی تبدیل شده است.

امین صادق پور از تربیت حیدریه

افزایش ۳۲ درصدی مصرف گاز

در خراسان جنوبی

از ابتدای پاییز امسال مصرف گاز در استان خراسان جنوبی نسبت به مدت مشابه پارسال با افزایش ۲۲ درصدی روبرو بوده است.

چند روز پیش بود که پیامکی با محتوای تغییرات در خط اصلی انتقال گاز و افت کم سابقه فشار گاز برای مشترکان استان ارسال شد و در آن خواسته شد نسبت به صرفه جویی ۲۰ درصدی گاز تا ۲۸ ساعت اقدام کنند.

محمودی، مدیر عامل شرکت گاز خراسان جنوبی گفت: علت ارسال این پیامک آن بود که یکی از خطوط انتقال گاز به استان دچار اشکال شد و در نهایت شیر اصلی باز و تعمیرات روی آن انجام شده و به حالت قبل برگشت. وی با اشاره به اینکه ایران دومین تولید کننده گاز و چهارمین مصرف کننده گاز است، بیان کرد: درست است که از نظر تامین گاز با مشکل مواجه نیستیم، اما از هم استانی‌ها می‌خواهیم تا در حد ممکن نسبت به صرفه جویی در مصرف گاز اقدام نمایند.مدیرعامل شرکت گاز خراسان جنوبی ادامه داد: از ابتدای پاییز تاکنون مصرف گاز در استان نسبت به مدت مشابه پارسال با رشد ۳۲ درصدی مواجه بوده است که این آمار نیازمند تغییر در الگوی مصرف گاز است.

محمودی تصریح کرد: به طور مثال یا کم کردن یک درجه از دمای رفاه که بین ۱۸ تا ۲۱ درجه سانتیگراد است می‌توان ۶ درصد در مصرف گاز صرفه گویی کرد که ۵۴ میلیون متر مکعبی گاز می‌شود.

مراجعه ۱۳۹۱ زوج به سامانه «تصمیم» در خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی با بیان اینکه از ابتدای سال جاری تاکنون هزار و ۳۹۱ زوج در استان به سامانه «تصمیم» مراجعه کرده اند، گفت: از این تعداد ۲۰۶ زوج به سازش رسیدند، ۳۴۷ زوج به دادگستری ارجاع داده شدند و مشاوره ۵۲۸ در حال حاضر ادامه دارد. حسن شرفی در گفتگو با شبستان اظهار کرد: سامانه «تصمیم» برای متقاضیان طلاق راه اندازی شده است و قبل از مراجعه به دادگاه باید در این سامانه ثبت نام کنند و تحت مشاوره قرار گیرند.مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی به هدف راه اندازی سامانه «تصمیم» اشاره کرد و گفت: هدف این بود که با برگزاری جلسات مشاوره به حل مشکل زوجین بپردازیم و از طلاق در صورت امکان جلوگیری و پیشگیری شود. شرفی عنوان کرد: سامانه «تصمیم» توانسته است بر روی کنترل و کاهش طلاق در استان تاثیر به سزایی بگذارد و این تعداد سازش از ابتدای سال جاری تاکنون نشان دهنده پیشگیری از بروز طلاق در استان است. مدیرکل بهزیستی استان خراسان جنوبی با بیان اینکه کمبود مهارت های سازگارانه علت طلاق برخی از زوجین است، گفت: متأسفانه برخی از زوجین مهارت ارتباطی لازم را ندارند و اگر تحت آموزش و مشاوره قرار گیرند مشکلات آنان حل خواهد شد و سامانه «تصمیم» در همین خصوص راه اندازی شده است.

سرمایه گذاری ۱۳۰ میلیارد تومانی برای معادن خاک‌های نسوز خراسان جنوبی

خراسان جنوبی ۲۵ معدن خاک نسوز دارد که برای این معادن ۱۳۰ میلیارد تومان سرمایه گذاری اولیه صورت گرفته است. مدیر کل صنعت، معدن و تجارت خراسان جنوبی در گفتگو با صدا و سیمای استان گفت: از ۲۵ معدن خاک نسوز ۲۱ معدن فعال و ۴ معدن غیر فعال است که بیشترین آن در طَبس قرار دارد.

خراسان با اشاره به اینکه مساحت معادن خاک‌های نسوز ۳۶۳ کیلومتر مربع است افزود: ذخیره قطعی این معادن ۵ میلیون و ۵۱۰ هزار تن است. وی گفت: این معادن برای ۱۶۰ نفر شغل ایجاد کرده است. مدیر کل صنعت، معدن و تجارت استان گفت: سالیانه از این معادن ۱۴۹ هزار تن خاک نسوز استخراج می‌شود. عمده مصرف تولیدات این معادن در صنعت کاشی و سرامیک و فولادسازی است.

دو کشته و دو مجروح در واژگونی خودروی تیب‌ا در خوسف

رئیس جمعیت هلال احمر شهرستان خوسف گفت: بر اثر واژگونی خودروی تیب‌ا در هشناد و دو کیلومتری محور ماژان – معدن قلعه زری شهرستان خوسف دو نفر کشته و دو مصدوم شدند. ولی زاده افزود: ساعت هشت و پنج دقیقه صبح روز گذشته واژگونی خودرو در هشناد و دو کیلومتری محور ماژان – قلعه زری به جمعیت هلال احمر شهرستان خوسف اعلام شد. وی افزود: علت حادثه در دست برسی است.

مدارس در کلاسهای مدرسه باغچه‌ساز خوسف

فضای آموزشی مدرسه باغچه‌ساز خوسف

نمای مدرسه باغچه‌ساز خوسف

فضای آموزشی مدرسه باغچه‌ساز خوسف

فضای آموزشی مدرسه باغچه‌ساز خوسف

یرنا– مدرسه ۱۲ کلاسه قلم‌چی با زیربنای هزار و ۶۰۰ متر مربع در منطقه مهرشهر بیرجند با حضور سرپرست سازمان نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس کشور افتتاح شد.
این افتتاح این طرح آموزشی روز گذشته با حضور سرپرست سازمان نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس، رئیس مجمع خیرین مدرسه‌ساز کشور، معاون هماهنگی امور عمرانی استاندار خراسان جنوبی، رئیس بنیاد علمی آموزشی (وقف عام) قلم‌چی، جمعی از مسئولان استانی و شهرستانی برگزار شد.
مدیرکل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس خراسان جنوبی در این آیین گفت: این پروژه با مشارکت اداره کل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس خراسان جنوبی و بنیاد علمی آموزشی قلم‌چی (وقف عام) با صرف اعتبار هشت میلیارد تومان در یکی از مناطق کمتربرخوردار شهر بیرجند اجرا و امروز رسماً افتتاح شد. محمود چاوشان افزود: مدرسه ۱۲ کلاسه قلم‌چی هزار و ۶۰۰ متر مربع زیربنای ساختمان آموزشی دارد که در این پروژه ۲۲۰ متر دیوارکشی و هزار و ۹۰۰ متر مربع محوطه‌سازی انجام شده‌است.

وی بیان کرد: بنیاد قلم‌چی تاکنون برای ساخت ۶ مدرسه در خراسان جنوبی مشارکت داشته است و ۳۶۰ دانش‌آموز ساکن منطقه مهرشهر از فضای آموزشی این مدرسه بهره‌مند می‌شوند.

مدیرکل نوسازی مدارس خراسان جنوبی سال آینده به بهره‌برداری می‌رسد. چاوشان عنوان کرد: با توجه ویژه استاندار برای خلق منابع، در جشنواره سال گذشته ۸۶ میلیارد تومان از تمهیدات خیرین مدرسه‌ساز استان تخصیص یافت که جهش ۷۰درصدی را شاهد هستیم.

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدیرکل بهزیستی خراسان جنوبی

مدرسه ۱۲ کلاسه در مهرشهر بیرجند به بهره‌برداری رسید



چهارشنبه ۲۵ آبان ۱۴۰۱ * شماره ۵۳۳۱

باید به سمت خیر پروری گام برداریم

سرپرست سازمان نوسازی، توسعه و تجهیز

سازمان نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس

گفت: از چهره‌های دانش‌آموزان که شاداب

و پرانرژی هستند می‌توان فهمید چقدر

یادگیرنده هستند لذا باید برای رشد و

پیشرفت جامعه مشارکت کنیم.وی با ابراز

امیدواری از اینکه با همین روحیه شاداب

برای ارتقا و رشد دانش‌آموزان تلاش شود

افزود: البته مسائلی در منطقه وجود دارد که

مدرسه باید حل مساله را به دانش‌آموزان

آموزش دهد. خان محمدی گفت: باید

در مدارس برای مهارت زندگی، تعامل،

دوستی، تکريم معلم و احترام بزرگتر تلاش

شود و تقویت محتوای مدرسه از کالبد آن

واجب‌تر است که امیدواریم کمک خیرین

برای این موضوع هم ادامه داشته باشد.وی

از ساخت ۲۵۸ مدرسه توسط بنیاد علمی

آموزشی قلم‌چی در کشور خبر و ادامه داد:

فرهنگ مدرسه‌سازی باید در متن دروس

قرار گیرد هرچند در کتب درسی به آن

اشاره نشده‌است. در این آیین ضمن تحلیل

از پیام‌کنان و عوامل اجرایی ساخت این

مدرسه، سبتهای لوازم تحریر و لوازم

مشارکت، همراهی، همصدایی و هم‌افزایی

مدرسه را باید در کنار هم با هم

و در کنار هم با هم پیش رفت.

حمیدرضا خان محمدی افزود: باید

مشارکت، همراهی، همصدایی و هم‌افزایی

مدرسه را باید در کنار هم با هم

و در کنار هم با هم پیش رفت.

حمیدرضا خان محمدی افزود: باید

مشارکت، همراهی، همصدایی و هم‌افزایی

مدرسه را باید در کنار هم با هم

و در کنار هم با هم پیش رفت.

حمیدرضا خان محمدی افزود: باید

مشارکت، همراهی، همصدایی و هم‌افزایی

مدرسه را باید در کنار هم با هم

و در کنار هم با هم پیش رفت.

حمیدرضا خان محمدی افزود: باید

مشارکت، همراهی، همصدایی و هم‌افزایی

مدرسه را باید در کنار هم با هم

و در کنار هم با هم پیش رفت.

حمیدرضا خان محمدی افزود: باید

مشارکت، همراهی، همصدایی و هم‌افزایی

مدرسه را باید در کنار هم با هم

و در کنار هم با هم پیش رفت.

حمیدرضا خان محمدی افزود: باید

مشارکت، همراهی، همصدایی و هم‌افزایی

مدرسه را باید در کنار هم با هم

و در کنار هم با هم پیش رفت.

حمیدرضا خان محمدی افزود: باید

مشارکت، همراهی، همصدایی و هم‌افزایی

مدرسه را باید در کنار هم با هم

و در کنار هم با هم پیش رفت.

حمیدرضا خان محمدی افزود: باید

مشارکت، همراهی، همصدایی و هم‌افزایی

مدرسه را باید در کنار هم با هم

و در کنار هم با هم پیش رفت.

حمیدرضا خان محمدی افزود: باید

مشارکت، همراهی، همصدایی و هم‌افزایی

مدرسه را باید در کنار هم با هم

و در کنار هم با هم پیش رفت.

حمیدرضا خان محمدی افزود: باید

مشارکت، همراهی، همصدایی و هم‌افزایی

مدرسه را باید در کنار هم با هم

و در کنار هم با هم پیش رفت.

حمیدرضا خان محمدی افزود: باید

مشارکت، همراهی، همصدایی و هم‌افزایی

مدرسه را باید در کنار هم با هم

و در کنار هم با هم پیش رفت.

حمیدرضا خان محمدی افزود: باید

مشارکت، همراهی، همصدایی و هم‌افزایی

مدرسه را باید در کنار هم با هم

و در کنار هم با هم پیش رفت.

حمیدرضا خان محمدی افزود: باید

مشارکت، همراهی، همصدایی و هم‌افزایی

مدرسه را باید در کنار هم با هم

و در کنار هم با هم پیش رفت.

حمیدرضا خان محمدی افزود: باید

مشارکت، همراهی، همصدایی و هم‌افزایی

مدرسه را باید در کنار هم با هم

و در کنار هم با هم پیش رفت.

حمیدرضا خان محمدی افزود: باید

مشارکت، همراهی، همصدایی و هم‌افزایی

مدرسه را باید در کنار هم با هم

و در کنار هم با هم پیش رفت.

حمیدرضا خان محمدی افزود: باید

مشارکت، همراهی، همصدایی و هم‌افزایی

مدرسه را باید در کنار هم با هم

و در کنار هم با هم پیش رفت.

حمیدرضا خان محمدی افزود: باید

مشارکت، همراهی، همصدایی و هم‌افزایی

مدرسه را باید در کنار هم با هم

و در کنار هم با هم پیش رفت.

حمیدرضا خان محمدی افزود: باید

مشارکت، همراهی، همصدایی و هم‌افزایی

مدرسه را باید در کنار هم با هم

و در کنار هم با هم پیش رفت.

حمیدرضا خان محمدی افزود: باید

مشارکت، همراهی، همصدایی و هم‌افزایی

مدرسه را باید در کنار هم با هم

و در کنار هم با هم پیش رفت.

حمیدرضا خان محمدی افزود: باید

مشارکت، همراهی، همصدایی و هم‌افزایی



و می افزایش: برای انقلاب هزینه‌های زیادی شده، افراد مهمی را در این راه از دست داده ایم و جوانان باید از این یادواره‌ها درس بگیرند. وی خطاب به منافقان و خارج نشینان مدعی هم می‌گوید: برای این انقلاب فرزندان زیادی بی پدر، زنان زیادی بی همسر و پدران و مادران زیادی بی فرزند شدند که این از درک آنها خارج است.

یک تکه استخوان سهم خانواده از برگشت شهید

یکی دیگر از همسران شهید هم به روزهایی اشاره می‌کند که پدر خانواده به عنوان مفقود الاثر، نبود و فرزندان ملام سرافشان را از مادر می‌گرفتند، بانو زینت گوهری در این یادواره به یاد روزهایی می‌افتد که همسر شهیدش علی جان مرادی برای آخرین بار از او



اش کش شده، اما همچنان به شهادت افتخار می‌کند. پدرش اسماعیل خراسانی نژاد ۲۵ سال بیشتر نداشته که روزی در درگیری با اشراک به شهادت می‌رسد اما فرزند خود را موظف می‌داند که رهرو پدر باشد. وی همچنین توصیه دارد نسل جوان آن هم در شرایط حساس کشور باید متوجه باشند که دشمن تنها ایران را هدف نگرفته، بلکه با اسلام هم مخالف است. این فرزند شهید پشتیبانی از ولایت فقیه را لازم دانست و تأکید کرد که اگر بتوانیم ادامه دهنده راه شهید باشیم پشتیبان نظام و اسلام هم خواهیم بود. وی برگزاری چنین یادواره‌ای را ابتکار خوبی برای زنده کردن یاد شهدای منتسب به استانداری و فرمانداری‌ها عنوان کرد و افزود: جا دارد از تمامی دست اندرکاران به خصوص استاندار خراسان جنوبی تقدیر کنیم.

یادواره‌ها بهترین درس ایثار و شهادت

اما یک همسر شهید معتقد است، برگزاری چنین یادواره‌هایی می‌تواند بهترین درس ایثار و شهادت به خصوص برای نسل جوان باشد. از دید خانم طاهره ملکی همسر سردار جانباز، آزاده و شهید حاج یحیی اسدزاده یادواره‌ها یاد شهید و آرمان‌هایشان را زنده می‌کند، لذا در این برهه از زمان که عده‌ای فرصت طلب می‌خواهند جامعه را به اغتشاش بشکنند چنین برنامه‌هایی به نسل جوان نشان خواهد داد برای به دست آوردن انقلاب چه افرادی را از دست داده ایم؟ وی بر لزوم درس گرفتن از یادواره‌ها تأکید می‌کند

فرد به دنبال جایی است تا ساعتی را پای درس ایثار شهیدا بنشیند غیر از هم نسلان و هم‌زمان شهید، دهه هفتادی، دهه هشتادی‌ها، دهه نودی‌ها و حتی متولدین قرن جدید هم به چشم می‌خورند.

از شهید کمک می‌گیرم

مبینا دانش آموز دهه هشتادی است که در این یادواره با کاغذ و قلمش نشست و در حال به تصویر کشیدن عکس شهید حسن ماژانی است. با او هم‌کلام می‌شوم و می‌گویم: حس کشنگی است وقتی دارم تصویر یک شهید را می‌کشم. از او می‌پرسم چرا تصویر شهید را انتخاب کردی که پاسخ می‌دهد: حس می‌کنم وقتی عکس یک شهید را می‌کنم او به من کمک می‌کند و همیشه پدرم همین توصیه را دارد که اگر می‌خواهی در نقاشی موفق شوی عکس شهید نقاشی کن. از نظر مبینا شهیدان انسان‌های شجاعی بودند که از جان خودشان برای دفاع کشور گذشتند و او معتقد است که نسل‌های دیگر هم باید ادامه دهنده همان راه باشند. وی تأکید می‌کند که ایران برای همه عزیز است پس وظیفه داریم به پیشرفتش کمک کنیم و البته قدردان

پای درس ایثار



راسخ بود و وجود اینکه می‌دانستند شاید برگشتی نباشد. در محله به دنبال هر واژه‌ای که برگردیم غیر از ایثار در وصف شان نمی‌توان کلمه ای یافت و اینجا نخستین یادواره شهدای منتسب به استانداری خراسان جنوبی، فرمانداری‌ها و بخشدارهای تابعه است که جمعی از شهروندان کوچک و بزرگ، پیر و جوان، زن و مرد همه و همه در بیست و سومین شب آبان ماه ۱۴۰۱ میهمان شهیدا در حسینیه جماران هستند تا پای درس ایثار و از خودگذشتگی ۵۲ شهید این یادواره بنشینند و تجدید پیمان کنند. فرقی این مهمانی در نوع میزبان است. میزبانانی که تنها عکس از آنها را می‌بینی اما عطر حضورشان در عمق جان می‌دود. یک جا نگاه به نگاه سردار دل‌ها گره می‌خورد که با همان لیخند آشنا در

برجی - یادواره ۵۲ شهید منتسب به استانداری، فرمانداری‌ها و بخشدارهای خراسان جنوبی که برای نخستین بار در استان برگزار شد، فرصتی بود تا شهروندان مجالی یابند و برای ساعاتی پای درس ایثار و شهادت بنشینند. روزگاری نه چندان دور، کوله باری سبک از همه دلبستگی‌ها، مهرها، دلنگی‌ها همه شان یک هدف داشتند و آن هم دفاع از ارزش‌ها بود. این شرق نشینان نجیب کیلومترها راه تا جبهه‌های جنگ در غرب و جنوب رفتند چون ایران را یک ارزش والا می‌پنداشتند پس حتی سکونت در نورترین روستاهای مرزی هم آنها را از این هدف بزرگ دور نکرد. برخی فرماندار بودند، بخشدار، چهارمادر یا حتی بسیجی معمولی اما همه مناسبت را رها کردند، چون رفتن را تکلیف دانستند. نو دامادی، چشم روشنی فرزند پیری پدر و مادر، عروسی دختر هیچ کدام پایشان نکرد زیرا عزم شان در رفتن



قاب تصویری جا گرفته و در جای جای دیگر این محفل حضور روحانی شهیدا را می‌توان حس کرد که گرداگرد آن شهید گمنام مدفون در حسینیه جماران چشم انتظار ورود میهمانان هستند. ساعت ۱۸ همه دعوت بودند اما از دقایقی قبل حسینیه مملو از جمعیت شده و هر خون شهید هم باشیم.



و چهار فرزندش خدا حافظی می‌کند و دیگر از جبهه بر نمی‌گردد. او به یاد همه خصوصیات خوب همسرش و به یاد آن ۱۳ سال زندگی مشترک به جوانان، استاندار خراسان جنوبی و با حضور باشکوه مردم و مسئولان به کار خود پایان داد و در پایان ۵۳ خانواده شهید با اهدای لوح و تندیس تقدیر شدند. یادواره ۵۳ شهید با تأکید استاندار خراسان جنوبی شروع فعالیت قرارگاه ایثار و شهادت در استان است و تا هفته دفاع مقدس سال آینده یادواره‌هایی برای شهدا برگزار خواهد شد تا دل آن سبک و شیوه زندگی شهدا احصا شده و در اختیار عموم قرار گیرد.

استاندار خراسان جنوبی در جلسه انجمن کتابخانه‌های عمومی استان:

کتاب از پایه‌های قدرت نرم و مادر تمدن هاست

با نشران و خیران، کتاب اهدایی دریافت داشتیم. مدیرکل کتابخانه‌های عمومی استان، ساخت کتابخانه مرکزی را خواسته همه هم استانی‌های خراسان جنوبی دانست و با جهادی دانستن رویکرد دکتر قناعت از ایشان خواست نسبت به در دستور کار قراردادن این خواسته در سفر دوم رئیس جمهور به استان دستور مقتضی را صادر فرمایند که استاندار خراسان جنوبی همان جا دستور داد تا علاوه بر قرار گرفتن این موضوع در پیشنهادات سفر دوم آیت‌الله رئیسی از طریق وزارت فرهنگ و ارشاد نیز پیگیری شود. در ادامه برخی از اعضای انجمن درخصوص کتاب و کتابخوانی اظهار نظر نموده و در پایان نیز



دکتر قناعت، استاندار فرهیخته و رئیس انجمن کتابخانه‌های عمومی استان بیروز صبح در جلسه‌ای که به صورت زنده و همزمان با حضور تمامی فرمانداران و بخشداران خراسان جنوبی برگزار شد از پایه‌های قدرت نرم در جمهوری اسلامی را کتاب و کتابخوانی دانست و از همه فرمانداران استان خواست نسبت به رویکرد فرهنگی در انجمن‌های کتابخانه‌های عمومی کوشا باشند. ایشان همچنین دستور دادند شهرداری‌های استان در پرداخت سهم نیم درصد کتابخانه‌های عمومی اهتمام داشته تا خدمات کتابخانه‌ای معطل این الزام قانونی نباشد. در ابتدای این جلسه حاجی، مدیرکل کتابخانه‌های عمومی خراسان جنوبی در گزارشی از فعال‌سازی پروژه‌های راکد عمرانی استان در دو سال گذشته خبر داد و از اهتمام استاندار در تخصیص اعتبار برای این پروژه‌ها در سفرهای شهرستانی تقدیر کرد. رئیس دبیرخانه انجمن کتابخانه‌های عمومی استان همچنین رتبه‌های شاخص فرهنگی این اداره کل را نشان اهتمام کتابداران به حوزه فرهنگ دانست و رتبه‌های برتر خراسان جنوبی در جشنواره کتابخوانی رضوی، آئین نکوداشت تبار قلم و جشنواره قلم‌گویی، روایت مادری و ... در سطح ملی را یادآور شد و افزود: برای نخستین بار در این استان طرح "سوکوگرام" که ارسال رایگان کتاب به درب منزل نایب‌ایبان است را پس از ساخت و تجهیز بخش‌های تخصصی این توانجویان در کتابخانه محمدتقی کریمی‌پور اجرا کردیم، باز هم برای نخستین بار در استان برای خیر کتابخانه ساز، معافیت مالیاتی گرفتیم و بیش از دو برابر کتاب‌های ارسالی از نهاد، با برقراری ارتباط



سرپرست مخابرات منطقه خراسان جنوبی در نشست خبری:

در تعرفه مکالمات تلفن ثابت تغییری ایجاد نشده است

مهمی بر عهده دارد. سرپرست مخابرات منطقه خراسان جنوبی، با بیان اینکه تعرفه تلفن ثابت در ۱۲ سال گذشته تغییری نکرده است، گفت: نرخ مکالمات درون استانی هر دقیقه ۴۵ ریال، بین استانی ۳۳۰ ریال و ارتباط تلفن ثابت با همراه ۶۲۵ ریال است. وی با بیان اینکه هر خط تلفن ثابت دارای هزینه‌های نگهداری و بازسازی (از قبیل: نیروی انسانی، تجهیزات و ...) است، افزود: هر خط تلفن به طور میانگین ماهانه ۳۰ هزار تومان هزینه نگهداری دارد که مشترکان در مرکز استان فقط ماهیانه ۱۵ هزار تومان و در شهرستان‌ها ۱۰ هزار تومان پرداخت می‌نمایند. دکتر میری با بیان اینکه مشترکان مرکز استان با پرداخت این مبلغ می‌توانند از ۳ هزار ۳۳۳ دقیقه مکالمه رایگان استفاده کنند، افزود: مشترکان سایر شهرها از ۲ هزار و ۶۶۶ دقیقه مکالمه رایگان درون استانی بهره‌مند شوند و روستاها طبق روال گذشته می‌باشد و تغییری نکرده است.

کار - سرپرست مخابرات منطقه خراسان جنوبی با اشاره به برخی گلایه‌های مطرح شده در خصوص افزایش هزینه مکالمه تلفن‌های ثابت گفت: آن چه به عنوان افزایش هزینه مشاهده می‌شود، اخذ حداقل هزینه نگهداری بر اساس دستورالعمل هزینه ماهانه خدمات مکالمه صوتی طبق مصوبه ستاد تنظیم بازار بوده و هیچ گونه

