

جناب آقای مهندس عباس گل محمدی

انتصاب شایسته جناب عالی را به سمت
مدیر بنیاد مسکن شهرستان بیرجند
تبریک عرض نموده ، یقین داریم با عنایت به شایستگی
و تجارب شما و استعانت از خداوند متعال شاهد رشد و شکوفایی
هرچه بیشتر جناب عالی خواهیم بود.

پیمانکاری نوآبادی – یعقوبی

پرونده فنی بیمه شدگان
تامین اجتماعی، الکترونیکی می شود

ایسا : نصیری مدیرکل امور بیمه شدگان سازمان
تامین اجتماعی درباره آخرین وضعیت استقرار پرونده
الکترونیک برای بیمه شدگان سازمان تامین اجتماعی
اظهار کرد: دسترسی الکترونیکی به پرونده بیمه شده
در سطح کشور و برای اینکه بتواند آموزش را در هر
شعبه ای انجام دهد، ضروری است.

یارانه تسهیلات نوسازی بافت های
فرسوده به ۱۰ درصد افزایش یافت

ایرنا : ایزدی مدیرعامل شرکت عمران و بهسازی
شهری ایران گفت: با مصوبه دولت یارانه ۹ درصدی
تسهیلات نوسازی بافت های فرسوده شهری به ۱۰
درصد افزایش یافت.

یارانه خرداد سه شنبه شب واریز می شود

پنجاه و دومین مرحله از یارانه نقدی با چهار روز
تاخیر نسبت به روال معمول، ساعت ۲۴ سه شنبه-۲۶
خردادماه- به حساب سرپرستان خانوار واریز خواهد
شد به گزارش ایسا، انطور که ایزدی رئیس سازمان
هدمفندی یارانه ها اعلام کرده است پنجاه و دومین
مرحله از یارانه نقدی همانند ماه های گذشته به ازای هر
نفر ۴۵ هزار و ۵۰۰ تومان ساعت ۲۴ سه شنبه به حساب
سرپرستان خانوار واریز و قابل برداشت خواهد بود.

سهام عدالت تا شهریور ۹۵
آزاد نمی شود

فارس : پوری حسینی رئیس کل سازمان خصوصی
سازی از عدم آزادسازی سهام عدالت تا شهریور ۹۵
خبر داد و گفت: سهام عدالت تا شهریور ۹۵ آزاد
نمی شود، مگر قانون جدیدی وضع شود.

آکادمی خبر جنوبی

جناب آقای مهندس شفیعی مدیر کل محترم امور روستایی استانداری خراسان جنوبی

جناب آقای منصوری فرماندار محترم شهرستان بیرجند

جناب آقای مهندس جعفری بخشدار محترم بخش مرکزی

از بذل توجه شما بزرگواران

به اتمام پروژه های نیمه تمام روستای خنگ سپاسگزاریم.

شورای اسلامی و دهیاری روستای خنگ

دوشنبه ۲۵ خرداد ۱۳۹۴ ۲۷ شعبان ۱۴۳۶ ۱۵ ژوئن ۲۰۱۵ سال هجدهم شماره ۳۲۴۴ ۲۰۰ تومان

نماینده قاین : از وعده های رئیس جمهور چیزی عاید خراسان جنوبی نشد

صفحه ۴



عبادی : به عنوان نماینده معلمان استان
از وزیر آموزش و پرورش انتقاد دارم

نماینده مردم بیرجند با بیان اینکه از مدتها قبل موضوع
استیضاح وزیر آموزش و پرورش مطرح شده، گفت:
ناراضی من از این وزارت خانه این است که ...

۲

قدرت طلبان قصد دارند

برنامه های خود را پیش ببرند

دبیر شورای نگهبان گفت: نمایندگی مجلس خبرگان منافع
اقتصادی ندارد. اما برخی قصد دارند با ورود به...

۸

جلسه هیئت امنای دانشگاه آزاد اسلامی استان برگزار شد

هشتمین جلسه هیئت امنای دانشگاه آزاد اسلامی استان خراسان جنوبی با حضور قائم مقام نماینده
ولی فقیه در استان، استاندار، نمایندگان مردم استان در مجلس شورای اسلامی، رئیس عالی، معاونان و
مشاوران سازمان مرکزی دانشگاه آزاد اسلامی در بیرجند برگزار شد. (شرح در صفحه ۳)

جناب آقای دکتر ناصر مهرشاد

انتصاب جناب عالی را به عنوان

اولین رئیس دانشگاه صنعتی استان

که مهر تاییدی بر توانمندی علمی ، تعهد و شایستگی شماست
تبریک گفته و توفیق روزافزون شما را از خداوند متعال خواستارم.

علی بلوردی

مدیر شعب بانک تجارت خراسان جنوبی

جناب آقای مهندس گل محمدی

مدیر محترم بنیاد مسکن شهرستان بیرجند

انتصاب شایسته شما را که نشانگر تجربه و توان اجرایی جناب عالی است

به سمت مدیر بنیاد مسکن شهرستان بیرجند تبریک عرض نموده

همچنین از زحمات و دلسوزی های **آقای مهندس فلاح** مدیر سابق تقدیر و تشکر

می نمایم و از درگاه ایزد منان موفقیت روزافزون تان را مسئلت داریم.

شورای اسلامی و دهیاری سرچاه تازیان

جناب آقای سید محمد رضا علیزاده

دبیرکل محترم اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی بیرجند

انتخاب بجا و شایسته جناب عالی را که نشان از تعهد و تجارب

ارزشمند شما در عرصه های مختلف اقتصادی می باشد

صمیمانه تبریک عرض نموده

و امید است در سومین دوره مسئولیت شما بزرگوار شاهد شکوفایی بیشتر
بخش خصوصی و توسعه اقتصادی استان باشیم.

روابط عمومی اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی بیرجند

جناب آقای مهندس گل محمدی

انتصاب جناب عالی را به سمت

مدیر بنیاد مسکن شهرستان بیرجند

صمیمانه تبریک می گویم. ضمناً از زحمات و دلسوزی های چندین ساله

جناب آقای مهندس فلاح نهایت تشکر و قدردانی را داریم.

شورای اسلامی و دهیاری روستای میرزگ

به مناسبت درگذشت همسری فداکار ، پدري مهربان

و برادری عزیز مرحوم مغفور

شادروان غلامرضا نجابت

که در شهر گرگان دعوت حق را لبیک گفت

جلسه ترحیمی امروز دوشنبه ۹۴/۳/۲۵ از ساعت ۱۵ الی ۶

بعدازظهر در محل حسینیه آیت ... آیتی برگزار می شود

حضور شما سروران گرامی در این جلسه موجب شادی روح آن مرحوم

و تسلی خاطر بازماندگان خواهد بود.

خانواده های: نجابت ، سپهری و سایر بستگان



آموزشگاه آزاد
صنایع دستی نگاره
زیر نظر سازمان فنی و حرفه ای
و اداره تعاون
کار و رفاه اجتماعی
تابلو فرش ، گلیم ، کبه ، سرمه
دوزی
روبان دوزی . چهل تکه دوزی
آدرس: معلم ۷- پلاک ۳۴
تلفن: ۳۲۲۲۱۶۹۵

فروش آپارتمان

۱۰۰ متری در خیابان غفاری

۷۰ متر

حیات اختصاصی

آب نما و ...

امکانات فول

۰۹۳۰۱۲۵۴۱۵۰

آموزش ژیمناستیک

سالن ژیمناستیک بهاران

(تنها سالن اختصاصی ژیمناستیک در استان)

مکان: معصومیه - ابتدای سایت اداری - روبروی دانشگاه صنعتی ۰۹۱۵۸۶۵۲۰۶۵

بیایید سنت قرض الحسنه را احیا کنیم

کشاورزی خیر و برکت است

با افتتاح حساب قرض الحسنه ویژه کشاورزی و با تامین منابع مالی کشاورزان ، علاوه بر اجر معنوی از میلیاردها ریال جوايز ارزنده این حساب به شرح جدول ذیل بهره مند شوید.

ردیف	نوع جایزه	تعداد	ارزش واحد (ریال)	جمع ارزش (ریال)	حداکثر مهلت افتتاح حساب ۹۴/۷/۱۵ و حداقل مبلغ افتتاح حساب ۲۰۰ هزار ریال هر ۲۰۰ هزار ریال در هر روز یک امتیاز
۱	کمک هزینه خرید خودرو	۳۰۰	۳۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۹۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	حداکثر مهلت افتتاح حساب ۹۴/۷/۱۵ و حداقل مبلغ افتتاح حساب ۲۰۰ هزار ریال هر ۲۰۰ هزار ریال در هر روز یک امتیاز
۲	کمک هزینه خرید ادوات کشاورزی	۸۰۰	۸۰/۰۰۰/۰۰۰	۶۴/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	روابط عمومی مدیریت بانک کشاورزی خراسان جنوبی
۳	کمک هزینه خرید صنایع دستی	۱۰۰۰	۱۰/۰۰۰/۰۰۰	۱۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	
۴	جایزه نقدی یک میلیون ریالی	۱۰۰۰۰	۱/۰۰۰/۰۰۰	۱۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	
۵	جایزه نقدی پانصد هزار ریالی	۱۷۰۰۰	۵۰۰/۰۰۰	۸/۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰	
۶	جایزه نقدی دویست میلیون ریالی	۱۰۰۰۰۰	۲۰۰/۰۰۰	۲۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	
	جمع کل	۱۲۹۱۰۰	-	۲۰۲/۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰	

جناب آقای مهندس عباس گل محمدی

انتصاب شایسته جناب عالی را به سمت

مدیر بنیاد مسکن شهرستان بیرجند

تبریک عرض نموده ، یقین داریم با عنایت به شایستگی

و تجارب شما و استعانت از خداوند متعال شاهد رشد و شکوفایی

هر چه بیشتر جناب عالی خواهیم بود.

پیمانکاری نوشادی- یعقوبی

پرونده فنی پیمه‌شدگان

تأمین اجتماعی،الکترونیکی می‌شود

ایسنا : نصیری مدیرکل امور بیمه شدگان سازمان تأمین اجتماعی درباره آخرین وضعیت استقرار پرونده الکترونیک برای بیمه شدگان سازمان تأمین اجتماعی اظهار کرد: دسترسی الکترونیکی به پرونده بیمه شده در سطح کشور و برای اینکه بتواند آموزش را در هر شعبه‌ای انجام دهد، ضروری است.

پارانه تسهیلات نوسازی بافت های فرسوده به ۱۰ درصد افزایش یافت

ایرنا : ایزدی مدیرعامل شرکت عمران و بهسازی شهری ایران گفت: با مصوبه دولت پارانه ۹ درصدی تسهیلات نوسازی بافت های فرسوده شهری به ۱۰ درصد افزایش یافت.

پارانه خرداد سه‌شنبه شب واريز می‌شود

پنجاه و دومین مرحله از پارانه نقدی با چهار روز تاخیر نسبت به روال معمول، ساعت ۲۴ سه‌شنبه-۲۶ خردادماه- به حساب سرپرستان خانوار واريز خواهد شد. به گزارش ایسنا، انطور که ایزدی رئیس سازمان هدفمندی یارانه ها اعلام کرده است پنجاه و دومین مرحله از پارانه نقدی همانند ماه های گذشته به ازای هر نفر ۴۵ هزار و ۵۰۰ تومان ساعت ۲۴ سه‌شنبه به حساب سرپرستان خانوار واريز و قابل برداشت خواهد بود.

سهام عدالت تا شهریور ۹۵ آزاد نمی‌شود

فارس : پوری حسینی رئیس کل سازمان خصوصی سازی از عدم آزادسازی سهام عدالت تا شهریور ۹۵ خبر داد و گفت: سهام عدالت تا شهریور ۹۵ آزاد نمی‌شود، مگر قانون جدیدی وضع شود.

آکادمی خراسان جنوبی

جناب آقای مهندس شفیعی مدیر کل محترم امور روستایی استانداری خراسان جنوبی

جناب آقای منصوری فرماندار محترم شهرستان بیرجند

جناب آقای مهندس جعفری بخشدار محترم بخش مرکزی

از بذل توجه شما بزرگواران

به اتمام پروژه های نیمه تمام روستای خنگ سپاسگزاریم.

شورای اسلامی و دهیاری روستای خنگ

دوشنبه ۲۵ خرداد ۱۳۹۴ ۲۷ شعبان ۱۴۳۶ ۱۵ ژوئن ۲۰۱۵ سال هجدهم شماره ۳۲۴۴ ۲۰۰ تومان

نماینده قاین : از وعده های رئیس جمهور چیزی عاید خراسان جنوبی نشد

صفحه ۴



عبادی : به عنوان نماینده معلمان استان

از وزیر آموزش و پرورش انتقاد دارم

نماینده مردم بیرجند با بیان اینکه از مدت‌ها قبل موضوع استیضاح وزیر آموزش و پرورش مطرح شده، گفت: نارضایتی من از این وزارت خانه این است که ...

۷

قدرت طلبان قصد دارند

برنامه‌های خود را پیش ببرند

دبیر شورای نگهبان گفت: نمایندگی مجلس خبرگان منافع اقتصادی ندارد، اما برخی قصد دارند با ورود به...

۸

جلسه هیئت امنای دانشگاه آزاد اسلامی استان برگزار شد

هشتمین جلسه هیئت امنای دانشگاه آزاد اسلامی استان خراسان جنوبی با حضور قائم مقام نماینده ولی فقیه در استان، استاندار، نمایندگان مردم استان در مجلس شورای اسلامی، رئیس عالی، معاونان و مشاوران سازمان مرکزی دانشگاه آزاد اسلامی در بیرجند برگزار شد. (شرح در صفحه ۲)

جناب آقای دکتر ناصر مهرشاد

انتصاب جناب عالی را به عنوان

اولین رئیس دانشگاه صنعتی استان

که مهر تاییدی بر توانمندی علمی ، تعهد و شایستگی شماست

تبریک گفته و توقیق روزافزون شما را از خداوند متعال خواستارم.

علی بلوردی

مدیر شعب بانک تجارت خراسان جنوبی

جناب آقای مهندس گل محمدی

مدیر محترم بنیاد مسکن شهرستان بیرجند

انتصاب شایسته شما را که نشانگر تجربه و توان اجرایی جناب عالی است

به سمت مدیر بنیاد مسکن شهرستان بیرجند تبریک عرض نموده

همچنین از زحمات و دلسوزی های **آقای مهندس فلاح** مدیر سابق تقدیر و تشکر

می نمایم و از درگاه ایزد منان موفقیت روزافزون تان را مسئلت داریم.

شورای اسلامی و دهیاری سرچاه تازیان

جناب آقای سید محمد رضا علیزاده

دبیر کل محترم اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی بیرجند

انتخاب بجا و شایسته جناب عالی را که نشان از تعهد و تجارب

ارزشمند شما در عرصه های مختلف اقتصادی می باشد

صمیمانه تبریک عرض نموده

و امید است در سومین دوره مسئولیت شما بزرگوار شاهد شکوفایی بیشتر

بخش خصوصی و توسعه اقتصادی استان باشیم.

روابط عمومی اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی بیرجند

جناب آقای مهندس گل محمدی

انتصاب جناب عالی را به سمت

مدیر بنیاد مسکن شهرستان بیرجند

صمیمانه تبریک می گوئیم. ضمنا از زحمات و دلسوزی های چندین ساله

جناب آقای مهندس فلاح نهایت تشکر و قدردانی را داریم.

شورای اسلامی و دهیاری روستای میرزگ

به مناسبت درگذشت همسری فداکار ، پدري مهربان

و برادری عزیز مرحوم مغفور

شادروان غلامرضا نجابت

که در شهر گرگان دعوت حق را لبیک گفت

جلسه ترحیمی امروز دوشنبه ۱۴۴۳/۳/۲۵ از ساعت ۱۵ الی ۶

بعدازظهر در محل حسینیه آیت ... آئینی برگزار می شود

حضور شما سروران گرامی در این جلسه موجب شادی روح آن مرحوم

و تسلی خاطر بازماندگان خواهد بود.

خانواده های: نجابت ، سپهری و سایر بستگان

آموزش

نیمه، کار

آموزش

نیمه، کار

آموزش

نیمه، کار

آموزش

نیمه، کار

آموزش

نیمه، کار

آموزش

نیمه، کار

آموزش

نیمه، کار

آموزش

نیمه، کار

آموزش

نیمه، کار

آموزش

نیمه، کار

آموزش

نیمه، کار

آموزش

نیمه، کار

آموزش

نیمه، کار

آموزش

نیمه، کار

آموزش

نیمه، کار

آموزش

نیمه، کار

آموزش

نیمه، کار

آموزش

نیمه، کار

آموزش

نیمه، کار

آموزش

نیمه، کار

آموزش

نیمه، کار

فروش آپارتمان

۱۰۰ متری در خیابان غفاری

۷۰ متر

حیات اختصاصی

آب نما و ...

امکانات فول

۰۹۳۰۱۲۵۴۱۵۰

آموزش ژیمناستیک

سالن ژیمناستیک بهاران

(تنها سالن اختصاصی ژیمناستیک در استان)

مکان: معصومیه - ابتدای سایت اداری - روبروی دانشگاه صنعتی ۰۹۱۵۸۶۵۲۰۶۵

بیایید سنت قرض الحسنه را احیا کنیم

کشاورزی خیر و برکت است

با افتتاح حساب قرض الحسنه ویژه کشاورزی و با تأمین منابع مالی کشاورزان ، علاوه بر امر معنوی از میلیاردها ریال جوائز ارزنده این حساب به شرح جدول ذیل بهره مند شوید.

ردیف	نوع جایزه	تعداد	ارزش واحد (ریال)	جمع ارزش (ریال)	حداکثر مهلت افتتاح حساب
۱	کمک هزینه خرید خودرو	۳۰۰	۳۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۹۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۹۴/۷/۱۵
۲	کمک هزینه خرید ادوات کشاورزی	۸۰۰	۸۰/۰۰۰/۰۰۰	۶۴/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۲۰۰ هزار ریال
۳	کمک هزینه خرید صنایع دستی	۱۰۰۰	۱۰/۰۰۰/۰۰۰	۱۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	هر ۲۰۰ هزار ریال در هر روز
۴	جایزه نقدی یک میلیون ریالی	۱۰۰۰۰	۱/۰۰۰/۰۰۰	۱۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	یک امتیاز
۵	جایزه نقدی پانصد هزار ریالی	۱۷۰۰۰	۵۰۰/۰۰۰	۸/۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰	روابط عمومی مدیریت بانک کشاورزی
۶	جایزه نقدی دویست میلیون ریالی	۱۰۰۰۰۰	۲۰۰/۰۰۰	۲۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	خراسان جنوبی
	جمع کل	۱۲۹۱۰۰	-	۲۰۲/۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰	

توصیه های مرتبط با روزه داری
و مصرف داروها در ماه مبارک رمضان

با فرا رسیدن ایام رمضان برای هموطنانی که به دلیل ابتلا به بیماری دارو مصرف می نمایند همیشه این سوال مطرح است که نحوه صحیح مصرف داروها در زمان روزه داری باید به چه شکل باشد نکته اصلی که باید به آن اشاره کرد آن است که بارداری، شیردهی و برخی از بیماریها مانند دیابت، فشارخون، روده تحریک پذیر، یبوست، زخمهای گوارشی، اختلالات کلیوی، بیماریهای اعصاب و روان و آسم همگی از شرایط جسمی هستند که فرد ملزم می باشد پیش از اقدام به روزه داری، با پزشک معالج خود در خصوص اقدام به روزه داری و همچنین نحوه مصرف داروها، مشورت نماید. رعایت نکردن این اصول می تواند منجر به عدم کارایی دارو، عدم دستیابی به اثرات درمانی، بروز اثرات جانبی و تشدید بیماری شود. بیماران مبتلا به بیماری انسدادی ریوی و بیماران سرعی که با قطع دارو دچار بازگشت حملات تشنجی می شوند مشاوه دقیق بپندند، باید به بیماران مبتلا به آسم که با قطع داروهای استنشاقی و افشانه های تنفسی دچار حملات آسمی می شوند توصیه های لازم را ارائه بنمایند. گاهی اوقات لازم است در مورد داروهای مدر (ادرار آور)، برای جلوگیری از آزدست رفتن آب بدن، پزشک اقدام به کاهش دوز این داروها در بیماران روزه دار بنماید. برخی از داروهای ضد التهاب این قابلیت را دارند که دوبار در طول روز مصرف شوند. مصرف این گونه داروها را می توان با مشورت پزشک و داروساز به زمان افطار یا سحر موکل نمود. در فرد روزه دار، پزشک معالج، جهت درمان عفونتی می تواند اقدام به تجویز آنتی بیوتیک هایی بنماید که به جای چند بار مصرف در طی روز، یک یا دو بار در روز مصرف شود. برخی از داروها نیز به شکل آهسته رهش در بازار دارویی موجود می باشند. در مورد این داروها بجای مصرف سه تا چهار بار در روز، پزشک می تواند داروی آهسته رهش که یکبار در روز تجویز می شود توصیه نماید.تغییر نحوه مصرف برخی از داروها (از شکل خوراکی به شکل پوشتی) در این ایام نیز بنا به تجویز پزشک ممکن می باشد. در صورت وجود این شکل دارویی، بجای مصرف برخی از داروهای خوراکی، پزشک معالج می تواند آنها را به شکل زبست چسب (چسب پوشتی دارو در صورت موجود بودن) تجویز نماید. درخصوص بیماران دیابتی، هرچند روزه داری برای برخی از مبتلایان به دیابت نابار تشخیص پزشک معالج می تواند مفید باشد ولی تغییر خوسدرانه دوز دارو و رژیم غذایی در برخی دیگر می تواند بسیار خطرناک باشد. بیماریانی که انسولین مصرف می نمایند قبل از اقدام به روزه داری باید با پزشک معالج خود مشورت نمایند. در تمامی بیماران دیابتی، تنظیم و کنترل مرتب قند خون بسیار مهم می باشد.

مرکز اطلاع رسانی داروها و سموم دانشگاه علوم پزشکی بیرجند-تلفن ۱۴۹۰

نماینده مردم قاین و زیرکوه؛ من را به عنوان حامی دولت شناخته‌اند

از وعده های رئیس جمهور چیزی عاید خراسان جنوبی نشد

هروی : تاکنون فکر اساسی برای حل مشکل آب منطقه نشده است ؛ شروع مهاجرت از روستاها

نماینده مردم قاینات و زیرکوه در مجلس بایان اینکه رئیس‌جمهور در سفر خود به خراسان‌جنوبی قول هایی داده‌اند اما تاکنون چیزی نصیب خراسان‌جنوبی نشده است، خاطرنشان کرد: مردم انتظار دارند دولت کاری کند و محرومیت را از این استان برداشته شود. ما نشده است، خاطرنشان کرد: مردم انتظار دارند دولت کاری کند و محرومیت را از این استان برداشته شود. ما نشده است، خاطرنشان کرد: مردم انتظار دارند دولت کاری کند و محرومیت را از این استان برداشته شود.

به گزارش خاورستان، دکتر جواد هروی، نماینده مردم قاینات و زیرکوه در مجلس شورای اسلامی در دیدار با معاون توسعه روستایی و مناطق محروم کشور با بیان اینکه انتظار داریم دولت نگاه شعاری به خراسان‌جنوبی نداشته باشد، گفت: تاکنون دریغ از یک خورده عمل تنها شمار داده شده است. وی تصریح کرد: در این استان یک وجب راه ریل، راه دوبانده و آزادراه وجود ندارد و این استان از امکانات برخورداری سایر استان‌ها فراموش شده است.

چیزی از قوانین حمایت از محرومان باقی نمی‌ماند

نماینده مردم قاین و زیرکوه در مجلس شورای اسلامی اظهار کرد: نمایندگان مجلس شورای اسلامی سعی می‌کنند تا در مصوبات خود، مشکلات عشایر، روستاییان و مناطق محروم را در قانون لحاظ کنند اما در مقام عمل چیزی از این قوانین باقی نمی‌ماند.

هروی بایان اینکه رئیس‌جمهور در سفر خود به

عبادی ، نماینده مردم بیرجند ، درمیان و خوسف :

به عنوان نماینده معلمان استان، از وزیر آموزش و پرورش انتقاد دارم

نماینده مردم بیرجند در مجلس با بیان اینکه از مدت‌ها قبل موضوع استیضاح وزیر آموزش و پرورش مطرح شده، گفت: نارضایتی من از این وزارتخانه این است که این نهاد باید فعال‌تر بوده و جایگاه آن بالاتر از این حد باشد.

حجت‌الاسلام عبادی گفت: من به عنوان نماینده مردم در مجلس شورای اسلامی و به عنوان نماینده معلمان خراسان جنوبی به نوعی نسبت به عملکرد این وزارتخانه و وزیر انتقاد دارم. باید متقصد هستم جایگاه وزارت آموزش و پرورش

بیشتر از این حد است و در این راستا ایجاد می‌کند که این وزارتخانه فعال‌تر و با نشاط تر باشد. نماینده مردم بیرجند، درمیان و خوسف در مجلس با اشاره به انتقادات خود،گفت: باید نسبت به حقوق معلمان، پرداختی موقات

آیا می دانستید همه آدم های موفق با NLP به موفقیت و ثروت رسیده اند؟

معارفه رایگان NLP

سه شنبه ۹۴/۳/۲۶ ساعت ۱۹ الی ۲۰

تلفن رزرو: ۰۵۶۳۲۳۳۵۴۹۹

فروشگاه کودک امیر

افتخار این را دارد که طبق روال سال های گذشته به مناسبت ماه شعبان و فرار سیدمن ماه مبارک رمضان پوشاک خود را با ۱۵% تخفیف عرضه نماید. سجادشهر، امامت ۲ ۳۴۴۱۲۹۷۳ نودهی فاطمی

حمل اثاثیه منزل

با خاور مسقف و کارگر ماهر

۰۹۱۵۹۶۳۹۰۶۵

علی آبادی

"ضمنا کارگر تنها نیز داریم

بیمه سینا نمایندگی قرشی فریز

۱۰ الی ۲۵ درصد تخفیف ثالث - ۲۰ الی ۵۵ درصد تخفیف بدنه

آدرس: خیابان توحید - روبروی مسجد توحید

تلفن: ۳۳۴۲۴۴۸۸ - ۰۹۱۵۱۶۴۲۰۴۷

حمل بار و اثاثیه منزل

با خاور بزرگ و نیسان

توسط ۵ کارگر

۰۹۱۵۳۶۳۶۶۴۸
فتودی

ایزوگام شفیعی

آسفالت و قیرگونی

(محوطه و پشت بام)

۳۲۲۲۵۴۹۴

۰۹۱۵۱۶۳۰۲۸۳

نیش ۱۷ شهریور ۲۳

لوله بازکنی با فنر برقی

و مواد شوینده با تجربه تضمینی
- عقد قرارداد با کارخانه ها و شرکت ها
- تشخیص ترک‌گذاری و رفع بوی نامطبوع
- ترمیم گف آشپزخانه و سرویس
- لوله کشی و بیماتکاری ساختمان
با مصالح و بدون مصالح
۰۹۱۵۸۹۹۲۰۸۶ - ۰۹۱۵۱۱۰۴۰۸۶
به صورت شبانه روزی
سرویس دهی به سراسر استان
آدرس: مهرشهر - ولی عصر (عج) ۱۸
رسولی

لامپی که ۳۷ سال عمر می‌کند

شرکت دایسون با الهام از فناوری لوله حرارتی به کاررفته در ماهواره‌ها،

لامپ جدید را ارائه داده است. دایسون مدعی است این راهکار، پوشش سفیری ال‌ای‌دی

را حفظ کرده و موجب می‌شود با کارکرد ۱۲ ساعت مدام در روز، بیش از ۳۷ ساعت عمر کند.

اوقات فراغت

با اوقات فراغت کودکان مان چه کنیم؟

تنظیم زمان و فراهم کردن اوقات فراغت برای کودکان به‌عهد بزرگسالان است باید برای ایام تابستان کودکانمان برنامه ریزی صحیح و درست داشته باشیم. * کودکان برای رشد خود به بازی نیاز دارند. تحرک رمز سلامت کودکان است. بازی‌های پرتحرک سبب تخلیه هیجانی و در نتیجه آرامش کودکان می‌شود.

* جهت پر کردن اوقات فراغت بچه ها نباید آنها را با اصرار به کلاس فرستاد، بلکه می‌توان از خودشان پرسید که چه چیزی خستگیشان را برطرف می‌کند و آنها را به سمت کارهای مورد علاقه‌شان سوق می‌دهد.

* اوقات فراغت به نظر بعضی از والدین و مسئولان چیزی زاید است. طبیعی است که اگر برای اوقات فراغت بچه‌ها هدف‌گذاری نشود، به طور حتم این اوقات زاید به نظر می‌رسد و والدین روزشماری می‌کنند که تابستان هرچه زودتر به پایان برسد.

* یکی از روش هایی که می‌تواند اوقات فراغت افراد جامعه را زیر پوشش قرار داده و بسیاری از ضعف ها و کمبودهای جسمانی و روانی را رفع و درمان کند، ورزش و تفریحات سالم است.

* تربیت بدنی و ورزش گذشته از جبران ضعف ها و حفظ تندرستی افراد آنان را برای زندگی، تلاش و اهداف مشترک آماده می‌سازد. این امر در ایجاد هماهنگی حرکت مشارکت نموده و به پیشگیری و تنظیم اضطراب و افسردگی کمک می‌کند.

* پرداختن به فعالیت بدنی هدایت شده می‌تواند باعث پرورش سایر رفتارهای بهداشتی مثل رهبیز از سیگار، مواد مخدر و رفتارهای خشونت‌بار گردد و نیز کودکانی که فعالیت بدنی بیشتری دارند نتایج تحصیلی بالاتری نیز کسب کرده‌اند.

چند راهکار خوب برای ثمر بخشی ایام فراغت تابستان: ۱. قبل از هر چیز تلاشتان بر آن باشد که تابستان ایامی خوش و به یادماندنی برای فرزندانتان باشد.

۲. طوری برنامه ریزی کنید که حداقل یک یا دو سفر کوتاه مدت یا کودکانتان داشته باشید.

۳. از فرزندانتان نظرخواهی کنید که در ایام تابستان چه کلاسها و دوره های آموزشی را دوست دارد طی کند.

۴. توصیه می گردد هر فعالیت ورزشی را که فرزندتان دوست دارد، انجام دهد. اگر در روستاها زندگی می‌کنید نقش بازیهای محلی و سنتی را در تخلیه و تعادل انرژی زاید کودکان از یاد نبرید.

تهیه و تنظیم: حسین محمدی گیو
آموزگار دبستان شهید زنگونی افضل آباد.

مجمع قاریان و حافظان قرآن کریم استان خراسان جنوبی

در شب های ماه مبارک رمضان برگزار می کند:

هر شب تلاوت یک جزء قرآن مجید به صورت دوره خوانی سنتی

تفسیر ترتیبی قرآن عظیم با بیان شیوای مفسر و حافظ کل قرآن مبین حجت الاسلام والمسلمین مقری

تلاوت مجلسی قرآن توسط یکی از اساتید میزز استان

هر شب تقدیم یک عدد سکه پارسیان به یکی از حضار به قید قرعه

زمان: هر شب ساعت ۲۱/۱۵ مکان: طالقانی ۱۳ - ساختمان قدیم جهاد

فروشگاه‌رها

بورسی انواع کامواهای ایرانی
ترکی و فانتزی

به مکان جدید انتقال یافت.

سجادشهر، بلوار غدیر شرقی ، نبش غدیر ۴
۰۳۲۴۱۴۴۴۹ - ۰۹۱۵۳۱۲۴۰۷۲ برای

فروشگاه پرشین باطری

فروش انواع باطری سبک و سنگین
اقتصاد ۲ الی ۳ ماهه

بیرجند - خیابان جمهوری - روبروی پارک آزادی - جنب لوازم بدکی شبیانی

۰۹۱۵۹۶۷۱۹۰۰ - ۰۹۱۹۷۴۹۱۸۰۰۰ فاروقی

پول نقد نخواستیم با چک

اجرای انواع رنگ های ساختمانی

مدرس ۲۰ - پلاک ۲۰

۰۹۳۹۵۶۱۷۱۹۱ - ۰۹۱۵۸۶۳۶۹۲۳ - ۳۲۲۳۳۹۱۷

ایزوگام سلیمانی

۰۹۱۵۱۶۰۵۲۱۶

۳ ۲۲۳۶۰۳۰

خیابان ارتش - سه راه هلم - جنب بیمه البرز

ایزوگام و قیرگونی

کاظم سالخورده

از ما خرید نکنید ، اما قیمت را از ما بپرسید

۰۹۱۵۵۶۱۲۹۴۹ - ۳۲۲۳۱۰۵۰

میدان آزادی - ابتدای خیابان شهید برگی

آموزش شطرنج از مبتدی تا پیشرفته به روش ترمیک و نرم افزاری طبق مدارس شطرنج روسیه در:

ثبت نام ترم تابستانی آغاز شد

خیابان توحید - تقاطع چهار راه ۱۵ خرداد

مجمع ورزشی ولایت - تالار شطرنج

۰۳۲۲۴۰۰۰ - ۳۲۴۲۴۴۵۷ - ۰۹۱۵۵۶۲۸۰۰۹ میزانی

www.birjandchess.ir

سامانه پیام کوتاه: ۱۰۰۰۵۶۱۴۴۳۰۹۰

مدرسه شطرنج کیش

موفقیت تحصیلی / تقویت حافظه / بالا بردن تمرکز / آینده نگری

افزایش خلاقیت / اعتماد به نفس

آموزش در سطح های: آمادگی ،مقدماتی، متوسطه ، پیشرفته با کادر مربیان مجرب

* برگزاری مسابقات سریع و فکری

چگونه اندیشیدن را به فرزندان مان بیاموزیم

آیه روز

سرانجام از آنان انتقام گرفتیم و در دریا غرقشان ساختیم چرا که آیات ما را تکذیب کردند و از آنها غافل بودند.
سوره الاعراف، آیه ۱۲۶

شعر روز

در این دو روزه ی دنیا چه غم خوری ناقوس که یاد باقی تو نمه های عرفانست

ناقوس

پلکی احساس

نگرانی یک اتلاف وقت تمام عیار است، چون چیزی را تغییر نمی دهد بلکه همه چیز را به هم می ریزد و خوشحالی مان را می رباید.

عارفانه روز

احساسات خیلی شبیه امواج هستند نمی توانیم مانع آمدنشان شویم اما می توانیم انتخاب کنیم روی کدام سوار شویم.

حدیث روز

زمانی که زمین پر از ظلم و ستم گردد، پس مردی از عترت من قیام کند و آن را پر از عدل و داد گرداند و هفت یا نه سال سلطنت نماید. پیامبر (ص)



هنر مشورت؛ طلای دنیای کسب‌و‌کار

وجود دارد که یکی از طرفین مشورت مرتکب یک اشتباه ساده شود و در نتیجه رابطه میان طرفین خدشه‌دار شده یا آسیب ببیند. اما اگر پروسه مشورت خوب پیش رود چه اتفاقی می‌افتد؟ ما ممکن است تنها از زوایای خاص به مشکلات خود بنگریم، مشورت درست، باعث می‌شود از نقطه‌ای کاملاً متفاوت مساله خود را بررسی کنیم. همیشه دهها راه پیش پای ما قرار دارد و مشورت مثل چراغی است که این راه‌ها را بر ما نمایان می‌کند.

مقاومت در برابر درخواست کمک از دیگران

برخی از مدیران اجرایی در درخواست کمک از دیگران بسیار محتاطند، شاید به این علت که پیش فرض بیشتر مردم این است که راحل تمام مشکلات را می‌دانند. گاروین در این رابطه می‌گوید: «همین اعتماد به نفس کاذب میزان تبادل افکار را کمتر می‌کند، اما برای خود من جای سوال است که چگونه مدیران تصمیمات بحرانی سازمانی را بدون درخواست کمک از دیگران و به تنهایی می‌گیرند». به علاوه بسیاری از مدیران تصور می‌کنند که اگر از دیگران مشورت یا کمک درخواست کنند، وجهه آنها و توانایی‌شان در تصمیم‌گیری زیر سوال می‌رود. از سوی دیگر تحقیقات نشان می‌دهد که افرادی که زیادی به دنبال مشورت با دیگرانند و پیش از هر تصمیم‌گیری جزئی نظر

دهها نفر را جویا می‌شوند، از نگاه دیگران افرادی وابسته‌اند و در ارزشیابی عملکرد از سوی مدیران رتبه بالایی دریافت نمی‌کنند. افرادی که هیچ‌گاه مشورت نمی‌کنند نیز از این قاعده مستثنی نیستند.تنها کسانی که تعادل را رعایت کرده و در مواقع ضرورت به دنبال مشورت با دیگران هستند بالاترین رتبه را در ارزشیابی‌ها دریافت می‌کنند.

مشورت عاری از اشتباه نیست

اگر به دنبال مشورت هستید ممکن است مرتکب این اشتباهات متداول شوید: مشورت با افراد نامناسب؛ چرا که معمولاً به دنبال مشورت با افرادی هستیم که عقاید و نظرهایشان با ما مشابه است و کمتر به دنبال نظر افرادی هستیم که متفاوت فکر می‌کنند. شکست در تعریف مساله؛ معمولاً در نتیجه حذف اطلاعات کلیدی و پرداختن به حاشیه‌ها حاصل شده و به گمراهی‌مان منجر می‌شود.کم ارزش نداشتن نظر دیگران: یکی از اشتباهاتی که معمولاً پس از دریافت مشاوره از فردی مرتکب می‌شویم، کم ارزش یا کم‌اهمیت نداشتن نظر او یا زیر سوال بردن آگاهی اوست. خودمجوری عامل اصلی این اشتباه است که باعث می‌شود فقط نظرات خود را درست بیندازیم و حتی از راه مشورت با دیگران نیز به دنبال اعتبار بخشیدن به عقاید و راه حل های

خودمان باشیم. تجربه نشان داده است که افراد قدرتمند و در رده‌های بالای سازمانی معمولاً این اشتباه را بیشتر مرتکب می‌شوند و به خاطر حس رقابتی که میان خود و فرد مشورت‌دهنده احساس می‌کنند، هیچ‌گاه از نظرات او استفاده نمی‌کنند. به باور گاروین این افراد مشورت را تهدیدی برای جایگاه و عقاید خود قلمداد می‌کنند. اما از سوی دیگر فرد مشورت‌دهنده نیز نقش مهمی را در موفقیت یا شکست فرایند مشورت ایفا می‌کند. گاروین در این باره می‌گوید: «اگر به دنبال مشورت کردن با دیگران هستید، احتمالاً در شرایطی بحرانی به سر می‌رید. ممکن است تمام گزینه‌ها را دهها بار بررسی کرده باشید اما مشاور به شما کمک می‌کند که راه مناسب‌تر را انتخاب کنید. در این شرایط شما با دو فرایند کاملاً مجزای استدلال مواجه می‌شوید که یکی فرایند استدلال خودتان است که کاملاً شفاف و قابل فهم است و دیگری فرایند استدلال فرد مشورت‌دهنده است که معمولاً غیر شفاف و نامفهوم است. انسان معمولاً به سمت شفافیت گرایش دارد، به همین علت است که در بیشتر مواقع ما استدلال دیگران را رد می‌کنیم، چرا که استدلال فرد مشورت‌دهنده را به درستی یا اصلا درک نکرده‌ایم». بنابراین مهم است که فرد مشورت‌دهنده پیشنهادهای مناسبی ارائه کند و به صورتی کاملاً شفاف توضیح دهد که این پیشنهادها چگونه به ذهنش رسیده‌اند.

قابل توجه تمامی ادارات دولتی و همشهریان محترم

اکیپ تخصصی سرما در خدمت شما نصب و سرویس کولر و غیره در اسرع وقت
۰۹۱۵۵۶۲۲۱۸۸

دو نفر چرخار ماهر یا نیمه ماهر برای پرده سرا نیازمندیم.
۰۹۱۵۵۶۱۶۶۰۶ – ۳۲۴۲۲۹۷۰

تعدادی نیروی نظافتی خانم و آقا نیازمندیم.
۰۹۱۵۵۰۵۱۲۳۹ – ۳۲۲۳۲۸۶۰

تعدادی همکار خانم یا آقا برای کار در شیرینی پزی نیازمندیم.
۳۲۴۳۰۶۲۷ – ۰۹۳۵۶۰۱۲۲۵۸

یک مهندس مکانیک یا برق با ۶ سال سابقه بیمه مرتبط برای رتبه شرکت نیازمندیم.
۳۲۴۲۱۵۴۴ – ساعت تماس: ۱۴–۸

یک راننده بیل مکانیکی زنجیری نیازمندیم.
۰۹۱۵۵۶۲۳۴۴۱

استخدام بازرگانی مروارید نگین دربند

عنوان شغل	تعداد	سابقه	مدرک	شرایط
سرپرست فروش	۲	۳ سال	حداقل دیپلم	آشنا به فروش مویرگی در منطقه ضامن معتبر
بازاریاب مویرگی	۲۰	–	حداقل دیپلم	حداکثر سن ۴۰ سال – ضامن معتبر روابط عمومی بالا
حسابداری فروش	۲	یک سال	لیسانس حسابداری	ترجیحا خانم با روابط عمومی بالا آشنایی با نرم افزارهای آفیس
آبدارچی و خدمات	۱	یک سال	–	ترجیحا خانم- حقوق توافقی

مزایا: حقوق ثابت+ بیمه+ پورسانت + هزینه ایاب و ذهاب+ پاداش+ بیمه تکمیلی (حداقل میانگین در آمد بازاریاب ۱/۵ میلیون تومان)
ساعت تماس: ۱۶ الی ۱۶
جاده هتل کوهستان – شهرک رفویی– خیابان دربند– نیش قیطریه ۴– طبقه سوم
تلفن: ۰۹۱۵۱۶۷۶۶۸–۳۲۳۲۸۰۲

سبک زندگی

خواست خدا بوده!

مسلم‌ا هیچ اتفاقی بدون خواست خداوند متعال نمی‌افتد اما گفتن چنین جمله‌ای به کسی که داغدار کسی است، بسیار دردناک است و احتمالاً جوابی مثل این می‌شنوید که: «چرا خدا باید بخواهد که من چهنم را روی زمین تجربه کنم؟» و در پاسخ به این سوال شما جوابی نخواهید داشت. اگر بخواهید این بحث را ادامه دهید، قطعاً موضوع بسیار پیچیده‌ای پیش خواهدآمد که از حوصله یک فرد داغدیده خارج است. البته اگر دوست با طرف مقابلتان فردی با ایمان قوی باشد، یادآوری این موضوع می‌تواند به او آرامش دهد اما اگر فردی باشد که با عقایدش در چالش است یا بداند که باور قلبی خودتان هم با این جمله سازگار نیست، اوضاع بدتر می‌شود، به خصوص برای فرد داغداری که زندگی برایش معنی خاصی ندارد.

پیامک موفقیت

✱ علت موفقیت آدم‌های موفق این است که خرد خود را در کوره‌های ناکامی پیدا کرده‌اند.

✱ اگر آن قدر ضعیف و ناتوان نبودم که برای زنده ماندن خود ناگزیر به کوشیدن باشم، هرگز نمی‌توانستم به کارهای بزرگ دست بزنم و به موفقیت برسم.

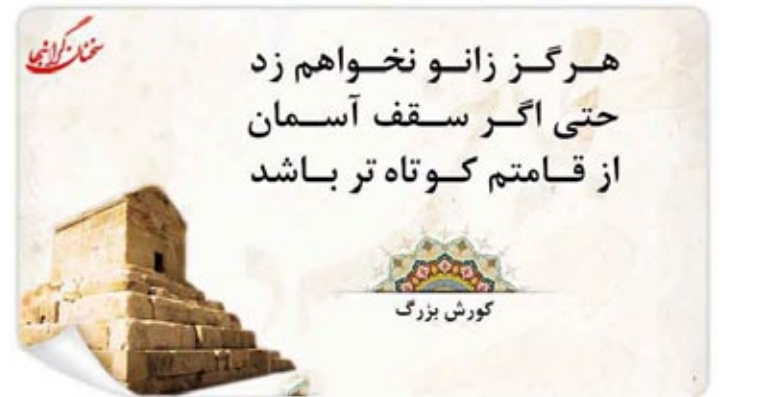
پیدا کن!د به همین سادگی!

نگرش

«پیر معرفت»

روزی شیوانا پیر معرفت یکی از شاگردانش را دید که زانوی غم بغل گرفته. شیوانا نزد او رفت و جوابی حالش شد. شاگرد لب به سخن گشود و از بی وفایی یار صحبت کرد و اینکه دختر مورد علاقه اش به او جواب منفی داده و پیشنهاد ازدواج دیگری را پذیرفته است. شیوانا با تبسم گفت: اما عشق تو به دخترک چه ربطی به دخترک دارد؟! «شاگرد با حیرت گفت:» ولی اگر او نبود این عشق و شور و هیجان هم در وجود من نبود!« شیوانا با لبخند گفت: «چه کسی چنین گفته است. تو اهل دل و عشق ورزیدن هستی و به همین دلیل آتش عشق و شوریدگی دل تو را هدف قرار داده است. این ربطی به دخترک ندارد. هرکس دیگر هم جای دختر بود تو این آتش عشق را به سمت او می فرستادی. بگذار دخترک برود! این عشق را به سوی دختر دیگری بفرست. مهم این است که شعله این عشق را در دلت خاموش نکنی. معشوق فرقی نمی کند چه کسی باشد! دخترک اگر رفت با رفتنش پیغام داد که لیاقت این آتش ارزشمند را ندارد. چه بهتر! بگذار او برود تا صاحب واقعی این شور و هیجان فرصت جلوه گری و ظهور پیدا کند!د به همین سادگی!»

یک لحظه مکث کن



حرف های ابریشمی

حسرت واقعی را آن روزی می خوری که می بینی، به اندازه سن و سالت زندگی نکرده‌ای.

طنز امروز

معلم: بگو ببینم چطورمی می توانی ثابت کنی زمین گرده؟
دانش آموز: آقا ما کی چنین ادعای کردیم که حالا بخواهیم ثابتش کنیم!

جدول ۳۲۴۴	طراح: نسرین کاری
پاسخ جدول ۳۲۴۳	

۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	م	ش	ا	و	ر	ه	ا	ب	پ	ز	ک	د	ن	و
۲	ا	ی	م	ا	ب	ک	د	ن	و	ر	ه	ا	ب	پ
۳	د	ل	ا	ل	ن	م	و	س	م	ن	ک	ی	ز	ا
۴	ر	ا	س	ن	د	ا	ه	ا	ی	ل	ک	م	ل	ج
۵	ب	ن	ی	د	خ	و	ا	م	ه	م	ا	ی	ا	ن
۶	و	م	و	م	د	ن	ق	ا	ن	و	ن	ا	ی	ا
۷	ر	ا	پ	م	ش	ا	و	ر	ه	ا	ب	پ	ز	ک
۸	د	ی	د	ل	ا	ل	ن	م	و	ر	ه	ا	ب	پ
۹	و	ا	ل	ن	م	و	ر	ه	ا	ب	پ	ز	ک	د
۱۰	ب	ن	ی	د	خ	و	ا	م	ه	م	ا	ی	ا	ن
۱۱	و	م	و	م	د	ن	ق	ا	ن	و	ن	ا	ی	ا
۱۲	ر	ا	پ	م	ش	ا	و	ر	ه	ا	ب	پ	ز	ک
۱۳	د	ی	د	ل	ا	ل	ن	م	و	ر	ه	ا	ب	پ
۱۴	و	م	و	م	د	ن	ق	ا	ن	و	ن	ا	ی	ا
۱۵	ب	ن	ی	د	خ	و	ا	م	ه	م	ا	ی	ا	ن

مادری حضرت سلیمان (ع) خوشه‌ای- دردناک ۸- سرزنش ۱۵- نجات یافته -کنایه از فرد کتنده - نوعی الک - سماروغ می‌نوازند - دانه سخرآمیز - توموند و قوی ۹- کشاورز و بزرگر - چانشینی - عضو اصلی تنفس ۱۰- پایتخت ۱۱- کفش پوشنه دار ۱۲- کدخد-ا- تمجب ۱۲- کهنه و پوسیده -گشادگی رنگهای ۱۳- پاره‌چه کهنه - از کشورهای ۱۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۵- پاره‌چه کهنه - از کشورهای ۱۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۷- پاره‌چه کهنه - از کشورهای ۱۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۳۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۳۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۳۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۳۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۳۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۳۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۳۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۳۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۳۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۳۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۴۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۴۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۴۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۴۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۴۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۴۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۴۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۴۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۴۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۴۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۵۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۵۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۵۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۵۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۵۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۵۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۵۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۵۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۵۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۵۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۶۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۶۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۶۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۶۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۶۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۶۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۶۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۶۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۶۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۶۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۷۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۷۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۷۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۷۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۷۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۷۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۷۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۷۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۷۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۷۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۸۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۸۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۸۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۸۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۸۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۸۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۸۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۸۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۸۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۸۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۹۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۹۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۹۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۹۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۹۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۹۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۹۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۹۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۹۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۹۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۰۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۰۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۰۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۰۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۰۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۰۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۰۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۰۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۰۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۰۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۱۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۱۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۱۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۱۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۱۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۱۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۱۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۱۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۱۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۱۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۲۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۲۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۲۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۲۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۲۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۲۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۲۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۲۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۲۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۲۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۳۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۳۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۳۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۳۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۳۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۳۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۳۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۳۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۳۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۳۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۴۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۴۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۴۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۴۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۴۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۴۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۴۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۴۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۴۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۴۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۵۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۵۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۵۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۵۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۵۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۵۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۵۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۵۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۵۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۵۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۶۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۶۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۶۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۶۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۶۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۶۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۶۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۶۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۶۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۶۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۷۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۷۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۷۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۷۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۷۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۷۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۷۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۷۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۷۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۷۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۸۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۸۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۸۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۸۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۸۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۸۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۸۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۸۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۸۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۸۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۹۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۹۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۹۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۹۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۹۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۹۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۹۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۹۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۹۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۱۹۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۰۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۰۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۰۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۰۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۰۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۰۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۰۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۰۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۰۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۰۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۱۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۱۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۱۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۱۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۱۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۱۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۱۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۱۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۱۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۱۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۲۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۲۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۲۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۲۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۲۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۲۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۲۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۲۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۲۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۲۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۳۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۳۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۳۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۳۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۳۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۳۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۳۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۳۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۳۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۳۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۴۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۴۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۴۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۴۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۴۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۴۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۴۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۴۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۴۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۴۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۵۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۵۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۵۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۵۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۵۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۵۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۵۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۵۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۵۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۵۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۶۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۶۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۶۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۶۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۶۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۶۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۶۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۶۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۶۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۶۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۷۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۷۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۷۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۷۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۷۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۷۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۷۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۷۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۷۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۷۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۸۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۸۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۸۲- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۸۳- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۸۴- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۸۵- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۸۶- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۸۷- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۸۸- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۸۹- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۹۰- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۹۱- دهنه و پوسیده - گشادگی رنگهای ۲۹۲- دهنه

