



telegram.me / avanews

هر شب قبل از توزیع نسخه کاغذی
روزنامه آوا را (روی گوشی خود) بخوانید

سه شنبه ۸ تیر ۱۳۹۵ ۲۲ رمضان ۱۴۳۷ ۲۸ ژوئن ۲۰۱۶ سال نوزدهم شماره ۳۵۴۰

آوا خبر جنوبی

به چند نفر بازارباب آقا و خانم
برای کار در پخش مواد غذایی نیازمندیم .

تلفن: ۳۲۲۵۱۶۰۶

آدرس: خیابان آیت ... سعیدی
تقاطع مفتوح و سعیدی

کلاس های ۵۰ نفره در مهرشهر

مدیر آموزش و پرورش بیرجند :
به علت مهاجر پذیری و تراکم زیاد
در مهر شهر و حاجی آباد کمبود شدید
فضای آموزشی داریم

صفحه ۷

امام جمعه بیرجند در دیدار با
مدیران صنعت آب استان :

آب را فریاد بزنید

صفحه ۷

کاهش سود تسهیلات بانکی از تیر

به گزارش مهر، کاهش نرخ سود سپرده های بانکی به ۱۵ درصد از اول تیرماه ۹۵ بر اساس توافقات صورت گرفته میان مدیران عامل بانکهای خصوصی و موسسات اعتباری آغاز شد و بر این اساس نرخ سود سالیانه سپرده های بانکی با کاهش ۳ درصدی از ۱۸ به ۱۵ درصد رسیده است. از این روز مدیران عامل سیستم بانکی کشور پیشنهاد نمودند از تاریخ ۹۵ / ۴ / ۱ نرخ سود علی الحساب سپرده های مدت دار یکساله خود را حداکثر معادل ۱۵ درصد قرار داده و نرخ سایر سپرده های کوتاه مدت به تناسب نرخ مزبور کاهش یابد.



داعش را برای شکست ایران ساختند / انتظار جامعه عزل دریافت کنندگان حقوق های غیرقانونی است / کواکبیان: افراد متخلف در فیش های حقوقی باید قبل افشا برگزار می شدند / زنکته: علاقه ای نداریم بایک زنجانی اعدام شود / ارزیابی سپاه از اظهارات سیدحسن نصر... / عادی سازی روابط ترکیه با اسرائیل / صفحه ۸

پس از تصویب هیات وزیران ، امروز معارفه می شود ؛

استاندار شمالی برای استان جنوبی



جنوبی هم استاندار، « نو» کند . پنجمین استاندار خراسان جنوبی زاده اسفراین، روحانی، کارشناس ارشد مدیریت توسعه استان و سوابق معاونت عمرانی استانداری، فرمانداری و شهرداری را هم در کارنامه خود دارد. امروز سه شنبه مراسم معارفه پرویزی فر در بیرجند برگزار می شود .

مأموریت داشته، در استان خراسان جنوبی که مورد توجه ویژه دولت است، هم منشأ خدمات خوبی بوده و به توسعه و پیشرفت استان اهتمام نماید. به این ترتیب پرویزی فر از خراسان شمالی به خراسان جنوبی کوچ کرد تا به جای خدمتگذار دیگر هم استانی خود بنشیند و در کمتر از یک سال باقی مانده از عمر دولت یازدهم خراسان

حسن روحانی رئیس جمهوری، آقایان سید علی اکبر پرویزی فر و محمدرضا صالحی به ترتیب به عنوان استانداران جدید استانهای خراسان جنوبی و شمالی معرفی شدند و رئیس جمهور در این جلسه با ابراز رضایت از عملکرد پرویزی فر، اظهار امیدواری کرد که با استفاده از تجربیات موفق که در محل قبلی

پس از تصویب هیات وزیران ، سید علی اکبر پرویزی فر استاندار خراسان جنوبی شد. بالاخره پس از چند روز بحث و اظهار نظر پیرامون شایعه انتخاب استاندار جدید برای خراسان جنوبی هیئت دولت غافلگیرانه از رأی اعتماد به استانداران جدید خراسان جنوبی و شمالی خبرداد. در جلسه هیئت وزیران به ریاست دکتر

ضمن گر امیداشت یاد و خاطره شهدای ۷ تیر

هفته قوه قضاییه

را به رئیس کل محترم دادگستری استان و همه همکاران قضایی ایشان تبریک و تهنیت عرض می نمایم.

روابط عمومی سازمان نظام مهندسی ساختمان استان خراسان جنوبی

چهل روز گذشت

با دستیابی بر سینه و قامتی خم به نشانه صمیمانه ترین تشکرها ایستاده ایم و نیز به خود می بالیم که مادری همچون تو داشتیم. ضمن عرض سپاس و تشکر از الطاف کلیه سروران گرمی که در مراسم تشییع و تدفین و مجالس ترحیم مرحومه



حاجیه کلثوم سعیدی

معلم بازنشسته (همسر مرحوم حاج علی سعیدی)

شرکت فرمودند، به اطلاع می رساند: به همین مناسبت جلسه بزرگداشتی امروز سه شنبه ۱۳۹۵/۴/۸ از ساعت ۱۷/۳۰ الی ۱۸/۳۰ در محل هیئت ابوالفضلی (مصلی) برگزار می گردد، حضور شما عزیزان در این جلسه و قرائت فاتحه موجب شادی روح آن عزیز از دست رفته و تسلی خاطر بازماندگان خواهد بود.

خانواده های: سعیدی، سپاهی، محمدی، هرمزی



اطلاعیه

قابل توجه متقاضیان شرکت در آزمون های حرفه ای کاردان ها و تعیین صلاحیت معماران تجربی

برابر بخشنامه وزارت راه و شهرسازی، آزمون حرفه ای کاردان های فنی ساختمان در رشته های معماری، شهرسازی، عمران، مکانیک، برق و نقشه برداری برای متقاضیان اخذ پروانه اشتغال به کار کاردانی پایه سه در تاریخ ۹۵/۶/۱۱ و آزمون تعیین صلاحیت معماران تجربی برای متقاضیان اخذ پروانه اشتغال به کار تجربی در تاریخ ۹۵/۶/۱۲ به طور هماهنگ و همزمان در سراسر کشور برگزار می شود. متقاضیان واجد شرایط می توانند تا ۱۲ تیر ماه سال جاری برای ثبت نام به آدرس WWW.INBR.IR مراجعه و پرینت آن را به سازمان نظام کاردانی ساختمان استان خراسان جنوبی تحویل نمایند. (مهلت فوق غیرقابل تمدید می باشد)

تلفن تماس: ۳۲۲۲۳۳۰۱-۳۲۲۲۳۲۹۱-۳۲۲۲۸۱۵۰

آدرس: خیابان طالقانی - خیابان مفتوح-مفتح ۲- پلاک ۹

سازمان نظام کاردانی ساختمان استان خراسان جنوبی

انا انزلناه فی لیلہ القدر

تویی آن گوهر پاکیزه که در عالم قدس ذکر خیر تو بود حاصل تسبیح ملک شب های قدر یادآور مقتدایی حقیقی به مولای متقیان حضرت علی (ع)

شهید

محمدرضا فرهادی

است. او که در راه پروردگارش زندگی حقیقی یافت و در اوج زیبایی آن را جاودانه ساخت.

زمان: لیلہ القدر ۲۳ ماه مبارک رمضان - ساعت ۹
مکان: مسجد جامع علوی (حائری) - خیابان حکیم نزاری

خانواده شهید محمدرضا فرهادی



رفت تا دامنش از گرد زمین

پاک بماند

آسمانی تر از آن بود

که در خاک بماند

به مناسبت

اولین سالگرد

درگذشت فرزند عزیزمان



دکتر زهرا حسین زاده و نوگل پرپر شده اش فاطمه ۲ ماهه

جلسه یادبودی فردا چهارشنبه ۹۵/۴/۹ از ساعت ۱۷ الی ۱۸

در محل حسینیه آیت ... آبتی (واقع در خیابان مطهری) برگزار می گردد

تشریف فرمایی یکایک شما سروران ارجمند موجب امتنان است.

خانواده های: حسین زاده ، طیبی و سایر فامیل وابسته

افسانه هستی اش اگر پایان یافت

خوش نامی و عزتش به پایان نرسید

به یاد آن مهربان پدر که وجودش فخر زندگی مان بود

و فداقت حسرت ابدی به مناسبت پنجمین سالگرد درگذشت

شادروان جلیل رفیعی

با ذکر فاتحه ای یادش را گرمی می داریم. روحش شاد

همسر و فرزندان



جناب آقای مهندس

سید علی اکبر پرویزی

استاندار محترم خراسان جنوبی



اینک که تدبیر دولت امید بر آن شده است که جناب عالی سکان هدایت استان خراسان جنوبی را در دست گرفته و در مسیر توسعه و آبادانی راهبری نمایید، ضمن تبریک این انتصاب و تشکر از زحمات مهندس خدمتگذار در دوران تصدی این مسئولیت، رجاء واثق داریم توانمندی و مدیریت شما گام های استواری را در راستای محرومیت زدایی و توسعه بیش از پیش این استان مرزی بردارد. حضورتان را در این مسئولیت مغتنم شمرده و دستان تان را برای خدمت به مردم خراسان جنوبی به گرمی می فشاریم.

مرتضی صفدری زاده

رئیس سازمان منطقه ویژه اقتصادی خراسان جنوبی

دریافت وجه هنگام ثبت نام و ارائه کارنامه به دانش آموزان ممنوع است

فارس- معاون آموزش متوسطه وزیر آموزش و پرورش گفت: اخذ وجه هنگام «ارائه کارنامه به دانش آموزان» و «ثبت نام در مدارس به غیر از مدارس غیر دولتی، استادهای درخشان و شاهد» ممنوع است.
علی زرافشان معاون آموزش متوسطه وزیر آموزش و پرورش، در خصوص دریافت وجه هنگام ارائه کارنامه به دانش آموزان اظهار داشت: این کار خلاف قانون است و دریافت پول به اجبار از دانش آموزان معنایی ندارد. وی ادامه داد: اگر قرار بوده است به خاطر برنامه های فوق برنامه، مدرسه هزینه ای از دانش آموزان دریافت کند، باید در ابتدای سال تحصیلی این کار انجام شود و مدرسه بر مبنای آن بتواند فعالیت های فوق برنامه خود را ساماندهی کند.
معاون آموزش متوسطه وزیر آموزش و پرورش در خصوص این مدارس تصریح کرد: مدارس غیردولتی بر اساس الگوی شهریه، مدارس استادهای درخشان براساس ۵۰ درصد شهریه مدارس غیردولتی و مدارس شاهد نیز بر اساس حق التبیتی که ستاد امور شاهد و ایثارگران تصویب کرده است، هنگام ثبت نام وجه دریافت می کنند.

وضعیت برگزاری آزمون پایانی برای ورود به معلمی

معاون دانشگاه فرهنگیان با اشاره به ارائه کارنامه شایستگی های حرفه ای به دانشجو معلمان ورودی سال های ۹۱ تا ۹۳ در خصوص برگزاری آزمون جامع پایانی ویژه دانشجو معلمان توضیحاتی ارائه کرد.
به گزارش تسنیم، علیرضا صادق زاده بیان کرد: براساس ارزیابی های مختلف به این نتیجه رسیدیم تا طرح اصلح یعنی آزمون نهایی صلاحیت معلمی را اجرا کنیم و جزئیات برگزاری این آزمون طراحی و در شورای عالی آموزش و پرورش تصویب شد اما به لحاظ حقوقی این ایراد گرفته شد چون از ابتدا به دانشجو معلمان ورودی سال های ۹۱ تا ۹۳ اعلام نکرده بودیم که باید در آزمون پایانی شرکت کنند، برگزاری این آزمون ایراد دارد براین اساس طراحی کارنامه شایستگی های حرفه ای دانشجو معلمان را مدنظر قرار دادیم.
وی با بیان اینکه این کارنامه با این هدف است که دانشجومعلمانی که در فعالیت های فرهنگی و اجتماعی حضور فعالی دارند، شناسایی شوند، گفت: این موضوع در رزومه تحصیلی آنان ثبت می شود و دانشجو معلمان متوجه می شوند، گرچه اجباری در برنامه فرهنگی و اجتماعی وجود ندارد اما آن گروهی که در این برنامه شرکت می کنند با سایرین متفاوت هستند.



کمیسیون تنظیم مقررات ارتباطات علی رغم تمامی پیش بینی ها، به شکلی هوشمندانه اپراتورهای موبایل را ترغیب به افزایش قیمت بسته های اینترنتی کرد و از ورود به تعیین کف قیمت اینترنت منصرف شد. به گزارش تسنیم، کمیسیون تنظیم مقررات ارتباطات خرداد سال جاری در قالب چندین جلسه کاری، سرانجام پکیج جامع تعرفه ای در حوزه ثابت و سیار را به تصویب رساند و جهت تأیید نهایی روانه دولت کرد. سیر درآمدی اپراتورهای موبایل از محل مکالمه و

است.
امسال اما سلسله اتفاقاتی باعث شده تا زمینه رشد اجاره بها خیلی بیشتر از متوسط سالانه فراهم شود.
صحبت از سود سپرده بانکی است. پرویزیان رئیس کانون بانکهای خصوصی چندی پیش با اشاره به کاهش نرخ سود سپرده بانکی به ۱۵ درصد گفته بود: تصمیم به کاهش نرخ سود سپرده های بانکی در پی اقدام داوطلبانه بانکها و با توجه به کاهش نرخ تورم و حمایت بانک مرکزی از بازار بین بانکی اتخاذ شد.
نرخ

سود سپرده در مرحله اول با توجه به کاهش تورم به ۱۲ درصد تا ۱۵ درصد کاهش می یابد اما ادامه کاهش نرخ تورم امیدواریم نرخ سود سپرده باز هم کاهش یابد تا برای بنگاه های کوچک و متوسط فضای بهتر تأمین مالی ایجاد شود.
این اقدام بانکها به طور غیر مستقیم بازار اجاره بها ی سود سپرده های بانکی در پی اقدام داوطلبانه مهم ترین آنها تمایل موجدان به دریافت اجاره بها به جای پول پیش یا همان رهن است، این مسئله

پیامک روز به روز در حال کاهش است و با رشد ضریب نفوذ استفاده از گجت های هوشمند، مصرف دیتا در شبکه اپراتورهای موبایل رشد چشم گیری کرده است.
پایین بودن نرخ دیتای موبایل باعث شده تا اکثر مردم، اینترنت تلفن همراه را به ADSL ترجیح دهند، اما کمیسیون تنظیم مقررات ارتباطات به جای دخالت در طرح های تشویقی اپراتورها و تعیین نرخ کف برای دیتای موبایل، قیمت اینترنت ثابت (ADSL) را کاهش داد تا با این کار شرایط رقابت را

در این حوزه تضمین کند.
از طرفی نرخ سقف دیتای موبایل را هم کاهش داد تا اپراتورهای موبایل از محل مصرف اینترنت آزاد با کاهش درآمد مواجه شده و سعی بر جبران آن با افزایش نرخ بسته ها کنند.
این اقدام هوشمندانه کمیسیون تنظیم مقررات علاوه بر اینکه مانع اعتراض مردمی نسبت به افزایش یکباره قیمت اینترنت موبایل شد، می تواند در بلند مدت همان شرایطی که مدنظر او برای حوزه رقابتی بوده را به ارمانگ آورد.

گران شدن بسته های اینترنت موبایل در دستور کار

تغییر رفتار موجران با کاهش نرخ سود

نیز در تابستان پیش رو بی شک باعث رشد نرخ اجاره بها خیلی بیشتر از نرخ تورم مورد ادعای دولتی ها خواهد شد.
یکی از فعالان بازار مسکن در این باره، گفت: معمولاً هر سال موجران با توجه به نرخ تورم و رشد هزینه ها اجاره بها را ۱۰ تا ۲۰ درصد افزایش می دهند، افزود: امسال اما مالکان با توجه به کاهش سود سپرده بانکی تغییر رفتار داده اند و دیگر تمایل چندانی به دریافت پول پیش (رهن) ندارند و از مستاجران اجاره بها می خواهند.



تسهیلات صندوق اشتغال کمیته امداد مشمول چه کسانی نمی شود؟

معاون اشتغال کمیته امداد عنوان کرد: تنها سرپرستان خانوار تحت پوشش کمیته امداد می توانند تسهیلات اشتغال این نهاد را از منابع بانکی و صندوق اشتغال نیازمندان دریافت کنند. محمد امید در گفتگو با ایسنا، در خصوص نحوه توزیع تسهیلات اشتغال در میان مددجویان اظهار کرد: اعتبارات صندوق اشتغال نیازمندان کمیته امداد به طور ۱۰۰ درصد به سرپرستان خانواده های تحت پوشش تعلق می گیرد و شامل فرزندان، مددجویان مودری و پشتنوتی نمی شود. وی افزود: سرپرستان خانوار علاوه بر آنکه می توانند از صندوق اشتغال نیازمندان تسهیلات اشتغال دریافت کنند؛ ۵۰ درصد اعتبارات بانکی کمیته امداد نیز به آنها اختصاص می یابد.



خبر «استخدام در آموزش و پرورش» صحت ندارد

فارس- معاون رسانه مرکز اطلاع رسانی و روابط عمومی وزارت آموزش و پرورش گفت: خبر منتشر شده در فضای مجازی مبنی بر استخدام در آموزش و پرورش صحت ندارد.
رسول پاپایی اظهار داشت: این قبیل اخبار غیر رسمی و اطلاعاتیه های جعلی از سوی کلاهبرداران و افراد شیاد طراحی و اعلام هرگونه شماره حساب در این گونه خبرها به منظور کلاهبرداری از جویندگان کار طراحی شده در فضای مجازی منتشر می شود.
وی افزود: آموزش و پرورش اطلاعاتیه های خود را تنها از طریق پایگاه اطلاع رسانی این وزارتخانه و رسانه های رسمی کشور به سمع و نظر عموم می رساند.

پیش بینی حذف کارت سوخت و بنزین دو نرخی در اصلاحیه بودجه ۹۵

وزیر نفت با اشاره به پیش بینی حذف مصوبه مهم بنزینی مجلس نهم در اصلاحیه لایحه بودجه سال ۹۵ (بنزین دو نرخی) گفت: کارت سوخت تأثیری بر مدیریت مصرف بنزین ندارد و عرضه تک نرخی بنزین ادامه می یابد.
به گزارش مهر، بنزین زنگنه با اعلام اینکه لایحه حذف این مصوبه بنزینی مجلس نهم در زمان اصلاح بودجه سال ۹۵ رسماً از سوی دولت به مجلس ارائه می شود، در خصوص مزیت جمع آوری اطلاعات از طریق عرضه کارت بنزین، تصریح کرد: برخی می گویند از این کارت سوخت برای دریافت اطلاعات استفاده کنیم اما عملاً در طول چند سال گذشته از هیچ یک از این اطلاعات داده ای استفاده نشده است.

جریمه های جایگزین زندان برای خرده فروشان مواد مخدر

رئیس پلیس مبارزه با موادمخدر در مورد نحوه برخورد با خرده فروشان موادمخدر گفت: دستگاه قضا به علت محدودیت ها، جریمه های جایگزین زندان را برای آنها در نظر می گیرد.
به گزارش جام جم آنلاین ، سردار سموع زاهدیان گفت: این جریمه ها برای دستگیری اول است و در مرتبه دوم دستگاه قضا برخورد جدی تری با این افراد خواهد داشت.

پرداخت وام ازدواج ۱۰ میلیونی از مرداد در همه بانکها

مدیر کل دفتر ازدواج و تنالی خانواده وزارت ورزش و جوانان گفت: قرار است از مرداد ماه وام ازدواج ۱۰ میلیون تومانی طبق شرایط اعلامی به صورت سراسری در همه بانک ها پرداخت شود.
ناصر صبحی قراملمکی در گفتگو با ایسنا، با اشاره به جلسه اخیر خود با مدیران بانک مرکزی اظهار کرد: گفته می شد زوجینی که در نوبت وام ۳ میلیون تومانی هستند می توانند وام ۱۰ میلیونی دریافت کنند. وی با اشاره به افزایش مدت زمان بازپرداخت وام ازدواج، گفت: مدت بازپرداخت این وام از یک سال به چهار سال افزایش پیدا کرده است. البته مبلغ قسط نیز بیشتر شده و حدود پانصد هزار تومان است.

گچ کاری و گچ بری پذیرفته می شود به قیمت مناسب در اسرع وقت (شهر – روستا) ۰۹۹۰۴۷۱۲۰۴۲

فروشگاه گرم گستر

نماینده فروش اولین رادیاتور قرینزی هوشمند ایران و رادیاتورهای دکوراتال (شیشه ای) با چاپ اختصاصی با برند معتبر آترین در خراسان جنوبی

◀ ۵۰٪ صرفه جویی در مصرف انرژی ▶
◀ ۴۰٪ صرفه جویی در حجم لوله کشی ▶
◀ ۷۰٪ بازده حرارتی بیش از رادیاتورهای معمولی ▶
◀ ایجاد حرارت یکنواخت با سرعت بالاتر در محیط ▶
◀ نصب آسان، زیبایی و تناسب ▶

بلوار آوینی، حدفاصل تریج و صدف، جنب پل هوایی
تلفن: ۰۲۹۰ ۲۲۳۴ (۰۵۶) ۰۳۱۳۰۲۳ ۰۹۳۶۵۱۱۳ شواکندی

@garmgostar_store

فروشگاه خواجهوی

۱۸ ماه گارانتی

آب شیرین کن خانگی نقد و اقساط (بدون افزایش قیمت ویژه ماه مبارک رمضان) نصب و فیلتر رایگان

خیابان فردوسی، نیش حافظ ۰۹۱۵۵۴۳۸۷۶۰-۳۲۴۲۱۶۳۳

دفتر فنی و مهندسی دید افرا (تولید نور برجسته)

مجموعه و مشاوره پروژه های امنیتی و شبکه های کامپیوتر
گزاره های فنی و شبکه های امنیتی (a/hua) در خراسان جنوبی
نمایندگی فروش و خدمات پس از فروش تجهیزات امنیتی

باورمان به شایستگی و ارزشمندی مشتریان ما را بر آن داشت تا بهترین سیستم های نظارت تصویری روز دنیا را برای شما فراهم آوریم ، زیرا هیچ حسی بالاتر از امنیت و آسایش خاطر وجود ندارد.

چرا داهوا (a/hua) ؟

◀ دارای رتبه پنجم جهانی در رده بندی بهترین و با کیفیت ترین تولید کننده سیستم های امنیتی ▶
◀ برنده جایزه «دوربین محصول سال ۲۰۱۵» از موسسه T.G.C.Publishing House ▶
◀ ارائه تکنولوژی HDCVI که منحصراً ابداع این کمپانی میباشد ▶
◀ تنوع زیاد محصول (بیش از ۵۰۰ مدل) جهت تأمین هر نوع نیاز مشتری ▶
◀ کسب رتبه اول فروش در خاورمیانه (۲۰۱۵) ▶
◀ کسب رتبه پنجم فروش در آسیا (۲۰۱۵) ▶
◀ دریافت جایزه ۲۰۱۵ GIT Security Award ▶
◀ تنوع محصول زیاد در زمینه دوربین ▶

آدرس: بازار شهید مطهری / حدفاصل مدرس و پاسداران / روبروی دیوارچی (محلی)
تلفن: ۰۵۶۲۷۳۳۳۹۱-۰۹۱۵۸۶۳۰۵-۰۹۱۵۱۶۰۲۰۶۱

دفتر: توحید ۲۱، نیش نبوت ۲۱، پلاک ۱۰۵
عضو معتبر اتحادیه مسئول دستگیری

۳۲ ۴۴ ۶۶ ۶۶

صاف صاف، لول لول، تخت تخت

۳۲ ۴۲ ۴۳ ۲۰-۲

www.iranwash.ir

قالیشویی و مبل شویی ایران

برای اولین بار فرش های خود را تو کشیده تحویل بگیرید

برای اولین بار در استان خراسان جنوبی

فقط در نمایندگی ۳۱۰۲

فروش محصولات ایران خودرو

ظرفیت محدود

از دم قسط

ویژه کارکنان دولت و نیروهای مسلح

آدرس: بلوار مسافر – بالاتر از ترمینال – میدان قائم
سایت کارگاهی ۲ – ۳۲۳۳۸۴۲۰

به مناسبت هفته صرفه جویی در مصرف آب:

مشترکین کم مصرف آب در شهر بیرجند تجلیل شدند

پیشه ور- شرکت آب و فاضلاب شهری خراسان جنوبی به مناسبت هفته صرفه جویی در مصرف آب، در اقدامی جالب همانند سالهای گذشته از تعدادی از مشترکین کم مصرف در شهر بیرجند با همکاری امور آب و فاضلاب بیرجند تقدیر کرد. مدیر امور آب و فاضلاب بیرجند در این مراسم با بیان اینکه ۷۲ هزار و ۵۰۰ مشترک آب در بیرجند وجود دارد گفت: ۶۳۰۰۰ مشترک آب در بخش خانگی هستند که این رقم ۸۶ درصد کل مشترکان را شامل می شود. سید علی هاشم آبادی ادامه داد: ۷۶ درصد مشترکین در بیرجند زیر الگوی مصرف آب استفاده می کنند.

وی افزود: برای انتخاب مشترکین کم مصرف در بیرجند با توجه به اینکه تعداد زیادی از شهروندان را شامل می شد عوامل ویلایی، تمداد خانوار، داشتن باغچه در حیاط منزل از جمله این موارد بود که در نهایت از بین ۲ هزار مشترک کم مصرف انتخاب شده تعدادی از مشترکین که بین ۶ تا ۷ متر مکعب آب در ماه مصرف کرده بودند به عنوان مشترک نمونه برگزیده شدند. وی با تأکید بر رعایت اصل صرفه جویی توسط مردم گفت: باید با مدیریت مصرف آب این میراث را برای آیندگان بجا بگذاریم. معاون خدمات مشترکین و درآمد شرکت آب و فاضلاب خراسان جنوبی نیز در این مراسم اظهار داشت: در فرهنگ دینی و مذهبی و باستانی ما بر صرفه جویی در مصرف آب تأکید زیادی شده است و بزرگان و گذشتگان ما نیز در این زمینه پیشقدم بوده اند که حفر قنوات با سازه های خاص مهندسی برای محافظت از

این مایع گرانبها نشانه اهمیت آب می باشد. مهندس محمود نادری با بیان اینکه در منطقه ما از گذشته نیز فرهنگ استفاده از آب های زیر زمینی وجود داشته، اذعان داشت: مردم حتی در کشت محصولات کشاورزی نیز تلاش می کرده اند در سالهای کم باران محصولات کم آب بر بکارند که تمامی این موارد نشان از اهمیت دادن گذشتگان ما به مساله آب می باشد. وی تصریح کرد: در همه جای دنیا از ۷۰ درصد آبهای تجدید پذیر مانند باران بهره برداری می شود که متأسفانه با کاهش نزولات جوی و افت آب های زیر

زمینی برداشت بی رویه از سفره ها صورت گرفته است.

در اکثر دشت های استان بیلان منفی برداشت آب وجود دارد

وی ضمن بیان اینکه در اکثر دشت های استان بیلان منفی برداشت آب وجود دارد، گفت: این عملکرد باعث برداشت آب شیرین با کیفیت جای خود را به آب بی کیفیت تری

بدهد. وی با بیان اینکه مردم ما در استان قدر آب را می دانند، افزود: مردم در مصرف آب مدیریت خوبی دارند و کمتر از میانگین کشوری آب مصرف می کنند.

خدمات رسانی مطلوب در گرو واقعی سازی نرخ آب بهاء

مهندس نادری تعداد مشترکان آب استان را ۱۷۲ هزار نفر عنوان کرد و اظهار داشت: از این تعداد، ۱۵۰ هزار مشترک در بخش مسکونی هستند و شرکت آب و فاضلاب



۲۰۰ هزار نفر را در استان تحت پوشش خدمات آب شرب دارد. وی از مردم خواست قدر آب موجود را بدانند چرا که انتقال آب به استان بطور مثال از دریای عمان بسیار هزینه بر خواهد بود. وی عمده مصارف آب را مربوط به بخش کشاورزی دانست و خاطر نشان کرد: با وجود اینکه مشترکین آب ما کم مصرفند اما مصرف آب در استان زیاد است و بخش عمده مصارف نیز مربوط به بخش غیر مسکونی به

مصرف بیرجندی به ارائه پیشنهادات و راهکارهایی برای کاهش مصرف آب پرداختند. آقای قلبی یکی از این مشترکین با اشاره به اقداماتی که در منزل مسکونیش برای کاهش مصرف آب انجام داده گفت: استفاده از شیر آلات اهرمی، استفاده از آب زائد تصفیه شده در منزل برای آبیاری باغچه و درختان، استفاده از جارو برای تمیز کردن حیاط بجای شستشو از جمله کارهای کوچکی بوده که

ویژه در حوزه کشاورزی است. معاون خدمات مشترکین و درآمد شرکت آب و فاضلاب استان خراسان جنوبی به تفاوت فاحش قیمت تمام شده آب با قیمت آب بهاء اشاره کرد و افزود: واقعی سازی نرخ آب بهاء می تواند این مجموعه را برای خدمت رسانی مطلوب به مردم یاری کند.

پیشنهادهای و راهکارهای مشترکین کم مصرف بیرجندی به شهروندان

در ادامه این جلسه مشترکین نمونه کم مصرف بیرجندی به ارائه پیشنهادات و راهکارهایی برای کاهش مصرف آب پرداختند. آقای قلبی یکی از این مشترکین با اشاره به اقداماتی که در منزل مسکونیش برای کاهش مصرف آب انجام داده گفت: استفاده از شیر آلات اهرمی، استفاده از آب زائد تصفیه شده در منزل برای آبیاری باغچه و درختان، استفاده از جارو برای تمیز کردن حیاط بجای شستشو از جمله کارهای کوچکی بوده که

کم مصرف این شهرها تجلیل به عمل آمد.



رعایت مقررات ملی ساختمان، تضمینی بر خانه ای امن و ایمن است.

چگونه اندیشیدن را به فرزندان مان بیاموزیم

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

ثبت نام ترم تابستانی آغاز شد

خیابان توحید - تقاطع چهار راه ۱۵ خرداد

مجمع ورزشی ولایت - تالار شطرنج

۰۳۲۴۳۰۰۹ - ۳۲۴۲۴۴۵۷ - ۰۹۱۵۵۶۲۸۰۰۹ میزانی

www.birjandchess.ir ۱۰۰۵۵۶۱۴۴۳۰۰۹۰ سامانه پیام کوتاه:

شله مشهدی و سوپ جو مخصوص درویش

توزیع از ساعت ۵ بعدازظهر تا افطار

لطفا ظرف همراه بیاورید

میزبان محافل افطاری شما همشهریان هستیم

خیابان محلاتی - تقاطع استقلال ۳۲۳۲۴۴۴۴

لیست قیمت ها ویژه ماه مبارک رمضان

چلو مرغ مخصوص درویش	۱۰۰۰۰ تومان
چلو کباب کوبیده مخصوص درویش	۱۰۰۰۰ تومان
چلو خوجه کباب مخصوص درویش	۱۲۰۰۰ تومان
چلو گوشت مخصوص درویش	۲۵۰۰۰ تومان
چلو ماهیچه مخصوص درویش	۳۰۰۰۰ تومان

هفتمین جشنواره تابستانه فروش ویژه فرهنگیان شهرهای خراسان جنوبی

فروش کاغذ دیواری هال و پذیرایی بعلاوه ۲ خواب همراه با نصب ماهیانه از ۷۵۰۰۰ تا ۱۴۰۰۰۰ تومان بسته به جنس کاغذ دیواری

فروش کاغذ دیواری هال و پذیرایی بعلاوه ۳ خواب همراه با نصب ماهیانه از ۹۵۰۰۰ تا ۱۹۰۰۰۰ تومان بسته به جنس کاغذ دیواری

فروش کاغذ دیواری هال و پذیرایی تنها برای منزل ۷۵ متری همراه با نصب ماهیانه از ۳۰۰۰۰ تا ۶۵۰۰۰ تومان بسته به جنس کاغذ دیواری

فروش کاغذ دیواری هال و پذیرایی تنها برای منزل ۸۵ متری همراه با نصب ماهیانه از ۴۰۰۰۰ تا ۷۵۰۰۰ تومان بسته به جنس کاغذ دیواری

فروش کاغذ دیواری هال و پذیرایی تنها برای منزل ۹۵ متری همراه با نصب ماهیانه از ۵۰۰۰۰ تا ۸۵۰۰۰ تومان بسته به جنس کاغذ دیواری

فروش کاغذ دیواری برای اتاق ۱۲ متری همراه با نصب ماهیانه از ۳۰۰۰۰ تا ۳۸۰۰۰ تومان بسته به جنس کاغذ دیواری

زمانی پور ۰۹۱۲۴۰۳۰۴۰۷

کاغذ دیواری

www.erismann.de

erismann

مقایسه انتخاب کاغذ دیواری های اریسمن آلمان

با اقساط ۱۷ ماهه بدون ضامن و پیش پرداخت

دفتر بیرجند: دقتی مشهد: حاشیه میدان چهاران: جنب دفتر کاشی فرزاد

دقتی مشهد: انتهای خیابان شمالی: بعد از میدان بهارستان

دربهای اتوماتیک مؤمنی

کرکره برقی

جک پارکینگی

اوپراتور شیشه ای

تحويل جنس به روز ...

فروش به همکاران عزیز به قیمت کلی

مسئول فروش:

۰۹۱۵۳۶۱۶۳۵۸

حمل اثاثیه منزل

با خاور مسقف و کارگر ماهر

۰۹۱۵۹۶۳۹۰۶۵ - علی آبادی

ضمناً کارگر تنها نیز داریم

صوتی - تصویری - مخابراتی

انصاری فرد و پسران

LED - پلاسما

سینما خانگی و میز

آدرس: میدان امام - کوچه اول بازار

تلفن تماس: ۳۲۲۲۴۸۵۲

سقف کاذب، کناف، پارکت، کف پوش، PVC

۰۹۱۵۱۶۳۰۷۴۱ رحیمی

بیست متری سوم، روبروی حج و زیارت

حمل بار و اثاثیه منزل رحیم آبادی

اخلاق، انصاف، کار خوب

سرلوحه خدمات ماست

به صورت شبانه روزی، با سابقه درخشان و قیمت کاملاً توافقی

حمل بار و اثاثیه منزل با خاور مسقف و نیسان و کارگر ماهر

۰۹۱۵۹۶۳۴۰۳۸

۰۹۱۵۵۶۴۲۹۵۹

رحیم آبادی

حمل بار و اثاثیه منزل

با کامیونت های مسقف

چادر دار و پتو دار

و کارگرهای ماهر

۰۹۱۵۷۲۳۸۵۷۱

صالحی منشی

ایزوگام شفیعی

آسفالت (محوطه و پشت بام) و قیرکونی

۰۹۱۵۱۶۳۰۷۲۸۳ - ۳۲۲۲۵۴۹۴

صیادشیرازی، مجتمع میرداماد، واحد ۹۸

ایزوگام سلیمانی

۰۹۱۵۱۶۰۵۵۲۱۶ ۳۲۲۳۶۰۳۰

خیابان ارتش - سه راه معلم - جنب بیمه البرز

طالبا شمعانی و بیمه ایران

تالیشونی و بشیشی

مجهز به دستگاه آبگیر لوله ای بدون درب

۳۲ ۴۴ ۶۶ ۶۰

صاف و تمیز همچو روز اول

اولین و تنها دارنده دستگاه آبگیر چهارلول در شرق کشور با قابلیت آبگیری همزمان، ۴ تخته فرش بصورت کاملاً مجزا

اولین دارنده دستگاه آبگیر لوله ای بدون درب در استان

صاف صاف تخت تخت بدون چین و چروک

۳ - ۱ - ۰۰۰ ۳۲ ۴۴

پیشرو در صنعت قالیشوئی استان

درجه یک / کاور شده

یاتریس

ومبل شوئی

قالیشوئی

آیه روز

ای کسانی که ایمان آورده اید! اموال و فرزندانتان شما را از یاد خدا غافل نکند و کسانی که چنین کنند زیانکارانند. منافقون آیه ۹

شعر روز

از ذره سرگشته قرار تو کجاست
وی مشت غبار اعتبار تو کجاست
درآمدن و بودن و رفتن مهجور
ای عاجز مضطر اختیار تو کجاست

دعای روز: بیست و دوم ماه رمضان

خدایا بگشا به رویم در این ماه درهای فضل و
فرود آر برایم در آن برکات را و توقیقم ده
در آن برای موجبات خوشنودیت و مسکنم ده
در بهشت ای اجابت کننده خواسته‌ها

عارفانه روز

ناتوان ترین مردم کسی است که از دعا کردن
واماند و بخیل ترین مردم کسی است
که از سلام کردن واماند

حدیث روز

وفاداری با خیانت کاران نزد خدا نوعی خیانت، و خیانت به خیانت کاران نزد خدا وفاداری است.
حضرت علی(ع)



شب بیست‌وسوم رمضان هنگامه امضای مقدرات

داشتند و مراسم احیا و شب زنده داری را در شب های مختلف به جا می‌آوردند تا از این فیض محروم نشوند.

شب بیست و سوم فرصت مناسبی برای استغفار گفتن است
لیله القدر صد درصد مشخص نیست اما در مجموع هر کدام از این سه شب بهره ای از لیله القدر دارند.
شب بیست و سوم فرصت مناسبی برای استغفار گفتن است و بهترین شب در زندگی بشر است که خداوند آن را برتر از هزار ماه دانسته است. در تفسیر المیزان علامه طباطبایی وارد شده که تقدیر در نوزدهم و ایرام (محکم کردن) در بیست و یکم و امضا در شب بیست و سوم است.
شب بیست و سوم شب امضا مقدرات است پس نباید از این شب غافل شویم و اعمال و دعاهایی که وارد شده و انفاق، صدقه و دعا برای امام زمان(عج) و جامعه اسلامی داشته باشیم.

در شب بیست و سوم در حق همدیگر دعا کنیم

در مهم بودن شب‌های قدر جای بحث نیست و شاید عدم تعیین شب قدر در مهم بودن قضیه است. خداوند شب قدر را در سه شب نوزدهم، بیست و یکم و بیست و سوم مخفی کرده تا اگر شب نوزدهم برای فردی قابل درک نبود و نتوانست احیا بگیرد، در شب بیست و یکم احیا بگیرد و اگر نشد در شب بیست و سوم احیا بگیرد.
در روایات بر احای شب بیست و سوم توصیه و تأکید زیادی شده است و تقدیرات مردم در این شب قطعی می‌شود.
شب زنده داری‌های یک مسلمان معتقد باید در شب بیست و سوم دقیق تر و عمیق تر باشد که به فیض درک شب قدر در شب بیست و سوم نایل شود.
در این شب باید در حق هم دیگر دعا کنیم چه برای افرادی که زنده اند و چه افرادی

که دستشان از دنیا کوتاه است که باید برای آن‌ها طلب غفران و آمرزش کرد.
یک فرد مسلمان روزه دارکه علاقمند است به فیض شب قدر نائل شود، باید شب بیست و سوم را مورد توجه قرار دهد و احیا بگیرد.

اعمال شب بیست و سوم با اهمیت بیشتری انجام شود
شب بیست و سوم ماه مبارک رمضان در کنار شب ۱۹ و ۲۱ از احتمال شب قدر بودن برخوردار بوده و باید زمینه‌های بهره بردن از این شب را از خداوند طلب کنیم.
با توجه به اینکه شب قدر شب نزول قرآن و پایین آمدن فرشتگان برای امین گفتن دعاهای مومنان است باید انگاه نگاه داشت و در لحظاتی که خداوند مقدرات را تعیین می‌کند با تضرع و عبادت تقدیر خوبی برای خودمان رقم بزنیم.
در شب بیست و سوم تقدیراتی که در شب ۱۹ و ۲۱ رقم خورده به امضا رسیده و

حتمیت پیدا می‌کند.
در برخی روایات آمده که شب بیست و سوم افضل دو شب دیگر بوده و حتی آمده شب قدر همین شب است؛و دراین شب جمیع امور و سرنوشت انسان‌ها مطابق با حکمت الهی مقدر می‌شود.

لازم است اعمال مشترک شب‌های قدر در شب بیست و سوم با تأکید و اهمیت بیشتری انجام شود و قرائت بعضی از سوره‌هایی که در روایات آمده فراموش نشود.
در این شب برای آموزش گناهان خود و دیگر مسلمانان نیز دعا کنیم، تا از آثار و برکات این شب بهره گرفته و با تقرب بیشتر به درگاه عبودیت، خلوص در بندگی را به اثبات برسانیم.
بهترین کار در شب قدر، کسب علم و تفکر است، بهترین کار در شب قدر این است که انسان از برنامه گذشته خود استغفار کند و برای برنامه آینده خود فکر کند و خوبی‌ها را از خداوند درخواست کند.

کلیه لوازم منزل و اداری شما را با بالاترین قیمت نقدادر محل خریداریم.
۰۹۱۵۹۶۱۸۰۵۰ - ۳۲۲۱۰۵۷۰

به یک نفر (خانم) حسابدار برای انجام امور حسابداری نیازمندیم. ساعت تماس: ۱۵ الی ۲۱
۰۹۱۵۹۶۴۰۵۷۸ - ۳۲۴۳۳۳۰۸

شرکت پختی تک ستاره خاوران
برای تکمیل کادر فروش خود تعدادی ویزیتور خانم یا آقا با بیمه و پورسانت استخدام می نماید.
۰۹۱۵۱۶۰۱۰۰۲ - ۳۲۲۲۱۴۰۱

یک شرکت پخش مواد غذایی معتبر با حقوق و مز ایای ثابت و پورسانت

عالی و بیمه نیازمند افراد واجد شرایط ذیل می باشد:

بازاریاب حضوری حرفه ای و غیر حرفه ای

۰۹۱۵۵۶۱۹۳۸۶

۰۹۱۵۲۰۳۱۲۵۰

با ۱۰ سال بیمه

ایزوگام و قیرکونی کاظم سالخورده

از ما خرید نکنید ، اما قیمت را از ما بپرسید
۰۹۱۵۵۶۱۲۹۴۹ - ۳۲۳۳۱۰۵۰

میدان آزادی - ابتدای خیابان شهید برکی

کالای ورزشی المپیک

(فوتبال، فوتسال) - (والیبال، بسکتبال) - (دارت، شطرنج) (دوجرخه، اسکوتر، اسکیت، تردمیل) - (کتونی سالن، استوک، اسپورت) (بدن سازی - ایروبیک - ژیمناستیک) - (باستانی، زورخانه ای) - (رزمی) - (شنا)

آماده عقد قرارداد با کلیه ارگان های دولتی و خصوصی

این مجموعه بیش از پانزده رشته ورزشی به صورت حرفه ای در خود گنجانده

آدرس: بلوار معلم - خیابان فردوسی - کالای ورزشی المپیک

۰۹۱۵۹۶۲۰۹۲۰ - ۳۲۴۴۷۵۳۷ **مدیریت فروشگاه: ملائی**

شب قدر

اعمال شب بیست و سوم ماه رمضان

امشب، شب بیست و سوم ماه مبارک رمضان است دیگر زمانی باقی نمانده، باید تمام تلاش خود را بکار برد تا در پناه رحمت خداوند متعال قرار گرفت. اگر تاکنون قرار نگرفته ای، در روایتی از امام باقر(ع) نقل شده است که مردی در ماه رمضان خدمت رسول خدا (ص) آمد و به آن حضرت عرض کرد: من در بیرون مدینه به سر می‌برم و شتر و گوسفند دارم که نمی‌توانم همه شب در مدینه حاضر شوم. دوست دارم شبی را به من معرفی کنی تا آن شب را به مدینه بیایم و در نماز و عبادت حاضر باشم. حضرت او را به نزد خود فراخواند و به طور در گوشی آن شب را معرفی کرد. آن مرد نیز وقتی شب‌های بیست و سوم ماه رمضان فرا می‌رسید، با همه خانواده و فرزندان و غلامان به مدینه می‌آمد و آن شب را می‌ماند و صبحگاهان به منزل خویش بر می‌گشت.

مرحوم "علامه مجلسی" نیز در کتاب "زادالمعاد" می‌گوید:"کثر احادیث معتبر دلالت دارد که شب بیست و سوم، شب قدر است"در شب بیست و سوم ماه مبارک رمضان، غیر از اعمال مشترک شب‌های قدر، اعمال دیگری نیز وارد شده است تا فردی که این شب را به احیا می‌گذراند در کنار اعمال مشترک شبهای قدر، آنها را نیز انجام دهد، که شرح آن در ادامه می‌آید

– سوره عنکبوت و سوره روم را بخواندکه امام صادق (ع) فرمود: "هر کس در شب بیست و سوم، سوره‌های عنکبوت و روم را بخواند، به خدا سوگند! اهل بهشت است".

– هزار مرتبه سوره "انا انزلناه" (سوره قدر) را بخواند

– سوره "حم دخان" (سوره دخان) را بخواند



حرف های ابریشمی

برای آنکه بتوانیم کسی را دوست داشته باشیم به زمان و آگاهی نیاز داریم، برای دوست داشتن ابتدا باید دآوری کرد و برای برتری دادن،باید نخست سنجید

موفقیت

طرز فکری که ما را به جایی رسانده است که اکنون هستیم، ما را به جایی که می خواهیم برویم، نخواهد رساند.

جدول ۳۵۴۰	طراح: نسرین کاری	بازیکنان
۱۵۱۴۱۳۱۲۱۱۱۰۹۸۷۶۵۴۳۲۱ ۱۱۲۳۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۱۲۱۳۱۴۱۵	افقی: ۱– شهری در استان اصفهان – روز دهم محرم ۲– فراموش کردن – زندان – اقطاع ۳– نیمه گرم – واحد پول گامبیا – گرمای سخت ۴– ضمیر غایب – عاج دارد – جای خارجی – بزرگواران ۵– پرهیزگاران – نعمت – رمق آخر ۶– خشک شدن – بی ریا – سهل و ساده ۷– کند زبان – آغشته – زود و سریع ۸– سیاره کوچکتر از زمین – بیان و تفسیرکردن – نامه نگاری ۹– نخستین انسان – مقدمه چینی – پایتخت بنگلادش ۱۰– تکیه کلام درویش – لاستیک خودرو – عرب – شهرنشینی – مرطوب ۱۲– اولین توتل شهری تهران – بول ژاین – با... آشنا سخن آشنا بگو – تلخ عرب ۱۳– میخ عربها – منطقه ای نزدیک بغداد که جنگش معروف است – ادویه هندی ۱۴– رستنی و گیاه – ظاهر چیزی – شلوار ۱۵ – از معجزات موسی (ع) – محتاطا و عاقبت نگر	عمودی:۱– از حواس پنجگانه درگذشت – شهرستان – مژده غذایی رشته ای ۲– پایتخت و بشارت ۹ – نوعی طلاق ۳– زگیل – غزال ۱۰– شیگرد ۳– نوعی طرح گل و گزمه – منش و خو – طرف راست ۱۱– سترون – پرنده وحشی– راه نیمه ۱۲– پراکندگی – از ضمایر – لنگه بار– ستون ها ۱۳– هوس زن باردار – تریاک – قطب مثبت جریان برق ۱۴ – نوار تزئینی – خانه پشت به آفتاب – قابل مشاهده ۱۵ – اثری از فریدون توکلی – خلقت
۱۵۱۴۱۳۱۲۱۱۱۰۹۸۷۶۵۴۳۲۱ ۱۱۲۳۴۵۶۷۸۹۱۰۱۱۱۲۱۳۱۴۱۵		



کریمی و هادی در رقابت های بین المللی کشتی آزاد به مدال طلا رسیدند

ایرنا - تیم منتخب کشتی آزاد ایران، با کسب دو مدال طلا و دو نقره به کار خود در رقابت های بین المللی استفان سرکسیان ارمنستان پایان داد. رقابت های بین المللی کشتی آزاد جام استفان سرکسیان روزهای ۵ و ۶ تیرماه در شهر وانداژور ارمنستان برگزار شد و در پایان تیم ایران توسط علیرضا کریمی و پرویز هادی در اوزان ۸۶ و ۱۲۵ کیلوگرم صاحب مدال طلا و میثم نصیری و امیر محمدی در اوزان ۶۵ و ۹۷ کیلوگرم صاحب مدال نقره شد. همچنین رضا اطری در وزن ۵۷ کیلوگرم پنجم شد و سید احمد محمدی و کمیل قاسمی در اوزان ۶۵ و ۱۲۵ کیلوگرم از دور رقابت ها کنار رفتند.

ملی پوشان ایران روز جمعه به مصاف صربستان می روند

فارس- تمرینات تیم ملی والیبال ایران از امروز آغاز می شود و به مدت سه روز پیگیری خواهد شد تا ملی پوشان ایران از روز جمعه در نخستین مسابقه خود در هفته سوم لیگ جهانی به مصاف صربستان بروند. تیم ملی والیبال ایران که ۲۴ خردادماه جاری برای حضور در هفته نخست لیگ جهانی، تهران را به مقصد ریودوژانیرو و سپس بلغراد ترک کرده بود، بامداد روز گذشته به تهران بازگشت. ملی پوشان ایران ساعت ۶ بامداد وارد فرودگاه بین المللی امام خمینی (ره) شدند. ایران، آمریکا و فرانسه در هفته سوم لیگ جهانی میزبان هستند که تیم های آرژانتین، صربستان، ایتالیا و ایران روزهای ۱۱ تا ۱۳ تیرماه در سالن ۱۲ هزار نفری آزادی تهران به مصاف یکدیگر می روند.

تعدادی از مربیان سابق تیم‌های پایه پرسپولیس ممنوع‌الخروج شدند

فارس- تعدادی از مربیان فصل گذشته تیم‌های پایه پرسپولیس به دلیل مشکلات مالی و عدم پرداخت مالیات ممنوع‌الخروج شدند و قادر به خروج از کشور نیستند. مرتضی فتونی‌زاده یکی از مربیان فصل گذشته تیم پایه پرسپولیس این خبر را تأیید کرد و گفت: من، رحیم یوسفی، ضیا عربشاهی و... به دلیل همین مشکلات مالیاتی ممنوع‌الخروج شده‌ایم.

تساوی تأسیسات دریایی مقابل نماینده روسیه

فارس- تیم فوتسال تأسیسات دریایی در سومین دیدار مرحله گروهی جام باشگاه‌های آسیا در ورزشگاه اسپایر قطر به مصاف دینامو مسکوی روسیه رفت که در پایان شاگردان وحید شمسایی با نتیجه تساوی ۲ بر ۲ دست یافتند. برای تأسیسات دریایی: محمد شجری - حسین طیبی و برای دینامو سیریلو (۲) گلزنی کرد. پیش از این تأسیسات مقابل بارسلونای اسپانیا با نتیجه ۴ بر ۲ و مقابل کارلوس باربوسای برزیل با نتیجه ۴ بر ۳ شکست خورده بود.

نشانه‌هایی ساده از سرطان پانکراس

۱-دردهای شکمی:پانکراس در نیمه بالایی ناحیه شکمی قرار دارد،پس هرگونه درد در این نواحی را جدی بگیرید۲- زردی (یرقان)سرطان پانکراس به صورت تومور بروز می‌کند و موجب انسداد مجرای صفراوی می‌شود که این امر باعث زردی رنگ پوست می‌شودپس حتماًبه‌دکتر مراجعه کنید



۳- دیابت۴- کاهش وزن: سرطان باعث افزایش متابولیسم بدن می‌شودو در تولیدهورمون‌های بدن اختلال ایجادمی‌کند اگر شما با کاهش وزن ناگهانی مواجه شدید به دکتر مراجعه کنید۵- نفخ کردن: نشانه‌گر عدم تحمل برخی غذاهاتغذیه‌ناگه‌رستوبی آبی بدن است۶- تغییرات پوستی:رنگ پریدگی یا زردی۷-درماتیت:انسدادمجرای صفراوی می‌تواند باعث پوسته پوسته شدن، خارش پوست شود

چگونه روده‌ها را از شر توکسین‌ها خلاص کنیم؟

سندرم روده تحریک پذیر چیزی جز نتیجه میزان بالای ضایعات تجمع کرده در روده ها نیست. مشکلات دیگر نیز شامل یبوست و افزایش وزن هستند. همانطور که برخی مواد غذایی، مضر هستند برخی دیگر باعث بهبود عملکرد روده و



پاکسازی این ارگان می شوند داشتن رژیم غذایی متعادل از اهمیت بالایی برخوردار است. برای پاکسازی روده، روزانه مایعات زیادی بنوشید (آب) آب میوه های خانگی، تخموش (ها) و مواد غذایی زیر را نیز زیادی مصرف کنید: میوه های تازه به همراه پوست، سبزیجات خام،خمیر آب جو،گندم و مشتقاتش،جوانه ،هالبلبک ،هالاسفناج،بادام، بروکلی ،شاهی،حبوبات،آلبالو و گیلاس،چغندر.

توصیه‌های طب سنتی برای روزه‌داران کم خون

۱- مصرف۲ استکان شربت عسل (عسل و آب جوش) در هنگام سحر و قبل از خواب شبانه۲- مصرف روزی ۳ لیوان شربت شیربه انگور رقیق‌شده با آب، همراه با سحری، افطاری و در نیمه شب۳- مصرف یک لیوان



شیر همراه با یک قاشق غذاخوری شیربه انگور و یک قاشق مرباخوری بادام پوست‌کنده و آسیاب‌شده هنگام خواب یا قبل از سحر۴- مصرف گوشت قرمز، جگر، اسفناج و حبوبات۵- جهت پیشگیری از سردرد ناشی از کم‌خونی در ماه رمضان می‌توان حدود یک قاشق چای‌خوری پودر سیوس گندم یا برنج بازاری هر نفر به غذای خود اضافه کنید.

مهم‌ترین عامل بدبویی پوست و مو در فصل تابستان

۱- چربی پوست سر و موها۲- مصرف بیش از اندازه انواع غذاهای حاضری، فست‌فودها، انواع ساندویچ‌ها و ماکارونی۳- پرخوری و نزدیک بودن وعده‌های غذایی، به این ترتیب که وعده‌های غذایی فرصت هضم در سیستم



گوارش پیدا نمی‌کنند نیز موجب بدبویی موها می‌شود۴- تجمع بلغم در اطراف پیاز مو، بهترین شیوه برای درمان این بدبویی شست‌وشوی موی سر با آب شور دریا است. افرادی که به آب شور دریا دسترسی ندارند می‌توانند با تهیه نمک دریا و انداختن آن در آب به صورت روزانه موهای سرشان را با این آب شست‌وشو دهند تا بوی بد موها برطرف شود.

اعتیاد و پیامد های آن

اعتیاد از جمله پدیده های دشواری است که پذیرش و سازگاری با آن برای بیشتر مردم کار ساده ای نیست. در خانواده های متاد، کودکان آسیب پذیرترین قشر هستند.آثار شوم اعتیاد بر خانواده: افزایش طلاق، اختلافات خانوادگی، الگوی بد برای



فرزندآن، فساد و فحشاء و ... است. آثار زیان بار اعتیاد در فرد: انواع بیماری های کبد، کلیه، اختلالات ریوی، سل، سرطان، اختلالات گوارشی و روانی و ... می باشد. مناسب ترین روش برای ترک اعتیاد، روش خانواده درمانی است. باید برای درمان اعتیاد از ظرفیت خانواده ها استفاده کرد. معاونت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی بیرجند

برای سلامتی، رنگی ها را بخورید ...

آلوشک،کشمش(مویز)و غیره،به خواص بامجان دقت کنید:گرفتگی رگها،رابطه ای کندو،شخص را از خطر،سکنه قلبی محفوظ می دارد. برطرف کننده یبوست. رفع کم خونی. مقوی معده،خام آن باعث تحریک اسه و پرونشیت می شود. اگر بامجان را بسوزانید و خاکستر آن را با سرکه خمیر کنید و به زگیل بمالید، زگیل کنده خواهد شد.

بیماریهای سرطانی، قلبی، وآلرایمر را کاهش داده، حتی می توانند روند پیری را به تاخیر اندازند. مصرف بلوبری (تمشک آبی) می‌تواند عملکرد حافظه را تقویت کرده و با تقویت برقراری ارتباط بین سلولهای مغزی، روند پیری آترآ به تاخیر اندازد. سایر مواد غذایی این نوع ترکیباته کلم قرمز، بلوبری، بادمجان، انجیر، بنفش، انگور، بنفش،

بنفش یا آبی؛ میوه ها و سبزیجات بنفش / آبی رنگ حاوی ترکیبات شیمیایی هستند به نام آنتوسیانین(مانند تمشک آبی، انگور های بنفش رنگ و انگور بی دانه) و ترکیبات فنولیک(مانند بامجان، آلو، و انواع کشمش). ترکیبات موجود در این نوع میوه ها و سبزیجات مانند آنتی اکسیدانی قوی عمل کرده و خطر ابتلا به



تصادف سمند و پژو ۴۰۵ در چهار راه تامین اجتماعی بیرجند- روز گذشته

کلاهبرداری در پوشش اعزام تورهای زیارتی

ایرنا- شایدانی که در پوشش آژانس های اعزام به تورهایی زیارتی اقدام به کلاهبرداری می کردند شناسایی و سه متهم این پرونده دستگیر شدند. مرکز اطلاع رسانی پلیس آگاهی تهران بزرگ اعلام کرد: وقوع یک فقره درگیری از طریق مرکز فوریت های پلیسی ۱۱۰ در محدوده میدان فلسطین به کلاتری ۱۰۷ اعلام شد که با حضور مأموران کلاتری در محل مشخص شد که دهها نفر از متقاضیان سفر زیارتی به کشور عراق با مدیر آژانس مسافرتی «آل کوثر» به دلیل انجام نشدن تعهدات از سوی مدیر آژانس مذکور برای اعزامشان به سفر زیارتی کشور عراق درگیر شده اند که متهم اصلی پرونده و همدستانش در این رابطه تحویل مراجع قانونی شدند.

کشف محموله کود شیمیایی فاقد مجوز در شهرستان طبس

فرمانده انتظامی شهرستان طبس از کشف محموله کود شیمیایی گلخانه ای فاقد مجوز به ارزش ۳۶۰ میلیون ریال در این شهرستان خبر داد. به گزارش پایگاه خبری پلیس، سرهنگ محسن جلالیان گفت: مأموران پاسگاه انتظامی تپه طاق هنگام گشت زنی و کنترل محور عشق آباد به تپه طاق به یک دستگاه خودرو کامیون ایسوزو که به سمت کاشمر در حرکت بود مشکوک شدند و آن را متوقف کردند. وی افزود: مأموران در بازرسی از این خودرو که حامل تره بار بود مقدار ۹۳۱ کیلوگرم کود شیمیایی گلخانه ای فاقد مجوز کشف کردند. سرهنگ جلالیان ارزش این محموله را ۳۶۰ میلیون ریال اعلام کرد.

تکذیب شایعه قتل در شهرستان فردوس

قتل یک پدروفرزند در فردوس توسط اشخاصی غیربومی و انداختن جنازه ها در چاه ۳۰متری تکذیب شد. معلوم اجتماعی فرماندهی انتظامی استان گفت: با سرعت یک دستگاه موتورسیکلت از شهرستان فردوس اقدامات گسترده ای جهت دستگیری سارقان انجام شد که دونفر در این رابطه دستگیر شدند. سرهنگ سیدمحمد رضا سرفرازی افزود: سارقان در اعتراض عنوان کردند که پس از سرقت موتورسیکلت با باز نمودن قفل‌ات موتور، تنه اصلی آن در اوجن چاهی واقع در زمین های کشاورزی مدفون کرده اند وی ادامه داد: افرادی ناشناس از لحظه حضور مأموران انتظامی عکس برداری کردند و با قرار دادن تصاویر در فضای مجازی اقدام به انتشار اکاذیبی دال بر وقوع قتل یک پدر و فرزند در فردوس کرده اند.

حمل بار و ااثاثیه منزل با ایسوزو چادر دار و کارگر ماهر

کاهش سرویس های بار
با یک سرویس ایسوزو
همراه: ۰۹۱۵ ۵۶۱ ۱۱۲۰ خراشادی

با خریدن یک متر مربع از زائر سرای ضیافت

برای همیشه قلب مقدس حضرت امام رضا را شاد کنید و رضوان الهی را خریداری نمایید .

(فقط: ۱۵۰۰۰۰۰ تومان)

شماره بنیاد زائر ۳۲۲۳۲۶۸

آدرس: بیرجند - نبش مطهری ۱۴/۲ - دفتر بنیاد زائر امام رضا(ع) خراسان جنوبی

بنگاه قالب بتن

توکل

خرید و فروش انواع قالب بتن

داربست فلزی، تخته زیر پا، نو، دست دوم

بلوار فرودگاه - سه راه صیاد شیرازی

۳۲۳۱۳۶۰۰ - ۰۹۱۵۱۶۱۵۰۶۹ - جلیلی

ایزوگام شرق

بخشی

آدرس: میدان توحید

۰۹۱۵۵۶۲۲۰۵۵ - ۳۲۲۴۲۳۳۱

ماشین یدک

تیه و توزیع قطعات بدنه و بدکی

تیا

TIFA

خراشادی زاده

خیابان رجایی، نورسیده به چهارراه
کوشه ای، مقابل بانک ملی، پلاک ۹۵
۰۹۱۵۵۶۱۴۴۱۷ - ۳۳۳۱۸۳۸۳

آهن آلات سپاهان

تیر آهن - میلگرد - ورق - ناودانی - نبشی و ...

تیرچه کرومیت و کمپوزیت

برش ورق از ۳ میل تا ۳۰ میل به طول ۶ متر

معمومیه - بلوار شهدای عبادی - مقابل آتش نشانی

همراه: ۰۹۱۵۳۶۱۷۵۸۹ - ۰۹۱۵۵۶۱۴۰۸۴ - تلفن: ۰۳۲۲۰۶۳۱۱ - ۳۲۲۰۶۳۱۱

ایزوگام مصطفی هریوندی

محلاتی - بین توحید و مدرس ۰۹۱۵۳۶۱۹۲۹۷

لوله باز کنی با فنر برقی

و مواد شوینده با تجربه تضمینی

عقد قرارداد با کارخانه ها و شرکت ها / تشخیص / ترکیدگی و رفع بوی نامطبوع / ترمیم کف آشپزخانه و سرویس / لوله کشی و پیمانکاری ساختمان / با مصالح و بدون مصالح

۱۰۰ درصد تضمینی ۰۹۱۵۱۱۰۴۰۸۶ - ۰۹۱۵۸۹۹۴۰۸۶ آدرس: میرشیر - ولی عصر (عج) ۱۸ رسولی

تعمیر لوازم خانگی در منزل

لباشویی، کولر، جاروبرقی، پتکه و ...

نبش انقلاب ۶ - شهر یاری ۰۹۱۵۱۶۴۳۷۷۸

رسوران مشهد الرضا

پیک موتوری رایگان

برنج ایرانی به همراه ته چین

شله مشهدی درجه یک - سوپ جو - شله زرد

میزبان ضیافت های الهی شما همشهریان در ماه مبارک رمضان

با تخفیف ویژه و ظرفیت ۲۴۰ نفر

کیفیت و ارزانی را از ما بخواهید

آدرس: بیرجند نبش توحید ۳۸ ۰۹۱۵۱۶۳۷۷۱۷ - ۳۲۲۴۲۵۴۶۵ - ۰۹۱۵۹۶۳۴۴۹۴

سینما بهمن سینمای خانواده

سینما بهمن، مکانی امن و با نشاط برای خانواده های محترم

اکران فیلم	رسوایی ۲
ساعت شروع	۱۴:۳۰
ساعت پایان	۱۶:۱۵
تلفن	۳۲۲۲۶۳۶۶ - ۰۵۶

سینما بهمن آمادگی دارد فیلم سینمایی جدید را برای ادارات، سازمان ها و نهادها در قالب سانس با شرایط ویژه پذیرش نماید.

فروش تابستانه مبلمان پاسارگاد

برای شما آخرین مدل های روز تهران را گلچین نمودیم

نماینده گی انحصاری مبل ZINO در شرق کشور

ضمناً اقساط ۱۷ ماهه بدون پیش پرداخت

ویژه فرهنگیان عزیز و شرایط عالی برای عموم همشهریان

آدرس: خیابان معلم - چهار راه هداری

طبقه پایین بانک رفاه

تلفن: ۰۹۱۵۵۶۲۳۶۹۵ - ۳۲۴۵۰۰۸۵

مودی

تلفن ۵ رقمی: ۳۱۱۰۴

تلفن دفتر: ۲ - ۳۲۲۵۵۵۵۵۶

کالیشویلو و مبل شویلو ترنج

با کیفیت و با قیمت مناسب روز اول

کاور شده ضد چروک

