

جناب آقای دکتر زمانی

سوگ فقدان مادر گرامی تان

صبری الهی را می طلبید، از درگاه خداوند سبحان
برای آن مرحومه غفران و رحمت الهی و برای جناب عالی
صبر و شکیبایی آرزومندیم.

خانواده های: خراشادیزاده و رضانی

روزنامه صبح استان دوشنبه ۲۶ مهر ۱۳۹۵ ۱۵ محرم ۱۴۳۸ ۱۷ اکتبر ۲۰۱۶ سال بیستم شماره ۳۶۲۷

جناب آقای دکتر غلامرضا زمانی

معاون محترم اداری و مالی دانشگاه بیرجند

با نهایت تأسف و تأثر درگذشت مادر گرامی تان
را تسلیت عرض نموده، برای آن مرحومه علو درجات و برای جناب عالی
و خانواده محترم صبروری و شکیبایی آرزومندیم.

مدیریت شعب بانک تجارت خراسان جنوبی

آعلامرضا زمانی

نماینده مردم نهبندان و سربیشه
در مجلس شورای اسلامی عنوان کرد:

دامداران بی

نصیب از سود

گرانی گوشت

نماینده نهبندان و سربیشه در مجلس با تأکید بر
اینکه سود گرانی گوشت نصیب دامدار نمی شود،
گفت: بازار تولید به مصرف گوشت عاملی برای
حذف دلالتان است (مشروح خبر در صفحه ۷)

تضمین سلامت

شیر در استان

لنگ ۳ میلیارد

پایش شبانه واحدهای

صنعتی، تولیدی و خدماتی

زنگ خطر افزایش

متکدیان زن معتاد

در مرکز استان

افزایش متکدیان گرفتار اعتیاد به خصوص زنان در
بیرجند زنگ خطری جدی... (مشروح گزارش در صفحه ۳)

سليمي نمين : احمدی نژاد قسم خورده بود که قالیباف را از هستی ساقط می کند	کریمی قدوسی : روحانی دیگر کاندیدا نشود تا بتوانیم کشور را از بن بست نجات دهیم	عطر بانفر ، فعال اصلاح طلب : سال ۹۲ اصلاح طلبان به قطعیت رسیده بودند که عارف رأی ندارد	سرلشکر فیروزآبادی : رگه های تجدید نظر طلبی در دولت یازدهم هم دیده می شود	دلایلی ندارد به سپاه خدشه ای وارد شود / آغاز فعالیت های تبلیغاتی برای ضرغامی / تا دقیقه ۹۰ چراغ خاموش می رویم / افزایش احتمال ورود مینو خالقی به مجلس / بشار اسد در قدرت باقی خواهد ماند / ریاض می خواهد خود را «خیر» و ایران را «شر» معرفی کند؛ اروپا باور نمی کند؛ صفحه ۸
---	---	--	--	---

سرمقاله

دیوار پولادین امنیت!

* هرم پور

چندی قبل یکی از سناتورهای آمریکایی در
جریان سفر به یک کشور مرتجع منطقه اظهار
کرده بود که «امنیت در جهان امروز مقوله ای
پیچیده و سخت است و ما متخیر هستیم که در
دنیای پر آشوب امروز، ایران، چگونه موفق به تأمین
امنیت مرزها و امنیت داخلی اش شده است.» این
صحبت، به ظاهر اعتراف یا شاید تعارفی ساده بود،
اما در واقع پیامی مهم برای کشورهای دوست و
دشمن داشت و آن هم اینکه ما یعنی آمریکا، یعنی
جبهه بزرگ استبداد، یعنی امپراطوری گسترده ی
ایجاد نا امنی در جهان، از ایجاد ناامنی در ایران
ناامید شده ایم.

سردار حاج قاسم سلیمانی همین روزها در
مراسم بزرگداشت شهید همدانی از ایجاد داعش
با هدف تمرکز بر ایران و برای ایران خبر داد،
در همین یکی دو ماهه اخیر و نه خیلی دورتر
که همین تاسوعا و عاشورای حسینی هم، امنیت
امنیتی کشور تیم های تروریستی را در چند نقطه
از کشور منهدم، ابزار و محموله های انفجاری آنها
را کشف و ضبط و تیم های تروریستی آماده برای
اقدام را مهار کردند. (ادامه سرمقاله در صفحه ۲)

مدیرعامل بیرجندی فراپورس ایران :

ظرفیت های استان مغفول مانده است

هامونی : با حضور منطقه ویژه اقتصادی در خراسان جنوبی ، شاهد تحول و
رونق چشمگیری در حوزه صنعت و تولید و ایجاد اشتغال خواهیم بود

مدیرعامل کانون ناشنویان خراسان جنوبی :

ناشنویان استان از قابلیت بالایی برخوردارند



اتمام طرح پژوهشی معرفی
قابلیت های کاربردی گیاهان
دارویی خراسان جنوبی

صفحه ۷

عطر بانفر

سرکار خانم مهترانی

رئیس محترم کانون آموزشگاه های آزاد استان خراسان جنوبی

درگذشت والده محترمه را خدمت شما و کلیه بازماندگان تسلیت عرض می نمایم.

هیئت مدیره کانون و انجمن های عضو کانون آموزشگاه های آزاد خراسان جنوبی

جناب آقای مهندس سلیم

توفیق خدمت به خلق موهبتی است که از طرف خداوند به بندگان صالح اعطا می گردد
انتخاب شایسته جناب عالی را به عنوان **عضو شورای اسلامی شهر بیرجند**
صمیمانه تبریک عرض نموده، توفیق روز افزون تان را از درگاه باری تعالی آرزومندیم.

دکتر غنی فر – مهندس جواد مودن

جناب آقای مهندس ناصری فرماندار محترم شهرستان بیرجند

جناب آقای مهندس مالکی بیرجندی

بخشدار محترم بخش مرکزی شهرستان بیرجند

حضور شما بزرگواران در جمع عزاداران حسینی خراشاد و روستاهای همجوار
که موجب گرمی محفل عزاداری مان گردید، قابل تقدیر است.

دهیاری و شورای اسلامی روستای خراشاد

جناب آقای حاج غلامرضا جعفرپور مقدم

مدیر مسئول محترم روزنامه آوای خراسان جنوبی

با عرض تسلیت درگذشت پدر خانم گرامی تان **شادروان حاج محمد محمدنژاد**
برای آن مرحوم غفران الهی و برای جناب عالی و خانواده محترم صبر و اجر مسئلت می نمایم.

دکتر خلیل خلیلی – رئیس دانشگاه بیرجند

مراسم سومین روز درگذشت مرحومه مغفوره

شادروان حاجیه مرضیه بیکی

والده آقای دکتر غلامرضا زمانی (معاون اداری و مالی دانشگاه بیرجند)

امروز دوشنبه ۲۶ مهرماه از ساعت ۱۳ الی ۴ بعدازظهر در محل هیئت ابوالفضلی (مصلى) برگزار می گردد.

خانواده های: زمانی، بیکی و سایر بستگان

مزایده املاک مازاد بانک سپه

شرح در صفحه آخر

آن کس که مرا روح و روان بود، پدر بود
آن کس که مرا فخر زمان بود، پدر بود

۲۶ مهر ماه دومین سالگرد درگذشت پدر عزیزمان

شادروان حاج علی سورگی

را با ذکر صلوات و فاتحه گرمی می داریم، روحش شاد و یادش سبز و نامش جاودان

همسر و فرزندان

به مناسبت هفتمین روز درگذشت شادروان

سر هنگ حاج جواد نجاتی

(قاری و حافظ قرآن) در جوار بارگاه ملکوتی امام هشتم (ع) در روز تاسوعا
جلسه یابودی امروز دوشنبه ۱۹۵/۷/۲۶ از ساعت ۳ الی ۴ بعدازظهر
در محل مسجد جامع توحید برگزار می گردد
تشریف فرمای سروران معزز موجب امتنان می باشد.
خانواده های: نجاتی، حسینی و فامیل وابسته

جناب آقای دکتر زمانی

مصیبت درگذشت مادر گرامی تان **شادروان حاجیه مرضیه بیکی**

را صمیمانه تسلیت عرض نموده، از خداوند منان برای آن مرحومه علو درجات و برای بازماندگان محترم
صبر و بردباری مسئلت می نمایم.

خانواده های: معروفیان، پورصدری

برادر بزرگوار جناب آقای ا... نظر اسعدزاده

به راستی که فقدان عزیزان به سختی به باور می نشیند
ولی در برابر تقدیر پروردگار چاره ای جز تسلیم و رضا نیست
مصیبت های وارده را خدمت جناب عالی و خاندان داغدیده صمیمانه تسلیت عرض می نمایم.

محمد کاظمی

۳ باب مغازه فروشی با یک سند بین حکیم نزاری ۲ و ۴
روبروی بازارچه اسلامی ۰۹۰۱۴۴۳۳۶۰۹ – نوری نژاد

هفته استاندارد ۲۳ الی ۲۹ مهرماه

روابط عمومی اداره کل استاندارد خراسان جنوبی

استاندارد، اقتصاد مقاومتی، اقدام و عمل

دیوار پولادین امنیت !

✽ هرم پور

(ادامه سرمقاله از صفحه اول)

نگاه کنیم؛ به افغانستان، به پاکستان، به ترکیه، به عراق، به سوریه، به یمن، حتی به جایی مثل نیجریه. مسلمانان امید رساندن دعای بدرقه صبحشان به سلام شیشان را ندارند و حتی آن طرف تر، در کشورهای اروپایی و حتی خود آمریکا، که به قول خودشان پیچیده ترین، بزرگ ترین و کارآمدترین و پرمدعاترین سیستم های اطلاعاتی و امنیتی جهان را دارند و در مقوله تأمین امنیت، هیچ حد و مرز شرعی و قانونی و اخلاقی را نمی شناسند، هیچ تضمینی برای در امان ماندن از حملات تروریستی در هر لحظه و در هر مکانی وجود ندارد!

حیرت انگیز، عجیب و غرور آفرین است که در ایران، در جبهه ای که همه ی گلوله های دشمن، شب و روز به سمت آن نشانه رفته اند، مردم در امن و آرامش، به کار خودشان مشغولند، اگر قوت لامپوتشان یک روز کمتر و روز دیگر بیشتر است، حداقل امیدی به سلامت، به آرامش، به آسایش و به تداوم لذت از لیخنند شیرین زندگی در کنار خانواده هایشان دارند. ما هم باور کنیم امنیت مقوله ای سخت و پیچیده است.

اشراف اطلاعاتی، رصد مداوم اطلاعاتی، ضربه ی به موقع به دشمن، چه عیان و آشکار و چه پنهان و غیرآشکار، آنهم به موقع، اساسی و محکم، در میان جمعیتی ۸۰ میلیونی و هزاران چشم زهرالود که در بیرون از مرزها متصد خواب ما و دستگاه اطلاعاتی ما و ضربه به نظام هستند، نیازمند تأسی به قدرتی لایزال، همتی پرتوان و تفکری وسیع و مرکز تصمیم گیری قدرتمند و پویاست. تأمین امنیت، زمان و مکان ندارد و تأمین کنندگان امنیت در کشور، سربازان گمنام امام زمان(عج)، با سختی، با جانفشانی، با ایثار و از خودگذشتگی، سال های سال است برای آرامش ما، برای متوازن و متعادل داشتن شرایط داخلی کشور، برای ضربه به متجاوزین به حریم های فرهنگی، اجتماعی، سیاسی و اقتصادی و علمی و مذهبی و برای دفاع از عظمت انقلاب اسلامی در سراسر جهان، دیوار بلند و پولادین امنیت را دور تا دور کشور کشیده اند و برقرار آن پرچم پرافتخار ایران را برافراشته اند. شاید تا سال ها، مוסاد نتواند عرق شرم شکست های اطلاعاتی اش در ایران را از پیشانی پاک کند، یا ضربه های مهلکی را که همین سربازان گمنام و عزیز بر پیکره اش زند و به واسطه آن از بخشی از حیثات های دامنه دار و بی شرمانه اش در ایران دست برداشت، فراموش کند، یا سبا و اینتلیجنست سرویس انگلیس تا سال ها از آشفتنگی پس از شکست طرح های خیانت بارشان در ایران نتوانند به در آیند.

این چیزها، شاید در داخل کشور هم بازگو نشوند، اما مردم ما به عهدشان با نظام وفادارند، قدردان تلاش های مخلصانه وزارت اطلاعات و ارگان های امنیتی کشور، قدردان چشم های همیشه بیدار این سربازان ولایت و قدردان همت ها و تلاش ها و رشادت ها و شهادت هایشان هستند و قطعاً با همکاری های مؤثر با این نهادها – که این روزها به دلیل افزایش تهدیدهای دشمنان ضروری تر هم می نماید- بیش از گذشته سهم دار پاسداری از ارزش های انقلاب و خون شهدا خواهند بود.

(لطفاً نظر و پیشنهاد خود در رابطه با یادداشت های روزنامه را به شماره ۰۹۲۰۴۴۳۸۳۱ ارسال فرمایید)

آبکش ارزان قیمت

حمل آب به تمام

نقاط استان

حمل آب از ما قیمت از شما

۰۹۱۵۹۶۳۹۴۱۵ - زارعی

حمل اثاثیه

۱۰۰ درصد تضمینی با کارگر ماهر و ماشین اتاق بزرگ

مسیر مشهد و زاهدان

۰۹۱۵۹۶۱۸۵۸۱ - ۰۹۳۶۳۴۴۸۷۲۹ - فاروقی

لاستیک فرازی

تقنی تخفیف ویژه و اضاط به دلخواه شما؟؟؟
ضمناً تعویض روغن و خدمات تایر در همان مکان انجام می شود
بالانس تضمینی، گاز نیتروژن با دستگاه های تمام اتوماتیک ایتالیایی

تیش جمهوری ۲۸ و ۳۰ به سمت مزار شهدا(قلعه) ۰۹۱۵۵۶۲۲۲۹۱ - ۰۳۲۲۱۱۶۸۴



دوشنبه ✽ ۲۶ مهر ۱۳۹۵ ✽ شماره ۳۶۲۷



تحلیلگر بازار کار بر این باور است که مرکز آمار یک سازمان بسیاری تخصصی است و کسی نباید آن را زیر سوال ببرد، اما وقتی پای خط فقر به میان آید فرد شاغل کسی است که دارای درآمد باشد ولی فقیر محسوب نشود. حاج اسماعیلی در گفتگو با ایسنا، اظهار کرد: انتقادی که به مرکز آمار ایران وارد می‌شود این است که افرادی را در سرشماری بر اساس استانداردهای سازمان جهانی کار شاغل محسوب می‌کند که زندگی آنها تأمین شود بنابراین فردی که زندگی‌اش را در مسیر حداقل‌ها تأمین

کند ولو با یک ساعت کار در هفته می‌توان شاغل نامید. اما حقیقت آن است که این تعاریف مربوط به کشورهای توسعه یافته است و سازمان جهانی کار مکانیسم محاسبه یک ساعت کار در هفته را برای کشورهای توسعه یافته پیش‌بینی کرده است؛ چون اقتصاد این کشورها متکی به بخش خصوصی است و مشاغل آنها عمدتاً ساعتی تعریف می‌شود و نکته قابل توجه اینکه حقوق یک ساعت کار در خارج حداقل‌ها را تأمین می‌کند لذا اگر در ایران فرد دو روز در هفته هم به این طریق شاغل محسوب شود دارای

شاغل کسی است که با وجود در آمد فقیر نباشد!

اشکال است. این کارشناس بازار کار اظهار کرد: باید شاغل کامل را برای استخراج نرخ بیکاری شفاف اعلام کنیم تا تردیدهایی که در این زمینه ایجاد می‌شود از بین برود. حاج اسماعیلی با بیان اینکه در دولت قبل هم به همین استاندارد سازمان جهانی کار استناد کردند و چالش برانگیز شد، گفت: دلیل اینکه امروز نقدهایی با دو گرایش مختلف به آمار اشتغال مرکز آمار وارد می‌شود به دلیل آن است که بخش اعظمی از کارها در کشور سیاست‌زده است و با نگرش سیاسی به آنها نگاه می‌شود.



نیز وجود داشته است اما برخی واردکنندگان چینی این محصول را به‌عنوان گیاه دارویی و با ترندهای خاصی وارد می‌کردند تا شامل اعمال تعرفه نباشد اما اخیراً مسئولان این کشور متوجه شده‌اند که این محصول زعفران است و برای آن تعرفه اعمال می‌کنند. وی با اشاره به اینکه برداشت معمولاً تا دهم آذرماه ادامه دارد، اضافه کرد: هنوز قیمت طلای سرخ در بازار تغییری نکرده است.

دلیل تغییر در قبض های تلفن ثابت اعلام شد

سختگوی شرکت مخابرات ایران درباره دلیل تغییر رخ داده در مبلغ قبض این دوره تلفن ثابت مشترکان گفت: مصوبه کمیسیون تنظیم مقررات و ارتباطات رادیویی ایران برای افزایش تعرفه تلفن ثابت که از آغاز مرداد امسال اعلام شده بود، بازنگری اجرا شده است. به گزارش ایرنا، دود زارعیان گفت: مصوبه مرداد کمیسیون تنظیم مقررات و ارتباطات رادیویی ایران در این دوره صدور قبض های مشترکان اعمال شده و هیچ تعرفه تازه دیگری لحاظ نشده است. کمیسیون تنظیم مقررات و ارتباطات رادیویی ۲۲ خرداد تصمیم گرفت نرخ جدید تعرفه تلفن ثابت تعیین شود. وی افزود: تعرفه تعیین شده از سوی رگولاتوری در این دوره قبض های مشترکان اعمال شده است و از این به بعد تعرفه رگولاتوری مبنای محاسبه قرار می گیرد.

نیاز وزارت بهداشت به جذب ۱۰هزار عضو هیئت علمی

وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: باید مشکل کمبود ردیف استخدامی اعضای هیئت علمی برطرف شود. در وزارت بهداشت به جذب ۱۰ هزار عضو هیئت علمی جدید نیاز است. به گزارش جام جم آنلاین، دکتر قاضی زاده هاشمی، گفت: باید مشکل کمبود ردیف استخدامی اعضای هیئت علمی بر طرف شود. در وزارت بهداشت به جذب ۱۰ هزار عضو هیئت علمی دیگر نیاز است و برای رفع این نیاز ۶ هزار عضو هیئت علمی در حال جذب هستند که ۵ هزار نفر از این تعداد بر اساس مجوزهای مربوط به سال های قبل در حال جذب می باشند.

پایان اختلاف دستمزد بازنستگان وشاغلان

معاون سازمان برنامه و بودجه از تنوین لایحه حمایت از بازنشستگان خبرداد و گفت: تلاش می‌شود علاوه بر اینکه اختلاف دریافتی بازنشستگان وشاغلان کاهش یابد،بازنشستگی پیش از موعد هم به صفر برسد.به گزارش مهر، نمکی از طرح ویژه دولت برای ساماندهی حقوق بازنشستگان خبرداد و گفت: تیمی کارشناسی از سوی سازمان برنامه و بودجه به شدت مشغول کار بر روی لایحه‌ای هستند تا بازنشستگان کشور را تحت حمایت قرار دهد؛ به نحوی که تحت عنوان لایحه‌ای که در سازمان حال آماده‌سازی است، تلاش شده تا میان دریافت حقوق بازنشستگی در مقاطع مختلف تغییر ایجاد کرده و فاصله آن را به حداقل برسانیم تا به نوعی عدالت در پرداخت را به بازنشستگان کشور هدیه دهیم.

مهلت ۲ ماهه برای تفکیک ترافیک اینترنت

تسیم – وزیر ارتباطات با بیان اینکه در فاز دوم فیلترینگ هوشمند هستیم، گفت: فاز دوم فیلترینگ هوشمند روی محتوای نامناسبی که رمز نباشد پاسخگو است. محمود واعظی درباره تفاوت تعرفه دسترسی به محتوای داخلی (بر بستر شبکه ملی اطلاعات) و خارجی (اینترنت) گفت: از زمان راه اندازی فاز نخست شبکه ملی اطلاعات، دو ماه به کلیه اپراتورهای ارتباطی زمان داده ایم تا تفکیک قیمت محتوای داخلی و خارجی را در سیستم های خود اعمال کنند.

شرایط حضور در راهپیمایی اربعین برای مشمولان غیر غایب	
جام جم آنلاین – سازمان وظیفه عمومی ناجا اعلام کرد: مشمولان غیرغایبی که قصد حضور در راهپیمایی اربعین حسینی را دارند باید طبق ضوابط و با پرداخت وثیقه معین، مجوز خروج را از سازمان وظیفه عمومی دریافت کنند. سازمان وظیفه عمومی ناجا در اطلاعیه ای افزود: ثبت درخواست خروج از کشور مشمولان ساکن استان تهران برای سفرهای زیارتی و سیاحتی به صورت اینترنتی است و مشمولان سایر استان ها نیز با مراجعه حضوری به معاونت وظیفه عمومی مرکز استان می توانند برای اخذ مجوز خروج از کشور اقدام کنند.	

قراردادهای کار ساماندهی می‌شود

مهر – محمدحسن هفده‌تن معاون وزیر کار از بررسی پیش‌نویس اصلاح قراردادهای کار، تعیین تکلیف آنها و حکم غیرموجهه اخراج کارگران در شورای سه جانبه ملی در آینده نزدیک خبرداد.

سکوت سیف شکست/ رشد اقتصادی ۵.۴ درصد اعلام شد

ایسنا – سرانجام بعد از مدت‌ها، سکوت بانک مرکزی درباره نرخ رشد اقتصادی شکست، در شرایطی بانک مرکزی بیش از ۱.۵ سال بود که هیچ آماری از رشد اقتصادی اعلام و حتی برای بهار امسال نیز در این باره هیچ رقمی منتشر نکرده بود و تنها رئیس کل بانک مرکزی به پیش‌بینی رشد حدود پنج درصدی برای سال جاری در اظهاراتش اکتفا می‌کرد، وی اعلام کرده که رشد اقتصادی سه ماهه ابتدای سال جاری به ۵.۴ درصد رسیده است.

۶۱ هزار میلیارد تومان خرید الکترونیکی ایرانیان در یک سال

عصر اعتبار- وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات: پارسال حجم خرید الکترونیکی ایرانیان به ۶۱ هزار میلیارد تومان رسید. محمود واعظی گفت: اشاره ای به مذاکره این وزارتخانه با بانک مرکزی درباره عملیاتی کردن پول الکترونیکی در کشور گفت: امیدواریم تا دو ماه آینده به نتیجه ای روشن و عملیاتی برسیم.

دعوت نامه تشکیل مجمع عمومی عادی (نوبت دوم)

شرکت تعاونی مسکن مهر شماره ۲ بیرجند

شماره ثبت: ۲۷۷۹ تاریخ انتشار: ۹۵/۷/۲۶

جلسه مجمع عمومی عادی (نوبت دوم) شرکت تعاونی مسکن مهر شماره ۲ بیرجند به شماره ثبت ۲۷۷۹ روز دوشنبه مورخ ۹۵/۸/۱۰ ساعت ۱۱ ظهیر در محل بیرجند خیابان مطهری حسینییه آیت .ا. آینی برگزار می شود. از کلیه اعضا دعوت می شود برای اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات ذیل در این مجمع حضور بهم رسانند. ضمناً چنانچه عضوی بنا به دلایلی نتواند شخصاً حضور یابد، می تواند همزمان با نماینده تام‌الاختیار خویش به دفتر شرکت مراجعه و برگ وکالت نامه را تنظیم و برگ ورود به جلسه را دریافت نماید.
حداکثر آرای وکالتی هر عضو ۳ رای و هر فرد غیر عضو یک رای می باشد.
دستور جلسه:

۱- انتخاب سه نفر اعضای هیئت تصفیه برای مدت ۲ سال ۲- تعیین حق الزحمه هیئت تصفیه

هیئت مدیره شرکت تعاونی مسکن مهر شماره ۲ بیرجند

آگهی مزایده اموال منقول – نوبت دوم

نظر به اینکه در پرونده اجرائی شماره ۹۵۰۴۷ محکوم علیهم محمد علی نوکی و طلیبه جتهدی نیا و محمد صادق قیسهستانی مدعیومضد محکومند متصلاًبه پرداخت مبلغ ۱۳۲/۶۸۷/۳۷۵ ریال بابت اصل خواسته و غیره در حق محکوم له بانک قوامین و پرداخت مبلغ ۵/۸۵۲/۰۹۲ ریال بابت حق الاجرا در حق دولت و با توجه به توقیف اموال به شرح ذیل که به مبلغ ۱۴۰۱۰۰۰/۰۰۰ ریال کارشناسی شده است. ۱- دو عدد نقل نو ARC به ارزش ۴۰۱۰۰۰/۰۰۰ ریال ۲- یک عدد لیزر رقص نور به ارزش ۱۰۰۰۰/۰۰۰ ریال ۳- یک عدد قلو رقص نور به ارزش ۳۰۰۰۰/۰۰۰ ریال ۴- یک عدد تلویزیون سونی LCD به ارزش ۲۰۰۰۰/۰۰۰ ریال ۵- سه عدد پرده LED رقص نور به ارزش ۲۰۰۰۰/۰۰۰ ریال ۶- سه عدد صفحه LED مربع به ارزش ۲۰۰۰۰/۰۰۰ ریال که از طریق مزایده روز چهارشنبه تاریخ ۱۳۹۵/۰۸/۱۲ از ساعت ۱۰ الی ۱۱ در دفتر اجرای احکام حقوقی به فروش برسد که قیمت پایه از بهای ارزیابی شده شروع و به کسلی که بالاترین قیمت را پیشنهاد نمایند فروخته خواهد شد. ۱۰ درصد مبلغ پیشنهادهای فی المجلس از برنده مزایده دریافت و نامبرده مکلف است حداکثر تا یک ماه نسبت به پرداخت باقیمانده ثمن معامله اقدام نماید در غیر این صورت ۱۰ درصد اولیه به نفع دولت ضبط و مزایده تجدید خواهد شد. متقاضیان در صورت تمایل می توانند پنج روز قبل از موعد مزایده به این اجرا تا ترتیب بازدید آنان داده هزینه نقل و انتقال به عهده خریدار خواهد بود.

رجبی- مدیر دفتر اجرای احکام حقوقی دادگستری بیرجند

دعوت نامه تشکیل مجمع عمومی عادی (نوبت دوم)

شرکت تعاونی مسکن مهر شماره ۲ بیرجند

شماره ثبت: ۲۷۷۹ تاریخ انتشار: ۹۵/۷/۲۶

جلسه مجمع عمومی عادی (نوبت دوم) شرکت تعاونی مسکن مهر شماره ۲ بیرجند به شماره ثبت ۲۷۷۹ روز دوشنبه مورخ ۹۵/۸/۱۰ ساعت ۹ صبح در محل بیرجند خیابان مطهری حسینییه آیت .ا. آینی پر گزار می شود. از کلیه اعضا دعوت می شود برای اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات ذیل در این مجمع حضور بهم رسانند. ضمناً چنانچه عضوی بنا به دلایلی نتواند شخصاً حضور یابد، می تواند همزمان با نماینده تام‌الاختیار خویش به دفتر شرکت مراجعه و برگ وکالت نامه را تنظیم و برگ ورود به جلسه را دریافت نماید.
حداکثر آرای وکالتی هر عضو ۳ رای و هر فرد غیر عضو یک رای می باشد.
دستور جلسه:

۱- استماع گزارش هیئت مدیره ۲- استماع گزارش بازرس

۳- تصویب ترازنامه ها و صورت های مالی سال های ۹۲،۹۱،۹۴،۹۳

تصویب بودجه پیشنهادی سال ۹۵

هیئت مدیره شرکت تعاونی مسکن مهر شماره ۲ بیرجند،

ایزوگام سالخورده آسفالت معوطه و پشت بام/فروش عمده و...

میدان توحید – جنب داروخانه ۰۹۱۵۶۶۶۶۶۰۷

برای اولین بار فرش های خود را اتو کشیده تحویل بگیرید

دفتر : توحید۲۱ – نبش نبوت ۲۱ – پلاک ۱۵۵

عضو معتبر اتحادیه مسئول: دستگردی

www. iranwash. ir

۲- ۲۰ ۲۳ ۴۲ ۳۲ / ۶۶ ۶۶ ۴۴ ۳۲

قالیشویی و مبل شویی ایران

صاف صاف ، لول لول ، تخت تخت

آیه روز

و در [ماجرا] ثمود [نیز عبرتی بود] آنگاه که به ایشان گفته شد تا چندی برخوردار شوید.
سوره الذاریات، آیه ۴۳

تبصره یک : اداره کل می تواند در صورت ضرورت هر ساله قبل از حضور دام، زمان وظرفیت چرا را تعیین و به صاحبان پروانه کتبا اعلام نماید.
مرتعداران موظف به رعایت موارد اعلامی می باشند.
تبصره دو : در صورت تغییر سطح مرتع (به دلایلی نظیر واگذاری بخشی از مرتع، اجرای ماده واحده اراضی اختلافی موضوع ماده ۵۶ قانون حفاظت و بهره برداری، نقشه برداری جدید و ...) اداره کل می تواند نسبت به اصلاح پروانه یا پروانه های چرای دام اقدام نماید.
۳۲- تعیین محدوده مراتع با انجام تحقیقات مستدل و کافی بعهدہ هیأت‌های ممیزی می باشد.

۳۳- معرفی روستایی دامدار، در مراتع روستایی به عهده شورای اسلامی محل و تأیید آن به عهده هیئت های ممیزی مرتع می باشد.
تا زمان تشکیل شورای اسلامی روستا و یا در صورت انحلال شورا، معرفی روستایی دامدار به عهده معتمدین همان روستا خواهد بود.
تبصره یک: در صورتی که پس از ممیزی مرتع، بهره‌برداران مرتع روستایی (روستایی دامدار) تغییر نمایند، سیاهه اسامی جدید توسط شورای اسلامی تهیه و اعلام و مدارک پس از تایید اداره کل، اصلاح میگردد.

تبصره دو : در راستای مدیریت بهینه مراتع روستایی اداره کل می تواند در هر مرتع به یکی از اشکال ذیل عمل نماید.

– برای مراتع روستایی پس از ممیزی ، طرح مرتعداری تهیه و جهت اجرا واگذاری گردد ، مسئولیت حسن اجرای طرح به عهده شورای اسلامی و یا نماینده مرتعداران ذیحق می باشد.

– دامداران زیر ۱۰ واحد دامی می توانند با اطلاع اداره کل نسبت به معرفی شورای اسلامی روستا یا تشکل مرتعداری بعنوان نماینده اقدام نمایند و در هر زمان که صلاح بداندن با اطلاع اداره کل و با اکثریت آرا نماینده خود را تغییر دهند.

– برای دامداران فوق بخشی از مرتع مشخص و ترجیحاً تنسیق گردد.

– برای مرتعداران بالای ۵۰ واحد دامی مجاز: پروانه چرای دام مجزا صادر گردد.

۳۴- شناسنامه مرتع، مدرک رسمی بوده و کلیه نسخ آن باید ، خوانا و بدون قلم خوردگی،لاک گرفتگی و خدشه بوده و اسامی افراد با صورت‌جلسه نهایی هیأت ممیزی منطبق باشد.

۳۵- محدوده های عرفی مرتعداران بایستی با ذکرنقاط مختصات (دارای UTM) و ترسیم بر روی نقشه های ۵:۰۰۰ یا ۱:۲۵۰۰۰ توپوگرافی و تصاویر ماهواره ای مشخص و به امضای اعضای هیئت رسیده و ضمیمه صورت جلسات ممیزی گردد.

۳۶- سرپرست هیأت ممیزی مرتع موظف است پس از اعلام نظر قطعی هیأت، کلیه مدارک ممیزی مرتع را در دو نسخه تکمیل و هر دو روی آن را به امضاء اعضاء هیأت ، مرتعداران یا نمایندگان آنها رسانده همچنین یک نسخه کلیه اوراق و اسناد ممیزی مرتع ، از طریق سیستم رایانه به دفتر امور مراتع ارسال نماید.

تبصره یک:امتناع مرتعدار یا مرتعداران یا نمایندگان آنها از امضاء اوراق و اسناد ممیزی مرتع، مانع از اتخاذ تصمیم هیئت ممیزی نخواهد بود.

تبصره دو:اقدامات هیئت ممیزی باید طبق آخرین فرمهای ابلاغی سازمان جنگلها، مراتع و آبخیزداری انجام پذیرد.

۳۷- سرپرست هیئت ممیزی موظف است پس از تکمیل اقدامات ممیزی، نتیجه را حداکثر ظرف مدت سی روز پس از پایان مأموریت به همراه مدارک ممیزی (ابلاغ اعضای هیئت، برگ مأموریت، تصاویر آگهی، صورت‌جلسه الصاق و ...) جهت صدور پروانه چرای دام به صورت کتبی به اداره کل اعلام و تحویل نماید.

تبصره : عدم تحویل به موقع مدارک و اوراق ممیزی(توسط هیئت ممیزی) به دلایل غیر موجه تخلف اداری محسوب می گردد.

۳۸- در مورد مراتعی که پروانه چرای دام صادر گردیده، باید به مرتعداران کتباً ابلاغ گردد که محدوده مراتع مورد پروانه چرای دام خود را با رهنمایی کارشناسان اداره کل و یا شهرستان علامت گذاری و مسئولیت حفاظت از آن را به عهده گیرند و در صورت مشاهده هر گونه تجاوز و تخلف ، استفاده یا بهره برداری غیر مجاز مرتع نسبت به پیگیری آن از طریق محاکم قضایی یا نیروی انتظامی محل ویا اداره منابع طبیعی شهرستان همراه با اطلاع رسانی اقدام نماید .

تبصره یک: صاحبان پروانه چرای دام می توانند از طریق مراجع قضایی نسبت به اقامه دعوی (در مورد تضییع حقوق مورد پروانه چرا) اقدام نمایند.
اداره کل موظف به حمایت و همکاری لازم می باشند.

تبصره دو : در صورت بروز حریق در مرتع، مرتعدار یا مرتعداران ذیحق آن مرتع موکلف به اطلاع رسانی و شرکت در اطفای حریق می باشد و در صورت عدم مشارکت ، اداره کل می تواند نسبت به ابطال پروانه چرای آنان اقدام نماید

۳۹- در صورتی که شش‌دانگ پلاک روستایی کلاً وقف عام باشد در صورت احراز کلیه شرایط وقفیت، پروانه چرای دام مراتع موجود در پلاک وقف به نام متولی وقف عام صادر خواهد شد.

۴۰- اختیار و مسئولیت ممیزی مراتع حوزه استحفاظی هر استان به عهده اداره کل همان استان (منطقه) بوده و هیأت‌های ممیزی حق دخالت در ممیزی استانها (مناطق) دیگر را ندارند.
تبصره یک: در صورتی که حدود مراتع مرزی استان ها مشخص

حدیث روز

نسبت به پدر و مادر نیکوکار باش تا پاداش تو بهشت باشد ولی اگر عاق آنها شوی جهنمی خواهی بود.
پیامبر اکرم (ص)

نشده باشد، ابتدا اداره کل، بارعایت حدود تقسیمات کشوری مرزی را مشخص و در محدوده های مرتبط به استان های خود با رعایت تبصره ۲ ذیل بند ۲۵ اقدام به ممیزی می نماید.

تبصره دو: درصورتیکه مراتع مورد ممیزی در نوار مرزی دو استان قرار گرفته باشد و تداخل حدود با مرز جغرافیایی وسیاسی دو استان وجود داشته باشد ابتدا ادارات کل دو استان با بررسی آخرین نقشه تقسیمات کشوری و سوابق ثبتی، مرزی را با توافق یکدیگر مشخص وصور‌تجلسه نموده و هر استان با رعایت تبصره ۲ ذیل بند ۲۵ نسبت به ممیزی و تعیین مرتعداران ذیحق اقدام مینمایند.

تبصره سه: محدوده مرز هر استان تابع تقسیمات کشوری وتحدید حدود پلاک های ثبتی خواهد بود.

تبصره چهار: در صورتی که سامان عرفی مرتعی، در محدوده بیش از دو استان واقع شده باشد، اکپب ممیزی با مسئولیت استانی که مساحت بیشتری از عرصه را شامل می گردد و با عضویت یک نماینده از استان های همجوار ممیزی صورت می گیرد.

۴۱- حدود اختیارات هیأت های ممیزی منحصر به موارد مندرج در این شیوه نامه بوده و در اموری که رسیدگی واطهار نظردر آنها در صلاحیت سایر مراجع قانونی باشد حق دخالت و رسیدگی ندارند.

رسیدگی به اعتراضات قبل از صدور پروانه چرای دام، نحوه صدور و رسیدگی به اعتراضات پس از صدور پروانه چرای دام:

۴۲- کلیه اعتراضات واصله به ممیزی های انجام شده بر اساس این دستورالعمل (قبل از صدور پروانه چرای دام)،در کمیسیونی مرکب از رئیس اداره مرتع، نماینده اداره حقوقی (کارشناس حقوقی) و نماینده مدیر کل منابع طبیعی استان و عندالزوم نماینده انجمن صنفی به عنوان مطلع بدون حق رای حداکثر تا پایان فصل بهره برداری بعدی، مورد رسیدگی شکلی واقع و طبق تبصره های ذیل عمل می نمایند.

تبصره یک:رعایت دقیق مفاد دستورالعمل، خصوصاً بند ۴۱ همین فصل ، مبنای کار کمیسیون رسیدگی به اعتراضات و شکایات می باشد.

تبصره دو: در صورت تأیید اعتراض، تصمیم کمیسیون و پرونده از طریق اداره کل به هیأت ممیزی کننده احاله تا نسبت به اظهار نظر قطعی و تکمیل پرونده برای صدور پروانه چرای دام اقدام نماید.

۴۳- در صورت عدم وصول اعتراض پس از یک سال از اعلام گزارش هیأت به اداره کل ، عملاً اقدام هیأت تأیید شده محسوب و مرتع مذکور دارای پروانه چرای دام تلقی و اداره کل نسبت به صدور پروانه چرا اقدام می نماید . در صورت وصول اعتراض پس از مهلت مقرر، هیأت مندرج در این بند حق رسیدگی را نداشته و موضوع در کمیسیون بند ۴۹ فصل دوم این شیوه نامه مطرح و اتخاذ تصمیم میگردد.

۴۴- اداره کل پس از صدور پروانه چرای دام موظف است یک نسخه از صور‌تجلسه هیئت، به انضمام یک نسخه از شناسنامه مرتع و نقشه های مربوطه را جهت ضبط در سوابق به شهرستان مربوطه، ارسال نماید .

۴۵- برای مرتعدارانی که دارای سهمی کمتر از ۵۰ واحد دامی مجاز می باشند پروانه چرای دام مستقل صادر نمی گردد.

تبصره یک : هیئت های ممیزی بایستی سهم دام مجاز هر یک از این مرتعداران را مشخص و اداره کل کتبا تعداد دام مجاز با فصل چرا و محدوده چرا را به مرتعدار مزبور اعلام می نماید.

تبصره دو : در مراتع مشاعی مرتعدارانی که با کمتر از ۵۰ واحد دامی مجاز تعیین صلاحیت شده اند با اخذ و قبول امتیازات مرتعداران همان مرتع، میتوانند نسبت به افزایش واحد دامی مجاز خود با رعایت بند ۵۱ این شیوه نامه اقدام و در صورتی که مجموع دام مجاز یک مرتعدار به بیش از ۵۰ واحد دامی برسد، اداره کل موظف به صدور پروانه چرا دام میباشد .

۴۶- جهت اشخاصی که صلاحیت آنها از طرف هیأت‌های ممیزی تأیید و دارای دام مجاز کمتر از ۵۰ واحد می باشند در صورت تشکیل تعاونی مرتعداری بنحوی که تعداد دام مجاز آنها به حداقل یک واحد اقتصادی (۲۳۰ واحد دامی) برسد ، بصورت یک شخص حقوقی پروانه چرای دام صادر می گردد.

تبصره یک: در صورتی که ظرفیت چرای مرتع یک سامان عرفی کمتر از ۲۳۰ واحد دامی باشد، در صورت درخواست کلیه مرتعداران ذیحق آن سامان جهت تشکیل تعاونی مرتعداری، اداره کل می تواند نسبت به صدور پروانه چرای دام بنام تعاونی مرتعداری اقدام نماید.
تبصره دو: صاحبان سهام تشکل ها، مجاز به فروش سهام خود به غیر از اشخاص سهامدار و یا افزایش تعداد سهامداران نمی باشند.
مؤسسين و مجامع عمومی و عادی، حق تغییر این موضوع را در اساننامه ندارند.
اداره کل در صورت تقاضای اعمال بند ۵۱ این شیوه نامه از طرف اینگونه شرکت ها، می بایست مفاد این تبصره را قبل از صدور مجوز، بررسی و رعایت نمایند.

تبصره سه : چنانچه شرکت تعاونی اقدام به فروش سهام شرکت و یا افزایش تعداد سهامدار بدون اخذ مجوز کتبی از اداره کل نمایند، امتیاز بهره برداری از مراتع آنها لغو و پروانه چرای دام آنها از درجه اعتبار ساقط می گردد.

۴۷- در صورت تحقق مفاد بند۳۷ ویا تصمیم کمیسیون بند ۴۹ (مبنی بر ذیحق بودن معترض و اضافه شدن به لیست مرتعداران

ذیحق) و یا اجرای بند ۵۱ این شیوه نامه ، نیاز به ممیزی جدید نبوده و اداره کل بایستی پروانه های چرای دام صادره قبلی را ابطال و بنام افراد جدید یا تشکل های رسمی، پروانه چرای دام صادر و مدارک را اصلاح و نتیجه را به دفتر امور مراتع سازمان اعلام نمایند.
تبصره: موافقت و صدور اجازه واگذاری امتیاز پروانه چرای دام ، منحصراً در اختیار اداره کل می باشد.

۴۸- در صورت فوت دارنده پروانه چرای دام، یکی از وراث قانونی می تواندباکسب وکالت محضری یا مصالحه با سایر وراث حداکثر ظرف مدت دو سال پروانه چرای دام دریافت نماید.

تبصره یک: در مراتع مشاعی در صورت عدم توافق، وراث می توانند با مجوز کتبی اداره کل، حقوق متوفی را به ترتیب اولویت به مرتعداران همان مرتع و مرتعداران همجوار واگذار نمایند و در مراتع انفرادی نیز می توانند با مجوز کتبی اداره کل، حقوق متوفی را به ترتیب الویت به مرتعداران مرتع همجوار ویا دیگر اشخاص (مرتعداران) حقیقی و حقوقی واگذار نمایند.

تبصره دو: در صورت توافق و رضایت حداقل دو سوم وراث ، اداره کل می تواند پروانه چرا بنام احدی از وراث صادر نماید .

تبصره سه: در صورتی که هریک از وراث، دارای مجوز بهره برداری در همان مرتع باشد اداره کل می تواند سهم وی از پروانه متوفی را کسر و به تعداد دام مجاز او اضافه و مدارک ممیزی را اصلاح نماید.
تبصره چهار: در صورت عدم تحقق این بند و تبصره های ذیل آن، وراث حق ورود دام به مرتع را نخواهند داشت و حقوق بهره برداری متوفی ابطال می گردد.

۴۹- رسیدگی به اعتراضات اشخاص ناشی از اقدامات هیئت های ممیزی، پس از صدور پروانه چرای دام در اختیار کمیسیونی مرکب از نمایندگان دفتر امور مراتع، دفتر امور حقوقی سازمان و نماینده تام الاختیار اداره کل خواهد بود. اشخاص می توانند اعتراضات خود را با ارائه مدارک مثبته به اداره کل ارسال و اداره کل مکلف به پذیرش اعتراض می باشد.

تبصره یک: دبیرخانه کمیسیون در دفتر امور مراتع سازمان مستقر بوده و کلیه اعتراضات واصله پس از تکمیل و تنظیم فرمهای مربوطه توسط اداره کل، جهت رسیدگی در کمیسیون بند ۴۹، ارسال و دبیرخانه پس از تکمیل پرونده، موضوع را در کمیسیون مذکور، مطرح خواهد نمود. و کلیه مکاتبات در این مورد از طریق دفتر امور مراتع سازمان انجام خواهد گرفت.

تبصره دو: در ممیزی های صورت گرفته قبلی مهلت تقدیم اعتراضات حداکثر سه سال پس از ابلاغ این شیوه نامه می باشد و در ممیزی های جدید(پس از ابلاغ این شیوه نامه) نیز مهلت تقدیم اعتراضات حداکثر سه سال پس از صدور پروانه چرای دام خواهد بود.

تبصره سه: تصمیم کمیسیون بند ۴۹ قطعی و لازم الاجرا است لکن معترض می تواند ظرف مهلت مقرر مندرج در تبصره ۲ ماده ۱۶دیوان عدالت اداری (۳ماه) اعتراض و اداره کل موظف است تصمیمات اتخاذی را در اولین فرصت به اجرا گذاشته و نتیجه را به دبیرخانه کمیسیون اعلام نمایند.

تبصره چهار : چنانچه معترض یا معترضین حداکثر تا یک سال پس از تاریخ ابلاغ کمیسیون مدرک مثبته جدیدی دال بر ذیحق بودن خود ارایه نمایند ، رئیس سازمان می تواند پس ازارایه گزارش بازرسین یا کارشناسان معتمد و منتخب خود و تأیید آن ، موضوع را مجدداً به همین کمیسیون با ترکیب مدیر کل دفتر امور مراتع ، مدیر کل دفتر حقوقی و مدیر کل استان مربوطه ارجاع تا تصمیم نهایی اخذ و ابلاغ گردد.

تبصره پنج: تصمیمات کمیسیون بند ۴۲ و ۴۹ با مقررات قانون آیین دادرسی مدنی به معترضین ابلاغ می گردد.

وظایف و اختیارات صاحب پروانه چرای دام:

۵۰- رعایت مندرجات پروانه چرای دام صادره، از طرف مرتعداران الزامی است و با متخلفین برابر مقررات رفتار خواهد شد.

۵۱-مرتعداران ذیحق مرتع می توانند، تمامی اختیارات و مسئولیت های ناشی از پروانه چرای خود را پس از اخذ مجوز کتبی از اداره کل براساس مقررات ،تنها به یکی ازفرزندان خود، همسر، افراد حقیقی یا حقوقی با شرایط ذیل منتقل نمایند.

تبصره یک:

الف) در مراتع مشاعی: انتقال تمامی حقوق پروانه چرای خود به یکی از فرزندان و همسر و نیز به یکی یا تعدادی از مرتعداران همان مرتع، نیازی به رضایت سایر مرتعداران همان مرتع نمی باشد، لیکن انتقال پروانه چرا به دیگر اشخاص حقیقی و حقوقی، رضایت کلیه مرتعداران همان مرتع الزامی می باشد.چنانچه انتقال دهنده در خصوص بهای حقوق بهره برداری با مرتعداران همان مرتع به تفاهم نرسد با نظر موافق اداره کل ملاک محاسبه حقوق بهره برداری، شیوه نامه ابلاغی سازمان می باشد .

ب) در مراتع انفرادی : اولویت انتقال حقوق بهره برداری با مرتعداران همجوار همان حوزه آبخیز می باشد. در صورت عدم تمایل مرتعداران همجوار وپس از اعلام کتبی به اداره کل(در مهلت یک فصل چرا) دارنده پروانه چرا می تواند با موافقت اداره کل حقوق خود را به اشخاص حقیقی و حقوقی ذیصلاح انتقال دهد.

تبصره دو: در مراتع شمال کشور، در صورت درخواست مرتعدار به منظور انتقال حقوق پروانه چرا، ابتدایم بایست کلیه حقوق احتمالی

مکتسبه وی در جنگل از طریق کمیسیون تعیین صلاحیت دامدار موضوع طرح خروج دام از جنگل ابطال و سپس نسبت به انتقال حقوق پروانه چرا اقدام نمود.

تبصره سه : اجرای مفاد تبصره های یک و دو این بند به هیچ وجه نبایستی منجر به افزایش بهره بردار در سامان عرفی مربوطه شود .
۵۲- مرتعدارصاحب پروانه چرای دام، درصورتیکه مشمول طرح اسکان و ساماندهی عشایر گردند، در زمان اجرای طرح اسکان و ساماندهی، کلیه حقوق حاصله از پروانه های چرای دام در قطب محل اسکان (بیلاق ،قشلاق یا میانبند) ابطال و در خصوص قطب های دیگر اسکان نیز می بایست حداکثر ظرف مدت یکسال نسبت به معرفی بهره بردار مجاز جهت جایگزینی (با رعایت بند ۵۱ و تبصره های ذیل آن) اقدام نماید

تبصره : در صورت عدم معرفی بهره بردار جایگزین در مهلت مقرر، حقوق بهره برداری ابطال می گردد.

۵۳ -مرتعدارانی که اقدام به تنسیق و علامت گذاری محدوده های پروانه های چرای دام می نمایند می توانند در قالب طرح مرتعداری از کمک های فنی ومالی (در صورت تخصیص اعتبار) استفاده کنند.

فصل سوم

شرایط ابطال پروانه چرای دام

۱- جعل در مفاد مندرج در پروانه چرای دام با تشخیص مراجع ذیصلاح موجب ابطال پروانه چرا گردیده و در این گونه موارد با متخلف برابر مقررات رفتار خواهد شد.

۲- در مواردی که صاحب پروانه چرای دام، بدون کسب مجوز کتبی از اداره کل، حقوق ناشی از پروانه چرای دام را به شخص دیگری، اعم از حقیقی و یا حقوقی اجاره و یا واگذار نماید.

۳-در صورت ترک مرتعداری به مدت ۲ سال متوالی، بدون اعلام کتبی به اداره کل

تبصره:احراز ترک مرتعداری بر اساس تنظیم صور‌تجلسه تحقیقات محلی توسط مامورین اداره کل، اداره منابع طبیعی و آبخیزداری شهرستان و یا سایر مدارک و مستندات و ارایه آن به کمیسیون موضوع بند ۱۰ این فصل خواهد بود.

۴-هرگونه تغییر کاربری اراضی در محدوده پروانه چرا بدون اخذ مجوز قانونی

۵- عدم اجرای مفاد پروانه چرا از قبیل ظرفیت چرا، مدت و زمان استفاده

تبصره : در صورت عدم رعایت این بند، اداره کل و یا ادارات تابعه پس از دو بار اخطار و ابلاغ رسمی (حداقل در دو فصل چرا) به متخلفین و برای بار سوم نسبت به ابطال پروانه چرا اقدام می نماید.
۶- عدم پرداخت حقوق و عوارض قانونی به مدت ۳ سال متوالی و یا ۵ سال متناوب بدون عذر موجه

۷- اجرای مفاد تبصره سه ذیل بند ۴۶ و تبصره دو بند ۳۸ ازفصل دوم شرایط عمومی

۸- اجرای مفاد تبصره چهار ذیل بند ۴۸ فصل دوم

۹- اجرای مفاد بند ۵۲ و تبصره ذیل آن از فصل دوم

۱۰- تشخیص موضوع ابطال پروانه چرا در خصوص بند های ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۷، ۸ و ۹ این فصل ، بر عهده کمیسیونی مرکب از نماینده مدیر کل، رئیس اداره مرتع، رئیس اداره حقوقی(یا نماینده وی)، فرمانده یگان حفاظت اداره کل(یا نماینده وی) و رئیس اداره منابع طبیعی و آبخیزداری شهرستان مربوطه می باشد. این کمیسیون با بررسی پرونده و احراز تخلف، مراتب را با تنظیم صور‌تجلسه به مدیرکل اعلام تا نسبت به ابطال پروانه چرا اقدام نماید.

۱۱- با اعلام کتبی مرتعدار به اداره کل مبنی بر انصراف از بهره برداری از مرتع ،پروانه چرا باطل می گردد.

۱۲- اجرای تبصره ۳ ماده ۹ آییننامه اجرایی قانون اصلاح تبصره (۱) ماده (۴۷) قانون تنظیم بخشی از مقررات مالی دولت مصوبه ۹۱/۱/۲۰ هیئت وزیران.

۱۳- در صورت درخواست مرتعداران ذیحق جهت تغییر محل تعلیف دام ، پروانه چرای دام صادره ابطال خواهد شد.

تبصره : تصمیم گیری در این مورد با مدیر کل دفتر امور مرتع، مدیر کل دفتر حقوقی سازمان و مدیر کل استان مربوطه خواهد بود.

۱۴- در صورت واقع شدن محدوده پروانه چرا در محدوده شهرها که طرح جامع یا تفصیلی جدید آن ها به تصویب مراجع قانونی ذی ربط رسیده باشد به شرط رعایت و پرداخت حقوق بهره برداری توسط دستگاه متولی ، پروانه چرا ابطال می گردد.

۱۵- انعقاد قرارداد اجرای طرح های موضوع تبصره (۱) ماده (۳) قانون اصلاح قانون حفاظت و بهره برداری از جنگلها و مراتع – مصوب ۱۳۴۸ – و اصلاحیه های بعدی آن

۱۶- نحوه مدیریت ظرفیت چرای آزاد شده ناشی از ابطال پروانه یا پروانه های چرا

(به موجب اجرای مفاد بند های ۱۰ و ۱۱ و ۱۲ این فصل) بر اساس شرای این دستورالعمل در فصل اول با ۲۵ بند و۱ تبصره، در فصل دوم با ۵۳ بند و ۶۲ تبصره و فصل سوم با ۱۶ بند و ۳ تبصره تنظیم گردیده، و از زمان تصویب و ابلاغ این دستورالعمل، کلیه دستورالعملهای قبلی باطل و از درجه اعتبار ساقط می گردد.
•در صورت بروز هر گونه ابهام و یا نیاز به تفسیر در اجرای بندهای این شیوه نامه و درخواست نظر ارشادی توسط اداره کل، پاسخ کتبی مدیر کل دفتر امور مراتع ملاک عمل خواهد بود.



بستنی اعتمادیان قاین
امروز به مصاف نماینده نیک شهر می رود

تیم فوتبال بستنی اعتمادیان قاین نماینده استان خراسان جنوبی در دومین هفته رقابت های لیگ دسته ۳ کشور، ۲۶ مهر ماه سال جاری در نیک شهر به مصاف تیم تندر می رود. به گزارش اداره کل ورزش و جوانان استان خراسان جنوبی، نماینده استان در حالی برای حضور در این دیدار به میدان می رود که در اولین دیدار و در یک بازی نزدیک با نتیجه ۲ بر یک مغلوب میهمان خود، نماینده اصفهان شد.

داوران استان خراسان جنوبی
در مسابقات لیگ دسته ۳ فوتبال کشور قضاوت می کنند

داوران فوتبال استان خراسان جنوبی در هفته دوم مسابقات لیگ دسته سه کشور قضاوت می کنند. به گزارش روابط عمومی اداره کل ورزش و جوانان استان، مهدی کاظمی به عنوان داور وسط، سید حسین بسکابادی و امیر آرمند به عنوان کمک داور اول و دوم دیدار تیم های فوتبال شیرین فراز و پیروز گرمسار را سوت می زنند. دیدار تیم های شیرین فراز و پیروز گرمسار روز گذشته ساعت ۱۴:۳۰ در ورزشگاه شهر آق قلا استان گلستان برگزار شد.

شمشویازان استان خراسان جنوبی در اردوی تیم ملی

به گزارش خبرگزاری صدا و سیما مرکز استان، حامد صلاحی در رده جوانان و دانیال حسین زاده در رده نوجوانان به اردوی آمادگی تیم ملی اعزام شدند. لازم به ذکر است این اردو تا ۴ آبان ماه در تهران ادامه دارد.

دومین پیروزی پرگل تیم فوتبال دختران جوان ایران
در تورنمنت ازبکستان؛ جام کافا



ایرنا- تیم فوتبال دختران جوان ایران (زیر ۱۹ سال) در دومین دیدار خود در تورنمنت ازبکستان (جام کافا) به مصاف فوتبالیست های جوان تاجیکستان رفت و توانست با نتیجه ۶ بر صفر این تیم را شکست دهد. گل های این بازی را به ترتیب در دقیقه ۹ افسانه چنطور، دقیقه ۱۵ الهام عافچه، دقیقه ۲۳ فاطمه قاسمی، فاطمه قاسمی دقیقه ۲۴، افسانه چنطور دقیقه ۲۷ و گل ششم نیز در دقیقه ۷۷ غزاله صالحی پور به ثمر رساندند. دختران فوتبالیست جوان ایرانی قرار است امروز ساعت ۱۵:۰۰ به وقت تاشکند به مصاف تیم ازبکستان میزبان این تورنمنت بین المللی بروند. تیم فوتبال دختران زیر ۱۹ سال ایران در اولین دیدار خود روز شنبه با نتیجه چهار بریک تیم قرقیزستان را شکست داد.

استرس حاد
یکی از دلایل پرکاری روده ها



سخترانی در برابر یک جمعیت بزرگ و غیره جزو عواملی هستند که باعث تحریک اعصاب شده و استرس حاد ایجاد می کنند. این استرس در بین افراد حساس باعث بروز اسهال می شود. در این شرایط غدد فوق کلیوی ترکیبات سمی ایجاد می کنند که باعث ایجاد اختلال در مغز می شود. حتما می دانید که مغز به شکم وصل است. در نتیجه روده ها را تحریک می کنند.

مواد غذایی که به رشد مغز فرزند شما کمک می کنند ...



به بهبود عملکرد مغز به ویژه در کودکان که روند رشد مغزی خود را تجربه می کنند و باید در کلاس های درس حاضر شوند، کمک کنید. در ادامه بیشتر با آنها آشنا می شویم: ۱- گردو ۲- غلات کامل (سیوس دار) ۳- تخم مرغ ۴- ماهی چرب ۵- کره بادام زمینی ۶- توت ها ۷- شکلات تلخ ۸- مغزهای خوراکی و دانه ها ۹- چغندر ۱۰- چای سبز.

چرا نباید با گرفتن دست کودک او را تاپ داد؟!؟



وضعیتی به نام آرنج کشیده شده یا دررفتگی آرنج هستند و وضعیت آرنج کشیده شده یا دررفتگی آرنج نیز زمانی ایجاد می شود که رباط ها دچار دررفتگی و یا پارگی می شوند که در برخی مواقع، حتی بر اثر اعمال یک نیروی جزئی ایجاد می شود. به گفته کارشناسان، هر گونه نیروی کششی ناگهانی و اضافی به قسمت فوقانی بازو به طور بالقوه باعث آسیب به مفاصل این اندام می شود.

نکاتی مهم برای سلامتی ...

- تلفن را با گوش سمت چپتان پاسخ دهید.
- با آب سرد دارو نخورید.
- و بلافاصله بعد از خوردن داروهایتان هم نخوایید.
- بعد از ساعت ۵ بعد از ظهر غذای سنگین نخورید.
- در طول روز آب زیاد بنوشید.
- در هنگام شب، کمتر.
- بهترین زمان خواب از ساعت ۱۰ شب تا ۴ صبح است.
- هنگامی که باتری تلفن همراه شما به آخرین سطح رسیده، با تلفن خود صحبت نکنید. چون امواج آن ۱۰۰۰۰ برابر در این حالت قوی تر می شود.

وقتی مکمل ها باعث بروز سرطان می شوند؛ چای پر رنگ ننوشید ...

وی ادامه داد: مصرف سویا جایگزین مناسب گوشت برای جذب آهن است. برای جذب آهن مصرف گیاهان به اندازه گوشت تاثیر مثبتی ندارد و بهتر است همراه با گیاهان یک منبع اسیدی مثل لیموترش و سالاد استفاده شود. سهرابی با بیان اینکه استفاده از چای بخصوص چای پررنگ بلافاصله بعد از غذای می تواند در جذب آهن

مشکلاتی ایجاد کند، گفت: بهتر است مصرف چای دوساعت بعد از غذا باشد تا آهن مورد نیاز به خوبی وارد بدن شود. وی ادامه داد: در صورت مصرف بی رویه این مکمل ها ممکن است فرد دچار سرطان شود. توصیه می شود مصرف مکمل ها به دلیل کاهش عوارض گوارشی در ساعات پایانی و قبل از خواب استفاده شود.

کلاهبرداری با ویزای جعلی عراق از ۸۰۰ نفر زائر ایرانی

مدیر عتبات عالیات سازمان حج و زیارت با اشاره به کلاهبرداری از ۸۰۰ نفر با صدور ویزای جعلی و مخدوش عراق از ابتدای سال تا کنون، از دستگیری بیش از ۴۰ نفر در ارتباط با این کلاهبرداری ها خبر داد. محسن نطفاتی گفت: عراق قوانین سختگیرانه ای در ارتباط با ویزای جعلی و ورود غیرمجاز به خاک کشورش دارد که از زمان گذشته باقی مانده و هنوز منطف نشده است. افرادی که به این علت دستگیری می شوند، معمولاً تا ۵ یا ۶ سال باید در حبس بمانند. وی افزود: هم اکنون بیش از ۲۰ ایرانی در زندان های عراق به سر می برند که دستگیری شمار زیادی از آن ها در ارتباط باهمین موضوع بوده است. وی ادامه داد: شکارچیان زائران ایرانی، اغلب در اطراف سفارتخانه و کنسولگری عراق کمین کرده اند، درحالی که با وجود تعداد زیادی دفتر خدمات زیارتی و سامانه سماح به هیچ وجه نیاز نیست به این اشخاص و حتی سفارتخانه و یا کنسولگری عراق مراجعه شود. وی تصریح کرد: بهترین مدل دریافت، ثبت نام از طریق سامانه اینترنتی سماح است و حتی افرادی که در مناطق دورافتاده زندگی می کنند می توانند از طریق دفاتر خدمات زیارتی برای گرفتن ویزا اقدام کنند.

هرمززان

جمهوری اسلامی ایران
وزارت علوم، تحقیقات و فن آوری

اولین موسسه آموزش عالی (غیر دولتی - غیر انتفاعی) استان

تحت سرپرستی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری

تخفیف شهری به تا ۴۰٪

پذیرش دانشجو جهت نیمسال اول ۹۵-۹۶

کارشناسی فایوسته	کارشناسی پیوسته
● مهندسی شهرسازی	● مهندسی پزشکی
● علمی کاربردی حسابداری	● مهندسی عمران
● علمی کاربردی معماری	● مهندسی مدیریت پروژه
● مهندسی تاسیسات	● مهندسی کامپیوتر - نرم افزار
● مهندسی کامپیوتر - نرم افزار	● مهندسی صنایع
	● مهندسی معماری

ثبت نام: با مراجعه به محل دانشگاه به آدرس: خراسان جنوبی - بیرجند - بلوار سجاد - میدان تمنای باران

تلفن: ۰۵۶-۳۲۴۲۵۱۵۱ و ۳۲۴۲۵۲۵۲

www.bir-hormozan.ac.ir

انجمن خیریه حمایت از بیماران کلیوی استان خراسان جنوبی

با حمایت از بیماران نیازمند کلیوی غنچه امید را در قلبهایشان شکوفا سازیم، بیماران نیازمند (خاص) به یاری شما می اندیشند

شماره کارت ۶۰۳۷۷۰۱۱۹۹۵۰۷۱۴۴

بنام انجمن خیریه حمایت از بیماران کلیوی فراسان جنوبی

نمایندگی باطری تعاون قدس

مرکز تهیه و توزیع باطری های خودرویی

برنا باطری - صبا باطری - توان باطری - سپاهان باطری اصفهان

با یک تماس در هر قطعه شهر که هستید باطری دلخواهتان را از ما تحویل بگیرید

کیفیت را گران نخرید

خیابان قدس - بین قدس ۵ و ۷ ترسیده به چهارراه عدل - سعیدی ۳۴۴۳۷۶۶-۰۹۱۵۶۱۲۴۸۷

ایزوگام رهبردار فروش قیر - چتایی (قیرگونی)

۰۹۱۵۳۶۳۸۰۴۷ - ۳۲۳۱۷۹۰۳

بلوار شعبانیه حدفاصل خیابان کارگران و چهارراه دولت

حمل بار و اثاثیه منزل با ايسوزو چادر دار و کارگر ماهر

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

داخل و خارج شهر

ایزوگام سلیمانی

آدرس: چهارراه اول توحید ۲۲۴۲۵۰۵۴ - ۰۹۱۵۱۶۰۶۵۲۸

معلمیان

فروش فوق العاده

هود شومینه ای فقط ۲۱۰۰۰۰ تومان

اجاق گاز ۵ شعله شیشه ای فقط ۴۰۰۰۰۰ تومان

عرضه انواع سینک های توکار و روکار

تخفیف ویژه جهت همکاران

بیرجند: چهارراه سیاده شیرازی، مجتمع تجاری میرداماد، واحد ۱۱۷

تلفن: ۰۵۶) ۳۲۲۲ ۸۸۰۶

همراه: ۰۹۱۵ ۷۹۲ ۹۰۲۰ - ۰۹۱۵ ۷۹۲ ۹۰۳۰

بنگاه قالب بتن توکل

خرید و فروش انواع قالب بتن داربست فلزی، تخته زیر پا، نو، دست دوم

بلوار فردگاه - سه راه میاد شیرازی - ۳۴۳۱۳۶۰۰ - جلیلی ۰۹۱۵۱۶۱۵۰۶۹

ایزوگام شرق بخشی

آدرس: میدان توحید ۳۲۳۱۴۴۲۳۳۱ - ۰۹۱۵۵۶۲۲۰۵۵۰

اولین و تنها دارنده دستگاه آبگیر چهارلول در شرق کشور با قابلیت آگیری 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

صاف صاف درج یک / کاور شده

۳-۱-۳۲۴۴۰۰۰ پیشرو در صنعت قالیشوئی استان

ومبل شوپه قالیشوپی

کسب رتبه نخست کشوری اداره‌کل کانون پرورش فکری در ارزیابی عملکرد نماز

راستی- اداره کل کانون پرورش فکری استان در ارزیابی عملکرد توسعه و ترویج فرهنگ نماز رتبه نخست را در بین ۳۱ استان کشور کسب کرد. حمیدی مدیر کل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان با اعلام این خبر گفت: کانون استان، علاوه بر طراحی برنامه‌های ویژه در زمینه نماز و فربایش دینی برای اکارکنان، با برگزاری کارگاه‌های آموزشی نماز به ارایه مفاهیم نماز برای کودکان و نوجوانان نیز توجه ویژه دارد.

تولید و عرضه کالای خارج از استاندارد خیاات است

مهر- نماینده ولی فقیه در استان با بیان اینکه مسئله استاندارد مسئله‌ای فراگیر است، گفت: تولید و عرضه کالای خارج از استاندارد خیانت و نادرست است.
حجت الاسلام عبادی در دیدار با مدیرکل و کارکنان اداره کل استاندارد اظهار کرد: یکی از مهم‌ترین مسائلی که در زندگی انسان باید رعایت شود این است که آموزش در حد قابل قبولی استاندارد باشد. وی با بیان اینکه استاندارد در جامعه امروز از اهمیت بسیار زیادی برخوردار است، افزود: وسعت و مطلوبیت واژه استاندارد تنها در تولید و عرضه کالا و اجناس نیست. مدیرکل استاندارد نیز با اشاره به افتتاح آزمایشگاه حساس و نوین صنایع غذایی و شیمیایی در دهه فجر، تصریح کرد: در حال حاضر ۱۶ آزمایشگاه در استان فعالیت می‌کنند.

رزمایش دامپزشکی علیه بیماری شاربین

پیشه ور- دامپزشکی استان در هفته پافند غیرعامل رزمایش علیه بیماری شاربین برگزار می کند. سهرابی مسئول پدافند غیرعامل دامپزشکی استان با بیان اینکه بیماری شاربین جزء بیماری های قابل انتقال از دام به انسان بوده و از مهمترین عوامل شناخته شده بیوتروریسم است



اظهار کرد: در این رزمایش بیش از ۱۵ اکبپ واکنش سریع از شبکه های دامپزشکی سراسر استان شامل اکبپ بررسی و نمونه-برداری، قرنطینه، ضد عفونی، منله افکنی، مایه کوبی، معدوم سازی و مستندسازی شرکت دارند.

تخصیص ۱۷.۴ میلیارد ریال برای بازسازی قنات های استان

مهر- رئیس سازمان جهاد کشاورزی از اختصاص ۱۷ میلیارد و ۴۰۰ میلیون ریال اعتبار استانی برای مرمت و بازسازی قنات های استان در سال جاری خبر داد. هاشم ولی پور مطلق با اشاره به وجود شش هزار و ۵۲۳ رشته قنات در استان، اظهار کرد: در حال حاضر حدود ۷۰درصد قنوات استان فعال است. وی با اشاره به اینکه تا کنون حدود ۲۵ درصد قنوات استان مرمت و بازسازی شده است، بیان کرد: با این وجود ولی قنواتی که کارهای بازسازی آن ها انجام شده هنوز هم نیاز به عملیات اصلاحی دارند.

انعام روکش آسفالت ۵ روستا در نهندان

صدا و سیما- راه روستایی ۵ روستا در نهندان روکش آسفالت شد. رئیس اداره راه و شهرسازی نهندان گفت: راه روستاهای دهک، گزان، بیشه، زین آباد و سه لاخان که در محور دهک-مولغان قرار دارد روکش آسفالت جدید شد. غفوری فرد افزود: روکش آسفالت این راه های روستایی به طول ۱۲ کیلومتر با هزینه ۳۵۰ میلیون تومان در مدت دو هفته اجرا شد.

اقدامات فرهنگی هیئت های مذهبی جدی تر دنبال شود

مهر- مسئول تشکل های دینی تبلیغات اسلامی استان با بیان اینکه برخی از هیئت ها بیش از یک میلیارد تومان برای ساختمان هیئت هزینه می کنند، گفت: هیئت ها بایدرد بحث فرهنگ بیشتر هزینه کنند. حجت الاسلام رضایی با اشاره به اینکه هیئت های مذهبی نه تنها در مناسبت های خاص بلکه در تمام طول سال می توانند اقدامات موثری برای کاهش آسیب های اجتماعی انجام دهند، افزود: با توجه به اینکه در هیئت ها امکانات و فضای مناسبی در اختیار بوده و همچنین انذوات مردمی در اختیار آن ها قرار دارد می توانند اقدامات خوبی در این زمینه داشته باشند.

اطلاعیه ثبت نام بیمه سلامت پناهندگان افغانستانی و عراقی استان

گروه خبر- طی اطلاعیه دفتر معاونت سیاسی، امنیتی اجتماعی استاندار، تمام پناهندگان افغانستانی و عراقی استان برای ثبت نام در بیمه سلامت هرچه سریعتر به دفاتر پیشخوان دولت، باجه بیمه سلامت خیابان ۱۵ خرداد مراجعه نموده و نسبت به تهیه دفترچه بیمه خود اقدام نمایند.

در کارگروه سلامت و امنیت غذایی استان عنوان شد:

تضمین سلامت شیر لنگ ۳ میلیارد

مالائی- مدیرکل دامپزشکی از سالگرد طرحی خیرداد که قرار بود سلامت شیرخام را تضمین کند اما یک سالی هست که به علت نبود بودجه این طرح بر زمین مانده و این طرح کارشناسی شده با همکاری دانشگاه علوم پزشکی و دامپزشکی انجام شده است که باید در مدت سه سال ۳ میلیارد ۵۰۰ میلیون تومان برای آن تامین اعتبار شود. صبح روز گذشته سی و چهارمین کارگروه سلامت و امنیت غذایی استان با ۷ دستورکار در معاونت سیاسی، امنیتی و اجتماعی استانداری برگزارشد. اولین دستور کار مصوبه جلسه قبلی مبنی بر جلوگیری از عرضه شیرخام در سوپر مارکت ها اعلام شد که رفیعی پور مدیرکل دامپزشکی در این باره عنوان کرد: دراستان ۱۴ تن شیرخام به فروش می رسد که سال گذشته بیشترین فروش در سوپرمارکت ها بوده است.وی به ایجاد ۶۴ مرکز فروش لنینات اشاره کرد و ادامه داد: از ابتدای امسال تاکنون ۱۰ تن شیر در این مراکز و ۴ تن دیگر در سوپر مارکت ها با رعایت نکات بهداشتی به فروش رسیده است.

طرح بر زمین مانده !

مدیرکل دامپزشکی از سالگرد طرحی خبر داد که قرار بود سلامت شیرخام را تضمین کند اما یک سالی هست که به علت نبود بودجه این طرح بر زمین مانده است. رفیعی پور تاکید کرد: این طرح کارشناسی شده با همکاری دانشگاه علوم پزشکی و دامپزشکی انجام شده است که باید در مدت سه سال ۵۰۰ میلیارد ۵۰۰ میلیون تومان برای آن تامین اعتبارشود. وی خاطرنشان کرد: باعملیاتی کردن این طرح به نرم جهانی و حتی بالاتر از آن خواهیم رسید و بعد از آن باید به دنبال آلایندة ها در شیرخام باشیم. رفیعی پورگفت: از ابتدا سال تاکنون ۴۰۰هزار راس بره واکسیناسیون شدند و دام های سالمی داریم.

آغاز طرح ایمنی منابع آب در استان

حفظ و رعایت حریم چاه ها، قنوات و

هستند. نزدیک به دو سوم از اعضای کانون ناشنوایان خراسان جنوبی را دختران و یک سوم را پسران ناشنوا تشکیل می دهند که با همکاری های انجام شده و معرفی این افراد به هم تاکنون حدود ۲۰ نفر از این افراد با یکدیگر ازدواج کردند و خوشبختانه فرزندان آنها سالم هستند. مدیرعامل کانون ناشنوایان و دبیر هیأت ورزشی ناشنوایان خراسان جنوبی خاطرنشان کرد: استعداد این فرزندان بسیار زیاد است و در

به گفته وی در برخی از دارو های لاغری یا چاقی بیش از حد تریاک و حشیش استفاده می شود به نوعی که در سه ماه گذشته گشت های مشترک که باید با حضور تعزیرات حکومتی، صنعت و معدن، نیروی انتظامی، و دانشگاه علوم پزشکی انجام شود به علت نبود خودرو خیلی کم بوده است.

ناصری خاطرنشان کرد: دانشگاه علوم پزشکی چون مجوز دارو خانه را می دهد فقط می تواند بر داروخانه ها نظارت بیشتری داشته باشد و برخی از دستگاه های نظارتی کالاهای غیرمجاز کشف شده از

مراجع قضایی ارجاع داده شده و هزار و ۷۴ کالا معدوم شده است.

قانونی عجیب!

دستور کاری بعدی جمع آوری تبلیغات کالاهایی امع از سوسیس، کالباس، همبرگر، خیارشور و بخشی از تنقلات سوپرمارکت ها بود که مجوز بهداشتی دارند اما حق تبلیغ در سطح شهر و رسانه ها را ندارند.

مهدی زاده معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی از دستگاه های که مجوز تبلیغ به این گونه کالاهای را می دهند خواست تا تبلیغاتی



عطاری ها را قبول نمی کنند.

ساماندهی عطاری ها نیازمند اقدام ضربتی

ماون غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی گفت: با آنکه برای صاحبان عطاری ها کلاس آموزش قوانین و آشنایی با دارو های غیر مجاز گذاشته ایم اما وقتی کالاهای غیر مجاز کشف می شود اظهار بی اطلاعی می کنند و بعد از آن که دستگاه قضایی آن ها را جریمه می کند دوباره به کار ادامه می دهند. ناصری تاکید کرد: اگر می خواهید به عطاری ها سامانی بدهید باید اقدام ضربتی درباره فروشندگان داروهای گیاهی در سطح استان انجام دهیم. وی ادامه داد: از ابتدای سال تاکنون ۱۸ پرونده تخلف در حوزه غذا و دارو به

که در سطح شهر شده است جمع آوری کنند. گفتنی است که در این جلسه قانونی قرائت شد مبنی بر اینکه دارو ها و کالاهایی که به سلامت انسان ضرر می رسانند نباید در رسانه ها و شهر تبلیغ شوند و هرگونه تبلیغ کالاهای غیرمجاز از یک میلیون تا یک میلیارد ریال جریمه نقدی به همراه دارد.

ضایع شدن حقوق مصرف کننده!

ناصری معاون غذا دارو در این باره گفت: ذائقه افراد از کودکی شکل می گیرد او با این گفته که آب هم بیش از حد مصرف شود در بدن سم تشکیل می دهد. وی تاکید کرد: متأسفانه حقوق مصرف کننده با افزودن کدو به رب گوجه، نیترات و نیتریت به گوشت قرمز و نشاسته به ماست ضایع می شود و همه دستگاه هایی اجرایی باید کمک کنند تا به سلامت مصرف کننده خطری وارد نشود.

مشارکت اجتماعی تنها راه حل مشکلات سلامت جامعه
حسینی معاون سیاسی، اجتماعی و امنیتی استانداری نیز در این جلسه عنوان کرد: مردم جامعه را باید درگیر حل مشکلات کرد. وی افزود: ظرفیت و توانایی مشارکت مردم در حل مشکلات یکی از راهکارهایی است که می توانید به کار بگیرد.

معاون استandar بیان کرد: در جامعه فعلی فقط بر موضوعات سلبی تاکید می شود که همین موضع جامعه را تخریب می کند اما به همین موضوعات هم نگاه سازنده انجام می شود. حسینی به استمرار و اصرار در پیگیری موضوعات مهم بر سلامت جامعه تاکید کرد و گفت: عادت های جامعه را نمی توان دستوری کنارگذاشت و باید با مشارکت خدوشان ونظرکارشناسان انجام شود. وی با اشاره به اینکه هدف مسئولان باید سلامت روح و جسم و روان مردم جامعه باشد بیان کرد: نگاه عمومی به مشکلات، جوابگو نیست و باید دلسوزانه برخورد کرد.

مدیر عامل بیرجندی فرابورس ایران:

ظرفیت های استان مغفول مانده است

دارس مقدم- مدیرعامل بیرجندی فرابورس ایران در سفری به بیرجند از منطقه ویژه اقتصادی خراسان جنوبی بازدید بعمل آورد. هامونی



مدیرعامل بورس ایران ضمن ابراز خرسندی از فعالیت های صورت گرفته در منطقه ویژه اقتصادی بیان کرد: استان خراسان جنوبی از ظرفیت ها و پتانسیل های بسیار بالایی برخوردار است که متأسفانه تاکنون مغفول مانده ولی با حضور منطقه ویژه اقتصادی در این استان شاهد تحول و رونق چشمگیری در حوزه صنعت و تولید و ایجاد اشتغال در این خطه از کشورمان خواهیم بود.

۵۰ درصد هنرمندان استان عضو بسیج هنرمندان هستند

تسنیم- رئیس بسیج هنرمندان استان گفت: در خراسان جنوبی ۵۰ درصد از هنرمندان استان عضو بسیج هنرمندان هستند و هنرمندان نیازمند حمایت عالمان دینی هستند. یوسفی در دیدار با نماینده ولی فقیه اظهار کرد: متأسفانه در این سال ها بخش سعمی بصری هنر خیلی مورد توجه قرار نگرفته است. وی در ادامه عنوان کرد: تلاش هنرمندان بسیجی در نهادینه کردن منویات رهبری است و از دیگر گامهای این قشر این است تا در مسیر اقتصاد مقاومتی گام بردارند. نماینده ولی فقیه نیز در این دیدار با بیان اینکه موسیقی یک کلمه است اما حد و مرز آن متفاوت است گفت: آن چه که انسان بر اساس عقل و دین اراده و تقویت می کند جزو هنرهای خوب است و موسیقی نیز اگر به مرزی برسد که سلب اختیار کند حرام است.

اتمام طرح پژوهشی معرفی ظرفیت های کاربردی گیاهان دارویی استان

برزجی- مدیر پروژه دهکده گیاهان دارویی جهاددانشگاهی از اتمام طرح پژوهشی به عنوان معرفی جامع پتانسیل های کاربردی گیاهان دارویی استان خبر داد. پویان عنوان کرد: طرح فوق به کارفرمای جهاددانشگاهی استان انجام شده که هزینه صرف شده برای آن ۹۰ میلیون تومان است. وی اظهارکرد: در این طرح گیاهان دارویی خودرو در تمامی نقاط استان از بشرویه تا نهندان تا جایی که شناسایی شده‌اند، معرفی شده است. وی گفت: در این طرح گیاهان زراعی و باغی که کاربردهای دارویی دارند در کنار کاربردهای تغذیه‌ای معرفی شده است.

کمک ۱۲ میلیارد تومانی مردم به نیازمندان

برنای تنها- معاون توسعه مشارکت های مردمی کمیته امداد امام خمینی (ره) گفت: مردم خیر و نیکوکار استان در ۶ ماه نخست امسال ۱۲ میلیارد و ۲ میلیون تومان به مددجویان تحت حمایت و نیازمندان این نهاد اهدا کردند که نسبت به مدت مشابه سال قبل ۱۶ درصد رشد داشته است. حسینی باقردانی از حضور مردم استان عنوان کرد: کمک های جمع آوری شده در قالب طرح های صدقات، ایتام، اطعام، زکات مال و مستحبی، جشن عاطفه ها، فطریه، کفارات و غیره بوده است که در سر فصل های مختلف شامل خدمات درمانی، فرهنگی، ازدواج، مسکن، موردی و غیره مددجویان تحت حمایت و نیازمندان هزینه می شود.

نخستین شرکت تولید بنبتونیت در استان موافقت اصولی گرفت

تسنیم- رئیس اداره تشخیص و درمان دامپزشکی استان از اخذ موافقت اصولی شرکت تولید بنبتونیت و مواد معدنی ویژه خوراک دام، طیور و آبزیان در استان خبر داد. احمدی عنوان کرد: این شرکت با هدف ارتقای سطح کیفی محصولات کارخانجات خوراک دام و طیور و کمک به امنیت غذایی برای نخستین بار در خراسان جنوبی و شهرستان قاینات شروع به فعالیت خواهد کرد.

خراسان جنوبی رتبه دوم مشارکت در سرشماری اینترنتی

شیستان- قائم مقام ستاد سرشماری نفوس و مسکن استان گفت: بر اساس اعلام ستاد سرشماری نفوس و مسکن کشور، خراسان جنوبی بعد از سمنان، رتبه دوم مشارکت در سرشماری اینترنتی را به خود اختصاص داد. ضامن اظهار کرد: میزان مشارکت مردم استان در این سرشماری بیش از ۳۵.۴۲ درصد اعلام شده است.

قالیشویی، مبل شویی، نگین باتکنولوژی ضد چروک همراه باتوی فرش





ضمیمه رایگان روزنامه آوای خراسان جنوبی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی خراسان
معاونت غذا و دارو

اصلاح الگوی تغذیه برای حفظ و ارتقای سلامت

همایش گرامیداشت روز جهانی غذا و تجلیل از فعالان صنعت غذایی استان

زمان: سه شنبه ۲۷ مهر ماه مکان: معاونت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی بیرجند

مسابقه پیامکی روز جهانی غذا شرح در صفحه ۲

۲۴ مهر روز جهانی غذا گرامی باد

اصلاح الگوی تغذیه ای برای حفظ و ارتقای سلامت



روز جهانی غذا با شعار
آب و هوا در حال تغییر است
کشاورزی و غذا نیز باید تغییر کند

کاهش مصرف قند، نمک و چربی، نشانگرهای رنگی تغذیه ای برچسب اصالت
مبارزه با قاچاق کالا ترویج و معرفی نشان ایمنی و سلامت

روز شمار گرامیداشت روز جهانی غذا

شنبه	۹۵/۷/۲۴	غذا، آگاهی، سلامت
یک شنبه	۹۵/۷/۲۵	غذا، نظارت، سلامت
دوشنبه	۹۵/۷/۲۶	غذا، تحرک، سلامت
سه شنبه	۹۵/۷/۲۷	غذا، صنعت، سلامت
چهارشنبه	۹۵/۷/۲۸	غذا، آموزش، سلامت
پنج شنبه	۹۵/۷/۲۹	غذا و سفریان سلامت
جمعه	۹۵/۷/۳۰	غذا، معنویت، سلامت



اسیدهای چرب ترانس کدامند؟

باشید که علائمی مانند خستگی بدون دلیل، افزایش وزن به ویژه افزایش دور کمر، دردهای بدنی، افت انرژی در وسط روز، مشکلات مربوط به حافظه و فراموشی وقایع اخیر و غیره می‌تواند از علائم مربوط به سندرم متابولیک یا مصرف اسیدهای چرب ترانس باشد. برای کاهش اثرات منفی این چربی‌ها لازم است که به سمت مصرف چربی‌های سالمی مانند روغن زیتون، کانولا یا مواد غذایی سرشار از امگا ۳ ها مانند ماهی آزاد، تن، ماهی ساردین، بادام، گردو، دانه‌ی کتان و غیره روی بیاورید توصیه میشود تا حد امکان از مصرف مواد غذایی مختلفی که امکان می‌دهید حاوی این چربی‌ها باشند خودداری کنید. برای همین لازم است که در انتخاب مواد غذایی حتی منابع طبیعی و حیوانی آن نیز دقت کنیدمیزان استفاده از روغن های جامد باید به صفر برسد؛ زیرا با اینکه امکان نگهداری از آنها برای مدت طولانی وجود دارد و تحمل حرارت در آنها بیشتر است ولی به علت اسیدهای چرب اشباع شده و اسیدهای چرب ترانس، برای سلامت زیان آور هستند

به میان می‌آید مشکلات سلامتی نیز خودشان را نشان می‌دهند. در واقع در کارخانجات با فرایندهای صنعتی کاری می‌کنند که روغن‌های گیاهی، جامد و سفت شوند و مدت طولانی‌تری قابل نگهداری و استفاده باشند. همین فرایندهای صنعتی کاری می‌کند که اسیدهای چرب ترانس به رگ‌های ما رحم نکنند. این قبیل چربی‌های ترانس در تولید محصولات غذایی گوناگونی مانند انواع بیسکویت‌ها، مارگارین، غذاهای آماده‌ی صنعتی، نان‌های صنعتی و غیره به وفور وجود دارد با وجود اینکه برخی از کارخانه‌ها و تولیدکننده‌ها دعامی‌کنند برای تهیه‌ی محصولاتشان از فرمول‌هایی بهره‌می‌برند که میزان اسیدهای چرب ترانس را کاهش می‌دهند اما واقعیت این است که این اسیدهای چرب در تمام محصولات غذایی صنعتی کمابیش وجود دارند

مضرات اسیدهای چرب ترانس

افزایش کلسترول خون، ابتلا به سندرم متابولیک، بیماری‌های قلبی عروقی، ابتلا به دیابت نوع ۲ و حتی ابتلا به برخی از سرطان‌ها حاصل مصرف اسیدهای چرب ترانس می‌باشد. توجه داشته

اسیدهای چرب ترانس جزو خانواده‌ی اسیدهای چرب اشباع نشده محسوب می‌شود که در حالت کلی مفید هستند. مشکل زمانی به وجود می‌آید که این اسیدهای چرب همانند چربی‌های اشباع شده عمل می‌کنند: یعنی کلسترول خوب خون را کاهش داده و کلسترول بد را افزایش می‌دهند؛ و این اصلی‌ترین و بدترین آسیب را به رگ‌های ما وارد می‌آورد. اسیدهای چرب ترانس در واقع حاصل هیدراسیون روغن هستند به این صورت که روغن مایع در حالت طبیعی را جهت تبدیل به روغن جامد تحت فرایند هیدراسیون قرار می‌دهند. مهم ترین نکته در مورد مصرف روغن ها توجه به میزان مصرف آنهاست تا از چاقی، گرفتگی رگ های خونی، فشار خون و بیماری های قلبی جلوگیری شود. اسیدهای چرب ترانس به طور طبیعی در گوشت قرمز و شیر حیوانات نشخوار کننده وجود دارند. اما باید بدانید که اسیدهای چرب موجود در این مواد غذایی در حالت عادی آسیب چندانی ندارند. اما در عوض باید به اسیدهای چرب ترانس صنعتی بدبین بود. زمانی که پای صنعت و کارخانجات صنعتی

پیام ریاست دانشگاه علوم پزشکی بیرجند به مناسبت روز جهانی غذا ۱۳۹۵



امروز بخش بزرگی از فعالیت‌های دنیا فقط تولید، فرآوری و تهیه‌ی مواد غذایی است و انسان‌ها درصد مهمی از درآمد خود را صرف خرید و تهیه‌ی آن می‌کنند.

دسترسی به مواد غذایی کافی و سلامت تغذیه ای از محورهای اصلی توسعه و زیرساخت پرورش منابع انسانی کارآمد بوده و در این خصوص امنیت غذایی از مهمترین مولفه های امنیت ملی محسوب می شود و بنیان یک جامعه توسعه یافته و عنصر اصلی سلامت فکری، روانی و جسمی اعضای آن است.

اهمیت تامین سلامت و امنیت غذایی در کشور و اولویت این موضوع برای وزارت بهداشت برکسی پوشیده نیست و در این راستا اقدامات و طرح های موثری طی چند سال اخیر صورت گرفته است.

با توجه به اهمیت موضوع غذا، روز ۱۶ اکتبر در تقویم جهانی تحت عنوان «روز جهانی غذا» نامگذاری شده و همه ساله مهم ترین

دغدغه های حوزه غذا در این روز مورد توجه جدی تر قرار میگیرد و در کشور ما نیز به علت اهمیت بالای این مساله در ۲۴ مهرماه هر سال برنامه های متنوعی برگزار می شود.

امسال روز جهانی غذا از تاریخ ۲۴ مهر ماه به مدت یک هفته از سوی معاونت غذا و داروی دانشگاه های علوم پزشکی بیرجند با موضوع «اصلاح الگوی تغذیه ای برای حفظ و ارتقای سلامت» و با اجرای برنامه های مختلف برگزار می گردد.

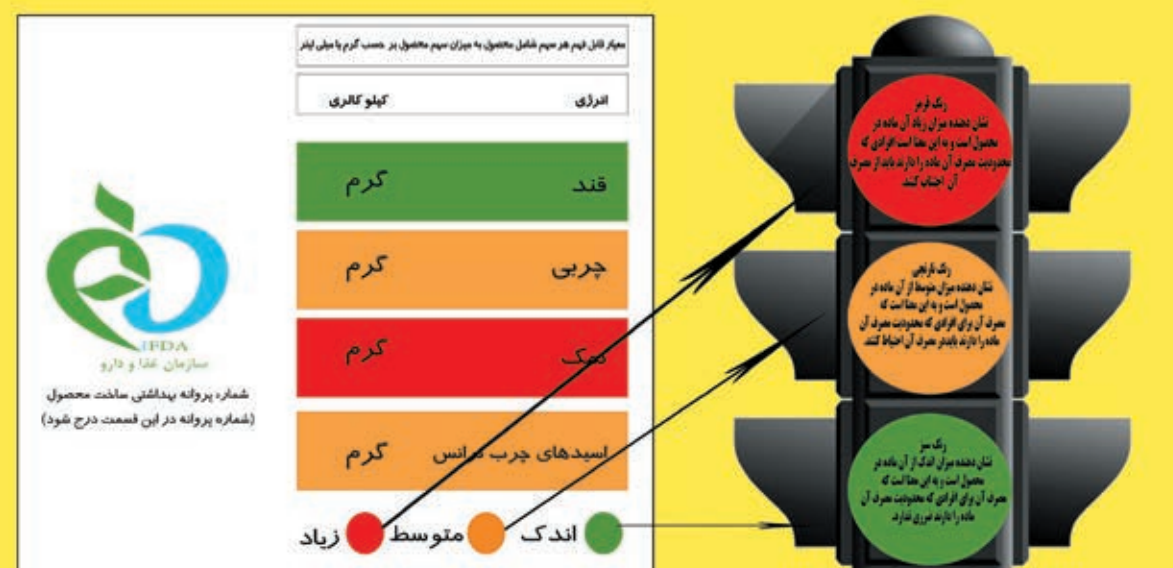
روز جهانی غذا فرصتی برای دست اندرکاران و تصمیم گیران حوزه تولید و عرضه مواد غذایی برای برنامه ریزی در زمینه تامین غذای کافی و سالم است که با توجه به شعار روز جهانی غذا در سال ۲۰۱۶ که «آب و هوا در حال تغییر است، کشاورزی و غذا نیز باید تغییر کند» است، رابطه مستقیم کشاورزی و تولیدات غذایی با سلامت مردم و ضرورت توجه به این دو مقوله مهم را آشکارتر می سازد.

اینجانب ضمن تبریک این روز به همه فعالان و دست اندرکاران صنعت غذایی استان ، امیدواریم با تلاش و پشتکار و استفاده از همه ظرفیت ها گام های اساسی در مسیر پیشرفت ایران اسلامی و کمک به تولید محصولات غذایی سالم ، مطمئن و در دسترس همگان برداشته شود.

دکتر کاظم قائمی

قائم مقام وزیر در استان و رئیس دانشگاه

نشانگر رنگی بر روی لیبل محصولات، چراغی بر سر راه انتخاب صحیح مواد غذایی برای زندگی سالم است



از ماده مورد نظر در محصول غذایی است و مشکلات تغذیه ای خاصی را ایجاد نمی کند ولی به مصرف کننده هشدار می دهد از مصرف مکرر این محصول غذایی پرهیز کند. رنگ سبز هم نشان دهنده بهترین محدوده تغذیه‌ای برای تمام مصارف است و از نظر تغذیه ای برای کسی مشکل ساز نیست؛ همچنین محصول دارای نشانگر رنگ سبز به عنوان محصول سالم به شمار می آید.

متوجه شود که فرآورده خریداری شده از نظر میزان نمک، شکر، چربی و اسیدهای چرب ترانس در چه وضعیتی قرار دارد. برچسب نشانگر تغذیه‌ای از سه رنگ قرمز (زیاد)، نارنجی (متوسط) و سبز (اندک) هر کدام از رنگ ها تعریف خود را دارد؛ بدین ترتیب که رنگ قرمز، نشان دهنده بالا بودن ماده مورد نظر در محصول غذایی است که احتیاط در مصرف آن برای افراد با چربی و قند خون بالا لازم است. رنگ نارنجی، نشان دهنده میزان متوسطی

هر شهروند حداقل باید در مورد اطلاعاتی مانند نام و نام تجاری محصول، نام و کشور تولیدکننده، تاریخ تولید، انقضاء و سری ساخت، شماره پروانه بهداشتی ورود و برچسب نشانگر رنگی تغذیه‌ای و آرم سازمان غذا و دارو آگاهی داشته باشند.

چراغ راهنما یا نشانگر تغذیه ای به عنوان یکی از برنامه های سلامت محور سازمان غذا و دارو با این هدف روی محصولات غذایی نصب می شود تا مصرف کننده محصول،

مضرات مصرف روغن های جامد

روغن های جامد هیدروژنه ، معمولا اسید چرب اشباع شده بالایی دارند. به همین دلیل، مصرف این گونه روغن ها، باعث افزایش کلسترول نامطلوب خون می شود و در نهایت به بروز مشکلاتی همچون افزایش فشار خون، گرفتگی عروق و بروز بیماری های قلبی ، عروقی می انجامد. به علاوه روغن های هیدروژنه، دارای نوعی اسید چرب غیرطبیعی به نام اسید چرب ترانس می باشند که ضرر آن به مراتب بیشتر از اسیدهای چرب اشباع شده است و مصرف آن، به افزایش کلسترول نامطلوب در خون می انجامد. بنابراین مصرف روغن های جامد، به هیچ وجه به افراد توصیه نمی شود و بهتر است که مردم به جای آن، از انواع روغن های مایع، از جمله روغن های مایع مخصوص سرخ کردن

مانند روغن آفتاب گردان، روغن کلزا، روغن زیتون و... استفاده کنند. روغن های نباتی جامد، ابتدا به صورت مایع می باشند و در کارخانه های تولید روغن ، برای بالابردن مقاومت، هیدروژنه یا جامد می شوند. در این فرایند ، روغن اشباع می شود. این روغن ها برای مدت بیشتری، قابل نگهداری هستند و حرارت را بهتر تحمل می کنند اما به دلیل داشتن اسیدهای چرب اشباع شده و اسیدهای چرب ترانس، برای سلامت بدن زیان آور می باشند. در یکی دو دهه اخیر، بروز بیماری های قلبی، عروقی و افزایش مرگ و میر ناشی از این بیماری ها و نیز افزایش موارد ابتلا به سرطان در سطح جهان باعث شده است تا متولیان امر سلامت در کشورهای پیشرفته،

هشدارهای ایمنی در خصوص لوازم آرایشی و بهداشتی

۱ - در هنگام خرید لوازم آرایشی - بهداشتی ، باید دقت کنید که کالاهای داخلی دارای پروانه ساخت معتبر و کالاهای خارجی ، دارای برچسب کنترل اصالت و سلامت (دال بر دارا بودن مجوز ورود و ترخیص) از وزارت بهداشت ، درمان و آموزش پزشکی باشند .

۲ - استفاده مشترک از لوازم آرایشی ، علاوه بر آلودگی فرآورده ، باعث انتقال عوامل میکروبی و قارچی از فردی به فرد دیگر می شود و لذا باید از استفاده مشترک این لوازم جدا خودداری نمود .

۳ - مواد آرایشی و بهداشتی را از دستفروشان و دوره گردها به هیچ وجه تهیه نکنید و سعی کنید از فروشگاههای معتبر و داروخانه ها تهیه کنید .

۴ - فریب تبلیغات گمراه کننده ماهواره ای و اینترنتی را نخورید ، زیرا تاییدیه های بهداشتی و سلامتی این محصولات ، غالباً در این تبلیغات ارائه نمی شود و این محصولات به طور صریح و واضح معرفی نمی شوند .

۵-موادشیمیایی متعددهبه ویژه فلزات سنگین به کاررفته در ساخت مواد آرایشی ، در دراز مدت باعث آسیب جدی به پوست می شود .

۶ - عفونت چشمی و آسیب های پوستی ، تنها بخشی از عوارض گسترده لوازم آرایشی و بهداشتی قاچاق و غیر مجاز است .

۷ - مواد غیر مجازی که در لوازم آرایشی تقلبی و غیر مجاز استفاده می شوند می توانند بسیار خطرناک ، سرطان زا و گاهی کشنده باشند و اغلب آن ها از مواد سمی و یا تاریخ گذشته استفاده می کنند .

۸ - در انتخاب و خرید لوازم آرایشی خود بسیار دقت کنید زیرا که تقلب برندهای معروف به شدت فعال هستند و مهمترین مشتریان این شرکت ها نیز ، کشورهای خاورمیانه هستند .

۹ - در هنگام انتخاب کرم های آرایشی به ترکیبات تشکیل دهنده آن که بر روی برچسب مشخصات درج شده دقت کنید که



۱۰ - بسیاری از کرم های بهداشتی تقلبی با برندهای معروف اروپایی در خارج از کشور تولید و وارد ایران می شوند و به هیچ وجه کیفیت لازم را ندارند .

۱۱ - رنگ های موی قاچاق اغلب از ترکیبات مصنوعی ساخته می شوند و به همین دلیل ارزان هستند ، همچنین برخی فلزات سنگین در لوازم آرایشی و بهداشتی قاچاق و غیر مجاز وجود دارد که بسیار سمی هستند که نمونه معروف آن ها جیوه و سرب است .

۱۲ - آزمایشات انجام شده بر روی مواد آرایشی غیرمجاز نشان داده که میزان ماده سمی آفلاتوکسین B در آن ها بسیار بالاتر از حد مجاز است ، این ماده از قوی ترین عوامل سرطان زا است و به راحتی از طریق پوست جذب می شود و منجر به صدمات حاد کبدی می شود .

۱۳ -داروخانه مکان مناسبی برای خرید لوازم آرایشی -بهداشتی است .

مضرات مصرف قند و شکر

امروزه متأسفانه شاهد افزایش روز افزون مصرف قندو محصولات شیرین هستیم. به تدریج که ذائقه ی مردم به غذاهای شیرین عادت می کندوعادت کردن به ذائقه شیرین که به طور معمول از همان کودکی رخ می دهد، عوارض جسمانی متعددی نظیر اضافه وزن، دیابت، بیماری قلبی و آرتریت را در سنین بالاتر به دنبال خواهد داشت. قند و ترکیبات حاوی قند، کالری زیادی برای بدن تامین می کنند؛ اما متأسفانه فاقد مواد مغذی لازم برای ما هستند؛ بنابراین باید سهم ناچیزی از انرژی دریافتی روزانه ما را تشکیل دهند. به طور کلی قندها گروهی از مواد انرژی زا هستند که هر گرم آن ها ۴ کیلوکالری انرژی تولید می کندو مانند چربی ها در صورتی که بیش از میزان مورد نیاز مصرف شوند باعث اضافه وزن، چاقی، افزایش فشارخون و افزایش چربی خون که همگی از عوامل موثر در بروز بیماری های قلبی عروقی هستند، می شوند. به علاوه مصرف زیاد مواد قندی سبب ایجاد پوسیدگی دندان به ویژه در کودکان می شود. باید سعی شود تا حد امکان مصرف این گروه در برنامه غذایی کاهش یابدو با حداقل رساندن میزان مصرف انواع شیرینی ها و شکلات در برنامه روزانه و با استفاده از غذاهای سالم تر می توان میزان ابتلا به بروز بیماریهای غیر واگیر را کاهش داد .

نمک مصرفی خود را کاهش دهیم

شهرنشینی، استفاده از وسائل مدرن و بطور خلاصه ماشینی شدن، تحرک انسانها را در دهه های اخیر کاهش داده است. با تغییر در شیوه زندگی افراد تحرک کمتر، تغذیه بیشتر شانس ابتلا به بیماری های غیرواگیر مانندفشارخون بالا، بیماری های قلبی -عروقی، دیابت و سرطان روز به روز افزایش یافته است. بیماری فشارخون بالا نه تنها خود یک بیماری محسوب می شود بلکه بدلیل ایجاد تغییرات در دیواره سرخرگ ها زمینه ساز بیماری های قلبی -عروقی، سکتة های مغزی، نارسایی کلیه و عوارض غیر قابل برگشت می شود. نوع رژیم غذایی به خصوص میزان مصرف نمک یکی از علل اصلی ابتلا به این بیماری به شمار می رود.

عوارض ناشی از مصرف زیاد نمک : افزایش فشار خون ، پوکی استخوان ،بروز بیماری های قلبی و عروقی وکلیوی ، بیماری فشارخون بالا نه تنها خود یک بیماری محسوب می شود بلکه بدلیل ایجاد تغییرات در دیواره سرخرگ ها زمینه ساز بیماری های قلبی - عروقی، سکتة های مغزی، نارسایی کلیه و عوارض غیر قابل برگشت می شود. نوع رژیم غذایی به خصوص میزان مصرف نمک یکی از علل اصلی ابتلا به این بیماری به شمار می رود باید توجه داشت با مصرف متعادل نمک و ا صلاح الگوی مصرف موادغذایی کمک خواهد کرد تا احتمال ابتلا به انواع بیماری ها کاهش یابد. بنا به توصیه سازمان جهانی بهداشت، میزان دریافت نمک از همه منابع غذایی باید حداکثر ۵ گرم در روز باشد. این در حالییست که متوسط مصرف نمک در کشور ما در حدود ۱۰ گرم در روز است. باید توجه داشت که کاهش مصرف نمک تنها به بزرگسالان توصیه نمی شود. بلکه با توجه به این امر که ذائقه هر فرد از دوران کودکی شکل می گیرد، تلاش خانواده در جهت ذائقه سازی سالم در کودکان از اهمیت بسزایی برخوردار است. مصرف زیاد غذاها و تنقلات حاوی نمک زیاد در کودکان سبب گرایش آنها به مصرف نمک بیشتر و افزایش احتمال ابتلا به فشارخون در بزرگسالی می شود. انواع محصولات غذایی مثل سوسیس، کالباس، کنسروها، خیارشور، تنقلات شور مثل چیپس و انواع پفک حاوی مقادیر زیادی نمک هستند. گرایش روزافزون به مصرف غذاهای آماده فراهم می کند. بنابراین با مصرف متعادل نمک و ا صلاح الگوی مصرف موادغذایی کمک خواهد کرد تا احتمال ابتلا به انواع بیماری ها کاهش یابد.

با کاهش مصرف قند، نمک و روغن سالم تر زندگی کنیم.



مصرف روغن

- حتی الامکان از مصرف افراطی روغن پرهیز شود. مصرف زیاده از حد روغن باعث بروز اضافه وزن و چاقی شده و امکان افزایش کلسترول بد (LDL) ،افزایش فشارخون و در نتیجه خطر ابتلا به امراض قلبی عروقی را فراهم می آورد - روغن مایع به دلیل اینکه حاوی اسیدهای چرب غیر اشباع فراوان و فاقد کلسترول است به روغن جامدارجحیت دارد. - روغن جامد هیدروژنه که حاوی اسیدهای چرب اشباع و اسیدهای چرب ترانس است خطر ابتلا به امراض قلبی و عروقی را افزایش می دهد. بهتر است از روغن مایع برای مصارف پخت و پز و سالاد و از روغن مخصوص سرخ کردنی برای مصارف سرخ کردن استفاده کرد.

- استفاده از حرارت بالا هنگام طبخ روغن باعث ایجاد ترکیبات شیمیایی نامطلوب در روغن می شود. وقتی غلظت این ترکیبات زیاد باشد روغن کدر، بدبو و غلیظ می شود. حرارت همچنین باعث دود کردن روغن می شود بنابراین باید روغن با شعله کم حرارت داده شود و از مصرف مجدد روغن حرارت دیده پرهیز شود.

-حتی الامکان از مصرف غذاهای سرخ کرده خودداری شوددر صورت لزوم تنها از روغن مخصوص سرخ کردنی استفاده شود.

- روغن مایع مخصوص سرخ کردنی در مقابل حرارت پایدار است. اما این موضوع بدان معنی نیست که از این نوع روغن چندین بار می توان برای سرخ کردن استفاده کرد. از روغن مخصوص سرخ کردن حداکثر ۳-۲ بارآن هم نه با فاصله زمانی طولانی بلکه حداودا" در عرض ۲۴ ساعت می توان استفاده کرد و پس از آن باید روغن حرارت دیده را دور ریخت. - روغن نباید در هیچ مرحله ای بوی تند داشته باشد. ظهور بوی نامطبوع نشانه فساد روغن است.

- روغن مصرف شده نباید دوباره به ظرف اصلی روغن برگردانیده شود.

-از مصرف روغن هایی که آثار رنگ زدگی بر روی قوطی آن ها مشاهده می شود خودداری کنید.

سالم زندگی کنیم



ویژه نامه روز جهانی غذا

(به سفارش روابط عمومی و معاونت غذا و داروی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند)

مدیر مسئول: غلامرضا جعفرپور مقدم - طراح: لیلی خودکار

گردآوری: مهندس راضیه شاکری / مهندس زینب طلوری

مهندس وحیده وحیدی/ مهندس محمدعلی شریفی نیا / مهندس محمدسبحانی

با تشکر از: دکتر کبری ناصری / مهندس راضیه کفایی

با شناخت برچسب اصالت تایید شده توسط سازمان غذا و دارو

از اصالت محصولات وارداتی غذایی، آرایشی و بهداشتی مطمئن شوید



جهت تایید اصالت کالا پس از مخدوش نمودن پوشش ، شناسه ۱۶ رقمی استعلام و تایید آن دریافت گردد .

روش های استعلام :

*** استفاده از سایت : WWW.ttac.ir**

*** شماره پیامک : ۲۰۰۰۸۸۲۲**

*** استفاده از نرم افزار تلفن همراه**

*** تلفن : ۰۲۱-۶۱۸۵**

مسابقه پیامکی به مناسبت گرامیداشت روز جهانی غذا

شما می توانید با مطالعه ان ویژه نامه و پاسخ به سوالات زیر جوابهای صحیح را به صورت یک عدد پنج رقمی از راست به چپ به شماره پیامک **۳۰۰۰۴۸۴۸۳۴** ارسال نمایید.به برگزیدگان این مسابقه به قید قرعه جوایزی از سوی معاونت غذا و داروی دانشگاه علوم پزشکی اهدا خواهد شد. مهلت شرکت در این مسابقه **دهم آبان ماه** می باشد.

۱- کدام مورد جزء شاخصهای اصلی نشانگرهای رنگی – تغذیه ای نمی باشد؟

(۱ چربی ۲) پروتیین ۳) قند ۴) نمک

۲- هر گرم قند چه مقدار انرژی تولید می کنند؟

(۱)۹کیلو کالری (۲)۲کیلو کالری (۳)۳کیلو کالری (۴)۴کیلو کالری

۳- روشهای استعلام جهت اصالت کالاهای وارداتی کدام گزینه می باشد؟

(۱) پیامک ۲۰۰۰۸۸۲۲ (۲) نرم افزار تلفن همراه (۳) تلفن ۰۲۱-۶۱۸۵ (۴- همه موارد

۴- در هنگام خرید محصولات غذایی، آرایشی و بهداشتی توجه به کدام موارد ذیل ضروری است؟

(۱) آرم سازمان غذا و دارو (۲) شماره مجوز بهداشتی (۳) تاریخ تولید و تاریخ انقضا (۴) همه موارد

۵- کدام گزینه در مورد ماده سمی آفلاتوکسین B که در مواد آرایشی غیر مجاز به وفور یافت می شود صحیح می باشد؟

(۱) این ماده قویترین عامل سرطان است (۲) به راحتی از طریق پوست جذب می شودو منجر به صدمات حاد کبد می شود.

(۲)الف و ب (۴) هیچکدام