

با کمال تأسف با خبر شدیم مادر محترم

سرکار خانم مهترانی

دار فانی را وداع گفتند.

این مصیبت را به ایشان و خانواده محترم شان تسلیت عرض می نماییم
از خداوند متعال برای متوفی طلب مغفرت و برای خانواده بزرگوارشان
صبر جمیل مسئلت داریم.

یوسفیان

روزنامه صبح استان چهارشنبه ۲۸ مهر ۱۳۹۵ ۱۷ محرم ۱۴۳۸ ۱۹ اکتبر ۲۰۱۶ سال بیستم شماره ۳۶۲۹

در نشست آسیب شناسی
روزنامه آوا مطرح شد :

محصولات بی‌شناسه خراسان جنوبی در بازار کشور

۹۸ درصد عنب کشور در خراسان جنوبی تولید می شود و با وجود اینکه این استان قطب تولید عنب است به گفته رئیس جهاد کشاورزی استان صادرات رسمی از این محصول نداریم. آلو بخارای بیرجند هم ... (مشروح گزارش در صفحه ۳)

ابراز نگرانی مسئولان
از ۳۸ واحد تولید مواد
غذایی غیر فعال

خادم الحسین بیرجندی
در راه کربلا جان داد

قیمت خرید توافقی
زرشک مشخص شد

آوا

آوا

جناب آقای مهندس بیگی

مدیر کل محترم نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس خراسان جنوبی

مصیبت درگذشت مادر همسر گرامی تان را خدمت شما و خانواده محترم تسلیت عرض نموده، از خداوند منان برای آن عزیز سفر کرده علو درجات و برای بازماندگان محترم صبر و شکیبایی آرزومندیم.

شرکت ساختمانی، راهسازی و آبرسانی میر جائلو



قائم مقام وزیر کشور :
آن آدمی که که آمد و گفت خس و خاشاک به مردم اهانت کرد



کتابه رئیس مجلس به اعتراض یک نماینده :
به دفترم اعلام می‌کنم نامه‌ها به امضای «پروفسور کواکبیان» م‌مهور باشد !



رئیس سازمان انرژی اتمی :
پس از پر جام فرصت‌ها یکی پس از دیگری مثل سونامی به سمت ما می آید



فرمانده کل سپاه :
اطلاعاتی از توطئه آل سعود و اسرائیل علیه ایران داریم

نویخت: دربارہ استعغای جنتی صبر کنید / احمدی نژاد هیچ گاه گزینہ سال ۹۶ نبود / پر جام هم سایه تهدید اقتصادی را دور نکرد / استیضاح فانی اعلام وصول شد / شنیده‌ها از تغییرات دولت / اظهارات کلینتون درباره روحانی و علت انتخابش به ریاست جمهوری / شمعخانی: با نگاه غیر سیاسی از دولت پشتیبانی کنید

سر مقاله

فراموش نشویم

* هرم پور

چند روز پیش خبری در رسانه ها مبنی بر اختصاص ۱۰۰ میلیارد تومان دیگر علاوه بر اعتبارات پرداخت شده به استان خراسان شمالی از محل اعتبارات سفر مقام معظم رهبری منتشر شد. این در حالیست که کل تعهدات مصوب سفر ۵۳۰ میلیارد تومان بوده و تا قبل از ۱۰۰ میلیارد تومان جدید، مبلغ ۸۳۰ میلیارد تومان یعنی ۳۰۰ میلیارد تومان بیشتر از تعهدات مصوب به خراسان شمالی پرداخت شده بود، به عبارت دیگر تاکنون و در ظرف ۴ سال اخیر میلیی حدود ۴۰۰ میلیارد تومان اضافه بر تعهدات اولیه به این استان تخصیص داده شده است؛ یعنی چیزی حدود ۷۵ درصد اعتبارات اولیه ی مصوب، مجدداً تخصیص داده شده است.

علت این امر مشخص است؛ نیازمندی خراسان شمالی، عنايت ویژه مقام معظم رهبری به مناطق محروم، ارائه طرح های منطقی و قابل قبول و هزینه کردهای شفاف و غیرشماری از سوی مسؤولان بجنوردنشین، استانهای خراسان شمالی و جنوبی همزمان تأسیس شده اند، هر دو به نسبت هایی بالاتر یا پایین تر... (ادامه سرمقاله در صفحه ۲)

خبر خوش مدیرکل فرودگاه های استان ؛

اولین پرواز چارتر از بیرجند انجام می شود

سرمایه گذار بخش خصوصی : مسوولان استان
حمایت کنند آمادگی داریم که تمام هفته پرواز های
چارتری را در مسیر های مختلف راه اندازی کنیم

مدیرکل فرودگاه های استان از راه اندازی اولین پرواز چارتری خراسان جنوبی از تهران خبر داد و گفت: این پرواز هفته آینده ۵ آبان از مسیر تهران به بیرجند انجام می شود. سلامی در گفتگوی اختصاصی با آوا افزود: این پرواز چارتری توسط بخش خصوصی راه اندازی شده و با هوایمای MD از شرکت ایرتور ... (مشروح خبر در صفحه ۷)



فصل برداشت
طلای سرخ
آغاز شد

صفحه ۲

عکس: س. جلالی / آوا

برادر ارجمند جناب آقای حاج غلامرضا جعفرپور مقدم

مدیر مسئول محترم روزنامه آوای خراسان جنوبی

با نهایت تأثر، درگذشت والد همسر مکرمه

را تسلیت عرض نموده، از درگاه خداوند رحمان برای آن روانشاد غفران و رحمت واسعه الهی و برای جناب عالی و خاندان معظم صبر و سلامتی مسئلت دارم.

سید محمدحسین زینلی – مدیرعامل شرکت کویرتایر

برادر ارجمند جناب آقای دکتر غلامرضا زمانی

معاون محترم اداری و مالی دانشگاه بیرجند

با نهایت تأثر، درگذشت والده مکرمه

را تسلیت عرض نموده، از درگاه خداوند سبحان برای آن فقیده سعیده رحمت و غفران واسعه الهی و برای جناب عالی و خاندان معظم صبر و سلامتی مسئلت دارم.

سید محمدحسین زینلی – مدیرعامل شرکت کویرتایر

خانواده محترم جمالی

با نهایت تأسف و تألم درگذشت ناگهانی مهندس جواد جمالی

را تسلیت عرض نموده، از خداوند منان برای آن مرحوم علو درجات و برای بازماندگان محترم صبر و سلامتی آرزومندیم.

گروه صنعتی آبگام – حیدرزاده

یک شرکت معتبر تولید لوله های پلی اتیلن در استان خراسان جنوبی (شهرستان فردوس) به یک مهندس مکانیک یا صنایع برای سمت مدیریت کارخانه با حقوق و مزایای مکفی و با سابقه کار مفید نیازمند است.

ارسال رزومه: em.modir@gmail.com

برادر بزرگوار، مداح و ذاکر اهل بیت (علیهم السلام)

جناب آقای کربلای محمد علی نقره گی

مصیبت درگذشت والده گرامی تان ذاکر و مرثیه خوان اهل بیت (ع)

کربلایه کلثوم ابوالحسن نژاد

موجب تأثر و تألم فراوان گردید. این مصیبت جانکاه را حضور شما و خانواده های وابسته تسلیت گفته و در غم تان شریک هستیم. امیدواریم خداوند متعال به همه شما صبر عنایت فرماید و روح بلند این مادر مهربان را بر سر سفره ایا عید... (علیه السلام) مهمان کند. ضمناً مراسم سومین روز درگذشت آن فقیده سعیده امروز چهارشنبه ۹۵/۷/۲۸ از ساعت ۱۵ الی ۱۶ در محل هیئت ابوالفضلی (مصلی) برگزار می گردد.

شورای سرپرستی هیئت صاحب الزمانی (عج) – موسسه خیریه حضرت مهدی (عج) بیرجند

جناب آقای سید رضا موسوی فرد و خانواده محترم

مصیبت درگذشت پدر گرامی تان

شادروان سید عبدالرحیم موسوی فرد

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

خانواده های: ولوی، خزاعی، قائمی، احمدی

۳ باب مغازه فروشی با یک سند

بین حکیم نزاری ۲ و ۴ – روبروی بازارچه اسلامی ۰۹۰۱۴۴۳۳۶۰۹ – نوری نژاد

جناب آقای دادی القار مسئول محترم واحد حقوقی تعاونی اعتبار ملل خراسان جنوبی

با نهایت تأسف و تألم درگذشت پدر بزرگوارتان را صمیمانه تسلیت عرض نموده، از خداوند منان برای آن مرحوم علو درجات و برای بازماندگان صبر و شکیبایی مسئلت داریم.

جمعی از همکاران حقوقی (هاشمی، محمدی، بشیری، یعقوبی)

آگهی استخدام شرکت دامپرووری و کشاورزی ستاره کیان بیرجند

به یک نفر کاردان یا کارشناس بهداشت حرفه ای برای کار در کارخانه تولید خوراک دام و طیور نیاز دارد. افراد متقاضی برای ثبت نام، رزومه کاری و مدارک خود را به آدرس ایمیل info@setareh.kian.com ارسال بفرمایند. آگهی شماره ۰۹۳۰۵۹۸۷۲۷۲۲ تماس حاصل فرمایند.

هفته استاندارد ۲۳ الی ۲۹ مهرماه

استاندارد، فرهنگ و خانواده

روابط عمومی اداره کل استاندارد خراسان جنوبی

رونمایی از دو برند جهانی فرش مود و قهستان به زودی

برزجی – معاون امور بازرگانی سازمان صنعت، معدن و تجارت خراسان جنوبی اظهار کرد: دو برند جهانی فرش مود و فرش قهستان را اخذ کرده‌ایم که همزمان با روز ملی صادرات از آنها رونمایی خواهد شد.ماهگلی در گفتگو با خبرنگار ما افزود: ۲۹ مهر همزمان با روز ملی صادرات از این دو برند رونمایی می شود که حاصل تلاش های زیاد اتحادیه های فرش استان و سازمان صنعت ، معدن و تجارت است.

پاسخ مسئولان به پیام شما

جوابیه های شهرداری بیرجند

«احتراما در پاسخ به مطلب مندرج در ستون پیام شما مورخ ۹۵/۷/۷ در خصوص آسفالت پیاده روهای خیابان جماران ضلع جنوبی به استحضار می رسانند: پیاده رو سازی بر عهده مالکین می باشد.
«احتراما در پاسخ به مطلب مندرج در ستون پیام شما مورخ ۹۵/۷/۸ در خصوص آسفالت پیاده روی چهارراه صیاد شیرازی به سمت خیابان ۱۷ شهریور (دانشکده هنر) به استحضار می رسانند: محل مذکور در دستور کار شهرداری قرار دارد که انشأ... به زودی انجام خواهد شد.»احتراما در پاسخ به مطلب مندرج در ستون پیام شما مورخ ۹۵/۷/۷ در خصوص عدم آسفالت کوچه سلمان فارسی۱۵ مهر شهر علی رغم پرداخت پیش هزینه آسفالت به استحضار می رسانند : با توجه به بررسی های به عمل آمده در محل ذکر شده تعداد اندکی از ساکنین نسبت به پرداخت هزینه آماده سازی اقدام نموده اند که می بایست کلیه ی ساکنین نسبت به پرداخت هزینه اقدام نمایند اما برای رفاه ساکنین شهرداری نسبت به جدول کشی محل و زیرسازی اقدام لازم انجام داده است لذا به جهت تسریع از کلیه ساکنین درخواست می شود نسبت به پرداخت هزینه آماده سازی اقدام نمایند. لازم به ذکر است شهرداری این آمادگی را دارد که در اسرع وقت نسبت به آسفالت معبر و دیگر معابر نیز اقدام نماید.
«احتراما در پاسخ به مطلب مندرج در ستون پیام شما مورخ ۹۵/۶/۲۶ در خصوص دود و غبار اتوبوس ها به استحضار می رسانند: تعدادی از اتوبوس های اسکانیا که دودزایی بیش از حد مجاز داشته اند با تعویض سوزن های انژکتور و سرویس موتور رفع مشکل گردیده اند و ما بقی اتوبوس ها نیز انشأ... پس از تأمین اعتبار سرویس خواهد شد.
«احتراما در پاسخ به مطلب مندرج در ستون پیام شما مورخ ۹۵/۷/۱۷ در خصوص اشکال در سیستم صوت سالن بهشت متقین به استحضار می رسانند : سیستم صوت سازمان مدت ۲ سال از زمان تعویض آن می گذرد و تنظیمات آن بر اساس دفترچه اطلاعات فنی دستگاه تنظیم گردیده است و مرتبا تنظیمات آن کنترل می شود لذا با توجه به تعدد جلسات سالن اجتماعات و حضور سخنرانان و ملحاحان مختلف و وجود سالیق مختلف امکان تنظیم صدا بر اساس سلیقه افراد میسر نمی باشد.
«در خصوص سیستم گرمایش و سرمایش به استحضار می رسانند: سالن های اجتماعات سازمان دارای ۵ دستگاه هیتراگازی انرژی و ۶ دستگاه کولر ۷۰۰۰ و ۴ دستگاه کولر ۵۰۰۰ و ۵ دستگاه پنکه سقفی می باشد که بر اساس استاندارد دستگاه های مورد نظر ظرفیت گرمایش و سرمایش آن بیش از ظرفیت مورد نیاز می باشد. بر اساس استعلام اخذ شده اکثریت شهرهای کشور جهت انجام امور تغسیل، تشییع و تدفین متوفیان دارای ساعت شروع و پایان مشخص می باشند لذا این سازمان آمادگی دارد جهت رفاه حال شهروندان در غیر ساعات تعیین شده همکاری نماید.
همچنین موضوع توسعه سالنهای اجتماعات در دستور کار سازمان بهشت متقین است.

جوابیه شرکت برق خراسان جنوبی

«احتراما در پاسخ به مطلب مندرج در ستون پیام شما مورخ ۹۵/۶/۲۷ در خصوص نبود روشنایی در خیابان نارنج ۸ به اطلاع می رسانند در مورخ ۶۹۵/۲۲ شهروند محترم تماس گرفته و در سیستم نیز ثبت شده در مورخ ۹۵/۶/۲۵ نسبت به تعویض لامپ نیش ترنج ۸ و لامپ مقابل پلاک ۲۰ اقدام شده است.



در گذشته هیات های عزاداری با این آسیب ها مواجه نبودند و اگر از طبل هم استفاده می شد طبل های کوچکی بود که آزار دهنده نبود نه مثل الان که طبلی در هیئت می زدند که باید دو نفر آن را راه برد و همه ی مردم هم گوش هایشان را می گیرند این حبله دشمن است مسئولان هیئت ها متوجه باشند. که چه پول هایی بابت این طبل ها به جیب انگلستان می رود!

یک شهروند
وقتی مذاکرات شورای شهر رو می خونم شرمم میاد که با این وضع خشکسالی و آب و هوا اعضای شورا در چه فکریهایی هستند.تنها راه خلاص شدن، تحریم این اعضا از سوی مردم و رای ندادن به هیچ یک از اعضا در دور بعدی هست.

۹۱۵...۳۴۷
سلام اوا درود زبر کثر جمع مسکونی ارتش (زعفرانیه) و بلوار شهید ناصری هم پیگیر شوید ممنون می شوم .

۹۳۳...۹۶۳
اعضای مثلا دلسوز شورای شهر بیرجند،، مردم را به خبر رساندن شما امید نیست ...، شر نرسانید!!!
۹۷۷...۶۶۶

سلام از آقای استاندار ملتسمانه درخواست رسیدگی به مشکلات مالکین مشاع زمینهای پلاک ۱۴۶۱ شمال شهر بیرجند معروف به زمینهای ناهیدی پور را داریم.

۹۱۵...۷۰۷
سلام اوا! ساختمان بانک ... انتهای معلم نمای کلی آن از شیشه هست که شکسته و به مقدارش ریخته اگر به روز بر حسب تصادف یکی از اون شیشه ها تو سر و گردن کسی پایین بیاد چی میشه؟!چرا شهرداری قبل از وقوع به اتفاق فکری برای جلوگیری از اون نمی کنه این در حالی هست که توی تهران و شهر های بزرگ میبینیم اینجور ساختمان ها حصار دارن و مردم با خیال راحت از زیرشون رد میشن

۹۱۵...۲۵۷
شهرداری مثل اینکه خیلی با کسری بودجه مواجه شده که برای زباله ها هم حالا پول از کسبه میگیره به تازگی قبض هایی با عنوان بهای خدمات پسماند برای مغازه ها آورده اند به مبلغ سی هزارتومان برای شش ماه سال.. آخه مگر یک مغازه چقدر زباله در طول سال بیرون میریزد؟؟واقعا انصاف نیست.دولت فقط برای همین یک قلم تا حالا از کسبه پول نگرفته بود که حالا میگیره!!!

۹۱۵...۱۳۳
سلام آوا! کاش اعضای شورای شهر هم مانند مسوولین رده بالا قبل و بعد از دوره عضویت در شورا آمار دارایی های خودشون رو بهخصوص زمین و املاکشون رو اعلام می کردند به نظر شما شورای شهری که اکثر اعضا چندین خانه و مغازه و زمین دارند می توانند خانواده ای که سالهاست مستاجرن و حتی به آبار تمان از خودشون ندارند رو درک کنند!!!!????????

۹۱۵...۷۰۴
من موندن مسوولان و بخصوص نماینده محترم بیرجند از چه مسیری به مشهد یا قاین سفر میکنم یا واقعا در راه سفر خودشونو به خواب میزنن و مشکلات مسیر رو نمیبینن

۹۵...۳۹۰
سلام خدایوت. شورای اسلامی و شهردار محترم بیرجند اطلاع دارید در شهر ما بیرجند چند فلکه خاکی وجود دارد و چند ساله به همین شکل مونده !! میدان سپاه بلوار پیامبر اکرم ،میدان شهدای عبادی ، میدان اول و دوم فاطمیه مهرشهر و بنظر شما بزرگواران مشکل چیست . بودجه نیست .آب نیست یا وجودنداردا!

۹۱۵...۲۴۵
مسئولان لطفا فکری به حال ما ساهمداران مالیاخته پدیده بکنید

۹۱۵...۰۳۲

در نشست آسیب شناسی روزنامه آوا مطرح شد:

محصولات بی شناسه خراسان جنوبی در بازار کشور

شود افزود: این نکته کمک می کند که برندهای منطقه ای ثبت ملی شود.

روند اخذ کد ارگانیک در بخش آزمایشگاهی بسیار هزینه بر است

نماینده جهاد کشاورزی استان هم در این جلسه با اشاره به منحصر به فرد بودن محصولات استان گفت: در زمینه محصولات ارگانیک فعالیت های زیادی انجام شده است. اکبری ادامه داد : البته روند اخذ کد ارگانیک در بخش آزمایشگاهی بسیار هزینه بر است . وی با اشاره به ضعف استان در تبلیغات محصولات ارگانیک یاد آور شد: مشکلی که به تازگی پیش آمده این است که طبق دستورالعمل مدیریت بحران کشور تمامی استان ها باید از محصولات کم آب برای کشت استفاده کننده که این امر زمینه فروش پیاز زعفران را توسط دلالان به استان های دیگر فراهم کرده است. یکس مدیر صنایع کشاورزی جهاد کشاورزی نیز در این نشست با تاکید بر توجه به صنایع کوچک در روستاها اظهار کرد: در بحث برند سازی نیاز به تبلیغات خاصی نیست بلکه باید با تقویت صنایع کوچک کار از روستاها شروع شود.

وی با این پیشنهاد که به صندوق های خرد زنان در روستاها تزریق نقدینگی شود گفت: مرکزی نیز برای جمع آوری محصولات باید باشد و پس از آن در مرکز استان مرکز دائمی برای عرضه محصولات استقرار یابد.

گام مهم برای برند شدن زرشک و عناب خراسان جنوبی با افتتاح یک ترمینال تخصصی

بیکی مدیرعامل ترمینال تخصصی ضبط و فراوری زرشک و عناب استان نیز با اشاره به فعالیت هایی که قبلا در عرصه های مختلف تولیدی داشته از کارهای موثر برای برند شدن دو محصول راهبردی زرشک و عناب سخن گفت و افزود: با تکیه بر یک کار تحقیقاتی و بررسی روند خشک کردن محصول زرشک در استان با وضع اسفابری که در زرشک خشک کنی ها دیده شده به فکر راه اندازی اولین ترمینال ضبط زرشک و عناب اقدامید که بهمن ماه سال گذشته افتتاح و موفق شدیم برای اولین بار دستگاه بوجاری زرشک را در ایران ثبت کنیم. در این ترمینال بعد از چرخه خشک کردن طبیعی زرشک با جرات می توانیم بگویم محصولی که از این خط خارج می شود برند استان است. وجود دلالان در بازار محصولات کشاورزی یک موضوع مورد بحث در این نشست بود که مذعوبین با تاکید بر غیر ممکن بودن حذف دلالان خواستار ساماندهی آنان شدند.

استان با بیان اینکه خراسان جنوبی اقلیم خاصی دارد افزود: تولید زرشک و زعفران با اقلیم منطقه همخوانی دارد و معیشت خانوارهای استان را تأمین می کند لذا مطلوب تر تولید می شود که این خطر بزرگی برای زعفران کاران خراسان جنوبی است. این فعال بازار خواستار همدلی و هماهنگی بین تمامی رده های تولید و عرضه ماهگلی ماون امور بازرگانی و توسعه تجارت استان، زهرا رتوفی فرد رئیس اداره بازرگانی خارجی استان ، احمد بیکیس مدیر



شناسه مورد نظر خودشان را اخذ کنند. وی با اشاره به مشکلات پیش روی اخذ شناسه نان محلی اظهار کرد: روانسازی اخذ شناسه در تمامی جلسات آرد در نان مطرح شده اما اکنون شاهد فروش نان بدون شناسه در اکثر مغازه های شهر هستیم.

تجربه تلخ استان از حضور در یک نمایشگاه بین المللی

رئیس اداره بازرگانی خارجی سازمان صنعت ، معدن و تجارت استان نیز در این جلسه با بیان اینکه ترجیح دادن منافع کوتاه مدت بر منافع بلند مدت باعث شده که محصولات استان از راه جهانی شدن باز مانند افزود: برای اینکه بتوانیم یک محصول با کیفیت را عرضه کنیم باید هزینه کرد . رتوفی فرد با اشاره به تجربه تلخ استان از حضور در یک نمایشگاه بین المللی تصریح کرد: متأسفانه شکل نامناسبی که غرفه داران استان محصولات خود را عرضه کردند باعث شد که غرفه پلمپ و فرصت حضور از استان در این نمایشگاه بین المللی گرفته شود.

وی با تاکید بر اینکه باید زمینه ای فراهم شود که تشنگی در بازار احساس

صنایع کشاورزی جهاد کشاورزی ، احسان بیکی مدیرعامل ترمینال تخصصی ضبط و فراوری زرشک و عناب استان و رضا قهرمانی از فعالان بازار برگزار کند.

تشکل ها حلقه مفقوده برای برند شدن یک محصول

صنایع کشاورزی جهاد کشاورزی ، احسان بیکی مدیرعامل ترمینال تخصصی ضبط و فراوری زرشک و عناب استان و رضا قهرمانی از فعالان بازار برگزار کند.
از پیاز زعفران غفلت کردیم
در ابتدای این نشست قهرمانی از فعالان بازار استان یکی از دلایل عمده فله فروشی عناب، زرشک و زعفران را ماندگاری پایین این محصولات عنوان کرد و گفت: همچنین هزینه بالای بسته بندی باعث می شود که متقاضیان به دنبال محصولات فله باشند. وی اعمال نفوذ برخی از کارپردازان ادارات را نیز عاملی برای عرضه فله محصولات می داند و می گوید: گاهی مشاهده می شود مدیر اداره خواستار محصولات با بسته بندی شکیل است اما کارپرداز آن اداره ذهن مدیر را خراب می کند لذا فروش محصول بسته بندی شده پایین می آید.

وی همچنین زمان فروش محصول را نیز در عرضه فله تعیین کننده می داند و می افزاید: گاهی مجبور هستیم به مواد عرضه شده ماده نگهدارنده اضافه کنیم.

وی ورود کشاورزان افغانستانی به کشت

عصمت برزجی – خراسان جنوبی استانی نو پا که بیش از ۱۲ سال از مستقل شدنش می گذرد این استان برای شناخته شدن درعرصه های ملی و بین المللی هنوز راه درازی در پیش دارد اما آنچه که قابل اهمیت است شناسه این استان است که می توان به برخی از محصولات خاص آن به عنوان این شناسه و برند اشاره کرد. ۹۸ درصد عناب کشور در خراسان جنوبی تولید می شود و با وجود اینکه این استان قطب تولید عناب است به گفته رئیس



این محصول نداریم.آلو بخاری بیرجند هم در گذشته معروف بود، کشت دیگ چدنی بیرجند و کشک زیره ای که گفته شده خاتم اشتون در سفری به ایران درخواست تهیه کشک زیره ای را از بیرجند نموده است. صابون بیرجندی که بازار فروش دارد اما تولید کننده ندارد ، زرشک که بیش از ۸۵ درصد تولید کشور در قاین هست اما به صورت خام فروشی از استان خارج شده و حتی روند مناسبی برای خشک کردن این محصول راهبردی در استان وجود ندارد. حالا زعفران نیز همین سرنوشت را دارد کما اینکه به تازگی رقبی چون افغانستان در تولید این محصول پیدا شده و ما همچنان مغفول هستیم. ثبت شناسه منوی برای محصولات کشاورزی و باغی استان به فروش آسانتر و با قیمت بهتر کمک می کند و تولید کنندگان آنها در سایر مناطق نمی توانند محصول خود را به نام خراسان جنوبی بفروشند. آسیب دیگری که متوجه شناسه استان است تغییر نام برخی از محصولات است از جمله کله کتجبد با نام جملی خود ساخته به عنوان محصولی از جنوب خراسان به فروش می رود ! اینها مواردی است که از چشم مسئولان استان پنهان مانده و در سایه

جناب آقای بسکابادی

مدیر محترم اداره آب و فاضلاب روستایی خراسان جنوبی

از بذل توجه جناب عالی و همکاران محترم آن اداره نسبت به تأمین آب هیئت عزاداری سیدالشهدا(ع) روستای آغلدر کمال تشکر را داریم،امیدواریم به لطف شما برادر بزرگوار مشکل آب مصرفی هیئت مورد نظر به طور دائم حل شود.

هیئت عزاداری سید الشهدا (علیه السلام) روستای آغلدر

جناب آقای علی نقره گی

با نهایت تأسف درگذشت مادر گرامی تان

را خدمت جناب عالی و خانواده محترم تان تسلیت عرض نموده، از درگاه باریتعالی برای آن مرحومه علو درجات و برای تمامی بازماندگان صبر و اجر آرزومندیم.

موسسه خیریه هیئت ابوالفضل

دستگاه ساب سیار امیر آبادی زاده

ساب انواع سنگ های مرم مر گرانیت و موزاییک ساده ۰۹۱۵۲۷۰۶۵۳۸

قالیشویی، مبل شویی، نگین

باتکنولوژی ضد چروک همراه باتوی فرش

۰۹۹۰۳۱۸۹۱۸۱
۳۲۴۵۰۰۱۴

به حقوق شهروندی اهمیت بدهیم

✽ نسرين كاري

امروزه استفاده از وسايل نقلیه عمومی حق مسلم همه شهروندان است، ولی گاهی این حق نادیده گرفته می شود و باعث آزار و اذیت باقی شهروندان می شویم و استفاده ناپجا از گوشی همراه منجر به سلب آرامش از دیگر افراد جامعه می شود.

داخل تاکسی و اتوبوس گوشی از دستتان نمی افتد. یک مکالمه از جنس درددل های دوستانه، احوالپرسی از اقوام، آمارگیری از جدیدترین اخبار و وقایع فامیل یا یک مکالمه کاری رسمی. برایتان مهم نیست که چند دقیقه است که گوشی را به گوش تان چسبانده اید و با این کار چه صدمات جسمی را متوجه مغز و گوش خود می کنید. شاید برایتان مهم نیست سر ماه پول تلفن تان سر به فلک بکشد، اینقدر مخو مکالمه شده اید که از دور و برتان غافل هستید. دوست عزیز اینجا نه اتاق شخصی شمامست و نه چاردیواری خانه. اینجا یک مکان عمومی است که همه به اندازه شما در استفاده از آن سهم دارند در حالی که شما با بی تفاوتی حق دیگران را ضایع کرده اید.

برای دیگران اهمیتی ندارد که آن طرف خط رئیس تان است که اصلا هم وقت و بی وقت سرش نمی شود و باید حتما همان جا درباره فلان پرونده گزارش کاملی ارائه دهید. آنها حتی علاقه ای ندارند که از مراسم مهمانی فلان دوست مشترک تان که شما با جزئیات کامل مشغول تعریف کردن آن برای آن طرف خط هستید، بشنوند و...

شاید شنیدن این مکالمات حس کنجکاوی بعضی ها را ارضا کند، اما خیلی ها آنقدر در مسائل و مشکلات زندگی خود غرق هستند که ترجیح می دهند در تاکسی فقط به مسیری که در پیش دارند، فکر کنند و حوصله شنیدن مشکلات و حرف های دیگران را ندارند. از همه اینها مهم تر حق برخورداری برابر همه از فضا و مکانی است که در آن به سر می برند. این روزها از این صحنه ها در تاکسی، اتوبوس، صف بانک و ادارات کم نمی بینیم. به نظر می رسد افرادی که عادت صحبت کردن با تلفن همراه در اماکن عمومی را دارند در وهله اول ضمن این که وجهه خوشایندی از خود در مقابل دیگر شهروندان به نمایش نمی گذارند به طور علنی حقوق شهروندان را نقض می کنند.

اگر شما هم جزو این افراد هستید بد نیست از این پس خودتان را بیشتر به رعایت بایدِها و نیایدهای شهروندی در اماکن عمومی مقید کنید.

متولی کشاورزی استان خبرداد:

برداشت ۵۶ تن زعفران از مزارع استان

مالائی – رئیس جهاد کشاورزی گفت: کشت برند خراسان جنوبی در شهرستان های سرایان، فردوس، بشرویه و بیرجند انجام شده است که پیش‌بینی می‌شود اسمال از ۱۵ هزار و ۱۱۴ هکتار اراضی زیرکشت ۵۶ تن زعفران برداشت و ۲ هزار و ۶۳۰ میلیارد ریال درآمد عاید بهره‌برداران خواهد شد. هاشم ولی‌پور رئیس سازمان جهاد کشاورزی استان در گفت و گو با آوا عنوان کرد: آمار کاشت زعفران هنوز به طور دقیق انجام نشده اما پیش‌بینی می‌شود نزدیک به ۱۵ هزار و ۱۱۴ هکتار از اراضی خراسان جنوبی زیرکشت



این محصول در سال زراعی ۹۴-۹۵ باشد. وی با اشاره به اینکه در شهرستان های قاین، فردوس، بشرویه و بیرجند کاشت این محصول انجام شده، افزود: بیشترین اراضی زیر کشت زعفران با ۴ هزار و ۴۹۲ هکتار در قاین است که پیش‌بینی می‌شود اسمال در تمام اراضی خراسان جنوبی ۵۶ تن زعفران برداشت شود و از اواخر مهر آغاز و تا اوایل آذر ادامه دارد. هاشم ولی پور مطلق بیان کرد: تعداد کشاورزان و بهره‌بردارانی که در تولید محصول راهبردی استان فعالیت دارند ۲۶ هزار و ۵۰۰ نفر است. به گفته رئیس سازمان جهاد کشاورزی پیش‌بینی می‌شود اسمال ۲ هزار و ۶۳۰ میلیارد ریال درآمد عاید بهره‌برداران شود. وی به صادرات این محصول به استان های خراسان رضوی، تهران و سیستان و بلوچستان اشاره و خاطرنشان کرد: سال گذشته ۱۵ هزار و ۱۴ هکتار زیرکشت بوده و ۵۴ تن ۶۰۰ کیلوگرم زعفران برداشت شد.



به مناسبت هفته بهداشت روان (۳۰-۲۴ مهر):

آشنایی با اضطراب شایع ترین اختلال روانپزشکی در عموم

اختلال اضطراب فراگیر، اختلالی است که ویژگی مشخصه آن احساس مستمر اضطراب و نگرانی است که در اغلب زمان ها و موقعیت ها وجود دارد. اضطراب و نگرانی فراگیر است به این معنی که شامل بسیاری از موقعیت ها از سلامت جسمی تا مسائل مالی، خانوادگی و کاری می شود.

معمولا شدت این اضطراب تناسبی با موقعیت نداشته و افراطی است.

علائم ممکن است در طی زمان بدتر یا بهتر شود ولی معمولا در زمان استرس، تشدید می شود.

این اختلال در کارکرد فرد تداخل ایجاد می کند و اگر علائم برای یک دوره طولانی مدت وجود داشته باشد ناتوان کننده بوده و اثر مخربی روی زندگی فرد می گذارد.

مطالعات همه گیر شناسی نشان می دهد که شیوع این اختلال ۶/۱۵ درصد و در زنان دو برابر مردان دیده می شود.

اختلال معمولا به تدریج رشد می کند و در هر نقطه ای از زندگی می تواند شروع شود، اگرچه در سال های بین کودکی و میانسالی بیشترین احتمال شروع را دارد. معمولا بیمار قبل از این که متوجه این اختلال شود به خاطر سردرد و یا مشکلات خواب به پزشکان متعددی مراجعه کرده و نتیجه نگرفته است.

برخی تحقیقات نشان می دهند که افراد مبتلا قبل از دریافت تشخیص و درمان مناسب، بطور متوسط ۲۵ سال مبتلا به این اختلال بوده اند، بنابراین، کارکنان مراکز مراقبت اولیه باید نسبت به وجود این اختلال حساس باشند تا آن را تا جای ممکن زود تشخیص داده و درمان کنند.

کلیات اضطراب فراگیر

هر کسی در زندگیش نگران و مضطرب می شود. همه ما وقتی با استرس هایی مانند بیماری جسمی، یا یک حادثه مانند طلاق، داغدیدگی یا از دست دادن کار مواجه می شویم ممکن است اضطراب

و نگرانی قابل ملاحظه ای را تجربه کنیم ولی معمولا پس از گذشت زمان و حل مشکلی که موجب استرس شده بود به وضعیت عادی برمی گردیم. ولی در افراد مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر این است و کنترل آن دشوار است.

آنها معمولا در تمام روز برای موضوعات مختلف نگران هستند حتی وقتی دلیلی



برای نگرانی وجود ندارد.

آنها در اغلب موارد منتظر وقوع یک بلا و مصیبت هستند و رنج زیادی را تجربه می کنند. برخی از درمانگران و محققین به علت مزمن بودن این اختلال آن را مثل مرض قند یا فشارخون یک اختلال دائمی در نظر می گیرند.

در زیر کلیات مربوط به این اختلال آمده است.

توصیف بیماری

ویژگی بارز اختلال اضطراب فراگیر که بعد از این GAD نامیده می شود عبارتست از

نگرانی یا دل‌پرسی و علایم جسمانی نظیر خستگی، بیقراری، دشواری در تمرکز، تحریک پذیری، تنش عضلانی و یا بی خوابی. GAD با سایر اختلالات اضطرابی که طی آن فرد در مواجهه با موقعیت های مختلف مضطرب می شود فرق دارد.

در دیگر اختلالات اضطرابی، نگرانی محدود به یک محرک یا موقعیت مشخص است. برای مثال در اختلال



پانیک، نگرانی متمرکز بر حمله های پانیک است، در فوبیای اجتماعی نگرانی در مورد حضور در جمع است، در اختلال وسواسی – اجباری نگرانی معطوف به اودگی یا ترس از پیامدهای انجام ندادن مجموعه ای از عادات است و در اختلال خود بیمار انگاری نگرانی متمرکز بر بیماری احتمالی است.

علائم بارز در این اختلال عبارت است از:

خلق مضطرب – نگرانی بیش از اندازه –

تحریک پذیر – بیقراری – خستگی

مفرط – تمرکز مختل – تنش عضلانی –

بی خوابی

این اختلال وقتی تشخیص داده می شود

برخی شهروندان از این بابت دچار مشکلاتی شده اند و سوال می پرسند که چطور یارانه خود را مجدداً برقرار کنند.

یارانه بازماندگان اموات چگونه زنده می‌شود؟

یکی از افراد خانوار که سرپرست جایگزین است، در گام اول لازم است در اسرع وقت برای اصلاح اطلاعات خانوار خود به سازمان هدفمندی یارانه‌ها مراجعه کند.



فوت سرپرست خانوار، چطور یارانه دریافت کنیم؟” بررسی هایی انجام داده شده که نتیجه آن به شرح زیر است:

قاب عکس **میمون های کنایدید بدید!**



هزینه روزانه مصرف سیگار در کشور

فارس – رئیس کل مبارزه با مصرف دخانیات کشور گفت: در کشور ما هزینه روزانه مصرف سیگار ۱۰ میلیارد تومان است و دولت دو برابر این رقم را خرج بیماری‌های ناشی از مصرف سیگار می‌کند. محمدرضا مسجدی گفت: متأسفانه مصرف دخانیات در کشور سرسام‌آور است و در بعضی جاها مشاهده می‌شود تنها هزینه ورود به مکان‌های عرضه‌کننده قلیان ۲۰۰ هزار تومان است.

چین همه الاغ های دنیا را می‌خرد!

روزنامه انگلیسی نوشت: چین به دنبال خرید همه الاغ های موجود در دنیا است! به گزارش جام نیوز به نقل از پایگاه خبری شبکه العالم، این روزنامه انگلیسی خاطرنشان کرد بعضی



از کشورهای آفریقایی فروش الاغ به چین را ممنوع کرده‌اند. گفته می‌شود که از پوست الاغ مادامی به نام به ejiao به دست می‌آید که از آن برای ساخت داروهای سنتی چینی و درمان بعضی بیماری‌ها مانند سرگیجه استفاده می‌شود.

مرگ سالانه ۴۰۰۰ زن بر اثر خشونت خانگی در جهان

ایسنا – برخی اطلاعات آماری نشان می‌دهد که هر سال در سراسر جهان ۴۰۰۰ زن به دلیل خشونت خانگی جان خود را از دست می‌دهند. به گزارش روزنامه ایندیندنت، طبق بررسی‌ها سه چهارم مرگ و میرهای ناشی از خشونت خانگی در شرایطی رخ می‌دهد که زنان به دلیل شرایط نامطلوب زندگی، تمایل به ترک همسران خود را دارند یا به این کار اقدام کرده‌اند.

میلیونر شدن مرد خوش‌شانس بعد از کشف حلقه الیزابت اول

باشگاه خبرنگاران – یک شهروند عادی در منطقه یورک انگلستان موفق شد با دستگاه آهن یاب به طور کاملاً اتفاقی انگشتر ملکه الیزابت اول را کشف کند، ملکه ای که بیش از ۵۰۰ سال پیش سلطنت



می کرده است. حالا این فرد خوش شانس می‌خواهد انگشتر عتیقه ملکه الیزابت اول را به‌رقم بسیار کلانی به فروش برساند. پیش‌بینی می‌شود فروش آن از پنج مریلیون پوند عبور کند.

ارزانترین و گرانترین بئزین در کدام کشورهاست؟

ایسنا – در تازه ترین رده‌بندی قیمت بنزین با عدد اوکتان ۹۵، کشور ونزوئلا در آمریکای لاتین هر لیتر بنزین را به قیمت ۰.۰۱ دلار عرضه می کند که ارزانترین بنزین جهان است و تقریباً دولت یارانه تمامی سوخت را خود پرداخت می کند. در این رده بندی عربستان، ایران، کویت، مالزی، امارات متحده عربی و نیجریه ارزان‌ترین قیمت بنزین را در میان کشورهای جهان دارا هستند. همچنین هنگ کنگ با فروش هر لیتر بنزین به قیمت ۱۸۷ دلار گرانترین توزیع کننده بنزین در جهان است.

نصیحت شریفی نیا به روحانی

شریفی نیا با انتشار تصویری از خود در دیدار با وزیر ارشاد در اینستاگرام نوشت: آقای روحانی عزیز از من به شما نصیحت. استغفی آقای جنتی به نفع دولت و فرهنگ نیست. ما سعی می کنیم کنسرت هایمان را در اراک اجرا کنیم از قم تا اراک یک ساعت بیشتر راه نیست. ما سعی می کنیم ۲۵ کیلو کمتر آلبالو بفروشیم قبول داریم که مقدار خیلی زیاد سودی نمی آید که شجریان هم کدخدامشانه کنار بیاییم و خبرها



را خودمان پیگیری کنیم تا برای کسی زحمتی نباشد! قضیه فوت آقای کیارستمی هم که با شمار مرگ بر پزشکان فرانسوی ختم به خیر شد. ولی در مورد آقای اصغر فرهادی به گزینه دیگری نمی توانیم فکر کنیم فعلاً برایمان افتخار آفرین است! و ختم کلام مطمئن باشید هیچکس نمی تواند بجای آقای جنتی دراین هشت ماه باقیمانده کلی به سر فرهنگ این مملکت برزند!».

هر سال یک شهر کشور خالی می‌شود

مهر – دبیر علمی سی و سومین کنگره سالیانه انجمن علمی روانپزشکان ایران گفت: هر دقیقه یک نزاع در سازمان پزشکی قانونی کشور ثبت می شود. محمد اربابی گفت: سالانه بیش از ۳۰۰ هزار ایرانی کشور را ترک می کنند که ۱۵۰ هزار نفر از این افراد جوان و افراد تحصیلکرده هستند در واقع هر سال یک شهر کشور خالی می شود.

آیه روز

آسمانها و زمین را به حق آفریده است او فراتر است از آنچه [با وی] شریک می گردانند.
سوره النحل، آیه ۳

شعر روز

ای سبزی هر درخت و هر باغ و گیا
ای دولت و اقبال من و کار و گیا
ای خلوت و ای سماع و اخلاص و ربا
بی‌حضرت تو این همه سوداست بیا

پلکی احساس

خوشبختی مانند پروانه است، اگر او را دنبال کنبد، از شما فرار می کند. ولی اگر آرام بنشینید و مشغول کارهایی که دوست دارید شوید، روی سر شما خواهد نشست.

عارفانه روز

الهی تو را سیاس می گویم از اینکه دوباره خورشید مهرت از پشت پرده ی تاریکی و ظلمت طلوع کرد و جلوه ی صبح رابر دنیای کائنات گستراند

حدیث روز

سلام کردن هفتاد حسنه و ثواب دارد شصت و نه ثواب از برای سلام کننده و یک ثواب برای جوابگو است (با وجود آنکه سلام کردن مستحب ولی جواب دادن آن واجب است). امام حسین (ع)



چگونه از شر فکر کردن به او خلاص شوم؟

اما برای ذهن مان چه می کنیم؟ چگونه

سموم را از افکارمان دور کنیم؟در اینجا چند روش کوچک اما تاثیرگذار برایتان آورده ایم که با عمل به آنها می توانید در مقابل افکار منفی خود مقاومت و افراد و اتفاقات آزار دهنده را از سرتان بیرون کنید.

۱.کمتر حرف بزنید، بیشتر

منتظر بمانید

هنگام مشکلات سعی کنید به جای حرف زدن های مدام، به خودتان زمان دهید. با صبر خواهید دید که چگونه مشکلات از کنارتان به سادگی می گذرند. به زمان اعتماد کنید، می توانید طور دیگری برخورد کنیم وقتی تمام تصاویر چون فیلمی در مقابل چشمان

مان رژه می روند؟البته ممکن است این موضوع تنها در مورد افراد نباشد.گاهی ما تمام تالاشمان را برای یک زندگی سالم می کنیم، غذاهای ارگانیک می خوریم، از مواد غذایی ناسالم می پرهیزیم، از مواد شیمیایی به ندرت استفاده می کنیم، سبزیجات می خوریم و...

فروش ماشین برقی بچه طرح بنز دوچرخه بچه – موتور کامل ۲۰۶ و دستگاه بخور ۰۹۱۵۴۰۳۷۵۲۲

اجاره قالب فلزی جک وکلیه تجهیزات بتونی ، ساختمانی و دیزل ژنراتور ۰۹۱۵۳۶۱۳۲۴۳ – شریفی

فروش آپارتمان در حال ساخت ۳۰ میلیون واریزی اولیه ۹۰ متر مفید ، دو خواب آدرس : خیابان غفاری ۰۹۱۵۵۵۶۱۴۲۰۸ ۰۹۱۵۵۵۶۱۲۴۳۱

فروش فست فود با موقعیت عالی و قیمتی استثنایی به علت مهاجرت ۰۹۱۵۳۶۳۴۳۸۱

نصب داربست فلزی با قیمت مناسب در اسرع وقت ۰۹۱۵۳۶۳۶۳۷۵۰۷ – حسینی

سمساری صادق خرید و فروش لوازم منزل و اداری با بالاترین قیمت ۰۹۳۸۰۱۶۰۷۷۹ – علی آبادی

خدمات فنی شایان تعمیر انواع یخچال فریزر، آب سرد کن در محل / نصب انواع کولر گازی ۰۹۱۵۹۶۵۵۶۶۴۱ – روزی

لوله باز کنی شبانه روزی

تشخیص ترکیدگی لوله های فاضلاب و آب ، رفع بوی نامطبوع ترمیم کف سرویس ها با روش نانو ، ۱۰۰ درصد تضمینی ۰۹۱۵۸۳۴۶۷۷۹ – ۰۹۱۵۸۶۲۶۲۲۸ اسحاقی



لاستیک فرازی

نقدی تخفیف ویژه ویژه اقساط 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

نبش جمهوری ۲۸ و ۳۰ به سمت مزار شهدا (قلعه) ۰۹۱۵۵۶۲۲۲۹۱ – ۰۹۱۵۵۶۲۱۶۸۴ – ۳۲۲۱۱۶۸۴

مدیتیشن کنید، به پیاده روی بروید و هر کاری که شما را آرام می کند انجام دهید. این شماید که نسبت به دیگران اولویت دارید. **۵.در عصبانیت، تصمیم نگیرید** زمانی که شما عصبی و ناراحت هستید، نمی توانید به خوبی فکر کنید. به بیان دیگر، عصبانیت، ذهن را چروک می کند. پس اگر می خواهید که افکارتان روشن، واضح و خلاقانه باشد، آرام باشید. **۶.به فکر درک کردن دیگران نباشید**

از خودتان پرسید که آیا دیگران به طرز فکر شما اهمیت می دهند؟ اگر کمی خوب فکر کنید می بینید که نظر شما هیچ اهمیتی برای آنها ندارد، پس وقت و انرژی خود را صرف درک کردن دیگران نکنید. اصلا شاید آنچه شما فکر می کنید، اشتباهی محض باشد. **۷.افکارتان حقیقت ندارند** به فکراهیی که در سرتان است، اعتماد نکنید. زمانی که ما احساساتی چون تنش، ترس و

به یک نیروی خدماتی
برای کار در شرکت عمران
و مسکن سازان خراسان
جنوبی واقع در بیست
متری دوم شرقی پلاک ۵۶
نیازمندیم.
۰۶۷۴۴۸۰۳۲
۰۸۷۴۴۸۰۳۲

نقاشی ساختمان شهرصاد
درب و پنجره ، پلاستیک ، روغن ، اکرولیک کلفژ دیواری، نصب و رنگ آمیزی کناف و طرح گل با تخفیفات ویژه، در اسرع وقت ۰۹۱۵۷۵۶۱۰۷۵

دربهای اتوماتیک مؤمنی

✓✓✓ کرکره برقی

✓✓ جک پارکینگی

✓✓ اوبراتور شیشه ای

...تحويل جنس به روز ...

فروش به همکاران عزیز به قیمت کلی

مسئول فروش :

۰۹۱۵۳۶۱۶۳۵۸

به صورت شبانه روزی سرویس دهی به سراسر استان

لوله باز کنی با فنر برقی

کار خوب اتفاقی نیست 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: مهرشهر – ولی عصر (عج) ۱۸ رسولی



ایزوگام شفیعی
آسفالت (محوطه و پشت بام) و قیرگونی ۰۹۱۵۱۶۲۰۲۸۳ – ۰۳۲۲۲۵۶۴۴ صیادشیرازی، مجتمع میرداماد، واحد ۹۸

ایزوگام سال ایزوگام ، قیرگونی ، آسفالت / فروش مستقیم و بدون واسطه چهار راه بهشتی ، روبروی بانک قوامین ۰۹۱۵۹۶۳۸۸۵۲ – ۰۳۲۴۰۰۳۳۶۹

ایزوگام سالخورده آسفالت محوطه و پشت بام/ فروش عمده و... میدان توحید – جنب داروخانه ۰۹۱۵۶۶۶۶۶۰۷

سبک زندگی

پیشنهادهایی برای کنترل و درمان افسردگی و اضطراب؛ دو اختلال توانان

اختلالات اضطرابی اغلب افسردگی را نیز به دنبال خود دارند و توصیه کارشناسان سلامت روان بر این است که هر دو به طور همزمان درمان شوند. ورزش: ثابت شده که ورزش تقویت کننده خلق و خوی است و عزت نفس و اعتماد به نفس را افزایش می دهد. فعالیت بدنی منظم، یک درمان قطعی برای افسردگی های خفیف تا متوسط است. حتی یک پیاده روی می تواند میزان اندورفین، هورمون مرتبط با احساس خوب را افزایش دهد. هدف انجام ۳ تا ۵ بار ورزش متوسط تا شدید در هفته است. تکنیک های تمدد اعصاب: یوگا، مدیتیشن و ورزش تای چی را برای رفع علائم افسردگی و اضطراب امتحان کنید. انجام این ورزش ها فقط به میزان ۱۵ دقیقه در روز و متمرکز بر تنفس عمیق و تصویرسازی ذهنی، می تواند اضطراب را کاهش داده و خلق و خوی را بهبود بخشد. بررسی رژیم غذایی: کربوهیدرات های ساده و تصفیه شده، نشانه های اضطراب و افسردگی را هدف قرار می دهند. پس سعی کنید انواع کربوهیدرات های پیچیده، پروتئین های بدون چربی و میوه ها و سبزیجات را وارد رژیم غذایی خود کنید. از الکل به شدت پرهیز کنید و قند و کافئین را محدود نمایید. نوشتن احساسات: اینطور ثابت شده، افرادی که هنگام ناراحتی، عمیق ترین احساساتشان را روی کاغذ می آورند، کمتر از کسانی که همه چیز را در ذهن حفظ می کنند، دچار اضطراب و افسردگی می شوند و آنها به زندگی نگاه مثبت تری دارند.



شما هرگز یک دزد را به خانه تان دعوت نمی کنید پس چرا اجازه میدهید افکاری که شادی شما را میدزدند در ذهنتان سکنی گزینند!..

حرف های ابریشمی

همیشه از خوبیهای دیگران برای خودت دیوار بساز. هروقت در حق تو بدی کردند، تنها یک آجر از روی دیوار بردار. بی انصافیه اگر کل دیوار با خراب کنی.

موفقیت

در مسیر موفقیت شاید نتوانید خرگوش باشید، اما لاک پشت بودن بهتر از سنگ بودن است. لاک پشت دیر یا زود به جایی میرسد، اما سنگ هرگز...

طراح: نسرن کاری	شماره ۳۶۲۹								
۶	۸	۱	۳	۵	۹	۴	۷	۲	
۲	۷	۵	۴	۱	۸	۹	۳	۶	
۳	۴	۹	۷	۶	۲	۸	۵	۱	
۸	۱	۷	۶	۹	۵	۳	۲	۴	
۹	۲	۶	۱	۳	۷	۴	۸	۷	
۴	۵	۳	۸	۲	۷	۶	۱	۹	
۷	۳	۲	۹	۸	۶	۲	۴	۵	
۱	۹	۴	۵	۷	۳	۲	۶	۸	
۵	۶	۸	۲	۱	۴	۷	۹	۳	

سودوکو جدول اعدادی است که امروزه یکی از سرگرمی های رایج در کشور های مختلف جهان به شمار می آید. سودوکو مخفف یک عبارت ژاپنی است و به معنی «ارقام باید تنها باشند» است. تاریخچه: این بازی برای اولین بار در یک مجله پازل آمریکایی در سال ۱۹۷۹ انتشار یافت اما انتشار آن به طور مستمر و بی گیر برای نخستین بار برمی گردد به ژاپن در سال ۱۹۸۶ و از سال ۲۰۰۵ این سرگرمی به محبوبیت جهانی دست یافت و نخستین مسابقه ملی آن در سال ۲۰۰۸ در فیلادلفیا در آمریکا برگزار شد.

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



اعزام تیم یوگس استان خراسان جنوبی
به مسابقات قهرمانی جوانان کشور

تیم بوکس جوانان استان خراسان جنوبی به مسابقات قهرمانی کشور که از ۲۹ مهر تا ۵ آبان ماه سال جاری در شهرستان گرگان استان گلستان برگزار می شود، اعزام شد. به گزارش روابط عمومی اداره کل ورزش و جوانان، علیرضا قاسمی فیض آباد، محمد کردی، میلاد آرمند، سامان متحنی و علیرضا حقیقی اعضای تیم جوانان استان را به سرپرستی و مربیگری مجتبی حاتمى تشکیل می دهند.

اهدای جوایز ویژه بهترین داور آسیا به تیم داوری ایران

ایرنا- کنفدراسیون فوتبال آسیا از اهدای جوایز ویژه بهترین داور آسیا در سال ۲۰۱۶ به تیم داوری ایران خبر داد. کنفدراسیون فوتبال آسیا با ارسال نامه ای به دکتر علیرضا اسدی، دبیر کل فدراسیون فوتبال از علیرضا فغانی به عنوان بهترین داور، رضا سخندان و محمدرضا منصوری به عنوان بهترین کمک داوران در سال ۲۰۱۶ دعوت کرد تا در مراسمی که روز یکشنبه ۳۰ آبان ماه (۲۰ نوامبر) در کوالالامپور مالزی برگزار می شود، حضور یابند تا جوایز ویژه بهترین داوران آسیا در سال ۲۰۱۶ را به تیم داوری ایران اهدا کند. لازم به ذکر است علیرضا فغانی، رضا سخندان و محمدرضا منصوری به انتخاب فدراسیون بین المللی فوتبال در بازیهای المپیک ۲۰۱۶ ریو به داوری پرداختند.

رقابت های تیروکمان قهرمانی کشور در مازندران شروع شد

مسابقات ورزشی تیروکمان قهرمانی کشورانتخابی تیم ملی صبح روز گذشته در سالن شهرداری شهر ساری آغاز شد. رئیس هیات تیروکمان مازندران گفت که این مسابقات در ۲ رشته ریکرو و کامپوند زنان و مردان به صورت داخل سالن و فضای آزاد با شرکت ۲۵۰ ورزشکار پیگیری می شود.به نقل از ایرنا، حسین فرهادی افزود: ۱۲۰ نفر از ورزشکاران حاضر در این مسابقات بانوان و ۱۳۰ نفر آقایان هستند وی اضافه کرد : در مجموع ۳۳ نفر از آقایان و بانوان که رتبه برتر را در این رقابت ها کسب کردند در ۴مرحله چادانه به ارشوی تیم ملی تیرو کمان کشور دعوت می شوند. این مسابقات چهار روز در شهرستان ساری مرکز مازندران در ۲ سالن شهنا وایثار پیگیری می شود

خطر تعلیق از بیخ گوش وزنه برداری گذشت

ایرنا- فدراسیون بین المللی وزنه برداری، معذرت خواهی بهداد سلیمی و سجاد انوشیروانی را بعد از اتفاقات مسابقات دسته فوق سنگین المپیک ۲۰۱۶ ریو پذیرفت، تا خطر محرومیت و حتی تعلیق از کنار این رشته مدال آور کشورمان بگذرد. پیش از این اعلام شده بود در صورتی که فدراسیون بین المللی نامه معذرت خواهی این دو را نپذیرد، انوشیروانی و سلیمی باید در مالازی محل برگزاری جلسه حضور یابند.اما در نهایت خطر محرومیت با توجه به دیپلماسی فدراسیون در جلسه هیات رئیسه جهانی برطرف شد.

چشم قهوه‌ای‌ها به چه بیماری‌هایی مبتلا می‌شوند؟

بنا به نظریه عنینه شناسان افرادی که چشمان قهوه‌ای رنگ دارند استعداد ابتلا به بیماری‌هایی مانند دیابت، چربی خون، سنگ کلیه، سنگ کیسه صفرا و برخی از تومورها را دارند. این افراد در آب و هوای مناطق سردسیر به‌دلیل تاثیر



سرما بر گردش جریان‌خون‌شان دچار اختلال در سیستم گردش خون شده و با مشکلاتی روبه‌رو می‌شوند. بنابراین به‌طور طبیعی این افراد در شرایط آب و هوایی گرم شرایط سازگارتری دارند. زنانی که در این گروه قرار می‌گیرند و چشم‌های قهوه‌ای رنگ دارند غالباً قاعدگی‌های پر حجم یا لخته‌های تیره رنگ مشاهده می‌کنند.

بیسکویت برای زنان باید ممنوع شود!

زنانی که بیش از ۳ بار در روز بیسکویت می‌خورند با احتمال بیشتری ممکن است به سرطان رحم دچار شوند. دانشمندان متوجه شدند مصرف مداوم بیسکویت و کیک به‌طور قابل توجهی خطر ابتلا به سرطان رحم را افزایش می‌دهد. شکر زیادی که در این خوراکی‌ها به کار رفته به چند طریق



ممکن است باعث سرطان شود. در مرحله اول، وارد شدن مقادیر زیاد شکر به بدن باعث افزایش ترشح هورمون انسولین می‌شود. این هورمون باعث تحریک رشد سلول‌ها در رحم شده و فرد را در معرض ابتلا به سرطان قرار می‌دهد. از سوی دیگر شکر اضافه، ترشح هورمون استروژن را هم افزایش می‌دهد که این عامل هم در رشد هورمون‌های سرطانی نقش زیادی دارد.

آیا بین افسردگی و تغذیه رابطه ای وجود دارد؟

زمانی که تغذیه نامناسبی داریم، مغز بدون مواد شیمیایی موجود در یک رژیم غذایی متعادل به سختی می‌تواند کار خود را انجام دهد. در مقابل میوه‌ها و سبزیجات تازه، ماهی، حبوبات و مغزها، ویتامین‌ها و املاح مورد نیاز مغز را تامین



می‌کنند. قابل توجه انسان‌های امروزی که اغلب خوراکی‌های بسته بندی شده را به غذای تازه خانگی ترجیح می‌دهند: فرآورده‌های غذایی بسته بندی شده که به صورت چیه و کنسرو عرضه می‌شوند خطر ابتلا به افسردگی را بالا می‌برند. بنابراین بین این فرآورده‌های غذایی و افسردگی ارتباطی وجود دارد. پس باز هم به این می‌رسیم که شما همان چیزی هستید که می‌خورید.

لطفاً نکات زیر را در مورد روغن ها رعایت کنید ...

نباتی نباید در هیچ مرحله بوی تند و نامطبوع داشته باشد ۷- برای سرخ کردن به ویژه سرخ کردن عمیق و طولانی از روغن مخصوص سرخ کردنی استفاده نمائید. اگر این نوع روغن را در دسترس نندارید از روغن جامد استفاده کنید ۸- بهتر است روغن تا حد امکان فقط یکبار تحت حرارت و مورد استفاده قرار گیرد، بنابراین

هر بار از مقدار کمی روغن استفاده کنید ۹- روغن داغ شده را دوباره به طرف اولیه آن برنگردانید ۱۰- روغن نباتی مایع جهت سالاد و پخت غذا مناسب تر از روغن هیدروژنه (جامد) می باشد،بعلاوه ارزش تغذیه ای روغن نباتی مایع بیشتر و سالم تر از روغن نباتی جامد است،

معاونت غذا ودارو دانشگاه علوم پزشکی بیرجند

فرمانده انتظامی استان، از کشف خودروی سرقتی به ارزش یک میلیارد و ۵۰۰ میلیون ریال و دستگیری سارق خودرو در شهرستان نهبندان خبر داد. به گزارش پایگاه خبری پلیس، سردار مجید شجاع در تشریح این خبر اظهار داشت: با سرقت یک دستگاه خودروی سواری هیوندای گرئچور در مرداد ماه سال جاری از استان تهران پیگیری های پلیسی برای کشف خودرو و دستگیری سارق آغاز شد. وی افزود، بامداد روز گذشته تیم کنترل سرعت پلیس راه شهرستان نهبندان یک دستگاه سواری هیوندای گرئچور مشکي رنگ را به علت ارتکاب سرعت غیر مجاز متوقف کرد و با استعمال از سامانه های پلیس سرقتی بودن خودرو محرز شد. سردار شجاع تصریح کرد: رفتارهای غیر عادی و آشفته راننده این خودرو و نداشتن مدارک در حین اعمال قانون باعث شده افسر گشت قبل از هر اقدامی سوابق خودرو را از مرکز استعمال کرده و به سرقتی بودن خودرو پی برد که پس از هماهنگی با مراجع قضائی راننده خودرو دستگیر شد. وی گفت: متهم پس از تشکیل پرونده جهت سیر مراحل قانونی به مراجع قضائی معرفی شد و اقدامات لازم جهت تحویل خودرو به مالک آن در حال انجام می باشد. فرمانده انتظامی استان به شهروندان توصیه کرد هر گونه موارد مشکوک را از طریق تلفن ۱۱۰ به پلیس اطلاع دهند و توصیه های امنیتی حفاظات از خودروهای خود را جدی بگیرند.

سرقت خودروی هیوندای گرئچور در تهران، کشف در نهبندان

برزجی- مدیر روابط عمومی ستاد عنايت عاليات استان از جان باختن شهروند بیرجندی در خاک عراق خبر داد و گفت: این خادم الحسین در حادثه رانندگی روز گذشته در خاک عراق جان داد. محسنی در گفتگو با خبرنگار آوا ضمن اعلام این خبر افزود: کربلایی جواد جمالی که سال گذشته نیز در همایش بزرگ اربعین موکب برپا کرده بود امسال نیز به همراه چند تن به منظور فراهم کردن مقدمات برپایی موکب ۲۰ روز پیش عازم عراق شد که در مسیر برگشت بر اثر بی احتیاطی رانندگی جان به جان آفرین تسلیم کرد. وی با بیان اینکه در این حادثه ۳ سرنشین دیگر مصدوم شدند افزود: یک نفر از این مصدومین در تهران و ۳ نفر دیگر در مشهد بستری هستند که حال عمومی شان خوب اعلام شده است. وی ادامه داد: امروز ۲۸ مهرماه یکمرحوم کربلایی جواد جمالی وارد بیرجند شده و در ساعت ۱۴ از هیئت حسینی به سمت بهشت متقین تشییع می شود.

خادم الحسین بیر جندی در راه کربلا جان داد

برزجی- مدیر روابط عمومی ستاد عنايت عاليات استان از جان باختن شهروند بیرجندی در خاک عراق خبر داد و گفت: این خادم الحسین در حادثه رانندگی روز گذشته در خاک عراق جان داد. محسنی در گفتگو با خبرنگار آوا ضمن اعلام این خبر افزود: کربلایی جواد جمالی که سال گذشته نیز در همایش بزرگ اربعین موکب برپا کرده بود امسال نیز به همراه چند تن به منظور فراهم کردن مقدمات برپایی موکب ۲۰ روز پیش عازم عراق شد که در مسیر برگشت بر اثر بی احتیاطی رانندگی جان به جان آفرین تسلیم کرد. وی با بیان اینکه در این حادثه ۳ سرنشین دیگر مصدوم شدند افزود: یک نفر از این مصدومین در تهران و ۳ نفر دیگر در مشهد بستری هستند که حال عمومی شان خوب اعلام شده است. وی ادامه داد: امروز ۲۸ مهرماه یکمرحوم کربلایی جواد جمالی وارد بیرجند شده و در ساعت ۱۴ از هیئت حسینی به سمت بهشت متقین تشییع می شود.

قابل توجه همشهریان محترم

ساندویچی نیاوران فردوسی جهت ارائه سرویس دهی به همشهریان

محترم از ساعت ۸ صبح همه روزه آماده قبول سفارشات می باشد

تلفن تماس: ۳۲۴۴۳۳۱۶

ایزوگام سلیـمانی

آدرس: چهارراه اول توحید

۰۹۱۵۱۶۰۶۵۲۸ - ۲۲۴۲۵۰۵۴

ایزوگام شرق بخشی

آدرس: میدان توحید

۰۹۱۵۵۶۲۲۰۵۵ - ۳۲۳۴۴۲۳۳۱

لوله‌باز کنی

تشخیص و رفع بو و نم

به روش ایزو ناتو / شبانه روزی

۳۲۴۳۵۶۸۶

۰۹۳۶۵۲۳۷۰۱۴

۰۹۱۵۷۰۶۳۲۲۰ - خسروی

حمل بار واثاثیه منزل باایسوزو چادر دارو کارگر ماهر

کاهش سرویس های بار

با یک سرویس ایسوزو

همراه: ۰۹۱۵ ۵۶۱ ۱۱۲۰ خراشادی

مدرس ان شریف

رتبه یک کارشناسی ارشدودکتری

تخفیف ۲۵درصدی ویژه طرح نامی ۲ فقط تا ۹۰/۷/۳۰

آدرس: بیر جند-خیابان معلم ،بین معلم و ۱۰ تلفن:۰۵۶-۳۲۲۲۹۶۶۶۶

بنگاه قالب بتن توکل

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

بلوار فرودگاه - سه راه میاد شیرازی - ۳۲۳۱۳۶۰۰ - ۰۹۱۵۱۶۱۵۰۶۹ جلیلی

دویدن باعث ترمیم مغز می‌شود

مطالعات اخیر نشان داده است که دویدن باعث ایجاد ملکول‌هایی می‌شود که به ترمیم مغز کمک می‌کند و طول عمر را افزایش می‌دهند. محققان بررسی‌های اخیر را بر روی موش‌ها انجام داده‌اند. این موش‌ها دچار مشکلات مغزی بودند که منجر به عدم تعادل و هماهنگی



اعضای بدن شده بود. بررسی‌ها نشان داد که دویدن می‌تواند به ترمیم بخش‌های آسیب دیده مغز این موش‌ها کمک کند. موش‌هایی که می‌دویدند ۱۲ ماه بیشتر از سایر موش‌ها عمر کردند. وقتی ورزش کردن متوقف میشد، علایم بیماری دوباره خود را نشان می‌داد. نتایج نشان میدهد که دویدن می‌تواند بر درمان بیماری‌های تحلیل عصبی نیز کمک کند.

قبل از خواب، بمب کافئین نخورید!

خوردن شکلات بعد از شام چندان مناسب نیست زیرا برخی متخصصان تغذیه معتقدند که خوردن شکلات، خواب شبانه را مختل می‌کند. شکلات یک منبع پنهان کافئین است، بنابراین حتی خوردن یک بستنی شکلاتی هم می‌تواند شما را در طول شب بیدار نگه دارد. کافئین



موجود در شکلات توانایی به خواب رفتن را کاهش می‌دهد. کافئین می‌تواند سیستم عصبی مرکزی را به مدت چند ساعت تحریک کند؛ حتی اگر به کافئین حساسیت نداشته باشید، ممکن است در طول شب بیدار بمانید. بنابراین، از خوردن شکلات داغ، چای کافئین‌دار، قهوه و سودا در اواخر شب خودداری کنید. ترک مصرف کافئین حتی به کاهش وزن‌تان هم کمک می‌کند.

نباتی نباید در هیچ مرحله بوی تند و نامطبوع داشته باشد ۷- برای سرخ کردن به ویژه سرخ کردن عمیق و طولانی از روغن مخصوص سرخ کردنی استفاده نمائید. اگر این نوع روغن را در دسترس نندارید از روغن جامد استفاده کنید ۸- بهتر است روغن تا حد امکان فقط یکبار تحت حرارت و مورد استفاده قرار گیرد، بنابراین

هر بار از مقدار کمی روغن استفاده کنید ۹- روغن داغ شده را دوباره به طرف اولیه آن برنگردانید ۱۰- روغن نباتی مایع جهت سالاد و پخت غذا مناسب تر از روغن هیدروژنه (جامد) می باشد،بعلاوه ارزش تغذیه ای روغن نباتی مایع بیشتر و سالم تر از روغن نباتی جامد است،

معاونت غذا ودارو دانشگاه علوم پزشکی بیرجند

فرمانده انتظامی استان، از کشف خودروی سرقتی به ارزش یک میلیارد و ۵۰۰ میلیون ریال و دستگیری سارق خودرو در شهرستان نهبندان خبر داد. به گزارش پایگاه خبری پلیس، سردار مجید شجاع در تشریح این خبر اظهار داشت: با سرقت یک دستگاه خودروی سواری هیوندای گرئچور در مرداد ماه سال جاری از استان تهران پیگیری های پلیسی برای کشف خودرو و دستگیری سارق آغاز شد. وی افزود، بامداد روز گذشته تیم کنترل سرعت پلیس راه شهرستان نهبندان یک دستگاه سواری هیوندای گرئچور مشکي رنگ را به علت ارتکاب سرعت غیر مجاز متوقف کرد و با استعمال از سامانه های پلیس سرقتی بودن خودرو محرز شد. سردار شجاع تصریح کرد: رفتارهای غیر عادی و آشفته راننده این خودرو و نداشتن مدارک در حین اعمال قانون باعث شده افسر گشت قبل از هر اقدامی سوابق خودرو را از مرکز استعمال کرده و به سرقتی بودن خودرو پی برد که پس از هماهنگی با مراجع قضائی راننده خودرو دستگیر شد. وی گفت: متهم پس از تشکیل پرونده جهت سیر مراحل قانونی به مراجع قضائی معرفی شد و اقدامات لازم جهت تحویل خودرو به مالک آن در حال انجام می باشد. فرمانده انتظامی استان به شهروندان توصیه کرد هر گونه موارد مشکوک را از طریق تلفن ۱۱۰ به پلیس اطلاع دهند و توصیه های امنیتی حفاظات از خودروهای خود را جدی بگیرند.

نیازمندیم

به تعدادی کارگر خانم و آقا جهت کار در سالن تولید قارچ نیازمندیم

۰۹۱۵۱۶۳۹۷۳۷-۳۲۴۴۹۶۶۹۹

نماینده‌گی باطری تعاون قدس

مرکز تهیه و توزیع باطری های خودرویی

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

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

کیفیت را گران نخرید

خیابان قدس - بین قدس ۵ و ۷ نرسیده به چهارراه عدل - سعیدی - ۰۹۱۵۵۶۱۲۴۸۷ - ۳۴۴۳۳۷۶۶۰

خانۀ نوین

عرضه کننده: هود، سینک، گاز ، شیرآلات ، روشویی کابینتی ولوازم فانتزی سرویس بهداشتی و آشپزخانه

آدرس: طالقانی ۸ نرسیده به پل فرزین

فروش محصولات اخوان

هود،سینک،گاز

20 تا 15 درصد تخفیف

@NOVINHOME

09151600279

خشکشویی باران

شستشوی انواع البسه، روتختی، روفرشی و... شستشوی پتو و پرده به همراه باز و بست

آدرس: خیابان ۱۵ خرداد - ۲۲ بهمن ۱ تلفن: ۰۹۱۵۷۲۱۲۱۸۸ - ۳۲۴۴۸۱۸۷

تلفن: ۷- ۳۲۲۵ ۵۵ ۵۶ -

تلفن ۵ رقمی: ۳۱۱۰۴

تلفن: ۶۰ ۶۶ ۴۴ ۳۲

مجهز به دستگاه آبگیر لوله ای بدون درب

صاف و تمیز همچو روز اول

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 تخت تخت بدون چین و چروک

درجه یک / کاور شده

استفاده از مصالح مناسب، استحکام ساختمان شما را در مقابل زلزله

افزایش می دهد.

روابط عمومی سازمان نظام مهندسی ساختمان خراسان جنوبی

اَلسَّلَامُ عَلَیْكَ يَا اَبَا عَبْدِالله

ضمن عرض تسلیت ایام سوگواری حضرت اباعبدالله الحسین (ع) و تقدیر و تشکر از کلمه عزاداران هیأت ابوالفضل که طبق نظرات مردم و مسئولین طی تماسهای مکرر، با رعایت کامل شئون اسلامی و برقراری نظم باعث شکوه هرچه بیشتر این هیأت در سطح شهر گردیدند و با کمال وقار و متانت از آوردن وسایل آزاردهنده از قبیل طبل خودداری نمودند، کمال سپاس و قدردانی را داریم و بالاترین اجر را از پیشگاه حضرت حق تعالی برای این عزیزان آرزو نمودیم.

سید الشهدا علیه السلام

سپهر

شورای سرپرستی هیأت ابوالفضل بیر جند