

پکیج و رادیاتور فرولی

تنها پکیج و رادیاتور دارای استاندارد

خدمات پس از فروش

۳۲۴۲۴۸۴۱

۰۹۱۵۱۶۳۹۲۶۲ - فرجامی

روزنامه صبح استان شنبه ۹ اردیبهشت ۱۳۹۶ ۲ شعبان ۱۴۳۸ ۲۹ آوریل ۲۰۱۷ سال بیستم شماره ۳۷۶۹



جهانگیری:
نباید به حاشیه نشین ها به عنوان افراد اضافه نگاه کرد



سید ابراهیم رئیسی:
امروز توجه به طبقه پایین جامعه در اولویت است



روحانی:
بیکاری و درآمد نا کافی مهمترین دلایل حاشیه نشینی است



قالیاب:
ارزش یارانه ۴۵ هزار تومانی به یک سوم کاهش یافته است



سید مصطفی میرسلیمی:
مهمترین سرمایه هر کشوری نیروی انسانی است



هاشمی طباطبائی:
ایران دچار بحران شدید زیست محیطی شده

عبداللهی: قالیباف آتش در خرمن تزویر و ثروت و ثروت ۴ درصدی ها انداخت / سعید جلیلی: مشکلات را می شود حل کرد ، شما نمی توانید! / آخوندی: برخی نامزدها آگاهانه وعده های غیرواقعی می دهند / هاشمی: برخی کاندیداهای اصولگرا از ادبیات احمدی نژاد استفاده می کنند / روحانی از ابتدا نگران مناظرات بود / قدردانی سردار سلیمانی از وزیر بهداشت و پاسخ دکتر هاشمی / تخریب دستاوردهای دولت جفاست / سید

تهیه ۵۰ محصول خوراکی و دارویی از عنب در چین!

ضرورت سرمایه گذاری روی محصولات راهبردی استان

افتخار می کنیم که خراسان جنوبی ۹۷ درصد عنب کشور را تولید می کند، همه زرشک کشور و مرغوبترین زعفران را تولید می کند ولی این محصولات اکنون چه میزان ارزش افزوده اقتصادی برای استان دارند؟

بشرویه رکورد دار تصادفات جاده ای

صبح پنجشنبه اولین جلسه کمیسیون اجرایی ایمنی حمل و نقل و مدیریت سوانح رانندگی استان به ریاست فرهادی سرپرست معاونت عمرانی استانداری و به دبیری جعفری مدیر کل راه و شهرسازی استان در سالن جلسات معاونت عمرانی استانداری برگزار شد. رضایی رئیس پلیس راه استان نیز در این جلسه با اشاره به طرح نوروزی امسال بیان کرد: ۸۹ درصد تصادفات فوتی در بازه زمانی هشت صبح تا ۲۰ بوده است که سواری ها با ۸۷ درصد بیشترین عامل تصادف هستند . وی ادامه داد: در این بازه زمانی، ۸۹ درصد تصادف های فوتی در راه های اصلی ، ۱۱ درصد در راه های روستایی ، ۷۵ درصد تصادف ها مربوط به حوزه استحفاظی پاسگاه های پلیس راه فردوس، بیرجند و قاین است. رضایی بیان کرد: فروردین امسال ... (مشروح خبر در صفحه ۷)



کروایک - اسن مح

سرمقاله

بوسه بر دست کارگر

هرم پور

«نس بن مالک می گوید: هنگامی که رسول خدا(ص) از جنگ تبوک باز می گشت، سعد انصاری به پیشواز ایشان آمد. پیامبر پس از آن که دست او را فشرد به وی فرمود: به چه سبب دستانت این گونه سخت و زبر شده است؟ گفت: ای رسول خدا! بیل می زنم و طناب می کشم و خرج زندگی خانواده ام می کنم . پس رسول خدا (ص) دست وی را بوسید و فرمود: این دستی است که هرگز آتش به آن نمی رسد»... مدت ها قبل می خواستم درباره آنها بنویسم، از مشکلاتشان، از دردها و رنج هایشان و البته از قول های متعدد مسئولان درباره ی آنها. درباره کارگران، همان قشر زحمتکش و البته فراموش شده ای که بار سنگین تولید، صنعت و اقتصاد در کشور بر عهده آنهاست. امروز که می نوشتم متوجه شدم از مدتی پیش دیگر تعداد زیادی از آنها کارگر نیستند، بلکه بیکارند و تاوان این بیکاری بر گردی ده اقتصاد کشور... (ادامه سرمقاله در صفحه ۲)

فرهنگ سازی در سلامت بهداشت روان
رسالت تمام ارگان های پزشکی است

صفحه ۷

تودیع و معارفه مدیر کل حفظ آثار و نشر ارزش های دفاع مقدس برگزار شد

صفحه ۷

رمز موفقیت استان
حضور در نمایشگاه های بین المللی

صفحه ۷

در خواست های مردم به بهانه روز شوراها
شوراهای شهر و روستا گزارش دهند

صفحه ۳

پای درد دل جوان ورزشکار هم استانی ؛
استعداد سوزی با چاشنی بی توجهی

صفحه ۴

برگزاری آزمون توان سنجی عوامل حج
امسال با هدف ارائه خدمات بهتر به زائران

صفحه ۷

برادر و دایی عزیز

غلام احمد بیک رضائی

به پاس مهربانی های بی دریغت **دومین سالگرد** آسمانی شذنت را با ذکر فاتحه و صلوات گرامی می داریم.

خانواده های: رضائی، کریمی

به نام خالق اردیبهشت

بهشت مان اینجاست، از حوالی اردیبهشت آغاز می شود، همان روزها که در خنتان اقا قیا به انتظار آمدنت زمان را شکوفه باران می کردند اما عطر شهادت رسید و در کوچه خاطره ها پیچید.

پدرا ای یاد شیرین! بهار جاودانه ای

سی و هفتمین سالروز عروج مبارک

خانواده شهید صادقی

یادبود

گرچه گاه زمان فراموشی می پراکند اما دردها را نمی زاید، یادها را کمرنگ نمی کند و جاهای خالی را پر نخواهد کرد

نهم اردیبهشت ماه یادآور **دومین سال** درگذشت پدری مهربان و برادر عزیزمان

زنده یاد محمد رضا فرجامی

را گرامی می داریم. یاد و خاطره اش جاودان

خانواده فرجامی

اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی بیرجند برگزار می کند:

سمینارهای آموزشی

مدیریت تبلیغات در فرآیند بازاریابی و فروش

۱۱ اردیبهشت ماه ۹۶ ساعت ۹ صبح

اصول و آداب تشریفات اداری ۱۳ اردیبهشت ماه ۹۶ ساعت ۸:۳۰ صبح

ارتباطات مثبت خانوادگی ۱۳ اردیبهشت ماه ۹۶ ساعت ۱۶

مکان برگزاری: سایت اداری – اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی بیرجند

لینک ثبت نام: <http://biccim.uspace.ir>

تلفن تماس: ۴-۰۵۹۱-۳۲۴۰۰۵۶

آگهی مزایده عمومی فروش تعداد ۴ دستگاه خودرو

اداره کل اوقاف و امور خیریه خراسان جنوبی در نظر دارد: تعداد ۴ دستگاه انواع خودرو سواری وانت شامل (انواع پراید – نیسان پیکاپ – وانت پیکان) مازاد بر نیاز خود را از طریق مزایده به فروش برساند.

لذا از متقاضیانی که مایل به شرکت در مزایده می باشند، می توانند از تاریخ نشر آگهی به مدت ۵ روز کاری برای دریافت اسناد مزایده به نشانی ذیل مراجعه نمایند:

بیرجند- خیابان معلم- تقاطع معلم و خیام (اداره کل اوقاف و امور خیریه خراسان جنوبی)

تلفن: ۹-۳۲۴۲۱۰۷۷ (واحد نقلیه)

ساعت پاسخگویی: ۸ صبح الی ۱۴

" تمامی هزینه های آگهی و کارشناسی به عهده برندگان مزایده می باشد"

تاریخ درج آگهی: ۹۶/۲/۹ تاریخ انقضا: ۹۶/۲/۱۳

آگهی برگزاری جلسه مجمع عمومی عادی سالانه

نظام مهندسی معدن استان خراسان جنوبی در تاریخ ۹۶/۲/۲۷

مجمع عمومی عادی سالانه سازمان نظام مهندسی معدن استان خراسان جنوبی در تاریخ ۹۶/۲/۲۷ از ساعت ۱۷ الی ۱۹ در محل سالن اجتماعات سازمان صنعت ، معدن و تجارت واقع در خیابان شهید مطهری برگزار خواهد شد.

اعضایی که دارای عضویت معتبر هستند حق رای خواهند داشت. برای تسهیل، اعضای که بدهی حق عضویت داشته باشند، می توانند بدهی خود را در همان روز نقداً پرداخت کرده و برگ ورود به جلسه دریافت کنند.

دستور کار مجمع به شرح ذیل است:

شنیدن گزارش عملکرد سالانه – بررسی و تصویب ترازنامه مالی سال ۱۳۹۵ – تصویب برنامه و بودجه سال ۱۳۹۶ – انتخاب بازرس – تصویب پیشنهادهای هیئت مدیره برای تعیین حق عضویت، ورودیه و سایر دریافتی ها و پرداخت های ارکان سازمان طبق دستورالعمل های مصوب – تعیین روزنامه کثیر الانشار – بررسی ضرورت تشکیل مجمع عمومی فوق العاده – بررسی سایر امور

هیئت مدیره ساز مان نظام مهندسی معدن استان خراسان جنوبی

یک شرکت بیمه ای معتبر در نظر دارد: برخی از امور محوله خود را به یک نماینده در شهرستان سربان واکذار نماید. در صورت تمایل با شماره های ذیل تماس حاصل فرمایید.

۳-۳۲۴۲۲۶۱۲
۰۹۱۰۵۶۱۴۱۷۱

شرکت پرداخت الکترونیک سامان جهت تکمیل کادر شعبه خود در استان خراسان جنوبی برای تصدی سمت سرپرست شعبه از واجدین شرایط به شرح ذیل دعوت به همکاری می کند:

ردیف	عنوان شغلی	جنسیت	شرایط احراز	محل کار
۱	سرپرست شعبه	آقا	کارشناسی / کارشناسی ارشد مدیریت کامپیوتر، صنایع، تجارت الکترونیک و سایر رشته های مرتبط حداقل ۳ سال سابقه کار مرتبط و سابقه مدیریت و سرپرستی، ترجیحا آشنا با صنعت پرداخت الکترونیک	بیرجند

علاقه مندان می توانند جهت تکمیل فرم همکاری به نشانی www.sep.ir مراجعه نمایند.

آگهی فراخوان – نوبت اول معاملات متوسط

شهرداری بیرجند در نظر دارد: عملیات نصب، سرویس، تعمیر کامل و نگهداری چراغ های راهنمایی چشمک زن، فرماندهی، سولار و متعلقات آنها را در سطح شهر بیرجند بر اساس شرایط و اسناد فراخوان به مدت یک سال به بخش خصوصی واگذار نماید. لذا از کلیه متقاضیان حقوقی که توانایی انجام کار را دارا می باشند و گواهی صلاحیت معتبر از سازمان مدیریت و برنامه ریزی کشور در رشته برق و یا گواهی معتبر از مراجع ذیصلاح را اخذ نموده اند، دعوت به عمل آید در فراخوان مذکور شرکت نمایند.

محل دریافت اسناد: متقاضیان می بایست جهت دریافت اسناد فراخوان به سایت www.ets.birjand.ir مراجعه نمایند.

مهلت و محل تحویل اسناد: متقاضیان می بایست پیشنهادات خود را حداکثر تا پایان وقت اداری (ساعت ۱۴:۳۰) مورخ ۹۶/۰۲/۲۳ به آدرس خراسان جنوبی، میدان ابوذر، شهرداری مرکزی، دبیرخانه محرمانه اداره حراست تحویل نمایند.

تضمین شرکت در فراخوان: ارائه مبلغ ۵۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال به عنوان سپرده شرکت در فراخوان به صورت ضمانت نامه بانکی طبق فرم های قابل قبول در وجه شهرداری بیرجند با اعتبار حداقل سه ماهه و قابل تمدید و یا چک تضمینی بانکی و یا وجه واریزی به حساب ۱۰۰۶۱۰ بانک شهر شعبه مدرس بیرجند به نام شهرداری بیرجند به همراه اسناد فراخوان الزامی می باشد.

شهرداری مختار خواهد بود تا سقف ۲۵% مبلغ معامله را پیش پرداخت نماید.

جلسه کمیسیون معاملات شهرداری راس ساعت ۱۰ مورخ ۹۶/۰۲/۲۴ در سالن جلسات شهرداری بیرجند به آدرس بیرجند، میدان ابوذر برگزار می گردد.

پرداخت هزینه های درج آگهی به عهده برنده فراخوان خواهد بود.

در صورت نیاز به کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۰۵۶۳۲۲۲۲۲۰۰۳ تماس حاصل فرمایند.

دکتر عباسعلی مدیح – شهردار بیرجند

ادامه ورزش باد نسبتا شدید در خراسان جنوبی

صدا وسیمــا- کارشناس هواشناسی گفت: ورزش باد نسبتا شدید با سرعت ۱۰ تا ۱۵ متر برثانیه همراه با گرد و خاک پیش بینی می شود که کاهش دیدی افقی بویژه برای طیس و نواحی شرقی استان رخ خواهد داد.نخمی با بیان اینکه برای نواحی غربی استان همچون شهرستانهای طیس، بشرویه، سربایان و فردوس افزایش ابر و احتمال رگبار خفیف دور از انتظار نیست افزود: تغییرات دمای نیز همچنان روند کاهشی دارد و به تدریج از امروز افزایش نسبی دما آغاز خواهد شد.

مالایی – مفهوم شورا در قران کریم عبارت است ازآگاهی یافتن از نظرات گوناگون برای رسیدن به بهترین رای و نظر و این عمل حکم واجب را دارد.دلیل این وجوب یکی سیاق آیات و دیگری ضرورت موصوف بودن مومنان به آن است.قانون اساسی کشور که توسط جمعی ازحقوقدانان و فقهای برجسته بر اساس شرع مقدس اسلام نوشته و تدوین شده است اصول و ارکان نظام جمهوری اسلامی ایران را ترسیم نموده و در فصل هفتم خود به شوراها پرداخته است. در اصل یکصدم قانون اساسی آمده است که شوراها برای پیشبرد سریع برنامه های اجتماعی،اقتصادی،عمرانی،بهداشتی، فرهنگی آموزشی و سایر امور رفاهی از طریق همکاری مردم با توجه به مقتضیات محلی اداره امور هر روستا،بخش،شهر،شهرستان یا استان با نظارت، شورایی به نام شورای ده،بخش،شهر،شهرستان یا استان صورت می گیرد که اعضای آن را مردم همان محل انتخاب می کنند.

متخصصان و افرادکارآمدبرای خدمت به مردم به شورا وارد شوند
نقش شوراهای اسلامی در اداره جامعه بر شهروندان پوشیده نیست و ورود اهل فضل و دانش و متخصص و کارآمد در شوراهای اسلامی شهرو روستا برای خدمت به مردم اهمیت فراوان

دارد بنابراین کسانی که می خواهند وارد شوراهای اسلامی شوند علاوه بر داشتن شرایط عضویت در شوراها باید به قوانین و مقررات اداره شهر و روستا آشنا بوده و بتوانند وظایف خود را به درستی انجام دهند.به همین منظور روزنامه آوای خراسان جنوبی در راستای رسالت خود و به بهانه ۹۸رديبهشت روز شوراها و در آستانه انتخابات شوراهای شهر و روستا برای اینکه درخواست های مردم را به گوش مسئولان و کاندیدهای جدید شوراها برسانیم با یک تیم خبری به سطح شهر رقتیم.با یک فروشنده لوازم التحریر درباره خواسته هایش از کاندیدهای شورا شهر پرسیدیم که پاسخ داد:مشکلات اقتصادی زیاد است و به این موضوعات (شورا)اهمیتی نمی دهم وی ادامه دادازوظایف شوراهاهم چیزی نمی دانم فقط می دانم باید شهردار را تعیین کند.

شورای کنونی سیاسی و جناحی است
کاسب دیگری هم درپاسخ به این سئوالات شورای کنونی را سیاسی و باندی –جناحی دانست و افزود: بی اطلاعی از قوانین مشکل بزرگ جامعه ما است که هر شهروند حق شهروندی خود را نمی داند و برخی از مسئولان از این موضوع سوء استفاده می کنند. وی با اشاره به اینکه دعواهایی که در شورای شهر است همه مردم را عصبانی کرده بیان کرد: اعضا شورا باید برای مردم کار کنند نه برای شورا و منافع شهرداری ...

عضو شورا باید معمار باشد

حسنی زاده شهروند دیگری که مهندس عمران است هم بیان کرد: عضو شورا باید معمار باشد تا بداند طرح تفصیلی شهر و شهرسازی یعنی چه؟! وی با بیان اینکه شهر بیرجند از دوره های قبل تاکنون هیچ تغییری نکرده است می افزایش:چند سال شده می خواهند خیابان مدرس و طالقانی را تعریض کنند اما معلوم نیست چرا این کار عملیاتی نشده است ؟!

اموال منقول وغیر منقول اعضا

قبل وبعد از دوره بررسی شود

((امینی)) جوانی با سابقه ۱۰سال کار حسابداری و مدرک کارشناسی ارشد این رشته گفت: متأسفانه برخی افراد شورا را سکوی پرتاب خود برای کسب مقام وجایگاه استفاده می کنند و این به ضرر مردم شهر است،وی تأکید کرد: اگر کاندیدها می خواهند صداقت و شفافیت داشته باشند اکنون با هماهنگی دستگاه های نظارتی اموال منقول و غیر منقول خود(وبستگان درجه ۱) خود را معرفی کنند تا مردم بدانند آیا در چهار سالی که عضو شورا می شوند برای مردم کار می کنند یا برای خود!

تراکم خواری !

قاضی زاده یکی دیگر از شهروندان است که از باریک بودن خیابان های محله های تازه

در خواست های مردم به روایت آوا به بهانه روز شوراها

شورا گزارش دهد

ساز بیرجند گلایه و انتقاد دارد،وی با اشاره به اینکه عضو شورا باید به فکر ۵۰هسال دیگر باشد افزود: در خیابان های امیرکبیر ، پونه و نارنج ارتفاع ساختمان ها زیاد اما عرض کوچه کم است که به این می گویند تراکم خواری! مسئولان نظارتی فکری برای خیابان های بی روح شهر بکنند.

عضو شورا برای اقتصاد شهر برنامه ریزی کند نه اقتصاد خودش
حاجی زاده یکی دیگر از جوانان است که مدرک ارشد مدیریت بازرگانی دارد او معتقد است کاندیداهایی صلاحیت عضویت در شورا دارند که خواسته های مردم را نسبت به وضع موجود بسنجند،وی با بیان اینکه عضو شورا باید باید به همه مسائل شهر اعم از : فرهنگی ، هنری ، اقتصادی و اجتماعی رسیدگی کند و تمامی دستگاه های اجرایی را درگیر رفع مشکل مردم کند. ادامه داد : شورا محل بحث های کارشناسی شده است نه دعواهای افراد به خاطر مسائل اعضای شورا،برای اقتصاد شهر باید برنامه ریزی داشت نه اقتصاد خودلوی با اشاره به یکی از استان های همجوار افزود: اجاره تابلو ها و بیلورها مهم ترین درآمد پایدار شهری است اکنون در شهر ما به چه اندازه از آن استفاده می کنند؟آیا درآمدهم دارند!

تراکم خواری !

خود شهروندان مقصرند

فاطمی فرهنگی وساکن شهر بیرجند هم معتقد است مردم باید در انتخابات شورا هم حضور حداکتری داشته باشند ، پونه و نارنج ارتفاع ساختمان ها زیاد اما عرض کوچه کم است که به این می گویند تراکم خواری! مسئولان نظارتی فکری برای خیابان های بی روح شهر بکنند.
بیرجند بزرگترین ضربه را ازسیاست زدگی و مشارکت اندک مردم در انتخابات شورا ها خورده چون این وسط افرادی با سرمایه گذاری باندى با حداقل رای بالا می روند و از رانتهاى مختلف بعد از انتخاب استفاده می کنند ومى بینیم افرادی که هیچ تخصصی در این حوزه ندارند سالها در این شورا جا خوش می کنند معمولا هم در طول دوره پاسخگوی هیچی نیستند و جالب ان که در دوره بعد خود را به آب و آتش می زنند تا دوباره به شورا وارد شوند،این شهروند ادامه داد در همه جای دنیا مرسوم است هر نهادی بعداز هر دوره بیلان کار بدهد شورا هم گزارش بدهد طی نه یک دوره که در ۳دوره اخیر کدام مشکل اساسی شهر را حل کرده است؟ اصلا در روزنامه ها منظره کنند.

بعد از ۴ سال مردم اعضای شورا را نمی شناسند !
از ۳۰۰فردای که به سراغ انها در این گزارش رقتیم اکثر آنها اعضای شورای شهر کنونی را نمی شناختند و



شنبه ۹ اردیبهشت ۱۳۹۶
شماره ۳۷۶۹

پیام شما

تلفن: ۳۲۲۳۴۵۸۲ – نمابر: ۳۲۲۳۴۵۸۳

سامانه پیام کوتاه: ۳۰۰۰۲۷۲۴۴۴

سلام آوا لطفا با تنویر افکار عمومی ، مردم را در انتخاب بهتر در شورای شهر کمک کن واقعیت این است که الان ملاک شهرت است و نه کارآمدی که این باید عوض شود . مناظراتی که در انتخابات مجلس قبلی چاپ می کردی خیلی عالی بود و امکان مقایسه وجود داشت لطفا امسال هم حتما ادامه بده تا پشت سر پوسترها و برنهای تبلیغاتی حداقل مردم این امکان را داشته باشند برنامه های کاندیداها را هم بدانند

۹۱۳ ... ۹۱۵

چرا یکی بدون گزینش و آزمونی استخدام میشه بخاطر جایبازی پدر از پدر پدر پسر را چه حاصل تاکی بخاطر این افکار و پارٹی بازی جوانان لایق و زحمت کش بیکار گوشه خونه باشند

۹۰۵... ۹۱۵

با سلام لطفا چاپ کتین شایکیدی پیدا بشه جواب بده واقعا جای تأسف داره دانشکده سپیده دختران بیرجند ازسال ۸۹ میخوان کارشناسی بعضی از رشته ها رو بیارن و هر سال به بهانه واهی اینکار به تعویق افتاده مسوولین دانشگاه که اصلا دیده نمیشه لطفا پیگیری کتین خیلی ازخانواده ها توان پرداخت شهریه دانشگاه آزاد رو ندارند و یا فرستادن به شهر دیگری برای ادامه تحصیل لطفا جواب بدن مسئولان مربوطه

۹۱۵...۹۱۵

سلام آوا چون انتخابات رسید ما اهالی خیابان اردیبهشت ۱۸ انتهای آن هنوز ما را گاز ندادن سطل آشغال نداریم و خیلی چیزای دگه حالا با چه دلی بریم پای صندوق های رای دوساله خیلی تلاش کردیم چون ما چند خانوار مستضعف هستیم جواب ما را کسی نمی ده

۲۵۹... ۹۱۵

پیرو فرمایش آقای خوش خیالی که دم از بلوغ سیاسی زده بود عرض کنم هرگلی که رئیس جمهوریای قبلی به سرملت زدند بقیه آقایان خواهند زد احتمالا ایشان حقوق چند ملیونی میگرن و از جامعه کنونی بی اطلاعند

۷۱۴... ۹۱۵

شهرداری خسته نباشین اطراف بلوار پیامبراعظم از فلکه آخرغرافی بسمت فلکه آوینی منظره خوبی نداره گلهای خرزهره خشک شده لطفا ساقه های خشک شده رو ببرین که از نو جوانه بزنه شاید به فراموشی سپرده شده یا مسئول مربوطه از اونجا رد نشده خیلی زشته یک ماه از سال گذشته

۴۳۲... ۹۳۹

سلام مطلبی خواندم از یکی از کشورهای شرقی که قبل و بعد از دادن مسئولیت به افراد آنها را وزن می کنندو میزان دارایی های آنها نیز چک می کنند و وای به حال مسئولی که لغزشی داشته باشد حالا تصور کنید این قانون در شهر کوچک ما اعمال میشد واقعا چه نتیجه ای داشت؟؟؟جواب اینه که از دم خروسها معلوم هستش !!!!

۲۶۷... ۹۱۵

باز جای شکر دارد که دلسوزان به نظام لاقال این چند روز انتخابات می فهمند که فقر و بیکاری و معیشت مردم سر به تقیان زده اگر می دانستید چرا دست به دست هم نمی دهید تا میهن آباد شود.

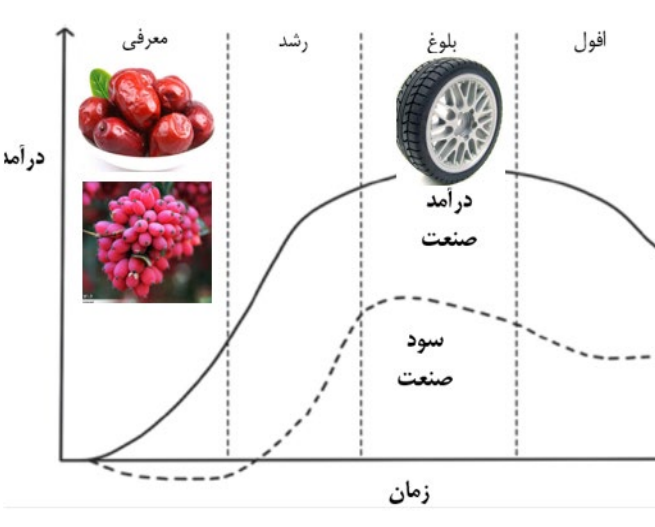
۳۹۶... ۹۱۵

پاسخ مسئولان به پیام شما

جوابیه فرماندهی انتظامی استان

احتراما عطف به مطلب مندرج در ستون پیام شما مورخ ۹۶/۲/۳ یکی از وظایف پلیس راهنامایی و راندنگی در شهر ما کنترل عبور و مرور و برخورد با تخلفات راندنگی می باشد به همین جهت منظور کارکنان پلیس راهنامایی و راندنگی برابر برنامه ریزی های انجام شده در نقاط از قبل تعیین شده مستقر می شوند و نسبت به انجام وظایف محوله اقدام می نمایند

می کرد ۱.۲۴ پوند در کیلو بود و این در حالی است که وقتی این محصول به کارخانه هایی در بریتانیا می رسید، وقتی با فراوری تبدیل به



فرص و کپسول و ... می شد ۲۴۶ و ۶۵۵ پوند در کیلو ارزش ایجاد می کند و فراوری های

کشاورز، چین و خشک کردن،فروش به دلال، فروش به واسطه هایی که در کار صادرات هستند، خرید توسط واردکنندگان از بریتانیا

به گفته وی، محصولات راهبردی خراسان جنوبی در مرحله معرفی قرار دارد. هنوز زنجیره ارزش آن به معنای واقعی در استان طراحی نگردید است، صنایع تبدیلی آن شکل نگرفته است و این در حالی است که همین عتاب در چین تبدیل به بیش از ۵۰ محصول خوراکی و دارویی شده و ارزش افزوده فراوانی نسبت به عتاب خام ایجاد می کند. در صورتی که زنجیره ارزش عتاب و محصولات راهبردی دیگر آن را در استان تعریف کنیم و به سمت ایجاد صنایع تبدیلی و فراوری مناسب و برندینگ آنها برویم، می توانیم عتاب استان به محصولی واقعا استراتژیک تبدیل کنیم که می تواند بسیاری بیشتر از تابر ارزش افزوده اقتصادی ایجاد کند.دکتر هداوندی توضیح داد به عنوان نمونه می توانم به تحقیقی که در هند در مورد زنجیره ارزش زردچوبه انجام شده بود اشاره نمایم. ارزش ایجاد شده در این زنجیره که کشت محصول توسط

و فراوری آن در بریتانیا بود تحلیل شده بود. ارزشی که زردچوبه تا مرحله فروش به دلال پیدا

زرشک و زعفران استان چه کرده ایم؟ افتخار می کنیم که خراسان جنوبی ۹۷ درصد عتاب کشور را تولید می کند، همه زرشک کشور و مرغوبترین زعفران را تولید می کند ولی این محصولات اکنون چه میزان ارزش افزوده اقتصادی برای استان دارند؟ وقتی با کشاورز زحمت کش که با مشقت محصول عتاب خود را تولید می کند صحبت می کنیم اشاره می کند به اینکه قدرت چانه زنی نداریم و مجبوریم عتاب خود را با نازلترین قیمت به دلال بفروشیم . عا سود اصلی نصیب کشاورز و استان نمی شود یا صنعت تبدیلی خاصی در استان وجود ندارد؛ عضو هیات علمی دانشگاه صنعتی بیرجند افزود به نظر من صنعت تابر در ایران و جهان در مرحله بلوغ در متحنی چرخه عمر محصول است، به نظر می رسد فرصت های عمده سودآوری خود را پشت سر گذاشته است و اگر سرمایه گذاریهای زیادی روی توسعه آن داشته باشیم نمی توانیم انتظار داشته باشیم ارزش افزوده های بسیاری نصیب استان شود.

دادرس مقدم– عضو هیات علمی گروه مهندسی صنایع دانشگاه صنعتی بیرجند در گفتگوی اختصاصی با روزنامه آوای خراسان جنوبی بر تلاش مضاعف برای معرفی و استفاده از ارزش افزوده محصولات راهبردی استان تأکید کرد.دکتر اسماعیل هداوندی افزود در کنفرانس ملی فرصت های سرمایه گذاری چندی پیش در دانشگاه صنعتی بیرجند مدیر یکی از مجتمع های تولید تابر کشور که به حق سهم زیادی در توسعه استان داشته اند سخنی گفت با این مضمون که کل گردش مالی در بخش محصولات کشاورزی مهم استان (زرشک، زعفران و عتاب) در حدود ۳۵۰ میلیارد تومان است و کارخانه تولید تابر فوق در استان به همین اندازه و بیشتر گردش مالی داشته و بنابراین این کارخانه بسیار مهمتر از محصولات راهبردی استان می باشد،وی بیان کرد البته که کارخانه فوق و مدیر محترمش جزو افتخارات صنعتی کشور می باشند، اما به نظر من این تحلیل نادرست است. باید پرسید ما برای عتاب،

این شماره حتماً ذخیره شود!

۰۹۳۶۱۷۷۹۳۵۹

امداد باطری سپهر

عیب یابی، تست استارت، دینام، باطری، تحویل رایگان در هر نقطه از شهر کامیون و سواری ایرانی و خارجی

نیش ۱۷ شهریور ۲۹
تلفن: ۰۴۲۳ ۳۲۲۲۰۴

فقد و قسطن

فقد و قسطن

تحويل فوری

ظرفیت محدود

بدون ضامن

مرحله دوم فروش اقساطی

محصولات ایران خودرو در نمایندگی

آدرس: **بلوار مسافر / بالاتر از ترمینال**

میدان قائم سایت کارگاهی تلفن: **۰۵۶-۳۱۴۰۰**

فروشی ویژه اقساطی

هایما توربو شارژ

۳۱۱۰۴

بدون هرگونه چروک

تلفن: ۰۷-۵۶ ۵۵ ۳۲۲۵

قالیشویی و مبل شویی ترنج

کاور شده

کاور شده

قالیشویی و مبل شویی ترنج

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

اولین دارنده دستگاه آبگیر لوله ای بدون درب در استان

قالیشویی یاتریس

صاف صاف تخت تخت بدون چین و چروک

پیشرو در صنعت قالیشوئی استان

۳-۱-۰۰۰ ۴۴ ۳۲

درجه یک / کاور شده

زخمی که آسیب های جامعه را مضاعف می کند

✽ اکرم کیانی



باخروج از منزل و ورود به خیابان های شهر شاهد متکدیان از هرجنس وگروهی هستیم که مارا برسر دوراهی کمک کردن یا بی اعتنا بودن به آنها قرار می دهند. اشخاصی که با تظاهر به ازکارافتادگی شان جملات تکراری را که بیشتر آنها آمیخته به دروغ است، برزبان می آورند و با نهایت خوری و ذلت، فقر و بیچارگی شان را به رخ دیگران می کشانند تا از محبت و مهرشهروندان نهایت استفاده را ببرند و بدون زحمت کسب درآمد کنند.

درترددهای روزمره درمعابر، پل های غایر پیاده، سرچهارراه ها، کنار خیابانها، داخل اتوبوس وهرمکان عمومی دیگری که باشیم،این افراد را نظاره می کنیم. توزیع افراد در مشاغل مختلف از جمله ضرورت های جامعه است؛ اما نه هر شغلی که به اجتماع وشهروندان آسیب وارد کند.

برخی حرفه ها آسیب ها و معضلات را در جامعه مضاعف می کنند، که نمونه بارزان همین تکدی گری درشهرها و به خصوص معابر عمومی است.

متکدیانی که با گدایی کردن روزگار می گذرانند، بدون اینکه کاری انجام دهند یا زحمتی به خود بدهند، تنها درتلاش اند با سوء استفاده ازمهر و عواطف شهروندان این منفعت را کسب کنند، شاید برخی هم واقعا نیازمند باشند، لکن شناخت نیازمند واقعی برای بسیاری از اشخاص جامعه که قصد کمک به آنها را دارند، خود معمایی می شود.

متکدیان با شیوه های بسیار نوین واحساسات برانگیز امرار معاش می کنند و ازعواطف اشخاص بهترین استفاده را می کنند، پدیده ناشایست و مخربی که با انواع مدتها درسطح جوامع مختلف همواره وجود داشته و ازآنجاکه دارای ابعاد پیچیده ای می باشد، کنترل و محدود نمودن این معضل روشهای پیچیده مدیریت شهری و روانشناختی اجتماعی را می طلبد. تکدی گری آسیب اجتماعی است که با خود آسیب های دیگری همانند: دزدی، زورگیری را به همراه دارد و علاوه بر اینها حضور چنین افرادی در جامعه، چهره بصری شهر را هم زشت و غیر قابل تحمل می کند.

از گروه نیازمند چه بگذریم چه بسا بسیاری متکدیان نه از روی نیاز بلکه از روی عادت این کار را ادامه می دهند، اما این معضل اجتماعی زمانی نگران کننده است که کودکان به وسیله مدارن شان به عنوان وسیله ای برای جلب توجه همشهریان در می آیند تا درآمد بیشتری را نصیب این اشخاص سودجو و فرصت طلب کنند.

تکدی گری با ساخت های اجتماعی، اقتصادی هر جامعه در ارتباط است، بدون تردید این پدیده از زشت ترین وقایع اجتماعی است که دیدن صحنه هایش روح هر شهروندی را زخمی می کند. درد پنهانی در اجتماع که فقر و بیکاری، مهاجرت، فرار از منزل، طلاق والدین، سود دهی بدون زحمت و سرمایه، بهره کشی از کودکان بی پناه و هزار راز نهفته دیگر از علل عمده بروز این پدیده رشت در جامعه است. بدون تردید پدیده تکدی گری در اکثر شهرهای جهان وجود داشته و به عنوان یک معضل اجتماعی که هم خود مصداق آسیب اجتماعی بوده و هم زمینه از گسترش و شیوع آسیبها است در جوامع امروزی مطرح است، اما فقر و بیکاری، مهاجرت از روستاها، فرار از منزل، طلاق والدین، سود دهی بدون زحمت و سرمایه، مشکلات جسمی و روحی از علل عمده تکدی گری محسوب می شوند.

واقعیت نهفته دیگر اینکه در کنار این معضل یکی از آسیبهای اجتماعی که ارتباط تنگاتنگی با موضوع تکدی گری دارد شیوع اعتیاد در میان متکدیان است که کودکان کار و خیابان نیز از گزند آن در امان نیستند و باید توجه داشت که ریشه تکدی گری تنها در عوامل اقتصادی خلاصه نمی شود بلکه عوامل فرهنگی و اجتماعی بسیاری در این امر دخیل هستند. علاوه بر همه این مسایل حقیقت انکار ناپذیر اینکه فعالیت متکدیان و فروشندگان مواد مخدر در سطح کلان شهرها و پول آماده ای که تکدی گری در اختیار کودکان متکدی قرار می دهد و نیز نا آگاهی از تبعات اعتیاد، بسیاری از این افراد را در معرض ابتلا به اعتیاد و مصرف کننده دایمی مواد مخدر قرار می دهد.

خبرها از گوشه و کنار

دریافت خلاقی خودرو و به صورت اینترنتی و بدون هزینه

اطلاع از خلاقی خودرو از ۲ راه ممکن است:

۱. مراجعه حضوری به دفتر سایت ۱۰+ (پرداخت هزینه)،
۲. ارسال پیامک (پرداخت هزینه)،
۳. مراجعه به سایت پلیس راهور (رایگان).
که برای مورد سوم، در ابتدا به این سایت www.rahvar120.ir مراجعه، سپس در انتهای صفحه اصلی سایت، آیتم استخدام خلاقی خودرو را کلیک و شماره بارکد را رمقی پشت کارت خودرو خود را در کادر مخصوص وارد نمایید.
ایران جیب



استعداد سوزی با چاشنی بی توجهی

عکس از: حسینی- Ava.news13@gmail.com



می گوید: می توانم سفارش تو را به مدیر کل اداره ورزش و جوانان بکنم. معمار می افزایشد زمانی که از این مسئول درخواست کردم به دلیل ارتباطات و موقعیتی که دارم با وزیر ورزش و جوانان گفتگو کند که پاسخ داد: ”می توان این کار را کرد شاید وزیر از ما ناراحت شوند!“

قول ۹۹ درصدی دادند اما باز هم خبر نکردند

رکورددار جوان بیرجندی از ادامه پیگیری های خود می گوید: مسئول روابط عمومی اداره کل ورزش و جوانان کار پیگیری درخواست من را به عهده گرفت و حتی اعلام کرد نیازی نیست پولی بدهید خودمان کار را درست می کنیم. معمار اضافه می کند: قرار شد در دهه فجر برنامه ای در قالب مسابقات همگانی برگزار شود و من نیز در همان برنامه رکورد خود را بزنم تا

رکورد را بی سر و صدا ثبت نکنیم

معمار ادامه می دهد: رضایی رئیس فدراسیون ثبت رکوردهای کل کشور به اداره ورزش و جوانان استان پیشنهاد داد تا در همایشی که به مناسبت عید برای ثبت رکوردهای ورزشکاران تهرانی قرار بود برگزار شود شرکت کنم. و یا از ۴ طرف دوربین نصب کرده و فیلم ضبط شده از اجرای رکورد را به تهران ارسال کنند. پیشنهاد دیگر وی، دعوت از رئیس فدراسیون کشوری برای شرکت در مراسمی در استان بود تا ناظر بر رکورد زدن من باشد. به گفته وی، اداره ورزش و جوانان استان پیشنهاد دوم را به دلیل این که معتقد بود این طوری، رکورد بی سر و صدا ثبت می شود، رد کرد. می خواستند یا با هزینه اداره من را به برج میلاد بفرستند و یا رئیس فدراسیون را به استان دعوت کنند که باز هم هیچ کدام از این کارها انجام نشد! ورزشکار جوان استان ادامه می دهد: ۱۶ فروردین برای اعتراض به اداره ورزش رفتم که گفتند هروقت درست شد خبر می دهیم، و از آن موقع رفته اند تا به من خبر دهند!

دیگر نمی توانم رکورد بزنم ...

معمار با تاسف می گوید: الان زانوهایم به شدت آسیب دیده است، من بدون مصرف ذره ای مکمل این رکورد را زدم، رکوردی که دیگر هرگز برای من تکرار نمی شود ... و با بیان این که این اداره اولین بار نیست که ورزشکاران را برای ثبت رکورد معطل می کند می افزایشد: یکی دیگر از ورزشکاران، با ۱۰ نفر از شاگردانش قصد داشتند رکورد ۵ هزار میل باستانی به صورت تیمی را ثبت کنند که کار ایشان را نیز انجام ندادند و در مرحله ثبت کشوری باقی ماند. معمار در پایان می گوید: از من که دیگر گذشت ولی کاری کنید که این اتفاق برای سایر ورزشکاران با استعداد استان هیچوقت رخ ندهد.

توزیع کارت آزمون دستیاری در هفته جاری

ایسنا- رئیس مرکز سنجش و آموزش پزشکی از توزیع کارت ورود به جلسه آزمون دستیاری پزشکی در روز دوشنبه ۱۱ اردیبهشت خبرداد و گفت: این آزمون ۱۴ اردیبهشت ماه جاری برگزار می شود. دکتر محمد حسین پورکاظمی افزود: این آزمون با شرکت بالغ بر ۱۴ هزار داوطلب روز پنج شنبه هفته آینده برگزار خواهد شد. وی با اشاره به اینکه داوطلبان آزمون دستیاری پزشکی در ۲۷ رشته تخصص پزشکی در این آزمون شرکت می کنند گفت: افرادی که در این آزمون بالای ۱۵۰ نمره کسب کنند مجاز به انتخاب رشته می شوند.

خواندنی ها

صاحبان پلاک های مسروقه بخوانند



جام نیوز- آنچه که مانند سرقت اتومبیل بسیار اتفاق می افتد، سرقت پلاک ماشین است. به عبارتی دیگر عده ای از سارقین فقط پلاک های اتومبیل را سرقت می کنند و با تمویض این پلاک ها اقدام به انجام اعمال خلاف خود می کنند. این در حالی است که سرقت پلاک برای سارقان بسیار مقرون به صرفه تر و کم خطرتر از سرقت خود ماشین خواهد بود. چه اینکه در صورت دستگیری مجازات سرقت اتومبیل مشمول آنها نخواهد شد، زیرا این افراد معمولاً با اتومبیل های غیر مسروقه ولی با پلاک سرقتی متعلق به دیگری اعمال خلاف قانون خود را انجام می دهند.

این اتفاق در حالی می افتد که ممکن است مالکین اتومبیل ها بنا به دلایلی این اتفاق را گزارش نمی دهند، که این امر خود زمینه ساز وقوع بسیاری جرایم دیگر می باشد. از همین روی و به منظور جلوگیری و پیشگیری از وقوع جرایم، قانونگذار مجازات هایی را برای صاحبان پلاک های مسروقه در صورت عدم اطلاع و گزارش به نیروی انتظامی درنظر گرفته است. مطابق ماده ۷۲۲ از کتاب پنجم قانون مجازات اسلامی باید بیان داشت: چنانچه وسیله موتوروی یا پلاک آن سرقت یا مفقود شود، شخصی که وسیله را در اختیار یا تصرف او بوده است ام از آنکه مالک بوده یا نبوده پس از اطلاع مکلف است بلافاصله مراتب را به نزدیکترین مرکز نیروی انتظامی اعلام کند، متخلف از این ماده به جزای نقدی یا پانصد هزار تا یک میلیون ریال محکوم خواهد شد. در خصوص این ماده نکاتی را به اختصار بیان می نمایم:

۱. تکلیف مقرر مبنی بر اعلام سرقت، علاوه بر مالک بر عهده دارنده وسیله نقلیه نیز خواهد بود. چه اینکه در بسیاری موارد سند به نام دیگری است، اما اتومبیل دست شخص دیگری می باشد. به طور مثال صاحب ماشین اتومبیل خود را به شخصی می دهد تا وی روی آن کار نماید و ماهانه مبلغی را به مالک اصلی اتومبیل بپردازد. بنابراین در صورت سرقت اتومبیل یا پلاک آن چنین دارنده ای نیز همانند مالک اتومبیل مکلف به اعلام این امر به نیروی انتظامی خواهد بود.

۲. تکلیف مقرر مبنی بر اعلام سرقت، علاوه بر سرقت اتومبیل شامل سرقت پلاک اتومبیل نیز خواهد بود. بنابراین چنانچه به جای سرقت ماشین، پلاک آن به سرقت رود باز هم دارنده وسیله نقلیه یا مالک آن مکلف به اعلام این موضوع به مراجع قانونی می باشند.

۳. مجازات جزای نقدی مقرر در ماده فوق، مانع از مطالبه خسارت و تحقق مسئولیت مدنی مالک یا دارنده وسیله نقلیه در صورت عدم اطلاع سرقت ماشین یا پلاک وسیله نقلیه نخواهد بود. بنابراین چنانچه در اثر سرقت اتومبیل مالک یا دارنده وسیله نقلیه این موضوع را اعلام ننماید و در اثر این کوتاهی، سارقی مدت ها به اعمال خلاف قانون خود با پلاک یا ماشین مسروقه بپردازد، و از این رهگذر خساراتی را به بار آورد، مالک یا دارنده علاوه بر مسئولیت کیفری، ممکن است مسئولیت به جبران خسارات وارده بر اشخاص را نیز داشته باشند، ولو آنکه قانونگذار بدان اشاره ای ننموده باشد.

بالن هایی که برخورد شهاب سنگ را پیش بینی می کنند



ایسنا- محققان موفق به توسعه بالن هایی یشرفته ای شدند که می توانند ما را از برخورد احتمالی شهاب سنگ ها آگاه سازند. محققان این سیستم رادیکالی را برای گوش دادن به جو زمین در جهت یافتن نشانه هایی از آزمایش های موشکی، فوران های آتشفشانی و حتی گسیختگی های زلزله به کار گرفتند. سیگال های مادون صوت صداهایی با فرکانس پایین هستند که توسط انسان ها شنیده نمی شوند. این صداهای حتی با حرکت در مسیرهای طولانی باز هم نیروی خود را حفظ کرده و قوی باقی می مانند. از این سیگال ها می توان برای تعیین اندازه و محل حوادثی مانند انفجار هسته ای، برخورد شهاب سنگ و فوران های آتشفشانی استفاده کرد. بنابراین محققان در این پژوهش جدید دریافته اند که می توان با به کارگیری این حسگرها در مکان هایی ساکت از آن ها بهره برد.



سوره طه، آیه ۲۲

دنيا همانند بازاری است که عده ای در آن برای آخرت سود می برند و عده ای دیگر ضرر و خسارت متحمل می شوند. (امام هادی (ع))

روزی که برف شدیدی آمده بود و پدر برای اینکه راهی برای دردم مادر باز کند ساعت ها در برف ماندند و به شدت مریض شدند وقتی از مدرسه برگشتیم دیدیم پدرمان روی تخت خواب هستند و چنان می لرزند که نمیتوانم به پا می آید و می خورد پدرم برف نوبه نداشتند و در تب هریزان می گویند وقتی گوش دادم می گفتند آیا می دانست که آقای معزاسلطنه به چه چانه کوچکی از لرم میمکت غریب آن همه وسط جنگ جهانی اول در گرسنگی بوده؟ همیشه سوال باعث شد که کنجکاو شوم این جمله که پدر همیشه موقع تب و بیماری می گوید یعنی چه؟ بالاخره شبی فرصت را مناسب یافتم و او را در پسریدم این جمله که همیشه وقتی بیماری می گویید به چه معناست، پدر هم که نمی خواستند ما را ناراحت کنند و شخصیت بزرگ بزرگ یعنی پدرم نزد ما خراب شود از بیان داستان کودکیاش صرف نظر می کردند تا اینکه شبی خاری در دست من فرو رفت و پدرم با محبت تمام آن را در آورند و گفتند از فردا شب بعد از انجام تکالیف ، داستان کودکی او را برایت تعریف می کنم. من بی صبرانه منتظر بودم تا پدر بگوید قصه کودکی شان را تعریف کنند من آهسته تر پدر را مردی والا، قوی، سخت نفس ، خدمت گزار و بزرگ دیده بودم که بعد از ساعت ۱۵ نصف شب با نوبت نشستن خاطرات ایشان را می پراختم تا میادید که ایشان را راندا کنند

خلاصه نویسی کتاب استاد عشق (زندگینامه دکتر محمود حسابی) به قلم ایرج حسابی

یک لحظه مکث کن

A man in a white shirt is seated at a wooden table, reading a newspaper. He holds a pencil in his mouth. The newspaper's headline is "Priceless Shearer romps to...". On the table, there is a cup of coffee, a glass of milk, and a small jar of jam. The background is softly blurred, showing a vase with flowers and other items on the table.

چگونه مغز را برای توقف نگرانی تمرین دهیم؟

احساس کند، ذهن نیز این گونه تفسیر می کند که باید کمتر نگران باشد زیرا بدن در حالت ناراحتگی افزایش یافته قرار ندارد. ورزش می تواند فشار خون را کاهش دهد که یکی از نشانه های جسمانی استرس در بدن است. همچنین، به نظر می رسد ورزش شش دقیقه ای برای ضربان قلب و نرخ تنفس سریع در اختیار بدن قرار می دهد. اگر احساس می کنید نگران هستید، یک پیاده روی پنج تا ۱۰ دقیقه ای می تواند در کاهش آن موثر باشد. از مناظر اطراف خود لذت ببرید، در شرایطی که روی حرکات اندام ها و تنفس خود تمرکز کنید.

آرامش درون رفع نگرانی

ورزش کنید تا بدن و مغز خود را برای جلوگیری از
نگرانی تمرین دهید نگرانی به مغز کمک می کند
چگونگی بقا را از طریق تصمیم گیری برای فعال
کردن سیستم جنگ یا گریز بفرا گیرد. اگر یک حیوان
جشی به ناگاه در برابر شما قرار بگیرد، بلافاصله هجوم
درزاین را در بدن خود احساس خواهید کرد و این
راکش ترس مشابه آن چیزی است که در زمان نگرانی
برای بدن رخ می دهد.

رومانی که بدن نشانه های اضطراب را احساس می کند، انجام ورزش برای شما خوب خواهد بود. اگر بدن نشانه های جسمانی کمتری که با استرس مرتبط هستند را

برای خود تخیل بسازید

برای اینکه یک کاری را کاملاً درست انجام دهید، سعی کنید قوه تخیل خود را به کار بینازید. چشمان خود می بینید و برای لحظه مراحل دقیق آنچه که می خواهید انجام دهید را به ذهن می یابورید. این کار به ۳ یا ۴ بار تکرار در هفته باعث می شود که جسم شما، به طور خودکار شروع به فعالیت کند. حتی این مورد به شما کمک می کند که زمان خوبی را برای به دست آوردن تصویری سریع از آنچه که شما می خواهید انجام دهید، به کار آورید. اگر شما اتفاق بیفتد داشته باشید و شاید گویی آن کار را برای بار دوم است که انجام می دهید دسترس شما کمتر شود.

هنگامی که مغز خود را برای توقف نگرانی تمرین می‌دهید، تکنیک نوشتن یکی از ارزشمندترین گزینه‌ها محسوب می‌شود. هنگامی که موضوع سلامت روان انسان مطرح می‌شود، نگرانی همانند یک عنصر زیان‌آور است. نگرانی را می‌توان به این علت بد در نظر می‌گیرند که ما باین امر توانایی انجام کارهای روزمره خود را از دست می‌دهیم. برخی فکر می‌کنند نگرانی ممکن است به ما در یادگیری از تجربیات گذشته و آماده شدن برای نمونه‌های جدید کمک کند. چه خوب یا بد، نگرانی از طریق تمرکز بر آینده نامشخص کن می‌تواند کنترل آن را نداریم؛ مغز ما را اشغال می‌کند. فساددرگی متورم آن را درآورد، مغز ما را اشغال می‌کند می‌تواند می‌تواند پیشتر از تغییر عصبیه و نگارشی است که بر روی یادآوری آینده است که کنترل بر آنها ندارد. همچنین، درباره نگرانی می‌توان گفت شما تنها فکر می‌کنید که کنترل بر آینده دارید در شرایطی که می‌توانید به واقع اقدام هایی را مد نظر قرار دهید که به آماده شدن برای هر آنچه درباره آن نگران هستید، کمک می‌کند. در ادامه با برخی روش ها که می‌توانید به وضوح در مشا در جلوگیری و توقف نگرانی کمک کنند بیشتر آشنا می‌شویم.

با نوشتن مغز را از نگرانی دور کنید

می‌دهید، تکنیک نوشتن یکی از ارزشمندترین گزینه‌ها

[illegible]

انواع سیم کشی ساختمان و نصب
آیفون های تصویری، کولر و ...
پذیرفته می شود. ۰۹۱۵۰۹۱۱۵۰۶

اتوبار آریا ترابر
اخلاق، انصاف، کار خوب
سر لوحه خدمات ماست
متخصص در حمل بار و اثاثیه
منزل با سابقه در خشان
خاور مسقف بتودار، نیسان، وانت

کارگر و بارچین ماهر
آدرس دفتر: بیرجند- سجاده شهر- نبش غدیر ۴
بامدیریت: جلیل رحیم آبادی
۰۹۱۵۵۶۴۲۹۵۹
۰۹۱۵۹۶۳۴۰۳۸
۳۲۴۱۴۷۰۲

تعمیل درپ منزل راگیاں
امداد باطری منصف
 انصاف پیشہ کار ماست
 اعتماد شما اعتبار ماست
بہ ازای خریدہر باطری
 یک جعبہ کمک های اولیه ہدیہ بگیرید
نقد - اقساط با چک ۳ ماہہ
 ۰۹۰۱۳۷۷۲۶۲۶

فروشگاه خوابجوی

فروش آب شیرین کن های خانگی / (تایوان و ایتالیایی) اقساط (۶ تا ۱۰ ماهه)
 نصب و خدمات و یک سری فیلتر رایگان
 ۲۰ ماه گارانتی(۶ ماه گارانتی تعویض کامل)
 آدرس: خیابان فردوسی - نیش حافظ
 ۰۹۱۵۵۴۳۸۷۶۰ - ۳۳۴۲۱۶۳۳

لوله بازکنی با فنر برقی

کار خوب اتفاقی نیست با تجربه تصمیمی

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



به صورت شبانه روزی
سرویس دهی
به سراسر استان

۱۵ سال سابقه کار در مشهد

۱۰۰ درصد تضمینی

۰۹۱۵۱۱۰۴۰۰۶ - ۰۹۱۵۹۸۹۰۰۶

آدرس: سبز شهر - ولایت - عصر (چغ) ۱۸ - سولای

ایزوگام مصطفی هریوندی
محلای - بین توحید و مدرس ۰۹۱۵۳۶۱۹۲۹۷

عبداللهی: قالیباف آتش در خرمن تزویر و ثروت ۴ درصدی‌ها انداخت

محمد عبداللّٰهی کارشناس مسایل داخلی گفت:
 «قالبیاد در اولین برنامه خود با صحبت‌هایش
 آتش در خرمن تزویر و ثروت و ۴ درصدی‌ها
 انداخت. او نشان داد که در دور جدید با برنامه
 های منسجم، گره گشا و نیاز روز کشور آمده
 است. باید اعتراف کرد یکی از نامزد‌های است
 که در پس حرف هایش ساعت ها و روزها کار
 کارشناسی و دقیق صورت گرفته است.

آخوندی: برخی نامزدها آگاهانه وعده‌های غیر واقعی می‌دهند

وزیر راه و شهرسازی در واکنش به وعده‌های انتخاباتی برخی نامزدها مبنی بر پرداخت ۲۵۰ هزار تومان ماهیانه به افراد بیکار، ایجاد ۱,۵ میلیون شغل در سال یا ۵ میلیون شغل در چهار سال، گفت: برخی آگانه می‌خواهند مردم را گمراه کنند. عباس آخوندی ادامه داد: در واقع نامزدهایی که چنین صحبت‌هایی می‌کنند می‌دانند که دارند وعده‌های غیرواقعی می‌دهند و آگانه می‌خواهند مردم را گمراه کنند.

سعید جلیلی: مشکلات را می‌شود حل کرد، شما نمی‌توانید!

جلیلی گفت: به کسانی که توانایی های ملت را باور ندارند باید گفت «می شود، شما نمی توانید!» غرض مجمع تشخیص مصلحت نظام گفت: در تأسیسات هسته ای بن ریخته و حالا خودشان می گویند آمریکا نه به روح برجام پایبند است و نه به من. آن را عنوان کرد و فصل انتخابات باید به فصل مرور گیتی های غظیم کشور تبدیل شود. تا عده ای با شعار «ما نمی توانیم» نتوانند انفعال و ناتوانی و عجز خود را به ملت تعمیم دهند.

هاشمی: برخی کاندیداهای اصولگرا از ادبیات احمدی نژاد استفاده می کنند

محمد هاشمی رئیس دفتر رئیس فقید مجمع تشخیص مصلحت نظام، با بیان این که کاندیداهای اصولگرا بیشتر از موضع تخریب و سیاه‌نمایی دولت تبلیغات می‌کنند، گفت: اشتراکاتی بین احمدی‌نژاد و کاندیداهای اصولگرای کنونی در نحوه تخریب‌ها و وعده‌ها وجود دارد.

روحانی از ابتدا نگران مناظرات بود

جواد کریمی قدوسی نماینده مجلس اظهار داشت :
آقای روحانی از ابتدای روند بحث انتخابات،
نگران روند اجرای منازرات بود. وی عنوان کرد:
این نگرانی از باب خدشه ای است که نسبت
به عملکرد روحانی در حوزه سیاست خارجی ،
اقتصادی و نصب مدیرانی که در این حوزه، فاجع
زیادی را به وجود آورده اند به چشم می خورد.

قدردانی سردار سلیمانی از وزیر
بهداشت و پاسخ دکتر هاشمی

سردار سلیمانی، فرمانده نیروی قدس سپاه پاسداران در نامه ای به وزیر بهداشت نسبت به تلاش کارکنان آن وزارتخانه برای کمک های پزشکی به رزمندگان جبهه مقاومت قدردانی کرد و وزیر بهداشت نیز در پاسخ، خدمت به کسانی که برای امنیت مردم جانفشانی می کنند را یک افتخار دانست.

بیانیه جبهه مردمی نیروهای انقلاب درباره کاندیداتوری قالیباف و رئیس

جبهه مردمی نیروهای انقلاب (جما) با صدور بیانیه‌ای تاکید کرد: قالیباف و رئیسی یک هدف مشترک دارند و هر دو نامزد اصلی جبهه مردمی هستند. این جبهه به هیچ وجه نامزد اصلی و فرعی و یا پوششی ندارد.

تخریب‌دستاوردهای دولت جفاست

دستاوردهای دولت جفاست و با منافع ملی در تضاد است. وی ادامه داد: تکرار عقلانیت، تدبیر و آرامش در قوه مجریه نیاز امروز کشور است.

ناف عده‌ای بانمی توانیم بریده شده

رستم قاسمی وزیر اسبق نفت با انتقاد از تشکیک برخی در آمارهای قالبیاف در حوزه پتروشیمی، گفت یک عدد در این کشور ناافسان را با می‌شود و نمی‌توانیم برپندارن. وی با بیان این که ظرفیت نصب شده پتروشیمی کشور حدود ۶۴ میلیون تن است که امروز کمتر از ۵۰ میلیون تن تولید می‌شود، افزود: این ظرفیت نصب شده کشور با واحدهایی که در حال ساخت داریم در صورت اتمام، به بالای ۱۰۰ میلیون تن ظرفیت نصب خواهیم رسید.

فعال اصلاح طلب: هاشمی طبّا همان غرضی ۹۲ است اما با تدبیر تر

غلامعلی دهقان، سخنگوی سابق حزب اعتدال و توسعه گفت: هاشمی طبا علی الظاهر از کارگزارانی است که من را یاد غرضی می اندازد؛ احتمال دارد که او به نفع کانبدی اصلاحات کنار برود. البته هاشمی طبا با تدبیرتر از غرضی است و احتمالا کنار می رود.

روزنامه اجتماعی، فرهنگی، ورزشی و اقتصادی
مدیرمسئول و صاحب امتیاز: غلامرضا جعفرپور مقدم
سرمدیر: علی جعفرپور مقدم
جند، شهدا ۸، ساختمان آوا صندوق پستی ۱۳۶ تالخن: ۳۲۲۲۴۵۸۲ نامبر: ۳۲۲۲۴۵۸۳
۱۵ نشریات استانی - عضو اتحادیه مطبوعات محلی و شرکت تعاونی مطبوعات کشور
چاپ: چاپ- نشر گلو - بها: ۵۰۰ تومان (۵۰ درصد تخفیف نک فروشی)

ف. فرهنگي، ورزشي و اقتصادي
استاز: غلامرضا جعفر پور مقدم
سرود: علي جعفر پور مقدم
تاریخ: ۱۳۳۳۵۸۲۱ شمسی
و شرکت تعاونی مطبوعات کاشور
ماد ۵۰ درصد تخفیف تک فروشی

جهانگیری: نباید به حاشیه نشین ها به عنوان افراد اضافه نگاه کرد

اسحاق جهانگیری با تاکید بر این که حاشیه نشینی یکی از مهمترین آسیب های اجتماعی است که باید به آن توجه شود، تصریح کرد: باید به این قشر به عنوان افراد اضافه نگاه شود. جهانگیری افزود: حاشیه نشینی یکی از مهمترین آسیب های اجتماعی است که در دوران کرونا اکثر شهروندان کشور با این پدیده روبروست. جهانگیری گفت: مهمترین مسئله این است که حاشیه نشین ها باید در همه جا دیده شوند؛ باید به آنها توجه شود برای دولت نازدهم این پدیده را با برخورد بسیار علمی، دقیق و کارشناسی، سازماندهی کردیم. وی ادامه داد: برای سلامت آنها برنامه ریزی دقیق کردیم؛ تقریباً تمام حاشیه نشین ها در این دولت بیمه شدند.

سید ابراهیم رئیسی: امروز توجه به طبقه پایین جامعه در اولویت است



حجت الاسلام سید ابراهیم رئیسی در بیان اهمیت حاشیه نشین ها و برنامه های خود برای رفع مشکلات این قشر گفت: سرمایه گذارها صنایع را به حاشیه شهرها ببرند و وضعیت تثبیت مالکیت حاشیه نشینان نیز باید مشخص شود. وی افزود: تخسین موضوع در رفع مشکلات حاشیه نشین ها، مسئله آمار است. ۱۱ میلیون حاشیه نشین در کشور مربوط به سال ۹۲ است و اکنون شاید تا ۱۶ میلیون برآورد می شود. آمار دقیق باید معلوم شود. ریاست جبهه ملی و احزاب ملیاتی را نشانه دی و ندست و افزود: این مورد باید حتما مورد توجه مسئولان و دولتمردان قرار گیرد. امروز توجه به طبقه پایین جامعه در اولویت است.

هاشمی طبّا: ایران دچار بحران شدید زیست محیطی شده است

کاندیدی دوازدهمین دوره انتخابات ریاست جمهوری را بین این که اولویت اول کشور حفظ زیستگاه است، سرزمین ایران دچار بحران شدید زیست محیطی است، این نامزد انتخابات ریاست جمهوری افزود: وقتی ما اولویت برای برخی مسایل قائل می شویم منجر به این می شود که برخی مسایل بیشتر مورد توجه قرار گیرد و مسایل دیگری که کمتر به چشم می خورد، هم مورد عنایت قرار می گیرد بنابراین می خواهم بگویم واقعا سرزمین ما ایران دچار بحران شدید زیست محیطی است و زیستگاه انسان را این مجموعه به کامل در حال زیر رفتن و مصادیق متعددی هم دارد. وی گفت: امروز نباید بدون توجه به اولویت ها درباره زیست محیطی حرکت کرد.

پیرگزاری جمعه بازار کتاب بیرجند در ابتدای خیابان مدرس * عکس: ملایی

سومین دورهمی فارغ التحصیلان دانش سرای معلم، استاد احمد بیرجندی

آسفالت زمین ورزشی پارک توحید * عکس: جان آور



در **دومین سالگرد** غروب جوان ناکام

زنده یاد سعید حاجی پور

با ذکر فاتحه و صلواتی یادش را گرامی می داریم.

خانواده

شرکت پخش متحد جنوب بارثاوا (پخش گستر)
نمایندگی انحصاری برندهای معروف غذایی و بهداشتی
دو نفر حسابدار خانم با روابط عمومی بالا و حداقل مدرک فوق دیپلم
حسابداری یا مدیریت استخدام می نماید. (مراجعه حضوری)
آدرس: بیرجند - شهرک صنعتی - تلاش شرقی ۳ - آخرین بلوک
درب سبز رنگ تلفن: ۰۵۶۳۲۲۵۵۷۲۳-۶



برنامه اجرایی اولین جشنواره موسیقی نواحی شرق کشور

سیزدهم و چهاردهم اردیبهشت ماه ۱۳۹۶

بیرجند خیابان شهید محلاتی - اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی خراسان جنوبی

آملی تناثر علامه فرزاد

عصر		صبح								ساعت روز
۱۸-۱۸/۳۰	۱۸-۱۸/۳۰	۱۷/۳۰-۱۸	۱۷-۱۷/۳۰	۱۱/۳۰-۱۲	۱۱-۱۱/۳۰	۱۰/۳۰-۱۱	۱۰-۱۰/۳۰	۹/۳۰-۱۰	۹-۹/۳۰	چهارشنبه ۹۶/۰۲/۱۳
مستاک پهره (ایران شهر) سرپرست: نادر نیک نژاد	حاج فریان سلیمانی (قوچان) سرپرست: حیدر سلیمانی	نغمه های شاه جهان (فاروج) سرپرست: غلام حدادیان	جیران (شیروان) سرپرست: خسرو حداد کارگر گلپای	سرو خراسان (تربت جام) سرپرست: عزیز تنها	بخشی (شیروان) سرپرست: سلطان رضا ولی نژاد	آساک (قوچان) سرپرست: رضا غلامی	آلاه (کاشمر) سرپرست: حسین رضایی	آوای دل (فردوس) سرپرست: ذوالفقار پیتانه	کویر (گناباد) سرپرست: ابراهیم جعفری	
مراسم اختتامیه ساعت ۱۷				صحرا (بیرجند) سرپرست: ابراهیم سلم آبادی	بهاران (بیرجند) سرپرست: فرامرز محمودی	ندای جام (تربت جام) سرپرست: شهرام فرهادی نیا	نغمه های کویر (بیرجند) سرپرست: سلمان سورگی	پنجه نوازان (تربت جام) سرپرست: جابر رحیمی	بیدل پورعطایی (تربت جام) سرپرست: علی پورعطایی	پنجشنبه ۹۶/۰۲/۱۴

سرکار خانم شوریده مدیریت محترم عروس سرای ویولت

کسب مقام دوم در مسابقات میکاپ و شنیون از CMC روسیه
و راهیابی به مسابقات جهانی ایتالیا را حضور شما تبریک می گوئیم.

پرنسسل عروس سرای ویولت

آگاهی مناقصه عمومی یک مرحله ای واگذاری خدمات
خودرویی و تاسیسات بهزیستی استان (نوبت اول)

لطفا جهت کسب اطلاعات بیشتر به
پایگاه اینترنتی WWW.BEHZISTI-KJ.IR
قسمت اطلاعیه،
آگاهی و مناقصه مراجعه نمایید.



هر که دارد هوس کربلا بسم ...

ثبت نام کربلا - هوایی

تاریخ اعزام: ۹۶/۲/۲۸

دفتر خدمات مسافرتی، جهانگردی و زیارتی

عماد پیر جند

میدان شهدا، جنب بانک صادرات، ساختمان آوا

تلفن: ۳۲۲۲۴۱۱۳

برجیس



پیک رایگان (هتی برای یک لباس)

خشکشویی و سفیدشویی

- شستشوی انواع البسه، کیف، کفش،
(روکش مندلی، لباس عروس و
- شستشوی پرده (باز و نصب (رایگان)
- شستشوی پتو (به صورت مجزا)
- (نگریزی و لکه گیری

تلفن تماس: ۳۲۴۳۳۶۵ (قربانی)

آدرس: خیابان غفاری ، نبش غفاری ۳۰