

A group of seven men are standing in a large industrial facility, likely a tire manufacturing plant. In the foreground, several large, black tires with distinct tread patterns are stacked horizontally. The men are dressed in a mix of business casual and work attire; some wear jackets and blue shirts, while others are in sweaters or blouses. They are all looking towards the right side of the frame. The background shows the interior of a factory with high ceilings, industrial equipment, and yellow safety markings on the walls. A red fire extinguisher is visible on the right.

خدمات صندوق ضمانت سرمایه گذاری
صنایع کوچک الکترونیکی شد

A portrait of an elderly woman with glasses and a headscarf, looking directly at the camera. The portrait is set within a white rectangular frame. Below the frame, there is a line of text in Persian: "با نهایت تأسف و تأثر درگذشت مادری مهربان و دلسوز مرحومه". Below this text is a large green title "فاطمه کیوانی" in a stylized font. Under the title is a subtitle in parentheses: "(همسر مرحوم حسین محمودی)". Below the subtitle is a paragraph of text in Persian: "را به اطلاع می رسانند: مراسم تشییع و تدفین آن عزیز امروز پنجشنبه ۹۶/۳/۱۱ ساعت ۱۴ الی ۱۵ از محل غسلخانه برگزار می گردد." At the bottom of the image is a line of text: "خانواده های: کیوانی، محمودی". The entire image is framed by a green border with decorative floral patterns at the corners.

چه صورانه زیستی و چه ناباورانه از میان ما رفتی، چگونه باور کنیم نبودنت را
و چگونه تحمل کنیم اندوه فراقت را و در کدامین باغ گل جستجو کنیم رنگ و بوی صافیت را
به مناسبت **چهلمین روز** در گذشت مادری مهربان و خواهری دلسوز

مرحومه حاجیه عفت دلیری

(مادر شهید گرانقدر مهدی قلاسی)

جلسه یادبودی امروز پنجشنبه ۱۳۹۲/۱۱ از ساعت ۱۷:۳۰ الی ۱۸:۳۰ در محل هیئت محترم
ابوالفضل (مصلی) برگزار می گردد، بحضور شما سروران گرامی در این جلسه موجب شادی
روح آن مرحومه و تسلی خاطر و مزید امتنان بازمندگان خواهد بود.

خانواده های: قلاسی، دلیری، علی آبادی، منوچهری، مهدویان، فتیلی، مودی و سایر فامیل وابسته



فرآخوان مناقصه عمومی (یک مرحله ای)

شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی منطقه خراسان جنوبی در نظر دارد: با رعایت قانون برگزاری مناقصات، انجام موضوع ذیل را از طریق مناقصه عمومی یک مرحله ای به پیمانکار واجد شرایط واکذا نماید.

ردیف	عنوان مناقصه	مدت اجرای کار	برآورد اولیه (ریال)	مبلغ تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار (ریال)
۱	مناقصه راهبردی و کاربری خودروهای نقلیه (تامین وسیله نقلیه سواری و مینی بوس جهت رفع نیازهای شرکت در مأموریت های درون شهری و برون شهری و ایاب و ذهاب)	یک سال شمسی	۴/۷۳۵/۶۸۷/۰۰۰	۲۴۰/۰۰۰/۰۰۰

تاریخ، مهلت و نشانی محل دریافت و تحویل اسناد مناقصه: تا دو هفته پس از انتشار آخرین آگهی روزنامه (تا تاریخ ۱۳۹۶/۳/۲۷) به نشانی بیرجند - خیابان جمهوری اسلامی ۶- شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی منطقه خراسان جنوبی - طبقه دوم اتاق ۲۰۴ و دریافت لوح فشرده حاوی اسناد ارزیابی و اسناد مناقصه (پاکت های الف، ب و ج) به صورت جداگانه، درسته و مهر و موم شده (تا تاریخ ۱۳۹۶/۳/۲۷) همچنین قابل برداشت از سایت های <http://www/ets.mporg.ir> و <http://www.monagheshc.niopc.ir>

مبلغ تضمین و نوع آن جهت شرکت در فرآیند ارجاع کار: ارائه ضمانت نامه بانکی در وجه شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی منطقه خراسان جنوبی به مبلغ بایان شده در جدول فوق برای هر منطقه به صورت جداگانه **تاریخ برگزاری جلسه توجیهی:** روز دوشنبه مورخ ۱۳۹۶/۳/۲۲ ساعت ۱۰ صبح در محل سالن جلسات ستاد منطقه **آخرین مهلت تحویل اسناد مناقصه:** تا ساعت ۱۶ روز شنبه مورخ ۱۳۹۶/۳/۲۷ **تاریخ و محل گشایش پیشنهاد:** ساعت ۱۰ صبح روز دوشنبه مورخ ۱۳۹۶/۳/۲۹ در محل سالن جلسات ستاد منطقه **مدت اعتبار پیشنهادات:** سه ماه از تاریخ بازگشایی پاکت به حداقل **شرایط پیمانکاران:**

- ۱- تمامی شرکت های توانمند دارای گواهی صلاحیت معتبر در رسته حمل و نقل از اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی (ارائه تصویر برابر با اصل شده گواهی مذکور)
- ۲- ارائه تصویر برابر با اصل شده اساسنامه شرکت، تصویر آگهی تاسیس شرکت و آگهی آخرین تغییرات در روزنامه رسمی، تصویر کد اقتصادی و شناسه ملی
- ۳- تصویر شناسنامه، کارت ملی، مدرک تحصیلی و سوابق شغلی مدیرعامل و اعضای هیئت مدیره شرکت

تاریخ انتشار آگهی نوبت اول: پنجشنبه مورخ ۱۳۹۶/۳/۱۱ **تاریخ انتشار آگهی دوم:** شنبه ۱۳۹۶/۳/۱۳

شماره تماس در صورت هر گونه ابهام:
۰۵۶-۳۳۲۱۱۸۰۱-۳۳۲۱۱۸۶۸

روابط عمومی شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی منطقه خراسان جنوبی

« کم آبی را جدی بگیریم و در استفاده بهینه این مایع حیاتی تلاش نماییم »

نجات آب
کشاورزی
در گرو اکاهی

آکهی فراخوان مناقصه عمومی (نوبت دوم)

شرکت آب منطقه ای خراسان جنوبی در نظر دارد:

از طریق فراخوان مناقصه عمومی نسبت به ارزیابی و انتخاب تامین کننده واجد صلاحیت در مناقصه ای با مشخصات ذیل اقدام نماید:

نام و نشانی مناقصه گذار: شرکت آب منطقه ای خراسان جنوبی به آدرس بیرجند - خیابان پاسداران - پاسداران ۳۰ - تلفن: ۳۲۴۴۵۵۹۰-۴

مشخصات پروژه: خرید لوله و اتصالات چدن داکتیل مربوط به پروژه خط انتقال آب از ایستگاه پمپاژ محمد شهر به تصفیه خانه آب شرب شهر بیرجند شامل:

لوله چدنی نشکن (داکتیل) تایوتنی به قطر ۶۰۰ میلیمتر و فشار ۲۵ بار به طول تقریبی ۸ کیلومتر - وائر تایوتنی ۶۰۰ میلیمتر فشار ۲۵ بار به تعداد ۱۴۰۰ عدد
فلنج اسپیکات چدنی نشکن (داکتیل) به قطر ۶۰۰ میلیمتر و فشار ۲۵ بار به تعداد ۵۷ عدد - فلنج ساکت چدنی نشکن (داکتیل) به قطر ۶۰۰ میلیمتر و فشار ۲۵ بار به تعداد ۵۷ عدد - سه راهی سه سر فلنج چدنی نشکن (داکتیل) به قطر ۶۰۰-۱۵۰-۶۰ میلیمتر و فشار ۲۵ حدود ۲۷ عدد - پیچ T بلند و مهره داکتیل برای گلدن به قطر ۶۰۰ میلیمتر و فشار ۲۵ بار به تعداد ۱۶۰ عدد - زانویی پایه دار دو سر فلنج ۹۰ درجه چدنی نشکن (داکتیل) به قطر ۲۰۰ میلیمتر و فشار ۲۵ بار، زانویی دو سر فلنج ۹۰ درجه چدنی نشکن (داکتیل)، زانویی دو سر فلنج ۴۵ درجه چدنی نشکن (داکتیل) و زانویی دو سر فلنج ۲۲/۵ درجه چدنی نشکن (داکتیل) به قطر ۶۰۰ میلیمتر و فشار ۲۵ بار، زانویی دو سر فلنج ۱۱/۲۵ درجه فلنج کور چدنی ، سه راهی سه سر فلنج چدنی نشکن (داکتیل)، کولار چدنی به همراه وائر، گلدن داکتیل به قطر ۶۰۰ میلیمتر و فشار ۲۵ بار و ...

منابع تامین مالی: طرح آب رسانی به شهر بیرجند به شماره ۱۳۰۷۰۰۲۰۲۶ و سایر ردیف های اعتباری مرتبط (اوراق مشارکت)

پ: کارفرما: شرکت آب منطقه ای خراسان جنوبی **مدت پیش بینی انجام خدمات:** ۳ ماه شمسی

نوع و مبلغ تضمین شرکت در مناقصه:

یک فقره ضمانت نامه بانکی به میزان ۲,۷۲۰,۰۰۰,۰۰۰ (دو میلیارد و هفتصد و بیست میلیون) ریال دارای حداقل ۳ ماه اعتبار به نفع شرکت آب منطقه ای خراسان جنوبی

محل، زمان و مهلت دریافت و تحویل اسناد مناقصه:

تامین کنندگان متقاضی از تاریخ ۱۳۹۶/۰۳/۱۳ تا پایان وقت اداری ۱۳۹۶/۰۳/۱۶ با تقاضای کتبی و معرفی نماینده برای دریافت اسناد مناقصه پس از واریز مبلغ اسناد به دفتر قراردادهای شرکت آب منطقه ای خراسان جنوبی به آدرس فوق الذکر مراجعه نمایند.

مهلت تحویل اسناد: حداکثر تا ساعت ۹ صبح روز شنبه مورخ ۱۳۹۶/۰۳/۲۷ خواهد بود.

مکان تحویل اسناد: شرکت آب منطقه ای خراسان جنوبی، دفتری حراست و امور محرمانه

تاریخ و محل برگزاری جلسه بازگشایی پاکت ها:

ساعت ۹:۳۰ صبح روز شنبه مورخ ۱۳۹۶/۰۳/۲۷ در محل دفتر معاونت طرح و توسعه شرکت آب منطقه ای خراسان جنوبی خواهد بود. (پاکت های ارزیابی در روز شنبه مورخ ۱۳۹۶/۰۳/۲۷ بازگشایی و پس از ارزیابی ساعت و زمان بازگشایی پاکت های مناقصه با توجه به تعداد و حجم اسناد ارزیابی اعلام خواهد شد)

توجه: تامین کنندگانی که در فراخوان نخست اعلام آمادگی نموده اند نیازی به دریافت اسناد مناقصه نداشته و می توانند در صورت تمایل با هماهنگی مدیریت قراردادهای این شرکت نسبت به اصلاح و یا عودت اسناد خود اقدام نمایند.

مدارک لازم برای دریافت اسناد:

الف: فیش واریزی به مبلغ ۵۴۵,۰۰۰ (پانصد و چهل و پنج هزار) ریال (شامل هزینه اسناد و ارزش افزوده) که باید به حساب سبیا شماره ۲۱۷۵۰۸۲۱۹۷۰۰۵ بانک ملی شعبه مرکزی بیرجند به نام شرکت آب منطقه ای خراسان جنوبی واریز (از طریق کارت های عضو شتاب در محل آب منطقه ای قابل پرداخت می باشد) و رسید آن هنگام دریافت اسناد به دفتر قراردادهای شرکت تحویل گردد.

ب: ارائه معرفی نامه کتبی به همراه کارت شناسایی معتبر

اجرای ۱۹۳ کارگاه اقتصاد مقاومتی برای اشتغال مددجویان

صدا و سیما- معاون اشتغال و خودکفایی کمیته امداد امام خمینی (ره) استان گفت:از این تعداد ۱۲۵ کارگاه برای طرح‌های خود اشتغالی و ۶۸ کارگاه برای مشاغل خانگی ایجاد که برای آنها ۲۲ میلیارد و ۵۷۰ میلیون ریال تسهیلات از محل منابع امدادی و بانکی پرداخت شد.حسینی سقف تسهیلات پرداختی به مددجویان در طرح های خوداشتغالی را با توجه به نوع طرح ۱۵ میلیون تومان بانکی و ۳۰ میلیون تومان منابع امدادی و در طرح مشاغل خانگی ۵ میلیون تومان بانکی و ۸ میلیون تومان منابع امدادی اعلام کرد.

گزارشی از رونق یک ضدارزش در ماه تجلی ارزشها؛

سبقت سفره های رمضان در اتوبان اسراف!

تجربه ی همدلی و مهربانی برای نیازمندان!

کل رستوران‌ها اختصاص دهیم مبالغ هنگفتی به دست می‌آید که می‌توان درد بسیاری از نیازمندان را با آن دوا کرد. در واقع پهن کردن سفره‌های رنگین افطار و ریخت و پاش‌های میلیونی در رستوران‌ها و اماکن تفریحی نشان‌دهنده درک کردن افراد نیازمند جامعه نیست.به راستی به اسم افطاری و به نیت‌هایی مانند تفاخر، جلب دوستی افراد در سمت های مختلف، نیت و اغراض سیاسی، مطرح کردن خود در جامعه و کسب رضایت عده‌ای خاص آيا می‌توان به ازمان‌ها و اهداف واقعی این ماه مبارک رسید؟

از مال خودم این سفره را پهن کرده‌ام!
از شخصی که مسؤولان و بازرگانان، هر ساله مهمان سفره افطاری پرزرق و برق او هستند در این باره و دلیل اسراف در سفره رمضان می‌پرسم. وی می‌گوید: شما نباید برای اطعام مؤمنان و روزه داران مرا مورد بازخواست قرار دهید؛ چون از مال خودم این سفره را پهن کرده‌ام و دوست دارم به روزه داران در همین یک شبی که میهمان من هستند، خوش بگذرد و نمی‌توان این نوع پذیرایی را مصداق اسراف دانست؛ زیرا همه چیز مورد استفاده قرار می‌گیرد.

میهمانی افطار بزرگ‌ترهای قایل
حاج محمود سالاری یکی از شهروندان ریش سفید است که در مورد آداب و رسوم مردم این شهر در ماه رمضان می‌گوید: بیرجندی‌ها در شب‌های اول ماه مبارک رمضان همگی میهمان مادربزرگ‌ها و پدربزرگ‌های قایل هستند. به این معنی که اول بزرگترهای قایل همه را برای میهمانی افطار دعوت می‌کنند. وی خاطرنشان می‌کند: پس از آن با توجه به سن و سال و احترام بقیه قایل، کوچکترها میهمانی را در خانه خود و در دیگر شب‌ها ادامه می‌دهند تا آخرین شب‌های ماه خدا نوبت به زوج‌های جوان و کوچکتر برسد. سالاری با اشاره به اینکه جوانان احترام به بزرگترها را به ویژه در ماه مبارک رمضان بیش از پیش رعایت می‌کنند تصریح می‌کند: پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌های قایل همیشه بالائین سفره‌های افطار هستند، به ویژه در قایل ما که تا وقتی آقاچان یا عزیزخانم افطار نکنند هیچ یک دست به غذا نمی‌زنیم.هر چند یکی دوسالی می‌شود که قادر به روزه گرفتن نیستند.سالاری یادآور می‌شود: به خوبی به حداقل هزینه هر افطاری نزدیک های افطار نان سنتی که مادرم آماده می‌کرد را در سفره می‌چیدم و سریع به وسط حیاط می‌رفتم و آن را آیهانی می‌کردم. پدرم رادیو کوچکش را

و سنت حسنه افطاری را به حاشیه می‌برد در حالی که صاحبان این سفره‌ها باید خود الگوی مناسبی برای جامعه باشند و نباید بیت‌المال را به بهانه دادن افطاری هدر داد.
افطاری بالای ۲ میلیون تومان!
مدیر یکی از سفره‌خانه های بیرجند با بیان اینکه باید هر چه زودتر برای رزرو زمان افطاری اقدام کنیم می‌افزاید: تقریباً از چند روز قبل ماه رمضان این سفره‌خانه رزرو می‌شود.وی خاطر نشان می‌کند: قیمت سفره افطاری براساس نوع غذا و تعداد نفرات متفاوت است.ولی یک سرویس چای ۱۲ هزار تومان است که شامل زولبیا و بامیه، خرما و چای نبات است.به گفته وی هزینه پنیر و سبزی و نوع غذا بر اساس منوی انتخابی فرق می‌کند. وی ادامه داد: قیمت کوبیده ۱۴ هزار و ۵۰۰ تومان و جوجه ۱۶ هزار تومان است.مدیر تالار دیگری نیز با شمار اینکه سبزی و پنیر را صلواتی می‌دهیم بیان می‌کند: قیمت جوجه ۱۵ هزار تومان، کوبیده ۱۵ هزار، کیاب بختیاری ۱۸ هزار و ۵۰۰ تومان است. وی همچنین عنوان می‌کند: همچنین شله مشهدی هم در منوی افطاری وجود دارد.که براساس نرخ مصوب کیلویی ۸ هزار تومان است. تالارها علاوه بر قیمت غذای ثابت در نظر می‌گیرند و حال اگر بخواهیم متوسط هر افطاری را حساب کنیم، به گفته دست اندر کار

فرهنگ ناخوشایند تجمل‌گرایی و اسراف در سفره های رمضان
سبقت گرفتن در دادن طعام و افطاری به روزه داران از سوی بزرگان دین با خرما و نان و غذای ساده تاکید شده و دستور به تکریم فقرا و نیازمندان شده است نه پهن کردن سفره های رنگین و پر هزینه و اسراف کردن و آنهم برای



اشخاص و افراد بی نیاز و ثروتمند و صاحب مقام و منزلت.چند سالی است پهن کردن سفره های رنگین و بزرگ افطاری در رستورانها و هتلها و باغهای اطراف شهر که گاه در آنها مسئولان و مدیران میزبان هستند به فرهنگی ناخوشایند برای تجمل گرایی و اسراف و نرسیدن اطعام به نیازمندان واقعی تبدیل شده است. مجالسی که با تجمل گرایی اصل و بنای شیوه ارزشمند

پیام گستر شرق

مشاوره ، طراری و تجهیز سالن های کنفرانس و همایش (صوت - نور - تصویر)



پژکتور های نزدیک باب (مخصوص سالن کنفرانس)

آدرس : بین غفاری ۹ و ۱۱ تلفن : ۵ - ۳۲۲۹۲۲۴ ۰۹۱۵۳۶۱۸۶۲۲ سوریگی

نقاشی ساختمان

انواع رنگ های روغنی ، پلاستیک اکرولیک،مولتی‌کالر،کنیتکس کتاف و... با قیمت مناسب ۰۹۱۵۶۶۳۳۳۳۰۰ برگی

حمل اثاثیه منزل با خاور

مسقف و کارگر ماهر

(ضمنا کارگر تنها نیز داریم)

۰۹۱۵۹۶۳۹۰۶۵

علی آبادی



پنجشنبه ۱۱ خرداد ۱۳۹۶ @ شماره ۳۷۹۹



تلفن: ۳۲۲۳۴۵۸۳ - ۳۲۲۳۴۵۸۳ شماره: ۳۲۲۳۴۵۸۳

سامانه پیام کوتاه: ۰۹۰۵۲۷۲۴۲۴

چرا نیروی انتظامی در انجام وظیفه خود در رابطه بااروزه خواران در ملاً عام مخصوصاً«در پارکها کوتاهی می کند ، جالب اینکه در پارک توحید ماموران نیروی انتظامی به دختر و پسری گیرداده بودند، اماچلو ماموران چند جوان علناً» اقدام به روزه خواری نمودند که کوچکترین تذکری ازطرف ماموران داده نشد .

۹۱۵...۱۱۹

با سلام خدمت شهردار محترم جناب آقای دکتر مدیح ،با توجه به اینکه بارها اهالی خیابان نصر در خصوص آسفالط و نظافت وهمچنین تجمع سگیهای ولگرد در این خیابان پیگری نموده اند ،ولی متأسفانه هیچگونه اقدامی از سوی شهرداری محترم صورت نگرفته ، اینگونه بی توجهی موجب بی اعتماد مردم نسبت به دولت تدبیر و امید و مسولین خواهد شد.لذا از شهردار محترم تقاضای رسیدگی به این موضوع را داریم.
جمعی از اهالی.

۹۱۵...۳۹۸

آنچه که باعث پیشرفت و فعالیت در تکمیل جاده بیرجند - مشهد شد نه مربوط به استاندار جدید و نه مربوط به استاندار قدیم است ، بلکه بخاطر روح مطالبه گری هست که درمردم تقویت شده و به کمک رسانه ها مخصوصا روزنامه «آوا» درجامعه منعکس گردیده است بنابراین باید دراین زمینه بیشتر کارشود ، چرادر استادهایی مثل اصفهان ، یزد و...چنین اتفاقیهای نمی افتد ؟ چون مردم اجازه نمی دهند و مسؤولین را درکنترل دارند .

۹۱۵...۳۰۳

سلام و درود بر آوا، جوان باید بداند در استان ما کارخانه ای ست که یک سال بعد حقوق یک ماه را می دهد و تلف میشود اداره کار کجایی نماینده مردم و دولت کجایید سپاس از ادعاهای توخالی ما.
۹۳۵...۰۳۲
همه ما دغدغه آینده فرزندانمان را داریم تا مالی را برایشان ذخیره کنیم، ولی با این شرایط به فکر حفظ ذخایر آبی برایشان نیستیم، پس ای هموطن در نحوه مصرف درست آب کمی تامل کنید چون نسل آینده ما در خطر است.

۹۱۵...۹۰۵

ای مسئولان شما رو خدا درک کنید ما ساکنان روسای امیرآباد چسبیده به شهر از بی ای تلف شدیم هیچگاه مقام معظم رهبری و ریاست جمهوری دوست ندارن بین ما و اونایی که تو شهر میشینن فرقی باشه ۳ روز شده که میرم حمام آب هیچی فشار نداره به خدا ما هم آدمیم
۹۳۸...۳۹۱
سلام آوا...خوابستم بیرسم از معاون عمران شهرداری بیرجند که بیان فرمودند که بلوار همت در مهرشهر آسفالط شده آیا اون قسمت بلوار که رویروی میدان بار وحدت است جزو بلوار همت نیست؟

۹۱۵...۷۴۷

سلام باعنایت به قدمت محله خیرآباد بیرجندخصوصا خیابان قایم و ساکنین ویژه آن که اغلب سالمندان هستند متأسفانه با شروع ماه مبارک رمضان حتی یک نانوائی از حد فاصل میدان شهید سندروس تا خیابان جمهوری مقابل پارک وجود ندارد

ارسالی به تلگرام آوا

سلام در جواب برادر عزیزی که درخصوص جاده مرگ سخن گفتن نزدیک به دوسال است این پروژه شروع و تلاش و همت نمایندگان استان هست و خداوند به تمام کسانی که خالصه وبا نیت خیر به مردم ایران خدمت میکنن اجر ومزد بی نهایت بدهد.

۹۱۵...۱۸۷

سلام لطفا راهنمایی و رانندگی با توجه به موقعیت داشتن سه راهه صیاد شیرازی مانند سه راهه مدرس مسیری را برای رد شدن از چراغ قرمز تمبیه کنند

۹۱۵...۵۹۵

سلام اتحادیه آژانسها در برابر گرفتن کمیسیون از رانندها مدیر آژانس چه خدماتی باید بده . چرا بازرس از آژانس ها سرکشی نمی کنند. آژانس ما توی گرمای شدید فقلی کولر و یخچال دارد ولی بلا استفاده مدیر آژانس می گوید پول برق را بدهید تا روشن کنیم ایاتوگرمای شدید و با دهان روزه خدابخش میاد . از گرما بیزیم . اگر بیمارشویم که پاسخگو هست باتشکر فراوان لطفا اقدامات لازم بعمل آورید

۹۱۵...۹۲۹

تا کی باید مدیران وافرادی ضعیف که چوب لای چرخ دولت هستند وسیاستهای دولت کنونی را قبول ندارنددر پستهای مدیریتی و اجرایی دولتی واداری علی الخصوص آموزش وپرورش حضور داشته باشند .اینها باعث القای یاس و نا امیدی در بین افراد جامعه وعدم پیشرفت برنامه ها ی دولت هستند.

ارسالی به تلگرام آوا

با عرض سلام و قبولی طاعات و عبادات به سوال از مسولان اوقاف ای سازمان مساجد این همه جناب آقای قرائتی توی برنامه هاشون میگن صدای بلندگوهای مساجد رو موقع اذان زیاد نکند بخدا گناهش بیشتر از توابشه ماشااا... هر محل به مسجد داره صدا اگر کم هم باشه مردم میشنون مسجد مصلی هنوز به ساعت مونده تا اذان صبح شروع میکنه به پخش دعا و مناجات با صدای بلند اخه پدر بیامرز ما مریض داریم بچه کوچیک داریم واقعا ایا این درسته؟مسولین نظارت و تذکر دهند خواهشا



روح آدم هاست و اینکه حال گرسنگان و تشنگان را درک کنیم. لازم است همه مسلمانان در این زمینه دست یاری به سوی همکیشان خودشان دراز کنند و آنان را از مشکلات رهایی دهند.وی با اشاره به تصریح قرآن کریم در این باره می‌افزاید: اسراف یکی از مفاهیم مذموم و ناپسندی است که بیشتر از ۲۰ مرتبه در آیه هایی از سوره های مختلف قرآن کریم با شکله‌ا و معانی گوناگون، زیاده روی و تجاوز از حد اعتدال به آن اشاره کرده و بر پرهیز از آن تاکید شده و عاقبت اسراف کنندگان را نشان داده است.
اینکه پیامبر(ص) فرموده اند، افطار دهید ولو با یک خرما، نشان دهنده اهمیت سادگی اطعام روزه دارن و پرهیز دادن جامعه از اسراف و تبذیر است.

جمع آوری نذورات و فطریه برای نیازمندان و زندانیان

مدیر کل کمیته امداد خراسان جنوبی ضمن تشویق هم استانی ها به همدلی با نیازمندان می‌گوید: در راستای سنت های حسنه اسلامی انفاق و نوع دوستی، توسعه و تقویت فرهنگ حمایت از فرزندان ایام و و محسینین کمیته امداد از نذورات مردم به نفع نیازمندان و پرهیز از هرگونه اسراف

رستوران و تالار سیمرغ

آماده پذیرایی از جلسات افطاری شما همشهریان عزیز می‌باشیم.

خدمات ویژه (نان، پنیر، سبزی، چای) رایگان

ورودی و هزینه پذیرایی رایگان

معلم ۳۶/۱ – جنب باشگاه ورزشی مالک اشتر

تلفن رزرو: ۰۹۱۵۸۶۰۹۶۶۱ – ۳۲۴۴۴۰۴۸

تیشه به ریشه خود و آیندگان زدن زرنگی نیست

* علی حسین بهرامیان

آری؛ وقتی قرق کوتامدت بهاره با هدف جلوگیری از ورود دام به مراتع ییلاقی به لحاظ به بدر نشستن گونه‌های مرتعی و پنجه زدن گونه‌های در حال تجدید حیات آماده شدن بستر مرتع برای تعلیف دام و بهره‌برداری و ... مشخص شده است معمولاً تا ۲۵ اردیبهشت و در نهایت آخر اردیبهشت‌ماه هرساله پیش‌بینی‌شده قرق شکسته و عشایر وارد مناطق ییلاقی شوند.ودولت نیز برای عملیاتی کردن این پروژه اعتبار گذاشته است (و تنها پروژه ای است که نتیجه اقدام قانونیش باعث ارزآوری و توجیه اقتصادی آن بیش از یک صد میلیون برابر هزینه کردش است). اما وقتی قرق کوتاه مدت بهاره به جای اینکه بعد از ۲۵ اردیبهشت ماه آزاد شود اواخر اردیبهشت ماه آزاد می شود چه ها که نمی شود! زیاد مهم نیست که مراتع در حالت مرطوب لگد مال مهم، موه رضایت بهره برداران خاص است.اینکه در سال های بعد به علت لگد مال شدن، رستنی ها نتوانند سر از خاک بیرون بیاورند و یا فرسایش آبی تشدید شود و نفوذپذیری به تقلیل برود مهم نیست. رضایت سیاسیون وتعریف کردن آنها مهم است! آیا می دانید گونه های یک ساله گندمیان- اوج تولد تا رشد و متراکم شدنشان در پهنه مرتع، از اول اردیبهشت ماه تا آخر این ماه درمراتع ییلاقی است؟ حالا اگر اول اردیبهشت ماه قُرق عشایر آزاد شود جای نگرانی نیست که احشام از این گونه ها استفاده اولیه داشته باشند تا گونه های الیت و درحال انقراض فرصت حجیم شدن و استقرار و ... پیدا کنند و مهم نیست که تعادل ریز مغذی ها زیر اشکوب گونه های چند ساله از بین برود و تشدید فرسایش را داشته باشیم! گفته ایم و یادآوری شویم با زبان بی زبانی! مهم رضایت است نه توجه به گرایش آینده، پس همین که آتش سوزی کمتر شود باید تشویق شوید. دامداران باید حداکثر ۱۲۰ روز از مراتع استفاده کنند، مهم نیست از اول اردیبهشت ماه تا پایان حداقل آبان ماه به بیش از ۱۲۰ برسند! بالاخره سردشان می شود می روند به سمت قشلاق! یا سرما و باران باعث می شود امورعشایر، هالل احمر و ... برحسب حس انسان دوستانه اعتبارات مدیریت بحران را برای آنهایی که باید آخر شهریور کوچ می کردند هزینه کنند.

در پایان این که میز ریاست و مدیریت مهم نیست بلکه رعایت قانون، تقویم کوچ و حفظ طبیعت خدادادی برای نسل های آینده مهم است.



خودرو سازی صنعتی قدیمی در کشور ماست اما یک تازی قطعه سازان و تولیدکنندگان در کشور کیفیت را از مشتری سلب کرده است و مشتری آنچه که هست، خوب یا بد را باید بپذیرد.

مخترعی که از فرانسه دعوتنامه دارد

در استان ما هم شرکت های دانش بنیان زیادی وجود دارد که محصولات راهبردی خوبی تولید می کنند اما حامی برای تجاری سازی و تولید انبوه ندارند “غلامرضا خزاعی” متولد ۱۵ مرداد ۱۳۶۶ دارنده گواهینامه درجه یک فنی و حرفه ای و گواهینامه بین المللی سیستم برق خودرو “ECU” مخترع ومدیر عامل یکی از همین شرکت های دانش بنیان است او که با چالش های خاصی دست و پنجه نرم می کند موسس و مدیر عامل شرکت فنی و مهندسی شکوه شرق (سازنده قطعات خودرو) است وی از کشور فرانسه دعوتنامه برای همکاری دارد. در همین باره با وی گفتگو کردیم که خزاعی از ایده راه اندازی شرکتش می گوید: اولین اختراعم در سال ۸۴ ساخت سیستم ترمز خودرو “ABS” و میل سوپاپ پهبود یافته بود که به خاطر حل مشکلی که ماشین خودم داشت اختراع و بعد برای رساندنش به تولید انبوه به ثبت شرکت اقدام نمودم . مدیرعامل شرکت “شکوه شرق” هدف از ایجاد این موسسه را بومی سازی ، اشتغال زایی همچنین کمک به بهبود کیفیت صنعت خودروسازی کشور عنوان کرد و افزود: این شرکت تولید کننده قطعات خودرو است که در زمان حاضر ۳ قطعه اختراعی را به صورت کارگاهی در حال تولید دارد. وی ۳ اختراع خود را که سعی در تولید انبوه آن دارد اینگونه بر می شمرد: میل سوپاپ پهبود یافته “XUV”“ (را کاربرد جلوگیری از کج شدن سوپاپ در زمان پاره شدن تسمه تایم و سلامت موتور، elm۱۴۶۸ (کاهش مصرف سوخت خودرو) و کنترل فن دیجیتال (جلوگیری از سوختن واشر در هوای گرم) خزاعی از مزایای تولید این محصولات اشتغال زایی مستقیم برای ۲ هزار نفر و ۷هزار نفر غیر مستقیم اعلام می کند. مدیرعامل این شرکت با

اشاره به اینکه خودرو وسیله ایست که در هر خانه ای و در هر مکان دور افتاده ای پیدا می شود و اگر مسئولان کمی به این موضوع کمک نمایند می توان ۷ هزار نفر از جوانان استان را سر کار برد و سود زیادی از فروش این محصولات به دست آورد. خزاعی با تاکید براین که این محصولات تولیدی او دانش بنیان هستند و هرکدام از آنها برای مردم سودمند و هزینه نگهداری خودرو را کم می کنند: از مردم خواست به خاطر پایین آمدن هزینه نگهداری ماشینشان هم که شده از این محصولات که ثبت اختراع شده اند استفاده کنند.

دستگاهی برای جلوگیری از سوختن واشر سرسیلندر

وی که معتقد است “بهترین تبلیغ برای یک کالای دانش بنیان ، کیفیت، کارایی و عملکرد آن است ادامه می دهد: “ در هوای گرم این استان به خصوص در فصل تابستان سوختن سرسیلندر مسئله بسیار بدیهی و معلومی است که گریبان گیر مردم می شود بنابراین “دستگاه فن دیجیتال” با قابلیت های زیادی که دارد می تواند این مشکل را برای



مردم استان و سایر استان ها حل نماید. عملکرد “میل سوپاپ پهبود یافته” نیز به این صورت است: جلوگیری از کج شدن سوپاپ خودرو در زمان پاره شدن تسمه تایم که در شرایط عادی باعث آسیب جدی به موتور خودرو می شود. وی عملکرد “دستگاه elm۱۴۴۸” را اینگونه بیان می کند: کاهش مصرف سوخت خودرو بدون آسیب زدن به موتور و یا کم شدن شتاب ماشین. این مخترع هم استانی سرمایه لازم برای ۲ دستگاه، کاهش سوخت و کنترل دمای خودرو را برای هر کدام ۵۰ میلیون تومان و برای میل سوپاپ ۸۰۰ میلیون تومان اعلام کرد و اضافه کرد: این مبلغ برای تولید انبوه است و برگشت سرمایه برای هر ۳ طرح کمتر از یکسال می باشد و بعد از آن طرح به سود دهی می رسد. خزاعی با

اشاره به این که توجیه اقتصادی و ضمانت این طرح ها و قطعات تضمین شده است ،تاکید کرد: بسیاری از سفارش قطعات از خارج و داخل استان را به علت نبودامکانات نظیر ماشین آلات و کمبود نیروی کار نتوانسته ایم تحویل دهیم . وی با قدردانی از پارک علم و فناوری مبنی بر برگزاری نمایشگاه هایی که درمرکز کشور انجام می شود افزود: با توجه به اینکه مسئولان کشوری و به ویژه استانی ارتباط بهتری با

محصولات شگفت یک مخترع بیر جندی، رقیبی برای شرکت های خودروسازی

یکدیگر دارند پیشنهاد می کنم تا این مسئولان با برخی از سرمایه گذاران رابزنی و مکاتبه ای انجام دهند تا به استان سفر کنند و از شرکت های دانش بنیان بومی و محصولاتشان بازدید کنند تا برای محصولات سرمایه گذار جذب شود.

وام بلاعوض رئیس جمهور در استان مدعی پیدا کرد

خزاعی مدیر عامل شرکت “شکوه شرق” و مخترع قطعات خودرو با گلایه از پارک علم و فناوری استان بیان می کند: در سال ۹۰ برای برتر شدن در نمایشگاه کشوری” علم تا عمل” ۱۶ میلیون تومان وام بلا عوض از نهاد ریاست جمهوری دریافت کردیم که این مبلغ از طریق پارک به ما داده شد حالا بعد از ۶ سال از گذشت این موضوع پارک علم و فناوری مدعی برگشت این ۱۶ میلیون تومان شده و تهدید به قضایی شدن موضوع می کند. در صورتی که اهدا کننده این مبلغ نهاد ریاست جمهوری است و به عنوان بلا عوض و تشویقی داده شده و تاکنون از طرف نهاد ریاست جمهوری هیچ درخواستی مبنی بر پس دادن این پول دریافت نکرده ایم. بعد از ۲۰ روز پیگیری پارک علم و فناوری استان حاضر به پاسخ گویی نشد. در آخر این همچنان سولاتی در ذهنمان باقی می ماند که چرا طرح های کلان با ظرفیت های بالای اشتغال ، تولید و سودآوری همچنان در ورطه ی بی توجهی قرار میگیرند و هیچ حمایتی از آنان برای رسیدن به تولید انبوه نمی شود؟؟؟ چرا یک مـخـترع با این ظرفیت فکری باید وقش را در پیچ و تاب های ادارات مختلف بگذراند و یا به دنبال برتر شدن در هر نمایشگاهی حمایت از خودش را فقط در یک لوح تقدیر ببیند؟؟ چرا به جای لوح تقدیر های فراوان از این مخترع حمایتی جهت اقتصاد تولیدی استان نمی شود و چرا ارگان های مختلف با وجود برتری های این اختراعات برای ماشین هایش از این محصول حمایت مالی و معنوی نمی کنند؟؟ با این وجود یک مخترع چگونه می تواند با داشتن دغدغه معیشت برای خانواده اش با ذهن باز پیگیر اختراعات تازه شود؟؟؟

مهلت ثبت نام و دریافت وام ویژه دکتری تا ۱۵ تیر ماه جاری

ایسنا- مشاور وزیر علوم و رییس صندوق رفاه دانشجویان وزارت علوم از آغاز مرحله اجرایی وام ویژه دکتری خبر داد و گفت: دانشجویان دوره دکتری از تا ۱۵ تیر فرصت دارند برای دریافت وام ویژه دکتری ثبت‌نام کنند.
مهندس ذوالفقار یزدان‌مهر افزود: دانشجویان باید با مراجعه به سامانه اتوماسیون صندوق رفاه دانشجویان نسبت به ثبت تقاضانامه خود اقدام کنند. همچنین مراجعه به بانک پس از ثبت تقاضا و پرداخت وام نیز بعد از تکمیل پرونده دانشجویان به وسیله بانک انجام می‌گیرد.

خبرها از گوشه و کنار

اعلام روزهای تعطیلی سینماها و تئاترها



ایسنا- سینماها و تئاترها همزمان با تعطیلی‌های نیمه خردادماه مانند هرسال چند روزی را تعطیل خواهند بود. طبق اعلام غلامرضا فرجی، سخنگوی شورای صنفی نمایش، سینماهای کشور روز یکشنبه ۱۴ خردادماه به مناسبت ارتحال امام خمینی (ره) به طور کامل تعطیل خواهند بود و روز دوشنبه هم همزمان با قیام ۱۵ خرداد سینماها تا ساعت ۱۸ تعطیل و پس از آن فعال خواهند بود. اجرای عمومی تئاتر روز شنبه ۱۳، یکشنبه ۱۴ و روز دوشنبه ۱۵ خرداد که همزمان با رحلت حضرت امام خمینی (ره) رهبر کبیر انقلاب و بنیانگذار جمهوری اسلامی و وفات حضرت خدیجه(س) است مطابق تقویم برای تئاتر نیز تعطیل خواهد بود.

محمد رضا شجریان

خودش پخش «وبنا» را منع کرد

مهر- معاون سیما درباره پخش ربنای شجریان بیان کرد: که اگر ابراز احترام به انقلاب، مردم و حاکمیت از طرف شجریان وجود داشته باشد برای پخش رننا مشکلی وجود ندارد. میرباقری گفت: لو خودش منعی را گذاشته است و همچنین وی در جریان فتنه ۸۸ حضور داشت و اشتباهات فاحشی در آن زمان انجام داد. معمولاً توصیه می شود هنرمندان در مسائلی که کشور را به خطر می اندازد حضور پیدا نکنند و بازی نخورند. هنرمند فرد سیاسی نیست و باید در حوزه اصلی خود قرار بگیرد. وقتی این حاشیه ها ایجاد می شود باعث می شود کار اصلی که یک هنرمند باید انجام دهد مورد لطمه قرار گیرد.

شرکت بازیافت کویر

مجری جمع آوری مواد قابل بازیافت (کاغذ، کارتن، بطری نوشابه، لاک و...) از درب منازل ، ادارات و کارخانجات تحت نظارت شهرداری بیرجند

جشنواره بهاری شاتل
۶ ماه اینترنت، ۱۸ گیگابایت ترافیک
۳ ماه اشتراک تلوا + نصب و راه اندازی
تعانه ۴۸۰۰ تومان
بهره تخفیف ویژه مردم مسیم

پایان انتظار
۳۲۲۳۲۴۰۰
۱۵۲۵
www.shatel.ir
بیرجند - شهدای ۱ - پلاک ۵۱

درب و پنجره ممتاز
نمایندة انحصاری شرکت نوذر
نمایندة شرکت سگو ایران
تلفن: ۰۵۶ ۳۲ ۴۴ ۳۲۵۵
همراه: ۰۹۱۵ ۵۶۱ ۰۰۱۴
مجمعی

ایزوگام سلیـمـانی
آدرس: چهارراه اول توحید
۰۹۱۵۱۶۰۶۵۲۸ - ۳۲۴۲۵۰۵۴

قالیشویی ملکه
تحولی عظیم در صنعت قالیشویی ، حس لطافت و پاکیزگی را با ما تجربه کنید.
۳۲۳۷۱۳۵۴ - ۳۲۳۷۱۳۵۵

لوله باز کنی
تشخیص ترکیدگی لوله های فاضلاب و آب، رفع بوی نامطبوع
ترمیم کف سرویس ها با روش نانو ، ۱۰۰٪ تضمینی
۰۹۱۵۸۶۲۶۲۲۸ - ۰۹۱۵۸۳۴۶۷۷۹ اسحاقی

پُرپیچون
اولین ساندویچ نیم متری
بیش از ۲۰ نوع ساندویچ
در خدمت مردم

ساعت کار ویژه ماه
مبارک رمضان ۲۱:۳۰ تا ۳
بامداد / ۱۸ تا ۱ بامداد

آدرس: خیابان فردوسی، حد فاصل حافظ
و پاسداران، جنب پلاک ۸ تلفن: ۳۱۰۵۲ - ۰۵۶
۰۹۳۵۳۳۱۵۶۵۶ - ۰۹۳۵۳۶۹۴۵۱۱

پیکرایگان
طبخ با روغن کنجد

کرمی خان
در ایام ماه مبارک از افطار تا سحر
با ظرفیت ۱۸۰ نفر آماده پذیرایی از مجالس شما می باشد
همراه با آشپزخانه شیشه‌ای و یختر در معرض دید مشتری و نیروهای
مغرب و کارآمد و باتجربه (با حضور سر آشپز هتل بین المللی مشهد)
آماده عقد قرارداد با ادارات و ارگانهای دولتی و خصوصی با شرایط ویژه
پخت با برنج صددردمذ ایرانی و گوشت تازه گوسفندی
آدرس: میدان امام خمینی (ره) - روبروی پمپ بنزین
۳۲۲۲۱۲۵۸۰ - ۰۹۱۵۱۶۱۳۴۲۵ - ۰۹۱۵۱۶۱۴۲۴۶

بنگاه قالب بتن توکل
خرید و فروش
انواع قالب بتن
آدرس: بلوار فرودگاه
سه راه صیاد شیرازی
۳۲۳۱۳۶۰۰
۰۹۱۵۱۶۱۵۰۶۹ جلیلی

صنایع مبیل ترانس
کادری مجرب
سابقه مامصداق کیفیت
تعویض پارچه انواع مبیل فقط ۴ روز
بهترین کیفیت
ابتدا مقایسه کنید
بعد تصمیم بگیرید
جمهوری ۸ داخل کوچه ،روبروی آرایشگاه حمید ۳۲۲۳۳۱۴۲ - ۰۹۱۵۱۶۰۲۰۱۸ خسروی

آیه روز

و هیچ جنبیده ای در زمین نیست مگر [اینکه] روزیش بر عهده خداست و [او] قرارگاه و محل مردنش را می داند همه [اینها] در کتابی روشن [ثبت] است .
سوره هود آیه ۶

شعر روز

بر عشق توام، نه صبر پیداست، نه دل بی روی توام، نه عقل بر جاست، نه دل این غم، که مراست کوه قافست، نه غم این دل، که تراست، سنگ خاراست، نه دل

دعای روز ششم ماه رمضان

خدایا در این روز مرا به نفس سرکشم، وامگذار تا بی طغیان و نارضایتی تو روم و مرا با تازیانه خشم و غضبت ادب مکن، مرا از موجبات ناخرسندیت، بر کنار بدار، به حق مهربانی و نعمت نوازیست

پیامک

مردم را از ظاهر آن ها قضاوت نکن.
درفصاوت مهربان باشو همیشه بکوش که به جنبه ی مثبت نگاه کنی

حدیث روز

کسی که روزه او را از غذاهای مورد علاقه اش باز دارد برخداست که به او از غذاهای بهشتی بخوراند و از شرابهای بهشتی به او بنوشاند.
رسول خدا (صلی ا... علیه و آله)



۹ اعتیاد که ۹۰ درصد ما با آن درگیر هستیم

روی تجربه‌ها، احساسات و ایده‌های جدید بگشایید. وقتی مسئله‌ای را از زوایای مختلف بررسی می‌کنید نگاه جامع‌تر و روشن‌تری نسبت به آن می‌یابید. نگاه خود به زندگی را به چالش بکشید و جادوی زندگی را درک کنید.

۳-مقایسه خود با دیگران و رقابت با آن‌ها
اگر دست از مقایسه کردن خودتان با دیگران بردارید، می‌توانید به هر چیزی که برایتان مهم است دست یابید. اصلاً مجبور نیستید کاری را بکنید که همه انجام می‌دهند. اعتیاد به مقایسه‌کردن خودتان با دیگران، چیزی جز سرخوردگی به همراه ندارد در عوض با مقایسه‌کردن خودتان با خودتان پیشرفت بهتری نصیبتان خواهد شد. شما با هیچ‌کس جز خودتان در رقابت نیستید. در نظر داشته باشید به‌جای رقابت با دیگران می‌توانید با همکاری آن‌ها روی اهداف مشترکی کار کنید.

۴-چشم به راه تایید دیگران
شما برای خوب‌بودن به تایید و اجازه هیچ‌کس نیاز ندارید. این جمله را با خود تکرار و به آن فکر کنید. در ۹۹ درصد مواقع، قضاوت و ترک‌کردن و نپذیرفتنی‌که از طرف دیگران با آن مواجه می‌شوید متوجه خود شما نیست، بلکه این نوع رفتار حاصل ناامنی‌ها، محدودیت‌ها و نیازهای آن‌هاست و مطلقاً نیازی نیست آن‌ها را جدی بگیرید. ارزش شما به تریف و نگاه دیگران وابسته نیست، بلکه موضوعی ذاتی است. شما زنده‌اید و به همین دلیل باارزشید. شما مجازید

که فکر و احساس کنید. حق‌دارید برای تأمین نیازهایتان تلاش کنید و چیزی را به خودتان اختصاص دهید، اما به این حقیقت توجه کنید که آنچه هستید، با ارزش است.

۵-با همه چیز احساسی و شخصی برخورد کردن
کسی باعث شده بیشتر در ترافیک معطل شوید. کسی برای شما نامه نمی‌نویسد. همکارانتان برای ناهار منتظرتان نماندند. دلیل برای ناراحتی زیاد است، اما چه چیزی شمارا ناراحت می‌کند؟ همه چیز را به خودتان می‌گیرید درحالی‌که ممکن است نیتی پشت این رفتار نباشد.این کار را با خودتان نکنید. طوری رفتار نکنید که انگار همه می‌خواهند به شما آسیب برسانند.

۶-با دیگران مهربان‌تر از خودتان هستید
زندگی خیلی زیباتر است وقتی‌که بهترین دوست خودتان باشید. به خودتان سخت نگیرید و خودتان را فراموش نکنید. خیالتان راحت باشد هستند کسانی که هم فراموشتان کنند و هم به شما سخت بگیرند، لازم نیست خودتان را به‌زحمت بیندازید. توجه به خودتان اصلاً خودخواهانه نیست. اگر مراقب خودتان نباشید توانایی مراقبت از هیچ‌کس دیگری را نیز نخواهید داشت.

۷-فکر می‌کنید به اندازه کافی ندارید که ببخشید
از تقسیم آنچه دارید، ترسید. بخشندگی شمارا از اینکه برده دارایی‌هایتان باشید حفظ می‌کند.بیان‌دیگر بخشندگی تنها کمک به دیگران نیست بلکه آزادی را

برای شما به ارمان می‌آورد. اگر نتوانید چیزی را بی‌دریغ به کسی بدهید هیچ‌گاه طعم توانگری واقعی را نخواهید چشید، برای قلب و ذهن هیچ تمرینی بهتر از خم‌شدن و گرفتن دست افتادگان نیست.

۸-اعتیاد به فکر زیاد
گاهی ذهن‌تان بدون دلیل خاصی درگیر مسائلی می‌شود که حتی امکان اتفاق افتادن آن‌هم وجود ندارد! از گلودرد بمریزد! گواهی‌نامه گمشده‌تان به دست کسی بیفتد و هویت‌تان را جعل کند. منفی‌بافی، منفی‌بافی می‌آورد. این افکار مانند جریان شدید آب شما را از ساحل دور می‌کند و اگر مراقب نباشید شما را غرق می‌کند.خودتان را به مسائل پیچیده مشغول نکنید. جواب‌ها به ذهن‌های آرام راحت‌تر خطور می‌کند. رفتارهای توأم با آرامش، شما را به بهترین نتیجه می‌رساند.

۹-به این فکر می‌کنید که اوضاع چطور می‌توانست باشد
قبل از اینکه بتوانید واقعا امروز را فراموش کنید لازم است که بخشی از وجودتان بمریزد! باید روزی که گذشت را با همه متعلقاتش به گذشته‌ها بسپارید ازجمله چیزی که می‌توانست اتفاق بیفتد، کاری که می‌توانستید بکنید و نکردید شما باید بدانید چیزهایی هست که نمی‌توانید تغییر دهید مثل اتفاقی که افتاده یا نظر مردم در آن لحظه خاص و نتایجی که حاصل انتخاب شما یا دیگران است.

به یک آشپز تخته‌کار (آقا) و همچنین لوازم‌غذای آماده‌نیاز مندیم. ۰۹۳۸۵۶۱۲۰۹۳۳	به یک کارگر ماهر فنی (آقا) با حقوق بالا و بیمه نیازمندیم. ۰۹۱۵۷۲۸۰۸۲۳۳
---	---

دعوت به همکاری

یک موسسه فرهنگی جهت تکمیل نیروی اداری خود از میان افراد با شرایط ذیل دعوت به همکاری می نماید.
متقاضیان می‌توانند درخواست خود را به ایمیل ANPj1396 @ yahoo.com ارسال نمایند.

شرایط لازم:
۱- خانم
۲- آشنا به کامپیوتر
۳- روابط عمومی
۴- حداقل مدرک تحصیلی فوق دیپلم
۵- ساکن بیرجند
پس از ارسال ایمیل جهت انجام مصاحبه حضوری با متقاضیان تماس گرفته خواهد شد.
(ارسال رزومه کاری و تلفن های تماس الزامی می باشد)

دعوت به همکاری

یک رسانه (خبرگزاری) با قالب فرهنگی – اجتماعی و مذهبی

جهت تکمیل تیم خبری خود از بین علاقه مندان به حوزه خبر و گزارش دعوت به همکاری می نماید.
متقاضیان محترم می‌توانند با ارسال درخواست خود به پیوست رزومه فعالیت‌های مرتبط با این حوزه به آدرس ایمیل **frnewskhj96@yahoo.com** همکاری خود را اعلام فرمایند.
بدیهی است برای کلیه

پذیرفته شدگان دوره آموزشی مرتبط برگزار و پس از تایید قرارداد خرید خبر و گزارش منعقد می گردد.

حمل بار و ااثاثیه منزل با کادری مجرب وماهر جایجایی تخصصی اثاثیه منزل با کامیون بزرگ مسقف پتودار مخصوص حمل اثاثیه منزل، با کارگران مجرب و ماهر درامر جایجایی اثاثیه، همراه با تضمین جایجایی ۰۹۱۵۷۲۱۳۵۷۱ –صالحی منش	
--	--

شله مشهدی ممتاز درویش هر روز از ساعت ۱۷الی ۱۹:۳۰ مژده رستوران و قالار پذیرایی درویش به رسم هر ساله افتخار میزبانی محافل شما در ماه مبارک رمضان را دارد.بهترین و باکیفیت ترین غذاهای ایرانی را همچنان از ما بخواهید. در ضمن هزینه ورودی و حق سرویس رایگان است. تلفن سفارشات و رزرو ۲۲۳۲۴۴۴۴ آدرس: خیابان محلاتی تقاطع استقلال، اول سپیده کاشانی	
--	--

سیک زندگی

تنهایی انسان را بی خواب می کند

بدون تردید بی خوابی و بد خوابی برای هر فردی آزار دهنده است و حتی می تواند روند زندگی را کند کند. قدم اول برای درمان و پیشگیری از بروز چنین مشکلی آشنایی دلایل بروز آن است. به همین علت، کارشناسان همواره به دنبال شناخت عوامل بی خوابی بوده اند. نگرانی های مالی، استرس و نوشیدن بیش از حد چای و قهوه از جمله مهم ترین عواملی است که موجب بد خوابی می شود. حالا در یکی از آخرین تحقیقات انجام شده، دانشمندان از یک دلیل جدید برای کاهش کیفیت خواب در بزرگسالان نام برده اند. بر این اساس، تنهایی را می توان به لیست عوامل ذکر شده اضافه کرد.

به گفته محققین، افرادی که در زندگی احساس تنهایی می کنند بیش از دیگران از خواب شب کم کیفیت شکایت می کنند. اختلالی که خستگی روزانه، کاهش تمرکز و بی حوصلگی از تبعات آن است. نکته جالب توجه این است که خلاف تصور پیشین تنهایی بیش از آنکه میانسالان را تحت تأثیر قرار دهد، کیفیت و کمیت خواب جوانان را کاهش می دهد.

بنا بر آمار موجود، جوانانی که احساس تنهایی می کنند ۲۴ درصد بیش از آنهایی که چنین حسی ندارند در طول روز خسته و بی حوصله هستند. دلیل این امر، به افزایش هورمون استرس در اثر تنهایی مربوط می شود. اهمیت نقش تنهایی در بی خوابی از آن حیث است که تنهایی به یکی از شایع ترین مضللات عصر حاضر است که بر وجوه مختلف زندگی و سلامت ما اثر منفی گذاشته است؛ و بی خوابی تازه ترین جنبه کشف شده از این حقیقت است.

کسانی که دوستتان دارند، قادرند صدایتان را بشنوند، حتی وقتی ساکتید.
--

حرف های ابریشمی

روزی مردی از خدا پرسید چه تفاوتی بین عشق تو وعشق ما وجود دارد. خدا لیخند زد و گفت پرندۀ ای در آسمان عشق من است و پرندۀ ای در قفس عشق تو.

موفقیت

تو زندگی اکه رسیدی به یک در بزرگ که یک قفل بزرگتر هم داشت ترس و ناامید نشو چون اگر قرار بود باز نشه حتماً به جای آن یک دیوار می ساختند.

طراح: نسرین کاری	شماره ۳۷۹۹				
	۵	۸		۳	۶
۷		۵		۱	۹
	۶	۹	۱		
۳			۱	۹	۴
	۱	۹		۵	
۵	۲				۷
		۴	۲	۹	
۴		۸		۹	۲
۹	۳			۵	۴

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 بر می 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.

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

دربهای اتوماتیک مؤمنی پایهان در دفتر مرکزی: بیرجند/ خیابان رسالت /مقابل رسالت ۱۰ ۰۹۱۵۱۶۳۹۰۱۰

و سیمای رئیس اداره دارالقرآن تبلیغات اسلامی گفت: این گروه شامل ۴ نفر از فعالان سه قرآن کشور از جمله قاری بین المللی، قاری ماهی، حافظ برجسته کشوری و یک مجری به های قرآنی است. آقای سلمانی افزود: این گروه قرآنی برای اولین بار با هدف ایجاد شور و طردین روزه داران و برگزاری محافل قرآنی مناطق مرزی و محروم به استان وارد شدند.

