

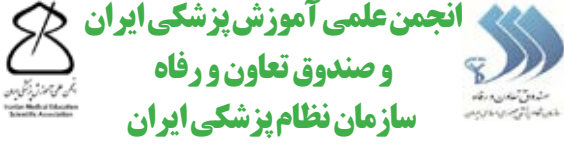


@avane724

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

روزنامه صبح استان دو شنبه ۳۰ مرداد ۱۳۹۶ ۲۸ ذی القعدة ۱۴۳۸ ۲۱ آگوست ۲۰۱۷ سال بیستم شماره ۳۸۶۳

# اقتصاد خبر جنوبی



انجمن علمی آموزش پزشکی ایران و صندوق تعاون و رفاه سازمان نظام پزشکی ایران در دوره های ذیل از عموم و منشی مراکز درمانی ثبت نام می کند. دوره فوریت های پزشکی - تکنسین داروخانه - نمونه گیری و مسئول پذیرش آزمایشگاه - دستیار مطب دندانپزشک - کارپر گیاهان دارویی دوره سالمندیار و مددیار آدرس: طالقانی ۲، مجتمع آما، واحد ۴۰۴ تلفن: ۳۲۲۳۰۰۶۲



مجلس به ۱۶ وزیر دولت دوازدهم رای اعتماد داد، بروجردی: «اقدامات متقابل ایران» برای مقابله با نقض برجام شعار نیست / تشکر ویژه اسد از ایران/ ترکیه: در حال هماهنگی با ایران و روسیه درباره صلح سوریه هستیم/ جوکار: مصوبه مجلس برای اقدام متقابل علیه آمریکا کافی نیست/ اوال استریژورنال: آمریکا «برجام» را نقض کرده است / سخنه ۸

## سر مقاله

اتوبوسی با مسافران استانی

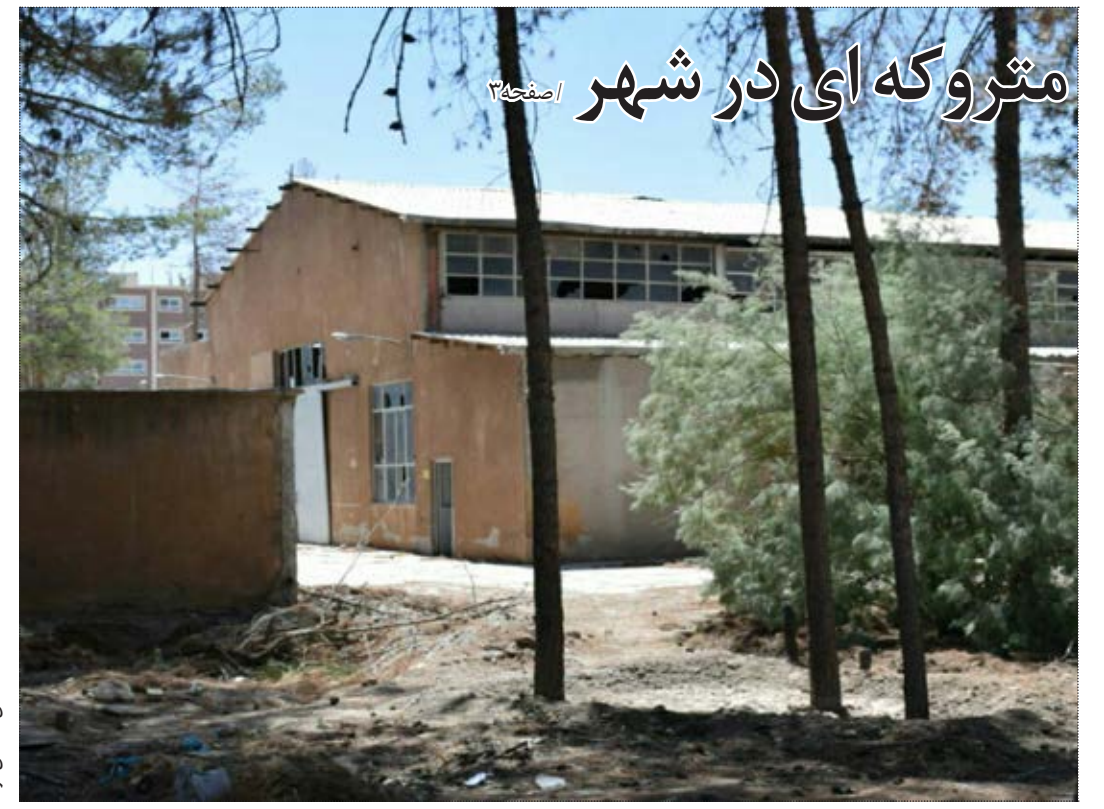
هرم پور

ایستگاه اول - سخن گفتن از چرایی «استان» شدن خراسان جنوبی و چگونگی اش شاید شیرین باشد اما برای بعضی ها خسته کننده هم هست. آغاز و انجام این راه، مرارت ها و مشقت ها و سختی هایش برای همه کسانی که آن روزها تلاش می کردند هنوز هم غیرقابل باور است و البته چون به این راه و به هدفش اعتقاد داشتند، نه خسته می شدند و نه متنی می گذاشتند چه اصلاح طلب، چه اصول گرا و چه هر گرایش سیاسی دیگری. آن روزها همه در صحنه بودند و برای به ثمر رساندن تلاش ها، همت می کردند. امروز، تقریباً سیزده سال از تأسیس استان خراسان جنوبی می گذرد. شاید در آن روزهای سخت و طاقت فرسای تلاش برای ایجاد یک استان مستقل، برخی از ما به دنبال یک «رویا شهر آرمانی» بودیم و بعضی ها با کمی دقت به اطراف و تجربه آموزی از استانهای با شرایط مشابه، واقع بینانه تر فکر می کردیم و بر این... (ادامه سرفصله در صفحه ۲)

## یکم و دوم شهریور در بیرجند برگزار می شود

# همایش کشوری اشتغال مشارکتهای مردمی

قاسمی - مدیر کل بهزیستی استان خبر داد: در هفته جاری خراسان جنوبی میزبان «دکتر محسنی بندپی»، معاون وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی و رئیس سازمان بهزیستی ایران به همراه قائم مقام های مشارکت های مردمی و توانمندسازی بهزیستی کشور و معاونان مشارکت های مردمی بهزیستی استان ها خواهد بود. عرب نژاد تصریح کرد که این مسئولان در روزهای سه شنبه و چهارشنبه (یکم و دوم شهریور) در همایش کشوری معاونان مشارکت های مردمی، اشتغال و مؤسسات غیردولتی بهزیستی کشور که در خراسان جنوبی برگزار می شود، حضور خواهند داشت. به گفته وی مهمترین محورهای همایش مذکور پس از افتتاحیه همایش با حضور مقام های مسئول کشوری در ۵ کارگروه تخصصی مورد بررسی قرار خواهد گرفت که مهمترین آنان ها در بخش مشارکت های مردمی، تدوین دستورالعمل مالی، راهکارهای استفاده از روش های نوین جلب و فرهنگ سازی و نهادینه کردن این مشارکت ها می باشد. ... (مشرح در صفحه ۷)



عکس: احسان توپالا

آغاز مرمت سرزمین لی لی پوت های ایران صفحه ۷	برگزاری مراسم شهید حججی در بیرجند صفحه ۷	۲۷۳ مددجوی استان مهارت های فنی حرفه ای می آموزند صفحه ۷	هزینه کرد ۱۷۲ میلیارد تومانی بیمه سلامت در بخش درمان صفحه ۷	«اشتغال» بدون سرمایه گذاری معنا ندارد صفحه ۷	برگزاری اولین المپیاد ورزشی زندانیان استان همزمان با سراسر کشور صفحه ۷
--	---	--	--	---	---

به یک نیروی آقا لیسانس نرم افزار، مسلط به سیستم دوربین مدار بسته و شبکه نیازمندیم. ۳۲۴۵۰۷۰۲

ورودی مجانس رایگان

## هتل جهانگردی بیرجند

ورود برای عموم آزاد است

افتخار دارد

باز راه اندازی سه سالن مجزا

(کل فرگسی، کل زعفران، کل گندم)

با ظرفیت ۶۰۰ نفر میزبان میهمانی ها و مراسم شما سروران و بزرگواران باشد

و اکنون با راه اندازی رستوران در فضای باز و ارائه بیش از ۲۵ نوع پیش غذا، غذای سنتی و دسر در میز کامل آردور پذیرای شما خوبانیم.

تلفن تماس: ۳۲۲۲۲۳۲۰ - ۰۵۶

## جناب آقای مهندس مهدی فاضلی

انتصاب شایسته جناب عالی را به سمت

### رئیس اداره تعاون، کار و رفاه اجتماعی شهرستان نهبندان

که نشان از لیاقت و درایت شما می باشد، تبریک می گویم و از خداوند منان برایتان توفیق روز افزون خواستاریم.

محمد رضا لطف الهی - مدیر عامل و پرسنل شرکت معدنی الماس گرانیت

## کباب بر و جگر کسرتی

کوبیده و جگر گوسفندی

گوشت داغ، جوجه، پاپین، چنجه

خیابان ارتش / حد فاصل عدل و معلم / جنب لوستر فروشی

۳۲۲۲۷۰۱۸ - ۰۹۱۵۵۶۲۵۸۲۸

کم ای رای جی بکیریم ودر استفاده هینه از این منبع حیاتی تلاش نماییم

## آگهی فراخوان مناقصه عمومی

شرکت آب منطقه ای خراسان جنوبی در نظر دارد:

از طریق فراخوان مناقصه عمومی نسبت به واگذاری خدمات امور حمل و نقل شرکت در سال ۱۳۹۶ با مشخصات زیر به شرکت های واجد صلاحیت اقدام نماید.

**نام و نشانی مناقصه گذار:**

شرکت آب منطقه ای خراسان جنوبی به آدرس بیرجند - خیابان پاسداران - پاسداران ۳۰ - تلفن ۳۳۴۵۵۹۰۰ - ۴

**موضوع مناقصه:**

واگذاری خدمات امور نقلیه شرکت جهت سرویس دهی برون شهری و درون شهری با خودروهای پژو یا سمند (مدل ۱۳۹۴ به بالا)

**شرایط شرکت های متقاضی:**

الف: داشتن گواهی صلاحیت از اداره تعاون، کار و رفاه اجتماعی محل فعالیت در رشته و پایه با سقف مالی مورد نیاز ب: نداشتن سابقه خلع یدی در دو سال گذشته ج: دارا بودن سوابق کاری مشابه د: مدت پیش بینی انجام خدمات ۱۲ ماه شمسی

**نوع و مبلغ تضمین شرکت در مناقصه:**

یک فقره ضمانتنامه بانکی به میزان ۱۹۲.۵۰۰.۰۰۰ (یکصد و نود و دو میلیون و پانصد هزار) ریال دارای حداقل ۳ ماه اعتبار به نفع شرکت آب منطقه ای خراسان جنوبی محل، زمان و مهلت دریافت و تحویل اسناد مناقصه:

شرکت های متقاضی می توانند از تاریخ ۱۳۹۶/۰۵/۳۱ تا ۱۳۹۶/۰۶/۰۵ جهت دریافت اسناد مناقصه به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به آدرس setadiran.ir مراجعه نمایند.

**مهلت تحویل اسناد:** حداکثر تا ساعت ۸ صبح روز چهارشنبه مورخ ۱۳۹۶/۰۶/۱۵ خواهد بود.

**تاریخ و محل برگزاری جلسه بازگشایی پاکت:**

ساعت ۹:۳۰ صبح روز چهارشنبه مورخ ۱۳۹۶/۰۶/۱۵ در محل شرکت آب منطقه ای خراسان جنوبی خواهد بود.

**مدارک لازم جهت دریافت اسناد:**

الف: فیش واریزی به مبلغ ۵۴۵.۰۰۰ (پانصد و چهل و پنج هزار) ریال (شامل ۵۰۰.۰۰۰ هزار ریال بابت هزینه اسناد و ۴۵.۰۰۰ ریال بابت ارزش افزوده) که باید به حساب سیبا شماره ۲۱۷۵۰۸۲۱۹۷۰۰۵ بانک ملی شعبه مرکزی بیرجند به نام شرکت آب منطقه ای خراسان جنوبی از طریق سامانه ستاد بصورت الکترونیکی پرداخت گردد.

ب: عضویت در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت

روابط عمومی شرکت آب منطقه ای خراسان جنوبی

## آگهی مزایده فروش اراضی تجاری مرحله سوم شماره شناسه ۷۲۸۹۷

شهرداری سربیشه در نظر دارد: با رعایت آیین نامه شهرداری ها مصوب ۴/۱۲/۴۶ و به استناد بند یک مصوبه شماره ۴/۹۵/۴۹۶ مورخ ۹۵/۱۰/۸ شورای اسلامی شهر سربیشه نسبت به فروش تعداد ۶ قطعه از اراضی متعلق به خود با کاربری تجاری واقع در خیابان جانبازان و شهید گورکانی (مجمع تجاری ثامن) به شرح مندرج در جدول ذیل به منظور تأمین منابع مالی مورد نیاز از طریق مزایده کتبی به صورت نقد اقدام نماید. لذا از کلیه متقاضیان دعوت می شود جهت کسب اطلاعات بیشتر و نیز اخذ فرم شرکت در مزایده حداکثر تا پایان وقت اداری روز یکشنبه مورخ ۹۶/۱۲/۹ به واحد حسابداری شهرداری واقع در میدان طالقانی مراجعه فرمایند.

ضمناً شهرداری در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادات مختار بوده و شرایط شرکت در مزایده در فرم مربوطه لحاظ گردیده است. جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره های ۰۵۶۳۲۶۶۲۵۰۸ - ۰۵۶۳۲۶۶۴۴۳۷ تماس حاصل فرمایید.

ردیف	شماره قطعه	نوع کاربری	مساحت (مترمربع)	قیمت پایه هر متر مربع (ریال)	قیمت پایه کل هر قطعه (ریال)	۵ درصد سپرده هر قطعه (ریال)	آدرس ملک
۱	۲	تجاری	۶۰	۴/۰۳۴/۰۰۰	۲۴۲/۰۴۰/۰۰۰	۱۲/۵۰۰/۰۰۰	نبش خیابان جانبازان
۲	۳	تجاری	۶۰	۴/۰۰۰/۰۰۰	۲۴۰/۰۰۰/۰۰۰	۱۲/۰۰۰/۰۰۰	و شهید گورکانی
۳	۴	تجاری	۶۰	۴/۰۰۰/۰۰۰	۲۴۰/۰۰۰/۰۰۰	۱۲/۰۰۰/۰۰۰	(مجمع تجاری ثامن)
۴	۹	تجاری	۶۰	۳/۹۳۴/۰۰۰	۲۳۶/۰۴۰/۰۰۰	۱۲/۰۰۰/۰۰۰	
۵	۶۰	تجاری	۶۰	۴/۱۶۷/۰۰۰	۲۵۰/۰۲۰/۰۰۰	۱۳/۰۰۰/۰۰۰	
۶	۶۱	تجاری	۶۰	۴/۱۶۷/۰۰۰	۲۵۰/۰۲۰/۰۰۰	۱۳/۰۰۰/۰۰۰	

## اسنوا SNOWA

### فروشگاه سامان

## فروش اقساطی ۳۶ ماهه اسنوا و دوو تا سقف ۲۰ میلیون تومان بدون پیش پرداخت

خیابان منتظری - نبش منتظری ۹ - جنب بانک قوامین

۳۲۲۲۸۴۶۶ - ۳۲۲۳۲۰۹۰ جعفر ناصری





#### سلام آوایی ها

#### دلیل محبوبیت من چیست؟!



تندرو- دوستداران عرصه نقد و شخم زنی مزاج هنری و سیاسی، سلام، اصلا تا به حال به این فکر کرده اید که دلیل محبوبیت روزافزون من چیست؟ ۱- دانش سینمایی ام که باعث می شود از هیچ فیلمی خوشم نیاید و در واقع اصلا فیلم می بینم که از آنها بدم بیاید. ۲- صدای آرام و در گلو مانده ام که یادآور تفنگ خفه کن های فیلم های جیمزباند است؛ به چه خفن! ۳- این که اهل مامشات نیستم وبه همه چیز و همه کس گیر می دهم، آنهم به طوری که از سر تا پای شان را در برگرد ۴-شکم ام که غالبا مخاطب را به یاد تتراهای قروت مالی می اندازد، البته از زاویه داخلی اش. ۵- زست های تفکری ام ( دودست تو هم، دست زیر چانه، دست بغل شقیقه، دست به کمر، دست زیر بغل و …) ۶-اسلو بودن سنکات و وچنات ام، ۷-برگزاری مراسم دعا و زنجموره برای در، در به در شدن مسئولیتی که روی اعصابم هستند. ۸- عینک هنری و نگاه های به شدت نافذم در ترکیب چهره کرمی مایل به زردم ۹- اعتماد به سفق بسیار بالا و نگران کننده ام ۹-نقدهای پرمحتوا و سوزاننده وبه اسفل السافلین هدایت کننده ام. ضمن تفکر درباره موارد بالا، رفقای عزیزتان را با ما آشنا کنید. اگر شلوغش نکنید من قهر می کنم و حتما از اینجا می روم، بدرود

#### دیالوگ های ماندگار فامیل دور

- \* اینایی که میگن پول خوشبختی نمیاره. آقا بیاید و منو بدبخت کنید.
- اینقدر بهم پول بدید تا به خاک سیاه بشینم، نامردم اگه اعتراضی کنم!!!!
- \* سه نوع دور داریم. اونی که دستت بش نمی رسه!<sup>!</sup> اونی که چشمت بهش نمی رسه!<sup>!</sup> اونی که فکرت هم بش نمی رسه!<sup>!</sup>
- \* راه رفتی راه باید رفت؛ در بستنی راه باید بستا و در بستنی رو باید لیسید!!!!

#### نیسان!



رفتی کنار پیکان، ای یارخوب، نیسان!
مهرت نشسته برجان، ای یارخوب، نیسان
من عاشق تو بودم!دلنتگ چرخ هایت برگرد سوی میدان، ای یار خوب، نیسان
مغرو کهنه کارم، بر پشت تو سووارم دوری نباشد آسان، ای یار خوب، نیسان
جان سخت و پرتوان تو، برجاهه ها روان تو هرجای لا مکان تو، ای یار خوب، نیسان
هرگز نشد رقیبت، حتی پراید وانت ای بیز تیر دنلان، ای یار خوب، نیسان
زیبای خخته ی من، شعر شگفته ی من ای آبی از تو ایران، ای یار خوب، نیسان
در اوچ هر ترفایک، چون نقل مجلسی که آورده راه بنلان، ای یار خوب، نیسان
”ما را به جز خیالت فکری دگر نباشد“
خرجت شده فراوان، ای یار خوب، نیسان
ای روشن از تو شهرم، با دشمن تو قهرم ای برکت خیابان، ای یار خوب، نیسان
گفته وزیر نفتی، آتش زنید او را آتش شود گلستان، ای یار خوب، نیسان
رفتی خدا نگهدار، شد صاحب تو بیکار ای هم نشین پیکان، ای یار خوب، نیسان
\* **ملیحه خوشحال**

# نیش و نوش

## دمپایی، همدم تنهایی



راه راه: ما دمپایی ها را دست کم نگیرید. فکر نکنید همین دو لنگه ی بی رنگ و چرکی که بوی جوراب می دهد و یک جای خوابگاه پارکش می کنید و بعد هم پیدایش نمی کنید، چیز بی اهمیتی است. ما دمپایی ها نقش مهمی در زندگی بشریت داریم. ساده و سطحی که فکر کنید ما را فقط جلوه ای از کلت های سلف می بینید اما اگر ماها نباشیم دست تنها می مانید و با هیچ چیزی نمی توانید دهان فاقد شعورها را کارواش کنید. اگر ما نبودیم، با چه چیزی می خواستید گوش الاغ برای خودتان درست کنید و جلونشینان کلاس را نصیحت کنید؟

ما دمپایی ها حتی نقش بسیار مهمی هم در تاریخ

داریم. چه دعواها که به خاطر پوشیدن ما توسط غریبه ها، صورت نگرفته؛ چه خون ها که به خاطر خیس کردن ما بعد از دستشویی، ریخته نشده. مثلا وقتی هیتلر تصمیم به حمله به لهستان گرفت، از پوشیدن دمپایی خیس دستشویی عصبانی بود.

نیوتون هم الکی گفت سبب که باکلاس باشد، وگرنه همان دمپایی به کله اش خورده بود و عصبانی شد و از همه بشریت انتقام گرفت.

تحقیقات اخیر نشان داده است که مراقبان جلسات امتحان هم، یکبار دمپایی خیس با جوراب پوشیده اند. پس حواستان به دمپایی ها باشد که اثر مستقیمی بر زندگی تان دارد. خیششان نکنید. / **فروغ زال**

## تکدی گری بیکاری نیست؛ باکاری است



آن‌ها مجبور نباشند خدایی نکرده برای نان سفره زن و بچه‌شان دست به کارهای زانم لال دولتی بزنند و عزت نفسشان را برای دوهزار حقوق ماهیانه‌ای که معلوم نیست باشد یا نباشد از دست بدهند. / **افشار جابری**

## آبروداری به سبک نوین



- خب، از مهمونی بگو، خوب برگزار شد؟
+ آره خداروشکر، دست درد نکته خیلی خیلی آبرومندانه بود ...
- تبریسدن من کجام که؟
+ من زودتر از این که بیرون بشون گفتم رفتی یونان ماموریت ... خیلی خوشحال شدن، حتما باید یه سوغاتی آبرومندانه جور کنیم براشون
- باشه، اینجا من میتونم مجسمه چوبی بسازم، مجسمه زئوس رو تو حالت های مختلف درست میکنم آزاد شدم بدیم بهشون
+ راستی از طرف تو خیلی از سواحل یونان براشون تعریف کردم؛ اومدی بیرون سعی کن برترزه باشی. توی این تایم های استراحت وقت رو تلف نکن، برو یه گوشه حیاط آفتاب بگیر که برترزه بشی. باید آبروداری کنیم.

- باشه خواسم هست، همه پولا خرج شد؟
+ بیشترت خرج شد ولی خیلی خوب بود مراسم، چشم های زن برادرم داشت از حدقه در می اومد، من واقعا به داشتن مردی مثل تو افتخار میکنم ... ( اشک در چشمانش حلقه می زند)
- منم به داشتن زنی مثل تو افتخار می کنم ... راستی چه قدر طول می کشه پول طلبکارا رو بدیم؟
+ نگران نباش تو. خودم تو بیمارستان اضافه کار گرفتم دارم یه کله کار می کنم ... تا پنج شیش سال دیگه ایشالا ازاد میشی ...
- اگه تا اون موقع دوباره خواستن بیان مهمونی چی؟

قاب عکس	سید محمد سیاح
<span></span>	<span></span>
با توجه به حذف ضبط صوت ، کیف آچار و بزین از پراید تحویلی مدل ۹۶ ، از پراید مدل ۱۴۰۰ تحویلی به مشتریان رونمایی شد!	

داده نما، آوای خراسان جنوبی			
<span></span>	<span></span>	<span></span>	<span></span>
<span></span>	<span></span>	<span></span>	<span></span>
اگر نمیتوانید گوشت فرمزنجورید موادغذایی زیر راچایگزین کنید: عدس، کاکائو، آویشن، زردچوبه، اسفناج، لوبیا سفید (همه بیشتراز گوشت آهن دارند)			

رسول آذرگون	کاریکاتور
<span></span>	<span></span>
این ۲۸ هزارنومن پارتانه ما رو نمیتونی دومی دولت بابت همین که نو حاکم هستش بقتدر دارم نورم پرداختا می کنم؟	

#### ضرب المثل محلی

**آو از دستی نِمِچِگِه**: آب از دستش نمی چکد. کنایه از اینکه شخص خسیسی است.
**بَنی آدم بَنی عَدَتِه**: کنایه از اینکه آدمی تابع عادت‌هایش است.

داستان طنز
اصلاح
<span></span>
روزی ملانصرالدین دست بچه ای را گرفته وارد سلمانی شدوبه سلمانی گفت: چون من تمجیل دارم اول سرما را برش میدم موهایی بچه را بزَن. سلمانی هم تقاضای او را انجام داد. ملا بعد از اصلاح لباسش را برداشت و رفت و گفت: تاچند دقیقه دیگر برمی گردم! سلمانی سر طفل را هم اصلاح کرد و خبری از آمدن ملا نشد! سلمانی رو به طفل نمود وگفت:بدرت نیامد! بچه گفت <span> </span> : اوپدرم نبود. سلمان گفت <span> </span> : پس که بود؟ بچه پاسخ داد: او مردی بود که در سر کوجه به من گفت بیا برویم دو نفری مجانی اصلاح کنیم <span> </span> !

خانه ملا
روزی جنازه ای را می بردند پسر ملا از پدرش پرسید <span> </span> : پدرجان این جنازه را کجا می برند؟! ملا گفت او را به جایی می برند که نه اب هست نه نان هست نه پوشیدنی هست و نه چیز دیگری پسر ملا گفت: فهمیدم او را به خانه ما می برند.

قبر دراز
روزی ملا از گورستان عبور می کرد قبر درازی را دید از شخصی پرسید اینجا چه کسی دفن است!ا شخص پاسخ داد: این قبر علمدار امیر لشکر است! ملا با تعجب گفت: مگر او را با علمش دفن کرده اند؟!

خنده بر هر دردی بی درمان دواست
هنگام خندیدن، به خصوص بعد از صرف غذا، مغز ما ماده ای به نام، اندرفین (Endorphins) را در رگ های خونی ترشح می نماید که باعث روان شدن جریان خون می شود و این یک قرص ضد غلظت خون است که خداوند به ما هدیه کرده تا شادکامی خود را حفظ کنیم. امروزه آن را سیستم قدرت شفا بخش طبیعی می نامند.

بیست ساعت صافکاری روبروی آینه
<span></span>
بس که مالیدی به رویت رنگ و روغن دلبرم پیر بودی، من ندیدم، خاک عالم برسرم عاقبت رسواشوی در زیر باران ناقالا رنگ می بازی عزیزم! فکر کردی من خرم؟! از چه پنجاه میوشوی در این همه رنگ و لعاب گفته بودم من به حیلت های تو بی می برم چشم خود را از میان ریملت بیرون بکش تا مرا بهتر ببینی، من همین دور و برم! بیست ساعت صافکاری روبروی آینه

بهر این باشد که ساعتی بگویی محشوم؟
گفتم این لبهایی تو از هر جهت پف کرده است!
گفت آری گونه ام هم می کند گاهی ورم!
نصف قدش کفش و یک سوم از آن کیلیبس بود دست از او هم عاقبت باید بشویم لاچرم قلب من جای تمام دختران عالم است باچنین جغرافیایی کشوری پهناورم آمدنی جانت به قربانم ولی دیر آمدی صبر من سر آمد و دنبال کیسی بهترم فتنه ها آمد وسطا، هشتاد و هشتی شد به پا از هجوم بی حجابی های تو بر پیکرم

**\* مهدی پیر هادی، سید مهدی طیار، محمدحسین فیض، افشار جابری، سیدمحمدحسینی، یرثی، رضانی**



صعود تیم کوهنوردی فرماندهی انتظامی استان به قله دماوند



منتخب تیم کوهنوردی فرماندهی انتظامی استان به قله های دماوند، علم کوه و کرکس صعود کردند. به گزارش خبرنگار پایگاه خبری پلیس، این تیم که متشکل از سه نفر: سرهنگ غلامحسین بهلگردی، سرگرد حمید درهی و ستوانیکم برات اخوت بودند که به مدت هفت روز قله های دماوند را به ارتفاع پنج هزار و ۶۷۱ متری، علم کوه چهار هزار و ۸۵۰ متری و کرکس سه هزار و ۸۵۰ متری فتح کردند.

۳۰ مدال و نگرارنگ کارانه گاهای خراسان جنوبی در مسابقات بین المللی

تیم ۴۰ نفره استان از شهرهای فردوس، سرابان، سه قلعه و آیسک در دومین دوره مسابقات بین المللی کارانه جام نقش جهان یادبود شهید حججی به مصاف حرفیان خود رفتند و موفق به کسب ۳۰ مدال نگرارنگ شدند. به گزارش خبرنگاری صدا و سیما مرکز استان، تیم شهدای سه قلعه ۳ طلا، ۳ نقره و ۷ برنز، تیم سرابان یک طلا، ۵ نقره و دو برنز، تیم شهدای آیسک ۳ مدال برنز، تیم فردوس یک نقره و دو برنز و تیم شهدای مصعمی ۳ مدال برنز را از آن خود کردند. در مسابقات سبک شوتوکان ایران ۷۷۰ کارانه کا خانم و آقا از ۲۵ استان کشور به همراه ورزشکارانی از پنج کشور آسیایی عراق، پاکستان، افغانستان، تاجیکستان و فیلیپین به مدت ۳ روز در دانشگاه آزاد اسلامی نجف آباد باهم رقابت کردند.

پیروزی تیم والیبال ایران بر قبرس

ایرنا- دانشجویان والیبالیست ایرانی در نخستین دیدار خود در بیست و نهمین دوره بازی های دانشجویان یونیورسیتاد جهان با نتیجه سه بر صفر بر تیم قبرس غلبه کردند. تیم ملی والیبال دانشجویان ایران در این مسابقه با امتیازات ۲۵ بر ۱۸، ۲۵ بر ۱۴ و ۲۵ بر ۱۲ پیروز شدند.

لیگ فوتبال ایران در رده هفتم آسیا

ایرنا- لیگ فوتبال ایران در تازه ترین رده بندی لیگ های فوتبال قاره کهن با ۶۹۵۷۹ امتیاز بدون تغییر نسبت به ماه گذشته همچنان در جایگاه هفتم آسیا قرار دارد. این رده بندی براساس عملکرد تیم های ملی و باشگاهی در رقابت های قاره ای آسیا محاسبه شده است.

مبارزه با انواع سرطان ها تا کاهش کلسترول با یک خوراکی



سیرفولاید بسیاری برای بدن دارد. سیر در زمان جویدن، له یا خرد کردن باعث آزاد شدن ماده شیمیایی آلیسین می شود. آلیسین موجود در سیر سدی محکم در برابر بیماری ها به حساب می آید. قبل از ابداع پنی سیلین

ورزش؛ ابزار قدرتمند برای کنترل دیابت



ورزش کردن بی خطر در بیماران دیابتی می تواند چالش برانگیز باشد، اما ورزش زحمتش را دارد. معلوم شده که ورزش منظم قند خون را پایین می آورد. در هنگام ورزش، قند موجود در خون برای سوخت رسانی به

کمبودهای ویتامینی که میگردن را تشدید می کنند



یک روانپزشک گفت: «در حال حاضر ۱۰ درصد مردم جهان مبتلا به میگرن هستند و زنان ۳ برابر بیشتر از مردان مبتلا می شوند.» نینا سلامت بخشش با بیان اینکه کمبود برخی از ویتامین ها نیز با افزایش حملات میگرنی همراه

فواید کلم کیل برای پوست



نیاز روزانه بدن را تامین می کند. از طرفی کیل باعث افزایش دریافت میزان کلسیم و آهن دریافتی خواهد شد. استفاده از کلم کیل در رژیم غذایی روزانه نه تنها برای سلامت عمومی بدن مناسب است، بلکه حاوی موادمغذی دوستدار سلامت پوست می باشد. ویتامین C به ساخت کلاژن مورد نیاز بدن برای استحکام پوست کمک می کند.

عوارض مصرف زیاد غذاهای چرب



غذاهای چرب محتوی چربی های اشباع شده، چربی ترانس و کلسترول با ضعف در سلامت سیستم قلبی و افزایش خطر کلسترول بالا، فشارخون بالا و ایست قلبی در ارتباط است. مصرف بیش از حد چربی های ناسالم عامل اصلی خطر ابتلا به بیماری قلبی و

وقتی قلیان می تواند برای سلامتی ریه ها مفید باشد!



مضر باشد. این متخصص طب سنتی ادامه داد: اگر از قلیان به نحو صحیح استفاده شود، نه تنها ضرری به بدن انسان نمی رسد بلکه می تواند برای ریه ها مفید نیز باشد، به طوری که اگر در مخزن شیشه ای قلیان از عرق نعنا استفاده شود و بخارات آن وارد ریه ها شود، می تواند برای ریه مفید واقع شود.

می تواند برای بدن مفید باشد. وی افزود: متأسفانه امروزه در قلیان ها از تنباکوهای میوه ای استفاده می شود که این موضوع می تواند به ریه و دستگاه گوارش انسان آسیب جدی برساند، همان طور که بسیاری از پزشکان می گویند که هر وعده استفاده از قلیان می تواند به اندازه ۱۰۰ نخ سیگار برای بدن

متخصص طب سنتی گفت: استفاده از عرقیات نعنای آرام بخش در قلیان بدون قرار دادن تنباکو می تواند برای ریه ها مفید باشد. نعمتعلی، مسعودی گفت: باید توجه داشت که استفاده از قلیان می تواند به گونه های متفاوتی انجام شود، به طوری که در مواقعی استفاده از آن به ضرر سلامت انسان و در مواقعی نیز

مأمور وظیفه شناس ۴۴ میلیون پول نقد را به صاحبش بازگرداند

رئیس بازرسی فرماندهی انتظامی استان خراسان جنوبی گفت: مأمور وظیفه شناس شهرستان فردوس با پیدا کردن یک قفله چک در وجه حامل به مبلغ ۴۴ میلیون ریال را به صاحبش بازگرداند. به گزارش خبرنگار پایگاه خبری پلیس، سرهنگ سید حسین حسینی در تشریح این خبر اظهار داشت: یکی از کارکنان کالتری ۱۵ اسلامی شهرستان فردوس هنگام گشت زنی در سطح حوزه استحفاظی، مقابل عابر بانک یک قفله چک ۴۴ میلیون ریالی را پیدا و بلافاصله به شب بانک های اطراف اطلاع رسانی می کند. وی افزود: این مأمور وظیفه شناس در کمال صحت عمل و با بررسی مدارک موجود؛ مالک را شناسائی کرد و پس از بررسی های لازم و احراز هویت یک قفله چک پیدا شده را به صاحبش تحویل داد که اقدام وی موجب خرسندی و ابراز رضایت این شهروند شد. سرهنگ حسینی با بیان اینکه صداقت و امانتداری در مسائل مادی و معنوی و ترویج این فرهنگ در آحاد جامعه، امری ضروری است گفت: به منظور ترویج فرهنگ خود کنترلی، ارتقا صحت عمل و ارج نهادن به این عمل خدایندانه و الگوسازی رفتارهای شایسته، از این امانت داران تقدیر می شود.

هفت زخمی بر اثر تصادف ۲ خودرو در جاده سربیشه - نهبندان

ایرنا- رئیس پلیس راه استان خراسان جنوبی در تشریح این خبر گفت: بر اثر برخورد یک دستگاه اتوبوس با سواری پژو صبح روز یکشنبه در جاده سربیشه به نهبندان، هفت نفر زخمی شدند. سرهنگ حسین رضایی افزود: در این حادثه که ساعت ۶ بامداد روز یکشنبه رخ داد، هفت سرنشین پژو زخمی و به بیمارستان شهرستان سربیشه منتقل شدند. وی علت وقوع این حادثه را بی احتیاطی راننده سواری پژو در انحراف به چپ ناشی از خستگی و خواب آلودگی اعلام کرد. وی با بیان اینکه اتوبوس یاده شده در این حادثه برای انجام تست های فنی به مرکز استان منتقل می شود، اظهار کرد: این حادثه در ساعتی اتفاق افتاد که بارها تاکید شده رانندگان در این ساعات رانندگی نکنند و خستگی و خواب آلودگی عامل اصلی تصادفات در این بازه زمانی است.

دستگیری خوانندارپ؟  
حمید صفت به قتل پدر خواننده اش اعتراف کرد  
چام نیوز- مرکز اطلاع رسانی پلیس آگاهی تهران بزرگ اعلام کرد: خواننده رب معروف در ساعت ۲۰:۱۵ روز گذشته به ارتکاب جنایت و قتل همسر مادرش با انگیزه حمایت از مادر خود اعتراف کرد. متهم در اعترافات اولیه عنوان داشت که پس از تماس برادرش از کشور آمریکا مبنی بر اینکه مقتول با مادرم درگیر شده، به سرعت خودم را به خانه رساندم؛ زمانیکه به موضوع درگیری او با مادرم اعتراض کردم با یکدیگر درگیر شدیم که طی درگیری متوفی را مورد ضرب و جرح قرار دادم. سرهنگ کارآگاه حمید مکرم - معاون مبارزه باجرایم جنایی پلیس آگاهی تهران بزرگ با اعلام این خبر، گفت: پسر همسر متوفی در حال حاضر در اختیار اداره دهم قرار دارد و تحقیقات مقدماتی از وی در حال انجام است.

کاغذ دیواری، کناف دکوراتیو، پارکت، کفپوش  
زیبایی خانه خود را با مشاوره رایگان در منزل از ما بخواهید  
طراحان برتر  
با اقساط بلندمدت بدون کارمزد برای عموم

قالیشویی و مبل نشویی ترنج  
کاور شده ✓ کاور شده ✓ بدون هرگونه چروک  
تلفن: ۰۲۲۲۵۵۵۵۶ - ۷

لیست مراکز فروش خیابان معلم روزنامه آوای خراسان جنوبی

- فروشگاه آقای دستگردی - خیابان معلم - بین معلم ۴ و ۲ - لوازم التحریر مارال ۰۹۱۵۱۶۰۴۵۶۴
- فروشگاه آقای اسدالهی - خیابان معلم نبش معلم ۴ - سوپرمارکت بیا ۲ مارکت ۰۹۳۰۷۳۲۵۱۲۲
- فروشگاه آقای عباسی - خیابان معلم - نبش معلم ۳ - سوپرمارکت طلوع ۰۹۱۵۷۵۵۵۲۰۱
- فروشگاه آقای شکوفیان - خیابان معلم - نبش معلم ۵ - هایپر مارکت معلم ۰۹۱۵۱۶۰۱۲۰۰
- فروشگاه آقای ظریفی - خیابان معلم - نبش معلم ۱۱ - لوازم التحریر ۲۰ ۰۹۱۵۱۶۴۰۷۴۴
- فروشگاه آقای حاجی آبادی - خیابان معلم - بین معلم ۱۴ - ۱۲ سوپرمارکت شمس ۰۹۱۵۵۶۲۰۷۶۸
- فروشگاه آقای حاجی آبادی - خیابان معلم بین معلم ۱۳ و ۱۱ - سوپرمارکت شکوه ۰۹۱۵۳۶۲۰۶۳۵

مراکز فروش برتر

- فروشگاه آقای ابطحی - خیابان معلم - بین معلم ۱۴ و ۱۲ - لوازم التحریر ایران ۰۹۱۵۱۶۰۴۵۶۴
- فروشگاه آقای راستگو - خیابان معلم - خیابان فردوسی - سوپرمارکت سورنا ۰۹۱۹۹۲۷۲۲۱
- فروشگاه آقای اکبری - خیابان معلم - نبش خیابان ۷ تیر - سوپرمارکت مروارید ۰۹۱۰۵۴۶۱۸۶۸
- خیابان معلم - بین معلم ۴۴ - ۴۲ - سوپرمارکت جردن
- فروشگاه آقای نوفرستی - نبش چهارراه قنادی طوس - سوپرمارکت هزار و یک شب ۰۹۱۵۱۶۳۵۳۰۵
- فروشگاه سید - خیابان معلم - نبش معلم ۴۸ - سوپرمارکت ۷۲۴ ۳۲۴۳۰۴۴۵
- فروشگاه آقای فوداجی - خیابان معلم - نبش ۷ تیر ۶ - سوپرمارکت ۷۲۳ ۰۹۱۵۹۶۴۰۰۵۰
- فروشگاه آقای حاجی آبادی - خیابان معلم بین معلم ۴۳ - سوپرمارکت فروغ ۰۹۱۵۸۶۴۰۳۸۸
- فروشگاه آقای حاجی آبادی - خیابان معلم - تقاطع ۱۵ خرداد - هایپرمارکت ولیعصر (عج) ۰۹۱۵۳۶۱۸۱۴۵



