



@avanews724

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

روزنامه صبح استان سه شنبه ۳ بهمن ۱۳۹۶ ۵ جمادی الاولی ۱۴۳۹ ۲۳ ژانویه ۲۰۱۸ سال بیستم شماره ۳۹۸۸

خشکشویی و سفیدشویی

برجیس

پیک رایگان (متری برای یک لباس)

۳۲ ۴۵ ۴۵ ۷۷

آدرس: نبش غفاری ۳۰ (قربانی)

قصه بی پایان انتقال آب از دشت بحرانی

صفحه ۳



عکس: منتهی بگری

لزم ارائه خدمات فرهنگی مذهبی به جامعه عشایری استان

صفحه ۷

میانگین بارندگی به ۵ میلیمتر رسید

بارش های دور گذشته در استان میانگین بارندگی از ۱ میلیمتر به ۵ میلیمتر رسید. کارشناس هواشناسی گفت میانگین بارش ها در مدت مشابه پارسال ۸ میلیمتر و در دوازدهم... مشروح خبر در صفحه ۷

بیمه پایه دام سبک برای نخستین بار در بیرجند

صفحه ۷

سر مقاله

بیماری خیابان خواری در بیرجند!

* امین جم

اگر چرخی در خیابان های قدیمی و حتی جدید بیرجند بزنید یک نکته کاملاً آشکار می شود آن این که چیزی به نام مهندسی شهری وجود ندارد! (مشروح در صفحه ۲)



یا بنت امیرالمومنین

زینت خانه ی مهتاب به دنیا آمد
زینب حضرت ارباب به دنیا آمد

السلام علیک یا

پیام رئیس دانشگاه علوم پزشکی بیرجند به مناسبت روز پرستار



دکتر قائمی: مهربانی و صبر زینبی پرستاران
مرهمی برای رفع درد و رنج بیماران است

پنجم جمادی الاول میلاد فرخنده بانوی عشق، ایثار و نجابت حضرت زینب کبری (س)، بهانه ای برای یادآوری اوج رشادت و شجاعت یگانه پرستار دشت نینوا و عظمت آن حضرت در تاریخ پرفراز و نشیب اسلام ناب محمدی (ص) و حماسه حسینی است. بی تردید نامگذاری این روز بزرگ و مناسبت باشکوه به نام "روز پرستار" فرصتی ارزشمند برای ارج نهادن و قدردانی از زحمات بی دریغ جامعه پرستاری به عنوان یکی از حلقه های مهم و موثر در زنجیره سلامت و ادای احترام به پرستارانی می باشد که با مهربانی و صبر زینبی خود مرهمی برای رفع درد و رنج بیماران هستند.

اینجانب ولادت باسعادت الگوی پرستاران عالم، حضرت زینب کبری (س) دخت گرانمایه امیر مومنان علی (ع) و سالروز گرامیداشت مقام پرستار

را به مجموعه دانشگاهیان علوم پزشکی بیرجند به ویژه جامعه پرستاری اعم از اساتید، دانشجویان، فارغ التحصیلان و شاغلین در مراکز آموزشی، درمانی و بهداشتی صمیمانه تبریک عرض نموده و با قدردانی از تلاش های بی شائبه یکپارچگی این عزیزان، امیدوارم با استعانت از خداوند متعال، در سایه سار معنویت و عظمت پرستار کربلا و با حمایت های مداوم و مستمر مقام عالی وزارت بهداشت، منزلت و جایگاه رفیع پرستاری بیش از گذشته ارتقا یابد از خداوند بزرگ برای همگی آرزوی سلامتی و سرفرازی می نمایم.



دکتر کاظم قائمی
رئیس دانشگاه علوم پزشکی و
خدمات بهداشتی درمانی بیرجند

جناب آقای مهندس سنجرى مدیر کل محترم تعاون، کار و رفاه اجتماعی خراسان رضوى

انتصاب ارزشمند جناب عالی را که مبین درایت، شایستگی و توانمندی اجرایی شما می باشد، صمیمانه تبریک عرض نموده و از درگاه خداوند سبحان، سربلندی و توفیق روز افزون تان را در مسئولیت جدید آرزو نمودیم.

جناب آقای غلامرضا اشرفی

با کمال مسرت، انتصاب جناب عالی را به سمت

سرپرست اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی
خراسان جنوبی

تبریک عرض نموده، از خداوند متعال موفقیت و سربلندی تان را مسئلت داریم.

اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی بیرجند

جناب آقای مهندس سنجرى مدیر کل محترم تعاون، کار و رفاه اجتماعی خراسان رضوى



ضمن عرض تقدیر و تشکر از زحمات خالصانه جناب عالی در طول مدیریت اداره تعاون، کار و رفاه اجتماعی خراسان جنوبی، توفیق همجواری با ولی نعمت مان حضرت ثامن الحجج (ع) را که نشان از درایت و کارآمدی شما می باشد، تبریک عرض نموده از حضرت باری تعالی توفیق تان را خواستاریم.

جناب آقای غلامرضا اشرفی

سرپرست محترم اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی خراسان جنوبی

انتصاب بجا و شایسته جناب عالی را تبریک عرض نموده

برایتان از خداوند متعال در منصب جدید آرزوی سربلندی داریم.

مدیریت شرکت مهراس کویر

ویژه سال
۱۳۹۷
برگزار می کند

کانون تبلیغات رویا پردازان

**نمایشگاه بزرگ
سالنامه و هدایای
تبلیغاتی**

برای اولین بار
در خراسان جنوبی

جناب آقای غلامرضا اشرفی

سرپرست محترم اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی خراسان جنوبی

انتصاب بجا و شایسته جناب عالی را که موید تجربه ذیقیمت جناب عالی در حوزه کار و تولید استان می باشد، صمیمانه تبریک عرض می نماییم.

هیئت مدیره و کارکنان شرکت دان و علوفه شرق

جناب آقای غلامرضا اشرفی

انتصاب بجا و شایسته جناب عالی را به سمت

سرپرست اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی خراسان جنوبی

که بیانگر تعهد، کارآمدی و شایستگی های برجسته آن برادر گرمی در صحنه های خدمت صادقانه به نظام و میهن است تبریک عرض نموده، موفقیت و سربلندی شما را از خداوند متعال آرزو نمودیم.

رسول حسینی و سعید جولان

جناب آقای مهندس محبی مدیر کل محترم فرهنگ و ارشاد اسلامی خراسان جنوبی

جناب آقای دکتر آذر کار مدیر محترم هتل سپهر بیرجند

جناب آقای رفیعی مدیر محترم کانون هنرمندان استان

و همه عزیزانی که در برگزاری دورهمی یاد یاران (همایش برای ورزشکاران پیشکسوت) سنگ تمام گذاشتند و ما را یاری کردند علی الخصوص مدیران و خبرنگاران رسانه ها و روزنامه های آوای خراسان جنوبی، زعفران و امروز خراسان جنوبی تشکر و قدردانی نموده و میهمانان عزیز و گرانقدر اعم از ورزشکاران و مسئولان ورزش دوست که ما را با قدوم خود مورد لطف قرار دادند نیز سپاسگزارم و برای همگان آرزوی تندرستی و شادابی دارم. به امید دیدار مجدد

سید حسین اصغری - مسئول برگزاری همایش

شرکت پخش معتبر مواد غذایی به تعدادی بازارباب با تجربه و حرفه ای (آقا و خانم) با روابط عمومی بالا و حداقل مدرک تحصیلی دیپلم نیازمند است. ترجیحا با همایه تماس. گ فته شود

استخر

پخش سراسری کیلا در مشاغل ذیل استخدام می کند:

بازاریاب آقا دارای کارت پایان خدمت، حداقل دیپلم، حداکثر سن ۳۵، تمام وقت و پاره وقت

حسابدار خانم دارای مدرک دیپلم به بالا و مسلط به حسابداری، حداکثر سن ۳۵

آدرس: شهرک صنعتی، نبش تولید ۶ / تلفن: ۳۲۲۵۵۰۹۶ حضور در ساعت ۲ الی ۴

تیبا صندوق دار مدل ۹۱ و ۹۲ خریداریم

استاندار و نمایندگان مجلس، پیگیری کسب ماهیانه پیشرفت کار و بازدید از پروژه باند دوم محور بیرجند به قاین به عنوان مهم ترین پروژه عمرانی در زمینه راهسازی فراموش نشود. این بازدیدها باعث پیگیری بیشتر مسئولان مربوطه می شود.

915...724

سلام آوا، لطفاً به سمع جناب آقای وزیر رفاه و کار
جماعی برساینید، اگرتوانند پولدارها را از یارانه
گرفتن حذف نمایند، خیلی خوب می شود.به شرطی
که تیرشان به قشر کارگر و کارمندان باحقوق یک
میلیون تومان که به قول دولت حقوق زیر دویلمیون
شیر فقر می باشد، نخورد. باتشکر

९१५...९१५

با سلام جالب هست تمام منازل صندوق
پستی دارند آن وقت مامور شرکت گاز روز
بارانی و خیس قبض را از درز درب داخل
منازل می اندازد و بقیه قبوض همسایه ها را
هم در منزل ما ! واقعا خسته نباشید.

११५...५९३

سلام ضمن تشکر از شما که مطالبات مردم را چاپ می کنید پروژه ۱۰۲ واحدی صدف بعد ۱۰ سال هنوز پایان کار ندارد، مسئولان اتحادیه هر سال بابت تورم از اعضا پول می گیرند با توجه به نفوذ هیئت مدیره ادارات به گزارشات اعضا رسیدگی نمی کنند انشا... در فردای قیامت پاسخگو باشند.

915...9.2

با سلام و تشکر از روزنامه وزین آوا، حدود ۱۰ روز است خیابان ارتش کوچه بهاران رو برای فاضلاب چاله کنی کردند و متأسفانه با مدیریت بسیار ضعیف پیمانکار هنوز با چند بار تکرار عملیات، کارشان به پایان نرسیده. واقعا خدا را خوش میاد. اینقدر مردم راو اذیت نکنید. خواهش من از مسئولان این است که این موضوع رو پیگیری نمایند.

915...929

سلام آوا خواهشا شما کاری کن و حرف ما را به گوش صدا و سیما برسانید. وضع سیگنال ها واقعا فاجعه آور است. این چه نوع خرابی که یکجا خراب و جای دیگر خوبه. نکنه اینجا هم پارتی بازی...واقعا جای تأسف است فکری کنید.

११५...३५९

تشکر می کنیم بابت نظافت و تمیزی بازار روز
غفاری و پاسداران در طی روزهای اخیر که جلوه
ای زیبا به این مکان ها داده است.

915...297

فرماندهی محترم نیروی انتظامی خراسان جنوبی باسلام هفته گذشته ماموران کلاتری به مرغرداری بنده آمدند و کارگر افغانی را بردند ، این در حالی است که وقتی به بازار روز غفاری برای خرید رفتم بیشترکسبه اتباع افافنه بودند، مگر قانون برای همه یکسان نیست؟

११५...६१०

سلام، ما بمب اتم نمی خواهیم اطلاعات بانک
را درست کنید، دیروز رفته موسسه ... برای
اطلاعات حساب، می گویند بانک مرکزی پاک
کرده ، در سال ۲۰۱۸ به نظر شما دنیا به ما چی
میگه بعد ادعای پیشرفت هم داریم مثل اینکه
راه رفتن بلد نباشی ادعای خلبانی کنی یکی
جواب بده من گیج شدم!

9.3...66

پاسخ مسئولان به پیام شما

جوابیه بنیاد مسکن انقلاب اسلامی
خراسان جنوبی

احتراماً عطف به درج پیامک در تاریخ ۹۶/۰۱/۱۹
موضوع واگذاری اراضی دولتی در روستاها توسط
بنیاد مسکن، جوابیه به شرح ذیل می باشد:
به استحضار می رساند مرجع واگذاری اراضی
دولتی در روستاها بنیاد مسکن انقلاب اسلامی
بوده لذا متقاضی محترم که خریداری نموده مورد
افزایی غیر از بنیاد مسکن خریداری نموده مورد
استفاده قرار گرفته زمین خواران و فروشندگان اراضی
دولتی قرار ردیف می باشد از طریق مراجع
قضایی پیگیری و احقاق حق نمایند.

آلہام خرا جونی
سه شنبه ۳ بهمن ۱۳۹۶ شماره ۳۹۸۱

اجرای شدن بیمه سازه های گلخانه ای در خراسان جنوبی

صدا و سیما- بیمه سازه پوشش و تأسیسات گلخانه ای خراسان جنوبی برای اولین بار در خراسان جنوبی اجرایی شد. معاون خدمات بیمه ای مدیریت شعب بانک کشاورزی استان گفت: بیمه داران از بین عوامل خطر موجود یک یا مجموع عوامل خطر را انتخاب و نسبت به بیمه سازه گلخانه خود می توانند اقدام کنند. جواند غنچه افزود: بیمه گلخانه های فعال و با اسکلت پیچ و مهره مورد تأیید معاون باغبانی وزارت جهاد کشاورزی در اولویت است، وی آتش سوزی، صاعقه، طوفان، زلزله، برف سنگین، سیل و تگرگ را از عوامل خطر زیرپوشش صندوق بیمه عنوان کرد.

قصه بی پایان انتقال آب از دشت بحران زده آیسک

طرح شدن مجدد پروژه انتقال آب از دشت بخران
 دره آسک باز هم آرامش مردم را به هم ریخت و موجب
 نگرانی آنها شده است. سال‌ها پیش بود که چندین حلقه
 آسک به زخمی فروستند که این نمایان است. مردم
 از همان زمان، صدای اعتراض مسئولان و حفر
 آسک به علت استفاده غیر اصولی از این آب برای
 مصارف غیر شرب مثل مصرف گلخانه بلند بود و آنها
 اواسط کنترل آب خروجی از دشت بودند. مردم آسک
 خواهش می‌کردند تا آب شرب نبینند اما مخالفت
 داشت با رویه بی حساب و کتاب این آب هستند.
 به عقیده مسئولان همان طور که جاهای کشاورزی
 مردم مجزه به کنتور هوشمند شده، جاهای آب شرب
 باز باید مجزه به کنتور هوشمند شود و آب خروجی
 دشت آسک کنترل شود. هنوز کسی پاسخی به
 اعتراض مردم نداده بود که باز مسئولان بحث انتقال
 مجدد آب از دشت این آب به طرح و داغ دل
 مردم را تازه کردند. این قصه تلخ را یابایی نبود و مدتی
 است مردم مجدداً شاهد حفر جاه جدید هستند.

مگرانی ها از برداشت بی رویه آب
چهارمین دشت بحرانی کشور

مردم آیسک خواستار جلوگیری از خفر چاه در دشت جان آیسک شده و نسبت به عواقب تداوم خفر آب و انتقال آب از این دشت بحران زده به شهرستان درجوس له نگران هستند. آنها از مسئولان محلی درخواست دارند با انتقال کالایه های مردم به مسوولان استانی و کشوری، فکری به حال کاهش منابع آبی و روستاست زمین در این منطقه کنند. کارکنان سازماندهی هم با ابراز تاسف از خفر چاه جدید در دشت درجوس در آیسک و مطرح کردن مجدد بحث انتقال آب با اشاره به کاهش ۵۰ درصدی برداشت آب از ۱۶ حلقه اه آب از آیسک گفت: برداشت سالانه ۱۶ میلیون متر مکعب کشاورزان آیسک از ۱۶ چاه موتور به ۸ میلیون متر مکعب کاهش یافته و به مصرف محلی و دشت درجوس آب برداشت شده و به مناطق مختلف می رسد.

محمد رضا خرابی افزود: کسی مخالف برداشت آب از شش برای شرب مردم نیست اما وقتی می بینیم با این همه فشار و بحران آب شیرین انتقالی از این دشت برای مصارف غیر شرب مثل گلخانه به کار می رود اگرانی مردم افزایش می یابد به شش وی اگر برای کشاورزان محدودیتی ایجاد می شود چرا برای برداشت آب انتقالی به فردوس محدودیتی لحاظ نمی شود. وی اما داد: تمام امید خود را از دست داده ایم و باز می نویسم مسئولان طرح انتقال آب به یکسده است. مردم دشت آب نمی خواهند اما میباید احادی اهلای یکسده شده مطرح کرد. حتی یکی از مخالفان مجلس نیز معتقد است در

ناتوانی‌ها را که مطرح شده در قرون که به دلیل بحران «جنگ آب» در دنیا متصور است یکی از اقدامات، مدیریت مصرف آب به‌ویژه در بخش مصارف شهری را می‌توان نام برد. تحقیقات نشان می‌دهد در مناطقی که با کمبود آب مواجه است و کم‌آبی دست و پنجه نرم می‌کنند، گوشت پخت و مدیریت مصرف بهتر بوده و مشارکت عمومی را در کاهش مصرف آب شاهد هستیم. وی گفت: به نظر می‌رسد وقت آن است که با کاهش میزان آب موجود در شبکه شهر فرودس و ایجاد مصدق به سمت فرهنگ سازی و مدیریت مصرف و بهره‌وری بهینه آب حرکت کنیم.

رونشست زمین و زخمی که التیام نیافت

وی با اشاره به فرونشست منطقه افزود: نشست زمین به زلزله خاموش تشبیه کرده اند ولی هرگز تمهیدات

مادای و اعتبارات درمانی به گونه ای نبوده که این زخم، الیایا بخشد. این کارشناس رسانه با اشاره به اینکه به دلیل پنهان بودن بحران آب و نا آشنایی متولیان دولتی با عوارضی چون پدیده فرونشست زمین متأسفانه تصمیم گیری و اتخاذ تدبیر مطابق با واقعیت انجام نمی شود، تصریح کرد: بحران آب دریاچه ارومیه چون با چشم معلوم بود دیده شد و اولویت دولت یازدهم قرار گرفت ولی اینجا بحران دیده نمی شود و کسی هم به فکر نیست.

کاهش ۴۰ درصدی حبابه هر کشاورز
با کنتور گذاری

وی بر این عقیده است که این بحران آینده یک منطقه و یک یا چند شهرستان را تهدید می کند. این کارشناس رسانه و امور اجتماعی با اشاره به پیامدهای گسترده سهمی که کشور را آسیب ادامه دادند: «کشور را منطقه چهار دهه قبل با فروش ملای مسدود و مسران و فروش فرش زیر پای خود اقدام به خرید آب از چاه موتورهای قانونی خفر شده در دشت یسک کرده و این سرمایه ملکی و حق قانونی آنها به دلیل اهمیت و جایگاهش به عنوان مهریه عروس ها و کمک زندگی فرزندانشان در نظر گرفته شده و علاوه بر آنکه تعداد سهامداران را چاه موتور موجود افزایش خرده مالکی هم شده است.

وی اظهار کرد: با این حال، وزارت نیرو و آب منطقه‌ای خراسان جنوبی در راستای طرح تعادل بخشی منابع آبی دشت سرایان از چند سال قبل اقدام به کنترل گذاری چاه‌های آب کشاورزی و کاهش ۴۰ درصدی قحابه هر

**کاهش غیر قابل جبران منطقه
در صورت به فکر نبودن مسئولان**

وی تأکید کرد بهر استراتژی و فرورنشت‌های زمین
آینده که هر سال در این منطقه درحال گسترش است
زندگی مردم را تهدید می‌کند و سپس تصمیم بگیرند.
وی یادآور شد: اگر مسئولان به فکر این دشت نباشند
میانگین تاجند سال دیگر جمعیت این منطقه کاهش غیر قابل
جبرانی داشته باشد. صنعتی بگیری و اقدام جدی برای دو
شبهه ای کردن آب آشامیدنی شهرستان قزوین و قزوین و
شرب آب محل موقوفه بلده و دشت منابع آب شهرستان
قزوین را خواستار شد. نایب رئیس شورای اسلامی شهر

به اندازه نیمی از کل چاه موتورهای کشاورزی آیسک آب شرب مصرف می کند که این آب از دشت آیسک تامین می شود با این حال باز هم برخی به دنبال این هستند که مجدد طرح انتقال آب را کلید بزنند. وی ادامه داد: در حالی که منابع عظیم آبی و محتمم آب رسانی در شهرستان فردوس به وفور وجود دارد جای سوال است که چرا آب روستای پیدسکان از این منابع تامین نمی شود.

جابه‌جایی خارج از عرف

پیگیری خبرنگار ما حاکی از آن است که در گفتگوی تلفنی حسن صنعتی، نایب رئیس شورای اسلامی شهر ایسک با مدیر عامل شرکت آب منطقه ای خراسان جنوبی وی شدیداً نسبت به جا به جایی چاه بامتراژ خارج از عرف و قانون در دشت ایسک انتقاد کرد و هشدار داد

کارگاه قطعات بتونی اکبرآبادی :

تولید و اجرای :

☐ لوله های بتونی مسلح - نیرومرسی
☐ باکس های دو ، سه و چهار متری
☐ مقاطع بتونی محافظ شیرآلات گاز
☐ کولر، بلوکه دیواری و تیرچه و ...

شهرک صنعتی - جاده دهنو - جنب نیلوفر ۲ تلفن های تماس : ۰۹۱۵۸۶۲۹۱۸۷ - ۰۹۱۵۷۵۵۴۲۱۷

نوین درب هوشمند
مشاوره، تولید و اجرای انواع درب های شیشه ای
اتوماتیک به همراه ضمانت نامه ۵ ساله
۰۹۱۵۳۶۳۴۷۶۷ - ۰۵۶۳۲۲۳۱۷۹
نوین درب هوشمند ، تولید کننده درب های اتوماتیک

ایزوگام شفیعی
آسفالت (محوطه و پشت بام) و قیر گونی
۳۲۲۲۵۴۹۴ - ۰۹۱۵۱۶۳۰۲۸۳ صیاد شیرازی، مجتمع میرداماد، واحد ۹۸









ارتباط هوشمندانه

شاه کلید موفقیت در زندگی و کسب و کار

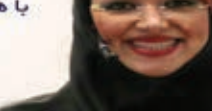
با حضور : دکتر سمیرا ذاکرانی

دکترای مدیریت کسب و کار ، سخنران بین المللی و مشاور بیش از ۵۰ برند ملی و بین المللی

زمان: چهارشنبه ۴ بهمن ماه ۹۶ از ساعت ۱۶ الی ۲۰ مکان: دانشگاه صنعتی بیرجند - سالن شهید چمران

آیا دوست دارید به همه چیز برسید اما تک و تنها باشید ؟
ارتباط هوشمندانه ستون فقرات یک بیزینس و زندگی موفق است .

ثبت نام آنلاین : <https://evnd.co/ypYf4>
 آدرس : توحید ۶ پلاک ۲۰ • تلفن جهت کسب اطلاعات بیشتر: ۳۲۴۳۷۹۷۸ • ۰۹۱۵۸۶۷۰۲۸۵



فرزندپروری؛ رسالت مغفول مادران ایرانی

* حکیمه سلحشوری

با پیشرفت علم و تکنولوژی سبک و سنگین کردن وزن امور، همچون اشیا کاری دقیق و آسان شده است اما متأسفانه باید گفت در انتخاب اولویت های زندگی، بشر امروزی دچار عدم توازن شده است، چرا که در شلوغی زاینده رنگ و لمباب های تبلیغات امروزی و پدیدار شدن اموری که هدف نمای زندگی بشری هستند نه هدف واقعی او، بشر امروزی بدیهی ترین امور را به ورطه فراموشی سپرد و اموری را در صدر زندگی خویش قرار داده که در اولویت او نیست. تعجب است که چشم هایمان را برروی حقایقی می بندیم که یافته همین علم و تکنولوژی اند و همچون کاریکاتور بخشی را از علم و تکنولوژی عاریت می گیریم و بخشی را بر اساس خواسته های خودمان عمل می کنیم؛ روزگاری زنان فرزندی را در دامن خود پرورش می دادند که آرایش داشتند و پر تلاش بودند و اجر این کار را از خدای خود می خواستند و بهایی برای آن قائل نبودند و در واقع برای این امر خطیر بهائی مادی وجود ندارد. کاش ما زنان امروز می دانستیم که در خانه ماندن و رسیدگی به یک نهال نارس و دور کردن او از بسیار آفات روحی نشان از عقب ماندن از دنیای مدرن و پیشرفت نیست بلکه خود خدمتی است بزرگ به یک جامعه و کمکی است بزرگ به پیشرفت یک کشور. اگر که الگوی خود را در اشتغال از زنان غرب گرفته باشیم باید به این امر توجه کنیم که همین کشورها برای آرایش و کمک به خانواده ها نه تنها به مادر بلکه به پدر فرصتی می دهند تا رسالت مهم خود را در سال های اولیه رشد کودک خود به انجام برسانند. جالب توجه است که از یافته های اندیشمندان همین کشورها است که

اگر کودکی دو ماه از مادر خود دور باشد می توان در طی چند سال ضرر حاصل از آن را جبران کرد و اگر این زمان دوری افزایش یابد و کودکی زیر سه سال از مادر خود دور شود ضرری که اتفاق می افتد غیر قابل جبران است و تا سال های پایانی عمر فرد، آثار خود را نشان خواهد داد. از کمترین آثار این کم کاری این است که کودکان این خانواده ها در نوجوانی و جوانی جز گروهی خواهند شد که به آنها شخصیت های ضد اجتماعی گفته می شود و گاه بزهکاران اجتماعی گروه خود را وامدار کودکان این خانواده ها می دانند. اگر راهی که می اندیشیم این است که جایگزین خودمان پدر بزرگ ها و مادر بزرگ ها را قرار دهیم باید بدانیم که خلاقت در کودکانی که سال های ابتدایی زندگیشان توسط پدر بزرگ ها و مادر بزرگ ها اداره می شده کمتر از کودکانی است که توسط مادران خود پرورش یافته اند. بد نیست که در اینجا رابطه رها کردن کودکان زیر سه سال را با آثار رو به افزایش والدینی که به خانه سالمندان سپرده می شوند مد نظر قرار دهیم. جامعه پدران و مادران جوان ما که دارای تحصیلات دانشگاهی هستند به این می اندیشند، که باید در جامعه حضور یابیم آن هم در مقابل این بهای بزرگ، از طرفی مسئولان رسانه ملی و دانشگاهها این امر را بسیار کوچک می دانند که به کودکانی که سال های ابتدایی زندگیشان توسط پدر بزرگ و مادر بزرگ ها اداره می شده کمتر از کودکانی است که توسط مادران خود پرورش یافته اند. بد نیست که در اینجا رابطه رها کردن کودکان زیر سه سال را با آثار رو به افزایش والدینی که به خانه سالمندان سپرده می شوند مد نظر قرار دهیم. جامعه پدران و مادران جوان ما که دارای تحصیلات دانشگاهی هستند به این می اندیشند، که باید در جامعه حضور یابیم آن هم در مقابل این بهای بزرگ، از طرفی مسئولان رسانه ملی و دانشگاهها این امر را بسیار کوچک می دانند که به آن نمی پردازند و قانون گذاران کشور تصویب قانون مربوط به این امر را دارای فوریتی می دانند کمتر از فوریت دیگر قانون ها! غافل آنکه آنچه در اینجا در مخاطره افتاده سلامت روان نسل بشر و جزیی است از امنیت ملی یک کشور، اسف بار است که نه تنها کودک بلکه یک جامعه باید توان مسیر اشتباهی را بپزدانند که مادران امروز بر اساس حدس و گمان در پیش گرفته اند. شاید علت انتخاب این راه بر اساس مفاد مادی اندک است در حالی که سرمایه گذاری در علم اقتصاد یعنی سود حاصل از انجام یک کار پس از کسر هزینه های آن و از طرفی این نشان از آن است که از اصل مهم اقتصادی بازگشت سرمایه نیز غافل مانده ایم، هر سرمایه گذاری در این برهه به مثابه بازگشت آن سرمایه به صورت چند برابر در سال های آتی است. اگر ما درآمد مادران در سه سال اول زندگی فرزندانمان را در یک کفه ترازو قرار دهیم و هزینه های پرداختی توسط کودک، خانواده اش و جامعه را که در سال های آتی زندگی و تا پایان عمر همراه او هستند در کفه دیگر قرار دهیم به نظر می رسد نه تنها سودی حاصل نخواهد شد، بلکه باید از جیب دیگران (حق الناس) نیز برای رفع آسیب های حاصله هزینه کنیم. هزینه ای گزاف و البته جبران ناپذیر!

خواندنی ها

خواستگاری در مقاله علمی!

مهر- یک محقق چینی در بخش تقدیر تحقیق خود ضمن تشکر از همکارش، از او خواستگاری کرد.
رویی لانگ دانشجوی مقطع دکتری مهندسی در دانشگاه علم و فناوری هانژوانگ در تحقیق خود از همکار خود پائیان مائو خواستگاری کرد. این تحقیق ماه آوریل در یک نشری منتشر شد. کنار بخش تقدیر و تشکر برای حمایت مالی او در تحقیق نوشته شده است، رویی لانگ به طور خاص از صبر و حمایت پائیان مائو طی سال های گذشته تشکر می کند. آیا با من ازدواج می کنی؟ این نشریه با لانگ تماس گرفت اما هنوز مشخص نیست پیشنهاد او موفقیت آمیز بوده است یا خیر. البته البته لانگ نخستین پژوهگری نیست که از یک نشریه آکادمیک برای مطرح کردن درخواست ازدواج استفاده می کند.



سه شنبه ۳۰ بهمن ۱۳۹۶ • شماره ۳۹۸۸

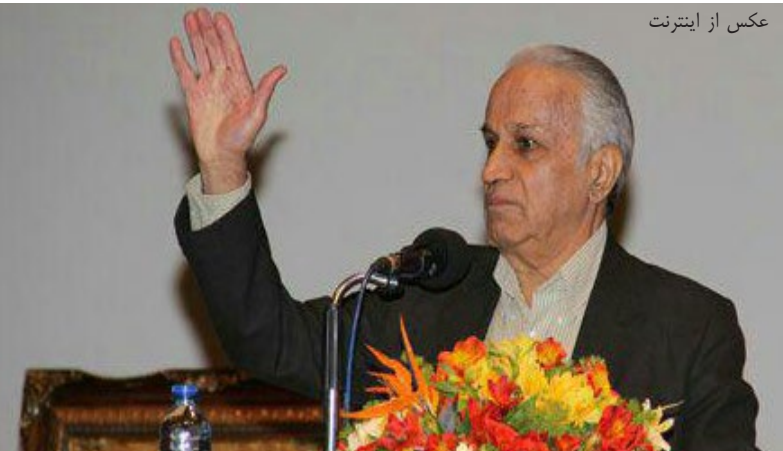
دکتر غلامحسین رونقی)فرزند بیر جند، دانشمند برگزیده شیمی ایران

پیشه ور - استاد دکتر غلامحسین رونقی فرزند محمدعلی در سال ۱۳۲۱ هجری شمسی در شهرستان بیرجند مرکز استان خراسان جنوبی متولد شد و تحصیلات ابتدایی و متوسطه را در زادگاهش گذراند. دکتر رونقی خود درباره خاطرات نوجوانی اش می گویند:
”زمانی که سیکل اول دبیرستان را گرفتم به خاطر فوت پدرم و برای همکاری و همیاری با خانواده ام مجبور به ترک تحصیل شدم و در بازار به فعالیت پرداختم. اما پس از مدتی، سه سال آخر دبیرستان را که سرنوشته آینده ام را مشخص می‌کرد بدون اینکه به دبیرستان بروم، خودم به طور متفرقه امتحان دادم و در آن مدت هم کار کردم و هم درس خواندم. پس از کسب مدرک دیپلم، در کنکور دانشگاه شرکت کردم و در دانشگاه تهران و در دانشگاه مشهد در رشته شیمی پذیرفته شدم و اگرچه در ابتدا علاقه چندانی به این رشته نداشتم اما به تدریج با توجه به بویایی این رشته و کاربردهای جالب و متنوع آن در سایر رشته ها و زمینه‌های گوناگون علاقمم به آن بیشتر شد. وی در سال ۱۳۴۹ با درجه لیسانس رشته شیمی از دانشگاه فردوسی مشهد فارغ التحصیل شد. در سال ۱۳۵۳ موفق به اخذ درجه فوق لیسانس شیمی تجزیه از همان دانشگاه شد و سپس در سال ۱۳۵۹ به دریافت درجه دکتری شیمی تجزیه از دانشگاه ایالتی میشیگان آمریکا نائل آمد. دکتر رونقی پس از اخذ مدرک دکتری در کنار تدریس و پژوهش به تحصیل ادامه داد و موفق شد مدرج فوق دکتری همان رشته را در دانشگاه های میشیگان آمریکا، تورنتو کانادا و سیدنی استرالیا طی نماید.

دلیل بازگشت، تعهد به کشور و احترام به مادر

رونقی پس از پایان تحصیلات آکادمیک به زادگاهش بازگشت و عضو هیئت علمی دانشگاه بیرجند شد. استاد رونقی که دوره دکتری شیمی تجزیه خود را از دانشگاه میشیگان آمریکا کسب کرده بود خود در جواب این سؤال عکس از اینترنت

و آنقدر برایم زحمت کشیده است که من اگر این جا بمانم، شرمندۀ اش می شوم.
پروفسور نیز در جوابم گفت: حسین، این افکار شرقی ات برایم محترم است دیگر هیچ حرفی نمی زنم اما هر زمان که خواستی می توانی به این جا برگردی و در دانشگاه ها و یا در صنایع مشغول به کار شوی.“
وی در مقطعی بین سال های ۱۳۶۶ تا ۱۳۶۹ ریاست دانشگاه بیرجند را بر عهده داشت و پس از آن به



که چه شد که به وطن بازگشتید پاسخ می‌دهد:
پروفسور ”پایلو “از من پرسید: چرا می خواهی به ایران بروی؟ من در جواب گفتم: اولاً این که من بورسیه ایرانم و به کشورم تعهد دارم و باید به این تعهد عمل کنم. مسئله دوم نیز وجود مادرم است که ارزش و احترام بسیاری برایش قائلم

۲۱ کلید غلبه بر استرسی

ورسیدن به آرامش طبیعی

بهرروز کاظمی- بسیاری از مردم به دنبال آرامش روش های مختلفی را دنبال می کنند و سعی در رسیدن به آرامش در زندگی خود دارند در ادامه ۲۱ کلید غلبه بر استرس و رسیدن به آرامش را می خوانید :
۱- زندگی روزانه و شبانه خود با عبادت پروردگارتان (نمازخواندن ، قرآن خواندن ، روزه گرفتن ، ذکر گفتن ، دعاکردن ، صدقه دادن ، احسان نمودن و …) ذهن ، دل و وجود خودتان را آرام و امید وار نمایید .
۲- در زندگی روزانه و شبانه خود از مصرف ° نوع مشروب الکلی خودداری و در عوض آب میوه های آرامش بخش طبیعی (آب سیب ، آب پرتقال ، آب گریپ فروت ، آب شاه توت ، آب البالو ، آب آناناس ، آب نارگیل و…) بنوشید .
۳- در زندگی روزانه و شبانه خود از مصرف کافئین ، قند و سیگار خودداری و در عوض از قندهای طبیعی مثل عسل ، عصاره مالت ، آب میوه های رقیق و بدون قند و نیز قهوه ، چای سبز، چای نعنا ، چای بابونه ، چای اسطوخودوس و…) استفاده کنید .
۴- در زندگی روزانه و شبانه وجود خودتان را نورانی کنید تا نور ها شما را پر انرژی ، سرزنده ، شاداب ، سبک بال ، با کارایی سالم ، راحت و متعادل داشته باشند .
۵- در وقت خواب شبانه در اتاق خواب خود زیر لامپ با نور آبی التیام بخش یا نور شمع بخوابید تا به آرامش طبیعی برسید .
۶- در زندگی روزانه و شبانه خود از رایحه های آرام بخش گیاهی و طبیعی مثل گل محمدی ، پرتقال ، لیمو ، بابونه ، نارنج ، مرزنجوش ، اسطوخودوس و… استفاده کنیدتا آرامش طبیعی را تجربه کنید.
۷- در زندگی روزانه و شبانه خود ورزش کنید (ورزشی که توان انجامش را داشته و به آن علاقه دارید) تا جسم و روان شما به آرامش طبیعی و راحتی واقعی برسد .
۸- در زندگی روزانه و شبانه خود از سبزیجات

تماشای متمرکز شعله شمع در تاریکی) را به مدت ۱۵ دقیقه انجام دهید تا ذهن تان را سالم و تسکین بخشند و به آرامش و راحتی برسید .

۱۱- در زندگی روزانه و شبانه خود موسیقی های مفید ، آرامش بخش ، انرژی بخش و لذت بخش گوش دهید تا سرحال و شادمان شوید و به آرامش طبیعی برسید .

۱۲- در طول هر روز هر گاه در خود احساس

از وجود تان دور کنید تا همواره راحت و آرام باشید

و از تمام لحظات زندگی خود لذت ببرید در غیر این صورت گرفتار افکار و احساسات منفی خود خواهید بود و هیچگاه به شادمانی و آرامش نخواهید رسید .

۱۵- در هر روز برای رسیدن به احساس آرامش کامل ، احساس شادایی و نشاط و جلوگیری از سردرد در خود ۵۰ تا ۱۰۰ میلی گرم نیاسین (ویتامین B3) مصرف نمایید .

نخستین دوره از لیگ اینترنت اشیاء کشور برگزار می‌شود

تیم‌های برگزیده مناطق مختلف کشور، در روز ۲۵ بهمن‌ماه، در فینال لیگ با هم به رقابت می‌پردازند و درنهایت ۳ استارتاپ برتر حوزه اینترنت اشیاء کشور از سوی داوران صاحب‌نام و سرمایه‌گذاران مطرح در حوزه IoT کشور انتخاب خواهند شد. بر اساس اعلام معاونت علمی، فینال لیگ همزمان با سومین کنفرانس و نمایشگاه تخصصی اینترنت اشیاء در محل دائمی نمایشگاه‌های تخصصی شهرداری تهران–بوستان گفتگو برگزار می‌شود و حضور در برنامه فینال برای همه علاقه‌مندان آزاد است.

شعر روز

شریت شادی ؛وکسولِ محبت؟

می شودیافت؟!

می شودیافت کسی،

که دراین بی رمقی

اوچ نابآوری آدم ها،،

مردن عاطفه ها،،

سردی رابطه ها،،

عشق های الکی، فست فودی،،

روزوشب های به من چه، به توجه!،، هفت

روزوشب بی حوصلگی درهفته،، بتواندگرهی بگشاید،،

حرف خوبی بزند،،

وبه بیماران هم شربت شادی وکسولِ

محبت بدهد؟!،،،

می شود یافت؟! ،بیلی!

در خم کوجه ی دردمهربان خانه ی بیمارستان!

مبارک روز میلاد زینت خلقت حضرت زینب(س) و روز پرستار برسید جامگان عرصه ی سلامت تهنیت باد!

(محمندنظام دوست تامند)

شوگفتی ها

بروز پزیدیده نادر ابر ماه سرخ آبی

۳- آزمایشگاه آنالیز دستگاهی، دانشگاه بیرجند، ۱۳۶۷.

۴- شیمی در محیطهای نائبی، جهاد دانشگاهی مشهد.

۱- روشهای الکتروشیمیایی تجزیه ای، نشر دانشگاه بیرجند، ۱۳۶۵.

۲- تجزیه های طیف سنجی نوری، دانشگاه آزاد مشهد، ۱۳۸۰.

۳- آزمایشگاه آنالیز دستگاهی، دانشگاه بیرجند، ۱۳۶۷.

۴- شیمی در محیطهای نائبی، جهاد دانشگاهی مشهد.

۱۶- برای کاهش نگرانی های روز مره خود و داشتن خوابی آرام ، عمیق و مداوم

در شب ، در صبح و شام ۲ لیوان چای گل ساعتی بنوشید تا رسیدن به راحتی و آرامش

طبیعی را در بیداری و خواب خود تجربه کنید .

۱۷- رای اینکه ذهن شما احیاء ،حافظه شما تقویت ،

روحیه شما بهتر ، جسم شما جوانتر و شادابتر ، عمرتان

طولانی تر شود و از آرامش طبیعی بهره مند باشید

۷ ساعت در شب و ۱ ساعت در ظهر بخوابید .

۱۸- در زندگی خود زمان را مدیریت کرده و کارهایتان

را به ترتیب زمان اولویت بندی کنید و نه به ترتیب

نوع و بطور کامل انجام دهید تا خیالتان راحت و آرام

باشد زیرا بسیاری از نگرانی ها ، استرسها و اضطرابهای

روزمراه ما مربوط به کارهای نیمه کاره و ناتمام ماست

که فکر آنها هیچگاه از ذهن ما خارج نمی شود .

۱۹- در عصر حاضر ما انسانها در چرخه زندگی گیر

افتاده ایم و زندگی پر سرعتی را پشت سر می گذاریم

و هر روز سخت تر و سخت تر کار می کنیم .واین

وضعیت موجب خستگی ، فرسودگی و نگرانی ما می

شود پس ضروری است این فشار زندگی را با یک

استراحت مناسب به تعادل برسانیم و هرسال حداقل

۲ بار به تعطیلات رفته و استراحت نماییم تا به آرامش

طبیعی برسیم و تعادل و سلامت ما حفظ گردد .

۲۰- اگر در شهری شلوغ و پر ازدحام زندگی می

کنید و زندگی آشفته و پر استرسی دارید و از ضعف

اعصاب و روان رنج می برید و نمی توانید بخوابید

در صبح و شام ۲ لیوان چای سنبل الطیب (والیوم

طبیعت) بنوشید تا رسیدن به راحتی و آرامش

طبیعی را در بیداری و خواب خود تجربه کنید .

۲۱- پزشکان و روانشناسان معتقدند صمیمیت و رابطه

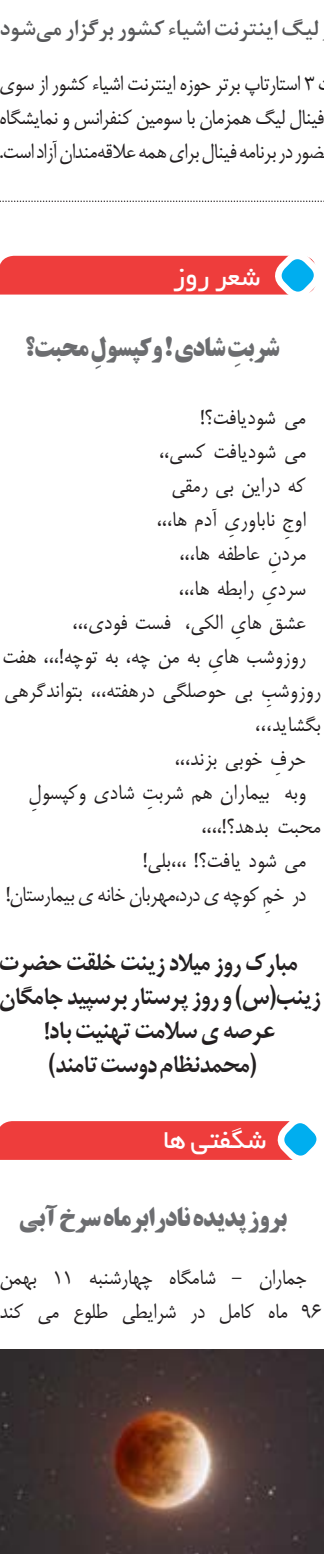
عاشقانه در زندگی زناشویی و خانوادگی معجزه شگرف

بخشیدن و دریافت کردن همدل و هماهنگ با یکدیگر

را در وجود ما به نمایش می گذارد و خاصیت ضد استرس

داشته و ظاهر و باطن وجود ما را جوان نگه می دارد و به

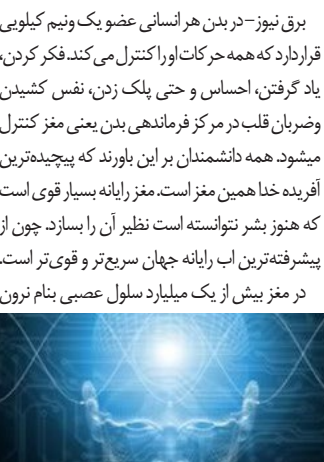
زوج ها لذت ، رضایت ، قرار و آرامش طبیعی می بخشد .



که نه تنها یک ابر ماه خواهد بود بلکه ماه آبی و نیز یک ماه سرخ یا خونین نیز خواهد بود

جذاب ترین ها

مغز انسان برق دارد!



وجود دارد. تقریبا سه هزار سال طول می کشد تا یک نفر این تعداد سلول را بشمارد. در وقت کسی فکر می کند لبخند میزند، حرکت می کند یا حتی خواب می بیند جریان الکتریسیته ای بین سلو لهای عصبی او حرکت می کند این جریان هرگز متوقف نمی شود. پیام های بی شماری هر لحظه از سلول های مغز عبور می کنند و از بزرگ راههایی بنام عصب عبور می گذرند. هر نرون الکتریسیته اندکی تولید می کند. مجموع این جریان ها می تواند یک لامپ کم مصرف را روشن کند.

خواندنی ها

پایان دردناک کره زمین نزدیک است

همزمان با آشیا شدن هسته خورشید با این هلیوم، خورشید به تحلیلی می رود. در نتیجه، موجب افزایش سرعت همجوشی هسته ای می شود. این بدین معناست که خورشید انرژی بیشتری از خود خارج می کند. در حقیقت هر یک میلیارد سال که خورشید هیدروژن مصرف می کند، ۱۰ درصد روشن تر و درخشان تر میشود. شاید این ۱۰ درصد زیاد به نظر نرسد، اما برای سیاره ما فاجعه بار خواهد بود. پیش بینی اینکه با روشن تر و درخشان تر شدن خورشید در طول یک میلیارد سال آینده، دقیقا چه اتفاقی برای زمین رخ خواهد داد خیلی نامشخص است. اما نکته کلی این است افزایش حرارت خورشید موجب خواهد شد تا آب بیشتری از سطح زمین بخار شده و در جو مستقر شود. این آب، مانند گازهای گلخانه ای عمل خواهد کرد. یعنی حرارت بیشتری را نگه می دارد. در نتیجه، روند بخار سریع می شود. یک روزی، چیزی حدود ۴ تا ۵ میلیارد سال دیگر، خورشید آخرین مقدار هیدروژن را مصرف کرده و به جای آن هلیوم مصرف خواهد کرد. در آن زمان، کره زمین دو گزینه خواهد داشت. یا از خورشید فرار کند یا اینکه توسط خورشید مصرف شود. حتی اگر سیاره ما از مسیر خورشید کنار رود، دمای گرم، به طرز غمگین و مرگباری آن را خشک خواهد کرد.





شبه ۳ بهمن ۱۳۹۶ * شماره ۳۹۸۸

خبر بد برای پرسپولیس

خبر ورزشی- پنجره نقل و انتقالات تابستانی برای تیم پرسپولیس باز نخواهد شد.این در حالی است که پیش تر گفته می شد وکیل سوئیسى در تلاش است این پنجره را برای پرسپولیسى ها باز کندرای صادره جنبه عمومى دارد و تغییر نخواهد کرد.پیش تر مهدى طارمى محرومیت خود را سپرى کرد و غرامت ۷۵۰ هزار یوروبى باشگاه پرسپولیس و مهدى طارمى هم بر اساس توافقى صورت گرفته میان باشگاه ایرانى و هم چنین باشگاه ترکیه اى بخشیده شد که فیفا با آن مشکلى ندارد اما برنامه اى برای باز کردن این پنجره ندارد و معتقد است چون تخلف محرز بوده پرسپولیس باید این محرومیت را سپرى کند.حالا پرسپولیس باید تلاش کند در ابتدای فصل اى بازیکنانش را حفظ کند. با همین ترکیب تیم پرسپولیس تیم خوبى است و چه بسا بتواند قهرمانى اش را در فصل آینده هم تکرار کند. کما اینکه در همین فصل هم گزینه اصلی قهرمانى در لیگ برتر است.

آقای گل استقلال‌ها بر کنار می‌شود؟!

آخرین خبر- رضا عنایتی سرمربی مشکی پوشان مشهد به احتمال زیاد از کار بر کنار می‌شود.از مشهد خبر می‌رسد شکست سنگین این تیم مقابل نفت تهران مدیران مشکی پوشان را به این نتیجه رسانده تا نسبت به ادامه همکاری با سرمربی خود تامل بیشتری به خرج دهند.این موضوع به گوش آقای گل سابق استقلال‌ها هم رسیده است

قرعه‌کشی رقابت‌های جام جهانی فوتبال هنرمندان انجام شد

مهر-تیم فوتبال هنرمندان ایران رقای خود را در رقابت های جهانی شناخت.چهارمین دوره جام جهانی فوتبال۷قرعه هنرمندان با حضور جمعی از ورزشکاران و هنرمندان داخلی و خارجی در سالن همایش های بین المللی جزیره کیش برگزار شد.در این رقابت ها علاوه بر ایران، ۱۲کشور از قاره های مختلف جهان حضور دارند و به رقابت می پردازند.این مسابقات از پنجم لغایت سیزم هفدهم اسفندماه در ورزشگاه المپیک کیش برگزار می شود.

برانکو به دنبال بازیکن علی دایی!

خبرآنلاین-رضا اسدی بازیکنی است که برانکو او را می‌خواهد.برانکو ایوانکوویچ از همین حالا روی بعضی از بازیکنان نظر دارد و می‌خواهد تیمش را برای فصل آینده قدرتمندتر کند. آخرین خبرها حکایت از آن دارد که این مربی کروات رضا اسدی بازیکن تیم سایپا را می‌خواهد. او اسمال در پست هافبک دفاعی عملکرد خوبی داشته و در بازی برگشت هم گل تساوی تیمش مقابل استقلال را به ثمر رساند.

بر انکو و ماجرای هافبک‌های پرسپولیس

آخرین خبر- شاید اگر برانکو میدانست کمال کامیابی‌نیا در استخر مصدوم میشود و ۴،۳ بازی را از دست می‌دهد هرگز اجازه جدایی به بشار رسن نمیداد اما به هر حال حالا رسن برای امیدهای عراق بازی میکند و در بازی بعدی پرسپولیس هم قطعا حضور نخواهد داشت.

حواستان به بینایی دل‌بندتان باشد

دکتر سلام- معاینات سالانه بینایی‌سنجی که از نوزادی آغاز می‌شود برای کودکان مفید است. کودکانی که با مشکلات بینایی مواجه هستند بیشتر از یکبار در سال باید این معاینات را انجام دهند، عواملی که احتمال بروز مشکلات بینایی در کودکان را افزایش می‌دهد عبارت‌اند از:۱-



داشتن وزن کم هنگام تولد و یا زودتر از موعد به دنیا آمدن.۲- داشتن سابقه بیماری چشم در خانواده مانند آب‌مروارید.۳- مادری که در دوران بارداری عفونت‌هایی از قبیل ایدز، سرخچه، تبخال و یا بیماری‌های مقاربتی داشته.۴- مادری که شغل سختی دارد.۵-داشتن مشکل سیستم عصبی که معمولاً با علائمی مانند تشنج یا کند شدن رشد آشکار می‌شود.

چگونه تا عید ده کیلو جاق شویم؟

باشگاه خبرنگاران- جاق‌ها و لاغرها دوست دارند تا در مدت زمانی بسیار کوتاه به وزن ایده آل خود برسند اما این هدف برای لاغرها بیشتر امکان پذیر است.بررسی‌ها نشان می‌دهند:افراد لاغر در درجه اول باید ورزش کننداین افراد باید در روز ۴۵ دقیقه پیاده روی سریع یا ورزش‌های



سنگین انجام دهند در این صورت اسید معده این افراد بیشتر ترشح می‌شود و احساس گرسنگی زیادی می‌کنند.توصیه می‌شود حین پیاده روی تنفلات پرچرب مانند تخمه آفتابگردان و فندق مصرف کنندبر این یک ماه حداکثر از خوردن نوشیدنی‌های داغ مانند چای بپرهیزید زیرا آب داغ معده را شستشو می‌دهد و باعث دفع مواد قندی از بدن می‌شود.

«روی» عنصری برای سلامتی شما

قدس آنلاین-روی در بدن ما به مقدار ناچیزی حدود ۲ تا ۳ گرم وجود دارد. همین مقدار نیز به طور نامساوی در بدن تقسیم می‌شود؛ اما آل خود برسند اما این هدف برای لاغرها بیشتر امکان پذیر است.بررسی‌ها نشان می‌دهند:افراد لاغر در درجه اول باید ورزش کننداین افراد باید در روز ۴۵ دقیقه پیاده روی سریع یا ورزش‌های



ایمنی، انعقاد خون و غده تیروئید نیز تاثیر دارد. به علاوه این عنصر قدرت آنتی‌اکسیدانی بسیار قوی نیز دارد و برای پیشگیری از بیماری‌های قلبی عروقی و استحال‌ه ماکولای چشمی مهم است.۲- روی و پوستروی برای تشکیل پروتئین‌ها و آنتی‌اکسیدان‌ها در یک زمان ضروری بوده و ناگزیر بر پوست اثر می‌گذارد.این عنصر بهبود زخم پس از جراحی‌ات را تسریر می‌کند.

گرفس موثرتر از قرص‌های خواب

سلامت نیوز- متخصص تغذیه عنوان کرد: «بسیاری از افراد جامعه دچار اختلالات خواب نظیر بی‌خوابی و کم‌خوابی هستند، برای برطرف کردن این مشکل خود، به انواع و اقسام روش‌ها نظیر مصرف قرص‌های خواب‌آور روی می‌آورند معصومی با اشاره به تاثیر عواملی مانند تغذیه در



کاهش اختلالات خواب، تاکید کرد:گرفس به دلیل داشتن مواد مغذی، نوعی احساس آرامش به انسان می‌دهد و تاثیر آن در خوابیدن و داشتن خوابی راحت، از قرص‌های خواب‌بیشتر است. وی اظهار کرد: گرفس به دلیل دارا بودن روغن‌های طبیعی و ضروری، املاح و ویتامین‌ها و هورمون‌های گیاهی مفید، اثرات مفیدی بر روی مغز و اعصاب دارد.

زنجبیل باعث حفظ سلامت معده می‌شود

کمی زنجبیل بخوریدوی عنان کرد این گیاه دارای فایبر است، بنابراین خوردن آن باعث بر شدن حجم معده و جلوگیری از پرخوری می‌شود و پس از خوردن غذاه به هضم بهتر غذای خورده شده کمک می‌کننداین متخصص طب ایرانی در پایان با اشاره به خواص زنجبیل در پاک‌سازی دستگاه گوارش گفت: مصرف زنجبیل به عملکرد بهتر دستگاه گوارش کمک می‌کند و باعث حفظ سلامت معده و روده می‌شود.

کند اما در روند جذب آن اختلال ایجاد شده و شخص دچار کمبود این مواد معنی شوده گفته ی وی مصرف زنجبیل همراه با غذا، یکی از بهترین راه‌ها های کمک به جذب غذاهای موجود در مواد غذایی است. ایران دوست تصریح کرد یکی از خواص زنجبیل کمک به هضم بهتر غذا است به طوری‌که وقتی احساس گرسنگی شدید دارید برای اینکه معده آرام بگیرد و همچنین بتواند غذا را راحت‌تر هضم کند بهتر است

سلامت نیوز- یک متخصص طب ایرانی گفت: مصرف زنجبیل به عملکرد بهتر دستگاه گوارش کمک می‌کند و باعث حفظ سلامت معده و روده می‌شود.ایران‌دوست اظهار کرد یکی از دلایلی که افراد دچار کمبود ترکیب‌های مغذی می‌شوند، اختلال در فرایند جذب این مواد توسط بدن آن‌ها است.وی توضیح داد: این موضوع به این معنی است که ممکن است فرد مواد غذایی حاوی آهن و کلسیم را به میزان کافی مصرف



بر خورد یک دستگاه خودرو پی کی با تیر برق در بلوار پیامبر اعظم

یک دستگاه خودرو پی کی با تیر برق در بلوار پیامبر اعظم برخورد کرد گفتنیست امداد گران به محض رسیدن با استفاده از تجهیزات امدادی عملیات خود را شروع نموده و با قطع کردن قسمتی از بدنه توانستند راننده خودرو را که زنی ۳۵ ساله بود بیرون آورند.متأسفانه راننده خودرو علی الرغم تلاش زیاد امدادگران برای خروج به موقع مصدوم در مسیر انتقال به بیمارستان جان سپرد



هزینه پذیرایی رایگان هزینه ورودی رایگان

آدرس: معلم ۱/۳۶

تلفن رزرو: ۰۲۱۵۵۷۲۲۴۸-۰۹۱۵۸۶۰۹۶۶۱

تالار پذیرایی سیمرغ

آماده پذیرایی از جلسات عروسی و میهمانی‌های شما همشهریان عزیز می‌باشد

گچ کاری و گچ بری پذیرفته می‌شود. در اسرع وقت (شهر و روستا) ۰۹۱۵۹۶۵۸۶۵۹

پیتزاچانو

پیتزا، ساندویچ، اسنک، ذرت مکزیکی، فلافل، پیراشکی، سمبوسه

پیتزا ایتالیایی، قیفی اسنک فون کی

انتهای غفاری، خیابان نجات، بین نجات ۱ و ۳
موبایل ۰۹۱۵۸۶۱۹۰۳۰ - ۰۹۱۵۸۶۵۵۰۰
تلفن: ۰۲۱۳۴۵۵۰۰۵۶

Tolica Installments plan

اقساط ۱۴ ماهه بدون کارمزد بانکی

نمایندگی رسمی مبلمان خانگی نیلیر
تولیکا، سنا چوب

TOLICA .ir

✓ **مبلمان راحتی - سرویس خواب دو نفره ، جوان ، نوجوان و نوزاد**
✓ **انواع میزهای نهارخوری ، تلویزیون ، جلومبلی**
✓ **انواع کمدها و کتابخانه - جاکفشی**

بیرجند - انتهای خیابان غفاری ، جنب بانک رفاه ، نمایشگاه تولیکا
موبایل ۰۹۱۷۸۷۸۷۶۳۳ - تلفن: ۰۵۶۲۳۳۵۰۰۵۶

پژو پارس ال ایکس TU5 مدل ۹۵، فول ، رنگ سفید تمیز و بدون رنگ، فنی عالی ۰۹۱۲۰۶۳۵۲۴۴

پژو پارس صفر کیلومتر کار تکس به فروش می رسد. شماره تماس: ۰۹۱۵۵۶۳۸۸۳۹

فروش برلیانس H230، مدل تیرماه ۹۵،رنگ سفید، در حد خشک فی:۳۸۵۰۰م ۰۹۳۶۷۲۰۷۲۴۵

متفرقه

به یک نفر نیروی ماهر جهت کار در کارواش نیازمندیم ۰۹۳۹۴۸۲۸۳۳۲

نیازمند بازارباب حرفه‌ای مجرب جهت کار در موسسه آموزشی ۰۵۶۰۳۲۲۰۷۶۱۰

به چند نفر فروشنده نوجوان جهت در فروشگاه کیف و کفش واقع در پاساژ سادسی نیازمندیم ۰۹۱۵۶۶۶۰۱۷۴

فروش زرشک خشک پفکی امسالی تلفن تماس: ۰۹۹۰۴۳۶۵۶۸۱

فروش تاکسی تلفنی با موقعیت عالی به علت مهاجرت ۰۹۱۵۸۶۶۳۲۲۵

فروش کافی شاپ با موقعیت عالی با تمامی تجهیزات به دلیل مهاجرت ۰۹۹۰۳۱۳۶۴۸۷

فروش رستوران سنتی با کلیه امکانات تلفن تماس: ۰۹۱۵۵۶۱۳۰۱۰

آلَمِ فَرَشِ جَزَبِی

نیازمندی‌های

پوشش تک‌مکانه و دوکانی خرید و فروش کنید ۰۳۰۰۰۲۷۲۴۴۴

املاک و مستغلات

زمین حاجی آباد ۱۳۱ متر و نیم دهنه هفت و نیم نقدی یا معاوضه با ماشین ۰۹۰۱۳۳۴۲۹۸۷

زمین مسکونی، سند ششدانگ، ۲۳۰ متر سجاده‌شهر فی: توافقی ۰۹۱۵۵۶۱۳۵۶۸

فروش زمین مغازه تجاری مسکن مهر۷۵ متری ۱۳م واریزی ۰۹۰۲۷۶۱۱۳۶۴

فروش واحد آپارتمان ۱۳۶متر، طبقه اول بدون وام خ انقلاب،مجمع پرستاران ۰۹۱۵۱۶۱۴۷۱۲

فروش منزل ویلایی در ظفر ۱۴ زمین ۲۲۰ متر، بنا ۱۶۰ جلوبی ۰۹۱۵۵۶۱۶۵۹۸

ویلایی، امیرآباد، ۲ طبقه فی: ۱۱۵ یا معاوضه با کلتنگی مدرس، معلم و... مایه التفاوت نقدی ۰۹۱۵۸۶۱۱۱۵۲

فروش منزل ویلایی، امیرآباد، شمالی، ۱۸۰ متر، ۱۲۰ متر زیربنا، ۲ خواب فی: ۱۲۰م ۰۹۱۵۹۶۱۳۳۷۰

میانگین بارندگی به ۵ میلیمتر رسید

گروه خبر-میانگین بارش در سال زراعی جاری در خراسان جنوبی به ۵ میلیمتر رسید. کارشناس هواشناسی گفت: با بارش های دو روز گذشته در استان میانگین بارندگی از ۱ میلیمتر به ۵ میلیمتر رسید.
نخعی افزود: میانگین بارش ها در مدت مشابه پارسال ۸ میلیمتر و در دراز مدت ۴۰ میلیمتر بوده است.وی با بیان اینکه بیشترین بارش روز گذشته از ایستگاه بیرجحات طلس با ۱۷ میلیمتر گزارش شد گفت: همچنین در طلس ۹، بیرجند۴، بشرویه۲، سرایان، درمیان، سربیشه و نهبندان ۲ و در زیرکوه و فردوس کمتر از یک میلتر باران بارید.

جرایم دیر کرد حقوق دولتی دو معدن در خراسان جنوبی بخشوده شد

غلامی-بخشودگی جرایم دیرکرد حقوق دولتی دو معدن در خراسان جنوبی در کارگروه بخشودگی جرایم معادن استان مصوب شد.اولین جلسه کارگروه بخشودگی جرایم دیرکرد حقوق دولتی معادن در سازمان صنعت،معدن وتجارت برگزار و جرایم دیرکرد حقوق دولتی دو معدن، مشمول طرح بخشودگی شد.در این کارگروه که با حضور رئیس سازمان صنعت، معدن و تجارت، رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی و مدیر کل امور اقتصادی و دارایی استان برگزار شد، کلیه جرایم و دیرکرد در پرداخت حقوق دولتی معدن بتبوتیت جهان آباد و معدن بتنویت ا..، آباد، با توجه به پرداخت اصل پدھی حقوق دولتی، مورد بخشودگی قرار گرفت. بر اساس مصوبه هیات وزیران و به پیشنهاد وزارت صنعت، معدن و تجارت و به منظور حمایت از بهره بردارانی که در شرایط رکود بخش معدن با زیان و تاخیر در پرداخت حقوق دولتی مواجه بوده اند،دولت با تشکیل کارگروه ویژه، بخشش جرایم ناشی از تاخیر در پرداخت بدهی‌ها را در دستور کارخود قرار داده و ضرر و زیان ناشی از تاخیر در پرداخت حقوق دولتی معادن را با شرایط خاصی تا پایان سال ۹۵ محاسبه و مطالبه نخواهد شد.

سرپرست معاونت هماهنگی امور اقتصادی و توسعه منابع معرفی شد

گروه خبر-محمد حسینی سرپرست معاونت هماهنگی امور اقتصادی و توسعه منابع استانداری خراسان جنوبی شد.گفتنی است حسینی معاون



سیاسی امنیتی واجتماعی استاندار با حفظ سمت عهده دار سرپرستی معاونت هماهنگی امور اقتصادی و توسعه منابع استانداری شده است.

قریب به دو هزار بیمار صعب‌العلاج استان نیاز مند حمایت خیران

ایسنا-معاون حمایت و سلامت خانواده کمیته امداد امام خمینی(ره) خراسان‌جنوبی گفت: ۱۸۰۴ بیمار صعب‌العلاج زیرپوشش کمیته امداد امام خمینی(ره) خراسان‌جنوبی نیازمند جذب حامی و حمایت خیران هستند.علی‌اکبر نخعی اظهار کرد از ۱۸۰۴ بیمار صعب‌العلاج زیرپوشش کمیته امداد ۵۰۰ بیمار زمین‌گیر و نیازمند مراقبت و نگهداری و مابقی بیماران سرطانی، قلبی، ربوی، اسکلتی و عضلانی و هپاتیت هستند.وی با بیان اینکه طرح شفا برای جذب حامی برای بیماران صعب‌العلاج نیازمند استان در حال اجرا است، تصریح کرد: خیران می‌توانند با مراجعه به ادارات کمیته امداد شهرستان‌ها با انتخاب خود، بیمار مورد نظر را شناسایی و در این طرح ثبت‌نام کنند.

۶ بهمن آخرین مهلت شرکت در ششمین جشنواره شعر فجر

غلامی-مدیر کل فرهنگ و ارشاد اسلامی خراسان جنوبی از آخرین مهلت شرکت در ششمین جشنواره شعر فجر تا ۶ بهمن جاری خبر داد.مجبی در جلسه برنامه ریزی ششمین جشنواره شعر فجر استان بیان کرد:همزمان با گرامیداشت سی و نهمین بهار انقلاب اسلامی با هدف اعتلای فرهنگ و هنر اصیل دینی و ملی،کشف استعدادهای جوان و بالندگی گونه‌های شعر،ششمین جشنواره شعر فجر خراسان جنوبی با موضوع آزاد در خوسف برگزار می شود.

۸۱۹ کیلومتر از راه‌های خراسان جنوبی بر فربوی شد

دادرس -مقدم-معاون راهداری اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده‌ای خراسان جنوبی گفت: ۶۱ دستگاه ماشین‌الات راهداری در ۲۴ ساعت گذشته درگیر بر فربویی در محوره‌ای مواصلاتی این استان بودند که در این مدت ۸۹۱ کیلومتر از راه‌های استان بر فربوی شد.اسدا.. جلال‌زاده اظهار کرد:اول بهمن از ۱۱ شهرستان استان برف و باران گزارش شد که با تلاش راهداران ۳۹۰ کیلومتر راه روستایی استان بر فربویی و بازگشایی شد. وی گفت: در تاریخ یاد شده ۱۱۰ نیروی راهدار با ۶۱ دستگاه ماشین‌الات راهداری خدمات‌رسانی کردند.

توزیع بیش از ۱۷۰ هزار متر مربع ایزوگام رایگان بین مدارس استان

گروه خبر-مدیرکل نوسازی مدارس استان از توزیع بیش از ۱۷۰ هزار متر مربع ایزوگام رایگان از ابتدای امسال در بین مدارس استان خبر داد.بیکی اظهار کرد: بیش از ۱۷۰ هزار متر مربع ایزوگام رایگان از ابتدای سال ۹۶ در بین مدراس استان توزیع شده است.

قطع آب در بیرجند

غلامی-آب تعدادی از مشترکان شهر بیرجند امروز ۳ بهمن قطع است. براساس اطلاعیه شرکت آب و فاضلاب آب مجتمع های کارگاهی واقع در بلوار مسافر بیرجند از ساعت ۱۳ تا ۹ قطع است.

دادرس -مقدم-چهل و چهارمین جلسه شورای فرهنگ عمومی استان خراسان جنوبی با دستور کار بررسی و تصمیم گیری در خصوص نامه های وارده به شورای فرهنگ عمومی استان و بحث وبررسی در مورد انتخاب سوزه‌ها و مسائل مبتلا به فرهنگی استان ارائه شده از شورای علمی و مشورتی در محل دفتر امام جمعه بیرجند برگزار شد.حجت الاسلام سید علیرضا عبادی ، ۱ بهمن ماه جاری در چهل و چهارمین جلسه شورای فرهنگ عمومی استان گفت: مسئولیت اعضای این شورا بسیار سنگین است که باید آن را درک کنیم چون موضوع فرهنگ هویت انسان است.وی بیان کرد: آثار و صفاتی که از انسان‌ها پدیدار می شود با یکدیگر متفاوت است ، اثری که از حضرت موسی(ع) پدیدار می شود با آثار فرعون متفاوت است.امام جمعه بیرجند در ادامه افزود: هر انسان ممکن است هر روز یک نوع باشد چون با گذشت ایام احتمال تغییر آثار و صفات او وجود دارد، آنچه در انسان به عنوان هویت تعریف می شود فقط فکر و فرهنگ اوست.رئیس شورای فرهنگ عمومی استان گفت: انسان را فقط در قالب فرهنگی و فکری می توان تعریف کرد، آنچه سعدی شیرازی در شعر « بنی آدم اعضای یک پیکرند» آورده ، قصد ترجمه کردن حدیث پیامبر(ص) را داشته اما دقت لازم به محتوی حدیث نداشته، چون در حدیث نبوی مومنان نسبت به هم اعضای یک تن هستند و محور این حدیث فرهنگ است.وی تصریح کرد: مومن یک

تعریف فرهنگی از انسان است، اومانیست‌ها همین حدیث سعدی را سردر سازمان ملل متحد حک کرده و اشتباه سعدی را بر اشتباه های خود اضافه کرده اند.نماینده ولی فقیه در خراسان جنوبی بیان کرد: بنی آدم که امروز



تا این حد ظلم و ستم و ... مرتکب می شود آیا اعضای یکدیگرند یا دشمنان هم و تعریف انسان در راستای هویت فقط در فرهنگ ممکن است.آیت‌ا.. عبادی گفت: فرهنگ اقتصادی با اقتصاد فرهنگی متفاوت است، چون فرهنگ اقتصادی هدف اصلی آن اقتصاد است و به عنوان ابزاری برای اقتصاد تعریف

می شود، این صحیح نیست چون اقتصاد باید ابزاری بر محور فرهنگ باشد و دیگر امور سیاسی و نظامی هم به همین شکل است. وی افزود: از اشتباهات امروز دنیا این است که می خواهیم هر چیزی را در تخصص



علمی آن رشته رفع کنیم که هرگز این مهم محقق نمی شود چون وقتی فرهنگ نادرست باشد کسی که تخصص بیشتری دارد خلاف کاریش هم بیشتر می شودوی اظهار کرد: تخصص در هر امر ضروری است اما شرط آن این است که بر اساس یک فرهنگ تنظیم شده باشد، همه مشکلات باید از راه فرهنگی



مدیر کل فرهنگ و ارشاد اسلامی عنوان کرد:

طرح خدمات فرهنگی مذهبی به جامعه عشایری استان

رفع شود.امام جمعه بیرجند گفت: مکتب غنی اسلام جویاگوی همه مسائل است به شرطی که هم از اسلام و هم از فرهنگ اسلامی با خبر باشیم.محمدمهدی مروج الشریعه نیز در این جلسه با بیان اینکه شبکه‌های فرهنگی

در زمینه اینترنت افزود:تکنولوژی اطلاعات با سرعت همه شئونات زندگی ما را فرا می گیرد و ما باید از این ظرفیت به درستی بهره برداری کنیم.وی با بیان اینکه کشور های غربی از فرهنگ غنی کشور ما استفاده می کنند که متأسفانه گاهی اوقات خود ما نسبت به این فرهنگ اصیل و اسلامی غافل می شویم خاطرنشان کرد: مقام معظم رهبری از سه واژه هجمه فرهنگی، شبخونن فرهنگ و ناتوی فرهنگی در خصوص مسائل فرهنگی استفاده کردند و به نوعی نسبت به مسائل فرهنگی در کشور هشدار دادند.احمد محبی دبیر شورای فرهنگ عمومی استان نیز در این جلسه از اقدامات انجام شده در خصوص موضوعات جلسه پرداخت و ارتقاء و بهبود فضای فرهنگی و اجتماعی استان را هدف اصلی شورای فرهنگ عمومی دانست و تصریح کرد:تمام موضوعات مطرح شده در شورا‌های فرهنگ عمومی استان قبل از ارائه‌در جلسات متعدد شورای علمی و مشورتی مورد بحث و بررسی قرار می گیرد.مدیر کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان در ادامه پیرامون بررسی مصوبه هیات وزیران در خصوص طرح خدمات رسانی فرهنگی و مذهبی به جامعه عشایری استان که با پیگیریهای سازمان امور عشایر کشور در سطح ملی به تصویب رسیده به بیان ظرفیت ها، اهداف و ساتار و پیشنهاد ارایه خدمات فرهنگی و مذهبی به جامعه عشایری استان پرداخت و توضیحی اجمالی در این خصوص ارائه داد.

طرح خدمات رسانی فرهنگی و مذهبی به سازمان زمین شناسی و اکتشافات معدنی کشور در سال‌های گذشته، هنگام بازدید مقام معظم رهبری از این استان، بودجه‌ای از سوی ایشان برای مطالعات اکتشافی اختصاص داده شد که این موضوع نقطه عطفی برای کارهای پایه‌ای در این استان شد.معاون اکتشاف سازمان زمین‌شناسی و اکتشافات معدنی بیان کرد: ۴.۵ درصد از ذخایر شناخته شده در کشور و حدود ۴ درصد از تولید معدنی با حدود ۵۰۰ معدن فعال در اختیار استان خراسان جنوبی است.برنا اظهار کرد: زیربستر سنگ‌های نما، سنگ‌های قیمتی و نیمه‌قیمتی در خراسان جنوبی است.

امیدبخش ژئوشیمی دراین استان از سوی سازمان زمین‌شناسی و اکتشافات معدنی کشف شده است.وی گفت: در سال‌های گذشته، هنگام بازدید مقام معظم رهبری از این استان، بودجه‌ای از سوی ایشان برای مطالعات اکتشافی اختصاص داده شد که این موضوع نقطه عطفی برای کارهای پایه‌ای در این استان شد.معاون اکتشاف سازمان زمین‌شناسی و اکتشافات معدنی بیان کرد: ۴.۵ درصد از ذخایر شناخته شده در کشور و حدود ۴ درصد از تولید معدنی با حدود ۵۰۰ معدن فعال در اختیار استان خراسان جنوبی است.برنا اظهار کرد: زیربستر سنگ‌های نما، سنگ‌های قیمتی و نیمه‌قیمتی در خراسان جنوبی است.

۸ سرمایه‌گذار مجوز راه‌اندازی نیروگاه خورشیدی در خوسف دریافت کردند

داخلی در شهرستان خوسف زمین و مجوز لازم برای راه‌اندازی نیروگاه‌های خورشیدی ۷ مگاوات به پایین را از دستگاه‌های مرتبط دریافت کرده‌اند که امید است بعد از به اتمام رسیدن نیروگاه ۱۰ مگاواتی سرمایه گذار خارجی در راستای توسعه انرژی‌های نو این شهرستان پیشتاز باشد.

بروکراسی اداری گرفتار نشوند. شفیع۱ افزود: باید توزیع اعتبارات در تمام حوزه‌ها عادلانه و متوازن باشد نه اینکه در تمام حوزه‌ها به یک شهرستان کمک می‌شود و به یک شهرستان دیگر توجه نمی‌شود.

دستگاه متولی امر آموزش باشد نه اینکه چند دستگاه در امر آموزش دخیل باشند و کسی به دنبال خروجی آموزش‌ها و نحوه استفاده از این آموزش‌ها نباشد.فرماندار شهرستان خوسف گفت: برای ارائه طرح‌ها شیوه لازم ارائه شود تا کسانی که طرح دارند بر اساس همان فرمت خاص ارائه دهند و در

محیطی نیز گفت: خراسان جنوبی در زمینه ذخایر منابع فلزی و غیرفلزی بی‌نظیر است.بهرروز برنا افزود: ۲۸ هزار تن ذخیره آنتیموان، در شوراب و ۳۰ محدوده

محمد شفיעی در گفت‌وگو با خبرنگار تسنیم در بیرجند، اظهار کرد: باید سنت‌های مربوط به به مردم هر منطقه را احیا کنیم و در خوسف نیز تولید پارچه از پنبه مله قدمت فراوانی دارد و این هنر باید رونق پیدا کند.وی ضمن گلایه از موازی کاری در امر آموزش صنایع دستی افزود: باید یک

افزود: براساس این تفاهم نامه ۲۹، رشته قنات ۱۲ و باب استخر ذخیره آب با اعتبار ۳۵ میلیارد ریال در این سه دهستان اجرا می‌شود.به گفته وی طبق تفاهم ۵۰ درصد اعتبار پروژه‌ها از طریق استان قدس رضوی و ۳۵ درصد آن نیز از طریق جهاد کشاورزی استان تأمین شده و ۱۵ درصد نیز خود یاری اهالی روستاهاست.وی با بیان این که تاکنون ۲۵۰ میلیون تومان از طریق آستان قدس رضوی برای شروع به کار پروژه‌ها به بسیج سازندگی پرداخت شده است افزود: جهاد کشاورزی نیزبرای تحقق سهم طریق آستان قدس رضوی و ۳۵ درصد آن نیز اعتباری استانی و ملی قرار داده که به زودی از ردیف‌ها تأمین اعتبار می‌شود.به علاوه با

حج تمتع در استان از این فرودگاه انجام گرفته است. وی با اشاره به اینکه این فرآیند با همت نهاده‌ا و ارگان‌های همکار در سال‌های آتی نیز انجام خواهد پذیرفت، افزود: حج عمره نیز در صورت موقت باطل شده که سازمان حج و زیارت پیگیری موضوع است.

خراسان‌جنوبی ادامه داد: پروازهای عتبات در حال حاضر به دلیل مشکلات شرکت های هواپیمایی با فرودگاه های بغداد و نجف و به صورت موقت باطل شده که سازمان حج و زیارت پیگیری موضوع است.

مدیرکل فرودگاه‌های خراسان‌جنوبی گفت:

یکی از راهبردهای مهم استان توسعه انتقال محصولات استراتژیک استان مانند: زعفران، گل‌نرگس، زرشک و عناب به مراکز تجاری کشور و یا خارج کشور است که فرودگاه بعنوان مبدا بسیار خوب می‌تواند کمک شایانی در این زمینه انجام دهد.

خراسان‌جنوبی ادامه داد: پروازهای عتبات در حال حاضر به دلیل مشکلات شرکت های هواپیمایی با فرودگاه های بغداد و نجف و به صورت موقت باطل شده که سازمان حج و زیارت پیگیری موضوع است.

نماینده ولی فقیه در خراسان جنوبی:

برنامه‌های دهه فجر شوق انگیز باشد تا نشانه آن در ۲۲ بهمن مشهود شود

شبستان-نماینده ولی فقیه با تأکید بر اینکه دهه فجر امسال فرصت مناسبی است تا بسیاری از ابهامات مردم پاسخ داده و مسائل شفاف شود، گفت: باید



برنامه‌های دهه فجر شوق انگیز باشد تا نشانه آن هم در نشاط ۲۲ بهمن مشهود باشد.حجت الاسلام عبادی در دیدار با اعضای کمیته مساجد ستاد دهه فجر استان اظهار کرد: برگزاری اقدامات متناظر در دهه فجر امسال یعنی جایگاه این دهه و همزمانی آن با شهادت حضرت زهرا سلام .. علیها به جای خود اما حوادث اخیر در کشور ممکن است برای بسیاری از مردم سوال انگیز باشد لذا طبعاً برنامه های دهه فجر امسال باید بگونه ای انجام شود که بسیاری از ابهاماتی که برای مردم و نوجوانان وجود دارد شفاف سازی شود.مسئول دبیرخانه کانون‌های مساجد نیز در این دیدار با بیان اینکه حرکت و خیزش‌های انقلاب از مساجد شکل گرفت،افزود: امسال باید برنامه‌های دهه فجر در مساجد متناظر برگزار شود و بر روی ارزش‌ها پافشاری کنیم. حجت الاسلام سبزه کار از اجرای بیش از ۸۰ عنوان برنامه توسط بسیج و بقاع متبرکه در دهه فجر امسال خبر داد. وی از اجرای طرح «کوتون‌ا حرم » در خراسان جنوبی خبر داد. مدیرکل سازمان تبلیغات اسلامی هم با بیان اینکه آغاز به‌کار انجمن خیرین قرآنی را در دهه فجر در استان داریم گفت: مجمع قاریان استان نیز در دهه فجر آغاز به‌کار می‌کند.

دستاوردها ملاقات‌های عمومی؛ اعتماد سازی بین شهروندان و شهرداری

دادرس -مقدم-شهردار بیرجند گفت: اعتماد سازی بین شهروندان و شهرداری، ایجاد ارتباطات دوسویه و آشنایی بیشتر و بهتر و معضلات و مشکلات شهر برای تصمیم گیری جهت رفع آنها از اهداف برگزاری دیدارهای مردمی است. جلیود در هفتمین ملاقات عمومی با شهروندان افزود: اعتقاد داریم تکريم ارباب رجوع در دستور کار مدیران شهرداری قرار دارد و برگزاری جلسات ملاقات های مردمی به طور مستمر، از جمله اقداماتی است که در جهت تحقق این امر مهم صورت می پذیرد.وی با اشاره به اینکه برگزاری این ملاقات‌ها به صورت هفتگی در شهرداری ادامه خواهد داشت گفت: پیشنهادات مردم پیرامون مسائل مختلف شهری و رفع برخی مشکلات در ارتباط با اختیارات شهرداری در این دیدارها مطرح می شود.

آغاز بیمه پایه دام سبک برای نخستین بار در بیرجند

ایرنا – مدیر نمایندگی بیمه کشاورزی بیرجند گفت: بیمه پایه دام سبک به صورت رایگان برای نخستین بار از ابتدای بهمن ماه جاری در این شهرستان آغاز شد. خراسانی افزود: این طرح با همکاری نمایندگی صندوق بیمه کشاورزی بیرجند، فرمانداری، دهیاری، بخشداری و جهاد کشاورزی اجرا می‌شود. وی گفت: دامدارانی که مشکل تأمین مالی دارند می‌توانند از این طرح برای بیمه دام خود اقدام کنند به این صورت که دامدار هیچگونه حق بیمه ای پرداخت نمی‌کند و طرح رایگان است. وی بیان کرد: با توجه به خشکسالی‌های چند سال اخیر داملران بیشترین آسیب را دیده اند لذا با اجرای طرح یاد شده پوشش کاملی به داملران شهرستان بیرجند داده می‌شود.

۱۶ روستای شهرستان زیر کوه از نعمت گاز برخوردار می‌شوند

مهر-فرماندار زیرکوه از بهره برداری پروژه گاز رسانی به ۱۶ روستای این شهرستان همزمان با دهه فجر امسال خبر داد.حجت ا.. خازنده اظهار کرد: در دهه فجر امسال بالغ بر ۷۳ پروژه عمرانی از سطح شهرستان به بهره برداری می‌رسد. وی، اعتبار هزینه شده برای این پروژه‌ها را بالغ بر ۳۰۰ میلیارد ریال عنوان کرد و گفت: از این تعداد ۱۸ پروژه در بخش شهری و ۵۵ پروژه نیز روستایی است.

- اخبار کوتاه
- پوش مردمی حامیان طبیعت شرق، از امروز علاوه بر درب بطری های پلاستیکی، کاغذهای باطله را نیز برای تهیه ویلچر برای معلولان جمع آوری می کند.
- مشارکت های مردمی خیران برای مددجویان زیر پوشش بهزیستی طبس، نسبت به سال قبل ده درصد افزایش داشته است.
- جشنواره ی غنای سالم به مناسبت هفته ملی تغذیه سالم در مدارس روستای مصعبی بخش آیسک سرایان برگزار شد
- بسیجیان خواهر در بیرجند در ۱۰ هزار گلدان، نهال غیرمثمر کاشتند
- ثبت وقف ۵۰ میلیون تومانی برای فعالیت های قرآنی
- دو هزار و ۵۰۰ نفر شتر در نهبندان برای رصد بیماری مرس پایش شدند
- ۴۰۰ مقاله به نهمین همایش ملی پژوهشهای زبان و ادبیات فارسی دانشگاه بیرجند ارسال شد
- برگزاری کارگاه نمایش نامه نویسی با حضور استاد کشوری در کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان

مشاور زنگنه: نمایندگان برای رای آوردن در دوره بعد، با گرانی بنزین مخالفت کردند

حسینی سرمد مشاور وزیر نفت گفت: «شاعران به فکر رای آوردن برای دور بعدی هستند و منافع شخصی را ترجیح می‌دهند. حاصل این رویکرد را می‌توان در کشور و به ویژه در بحث اصلاح قیمت حامل‌های انرژی دید. اگر این روند ادامه پیدا کند، باقی قیمت‌ها افزایش می‌یابد ولی قیمت حامل‌ها همچنان ثابت می‌ماند. اداره کشور با شعارهای غیرکارشاسانه نمی‌شود.»

کریمی قدوسی: بیشترین مدیران دو تابعیتی در وزارت نفت هستند

جواد کریمی قدوسی نماینده مردم مشهد در مجلس اشاره به قرائت اسامی ۱۰۰ نفر از مدیران دو ایجابی کشور در نشست کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس شورای اسلامی گفت: بنا به تقاضای هیئت تحقیق و تفحص از مدیران دو ایجابی کشور مقرر شد که این اسامی منتشر نشود مگر برای رسیدگی به مراجع ذیربط ارسال خواهد شد. وی با ذکر اینکه بیشترین مدیران دو تابعیتی در رتبه وزارت دفاع قرار دارد، اظهار کرد: بسیاری از دستگذاشته‌های دولتی نهاد اسامی مدیران دو تابعیتی خود را اعلام نکردند.

**هاشمی: نگذاشتم وزارت بهداشت
سیاسی وار اداره شود**

وزیر بهداشت گفت: ممکن نیست کار دولت و وزارتخانه‌ها بدون همکاری مردم و صنفها به سرانجام برسد. پیش از ریاست جمهوری آقای روحانی به رئیس سازمان نظام پزشکی حتی اجازه داده نمی‌شد در مورد مشکلاتشان در دل کنند. ما به جای آن که توانستیم اجازه ندادیم که وزارت بهداشت به شیوه سایرین اداره شود. این وزارتخانه تخصصی است و ما هر کسی با دین یا بدین یا حتی دشمنان مراقات نمی‌کنیم.

واکنش صدا و سیما به فضاسازی درباره مناظره پر جام

مدیرکل روابط عمومی رسانه ملی در واکنش به فضاسازی‌های روزهای گذشته درباره مناظره تلویزیونی درخصوص برجام گفت: پیشنهاد می‌کنیم دولتمردان سعه صدر بیشتری داشته باشند و تضارب آراء و تفکرات مختلف را یک فرصت برای خود و کشور بدانند.

**رئیس قوه قضائیه: اجازه نمی‌دهیم
برخی جریان‌ها هزینه آشوب را کم کنند**

رئیس قوه قضائیه گفت: ما قاطعانه و در چارچوب قانون با آشوبگران برخورد خواهیم کرد و اجازه نمی دهیم برخی افراد و جریان ها هزینه آشوب ها را کم کنند.

روزنامه اجتماعی، فرهنگی، ورزشی و اقتصادی
مدیرمسئول و صاحب امتیاز: غلامرضا جعفرپور مقدم
مدیربر: علی جعفرپور مقدم
پیرچند، شهلا، ۸، ساختمان آرا صندوق پستی ۱۳۶ تلفن: ۳۲۲۲۲۵۸۲، ۳۲۲۲۲۵۸۳، ۳۲۲۲۲۵۸۴
رتبه ۱۵ نشریات استانی - عضو اتحادیه مطبوعات محلی و شرکت تعاونی مطبوعات کشاورزی
چاپ: چاپ و نشر گرو - به: ۵۰۰ تومان (۵۰ درصد تخفیف بک فروش)

محمد رضا باهنر :

به ۳ سال قبل برگردیم باز هم باید بر جام را امضا کنیم

مدت با آمریکا برایشان بیشتر سود دارد. باهنر اظهار کرد: اروپایی‌ها اگر چه شیطنتهایی دارند و گاه گاهی حرف‌های بی‌ربطی می‌زنند ولی با



اروپایی‌ها خیلی بهتر از آمریکایی‌ها می‌توان کار کرد. وی در بخش دیگری از سخنانش گفت: دلم برای دولتی که این به‌شدت بالا رفته و درآمد‌ها به آن سرعت بالا نمی‌رود، هم اکنون در بودجه عمومی دولت ۴۰-۵۰ هزار میلیارد کسری بودجه داریم.

از سخانش گفت: جامعه امروز وضعیت خود را با شرایط قبل از سال ۹۲ مقایسه می کند و می بیند که اتفاق آن چنان مهمی رخ نداده است؛ اگر چه برای افزایش بسیاری بسیار مهم و اختصارآفرینی برای ملت و دولت آقای روحانی بود اما این موضوع رویای پیچیده ای دارد. وی اضافه کرد: از همان سال اول آغاز به کار دولت، بسیاری از فعالان سیاسی و دانشگاهی از آقای روحانی خواستند که واقعتاً های کشور را به صورت شفاف بیان کند. کاری که اکنون آقای نجفی در مورد وضعیت شهرداری تهران انجام داد، اتفاق مثبتی بود. اما آقای روحانی هیچ وقت به صورت روشنی این موضوع را بازگو نکرد.

عبدالناصری عضو شورای مشورتی اصلاح طلبان گفت: واقعیت این است که آقای روحانی محدودیت‌هایی دارد اما خود ایشان خیلی از واقعیت‌های ساختاری را نمی‌داند. وی افزود: تلقی بسیاری از جامعه این است از آنجا که آقای روحانی رئیس شورای عالی امنیت



در انتخابات ۲۹ اردیبهشت شعارهایی داد که مطالبات جامعه بالا رفته و نمی توان به جامعه گفت مطالبات را بالا ببر. به ویژه اینکه جامعه ملی هم به شمار می رود همه کاری از دستش برمی آید اما او باید از محدودیت های موجود نیز سخن بگوید. ناصری در بخش دیگری

کمالی: عارف نماد جریان اصلاحات نیست



حسین کمالی گفته: آقای عارف‌نماد جریان اصلاحات نبوده وی مجزورت هماهنگی نیروهای جریان اصلاحات و سرپرستی این جریان را در زمان انتخابات مجلس دهم برعهده داشت اما کسی که در انتخاب بالاخره هر جایی مدیری دارد و س که از انتخاب می کنند اما او که نماد نمی شود. نماد تعریف ایندوژنیک و مرامنامه ای دارد که باید بیانگر مانیفست باشد. پس وی پیرگی ای خاص خود را داشته.

همه چیز برای فروپاشی رژیم صهیونیستی آماده است



سردار احمد وحیدی گفت: شرایط امروز نسبت به سال‌ها و دهه‌های قبل متفاوت است به شکلی که شاهد به آتش کشیدن پرچم عربستان سعودی در غزه هستیم که این‌ها تغییرات مثبتی است. امروز همه چیز برای آزادی فلسطین و فروپاشی رژیم صهیونیستی آماده است و امیدوارم همان‌گونه که رهبر معظم انقلاب اسلامی فرمودند کرانه باختری مسلح شود و مردم این منطقه همه پیروزی داشته باشند.

تربیون‌های نماز جمعه از جناحی بودن خارج شود



حجت الاسلام غرویان گفت: ما معتقدیم نماز جمعه باید سیاسی باشد اما سیاسی در جهت وخت مردم و مصالح ملی. مردم ما سیاسی هستند اما نباید به اسم سیاسی بودن بین‌الناس تفرقه‌پیکند. افزون‌موضوعات سیاسی باید در معانی عام و کلی نماز جمعه مطرح شود. تربیین نماز جمعه نباید وابسته به یک جناح و جریان خاص سیاسی باشد. نماز جمعه باید برای تمام اقشار و توده‌های مردم باشد. نماز جمعه باید برای تمام اقشار و توده‌های مردم باشد. نماز جمعه باید برای تمام اقشار و توده‌های مردم باشد.



جلسه شورای فرهنگ عمومی استان با حضور استاندار و نماینده ولی فقیه در استان * عکس: اکبری



دیدار اعضای کمیته مساجد ستاد بزرگداشت دهه فجر با نماینده ولی فقیه در استان * عکس: مقامی



عملیات بر فروبی محور بیرجند - اسدیہ * عکس : کمالی

محمدی مدیر جهاد کشاورزی پیرجند:

۱۰۰ درصد پرونده های ارجاعی به کمیسیون ماده واحده بررسی و رای صادر شده است



(دو مورد اخیر در شهرهای زیر ۲۰ هزار نفر جمعیت) و افراد تحت پوشش سازمان بهزیستی و کمیته امداد حضرت امام (ره) و اخیراً زنان سرپرست خانوار و زنان خانه دار و قالیبافان و زنبورداران که در رده سنی بین ۱۸ تا ۵۰ سال هستند، واجد شرایط می باشند و در صورت اول با مراجعه حضوری به کارگزاری های استان و شهرستان پییرجند (مانند صندوق حمایت از توسعه بخش کشاورزی شهرستان واقع در خیابان غفاری، بین غفاری ۹ و ۱۱) ثبت نام و در سنوات بعد با پرداخت حق بیمه به اشکال مختلف از مزایای بیمه استفاده نمایند. تخفی در ادامه بیان کرد: افراد تحت پوشش و واجد شرایط می توانند با پرداخت ۵ درصد از ۱۵ درصد حق بیمه خود، با مبلغ بسیار ناچیزی (در بالاترین سطح درآمد مبلغ ۴۰ هزار تومان در هر ماه) از این مزایا بهره مند گردند. قابل توجه آن که این بیمه، بیمه درمان را تحت پوشش قرار نمی دهد اما مراجعین می توانند در قالب طرح نظام سلامت نسبت به تهیه دفترچه درمان اقدام نمایند. وی در پایان به بیان دو خبر خوش پرداخت نخست اینکه حقوق بازنشستگانی که تاکنون با تکمیل مدارک، واریز نگردیده، دایر و همراه آن در حقوق بهمن ماه عیدی بازنشستگان واریز خواهد شد. دوم آنکه افراد تحت پوشش کمیته امداد حضرت امام (ره) که حق بیمه آنها در موارد معذور پرداخت نشده بود، طبق توافق طرفین به زودی محقق خواهد شد. برای کسب اطلاعات بیشتر در این خصوص و یا ثبت نام علاوه بر مراجعه حضوری به دفتر صندوق و همراه داشتن یک قطعه عکس ۴×۳، کپی شناسنامه و کارت ملی و استشهادیه محلی (بر حسب ضرورت) با شماره های ۰۷۰۴۰۳۲۲ - ۰۷۰۴۰۳۲۲ تماس حاصل نموده و از راهنمایی همکاران بهره مند گردید.



که با وجود ظرفیت های فراهم شده و جلب نیروی متخصص در صندوق های حمایت از توسعه ی بخش کشاورزی، می بایست به مدد فعالان این بخش شتافت. پرداخت بیش از ۱۷۰ میلیارد ریال تسهیلات ارزان قیمت و سرمایه در گردش از ابتدای تأسیس تاکنون و مشارکت در امهال تسهیلات بدهکاران بانکی در بخش کشاورزی به مبلغ ۳۳ میلیارد ریال تاکنون خود گواه این مهم است که البته با توجه به سهم فقط ۶۱ میلیون تومانی صندوق حمایت از توسعه بخش کشاورزی این شهرستان در سال جاری، بستر



مهندس محمدعلی محمدی مدیر جهاد کشاورزی بیرجند و رئیس هیئت مدیره صندوق حمایت از توسعه بخش کشاورزی شهرستان بیرجند ضمن تشکر از دست اندرکاران همایش (سازمان بسیج مهندسين، صندوق حمایت شهرستان و صندوق بیمه محصولات کشاورزی)، هدف از تشکیل این جلسه را در راستای تحقق اهداف عالیه اقتصاد مقاومتی دانست و به پرسش های کشاورزان و حاضرین جلسه درخصوص اقدامات جهادکشاورزی در حوزه اصلاح روش های آبیاری، مرمت قنوات، بیمه محصولات کشاورزی و ابهامات در حوزه منابع طبیعی پاسخ داد. ایشان در حوزه ترویج و استفاده از روش های نوین آبیاری، ۱۳۴ کیلومتر خط انتقال آب، آبیاری کم فشار ۳۱۸ هکتار و آبیاری تحت فشار ۷۱۱ هکتار و ۴۰ رشته قنات را به باغداده ها و مصرف آب و بالابردن راندمان آبیاری در راستای تحقق سیاست های اقتصاد مقاومتی نیز از ابتدای دولت اکنون برشمرد. وی درخصوص منابع طبیعی نیز اذعان نمود: ۱۰۰ درصد پرونده های ارجاعی به کمیسیون ماده واحد بررسی و رأی مربوطه صادر گردیده است. همچنین در زمینه پرداخت بیمه سازمندی، ضمن بیان اینکه امیدواریم هیچ موقع به پرداخت خسارت منوط بیمه نیاز نباشد، افزود: ضمن اینکه می بایست قرامت پرداختی نزدیک به خسارت واقعی باشد؛ از پرداخت قطعی مبالغ اطمینان داده شد. مهندس حامد نخعی مدیرعامل صندوق حمایت از توسعه بخش کشاورزی شهرستان بیرجند نیز در این همایش گفت: طبق ماره های منتشر شده توسط مرکز آمار ایران مهمترین موانع کسب و کار استخراج شده که دسترسی به منابع مالی در سال های ۹۵ و ۹۶ مهمترین آنها قلمداد شده است. منابع مالی که عمدتاً توسط بانک ها یا موسسات دولتی و غیردولتی تأمین می شود با نرخ بالا یا با شرایط پرداخت هزینه بر و زمان بر محقق شده است. وی افزود: نیاز به رشد و توسعه اقتصادی به صورت پایدار از یک سوی، اشتغالزایی و یا حفظ مشاغل موجود از سوی دیگر و دغدغه حفظ منابع انرژی و آب، تدبیر نوین و تحول آفرینی را می طلبد.