

# آکادمی فرهنگ جنوبی

## جناب آقای مهندس رکنی

مدیر کل محترم تعاون، کار و رفاه اجتماعی خراسان جنوبی



انتصاب ارزشمند جناب عالی را که نشان از درایت و توانایی شما در مدیریت بر عرصه کار و امور اجتماعی است، صمیمانه تبریک عرض نموده و از درگاه ایزد منان سربلندی و توفیق روز افزون تان را در مسئولیت خطیر پیش رو آرزو مندیم.

روابط عمومی انجمن صنفی کارگران و استادکاران شهرستان بیرجند

روزنامه صبح استان \* سال بیستم \* شماره ۵۸-۴

## جناب آقای مهندس رکنی

مدیر کل محترم تعاون، کار و رفاه اجتماعی خراسان جنوبی

انتصاب ارزشمند جناب عالی را که نشان از درایت و توانایی شما در مدیریت بر عرصه کار و امور اجتماعی است، صمیمانه تبریک عرض نموده و از درگاه ایزد منان سربلندی و توفیق روز افزون تان را در مسئولیت خطیر پیش رو آرزو مندیم.

مجمع نمایندگان کارگران خراسان جنوبی

پنجشنبه ۱۳ اردیبهشت ۱۳۹۷ \* ۱۶ شعبان ۱۴۳۹ \* ۳ می ۲۰۱۸

رئیس هیئت ورزش روستایی و بازی های بومی محلی عنوان کرد:

# خیزش قهرمانان ملی استان از روستاها



بازدید مقام معظم رهبری از غرفه کویر تایر ۷۱

عکس: اینترنت

رشد ۱۴ درصدی  
جایجایی کالا  
در فروردین سال جاری

حمایت از کالای ایرانی  
نیازمند تفاهم دولت و  
بخش خصوصی است

اعزام ورزشکار پارکور کار  
استان به مسابقات کشوری

افتتاح گلخانه زیرزمینی  
در پردیس امیرآباد  
دانشگاه بیرجند

آسفالت ۱۳ هزار مترمربع  
معاثر آرامستان بیرجند

جذب ۹۴۹ معلم، سال تحصیلی آینده

رونمایی از کتاب «طبس شهری که بود»

دیدن موفقیت دانش آموزان از افتخارات من است

۴

۳

۷



هیچ قدرتی توان حمله نظامی  
به ایران را ندارد



احتمال خروج آمریکا  
از برجام بالاست



انقلاب بر اساس  
فشار مادی، دام است



مرجع پیگیری حصر، شورای  
عالی امنیت ملی است

## سر مقاله

• امین جم

## انتظار و معجزه ای به نام امید

چشم های نیمه شعبان و سالروز میلاد امام دوازدهم، حضرت ولی عصر (عج) در سراسر کشورمان برگزار شد، در این عرصه خراسان جنوبی نیز از استان های پیشتاز بود و در این روزها شور و نشاط خاصی به خود گرفته بود. هر چه پیش تر می رویم حس غریب انتظار و عطش آمدن منجی در جشن هایی که به مناسبت این ایام و به صورت خودجوش و مردمی برگزار می شود... (ادامه در صفحه ۲)

## سرکار خانم حمیدی

### مدیر محترم دبیرستان دخترانه نمونه کاشی نیلوفر

سلام بر شما که همیشه نمونه اید و در ذهن ما ماندگار با تبریک روزتان دست شما و تک تک دبیران دلسوز مدرسه را بوسیده و قدرتان زحمات شما عزیزان هستیم.

بلدا نجار باشی، سارا زین العابدینی، پارمیدا مینویی، کیانا مومن زاده

## جناب آقای مهندس عباس رکنی

### مدیر کل محترم تعاون، کار و رفاه اجتماعی خراسان جنوبی

جامعه و قشر عظیم مرزنشینان از انتصاب شایسته جناب عالی با توجه به خصایل و امتیازات برجسته مبنی بر تخصص و توانمندی و مدیریت والایی که حاصل سال ها مسئولیت اجرایی در سمت های مختلف می باشد بسیار خوشحال و امیدوارند، ضمن تبریک به مناسبت توفیق خدمتگزاری در این استان و مردمان خوب آن، مزید توفیقات شما را در سنگر جدید از پیشگاه خالق یکتا مسئلت می نماییم.

اتحادیه شرکتهای تعاونی مرزنشینان خراسان جنوبی

با نهایت تأسف و تأثر درگذشت

### کربلایی محمدحسین ظهوری (معلم بازنشسته)

راه اطلاع دوستان و آشنایان می رساند: مراسم **تشییع و تدفین** آن مرحوم امروز پنجشنبه ۹۷/۲/۱۳ ساعت ۱۱:۱۵ از محل سالن غسلخانه برگزار می گردد. ضمناً مراسم **سومین روز** آن عزیز از دست رفته شنبه ۹۷/۲/۱۵ از ساعت ۱۱:۱۵ در محل هیئت حسینی برگزار می شود.

خانواده های: ظهوری، گلدانی و سایر بستگان

## آگهی مناقصه

مجری طرح های عمرانی سپاه انصار الرضا (ع) خراسان جنوبی در نظر دارد: ساخت، حمل و نصب اسکلت فلزی با اتصالات پیچ و مهره ای ساختمان های اداری حوزه و پایگاه های مقاومت بسیج در سطح استان را به سوله سازان واجد شرایط و دارای پروانه از صنعت و معدن واگذار نماید. لذا از کلیه تولید کنندگان دعوت می شود از شنبه ۹۷/۲/۱۵ لغایت سه شنبه ۹۷/۲/۲۵ جهت دریافت و عودت اسناد به آدرس: بیرجند، بلوار جماران، نبش خیابان عبدالعلی بیرجندی، معاونت مهندسی و پدافند غیرعامل سپاه انصار الرضا (ع) خراسان جنوبی مراجعه و یا با شماره ۰۵۶-۳۲۹۲۳۷۰۴ تماس حاصل نمایند.

بدیهی است تحویل اسناد هیچگونه حقی را متوجه پیشنهاد دهندگان نمی نماید و کارفرما در رد یا قبول پیشنهادات مختار می باشد. در ضمن هزینه درج آگهی بر عهده برنده مناقصه خواهد بود.

مجری طرح های عمرانی سپاه انصار الرضا (ع) خراسان جنوبی

پدر خوبم از آن سحربرانی که سبکبال پر گشودی و ترانه وداع خواندی و از آن صبح پرتالهاب که قایق زندگی مان را در تلاطم امواج روزگار بی ناخدا گناشتی دو سال می گذرد.

دوازده اردیبهشت که مزین به نام معلم است و یادآور خاطرات شیرین درس و مدرسه و تعلیم و تربیت، دیگر تنها با دلخوشی مرور یادمان های تو سپری می گردد و همه دانستند که تقارن عروج غریبانه ات با این روز بی سبب نبود.

## شادروان حاج ابوالفضل رشیدی

راه یاد تمام مهربانی هایش گرمای می داریم. روحش شاد و جایگاهش بهشت برین باد

خانواده رشیدی

رفتی ای جان پدر، اما مقام ماندنی ست لب فروبستی، ولی شور کلامت ماندنی ست

ز آدمی باقی نماند در جهان جز نام نیک در میان ما همیشه، زنده نامت ماندنی است سه سال می گذرد که دیگر طنین صدای گرمت در فضای خانه نمی پیچد و هنوز ناپاورانه جای خالی ات را با چشمانی اشک آلود نگاه می کنیم. چه سخت و جانکاه است فرآق کسی که یاد و روحش همیشه در کنار ماست و او خود نیست. یادت همیشه در دل ما زنده می ماند. با ذکر صلواتی به روح پاکش یاد و خاطره اش را گرمای می داریم.

از طرف همسر و فرزندان شادروان دکتر زنگویی

یادبود

## شانزدهمین سالگرد درگذشت ناپاورانه عزیزان مان

### زنده یاد غلامرضا فرسادی و مادر بزرگ مان مرحومه کنیز درّی گیو

با ذکر فاتحه و صلواتی یادشان را گرمای می داریم.

روحشان شاد

همسر، فرزند و نوه ها

قابل توجه شهروندان عزیز بیرجند: به مناسبت هفته شوراها سخنران قبل از خطبه های نماز جمعه این هفته

آقای دکتر تقی زاده رئیس محترم شورای اسلامی شهر بیرجند خواهند بود. مدیریت ارتباطات و امور بین الملل شهرداری بیرجند









کیهان ملکی نوشت: وقتش رسیده به دلیل لیست بلندبالای خلف وعده های دولت با وجود این که مدت هاست تقدهای جدی ام را آغاز کرده و مستمر ادامه داده ام، این بار به صراحت اعلام کنم احساسم این است که فریب خورده ام! دیگر تا اطلاع ثانوی رغبت حضور در اینستا را ندارم. عذر خواهم، گذشت کنید.

**بالاخره تکلیف سرود تیم ملی فوتبال روشن شد**

قرار است شهرداد روحانی، رهبر ارکستر سمفونیک تهران، ۲ قطعه بی کلام برای مجموعه سرودهای تیم ملی فوتبال ایران در جام جهانی ۲۰۱۸ روسیه بسازد این ۲ قطعه با نامهای «سرود قهرمانان» و «سرود جام جهانی» جانشین قطعه های شده که پیش از این بنا بود علیرضا قربانی آن را اجرا کند.

**«حامد بهداد» بهترین بازیگر مرد جشنواره فیلم های ایرانی استرالیا**

حامد بهداد بهترین بازیگر مرد برای فیلم خانه دختر از هفتمین جشنواره فیلم های ایرانی استرالیا شد. خانه دختر فیلمی به کارگردانی شهرام شاه حسینی، نویسندگی پرویز شهبازی و تهیه کنندگی محمد شایسته و با بازی حامد بهداد، باران کوثری، پگاه آهنگرانی و رعنا آزادیور محصول سال ۱۳۹۳ است.

**هنرمندی که تنها بود و در تنهایی رفت**



هوشنگ آزادیور، مستندساز، مترجم، شاعر، منتقد و از اهالی تئاتر بود که در عین ناشناختگی در گذشت. پیکر هوشنگ آزادیور، صبح ۱۲ اردیبهشت با حضور خانواده و جمعی از هنرمندان و دوستان آن مرحوم از مقابل ساختمان خانه سینما تشییع و سپس در قطعه هنرمندان بهشت زهرا (س) به خاک سپرده شد.

**انسانیت اولیور استون از نوع انسانیت اوپاما است**

فرانسیس منتقد سینما گفت: انسانیت استون (کارگردان) مرا یاد عکسی از صدام می اندازد که با نابوهی از ریش از مخفیگاه بیرون کشیده شده با چشمانی وحشت زده و دستی با یک قاشق دارو به سمت دهانش. این دست، یک دست آمریکایی است و صدام با آن قیافه برای شان نماینده جهان سوم؛ انسانیت استون از نوع انسانیت اوپاما و حزیب است.

**«هزاربا» تابستان اکران می شود**

تهیه کننده فیلم سینمایی «هزاربا» از اکران جدیدترین فیلم داوودی در تابستان امسال خبر داد. «هزاربا» سال گذشته جلوی دوربین رفت و داوودی، پس از ۱۶ سال از کمدی موفق «هان و عشق و موتور هزار» فیلم طنزی جدیدی را کارگردانی کرد.

**گفتگوی اختصاصی با آموزگار فعال در حوزه کودکان دارای نیاز های ویژه؛ «قسمت دوم»**

**دیدن موفقیت دانش آموزان از افتخارات من است**



هستند آنها برای تفهیم و تدریس یک موضوع باید تلاش کنند و باید خلاق باشند و از روشهای مختلفی استفاده کنند.

**دیدن دانش آموزانم که موفق بوده و ازدواج کرده اند از بهترین خاطراتم است**

او درباره خاطره با این دانش آموزان یادآور می شود: نوروز ۹۷ در باغ موزه اکبریّه در غرفه فروش محصولات و تولیدات بچه های ناشنوا گروهی از دانش آموزانم که سالها قبل در مدرسه استثنایی وصال بودند را دیدم که الان بزرگ شده و بعضی از آنها تشکیل خانواده داده اند و ملاقات با آنها و یادآوری خاطرات آن سالها بسیار خوب بود.

این معلم بیرجندی خاطرنشان می کند: هنوز با برخی از دانش آموزان ارتباط دارم و گاهی خانواده ها و دانش آموزان با من ارتباط دارم و بخصوص دانش آموزان ناشنوا مشاوه می دهم. یآوری تاکید می کند: اگر شغلت را عمق جانت قبول داشته باشی و هدفت کمک کردن باشد این انگیزه برای بهتر کار کردن و با انرژی بودن می شود.

وی ابراز امیدواری می کند: قوانین حمایتی از این گروه از معلمان توسط مقامات مسئول پیگیری شود چون کار با این دانش آموزان خاص است و حمایت روحی و روانی همه مسئولان را می طلبد.

بیشتر می شود. این معلم بیرجندی خاطر نشان می کند: مادر و بیشتر اعضای خانواده من در شغل معلمی بودند و قرار گرفتن در این فضا و مشاهده این افراد موجب ایجاد انگیزه اصلی انتخاب این شغل در من شد.

وی با بیان اینکه حرفه معلمی به تنهایی شغلی سخت و حساس است یادآور می شود: معلم کودکان استثنایی بسیار حساس تر و سخت تر است چون این گروه از دانش آموزان به دلیل معلولیتی که دارند نیازهای خاص و ویژه ای دارند و به همین دلیل معلم آنها باید متخصص در کار باشد. به گفته یآوری بی شک معلمان دانش آموزان استثنایی جزء سخت کوش ترین افراد

مشکلات ویژه یادگیری آفاق مشغول به کار هستم.

**کار کردن با دانش آموزان با نیازهای ویژه به عشق و صبوری زیادی نیاز دارد**

یآوری با اشاره به اینکه کار کردن با دانش آموزان با نیازهای ویژه به عشق و صبوری زیادی نیاز دارد می افزاید: در هر شغلی گاهی خستگی ایجاد می شود چه رسد به شغل سخت و حساس معلمی ولی وقتی به اهمیت و اثر بخشی معلم بودن می اندیشی همه خستگی هایت قابل تحمل می شود و عشق به شغلت

**بازخوانی سرنوشت اسرار آمیز ۱۴ جسد غار چهل چاه چنشت**



فروردین ماه امسال خبری درباره کشف بقایای استخوان ۱۴ نفر در غار ۱۴۰۰ ساله ای واقع در روستای چنشت در خراسان جنوبی منتشر شد. «رجبعلی لیاف خانیکی»، معاون سابق پژوهشی اداره میراث فرهنگی استان خراسان (آن زمان) و باستان شناسی که مشاهده و مطالعه این اجساد را بر عهده داشت به (اسپوتنیک) گفت: سال ۱۳۷۱ بیرجند و منطقه چنشت را که از نظر تاریخی و مردم شناسی منطقه بسیار با اهمیت است بررسی باستان شناسی می کردیم. در روستای چنشت غاری وجود دارد که سالها قبل توسط دوشخص ایرانی و آمریکایی شناسایی و کاملاً بررسی شد و حتی مقاله ای نیز درباره آن به نگارش درآمد که همان غار شناخته شده چنشت است. در فاصله حدود دوپست و پنجاه متری غار چنشت غار دیگری وجود دارد به نام چهل چاه که گروهی از کوهنوردان بیرجندی به داخل چاه وارد شده و اعلام کردند که اجسادى را در این چاه یافته و حتی مجسمه ای را با خود بیرون آوردند. پس از این گزارش ما به همراه همان کوه نوردان وارد غار شدیم که ریسک بسیار بالایی هم داشت چون کوه از نوع ریزشی بود. در واقع غار نیز در نتیجه ریزش های متعدد کوه شکل گرفته بود و دالان های متعددی دارد. در غار با بقایای اجساد تعدادی مرد و زن و کودک مواجه گشتیم. در میان این اجساد یک مرد و یک کودک در قابی شبیه قبر خوابانده شده بودند که به سبک غیر مسلمانی رو به

و حتی یک نمونه از این اشیاء اسلامی نبودند. همچنین در غار چنشت نیز برخی آثار باستانی مثل صندوق، پارچه، لخاف، رو انداز و یا نیم تنه خشک شده بدن، دست و یا پای انسان وجود داشت که متاسفانه مردم می دانست که ورودی آن کجا واقع شده است، اما بعداً متوجه شد که این غار پنهان باقی نماند و به سرنوشت غار چنشت دچار شده است.

اسمان و با دستانی روی سینه درون آن شبه قبرها قرار گرفته بودند که کاملاً مشخص بود توسط دیگر افراد درون غار دفن شده اند. همچنین یکسری از اشیاء و وسایل زندگی و یا چیزی مثل جای خواب که نشان از اقامت این افراد درون غار چهل چاه بود و البته صحنه های بسیار رقت انگیز از این اجساد به چشم می خورد. به عنوان مثال یکی از این اجساد با چوبی جلوی سینه ثابت شده بود تا مانع سقوط به اعماق غار شود که البته برخی از آنها سقوط کرده بودند. رجبعلی لیاف در ادامه افزود، از بررسی محیط غار و وضع این اجساد دو فرضیه نسبت به سرنوشت آنها مطرح گردید.

مجهز به دستگاه های تخصصی، اتومات و مدرن شستشو ارائه خدمات تخصصی لکه بری، رفوگری، ریشه زنی و...  
۰۹۱۵ ۵۳۴ ۹۸۰۰ - ۳۲ ۴۲ ۸۳ ۱۱ - ۳۲ ۴۲ ۸۳۰۰ - ۳۲ ۲۲ ۴۰۰۰

شستوی تخصصی فرش های دستباف ااعلا و ماشینه تراکم بالا شستوی ۱۰۰ درصد تضمین با رعایت کامل موازین شرع و واساعه حمل و نقل معمنن فرش به صورت کاملاً رایگان همراه با کاور

**قالیشویی و مبل شویی جاوید**

**چرا تلگرام روی اینترنت ADSL فیلتر نشد؟**

بعد از ابلاغ دادستانی برای فیلتر کردن شبکه پیام رسان تلگرام، دسترسی به آن در ۳ اپراتور تلفن همراه مسدود شده است، اما همچنان دسترسی به این پیام رسان روی اینترنت خانگی امکان پذیر است. یک مقام آگاه نزدیک به کمیته فیلترینگ گفته طبق برنامه زمان بندی شده اجرای کار فنی فیلترینگ تلگرام به صورت مرحله به مرحله انجام می شود و هم اکنون نیز در حال انجام است

**علمی و فناوری**

**پیرترین عنکبوت جهان که بانیش زنبور فرد**

عنکبوت ۴۳ ساله از تیره تک سان پاپان در استرالیا جان خود را از دست داد. لقب پیرترین عنکبوت مربوط به یک تار تارنولای مکزیکوی بود که در سن ۲۸ سالگی جان خود را از دست داد اما به نوشته محققان این عنکبوت که نامش «شماره ۱۶» بود، نه بر اثر مرگ طبیعی بلکه به دلیل گزیدگی ناشی از نیش زنبور جان خود را از دست داد.

**۱۳ سال زندگی عجیب یک زن در یک قفس شیشه ای**



جوآنا مونوز خانم ۵۳ ساله اسپانیایی در طی ۱۳ سال گذشته در یک قفس شیشه ای سفارشی زندگی می کند. این محفظه شیشه ای زنلن اوست ولی از سوی دیگر تنها جایی است که می تواند خود را از همه چیزهایی که می تواند برای او مرگ آور باشد حفظ کند. حتی در آغوش گرفتن فرزندانش برای او تبدیل به آرزو شده است.

**قابلیت تماس تصویری اینستاگرام رسماً معرفی شد**

قابلیت پخش زنده یکی از محبوب ترین ویژگی های اینستاگرام محسوب می شود و حالا این شبکه ای اجتماعی می خواهد از این هم فراتر برود. به زودی، اینستاگرام قابلیت تماس تصویری را برای کاربرانش فعال می کند و به آن ها اجازه می دهد که برای برقراری ارتباط با دوستان خود از این قابلیت بهره ببرند.

**مجوز تلویزیون تعاملی برای ۴ برند صادر شد**



صدولوسیا امروز مجوزهای فعالیت رسانه صوت و تصویر فراگیر را برای ۴ برند صادر کرد. صدولوسیا این مجوزها را به چهار برند فام، تیوی نت، تیوا و آی سیما اعطاء کرد. این شرکتها می توانند خدمات ارزش افزوده خود را که شامل پخش زنده تلویزیونی، آرشیو ۲ هفته ای و شبکه های اختصاصی است بر روی پلتفرم های مختلفی از ستاپ باکس، وب تا دستگاه های اندرویدی و IOS ارائه کنند.

**ویندوز ۱۰ جلوی حواس پرتی کاربران را می گیرد**

مایکروسافت با به روزرسانی رایگان ویندوز ۱۰ قابلیت را در اختیار کاربران قرار داده است که به آن ها امکان می دهد کمتر در زمان استفاده از رایانه وقت تلف کنند و روی کار خود متمرکز شوند.

**قالیشویی و مبل شویی ترنج**

**صاف صاف لول لول تخت تخت**

عضو معتبر اتحادیه مسئول: دستگردی دفتر: توحید ۲، نبش نبوت ۲۱، پلاک ۱۰۵

برای اولین بار فرش های خود را اتو کشیده تحویل بگیرید

۳۲ ۴۴ ۶۶ ۶۶ / ۳۲ ۴۲ ۴۳ ۲۰ - ۲

مجهز به دستگاه آبیگر لوله ای بدون درب صاف و تمیز همچو روز اول

قالیشویی و مبل شویی نفیس Nafis Carpet cleaning

اولین و تنها دارنده دستگاه آبیگر چهارلول در شرق کشور با قابلیت آبیگری همزمان، ۴ تخته فرش بصورت کاملاً مجزا اولین دارنده دستگاه آبیگر لوله ای بدون درب در استان

صاف صاف تخت تخت بدون چین و چروک بدنه یک / کاور شده

۳ - ۱ - ۰۰۰ ۳۲ ۴۴ پیشرو در صنعت قالیشویی استان

و مبل شویی قالیشویی یاتریس

بگوئای بندگان من که بر خود اسراف و ستم کرده اید! از رحمت خداوند نومید نشوید که خدا همه گناهان را می‌آمرزد؛ زیرا او بسیار آمرزنده و مهربان است. (زمر، ۵۳)

## شعر روز

آه‌های آتشینم پرده‌های شب بسوخت  
بر دل آمد وز تف دل هم زبان هم لب بسوخت  
دوش در وقت سحر آهی برآوردم ز دل  
در زمین آتش فتاد و بر فلک کوکب بسوخت

## پیامک

شهادت توانایی ادامه دادن نیست،  
بلکه ادامه دادن در زمانی  
که توانایی نداری است.

## عارفانه روز

تمام چیزهای بزرگ ساده هستند، و بسیاری  
می‌توانند با یک واژه بیان شوند:  
آزادی، عدالت، افتخار، وظیفه، بخشش، امید.

## حدیث روز

گوش خود را به شنیدن خوبی‌ها عادت بده و به آنچه که به صلاح و درستی تونمی افزاید گوش مسپار، زیرا این کار، دل‌ها را زنگار می‌زند و موجب سرزنش می‌شود. امام علی (علیه السلام)



## ۹ راهکار فوری برای افزایش انرژی روزانه

تکیه نکنیم؛ اما اگر عادت به خوردن آن پیدا کرده‌اید توصیه می‌کنیم که میزان قهوه‌ای که در هر روز مصرف می‌کرده‌اید را در طی روز تقسیم کنید. متخصصان علم خواب توصیه می‌کنند مصرف میزان اندک کافئین (هشت اونس قهوه یا کمتر) در هر چند ساعت یک بار، شما را بیدار، هشیار و متمرکزتر نگه می‌دارد؛ هنگامی که شما یک لیوان پر و بزرگ قهوه می‌خورید، ناگهان میزان کافئین خون افزایش می‌یابد اما اگر آن را تقسیم کنید کافئین در خون در سطح ثابتی باقی می‌ماند.

## ۳- وعده‌های غذایی را افزایش دهید

مصرف وعده‌های غذایی اندک هر سه یا چهار ساعت یک بار در روز سطح قند خون شما را متعادل نگه می‌دارد این کار سبب می‌شود که دچار ضعف و کمبود انرژی نشوید و در عین حال از پرخوری جلوگیری می‌کند. دقت کنید هر وعده غذایی حاوی کربوهیدرات، پروتئین، چربی‌های مفید مانند روغن زیتون باشد؛ غذایی حاوی ۱۲۰ گرم مرغ و سبزیجات به همراه روغن زیتون.

## ۴- در میز کار یا در اتاق کارتان

گلدان گل تازه داشته باشید  
پژوهش‌ها نشان می‌دهد که نگهداری گلدان در اتاق کار باعث می‌شود که اضطراب کمتری احساس کنید. توصیه

گاهی اوقات مشکل احساس ضعف در بدن در کمبود خواب است، اما عادت‌های ورزشی یا غیر ورزشی نیز ممکن است باعث کاهش سطح انرژی بدن شوند به طور حیرت‌انگیزی هر چیزی مثلاً اینکه چگونه میز کارتان را بچینید و تزیین کنید نیز بر سطح انرژی اثرگذارند و ممکن است به حفظ انرژی شما یا افزایش سطح انرژی شما کمک کند. برخی از این موارد را در این مقاله بررسی خواهیم کرد.

## ۱- صبحانه بخورید

خوردن صبحانه مقوی شما را در طی روز هشیارتر نگه می‌دارد. در مطالعه‌ای که در دانشگاه کاردیف انجام شد نشان داد افرادی که از غلات غنی از فیبر در وعده غذایی صبحانه استفاده می‌کنند ده درصد کمتر از بقیه افراد احساس خستگی می‌کنند، کمتر در معرض افسردگی قرار می‌گیرند و نیز مهارت‌های شناختی بهتری دارند. اولین نظریه این است که فیبر به کاهش آرام‌آرام جذب غذا در معده کمک می‌کند که سطح قند خون شما را ثابت نگه داشته و در نتیجه سطح انرژی تا مدت زمان بیشتری بالا باقی می‌ماند.

## ۲- مصرف قهوه در کسب انرژی اثر دارد، اما چقدر و چگونه؟

متخصصان معتقدند بهترین راه این است که بر کافئین خیلی

کلید لوازم دست دوم منزل شما را خریداریم. با یک تماس اختلاف قیمت را تجربه کنید. ۰۹۱۵۸۶۶۸۰۵۲

فروش انواع انوشا، گوجه و بادمجان و ... آدرس: شمس آباد ۰۹۱۵۷۶۱۲۳۵۹  
۰۹۳۶۴۷۸۲۵۰۶ - ۰۹۳۶۴۷۸۲۶۰۵

مدرک فارغ التحصیلی اینجانب بهار درویش فرزندان حسین به شماره شناسنامه ۰۰۱۷۸۶۳۰۱۵ صادره از تهران مقطع کاردانی رشته تربیت بدنی صادره از واحد دانشگاهی بیرجند مفقود گردیده و فاقد اعتبار می‌باشد از یابنده تقاضا می‌شود اصل مدرک را به دانشگاه آزاد اسلامی واحد بیرجند انتهای خیابان آیت ا... غفاری ارسال نماید.

حمل اثاثیه منزل با خاور مسقف و کارگر ماهر (ضمناً کارگر تنها نیز داریم) ۰۹۱۵۹۶۳۹۰۶۵ علی آبادی

## در بهای اتوماتیک مؤمنی

## پایهان‌در

دفتر مرکزی: بیرجند/ خیابان رسالت / مقابل رسالت ۱۰ ۰۹۱۵۱۶۳۹۰۱۰

برترین تولیدکننده محصولات لبنی و غذایی در محیطی کاملاً بهداشتی و مجهز به دستگاه‌های پیشرفته و به‌روز

عرضه‌کننده: شیر تازه گاو و گوسفند انواع ماست تازه، چکیده، دوغ تلمی پنیر، کره، خامه و سرشیر ماست پروبیوتیک سنتی برای اولین بار در استان تولید محصولات لبنی گوسفندی طعم واقعی محصولات لبنی سنتی را با قائم تجربه کنید

انتخاب شده به عنوان واحد نمونه بهداشتی سال ۹۶ برای اولین بار در استان به شماره ۲۶/۸۰۵۵۹

آدرس: میدان سوم شهید مدرس، باهنر غربی، تقاطع شهید نوربخش تلفن: ۰۹۱۵۲۲۱۰۰۰

اوتوبار آریا ترابر اخلاق، انصاف، کار خوب سرلوحه خدمات ماست مرکز تخصصی حمل و نقل اثاثیه منزل و لوازم اداری با سابقه درخشان خاور مسقف پتودار، نیسان، وانت با کادری مجرب، متخصص و متعهد عضویت رسمی اتحادیه با مجوز رسمی حمل بار و اثاثیه منزل

آدرس دفتر: بیرجند-سجادشهر-نبش غدیر ۴ بامدیریت: جلیل رحیم آبادی ۰۹۱۵۵۶۴۲۹۵۹ ۰۹۱۵۹۶۳۴۰۳۸ ۳۲۴۱۴۷۰۲

به یک نفر جهت نگهداری کودک با سابقه کار در بازه سنی ۳۵ تا ۵۵ با حقوق مکفی نیازمندیم. ۰۹۱۵۳۶۲۵۰۷۵

به دو نفر باز آریاب آقا یا خانم جهت کار در یک شرکت پخش مواد غذایی معتبر با حقوق و پورسانت بالا نیازمندیم. ۰۵۶۳۲۳۵۸۳۳۴ - ۰۹۱۵۵۶۱۱۲۱۹

در فروشگاه لوازم یخچکی خودرو نیاز به یک همکار و شراکت در کار نیاز مندیم. ۰۹۱۵۸۲۵۴۱۷۲

## نقاشی ساختمان

انواع رنگ های روغنی ، پلاستیک، اکرولیک، مولتی کالر، کنیتکس، کتاف و ... با قیمت مناسب ۰۹۱۵۶۶۳۳۲۳۰ - بررگی

ایزوگام سلیمانی چهارراه اول توحید ۰۹۱۵۱۶۰۶۵۲۸ - ۳۲۴۲۵۰۵۴

لوله بازکنی تشخیص و رفع بو و نم به روش ایزوناتو / شبانه روزی ۰۹۱۵۷۰۶۳۲۲۰ - ۰۹۳۶۵۲۳۷۰۱۴ - ۳۲۴۳۵۶۸۶

سینما فردوسی لاتاری شروع سانس ۱۴:۳۰ | ۱۸ | ۲۰

لونه زنبور شروع سانس ۱۶:۳۰ | ۲۲

کاتال خبری: cinemaferdosi@تلگرام Birjand اینستاگرام

## سیک زندگی

## راهکارهایی برای تقویت تمرکز

وجود عوامل و فاکتورهای مختلف در محیط پرامون و کار باعث می‌شود تمرکز و توجه به کاری که مشغول انجام آن هستیم سخت شود. داشتن تمرکز به فرد اجازه می‌دهد جهان درونی خود را به گونه‌ای شکل دهد که افکار، انگیزه‌ها و احساسات با اهدافی که در مغز اولویت خواهند داشت، مرتبط باشد.

توانایی به حفظ تمرکز و توجه از سنین پایین شروع می‌شود و به فرد کمک می‌کند در طول زندگی موفق باشد. فاکتورهای متعددی وجود دارند که مهارت‌های فرد در تمرکز کردن را ارتقاء داده یا آن را مختل می‌سازد.

تغییر چیدمان محل کار و زندگی: محیط اطراف می‌تواند نقش حائز اهمیتی در میزان تمرکز داشته باشد. با اعمال تغییراتی روی میز کار فضایی را ایجاد کنید تا برای حفظ تمرکز مناسب باشد.

بهبود سطح کیفیت سلامت: فعالیت جسمی، رژیم غذایی و وزن فاکتورهای هستند که بر عملکرد و سطح تمرکز فرد تاثیر می‌گذارد. به طور مثال، اگر وعده غذایی صبحانه را حذف کنید نمی‌توانید تا هنگام وعده نهار کاری که مشغول به انجام آن هستید به بهترین شکل انجام دهید.

توجه به وضعیت سلامت، فعال بودن و مصرف خوراکی‌های تقویت کننده تمرکز از نکات مهم به حساب می‌آیند.

حضور در فضای سبز: بررسی‌ها نشان می‌دهد وضع و محیط طبیعی همچون قرار گرفتن در فضاهای سبز می‌تواند برای رشد مغز کودکان و تقویت سطح تمرکز و افزایش بازدی در دانشگاه و محیط کار مفید باشد.

به کسانی که به شما حسودی میکنند احترام بگذارید...؟!!

زیرا اینها کسانی هستند

که از صمیم قلب معتقدند

شما بهتر از آنانید

## حرف های ابریشمی

هیچ وقت متوجه لحظات واقعا مهم در زندگی نمی شوی، تا وقتی که دیگر خیلی دیر شده است.

## موفقیت

موفقیت در مدیریت نیازمند یادگیری با سرعتی است که دنیا تغییر می کند.

| جدول سودوکو |   | شماره ۴۰۵۸ |   |
|-------------|---|------------|---|
| ۳           |   | ۶          |   |
|             | ۵ |            | ۸ |
| ۷           | ۸ | ۳          |   |
|             |   | ۱          |   |
| ۹           |   |            | ۳ |
|             | ۵ |            |   |
|             | ۴ | ۲          | ۹ |
|             |   | ۷          | ۲ |
| ۹           |   |            | ۵ |

سودوکو جدول اعدادی است که امروزه یکی از سرگرمی های رایج در کشورهای مختلف جهان به شمار می آید. سودوکو مخفف یک عبارت ژاپنی است و به معنی «ارقام باید تنها باشند» است.

تاریخچه: این بازی برای اولین بار در یک مجله پازل آمریکایی در سال ۱۹۷۹ انتشار یافت اما انتشار آن به طور مستمر و بی گیر برای نخستین بار برمی گردد به ژاپن در سال ۱۹۸۶ و از سال ۲۰۰۵ این سرگرمی به محبوبیت جهانی دست یافت و نخستین مسابقه ملی آن در سال ۲۰۰۸ در فیلادلفیا در آمریکا برگزار شد.

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



## بازگشت به زندگی با تسهیلات اشتغال

صداوسیما - ۸۶معداد بهبودیافته استان با دریافت تسهیلات اشتغال توانمند شدند و به زندگی خود بازگشتند.مدیرکل بهره‌زستی استان گفت:پارسال۱۷۶۰معداد بهبودیافته،۱۶ ساعت دوره‌های مهارت زندگی و۲۶ ساعت دوره‌های مهارت کسب و کار را گذراندندو پس از آن برای دریافت تسهیلات۵ تا۲۰ میلیون تومانی، بسته به نوع شغلشان به بانک معرفی شدند.عرب‌نژاد با بیان اینکه تاکنون۸۶ نفر از این افراد تسهیلات بانکی دریافت کرده‌اند افزود: تاکنون یک میلیارد و ۲۷۱ میلیون تومان تسهیلات به این افراد پرداخت شده است و این افراد بیشتر در بخش‌های صنعت و خدمات مشغول به کار شدند.

### افتتاح ۶ گلخانه زیرزمینی در پردیس امیرآباد دانشگاه بیرجند

غلامی- مراسم افتتاح شش گلخانه زیرزمینی جهت تکثیر گیاهان و نگهداری از گلدان ها سه شنبه (۹۷/۲/۱۱) با حضور دکتر احمد خامسان رئیس دانشگاه بیرجند و جمعی از مدیران و مسئولان



گلخانه

دانشگاه در محل پردیس دانشکده کشاورزی برگزار شد. دکتر خامسان با تأکید بر صرفه جویی مصرف آب در تولیدات گیاهی اظهار کرد: پژوهش های مقاله محور باید به سوی پژوهش های کارآفرین محور و کارآفرینی سوق داده شود تا سهم کارآفرینی در دانشگاه افزایش یابد. در ادامه این مراسم مهندس علیرضا صمزداده با ارائه گزارشی از اقدامات صورت پذیرفته به آبیاری تحت فشار ۴۵ هکتار از اراضی دانشکده کشاورزی اشاره نمود و گفت: دانشجویان مشتاق زیادی از زمین و امکانات مزرعه استفاده می کنند. وی تصریح کرد: نهالستان دانشکده کشاورزی با مساحت ۴ هکتار در سال ۱۳۸۲ تأسیس شده که یک چهارم آن برای تولید نشاء انواع گل ها و گیاهان مورد استفاده در فضاهای سبز شهری و محیط دانشگاه مورد استفاده قرار می گیرند. شایان ذکر است گلخانه های مذکور جمعاً به مساحت ۷۳۰ متر مربع و از محل درآمدهای اختصاصی دانشکده کشاورزی احداث شده است.

### رشد ۱۴ درصدی جابجایی کالا در فروردین سال جاری

پیشه ور- رئیس اداره حمل و نقل کالا اداره کل راهلداری و حمل و نقل جادمای استان، عنوان کرد: بررسی انجام شده از سیستم کنترل بارنامه نشان می دهد تناژ جابجاشده در فروردین اسمال نسبت به مدت مشابه سال قبل ۱۴ درصد رشد داشته و سفرهای کامیونی نیز ۸ درصد افزایش داشته است. حیدری فرود: در این مدت بیش از ۳۱۷ هزار ۶۲۵ تن کالا با تعداد بیش از ۲۰۶ هزار و ۳۸ سفر کامیون و وانت بار در استان به مقاصد درون و برون استان جابجا شده است. به گفته وی عمده کالاهای زغال جابجا شده از استان به ترتیب انواع سیمان، زغال سنگ، سنگ کاشی و خاک معدنی بوده است. وی خاطر نشان کرد: ۸ هزار و ۴۵۲ نفر راننده حمل و نقل کالای استان اعم از ناوگان باری در حمل ونقل کالای استان با استفاده از ۴ هزار و ۶۰۲ دستگاه انواع کامیونت، کامیون و تریلی و وانت بار در این حوزه فعال هستند و عمر متوسط ناوگان باری حمل ونقل کالا برابر ۱۳٫۹۸سال است که نسبت به عمر ناوگان باری حمل و نقل کالای کشور (۱۷٫۰۴سال) و عمر متوسط ناوگان وانت بار۷٫۷۹سال بوده که نسبت به عمر ناوگان وانت بار حمل و نقل کالای کشور (۸سال) جوان‌تر بوده‌و اوضاع مطلوبی برخوردار است.

### تازه های ورزشی استان

#### اردوی مستعدین تیم ملی اسکواش در بیرجند برگزار می‌شود

رئیس هیئت اسکواش استان از کلتگزنی ۴ کورت اسکواش در بلوار شهید ناصری خبر داد و گفت: از روز گذشته اردوی مستعدین تیم ملی با حضور ۱۰ نفر ملی‌پوش در بیرجند آغاز شد. غنی اظهار کرد:ورزش اسکواش در کشور و در استان خراسان جنوبی مطلوب شده و دو بازیکن استان از جمله خراسانی‌زاده و فرزادحقیخواه دوبازیکنی هستند که به‌اردوی مستعدین تیم ملی دعوت شدند وی افزود: اردوی مستعدین تیم ملی باحضور ۱۰ نفر ملی‌پوش از روز گذشته در استان آغاز و تا روز جمعه ۱۴ اردیبهشت‌دلمه دارد.

#### اعزام ورزشکار پارکور کار استان به مسابقات کشوری

رئیس هیئت انجمن های ورزشی گفت: ورزشکار منتخب پارکور استان به مسابقات قهرمانی کشور اعزام می‌شود.
علیزاده اظهار کرد: با همت انجمن ورزش پارکور استان و با همکاری هیئت انجمن‌های ورزشی استان ورزشکار منتخب پارکور استان ” مهدی حسن زاده ” به اولین رقابت‌های کشور اعزام می‌شود. وی افزود: نخستین دوره رقابت‌های آزاد پارکور قهرمانی کشور از ۱۲ تا ۱۴ اردیبهشت برگزار می‌شود و بهترین‌های این مسابقات شناسایی و به اردوی تیم منتخب معرفی خواهند شد.

#### کلتک زنی ۸ سالن به اسم بانوان به کام دیگران

کارشناس امور بانوان اداره ورزش و جوانان بیرجند از کلتک زنی ۸ سالن ورزشی به نام بانوان در بیرجند خبر داد و گفت: در این سالن‌ها طبق ماده۸۵ پس از افتتاح در اختیار بخش خصوصی قرار می‌گیرد که در این مدت صدمات زیادی به بنای این سالن ها وارد می آید و هزینه های زیادی برای صرف تعمیر مجدد آن شود.

### بازدید مقام معظم رهبری از غرفه کویر تایر

گروه خبر- رهبر معظم انقلاب اسلامی از غرفه کویر تایر در نمایشگاه کالای ایرانی در حسینیه امام خمینی(ره) بازدید کردند. زینلی مدیر عامل شرکت کویر تایر بیرجند درباره محصولات تولیدی این شرکت توضیحاتی ارائه داد. شرکت کویر تایر به عنوان نماینده شرکت‌های تایرسازی و زینلی مدیرعامل آن به نمایندگی از سوی مدیران عامل شرکت‌های تایرسازی در این نمایشگاه حضور داشت. در این بازدید که علی ربیعی وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی نیز حضور داشت، حضرت آیت ا. خامنه‌ای از ۷۷ غرفه تولیدات ایرانی در بخش‌های گوناگون از جمله لوازم خانگی، نوشت‌افزار، پوشاک و منسوجات، مواد غذایی، دارو و تجهیزات پزشکی، لوازم آرایشی و بهداشتی، وسایل کودک، لوازم خودرو و وسایل صنعتی و ساختمانی دیدن کردند و از نزدیک در جریان ظرفیت‌ها و توانمندی‌های تولیدکنندگان، مسائل و دغدغه‌های آنان و نیز میزان استقبال مردم از کالاهای ایرانی قرار گرفتند.

### مدیر کل آموزش و پرورش استان خبر داد:

# جذب ۹۴۹ معلم جدید در سال تحصیلی آینده

استان از افتخارات ما است. وی با بیان این آموزش و پرورش استان در کنکور سراسری

هم ضعف در هنر است.مدیر کل آموزش و پرورش استان، خاطرنشان کرد: کسب ۹۴۹ تبع



از دیگر افتخارات است. کسب ۱۵۰۰ رتبه کشوری در مسابقات علمی و عملی، کسب ۶۸۲ نفر واجد شرایط بازنشستگی و جشنواره ها، رتبه اول آزمایشگاهی کشور و

گروه ریاضی و تجربی، رتبه سوم و دوم کشور را کسب کرد اضافه کرد: اما در رشته علوم انسانی رتبه هشم را به دست آوردیم ایراد کار



پنجشنبه ۱۳ اردیبهشت ۱۳۹۷ شماره ۴۰۵۸

## آسفالت ۱۳ هزار مترمربع

### معبار آرامستان بیرجند

دارس مقدم- سرپرست سازمان مدیریت آرامستانهای شهرداری بیرجند گفت: ۱۳ هزار متر مربع معبار آرامستان در آستانه روز برات به مبلغ ۲۷۴ میلیون و ۶۶۰ هزار تومان آسفالت شد. محمد زاده افزود: سطح و آماده سازی پارکینگ های آرامستان و آب پاشی محورهای خاکی منتهی به آرامستان از جمله اقدامات سازمان در آستانه روز برات بود. وی در ادامه به رفت و روب معبار ، میادین و فضای داخل آرامستان در روزهای قبل و بعد از مراسم روز برات اشاره و اظهار کرد: نصب بنر با موضوع جمع آوری متکدیان و پیام های بهداشتی با همکاری مرکز بهداشت شهرستان و مرکز نگهداری متکدیان، راهنمای پارکینگ ها و محل شیردهی نوزدان نیز از دیگر اقدامات سازمان می باشد. محمد زاده به بازدید میدانی توسط عوامل سازمان از سطح آرامستان جهت خدمات رسانی بهتر خبر داد و گفت: نصب موانع ثابت و راه پندهایی جهت برخی از مسیرهای منتهی به آرامستان در محل های تعیین شده توسط پلیس راهور ، کنترل دوربین های آرامستان و کنترل ۲۶ مورد آب سردکن و ۴ سقاخانه و نظافت کلیه سرویس های بهداشتی در سطح آرامستان از اقدامات سازمان مدیریت آرامستان ها در روز برات بود.

### اخذ هزینه برای ورود

### به پارک بانوان بیرجند حذف شود

ماون سیاسی و امنیتی فرماندار بیرجند خواستار حذف مصوبه شورای شهر مبنی بر اخذ هزینه برای ورود به پارک بانوان شد. به گزارش شبستان، حدادی در کارگروه بانوان بیرجند اظهار کرد: قرار گرفتن پارک بانوان در حاشیه شهر باعث شده که کمتر از امکانات موجود در این مکان استفاده شده و مصوبه اخیر شورای شهر مبنی بر اخذ هزینه برای ورود به این پارک باعث بروز مشکلاتی به خصوص در حوزه دانش آموزی می شود. وی تأکید کرد: فرمانداری شهرستان بیرجند به دنبال ابطال این مصوبه شورای شهر است.کارشناس امور بانوان شهرداری بیرجند هم در این جلسه عنوان کرد: با توجه به اینکه جانمایی پارک بانوان طوری است که زمینه استفاده تمام بانوان شهر فراهم نیست لذا درخواست کرده ایم یکی از پارک های شهر به عنوان پارک بانوان تعریف شود. اکرم زاده اظهار کرد: شهرداری بیرجند با افتتاح خانه های محله توانسته برنامه های آموزشی و فرهنگی متنوعی برای دختران و زنان ارائه دهد.مکان مناسبی برای این منظور در نظر بگیریم.

### ثبت نام مسابقه شهر ریاضی در بیرجند

صدا و سیما- برای اولین بار مسابقه شهر ریاضی در بیرجند برگزار می شود و مهلت ثبت نام آن تا ۱۵ اردیبهشت است. دبیر مسابقه شهر ریاضی گفت: این مسابقه در سه بخش ابتدایی، اناش آموزشی و دانشجویی انجام می شود که تاکنون در بخش ابتدایی شامل دانش آموزان پایه اول تا پنجم ابتدایی، ۹۰ نفر ثبت نام کردند و تکمیل ظرفیت شده است و ثبت نام در بخش دانش آموزی پایه ششم تا یازدهم و در بخش دانشجویی انجام می شود. فروغ روشن روان با بیان اینکه افراد در گروه های سه نفره ثبت نام می شوند افزود: برگزیدگان بخش دانش آموزی به مرحله کشوری که در دانشگاه فردوسی مشهد برگزار خواهد شد را می یابند و درصورت برگزیده شدن در این مرحله، دانشگاه فردوسی آنان را بورسیه خواهد کرد. علاقه مندان به شرکت در آن می توانند یا به صورت حضوری در دانشگاه صنعتی و دانشکده مهندسی بیرجند نام نویسی کنند و یا برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۰۹۱۵۰۹۱۲۷۶۸ تماس بگیرند.

### اخبار کوتاه

- نماینده مردم بیرجند، دریمان و خوسف در جشن نیمه شبیان در دفتر نماینده ولی فقیه استان گفت: انتظار فرج با فقیبیت ترین اعمال است.
- اجتماع بزرگ منتظران ظهور در بیرجند برگزار شد.
- ۴۳۰ متکدی روز برات در آرامستان بیرجند جمع آوری و به مرکز نگهداری متکدیان منتقل شدند.
- تاکنون ۳۳ هزار و ۷۰۵ نفر در استان به نام و القاب حضرت مهدی(عج) نامگذاری شدند.
- یادواره شهید سید احمد رحیمی همزمان با سالروز شهادت این شهید بزرگوار در هیئت ابوالفضل(مصلی) بیرجند برگزار شد.
- مدیر جهاد کشاورزی طیس از آغاز برداشت محصول کلزا از سطح ۶۲ هکتار از مزارع طیس از ابتدای اربپهشت خبرداد.
- مدیرکل اوقاف و امور خیریه از اسکن ۱۵۰ هزار برگ از اسناد بایگانی موقوفات و رقبات استان از ابتدای طرح تاکنون خبر داد.
- مدیرکل تمبریات حکومتی مجموع محکومیت برای پرونده های مربوط به اجرای احکام در طرح نظارتی نوروز اسمال را ۲۶۲ میلیون و ۶۱۸ هزار ریال در استان اعلام کرد و گفت: در این مدت ۹۳ فقره پرونده مختمه شده است.
- مفدهمین همایش سالانه ایمنی در شرکت توزیع نیروی برق استان برگزار شد
- مدیرکل اوقاف و امور خیریه از اسکن ۱۵۰ هزار برگ از اسناد بایگانی موقوفات و رقبات استان از ابتدای طرح تاکنون خبر داد.



اخلاقی مطبوعات ایجاب می کند تا حقایق را آن گونه که هست مطرح کنند و هیچ گاه با کتمان حقیقت، صورت مسئله را تغییر ندهند.

