

آبگرم فرزدوس

به مناسبت اولین سالگرد درگذشت

شادروان حاج محمد رضا زرنگ

جلسه یادبودی روز جمعه ۹۷/۱۰/۷ از ساعت ۹:۳۰ الی ۱۰:۳۰ صبح در محل حسینیه جدید التاسیس آیت... آیتی برگزار می گردد تشریف فرمایی سروران گرامی مزیدامتنان می باشد.

خانواده زرنگ و سایر بستگان



روزنامه صبح استان * سال بیستم * شماره: ۴۲۴۷

تجهیز انواع سالن های ویدئو کنفرانس و همایش
سیستم های صوت و تصویر حرفه ای
خدمات غفاری ۹ و ۱۱۱
تلفن تماس: ۵ - ۰۵۶ ۳۲۲۰۷۲۲۴
مرفعی سورگی - ۰۹۱۵۳۴۱۸۶۲۲
WWW.PGOSTARJR

چهارشنبه ۵ دی ۱۳۹۷ * ۱۸ ربیع الثانی ۱۴۴۰ * ۲۶ دسامبر ۲۰۱۸

چه کسی و چگونه برای بودجه استان چانه زنی می کند؟

کسری وحدت در بودجه استان



آیت... هاشمی شاهرودی دار فانی را وداع گفت

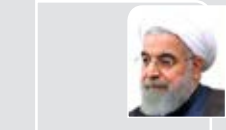
تسلیمت تولیت آستان قدس، نماینده ولی فقیه و استاندار در پی درگذشت رئیس مجمع تشخیص مصلحت نظام

یادداشتی به قلم محمد حق طلب

منطق ماشین دودی و توسعه استان

این نقل را در آثار شهید مطهری بارها خوانده و شنیده ایم، اجازه دهید یک بار دیگر آن را با هم بازخوانی کنیم: «یکی از دوستان ما که مرد نکته سنجی است، یک تعبیر بسیار لطیف داشت، اسمش را گذاشته بود منطق ماشین دودی. می گفتیم منطق ماشین دودی چیست؟ ... (مشروح در صفحه ۳)

تضمین اشتغال پایدار با رونق منطقه ویژه اقتصادی ۵ برای اولین بار در استان، کشت دوم محقق شد؛ دوباره برکت دوباره گندم ۳ استاندار مهمان سرزده مخابرات و نمایشگاه بین المللی ۵



اینکه می گویند «دولت کشور را رها کرده است» ناپسند است



هدف از برجام اصلا اقتصادی نبود



اداره جلسات مجمع بر عهده آیت... موحیدی کرمانی است



روحانیت هیچ وقت اپوزیسیون دولت، قوه قضائیه و مجلس نیست

سر مقاله

هرم پور

توسعه و تحول؛ ارغوان تغییر در روند تصمیم ها

ظرفیت های پیدا و پنهان خراسان جنوبی آنقدر هست که بشود برای توسعه یک استان و برای نجات مردمش از شرایط ویژه روی آن حساب خاص باز کرد ظرفیت ها همیشه همین گونه اند؛ در دسترس، فرولان و آبوهوا نجات دهند و البته مغفول مانده و گاهی آنچنان مغفول، که برخی از آن به تهدید یاد می کنند و البته شاید گاهی واقعاً هم تبدیل به تهدید می شوند برای تبدیل نشدنشان به تهدید و در همان تراز پربار فرصت ها ماقی ماندنشان، باید برنامه ریزی کرد. (نامه در صفحه ۲)

تقدیر و تشکر
در غم هجرت ابدی همسری مجاهده و مادری مهربان
حاجیه خانم حبیب زاده
(همسر جانباخت حاج محمد مرادی مقدم)
بدینوسیله از همه نامردگان ذیل که با حضور گرم خود در مراسم تشییع و تدفین و دیگر مراسم خانواده های عزادار را همراهی نمودند کمال تشکر و قدردانی را داریم:
نمایندگان ارگان ها و ادارات دولتی از جمله:
۱- فرماندهی محترم سپاه پاسداران ناحیه قاینات
۲- مجاهد نستوه حضرت آیت... اصفهانی
۳- حجت الاسلام والمسلمین رحمانی امام جمعه شهرستان قاین و اعضای محترم ستاد نماز جمعه
۴- حجت الاسلام والمسلمین خدائشان ریاست محترم بنیاد شهید و امور ایثارگران قاین
۵- مدیریت محترم ستاد بازسازی عتبات عالیات قاین
۶- مدیریت محترم کانون بازنشستگان سپاه پاسداران قاین
۷- ریاست محترم بانک انصار شعبه قاینات
۸- ریاست محترم اداره ثبت احوال قاینات
۹- مدیر کل محترم فرودگاه های استان خراسان جنوبی
۱۰- هیئت امنا و نمازگزاران مسجد قبا و پرسنل و همراهان گرامی موارد فوق الذکر
عزیزانی که از شهرهای قاین - بیرجند - تهران - مشهد - روستاهای جینان و میقان و دیگر روستاهای دور و نزدیک اعم از اقوام و خویشان دوستان و ... در مراسم های فوق حضور یافته و در کنارمان بودند. بزرگواری که از طریق تماس تلفنی، پیامک، تلگرام و پارچه نویسی مراتب همراهی و همدردی را به نحو احسن اعلام نموده و موجبات تسلی خاطر بازماندگان را فراهم نمودند.
اجرکم عندا...

خانواده حاج محمد مرادی مقدم

به تعدادی راننده پایه یک نیازمندیم شرایط: حداقل دیپلم، متاهل، حداکثر سن ۳۵ سال با سابقه گواهینامه حداقل یک سال و حقوق قانون کار
۰۹۱۵۵۶۴۱۸۲۵ - ۰۹۱۵۷۲۰۱۶۳۷

قرارداد ثابت ماهانه و روزانه جهت کامیونت و نیسان مسقف در شرکت گلرنگ پخش
تلفن: ۳۲۲۵۵۰۸۴ - ۳۲۲۵۵۰۹۳

استاد فرزانه
جناب آقای دکتر غلامرضا زمانی
بدون تردید حضور جنابعالی که از یادگاران دوران دفاع مقدس با کوله باری از تجربیات گرانسنگ در عرصه های مختلف مدیریت کلان آموزش عالی خراسان جنوبی می باشید در سمت
معاونت اداری و مالی دانشگاه فنی و حرفه ای کشور
نویسندگان جدید و توجه مسئولان بالادستی به توان و تجربه مدیران خدمت، دلسوز و پاک دست دور از پایتخت است. ضمن تبریک به حضرت تعالی، مزید توفیقات شما را از درگاه ایزد منان خواستاریم.
هیأت رئیسه، اساتید و کارکنان دانشگاه صنعتی بیرجند

حضور سبز جناب آقای دکتر سعید نمکی
معاون محترم امور علمی، فرهنگی و اجتماعی سازمان برنامه و بودجه کشور در خراسان جنوبی
را گرامی می داریم و از تلاش های مجدانه
برادر ارجمند، جناب آقای محمد صادق معتمدیان
استاندار معزز خراسان جنوبی
و همکاران محترم ایشان که زمینه ساز این حضور می باشند، صمیمانه قدردانی و تشکر می نماییم.
هیأت رئیسه، اساتید و کارکنان دانشگاه صنعتی بیرجند

ضمن تشکر از کلیه عزیزانی که در مراسم تشییع و تدفین
مرحومه بی بی آمنه هاشمی
(همسر مرحوم حاج نادعلی بقایی فرد)
شرکت نمودند به اطلاع می رساند: مراسم **سومین روز** درگذشت آن عزیز سفر کرده امروز چهارشنبه ۹۷/۱۰/۵ از ساعت ۱۴/۳۰ الی ۱۵/۳۰ در محل حسینیه گزازی ها (واقع در فلکه دوم مدرس) برگزار می گردد، تشریف فرمایی سروران گرامی مزیدامتنان می باشد.
خانواده های: بقایی فرد، هاشمی و سایر بستگان

ما از آن خدائیم و به سوی او باز می گردیم
از تحال ملکوتی فقیه عالی مقام، یار امام و رهبری و رئیس فقیه مجمع تشخیص مصلحت نظام مرحوم مغفور
حضرت آیت... العظمی حاج سید محمود هاشمی شاهرودی
را به پیشگاه مقدس حضرت ولی عصر امام زمان (عج)، محضر مقام معظم رهبری، بازماندگان، اقوام، هم استانی ها و هم ولایتی های عزیز تسلیت عرض می نماییم.
جمعیت و هیئت سادات خراسان جنوبی

آبگرم معدنی هلال فردوس
محیطی آرام و دلنشین در قطب گردشگری سلامت شرق کشور
* ویلاهای سه ستاره آبگرم معدنی
* استخرهای مجزای آبگرم معدنی
* وان های خصوصی آبگرم معدنی
* طولانی ترین زیپلاین شرق کشور
* رستوران درجه یک هلال
* بزرگترین مجموعه اقامتی استان
* مناسب برای تورهای گردشگری
با بهترین قیمت

www.abgarmferdows.ir
@abgarm_ferdows @abgarmferdows
۰۵۶ - ۳۲۷۴۷۴۳۶ - ۴

سامانه دادور با مراجعه به آدرس اینترنتی www.bemcenter.ir دریافت، انعکاس، پیگیری و رسیدگی به شکایات متقاضیان صدور مجوزهای کسب و کار

مهلته ارائه الکترونیکی اظهارنامه مالیات بر ارزش افزوده دوره پاییز سال ۱۳۹۷ از طریق سامانه www.evatar.ir حداکثر تا ۱۵ دی ماه سال جاری بوده و ثبت نهایی اظهارنامه مذکور منوط به پرداخت نقدی و یا ترتیب پرداخت مانده بدهی اظهارنامه های مالیاتی می باشد.

روابط عمومی امور مالیاتی خراسان جنوبی - مرکز ارتباط مردمی و پاسخگویی تلفنی ۱۵۲۶

ذهن تان را زنده نگه دارید

حل جدول، چیدن پازل، یادگیری زبان، جور کردن یک سرگرمی همیشه ممکن نیست اما راه هایی هستند برای ورزش دادن مغز. گشت و گذار در وب سایت ها و کسب اطلاعات جدید می تواند مغز شما را تکان دهد، در حالی که اگر هر روزتان مثل دیروز بگذرد ناگهان به خودتان می آید و می بینید شما مغزی دارید که ۲۰ سالی است به روز نشده است.

شما با این مغز کهنه نمی توانید همیای آدم های امروز باشید. آدم های به روز که تفاوت سنی با شما ندارند اما به دلیل اطلاعاتی که دارند با شما فاصله گرفته اند، همین فاصله است که موجب می شود احساس پیری و کهنگی به شما دست بدهد. اگه قابلیت ذهنی داشته باشید شما آدمی به روز و تازه هستید و هیچ وقت پیر نمی شوید.

قضاوت از روی عکس

شخصیت افراد را بشناسید

تحقیقات جدید دانشمندان نشان می‌دهد شخصیت انسان‌ها به طور دقیقی در ظاهر آن‌ها نمود پیدا می‌کند و از روی شکل ظاهری افراد می‌توان به شخصیت درونی آن‌ها پی برد.

آن‌ها متوجه شدند با نگاه کردن به شخصیت افراد می‌توان به درستی خصوصیات اخلاقی آن‌ها مانند میزان اعتماد به نفس، برون‌گرایی یا درون‌گرایی و حتی درستکاری آن‌ها را معین کرد.

شرکت کنندگان در تحقیق چندین گروه از چند دانشگاه از جمله دانشگاه کمبریج از آن‌ها خواسته شد با استفاده از تصویر چند نفر سعی کنند شخصیت آن‌ها را حدس بزنند.

در این تحقیقات از افرادی که عکس شان گرفته می‌شد و در اختیار شرکت کنندگان قرار می‌گرفت خواسته شد در دو حالت متفاوت اقدام به عکس‌برداری از خود کنند که در یک حالت مطابق با معیارهای خواسته شده محققان بود و در حالت دیگر شخص بر اساس تمایلات خودش در برابر دوربین ژست می‌گرفت .

در نهایت محققان متوجه شدند قضاوت‌هایی که در مورد افراد از روی عکس آن‌ها می‌شود، بسیار به شخصیت افراد در عکس شبیه است.

تحقیقات دانشمندان نشان داد زمانی که افرادی از روی دو تصویر سعی در حدس زدن شخصیت یک فرد می‌کنند، حدسیات آن‌ها دقیق‌تر است و بیش‌تر به واقعیت نزدیک است. محققان متوجه شدند زمانی که فردی بر اساس تمایلات و فاکتورهای مورد نظر خودش در برابر دوربین عکس‌برداری می‌کند بیش‌تر از حالتی که بر اساس معیارهای دانشمندان در برابر دوربین ژست می‌گیرد، شخصیت خود را فاش می‌کند.



چهارشنبه ۵ دی ۱۳۹۷ • شماره ۴۴۴۷



گر سنگی طولانی مدت یا قند خون پایین

اگر آخرین وعده غذایی‌تان شام باشد، ممکن است تا زمان صرف صبحانه حدود دوازده ساعت یا بیشتر از آخرین غذایی که خورداید گذشته باشد. در این صورت



سطح پایین گلوکز در خون یا به عبارتی افت قند خون می‌تواند باعث سرگیجه،ضعف و یا تهوع شود.اما بدانید که حذف وعده‌صبحانه باعث تشدیداین حالت‌می‌شود بی‌خوابی در طول مدت شبانه روز، چرخه خواب و بیداری را مختل می‌کند و بی‌اشتهایی به صبحانه یا حتی احساس حالت تهوع را به همراه داشته باشد.

باور غلط که قلبان ها بی خطر هستند



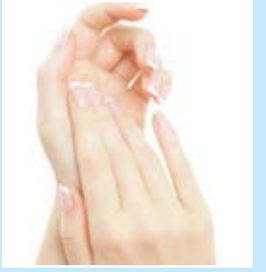
در قلبان، دود از طریق آب منتقل می‌گرددبرخی مردم بر این باورند که لوله قلبان، قبل از ورود دود به ریه، آن را تمیزی می‌کنندولی باید گفت که خطرات ناشی از قلبان به مراتب بیشتر از خطرات ناشی از سیگار می‌باشد. قلبانی‌ها نسبت به سیگاری‌ها، ۲۰۰ برابر بیشتر در معرض خطرات هستندیک باور دیگر نیز وجود دارد که می‌گوید قلبان های دست دوم و کار کرده، ایمن‌تر می‌باشند که این باور نیز نادرست است.

درمان خانگی خواب رفتن انگشتان دست

روی دست خود یخ بگذارید.
مقداری یخ را در حوله و یا نایلون ببیچید و آن را روی دست خود بگذارید. این کمپرس سرد را چندین بار در روز و هر بار به مدت ۲۰ دقیقه استفاده کنید. این کار سبب افزایش گردش خون در انگشتان دست می‌شود و احساس خواب رفتگی را کاهش می‌دهد.

انگشتان خود را خیس کنید.
مقداری آب سرد و نمک را در یک ظرف مخلوط کنید و دست خود را داخل آن فرو برید. دست را ۲۰ دقیقه در آن نگه دارید. این کار نیز سبب افزایش گردش خون می‌شود.

رژیم غذایی مناسبی داشته باشید.
بعضی از موادغذایی احساس خواب رفتگی دست را بدتر می‌کنند؛ مثل گندم، مرکبات، سیب زمینی، شیر و گوجه فرنگی. ولی مواد غذایی که پتاسیم بالایی دارند، مانند موز برای شما بسیار مناسب هستند.



گروه‌ساختمانی آرمیتاژ

انجام کلیه امور ساختمانی از جمله ساخت صفر تا صد بنا، بازسازی و تعمیرات ساختمان، امور تزئینات داخلی و خارجی، محوطه سازی با گروهی مجرب و با سابقه کاری بالا

به ما جوانان اعتماد کنید
۰۹۱۵۸۶۲۶۸۰۸

فروش نهال عناب

زرشک،انار، و ... ۱۲۰۵ ۱۲۵ ۰۹۰۱

سوپر مارکت یا کلیه اجناس، با بهترین موقعیت و درآمد عالی به دلیل مهاجرت زیر قیمت بازار به فروش می رسد.
۰۹۱۵۷۲۳۷۹۲۲

آکازیون، کافه رستوران با موقعیت عالی در بهترین نقطه شهر بیرجند با کلیه لوازم (درحال کار با فروش بالا) واگذار می شود. (لطفاً علاقمند واقعی با سرمایه‌مکفی تماس‌بگیرید)

تلفن تماس: ۰۹۱۵۱۱۰۴۹۹۷

یک واحد سه خوابه حدود ۱۳۰ متر ، طبقه اول باکلیه امکانات اجاره داده می‌شود. ۳۲۴۲۸۰۸۸

کلیه لوازم دست دوم شمارا خریداریم با یک تماس اختلاف قیمت را تجربه کنید.
۰۹۱۵ ۰۵۶ ۲۱۰۰

تعمیر آبگرمکن، بخاری، پکیج
نیش مفتح ۲۶ / ۰۹۱۵۸۶۲۴۳۳۰ - جانی

لوله باز کنی

تشخیص و رفع بو و نم به روش ایزونانو / شبانه روزی

۰۳۲۴۳۵۶۸۶ - ۰۱۴ - ۰۹۳۶۵۲۳۷۰ - ۰۹۱۵۷۰۶۳۲۲۰ - خسروی

ایزوگام شفیعی

۰۳۲۲۵۴۹۴ - ۰۲۸۳ - ۰۹۱۵۱۶۳۰۲۸۳
صیادشیرازی، مجتمع میرداماد، واحد ۹۸

آیه روز

مرا فرا می‌خوانید تا به خدا کافر شوم و چیزی را که بدان علمی ندارم با او شریک گردانم و من شما را به سوی آن ازجمند آمرزنده دعوت می‌کنم. (سوره غافر/ آیه ۴۲)

پیام روز

با ارزش ترین دارایی ما توانایی کسب درآمد است، نه آن پولی که به دست می آوریم.توانایی از دست نمی رود اما پول و ثروت ممکن است بارها از دست برود."
برایان ترسیی "

زندگی پس از طلاق

علت ترس دو دستی به آن چسبیده اید؟ اگر فکر تنها ماندن ترسناک تر از بودن در یک زندگی از هم پاشیده است خب به ترس هایتان اجازه دهید تا تصمیم گیرنده باشید .

روزهای زندگیتان را هدر ندهید

اندهیگن بودن هیچ محدوده زمانی ندارد اما زندگی محدود است. شما این را متوجه بشوید یا نشوید، زمان به سرعت سپری می‌شود، زمانی می‌رسد که شما باید حقیقت را بپذیرید و بگویید " من باید کاری برای زندگی ام انجام دهم که زندگی شاد و مناداری داشته باشم و شخصی فعال در جامعه باشم." پس از هم اکنون قدمهای استوار بردارید و به جلو حرکت کنید .

با مصرف شربت گل بنفشه خوش اخلاق شوید

یک محقق و پژوهشگر طب سنتی مصرف شربت گل بنفشه را در سلامت پوست و رفع تندخویی و عصبانیت موثر دانست. این شربت موجب رفع



سرماخوردگی، سرفه، آسم، برونشیت، گرفتگی و خشکی گلو و خارج شدن خلط از ریه‌ها می‌شود.
پاکسازی معده، کبد، کلیه، مجاری ادرار و ریه‌ها از دیگر خواص این شربت است. همچنین مصرف شربت گل بنفشه باعث رفع التهاب معده، رفع ورم طحال و خارج شدن صفرا از بن می‌شود.

شرایط نگهداری نان در فریزر

برای نگهداری نان در فریزر لازم است نان خردیاری شده کاملا خنک شود، به قطعات کوچک و مناسب تقسیم گردد و پس از قرار دادن در کیسه‌های پلاستیکی مناسب در حداقل زمان ممکن به فریزر انتقال یابد.
برای مصرف نیز مقدار مورد نیاز را از بسته خارج کنید و برای خروج از حالت انجماد در محیط اتاق یا آشپزخانه قرار دهید. اگر نان قبل از بسته‌بندی خنک نشود، به دلیل تعریق رطوبت موجود در نان، پوسته نان بسته‌بندی شده حالت خیس و مرطوب به خود می‌گیرد و محیطی مناسب برای رشد کپک ایجاد خواهد شد. علاوه بر این باعث بیات شدن زودرس، افزایش ضایعات نان و ایجاد بیماری گوارشی می‌گردد. اگر قطعه نان خیلی بزرگ نباشد، تا حد امکان به صورت کامل (برش نخورده) منجمد گردد، چون در این حالت قابلیت حفظ طعم و بو افزایش می‌یابد.



یک شرکت راهسازی به یک راننده کمپرسی ۱۰ چرخ بنز جهت کار در سطح استان با شرایط کارگاهی ۱۲ روز کار ۳ روز مرخصی با بیمه و حقوق کافی نیازمندیم. ۰۹۱۵۷۲۱۳۵۴۵

تزیینات داخلی ساختمان

اجرای انواع رنگ ها: روغنی، پلاستیک، اکرولیک، مولتی کالر، پلی استر و ...
اجرای طرح های جدید کاغذ دیواری و پتینه با رنگ
اجرا و رنگ کتاف
اجرای کاغذ دیواری
۰۹۱۵۷۴۱۱۰۷۱ – باقری

به تعداد پنج پیک موتوری نیازمندیم. ۰۹۱۹۰۲۲۶۳۲۲

به دو خانم جهت همکاری در پوشاک و لوازم آرایشی و بهداشتی نیاز مندیم.

آدرس: بازار حقوق ماهیانه ۷۰۰ هزار تومان ۳۲۲۲۰۶۵۵ – ۰۹۱۵۲۶۹۵۱۶۸

به تعدادی نیروی خانم و آقا و پیک موتوری جهت کار در رستوران نیاز مندیم
ساعت تماس: ۱۱ ظهر الی ۵ عصر ۰۹۳۶۳۶۵۴۷۴۶ ۲۲۳۴۲۲۴۴

مجموعه بزرگ گردشگری شوکت آباد جهت تکمیل کادر پرسنلی خود به افراد زیر نیاز مند است.

۱ – مهماندار زن و مرد ۲– خانه دار زن

۳– منشی زن ۴– پارکبان مرد

آدرس و زمان مراجعه:همه روزه از ساعت ۹ صبح تا ۱۲ ظهر
نیش معلم ۶ – طبقه دوم– دفتر مجموعه

ایزوگام محمدزاده

تنوع محصول
نیش چهارراه دوم توحید
۰۹۱۵۱۶۵۲۶۰۰-۳۲۲۴۴۷۱۱۰

دستگاه ساب سیار امیر آبادی زاده

ساب انواع سنگ های مرمر، گرانیت، موزائیک و بتن
۰۹۱۵۶۷۰۶۵۳۸

لاستیک فرازی

شعبه دیگری ندارد نقدی تخفیف ویژه ویژه

خدمات تایر در همان مکان انجام می‌شود
۰۹۱۵۵۶۲۲۲۹۱
بالانس تضمینی، گاز نیتروژن
با دستگاه های تمام اتوماتیک ایتالیایی

نیش جمهوری ۲۸ و ۳۰ به سمت مزار شهدا (قلعه)



