

آکادمی فرهنگستان جنوبی



روزنامه صبح استان * سال بیست و یکم * شماره: ۴۲۸۸

فرهنگ احترام به محیط زیست، فرهنگ احترام به آینده است. جای بسی افتخار است که سازنده این فرهنگ باشیم. نیل به این افتخار و انتخاب شایسته به عنوان **تنها برند (صنعت سبز) صنایع کاشی و سرامیک کشور** را به **جناب آقای علی اکبر فلاحتی و مجتمع کارخانجات کاشی فرزاد** صمیمانه تبریک عرض نموده، سرسبزی و سربلندی روز افزون را برای ایشان آرزو مندیم.

شرکت ییمه البرز – استان خراسان جنوبی

شنبه ۲۷ بهمن ۱۳۹۷ * ۱۰ جمادی الثانی ۱۴۴۰ * ۱۶ فوریه ۲۰۱۹

وعده رئیس دیوان محاسبات کشور برای بازگشت ۱۳ میلیارد بلوکه شده در خزانه

برگشت عواید مرز

رئیس دیوان محاسبات: خراسان جنوبی طبق ارزیابی از پاک ترین استان ها است * استاندار: اقدامات برای احداث جاده های ترانزیتی در استان کند پیش می رود * نماینده نهبندان و سربیشه: با بودجه های قطره چکانی، شاهراه حیات استان احیا نمی شود

صفحه ۵



نایب رئیس کمیسیون عمران مجلس شورای اسلامی خبر داد:

پروژه انتقال آب به خراسان جنوبی توسط وزارت نیرو اجرایی شود

صفحه ۵

امروز گوشت گرم در بیرجند با قیمت ۴۳ و ۴۴ هزار تومان توزیع می شود

صفحه ۵

برای مشارکت در تحولی بزرگ

جهاد دانشگاهی

در انتظار یاری

خیران است

صفحه ۵

مثلت طلایی زندگی معلولان: استقلال، اعتماد به نفس و مشارکت

شرکت ساحل بابک ۱۷ سال سابقه خدمت رسانی به معلولان دارد

«رسولی مقدم» فرماندار سرایان شد

۵



توصیه ظریف به غرب و آمریکا

صفحه ۶



چه برنامه ای برای جوان گرایی (نه زن خوب گرایی) داریم؟

صفحه ۶



سیستم های اداری مسائل مردم را حل می کردند، مشکلی نداشتیم

صفحه ۶



پیامک های تهدید آمیز، صدای عارف را درآورد

صفحه ۶

سر مقاله

©هرم پور

چه کسی به کارگران پاسخگوست؟!

«امروز یک عده بیکار و یک عده بدتر از بیکار هستند زیرا برخی از شرکت ها حقوق موقوفه کارگر را پرداخت نمی کنند و آنها نیز جرأت بیان آن را ندارند بنابراین نه می توانند کار را رها کنند و نه ادامه دهند. مشاهده می شود همان شرکت هایی که حقوق موقوفه کارگران را نمی دهند و به این صورت کارشان را پیش می برند رتبه نیز می آورند بنابراین چنین مسائلی باید بررسی و حل شود.» «سرقینی» معاون امور معادن و صنایع معدنی وزیر صمت روز سه شنبه هفدهم ... (ادامه در صفحه ۲)

روزنامه

«من لم یشکر المخلوق لم یشکر الخالق»

بدینوسیله از لطف همه عزیزانی که مراتب محبت خود را به اینجانب

و مجموعه پایگاه شکاری شهید سرلشکر خلبان سید حسین حسینی

به مناسبت ۱۹ بهمن

سالروز نیرو هوایی ارتش جمهوری اسلامی ایران

ابراز داشته اند، به رسم ادب و ارادت متقابل تشکر می نمایم

و توفیق روز افزون در راه خدمت به نظام مقدس جمهوری اسلامی ایران را از درگاه

احدیت مسئلت می نمایم.

فرمانده پایگاه شکاری شهید سرلشکر خلبان سید حسین حسینی

سر هنگ خلبان ستاد محمد رضا بهرام نژاد

جناب سر هنگ علیرضا ضاری

رئیس محترم پلیس راه فرماندهی انتظامی خراسان جنوبی

مصیبت وارده را خدمت جناب عالی تسلیت عرض می نمایم و در غم شما شریک هستم.

جرقیل عباس زاده

برادر عزیز جناب سر هنگ علیرضا ضاری

رئیس محترم پلیس راه فرماندهی انتظامی خراسان جنوبی

با نهایت تأسف و تألم درگذشت مادر گرامی تان را صمیمانه تسلیت عرض نموده،

از درگاه ایزد منان برای آن مرحومه علو درجات و برای بازماندگان صبر و شکیبایی مسئلت داریم.

مهندسین مشاور پارس نقش – حسین صباغ

برادر ارجمند جناب سر هنگ علیرضا ضاری

رئیس محترم پلیس راه فرماندهی انتظامی خراسان جنوبی

با تسلیم به مشیت الهی، درگذشت مادر گرامی تان را تسلیت عرض نموده

از درگاه خداوند سبحان برای آن عزیز سفر کرده غفران و رحمت الهی و برای جناب عالی

و خاندان محترم صبر و شکیبایی مسئلت داریم.

انجمن صنفی کارفرمایی شرکت های حمل و نقل شهرستان بیرجند

برادر ارجمند جناب سر هنگ علیرضا ضاری

رئیس محترم پلیس راه فا.ا خراسان جنوبی

با تسلیم به مشیت الهی، ضایعه درگذشت مادر بزرگوار تان

مرحومه کربلائی صغری غضنفری

را خدمت جناب عالی و خانواده محترم تان صمیمانه تسلیت عرض نموده از خداوند منان برای

آن عزیز سفر کرده رحمت و غفران و برای شما عزیزان صبر و شکیبایی مسئلت می نمایم.

انجمن صنفی شرکت های حمل و نقل مسافر خراسان جنوبی

با تشکر از تلمی عزیزانی که در مراسم تشییع و تدفین و ترحیم

بزرگ خاندان

شادروان میر محمد خزاعی

شرکت نمودند به اطلاع می رساند:

مراسم چهلین روز درگذشت آن عزیز سفر کرده فردا یکشنبه ۱۳۹۷/۱۱/۲۸ از ساعت

۱۴/۳۰ الی ۱۵/۳۰ در محل هیئت محترم حسینی (واقع در خیابان انقلاب)

برگزار می گردد. تشریف فرمایی سروران گرامی مزید امتنان می باشد.

خزاعی – عضو هیئت امناء و مدیر اجرایی امامزاده شاه سلیمان علی (ع)

برادر ارجمند جناب سر هنگ علیرضا ضاری

رئیس محترم پلیس راه فا.ا خراسان جنوبی

با نهایت تأسف و تألم درگذشت والد مکرمه را تسلیت عرض نموده،

از خداوند تبارک و تعالی برای آن مرحومه غفران و رحمت الهی و برای شما و سایر

بازماندگان صبر و بردباری مسئلت می نمایم.

نماینده کی مدیران خودرو – ناصری

برادر گرامی جناب سر هنگ علیرضا ضاری

رئیس محترم پلیس راه فرماندهی انتظامی خراسان جنوبی

با نهایت تأسف و تأثر ضایعه درگذشت والد گرامی تان را تسلیت عرض نموده،

ضمن ابراز همدردی، از خداوند متعال برای آن عزیز سفر کرده غفران و رحمت الهی

و برای شما و سایر بازماندگان صبر و شکیبایی مسئلت می نمایم.

شرکت راه گستران علی سلطانپور

فروش اقساطی لوازم خانگی
فروشگاه ششمین
نامبلغ ۲۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال
از ۱۲ ماه
تا ۲۶ ماه
آدرس: بین شهید منتظری ۷ و ۹ تلفن: ۳۲۰۲۲۲۲۴ موسی ناصری

تهران کباب

واقع در خیابان معلم، معلم ۴۸ با موقعیت عالی به فروش می رسد. ۰۹۱۵۱۱۴۵۸۱۷

صنایع ریخته گری بیرجند ذوب

کلیه ضایعات آهن، چدن، مس، برنج، آلومینیوم و ... شما را با حذف واسطه با بالاترین قیمت در سطح استان خریداریم. آدرس: نبش رجایی ۲۳ / ۰۹۰۳۶۲۴۰۶۴۴

دوربین مدار بسته

دو عدد دوربین ۲ مگاپیکسل دید در شب + دستگاه ۴ کانال + هارد + کابل تصویر + کابل برق + متعلقات + نصب و راه اندازی ۰۲۳۵۰۰۰ اتومان در فروش ویژه فقط ۰۰۴۴۰۰۰ اتومان

* امکان خرید اقساطی * تعداد محدود * زمان محدود ۲ سال گارانتی طلایی شرکت انرژی صنعت ایرانیا ۰۹۱۹۷۱۴۷۸۷۴ – ۳۲۳۴۱۲۲۶



کلینیک تخصصی مدیران خودرو

آماده ارائه خدمات و تامین قطعات شرکتی

* سرویس های دوره ای

* جلوبندی

* تعمیر موتور

* تعمیر گیربکس AMT

* سیستم برق و عیب یابی

بلوار امام رضا (ع) – امام رضا (ع) ۱۸ – داخل کوچه

تلفن: ۰۹۱۵۵۶۳۲۵۱۶ – ۳۲۳۷۱۱۱۸



افتتاح نمایشگاه رخت ایران مهر در بیرجند

صدلوسیما-سومین نمایشگاه رخت ایران مهر از هنرهای خانم سمیه مودی، در بیرجند افتتاح شد.مسئول برپایی سومین نمایشگاه رخت ایران مهر گفت: این نمایشگاه هشتاد و چهارمین نمایشگاه مد و لباس اسلامی ایرانی در کشور است که برای فروش، عرضه و سفارش انواع مانتو، کت دامن و سایر لباس ها با طرح های کاملا ایرانی با همکاری اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی و مؤسسه فرهنگی هنری رباب پر پا شده است. وی گفت: نمایشگاه رخت ایران مهر تا دوم اسفند هر روز از ساعت ۹:۳۰ تا ۱۳ و ۱۶:۳۰ تا ۲۱ در محل نگارخانه اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی برای بازدید عموم دایر است.

مثلت طلایی مناسب سازی محیط زندگی معلولان:

استقلال، اعتماد به نفس و مشارکت در جامعه است

نسرین کارى – خانه محيطةى براى آسايش و آرامش انسان است و بايد به گونه‌اى طراحي شود كه بتواند به نيازهاى اساسى او پاسخ دهد. نکته قابل توجه آن است كه نيازهاى انسان در تمام طول زندگى يكسان نيست و با افزايش سن دستخوش تغيير مى‌شود. علاوه بر اين بخشى از افراد جامعه دچار معلوليت‌هاى جسمى –حركتى هستند كه نيازهاىى متفاوت با افراد عادى دارند. در نتيجه خانه‌اى كه برايشان ساخته مى‌شود هم بايد ويژگي‌هاى خاصى داشته باشد.

افراد معلول يا سالمند بعضا در خانه‌هاى عادى هم مى‌توانند زندگى كنند، آنها مطمئنا دچار مشكلاتى مى‌شوند و نخواهند توانست آن طور كه بايد و شايد در خانه به آرامش برسند. حال سوال اينجاست كه خانه‌هاى مناسب براى افراد معلول يا سالمند بايد چه ويژگي‌هاىي داشته باشد؟ منظور از مناسب‌سازى، آماده‌سازى محيط براى استفاده افراد كم توان جسمى و معلولان است تا بتوانند مانند افراد عادى از امكانات محيط استفاده كنند. اين موضوع در راستاى رعايت تساوى حقوق شهروندى افراد مطرح است. مناسب‌سازى، محيط را آماده مى‌كند براى همه افراد كه بتوانند در جامعه حضور داشته باشند. اين فرد مى‌تواند معلول نابينا، خانم باردار، سالمند يا كسى باشد كه زانويش درد مى‌كند. مجموعا هدف از آماده‌سازى محيط اين است كه اين افراد در جامعه‌حضورى موثر پايند.

سال گذشته ۱۸۳ منزل در استان مناسب‌سازی شده‌است

كارشناس مسئول توانمند سازى معلولان خراسان جنوبى در گفتگو با خبرنگار آوا بيان كرد: فعاليت شخص معلول در پى ايجاد نقص و ناتوانى در زندگى كاهش مى‌يابد اما از آنجا كه اين يك ويژگى شخصى نبوده، در رابطه با مناسب‌سازى محيط مى‌توان تا حد زيادى به مشاركت بيشتر اين قشر در عرصه هاى اجتماعى كمك كرد. رزاقى، با اشاره به اينكه هدف از اين كار بهبود وضع زندگى و استقلال افراد معلول است، ادامه داد: پس از انجام نيازسنجى‌ها كمك به اين افراد بسته به اولويت بندى‌ها و شدت معلوليت آن‌ها انجام مى‌شود.
وى عنوان كرد: سال گذشته ۱۸۳ منزل مناسب‌سازى شده كه شامل رمپ، بالا بر دستگيره، سرويس بهداشتى و كاهش ارتفاع سينك ظرفشويى و تجهيز وسايل منزل بوده‌است.

طرف بهزيستى اين كار انجام مى‌شود.

فراخوان براى موسسات خصوصى براى مشاركت در طرح مناسب‌سازی منازل

معاون امور توانبخشى بهزيستى خراسان جنوبى هم بيان كرد:از سال گذشته براساس شيوه‌نامه اصولى بهزيستى كشور جلسات آموزشى براى مناسب‌سازى محيط زندگى معلولان ايلاغ‌ شد.



جميله رضا زاده افزود: فراخوان براى موسسات خصوصى براى مشاركت در طرح مناسب‌سازى محيط زندگى ارائه شد، كارگاه آموزشى گذاشته شده و افراد متقاضى مصاحبه شدند سپس گزينش از بين آنها انجام شد، افراد دارى چند معلوليتى در اولويت قرار گرفتند.
وى عنوان كرد: بخشى از وابستگى معلولان از آنجاىي نشأت مى‌گيرد كه اين افراد امكان حمل و نقل شهري و يا جابجايى در منزل خود را ندارند. اين در حاليست كه اگر اين امكان محقق شود حتى ممكن است معلولان شديد نيز ديگر نيازمند مراقبت نباشند.

اعتبار ۲۲۰ميليونى براى مناسب‌سازی محیط زندگی در ۹ ماهه سال جاری

وى تاكيد كرد: در سال گذشته اعتبار ۴۰۰ ميليونى براى



شنبه ۲۷ بهمن ۱۳۹۷ @ شماره ۴۲۸۸

پیام شما

تلفن : ۰۳۲۲۴۵۸۲ – ۳۲۲۴۵۸۳ : نماير : ۳۰۰۰۲۲۴۴۴ : سامانه پيام کوتاه :

روستای سیلال با توجه به داشتن جوانان و نوجوان با استعداد در زمینه ورزشی هیچ گونه امکانت ورزشی ندارد. حتی یک زمینی خاکی مناسب با توجه به شور و اشتیاق جوانان و نوجوانان روستا در زمینه ورزشی و با توجه به استعداد جوانان این روستا که در مسابقات جام فجر عربخانه به مقام دوم رسیدن می‌طلبد که مسئولان مربوطه این خواسته جوانان روستا که از حداقل امکانات ورزشی محروم هستن را مورد بررسی قرار دهند. در منطقه کوه بالا هیچ گونه سالن ورزشی ساخته نشده و جوانان این منطقه از این حیث واقعا مظلوم واقع شدند.
ارسالی به تلگرام آوا

ضمن عرض سلام و خسته نباشید به شهرداری، پیشنهاد میدم توی مسیرهای پیدهوروی پارک خطی به تمداد کافی سطل آشغال یا فواصل نزدیک بائرن چون قبلا کم بودو کناره های مسیر همیشه زاله ریخته بود. همچنین نصب صندلی برای استراحت لازم است.

۹۱۵-۹۹۵

ما ساکنان مهرشهر تا کی باید به دلیل آسآلت نشدن معابر گرد و خاک بخوریم. خدایا شهرداری و شورای شهر را از خواب بیدار کن.

۹۱۵-۲۰۵

می‌خواستم بابت سرمقاله حمله حامی گلمبه گله تشکر کنم واقعا جای اینگونه مقالات و فرهنگسازی ها در روزنامه هامون خالیه ، ما انسان ها باید بی‌زیریم و بدانیم حیوانات همسایگان مون در زمین هستند و مثل ما حق حیات و زندگی و احترام دارند، زمین فقط متعلق به ما نیست، مخصوصا در ایران که واقعا مهلک ترین ضربه ها رو به طبیعت و حیات وحش و حیوانات اطرافمون زدیم باید آگاه‌سازی بیشتری صورت بگیرد
ارسالی به تلگرام آوا

اعتیاد جرم نیست به تنهایی یک بیماریست یک آسیب اجتماعی است جرم انگاری ارزش برداشته شده به نظر من بیشترین آسیب اجتماعی بیکاریه که فرد دچار مشکل و اختلال روانی میشه و بعد متجر به بسیاری از آسیب های اجتماعی از جمله روابط نامشروع برای امرار معاش، قاچاق مواد، اعتیاد، کودک آزاری، همسر آزاری، جنون دائمی و آنی، خودکشی ،بدیگر آزاری و خود آزاری و اغتشاش در اجتماع وسمی شود .

ارسالی به تلگرام آوا

متأسفانه نور افشانی اسمال شب بیست و دوم بهمن ماه،علیرغم اینکه چهلمین سالگرد پیروزی انقلاب بود و مردم هم خیلی استقبال کرده بودند، خیلی کم رنگ وی بی روح برگزار شد مسئولین محترم با کاری را انجام ندهند یا اگر انجام می دهند خوب انجام بدهند.

۹۱۵-۲۰۵

آقایان محترم راهنمایی و رانندگی محل های علربین پیداه رو کنار میون دوم سجانشهر خط کشی ندارد برای رضای خدا کنار کیند فقط جریمه جزوظایف نیست اگر ترافیک می شود تماشاگر نباشید

۹۱۵-۱۸۶

غذا آماده برادران خزیمه

قیمه و سیب زمینی شنبه هر هفته

بلوار شعبانیه – وصال جنوبی ۳۲۳۱۱۷۱۷

تشک رویال آسایش

انواع تشک طبی فنری و بی‌ممارستانی

فقط روزی ۵۰۰۰ تومان

آدرس جدید: خیابان معلم، بین معلم ۱۰ و ۱۲، جنب بانک ملت ۰۹۱۵۵۶۰۰۸۵۰

Tolica Installments plan

تفکیف مضموم محصولات صنایهوب

۲۱ الی ۱۴ درصد

✓ **میلانم راحتی - سرویس خواب دو نفره ، جوان ، نوجوان و نوزاد**

✓ **انواع میزهای نهارخوری ، تلویزیون - جلوبلی**

✓ **انواع کفشدوکتا بختنه - جاکفشی**

فروشگاه خواجهوی

فروش آب شیرین کن خانگی / نصب و فیلتر رایگان

۱۸ ماه گارانتی

آدرس: خیابان فردوسی، نیش حافظ تلفن تماس: ۰۹۱۵۵۴۳۸۷۶۰ و ۳۲۴۵۷۰۳۳

خشکشویی و رنگرزی باران

شستشوی انواع البسه ، پتو ، روفرشی ، روکش اتومبیل ، پرده توری و کرکره (باز و بست رایگان)

برای اولین بار با دستگاه مخصوص در خراسان جنوبی

میدان ۷ تیر – جنب خرازی تهران ۰۹۱۵۷۲۱۲۱۸۸ – ۳۲۴۵۴۵۳۵

نوین درب هوشمند

فروش ویژه محدوده درب های برقی/درب اتوماتیک نوین تکنیک/کرکره برقی با وزی، شیشه ای، ریلی، بالابر، قفل برقی

۰۵۶۳۲۳۲۳۱۷۹ – ۰۹۱۵۳۶۳۴۷۶۷

نوین درب هوشمند ، تولید کننده درب های اتوماتیک

حمل اثاثیه منزل مداحی

با خاور مسقف و کارگر ماهر

داخل و خارج شهر

شهرام مداحی

۰۹۱۵ ۳۶۳ ۳۶۴۷

زمستان، بهار تیزهوشان است!

اینترنت پرسرعت ADSL2+ ماهانه ۱,۰۰۰ تومان

در جشنواره زمستانی

سازه های سبک با پوشش UPVC

پارکینگ اداری و مسکونی ، کانکس و سوله

دکوراسیون داخلی ، سقف کاذب و دکوراتیو ، فروش ورق های PVC و UPVC ، SIDING و KNAUF

طراح و مجری: گروه مهندسی پارسیان سقف مرکز خانه های پیش ساخته

www.parsiansaghf.COM

تلفکس: ۰۳۲۲۲۴۴۹۰ – ۰۵۶

شماره تماس: ۰۹۱۵۳۶۱۷۶۱۱ – حاشیه فلکه جماران – بالاتر از کاشی فرزاد

ایزوگام سلیمانی

خیابان ارتش، سه راه معلم، جنب بیمه البرز

۰۹۱۵۱۶۰۵۲۱۶ – ۳۲۲۱۸۰۳۰

پاک و صاف مثل روز اول

بدون هرگونه چروک کاور شده

تلفن: ۰۷ – ۳۲۲۵۵۵۵۵۶

۳۱۱۰۴

مجهز به دستگاه آبگیر لوله ای بدون درب

صاف و تمیز همچو روز اول

۶۰ ۶۶ ۴۴ ۳۲

اولین و تنها دارنده دستگاه آبگیر چهارلول در شرق کشور با قابلیت آبگیری همزمان، ۴ تخته فرش بصورت کاملاً مجزا

اولین دارنده دستگاه آبگیر لوله ای بدون درب در استان

هر کاری را از ته دل انجام دهید

راحت ترین راه برای تبدیل کردن هر کاری به یک عادت این است که اول از همه برای انجامش دلیلی بیابید. وقتی از ظاهر دیگران تعریف می کنید یا به دوستی به خاطر پیشنهاد شغلی خوبی که دریافت کرده است تبریک می گوید، این کار خود را با احساس ناخشنودی همراه کنید.

اگر از چیزی تعریف می کنید اجازه دهید از ته دل باشد. با این کار لذت تجربه چندباره این احساس شما را به تکرار آن تشویق خواهد کرد.

محبت کردن به دیگران هزاران شیوه مختلف دارد که با کمی توجه به اطراف، آنها را بسیار ساده و دست یافتنی خواهید یافت.

اغلب افراد این تصور را دارند که مهربانی کردن به دیگران کاری بر دردسر و زحمت آفرین است.

قانون افزایش

افراد باهوش چطور با کسانی که خوش شان نمی‌آید رفتار می‌کنند؟

در یک دنیای ایده آل، هر فردی که با او برخورد داریم، مهربان، خوش‌برخورد، ملاحظه‌دار، سخاوتمند و دارای بسیاری صفت‌های مثبت دیگر است. آنها لطیفه‌هایی که ما تعریف می‌کنیم را می‌فهمند و ما هم لطیفه‌های آنها را می‌فهمیم. در این دنیا همه ما در فضای سراسر شادی زندگی می‌کنیم که هیچکس هیچوقت ناراحت، افسرده یا عصبانی نیست. ولی متأسفانه ما در دنیای ایده آل زندگی نمی‌کنیم. بعضی‌ها آنقدر عصبانی‌مان می‌کنند که تا مرز دیوانگی پیش می‌رویم. خود ما هم این بلا را سر افراد دیگر می‌آوریم.

آنهایی که ازشان خوش مان نمی‌آید افرادی بی‌ملاحظه هستند که شخصیت مان را خراب می‌کنند. انگیزه‌های مان را زیر سوال می‌برند یا خیلی ساده از لطیفه‌هایی که تعریف می‌کنیم خوش شان نمی‌آید ولی از ما توقع دارند که از ته دل به لطیفه‌هایشان بخندیم.

شاید دل تان بخواهد بداند که آیا ممکن است با کسی که مدام از دست شما عصبانی است یا کسی که اصلاً دل تان نمی‌خواهد کنار او ناهار بخورید، عادلانه برخورد کنید یا نه. شاید دل تان بخواهد بداند که آیا باید دوست داشتن همه آدم را یاد بگیرید یا نه.

راهکارهای افراد باهوش برای برخورد با انسان های موج منفی!
براساس نظر رابرت ساتن (پروفسور علوم مدیریتی دانشگاه استنفورد) این کار نه ممکن است و نه حتی ایده آل است که تیمی از همه کسانی تشکیل دهید که حاضرید هر هفته با آنها مهمانی دهید.

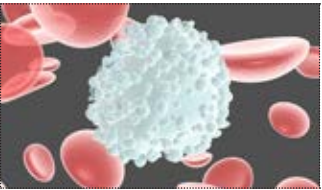


شنبه ۲۷ بهمن ۱۳۹۷ * شماره ۴۲۸۸



تصفیه‌کننده های خون را بشناسید

گیاه ریحان به کبد و کلیه‌ها کمک می‌کند تا سموم ساخته شده را از بین ببرند. در واقع مصرف ریحان برطرف کننده مشکلات و عفونت‌های گوارشی



است. علاوه بر این، برای از بین بردن هرگونه سم مخفی از خون شناخته می‌شود. گیاه گزنه نیز حاوی آهن است و کم‌خونی را کاهش می‌دهد. گزنه برای تصفیه سریع خون و حذف توکسین های آن فوق‌العاده است. این گیاه ادرارآور بوده و برای تمیز کردن کلیه‌ها و کبد مؤثر عمل می‌کند.

غذاهای با سدیم بالا خطر ابتلا به سرگیجه را شعله ور می‌کند

یک رژیم غذایی با سدیم بالا، با هم بدن زدن تعادل مایعات بدن، می‌تواند افزایش خطر ابتلا به سرگیجه را شعله ور کند. این در حالی است که یک چهارم



قاشق چای خوری نمک، حاوی ۶۰۰ میلی‌گرم سدیم است؛ یعنی بیش از یک سوم میزان نیاز روزانه یک فرد بزرگسال به سدیم. نمک بیش از حد، غذاهای شور، سبزیجات کنسرو شده و منجمد و غذاهای پردازش شده، چیس های سبب‌زمینی، کراکر و چوب شور را از رژیم غذایی خود حذف کنید.

آیا خوردن شکلات هم برای پوست مفید است؟

شکلات تلخ به جهت فواید تقویتی برای سلامت و زیبایی پوست، همچنان در صدر فهرست مواد غذایی مفید قرار دارد. نتایج تحقیقاتی مشخص نموده است که شکلات تلخ می‌تواند سرعت صدمات ناشی از افزایش سن و رادیکال‌های آزاد را کند کند.
اطمینان از این که رژیم غذایی شما سرشار از آنتی اکسیدان هاست، کمک خواهد کرد تا آسیب رادیکال های آزاد، ختنی و از این رو از پوست شما محافظت می‌شود.

خوردن شکلات به صورت مداوم در مجموع، به زیباتر شدن بافت و رنگ پوست تان نیز کمک خواهد کرد، چرا که سلول‌های پوست می‌توانند به راحتی خودشان را اصلاح کنند. بر اساس نتایج تحقیقاتی در این زمینه، اشخاصی که به مدت ۱۲ هفته هر روز نوشیدنی شکلاتی ویژه ای خوردند، پوست شان به نسبت دیگر اشخاص ۲۵ درصد کمتر در برابر اشعه UV ملتهب شد، در عین حال رنگ پوست شان نیز بهبود پیدا می‌کند.



آیه روز

بگو من بشری چون شمایم جز اینکه به من وحی می‌شود که خدای شما خدایی یگانه است پس مستقیما به سوی او بشتابید و از او آمرزش بخواهید و وای بر مشرکان، (سوره فصلت/ آیه ۶)

قبل از آنکه پیغام تان را برای طرف مقابل ارسال کنید، یک بار

دیگر آن را بخوانید. آیا طرف مقابل تان متنی که می‌خواهید ارسال کنید را به درستی دریافت می‌کند؟

اگر می‌خواهید در مورد موضوع مهمی صحبت کنید، یک پیغام به طرف مقابل تان بدهید و قرار ملاقات بگذارید. حتی می‌توانید چکیده ای از آنچه می‌خواهید در مورد آن صحبت کنید را در متن تان بنویسید تا او نیز آمادگی لازم را برای صحبت کردن داشته باشد، اما از بیان جزئیات بپرهیزید. اگر متاهل هستید، شانس با شماست زیرا هنگام دعوا می‌توانید حضوری با شریک زندگی تان صحبت کنید اما اگر از او دور

هستید، بهتر است که از دعوا کردن در پیام‌ها خودداری کنید. از این جهت که طرف مقابل نمی‌تواند زبان بدن یا لحن شما را از پشت پیامک‌ها درک کند، بنابراین احتمال سوءتفاهم زیاد است و رابطه تان نه تنها بهتر نشده که بدتر هم می‌شود. پس

اگر شریک زندگی تان با پیام‌های پی در پی شروع به دعوا با شما کرد، بهتر است به او بگویید که ترجیح تان گفتگوی رو در رو است. از آنجا که امروزه زندگی ما وابسته به تکنولوژی است، سخت است که برخی حرف‌های خود را در پیام‌هایمان فیلتر کنیم، اما از خودتان بپرسید که چقدر امنیت اطلاعاتی که رد و بدل



به تولید کالژن کمک می‌کند؛ با افزایش سن تولید کالژن کاهش یافته و خاصیت ارتجاعی پوست از دست می‌رود. مواد تحریک‌کننده کالژن مانند عصاره کیوی به محصولات مراقبت از پوست اضافه می‌شوند تا با استحکام بخشیدن به بافت پوست، ظاهر و نشانه‌های پیری پوست را به تعویق بینازند.

آنتی‌اکسیدان‌های کیوی از قبیل ویتامین‌ث و ویتامین ای، برای کاهش آسیب‌های پوستی ناشی از رادیکال‌های آزاد بسیار مفید است. ویتامین ث موجود در کیوی

سخن روز

قدردانی ات را می‌کنم ای خدا، نمازم کم و بیش خوانده شده اما بلا بر سرم نیامده، نعمت را کفران کردم اما مصیبتی ندیدم، ناراحتت کردم اما بازم می‌بخشی مرا.

گفتن این جملات در پیامک، ممنوع!

می‌کنید، برایتان مهم است؟ از آنجا که پیغام‌ها به راحتی می‌توانند برای دیگران ارسال شوند، یا در صورت کم شدن گوشی، دست‌شخص دیگری بیافتند، بهتر است که از ارسال اطلاعات شخصی تان خودداری کنید.

نوشتن «معذرت می‌خواهم» ساده‌اما گفتن آن سخت است. شاید برای شما هم راحت‌تر باشد که احساس تأسف و پشیمانی خود را در پیغامی بنویسید و آن را ارسال کنید اما آیا می‌دانید تاثیری که در کلام حضوری است، در نوشتن وجود ندارد؟ بنابراین اگر می‌خواهید عذرخواهی تان تاثیری روی طرف مقابل داشته باشد آن را حضوری بیان کنید.

مقابل داشته باشد آن را حضوری بیان کنید.

فواید میوه موز

موز میوه برطرف‌دار و پرخاصیتی است که به گفته کارشناسان تغذیه از زمان برداشت تا فروش، راهی طولانی را پشت سر می‌گذارد.



این میوه اغلب برای افزایش سریع انرژی بدن بین وعده‌های غذایی مصرف می‌شود. در عین حال پوست موز نیز فایده‌های بسیاری دارد. برای مثال می‌توان آن را خشک کرد و به عنوان کود پای گل‌دان‌های خانگی ریخت.

با رژیم غذایی پرفیبر خواب عمیق و راحت داشته باشید

رژیم غذایی پر فیبر به همراه دریافت کم قند و شکر و دیگر کربوهیدرات‌های ساده‌می‌تواند یک خواب عمیق و راحت را در پی داشته باشد. رژیم غذایی پر پروتئین با



کاهش علائم بی‌خوابی در ارتباط است و افرادی که در رژیم غذایی روزانه خود از غذاهایی مانند گوشت قرمز، گوشت‌مایکان، ماهی، تخم‌مرغ و محصولات لبنی استفاده می‌کنند، کمتر دچار بی‌خوابی می‌شوند. علت این امر ممکن است مربوط به مقادیر بالای تریپتوفان موجوددر منابع پروتئینی باشد.

درمان جوش

اگر جوش کف سر به خاطر گرمای زیاد باشد آلونه ورا بهترین درمان خانگی است. آلونه ورا دمای کف سر را پایین می‌آورد و آن را مرطوب نگه می‌دارد.

بوی بد سیر با شامپو زدن از بین می‌رود پس نگران استفاده از آن نباشید. سیر حاوی سالیسیلیک اسید است که در بسیاری از پمادهای درمان جوش کاربرد دارد. ۴ حبه سیر له شده را با مقداری آب مخلوط کنید تا به‌صورت پوره شود. آن را به تکه‌ای پنبه زده، به جوش بزیند و بگذارید ۲۰ دقیقه روی آن بماند.

آب گوجه فرنگی نیز حاوی سالیسیلیک اسید است. همچنین گوجه فرنگی به تنظیم pH پوست و از بین بردن چربی اضافه آن کمک می‌کند. ۳ گوجه فرنگی را در مخلوط‌کن له کرده و با کمی آب ترکیب کنید. این محلول را روی پوست اسپری کرده و بگذارید ۳۰ دقیقه بماند.



یک شرکت کامپیوتری به‌تعدادی کارشناس فروش باحقوق و مزایای عالی نیازمنداست:

شرایط:

حداقل ۲ سال تجربه فروش یا بازاریابی ترجیحامرتب مسنولیت‌پذیر و متعهد به‌کار مسلط به‌تکنیک‌های فروش و بازاریابی روابط عمومی قوی و لحن صحبت مناسب دارای روحیه کار تیمی و شرایط مطلوب اخلاقی برنامه ریزی، کنترل و نظارت و آموزش تیم فروش تدوین برنامه های عملیاتی دستبیبایی به اهداف و برنامه ها تایم کاری: ۸ الی ۱۴ و ۱۷ الی ۲۰ حقوق: ۸۰۰/۰۰۰ الی ۱۴۰۰/۰۰۰ تومان
بازه سنی: ۱۸ تا ۲۸ سال تماس: ۰۹۱۰۵۴۷۰۰۰۰
همچنین در سمت‌های کاربر کامپیوتر، طراح و مترجم نیز از متقاضیان مجرب دعوت به عمل می‌آید.

در فروشگاه لوازم یدکی خودرو به یک همکار و شراکت در کار نیازمندیم. ۰۹۱۵۸۲۵۴۱۷۲

خونه‌تونوکن

نقاشی ساختمان تهران پارس
اجرای انواع رنگ های تانو، صنعتی و کثاف با قیمت مناسب و کیفیت عالی
۰۹۱۵۶۷۰۵۳۲۳- عبدالهی

ایزوگام محمدزاده

تبریز و شرق
نیش چهارراه دوم توحید
۰۹۱۵۱۶۵۲۶۰۰-۳۲۲۴۴۷۱۱۰

رنگ آمیزی کناف

وساختمان

۰۹۱۵۵۶۱۰۱۱۱- رحیمی

حمل و نقل بار

و هر گونه کالای صنعتی از جمله کاشی، سرامیک، چوب، ضایعات و ... به تمام نقاط کشور با کامیون تک ده چرخ، تریلی اتوبار قاصدک/۰۹۱۵۷۶۳۸۷۵- سیدی

ایزوگام و قیر گونی آراسته
فروش و نصب انواع عایق های رطوبتی ایزوگام شرق و دلیجان ۱۰ سال ضمانت مدیریت: حسن آر آراسته
امیرآباد- نیش ولی عصر (عج) ۴۰۹۱۵۶۶۹۳۵۱۵-۰۹۱۵۵۶۵۸۲۶۸

نقاشی ساختمان

اجرای انواع رنگ های روغنی، پلاستیک، کناف، اکرولیک، دکور اتیو با استفاده از بهترین رنگ های موجود در بازار- نظافت پایان کار
۰۹۱۵۲۶۴۱۸۴۸- جعفری نسب

مژده
مژده
فروشگاه بزرگ ارزان سرا
افتتاح شد
کلیه اجناس فقط و فقط ۵۰۰۰ تومان
آدرس: روبروی انقلاب ۱۰

نقاشی ساختمان کارنگ

با قیمت استثنایی – کیفیت ممتاز
مجری انواع طرح و رنگ های روز
روغن ، اکرولیک ، مولتی کالر، کپیتکس
اجرای تخصصی رنگ و پتونه کناف، انواع طرح (کاغذ، سنگ و ...)
۰۹۱۵۶۶۵۵۰۵۴- عبدالهی

سمساری و لوازم خانگی
خرید و فروش با ما به نفع شماست.
۰۹۱۵۵۶۱۴۵۲۱- زارع

سیم کشی ساختمان

قسطی
(با قیمت مناسب متری ۶۰/۰۰۰ریال)
نصب و تعمیر آیفون (صوتی و تصویری)
تعمیر لوازم برقی، تلویزیون و...
۰۹۱۵۹۵۸۳۹۲- رضانی

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 کناف
اجرای کاغذ دیواری
۰۹۱۵۷۴۱۱۰۷۱- باقری

تعمیر آبگرمکن، بخاری، پکیج
نیش مفتح ۲۶ / ۰۹۱۵۸۶۲۴۴۳۹- جانی

کلیه لوازم دست دوم شما را خریداریم با یک تناس اختلاف قیمت را تجربه کنید.
۰۹۱۵۰۵۶۲۱۰۰

تخریب ساختمان ، سفت کاری و ساخت استخر
۰۹۱۵۹۶۵۴۸۱۱-۰۹۱۵۸۶۲۵۴۰۲

لاستیک فrazی
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)

سازنده انواع کابینت MDF کلاسیک و ممبران
انواع کمد دیواری، سرویس خواب، میز اداری و کنفرانس
.....
۰۷۱۰۵۰۳۶۳۰۵۰ مدیریت: توانا
جمهوری ۳۰، سمت مزار شهدا، قلعه

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

لوله باز کنی با فنر برقی
به صورت شبانه روزی
سرویس دهی به سراسر استان
کار خوب اتفاقی نیست با تجربه تضمینی
عقد قرارداد با کارخانه ها و شرکت ها
تشخیص ترکیب گنی و رفع بوی نامطبوع / ترمیم کف آشپزخانه و سرویس / لوله کشی و پیمانکاری ساختمان با مصالح و بدون مصالح
۱۰۰ درصد تضمینی ۰۹۱۵۱۱۰۴۰۸۶-۰۹۱۵۸۹۹۴۰۸۶ آدرس: مهرشهر - ولی عصر (عج) ۱۸ رسولی

لوله باز کنی (مدرن برتر)
تشخیص و رفع بو و نم به روش ایزونانو / شبانه روزی
۰۳۲۴۳۵۶۸۶-۰۹۳۶۵۲۳۷۰۱۴-۰۹۳۶۵۰۶۳۲۲۰۰-۰۹۱۵۷۰۶۳۲۲۰۰- خسروی

سامانه بارشی جدید در استان

غلامی- کارشناس هواشناسی گفت:سامانه بارشی جدید از عصرجمعه وارد استان شده و احتمال وقوع روان آب و آبگرفتگی معابر وجود دارد.نخعی افزود:از امروز تا فردا با نفوذ و استقرار امواج ناپایدار جوی در منطقه ورزش تندباد، بارش باران گاهی رگبار و رعد و برق پیش بینی می شود.وی ادامه داد:میزان بارش در نواحی مرکزی و به ویژه در شهرستان های نیمه شمالی استان از جمله سرایان، بشرویه، فردوس، بیرجند،خوسف، قاین، زیرکوه و تا حدودی طبس از شدت بیشتری برخوردار خواهد بود.

”خطبه های آدینه“

مردم از وضع نابسامان اقتصادی گلایه دارند

امام جمعه موقت بیرجند گفت:مردم از وضع نابسامان اقتصادی گلایه دارند ولی بین بی تدبیری برخی از مسئولان و آرمان های انقلاب تفاوت قائل هستند.
حجت الاسلام نصیریای در خطبه های نماز جمعه بیرجند با اشاره به حماسه راهپیمایی ۲۲ بهمن افزود: این حضور حماسی پیام های متعددی برای دوستان و دشمنان داشت که مهمترین آن پیام قدرت، عظمت و اتحاد ملت ایران بود.

انتقام خون شهدای مدافع امنیت کشور را خواهیم گرفت
سربازی- امام جمعه موقت فردوس در خطبه های نماز جمعه‌انفشار کرد دشمنان نظام،شیرینی و خلوت حضور گسترده مردم را در راهپیمایی ۲۲بهمن برتنبایندند لذا با عملیات تروریستی ۲۷نفر از پاسداران را به شهادت و جمعی رامجروح کردند.حجت الاسلام کمجو تاکید کرد دشمنان این ملت باید بدانند که لراده انهنین ملت ایران با این اقدامات شوم، مستحکم تر می شود و جمهوری اسلامی درموقع مناسب انتقام خون این شهدا را از آنان و سرمدلران شان خواهد گرفت.

درمان افسردگی ماژور با کتامین

صنوسیمابرای اولین بار در خراسان جنوبی درمان افسردگی ماژور با افسردگی مقاوم به درمان با داروی کتامین، انجام گرفت.متخصص اعصاب و روان و سرپرست بیمارستان امام رضا(ع) بیرجند گفت: یک بیمار مبتلا به افسردگی مقاوم به درمان که با سایر روش ها درمان نشده بود با تزریق داروی کتامین واکنش نشان داد.سامعیلی با بیان اینکه این بیمار، از چند سال قبل افسردگی ماژور داشته و علیرغم مصرف تقریبا تمامی داروها و پروتکل های درمانی، بهبودی نداشته است، افزود:بعد از این که فرد در نوبت بستری و درمان با داروی کتامین قرار گرفت بنا به گفته خودش بعد از سال ها توانست با دوستان خود در فضایی با نشاط گفتگو کند.وی با بیان اینکه کتامین دارویی بیهوشی است که به علت تاثیرش در سیستم نوروترانسمیتری گلوتامات در مغز، اثرات ضد افسردگی آن اخیرا مورد توجه قرار گرفته است، گفت:اثر بخشی ضد افسردگی آن بسیار سریع بوده و پس از دو ساعت از تزریق آثار ضد افسردگی آن ظاهر و بیمار از درد و رنج افسردگی و نا امیدی رهایی می یابد.وی با بیان اینکه درمان با کتامین بر روی افرادی با افسردگی ماژور انجام می شود، افزود این افراد در صورت واکنش نشان دادن در اولین تزریق، با ادامه در مان در جلسه بهبودی پیدا می کنند

ورزشی

تیم هندبال سپاهان اصفهان فاتح مسابقات هندبال نونهالان جنوب کشور شد

سربازی- تیم هندبال نونهالان فولاد مبارک سپاهان اصفهان فاتح مسابقات هندبال نونهالان جنوب کشور شد.
به گزارش خبرنگار آوا، اول مسابقات به مدت سه روز در سالن ورزشی دانشگاه پیام نور فردوس برگزار شد.در دیدار پایانی این مسابقات تیم هیئت هندبال فردوس به عنوان نماینده خراسان جنوبی و سپاهان اصفهان به مصاف یکدیگر رفتند که تیم فولاد مبارک سپاهان اصفهان با در اختیار داشتن باریکاتی بلند قامت توانست با نتیجه ۲۴ بر ۱۵ تیم هندبال فردوس را شکست داده و جام قهرمانی را بالای سر ببرد.
همچنین در دیدار رده بندی تیم هندبال خمینی شهر با برتری مقابل تیم کهگیلویه و بویر احمد مقام سوم این مسابقات را به دست آورد.در این دوره از مسابقات هشت تیم؛ خمینی شهر، کهگیلویه و بویر احمد، فردوس، فولاد مبارک سپاهان اصفهان، بندر کنگان، چهار محال و بختیاری، شهر کرد و رازج یزد شرکت داشتند.

اعزام تیم هندبال زغال سنگ طبس به مرحله نهایی لیگ دسته اول کشور

تیم هندبال زغال سنگ طبس به مرحله نهایی لیگ دسته اول باشگاه های کشور اعزام شد.این مسابقات، روز گذشته به میزبانی استان یزد آغاز شد.شبه های اول و دوم این مسابقات، مجوز حضور در مسابقات لیگ برتر سال آینده را کسب خواهند کرد.

افتتاح نخستین سالن شبیه ساز تیراندازی در بیرجند

نخستین سالن شبیه ساز تیراندازی در بیرجند افتتاح شد.این سالن برای ارتقای سطح تیراندازی کارکنان و یگان های بسیج و خانواده آنان ، کاهش هزینه سالن های ورزشی تیراندازی و جلوگیری از خطرات احتمالی در میدان تیر جنگی ، از سوی بسیج سپاه پاسداران راه اندازی شده است.
علاقه مندان به این رشته می توانند به سالن ورزشی تیراندازی در کانون فرهنگی ورزشی بسیج بیرجند مراجعه کنند.

شرکت هزار و ۷۰۰ نفر در پیاده روی خانوادگی بیرجند

بیش از هزار و ۷۰۰ نفر در پیاده روی خانوادگی شمال شهر بیرجند شرکت کردند.این پیاده روی به مناسبت چهلمین سالگرد پیروزی انقلاب اسلامی در روستای شکراب شهرستان بیرجند برگزار شد.در این پیاده روی هزار و ۷۰۰ نفر مسیر ۴ کیلومتری ورودی روستا تا مسجد شکراب را پیموندند.



وعده رئیس دیوان محاسبات کشور برای بازگشت ۱۳ میلیارد بلوکه شده در خزانه

برگشت عواید مرز

خراسان جنوبی، از پاک ترین استان هاست

شورای اسلامی نیز با بیان این که خراسان جنوبی با وسعتی که دارد دچار عقب ماندگی تاریخی است ، عنوان کرد: خشکسالی شدید موجب شده اقتصاد استان که وابسته به کشاورزی بوده تحت تاثیر قرار گیرد و حدود ۳۰ تا ۳۵ درصد مردم تحت حمایت سازمان‌های حمایتی قرار بگیرند.افضلی، به مشکلات زیرساختی استان اشاره کرد و افزود: دو پانده شدن راه‌ها در مقایسه با سایر استان ها به کندی پیش می‌رود، از طرفی راه آهن که از شاخص های اصلی توسعه است را نیز نداریم، با این وضع چگونه سرمایه‌گذار را برای

گزارش عملکردی در سال جاری پرداخت و عنوان کرد تمام درآمدهای پیش‌بینی شده در قانون بودجه برای استان ۲۸۸ میلیارد تومان است و ما ۴۸۵ میلیارد تومان پرداخت کرده‌ایم. فتح آبادی با اشاره به این که این میزان ۲۹ صدم درصد درآمدهای کشور است، خاطر‌نشان کرد این در حالی است که هزینه‌هایی که در استان انجام می شود، ۲ درصد همه هزینه های کشور است، وی به ۵۷ درصد اعتبارات هزینه‌ای و عمرانی استان از محل درآمدهای عمومی کشور اشاره و بیان کرد: از نظر درآمد خراسان جنوبی رتبه ۲۹ را در مقایسه با کل



سرمایه‌گذاری در استان ترغیب کنیم؟ وی از ۴۰۰ روستایی که در استان با تانکر آب‌رسانی می‌شود سخن گفت و ادامه داد: با وجود اعتباراتی که برای آب‌رسانی تخصیص می دهند، ۲۰ سال طول می کشد تا با آن آب شرب روستاهای حوزه انتخابیه بنده تامین شود. نماینده مردم نهبندان و سربیشه به آثار کاهش جمعیتی مشهود نهبندان از سال ۹۵ تا ۹۷ اشاره کرد و یادآور شد: از یکی از روستاهای این منطقه حدود ۱۰۰ جوان برای کسب شغل به یزد رفتند. افضلی با بیان این پرسش که آیا نباید برای شاهراه حیاتی این استان یعنی قنات ها-بودجه آب ویژه‌ای تخصیص یابد، خاطر‌نشان کرد: قنات ها با این بودجه قطره چکانی احیا و بازسازی نمی‌شود و از طرفی مردم به دنبال احداث سازه آب‌خزنداری هستند و خوب هم عمل کردند.وی با انتقاد از قوانین سخت گیرانه در استان عنوان کرد: اگر قرار است احترافی از قانون به نفع مردم رخ دهد دیگر انحراف نیست بلکه جای پیشرفت دارد.

کشور دارد.مدیر کل دیوان محاسبات استان خاطرنشان کرد: از نظر تعداد موارد عدم رعایت رشد زیادی نداشته‌ایم اما اقدامات پیشگیرانه در سال گذشته ۶۹ مورد بوده است که امسال به ۲۰۹ مورد رسیده است.

مدیرکل دیوان محاسبات استان با بیان اینکه بیش از ۵۳۰ میلیون تومان به حساب دستگاه‌های اجرایی نزد خزانه واریز شده است، تصریح کرد: در مجموع ۹۰ ماهه امسال ۱۰۶ میلیارد تومان اعم از واریزی به خزانه و اقدامات دیگر داشته‌ایم که این رقم ۲۹ درصد نسبت به سال گذشته رشد داشته است. وی با اشاره به این که ۴۰ درصد از واریزی‌ها و درآمد استان مربوط به وصول مالیات است، افزود: در ارتباط با طرح‌های عمرانی نیز همه صورت وضعیت‌های پیمانکاران مورد بررسی قرار می‌گیرد.

با بودجه‌های قطره چکانی، شاهراه حیات استان انجمنی شود
نماینده مردم نهبندان و سربیشه در مجلس

فرآوری مواد معدنی و خام فروشی مشکلاتی را برای اشتغال این حوزه ایجاد کرده است. به گفته وی، نبود زیرساخت های اولیه همچون آب، برق، گاز و راه موجب شده سرمایه گذاران می توانم به عنوان دستگاه نظارتی و با امکاناتی که در چارچوب قانون دارم کمک کنم، اضافه کرد: کارگروهی راه اندازی کرده و مشکلات استان را احصاء شده اعلام کنيد تا طی گزارشی به دفتر مقام معظم رهبری ارسال کنم. وی همچنین با تاکید بر این که خوشبختانه در استان هیچ مشکل جدی به لحاظ تخلفات نداریم، بیان کرد خراسان جنوبی طبق ارزیابی به نسبت بودجه ای که دارد از پاک ترین استان ها است.

اقدامات برای احداث جاده‌های ترانزیتی در خراسان جنوبی کند پیش می رود
استاندار نیز در این جلسه به وجود ظرفیت های متعدد استان در بخش های گوناگون کشاورزی، گردشگری، صادرات از طریق مرز افغانستان و

رشد ۲۹ درصدی واریزی به خزانه استان
مدیرکل دیوان محاسبات استان هم با ارائه

محاسبات همچنین با تاکید بر این که به من به عنوان یار کمکی نگاه کنید و هر جا نیاز به مذاکره چانه زنی، جلسه با وزیران یا بانک ها و ... بود می توانم به عنوان دستگاه نظارتی و با امکاناتی که در چارچوب قانون دارم کمک کنم، اضافه کرد: کارگروهی راه اندازی کرده و مشکلات استان را احصاء شده اعلام کنيد تا طی گزارشی به دفتر مقام معظم رهبری ارسال کنم. وی همچنین با تاکید بر این که خوشبختانه در استان هیچ مشکل جدی به لحاظ تخلفات نداریم، بیان کرد خراسان جنوبی طبق ارزیابی به نسبت بودجه ای که دارد از پاک ترین استان ها است.

گزارشات واصله از استان درباره شبکه و پیوندسازی برای مزایده ها
رئیس دیوان محاسبات کشور همچنین توصیه کرد: دستگاههایی که حساب در بانک‌های غیر دولتی دارند باید هر چه زودتر نسبت به انتقال حساب در بانک‌های دولتی اقدام کنند، همچنین معاملات خود را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ساتا) انجام دهد. به گفته وی سامانه (ساتا) نیز

استاندار از نمایشگاه تعاونی ها بازدید کرد



علی اکبری

مایقی مربوط به اتحادیه‌ها است.رکنی عنوان کرد: ۸۵۰ تعاونی در خراسان جنوبی وجود دارد که این تعاونی های در نمایشگاه استانی، منطقه ای و بین المللی محصولات خود را به فروش می رسانند. در این بازدید نبود بازاربایی و فروش، فقدان نمایشگاه دائمی فروش محصولات صنایع دستی در استان و نداشتن سرمایه در گردش از مشکلات تعاونی های خراسان جنوبی مطرح شد.

نایب رئیس کمیسیون عمران مجلس خبر داد:

اجرای پروژه انتقال آب خراسان جنوبی توسط وزارت نیرو

آب تعیین خواهد شد. موسوی بیوکی، با بیان اینکه تا پیش از این قرار بود بخش خصوصی مسئولیت اجرای پروژه های انتقال آب را بر عهده بگیرد، افزود: در این نشست وزارت نیرو پذیرفت، خود برای اجرای این پروژه اقدام کند.

خراسان جنوبی و خراسان رضوی، خود اجرای آن را بر عهده می گیرد. نایب رئیس کمیسیون عمران مجلس با اشاره به نشست ویژه کمیسیون عمران با حضور خامسی معاون وزیر نیرو و استانداران مربوطه، گفت: در این نشست معاون وزیر

وزارت نیرو پروژه انتقال آب به سیستان و بلوچستان، خراسان جنوبی و خراسان رضوی، نایب رئیس کمیسیون عمران مجلس گفت: وزارت نیرو اعلام کرد که در صورت نهایی شدن پروژه انتقال آب به سیستان و بلوچستان،

اولین دهکده گیاهان دارویی که به همت همکاران و متخصصین توانمند جهاد دانشگاهی استان و سازمان مدیریت و برنامه ریزی، جهاد کشاورزی، دفتر مرکزی جهاد دانشگاهی، فرمانداری خوسف و فرمانداری بیرجند با هدف ایجاد اشتغال مستقیم برای ۱۰۰۰ نفر و اشتغال غیر مستقیم برای ۲۵۰ نفر و با تمرکز بر محصولات راهبردی و فوق استراتژیک استان و ایجاد ارزش افزوده حداکثری از طریق بهینه سازی تولید، انجام پژوهش های مرتبط و تولید فرآورده های فراسودمند طراحی و از ابتدای سال ۹۵ آغاز شده است، برای تکمیل و تحقق نهایی تا



پایان سال ۱۳۹۹، نیازمند حمایت جدی خیران گرمای استان است. جهاد دانشگاهی آمادگی دارد متناسب با مساعدت خیران، بخش های مختلف دهکده گیاهان دارویی را به پاس خدمات این بزرگواران نام گذاری کند.

خبر ویژه

امروز گوشت گرم با قیمت ۴۳ و ۴۴ هزار تومان توزیع می شود

محمودآبادی- صبح امروز در ۱۰ مرکز عرضه مستقیم گوشت قرمز بیرجند گوشت گرم با قیمت ۴۳ و ۴۴ هزار تومان به فروش می رسد.مدیر توسعه بازرگانی سازمان جهاد کشاورزی خراسان جنوبی دراین باره به آوا گفت: ۴۰ تن و ۳۰۰ کیلوگرم گوشت گرم استرالیایی وارد استان شد که قرار است صبح امروز در ۱۰ مرکز فروش بیرجند عرضه شوند.مهندس بیجاری افزود: هر لاشه گوسفند دارای وزن ۱۸ تا ۲۰ کیلوگرم است که به چهار قسمت تقسیم می شود. وی ادامه داد: قطعه مشتمل بر کل ران و مقداری از راسته و دنده ها هر کیلو ۴۴ هزار تومان است، بیجاری قیمت قطعه مشتمل بر کل سردست، گردن و مقداری از راسته و دنده ها را هر کیلو گرم ۴۳ هزار تومان عنوان کرد. مدیر توسعه بازرگانی سازمان جهاد کشاورزی خراسان جنوبی با اشاره به اینکه این سری توزیع فقط در شهرستان بیرجند خواهد بود، افزود: چون می خواهیم سایر فروشنده های شهر از مزایای فروش این گوشت بهره مند شوند ۱۰ مرکز جدید انتخاب شده است، روزنامه آوا برای رفاه حال شهروندان این ۱۰ مرکز را به شرح زیر اعلام می کند: ۱.بازار روز پاسداران (آقای خزیمه) ۲.خیابان توحیدوروبروی پارک کنجی(صباغ پور) ۳.خیابان شهیدالوینی نیش صدف(ظافی) ۴.بین کارگران ۸ و ۶ (تخمگرو زاده) ۵.مهرشهر خیابان حافظ شرقی(وحدتی) ۶.خیابان شهیدمنتظری نیش منتظری ۱۲ (چوبدار) ۷.خیابان حکیم نزاری نیش حکیم نزاری ۸ و ۱۰ (نباتی) ۸. خیابان نیرو هوایی بین نیرو هوایی ۲۰ و ۲۲ نیش بیست و هتری نرجس غربی(جعفری) ۹.مهرشهر نیش ابن سینا(لاکلاک) ۱۰.مهرشهر خیابان ولی عصر(عج) نیش عمار ۲۹ شهروندان می توانند با ارائه کارت ملی از این مراکز گوشت تنظیم بازار را خریداری کنند.اخواندگان ارجمند می توانند نظرات خویش را درباره این ستون به حساب کاربری @avasardabil در تلگرام ارسال فرمایند)

جشنواره ملی مجسمه های نمکی
تالاب «کجی» نمکزار بر گزار می شود

تسنیم-معاون امور هنری و سینمایی ارشاد خراسان جنوبی گفت: دومین جشنواره ملی مجسمه های نمکی تالاب «کجی» نمکزار خراسان جنوبی فروردین سال آینده برگزار می شود. سید علی زرمز در نشست بررسی آثار رسیده به این جشنواره اظهار کرد: در این جشنواره پس از یک هفته یک ساله که به دلیل خشکسالی و خشک شدن تالاب برگزار نشد خوشبختانه با بارش های اخیر در نهبندان و آبگیری تالاب، این رخداد فرهنگی برگزار می شود.

«رسولی مقدم» فرماندار سرایان شد

فارس-طی حکمی از سوی وزیر کشور «براهیم رسولی مقدم» به عنوان فرماندار جدید سرایان منصوب شد. طی حکمی از سوی وزیر کشور، «براهیم رسولی مقدم» که پیش از این به عنوان سرپرست و معاونت سیاسی امنیتی فرمانداری سرایان فعالیت می کرده به عنوان فرماندار این شهرستان منصوب شد.

۱۰۴وقف جدید ثبت شد

ایرنا -معاون فرهنگی اداره کل لوقاف و امور خیریه خراسان جنوبی گفت: از ابتدای امسال تاکنون ۱۰۴ وقف جدید در استان ثبت شد که تا پایان سال طبق برنامه باید به ۱۳۶ مورد برسد.مختاری اظهار کرد:تن وقف ها بیشتر با نیت های قرآنی، عزاداری، دارو و درمان، ترویج فرهنگ شهادت و امور اجتماعی بوده است، وی افزود: این موقوفه ها شامل آب و اراضی، ملک مسکونی و تجاری و سهام شرکت ها است که افراد با نیت خیر خود وقف کرده اند. مختاری تاکید کرد تا پایان سال طبق برنامه پیش بینی شده باید تعداد وقف های جدید به ۱۳۶ مورد برسد که تا حدودی به این برنامه نزدیک شده ایم. وی گفت: شهرستان سربیشه با ۳۵ موقوفه بیشترین سهم را از وقف های جدید امسال داشته است.

اخبار کوتاه استان

*** با پیگیری های انجام شده و مصوبات سفر استاندار به طبس، خودروامداد ونجات شهرستان که برای ایستگاه مسجدشکر اختصاص یافته به شهرستان منتقل گردید**
*** استاندار به مناسبت حادثه تروریستی سیستان و بلوچستان پیام تسلیت صادر کرد.**
*** یک جایزه ۲۵ درصد فاق مقدس، حاج شیخ علی خسروی ، روز پنجشنبه با حضور مردم خضری دشت بیاض تسبیع و به خاک سپرده شد.**

*** گرگ ها به یک دامداری در روستای نوقاب حاجی آباد قاین حمله کردند. در این حادثه ۷ رأس گوسفند تلف و ۱۰ میلیون تومان به دامدار خسارت وارد شد.**
*** سرپرست امور منابع آب قاینات و زیرکوه گفت: از ابتدای سال جاری تاکنون ۳۶ حلقه چاه غیرمجاز در این شهرستان ها شناسایی و پلمپ شده است.**
*** مدیر فن آوری اطلاعات شهرداری بیرجند از ارائه ۹۱ خدمت به همشهریان در سامانه خدمات الکترونیکی ساختار خبر داد.**
*** مسئول میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری شهرستان سرایان از ثبت منبر چوبی مسجد جامع شهر سرایان در فهرست میراث منقول کشور خبر داد.**
*** رئیس جمعیت هلال احمر شهرستان خوسف گفت: تیم ۶ امدادی در پایگاه های امدادی خوسف، دو تن ۶ نفره در مرکز شهرستان، یک تیم در بخش مازان و یک تیم موتور سوار در آمده باش کامل برای امدادسانی به مردم هستند.**

آپادانا

چهار نامه ای برای جوان گرایی (نه زن خوب گرایی) داریم؟

محمد جواد آذری جهرمی، وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات در مورد میدان دادن به جوانان با بیان اینکه موضوع مذکور با قانون هم حل نشد اظهار کرد: چه برنامه ای برای جوان گرایی (نه زن خوب گرایی) داریم؟ وی افزود وزارت ارتباطات و فناوری اطلاعات تاکنون به ۳۰۰ مدیر جوان میدان داده است و نتیجه هم گرفته است؛ راهبردارا عملی کنیم تا پیشرفت را ببینیم.

مسئولان باید خود را به نصاب یک مدیر جهادی برسانند

حجت الاسلام علی اکبری با تأکید بر اینکه بایانه رهبری برای مسئولان و مدیران پیام زیادی دارد اظهار کرد: باید مدیران شرایط را برای حضور نسل جوان و انقلابی فراهم کنند و باید خود را به نصاب یک مدیر جهادی، سنده زیست، فسادستیز و عدالتخواه برسانند. امام جمعه وقت تهران تصریح کرد: مقامات و مسئولان باید خطوط اصلی این نقشه برافتخار را در سیاستگذاری ها و قانونگذاری های خود مورد توجه قرار دهند.

پیامک های تهدید آمیز، صدای عارف را درآورد

عارف، رئیس فرانسیون امید مجلس گفت: «صحیح نیست در یک جامعه اسلامی پیامک های غیر اخلاقی که با هیچ معیاری سازگار نیست به نمایندگان مجلس و مجمع ارسال شود. نمایندگان مجمع تشخیص مصلحت تحت تأثیر این جوسازی ها قرار نمی گیرند و آنچه وظیفه شرعی و ملی آنهاست را در خصوص لایحه پالرمون انجام می دهند».

توصیه ظریف به غرب و آمریکا

وزیر خارجه گفت: اگر غرب و آمریکا هر چه سریعتر اشتباهات ۴۰ سال اخیر خود را درک کنند، زندگی را برای خودشان و منطقه ما راحت تر می کنند. محمدجواد ظریف در بنو ورود به مونیخ گفت: در اینجا از سیاست های جمهوری اسلامی ایران و واقعیت های منطقه صحبت خواهیم کرد. واقعیتی که باعث شده این کشورها با سیاست های غلط به نتیجه ای نرسند و ایران با انتخاب های درست به نتایج متضاد برسد.

اگر سیستم های اداری مسائل مردم را حل می کردند، مشکلی نداشتیم

سرلشکر محمدعلی جعفری فرمانده کل سپاه پاسداران گفت: اگر سیستم های اداری می توانستند مسائل مردم را حل کنند که دیگر مشکلی در کشور نداشتیم اما با وجود افراد نفوذی و سوءاستفاده که همواره این مشکلات به وجود می آید.

برای مناسب سازی فضای زندگی معلولان ورود کردیم

مدیر عامل موسسه خیریه مهرورزان صالح امید با بیان اینکه خدمات رسانی ما علاوه بر معلولان به خانواده های نیازمند کودکان بی سرپرست و... می باشد، عنوان کرد: خدمات رسانی

۲۱ درصد

APADANA

آپادانا

فرصت طلایی را از دست ندهید!!!

تخفیف استثنائی عیدانه ۲۱%

به مدت محدود

در فروشگاه مبلمان اتاق خواب کودک، نوجوان و بزرگسال آپادانا تنها نمایندگی خراسان جنوبی

بیرجند انتهای خیابان غفاری جنب بانک قوامین ۰۵۶۳۲۳۴۵۱۹۵