

آرک فرس جنوبی

مجمع آموزشی پارسیان برگزار می نماید:

با مجوز رسمی از سازمان آموزش فنی و حرفه ای کشور
* مهارت های دیپلم: حسابداری عمومی مقدماتی، حسابداری عمومی تکمیلی، رایانه کار
حسابداری مالی، حسابدار حقوق و دستمزد، حسابداری صنعتی، مسئول و سوارشات
سرپرست ترفیض کالا، کاربرد امور بانکی
* حسابداری شرکتها و انجام پروژه های حسابداری با نرم افزارهای رایج ۷، هلو، محک
سیپدار و ...
* کامپیوتر:
* کاربرد رایانه، کاربرد ICDL و کاربرد فتوشاپ و ...

آدرس: بیرجند، نیش طالقانی ۱۵، ساختمان غسل، طبقه سوم
تلفن: ۳۲۳۷۸۸۶ همراه: ۰۹۱۵۹۶۳۲۰۶۶

روزنامه صبح استان * سال بیست و دوم * شماره: ۴۴۰۳

با موافقت وزارت بهداشت انجام می شود

راه اندازی بخش پیوند کلیه در بیرجند

سه در صدد زیر ساخت آموزش فنی و حرفه ای کشور مربوط به استان است

مدیرکل اداره کل آموزش فنی و حرفه ای استان با بیان اینکه از نظر زیرساخت بیشتر از سه درصد زیرساخت فنی و حرفه ای کشور مربوط به استان ماست، گفت: ما طرح آموزشی تلفیقی داشتیم که بخشی از این آموزش ها به صورت سیستمی و بخشی از آن در کارگاه برای کار عملی و رفع اشکال انجام می شود حسین خوش آید روز گذشته در نشست خبری که به مناسبت هفته مهارت برگزار شد با اشاره به اینکه از ۳۱ تیر تا ۶ مرداد به نام هفته ملی مهارت نامگذاری شده است، بیان کرد: سازمان فنی و حرفه ای تنها سازمانی است که برای تربیت و توانمندسازی نیروی ماهر و توانمند فعالیت می کند و وی ضمن اشاره به شعار سال «رونق تولید» مشروح در صفحه ۶

صفحه ۵

عکس: نورانی

سرمقاله

© امین جم

جایگاه رسانه در معرفی استان

نقش رسانه در معرفی ظرفیت ها و همچنین محرومیت های استان بسیار تاثیرگذار است که استاندارد، در روزهای اخیر نوع نگاه دقیق و حساس خود را نسبت به این موضوع نشان داد پس از واکنش های بسیار و بازتاب های گسترده سخنان معتمدیان درباره تأمین آب شرب مردم این بار شبکه سراسری از او در برنامه زنده و پر بیننده فرمول یک دعوت کرد او از فرصت پیش آمده برای معرفی استان نهایت استفاده را برد معتمدیان ظرفیت ها و ویژگی هایی چون محصولات راهبردی استان، معادن و ظرفیت گردشگری... مشروح در صفحه ۲

خروج بیش از ۴۰۰ تا ۷۰۰ میلیون متر مکعب آب از خراسان جنوبی

بیشترین خسارت طوفان در بخش کشاورزی

دومین دیدار رسانه ای استاندار در پایتخت

۵

دعوت مجمع عمومی فوق العاده شرکت پخش متحد جنوب بارثاوا

(با مسئولیت محدود)

ثبت شده به شماره ۴۰۶۸ و شناسه ملی ۱۰۳۶۰۰۵۵۰۵۱

بدینوسیله از کلیه سهامداران شرکت دعوت می شود در جلسه مجمع عمومی فوق العاده که در تاریخ ۱۳۹۸/۰۵/۱۲ ساعت ۹ صبح در محل شرکت (بیرجند، شهرک صنعتی، تلاش شرقی ۳، آخرین بلوک) کدپستی ۹۷۱۹۱۳۷۶۳۳ برگزار می گردد، حضور به هم رسانند.

دستور جلسه: افزایش سرمایه

هیئت مدیره و مدیر عامل

آگهی استخدام

مهندس مکانیک مسلط به نرم افزار catia یا solid works نیازمندیم.

ساعت تماس: فقط بین ۱۴ تا ۱۶ ۰۹۱۵۶۷۰۰۷۹۷

فروشگاه بزرگ پخش روغن موتور ابراهیمی

افتتاح شد

مژده به همشهریان عزیز
تعویض روغنی ها و لوازم یدکی فروشان
عرضه مستقیم انواع روغن موتور اعم از سبک، سنگین و صنعتی
ضد یخ- روغن ترمز- واسکازین- فیلتر جات و ...
با نازلترین قیمت

با مدیریت یوسفی

آدرس: بلوار فرودگاه، نش امام رضا (ع) ۱۸
۰۹۱۵۱۶۱۴۸۲۷ همراه: ۰۵۶-۳۲۳۱۰۵۷۹



- ۱ امنیت شغلی
- ۲ امکان استخدام و دریافت حقوق ثابت
- ۳ IELTS رایگان
- ۴ اردوهای آموزشی به تهران (OJT)
- ۵ امکان پیشرفت آساید به کارشناس و مدیر آموزش
- ۶ امکان کار در ۱۵ شعبه سراسر کشور

بسیست متری سوم شرقی مدرس - باهنر غربی - جنب حج و زیارت
مدیریت: المیرا بهترین - دکتری آموزش زبان انگلیسی

زبان انگلیسی سفیر بیرجند
فراخوان جذب مدرس

رسول اکرم (ص): هر که به تشنه ای آب برساند خدایش از کوزه پر مهر آب بهشتی سیر آیش کند

بحار الانوار ج ۹۳

دعوت به همکاری

اتحادیه تعاونی های روستایی دهیاری های خراسان جنوبی به استناد مجوز صادره به شماره ۹۸/۱۱/۷۵۳۴ مورخ ۹۸/۴/۳۰ شرکت آبفای استان و براساس تاکیدات استاندار محترم و معزز در راستای افزایش سهمیه آب شرب اهالی محترم ساکن در روستاهای استان، علاوه بر ناوگان قبلی به ۲۵ دستگاه تانکر ویژه آبرسانی (آب شرب) به مدت ۳ ماه به صورت استیجاری نیاز داشته از متقاضیان محترم دعوت می گردد حداکثر تا پایان وقت اداری ۹۸/۵/۵ به آدرس مدرس ۳۳ پلاک ۲۳ مراجعه نمایند. شهرستان های درمیان و طبس گلشن هر کدام ۵ دستگاه، شهرستان های بیرجند و زیرکوه هر کدام ۳ دستگاه، شهرستان های نهبندان و سراپان هر کدام ۲ دستگاه، سایر شهرستان های استان هر کدام ۱ دستگاه. شماره تلفن پاسخگو: ۳۲۴۳۸۰۱۴ - ۳۲۴۳۷۹۹۷ می باشد.

نیروی سرایدار جهت رسیدگی و مراقبت از

تعدادی حیوان اهلی با حقوق مکفی نیازمندیم.

۰۹۰۱۸۳۷۴۸۰۰

دوربین مدار بسته

مشاوره، طراحی و اجرا / سیستم های نظارت تصویری و حفاظتی

دوربین مدار بسته / اعلان و اطفاء حریق / دزدگیر / شبکه

پنل خورشیدی / دستگاه حضور و غیاب

دوربین پلاک خوان - تشخیص چهره - کنترل سرعت

* امکان خرید اقساطی
شرکت انرژی صنعت ایرانیان
۰۹۱۹۷۱۴۷۸۷۴ - ۳۲۳۴۱۲۲۶
۵۰ ماه گارانتی طلایی تعویض
بیرجند - میدان آزادی - خیابان شهید امین خدایی - نبش تقاطع اول

قابل توجه همشهریان بیرجندی

مشاوره، خرید و فروش، بازسازی و تعمیرات املاک بیرجندی ها
در مشهد مقدس
۰۹۱۵۱۶۱۳۹۱۷ جعفر خسروی

همسر عزیزم: جناب آقای حمید رضا محمدزاده

پرواز در آسمان آرزوها و فرود در فرودگاه موفقیت را برایت آرزومندم!

تولد مبارک
از طرف همسرت



با نهایت احترام و در کمال تواضع و ادب و با تشکر از ابراز همدردی همه عزیزان

به اطلاع می رساند: مراسم **چهلمین روز** در گذشت

مرحومه حاجیه حدیقه نادی مقدم

(همسر مرحوم حاج غلامرضا علیرزاده بیرجندی)

امروز سه شنبه ۱۳۹۸/۵/۱ از ساعت ۵/۳۰ الی ۶/۳۰ بعد از ظهر

در محل هیئت ابوالفضل (مصلی) برگزار می گردد

تشریف فرمایی شما سروران گرامی مزید امتنان می باشد.

خانواده های: علیرزاده بیرجندی، نادی مقدم

همکار محترم سرکار خانم زارع فرد

با نهایت تأسف و اندوه ضایعه درگذشت مادر گرامی تان

را خدمت شما و خانواده محترم تان تسلیت عرض نموده، شادی روح آن مرحومه و تسلی خاطر بازماندگان را از درگاه احدیت خواستاریم. ما را در غم خود شریک بدانید.

مدیریت و کارکنان نمایندگی سایا - فولادی

به تعدادی چرخ کار خانم یا آقا نیازمندیم.

۰۹۳۹۵۶۱۸۰۲۹ - ۳۲۳۰۴۰۸۸

کناف

مجری تخصصی

* باکس نور مخفی - تایل ۶۰x۶۰ - سقف ساده - یک TV

* برای مشاوره و بازدید رایگان تماس بگیرید

دکتراسیون هدیش - بین مدرس ۴۷ و ۴۹

۰۹۱۵۵۶۴۲۹۷۴ - ۰۹۱۵۵۶۵۲۹۹۷

اجرای نمای آلومینیوم - فروش ورق ۰۹۱۵۱۶۵۵۵۳۷ - بلوچی

به یک منشی خانم یا روابط عمومی بالا ترجیحا دارای مدرک کارشناسی کامپیوتر و مسلط به نرم افزارهای آفیس جهت دو شیفت کاری صبح و عصر در یک شرکت مهندسی نیازمندیم.

تماس در وقت اداری
۰۹۰۱۳۹۹۰۹۲۰

ترسیم خطوط قرمز اهداف شغلی

زندگی ممکن است فرصت های زیادی پیش روی هر انسانی قرار دهد. ممکن است در برهه ای از زمان، پیشنهادات کاری متنوعی به شما داده شود. آیا شما باید به همه آنها جواب مثبت بدهید؟ به عبارت دیگر، شما باید توانایی “نه” گفتن به برخی فرصت ها و پیشنهادات را داشته باشید. برای اینکه راحت بتوانید “نه” بگویید باید خطوط قرمز شغلی خود را بدانید. با خود بگویید حتی به دلیل ورود به چند کسب و کار که با اهداف شغلی من سازگار نبود، زبان های مالی و زمانی هم پرداخت کردم و نه گفتم! با کسب این تجربیات، اکنون به راحتی می توانم به خیلی از پیشنهادات کاری جواب منفی بدهم. امینوارم شما مثل خیلی از افراد برای یاد گرفتن “نه” گفتن هزینه نکنید!

عبور از گرما

چگونه روزهای گرم تابستان را بدون کولر سر کنیم؟

اینترفندهای ساده و کم هزینه کمک‌تان می‌کنند وقتی هوا بسیار گرم است و دسترسی به کولر ندارید، خنک بمانیداین بار که احساس گرما کردید چند دقیقه تنفس یوگا را تمرین کنید.انجام تمرینات یوگا بدون تنفس عمیق ممکن نیست. تنفس درست و عمیق، شیوه طبیعی بدن ما برای خنک شدن است. رسیدن به ریتم منظم در تنفس می‌تواند به ما احساس خنکی بدهد. زبانتان را لوله کنید و آن را به سمت بالا و وسط بکشید و سپس با دهان‌تان دم بگیرید. نفس‌تان را نگه دارید و به آرامی با بینی بیرون بدهید. این کار را پنج تا ده بار تکرار کنید. مقداری چای نعنا فلفلی دم کنید و سپس آن را در یخچال بگذارید. هر وقت خوب خنک شد آن را در یک بطری اسپری بریزید و روی خودتان را اسپری کنید. منتول موجود در نعنا فلفلی خاصیت خنک‌کنندگی دارد و به پوست‌تان احساس خنکی مطبوعی می‌دهد.داخل فضای خانه می‌تواند در روزهای گرم تابستان بسیار گرم و دم کرده شود. یک راه دیگر برای غلبه بر این گرما این است که لامپ‌های روشنایی‌تان را عوض کنید در واقع بهتر است از لامپ‌های LED استفاده کنید. این لامپ‌ها نسبت به لامپ‌های معمولی گرمای خیلی کمتری تولید می‌کنند. همین تغییر ساده می‌تواند تفاوت زیادی ایجاد کند، مخصوصا اگر لامپ‌های زیادی در خانه روشن می‌کنید. چند بطری آب را در فریزر منجمد کنید و آن‌ها را مقابل پنکه زمینی یا پنکه رو میزی‌تان بگذارید و از باد خنک آن لذت ببرید. یک کاس یخ هم همین کار را خواهد کرد.



سه شنبه ۱ مرداد ۱۳۹۸ * شماره ۴۴۰۳



روغن بهار نارنج برای روشن نمودن پوست و درمان لک

روغن بهار نارنج یکی از بهترین روغن ها برای درمان لک، روشن کردن پوست و درمان جای جوش است. ساختار روغن اسانسی بهار نارنج مانند هیدروکینون



(ماده ای که در صنایع زیبایی و بهداشتی و درمان لک های صورت استفاده می شود) است.

تفاوت آن ها در این است که روغن بهار نارنج طبیعی وبدون ضرر است،ولی هیدروکینون شیمیایی واحتمالا دارای عوارض می باشد.

مواد غذایی برای تقویت سلامت جسمی

اسفناج کلاری کمی دارد و در پیشگیری از ایجاد لکه ها و خال های مربوط به سن، آب مروراید و تعدادی از سرطان ها و بیماری های قلبی و عروقی سهم بسزایی



دارد.مغز بادام،گردومناع غنی‌از پروتئین فیبر و ویتامین بوده همچنین سرشار از اسگا۳ و آنتی اکسیدان هستند. مصرف خام مغز بادام و گردو بسیار مفید تر از پوداده آن است. عسل بر سطح آنتی اکسیدان های بدن اثر عالی دارد و بدن را از مضرات محیط مانند دود سیگار و مواد شیمیایی محافظت می کند.

حرکات ورزشی برای کمر باریک شدن!

برای برخورداری از اندامی متناسب و کمری باریک می توانید از یک رژیم غذایی مناسب بهره ببرید. رژیم غذایی در تناسب اندام شما نقش مهمی دارد. به عنوان مثال شما می توانید از میوه، سبزیجات و غلات استفاده کنید. این مواد غذایی، مواد مغذی وبدون افزودنی های نامناسب هستند که مانع از جمع شدن چربی در اطراف پهلو و کمر می شوند. حرکات بدنسازی باید بیشتر بر پایین تنه و کمر متمرکز باشد. به پهلو دراز کشیده و پاها را بکشید. سپس، پاهای خود را از روی سطح زمین بالاتر برده و چند ثانیه نگه دارید و بعد از گذشت مدتی به روی زمین برگردانید. با بالا بردن پاها، شکم خود را منقبض کنید. این حرکت باعث کاهش چربی پهلو و شکم می شود. این حرکت را در پهلوئی مقابل هم انجام دهید. سعی کنید روزی سه بار این حرکت را انجام دهید. به پشت دراز کشیده و پاها را به سمت پشت ببرید. بهتر است زانوهارا خم کرده و دست هار را به سمت بیرون ببرید.



آیه روز

خدا را نسزد که فرزندی برگیرد منزّه است او چون کاری را اراده کند همین قدر به آن می گوید موجود شو پس بی درنگ موجود می شود. (سوره مریم / آیه ۳۵)

سخن روز

اگر بنا بود تنها به هنگام رسیدن به هدف خود شادمان شویم و او فرآیند تلاش برای رسیدن به هدف، شاد نیاشیم، تنها بخش کوچکی از زندگی خود را شادمان بودیم. (انتونی رابینز)

عادات بدی که دیگران را فراری می‌دهد

اجازه این کار را می‌دهند، عصبانی می‌شویم، واقعا چه کسی از تماشای آب دهان دیگری که روی زمین افتاده، خوشش می‌آید؟

تا به حال چند بار وسایل دیگران را قرض کرده اید؟ بدون شک همه ما گاهی مجبور به این کار شده ایم، اما اگر این رفتار تبدیل به عادت شود، واقعا آزاردهنده ست؛ به خصوص اگر بدقول هم باشیم و یادمان برود که آن وسیله را به موقع پس بدهیم. برای این که این حس بد را به دیگران منتقل نکنیم، بهتر است که تا جای ممکن از وسایل خودمان استفاده کنیم.

این موضوع برای افرادی که به بیماری صدایزایی مبتلا هستند، عذاب آورتر است.

آیا شنیدن صدای دهان دیگری برای شما ناخوشایند نیست؟ مسلما هیچکس دوست ندارد که صدای غذا خوردن دیگران را بشنود. چنا از آن، یک نوع اختلال عصبی وجود دارد که فرد مبتلا به آن با شنیدن بعضی صداهای خاص دچار احساسات منفی شدیدی مانند عصبانیت، گریختن، تنفر و انزجار می‌شود. بارها پیش آمده که ما در کوچه و خیابان افرادی را می‌بینیم که روی زمین آب دهان شان را می ریزند. در این شرایط چهره مان در هم می‌رود و از این که چگونه آن‌ها به خودشان

همه ما عادات‌های بدی داریم، اما برخی از عادت‌ها هستند که موجب آزار اطرافیان مان می‌شوند. عاداتی، چون با صدا آدامس جویدن، تکان دادن پاها یا قطع کردن صحبت‌های دیگران. این عادات رایج موجب می‌شود که دیگران پس از مدتی ارتباط شان را به شما کم کنند یا ترجیح دهند که در کنار شما ننشینند. اگر دوست دارید که این اتفاق برایتان نیفتد، این عادات آزاردهنده را از خود دور کنید.شاید شما از جویدن یا باد کردن آدامسی که در دهان تان است، به وجد آیید، اما اطرافیان تان چطور؟ بدون شک افرادی که در اطراف شما هستند، علاقه‌ای به شنیدن صدای آدامس جویدن شما ندارند.

مصرف غذاهای تند ضد احتقان است

شاید شما هم پس از مصرف غذاهای تند، متوجه جاری شدن آب از بینی تان شده باشید. هر قدر فلفل تندتر باشد، اثر ضداحتقان آن بیشتر است.اگر مقداری فلفل



قرمز را به یک فنجان چای داغ اضافه کنید، بالا کشیدن بخار آن و نیز نوشیدن آن می تواند به تحریک مخاط دیواره بینی و تمیز شدن آن بیانجامد. این امر در نهایت می تواند به تسهیل تنفس شما منجر شود. افزون بر این، فلفل دارای مقادیری ویتامین A است که می تواند به تقویت مخاط های بینی کمک کند.

درمان فوری جوش صورت

بسیاری از افراد به دلایل گوناگون به خصوص در دوران نوجوانی صورت‌شان جوش می‌زند که دغدغه‌ای برای آنها به شمار می‌رود؛ راههای زیادی



برای از بین بردن جوش وجود دارد که با استفاده از آنها می‌توان جوش صورت را از بین برد. برای از بین بردن فوری جوش کافی است یک پیاز یا سیر خام را برش زده و کمی از عصاره آن را بر روی جوش بمالید، این کار را شب قبل از خواب انجام دهید و تا صبح نشویید.

تاثیر مصرف شیر بر مغز

مطالعات نشان می دهد مصرف شیر مغز را جوان نگه می دارد محققان میزان مصرف شیر را در ۶۰ فرد بزرگسال به مدت یک هفته مورد بررسی قرار دادند.



سپس اسکن های مغزی افراد را مورد مطالعه و سطح آنتی اکسیدان را که به طور طبیعی در سر تولید می شود، بررسی کردند در افرادی که بیشترین میزان مصرف شیر را دارند، فعالیت مغز بیشتر و در نتیجه خطر ابتلا به آلزایمر در این افراد کمتر بود.شیر در فعالیت سلول های عصبی ما کمک می کند

خوردن میوه برای دیابت

بیشتر رژیم های غذایی توصیه شده برای افرادی که دیابت دارند، پیشنهاد می کند که میوه و سبزیجات فراوانی بخورند. دستورالعمل های غذایی توصیه می کنند افراد دیابتی روزانه ۲ تا ۴ وعده میوه مصرف کنند که به همان اندازه عموم مردم است. با این حال، مطالعات نشان می دهد زمانی که قند از طریق انواع میوه ها مصرف می شود، تاثیر بسیار کمی بر سطح قند خون می گذارد. البته هنوز بعضی از افراد مقدار میوه هایی که می خورند را محدود می کنند، چراکه در مورد محتویات قندی شان نگران هستند.میوه ها فیبر بالایی دارند که در واقع هضم و جذب قند را آهسته تر کرده و به طور کلی کنترل قند خون را بهتر می کند. فیبر داخل میوه ها همچنین مقاومت انسولین را کاهش می دهد که ممکن است به محافظت از شما در مقابل دیابت نوع ۲ کمک کند.حالا که به علت نیاز بدن به میوه بیشتر آشنا شدید پس سعی کنید بیشتر این مواد را به بدنتان برسانید. البته افراط هم نکنید.



به یک نفر نیروی دفتتری خانم و تعدادی باز اریاب و پشتیبان در زمینه کارت خوان نیازمندیم.
 طالعانی ۲- ساختمان آما - طبقه ۴- واحد ۱۰ ۴۰۹۱۵۹۳۵۱۹۹

پروانه بهره برداری بهداشتی مرغداری با کد شناسایی ۳/۱۸/۳۱۸۰ به تاریخ ۸۸/۲/۳۰ به نام رمضانعلی علیجانی مطلق مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

سرویس کولر در اسرع وقت ۰۹۱۵۰۹۰۲۹۹۳

یک شرکت بخش برای تکمیل کادر خود در شهرستان قائن از جوانان مستعد و پر انرژی کارمند فروش (بازاریاب) استخدام می نماید.

شرایط مورد نیاز:

تر جیحا بومی شهرستان قائن - دبپلم متوسطه - فوق دبپلم - لیسانس - روابط عمومی قوی - علاقه مند به کار تیمی - سخت کوش و علاقه مند به یادگیری - دارا بودن کارت پایان خدمت - دارا بودن گواهینامه رانندگی - حداکثر سن ۳۰ سال * داشتن خودرو - و انتت پر اید الزامی می باشد *

از افراد واجد شرایط تقاضا می شود شرح مشخصات شخصی /شغلی خود را حداکثر تا تاریخ ۱۰/۵/۱۳۹۸ به این شرکت ارسال فرمایید.

پست الکترونیکی: Shamed.hoseini55@gmail.com

ماشین های اداری بهدانی (نمایندگی توشیا)

جهت تکمیل کادر خود به افراد ذیل نیازمند می باشد

آقا یک نفر: دارای تجربه در تعمیر ماشین های اداری و یا دارای مدرک کامپیوتر (الکترونیک)

آقا یک نفر: جهت امور نظافت و خدمات

خانم یک نفر:

جهت بخش فروش - دارای مدرک کامپیوتر (ترجیحا با تجربه کاری)

خانم یک نفر: منشی، دارای روابط عمومی بالا

ساعت مراجعه فقط عصر ها از ساعت ۱۶الی ۸

مکان مراجعه: بلوار شهدای عیادی- ابتدای بلوار شهید فایده-ساختمان توشیبا

حمل اثاثیه منزل مداحی

با خاور مسقف و کارگر ماهر داخل و خارج شهر

شهرام مداحی ۰۹۱۵ ۳۶۳ ۳۶۴۷

سینما فردوسی

زهر مار

شروع سانس ۱۴:۳۰ ۱۸:۱۵

سرخ پوست

شروع سانس ۲۱:۴۵ ۱۶:۱۵

تگزاس ۲

شروع سانس ۲۰

کاتال خبری تلگرام: cinemaferdosi @ اینستاگرام: Cinemaferdosi_Birjand

دستگاه ساب سیار امیر آبادی زاده

ساب انواع سنگ های مرمر، گرانیت، موزائیک و بتن

۰۹۱۵۶۷۰۶۵۳۸

ایزوگام و قیر گونی آراسته

فروش و نصب انواع عایق های رطوبتی

ایزوگام شرق و دلیجان نقد و اقساط

مدیریت: حسن آراسته

امیر آباد- نبش ولی عصر (عج) ۴

۰۹۱۵۵۶۵۸۲۶۸- ۰۹۱۵۵۶۹۳۵۱۵

هزینه پیک موتوری در محدوده رستوران ۱۰۰۰ تومان

رستوران مهدی

گوشت گوسفندی (بره)

بابرنج ایرانی

قیمت ها به تومان می باشد

چلو ماهیچه	۷۰۰۰۰
چلو گوشت	۶۰۰۰۰
چلو سلطانی	۵۴۰۰۰
چلو برگ	۳۸۰۰۰
چلو بختیاری	۳۳۰۰۰
اکبر جوجه	۲۵۰۰۰
قیمه و قورمه سبزی	۲۶۰۰۰
ماهی کبابی و سرخ شده	۳۰۰۰۰
چلو مرغ خورشتی (مجلسی)	۱۷۰۰۰
چلو مرغ سرخ شده مخصوص	۱۹۰۰۰
چلو کباب کوبیده	۲۲۰۰۰
چلو جوجه کباب	۲۰۰۰۰
آبگوشت (گوشت گوسفند)	۲۰۰۰۰
استامبولی (۱۰۰ درصد گوشت)	۱۶۰۰۰

چلو کباب تک سیخ ۱۰۰ گرمی ۹۵۰۰

جوجه کباب ۱۵۰ گرمی ۹۰۰۰

چلو مرغ مخصوص (سرخ شده) ۹۵۰۰

چلو مرغ خورشتی (مجلسی) ۸۵۰۰

چلو قیمه و قورمه سبزی ۸۵۰۰

ماکارونی ۵۰۰۰

استامبولی گوشت مرغ با سویا ۶۵۰۰

عدس پلو با ماست ۴۰۰۰

برای تهیه این منو با شماره های ۰۹۱۵۵۶۱۶۱۸۱-۳۲۶۶۳۱۹۰ تماس بگیرید

با شماره ۰۹۱۵۱۶۳۵۸۶۰ - کرباسچی

خیابان مدرس، تقاطع پارک توحید به سمت پاسداران، خیابان خلیل طهماسبی

شماره ۴۴۰۳

جدول کلمات

افقی: ۱- غرور - از استانهای کشورمان ۲- کج و مایل - تربیت کننده - لوازم و آلات ۳- نام کوچک ماندلا رهبر آزادیخواهان سیاه در آفریقای جنوبی - شیدا - پشم یا پنبه ای که داخل لحاف یا تشک بریزند ۴- خون بها- ویران - قورباغه درختی - ساز جدایی ۵- واحد پول ژاپن - ناخدا - سرگشته ۶- ابزاری که با آن جایی را سوراخ یا نشان بگذارند - این بار به منزل نمی رسد - ننی در موسیقی - درخت انگور ۷- به رنگ و زلالی آب - آماده و مهیا - کوچ کننده ۸- دیوار بلند - زود نیست - خالص - دو زن یک مرد ۹- حاکم - رشوه دهنده ۱۰- خارش ۱۱- بندگی- کلام درویش - مذکر- بدهکار ۱۱- صاحب و بزرگ - پدر - توان آخر ۱۲- زنده جدید- صادر شدن چیزی - دارایی ۱۳- رشته پهن - حجم گرد - به این صورت هم به معنی تعجب و شگفتی است ۱۴- شبکه - آمیخته و مخلوط - ترس و بیم ۱۵- نوعی بیماری چشمی - از چهار عمل اصلی

عمودی: ۱- نامزد انتخابات شدن - شهر نیروگاه ۲- پایتخت اروپایی - درخشان - جمع حس ۳- ریسمان یا رشته گیاهی - مدفولی - نوبت بازی - فلز سرخ اندیشه و فکر - در امانت جایز نیست ۴- شم - صورت غذا - تند و سریع - نظر انتخاباتی ۵- سازنده گل و درخت مصنوعی - عدد حمام - پایه انگلیسی ۶- فرار - طریق- مساوی - گفتنی خنده آور ۷- جمع روح - سرود و آهنگ - قیای بلند ۸- بسیار دشنام دهنده - چه کسی و چه وقت - بدی

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱

۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰ ۱۱ ۱۲ ۱۳ ۱۴ ۱۵

انعقاد تفاهم‌نامه با دستگاه‌های اجرایی استان برای ارائه آموزش‌های فنی و حرفه‌ای

سه درصد زیر ساخت آموزش فنی و حرفه ای کشور مربوط به استان است



مدیر مرکز آموزش فنی و حرفه‌ای خاوران بیرجند در حاشیه این مراسم گفت: نمایشگاه مهارت، اشتغال و تولید ملی از دستاوردهای هنرآموزان مجموعه فنی و حرفه‌ای خاوران بیرجند در محل این مرکز برپا شده است. زهرا شاهرخی با اشاره به اینکه در این نمایشگاه بیش از ۲ هزار اثر هنری از کارآموزان در معرض دید بازدیدکنندگان قرار گرفته و عموم مردم می‌توانند از این نمایشگاه بازدید کنند، ادامه داد: هدف از برپایی این نمایشگاه نیز آشنایی هر چه بیشتر جامعه هدف مرکز بوده و اینکه تمام آموزش‌ها منجر به صدور گواهینامه صلاحیت حرفه‌ای و کسب مهارت مورد نیاز برای ایجاد اشتغال خانگی می‌شود. مدیر مرکز آموزش فنی و حرفه‌ای خاوران بیرجند خاطر نشان کرد: نمایشگاه مهارت، اشتغال و تولید ملی از ۳۱ تیرماه تا ۶ مردادماه هر روز از ساعت ۸ تا ۱۶:۳۰ به روی علاقه‌مندان باز است.

سایه های کاربردی برای بالابردن سطح اشتغال

معاون هماهنگی امور اقتصادی و منابع انسانی استانداری بزرگوار در حاشیه بازدید از دبیرخانه معاونت علمی، فناوری و اقتصاد دیجیتال استانداری قم به میزبانان محترم و اعضای هیئت مدیره شرکت توسعه و عمران استان قم تبریک عرض نمود.

معاونت علمی، فناوری و اقتصاد دیجیتال استانداری قم با بهره‌گیری از ظرفیت‌های موجود در این استان اقدام به برگزاری دوره‌های آموزشی برای ارتقای مهارت‌های نیروی انسانی کرده است. وی افزود: «در حال حاضر ۱۰ دوره آموزشی برگزار شده که ۲۵ نفر از دانشجویان و فارغ التحصیلان استان در آن شرکت کرده‌اند. همچنین ۳۰ نفر از معلمان مدارس دولتی و غیردولتی نیز در این دوره‌ها شرکت کرده‌اند.»

معاونت علمی، فناوری و اقتصاد دیجیتال استانداری قم اعلام کرد: «در ادامه برنامه‌ریزی‌های صورت گرفته، دوره‌های دیگری نیز برگزار خواهد شد تا نیازهای مختلف بازار کار را پوشش دهد.»

وی تصریح کرد: «هدف اصلی از برگزاری این دوره‌ها، افزایش اشتغال و بهبود وضعیت اقتصادی استان است. ما امیدواریم با مشارکت بیشتر نهادهای مرتبط، بتوانیم نتایج بهتری حاصل کنیم.»

در پایان، معاونت علمی، فناوری و اقتصاد دیجیتال استانداری قم از استقبال گرم میزبانان و اعضای هیئت مدیره شرکت توسعه و عمران استان قم تشکر کرد.

طرح مهارت آموزی در محیط کار واقعی

وی با اشاره به طرح مهارت آموزی در محیط کار واقعی ادامه داد: طی آن مهارت و شایستگی‌های مورد نیاز در چهارچوب استانداردهای آموزشی از مربی به مهارت آموز همزمان با فرآیند تولید محصول و ارائه خدمت منتقل می‌شود. مدیر کل فنی و حرفه‌ای خراسان جنوبی با بیان اینکه تعهد ما در این طرح ۸۰۰ نفر بود، افزود: این طرح برای ۶۳۳ نفر اجرا شد که ۱۰۹ درصد بیشتر از تعهد محقق شد. وی ضمن اشاره به اجرای طرح به روز رسانی تجهیزات کارگاه‌های فنی و حرفه‌ای استان یادآور شد: در زمینه خرید تجهیزات کارگاه‌های آموزشی این اداره کل اعتباری بالغ بر ۱۰۱ میلیارد تومان در ۹۳ کارگاه آموزشی استان اقدام به تجهیز و به روز رسانی کارگاه‌هایی از قبیل اتومکانیک، برق، چوب و تراش سنگ‌های قیمتی و نیمه قیمتی شده است. مدیر کل فنی و حرفه‌ای خراسان جنوبی با اشاره به طرح مهارت آموزی خاطر نشان کرد: طرح کارآفرینی مهارت بنیان و طرح ایجاد مرکز مدیریت مهارت آموزی و مشاوره شغلی-آموزشی-داشجویان نیز اسامی در دستور کار است. خوش‌اینداشا این پروژه‌های عمرانی را در دست احداث که در سال ۹۶ به بهره‌برداری می‌رسد، یادآور شد: توسعه مرکز برادران پیرجنت تکمیل سوله کارگاهی مرکز فرزدی و احداث مرکز خواهران قاین از جمله این پروژه‌ها است.

مهارت، اشتغال و تولید ملی در بیرجند افتتاح شد

همچنین صبح روز گذشته با حضور معاون هماهنگی امور اقتصادی و منابع انسانی استانداری خراسان جنوبی، مدیر کل کمیته امداد امام خمینی(ه)، مدیر کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی، رئیس سازمان صنعت، معدن و تجارت استان و مدیر کل فنی و حرفه‌ای و سایر مسئولان استانی و شهرستانی نمایشگاه مهارت، اشتغال و تولید ملی افتتاح شد.

موش آیند با بیان اینکه در بخش خصوصی نیز ۱۷۸ آموزشگاه آزاد فعال فنی و حرفه‌ای ۱۸۲ حرفه آموزشی را ارائه می‌دهند اظهار کرد: از این تعداد ۱۱۲ آموزشگاه ویژه زنان تعداد ۶ آموزشگاه ویژه مردان و ۶۰ آموزشگاه دو منظره نیز آموزش‌های مهارتی را تطبیق شهریه مصوب هیئت نظارت مرکزی سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور به تقاضایان استان ارائه می‌کنند.

انعقاد تفاهم نامه همکاری با دستگاه های اجرایی برای آموزش

ی با اشاره به اینکه در این راستا ارائه آموزش‌های مهارتی در قالب انعقاد تفاهم‌نامه همکاری و قرارداد با سایر دستگاه‌های اجرایی و با ذینفعان آموزش انجام شده افزود: بر اساس میزان سهم آورده طرف متقاضی اجرای آموزش، ماهیت آموزش‌ها از نوع دولتی به مشارکتی تغییر می‌کند. مدیرکل فنی و حرفه‌ای خراسان جنوبی به اجرای دوره‌های آموزشی در مراکز دولتی و آزاد این نهاد اشاره کرد و گفت: در چهار ماهه نخست امسال ۹۸۰ هزار و ۹۲۰ نفر ساعت دوره آموزشی برای ۸ هزار و ۲۴۴ نفر دور آموزش به بخش دولتی به صورت رایگان توسط این اداره کل اجرا شده است. خوش‌ایند به اشاره به اینکه امسال به طور هم‌زمان ۲۵ آموزشگاه آزاد فنی و حرفه‌ای در استان به مناسبت هفته ملی مهارت افتتاح می‌شود، اظهار کرد: برنامه‌های متعددی چون تور رسانه‌ای و افتتاح کافه مهارت در پارک توحید از جمله این برنامه‌ها است.

مدیرکل فنی و حرفه‌ای خراسان جنوبی بیان کرد: برگزاری آموزش‌های کمپسولی رایگان توسط آموزشگاه‌های آزاد استان، آغاز به کار اکپهای اندادی و گروه‌های ارائه خدمات فنی در سراسر استان و برگزاری پتل تخصصی آسیب شناسی مهارت آموزی نیز از دیگر برنامه‌های پیش بینی شده در این هفته است.

تسیرین کاری - مدیرکل اداره کل آموزش فنی و حرفه ای استان با بیان اینکه از نظر زیرساخت بیشتر از سه درصد زیرساخت فنی و حرفه ای کشور مربوط به استان است، گفت: ما طرح آموزشی تلفیقی داشتیم که بخشی از این آموزش ها به صورت سیستمی و بخشی از آن در کارگاه برای کار عملی و رفع اشکال انجام می شود. حسین خوش آیند روز گذشته در نشست خبری که به مناسبت هفته مهارت برگزار شد با اشاره به اینکه از ۲۶ تا ۳۱ مرداد به نام هفته ملی مهارت نامگذاری شده است، بیان کرد: سازمان فنی و حرفه ای تنها سازمانی است که برای تربیت و توانمندسازی نیروی ماهر و توانمند فعالیت می کند. وی ضمن اشاره به شعار سال «رونق تولید» افزود: این سازمان دوره های مهارتی گوناگونی را در سطوح مهارت درجه یک، دو و سه و کارگر ماهر به متقاضیان ارائه می کند. وی با بیان اینکه آموزش های فنی و حرفه ای مجموع آموزش های نظری و عملی است که با هدف ارتقای دانش افراد و ایجاد مهارت های لازم و به فعلی رساندن استعدادها و تقویت در آنها انجام می شود، یادآور شد: مهارت آموزان برای احراز شغل، حرفه و کسب و کار در مشاغل گوناگون با سطوح مشخص آماده می شوند به گفته وی، دوره های آموزشی متعددی در مراکز ثابت بسیار شهری، سیار روستایی، نامتگاه ها، پادگان ها، صنایع و صنوف، جوار دانشگاه ها و آموزشگاه های فنی و حرفه ای از آزاد برای کارجویان، دانشجویان، فارغ التحصیلان و شاغلان برگزار می شود.

۱۰۲ کارگاه ثابت حرفه آموزی فعال در استان

مدیرکل آموزش فنی و حرفه ای خراسان جنوبی ادامه داد: ۱۶ مرکز آموزش ثابت و شعب شهری و ۱۰۲ کارگاه ثابت، ۵۱۰ حرفه آموزشی را در بخش های خدمات، صنعت، فرهنگ و هنر و کشاورزی به صورت رایگان ارائه می کنند.

دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند

“دانشگاهی معتبر در مقیاس ملی و بین‌المللی”

قابل توجه داوطلبان عزیز کارشناسی ارشد که مجاز به انتخاب رشته های کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی شده اند:

عناوین رشته های کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند به شرح ذیل می باشد:

انتخاب رشته مقطع کارشناسی ارشد سال ۹۸ دانشگاه آزاد اسلامی تا پنجم مرداد از طریق نشانی www.azmoon.iau.ac.ir ادامه دارد.

مقطع تحصیلی	رشته و گرایش (با آزمون)
کارشناسی ارشد	مهندسی برق — مخابرات امن و رمزنگاری
کارشناسی ارشد	مهندسی برق — مخابرات میدان و موج
کارشناسی ارشد	مهندسی برق — سامانه های برقی حمل و نقل
کارشناسی ارشد	مهندسی برق — برنامه ریزی و مدیریت سیستمهای انرژی الکتریکی
کارشناسی ارشد	مهندسی برق — سیستمهای قدرت
کارشناسی ارشد	مهندسی برق — الکترونیک قدرت و ماشین های الکتریکی
کارشناسی ارشد	مهندسی برق — مخابرات سیستم
کارشناسی ارشد	مهندسی برق — مخابرات نوری
کارشناسی ارشد	آمار اقتصادی و اجتماعی
کارشناسی ارشد	آمار ریاضی
کارشناسی ارشد	ریاضی — ریاضیات مالی
کارشناسی ارشد	ریاضی کاربردی — تحقیق در عملیات
کارشناسی ارشد	ریاضی کاربردی — آنالیز عددی
کارشناسی ارشد	ریاضی — جبر
کارشناسی ارشد	ریاضی — آنالیز
کارشناسی ارشد	ریاضی — هندسه و توپولوژی
کارشناسی ارشد	مهندسی کشاورزی — تربیع و آموزش کشاورزی
کارشناسی ارشد	مهندسی کشاورزی — توسعه روستایی
کارشناسی ارشد	مهندسی کشاورزی — توسعه کشاورزی
کارشناسی ارشد	مهندسی کشاورزی — توسعه روستایی — توسعه اقتصادی
کارشناسی ارشد	مهندسی کشاورزی — توسعه روستایی — توسعه اجتماعی
کارشناسی ارشد	مهندسی کشاورزی — توسعه روستایی — مدیریت توسعه
کارشناسی ارشد	مهندسی کشاورزی — آگرو تکنولوژی (زراعت)
کارشناسی ارشد	مهندسی کشاورزی — شناسایی و مبارزه با علفهای هرز
کارشناسی ارشد	مهندسی کشاورزی — علوم دامی — تغذیه دام
کارشناسی ارشد	علوم و مهندسی صنایع غذایی — صنایع غذایی
کارشناسی ارشد	علوم و مهندسی صنایع غذایی
کارشناسی ارشد	زیست فناوری مواد غذایی
کارشناسی ارشد	حقوق جزا و جرم شناسی
کارشناسی ارشد	حقوق خصوصی
کارشناسی ارشد	حقوق ثبت اسناد و املاک
کارشناسی ارشد	فقه و حقوق جزا
کارشناسی ارشد	حقوق مالی — اقتصادی
کارشناسی ارشد	فقه و حقوق خصوصی
کارشناسی ارشد	الهیات و معارف اسلامی — فقه و مبانی حقوق اسلامی
کارشناسی ارشد	مدرسی معارف اسلامی — اخلاق اسلامی
کارشناسی ارشد	الهیات و معارف اسلامی — فلسفه و حکمت اسلامی
کارشناسی ارشد	مدیریت بازرگانی — بازاریابی
کارشناسی ارشد	مدیریت دولتی — طراحی سازمانهای دولتی
کارشناسی ارشد	مدیریت دولتی — بودجه و مالیه عمومی
کارشناسی ارشد	مدیریت اجرایی
کارشناسی ارشد	روانشناسی بالینی

مقطع تحصیلی	رشته و گرایش (یا آزمون)
کارشناسی ارشد	روانشناسی تربیتی
کارشناسی ارشد	روانشناسی شخصیت
کارشناسی ارشد	کودکان استثنایی (عقب ماندگان ذهنی)
کارشناسی ارشد	آموزشی و بهسازی منابع انسانی
کارشناسی ارشد	حسابداری
کارشناسی ارشد	مدیریت مالی
کارشناسی ارشد	مدیریت ورزشی - مدیریت بازاریابی در ورزش
کارشناسی ارشد	مدیریت ورزشی
کارشناسی ارشد	مدیریت ورزشی - مدیریت اماکن و تاسیسات ورزشی
کارشناسی ارشد	مدیریت ورزشی - مدیریت اوقات فراغت ورزشهای تفریحی
کارشناسی ارشد	روانشناسی ورزشی
کارشناسی ارشد	جامعه شناسی ورزشی
کارشناسی ارشد	توسعه اقتصادی و برنامه ریزی
کارشناسی ارشد	زبان و ادبیات فارسی
کارشناسی ارشد	زبان و ادبیات فارسی - ادبیات تطبیقی (فارسی - عربی)
کارشناسی ارشد	مهندسی معماری
کارشناسی ارشد	مدیریت پروژه و ساخت
کارشناسی ارشد	پژوهش هنر
کارشناسی ارشد	مهندسی کامپیوتر - نرم افزار
کارشناسی ارشد	مهندسی کامپیوتر - هوش مصنوعی و رایانیک
کارشناسی ارشد	مهندسی فناوری اطلاعات - تجارت الکترونیکی
کارشناسی ارشد	مهندسی شیمی - صنایع غذایی
کارشناسی ارشد	مهندسی عمران - سازه
کارشناسی ارشد	مهندسی عمران - مهندسی راه و ترابری
کارشناسی ارشد	مهندسی مکانیک - ساخت و تولید
کارشناسی ارشد	مهندسی مکترونیک - اتوماتیک و کنترل تولید
کارشناسی ارشد	مهندسی مکترونیک - ارتباطات جنبی انسان
کارشناسی ارشد	ماشین - کامپیوتر
کارشناسی ارشد	مهندسی مکترونیک - طراحی ربات ها
کارشناسی ارشد	و سیستم های کامپیوتری
کارشناسی ارشد	مهندسی پزشکی - بیوالکترونیک
کارشناسی ارشد	مهندسی برق - قدرت
کارشناسی ارشد	مهندسی برق - کنترل
کارشناسی ارشد	مهندسی برق - شبکه های مخابراتی

قابل به توضیح است در رشته های ذیل

تا ۵۰٪ تخفیف شهریہ برای متقاضیان لحاظ خواهد شد

مقطع تحصیلی	رشته و گرایش
کارشناسی ارشد	الهیات و معارف اسلامی - فقه و مبانی حقوق اسلامی
کارشناسی ارشد	زبان و ادبیات فارسی
کارشناسی ارشد	مهندسی شیمی - صنایع غذایی
کارشناسی ارشد	مهندسی مکانیک - ساخت و تولید
کارشناسی ارشد	مهندسی برق - قدرت
کارشناسی ارشد	مهندسی کشاورزی - توسعه روستایی
کارشناسی ارشد	مهندسی کشاورزی - آبرو و تکنولوژی (زراعت)
کارشناسی ارشد	آمار اقتصادی و اجتماعی
کارشناسی ارشد	ریاضی - ریاضیات مالی
کارشناسی ارشد	علوم دامی
کارشناسی ارشد	علوم و مهندسی صنایع غذایی - زیست فناوری مواد غذایی
کارشناسی ارشد	مهندسی برق - مخابرات
کارشناسی ارشد	مهندسی کشاورزی - شناسایی و مبارزه با علف های هرز
کارشناسی ارشد	مهندسی برق - کنترل
کارشناسی ارشد	مهندسی کشاورزی - تربیت و آموزش کشاورزی

ضمناً پذیرش دانشجو در مقاطع کاردانی و کارشناسی بدون آزمون (صرفاً بر اساس سوابق تحصیلی) از طریق مرکز سنجش و پذیرش دانشگاه به نشانی www.azmoon.iau.ac.ir ادامه دارد.

علاقه مندان جهت اطلاع از عناوین رشته های کاردانی و کارشناسی دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند به نشانی www.iaubir.ac.ir مراجعه نمایند

روابط عمومی دانشگاه آزاد اسلامی پیرجند