

اولمپوس جنوبی

جناب آقای مهندس وحید داعی

نوید مسرت بخش انتصاب شایسته جناب عالی را به عنوان

مدیر کل راه و شهر سازی و رئیس شورای هماهنگی

راه و شهر سازی استان خراسان جنوبی

که سمبل بارزی از توانایی های ارزشمند آن عزیز فرهیخته و تلاش های خستگی ناپذیر تان می باشد، تبریک عرض می نمایم. از درگاه خداوند سبحان تداوم تعالی و توفیق و سیادت جناب عالی را مسئلت داریم.

فرمانده مرکز آموزش ۰۴ امام رضا (ع) نزاجا

روزنامه صبح استان *سال بیست و سوم* شماره: ۴۵۸۸

افزایش نگران کننده آمار مبتلایان به کرونا در استان

برای شکست کرونا در خانه می مانیم

شناسایی ۴۴ مورد مبتلا به کرونا در خراسان جنوبی

استادار : با توجه به نوروز و پیش بینی افزایش تردد در کریدورهای استان به منظور کنترل شرایط موجود، مبادی ورودی و خروجی خراسان جنوبی به ویژه در شهرستان های طبس، فردوس و نهبندان باید به صورت ویژه تحت نظارت عوامل انتظامی، درمانی و بهداشتی قرار گیرد / تدابیر دانشگاه علوم پزشکی سبب شده، طرح غربالگری در استان، دوروز زودتر از بقیه کشور اجرا شود / همه مهمانسراهای ادارات، خانه های معلم و اردوگاه ها تعطیل و کمپینگ در پارک ها، بوستان ها و... در ایام نوروز ممنوع است / **معاون سیاسی استاندار:** هر اقدامی که باعث تجمع افراد در کانون های جمعیتی می شود ممنوعی است / **سخنگوی ستاد مدیریت بیماری کرونا:** نگاهگاه هایی برای بستری افرادی که در مان های اولیه را پشت سر گذاشته اند ایجاد می شود / برای افرادی که در منزل استراحت می کنند برنامه سرکشی و گندزدایی محل سکونت پیش بینی شده است / **معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی:** گروه های آسیب پذیر چون بیماران قلبی خود قرنطینه ای را جدی بگیرند / **معاون غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی:** کمبود ماسک داریم و مواد ضد عفونی کننده توزیع شده در داروخانه ها پاسخگوی نیاز مردم استان نیست / **معاون خدمات شهری شهرداری بیرجند:** زباله گردی در بیرجند ممنوع است و با خاطیان برخورد قانونی می شود / **معاون میراث فرهنگی استان:** فعالیت مراکز بومگردی، برگزاری تورها و برخی دیگر از خدمات مجوز دار از سوی میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی در استان تا اطلاع ثانوی منع شده است / استخرهای عمومی مجتمع های آب درمانی و گردشگری سلامت و هتل ها تعطیل هستند / **مدیر کل فرودگاه های خراسان جنوبی:** برای لغو پروازها آمادگی داریم و به دلیل شیوع کرونا استقبال پایین مردم از پروازها، پرواز بیرجند- تهران- بیرجند در روزهای یکشنبه و چهارشنبه هفته جاری لغو شده است ... مشروح در سرمقاله و صفحات ۳ و ۵

آغاز ثبت نام مرحله دوم طرح اقدام ملی مسکن در استان

اهدای خون در خراسان جنوبی کاهش یافت

اطلاعیه کرونایی روزنامه آوا ویژه اصناف و کسبه استان

دوشنبه ۱۹ اسفند ۱۳۹۸ * ۱۴ رجب ۱۴۴۱ * ۹ مارس ۲۰۲۰

جناب آقای دکتر علیرضا عابدی

مدیر محترم کارخانه هبلکس رضوی (بیرجند)

مصیبت درگذشت پدر خانم گرامی تان

را خدمت شما و خانواده محترم تسلیت عرض نموده

از درگاه خداوند متعال برای آن مرحوم علو درجات و برای شما و سایر بازماندگان صبر و اجری عظیم آرزومندم.

سید علی موسوی خواه



ناصري:

اصلاح طلبان باید حضور در قدرت را فراموش کنند

صفحه ۲



ناصر ایمانی:

باید دید اصولگرایان در مجلس چه خواهند کرد؟

صفحه ۲



منصور حقیقت پور:

برکناری روحانی خیلی برای ما زشت است

صفحه ۲

سرمقاله

* رجب زاده

در خانه می مانیم

صدای پای فاجعه می آید و هر لحظه نزدیک و نزدیک تر می شود. برخی مردم بی محابا مسیر را برای وقوع این فاجعه هموارتر می کنند. چقدر بی انصاف هستند. اوضاع در استان های شمالی بدتر شده و آن ها همچنان خودپرستانه، شادی و تفریح پر خطر را در سفرها جستجو و انتخاب می کنند و صدمات جبران ناپذیری به خود، دیگران و کادر درمان وارد می کنند ... مشروح در صفحه ۲

جناب آقای مهندس وحید داعی

با کمال مسرت و افتخار انتصاب بجا و شایسته جناب عالی را به عنوان

مدیر کل راه و شهر سازی استان خراسان جنوبی

که بیانگر تعهد، کارآمدی، لیاقت و شایستگی های برجسته آن برادر گرامی در صحنه های خدمت صادقانه به نظام و وطن اسلامی عزیزمان است تبریک عرض نموده، موفقیت و سربلندی شما را از درگاه خداوند منان مسئلت داریم.

**دفتر طراحی ساختمان (تکین) دکتر کاظمیان
شرکت خدمات اداری و ساختمانی غربی**



جناب آقای مهندس وحید داعی

با کمال مسرت، انتصاب بجا و شایسته جناب عالی را به سمت

مدیر کل راه و شهر سازی استان خراسان جنوبی

که نشان از تعهد، وظیفه شناسی و جدیت شما در عرصه خدمت رسانی به مردم می باشد، تبریک عرض نموده توفیق روزافزون جناب عالی را از درگاه ایزدمنان مسئلت می نمایم همچنین از زحمات و تلاش های صادقانه و خالصانه

جناب آقای مهندس جعفری

در زمان تصدی مسئولیت صمیمانه تشکر و قدردانی می گردد.

شرکت راهسازی نوید گستر زهان - دیدبان



جناب آقای

مهندس وحید داعی

با کمال ارادت و امتنان بدینوسیله انتصاب جناب عالی را به عنوان

مدیر کل راه و شهر سازی استان خراسان جنوبی

که نشان از تعهد، وظیفه شناسی، پشتکار و جدیت شما در عرصه خدمت رسانی به مردم می باشد تبریک عرض نموده، توفیق روز افزون جناب عالی را از خداوند منان مسئلت می نمایم.

شرکت ساختمانی و راهسازی کوه پیمایر جند



جناب آقای غلامحسین حسینی

ضایعه درگذشت **خواهر گرامی تان** را تسلیت عرض نموده، برای آن مرحومه رحمت و غفران الهی و برای بازماندگان صبر و شکیبایی از خداوند منان مسئلت می نمایم.

نجار باشی - یوسفی

جناب آقای مهندس وحید داعی

انتصاب بجا و ارزشمند جناب عالی را به عنوان

مدیر کل راه و شهر سازی و رئیس شورای هماهنگی

راه و شهر سازی استان خراسان جنوبی

که مبین درایت و شایستگی شما می باشد، صمیمانه تبریک عرض نموده و باور داریم که با لطف و عنایت خدای متعال، قطعاً حضور شما در این مسئولیت خطیر به عنوان خادمی صدیق و ولایتمدار و با کوله بار گرانی از تجربه و توانمندی های علمی و مدیریتی و کارنامه درخشان در خدمت رسانی به مردم عزیز و فهیم این خطه پهناور، زمینه ساز و نویدبخش تحولی عظیم و رشد و توسعه کمی و کیفی استان خراسان جنوبی در جبهه سازندگی خواهد شد. امید است در سایه الطاف الهی در پیشبرد اهداف عالی نظام مقدس جمهوری اسلامی ایران موفق و سربلند باشید.

مدیر عامل و هیئت مدیره

شرکت تعاونی مسکن مرکز آموزش ۰۴ بیرجند



جناب آقای مهندس وحید داعی

انتصاب شایسته و ارزشمند جناب عالی را به سمت

مدیر کل راه و شهر سازی استان خراسان جنوبی

که نشان از شایستگی شماست، تبریک عرض می نمایم. خدمت صادقانه و تلاش مخلصانه توفیقی است که خداوند به شایستگان عنایت می نماید، برای شما در مسئولیت جدید از خداوند منان توفیق، سلامتی و بهروزی مسئلت می نمایم.

روابط عمومی سازمان منطقه ویژه اقتصادی خراسان جنوبی



جناب آقای مهندس وحید داعی

با کمال مسرت انتصاب شایسته جناب عالی را به عنوان

مدیر کل راه و شهر سازی استان خراسان جنوبی

که بحق از سرمایه های ارزشمند استان می باشید صمیمانه تبریک عرض نموده، از خداوند منان آرزوی موفقیت فراوان برایتان داریم.

اتاق تعاون استان خراسان جنوبی



جناب آقای مهندس احسانی

معاون محترم طرح و توسعه شرکت آب منطقه ای خراسان جنوبی

با نهایت تأسف و تأثر مصیبت درگذشت پدر گرامی تان

مرحوم حاج کر بلائی محمد علی احسانی

را خدمت شما و خانواده محترم تسلیت عرض نموده، از خداوند منان صبر و طول عمر با عزت برای بازماندگان و غفران الهی برای آن مرحوم آرزومندیم.

مهندسین مشاور کلوان فضا شهر

قابل توجه فرهنگیان استان

متقاضیان ثبت نام واحد مسکونی در مشهد مقدس که قصد همجواری آستان مقدس علی ابن موسی الرضا (علیه السلام) را دارند می توانند با شماره ۰۹۱۵۱۶۱۴۱۷۸ تماس حاصل نموده که با توجه به ظرفیت محدود ایجاد شده زمان مراجعه ملاک ثبت نام خواهد بود.

هیئت مدیره تعاونی مسکن فرهنگیان شماره دو بیرجند



جناب آقای مهندس جعفری

مدیر کل محترم سابق راه و شهر سازی خراسان جنوبی

از اینکه در کنف الطاف خاصه الهی چند سال متوالی رادر کسوت خدمت به جامعه به انجام وظیفه پرداخته اید و اینک به افتخار بازنشستگی نائل آمده اید بسی شایسته است به پاس تلاش ها و زحمات مستمر شما در توسعه و پیشرفت استان نهایت سپاس و قدردانی را خدمت شما ابراز داریم.

از خداوند متعال توفیق و سربلندی بیش از پیش تان را مسئلت می نمایم.

شرکت ساختمانی و راهسازی کوه پیمایر جند

در خانه می مانیم

✽ رجب زاهد

صدای پای فاجعه می آید و هر لحظه نزدیک و نزدیک تر می شود. برخی مردم بی محابا مسیر را برای وقوع این فاجعه هموارتر می کنند.
قدرت بی انصاف هستند. اوضاع در استان های شمالی بدتر شده و آن ها همچنان خودپرستانه ، شادی و تفریح پر خطر را در سفرها جستجو و انتخاب می کنند وصدماحت جبران ناپذیری به خود، دیگران و کادر درمان وارد می کنند. در شرایطی که امکانات پزشکی و بهداشتی می تواند به ضرورت ها تخصیص یابد این لالایی گری برخی باعث هدررفت این منابع در شرایط موجود می شود.
ساعت ها و یا بدون اغراق روزها یا خود کلنجار رقتم که این ها را بنویسم یا نه؟
بارها با خود تکرار کردم که "وَمَنْ أَخْيَاهَا فَكَأَنَّمَا أَخْيَا النَّاسَ جَمِيعًا" و خواندم که "و هر کس نفسی را حیات بخشد (از مرگ نجات دهد) مثل آن است که همه مردم را حیات بخشیده است." و همچنان در عجم و متاسف برای برخی که نمی دانم چه نامی می توان بر آنها نهاد.
بیباید درک کنیم که نوروز امسال اگر چه عید است اما مانند هر سال نیست.
بیابید برنامه ریزی های قبلی را تغییر دهیم. بیابید باور کنیم خطر در کمین ماست و با اندک مراقبتی می توانیم آن را دور کنیم. اگر همانند سال‌های گذشته رفتار کنیم، فاجعه رخ می دهد برای تمام همشهری ها، هم استانی ها و هم وطنان مان. اگر بخواهیم همانند گذشته به میهمانی های عید برویم، دور هم جمع شویم، یکدیگر را در آغوش بکشیم و بیوسیم راهی را برای این خطر باز کرده ایم.
امسال میهمان ناخوانده ای در تمام محافل ما حضور دارد میهمانی به نام کرونا.
همه می‌گویند ویروس کرونا تنها دو درصد مبتلا شوندگانش را می کشد اما غالباً از این نکته غافل اند که این دو درصد می‌تواند شامل پدر یا مادر خود آنها باشد که حالا پا به سن گذاشته اند و در برابر بیماری ها ضعیف و آسیب پذیر شدند.
عده‌ای از خارج استان می‌آیند و عده‌ای دیگر از شهرها به روستاها می روند. استان خراسان جنوبی با توجه به پشتوانه فرهنگی قوی که دارد تا این جای کار یکی از استان هایی است که کمترین میزان تلفات و مبتلایان به بیماری کرونا را داشته است. اما در دو سه روز گذشته مردم استان در آزمونی که از آنها گرفته شد رد شدند.
قرار بود روز شنبه که بین دو تعطیلی قرار دارد هم تعطیل باشند تا مردم در خانه بمانند و جلوی شروع بیشتر ویروس کرونا گرفته شود اما مردم این نکته را درک نکرده و ترجیح دادند با سفرهای غیر ضروری خطر کرونا را با نزدیکان کهنسال و دیگر آشنایان شان در جای جای استان تقسیم کنند. اگر پیرمرد و پیرزن روستایی که از امکانات بهداشتی حداقل برخوردار است به بیماری کرونا مبتلا شود شمای فرزند او چه تضمینی می دهی که کرونا او را از پای درنیابود؟
اگر نتوانیم حساسیت این موضوع را درک کنیم، اگر به بی تفاوتی ها برای سفر رفتن ادامه دهیم، اگر اجازه دهیم دلگیری و دلتنگی بر ما غالب شود و خود را تافته جدابافته ای بدانیم که مصونیت از کرونا دارد و اگر ما به عنوان رسانه نتوانیم جدی بودن این خطر را برای مخاطبان مان تبیین کنیم چه بسا در اواسط فروردین و اوایل اردیبهشت بسیاری از کهنسالان استان را گرفتار این بیماری ببینیم و چه بسیار فرزندان که باید به سبب بی توجهی به نکته های مهم بهداشتی تا پایان عمر عذاب وجدان داشته باشند.
این هشدارهای است که پزشکان و مسئولان کادر درمان استان می دهند.پس بیاییم به پوشش #درخانه_می مانم، بیبندیم.

تعمیر یخچال فیزیر در منزل ۰۹۱۵۳۶۳۵۰۱۵ – ناصری تژاد

حرب اترماتیکه مید

جک پارکینگی،
کرکره و سکوریت اتومات
خیابان شهیدرجایی
نبش رجایی ۱۵
۰۹۱۵۵۶۱۴۸۸۰

فروش ویژه وسایل



دوشنبه ۱۹ اسفند ۱۳۹۸ * شماره ۴۵۸۸

باید دید منتقدان مجلس دهم، در مجلس یازدهم چه خواهند کرد؟

ناصری ایمانی، تحلیلگر اصولگرا گفت‌هرچند وحدت اصولگرایان در انتخابات اسفند ماه دیر و مشروط به قول‌هایی در اتاق‌های بسته محقق شد اما آنها توانستند اکثر کرسی‌های مجلس یازدهم را از آن خود کنند حال باید دید آنها که اغلب منتقد مجلس دهم بودند، خود چه برنامه‌هایی را در دستور کار دارند

ناصری:اصلاح‌طلبان باید حضور در ارکان قدرت را فراموش کنند

ناصری، فعال سیاسی اصلاح طلب و عضو شورای مشورتی رئیس‌دولت‌اصلاحات معتقد است:بهترین زمان برای بازسازی در این جریان فرا رسیده است. او تأکید کرد:اصلاح طلبان باید برای بازسازی این جریان، حضور در ارکان قدرت را فراموش کنند

در شرایط بدتر از جنگ هستیم

غلامرضا انصاری فعال سیاسی اصلاح‌طلب گفت: ما در شرایط بدتر از جنگ به سر می‌بریم و همه کسانی که دل در گرو سرافرازی کشور و ملت دارند باید تلاش کنند تا مشکلات را به حداقل برسانیم. هر جریانی باید برای دولت و تداوم کار دولت هر کمکی از دستش برمی‌آید انجام دهد.

فعال اصولگرا: برکناری روحانی خیلی برای ما زشت است

منصور حقیقت پور فعال سیاسی اصولگرا درباره نسبت مجلس آینده با دولت روحانی گفت: شاید پایداری ها روحانی را استیضاح کنند اما استیضاح او منتج به برکناری اش نمی‌شود چون این اتفاق خیلی برای ما زشت است. یک سال از ریاست جمهوری او مانده باید تحمل کرد تا دوره اش به پایان برسد

کلینتون: تنها هدف دموکرات ها شکست دادن ترامپ است

هیلاری کلینتون نامزد حزب دموکرات در انتخابات ۲۰۱۶ آمریکا، گفت: تنها هدف دموکرات ها باید شکست ترامپ باشد، چرا که نمی توان تصور ۴ سال مخرب دیگر حضور وی در کاخ سفید را داشت.
بایدن نشان داد انرژی لازم را به حزب داده است و همان کاری را کرد که من قبلا در کارزار انتخاباتی ۲۰۱۶ میلادی انجام دادم.



دیپلماسی ایرانی به نقل از «یوراشیا ریویو» نوشت:گزارش سه ماهه آژانس بین المللی انرژی اتمی درباره ایران که سوم ماه مارس منتشر شد، از افزایش ذخایر اورانیوم غنی شده این کشور در قیاس با آخرین گزارش منتشر شده در ماه نوامبر حکایت داشت.

برجام، راه لغو تحریم ها

برجام برنامه بلندمدت ایران در چارچوب محدودیت های توافق هسته ای را نیز شامل می شود و نقش راه لغو کامل تحریم های شورای امنیت سازمان ملل و همچنین تحریم های

دونالد ترامپ، رئیس جمهور ایالات متحده، از توافق هسته‌ای ایران در سال ۲۰۱۵ این اولین مرتبه است که به نظر می رسد تهران اورانیوم غنی شده کافی برای ایجاد یک سلاح هسته ای را دارد، اما ساخت یک کلاهک هسته ای و توانایی پرتاب آن به مسیرهای دور چندین ماه یا چندین سال طول می کشد.» نیویورک تایمز قطعا حامی نظام جمهوری اسلامی نیست، اما با این گزارش تا اندازه زیادی از شدت انتقادهای مایک پومپئو، وزیر امور خارجه ایالات متحده، کاسته است.

تصمیم ترامپ در برجام نتیجه عکس داده است
در کل، نیویورک تایمز برای این مسئله تأکید دارد که یافته ها و درخواست برای بازرسی های جامع تر، می تواند بن بست بین واشنگتن و تهران را به سطح جدیدی برساند. است و ایران هنوز برای ساخت بمب اتم قصدی ندارد.

خانه‌های خالی چگونه برای مالیات شناسایی می‌شوند؟

مدیر کل دفتر اقتصادمسکن در گفت‌وگو با ایسنا اظهار کرد: روز ۲۹ بهمن ماه ۱۳۹۸ سامانه املاک و اسکان را راه اندازی کردیم که یکی از کارکردهای آن دریافت مالیات از خانه‌های خالی است.
اصلاّنی خاطر نشان کرد طبق قانون مالیات های سال ۱۳۶۶ بحث مالیات بر خانه‌های خالی مطرح شد مدلی که ابتدا برایش در نظر گرفتند این بود که تحقق موضوع نیاز به تمرکز اطلاعاتی دارد که از طرف دستگاه های دیگر قابل اجرا نبود.
نظر آقای آخوندی این بود که این قانون از طرف شهرداری ها اجرا شود لایحه هم به دولت رفت که دولت آن را مجددا به وزارت راه و

شهرسازی فرستاد اصلاّنی افزود: پس از آن که آقای اسلامی مسئولیت وزارت راه و شهرسازی را بر عهده گرفت اعلام کرد ما خدمات بحث مالیات و شناسایی واحدهای بدون سکنه را انجام دهیم. بنابراین رویکرد جدیدی در وزارتخانه مطرح شد که یک فرآیند ترکیبی را دنبال کنیم؛ بدین صورت که هم از سرویس داده های سازمان ها و هم از خوداظهاری مردم استفاده کنیم.وی با بیان اینکه برای طراحی سامانه مشاوره را انتخاب کردیم که به صورت شبانه

آخرین بارانه نقدی سال ۰۹۸، ۲۰ اسفند واریز می‌شود

عصر اعتبار-در اطلاعیه ستاد هدفمندی یارانه‌ها آمده‌است: به اطلاع هموطنان عزیز می‌رساند “یکصد و نهمین” مرحله یارانه نقدی مربوط به اسفندماه سال جاری به‌ازای هر نفر ۴۵۵/۰۰۰ ریال به همراه افزایش حداقل مستمری خانوارهای مددجویان تحت حمایت کمیته امداد امام خمینی (ره) و سازمان بهزیستی کشور ساعت ۲۳:۰۰ روز سه شنبه مورخ ۱۳۹۸/۱۲/۲۰ به حساب سرپرستان خانوارها واریز و قابل برداشت خواهد بود.

تهران بمب اتم نمی خواهد، دنبال اجرای برجام است

آن را «توافقی وحشتناک» می خواند، نتیجه عکس داده و عواقب بدی داشته است. ایران از تعهد کامل به برجام در محدودسازی فعالیت های غنی‌سازی اکنون در مسیر افزایش ذخایر اورانیوم غنی شده گام بر می دارد. این حقیقت که سران ایران به آژانس اجازه می‌دهند از نقض توافق هسته ای گزارش ثبت کنند، نشان دهنده این است که صرفا قصد دارند به کمپین اعمال فشار ترامپ با نوعی فشار متقابل پاسخ دهند. گروسی اخیرا در یک مصاحبه در واشنگتن گفته است: «کل شرایط یک تناقض بزرگ است. ما اکنون فقط عقب نشینی تدریجی ایران از تعهداتش به توافقی را ثبت می کنیم که قرار بود اعتبار آن را بررسی کنیم.»کارشناسان معتقدند شواهد نشان می دهند که اقدامات ایران تا اینجاى کار، تلاشى حساب شده برای تحت فشار گذاشتن دولت های اروپایی و دولت ترامپ است و ایران هنوز برای ساخت بمب اتم قصدی ندارد.



روزی این کار را به سرانجام رساند، اظهار کرد: سامانه املاک و اسکان در حال حاضر قابلیت شناسایی واحدهای خالی از سکنه را دارد به شرطی که دستگاه‌های دیگر به آن اتصال پیدا کنند تا عملیاتی شود.اصلاّنی ادامه داد: برخی از دستگاه ها به سامانه متصل شده اند و برخی دیگر هنوز نه.

خبر خوش فتاح برای مستأجران بنیاد مستضعفان

فارس- فتاح رئیس بنیاد مستضعفان با اشاره به تأثیر بیماری کرونا بر رونق کسب و کارها از بخشیده شدن اجاره‌بهای املاک تجاری بنیاد در ماه جاری و ماه بعد خبر داد.

آیا حداقل حقوق کارگران ۳میلیون تومان می‌شود؟

افزایش ۱۵درصدی حقوق کارمندان دولت کنار مجوز افزایش ۵۰ درصدی امتیازات فصل دهم قانون مدیریت خدمات دولتی و همچنین تعیین حداقل حقوق ۲٫۸میلیون تومانی حقوق‌بگیران دولت می‌تواند زمینه‌ساز نوعی تبعیض میان کارکنان بخش خصوصی و دولتی شود.

زمان بازپرداخت تسهیلات بانکی باید حداقل ۶ماه به تعویق بیفتد

اکبریان رئیس کمیسیون صنایع و معادن مجلس شورای اسلامی اظهار کرد: شورای هماهنگی اقتصادی برای کمک به بخش صنایع که این روزها با بیماری کرونا دچار مشکل شده است باید تصمیمات درستی اتخاذ کند.

تکلیف سهمیه بنزین نوروزی چه می‌شود؟

عضو کمیسیون انرژی مجلس درباره لزوم تخصیص بنزین نوروزی با توجه به شرایط کنونی کشور مبنی بر توصیه به کاهش سفرها گفت: با توجه به اینکه ما مکانیزم و بازخورد اینکه مردم چگونه از این میزان بنزین استفاده می‌کنند را نداریم، بنا را بر این گذاشتیم که مدیریت می‌شود وی یادآور شد: در صورت تصویب شورای نگهبان این سهمیه تخصیص می‌یابد و امیدواریم مردم دیرت مصرف کنند.

حساب‌های بانکی فاقد شناسه معتبر مسدود می‌شوند

مطابق لایحه بودجه سال ۹۹، همه حساب‌های بانکی فاقد شناسه هویت الکترونیکی بانکی (شهاب) معتبر با هدف مقابله با پولشویی و فرار مالیاتی تا پایان خرداد سال آتی مسدود می‌شوند.

متقاضیان ورود به بورس یخوانند

ایسنا- سعید فالاح پور عضو هیئت مدیره سازمان بورس با تأکید بر اینکه تصمیم ورود مشروط به بورس پابرجاست، گفت: بعد از ابلاغ صدور که برای مشتریان جدید بورس پس از یک ماه، هر فردی که اقدام به اخذ کد کرده باشد شامل این قانون می‌شود.

Bathroom & Kitchen Accessories

فروش ویژه

فروشگاه مروارید

مرکز پخش لوازم آشپزخانه و سرویس های بهداشتی هود، گاز فر ،سیلک، شیرآلات، تجهیزات داخل کابینت و لوازم لوکس سرویس های بهداشتی

آدرس: نبش مدرس ۲۹

۰۵۶۳۲۴۴۹۳۳۶ – ۰۹۱۰۲۱۷۶۰۴۲

ایزوگام شفیعی

آسفلت (محوطه و پشت بام) و فیرگونی

۰۹۱۵۱۶۳۰۲۸۳ – ۳۲۲۴۵۴۹۴

صید شیرازی، مجتمع میرداماد، واحد ۹۸

لوله بازکنی

تشخیص و رفع بو نم به روش ایزونانو % صد درصد تضمینی

۰۹۱۵۷۰۶۳۲۲۰ – ۰۹۳۶۵۲۳۷۰۱۴ – ۳۲۴۳۵۶۸۶

خسروی

۳۲ ۴۴ ۶۶ ۶۶

۳۲ ۴۲ ۴۳ ۲۰

۲

برای اولین بار
فرش های خود را
اتو کشیده
تحويل بگرد

صاف صاف
لول لول
تخت تخت

قالیشوie ومبل شوie ايران

عضو معتبر اتحادیه مسئول: دستگردی | www. iranwash. ir | دفتر: توحيد۲۱، نبش نبوت ۲۱، پلاک ۱۰۵

دیدگاه خوانندگان
پیام‌رسان‌های اجتماعی:۱۷۲۴۵۶۳۰
۹۰
سامانه پیام‌کوتاه: ۲۷۲۴۲۴۰
۳۱۰۰

مردم رعایت کنند مسئولین چی؟

سلام و احترام به روزنامه آوا که تنها محل درد دل شهروندان است،سوالی داشتم از مسئولین محترم که اینقدر می فرمائید مردم رعایت کنند خود شما چقدر به فکر هستید؟ می گوئید نظارت می کنیم خوب وقتی من می روم درب نانوایی آقای نانوا با همان دستی که نان می دهد پول می گیرد و کارت می کشد و هیچ نظارتی بر او نیست باز من شهروند رعایت کنم؟ وقتی روز جمعه با هزار ترس و لرز از قرنطینه شدن در مبادی ورودی شهر به روستا رفته ام تا پدر و مادر پیرم را برای مراقبت به خانه خودم بیاورم اما هیچ کس در ورودی های شهر کنترلی انجام نمی دادو جلوی چشم خودم ۲ تا ماشین نمره مشهد بدون هیچ کنترلی وارد شدن باز هم من باید رعایت کنم ؟ وقتی برای خرید موادضدعفونی کننده و دستکش باید در صف بایستم و در همین صف ها ناقل کرونا شویم باز هم مردم کنترل کنند؟ لطفا کمی منطقی فکر کنید مردم می آیند پای کار اما شدید کردن نظارت ها و بررسی موارد اینگونه هم بی اثر نیست و لازم است به آن توجه شود خدا می داند هیچ کس دوست ندارد کرونا بگیرد اما وقتی در اماکن دولتی جلسات برگزار می شود مردم عادی ممنوع می شوند این یعنی عالمی بی عمل و مردم به توصیه های این چنینی کمتر توجه می کنند.

ز ۱۰ ا بترچند

خبر ویژه

باند احتکار دارو در بیرجند متلاشی‌شد

معاون اجتماعی فرماندهی انتظامی استان از متلاشی شدن باند بزرگ احتکار دارو و کشف ۲ انبار دارو در بیرجند خبر داد.
به گزارش پایگاه خبری پلیس، سرهنگ حیدری اظهار کرد: ماموران پلیس امنیت عمومی استان مالک یکی از داروخانه‌های شهرستان بیرجند را شناسایی کردند که با راندازی تشکیلات باندی اقام به دایر کردن انبارهای خانگی غیرمجاز در نقاط امن و احتکار دارو و قرص‌های غیرمجاز در شرایط غیراستاندارد و بسیار نامطلوب و غیربهداشتی کرده‌است.وی گفت: ماموران پس از شناسایی ۲ انبار احتکار دارو در بیرجند، با هماهنگی مقام قضایی و همراهی نمایندگان اداره غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی و نمایندگان سازمان صنعت، معدن و تجارت استان این انبارها را بازرسی کردند وی بیان کرد: ماموران در بازرسی از این ۲ انبار غیرمجاز مقادیر زیادی دارو شامل

۱۷۹ قلم انواع دارو و مواد ضد عفونی و بهداشتی را کشف کردند که در این راستا سرباند و ۲ نفر از اعضای این باند دستگیر شدند و داروهای کشف شده با سه خودرو برای تعیین نوع و ارزش ریالی به معاونت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی استان منتقل شد.
سرهنگ حیدری تصریح کرد: متهمان دستگیر شده با تشکیل پرونده به تعزیرات حکومتی استان خراسان جنوبی معرفی و منتقل شدند. وی گفت: احتکار و انبار کردن دارو و مواد بهداشتی در محیط‌های غیراستاندارد علاوه بر ضربه اقتصادی به کشور و فروش این داروها با قیمت‌های زیاد و بدون اخذ ویزیت پزشک به صورت مخفیانه، احتمال فاسد شدن و گششت تاریخ مصرف این داروها را به دنبال خواهد داشت که در صورت عرضه به بازار باعث بروز خطرات جانی و آسیب‌های جسمی میان شهروندان خواهد شد.
معاون اجتماعی فرماندهی انتظامی استان هشدار داد: پلیس با افراد فرصت طلبی که با توجه شرایط کنونی کشور اقدام به فعالیت غیرقانونی و احتکار دارو و مواد غذایی می‌کنند طبق قانون اطاعانه و با شدت برخورد می‌کند تا زمینه سوءاستفاده مفسدان اقتصادی فراهم نشود. وی از شهروندان خواست در صورت مشاهده هرگونه تخلف و احتکار مواد غذایی، بهداشتی و دارویی بلافاصله مراتب را به ۱۱۰ اطلاع دهند.

تکمیل هزار و ۱۷۴ واحد مسکن محرومان خراسان جنوبی

صدوسیما- هزار و ۱۷۴ واحد مسکن محروم در استان تکمیل و آماده بهره برداری شمدیر کل بنیاد مسکن انقلاب اسلامی سهمیه استان برای ساخت مسکن محرومان را ۵ هزار واحد اعلام کرد و گفت: تاکنون ۲ هزار و ۶۷۴ واحد تکمیل شدند که از این تعداد دی امسال ۱۵۰۰ واحد به بهره برداری رسیده است. آسمانی مقدم با بیان اینکه برای ساخت ۶ هزار و ۵۶۴ واحد مسکونی در استان پروژه تد تشکیل شده است، افزود: برای ۵ هزار واحد مسکن محروم در استان با بانک‌ها انعقاد قرارداد انجام شده است.

دلخوری رانندگان از نرخ پایین ، گلابه مردم از هزینه و کمبود تاکسی

روزهای کرونا زده حمل و نقل درون شهری

جز کار کردن با خودرو نداریم و در شرایطی که

پایانی سال بسیاری از رانندگان و مسافران را هم با مشکل جدیدی روبرو کرده و سرفه‌های داخل شهر کاهش یافته است. از طرفی

وقتی به آژانس های تاکسی تلفنی تماس می‌گیری، به زحمت سرویس می‌دهند چون برخی رانندگان هم ترجیح می دهند در چنین شرایطی کار نکنند. تاکسی هم نایاب شده و بعد از کلی انتظار وقتی راننده ای از راه می رسد، با نرخ بیشتری نسبت به قبل تورا به مقصد می رساند. مشاغل اداری وغیره همچنان فعال است و گروهی از مردم به استفاده از وسایل حمل و نقل عمومی یا تاکسی تلفنی ها نیاز دارند اما کرونا بر کیفیت و کمیت فعالیت فعالان این مشاغل به ویژه تاکسی تلفنی ها تأثیر گذاشته است طوری که شرایط با نیاز موجود همخوانی ندارد

مقرون به صرفه نیست!

یکی از رانندگان تاکسی با بیان اینکه اکنون شرایط سخت تر شده است، گفت:علاوه بر افزایش قیمت بنزین که از قبل در گیر آن بودیم حالا موضوع کرونا هم اضافه شده دیگر جابه جایی مسافر هیچ صرفه ای ندارد. حالا در حالی که همه قیمت ها را در مشاغل مختلف بالا برده اند ما حق نداریم رقمی افزایش دهیم، رضوی با اشاره به اینکه هر روز قطعات ماشین بالا می رود، ادامه داد: کافی است یک قسمتی از ماشین خراب بشود برای خریدن آن قطعه باید مبلغ زیادی پول بدهم. راننده یکی از آژانس های هم یاد آور می شود، اعلام شده که به رانندگان سهمیه می

دهند اما هنوز از این افزایش سهمیه خبری نیست و از طرفی با این سهمیه، هم بعضی راننده ها مجبور می شوند که کرایه بیشتری بگیرند که البته کفاف نمی دهد. کرونا هم الان که دخل و خرج با هم همخوانی ندارد، حالا بر مشکلات قبل افزوده و ما ترجیح می دهیم در خانه بنشینیم و دست کم بیمار نشویم. وی گفت: طبق قانون ما افزایش نرخ

کرایه نداریم، از طرفی راننده های مسافربر

شخصی هم کار ما را با مشکل مواجه کرده اند. در این شرایط نمی توانیم نرخ را بالا ببریم و خطر هم که وجود دارد.

یکی دیگر از رانندگان اظهار کرد: من یک راننده تاکسی هستم تا قبل از سهمیه بندی بنزین به دلیل شرایط اقتصادی هرچه کار می کردم باز هم جوابگو نبود چه برسد به الان که دخل و خرج با هم همخوانی ندارد. اکبری یکی دیگر از شهروندان در این باره گفت: من بواسطه شغلی که دارم مجبورم هر روز با آژانس به محل کار بروم و این افزایش قیمت ها برایم به صرفه نیست، او ادامه داد: نرخ خدمات ما ثابت مانده و بیماری کرونا باعث ایجاد نیاز های دیگری برای سلامتی شده است. خیلی از ما رانندگان ممر درآمدی

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

هزار تومان کرایه کرد!

دریافت کرده اند. و اگر اعتراض هم کنیم

راننده با دلایل غیر منطقی توجیه می کنند

وی یادآور شد: کرونا موجب شد مسیری که

قبلا با چهار هزار تومان می رفتیم اکنون برای

همان مسیر ۶ هزار تومان بپردازم.

دریافت کرده اند. و اگر اعتراض هم کنیم

راننده با دلایل غیر منطقی توجیه می کنند

وی یادآور شد: کرونا موجب شد مسیری که

قبلا با چهار هزار تومان می رفتیم اکنون برای

همان مسیر ۶ هزار تومان بپردازم.

دریافت کرده اند. و اگر اعتراض هم کنیم

راننده با دلایل غیر منطقی توجیه می کنند

وی یادآور شد: کرونا موجب شد مسیری که

قبلا با چهار هزار تومان می رفتیم اکنون برای

همان مسیر ۶ هزار تومان بپردازم.

دریافت کرده اند. و اگر اعتراض هم کنیم

راننده با دلایل غیر منطقی توجیه می کنند

وی یادآور شد: کرونا موجب شد مسیری که

قبلا با چهار هزار تومان می رفتیم اکنون برای

همان مسیر ۶ هزار تومان بپردازم.

دریافت کرده اند. و اگر اعتراض هم کنیم

راننده با دلایل غیر منطقی توجیه می کنند

وی یادآور شد: کرونا موجب شد مسیری که

قبلا با چهار هزار تومان می رفتیم اکنون برای

همان مسیر ۶ هزار تومان بپردازم.

دریافت کرده اند. و اگر اعتراض هم کنیم

راننده با دلایل غیر منطقی توجیه می کنند

وی یادآور شد: کرونا موجب شد مسیری که

قبلا با چهار هزار تومان می رفتیم اکنون برای

همان مسیر ۶ هزار تومان بپردازم.

دریافت کرده اند. و اگر اعتراض هم کنیم

راننده با دلایل غیر منطقی توجیه می کنند

وی یادآور شد: کرونا موجب شد مسیری که

قبلا با چهار هزار تومان می رفتیم اکنون برای

همان مسیر ۶ هزار تومان بپردازم.

دریافت کرده اند. و اگر اعتراض هم کنیم

راننده با دلایل غیر منطقی توجیه می کنند

وی یادآور شد: کرونا موجب شد مسیری که

قبلا با چهار هزار تومان می رفتیم اکنون برای

همان مسیر ۶ هزار تومان بپردازم.

دریافت کرده اند. و اگر اعتراض هم کنیم

راننده با دلایل غیر منطقی توجیه می کنند

وی یادآور شد: کرونا موجب شد مسیری که

قبلا با چهار هزار تومان می رفتیم اکنون برای

همان مسیر ۶ هزار تومان بپردازم.

دریافت کرده اند. و اگر اعتراض هم کنیم

راننده با دلایل غیر منطقی توجیه می کنند

وی یادآور شد: کرونا موجب شد مسیری که

قبلا با چهار هزار تومان می رفتیم اکنون برای

همان مسیر ۶ هزار تومان بپردازم.

دریافت کرده اند. و اگر اعتراض هم کنیم

راننده با دلایل غیر منطقی توجیه می کنند

وی یادآور شد: کرونا موجب شد مسیری که

قبلا با چهار هزار تومان می رفتیم اکنون برای

همان مسیر ۶ هزار تومان بپردازم.

دریافت کرده اند. و اگر اعتراض هم کنیم

راننده با دلایل غیر منطقی توجیه می کنند

وی یادآور شد: کرونا موجب شد مسیری که

قبلا با چهار هزار تومان می رفتیم اکنون برای

همان مسیر ۶ هزار تومان بپردازم.

دریافت کرده اند. و اگر اعتراض هم کنیم

راننده با دلایل غیر منطقی توجیه می کنند

وی یادآور شد: کرونا موجب شد مسیری که

قبلا با چهار هزار تومان می رفتیم اکنون برای

همان مسیر ۶ هزار تومان بپردازم.

دریافت کرده اند. و اگر اعتراض هم کنیم

راننده با دلایل غیر منطقی توجیه می کنند

وی یادآور شد: کرونا موجب شد مسیری که

قبلا با چهار هزار تومان می رفتیم اکنون برای

همان مسیر ۶ هزار تومان بپردازم.

دریافت کرده اند. و اگر اعتراض هم کنیم

راننده با دلایل غیر منطقی توجیه می کنند

وی یادآور شد: کرونا موجب شد مسیری که

قبلا با چهار هزار تومان می رفتیم اکنون برای

همان مسیر ۶ هزار تومان بپردازم.

دریافت کرده اند. و اگر اعتراض هم کنیم

راننده با دلایل غیر منطقی توجیه می کنند

وی یادآور شد: کرونا موجب شد مسیری که

قبلا با چهار هزار تومان می رفتیم اکنون برای

همان مسیر ۶ هزار تومان بپردازم.

دریافت کرده اند. و اگر اعتراض هم کنیم

راننده با دلایل غیر منطقی توجیه می کنند

وی یادآور شد: کرونا موجب شد مسیری که

قبلا با چهار هزار تومان می رفتیم اکنون برای

دریافت کرده اند. و اگر اعتراض هم کنیم

راننده با دلایل غیر منطقی توجیه می کنند

وی یادآور شد: کرونا موجب شد مسیری که

قبلا با چهار هزار تومان می رفتیم اکنون برای

همان مسیر ۶ هزار تومان بپردازم.

دریافت کرده اند. و اگر اعتراض هم کنیم

خود را از پر نگاه افکار تدافعی دور کنید

افکار ما خیلی راحت به سرازیری می‌افتند. وقتی افکار تدافعی به ذهن مان می‌رسد اگر فوراً متوقف شان نکنیم و آگاهانه خودمان را از آن بیرون نکشیم، اسیر ترس و فقدان خواهیم شد می‌توانید احساسات تان را تغییر داده و افکار تدافعی تان را با افکار زیر جایگزین کنید:

تغییر زبان – به‌جای اینکه بگویید چون تجربه کافی ندارم، نمی‌توانم این کار را انجام دهم، سعی کنید زبان تان را تغییر دهید به: الان تجربه کافی در این مورد ندارم اما مطمئنم که از عهده آن بخواهم آمد، پس از همین امروز شروع می‌کنم.

تغییر فیز دیولوژی – بلند شوید و چرخي در اطراف بزنید. کاری بکنید که وضعیت فیزیکی کنونی تان را به‌طرز قابل توجهی تغییر دهد. این کار ابزار بسیار خوبی برای قطع هر گونه الگوی فکری است.

تخلیه استرس

چطور یک عادت بد را کنار بگذاریم؟

شما نیاز به یک برنامه از پیش تعیین شده دارید که بداند چطور قرار است به استرس یا مالات و یا هر چیز دیگری که باعث عادت بدتان هست، جواب بدهید. سعی کنید با دور کردن یا حذف کردن هر چیزی که شما را به سمت عادت بدتان سوق می‌دهد، ترک عادت را برای خودتان ساده‌تر کنید. همین حالا محیط خود را تغییر دهید تا نتیجه را ببینید. کار درست این است که کسی همراهی تان کند. مثلاً با کسی همراه شوید که او هم قصد ترک سیگار را دارد. شما دو نفر می‌توانید با احساس مسئولیت نسبت به همدیگر و تشویق بابت توانمندی‌ها و پیروزی‌ها، تکیه‌گاه و انگیزه قوی برای هم باشید. لازم نیست دوستان قدیمی تان را کنار بگذارید، اما قدرت پیدا کردن دوستان جدید را نادیده نگیرید. با کسانی معاشرت کنید که عادت‌های خوبی که شما آرزویش را دارید، در پیش گرفته‌اند. خودتان را تصور کنید که پاکت سیگار را دور می‌اندازد و در عوض یک غذای سالم برای خود می‌خرد یا صبح زودتر از خواب بیدار می‌شوید. عادت بدتان هر چه که هست، خودتان را در حالت غلبه بر آن تجسم کنید و از موفقیت خود لذت ببرید. خودتان را ببینید که با هویتی جدید و اصلاح شده چه انسان بهتری شده‌اید. هر وقت که دچار اشتباهی شدید یا افکار منفی احاطه‌تان کرد، جمله منفی خود را با یک «اما» در انتها، ادامه دهید.



دوشنبه ۱۹ اسفند ۱۳۹۸ * شماره ۴۵۸۸



یاد باران

(شهید محمدحسن قلیان، طبس): ای تاجر و کسبه که رزق و روزی مردم را تأمین می کنید، از آخرت خود یادتان نرود زیرا خیلی مسئولیت دارید. ای مسلمین که تعهدی بزرگ عهده دار شده اید. آیا باید این چند صباح دنیا را ارزشی قائل شد؟ اگر این طور فکر کنیم که دارای ارزش است، مسیر را چپ رفته ایم.

چرا سالمندان باید در خانه بمانند؟

اما بد نیست در خریدهایتان برای آن‌ها اسفناج، لوبیا، سویا، آب پرتقال و شیر بخیرید ویتامین آ در سیب‌زمینی، کلم، هویج، کاهو، تخم مرغ، کره، فلفل قرمز شیرین و ماهی تن یافت می‌شود. حالا که نمی‌شود همدیگر را ببینیم و به پدر و مادرهایمان سر بزنیم، بیاید هر روز به آن‌ها تلفن کنیم. برایشان اتفاقات روزمره را بگویید و از آن‌ها بخواهید تا برای شما بگویند در طول روز چه کرده‌اند. توصیه‌های پزشکی و بهداشتی را که خوانده و دیده‌اید، به زبان ساده برای آن‌ها هم بگویید. لطفاً برای سلامتی خود و دیگران در خانه بمانید.

سالمندان نباید از خانه بیرون بروند، اما اگر نخواهند بیرون بروند، نان و ماست و پنیر و سبزی را چگونه تهیه کنند؟ برای آن‌ها خرید کنید. هر چه مایحتاج‌شان است و آنچه برای ضد عفونی کردن محیط می‌خواهند، اما خودشان نمی‌دانند. هر چه را می‌خواهند برایشان بخرید و قبل از اینکه تحویل‌شان دهید، ضد عفونی کنید. گلول‌های سفید بدن ما هر قدر قوی‌تر باشند، راحت‌تر دمار از روزگار کرونا بیرون می‌آورند. سالمندان خوب می‌دانند که باید کدام سبزی یا صیفی را برای کدام مرض مصرف کنند.

اگر در خانه بمانیم کرونا نمی‌گیریم؟ این‌ها پرسش‌هایی است که احتمالاً خوانندگان روزنامه بعد از این تیتربه ذهن‌شان می‌رسد. ضرورت خانه‌نشینی در توصیه‌های سازمان جهانی بهداشت و وزارت بهداشت کشور به کرات تکرار شده است: «خانه‌نشینی و نبودن در محیط‌های پرتردد، احتمال ابتلا به کرونا را کاهش می‌دهد.»

حالا اگر فرض کنیم خانه‌نشینی را بپذیریم، احتمالاً پرسش‌های بعدی حول این موضوع می‌چرخد که در خانه چه کنیم.



حمام جوش شیرین برای پوست خشک

اگر می‌خواهید پوست مرده را از روی پا جدا کنید، یک خیسانه‌د آب گرم با جوش شیرین می‌تواند راه حل خوبی باشد. این روش درمانی به همه کمک نمی‌کند: جوش شیرین می‌تواند تحریک کننده



باشد و حتی باعث خشک شدن پوست می‌شود. افرادی که پوست حساسی دارند یا حساسیت دارند باید از این حمام پا خودداری کنند. برای درست کردن حمام ۳-۲ قاشق غذاخوری جوش شیرین را به یک حمام کامل آب گرم اضافه کنید.

فواید خوابیدن به سمت چپ

خوابیدن در سمت چپ می‌تواند به بدن کمک کند تا مواد زائد را به طور مؤثر پردازش کند. از آنجا که سیستم لنفاوی انتقال چربی ها ، پروتئین ها و سایر مواد مهم به بافت های شما



را فراهم می‌کند، دراز کشیدن در سمت چپ به سلول های شما اجازه می‌دهد که این مواد منفی را خیلی سریعتر دریافت کنند. هنگامی که در سمت چپ خود می‌خوابید ، طحال شما کارآمدتر عمل می‌کند.

سیستم ایمنی بدن و توصیه هایی برای تقویت آن



خندیدن نه تنها احساس بهتری در شما ایجاد می‌کند بلکه هیچ جنبه منفی نیز ندارد. پژوهشگران طی یک مطالعه در یافتند سیستم ایمنی بدن افرادی که باصنای بلندبه ویدئوهای کمدی می‌خندیدند عملکرد بهتری ارائه کرده است. اما هنوز مطمئن نیستیم که آیا این شرایط به معنای بیماری کمتر در بلندمدت است یا خیر. پیوندهای اجتماعی قوی می‌توانند اثر بزرگی بر سلامت انسان داشته باشند. مشخص شده است افرادی با روابط سالم نسبت به آنهایی که از پیوندهای اجتماعی ضعیفی برخوردار هستند، احتمال بیشتری دارد عمر طولانی‌تری داشته باشند. افکار مثبت می‌توانند به تقویت سیستم ایمنی و عملکرد بهتر سیستم‌های دفاعی بدن کمک کنند. حتی در شرایط سخت تلاش کنید تا نور آملیدی یافته و افکار منفی را از خود دور کنید.

توصیه‌هایی برای دوران قرنطینه خانگی کرونا

تب باعث سردرگمی، بی‌انگیزگی و یک حالت بی‌قراری آزارنده می‌شود. خوردن قرص استامینوفن ۵۰۰ تا حداقل هر ۴ ساعت آبی بر آتش بیماری است. همچنین بدنشویه همراه با مصرف مایعات فراوان اثر قرص را تا چندبرابر افزایش می‌دهد. با ورود سم ویرس به بدن، لرز یک واکنش طبیعی است که در مورد کرونا فوق العاده آزارنده است، ضمن آنکه با تب‌گیر دقیقاً مراقب هستید تب شما بالای ۳۹ نرود. بهترین دارو برای آرامش این بخش علاوه بر داروی قبل تشکجه برقی با دمای کم است. نگران نباشید بگذارید همزمان با لرز کم‌کم گرما هم آرامش را به بدن شما وارد کند.



سمسارگ صادق
لوازم منزل شما را منصفانه خریداریم.
۰۹۱۵۱۶۴۱۴۶۴ - ۰۹۳۸۰۱۶۰۷۷۹

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

نیازمندیم
یک شرکت راهسازی به یک آشپز جهت کار در نایبند طبس نیازمند می باشد. ۰۹۱۵۵۶۲۳۴۴۱

نیازمندیم
یک شرکت ساختمانی به دو کار گر ساده جهت کار در نایبند طبس با حقوق و مزایای قانون کار به صورت دائم با بیمه نیازمند می باشد. ۰۹۱۵۵۶۲۳۴۴۱

مفقودی
برگ سبز خودروی پژو ۴۰۵ به شماره پلاک ایران ۲۵۲ ۵۲ به نام محمد علی مومنی کهودان به شماره ملی ۰۸۸۹۲۳۵۹۶ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

مفقودی
برگ سبز خودروی سواری سیند پی کی به شماره پلاک ایران ۳۲ د ۸۹۶ به نام محمد رضائی به شماره ملی۰۵۲۳۹۵۹۹۲۲۱ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

مفقودی
پروانه کسب به شماره ۵۳/۶۷۲ به تاریخ صدور ۸۸/۲/۱۰ و تاریخ انقضا ۹۸/۲/۱۰ به نام حمیدرضا حیدری در میان به شماره ملی ۵۲۳۹۱۴۵۳۴۲ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

مفقودی
سند، برگ سبز، کارت ماشین و بیمه نامه کارت سوخت خودروی رنو پارس تندر ۱۹۰ به شماره پلاک ایران ۵۲ ج ۵۶۹ به شماره شاسی NAPLSRALDG1۲۸۲۱۷۶ و شماره موتور ۲۰۳ R1۶- KFMA۶۹۰ به نام ربابه ناصری به شماره ملی ۰۶۵۰۱۵۷۷۴۵ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

تفصیلات استثنایی ویژه مجالس و جشن ها هزینه پذیرایی و ورودی رایگان

فانلر و ستوراز برادران کرم

آدرس: بیرجند، بلوار محلاتی، حدفاصل خیابان سپیده و توحید

حمل اثاثیه منزل مداحی
شهرام مداحی ۰۹۱۵ ۳۶۳ ۳۶۴۷
داخل و خارج شهر و کارگر ماهر باخاور مسقف

ایزوگام سلیمانی
خیابان ارثی، تقاطع صیادشیرازی و پاسداران، جنب درب پادگان
۰۹۱۵۱۶۰۵۲۱۶ - ۳۲۲۲۰۰۳۴

لوله بازکنی با فنر برقی
با تجربه تضمینی ۱۵ سال سابقه کار در مشهد
به صورت شبانه روزی سرویس دهی به سراسر استان
۰۹۱۵۸۱۰۴۰۸۶ - ۰۹۱۵۸۹۹۴۰۸۶ آدرس: مهرشهر - ولی عصر (عج) ۱۸ رسولی

ففت کاآب
کناف ، بازاری
طراحی و مساوره
۰۱۱۱ ۵۶۱ ۰۹۱۵ - رحیمی

حمل بار فاروقی
حمل بار و اثاثیه منزل داخل و خارج شهر با کادر ماهر و مجرب (مسیر سیستان و بلوچستان، مشهد، بیرجند و حومه) ۰۹۱۵۶۹۱۵۸۱ فاروقی

لاستیک اکبری
تهیه و توزیع انواع تایرهای ایرانی و خارجی
بلوار مسافر ، روبروی ترمینال ۰۹۱۵۴۱۳۱۳۵ ۳۲۳۲۸۳۴۸

نقاشی ساختمان
فرزانگان
انواع رنگ داخلی ۰۹۱۵۸۶۳۴۶۹۳

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 خر اسان جنوبی میدان ۷ تیر- جنب خرازی تهران ۰۹۱۵۷۲۱۲۱۸۸ - ۳۲۴۵۵۴۳۵

مصالح ساختمانی پارسیار
(سیمان، گچ، پودر سنگ، آهک، آجر تیغه، بلوک سقفی، آجر ۵ سانت، انواع آجر نما)
بیرجند - تقاطع مفتوح و سعیدی ۰۹۱۵۷۲۳۸۰۰۱ - دباغی

جدول ۴۵۸۸	جدول کلمات
۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱	۱ ا ل و ن ک ی ا د و ا ی ن ی

۲	۲ ا ل و ن ک ی ا د و ا ی ن ی
۳ ل ا ی م م ا ز ا د ا ی ر	۳
۴ ا ن ر ف ا ر ا د ا ی و ر ی	۴
۵ ا ن و ن د د ه د ی ر د ل ل	۵
۶ م و ی د ا د ا ی ن ج د	۶
۷ و ا ل ا ل د ل د ل ر ه ا	۷
۸ ل ی و ل ف ر خ و ن ج ی د ن	۸
۹ ا ز ن ی ا ی ا ن پ ن ک ه	۹
۱۰ ک ی س ک و ن ر ی پ ر ی د	۱۰
۱۱ گ ی ل ل ی ا ی ا ی ر ی و م	۱۱
۱۲ ل و ل ا ق ی ا ف ه ا م ا	۱۲
۱۳ ا ر ی ا ن پ ن م ا س ی د و	۱۳
۱۴ خ ش و پ ل ا ا پ د ا ن ا ن	۱۴
۱۵ ر ن و و س ا ل و س ا و ر ن د	۱۵

۱- پوشیده سخن گفتن - میخ عرب - به پایان رساندن ۲- از شهرهای کرمان - درخواست تجدید رسیدگی به حکم ۳- می‌میرد، خواهد مرد - شادمان و خوشحال - دستمزد ۴- قطب مثبت جریان برق - دوستان صمیمی - بیزاری ۵- اندیشیدن- پشیمانی - رفق آخر ۶- قصد واراده - شهری در اتریش - آشیانه پرندگان ۷- براده فلز - محروم -اول شب ۸- گریختن - رساندن نامه- از همسران ابراهیم(ع) ۹- رئیس طایفه - جبهه - بانگ و فریاد ۱۰- از حیوانات - نشانه ها - حیوان وحشی ۱۱- پایتخت ایتالیا - سالروز تولد - ضروری ۱۲- گرامی و محترم- بازداشته شده - پادشاهی از خوارزمشاهیان ۱۳- سیاهرگ - واحد اندازه گیری ظرفیت الکتریکی- ترشرو ۱۴-از عهده کاری برآمدن - از نقاشان نامی ایران ۱۵- به خاک سپردن- امکانپذیر - پیشانی.

عمودی: ۱- لانه پرندگان -

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

ابتلای ۲۶ مورد جدید به کرونا در خراسان جنوبی

فارس – رئیس مرکز روابط عمومی و اطلاع‌رسانی وزارت بهداشت در نشست خبری تعداد مبتلایان قطعی به کرونا در خراسان جنوبی را ۴۴ نفر اعلام کرد.
گفتنی است پیش از این رئیس دانشگاه علوم پزشکی بیرجند از رانندازی آزمایشگاه ویروس شناسی کرونا در خراسان جنوبی از ۱۵ استفاده خبر داد و گفت: نمونه‌های افراد مشکوک به کرونا دیگر به تهران ارسال نمی‌شود و در آزمایشگاه مرکز استان مورد آزمایش قرار می‌گیرد.

وزش باد شدید پدیده غالب در خراسان جنوبی است

ایرنا – کارشناس اداره کل هواشناسی خراسان جنوبی گفت: با توجه به همدیدی و آینده نگری نقشه‌های پیش‌یابی هواشناسی امروز وزش باد شدید همراه با گرد و خاک و افزایش ابر در منطقه پیش بینی می‌شود.
نخعی افزود: امروز برای برخی مناطق شرقی و جنوبی استان از جمله نهبندان بارش باران گاهی رعد و برق و در ارتفاعات بارش برف قابل پیش بینی است.
وی گفت: امروز و فردا تغییرات دما محسوس نیست اما برای امروز و فردا هوا از سه تا پنج درجه کاهش می‌یابد.

آغاز ثبت نام مر حله دوم طرح اقدام ملی مسکن در استان

ثبت نام مرحله دوم طرح اقدام ملی مسکن در خراسان جنوبی از فردا ۱۹ اسفند در خراسان جنوبی آغاز می شود به گزارش صدواسیمه، مدیرکل راه و شهرسازی استان با بیان اینکه ثبت نام مرحله دوم طرح اقدام ملی مسکن در استان از امروز آغاز می شود، افزود: متقاضیان ثبت نام مرحله دوم طرح اقدام ملی در شهرهای دارای ظرفیت ثبت نام در استان می توانند از ساعت ۱۰ اموز ۱۹ اسفند تا ساعت ۲۴ فردا ۲۰ اسفند با مراجعه به سامانه طرح اقدام ملی مسکن (به آدرس temmudir.ir) نسبت به ثبت نام در این طرح اقدام کنند
داعی افزود: افرادی که در مرحله اول، ثبت نام کرده و به عنوان متقاضی اولیه پیامک احراز شرایط را دریافت کرده‌اند چنانچه در بازه زمانی اعلام شده، انصراف خود را در سامانه ثبت کرده باشند، می توانند مجدد در این مرحله ثبت نام کنند.

حال خوب جاذبه‌های گردشگری نهبندان با تخصیص اعتبارات

ایسنا- فرماندار نهبندان گفت: تخصیص اعتبارات ویژه معرفی جاذبه‌های گردشگری شهرستان نهبندان باعث اشتغالزایی و رونق این بخش شده‌است.
بیکی با بیان اینکه شهرستان نهبندان جاذبه‌های گردشگری بی نظیری دارد اظهار کرد: از آنجایی که این شهرستان جاذبه‌های گردشگری و طبیعی بی نظیری از جمله کویر لوت و ریگ یالن (با ثبت جهانی)، آسبادها، قلاع تاریخی، کوه‌های مریخی، کویر دهسلم، تالاب کچی و ... دارد، باید توجه ویژه‌ای به بخش گردشگری به عنوان یکی از راهمای بیرون رفت از وضعیت موجود شهرستان در بحث ایجاد اشتغال کرد.

تعیین اعضای هیئت مدیره کانون داوری خراسان جنوبی

غلامی – اولین جلسه مجمع عمومی کانون دآوری خراسان جنوبی جهت تصویب اساسنامه و تعیین هیئت مدیره کانون در محل سالن معاونت پیشگیری از وقوع جرم دادگستری استان برگزار شد.
حجت الاسلام وحدانی نیا معاون پیشگیری از وقوع جرم استان در این جلسه گفت: کانون دآوری تمامی امور مرتبط با دآوری مثل قبول داورۃ‌های بین المللی و داخلی مرتبط با اشخاص حقوقی یا حقیقی و همچنین انجام هر کاری که لازمی رسیدگی به اختلافات است را انجام می‌دهد وی افزود: تسریع در رسیدگی به پروندهها و کاهش هزینه‌های دادرسی از مزایای کانون دآوری است که امیدواریم این کانون تا قبل از سال ۹۹ به بهره‌برداری برسد و یکی از برنامه‌های شاخص باشد و کاهش پرونده‌ها را به همراه داشته باشد در ادامه جلسه، پس از رای گیری اعضای اصلی، علی البدل و بازرسین تعیین شدند.
حجت الاسلام محمد رضا رفیعی، غلامحسین شهربانی، محمددادی القار، محمد حسین قوبلی، احمد رضا حمیدی به عنوان اعضای اصلی هیئت مدیره کانون، علیرضا میابادی و علی آبادی به عنوان اعضای علی البدل، علی واقعی به عنوان بازرس اصلی و علیرضا امید به عنوان بازرس علی البدل معرفی شدند.
در پایان نیز حجت الاسلام محمد رضا رفیعی به عنوان رئیس هیئت مدیره کانون دآوری خراسان جنوبی انتخاب شد.

گروه خبر-استاندار خراسان جنوبی با اشاره به سفرهای نوروزی و پیش بینی افزایش تردد در کریدورهای استان گفت: به منظور کنترل شرایط موجود، مبادی ورودی و خروجی استان به ویژه در شهرستان‌های طلس، فردوس و نهبندان باید به صورت ویژه تحت نظارت عوامل انتظامی، درمانی و بهداشتی قرار گیرد.
به گزارش روابط عمومی استانداری، معتمدیان شامگاه شنبه در نشست ستاد استانی مدیریت بیماری کرونا، ضمن تبریک سالروز میلاد مولی الموحیدین حضرت علی (ع) از زحمات شبانه‌روزی تمامی دست اندرکاران به ویژه پزشکان، پرستاران، پیراپزشکان و کادر درمانی بیمارستان هافردنلی کرد.
وی با تشریح اقدامات دانشگاه علوم پزشکی در اجرای طرح غربالگری اظهار کرد: تدابیر دانشگاه علوم پزشکی سبب شده، طرح غربالگری در استان، دو روز زودتر از بقیه کشور اجرا شود.
استاندار گفت: در راستای اجرای اقدامات درمانی استانی لازم است در همه شهرستان‌ها، مکان‌هایی به عنوان ناهتگاه تعیین و شناسایی شود. وی بیان کرد: براساس دستورالعمل وزارت بهداشت باید در این شهرها مکان‌هایی برای قرنطینه مسافران مشکوک پیش‌بینی شود.

تعطیلی هماسر‌های ادارات و ممنوعیت کمپینگ در بوستان‌ها
معتمدیان به تعطیلی همه مهمانسراهای ادارات، خدانه‌های معلم و اردوگاه‌ها اشاره کرد و از ممنوعیت کمپینگ‌ها در پارک‌ها، بوستان‌ها و… در ایام نوروز خبر داد.
وی افزود: لازم است درخصوص اهالی استان، ساکن در دیگر استان‌ها به ویژه افرادی که مقیم مناطق قرمز کشور هستند، به جهت ورود به استان تصمیمات لازم اتخاذ شود.

استاندار در بیان اقدامات استان در راستای پیشگیری از شیوع بیماری کرونا گفت: در بحث جبران کمبود اقلام بهداشتی با رازینی‌های صورت گرفته و واردات اقلام بهداشتی از دیگر استان‌ها، گاه‌های مؤثری برداشته شده است.
وی تصریح کرد: به همت حوزه اقتصادی استانداری و سازمان صنعت، معدن و تجارت به منظور جلوگیری از تجمع افراد در مراکز خرید، فروشگاه‌های اینترنتی فعال شده که می‌یاست تقویت و به خوبی اطلاع رسانی شود.

سایر رسانه‌ها در اطلاع رسانی سهیم شوند

معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی استاندار نیز در این جلسه با اشاره به این که تأکید ستاد بر آرمیبخشی جامعه است گفت: هر اقدامی که باعث تجمع افراد در کانون‌های جمعیتی می‌شود متغنی است.
خوش خبر از اعضای آمار و ارقام ورودی و خروجی شهرها توسط کمیته امنیتی انتظامی خبر داد و افزود: بنا به دستورالعمل ستاد ملی مدیریت بیماری کرونا، تأکید بر عدم جا به جایی جمعیت است لذا به نظری، مرسدعا و بر صدواسیمه، سایر رسانه‌ها نیز باید بیشتر در اطلاع رسانی سهیم شوند.

ایجاد ناهتگاه برای افرادی که درمان اولیه را پشت سر گذاشتند
سخنگوی ستاد مدیریت بیماری کرونا خراسان جنوبی نیز در تشریح فعالیت طرح بسیج غربالگری کرونا در کشور گفت: در این طرح، مراقبین سلامت در مراکز جامع سلامت و سایر روش‌ها با بیان پنج سوال درخصوص اطلاعات خانوارها، پاسخ‌ها را در سامانه آنلاین وارد می کنند.
دهقانی فیروزآبادی از ایجاد ناهتگاه‌هایی برای بستری افرادی که درمان‌های اولیه را پشت سر گذاشته‌اند خبر داد و افزود: این مکان‌ها مخصوص کسانی است

که امکان اقامت و استراحت در منزل را ندارند وی اظهار کرد: برای کسانی که در منزل استراحت می‌کنند نیز برنامه سرکشی و گزندزایی محل سکونت پیش‌بینی شده‌است.

گروه‌های آسیب پذیر خود قرنطینه‌ای را جدی بگیرند

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند با بیان اینکه همچنان به همکاری مردم در رعایت توصیه‌های پزشکی نیازمندیم، به گزارش روابط عمومی استانداری، معتمدیان شامگاه شنبه در نشست ستاد استانی مدیریت بیماری کرونا، ضمن تبریک سالروز میلاد مولی الموحیدین حضرت علی (ع) از زحمات شبانه‌روزی تمامی دست اندرکاران به ویژه پزشکان، پرستاران، پیراپزشکان و کادر درمانی بیمارستان هافردنلی کرد.
وی با تشریح اقدامات دانشگاه علوم پزشکی در اجرای طرح غربالگری اظهار کرد: تدابیر دانشگاه علوم پزشکی سبب شده، طرح غربالگری در استان، دو روز زودتر از بقیه کشور اجرا شود.
استاندار گفت: در راستای اجرای اقدامات درمانی استانی لازم است در همه شهرستان‌ها، مکان‌هایی به عنوان ناهتگاه تعیین و شناسایی شود. وی بیان کرد: براساس دستورالعمل وزارت بهداشت باید در این شهرها مکان‌هایی برای قرنطینه مسافران مشکوک پیش‌بینی شود.

گفت: گروه‌های آسیب‌پذیر چون بیماران قلبی خود قرنطینه‌ای را جدی بگیرند.
مهدی‌زاده گفت: شکست کرونا با همکاری مردم رعایت مسائل بهداشتی و خود مراقبتی میسر خواهد شد و مطمئن هستیم این اتفاق باهمیاری عموم جامعه صورت خواهد گرفت.
وی افزود: یکی از مکان‌هایی که احتمال آلودشدن به ویروس کرونا را افزایش می‌دهد در هنگام سوخت‌گیری است که در این زمینه باید مراقبت‌های لازم صورت گیرد.

ماسک و مواد ضد عفونی در استان پاسخگوی نیاز نیست
معاون غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی بیرجند هم گفت: کمبود ماسک داریم و مواد ضد عفونی کننده توزیع شده در داروخانه‌ها پاسخگوی نیاز مردم استان نیست.
غلامرضا آهنی با اشاره به کمبود اقلام بهداشتی نظیر ماسک و مواد ضد عفونی کننده در داروخانه‌های استان گفت: حداقل کاری که توانسته‌ایم انجام دهیم این است که از ظرفیت یکی از کارخانه‌های استان درخصوص تهیه مواد ضد عفونی استفاده کنیم تا الکل مورد نیاز را برای استان تأمین کنند و مواد ضد عفونی کننده دست نیز در این کارخانه تولید و عرضه می‌شود.
اما حجم آن پاسخگوی نیاز مردم نیست.
وی با اعلام اینکه به طور میانگین روزانه ۳ هزار اسپری ضد عفونی دست بین داروخانه‌های استان توزیع شده و در هر داروخانه بین ۴۰ تا ۱۰۰ عدد این محصولات تحویل داده می‌شود افزود: هفته گذشته حدود ۴ هزار ژل ضد عفونی نیز از طریق شرکت‌های پخش ژل توزیع شده و تاکنون حدود ۲۳ هزار اسپری ضد عفونی و حدود ۴ هزار ژل ضد عفونی دست توزیع کرده‌ایم اما نیاز استان بیش از این است.

وی با بیان اینکه همچنان پیگیر سهمیه ماسک استان هستیم و تاکنون هیچ ماسکی در داروخانه‌ها توزیع نشده است گفت: در صورت تهیه ماسک قرار بر این است از طریق شرکت‌های پخش ماسک‌ها توزیع شود که اولویت با کسانی است که در خط مقدم مبارزه با بیماری کرونا مانند بیمارستان‌ها، اورژانس‌ها و مراکز بهداشتی درمانی و واقعا دچار مشکل هستند بنابراین

ایجاد ناهتگاه‌هایی برای بستری افرادی که درمان‌های اولیه را پشت سر گذاشته‌اند خبر داد و افزود: این مکان‌ها مخصوص کسانی است

این اقلام تهیه و تأمین شود می‌توانیم در خدمت مردم استان باشیم.

معاون غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی بیرجند با اشاره به اعلام آمادگی شرکت‌های دانش بنیان درخصوص تهیه ماسک اظهار کرد: تمامی کسانی که آمادگی تهیه و توزیع ماسک را دارند می‌توانند به معاونت غذا و دارو دانشگاه مراجعه کنند و ما می‌توانیم مجوز لازم در این خصوص را صادر کنیم اما واقعیت این است که تا الان نمونه‌های بسیاری زیادی به عنوان



عکاسی:

نمونه به این معاونت ارجاع داده شده اما هیچ کلام از این نمونه‌ها کیفیت لازم برای پارچه تهیه ماسک را نداشته است.
گفت: شکست کرونا با همکاری مردم رعایت مسائل بهداشتی و خود مراقبتی میسر خواهد شد و مطمئن هستیم این اتفاق باهمیاری عموم جامعه صورت خواهد گرفت.
وی افزود: یکی از مکان‌هایی که احتمال آلودشدن به ویروس کرونا را افزایش می‌دهد در هنگام سوخت‌گیری است که در این زمینه باید مراقبت‌های لازم صورت گیرد.

نمونه به سهم خود و از طرف دانشگاه تقدیر کردند به سبب خود و می‌توانند این اقدام و تشکر کنند.
وی افزود: بخشی از این اقلام کشف شده به قدری نیست که بتواند قابلیت عرضه داشته باشد و برخی از این کالاها تاریخ مصرف آنها به پایان رسیده است، برخی دیگر از این اقلام دستکش بوده که در حال حاضر در انبار موجود است و می‌توان آن را برای مراکز درمانی ارسال کرد.

وی گفت: همچنین تعداد ماسک ۲۹۵ بین این اقلام کشف شده موجود بوده که در واقع بین مراکز بهداشتی در حال توزیع است و با توجه به اینکه هر حکمی که از سوی قضات مراجع قضایی صادر شود آن دستور را اجرا خواهیم کرد اما حجم کشفیات که در استان صورت گرفته بسیار اندک است و به عنوان نمونه تاکنون یک هزار عدد ماسک کشف شده که این تعداد بسیار ناچیز در مقابل نیاز استان است و اگر چنانچه اقلام کشف شده بتواند نیاز استان را تاحدودی برطرف کند علاوه بر مراکز بهداشتی درمانی می‌توان آن را میان مردم استان توزیع کرد.

زباله گردی در بیرجند ممنوع است

معاون خدمات شهری شهردار بیرجند هم گفت: زباله گردی در بیرجند ممنوع است و با خاطیان برخورد قانونی می‌شود.
محمدزاده افزود: طبق خروجی جلسه‌ای که روز گذشته در شهرداری بیرجند با حضور مقامات قضایی، حفاظت محیط زیست، اتاق اصناف، بهداشت، نیروی انتظامی و سایر دستگاه‌های مرتبط برگزار شد هرگونه زباله گردی در بیرجند ممنوع است.
وی گفت: تیم ساماندهی زباله گر‌ها از فردا در مرکز استان تشکیل می‌شود و با هر گونه زباله گردی برخورد خواهیم کرد.

راه اندازی کارگاه های تولید ماسک

روزانه ظرفیت دوخت حداقل ۳۰۰۰ ماسک



نهمین محموله کمک‌های مردمی استان به سیستان و بلوچستان

تسنیم- مدیرعامل جمعیت هلال احمر استان از ارسال نهمین محموله کمک‌های امدادی استان به مناطق سیل زده سیستان و بلوچستان خبر داد.
شهریاری در حاشیه ارسال این محموله اظهار کرد: مردم استان تاکنون در کمک به سیل زدگان گام‌های خوبی برداشته اند.
وی ارزش این محموله را بالغ بر ۴۰۰ میلیون ریال عنوان و بیان کرد: سه قلم اصلی این محموله توسط یک خیر نهبندانی تهیه شده است و همچنان شعب هلال احمر در استان آماده دریافت کمک‌های نقدی شهروندان برای سیل زدگان سیستان و بلوچستان است.

حسینیه گود بیرجند مر مت شد

ایرنا- مدیر پایگاه میراث فرهنگی شهر بیرجند از مرمت حسینیه گود واقع در بافت تاریخی این شهر خبر داد.
نصر آبادی افزود: عملیات مرمت حسینیه گود که از اوایل بهمن ماه شروع شد، شامل استحکام بخشی پی بنا و دیوارها، نماسازی و رفع خطر در قسمت‌های آسیب دیده است.
وی اظهار کرد: حسینیه گود جزو بناهای تاریخی با ارزش مذهبی، مربوط به دوره تاریخی قاجار در شهر بیرجند است که اکنون نیز با کاربری تکیه و حسینیه در حال بهره برداری است و از تقدس ویژه‌ای بین عموم مردم برخوردار است.

مصرف آب روستایی در شهرستان زیو کره ۲۵ درصد افزایش یافت

ایرنا – مدیر آب و فاضلاب روستایی زیو کره گفت: مصرف آب روستایی این شهرستان در اسفند امسال نسبت به سنوات گذشته با توجه به شیوع ویروس کرونا در کشور، ۲۵ درصد افزایش داشته است.
غلامحسینی افزود: روستاییان با توجه به افزایش مصرف آب و کمبود منابع آبی از شستن وسایل و لوازم مختلف یا خانه تکانی در این مدت خودداری کنند.
وی گفت: باید در مصرف آب مدیریت داشته باشیم تا در روزهای پایانی سال مشکل کمبود یافت فشار آب در روستاها به وجود نیاید.

اهدای خون در خراسان جنوبی کاهش یافت

ایرنا – مدیرکل انتقال خون خراسان جنوبی گفت: با شیوع ویروس کرونا در کشور و استان، میزان مراجعه مردم به مراکز انتقال خون کاهش یافته است.
عاملی افزود: مردم اطمینان داشته باشند به طور مستمر ضد عفونی محیط داخلی مراکز انتقال خون در حال انجام است و از این باب نگران نباشند.
وی گفت: همچنین تمام مسائل بهداشتی حین اهدای خون رعایت می‌شود و از افرادی که علامتی شبیه سرماخوردگی یا کرونا داشته باشند خون‌گیری نمی‌شود لذا نباید بیعاری کرونا مردم را از اهدای خون منصرف کند.

اخبار کوتاه	
- کلتگ احداث ساختمان دبستان شش کلاسه دیهوک شهرستان طلس به زمین خود - با توجه به شیوع ویروس کرونا در کشور رزرو ثبت‌نام مسافران نوروزی در سامانه اسکان آموزش و پرورش خراسان جنوبی تا اطلاع ثانوی لغو شد - با توجه به پیشگیری از شیوع ویروس کرونا، امکان مراجعه غیر حضوری به اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی، فراهم شد. مراجعین محترم می توانند درخواست خود را به آدرس dabir.khanekhj@farhangmail.ir ارسال و جهت دریافت شناسه نامه و پیگیری با شماره ۰۵۶۲۳۳۳۳۳۹۳-۴ تماس حاصل نمایند. - داخلی ۲۲۱ و ۳۳۱ تماس حاصل نمایند. - میوه شب عید در استان ۲۵ درصد بیشتر از سال گذشته جلب شده است که از ۲۵ اسفند به مردم عرضه می‌شود. - آثار ثبت شده در فهرست میراث ملی خراسان جنوبی به ۹۳۳ اثر رسید. - روخوانه غنی آید واقع در دشت بشرویه، ساماندهی و لایروبی شد. - محیط بانان بشرویه، لاشه یک رأس قوچ وحشی را در یکی از مناطق آزاد این شهرستان کشف و شکارچی متخلف را شناسایی کردند.	

- بیرجند – نیش غفاری ۴۲ (کافی نت آسمان) – ۰۹۱۵۶۶۶۴۵۰۳ @ketab_Aseman98	
---	--

اولیت و تنها دارنده دستگاه آکبیر جهانول در شرق کشور با قابلیت آکبیری همزمان، ۴ نخته فرش بصورت کاملاً مجزا اولین دارنده دستگاه آکبیر لوله ای بدون درب در استان پیشرو در صنعت قالیشویی استان	
صاف صاف تخت تخت بدون چین و چروک درجه یک / کاور شده	

پاک و صاف مثل روز اول بدون هر گونه چروک کاور شده	
تلفن: ۰۳۲۲۵۵۵۵۵۶-۷	
۳۱۱۰۴	

ابتدایی تادکتر ا

درسی – کمک درسی

کتاب خرید و فروش کتب دست دو

یا تریس

قالیشویی و مبلی تریج

