

خود زنی

باشایعات کرونایی

* رجب زاده

می گوید اعتقادی به آمار ارائه شده از سوی وزارت بهداشت ندارد و آن را صحیح نمی داند. او می گوید: «دروغ»
می گوید بابا». بعد هم شروع می کند به آسپان و ریسمان یافتن برای اثبات ادعایش و می گوید: «من به اعتمادی که می پرسم، پیرام آن گشسته می گوید از اتفاقاتی که رخ داده و مردمی بی خبر می مانند، رسانه ها را هم به دروغ پردازی متهم می کند و می پرسد چرا واقعیت ها را نمی بینند؟ همه های فضای مجازی هم با چنین رویکردی کار رسانه را بسیار سخت تر از قبل کرده است. بی چندی ها مثالی دارند و می گویند: «کمی زنگ می خورم حالا پیامبر است» که فضای مجازی نویسنده در فلان پیوستگی را هم هزار نفر بستی هستند دیگران هم چشم و گوش بسته و بدون هیچ گونه تحقیقی این محتوای غیر مستند را بازتر می دهند و بتدریج اینکه برخی این اخبار راست و دروغ را باور دارند و شفاف سازی های مستند رسانه ها را نمی بینند این است که در کلمات می شود نامی از یک کلاه و چپل که جلب توجه اینهاست که این برخی گمان می کنند به وظیفه شهروندی شان عمل و حقایق را منتشر می کنند اما در واقع در زمینه بازی می کنند که به طرف خوشان استناد به خود کل می زنند خوشان می شودی می کنند و خوشان بر شکست شان می گریند داستان غریبی است برای نخستین بار پروفیسور مولانا در ادبیات سیاسی از این چنگ نرم سخن می گویند برای عده ای ناآنانوس باشند اما حقیقت آن است که این ماجرا به واقع چنگی و خشنود است که این را می بینید حتی خودتان می توانید پیاده نظام دشمن را بنشیند در روزهای که کشور و مردم درگیر ویروس منحوس کرونا هستند انتشار اخبار کذب و غیر مستند می تواند علاوه بر آزار به اعتماد عمومی مردم به سیستم سلامت کشور، باعث وقوع بیشتر این بیماری شود به عنوان مثال وقتی خبرهایی از شروع یک بیماری در یک منطقه شهری می شود مردم بی فکر از آن به سایر مناطق می روند ادامه در سنون مقابل

با دستان کوچک و لباس چرکین، بدون دستکش و ماسک در سطل زباله فرو رفته و می گوید پدرم در ایام تعطیلی مدارس برای جمع کردن کارتن و کاغذهای پاطله مرا با خودش همراه می برد اما آن کثرت را می رسیم. به گزارش شبستان، با دستان کوچک و لباسی چرک تا کمر در سطل زباله فرو رفته است: تعطیلی مدارس به خاطر جلوگیری از عدم شیوع کرونا، پدانه خوبی برای پدرش شد و کاغذ را پخش کرد و کارتن و کاغذ را پخش کرد. هر ماه خود کندن غافل از اینکه خطر کوئید ۱۹ گوش او و فرزندانش را هم زایل می کند. دیدن این صحنه ها اگرچه برایمان آشناست ولی انسان را شرمگین می کند چرا کودکی که باید در فضایی امن و بهداشتی روزگار بگذراند باید مشغول سرک کشیدن در زباله دان و یا شهر باقی بیشتر زباله در بدن می شود. کارکنان بهداشتی هستند که بدون ماسک و دستکش و از روی جبر و نه اختیار، به این کار مشغولند.

این روزها که در پی انتشار بی رویه ویروس جدید کرونا، همه مردم به خانه هایشان پناه می برند، کارگران به سطل زباله زباله برای ارائه زندگی روزمره متوسل شده اند، به راستی ساماندهی این قشر از جامعه

نیاز به مدیریتی صحیح و نظارت بیشتر دارد. کودکی با چهره معصوم همراه پدروی ۳۵ ساله که در حال جمع آوری زباله آن هم بدون دستکش هستند، در پاسخ به سوال خبرنگار ما مبنی بر اینکه چرا در شرایط بحرانی ویروس کرونا بدون دستکش زباله ها را جلداسازی می کنند، می گوید: تا الان مسئله ای پیش نیامده و این شاید از این به بعد همه مسئله ای پیش نمی آید. او می گوید: زباله ها را برای بازیافت جمع می کنم و از ویروس کرونایی ترسم، رعایت کردن موارد بهداشتی بهتر است ولی من ۵ سال است که درگیر جمع آوری آشغال ها بدون دستکش و ماسک هستم، این زباله گرد اذمه می دهد؛ درآمد جمع آوری زباله خوب نیست، ولی مجبورم این شغل را داشته باشم، از این راه تا حدودی خرج زندگیم را تأمین می کنم. ولی این درآمد هم کفایت نمی کند، من زیاد می بوفم، بیست و نه تنم، آشغال ها را به یک انبار جمع آوری ضایعات

در شهر بیرجند تحویل می‌دهم، شل بدو
سختی است! چهار فرزند بیکار دارم و مجبور
برای گذراندن امورات زندگی این کار را انجام
دهم. او می‌گوید: من تنها در این شهر زبانه
جمع نمی‌کنم، خدا شاهد است هم اکنون

پیشنهاد معاون صنایع

ایترنتی و مجاز

میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری
تعمیهاتی در این باره و اجاره پهای این مکان
اندیشیده است که مرهمی باشد بر دل
صنعتگران این مجموعه؛ اگر این طور هست
لطفاً اطلاع رسانی کنند تا فرزندان هنر سال
جدید را با چهره‌ای شادتر شروع کنند. معاون
صنایع دستی اداره کل میراث فرهنگی،
صنایع دستی و گردشگری خراسان جنوبی
در این باره گفت: بحران حاضر دغدغه

تعداد قابل توجهی در شهر بیرجند زباله گرد هستند، تعداد افاغنه زیادی در شهر بیرجند منبع در آمد آنها از زباله گردی است.

ممنوع شد

محمد زاده، معاون خدمات شهری شهردار



گردهای سطح شهر توسط یک اکیپ آماده شده است و طی دو روز آینده تیمی مخصوص جمع آوری زباله گردها و ماشین های دوره گرد جمع آوری زباله های بازیافتی آغاز به کار خواهند کرد. وی گفت: در جریان این مصوبه

میرجند می گویند: زباله های پزشکی بیرجند توسط پیمانکاران دو شرکت دانشگاه علوم پزشکی از مراکز بهداشتی و مطب ها جمع و برده می شود. معاون خدمات شهری شهردار بیرجند افزود: چند روز گذشته جلسه ای

ماfiای زیاله گردی در اوج روزهای کرونایی

و در راستای مقابله با شیوع ویروس کرونا، احتمال توقیف برخی ماشین های دوره گرد وجود دارد و انبارهای غیر مجاز جمع آوری زباله در سطح شهر ضمن ریزش آخطارهی، به دستور مقامات قضایی بلیم خواهند شد.

معاون خدمات شهری شهردار بیرجند با تاکید بر این موضوع که این مراکز طبق یک آخطاریه کوتاه مدت باید به مراکز برون شهری منتقل شوند، گفت: تمامی سیستم های و گازیله ها، امکانات، ماشین آلات و نیروی انسانی دیگر ساماندهی زباله گرده خواهند شد.

محمد زاده افروز با توجه به اینکه ویروس کرونا زندگی عادی مردم را مختل کرده و خدمات شهری را تحت الشعاع قرار داده است، ساسبیت شهرداری هم بر سلامت مردم متمرکز شده و آخطاریه زباله گرده را با جدیت توسط شهرداری دنبال خواهد شد تا پائیده زباله گردی از وضعیت موجود بهتر شود و ی گفت: باز یافت زباله ها در شرایط کنروانی توسط پیماکاران یک شرکت انجام خواهد شد.

تلفن دو مردم می توانند با شماره گیری ۳۱۰۳۹ در راستای جمع آوری زباله های تفکیکی و باز یافتی این شرکت همکاری کنند در اگر پدیده زباله گردی نا بشیم.

نمایش فیلم‌های سینمایی کانون در اینترنت، هر روز یک فیلم

صداوسیما- کانون پرورش فکری برای پر کردن مفید اوقات فراغت کودکان و نوجوانان در این روزهای تعطیلی، هر روز صبح یکی از تولیدات سینمایی یا تئاترهایش را در پورتال اینترنتی خود منتشر می کند. این تولیدات هر کدام به مدت ۲۴ ساعت روی خروجی این پورتال اینترنتی به نشانی www.omid.kpfr.ir به صورت رایگان قابل دسترس است. علاقمندان می توانند برای دسترسی به پیک امید کانون به پایگاه www.omid.kpfr.ir مراجعه یا به اشتک <#> در تل دارم <#> کانون <#> پیک امید و <#> برای حال خوب^۱ این آثار و فیلم ها را در شبکه های اجتماعی دنبال کنند. این طرح تا پایان تعطیلی مدارس به دلیل شیوع کرونا تداوم خواهد داشت.

(ادامه سرقاله) و این یعنی انتشار بیشتر بیماری. مردم دیگر تشخیص پزشکان را قبول نمی کنند و این به معنای افزایش مرگ و میر خواهد بود. حالا شاید بهتر بتوان معنای جنگ نرم را برای مخاطبان توضیح داد. کسی در گام نخست در حقیقت تهدید نمی شود اما عده بسیاری اعتمادشان را از دست می دهند. در گام های بعدی شاهد تأثیرات ملموس این بی اعتمادی مثل افزایش مبتلایان یا جان باختن خواهیم بود چون عملکرد نا درست من و شما و ما در فضای مجازی ذهن جامعه، یعنی خومان را به بیراهه می برد و دور شن را مسیر درست، خطر را تهدید می کند. هنوز ما به تازگی ندانیم که به سیستم های اعتماد مردم را حلال علیه آنها در این شرایط کاری نکنیم، اگر باورشان را باور نداریم لااقل اعتماد مردم را تخریب نکنیم. متأسفانه عده بسیاری، شرایط به وجود آمده را مناسب برای تسویه حساب های سیاسی می دانند. حالا زمانش نیست. اگر دین نداریم، آزاد باشیم. ما به آنچه در فضای مجازی می بینیم، اعتماد و اعتقاد نداریم آن را باز نشر ندیم. بر عین به توصیه ها و روش های این متمرکز کردن شویم، ایجاد هراس و نگرانی در جامعه پرهیزیم. رهبر انقلاب دیروز در دستوری به سرلشکر باقری، فرماندهی ستاد کل نیروهای مسلح، بر لزوم سازماندهی خدمات در زمینه مقابله با کرونا و پیروسی تأکید کردند که این فرمان می تواند به نوعی با توجه به احتمال حمله بیولوژیکی، به راهم سازی برای دفاع بیولوژیک باشد. در این دستور، سرلشکر باقری اعلام کرد، روند خلوت سازی شهرها در ۲۴ ساعت آینده سازماندهی می شود این تصمیم ها نشان دهند توجه و اشراف مسئولان کشور در سطوح مختلف بر کنترل این بیماری است. همه های و هماهنگی مردم با برنامه می تواند زودتر از آنچه پیش بینی شده، خطر این ویروس را زیر و رو و شرایط را از سر آغاز. این روزها بیش از هر زمان دیگری به آرامش نیاز داریم. روزهای سختی است که تنها با اعتماد سازی از سوی مردم و مسئولان و ایجاد شفافیت از سوی مسئولان می تواند به سلامتیت پشت سر گذاشته شود. شاید فردا فرصتی نباشد باید امروز را در پیام و سخن آخر ما: «هو کون» که روزی که روشت به سلامت می گذشتی

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی
شماره ثبت: ۹۴۸

به اطلاع کلیه سهامداران شرکت گذار سفید بیرجند می‌رساند: جلسه فوق در تاریخ ۹۹/۱/۹ راس ساعت ۱۰ صبح به آدرس: خراسان جنوبی - بیرجند- خیابان معلم- معلم ۴۷- پلاک ۲۸ تشکیل می‌شود.

دستور جلسه ۱- انتخاب اعضای هیئت مدیره و بازرسان ۱۳۹۴ الی ۱۳۹۸
۲- تعیین تکلیف معدن سنگ فذشک ۳- تصویب ترانزانه مالی از سال ۱۳۹۴ الی ۱۳۹۸ و بدهی اعضای شرکت ۴- انتخاب روزنامه برای آگهی های شرکت.

هیئت مدیره شرکت گدار سفید پیر جند


اداره کل ثبت اسناد و املاک خراسان جنوبی
اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان قاین

آگهی موضوع ماده ۱۳ قانون و ماده ۹۱ ثبت اسناد و املاک خراسان جنوبی
 رهی برابر ای شماره ۱۳۹۸/۳۰۰۲۰۰۶۲۵ و کلاسه های شماره ۱۳۹۸/۱۴۴۰۰۲۰۰۵۹ مورخ ۱۳۹۸/۰۴/۰۶ صادره
 دمی موضوع قانون ثبت اسناد و املاک خراسان جنوبی صادره رسمی مستقر در واحد ثبت قاین تصرفات مالکانه
 و بلامعارض متقاضیان محرز گردیده است لذا مشخصات متقاضیان و املاک مورد تقاضا به شرح زیر به منظور اطلاع عموم در نوبت
 به فاصله ۵ (پنج) روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضیان اعتراضی داشته باشند می توانند از
 تاریخ انتشار اسامی آگهی به مدت ده ماه اعتراض خود را به اداره ثبت اسناد و املاک محل تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک
 ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مرجع قضایی تقدیم نمایند.

بخش ۱ شهر قاین: آقای علیرضا سعادت (از قایل مالکیت آقای حسین سلمانی) فرزند محمدحسین به شماره شناسنامه
 ۰۸۰۰۰۶۳۳۱ و کد ملی ۰۸۰۰۰۶۳۳۱، در شش دانگ یک باب منزل گلی و مخروبه به مساحت ۱۵۱/۴۰ مترمربع در قسمتی از
 پلاک ۲۵۴- اصلی واقع در قاین - خیابان بزگرمهر - بزگرمهر ۴ خریداری شده (از الواسطه) از ورثه حسین سلمانی مالک رسمی
 پلاک فوق محرز گردیده است و در تصرف دارد. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات
 سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۹۸/۱۲/۴ **تاریخ انتشار نوبت دوم: ۹۸/۱۲/۲۴**
علی صفایی فر - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک قاینات

بیر جند - نبش غفاری ۴۲ (کافی نت آسمان) - ۰۹۱۵۶۶۶۴۵۰۳
@ketab_Aseman98

ابتدایی تادکرا درسی - کمک درسی

خرید و فروش کتب دست دو

کافرنیت

اولیت و تنها دارنده دستگاه آبگیر جہالول در شرق کشور یا قابلیت آبگیری ہمزمان، ۴ تختہ فرش بصورت کاملاً مجزا
اولین دارنده دستگاه آبگیر لولہ ای بدون درب در استان


قالیشویی و مبلی شویی تهر

پاک و صاف مثل روز اول
 بدون هر گونه چروک

تلفن: ۳۲۲۵۵۵۵۶-۷
 کاور شده

۳۱۱۰۴


 ۳۲ ۴۴ ۶۶ ۶۶
 ۳۲ ۴۲ ۴۳ ۲۰-۲

برای اولین بار
 فرش های خود را
 اتو کشیده
 تحویل بگیرید

صاف صاف
 لول لول
 تخت تخت

قالیشوئی و مدل شوئی ایران
 عضو معتبر اتحادیه مسئول دستگردی
 دفتر: توحید ۲۱، نبش نبوت ۲۱، پلاک ۱۰۵
 www.iranwash.ir

بر راه‌حل‌ها متمرکز شوید، نه مشکلات

افراد منفی‌یاف با مشکلات می‌جنگند در حالی‌که افراد مثبت اندیش همان میزان زمان را به یافتن راه‌حل سپری می‌کنند. این مهم است؛ اگر نقاط تمرکز خود را تغییر ندهید، افکار منفی جای خود را باز می‌کنند و تمام ذهن شما را در اشغال خود درمی‌آورند. پس هرچه زودتر شروع به فکر کردن درباره راه‌حل‌ها بکنید، هرچه بیشتر این کار را کنید، شما بیشتر تبدیل به فردی می‌شوید که می‌داند همه مشکلات حل خواهد شد آن‌هم با تفکر. هرچه بیشتر مثبت اندیش باشیم، واقعیت نیز مثبت‌تر خواهد بود و این گونه است که معجزه‌ای رخ خواهد داد.

کرونا را به خانه ببرید!

خريد كنيد، اما کرونا را به خانه نبريد!

این روزها که کرونا مهمان ناخوانده شهرهایمان شده، سعی کنید در خانه بمانید و فقط بنا بر ضرورت از منزل خارج شوید. در عین حال توصیه شده فقط یکی از اعضای خانواده که نسبت به رعایت نکات بهداشتی آگاه بوده و می‌تواند از خودش مراقبت کند، برای تهیه مایحتاج روزانه یا رفتگی بیرون رود. در عین حال توجه کنید که در هنگام خرید مایحتاج از فروشگاه‌ها هم باید یکسری نکات بهداشتی را رعایت کنید تا کرونا را به خانه نبرید. بنا بر اعلام انجمن آموزش بهداشت و ارتقای سلامت، نکات بهداشتی که برای پیشگیری از ابتلا به کرونا ویروس جدید در هنگام خرید باید رعایت شوند، عبارتند از:

– به غیر از موارد ضروری وارد مراکز خرید و فروشگاه‌ها نشوید.

– تا پایان خرید دستکش خود را در دست داشته باشید و بلافاصله پس از خارج شدن از فروشگاه آن را در یک پوشش پلاستیکی انداخته و مجددا استفاده نکنید – هنگام درآوردن دستکش از عدم تماس دست‌های خود با قسمت‌های رویی دستکش مطمئن شوید – در صورت داشتن تب و سرفه حتما از ماسک در مکان‌های عمومی چون فروشگاه‌ها استفاده کنید.

– از بردن کودکان به مراکز خرید جدا خودداری کنید – از خرید بستنی و مواد غذایی باز برای کودکان خود در مراکز خرید امتناع کنید.

– در اولین فرصت ممکن بعد از اتمام خرید دست خود را حداقل ۳۰ ثانیه با آب و صابون بشویید.

– از دست زدن به پله برقی در فروشگاه‌ها اکیدا خودداری کنید.



شنبه • ۲۴ اسفند ۱۳۹۸ • شماره ۴۵۹۲



یاد یاران

(شهید حسین گلی آیسک، سرایان):ای کسانی که زیاد به مال دنیا دل بسته اید و حرص مال دنیا را می خورید، آیا کسی بوده که این مال را با خودش ببرد؟ چرا همان طور که کیسه ای برای مال و اموال خود فراهم کرده اید برای آخرت کیسه ای فراهم نمی کنید؟

چگونه در روزهای کرونایی همدیگر را شاد کنیم؟

با توجه به اینکه افراد بالای ۸۰ سال و بیماران مبتلا به بیماری های خاص، بیشتر مستعد آسیب و مرگ بر اثر این بیماری هستند،چه خوب است که به این افراد کمک کرده و برای جلوگیری از بیرون رفتن از منزل، خریده‌ها و نیازهای ضروری آنها را انجام دهید.فعالیت های گروهی در خانه مثل بازی کردن، تماشای فیلم، تماشای آلبوم عکس های قدیمی، ورزش کردن، توجه و محبت مضاعف به یکدیگر از جمله کارهایی است که می تواند تاثیر مثبتی در تقویت شرایط روحی و جسمی اعضای خانواده ایجاد کند.

مسمومیت‌های ناشی از مواد شوینده

استفاده از مواد شوینده ترکیبی مثل جوهر نمک و سفیدکننده‌ها در محیط بسته حمام و سروسپس های بهداشتی یکی از معمول ترین حوادث خانه تکانی است. استنشاق گاز ناشی از این مواد باعث التهاب



ریوی می شود و افراد با سابقه آسم و تنگی نفس را دچار مشکل جدی خواهد کرد. توصیه می‌شود هنگام استفاده از شوینده‌های شیمیایی از ماسک و دستکش استفاده شود. بهتر است هواکش روشن و درچه ها باز باشد.

املت گزینۀ نامناسب برای صبحانه!

املت یک گزینه کلاسیک برای صبحانه است، اما قطعا بهترین گزینه برای سلامتی نیست، به خصوص وقتی پا به سن می گذارید. از آنجا که فقط قرار است روزانه ۳۰۰ میلی گرم کلسترول



مصرف کنید، خوردن حتی یک تخم مرغ ۲۱۳ میلی گرم کلسترول برای شما به ارغان می‌آورد. بنابراین به جرات می توان گفت تهیه املت که به بیشتر از یک عدد تخم مرغ نیاز دارد، بهترین انتخاب نیست.

دستور العمل مصرف زینک

درمان کوتاه مدت با زینک خوراکی موجب کوتاه شدن طول مدت سرماخوردگی‌های ویروسی در افراد بزرگسال می‌شود. دستورالعمل خاص برای مصرف این مکمل معدنی این است که



دراز بکشید و اجازه دهید که دارو در پشت گلو حل شود. مصرف زینک همچنین با رفغ سریع‌تر احتقان بینی، تخلیه بینی و گلودرد و بهبود سرفه همراه است. مصرف بیش از حد زینک در روز منجر به مسمومیت می‌شود.

مزایای لیموترش بر سلامت بدن

لیموترش مزایای بسیاری بر سلامت بدن دارد و این فواید بر انسان پوشیده نیست. دو مزیت مهم این میوه به عنوان خاصیت قوی ضد باکتری و ضد ویروسی و همچنین توانایی تقویت سیستم



ایمنی بدن شناخته می شود. علاوه بر آن آب لیموترش هم موجب کاهش وزن و لاغری می شود هم و موجب تصفیه کبد می شود. نوشیدن آب گرم و لیمو در ساعات صبح روش مناسبی است که می‌توانید سلامتی تان را بهبود ببخشند.

چشیدن مزه ای ترش برای خواب راحت!

از میان حواس پنجگانه، چشایی اغلب در روتین های خواب نادیده گرفته می شود. در شرایطی که نوشیدنی های گرم می توانند آرامش بخش باشند، آب آلبالو یک منبع طبیعی برای هورمون خواب ملاتونین است. افرادی که دو لیوان آب آلبالو در روز مصرف می کردند، به طور میانگین ۸۵ دقیقه بیشتر از افرادی که این کار را نمی کردند، می خوابیدند. مواد غذایی حاوی تریپتوفان نیز می توانند به احساس خواب آلودگی کمک کنند. بوقلمون یک منبع شناخته شده برای تریپتوفان است و از دیگر منابع خوب برای این ماده می توان به تخم مرغ، مرغ، مغزدارنه ها و لبنیات اشاره کرد. ترکیب مواد غذایی حاوی تریپتوفان با یک کربوهیدرات تاثیر گذاری عامل خواب آور را هرچه بیشتر افزایش خواهد داد.



قابل توجه بانک ها، موسسات دولتی و غیره

یک باب ساختمان به مساحت پانصد متر مربع، سه نبش در کنار خیابان مدرس بیر جند، روبروی بانک سپه و فلکه اول با جواز هفت طبقه ساختمان از شهر داری شامل چهار طبقه تجاری و سه طبقه اداری با قیمت کارشناسی به فروش می رسد.

تلفن تماس: ۰۹۱۵۳۶۳۵۸۵۳ از ساعت ۹ تا ۱۲ و ۱۷ تا ۱۹

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

در خدمت همشهریان گرامی می باشد.
۰۹۱۵۶۳۴۸۷۳- ۳۳۳۵۸۲۳۳
غلامرضا احمدی
بلاوار شهیدای عبادی- میدان ابن حسام- تالار سی کاج

مجتمع آموزشی پارسیان برگزار می نماید:

حسابداری:
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 سفارشات، سرپرست ترخیص کالا، کاربر امور بانکی.
* حسابداری شرکت ها و ثبت اسناد، دفتر روزنامه و کل، گزارشات مالی، ارزش افزوده، معاملات فصلی، اظهارنامه، لیست دستمزد و نرم افزار هلو و محک، رافع و ...
کامپیوتر:
کاربر رایانه، کاربر ICDL و کاربر فتوشاپ و...

۰۹۱۵۵۶۰۲۲۳۷۸۸۶ همراه: ۰۹۱۵۵۶۰۴۴۱۱
آدرس:نیر چند، نشی طالقانی ۱۵، ساختمان عسل، طبقه سوم

شرکت حسابداری ترازپژوهان جامع
ارائه دهنده کلیه خدمات حسابداری و حسابرسی شرکت ها، پیمانکاران و بنگاه های اقتصادی
* تنظیم اظهارنامه مالیاتی و تحریر دفاتر قانونی
* تنظیم اظهارنامه مالیات بر ارزش افزوده
* محاسبه سود و زیان به صورت ماهیانه و سالیانه
* محاسبه حقوق و دستمزد - لیست بیمه و مالیات مکانیزه
* اعزام حسابدار به محل شرکت ها و موسسات جهت انجام خدمات حسابداری به طور تمام وقت و پاره وقت به همراه پشتیبانی
* مشاوره رایگان مسایل مالی- مالیاتی -تامین اجتماعی- مالیات بر ارزش افزوده و معافیت
آدرس: ییر جند/ خیابان طالقانی / نشی طالقانی ۱۵/ ساختمان عسل / طبقه سوم ۰۹۱۵۵۶۰۲۷۳۷۷

مجهز به پتو و ضربه گیر
کارگر تنها جهت تخلیه و بارگیری داریم.

ارسال اثاثیه به تمام نقاط کشور
تهران -مشهد
زاهدان - بیر جند و بالعکس
هر روز هفته

۰۹۱۵۷۵۶۳۸۷۵
سعدی

لاستیک اکبرگ

تهیه و توزیع انواع تایرهای ایرانی و خارجی

بلوار مسافر، روبروی ترمینال
۰۹۱۵۴۱۳۳۵۵
۲۲۳۲۸۳۴۸

ایزوگام و قیرکونی اراسته

فروش و نصب انواع عایق های رطوبتی ایزوگام شرق و دلیجان

مدیریت: حسن آراسته
امیرآباد- نبش ولی عصر(ع) ۴
۰۹۱۵۵۶۵۸۶۲۸- ۰۹۱۵۵۶۹۳۵۱۵

کچکاری و کچبری در اسرع وقت پذیرفته می شود
۰۹۱۵۹۶۵۸۶۵۹

حرب اترماتیک میبد

جک پارکینگی، کرکره و سکوریت اتومات
خیابان شهیدرجایی
نبش رجایی ۱۵
۰۹۱۵۵۶۱۳۸۸۰

۰۳۲۲۲۵۴۹۴- ۰۹۱۵۱۶۳۰۲۸۳
میادشیرازی، مجتمع میرداماد، واحد ۹۸

ایزوگام شفیعی

آسفالت (محوطه و پشت بام) و قیرکونی
۰۹۱۵۶۳۷۱۶۵- ۰۹۱۵۶۶۹۴۴۲۸

ایزوگام سلیمانی
خیابان ارش، تقاطع میادشیرازی و پاسداران، جنب درب پادگان
۰۹۱۵۱۶۰۵۲۱۶- ۳۲۲۲۰۰۳۴

لهله بازکن
تشخیص و رفع بو و نم به روش ایزوناتو * صد درصد تضمینی
۰۳۲۴۳۵۶۸۶- ۰۹۳۶۵۲۳۷۰۱۴- ۰۹۱۵۷۰۶۳۲۲۰
خسروی

شرکت حسابداری ترازپژوهان جامع
ارائه دهنده کلیه خدمات حسابداری و حسابرسی شرکت ها، پیمانکاران و بنگاه های اقتصادی
* تنظیم اظهارنامه مالیاتی و تحریر دفاتر قانونی
* تنظیم اظهارنامه مالیات بر ارزش افزوده
* محاسبه سود و زیان به صورت ماهیانه و سالیانه
* محاسبه حقوق و دستمزد - لیست بیمه و مالیات مکانیزه
* اعزام حسابدار به محل شرکت ها و موسسات جهت انجام خدمات حسابداری به طور تمام وقت و پاره وقت به همراه پشتیبانی
* مشاوره رایگان مسایل مالی- مالیاتی -تامین اجتماعی- مالیات بر ارزش افزوده و معافیت
آدرس: ییر جند/ خیابان طالقانی / نشی طالقانی ۱۵/ ساختمان عسل / طبقه سوم ۰۹۱۵۵۶۰۲۷۳۷۷

نوشیدنی هایی که برای قلب مضر است

مصرف دو یا چند بار نوشیدنی شیرین در روز خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی و دیابت را در زنان بالا می‌برد. طبق این مطالعه، زنانی که دو یا چند بار نوشیدنی شیرین در روز مصرف می‌کنند چهار برابر بیشتر از افراد دیگر در معرض خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی و دیابت هستند. همچنین باعث می‌شود که مقدار تری گلیسرید و گلوکز خون افزایش یابد. محققان این مطالعه، چنین ارتباطی را در مردان مشاهده نکرده‌اند. نوشابه های قندی با ایجاد اختلال در میزان کلسترول و تری گلیسریدها موجب افزایش ریسک بیماری قلبی و سکنه می شوند. نوشیدنی هایی نظیر نوشابه های گازدار و نوشیدنی های با طعم میوه بزرگ ترین منبع مواد قندی افزودنی هستند.



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

برگ سبز خودروی پیکان سواری به شماره پلاک ایران ۵۲ ج ۶۲۵ به نام هادی حسن پور به شماره ملی ۰۶۵۲۲۷۲۴۵ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

سمسار صادق
لوازم منزل شما را منصفانه خریداریم.
۰۹۳۸۰۱۶۰۷۷۹- ۰۹۱۵۶۴۱۶۴۴

کلیه لوازم دست دوم شمارا خریداریم
بایک تماس اختلاف قیمت را تجربه کنید.
۸۰۰۲ ۸۶۶ ۰۹۱۵

فروشگاه لاستیک پشرو
خیابان مدرس جنب استانداری کرجاچی
۰۹۱۵۱۶۳۵۸۶۰

تخریب و خاک برداری ساختمان و خرید ضایعات
۰۹۱۵۶۶۹۴۴۲۸- ۰۹۱۵۱۶۳۷۱۶۵- برات علیزاده

فروشگاه اینترنتی آروین www.Arvinstore.ir تنها فروشگاه جامع اینترنتی دارای مجوز در استان خراسان جنوبی

کالای دیجیتال	سوغات و محصولات کشاورزی	آرایشی، بهداشتی و سلامت	خودرو و لوازم
لوازم خانه و آشپزخانه	فرهنگی، هنری و لوازم تحریر	صنایع دستی و هدایا	مد، پوشاک

ارسال رایگان
در شهر بیرجند

مرکز تماس ۰۹۳۳۷۱۷۷۰۰۵
مشتریان: ۰۵۶۳۲۳۵۷۳۱۱

vinstore_ir@yahoo.com
www.vinstore.ir