

دکتر علی مهندس
سازه های هوشمند

ساترل های IP-PBX
سری S

۳۳۳۳۳۳
۳۳۳۳۳۳

بیرجند - بلوار معلم - بین معلم ۹ و ۱۱ - جنب نمایندگی مدیران خودرو

همکار محترم و عضو کارگروه روابط عمومی های منطقه ۲ کشور

جناب آقای خراسادی زاده

اکنون که بیش از ۳۰ سال در سنگر اطلاع رسانی در حوزه روابط عمومی در جهت خدمت به قشر محبوب و حق شناس یعنی روستائیان و کشاورزان انجام وظیفه نموده اید و به افتخار بازنشستگی نائل آمده اید، ضمن تقدیر و تشکر از جنابعالی، برایتان آرزوی توفیق در فصل جدید زندگی را دارم.

جواد ملکی - مسئول روابط عمومی تعاونی روستایی استان مرکزی
و عضو کارگروه روابط عمومی های منطقه ۱ کشور

سه شنبه
۳ اردیبهشت ۱۳۹۸
۱۷ شعبان ۱۴۴۰
۲۳ آوریل ۲۰۱۹
سال شانزدهم
شماره ۳۸۸۸
قیمت: ۵۰۰۰ ریال

www.BirjandToday.ir

عبادی مرد ۹۷ سال
خراسان جنوبی

ارائه ۳ میلیون و
۵۰۰ هزار نفر- ساعت
آموزش های مهارتی

عدم مراجعه ۲۱ درصد
جمعیت استان برای ثبت
اطلاعات اولیه در پرونده
الکترونیک سلامت

افزایش اعتبارات
منابع طبیعی از محل
صندوق توسعه ملی

درخشش
ورزشکاران
تیر و کمان استان

در نشست هم اندیشی طلاب و روحانیون خراسان جنوبی مقیم قم با استاندار مطرح شد:

پل های آسیب دیده



نمایشگاه استانی معرفی مشاغل در بیرجند افتتاح شد

- ویژه**
مدیرکل آموزش و پرورش استان در دیدار با علما و طلاب خراسان جنوبی نظیم تم مطرح کرده حضور بیش از ۱۵۰ مشاور مذهبی در مدارس خراسان جنوبی
- سرمقاله**
تو خود بخوان حدیث مفصل از این مجله!!!
- یادداشت**
آب رفته و جویباری که خشکیده است
- طنز**
راه شعر دور ز راه عرفا نیست
- خط خبر**
اقدام به موقع پرسنل آتش نشانی جان یک زن را نجات داد
- دقیقه نود**
بازگشایی مسیر عشق آباد-بردسکن

ایستادن، اجبار کوه است
رفتن سرنوشت آب
افتادن تقدیر برگ
و عشق و مهر، یادگار آدمی!

یاد مادر مهربان مان، آیینه رأفت و شرافت عشق
مرحومه شرافت شعاعی (همسر مرحوم سرهنگ حق پوی قاضیانی)
را در هفتمین سالگرد تنهائی مان گرامی می داریم.

از طرف فرزندان

مراقبت های اولیه بهداشتی
راهی به سوی پوشش همگانی سلامت
Primary Health care
A Path Towards
universal health coverage

اسامی روزهای هفته سلامت		
روز	تاریخ	عناوین روز شمار
یکشنبه	۹۸/۰۲/۰۱	دسترسی عادلانه به خدمات سلامت
دوشنبه	۹۸/۰۲/۰۲	آموزش رکن سلامت
سه شنبه	۹۸/۰۲/۰۳	مشارکت اجتماعی و سلامت
چهارشنبه	۹۸/۰۲/۰۴	مراقبت های اولیه بهداشتی و سلامت روان
پنجشنبه	۹۸/۰۲/۰۵	سلامت در حوادث و بحران ها
جمعه	۹۸/۰۲/۰۶	سبک زندگی سلامت محور
شنبه	۹۸/۰۲/۰۷	سلامت، جمعیت و خانواده

تجدید مناقصه
عمومی یک مرحله ای
۹۷-۱۲۲۱/۱

شرکت آب و فاضلاب روستایی خراسان جنوبی

شرکت آب و فاضلاب روستایی خراسان جنوبی در نظر دارد تجدید مناقصه ای با موضوع ذیل برگزار نماید

ردیف	شماره مناقصه	موضوع مناقصه	مبلغ برآورد (ریال)	نوع تضمین و مبلغ (ریال)	مدت	تاریخ بازگشایی	ساعت بازگشایی
۱	۹۷-۱۲۲۱/۱	اسلام و بازسازی، تعمیرات، حفاظت، بهره برداری و نگهداری تأسیسات آب و فاضلاب روستاهای شهرستان خوسف	۶۱۰,۶۷۸,۶۵۰	ضمانتنامه معتبر به مبلغ ۳۰۶,۰۰۰,۰۰۰ ریال	۱۲ ماه	۱۳۹۸/۰۲/۱۸	۱۲:۳۰

۱) زمان دریافت اسناد مناقصه: ۱۳۹۸/۰۱/۲۹ لغایت ۱۳۹۸/۰۲/۰۴
۲) آخرین تاریخ ارسال پیشنهادات: ساعت ۱۴:۳۰ - ۱۳۹۸/۰۲/۱۶
۳) محل بازگشایی پاکت ها: سالن جلسات شرکت آب و فاضلاب روستایی خراسان جنوبی
۴) رشته و رتبه پیمانکار: حداقل پایه ۵ رشته آب یا تأسیسات و تجهیزات با دارای گواهینامه صلاحیت شرکت های راهبر تأسیسات آب و فاضلاب مورد تأیید شرکت مهندسی آب و فاضلاب کشور
۵) دبیرخانه مناقصه گزار: بیرجند، بلوار بهشتی، انتهای بهشتی ۰۷ صندوق پستی ۹۷۱۷۵-۸۱۳

کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد مناقصه تا ارائه پیشنهاد مناقصه گران و بازگشایی پاکت ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت "ستاد" به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد.

این شرکت در رد یا قبول پیشنهادات برابر قوانین و مقررات مربوطه مختار می باشد.

برای کسب اطلاعات بیشتر از شرایط شرکت در مناقصه و مشخصات پروژه به وب سایت شرکت آب و فاضلاب روستایی خراسان جنوبی (www.abfar-kj.ir) و یا وب سایت پایگاه ملی اطلاع رسانی مناقصات (iets.mporg.ir) مراجعه و یا با تلفن ۰۵۶-۲۲۲۱۴۷۵۲-۸-۸-۵۶-۲۲۲۱۴۷۵۲-۸ اداره امور حقوقی و قراردادهای تماس حاصل فرمائید.

امور حقوقی و قراردادهای - شرکت آب و فاضلاب روستایی خراسان جنوبی

بسیار پیشرو و پیشگام
بسیار پیشرو و پیشگام

با رونق افزایش ایمنی مدارس
با مشارکت خیرین مدرسه ساز

زمان: سه شنبه سوم اردیبهشت ماه ۹۸

مکان:
شهد مقدس بزرگراه شهید کلاتری حدفاصل
میدان آزادی و تلویزیون جنب، پل پرویان
تالار ابن حنبل و انشگاه فرزندان

سال تو مبارک
سالن همایش و کنفرانس ایثار بیرجند

آماده عقد قرارداد با
سازمانها، ارگانها، مهد کودک ها و بخش خصوصی
با ظرفیت ۳۰۰ نفر

تلفن رزرو: ۰۹۱۲۰۵۶۱۱۲۵

ایزوگام رهبر دار
فروش قیر، چتایی (قیرگونی)
بلوار شعبانیه - حد فاصل خیابان کارگران و چهارراه دولت
۳۲۳۱۷۹۰۳ - ۰۹۱۵۳۶۳۸۰۴۷

قابل توجه بیمه شدگان و کارفرمایان محترم تأمین اجتماعی

جهت دریافت کلیه خدمات بیمه ای سازمان تأمین اجتماعی به صورت غیر حضوری از قبیل درخواست دفترچه درمانی، اعلام و اعتراض به سابقه، درخواست بازرسی از کارگاه، درخواست کمک هزینه ایام بیماری و بارداری، کمک هزینه ازدواج و ... کافی است به نشانی اینترنتی <https://eservices.tamin.ir> مراجعه نمایید و یا اپلیکیشن «تأمین اجتماعی من» را نصب نمایید. #۱۴۲۲ www.skth.tamin.ir

سازمان تأمین اجتماعی
اداره کل استان خراسان جنوبی

یادداشت امروز

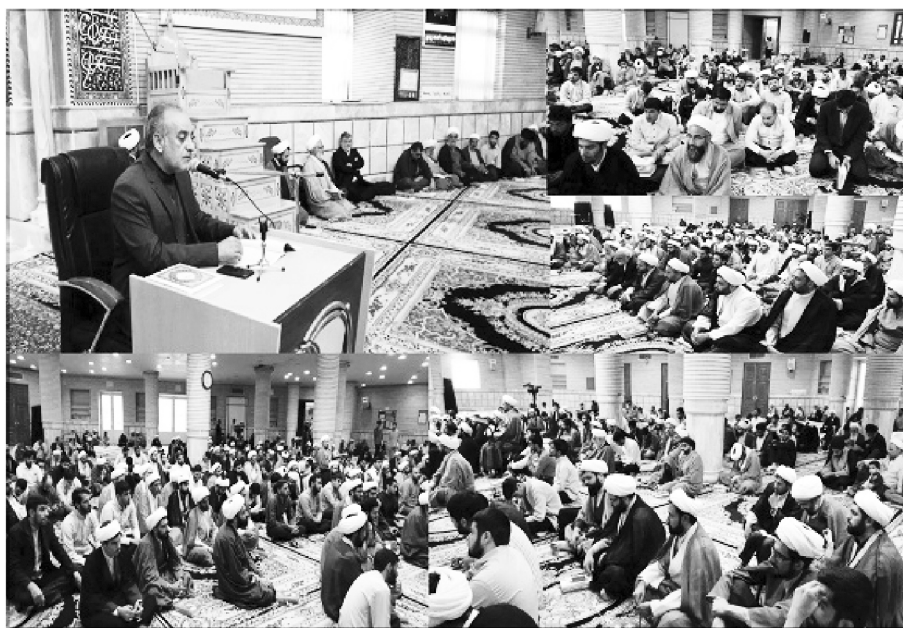
آب رفته و جویباری که خشکیده است

امروز خراسان جنوبی - زنگویی zangoei@birjandtoday.ir زندگی خالی نیست، یک خط ممتد تنها هم نیست. زندگی هر نفسش که فرو می رود حساب دارد و چون برمی آید نیز. این حساب را می توان در سخن شیرین حضرت سعدی چنین ارتقا بخشید که: منت خدای را عزوجل که طاعتش موجب قربت است و به شکر اندرش مزید نعمت. هر نفسی که فرو می رود ممد حیانتست و چون برمی آید مفرح ذات. پس در هر نفسی دو نعمت موجودست و بر هر نعمتی شکر واجب!

از دست و زبان که برآید / کز عهده شکرش بدرآید و راستی ماجرا چنین است و آنان که به درک این ظرایف می رسند، می توانند زندگی را چونان فرش های نفیس بیافند که هر گره آن، ارزش افزا شود. برای رسیدن به مرحله ای چنین هم حتما و حتما باید حواس مان باشد که: زندگی حساب دارد و چون حساب دارد، هر چیزی سنجیده می شود حتی اگر به کوچکی ذره باشد. خیر یا شر هم فرق نمی کند. خیر نمره را بالا می برد و شر، نمره را پایین می آورد و این یعنی که از ذرات هم نباید غفلت کرد. این را هم خداوند در آیات فراوانی به نصیح و کنایه فرموده است. روایات در این باره هر چه شما می دانید وقتی زندگی علاوه بر حساب، کتاب هم دارد، باید به خوانش و نوقمی مدام در آن پرداخت و زیستن را بدان، تراز داد. کتاب هم که به میان آید، چون دوستی صادق و ساکت، فراز ها و فرودها را روشن خواهد کرد تا با کمترین هزینه به فرازها برسیم و با کمترین آسیب از فرودها، پایگاهی برای فراز بسازیم. با کتاب می توانیم ورقه های زندگی را جوری بنویسیم که هر روز بهتر از دیروز باشد و به فردا هم امید برتر از امروز داشته باشیم. با نگاه به قله و جهت دادن به حرکت، از این هم نباید غفلت کنیم که زندگی خوب دارد. به این خوب ها باید خوش، کرد تا خوبی عادت همیشه مان شود و این را هم باید در نظر داشته باشیم که زندگی بد هم دارد. از این بدها هم می توان عبرت ساخت و در درس آموزی از آن به سمتی رفت که آمار بدی ها را در زندگی بر منحنی کاهش گذاشت. این کاهش و آن افزایش، ما را به کلاس بندگی نزدیک تر می کند. به نظر این قلم، افزایش نایبامانی ها از این روست که کتاب را به طاقچه ها تعیبد کرده ایم و دفتر حساب را هم به پستو انداخته ایم و خوبی را به غفلت برگزار می کنیم و از کنارش می گذریم و از رویدادهای بد عبرت نمی گیریم بلکه همان اول به دنبال انداختن گناه به گردن دیگران و تیرنه خود هستیم غافل از این که خود گرفتار بدی ها می شویم و این متهم تراشی، دردی دوا نمی کند. باید که عبرت بگیریم و دست به زانو بگیریم و به یاعلی برخیزیم برای جبران و اصلاح مسیر. این اگر چه آب رفته را به جوی باز نمی گرداند اما از هدر رفتن آب تازه در بیراهه و خشکیدن زندگی، جلوگیری می کند و همین آغاز مبارکی است برای بهزیستن.....

۱۵۰ مشاور مذهبی در مدارس استان

مدیر کل آموزش و پرورش استان در دیدار با علما و طلاب خراسان جنوبی مقیم قم مطرح کرد:



مدیر کل آموزش و پرورش خراسان جنوبی گفت: در حال حاضر ۱۵۰ مشاور مذهبی به منظور تعمیق و اعتلای میانی اسلامی دانش آموزان در مدارس استان فعالیت می کنند. محمد علی واقعی در دیدار با علما و طلاب خراسان جنوبی مقیم قم اظهار کرد: اجرای دوره های ضمن خدمت توانمند سازی حرفه ای فرهنگیان با استفاده از روحانیون مجرب به ویژه ائمه جمعه شهرستان ها و مناطق یکی دیگر از فعالیت های آموزش و پرورش در زمینه همکاری های حوزه های علمیه با آموزش و پرورش استان است. وی با اشاره به برگزاری دوره توانمندسازی ۴۰ روحانی شاغل در آموزش و پرورش استان تصریح کرد: استفاده از روحانیون و مبلغین در مناسبت های ملی مذهبی در مدارس، استقرار روحانی در مدارس پرجمعیت به ویژه شبانه روزی ها، اجرای طرح روحانی معین (هر مدرسه یک روحانی) قریب به ۱۵۰ نفر روحانی مجرب و دیدار دانش آموزان با علما و طلاب حوزه های علمیه از دیگر اقدامات آموزش و پرورش خراسان جنوبی در این حوزه به شمار می رود. واقعی با بیان این که در حال حاضر ۲۰ روحانی وظیفه در برنامه های دینی مذهبی مدارس فعالیت می کنند، یادآور شد: آموزش و پرورش در خراسان جنوبی قدمتی صد ساله داشته و دانش آموزان خطه قهستان افتخارات زیادی را در زمینه تولید علم، فناوری، ورزش و اعتقادی در سطح کشور کسب نموده اند. مدیرکل آموزش و پرورش خراسان جنوبی اضافه

کرد: در حال حاضر این استان دارای ۱۷۰ هزار و ۵۲۵ دانش آموز می باشد که از این تعداد ۱۴ هزار و ۷۸۴ نو آموز در دوره پیش دبستانی، ۸۹ هزار و ۴۰۳ دانش آموز در دوره متوسطه دوم در ۲ هزار و ۷۵۲ مدرسه و ۹ هزار و ۴۳۰ کلاس درس مشغول تحصیل می باشند.

در آیین افتتاح برنامه بازدید دانش آموزان و دانشجویان از مراکز آموزش فنی و حرفه ای استان عنوان شد:

ارائه ۳ میلیون و ۵۰۰ هزار نفر ساعت آموزش های مهارتی

ثابت در نقاط دور دست و فاقد مرکز که سرمایه گذاری در آن نقاط مقرون به صرفه نیست، اداره کل آموزش فنی و حرفه ای استان خراسان جنوبی در سال ۱۳۹۷ توانسته در مناطق محروم، روستاها و عشایر در قالب آموزش روستائیان، ۵۵۸ هزار و ۳۷۶ نفر - ساعت معادل ۲ هزار و ۵۵۲ نفر دوره خدمات آموزش مهارتی ارائه کند که از این تعداد آموزش دیدگان ۶۲۴ نفر مرد و ۲ هزار و ۲۰۱ نفر زن می باشند.



وی با اشاره به میزان دوره ها و تعداد کارآموزان و رشته های آموزش فنی و حرفه ای استان خراسان جنوبی گفت: در بخش آموزش در مراکز ثابت که عموماً آموزش های پایه ای و تخصصی را شامل می شود، در سال جاری یک میلیون

و ۷۸۴ هزار و ۷۹ نفر - ساعت معادل ۸ هزار و ۵۱۷ نفر آموزش دیده اند که از این تعداد ۴ هزار و ۲۶۱ نفر مرد و ۴ هزار و ۲۵۶ نفر زن هستند. وی افزود: در بخش آموزش های سیار و روستایی به منظور جبران کمبود مراکز

امروز خراسان جنوبی - گروه خبر مدیرکل آموزش فنی و حرفه ای استان خراسان جنوبی گفت: ۳ میلیون و ۵۰۴ هزار و ۵۱۹ نفر - ساعت آموزش های مهارتی فنی و حرفه ای در سال ۱۳۹۷ در استان خراسان جنوبی ارائه شد. به گزارش امروز خراسان جنوبی، حسین خوش آیند، در آیین افتتاح برنامه بازدید دانش آموزی و دانشجویی از مراکز آموزش فنی و حرفه ای به مناسبت هفته مشاغل و هفته کار و کارگر با اشاره به اهمیت جایگاه آموزش های فنی و حرفه ای، افزود: در راستای مأموریت ها و رسالت سازمان آموزش فنی و حرفه ای کشور که همان تربیت نیروی کار ماهر و متخصص و ارتقای سطح مهارتی شاغلان در جامعه است، در استان خراسان جنوبی طی سال ۹۷ به میزان ۳ میلیون و ۵۰۴ هزار و ۵۱۹ نفر - ساعت آموزش مهارتی در مراکز آموزش فنی و حرفه ای دولتی، صنایع، سیار و طرح نوین کارآموزی در محیط کار واقعی در بخش های مختلف صنعتی، کشاورزی و خدماتی به متقاضیان ارائه شده است.

پیام امروز
ستون پیام امروز خراسان جنوبی آماده دریافت نظرات و بیان مشکلات شما همشهریان گرامی می باشد
پیامک: ۳۰۰۰۰۷۶۵۰۰۰۹۹۹۶

۹۱۵... سلام به نظر شما سیستم نورپردازی فلکه فرودگاه که لامپ های رنگی زیر درختان قرار گرفته است زیبا هست یا من فکر می کنم زشت است!؟

۹۱۵... سلام؛ ضمن تشکر از شهرداری بابت جمع آوری شن و ماسه هایی که برای جلوگیری از ورود آب به منازل و مغازه های مردم در سطح شهر توزیع شده بود، چه خوب بود چند روز دیگر نیز صبر می کردند تا اگر قرار باشد در طی چند روز آینده هوا بارانی شود برای مردم مشکلی ایجاد نشود.

۹۱۵... سلام؛ برخی از رانندگان اتوبوس های شرکت اتوبوس رانی رعایت حال مسافران و دیگر خودروها را ندارند. لطفا بیشتر نظارت شود.

۹۱۵... پل و خیابانی که در سه راه اسدی احداث شده آیا مشکلی دارد که بعد از این همه مدت هنوز نمی خواهند افتتاح کنند؟! قرار بود مسیر جدید در ۲۲ پهن بازگشایی شود اما انگار شهرداری عزیز انگیزه ای برای افتتاحش ندارد!

۹۱۵... یا سلام بهتر است شهرداری درخصوص جمع نمودن کوره آجرپزی درخیابان ولیعصر ۲۶ مهرشهر فرعی ۲ اقدام نماید. چرا که باعث ریزش روی بچه ها می شود.

۹۱۵... سلام؛ بی زحمت فکر اساسی برای اتوبوس های مهر شهر بردارید. صبح سر کار می رویم، دیر می آیند و به ما می گویند به هر جا دوست دارید شکایت کنید. لطفا مسئولان مربوطه خوب پیگیری کنند و به فکر کارمندان باشند. راننده خوب و وظیفه شناس داشته باشید، رانندگان فعلی دائم با گوشی صحبت می کنند. رسیدن به مرکز شهر از رسیدن به شهرستان خوسف و سربیشه بیشتر زمان می برد.

۹۱۵... تمام توجه شهرداری به جنوب شهر بوده است. این انصاف نیست که ما ساکنان شمال شهر از بسیاری از نعمت ها که حق ماست و هزینه آن را هم چندسال پیش داده ایم محروم باشیم. شهرداری چه پاسخی دارد و چرا هنوز کوچه های مهر شهر خاکی است؟

جوایه شهر داری پیر چند
آسفالت کلیه معابر مهر شهر
در دستور کار شهرداری
در پاسخ به مطلب مندرج در ستون پیام امروز مورخ ۹۸/۱/۱۷ بنا بر اعلام منطقه یک شهرداری در خصوص آسفالت کوچه های ورودی مهرشهر به استحضار می رساند کلیه معابر مهر شهر در دستور کار آسفالت شهرداری قرار داشته که با توجه به استعلام اخذ شده از ادارات خدمات رسان و اعلام ضرورت شهرداری، اداره محترم آب و فاضلاب اجرای سیستم آب و فاضلاب را در دستور کار قرار دارد که در صورت اتمام و یا دریافت پاسخ استعلام در دستور کار مجدد شهرداری قرار خواهد گرفت.

تعمیر یخچال در منزل
۰۹۱۵۳۶۳۵۰۱۵ ناصری نژاد

ایزو گام و قیر گونی آراسته
فروش و نصب انواع عایق های رطوبتی
ایزو گام شرق و دلچان
امیرآباد- نبش ولیعصر ۴
۰۹۱۵۶۶۹۳۵۱۵ با مدیریت حسن آراسته

فروشگاه لاستیک
ولیعصر (عج)
فروش اقساطی (۳ و ۱۲ قسطاً)
۰۹۱۵۹۶۴۵۴۸۸
آدرس جدید:
حد فاصل پاسداران ۶ و ۸ - جنب بانک انصار

چاپ محمد
چاپ سیلک صنعتی بر روی کلیه سطوح
چاپ پوشه دکمه دار، پارچه، نایلون، سرسبید، دفتر تلفن، جلد مدارک، ساعت، خودکار، تقویم، انواع ساک دستی، آفتابگیر، پلاکوب - دافی، چاپ های خاص و...
پیرچند - بین توحید ۲ و ۴
۰۵۶-۳۳۴۵۰۴۰۶ (خرامی) ۰۹۱۵۸۲۴۰۹۵

ابزار رسولی
فروش انواع اینورتر و دستگای جوش
صنعتی، خانگی، اسکلت و...
فروش انواع دریل مینی فرز و کلیه ابزار برقی به صورت تخصصی به قیمت تهران
پانزدهمین قیمت
بیشترین کیفیت
بلوار رجایی - نبش خیابان نیرو هوایی

اگر دنبال به لوازم خانگی
خوب با قیمت عالی
ویرند خوب میگردید
عدد ۱۲۸۰۰۰۰۰۰
شماره ۱۰۰۸۵۹۰
شاپ کونین

آجر سفال
متین
بلوار شهید فایده - جنب مجتمع کوثر
۰۹۱۵۱۶۰۸۱۰۶ (موسوی)
۰۹۱۵۱۶۰۴۸۲۷ (صبحی)

اطلس کمپر سور
مرکز کاشت تخصصی
مقاوم سازی سازه در شرق کشور
کاشت بولت:
جهت نصب پلیت و بیس پلیت
جهت اتصال سازه های فولادی به بتنی
در سر ستون جهت اضافه کردن طبقات
روی فونداسیون جهت ستون و بادبند
جهت نصب انواع پایه...
آدرس: پیرچند
ابتدای خیابان غفاری
روبروی گمرک (نوکی)
۰۹۱۵۱۶۳۶۸۲۴ - ۳۲۲۰۷۳۲۱

اپلیکیشن خدماتی روزمزد
اولین و جامع ترین سامانه درخواست آنلاین خدمات در محل
با درخواست روزمزد از مزایای زیر بهره مند گردید
تسریع در ارائه خدمات
پرداخت بعد از اتمام کار
سهولت درخواست خدمات تنها با چند کلیک
اطمینان (همه متخصصین روزمزد احراز هویت می شوند)
کاربر گرامی با ثبت نام رایگان در سامانه خدماتی روزمزد در آمد خود را افزایش دهید
پیرچند: بالاتر از مدارس ۶۰، حاشیه میدان جماران
گروه مهندسی پارسیان سقف
۰۹۱۵۳۶۱۷۶۱۱ - ۳۲۴۲۲۴۴۹ - ۰۹۳۹۳۶۱۷۶۱۱


سیستم های حفاظتی امنیتی
دوربین های مدار بسته
درب های اتوماتیک
سیستم اعلام سرقت
هوشمند سازی ساختمان
سیستم اعلام و اطفاء حریق
خیابان مدرس - چهارراه سیلو
ابتدای خیابان امام موسی صدر غربی
دفتر: ۰۵۶-۳۲۴۴۵۶۴۹
فروش: ۰۹۱۰۵۴۹۹۹۴۵
خدمات: ۰۹۱۰۵۴۶۶۶۵۴
مدیریت: هادی دلسوز

غذای آماده و بیرون بر امیر و امین
انواع غذاهای ایرانی و کباب ها
پیرچند: نبش حکیم نزاری ۱
۳۲۲۲۱۵۲۵
۰۹۳۹۶۵۷۳۲۸۶ - ۰۹۱۵ ۷۵۶ ۵۲۹۵

دکوراسیون داخلی ولی عصر
سازنده انواع کابینت، کمد و تخت تاشو کم جا
میز LCD، کفش کن و درب های اتاقی
با صفحه ضد آب و زیر ظرفشویی ضد آب
با ۵ سال ضمانت
و شرایط پرداخت برای عموم بصورت چک ۵ ماه بدون ضامن و بهره
پیرچند - مدرس - تقاطع ۱۵ خرداد - روبروی بانک صادرات
قطعه چهارم - سمت راست (مسعود علیزاده) ۰۹۱۵۳۴۱۰۶۶۸

هفت دریا کارواش
نشست و شوی
انواع ماشین های خارجی و ایرانی
نشست مدرس ۶۳
۰۹۱۵۱۶۳۶۳۸۹ - ۳۲۴۲۱۰۵۱ (نجاتیان)

بِسْمِ رَبِّ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



شهید محمد آزاد

به مناققان و دیگر گروههای غیر اسلام و غیر خط امام فرصت فعالیت نداده و با سلاح ایمان به جنگ آنان رفته و اسلام را پیروز و کفر را نابود کنید و اسلام، قرآن و روحانیت را تنها نگذارید که سعادت دنیا و آخرت در دین است.

اقدام به موقع آتش نشانی جان زن بیرجندی را نجات داد

حوادث

۲ کشته و مصدوم در حادثه محور نهبندان - زاهدان



تصادف محور نهبندان- زاهدان یک کشته و یک مصدوم بر جا گذاشت.

رئیس پلیس راه استان گفت: در ساعت ۴ و ۶ دقیقه بامداد دیروز یک دستگاه خودروی سواری پژو با یک دستگاه اتوبوس در کیلومتر ۴۰ محور نهبندان - زاهدان برخورد کرد که در اثر آن یک نفر کشته و یک نفر از سرنشینان خودروی پژو نیز مصدوم شد. سرهنگ رضایی علت حادثه را انحراف به چپ سواری پژو اعلام کرد.

معدوم سازی ۱۰۰ کیلوگرم گوشت گاو در قاین

۱۰۰ کیلوگرم گوشت لاشه یک رأس گاو در کشتارگاه قاین معدوم شد. رئیس شبکه دامپزشکی قاین گفت: در خصوص نظارت بهداشتی بر کشتار دام و جلوگیری از انتشار بیماری های قابل انتقال بین انسان و دام، کارشناسان نظارت شبکه دامپزشکی مستقر در کشتارگاه اقدام به معدوم سازی لاشه یک رأس گوساله کردند. رضا محمودی از نظارت دقیق کارشناسان شبکه بر لاشه های دام کشتاری خبر داد و افزود: این لاشه گوساله ۴ میلیون تومان ارزش داشت که با توجه به تشخیص کارشناس نظارت، به دلیل ابتلا به عفونت از چرخه مصرف حذف شد. وی گفت: از ابتدای سال یک لاشه گاو دیگر نیز به وزن تقریبی ۵۰۰ کیلوگرم معدوم شده است.

جریمه ۲۴۷ میلیون ریالی قاچاقچی قرص ترامادول



قاچاقچی قرص ترامادول در شهرستان قاین به پرداخت ۲۴۷ میلیون ریال محکوم شد. خزائی رئیس اداره تعزیرات حکومتی قاین گفت: مأموران نیروی انتظامی ۶ هزار و ۲۰۰ عدد قرص ترامادول و ۴۰ کیلوگرم انقیه را از یک دستگاه اتوبوس که از مبدأ زاهدان به مشهد در حرکت بود، کشف کردند که پس از بررسی پرونده و محرز شدن تخلف، متهم در این شعبه علاوه بر ضبط کالاهای مکشوفه به پرداخت ۲۴۷ میلیون ریال جزای نقدی در حق صندوق دولت محکوم شد.

ما گفت: همکاران ما در ساعات ۲۲:۲۸ دقیقه شنبه شب از این موضوع مطلع شدند و بلافاصله خود را به محل رساندند. حسینی افزود: آنان پس از پهن کردن تشک نجات تلاش کردند تا زن صیاد شیرازی شهر بیرجند عبور می کردند شاهد تلاش مأموران سازمان آتش نشانی برای نجات زنی بودند که قصد داشت خود را از بالای پل عابر پیاده به پایین پرت کند. مدیرعامل سازمان آتش نشانی و خدمات ایمنی شهرداری بیرجند در این باره به خبرنگار



کارشناس محیط زیست خراسان جنوبی مدعی شد

مافیای زباله گردی



و مدیریت پسماندهای کشاورزی در حال انجام است، اظهار کرد: کاهش مصرف کود و سم و راه اندازی صنایع تبدیلی و تکمیلی برای مدیریت پسماند و همچنین راه اندازی کارخانه کمپوست از جمله اقداماتی است که می تواند کمک مؤثری در مدیریت پسماندهای کشاورزی باشد. وی با بیان اینکه تعداد واحدهای مدیریت پسماندها در استان یک واحد بازیافت کاغذ در شهرک صنعتی بیرجند است، افزود: بحث جمع آوری زباله، دفن و امحای آن مسئله بسیار مهمی است که باید همه مسئولان به آن توجه کنند، اما متأسفانه برخی از مسئولان به موضوع پسماند و سلامت مردم بی توجه بوده و به راحتی از کنار آن می گذرند که این بی توجهی ها قابل قبول نیست.

که توسط این اداره کل در خصوص پسماندهای پزشکی در استان انجام گرفته است. وی با اشاره به پسماندهای صنعتی در استان، تصریح کرد: تهیه بانک جامع اطلاعات پسماند صنعتی توسط سازمان حفاظت محیط زیست و با همکاری وزارت صمت در حال اجرا است. این مقام مسئول بیان کرد: مطالعات لندفیل پسماند ویژه استان توسط اداره کل حفاظت محیط زیست و در سال ۱۳۸۷ انجام شد ولی علی رغم پیگیری های صورت گرفته از طریق کارگروه مدیریت پسماند به دلیل عدم پیش بینی و تخصیص اعتبار توسط سازمان مدیریت و وزارت کشور، جنبه اجرایی پیدا نکرده است. نذعی نژاد با اشاره به اینکه اقدامات لازم در زمینه شناسایی

کارشناس مسئول پایش اداره کل حفاظت محیط زیست خراسان جنوبی اظهار کرد: در نتیجه عدم اجرای تکلیف تفکیک در مبدأ پسماند، درآمد قابل توجه این موضوع به جیب زباله گردان و مافیای خرید و فروش پسماند رفته، در حالی که این سرمایه متعلق به شهروندان و شهرداری است. مرتضی نذعی نژاد گفت: پسماند به انواع عادی، پزشکی، صنعتی، ویژه و کشاورزی تقسیم بندی می شود. وی با اشاره به اینکه پسماندهای عادی بیشترین حجم از انواع پسماندها را در استان تشکیل می دهد، ادامه داد: بررسی طرح های جامع مدیریت پسماند در کارگروه های شهرستانی و استانی، پیگیری اخذ نظرات دستگاه های اجرایی در خصوص طرح های جامع مدیریت پسماند، پایش مراکز دفن پسماند شهری و روستایی، بررسی و تایید مکان یابی محل های دفن پسماند، پیگیری تشکیل سازمان مدیریت پسماند در شهرداری بیرجند از طریق کارگروه مدیریت پسماند استان، پیگیری انجام تکلیف قانونی شهرداری ها در تفکیک در مبدأ پسماند و حل معضل زباله گردی و مراکز غیرمجاز جمع آوری و خرید پسماند از جمله اقداماتی بوده که در خصوص ساماندهی وضعیت پسماندهای عادی در استان توسط اداره کل حفاظت محیط زیست انجام شده است. کارشناس مسئول پایش اداره کل حفاظت محیط زیست خراسان جنوبی با اشاره به پسماندهای پزشکی در استان، اظهار کرد: در حال حاضر در تمام بیمارستان های استان اتو کلاو فعال مستقر بوده و نسبت به بی خطر سازی پسماندهای عفونی اقدام می شود. نذعی نژاد یادآور شد: پیگیری اخذ برنامه عملیاتی مدیریت پسماند پزشکی از دانشگاه علوم پزشکی و بررسی آن، بازدید از بیمارستان ها و مراکز درمانی، پیگیری انجام خوداظهاری در پایش پسماندهای بیمارستانی و پیگیری مدیریت پسماند مطب ها و کلینیک ها از مهم ترین اقداماتی بوده

اولین و بزرگترین مرکز تخصصی و بورس انواع سپر، چراغ، آئینه و در خراسان جنوبی

الواتقایی یک

کروز

* عاملیت پخش سپر جات مهر خواه ایپاکو، نوین پارت و سایبان در خراسان جنوبی (سپر و جلو پنجره)

* عاملیت پخش کروزر پلاس در جنوب خراسان (چراغ، سنسور، سپر و ...)

* نمایندگی گستر و امکو در خراسان جنوبی (لنت، شیلنگ، شمع، وایر و ...)

میدان آزادی - چهارراه جوادیه - نشی شهید فهمیده یک
بازرگانی حاجیان ۰۹۹۰۶۹۶۱۸۰۰ - ۰۵۶ ۳۲۳۱۱۸۱۲

نیمه بی آب لیوانم... مرا دریاب

کمپین حمایت از فرهنگ مصرف صحیح آب

دریابیم

تسهیلات حساب پس انداز مسکن جوانان
نقشه های برای
خانه دار شدن فرزندتان

اداره کل آموزش و پرورش خراسان جنوبی
معاونت پرورشی و فرهنگی
اداره مشاوره تربیتی - تحصیلی

استانداری خراسان جنوبی
معاونت هماهنگی امور اقتصادی و توسعه منابع
دفتر جذب و حمایت از سرمایه گذاری

مؤسسه آموزشی و پژوهشی

مؤسسه مشاوره

مؤسسه مشاوره

مکان: بلوار جماران - سالن ورزشی حسینه جماران

سازمان صنعت، معدن و تجارت
استان خراسان جنوبی

پا همکارگی

اداره کل تعاون کار و رفاه اجتماعی
استان خراسان جنوبی

در نشست هم اندیشی طلاب و روحانیون خراسان جنوبی مقیم قم با استاندار مطرح شد:

پل های آسیب دیده



نشست هم اندیشی طلاب و روحانیون خراسان جنوبی مقیم قم با حضور استاندار در این شهر برگزار شد. به گزارش امروز خراسان جنوبی، در این نشست رئیس مجمع نمایندگان طلاب و فضلای استان خراسان جنوبی گفت: به کارگیری از مدیران لایق یکی از توقعات مجموعه روحانیت است؛ چرا که شایسته سالاری، اصلی است که باید به آن پایبند بود.

حجت الاسلام والمسلمین قربانی ضمن تبریک ولادت حضرت مهدی عجل ا... تعالی فرجه الشریف، اظهار داشت: انتظار عملکرد غیرسیاسی یکی از درخواست های مردم از مسئولین است تا شاهد توزیع عادلانه امکانات در سطح استان باشیم. وی ابراز داشت: استفاده از مدیران لایق قرار دارند. از دیگر توقعات از استاندار خراسان شایسته سالاری، اصلی است که باید به آن پایبند بود.

رئیس مجمع نمایندگان طلاب و فضلای استان خراسان جنوبی خاطرنشان ساخت: استفاده از ظرفیت نماینده رهبر معظم انقلاب در استان و نماینده خیرگان که امروز در رأس قوه قضائیه قرار دارند، از دیگر توقعات از استاندار خراسان جنوبی است. حجت الاسلام والمسلمین قربانی با تأکید بر اینکه مطالبه گری باید عمومی شود، تصریح کرد: طرح جهادی و همگانی مطالبه مردم محروم استان خراسان جنوبی از ضروریاتی است که باید به آن توجه داشت؛ روحانیت پل ارتباطی استان خراسان جنوبی است که متأسفانه این پل در چند سال اخیر با آسیب هایی روبرو شده است و باید ترمیم شود.

وی بیان داشت: از حجج اسلام والمسلمین عبادی و رئیس‌ی انتظار داریم که با تمام توان در مطالبات به حق مردم، مسئولین را کمک نمایند تا بتوانیم شاهد دریافت بودجه های بهتر برای استان باشیم. رئیس مجمع نمایندگان طلاب و فضلای استان خراسان جنوبی اظهار داشت: خشکاندن ریشه های قوم

گرایی و منطقه گرایی از دیگر انتظاراتی است که از استاندار داشته و متأسفانه مورد سوء استفاده واقع شده است. استاندار خراسان جنوبی نیز بر نقش تاثیرگذار علما و روحانیون در توسعه همه جانبه استان تاکید کرد و گفت: متأسفانه این استان در کشور به خوبی معرفی نشده است و تنها چهره‌ای که از خراسان جنوبی معرفی شده، محرومیت است در حالی که هر نقطه‌ای از خراسان جنوبی ظرفیت‌های بی نظیری دارد، ولی ما نتوانستیم این ظرفیت‌ها را با صدای واحدی به کشور معرفی کنیم.

معتمدیان افزود: با توجه به محدود بودن اعتبارات استانی، تمام تلاش ما این است که با معرفی استان، سهم بیشتری از بودجه‌های ملی کسب کنیم و در این راه علما و روحانیون می‌توانند کمک زیادی بکنند تا گام‌های بلندی برای توسعه همه جانبه استان بر داریم. استاندار با اشاره به سفر سال گذشته نوبخت به خراسان جنوبی گفت: پنج هزارمیلیارد تومان در یک برنامه دو ساله برای توسعه همه جانبه استان هزینه می‌شود که ۲۰۰میلیون دلار آن برای ایجاد اشتغال پایدار در روستاها و قرآوری و بسته بندی محصولات استراتژیک خراسان جنوبی در نظر گرفته شده است. معتمدیان تکمیل طرح زنجیره گوشت شتر را از طرح‌های کلان دولت در خراسان جنوبی دانست و گفت: امید است با اعطای تسهیلات، اصلاح نژاد و وارد کردن شتر، بتوانیم از این ظرفیت مهم بهره ببریم.

وی درخصوص محور ماهیرو-د فراه هم گفت: ۶۰کیلومتر این مسیر آسفالت شده و ۶۰کیلومتر هم زیرسازی شده است که بهره برداری از آن تحول بزرگ ترانزیتی در استان ایجاد می‌کند. استاندار اشاره‌ای هم به سفرهای خود به شهرستان‌های استان کرد و گفت: تلاش می‌کنیم خروجی سفرهای شهرستانی رضایت



مردم را بدنبال داشته باشد. معتمدیان تأمین آب را مهم‌ترین خواسته مردم دانست و گفت: تلاش می‌کنیم با اجرای برنامه‌های میان مدت مانند اجرای بندهای خاکی و توسعه فعالیت‌های آبخیزداری و همچنین طرح‌های بلند مدت مانند انتقال آب از چابهار و بهره گیری از آب‌های ژرف، منابع آب پایداری برای استان تأمین کنیم. وی گفت: در مسیر توسعه نیازمند مشاوره و همفکری علما و روحانیون هستیم. در ادامه تعدادی از روحانیون دیدگاه‌ها و راهکارهای خود را برای توسعه زیرساخت‌ها و سرمایه گذاری‌های معدنی و کشاورزی ارائه کردند. مهار سیلاب‌ها و جلوگیری از هدر رفت آب آن، فرآوری محصولات کشاورزی و معدنی، حمایت از مشوق‌های سرمایه گذاری، افزایش جمعیت دام، استفاده از نیروهای بومی در پست‌های مدیریتی، تقویت بازارچه‌ها، ایجاد کشتارگاه شترمرغ و نگاه عادلانه در توزیع اعتبارات بین شهرستان‌ها از جمله درخواست های حاضران از استاندار بود. این گزارش حاکیست استاندار همچنین در سفر قم با امام جمعه و تولیت آستان مقدس حضرت فاطمه معصومه (س) دیدار و گفتگو کرد.

برای توسعه استان ریل گذاری کنید

تولیت آستان مقدس حضرت فاطمه معصومه(س) در این دیدار گفت: یکی از کارهای بسیار ارزشی و مهم این است که برای انجام امور در استان و توسعه آن ریل گذاری کنید. آیت ا... سید محمد سعیدی افزود: تا زمانی که برای شما مقدر است کاری کنید، فردی که بعد از شما آمد راه شما را ادامه دهد به طوری که این راه شفاف، زیبا، حساب شده و براساس مصالح کشور باشد.

وی اظهار داشت: یکی از عوارض بسیار پرآسب برای مسئولان و دستگاه های اجرایی این است

با راهکارهای طب سنتی به جنگ دیابت بروید

امروز خراسان جنوبی – خویی khooi@birjandemrooz.com

هستند؛ فیبرها تنها چربی‌ها را به خود جذب نمی‌کنند پس وجود فیبر-مازاد مانع از جذب مواد ضروری برای بدنتان می‌شود.
رحمانی با تاکید بر اینکه بهترین راه برای کنترل چربی، کاهش ورود چربی به بدن است، گفت: کسانی که قصد گیاه‌خوار شدن را دارند باید تلاش کنند تا بالاتس مواد غذایی مصرفی آن‌ها رعایت شود؛ این افراد



اغلب منابع پروتئینی خود را از حیوانات تأمین می‌کنند که علاوه بر سایر مواد مغذی دارای مقادیری فیبر است. وی تاکید کرد: رژیم گیاهخواران باید حاوی مقدار متناسبی از مواد غذایی مثل فیبرها باشد چرا که در غیر این صورت فرد دچار اختلالات تغذیه‌ای می‌شود؛ به طور کلی همه افراد باید رژیم غذایی سالم، متعادل و متناسب داشته باشند و از غذاهای متنوعی در زندگی روزمره استفاده کنند؛ رژیم نامتناسب و نامتعادل کمبودها و مشکلات تغذیه‌ای را به همراه دارد.
رحمانی تصریح کرد: متأسفانه در جامعه شاهد هستیم که افراد به جای کنترل تغذیه به دنبال راهکارهای نامناسبی برای کاهش وزن و چربی دریافتی هستند، برای مثال برخی از افراد با مصرف سرکه و آبغوره بعد از غذا قصد دارند از جذب چربی جلوگیری کنند؛ این درحالی است که شاید این مواد قادر به آسان شدن فرایند هضم باشند اما تاثیری بر کاهش چربی دریافتی ندارند، بهتر است به جای به کارگیری رفتارهای نامناسب و بدون ریشه علمی؛ با مصرف غذاهای مناسب و سالم از ایجاد

افزاده وزن و مشکلات تغذیه‌ای جلوگیری کنیم.

خطرات دریافت فیبر بیش از حد مجاز

یک متخصص تغذیه گفت: وجود بیش از حد فیبر در بدن مانع از جذب ریز مغذی‌هایی مثل آهن، روی و ویتامین‌ها می‌شود که از جمله مواد مهم و ضروری برای سلامت بدن

سال شانزدهم * شماره ۳۸۸۸

سه شنبه * ۳ اردیبهشت ۱۳۹۸ * ۱۷ شعبان ۱۴۴۰ * ۲۳ آوریل ۲۰۱۹

مشاوره

دوستی‌های جنسی را جدی بگیرید



از نوجوانی به‌عنوان دوره بحران نام‌برده شده است. سرعت رشد در این دوره به‌ویژه در میل و علایق جنسی بالا می‌رود؛ جنس مخالف در این دوران برای او جذابیت دارد و تمایل دارد که به‌دور از هرگونه معیار منطقی و عقلانی با جنس مخالف ارتباط برقرار کند. از آنجایی‌که یکی از منشأهای عشق و علاقه در دوران نوجوانی جنسی است، هریک از دو طرف ابتدا به حداقل‌ها راضی می‌شوند و شاید هدفی جز نگاه کردن و سخن گفتن با یکدیگر نداشته باشند اما با توجه به اینکه نوجوانی، دوران اوج بلوغ جنسی به‌حساب می‌آید دیگر به این حد قانع نبوده و ممکن است ارتباطات بیشتری در بین آن‌ها شکل گیرد؛ چنانچه متأسفانه در حال حاضر سن ارتباط با جنس مخالف به ۱۱ سالگی رسیده است.

مقصر کیست؟ برخی مهم‌ترین علت پایین آمدن بلوغ جنسی و دوستی با جنس مخالف را شبکه‌های مجازی و دسترسی آسان به اینترنت می‌دانند و برخی دیگر تقصیر را به گردن بی‌درباری‌های موجود در جامعه می‌اندازند اما به‌راستی مقصر کیست؟! شاید هر دو مقصر باشند اما بر اساس گزارش پلیس فتا در سال ۱۳۹۵ بیش از ۴۲ درصد از دوستی‌ها با جنس مخالف که در شبکه‌های مجازی اتفاق می‌افتد به مسائل خانوادگی مربوط می‌شود لذا شاید بهتر باشد دلیل اصلی انحراف نوجوانان را عدم مدیریت صحیح والدین دانست.

چه واکنشی نشان دهیم؟ نحوه مدیریت نوجوانان در فضای مجازی با هوشمندی والدین و راهکارهای مقابله با آسیب‌های فضای مجازی نکته حائز اهمیتی است. علایق اکثر نوجوانان امروز حضور در شبکه‌های مجازی و بازی با تلفن همراه است و لازم است که والدین در عین احترام به سلیاق آنان، محدودیت‌هایی همچون زمان‌بندی برای استفاده از تلفن همراه، عدم استفاده از فیلترشکن، محدود کردن دسترسی به اینترنت و… را ایجاد کنند لذا والدین نقش مهمی را در شکل‌گیری رفتار و افکار فرزندانشان ایفا می‌کنند و با توجه به حساسیت‌های دوران نوجوانی لازم است پدر و مادرها با نحوه برخورد صحیح با نوجوانان و انحرافات آنان، آشنا شوند.

سید شهرام علیزاده روانشناس و مشاور کودک و نوجوان در این زمینه به تیبیان می‌گوید: «ما شاهد هستیم که برخی از خانواده‌ها وقتی صحبت از روابط عاطفی نوجوان با جنس مخالف به میان می‌آید با تندی برخورد می‌کنند اما این واکنش باعث می‌شود که نوجوان سوآلات خود را در خانواده مطرح نکند و در پی آن صدمات جبران‌ناپذیری به نوجوان وارد می‌شود» پس واکنش درست چیست؟

علیزاده می‌گوید: «ما می‌خواهیم یک حد تعادل در خانواده مطرح شود تا نوجوان بتواند مسائل خودش را بدون ترس از قضاوت و شماتت در خانواده مطرح کند لذا والدین می‌توانند پیش‌قدم شوند و نظر نوجوان را در مورد مسائل عاطفی و جنسی جویا شوند مثلاً نظر فرزند خود را درباره دوستی با جنس مخالف بپرسید و از او بخواهید که محاسن و معایب این دوستی را برای شما بیان کند. وقتی یک والد با آرامش و گشاده گویی این مسئله را مطرح می‌کند باعث می‌شود که نوجوان در آرامش خاطر دیدگاه اش را بیان کند و این والد می‌تواند با هوشمندی خطاهایی که در ذهن فرزندش وجود دارد را اصلاح کند.» وی ادامه می‌دهد: «اگر نوجوان از محیط خانواده طرد شود، قطعاً برای جواب گرفتن به‌سوی همسالانش پناه می‌برد و آنان بدون داشتن اطلاعات کافی درباره این مسائل اظهارنظر خواهند کرد و نوجوان با مشکل مواجه خواهد شد بنابراین سعی کنید دیدگاه نوجوان را درباره روابط جنسی و همچنین روابط عاطفی زود هنگام با جنس مخالف جویا شوید، به میزان کافی اطلاعات لازم را در اختیار نوجوانتان قرار دهید و در رابطه با این مسائل تا جایی که امکان دارد با آنان صحبت کنید.»

علمی

حتی کمی ورزش هم به

جوان ماندن مغز کمک می کند

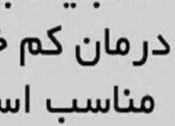
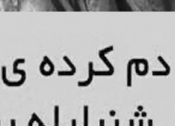
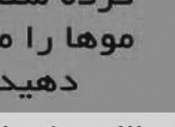
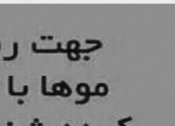
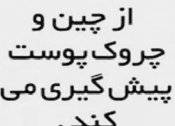


آزایمر و زوال عقل جزو لاینفک پیری نیستند و نتایج یک مطالعه جدید نشان می دهد حتی کمی ورزش هم می تواند به پیشگیری از این مشکلات مغزی کمک کند. به گزارش مهر، محققان دانشگاه بوستون دریافتند هریک ساعت ورزش سبک در هفته ریسک پیری مغز را حدود یک سال کاهش می‌دهد. «نیک‌کول اسپارتانو»، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می‌گوید: «این مطالعه بر رابطه بین انجام فعالیت فیزیکی سبک و حفظ ساختار مغز تأکید دارد.» وی در ادامه تأکید می‌کند: «ما هنوز نمی‌توانیم با قطعیت بگوییم که فعالیت فیزیکی عامل داشتن ساختار مغزی بهتر در افراد است.»

اگرچه هنوز مشخص نیست که چه میزان ورزش برای حفظ سلامت و جوانی مغز مفید است، اما این مطالعه بیان می‌کند که کمتر از آن میزانی که تصور می‌شود می‌تواند مفید باشد. برای این مطالعه، تیم تحقیق داده‌های مربوط به بیش از ۳۳۰۰ مرد و زن با میانگین سنی ۵۳ سال را بررسی کردند. به هریک از این افراد دستگاهی برای اندازه گیری فعالیت فیزیکی شان متصل بود. طبق «دستورالعمل فعالیت فیزیکی ۲۰۱۸ آمریکا»، هر میزان فعالیت بهتر از عدم تحرک است و بیش از ۱۵۰ دقیقه فعالیت متوسط تا شدید در هفته می‌تواند بیشترین فایده را برای سلامت داشته باشد. حال تیم تحقیق دریافته است به ازای هریک ساعت اضافی ورزش با شدت سبک، اندازه

شنبلیله

Fenugreek



داده های

امروز

خبر

روز

مناسب برای

دفع بد بویی

مدفوع

از چین و

چروک پوست و

پیش گیری می

کند .

زنان باردار نباید از

آن استفاده کنند.

جهت رشد

موها با دم

کرده شنبلیله

موها را ماساژ

دهید.

لاغری های مفرط را از

بین می برد .

شنبلیله موجب

کاهش قند خون و

کاهش کلسترول

خون می شود.

دم کرده ی تخم

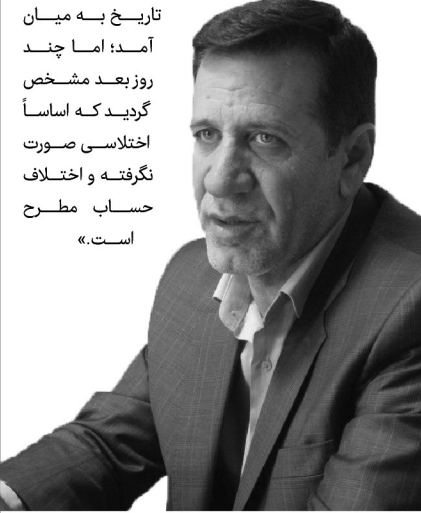
شنبلیله برای

درمان کم خونی

مناسب است.

در مسیر مبارزه با مفاسد اقتصادی اشتباه کردیم

سلام امینی؛ عضو کمیسیون انرژی مجلس گفت: «برخورد با تخلفات مالی در هر سطحی که باشد، باید با دقت، حساسیت و قاطعیت همراه بوده و حتی چشم پوشی بر یک ریال تخلف مالی، پذیرفتنی نیست. برخورد با مفاسد اقتصادی و برگزاری دادگاه‌هایی در این راستا، نیازمند دقت و سنجش صحیح شرایط اقتصادی کشور است؛ متأسفانه به نظر می‌رسد در مسیر برخورد با مفاسد اقتصادی اشتباهاتی داریم که امید است ریاست جدید قوه قضائیه این اشتباهات را برطرف کرده و مانع از ادامه آن شود. به عنوان نمونه در دادگاه متهمان پتروشیمی شاهد بودیم که اخبار ضد و نقیض فراوانی در جامعه منتشر شده و حتی سخن از بزرگ‌ترین اختلاس تاریخ به میان آمد؛ اما چند روز بعد مشخص گردید که اساساً اختلاسی صورت نگرفته و اختلاف حساب مطرح است.»



پذیرفتن توصیه‌های FATF قطعاً به ضرر ماست

قالیباغ، عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام گفت: «از منظر نواصولگرایی، نمی‌توانیم از FATF عبور کنیم. برخی در جهه انقلاب می‌گویند اصلاً وارد FATF نشویم؛ این به مصلحت جمهوری اسلامی نیست. تهدیدات این نهاد، با عدم حضور ما برطرف نمی‌شود. پذیرفتن توصیه‌های FATF قطعاً به ضرر ماست، اما پاسخ سریع و صریح «بله» یا «نه»، منافع ملی را تأمین نمی‌کند.»



مشکل ما در مجلس نفاق است

امیرآبادی عضو هیأت رئیسه مجلس گفت: «یکی از مشکلات ما در مجلس نفاق است. مردم حق دارند بدانند که نمایندگان مخالف سپاه چه کسانی هستند. آخوندی و قاضی‌زاده



عبادی مرد سال ۹۷

پس از گذشت بیش از یک ماه از انتشار فراخوان روزنامه امروز خراسان جنوبی برای معرفی مرد سال استان در سال ۱۳۹۷ و جمع آوری آرای خوانندگان و مخاطبان روزنامه با شمارش آرا سیدمحمدباقر عبادی با کسب ۳۴/۲۱ درصد آرای خوانندگان و مخاطبان روزنامه به عنوان مرد سال ۱۳۹۷ معرفی گردید. این نظرسنجی در دو مرحله برگزار شد که در مرحله نخست مخاطبان شخصیت های مد نظر خود را معرفی و روزنامه بر بررسی این اسامی ۱۰ نفر شخصیت سیاسی دارای بیشترین رای مردمی را برای انتخاب مرد سال ۱۳۹۷ به رأی مخاطبان روزنامه گذاشت.

ایران، پاکستان و ترکیه پایه گذار اکو بودند

ادامه داد: ایران، پاکستان و ترکیه پایه گذار اکو بودند و ما علاقمندیم روابط این سه کشور گسترش یابد. باید راه آهن استانبول به اسلام آباد فعال شود تا اروپا را به پاکستان و چین وصل کند. خوشحالم نخست وزیر پاکستان تأکید دارند که در هیچ ائتلاف جنگی شرکت نمی‌کنند و اراده دو کشور برای صلح و امنیت در کل منطقه است. سفر آقای نخست وزیر و هیئت همراه ایشان نقطه عطف در گسترش روابط بین دو کشور خواهد بود. من از حضور ایشان که قبلاً هم به مشهد الرضا مشرف شدند، تشکر می‌کنم.

بسیار خوبی برای روابط تجاری و اقتصادی ایران و پاکستان وجود دارد، خاطرنشان کرد. این توافق را داشتیم تا روابط تجاری را گسترش دهیم. ایران آماده است نیازمندی‌های نفت و گاز پاکستان را تأمین کند و اقدامات لازم برای اتصال لوله گاز به پاکستان را انجام دهد. ما اعلام کردیم آماده‌ایم صادرات برق به پاکستان را در راه برابر افزایش دهیم. برای توسعه روابط تجاری بحث کردیم تا یک کمیته تهاتر تشکیل شود تا صادرات و واردات تهاتر شود و در یک حساب، تسویه حساب شود؛ ما معتقدیم بندر چابهار و گوآتر باید روابط بیشتری داشته باشند و بین دو بندر راه آهن ایجاد شود. به گفته رئیس جمهور مسائل منطقه‌ای یکی دیگر از مذاکرات دو کشور بود و دو طرف درباره روابط بیشتر برای ایجاد ثبات و امنیت در افغانستان و منطقه و همچنین درباره اقدامات نادرست آمریکا به ویژه در مسئله قدس، جولان و توهین به سپاه گفت و گو کردند. رئیس جمهور

از مهم‌ترین معضلات دستگاه قضایی کثرت ورودی پرونده‌هاست

آیت‌الله سید ابراهیم رئیسی رئیس دستگاه قضا گفت: «یکی از مهم‌ترین معضلات امروز دستگاه قضایی کثرت ورودی پرونده‌ها و حل این معضل در گرو یک اقدام جهادی از سوی همه دستگاه‌ها



هاشمی استعفا ندهاده بودند این مجلس عرضه برکناری آنها را نداشت. برخی مقامات گزارش نادرست به رهبر انقلاب می‌دهند. دولت بخش عمده‌ای از مصوبات مجلس را اجرا نمی‌کند.»

واکنش به تهدید آمریکا

رامین مهمان‌پرست سخنگوی اسبق وزارت امور خارجه گفت: «همان‌گونه که آمریکا در ۴ نوامبر ادعایی خود به هدف صفر شدن صادرات نفت ایران نرسید، نه تنها در روز آینده، بلکه در ماه‌ها و سال‌های آینده نیز به این هدف خود نمی‌رسد.»



احزاب تا اوایل خرداد زمان دارند

حمید ملانوری مدیرکل سیاسی وزارت کشور گفت: «حزب‌هایی که با قانون جدید خانه احزاب تطبیق نیافته‌اند، نمی‌توانند فعالیت سیاسی کنند. مشکل‌های روحانی در صورت فعالیت سیاسی باید مجوز داشته باشند. احزاب تا اوایل خرداد زمان دارند خود را با قانون جدید تطبیق دهند. جامعه روحانیت مبارز فعالیت سیاسی و انتخاباتی نکنند، با آنها کاری نداریم. تا به حال تشکل روحانی اقدام به اخذ مجوز نکرده است. طبق قانون با گروه‌هایی که فعالیت سیاسی بدون مجوز کنند برخورد می‌شود.»



گفته می‌شود

گفته می‌شود حمیده زرآبادی نماینده مجلس در انتقاد به طرح تحریم اپل اعلام کرد اکثر نمایندگان مجلس از اپل استفاده می‌کنند، طرح تحریمش را هم امضا کرده‌اند؛ از خود و خانواده‌تان شروع کنید.

گفته می‌شود قائم مقام وزیر بهداشت اعلام کرده که در ایران سالانه ۴۳۰ نفر بخاطر هزینه‌های درمانی زیر خط فقر می‌روند.

گفته می‌شود معاون اول رئیس جمهوری از ارسال لایحه‌ای به مجلس شورای اسلامی برای اعطای تابعیت از مادر ایرانی به فرزندان خبر داد.

گفته می‌شود بنا بر نظرسنجی اسپسا در اسفند سال گذشته ۷۱ درصد جوانان (۱۸ تا ۲۹ ساله) از تلگرام، ۴۹ درصد از اینستاگرام، ۳۲ درصد از واتس‌آپ و ۴ درصد از سروش استفاده می‌کردند.

گفته می‌شود مپیو در نشستی محرمانه اعلام کرده که به دنبال مداخله نظامی در ایران نیستیم و می‌خواهیم قدرت در دست "بهبران غیرانقلابی" باشد. تضمینی وجود ندارد که تحریم‌ها موجب آسیب دیدن مردم ایران نشود.

گفته می‌شود معاون کل وزارت بهداشت هشدار داده که از هر ۱۰ نوجوان یکی چاق است، یکی اضافه وزن دارد و یکی هم دچار چاقی شکمی است.

گفته می‌شود انتشار گزارش‌هایی درباره اینکه آمریکا قصد دارد معافیت‌های هشت کشور از تحریم نفت ایران را تمدید نکند بهای جهانی نفت را بیش از دو درصد افزایش داد. بهای نفت خام برنت برای تحویل در آینده با ۲/۵ درصد افزایش به ۷۳/۷۷ دلار در بشکه دلار رسید.

گفته می‌شود سازمان جهاد کشاورزی استان فارس با تأکید بر اینکه مردم از خرید میوه‌های مرده خودداری کنند، هشدار داده که این میوه‌ها پس از سمپاشی از بین رفته‌اند و ناقل سمومی هستند که برای امحای آنها استفاده شده است.

گفته می‌شود سخنگوی وزارت خارجه چین که کشورش یکی از خریداران اصلی نفت ایران است، در پاسخ به سوالی درباره احتمال پایان صدور معافیت آمریکا برای خرید نفت ایران اعلام کرده که «چین همواره مخالف تحریم‌های یکجانبه آمریکا علیه ایران است»

گفته می‌شود معاون فنی و شهرسازی شهرداری لوسان اعلام کرد عملیات تخریب بخش غیرمجاز ویلای شبنم نعمت‌زاده دیروز با حضور مسئولان مربوطه، مجدداً آغاز شد.

گفته می‌شود العربی الجدید مدعی شده که پاکستان هم برای دور زدن تحریم‌های آمریکا، به کمک ایران آمد و میانجیگری بین تهران و ریاض از دستور کار عمران خان خارج نیست.

گفته می‌شود وضعیت بیکاری در نقاط شهری، بفرنج‌تر از نقاط روستایی بوده است. نرخ بیکاری در مناطق شهری معادل ۱۳/۳ درصد و نرخ بیکاری در مناطق روستایی معادل ۸/۷ درصد گزارش شده است.

گفته می‌شود با ارتقای درجه سردار سرتیپ پاسدار حسین سلامی فرمانده کل سپاه به درجه «سرلشکری» از سوی فرماندهی کل قوا، تعداد سرلشکرهای نیروهای مسلح کشورمان به ۱۴ نفر رسید.

گفته می‌شود در پنجمین جلسه رسیدگی به پرونده متهمان تعاونی البرز ایرانیان، نماینده دادستان اعلام کرد که اظهارات همسر حامد کریمی بیانگر زوایای رفتار آزاد و قریانی است و این دو نفر شعبه‌های البرز را در شهرستان‌هایی مانند ایلام و همدان تأسیس می‌کردند که پدرش زمانی استاندار آنجا بوده و با روابط پشت پرده فعالیت می‌کردند.

گفته می‌شود رئیس جامعه پزشکان متخصص داخلی ایران مدعی شده که تنها ۵ درصد پزشکان صاحب ویلاهای بالای شهر و شمال کشور هستند.

الفی:

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														

حل جدول شماره قبیل

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														

۱- جشنواره- اسید سالیسیلیک ۲- بهانه بیجا- فراموشکار- مرزبان ۳- «قوم» سربریده- بعضی از آن کوه می‌سازند- پر حرف- غذای تزریقی ۴- بدبوی پر خاصیت- کیسه‌کش حمام- کاری را برعکس کردن- دندان سوهان ۵- صاعقه- حمله و هجوم- درخت اعدام ۶- پایتخت موریتانی- صوت تنفر- تمام و کمال ۷- حرفی سوار برخودش- روز- تدارک دیدن- گل نومیید ۸- پسران عرب- تفاوت- کشور خجسته! ۹- رفیق شقیق!- نمایشنامه غیاث‌الغیر- شتر- همه، هر ۱۰- غلاف شمشیر- زندگی کن- اطلاع خواستن ۱۱- مصیبت و فتنه- زیارت کننده- نخست‌وزیر زن ترور شده پاکستان ۱۲- مردن از غصه- صبر و شکیب- وسیله ماهیگیری- بهشت شداد ۱۳- از ادات تنبیه- اندام- فلز مرتعجا- پول کشور آفتاب ۱۴- موی گردن شیر- واحد پول روسیه- نویسنده و متفکر ایرانی و خالق «نهضت روحانیون ایران» ۱۵- اسکی روی یخ- پنج روز آخر سال که زرتشتیان آن را جشن می‌گیرند

تعمیرات لوازم خانگی

۱۰ سال سابقه کار در تهران
یخچال فریزر (خانگی، قصابی، ویترینی)
ماشین لباسشویی اتوماتیک
شارژ کولر اتومبیل A/C
۰۹۱۲۶۲۲۲۳۴۳ عابدی

قصابی
خزیمه نژاد
گوشت گوساله - گوسفند - بچه شتر
شعبه ۱: خیابان پاسداران - بازار روز
غرفه ۱۱ - تلفن: ۳۲۴۲۱۲۳۶
شعبه ۲: بازارچه ابوذر - غرفه ۲
۰۹۱۵ ۵۶۲ ۲۱۴۵ - ۳۶۲ ۱۶۸۳
تلفن: ۰۱۱ - ۳۲۲۲۶

ایزوگام علی پور
نمایندگی رسمی عایق های یئو پارس یرچند
و دانا گام تهران با کیفیت عالی
ایزوگام و فیر گونی و آسفالت کف
پاسداران - ۱۵ خرداد پلاک ۷۷
۰۹۱۳۱۱۶۹۵ - ۳۲۴۳۳۲۰ محمد علی علی پور

Bathroom & Kitchen Accessories

فروش ویژه
فروشگاه امروار پید
مرکز پخش لوازم آشپزخانه و سرویس های بهداشتی
هود، گاز فر، سینک، شیرآلات، تجهیزات داخل کابینت
و لوازم لوکس سرویس های بهداشتی
آدرس: نبش مدرس ۲۹
۰۵۶۳۲۴۴۹۳۳۶ - ۰۹۱۰۲۱۷۶۰۴۲

امروز خراسان جنوبی- قاسمی

روز گذشته نشست هم اندیشی فرماندار بیرجند با جوانان منتخب شهرستان بیرجند برگزار شد . به گزارش امروز خراسان جنوبی، در این جلسه جوانان به بیان نقطه نظرات، گلایه، درخواست ها و پیشنهادات خود پرداختند و بیشتر نگاه ها معطوف به این مسأله بود که چنین جلساتی بازخورد و نتیجه ای ندارند.

بودجه ورزشی ادارات ساماندهی شود

سمعیان، نماینده ورزش و جوانان شهرستان بیرجند در این جلسه عنوان کرد: بودجه ادارات که در حوزه ورزش است باید با برنامه ریزی برای ورزشکاران و قهرمانان هزینه شود نه اینکه با آن بودجه اماکن ورزشی مخصوص خود را می سازند. وی با بیان اینکه سالن تخصصی والیبال و هندبال و برخی رشته های دیگر را نداریم، گفت: برای نیروی انتظامی و آمبولانس که باید در مسابقات شرکت کنند هزینه های زیادی داده می شود که از مشکلات هیئت ها می باشد. به گفته وی برای ایاب و ذهاب نیز مشکلاتی داریم که اتوبوسی در اداره کل خاک می خورد و برای اعزام ها در نظر گرفته نمی شود، همچنین هزینه لیگ ها بالا است و نیاز داریم مسئولان بودجه های بیشتری جذب کنند.

جلسات بدون خروجی

فؤادالدینی، نماینده بنیاد نخبگان و دانشگاه بیرجند نیز با بیان اینکه در جلسات اینچنینی به دلیل اینکه دستور کاری وجود ندارد خروجی هم نداریم، عنوان کرد: برگزاری این جلسات خوب است در صورتی که خروجی و روند انجام کار ارائه شود و به صورت مستمر این جلسات برگزار شود.

تولیدکننده جوان بدون بازار فروش

حسینی، نماینده هلال احمر هم درخواست کرد: سمن های حوزه هلال احمر نیز دیده شوند تا انگیزه ای برای ادامه کار و حرکت داشته باشند. به گفته وی دانشگاه بیرجند و بهزیستی باید طرح های پژوهشی بیشتری در حوزه جوانان و مسئولیت پذیری آنها ارائه کنند.

صباغی، نماینده فنی و حرفه ای در این نشست با بیان اینکه تولیدکننده های جوان در بازاربایی مشکل دارند، گفت: جوانان استان که در فنی و حرفه ای و سایر نهادها مشغول اند برای محصولات تولیدی خود مشتری و بازار فروش ندارند و در این زمینه دستگاه های اجرایی می توانند کمک کننده باشند.

جامعه معلولان ورزشکار دیده شود

بابائیان، نماینده بهزیستی بیرجند هم با بیان اینکه خود از ورزشکاران است و چندین مدال قهرمانی پرتاب وزنه را دارد، گفت: مشکل جامعه معلولان نیز نبود اسپانسر، بودجه و تجهیزات می باشد که حتی به دلیل نبود بودجه اعزام هم نداریم. وی خاطر نشان کرد: مشکل دیگر ما اشتغال است و اینکه جامعه معلولان دیده شوند و هیئت معلولان هم به دلیل گستردگی رشته های ورزشی زیرمجموعه آن توان حمایت بیشتر را ندارد. مهشید چوبداری، نماینده مرکز

نشست هم اندیشی فرماندار بیرجند با جوانان منتخب

جلسه برای جلسه برگزار نشود

تغییرات پیاپی مدیریتی ورزش و جوانان استان را به حاشیه برده است

مرگ تدریجی رویای جوانان در بیرجند



هم با بیان اینکه هیچ نهادی به تنهایی نمی‌تواند نیازهای جوانان را رفع کند، عنوان کرد: پایش و رصد مشکلات جوانان یکی از رسالت‌های ورزش و جوانان می باشد.

مریم مهرور با اشاره به اینکه ستاد ساماندهی جوانان و کمیته های زیرمجموعه تمام نیازهای جوانان را مورد بررسی قرار می دهد، بیان کرد: جوانان مطالبات و خواسته‌هایشان را به اداره کل ورزش و جوانان استان و اداره شهرستان منتقل کنند تا در جلساتی با حضور خودشان بررسی شود. وی اعلام کرد: از این پس سه شنبه ها مدیرکل ورزش و جوانان استان در خانه جوان حضور خواهد داشت تا مشکلات جوانان را نزدیک مورد بررسی قرار گیرد و برنامه داریم که مدیران دستگاه های اجرایی نیز هر ماه یک بار در این نشست در خانه جوان حاضر شوند. وی از اشتراکی ورزشکار هم درخواست کرد که امروز(سه شنبه) برای رفع این مشکلات و درخواست های خود در نشست با مدیرکل ورزش و جوانان استان در خانه جوان حاضر شود.

بنیاد توسعه ورزش باید تشکیل شود

فرماندار شهرستان بیرجند در پایان این نشست و شنیدن تمام سخنان جوانان عنوان کرد: متأسفانه بسیاری از جلسه‌ها در سیستم اداری با این هدف برگزار می‌شود که تنها جلسه‌ای گرفته شود ولی خوشبختانه در فرمانداری بعد از ۴ سال، دیگر به دنبال این تبلیغات نیستیم و برنامه های خوبی در حوزه جوانان در حال انجام است که در نشست تکامل توضیح می دهیم.

علی ناصری با بیان اینکه علاوه بر جلسات هم اندیشی با

که کم از حق الناس ندارد. وی با بیان اینکه از جناب فرماندار هم انتقاد دارم، گفت: سال پیش جلسه ای با فرماندار داشتم که در آنجا انتقادهایی کردم و تنها نتیجه آن محدودیت های دستگاه های مختلف علیه من بود تا جایی که برای تمرین مجبور شدم به استان خراسان رضوی بروم و این مشکل خیلی از ورزشکاران دیگر هم می باشد. به گفته وی جوانی مانند من برای قهرمانی هم درس می خواند، هم کار می کند و هم تمرین و تنها درخواستی که ما داریم حمایت های مالی برای قهرمانی است و هیچ گونه حمایت و کار دیگری نمی خواهیم و اگر انتقادی می کنیم برای رفع این کمبودها در عرصه قهرمانی می باشد تا حمایت ها از ورزشکاران صورت بگیرد نه اینکه تیشه به ریشه کسی بزنیم.

حمایت های مالی از جوانان

رئیس اداره ورزش و جوانان شهرستان بیرجند در این نشست با اشاره به اینکه جمعیت جوان بیرجند ۷۲ هزار و ۱۱۵ نفر می باشد، گفت: ۷۹ درصد جمعیت شهرستان بیرجند جوان هستند. بازیار افزود: ما در حوزه جوانان حمایت های زیادی داشته ایم که از جمله آنها می توانیم به پرداخت ۴۴۵ میلیون تومانی تسهیلات طی سال گذشته در راستای مطالبات و اجرای طرح‌های جوانان اشاره کنیم و ۶۲ میلیون و ۵۰۰ هزار تومان نیز برای حمایت از طرح‌های سازمان‌های مردم نهاد پرداخت شده است.

سه شنبه ها خانه جوان میزبان مدیرکل ورزش و جوانان

معاون فرهنگی و امور جوانان اداره کل ورزش و جوانان استان

اخبار ورزشی

درخشش ورزشکاران تیر و کمان بیرجند



امروز خراسان جنوبی- آنوشه

رئیس هیئت تیر و کمان استان با بیان اینکه مسابقات تیر و کمان آزاد در ماده های کامپوند و ریکرو به میزبانی مشهد مقدس برگزار شد، گفت: در این دوره از مسابقات هشت نفر از ورزشکاران شهرستان بیرجند به نمایندگی از استان خراسان جنوبی شرکت کردند و حائز مقام های اول تا سوم شدند. نوروزپور تصریح کرد: در این مسابقات علی درانی پور، حمید درانی پور و شایان شکری نیا مقام های اول تا سوم ریکرو را از آن خود کردند و محمد کیانی مقام سوم کامپوند را به دست آورد و کوثر پارسا



وزیر خارجه روسیه؛ آمریکا با سوءاستفاده از دلار در حال تضعیف جایگاه این واحد پولی در جهان است!

آمریکا در حال تضعیف جایگاه دلار در جهان است

شیرودی) تهران با هم رقابت کردند

بیرجند میزبان مسابقات دوومیدانی نراجا

مسابقات دوومیدانی قهرمانی کشور(نراجا) به میزبانی مرکز آموزش ۰۴ بیرجند از ۳ تا ۵ اردیبهشت ماه جاری با همکاری اداره کل ورزش وجوانان و هیات های دوومیدانی استان خراسان جنوبی و شهرستان بیرجند در پیست مجموعه ۱۵۰۰۰ نفری غدیر برگزار می شود.

اهدای فیش حج متوفی برای احداث سالن ورزشی

دبیر مجمع خیرین ورزش یار استان گفت: خانواده مرحوم علی برات جوادی طی اقدامی خدایسندانه به منظور مشارکت در ساخت سالن ورزشی خیرساز روستای کریموی شهرستان سرایان، فیش حج تمتع مرحوم پدرشان را برای ادامه مراحل احداث سالن ورزشی روستا اهدا کردند. به گزارش امروز خراسان جنوبی، جعفر علی آبادی افزود: پروژه سالن ورزشی خیرساز روستای کریمو چهارمین سالن خیرساز استان می باشد که با همراهی و همکاری خیران به نمایندگی رمضان مجیدی در حال اجرا می باشد و مراحل فونداسیون و خرید قسمت های زیادی از آهن آلات مربوطه انجام شده است که نیازمند همراهی و همکاری خیرین است.

فروشی

یک فست فود با تمامی امکانات
با موقعیت مکانی عالی و فروش بالا
به دلیل تغییر شغل واگذار می شود
واقع در خیابان معلم
۰۹۰۳۰۵۶۶۳۴۳

کارگر ساده

جهت کابینت سازی
۰۹۱۵۷۲۳۱۳۶۹

فروشی

سوپر مارکت با تمامی امکانات
دارای سرویس بهداشتی، آشپزخانه و
یک انبار ، تجهیزات نظیر یخچال و
فریزر و قفسه ها و دکور چوبی عالی
و دوربین مداربسته با تجهیزات کامل
کلیه اجناس همراه با فاکتور می باشد.

اجاره بسیار مناسب

بهترین فرصت برای کسب درآمد
تنبلی و بیکاری بسه
یا علی بگو و شروع کن به کسب درآمد
آدرس : امیر آباد ، خیابان ولیعصر
رزمارکت ۰۹۱۵۸۶۱۰۰۹
فروش به علت تغییر شغل

شنبه ۳۰ شهریور

برای پیشگیری از آسیب های اجتماعی مهارت های زندگی رابه فرزندان خود آموزش دهید.

اداره مراقبت در برابر آسیب های اجتماعی اداره کل آموزش وپرورش استان خراسان جنوبی

اوقات شرعی
به افق یسرچند
اذان ظهر ۱۲:۳۲
غروب آفتاب ۱۹:۰۹
اذان مغرب ۱۹:۲۷
اوقات شرعی فردا
اذان صبح ۰۴:۲۷
طلوع آفتاب ۰۵:۵۴



فراز نهج البلاغه: حکمت را هر کجا که باشد، فراگیر، راهی حکمت در سینه سناق است.



کانون تبلیغات رویارپدازان | ویژه سال جدید | برگزاری می کند | نمایشگاه سالنامه و هدایای تبلیغاتی | تخفیف نمایشگاهی از ۱۰ لغایت ۳۰ بهمن ماه | شماره تماس: ۰۵۶ ۳۲ ۴۵ ۷۱ ۵۱

برای سومین سال متوالی در کشور؛

رتبه برتر آموزش و پرورش استان در معرفی مشاغل

نمایشگاه استانی معرفی مشاغل در بیرجند برپا شد



مشاغل منطقه ای و در اردیبهشت ماه نمایشگاه معرفی مشاغل استانی را داریم، افزود؛ علاوه بر این برنامه های مصاحبه شغلی و راه اندازی بانک اطلاعات شغلی را نیز داشته ایم. وی از چاپ و توزیع اطلس مشاغل نوین استان، ایجاد نرم افزار مشاغل خانگی با استفاده از ۱۵۰ جلد کتاب با همکاری اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی استان و... به عنوان برخی از دیگر اقدامات صورت گرفته در این حوزه نام برد و اظهار کرد: این حجم از اقدامات و برنامه ها باعث شده تا آموزش و پرورش استان طی ۳ سال رتبه برتر کشور را در حوزه معرفی مشاغل کسب نماید. اجرای گروه سرود هروان ولایت دبیرستان تزکیه، دوتارنوازی توسط یکی از دانش آموزان (احمدی) و بازدید از غرفه های نمایشگاه استانی معرفی مشاغل از دیگر برنامه های این مراسم بود. نمایشگاه استانی معرفی مشاغل با ۶۰ غرفه از ۲ تا ۵ اردیبهشت ماه جاری در محل سالن ورزشی جماران واقع در بلوار جماران شهر بیرجند دایر می باشد و هر روزه از ساعت ۸ صبح تا ۱۳ پذیرای عموم است.

امروز خراسان جنوبی - حسین زاده نمایشگاه استانی معرفی مشاغل به همت اداره مشاوره تربیتی تحصیلی معاونت پرورشی و فرهنگی اداره کل آموزش و پرورش استان در ادامه معرفی مشاغل صدها ساعت کار انجام شده است. در ادامه رئیس اداره مشاوره تربیتی تحصیلی اداره کل آموزش و پرورش استان از همکاری ادارات کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی، فنی و حرفه ای، بهزیستی، میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری و همچنین صنعت، معدن و تجارت، فرماندهی انتظامی استان، بانک های ملی و سرمایه، دانشگاه های صنعتی و فنی و حرفه ای، کارآفرینان حوزه بنیاد حمایت از زندانیان، سپاه انصارالرضاء (ع) استان، ادارات آموزش و پرورش شهرستان ها و هنرستان ها در برپایی نمایشگاه معرفی مشاغل قدرانی کرد. فرازی هدف از اجرای برنامه های حوزه معرفی مشاغل را در طول سال کمک به انتخاب تحصیلی شغلی مناسب دانش آموزان و معرفی مشاغل موجود در جامعه و رشته های مختلف تحصیلی و مهارتی و نیز کمک به کارآفرینی و اشتغال ذکر کرد و با بیان اینکه هر سال در دی ماه و بهمن ماه نمایشگاه معرفی

امروز خراسان جنوبی - حسین زاده نمایشگاه استانی معرفی مشاغل به همت اداره مشاوره تربیتی تحصیلی معاونت پرورشی و فرهنگی اداره کل آموزش و پرورش استان و همکاری تعدادی از دستگاه ها، هنرستان ها و آموزش و پرورش شهرستان ها در سالن ورزشی جماران شهر بیرجند افتتاح شد. در مراسم افتتاحیه این نمایشگاه که با حضور مدیرکل دفتر جذب و حمایت از سرمایه گذاری استانداری و جمعی از مدیران و مسئولان برگزار شد، ابتدا جعفری معاون پرورشی و فرهنگی اداره کل آموزش و پرورش استان پیام واقعی مدیرکل آموزش و پرورش خراسان جنوبی را قرائت کرد. در پیام واقعی اشتغال اساسی ترین رکن زندگی عنوان شده و با بیان اینکه پیشرفت هر جامعه به ایجاد اشتغال بستگی دارد، مطرح شده بود: هفته معرفی مشاغل می تواند زمینه اشتغال زایی را فراهم نماید و آموزش و پرورش نیز با توجه به اینکه دانش آموزان از گروه های اصلی هدف ایجاد اشتغال هستند نقش مهمی در این راستا ایفا می کند.



تولید | کسب و کار | خرید

۱۰۰ درصد جمعیت استان پرونده الکترونیک سلامت دارند

در نشست خبری به مناسبت هفته سلامت عنوان شد:



یک آزمایشگاه ۱۰ واحد پانسیون، ایجاد ۴۵ واحد بهداشتی، افزایش تعداد پزشک خانواده به ۱۳۶ نفر، افزایش تعداد ماما از ۸۷ به ۱۱۱ نفر... به عنوان دیگر دستاوردهای طرح تحول سلامت در استان است. **به ازای هر ۳۵۰۰ نفر یک پزشک و به ازای هر ۴۳۲۳ نفر یک ماما در استان داریم** دکتر مهدیزاده افزود: به ازای هر ۴ هزار نفر یک پزشک و به ازای هر ۷ هزار نفر یک ماما در کشور وجود دارد که این آمار در خراسان جنوبی به ترتیب به ازای هر ۳۵۰۰ و ۴۳۲۳ نفر می باشد. وی به افزایش ماندگاری پزشکان از ۳۱ به ۳۹ ماه در استان اشاره کرد و گفت: ۵۲ مرکز نمونه گیری در مراکز خدمات جامع سلامت دایر است.

اتمام ۲۰ پروژه بهداشتی تا پایان سال

وی از اتمام ۲۰ پروژه بهداشتی از محل تفاهم نامه ۳ جانبه استانداری، دانشگاه علوم پزشکی و وزارت بهداشت در استان تا پایان سال خبر داد و افزود: با اتمام این پروژه ها از ۱۰۱ پروژه تفاهم شده ۸ پروژه باقی می ماند که بدلیل بالا بودن هزینه خرید زمین با تعهد خیرین ۲ پروژه در مرکز استان هم در دستور کار قرار خواهد گرفت. وی از افزایش تعداد مراکز خدمات جامع سلامت مجری پزشک خانواده از ۷۶ به ۹۳ مورد، فعال کردن ۴ واحد آزمایشگاهی و افزایش داروخانه ها از ۷۶ به ۹۲ مورد خبر داد و افزود: میزان مرگ و میرمادران باردار در ۱۰۰ هزار تولد زنده در سال گذشته ۲۵/۷ درصد بوده که این آمار در کشور ۲۰ درصد می باشد.

شیوع دیابت و فشار خون در استان

دکتر مهدیزاده هم چنین به میزان شیوع دیابت و فشار خون با توجه به افزایش میزان شناسایی ها در استان اشاره کرد و افزود: میزان شیوع دیابت در جمعیت روستایی استان از سال ۹۳ تا ۹۷ از ۲/۷ درصد به ۴ درصد و شیوع فشار خون از ۱۰ به ۱۲ درصد رسیده است. وی ادامه داد: شیوع فشار خون در جمعیت شهری استان که بالای ۳۰ سال سن دارند از ۱۴

امروز خراسان جنوبی - حمیدی به گفته معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند ۱۰۰ درصد جمعیت استان دارای پرونده الکترونیک سلامت هستند چرا که این پرونده بر اساس کد ملی افراد بارگذاری می شود و بعد از مراجعه افراد به مراکز بهداشتی، اطلاعات سلامت آنها در آن ثبت می شود. دکتر کامبیز مهدی زاده در نشست خبری به مناسبت هفته سلامت از یکم تا ۷ اردیبهشت ماه به تشریح عملکرد این مجموعه در حوزه سلامت پرداخت و گفت: در سال ۹۶، ۶۵ درصد جمعیت استان حداقل یکبار به مراکز بهداشتی مراجعه کرده اند که این آمار در سال گذشته به ۷۹ درصد افزایش یافته و تنها ۲۱ درصد جمعیت تاکنون برای چکاپ و ثبت اطلاعات اولیه سلامتشان در پرونده الکترونیک سلامت به مراکز مراجعه نکرده اند. وی از مردم استان خواست برای حفظ سلامتشان هم که شده با مراجعه به مراکز بهداشتی از خدمات رایگانی که برای ثبت در پرونده بکار گرفته شده استفاده کنند تا در آینده مجبور به صرف هزینه زیاد برای درمان بیماری احتمالی شان نشوند.

ارائه عادلانه خدمات حوزه سلامت از اهداف وزارت بهداشت

وی با تاکید بر اینکه یکی از اهداف وزارت بهداشت عادلانه کردن خدمات حوزه سلامت است و از این رو شعار هفته سلامت هم مراقبت های اولیه بهداشتی راهی بسوی پوییش همگانی سلامت نامگذاری شده، افزود: مراقبت های اولیه سلامت چون رایگان ارائه می شود مقرون به صرفه است و در طرح تحول سلامت ویژه دیده شده است.

افزایش مراکز جامع سلامت به ۴۱ مورد

وی از افزایش مراکز خدمات جامع سلامت شهری از ۲۰ به ۴۱ مورد و افزایش مراکز جامع سلامت روستایی از ۴۸ به ۶۱ مورد طی سال های ۹۲ تا ۹۵ خبر داد و بیان کرد: اتمام ساخت و ساز ۱۳ خانه بهداشت،



بانک مهتر اقتصاد

طرح ارمغان مهر

فرصت محدود

پرداخت تسهیلات با ۲ ماه سپرده گذاری تا سقف ۳۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال

حداقل مبلغ برای افتتاح حساب ۲۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال

اقساط حداکثر ۸۴ ماهه

با نرخ سود ۱۵ تا ۱۸ درصد

مهلت افتتاح سپرده تا ۲۸ اردیبهشت ۹۸

تلفن شعب مرکز استان: معلم: ۳۲۴۵۶۲۱۸ | امام خمینی (ره): ۳۲۲۲۶۷۵۸ | مطهری: ۳۲۲۱۴۶۷۱ | مدرس: ۳۲۳۵۷۲۹۵ | فردوس: ۳۲۷۲۷۷۴۰ | قاین: ۳۲۵۲۸۹۲۰ | بشرویه: ۳۲۷۶۰۰۷۰ | طبس: ۳۲۸۲۶۷۴۰