

داداشت امروز

حال خوش خلق خدا

امروز خراسان جنوبی - رنگبری / zangaei@jrbardodaye.ir
 بی نسخه، نسخه روزه را می پندند برخی ها. دکتر نوروش، حکم افطار منی دهند گروهی از مردمان که تاپ همراهی با خلیل روزه داران را در خویش نمی بینند و هدف دوگانه "معرفتی-جسمانی" گرفتارشان می کند. حال آن که در همین شرایط بسیاری از مردمان که سن از ۸۰ هم افزون کرده اند و در دشت و صحرائی همین استان خودمان که بار زرع مشغولند، هم لب از نوشیدن و خوردنی بسته اند و هم برای خود نسخه بهتر روزه داری را می پندند. آنان سخنری با لاف و افان را با نماز و قرآن خوانی و مناجات به طلوع خورشید و اقباب را به طهر پیوند می دهند و اگر شد بعد از نماز طهر، ساعتی می آرامند. نه به دنبال نسخه افطارند و نه مسائل دیگر. زندگی می کنند و دل به گرم دوست دارند و مزایای افزون می کنند در این ماه که رزم برادران خلیص نیت هاشان است و موافقت تا زبان شان بیشتر طغر و طعم قرآن نگردد. حال خوشی دارند این مردم و باید حالی خوش ساخت برای آتانی که نمی توانند روزه بگیرند و حتی همان برخی که بی نسخه طویب، نسخه روزه را می پندند همه ما باید برای رسیدن به حال خوش تلاش کنیم. هم برای خود و هم برای دیگران. من در جست و جوی این حال- به نامه ای رسیدم از مرحوم آیت ا. سید اسماعیل امینپورانی (قدس سره) که پدر ارجمند استاد منتال، سید بزرگوار حضرت فاضل نیا بودند و اصل دل و چراغ کربن معرفت، حضرت ایشان در ماه مبارک رمضان کربن نامه ای برای خانواده، به ترافاتی هاین اشاره کرده اند که برای همه ما می تواند آفتی گشای باشد. به ویژه برای کسانی که ضعف جسمانی به گروهان برداشته است تا از فیض روزه و جلالت اصداک، محروم باشند. نامه این است:

بسم ا. الرحمن الرحیم عمده مطلب که از زمین و آسمان برآید است، ماه مبارک رمضان است. فرزندانم که شنیده ام مریض هستید، هر سه از روزه اجتناب کنید. بیانشه یک روزه ای بگذراند که بر همه واجب است، حتی بر مریض بستری و آن هم روزه گرفتن از حرام و گناه است که در تمام عمر افطار ندارد. ولو یک بار هم که باشد ممنوع است. (و احتیاج) عرض ماههای جشن کبیر و امتناش، سکوت از پیاره و بیپرده گشتن، بسیار معنی خوب و نتیجه عالی دارد و بدون آن، نماز و نماها خیلی فایده ندارد. سید اسماعیل

بله، روزه ای هست که بیماران را هم واجب می آید و همه خلق جهان را نیز هم واجب است و هم سلامت ساز و سعادت آفرین. اگر بنا کنیم ترازوی حرام و حلال را برای خویش تنظیم کنیم، به این نوبت خواهیم رسید که اگر همس، برای روزه همراهی نکرد، جان ما را به روزه جانان برساند. بزرگی می گفت شما به حرام و حلال مقید باشید حتی اگر رگفتی نماز مستحبی هم نخواند، باشد، بهشت برای آن تعیین شده است. اعمال مستحبی هم حال را خوش تر می کند و از همه حال خوش کن تر این است که در این ماه روزه، گریه بکشیم و دستن بگیریم. این هم عبادتی است که از کسانی که توان روزه داری ندارند هم ساخته است. به این طریقی، بیشتر فکر کنیم.

با حضور قاری بین المللی

محفلی انس با قرآن در علوم پزشکی بیرجند برگزار شد

این محفل نورانی به معرفی خود پرداخته و گفته متولد سال ۱۳۹۹ می باشم و در کنکور سراسری سال ۱۳۹۸ رشته پزشکی علوم پزشکی شهید بهشت پذیرفته شدم. دکتر قاسم ربهی اضافه کرد: در سال ۱۳۹۷ در تخصص پزشکی هسته ای شوی بهشتی قبول شدم و بعد از فارغ التحصیلی نیز به استخدام همین دانشگاه درآمدم و به عنوان عضو هیئت علمی دانشگاه و در گروه پزشکی هسته ای بیمارستان شهدای تجریش مشغول ارائه خدمت به مردم می باشم. وی با اعلام اینکه در مسابقات سراسری دانش آموزان در سال ۶۶ مقام اول تلاوت را کسب کرده است، خاطرنشان کرد: قولی در دانشگاه بامست شد که با جشان بیشتر تلاوت قرآن را در محضر استادی بنام از جمله مرحوم حاج علی زبانی پیگیری کردم. استاد علوم پزشکی شهید بهشتی با تأکید بر انس با قرآن و استفاده از اوقات فراغی و مدیریت سایر فرصت ها برای انس بیشتر با قرآن گفت: در زندگی روزمره به قرآن توجه بیشتری داشته باشیم.



امام جمعه موقت بیرجند

دشمنان با تمام توان در مقابل ارزش های دینی کار می کنند



ای مسائل حق را بر نمی تابند. خاطرنشان کرد: مقام معظم رهبری می فرمایند باید با کانون های ضد اخلاق و معنویت به شیوه های معقول بستنیم و اجازه ندهیم جهنمی ها مردم را به زور و فریب جهنمی کنند. امام جمعه موقت شهرستان بیرجند با اشاره به اینکه دشمنان ابزار و امکانات دارند و با تمام توان در مقابل ارزش های دینی کار می کنند، یادآور شد: مسئولان نظام و دستگاه های حکومتی در این جهت مسئول هستند و وظایف سنگینی بر عهده دارند و باید هوشمندان و مسئولانه عمل کنند. حجت الاسلام نورستانی با اشاره به اینکه مقام معظم رهبری تأکید فراوانی به بحث روحیه انقلابی دارند، اظهار داشت: مقام معظم رهبری می فرمایند روحیه انقلابی روح و جان این ملت است. وی با بیان اینکه اگر روحیه انقلابی در جامعه ترویج و تقویت شود بسیاری از مشکلات حل می شود. افزود: مقام معظم رهبری در بیست و هفدهمین اجلاس و در ترقند معنکرد آتانی که در این مسیر توجه ندارند با یک لسان هشدار ما را جهت می دهند امام جمعه موقت شهرستان بیرجند با اشاره به اینکه روحیه انقلابی تریسیدین و عدم ملاحظه کاری است، گفت: در اقدام اخیر ترانسپس مینس بر تریسید خولدن سپاه، حضور همه مردم را در بحث حمایت از سپاه شاهد بودیم. حجت

کوهراهی اروپایی در خصوص برجام است.

امام جمعه موقت شهرستان بیرجند با بیان اینکه اگر روحیه انقلابی گری در جامعه ترویج و تقویت شود بسیاری از مشکلات حل می شود، گفت: دشمنان با تمام توان در مقابل ارزش های دینی کار می کنند. به گزارش تسنیم، حجت الاسلام والمسلمین غلامحسین نورستانی در خطبه های نماز جمعه شهرستان بیرجند در جمع مردم نمازگزار این شهرستان اظهار داشت: هرکجا اختلاف وجود دارد ریشه در اطاعت از غیر خدا و هوانهای نفسانی دارد. وی یکی از مسائل مهم در ماه مبارک رمضان را کسب معارف الهی و تزکیه نفس دانست و افزود: مقام معظم رهبری در گام دوم انقلاب ما را به اخلاق و معنویت توجه می دهند و آن برجسته کردن ارزش های معنوی از قبیل اخلاق، ایثار، توکل و ایمان است. امام جمعه موقت شهرستان بیرجند با بیان اینکه اخلاق و معنویت جهت دهنده تمام حرکات فردی و اجتماعی مردم نیاز جامعه است، بیان کرد: زمانی که بین مردم گذشت، ایثار و فداکاری های محیط زندگی با وجود کمبودهای مادی بهشت می شود. حجت الاسلام نورستانی با بیان اینکه اخلاق و معنویت با دستور و فرمان به دست نمی آید، تصریح کرد: حکومت ها باید منشأ اخلاق و معنویت باشند و زمینه ترویج آن را فراهم کنند. وی با بیان اینکه قلعا در هر جامعه ای عند

راهپیمایی نماز گزاران در حمایت از تصمیم برجامی



اسلامی در پایان این مراسم طی بیانیه ای ضمن محکوم کردن اقدامات ضد بشری دشمنان و تشدید تحریم های ظالمانه علیه ملت ایران از حضور انقلابی و حماسی مردم در این راهپیمایی قدرانی کرد.

رفته، هفتده انارازمان آمریکاست آمریکا، «وای اگر خلعنه ای حکم جهادم دهده باز دیگر حمایت قاطع خود را از دستاوردهای انقلاب اسلامی و اقدام انقلابی شورای عالی امنیت ملی اعلام کردند. شورای هماهنگی تبلیغات

مردم خراسان جنوبی همگام با مردم سراسر کشور در چهارمین روز ماه مبارک رمضان پس از اقامه نمازجمعه در حمایت از مسئولان نظام و بیانیه شورای عالی امنیت ملی راهپیمایی کردند. مردم بیرجند دیروز در دفاع و حمایت از مواضع اخیر دولت در قبال دشمنی های آمریکا و بی نظارتی اروپایی ها در نقض برجام از سویی کاخ سفید، راهپیمایی و بر وحدت و یکپارچگی برای حفظ منافع ملی تأکید کردند. این راهپیمایی از مسالای انهدی (سج) میهادگاه نمازجمعه بیرجند به سمت پارک جنگلی با حضور قشرهای مختلف مردم و جمعی از مسئولان استان برگزار شد. مردم در این راهپیمایی با سردادن شعارهای ملطف خدا، دشمن بگذار رفته، اسبابه کشدند از سرما

پیام امروز

ستون پیام امروز خراسان جنوبی آماده دریافت نظرات و بیان مشکلات شما همشهریان گرامی می باشد
 پیناک: ۳۰۰۰۷۶۵۰۰۰۹۹۹۶

۹۱۵... رمضان ماه بخشنده است. اما بخشنده هم آدمی دارد. چنان باشد که شکمی را سیر کنیم اما هوشش را خدشه دار کنیم. کمک خوب است و نیکو. اما خویشتن آن است روحیات نسل جوان به خصوص دختران جوان و نوجوان ساکن در بعضی محلات خاص و حاشیه ای شهر که کم برخوردتر است را با راه افغان خودروهای مدل بالا در سامان بعد با قیل از افطار برای توزیع غذا در معرض دید همسایگان تخریب نکنیم. به نظر عقیر اگر شهرداری با نصب دکه هایی در مابین نزدیک این محلات و با تحویل غذاها و داشتن شماره هایی از کمک گیرندگان اینه نحوی که مرکز تجمع متکلمان حوضه ای نشود) بسیار نیکوتر است.

۹۱۵... می خواستم بدانم واقعا آن همه آب و تاب و ولعی که مسئولین برای بازسازی و آمارنسانی به سنبل زده ها داشته اند به جایی هم رسیده؟ ما که از هموطنان آرو و عریان دوریم که اوانس از آنل برسییم. رساله ها حداقل یک گزارش بگیرد و ما را مطلع کند تا از حال و روزشان با خبر باشیم.

۹۱۵... احداث یک چهارراه یا چراغ فرمان در یا یک میدان در محل تقاطع خیابان مسلم از مصومیه پایین و مرکز بهداشت مقابل (مصومیه بالا) باعث جلوگیری از سرعت بالای خودروها شده و مصومیه پایین را از بن بست در می آورد.

۹۱۵... سلام: بعد از گذشت دو سال از خواسته هایمان در روستای گیویشاد از تواج شهردار خوسف ترانس برق را نصب کردند یک ماه پیش ولی متاسفانه اعلامد و با جرتیقل جمع کردند و پزند. اگر... من خواهد بگویند تا بدیم چرا نظارت ضعیف است. لطفا استنادی محترم. فرمانداری و دفتر نماینده ولی قلیه تا به داد مردم مظلوم روستا برسند از طرف دیگر مردم را تشویق به ماندن در روستا می کنند و از سوی دیگر شاهد می بوی مسئولین به روستائیان هستیم.

۹۱۵... سلام بشوار شهدای عبادی از پرتودر بیان بلوارهای شهر می باشد و سرعت بالای رانندگان باعث بروز تصادف با عابرینی که قصد تردد از مصومیه پایین به مصومیه بالا را دارند، شده است.

۹۱۵... سلام: نقش مسئولان نظارتی چیست که این گونه شاهد افزایش قیمت ها هستیم؟ وجود برخی مسئولین ضعیف باعث این اوضاع ناایمان شده است. کمی به فکر مردم باشید.

۹۱۵... سلام: شهردار بیرجند! ای کاش گذری به منطقه سجلا شهر داشته باشید تا جدول های فرسوده کنار بلوار امامت و فضای سبز را ببینید.

خوانندگان عزیز با بیان نظرات خود در مورد مطالب این صفحه می توانند سوزها و عکس های خبری خود را به شماره ۳۰۰۰۷۶۵۰۰۰۹۹۹۶ پیناک یا به شماره ۰۹۲۸۲۲۲۰۷۷۰ تلگرام نمایند.

قابل توجه بانک ها، ادارات، بیمارستان ها و ...
خدمتی نوین از بازرگانی حاجیان
نماینده فروش باتری های
UPS، مخبراتی صنعتی و کشاورزی صبا باتری
 در خراسان جنوبی

۰۹۱۵ ۳۶۱ ۸۸۰۲

شعبه مرکزی: چهارراه جوادیه - نبش شهید فهمیده یک

دکتر مانیتور

مرکز بزرگ تعمیرات مانیتور LED و LCD در استان
 حاشیه میدان ۷ تیر - مجتمع فنی الکتروافزار
 ۰۹۱۵۳۶۱۲۹۷۹ / ۰۵۶-۳۲۴۵۵۶۷۴

شله اصل مشهدی - سوپ
چلو جوجه ۱۱ هزار تومان
کیاب کوبیده ۱۲ هزار تومان
چلو سرخ شده ۱۱ هزار تومان
چلو قورمه سبزی و قیمه ۸ هزار تومان

غذای آماده پیام

غذا فقط بهانه است
 دلجویم به دیدار دوباره ...
 ظرفیت ۱۰۰ نفر

پذیرای همشهریان عزیز جهت مراسم افطاری می باشم
 کیفیت و قیمت مناسب را با ما تجربه کنید.

انتهای خیابان غفاری - روبروی غفاری ۲۹ - جنب سرپرستی بانک رفاه
 ۰۹۱۵۸۶۴۴۷۵ - ۰۹۱۵۸۶۴۴۷۹ - ۳۲۴۵۰۵۰ - ۳۲۴۵۱۱۲ - ۳۲۴۵۱۱۱

کترینگ و غذای آماده ثامن

صفاقت کار کترینگ
 در ماه مبارک رمضان
 ۱۱ ظهر تا ۳۳ شب می باشد

سفارشات طبخ غذا برای ۵۰۰ نفر پذیرفته می شود
 آماده عقد قرارداد با کلیه ارگان های دولتی و خصوصی می باشیم

شله مشهدی ممتاز - سوپ - آش رشته - شله زرد

بیرجند - نبش قدس ۲ غربی - جنب فروشگاه رفاه
 ۰۹۱۵۸۶۴۸۳۰۰ - ۳۲۲۱۹۱۱۱ - ۳۲۲۱۹۰۱۱

رستوران مهدی

مفتخر است برای ۸ سال متوالی
از افطار تا سحر
 تمام وقت در خدمت همشهریان عزیز باشد

بیرجند - بیست و هفتمتری چهارم مدرس (خیابان طهماسبی)
 نبش خیابان نوربخش ۰۹۱۵۵۶۱۶۱۸۱-۳۲۴۴۳۳۵ (خورشیدی)

تهیه غذای حسینیون

شله مشهدی و حلیم (اصل) با ما تجربه کنید

ساعت توزیع:
 همه روزه
 ساعت ۱۷:۳۰

بیرجند - پاسداران ۳
 جنب مسجد امام حسین (ع)
 ۰۹۱۵۸۶۱۰۰۵۶ - ۳۲۲۱۱۰۰۰ - ۳۲۲۲۲۷۱۱
 مدیریت: جاویدان پور

تست و تعویض باتری در سطح شهر با خدمات ۲۴ ساعته رایگان | **تولیدی عظیم در صنعت قالیشویی، حس لطافت و پاکیزگی را با ما تجربه کنید**

۰۹۱۵۳۶۱۸۸۰۲ | ۳۲۳۷۱۳۵۵ - ۳۲۳۷۱۳۵۴



شهید غلامحسین استاد

هدف ما از اینکه به جبهه می ایستیم این است که اسلام با پر جا باشد و همیشه و هر زمان زیر بار ظلم و ستم آمریکا و دیگر کشورهای بی دین نرویم پیام سن ایست که اگر ما شهید شدیم دیگر برادران راه ما را ادامه دهند. برای پیروزی اسلام و زنده نگه داشتن اسلام دعا کنید.

افزایش رضایت مندی بیمه شدگان بیمه سلامت در استان



استاد خراسان جنوبی در دیدار مدیر عامل سازمان بیمه سلامت اعلام کرد

سازمان بیمه سلامت، اجرای پروژه‌های الکترونیک است که در این زمینه ۴ پروژه نسخه الکترونیکی (تجویز الکترونیکی)، رسیدگی الکترونیک اسناد بستری، نظام ارجاع الکترونیک و استحقاق سنجی است. وی اضافه داد برنامه نسخه الکترونیکی (تجویز الکترونیکی) در شهرستان بشرویه استان خراسان جنوبی به صورت آزمایشی در حال اجراست و استحقاق سنجی الکترونیکی و بررسی الکترونیک اسناد بستری نیز در استان خراسان جنوبی در حال انجام است. مدیرکل بیمه سلامت استان خراسان جنوبی نیز در این دیدار گزارشی از عملکرد بیمه سلامت در استان ارائه کرد.

استاد خراسان جنوبی گفت: با توجه به فعالیت‌ها و کارهای انجام شده در بیمه سلامت، میزان رضایت مندی بیمه شدگان سازمان بیمه سلامت در استان خراسان جنوبی نسبت به گذشته افزایش یافته است. به گزارش اسروز خراسان جنوبی، محمد صادق معتقدیان در دیدار مدیرعامل سازمان بیمه سلامت افزود: یکی از چالش‌های سازمان بیمه سلامت در سال‌های گذشته، میزان بدهی این سازمان به مراکز طرف قرارداد بود که در حال حاضر وضعیت مطلوب تری نسبت به قبل دارد. وی بیان کرد: استناداری خراسان جنوبی برای کمک به سازمان بیمه سلامت و بیمه شدگان این سازمان

ورود دام به خراسان جنوبی با ارز ۴۲۰۰ تومانی



دو استان با تخصیص ۴۲۰۰ تومان مورد موافقت وزیر جهاد کشاورزی قرار گرفته است.

استان خراسان جنوبی در حال انجام است. مدیرکل بیمه سلامت استان خراسان جنوبی نیز در این دیدار گزارشی از عملکرد بیمه سلامت در استان ارائه کرد.

نماینده مردم شهرستان‌های نهبندان و سریشنه در مجلس شورای اسلامی گفت: با پیگیری‌ها و مکاتبات انجام شده واریات دام داشتی و مولد با ارز ۴۲۰۰ تومانی از کشورهای افغانستان و پاکستان از طریق مرزهای سیستان و بلوچستان و خراسان جنوبی مجاز شد. نظر فعلی، اظهار داشت: در تاریخ دوم اردیبهشت ۹۸ در جلسه کمیسیون کشاورزی، آب و منابع طبیعی خطاب به وزیر جهاد کشاورزی گفتیم با توجه به اینکه به فضل الهی باران‌های در شرق کشور و استان خراسان جنوبی مناسب بوده و باعث شده است مراتع از رشد خوبی برخوردار باشند در سرکشی حوزه انتخابیه از شهرستان‌های نهبندان و سریشنه مردم روستاها و عشایر مدون می‌کنند که دام داشتی و مولد بر اثر خشکسالی‌های چندین ساله به شدت کاهش یافته است. نماینده مردم شهرستان‌های نهبندان و سریشنه در مجلس شورای اسلامی گفت: با توجه به اینکه در گذشته کمبود دام در شرق کشور توسط چوپان‌ها با واریات دام از کشورهای افغانستان تامین می‌شده ضروری

همایش دانشجویان بین المللی دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند برگزار شد



دو استان با تخصیص ۴۲۰۰ تومان مورد موافقت وزیر جهاد کشاورزی قرار گرفته است.

دو استان با تخصیص ۴۲۰۰ تومان مورد موافقت وزیر جهاد کشاورزی قرار گرفته است. نمایندگان استان سیستان و بلوچستان و خراسان جنوبی نیز در این دیدار گزارشی از عملکرد بیمه سلامت در استان ارائه کرد.

در آستانه سالگرد تأسیس دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند همایش دانشجویان بین المللی این واحد دانشگاهی با حضور مسئولان و دانشگاهیان برگزار شد. به گزارش روابط عمومی دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند، در این همایش دکتر شمیم حسینی مدیر امور دانشجویان خارجی دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند با اشاره به اینکه پایه دانشگاه بر حکمت دانش بدون در نظر گرفتن مرزها منکس است گفت: در سند چشم انداز ۱۴۰۴ ساله ۱۳۹۷ هر نفر برای دانشجویان بین المللی لحاظ شده است. در ادامه دکتر سید حسن هاشمی مدیر هیات امنا و رئیس دانشگاه آزاد خراسان جنوبی با اشاره به سالگرد تأسیس دانشگاه آزاد بیرجند و گرمی داشت یاد و خاطره تلاشگرانی که برای اعتدالی این واحد از جان و دل تلاش نموده اند گفت: ورود این واحد دانشگاهی به عرصه‌های بین المللی و جذب دانشجوی خارجی اتفاق مبارک و در واقع تحقق یک رویای دیرین است. وی با اشاره به پیشینه علمی و فرهنگی بیرجند گفت: دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند از امکانات باطنی و ورزشی کم

تجویز روغن

(پاسپور شفاهی)

فروش انواع روغن های ایرانی و خارجی و فیتراجات

نوعی روغن خاص های سبک و سنگین

مجرب به ساختن پختی

کامیون - سبوری

سرویس و تعویض روغن رایگان

بازار ماسفر - روبروی چهارشنبه بازار جدید - جنب پاسکول

۰۹۱۵۸۶۱۷۸۸ - ۰۹۱۵۱۶۰۸۲۲۲

فروشگاه لاستیک ولیعصر (عج)

فروش آسانسور (۳ و ۱۲ نسط)

رونگلیه باران و بارانستان معتبر استان

۰۹۱۵۱۶۴۵۴۸۸

آدرس جدید:

حد فاصل پاسداران ۸ و ۶ - جنب بانک انصار

کشیک

۱۰ روز اول رمضان

۱۲ ظهر تا ۱۲ شب یکسره

سفارشات مجالس افطاری پذیرفته می شود

با پخت برنج ایرانی (کشت دوم)

بین معلم ۴۹ و ۴۷

۰۹۱۲۰۸۴۰۱۹۳ - ۰۳۲۴۲۰۰۸ - خزیمه

غذای رز

Rose restaurant

ظرفیت سالن ۶۰ نفر

صنایع معالجات و پاسداران

۰۹۱۵۱۶۱۳۲۷۰

فروش اینترنتی باتری به قیمت مصوب دولتی (تحويل در محل)

www.esababattery.com

ثبت نام ترم نایبستانی آغاز شد

خیابان توحید - تقاطع چهار راه ۱۵ خرداد

مجتمع ورزشی ولایت - تالار شطرنج

۰۹۱۵۵۶۲۸۰۹ - ۲۲۴۴۴۴۵۷ - ۲۲۴۶۱۰۹

میزبانی

www.birjandchess.ir ۱۰۰۰۵۶۱۴۲۲۰۹۰ سامانه پیام کوتاه: ۱۲ سال سابقه کاری

طنز امروز

وضع ما روزی به سامان می شود

محمود کامل طرفی

وضع ما روزی به سامان می شود

هر چه کمبود است فراوان می شود

چرا که اکنون هم نمی باشد کز آن

پاژ هم اجناس ارزان می شود

قیمت پتئین و مرغ و شیر و گوشت

پدق و کاز و آب و هم نان می شود

کس نکرده احتکاس و کر نمود

رقته کازدار و پنهان می شود

کر نشد آن سوی آبیها هم رود

چند صیاحی را به نرندان می شود

می شود روزی که هر شایسته ای

صاحب کرسی و عنوان می شود

کارها رونق گرفته پی کمان

شغل هر چایی دو چندان می شود

هر جوانی می شود شاقق به کار

پد از آن قاطی مرغان می شود

می شود مدرک گرفت تا دکترا

درس خواندن سهل و آسان می شود

می شود روزی که با پد و دالر

پول ما هم گد و یکسان می شود

کر نشد ماشین ما پورته و پتر

دافل جیبی و لیفان می شود

انمیت پا و هر چا پی نیار

هم زرد کبر و تکهان می شود

می رسد روزی که هر یک لاقیا

صاحب شلوار و تپیان می شود

جمع می گردد پستاد هر چه دود

مقل و سیکار و قتیان می شود

می رسد روزی که تلویزیون ما

خسته از جومولک و آپسان می شود

می رسد روزی که بازارهای چین

پورن کالاهای ایران می شود

می رسد روزی که حتی محتر

دیگر از کرده پشیمان می شود

لا چرم مثل اوراد دکر

وضع درمان هم پسانان می شود

پیش از این کر شعر طوالتی شود

مثنوی در حد زمان می شود

عرضه مستقیم بوقلمون

از تولید به مصرف

به صورت زنده و گشتار

عرضه مرغ

به قیمت

روز گشتار گاه

دستر مرکزی: بازار روز غفاری - غرفه ۲۵

پروتئین امینا

۰۹۱۵۵۶۱۷۸۳۶ (امینی)

ایزوگام شرق

بیر چند - طالقانی ۵ (بخشی)

۰۹۱۵۵۶۲۳۲۷۲ - ۲۲۲۳۵۹۹۲

پاچین فقط

پاچین مزه مزه

پاچین با پخت

تقاطع معالجات و پاسداران

۱۵۹۱۶۹۱

۰۹۱۵۱۶۱۳۲۷۰

صبا باتری

فروش اینترنتی باتری به قیمت مصوب دولتی (تحويل در محل)

www.esababattery.com

ثبت نام ترم نایبستانی آغاز شد

خیابان توحید - تقاطع چهار راه ۱۵ خرداد

مجتمع ورزشی ولایت - تالار شطرنج

۰۹۱۵۵۶۲۸۰۹ - ۲۲۴۴۴۴۵۷ - ۲۲۴۶۱۰۹

میزبانی

www.birjandchess.ir ۱۰۰۰۵۶۱۴۲۲۰۹۰ سامانه پیام کوتاه: ۱۲ سال سابقه کاری

بهترین فواید روزه داری

فواید روزه برای بدن انسان دارای ابعاد وسیعی است که در این خبر به بهترین فواید روزه داری در ماه رمضان پرداخته ایم. به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، یکی از واجبات و سنتن دین اسلام روزه گرفتن است. مردم ۱۱ ماه به خوردن و آشامیدن منی پروانه و از نعمت های الهی بهره مند می شوند. یک ماه را بنا به دستور شارع باید روزه داری کنند، تا روح خود را از هرگونه فساد و آلودگی پاک سازند. روزه داری نیز علاوه بر تعالی روح، به لحاظ پزشکی برای جسم نیز فواید بسیار ارزشمندی دارد. منی شون گفت که در همه ادیان به دستور روزه داری تاکید شده است. ما در این مطالب سعی داریم "فواید روزه داری در ماه مبارک رمضان" را ارائه دهیم. تا علاوه بر اینکه یکی از دستورات اسلام را بجا می آورید با فواید آن برای جسم خود نیز آشنایی بیشتری داشته باشید.

فواید روزه داری برای دستگاه گوارش
پزشکان معتقدند که روزه داری در یک ماه سیستم بدن را بازسازی می کند. سلول های که درون دستگاه گوارش هستند از ریزش باکتری برخوردارند، چون به مدت یک ماه سیستم گوارشی بدن کم تر فعالیت دارد. در حال استراحت است و امکان تجدید این سلول ها وجود دارد. هم چنین میزان متابولیسم افزایش یافته و سوخت و ساز بدن را تحت تاثیر قرار می دهد. در نتیجه میزان فعالیت های

متابولیسمی به حد نرمال می رسد. بنابراین دستگاه گوارش بعد از ماه رمضان بهتر به فعالیت خود ادامه می دهد.

تاثیر روزه داری در سلامت مغز

هنگامی که فرد سالمی بیش از حد غذا مصرف می کند، نوعی اختلالات در مغز ایجاد می شود. با روزه داری، در مغز بعضی تغییرات شیمیایی رخ می دهد که بر سلامت مغز تاثیر می گذارد. پروتئین هایی که به هنگام ورزش کردن در مغز تولید می شود پروتئین های نوروتروفیک است. که آن ها با روزه داری در ماه رمضان نیز در مغز تولید می شود و مدار های عصبی فعال می شود. رشد و فعال شدن آن ها به تشکیل سیناپس های مغز کمک می کند. هم چنین باعث تولید کتون ها که یک منبع انرژی برای عصب است می شود و در توانایی ارتباط با دیگران و صبر و حوصله تاثیر مثبت می گذارد و از ابتلا شدن به بیماری های آلزایمر و پارکینسون جلوگیری می کند.

کمک به کاهش وزن

برخی افراد چاقی که نمی خواهند در ماه رمضان لاغر تر شوند، به جای این که به وزن ایده آل خود برسند، برعکس چاق تر می شوند. دلیل آن هم منی تولید پرخوری های بعد از افطار و سحری و کم تحرکی است. بنابراین در این موارد باید نکاتی را رعایت کرد.



کوبیده می کنند. تری تولید می کنند. کمک می کنند.

افزایش ایمنی بدن با روزه داری
روزه داران حداقل مواد غذایی را دریافت می کنند. این کار باعث فعال شدن سیستم ایمنی بدن می شود. اما نباید در مصرف غذا بعد از افطار زیاده روی کنند و باید برآینه غذایی صحیحی را برای ماه رمضان خود داشته باشند. هم چنین در سالمندان که دچار بیماری های خاصی باشند در صورت روزه گرفتن سیستم ایمنی بدنشان برعکس عمل کرده و بسیار پایین می رود. در صورت روزه گرفتن هم باید تحت نظر پزشک اقدام به روزه داری کنند. روزه ای که خانواده متعال برای انسان واجب کرده است، نه تنها به لحاظ جسمی، بلکه به لحاظ روحی هم فواید و برکاتی دارد. همان

وعده افطار

چی بخوریم

- آب ولرم
- مصرف خرما
- حلو
- غذاهای سبک الهضم و آبکی (غری آنس و سوپ)
- مصرف سبزی خوردن (کاهو، خرفه و ...)
- مصرف نوشیدنی (قالوده خیار یا سکنجبین، قالوده سیب و گلاب)

مصرف شام بعد از افطار

راهکاری ساده برای افزایش حافظه

ایده های نوین - خوبی - khohi@bjrandemrooz.com

من دسته گیاه هایم را کنار در روی میز می گذارم، با هر وقت شخصی جدیدی را ملاقات می کنید، اسم او را تمام با صدای بلند تکرار کنید. این هم یکی از عادات و تمریناتی است که می تواند ذهن شما را پرورش دهد.

جادوگری زردچوبه و فلفل سیاه با هم!
۲ ادویه قدرتمند در دنیای ادویجات یعنی زردچوبه و فلفل سیاه حاوی ۲ ترکیب مفیدی هستند که برای پیشگیری از ابتلا به سرطان مستعد فوق العاده عمل می کنند. مصرف روزانه این ۲ ادویه سبب می شود که از تمامی خواص فلفل سیاه و زردچوبه به طور کامل بهره مند شویم. پیرین موجود در فلفل سیاه و کورکومین موجود در زردچوبه هر دو خواص ضدسرطانی قوی دارند و مصرف جداگانه این ۲ ادویه تمام خواص آن ها را نصیبشان نمی کند. در واقع با مصرف همزمان این ۲ ادویه است که خواص آن ها ظاهر می شود. پیرین تاثیر خواص کورکومین را افزایش داده و هر ۲ ملحق از تکثیر انواع سرطان ها و به طور کلی، باعث تقویت سیستم ایمنی بدن می شوند. زردچوبه که به آن ادویه طلایی نیز می گویند از ادویه های بسیار پرکاربرد در آشپزی است که سابقه بسیار طولانی در طب سنتی نیز دارد. چون دارای خواص ضد التهابی، ضد قارچی، ضد باکتریایی و ضد عفونی کننده ای است. این ۲ عامل اگر با هم ترکیب شوند خاصیت درمانی فوق العاده ای پیدا می کنند. هم فلفل سیاه و هم زردچوبه دسترس رسانی آتریجهای گوارشی در روده را تقویت می کنند که سبب می شود بدن، سموم و راجت کسر بتواند غذا را هضم کند. مطالعات گیاهشناسی دریافته اند هر دو این ادویه ها می توانند از ابتلا به سرطان و نخاعا کم کنند. زردچوبه و فلفل سیاه به دلیل خاصیت ضد التهابی خود از التهاب روده کم می کنند و از این طریق نیز به گوارش کمک می کنند.

توجه داشته باشید که این ادویه ها را باید با دانه های تازه و با پوست آن ها استفاده کرد. همچنین در مصرف آن ها احتیاط کنید. اگرچه این ادویه ها خواص بسیار زیادی دارند، اما در مصرف آن ها زیاده روی نکنید. همچنین در مصرف آن ها احتیاط کنید. اگرچه این ادویه ها خواص بسیار زیادی دارند، اما در مصرف آن ها زیاده روی نکنید.

غذای آماده دلپذیر

ارائه انواع غذاهای ایرانی (شله مشهدی - سوپ)

خیابان غفاری - خیابان ظفری ۱۱ - جنب مسجد امام رضا (ع)
۰۹۱۵۵۳۵۵۵۲۶ (فاتیحی)

شهر پل Stair City

مجری انواع پله، توده، درب، آسانپدر، حفاظ پانکی، حفاظ روی دیوار، عرضه انواع قطعات استیل

نیش مدرس ۳۳ - ۳۳۴۴۱۵۸
۰۹۱۵۳۰۸۵۷۷۱ - جعفری پور - علوی

عروس خانم ها و آقایان ما

دیگه غصه نخورید اگه دنبال په لوازم خانگی خوب با قیمت عالی هستید

عدد ۱۲۸۰۰۰ را به شماره ۱۰۰۰۸۵۹۰ پیامک کنید

رستوران و غذای آماده ایده آل

شله مشهدی - حلیم - سوپ - آن رسته

استانبولی ۸ هزار تومان
چلو قیمة و قرمه ۹ هزار تومان
چلو جوجه ۱۲ هزار تومان
چلو مرغ ۱۲ هزار تومان
چلو کوبیده ۱۲ هزار تومان
چلو پاجین ۱۳ هزار تومان
مرغ بریان ۲۵ هزار تومان

لفن سفارشات: ۱۱-۳۳۳۴۹۳۱۰
۰۹۱۵۵۳۱۶۴۵ - ۰۹۱۵۲۰۹۸۳۷۳
خیابان آویلی - بین نارنج ۷ و ۹
با مدیریت، فاسمی - مناوندی

قیر و ایزوگام سلطانی

۱۰ سال ضمانت نقد - اقساط

با بیش از ۲۰ سال سابقه کاری

سجادشهر - نیش امامت ۱
۰۹۱۵۵۱۴۴۲۱۳ - ۰۹۱۵۶۶۸۹۸۳۱
۳۲۴۲۵۲۰۹

جابجایی تخصصی با کامیون اتاق بزرگ مسقف و مجهز به پتو و ضربه گیر برای ستر مان ها، ادارات و شرکت ها، همراه کارگرهای مجرب و حرفه ای با بیش از یک دهه کار / کارگر تنها جهت تخلیه و بارگیری اثاثیه منزل / ضد در صد تضمینی جابجایی پخالی ساید بای ساید به شیوه کاملا فنی و تخصصی
انبار فاسدک / ۰۹۱۵۷۶۳۲۸۷۵ - سعید

هفت دریا کارواش

شست و شوی انواع ماشین های خارجی و ایرانی

نیش مدرس ۶۳ (نجاتیان)
۰۹۱۵۱۶۳۶۳۸۹ - ۳۲۴۲۱۰۵۱

فروشگاه عبدالهی

عرضه انواع لوازم کولر: در یجه، پوشال، چهار پایه و ...

لوازم گاز سوز و شومینه

بین نواب ۹ و چهارراه شهید مفتح (ایست متری دوم غربی) ۳۲۲۵۰۰۲ - ۳۲۲۱۱۹۹

آجر سفال گیان قومنجان

آجر سفال تیغه ای ۱۰ سانت و ۱۵ سانت / آجر نما و آجر معمولسی

بهترین کیفیت / با مناسب ترین قیمت

بیرجند - چهارراه دوم توحید
روبروی کابینت سازی اعتمادی
۳۳۴۳۷۸۰ - مدیریت: سبزه کار
۰۹۱۵۳۴۰۶۵۳۱ - ۰۹۱۵۳۴۱۸۶۳۵

فروشگاه تخصصی لوازم خانگی

فروش انواع لوازم خانگی با بهترین قیمت

نیش مدرس ۶۳ (نجاتیان)
۰۹۱۵۱۶۳۶۳۸۹ - ۳۲۴۲۱۰۵۱

ابن آدم عندک ما یکفیک و تطلب ما یطغیک ابن آدم لا بقلیل تقنع و لا بکثیر تشبع
فرزند آدم، آنچه حاجت تو را رفع کند در دسترس خود داری و در پی آنچه تو را به طغیان وا می دارد روز میگذاری، به اندک قناعت نمیکنی و از بسیار سیر نمی شوی.

دنیال جنگ با ایران نیستیم



میک مارک وینو وزیر خارجه آمریکا در بیانیهای مدعی شد، جمهوری اسلامی ایران در هفتههای گذشته به مجموعههای تشکیلی از اقلیات و بیابانههای تهدیدآمیز دست زده است...

دوست دارم به من زنگ بزنند



دولت ترامپ رییس جمهور آمریکا در جمع خبرنگاران گفت: «میخواهم ببینم دوست دارم به من زنگ بزنند...»

ترامپ باید پاسخ دهد چرا میز مذاکره را ترک کرد؟



مجدد تخت روچسی نماینده ایران در سازمان ملل در گفتگو با ای بی سی گفت: «اجماعی دستور ایران برای هدف گرفتن آمریکا در منطقه...»

واکنش به اظهارات عراقچی



به دنبال اظهارات عباس عراقچی درباره ابراج احتمالی ایستادگی افغانستان از ایران در صورت افزایش تحریمها...

پایندی ما به اخلاق



برخورد کرده، عباس عراقچی، معاون وزیر خارجه ایران شلمگه چهارشنبه نوزدهم گفت بود: «اگر فروش نفت...»

این توافق برای هر دو طرف خوب است



آجلا مرکز صراطعظم آلمان گفت: «توافق اجرائی تعهدات برجاسی از سوی ایران به نفع این کشور خواهد بود...»

اروپا به جای تأسف به تعهداتی عمل کند



محمدجواد ظریف وزیر امور خارجه کشور گفت: «جانبان اتحادیه اروپا نشان میدهند که چرا کار برجام به اینجا رسیده است...»

نمی توانیم اطلاعات جنگیمان را افشا کنیم



بیزن زنگه وزیر نفت به اظهارنظری از سوی عزتدا - فرهادی مبنی بر اینکه «چرا وزارت نفت افزایش جنگی نمیگوید» پاسخ داد و گفت: «وزارت نفت حدود یک سال است که نه تنها افزایش جنگی گرفته، بلکه درگیر جنگی شدن با یک تجاوزگر بی رحم...»

تعهداتی بگنجانید و معایر با قوانین بین المللی



سید عباس موسوی سخنگوی وزارت امور خارجه واکنش تهران به اقدام آمریکا در تحريم صنعت فلزات ایران گفت: «این اقدام ایالات متحده معایر تعهدات بین المللی این رژیم بوده و مغایر مسئولیت بین المللی آن را فراهم خواهد آورد...»

ترامپ در اشتباه است، ختم کلام



سخنگوی جهان گری وزیر امور خارجه پیشین آمریکا روز پنجشنبه در واکنش به سخنان دونالد ترامپ درباره ارتباط وی با ایرانها گفت: «تمام چیزهایی که رئیس جمهور ترامپ گفت اشتباه است...»

Advertisement for 'Rostوران و قالار سی کاج' (Rostoran va Qalari Si Kaj) featuring a chef and text about food quality and location.

Advertisement for 'Alu Ataqi Yek' (Alu Ataqi Yek) featuring a worker and text about aluminum products and services.

Advertisement for 'Hemtaooin' (Hemtaooin) featuring a window and text about PVC products and services.

اتفاقات خوب در ورزش استان

فهرمان پرتاب وزنه تراز کرد

امروز خراسان جنوبی - قائمی
او را به عنوان یک قهرمان توانمند که معلولیت دارد ولی با
این وجود در رشته پر تاب وزنه و فوتبال هفت نفره مدال
دارد معرفی کرده اند ولی اصلاً متوجه نمی شوم
که معلولیت او چیست چرا که از هر نظر سالم به نظر
میرسد تا حدی که در همان ابتدا از عارف باستانی
متولد ۷۵ کارشناس رشته آبی در این باره سؤال می
کنم.

فهرمان پر تاب وزنه تراز کرد

فهرمان پر تاب وزنه تراز کرد

رشته پر تاب وزنه را در سال های ۸۷ و ۸۸ شروع کردم
و در سال های ۸۹ تا ۹۳ پشت سر هم طلای کشوری
را به دست آوردم و یک مدال دوم کشوری هم دارم. بعد
از یک طرح استعدادهای که در سال ۹۰ بود مرا برای
فوتبال هفت نفره انتخاب کردند که به فوتبال هفت
نفره علاقه مند شدم و به عنوان دروازه بان کار می کنم و
به اردوی تیم ملی نیز دعوت شده ام و در سال ۹۵ بخاطر
معدومیتی که پیدا کردم مجبور شدم کمی از ورزش حرفه
ای فاصله بگیرم تا اینکه در سال ۹۷ با پیوستن دوباره
بازگشتم و اکنون هم برای اردوی تیم ملی دعوت شده
ام که برای انتخابی جام جهانی ۲۰۱۹ می باشد.

انگیزه ما برای ادامه راه چه بوده است؟

من هم مانند هر کس دیگری علاقه به شهرت و دیده
شدن داشتم و گفتم باید آفتاب سخت تلاش کنم و با
توکل به خداوند به این نقطه دست پیدا کنم تا با
من هم مانند دیگر قهرمانان دیده شوم. انگیزه دیگر
من این بود که افراد معلول دیگر هم با دیدن من
متوجه شوند و به این باور برسند که معلولیت محدودیت
نیست و درست است که بر خلاف آف شنا کردن سخت
است ولی اگر تلاش کنند موفق می شوند. همچنین من
خواستم با ورزش و نشان دادن توانمندی های خودم آن
بخش از معلولیت را کمرنگ کنم تا همه به جای اینکه
به معلولیت من توجه کنند به قهرمانی های و افتخاراتی
که کسب کرده ام توجه کنند.

برای شروع این راه خانواده و دوستان چه نقشی داشتند؟

تقریباً قیمت فروش هر متر مربع زمینهای سکون مشاهده شده از طریق بنگاه
های معاملات ملکی در شهر تهران ۱۸ میلیون و ۶۷۷ هزار تومان با میانگین
مساحت ۸۸ مترمربع و متوسط عمر بنای ۱۰ سال بوده است که نسبت به
فصل قبل ۱۳،۵ درصد و نسبت به فصل مشابه سال قبل ۸۱،۷ درصد افزایش
داشته است.



کارکنان وزارت رفاه، با ۷۰۰ میلیارد تومان، در حال تجهیز مسکن در روستاها است.

نگاه مسئولان را چگونه دیده اید؟
مسئولان هم کم لطفی هایی دارند نه تنها به من که
نسبت به تمام قهرمان ها و ورزشکاران استان این گونه
است مثلاً در ابتدا که مقامی کسب می کنی قبول هایت
دازم می شود که البته بعد فراموش می شود و به این
مسئله توجه نمی شود که با همین انگیزه ها من
توانتم در ادامه راه ورزشکار چقدر مفید عمل کنند نه تنها
برای افراد معلول که برای افراد سالم هم همینگونه می
باشد. ما برای اینکه دیده شویم و موفق باشیم پهای
سنگین می نهیم ولی در کنار آن اگر مسئولان هم
توجه داشته باشند بهتر می توان عمل کرد.

وضع ورزش استان را چگونه می بینید؟

از نظر من ورزش استان بسیار است چرا که استعدادهای
خوبی داریم و من در رشته خودم می توانم بگویم در دو و
پهلوانی، پر تاب وزنه و پرس طول خیلی خوب عمل کرده
ایم ولی تا بسیاری ورزش معالجه نشود کاری از پیش
نمی رود که البته با مدیریت جدید در ورزش استان اتفاق
هایی در حال رخ دادن است که امیدوارم ادامه دار باشد و
برای تقویت ورزشکاران بهتر است که لیگ های برگزار
شود و مسئولان استان هم به این سمت توجه

چگونه ما به جنت جازاران و معلولین و اصلاً با ورزش آشنا شدیم؟

من به خاطر ورزش است من توانم بگویم که تا ۱۷ سالگی
یمنی از بدنه تحرکی نداشتم ولی از زمانی که ورزش را
شروع کردم توانسته ام بهبود پیدا کنم و خودم را خوب
کنم به نوبی که الان اگر کسی دقت نکند متوجه این
معلولیت من نمی شود.

چگونه ما به جنت جازاران و معلولین و اصلاً با ورزش آشنا شدیم؟

من به خاطر ورزش است من توانم بگویم که تا ۱۷ سالگی
یمنی از بدنه تحرکی نداشتم ولی از زمانی که ورزش را
شروع کردم توانسته ام بهبود پیدا کنم و خودم را خوب
کنم به نوبی که الان اگر کسی دقت نکند متوجه این
معلولیت من نمی شود.



در حالی است که باید توانمندی خود را شناسایی و آن را
پیشرفت دهند. مسئولان ورزشکار هم باید تلاش کنند تا
دیده شوند و کاری برای خود انجام دهند ولی بیشتر از
ورزشکاران سالم نیاز به حمایت دارند.

برنامه شما برای آینده چیست؟

خیلی دوست دارم که در استان تیم فوتبال هفت نفره
در تمام رده ها داشته باشیم چرا که برای شرکت در
لیگ ها و مسابقات جهانی و کشوری باید هر هفت
نفر دارای یک شاخص و کلاس بندی خاصی باشند تا
توانند در یک تیم قرار گیرند که ما اکنون در استان
نداریم ولی من خواهم یک طرح استعدادهای اینرا
خود تا چنین تیم های یکپارچه ای را جمع کنم و
خود ما بتوانیم به نمایندگی از استان در این مسابقات
شرکت کنیم چرا که اکنون به دلیل نبود تیم با تیم
های شهرستان های دیگر در مسابقات حاضر می شویم
و اگر تیم استان تشکیل نشود تمایل دارم در تیم
مازندران باشم چون این تیم از تیم های دسته بالای
کشور می باشد.

فکرش دانشجویمان تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی

دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند موفق
به کسب مقام قهرمانی در مسابقات کشوری شدند. اینم
اسکیلت روز پصال این واحد دانشگاهی موفق به کسب
مقام قهرمانی کشوری لیگ برتر شد. اعضای این تیم
فاطمه آبیسی قر، فریما عیسیان، فاطمه زهرا قانع
و مهدیه عباس پور می باشند. فاطمه آبیسی قر دانشجویی
تربیت بدنی است. این واحد دانشگاهی نیز موفق به کسب
مقام نایب قهرمانی مسابقات کشوری اسکیلت سرعت
مازتن شد.

فعالیت استخر دانشگاه آزاد بعد از افطار

روابط عمومی دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند اعلام کرد: مجموعه
استخر دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند در تمام ساعات مبارک رمضان
بعد از افطار در دو شیفت (از ساعت ۱۱ تا ۱۳ و ۱۴ تا ۱۶)
بهداد پذیرای علاقه مندان است.

مسابقات دارت ویژه روز جهانی تالاسمی برگزار شد

مسابقات دارت ویژه بیماران تالاسمی برگزار شد. به
گزارش امروز خراسان جنوبی، در بخش خاتم ها سهیل
ابراهیمی، بی بی سیده سعیده میری و زهرا محمدزاده اول تا
سوم شدند و در بخش آقایان، سید کاظم حسینی کباب،
مصطفی حق پناسر و امیرعلی رحیمی مقام های برتر
را کسب کردند.

کبابی و جگر کی حکیم
شله مشهدی - حلیم - آش رشته
سوپ - فرنی - شله زرد
خیابان معلاتی، بین مدرس و توحید، روبروی اداره کل
فرهنگ و ارشاد خراسان جنوبی ۰۹۱۵۳۶۲۵۵۸۷ - تقوی

آگهی ابلاغ اجرائیه (سند دمه)
بدین وسیله به آقای رضا آزاده فرزندی در زمان ششمین شماره ۲۵۱ مورخ ۱۳۹۷/۰۵/۱۰ به
شماره ملی ۰۶۵۱۹۲۹۸۵ ساکن بیرجند - هفده شهریور ۳۰، پلاک ۲۲ ابلاغ می گردد: خانم
علیه سمرندی فرزندی حسین باستاند مند رسمی شماره ۶۲۸-۰۲-۱۳۹۸/۰۵/۱۰ در دفتر خانه ازدواج
شماره یک بیرجند جهت وصول مبلغ ۲۰۰۰۰۰/۰۰ ریال وجه نقد که برابر بهای شاخص کالا و خدمات
بانک مرکزی به مبلغ ۲۴۲/۸۵۷/۱۴۲ ریال معاضه شده. موضوع صافییه خویش تقاضای صدور
اجرائیه بر علیه شما به عنوان زوج و متعهد را نموده که پرونده ای تحت شماره بایگانی ۸۸۰۰۰۰۴۵
در این خصوص اداره اجرای اسناد رسمی بیرجند تشکیل شده است. نظر به اینکه بر طبق
گزارش های مورخه ۱۳۹۸/۰۲/۰۷ و ۱۳۹۸/۰۲/۱۴ مأمور ابلاغ آدرس شما به شرح مندرج در متن
سند به نشانی فوق الذکر شناسایی نگردیده و امکان ابلاغ واقعی مفاد اجرائیه در آدرس معرفی
شده از سوی زوج به نشانی بیرجند، خیابان معلم ۱۰، پلاک ۵ میسر نبوده و متعهد نیز قادر به
معرفی آدرس دیگری از شما نمی باشد. لذا بنا به تقاضای زوج و مستند به ماده ۱۸ آیین نامه اجرا
به موجب این آگهی مفاد اجرائیه فقط یک مرتبه در یکی از روزنامه های کثیر الانشمار درج و مفاد
اجرائیه از تاریخ انتشار این آگهی ابلاغ شده محسوب و عملیات اجرائیه ظرف ده روز از تاریخ
انتشار بر علیه شما ادامه خواهد یافت.

ایزو گام علی پور
نمایندگی رسمی عایق های یئو پارس بیرجند
و دانا کام تهران با کیفیت عالی
ایزو گام و قیر گونی و اسفالت کف
پاسداران - ۱۵ خرداد پلاک ۷۷
تلفن: ۰۳۳۲۴۲۰۰ - ۰۹۱۵۳۶۱۹۶۵ - ۰۹۱۵۳۳۲۴۲۰۰
تاریخ انتشار: ۱۳۹۸/۰۲/۲۱ - گلارضا دادی - رئیس اداره اجرای اسناد رسمی بیرجند

اخبار ورزشی

مسابقات کاراته جام رمضان بانوان برگزار شد
امروز خراسان جنوبی، آنوشه
مسئول برگزاری مسابقات گفت: مسابقات کاراته قهرمان
بانوان استان خراسان جنوبی (جام رمضان) به میزبانی
بیرجند روز پنج شنبه برگزار شد. زهرا سادات بانی افزود: این
مسابقات با حضور ۱۳۰ شرکت کننده از شهرستان های قائم،
بیرجند، طبس، فردوس، نیشابور، زیرکوه، گرمسیر و جویسقان
ساعت ۱ عصر الی ۳ بعد از ظهر تشکیلید. به گفتگوی
دربانان در نتیجه تیمی باشگاه شاتولین با کسب ۱۲ مدال طلا
به عنوان قهرمانی این مسابقات دست پیدا کرد. تیم زمین
سنگ طبس با کسب ۵ مدال طلا و ۵ نقره نائب قهرمان این
مسابقه شد و تیم ماشویی با کسب ۴ مدال طلا و ۳ نقره
موفق به کسب رتبه سوم تیمی در این مسابقه شد.

آغاز اولین دوره رقابت های مینی کلف جام رمضان خراسان جنوبی

زبانس هیئت کلف استان اعلام کرد: اولین دوره رقابت های
مینی کلف جام رمضان استان پنجشنبه شب آغاز شد. مرمیم
بهداشتی افزود: این رقابت ها در سالن تخصصی مینی کلف
استان برگزار و ۲۳ ورزشکار در سه رده سنی آزاد در این دوره از مسابقات
با یکدیگر به رقابت می پردازند. وی ادامه داد: در این رقابت ها

بیرجندی فود
سفارش آنلاین غذا
تحویل در ۳۰ الی ۵۰ دقیقه
birjandifood.ir

آگهی مزایده اموال غیر منقول نوبت دوم
نظر به اینکه در پرونده های کلاسه ۷۹۲۷۵۰ و ۷۹۲۷۵۰۰ و ۹۱۷۳۲۰۵ و ۹۱۷۳۲۰۵ و ۹۱۷۳۲۰۵ و ۹۱۷۳۲۰۵
محمد حسن معتمدی (به پرداخت جمعا مبلغ ۲۹۹/۶۶۸/۹۵۲ ریال در حق آقایان محمود معتمدی سارچی و حسین چهاری و حسین اسماعیلی و محمد حسن شاهی و
محمد براتی و حسن تقویچی و مجموعا مبلغ ۱۸/۶۵۸۰۰۰ ریال حق الاجرا در حق دولت و در قبال بدهی محکوم علیه دو قطعه زمین واقع در روستای تنج اراضی مرتع
جنوب غربی تنج با فاصله ۶۵۰ متری از روستا) که حسب نظر کارشناس ثبتی، قطعه شماره یک به مساحت ۱۵۳۳۸/۹۰ متر مربع و قطعه شماره ۲ به مساحت ۲۵۴۲۴
متر مربع، هر دو فاقد سند رسمی می باشد. حسب استعلام صورت گرفته اراضی مذکور جزو مستثنیات می باشد و حسب نظر کارشناسان هیات پنج نفره: اراضی استانی
کاربردی زراعی و دیمزار با خاک رسی لومی با سطح الارض مناسب زراعی گندم دریم در دامنه تپه ماعور می باشد. در قسمت هایی از اراضی بهنگاری رنگ دیده شده است
که به علت عدم منبع آبی حدود ۷۰ درصد آن خشکیده است. قطعه دو به جاده آسفالت نزدیک تر می باشد. هیچ گونه منبع آبی از قبیل چشمه و قناتی که نهال ها را
مشروب سازد در مجاورت زمین وجود ندارد و آب باید با ناگر به محل حمل شود. معرفی و توثیق و هر دو قطعه به مبلغ سیصد و هشتاد میلیون ریال کارشناسی گردیده
و فرار است از طریق مزایده در مورخ ۱۳۹۸/۰۲/۰۴ ساعت ۹:۳۰ الی ۱۰ صبح در دفتر اجرای احکام مجتمع شهرداری اصفهان از طریق سایت www.dadk.ir قابل
از بای آرزایی شده شروع و به شخصی که بالاترین قیمت را پیشنهاد نماید فروخته خواهد شد. ده درصد مبلغ پیشنهادی فی العجل و بابت مزایده در قبال و نامبرده
مکلف است حداکثر تا یک ماه نسبت به پرداخت باقیمانده ضمن معامله اقدام نماید. در غیر اینصورت ده درصد اولیه به نفع دولت ضبط و مزایده تجدید خواهد شد. لذا
متقاضیان در صورت تمایل می توانند پنج روز قبل از موعد مزایده به این اجرا و دفتر در خیابان طالقانی، بین طالقانی ۱۶ و ۱۴ مجتمع شهرداری اصفهان حله اختلاف بیرجند مراجعه
و از مورد مزایده بازدید به عمل آورند. هزینه نقل و انتقال به عهده خریدار خواهد بود. ضمناً آگهی مزایده از وسایت دادگستری به آدرس www.dadk.ir قابل
مشاهده می باشد.
مدنی چابری - مدیر اجرای احکام مجتمع شهرداری اصفهان حله اختلاف بیرجند

چاپ مجید
قابلیت توجه ادارات، پیمانکاران و شرکت ها
مرکز اسکن، پلاک، لمینت و کپی طولی (متری) و نشه های مهندسی
بیرجند - بین طالقانی ۳ و ۵
تلفن: ۰۳۲۲۰۱۷۹

نقشه برداری
ایمان جلایری ۰۹۱۵۱۶۲۹۰۱۶
پر وفیل طولی هر کیلومتر ۱۳۰۰۰۰ تومان
گرافه دوربین توال باایز نوروزی ۵۰۰۰۰ تومان
تقشه برداری ایاکن مذهبی رایگان

خبرنگار ماباشید
سوزه ها و عکس های خود را برای ما به آدرس تلگرامی زیر ارسال کنید
@Telegram.me/bakhbar

سوزه ها و عکس های خود را برای ما به آدرس تلگرامی زیر ارسال کنید

قابل توجه نویسندگان و مؤلفین خراسان جنوبی
دیگر نگران چاپ تألیفات خود نباشید
 مؤسسه انتشاراتی صبح امروز با بهره‌مندی از فناوری مجرب در بخش های طراحی، چاپ و آفست مجوز از وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی آملدگی دارد
 تألیفات شما را در کمترین زمان و هزینه چاپ و منتشر نماید.
 برای برآورد هزینه‌ی از تخفیفات ویژه یا ما تماس بگیرید >>>
 آدرس: بیرجند - نیش مدرسین - ۳۳ - پلاک ۳۷۷ | تلفن: ۳۳۳۳۳۳۳۳ | انتشارات صبح امروز

افزایش
امروز
 روزنامه امروز خراسان جنوبی

وقایع شرعی
 به اوقات زیر حسب

۱۲:۴۰	انقار ظهر
۱۹:۴۲	غروب آفتاب
۱۹:۴۱	انقار مغرب
۰۴:۰۵	وقایع شرعی فردا
۰۴:۰۵	انقار صبح
۰۵:۴۷	طلوع آفتاب

روزنامه امروز خراسان جنوبی
 صاحب امتیاز و مدیرمسئول: محمود حیدری
 زیر نظر شورای سردبیری
 آگهی: ۲۲۲۲۲۲۲۲ | روابط عمومی: ۲۲۲۲۲۲۲۲
 اشتراک: ۲۲۲۲۲۲۲۲ | نماز: ۲۲۲۲۲۲۲۲
 آدرس: بیرجند - نیش مدرسین ۳۳ - پلاک ۳۷۷ | صندوق پستی: ۳۳۳۳۳۳۳۳
 اینترنتی و چاپ: چاپ و نشر امروز خراسان جنوبی ۲۲۲۲۲۲۲۲

www.birjandemrooz.com
 birjandemrooz@yahoo.com
 @birjandtoday
 @Emroozkhj

تلفن ۶ تشریفات منطقه ای کشور
 عضو تکریمات عالی هیئت مدیره
 سال شانزدهم - شماره ۳۹۰۳
 نشانی: ۲۱ اردیبهشت ۱۳۹۸ - ۵ رمضان ۱۴۲۰ - ۲۰۱۹

قول پیگیری برای تأمین پزشک متخصص دیالیز و فلوشیپ نازایی

معاون استاندار در بازدید از مرکز جامع درمان بیماران خاص خراسان جنوبی متعهد شد:

آغاز بکار کلینیک خواب



کلینیک اختلالات خواب برطرف و حتی در اقدامی منحصربه‌فرد مهندسی رویا بدون هیچ عارضه درمانی صورت می‌گیرد.
۱۱۶ نفر تحت حمایت مرکز جامع بیماران خاص
 مسئول مرکز جامع بیماران خاص خراسان جنوبی هم در حاشیه این بازدید به خبرنگار ما گفت، در این مرکز از کمک‌های خیرین در درمان بیماران هم استفاده می‌شود که نتیجه آن دسترسی آسان بیماران خاص و صعب‌العلاج به خدمات درمانی است. هنای دهقانی با بیان اینکه کلیه خدمات سرپایی از قبیل دیالیز، تریس خون، نایباروری، فیزیوتراپی، دندانپزشکی، داروخانه، آزمایشگاه، بانک خون، تالاسمی، هموفیلی، سونوگرافی و اختلالات خواب در این مرکز ارائه می‌شود، افزود، این مرکز از طریق ویدئو کنفرانس به کلیه مراکز

نازایی هنوز این بخش فعال نشده است.
فول های مساعد معاون استاندار
 معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی استاندار خراسان جنوبی هم در جریان بازدید چند ساعته از مرکز درمان بیماران خاص استان و در پاسخ به درخواست بیماران دیالیزی برای جذب متخصص بخش دیالیز مرکز پیگیری لازم از وزارتخانه در دست اقدام است که امید می‌رود محقق شود.

امروز خراسان جنوبی - حمیدی
 همزمان با ۱۸ اردیبهشت ماه روز بیماری‌های خاص معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی استاندار خراسان جنوبی به همراه مدیرکل دفتر امور اجتماعی و فرهنگی استانداری، رئیس دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، مدیر مرکز درمان بیماران خاص استان و جمعی از مسئولان از مرکز جامع درمان بیماران خاص خراسان جنوبی شامل بخش‌های دیالیز، تالاسمی و هموفیلی، نایباروری، فیزیوتراپی، دندانپزشکی، آزمایشگاه و کلینیک اختلالات خواب بازدید کردند و از نزدیک در جریان

ثبت نام ۱۵۰۰ زوج نابارور در مرکز درمان بیماران خاص استان



نحوه خدمت‌رسانی به این بیماران قرار گرفتند.
ارائه خدمات به ۲۰۰ بیمار بوند کلیه در خراسان جنوبی
 رئیس دانشگاه علوم پزشکی بیرجند در این بازدید با بیان اینکه حدود ۲۰۰ بیمار بوند کلیه در استان از خدمات بخش دیالیز بهره‌مند هستند، گفت، در بخش دیالیز حتی بیمار برای تأمین داروی خاصی که هم مورد نیاز است به بیرون از مرکز مراجعه

افزایش ۱۳ درصدی بیماران دیالیزی و ۲۴ درصدی اماس
 وی به افزایش ۱۳ درصدی بیماری دیالیز و ۲۴ درصدی بیماری اماس در استان با توجه به تأثیر شیوه زندگی و مسائل جامعه بر اینستا به بیماری‌های اکتسابی اشاره کرد و افزود، بیماری‌های تالاسمی و هموفیلی که رتبه اول است، شیوع کمتری نسبت به سال‌های گذشته و اسکن‌های مجبور داشته است اما با توجه به مسائل روز در خصوص موالید، میزان درصد افزایش در بیماری هموفیلی داشته‌ایم که ما در این باره تأکید زیادی برای عدم افزایش این روند داشته‌ایم که اگر از واجبی صورت می‌گیرد، تحت نظر این مرکز باشد که متأسفانه در خصوص بیماری هموفیلی این کار انجام نشده است.

آغاز بکار رسمی کلینیک خواب از دو ماه گذشته
 رئیس و پزشک کلینیک خواب مرکز درمان بیماران خاص در این بازدید گفت، این کلینیک از دو ماه قبل رسماً فعالیت خود را آغاز کرده و تاکنون حدود ۶۰ بیمار داشته ایم. دکتر صالحی پور افزود، در این

وی با اشاره به اینکه یک هزار و ۵۰۰ زوج نابارور استان در این مرکز تشکیل پرونده داده اند، افزود، تعدادی از این مراجعه‌کنندگان درمان دارویی و تعدادی هم درمان آی یو آی شده اند که تشریح آن تولد حدود ۴۰ نوزاد در این مرکز بوده است.
 وی تصریح کرد، امکانات برای عمل آی وی اف (IVF) در استان فراهم شده اما به دلیل نبود فلوشیپ



رئیس سازمان دانش آموزی خراسان جنوبی خبر داد:

اجرای طرح سیل مهربانی برای کمک به سیل زدگان توسط پیشتازان

افزایش گروه‌های تشکیلاتی مدارس خراسان جنوبی

اعضای پیشتازان برای زلزله کرمانشاه جمع‌آوری شد.
اجرای طرح سیل مهربانی و کمک به سیل زدگان
 وی تصریح کرد: در بحث سیلی که امسال به وقوع پیوست، نیز طرح سیل مهربانی برای کمک به سیل‌زدگان برگزار شد که در این راستا با همکاری هیات احمر ۵۰ هزار پاکت توزیع شده است. با اطمینان گفت: در زمینه کمک به زیرساخت‌های آموزشی مناطق سیل‌زده نیز خراسان جنوبی معین استان گلستان بود که در این راستا در گام بعدی در طرح سیل مهربانی همکاری می‌باید نیز جمع‌آوری شده است.

۳ میلیارد و ۵۰۰ میلیون ریال نقدی و ۲۶ میلیارد ریال غیرنقدی کمک کردند
برگزاری طرح ملی گردشگری
 با اطمینان از برگزاری طرح ملی گردشگری در راستای آشنایی دانش‌آموزان با صنعت بیمه خیر داد و افزود:
 طرح آموزشی سلاطین نیز در راستای آموزش برای فرزندان شاهد برگزار شده است.
برنامه‌های پرورش و نشاط یکی از نیازهای دانش‌آموزان
 وی با اشاره به اینکه همه ساله در دهه فجر در تمام شهرستان‌ها مانور بزرگ یاوران انقلاب برگزار می‌شود، گفت: یکی از نیازهای فعلی دانش‌آموزان در خراسان جنوبی برگزاری برنامه‌های پرورش و نشاط برای افزایش نشاط اجتماعی و فاضله‌گرفتن از انرژی است. رئیس سازمان دانش‌آموزی خراسان جنوبی با اشاره به وقوع زلزله در برخی نقاط کشور در سال گذشته بیان کرد: در این راستا می‌باید توسط

هدف تربیت خبرنگاران متعهد و صادق از میان دانش‌آموزان تشکیل شد، گفت، یکی از مهارت‌هایی که دانش‌آموزان باید کسب کنند مانور زلزله است چون خراسان جنوبی استان زلزله‌خیزی است و باید دانش‌آموزان آماده باشند.
ارزدهای دانش‌آموزی زمین‌ساز زندگی در شرایط سخت
 با اطمینان به ارزدهای دانش‌آموزی اشاره کرد و افزود، ارزدهای دانش‌آموزی زمینه‌ساز آموزش فیرستیم مهارت‌های زندگی در شرایط سخت است که در این راستا در سال گذشته ۸۰ دانش‌آموز از خراسان جنوبی به اردوی ملی در اردوگاه باهنر اعزام شدند.
کمک به جشن عاقله‌ها
 وی به برگزاری مراسم احلی من العسل در روز شهادت حضرت قلمسراج اشاره و بیان کرد: در طرح مهر عاقله‌ها در روزهای آغاز سال تحصیلی گذشته که با همکاری کمیته اسناد برگزار شد، دانش‌آموزان

اینکه ۲۰ درصد دانش‌آموزان خراسان جنوبی عضو سازمان دانش‌آموزی و زیرمجموعه خیرگزاری پاناس هستند، افزود، وظیفه ما این است که با توجه به شعار سال، مهارت‌های اقتصادی را برای دانش‌آموزان ویژه ببینیم.
جذب ۱۵۰ دانش‌آموز علاقمند به حرفه خبرنگاری
 با اطمینان تعداد اعضای شوراهای دانش‌آموزی در سطح شهرستان را ۲ نفر و در استان ۱۱ نفر عنوان کرد و با بیان اینکه یک دانش‌آموز دختر و یک دانش‌آموز پسر نیز نمایندگان دانش‌آموزان خراسان جنوبی در مجلس دانش‌آموزی کشوری هستند، ادامه داد:
 تاکنون توانسته‌ایم ۱۵۰ دانش‌آموز علاقمند به حرفه خبرنگاری را در خیرگزاری پاناس جذب کنیم و همچنین ۲۰ دانش‌آموز آموزش‌های پیشرفته را یاد گرفته‌اند. وی با بیان اینکه خیرگزاری پاناس با

امروز خراسان جنوبی - گروه خبر
 رئیس سازمان دانش‌آموزی خراسان جنوبی از اجرای طرح سیل مهربانی برای کمک به سیل‌زدگان توسط پیشتازان سازمان دانش‌آموزی خبر داد. محمد رضا با اطمینان در جمع خبرنگاران به مناسبت فرا رسیدن ۲۸ اردیبهشت ماه سالروز تأسیس سازمان دانش‌آموزی در سال ۷۸ به اهداف تأسیس این سازمان اشاره کرد و گفت: سازمان دانش‌آموزی با هدف افزایش مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان، مسئولیت‌پذیری، کار تیمی در بین دانش‌آموزان و تربیت دانش‌آموز در تمام جنبه‌های سیاسی، اجتماعی و دینی تأسیس شده است.
سازمان دانش‌آموزی یک ظرفیت در کنار آموزش و پرورش
 وی از تکیه بیش از حد دانش‌آموزان به کتب درسی به عنوان یک آسیب جدی یاد کرد و بیان کرد و بیان کرد و افزود، دانش‌آموزان با یک ظرفیت در کنار آموزش و پرورش دست و پا کرده‌اند. این مجموعه استعدادهای دانش‌آموزان را در حوزه‌های مختلف اجتماعی، سیاسی و ... شناسایی می‌کند. وی بیان کرد: قبل از دولت دوازدهم ۳۹ گروه تشکیلاتی وابسته به سازمان دانش‌آموزی وجود داشته که در حال حاضر به ۱۰۲۳ گروه یا عضویت ۲۶ هزار و ۵۰۰ دانش‌آموز رسیده است.
راهاندازی مجلس دانش‌آموزی در سطح کشور
 وی با اشاره به راهاندازی مجلس دانش‌آموزی در سطح کشور با هدف مسئولیت‌پذیری نسل آینده گفت: فرایند تشکیل این مجلس با انتخابات شوراهای دانش‌آموزی آغاز می‌شود.



عضویت ۲۰ درصد دانش‌آموزان استان در سازمان دانش‌آموزی
 رئیس سازمان دانش‌آموزی خراسان جنوبی با بیان