

**دکتر ضیا مهندسی**  
سازنده های هوشمند  
پلاک خردابی در شب  
شناسایی چهره  
همراه با تصاویر مگاپیکسلی  
Milesight  
بیرجند - بلوار معلم - بین معلم ۹ و ۱۱ - جنب نمایندگی مدیران خودرو  
۲۲۲۲۳۶۱ و ۲۲۲۳۰۶۳۳

اولین جلسه ستاد پیشگیری و رسیدگی به جرائم و تخلفات انتخاباتی استان برگزار شد

## هشدارهای انتخاباتی

آغاز زودهنگام تبلیغات انتخاباتی

عزم جدی قوه قضائیه برای برگزاری انتخابات سالم

ذره بین انتخابات روی مدیران

صفحه ۳



رئیس سازمان صمت استان از مردم درخواست کرد  
گزارش تخلفات



جریمه  
دو مشاور املاکی  
در بیرجند



قانونمداری بیرجندی‌ها  
و ناکام ماندن معاندان



گوشه نشینی معلولان  
فهرمان جدید رسته ورزش معلولان، خانواده و جامعه بصر هستند



آغاز برداشت طلای سفید در خراسان جنوبی

تاکسی های دوگانه سوز  
در شهرهای فاقد جایگاه سی ان جی  
سهامیه بنزین می گیرند

دامها بیمه اجباری می شوند

بارش باران و پیش بینی برف  
در خراسان جنوبی

وکیل طلاق شهر

صفحه ۵

در نهایت تأثر و تألم مادری دلسوز، فداکار و ایثارگر  
مرحومه مغفوره  
**حاجیه فاطمه سیفی**  
«مادر گرانقدر شهید محمدرضا فرهادی»  
به فرزند شهیدش پیوست. مراسم تشییع و تدفین آن عزیز سفر کرده  
امروز دوشنبه ۲۷/۸/۹۸ ساعت ۱۴ سالن بهشت متقین برگزار می گردد.  
خانواده شهید فرهادی

من لم یشکر اخلاق  
لم یشکر الخلق  
بهرترین آثار از رسالتین و طبع ترین هنرنامه است  
(مقام معظم رهبری)  
بدین وسیله از اهالی رسانه استان به منظور پوشش  
گسترده و به موقع اطلاعات و اخبار سیزدهمین  
جشنواره تئاتر خراسان جنوبی در ایام جشنواره  
صمیمانه قدردانی می گردد.  
بدون شک رسانه ها نقش بسیار تأثیرگذاری در ترویج  
فرهنگ و هنر اصیل ایرانی - اسلامی دارند.  
سیدعلی زمزم  
دبیر سیزدهمین جشنواره تئاتر استان خراسان جنوبی

**شرکت بنیاد بتن خراسان**  
وابسته به بنیاد مسکن انقلاب اسلامی  
« تولید بتن آماده (دارای پروانه استاندارد) »  
« تولید شن و ماسه دانه بندی شده (دارای پروانه استاندارد) »  
« تولید بلوکه پر سی قه پر »  
آدرس دفتر: بیرجند، خیابان عدل، نبش عدل ۱۷، فرعی اول سمت چپ  
آدرس کارگاه: جنب شهرک صنعتی بیرجند، کیلومتر یک جاده دهنو، بعد از کارخانه کاشی فیلاور  
تلفن کارگاه: ۳۴۳۵۰۱۸۳ - ۳۴۴۲۲۴۸۱ - ۳۳۳۷۳۳۳۳ - ۹۱۵۵۶۳۳۷۳۳۳  
با سابقه فعالیت در بازسازی مناطق زلزله زده استان کرمانشاه  
اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی خراسان جنوبی برگزار می کند:  
www.kh.j.farhang.gov.ir  
سیمد و نود و نهمین نمایشگاه کتاب کشور و سیزدهمین  
نمایشگاه کتاب خراسان جنوبی  
۳ لغایت ۸ آذرماه ۱۳۹۸  
ساعات بازدید: ۱۵:۳۰ الی ۲۱:۳۰  
نمایشگاه های بین المللی استان (جاده علی آباد)  
تخفیف ۲۰٪

اسامی برندگان همایش بزرگ پیاده روی  
خانوادگی ولایت (۱) و آدینه (۲۶)  
شرح در صفحه ۶

**شرکت آب و فاضلاب خراسان جنوبی**  
تجدید آگهی مناقصه عمومی یک مرحله ای با ارزیابی کیفی شماره ۱۱۳۶۹/۲  
شرکت آب و فاضلاب استان خراسان جنوبی در نظر دارد پروژه عملیات مدیریت فشار شبکه توزیع آب شهر بیرجند را با مشخصات  
زیر از طریق مناقصه بر اساس قانون برگزاری مناقصات از طریق مناقصه عمومی واگذار نماید.  
ردیف | مشخصات پروژه | محل اجرا | محل تأمین اعتبار | مبلغ اولیه برآورد بر اساس فهرست بها سال ۱۳۹۸ | مدت اجرا | رتبه و گواهی مورد نیاز  
۱ | احداث ۵ باب حوضچه اجری و عملیات نصب شیرهای فشارشکن به قطر ۱۵۰ میلیمتر بر روی خطوط ابدار از سمت موجود به طور کامل در شبکه توزیع آب موجود، تهیه، حمل و باراندازی و نصب شیرالات، اتصالات و متعلقات مطابق با نقشه های اجرایی پیوست اسناد مناقصه | شهر بیرجند | اعتبارات سرمایه ای | ۲/۸۲۰/۱۴۰/۷۲۶ ریال | ۳ ماه | گواهی صلاحیت ایمنی

از کلیه پیمانکاران واجد شرایط دعوت می شود جهت اعلام آمادگی و کسب اطلاعات بیشتر و دریافت اسناد و دعوت نامه حداکثر به مدت ۴ روز پس از تاریخ انتشار آگهی به سایت آب و فاضلاب خراسان جنوبی و سایت ملی مناقصات مراجعه نمایند. شایان ذکر است اعلام پاسخ به فراخوان هیچ گونه حقی برای پیشنهاد دهندگان ایجاد نمی نماید. پیمانکاران جهت کسب اطلاعات بیشتر می توانند با شماره تلفن های ۳۴۴۳۳۳۰۶ - ۳۴۴۳۳۳۰۹ - ۰۵۶ تماس حاصل فرمایند.  
توضیحات ضروری:  
۱ - مهلت تحویل: آخرین مهلت ارسال اسناد ارزیابی و دعوتنامه ساعت ۱۴ عصر روز دوشنبه ۹۸/۹/۱۸ می باشد و زمان گشایش اسناد ارزیابی و پیشنهادات روز سه شنبه ۹۸/۹/۱۹ ساعت ۱۰ صبح در محل اتاق جلسات شرکت برگزار خواهد شد.  
۲ - پیمانکاران حقوقی دارای رتبه ۵ یا بالاتر در رشته آب از سازمان مدیریت و برنامه ریزی کشور  
۳ - پیمانکارانی که بالای ۶۵ امتیاز را بر اساس آیت های ارزیابی کسب نمایند وارد پروسه پیشنهاد قیمت خواهند شد.  
۴ - اعتبار این پروژه از محل اعتبارات سرمایه ای می باشد.  
۵ - ارائه گواهی صلاحیت ایمنی در این مناقصه الزامی می باشد.  
لطفاً اسناد مناقصه را از طریق سایت ملی مناقصات و سایت شرکت آب و فاضلاب خراسان جنوبی دریافت نمایند.  
دفتر قراردادها - شرکت آب و فاضلاب خراسان جنوبی  
http://iets.mporg.ir www.abfa-kh.jir

**غذا آماده ماهان**  
طعم خوشمزه را با ما تجربه کنید  
نیش عدل ۱۸ (انتهای معلم ۱۸)  
۰۹۱۵۹۹۰۷۱۶۳ - ۳۲۲۰۴۰۴۸  
پیش سوغات شرافتر  
زرشک - زعفران - صاب - آلو و ...  
۰۹۱۵۱۶۴۱۳۰۱

اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی خراسان جنوبی برگزار می کند:  
www.kh.j.farhang.gov.ir  
سیمد و نود و نهمین نمایشگاه کتاب کشور و سیزدهمین  
نمایشگاه کتاب خراسان جنوبی  
۳ لغایت ۸ آذرماه ۱۳۹۸  
ساعات بازدید: ۱۵:۳۰ الی ۲۱:۳۰  
نمایشگاه های بین المللی استان (جاده علی آباد)  
تخفیف ۲۰٪





رئیس سازمان صمت استان از مردم درخواست کرد

# گزارشی تخلیفات

## نشست خبری



شهید سالار حسین دوست آبادی

از همه ملت مسلمان می‌خواهم که این سعادت را که خداوند این روزها به ما عنایت کرده از آن غافل نمانیم و قدر و منزلت حکومت اسلامی را بدانیم که اجداد ما در انتظار چنین روزهایی بودند اما سر به خاک بردند و عزت و عظمت مستضعفین را ندیدند، ذلت و خواری دشمنان اسلام و مستکبرین را ندیدند. همیشه مدافع و حامی گفتار رهبران اسلامی باشیم و هر چه جد و جهد کنیم تا احکام اسلامی در جامعه پیاده شود... در راه اسلام و انقلاب نهایت کوشش را بکنند که ما امروز هر چه داریم از اسلام است و هر چه بدبخشی داریم از جهت اینست که از اسلام و قرآن دور ماندیم.

### طنز امروز

#### فراوان شکر و تقدیر از تو دارم

حمیدرضا داودی (هوار)  
سلامی می‌کنم پر آن که بالاست  
عزیز چو نمه، مشتیه، آقاست!  
سلامی می‌کنم پر ری اعلم  
نشست قسمت بگیرم دخت عمه ام  
به نام آنکه خاطر خواه داره  
درون قلب ما شاه راه داره  
به نام آنکه خیلی کار درسته  
همیشه پر می‌داره پار غصه  
شئیدم اومده تا عمق گردن  
آدم خوبیا می‌خوان دورش بگردن  
کسی در عالم از او کُنده تر نیست  
نه در کوه و نه در دریا، نه در پیست!  
همیشه خنده رو لبهای عرشش  
خودش تنها شده آقای بخشش  
خوش اخلاق و عزیز و مهربونه  
مداوم دست او رو شوئونه  
به من داده همینجا کسب و پیشه  
خودش می‌دونه نمر شصت و شیشه  
هوار از دست مردی داره فریاد  
که نعمتها تو فرتی داده پر یاد  
فراوان شکر و تقدیر از تو دارم  
به جای خر نمودی ما رو آدم!

امروز خراسان جنوبی - حسین زاده  
رئیس سازمان صنعت، معدن و تجارت استان گفت: هیچ حوزه و صنفی دلیل افزایش قیمت بنزین، نمی‌تواند و نباید افزایش قیمت کالا و خدمات داشته باشد و مردم هرگونه تظلم را از طریق سامانه ۱۲۴ گزارش نمایند تا در اسرع وقت با متخلف برخورد شود. داود شهرکی در نشست خبری روز گذشته افزود: ما اعلام می‌کنیم که هیچگونه افزایش قیمتی به واسطه افزایش قیمت بنزین اتفاق نخواهد افتاد و مردم بیش از نیاز معمول خود خرید نکنند.  
وی از سفر قائم مقام وزیر صمت در امور بازرگانی به استان در آینده نزدیک خبر داد و گفت: در این سفر به طور کامل بحث مرز و تمهیدات تسهیل در صادرات و واردات را مورد بررسی قرار خواهیم داد و در این خصوص تصمیماتی اتخاذ خواهد شد.

ارزاج ۸۱۷ پرونده به ارزش ۲۶ میلیارد ریال به تعزیرات  
رئیس سازمان صمت استان از انجام ۶۶ هزار فقره بازرسی در سال جاری و ارسال ۸۱۷ فقره پرونده به تعزیرات به ارزش ۲ میلیارد و ۶۰۰ میلیون تومان در خراسان جنوبی خبر داد و افزود: طی این مدت یک میلیارد و ۱۰۰ میلیون تومان بازگشت مبالغ به شکات داشتیم که از این طریق از تشکیل پرونده جلوگیری شده است. همچنین حدود ۲ هزار گزارش مردمی از طریق سامانه ۱۲۴ داشته ایم.

وی با تأکید بر اینکه نظارت ها با گزارشات مردمی تکمیل می‌شود از مردم خواست گزارشات و سوالات و ابهامات خود را از طریق سامانه ۱۲۴ ارائه دهند و افزود: در این راستا و برای تسهیل بزودی سامانه ۱۲۴ بر روی تلفن همراه فعال می‌کنیم.

**پایین ترین قیمت را در اقلامی مانند گوشت داریم**  
وی با ذکر اینکه جزو معدود استان های هستیم که پایین ترین قیمت اقلامی مانند گوشت را داریم، گفت: در این راستا تصمیماتی مبنی بر ممنوعیت خروج دام زنده از استان را با همکاری قابل تقدیر نیروی انتظامی و دادستان مرکز استان و دادستان های شهرستان های دیگر به خوبی اجرایی کردیم و مجوز صادرات این اقلام در زمان نیاز استان صادر نمی‌شود. وی قیمت هر کیلوگرم گوشت گوسفندی لاشه و نیمه لاشه را در استان به شرط کیفیت ۷۵ هزار تومان ذکر کرد و با بیان اینکه مردم در صورت مشاهده تخلف حتما موضوع را از طریق سامانه ۱۲۴ گزارش دهند، افزود: با توجه به توزیع گوشت منجمد با قیمتی حدود ۵۰ هزار تومان، تفاوت قیمت گوشت گرم و منجمد کاهش یافته و نگرانی ایجاد صف و نارضایتی هایی که در مقطعی با وارد آمدن شوک قیمتی به وجود آمد رفع شده است. ضمن اینکه سامانه ای را نیز برای توزیع بین واحدهای صنفی تعریف کرده ایم.

**توزیع ۲۹۰ هزار جلد دفتر دانش آموزی در استان**  
شهرکی افزود: برای شکریا اصلاح قیمت به حالت تعادل رسیدیم، در حوزه مرغ جلوی نوسانات قیمت گرفته شده است، در بحث لاستیک محدودیتی را برای توزیع نداریم و سامانه ای برای شهرداری ها و بخش حمل و نقل تعریف شده و از این طریق براساس کارکرد، سهمیه به آنها تخصیص داده می‌شود. البته در حوزه پوشاک و لوازم خانگی که چند استان محدود تولیدکننده این اقلام هستند ممکن است افزایش قیمتی باشد اما در کالاهای اساسی همراهی های لازم به عمل آمده است.

**در بختی حمل و نقل بهانه ای برای افزایش نرخ گرایه وجود ندارد**  
رئیس سازمان صمت استان با اشاره به بحث افزایش قیمت بنزین گفت: در بخش حمل و نقل شهری و بین شهری فعالان این عرصه شناسایی شده و سهمیه براساس کیلومتر کارکرد در اختیارشان قرار می‌گیرد و بهانه ای برای افزایش نرخ گرایه نداریم و در صورت مشاهده یا گزارش تخلف، برخورد می‌شود. وی افزود: بررسی کارشناسی و تحلیلی نشان می‌دهد که اثر قیمت بنزین بر روی اکثر کالاها صفر است و لذا افزایش قیمت به بهانه افزایش قیمت بنزین قابل قبول نیست و در خصوص چند قلم کالایی که ممکن است دو سه درصد باعث افزایش قیمت شود نیز وضعیت قابل کنترل است. شهرکی با ذکر اینکه

استان نیز در خصوص این سامانه گفت: اقلام ۱۰ گانه ای که باید انبارها و میزان موجودی آن ثبت سامانه شود عبارت از برنج، شکر، چای، کنجاله، سویا، جو، ذرت، لاستیک، کاغذ چاپ و روزنامه، گندم و روغن موتور می‌باشد که چنانچه موجودی و انبارهای آن ثبت سامانه نشود ظن بر قاچاق خواهد بود. البته در کنار این سامانه جامع تجارت نیز برای رصد گروه های تولیدی و وارداتی تعریف شده و رصد کالا در جامعه هدف از واردکننده و تولیدکننده تا فروشنده صورت خواهد گرفت. تهوری افزود: تاکنون بیش از ۵ هزار و ۳۶۶ انبار در سامانه ثبت شده و ۲۵۰ انبار هم در سامانه اعلام موجودی ثبت گردیده است. وی همچنین از تشکیل ۲ پرونده سنگین تخلف در حوزه لاستیک و میوه به ارزش ۷ میلیارد ریال در استان خبر داد.

**در حوزه خدمات و توزیع هیچ افزایش قیمتی نداریم**  
رئیس اتاق اصناف استان نیز با اشاره به برگزاری جلسه هیأت رئیسه اتاق با توجه به تأکید و مصوبات کمیسیون تنظیم بازار گفت: اعلام کردیم که چه در حوزه خدمات و چه توزیع هیچ افزایش قیمتی نخواهیم داشت و بازرسان اتحادیه ها به صورت ویژه کار بازرسی از واحدهای صنفی را پیگیر هستند. علیرضا بهر لزوم درج قیمت کالا و خدمات در معرض دید مصرف کننده در واحدهای صنفی تأکید کرد:

در صورتی که نمی‌خواهید دچار بیماری‌های سرطان سینه، پروستات، بیماری MS، آرتروز، افسردگی و اعصاب شوید و ضمناً اسید اوریک، اوره و جربی خونتان بالا نرود، گوشت بوقلمون مصرف کنید.  
۱. طبق آزمایشات انجام شده فسفر موجود در بوقلمون چهار برابر میگو می‌باشد که یک غذای دریایی است همچنین بهتر است که بدانید ۸۰٪ عامل تشکیل کلسیم در استخوان های بدن فسفر می‌باشد و میزان فسفر در بوقلمون ۲۲۸mg/۱۰۰g می‌باشد.  
۲. پروتئین موجود در بوقلمون ۸۱/۲۸ بیشتر از هر گوشتی است؟  
۳. آیا می‌دانستید بوقلمون فاقد اوره و اسید اوریک نسبت به گوشت های دیگر است که طبق تحقیقات انجام شده اسید اوریک یکی از عوامل سکنه مغزی می‌باشد؟  
۴. آیا می‌دانستید گوشت بوقلمون به علت عدم وجود چربی میان بافتی حجم گوشت در هنگام پخت بعکس مرغ گوساله، گوسفند و... کم نمی‌شود و در نهایت مرغ بعد از پختن ۵۵٪، گوشت ۶۰٪ و بوقلمون ۸۵٪ گوشت پخته به دست می‌آید؟  
۵. آیا می‌دانستید بوقلمون دارای انواع ویتامین B از جمله B۱/B۲/B۶/B۱۲ به میزان ۷.۷mg/۱۰۰gr است و برای جلوگیری از افسردگی و بیماری MS و از بین بردن کم خونی مؤثر است.  
۶. آیا می‌دانستید در بوقلمون مقدار زیادی امگا ۳ وجود دارد که باعث باز شدن مجاری عروق بدن و پائین آورنده کلسترول می‌شود و از مزمن شدن بیماری ها جلوگیری می‌کند.  
۷. آیا می‌دانستید اسیدهای آمینه ای به نام تریپتوفان ۳۵mg/۱۰۰g می‌باشد که در بدن تبدیل به پروتئین می‌شود که عامل شادایی است. اسیدهای آمینه در مرمت سلول های ماهیچه ای و اندام بدن، ناخن، پوست، مو و غدد ترشحی نقش بسیار بسزایی دارد و برای ورزشکاران بسیار مفید می‌باشد.  
۸. در بوقلمون کلسیم ۹۸mg/۱۰۰g و برای کلیه افراد بخصوص خانم ها بسیار مفید است و همچنین کلسیم باعث کاهش کلسترول و فشار خون می‌شود؟  
۹. آیا می‌دانستید که چربی و کلسترول موجود در بوقلمون کمترین چربی و کلسترول نسبت به گوشت گوساله، گوسفند، مرغ و سایر گوشت هاست یعنی تا دیگر گوشت هاست.  
۱۰. آیا می‌دانستید بتاسیم موجود در بوقلمون ۹۳۵mg/۱۰۰g بیشترین بتاسیم در تمام گوشتها است؟  
بتاسیم ضد سرطان است و برای جلوگیری از سرطان سینه در خانم ها بسیار مؤثر بوده همچنین در ساختمان قلب و ماهیچه ها و خون نقش مهمی دارد، وجود آن عامل مهمی برای بسته نشدن سرخرگها و مشکلات وریدی است همچنین بتاسیم در کاهش کلسترول نقش مهمی دارد. پادرد عمدتاً نتیجه کمبود بتاسیم و منیزیم بدن، اسهاسم ماهیچه استناد و تنگ شدن سرخرگ، مشکلات وریدی تأثیر سوء دیابت روی عضلات، اعصاب، پارک گرنتگی و... تورم مفاصل است. استفاده از گوشت بوقلمون در خانواده به معنی بالا رفتن فرهنگ مصرف خانواده می‌باشد.  
۱۱. آیا می‌دانستید ۴۵mg/۱۰۰g سلنیوم در بوقلمون چه اهمیتی دارد؟  
سلنیوم همراه با کلسیم، بتاسیم و ویتامین B۶-C-D و روی که همگی در گوشت بوقلمون است ضد کلیه سرطان ها بخصوص سرطان پروستات و سینه می‌باشد. سلنیوم تنظیم متابولیسم را به عهده دارد و برای از بین بردن سلول های غیر نرمال مؤثر بوده و اگر گوشت بوقلمون با فارچ و گوجه فرنگی میل شود خاصیت ضد سرطانی آن افزایش پیدا می‌کند.  
۱۲. آیا می‌دانستید میزان سدیم ۲۳mg/۱۰۰g در گوشت بوقلمون می‌باشد از بیماری های قلبی جلوگیری می‌کند و باعث تنظیم فشار خون می‌شود و همچنین سدیم عامل جذب کلسیم و فسفر در بدن می‌باشد؟  
۱۳. آیا می‌دانستید روی در بوقلمون ۶۳mg/۱۰۰g بوده و روی باعث رشد خردسالان می‌شود ضد سرماخوردگی است و به ساختن DNA و هورمون مردانه در بدن کمک می‌کند و همچنین روی باعث تنظیم سن بلوغ در افراد می‌شود.  
۱۴. و بالاخره آیا می‌دانستید بوقلمون دارای ماده ای به نام COQ ۱۰ (اکسیر جوانی) می‌باشد که برای جلوگیری از پیری زودرس مفید است. پس بی جهت نیست طبق تحقیقات دانشگاه کالیفرنیا در روزنامه خبر مورخه ۸۷/۲۸ گوشت بوقلمون گوشت معجزه گر حتی بهتر از ماهی معرفی شده است.

**خواص گوشت بوقلمون**

## عرضه مستقیم گوشت بوقلمون تازه

جهت ارتقای سطح کیفی سلامت تغذیه مردم بر آن شدیم تا فروش ویژه ای را با قیمت تعاونی (از تولید به مصرف) در نظر بگیریم

آیا می‌دانید سرانه مصرف گوشت بوقلمون در اروپائی ها که به تغذیه سالم اهمیت می‌دهند ۳۳ در صد ایرانی هاست

لطفاً به فکر سلامتتان باشید

بوقلمون پرنده ای از نژاد فراولان و بزرگترین و سنگین وزن ترین پرنده خانگی است. گوشت این پرند حاوی هر دو نوع گوشت سفید و قرمز است. ۶۵ درصد گوشت بوقلمون سفید و در ناحیه سینه و ۳۵ درصد آن تیره و در ناحیه ران ها قرار دارد. هر یک از این گوشت ها از نظر طعم و مزه باهم متفاوتند. گوشت سینه و بال ها سفید و لذیذ و از نظر مزه شبیه گوشت گوساله است و گوشت قرمز آن که اغلب در ران ها یافت می‌شود، بسیار نرم و طعمی شبیه گوشت پرندگان وحشی یا شکاری را دارد. افزایش حجم توده گوشت قسمت های سینه و ران نسبت به حجم استخوان و در نتیجه ضایعات کمتر نسبت به گوشت های مشابه ویژگی بر جسته بوقلمون است. گوشت بوقلمون به دلیل بافت ویژه ای که دارد هنگام طبخ حجم خود را از دست نمی‌دهد و به دلیل داشتن پروتئین بالا، حداقل چربی اشباع، کمترین سطح کلسترول و فقدان چربی میان بافتی در مقایسه با گوشت قرمز از اهمیت بسیاری برخوردار است و منبع خوبی از ویتامین های B۱، B۲، B۳، B۶، B۱۲، A، B۱۱ و املاحی چون سلنیوم، منیزیم، مس، آهن، روی، بتاسیم و اسید آمینه تریپتوفان به شمار می‌رود. یکی از ویژگی های منحصر بفرد گوشت بوقلمون نسبت به سایر گوشت های سفیده، ویتامین A و نقش مهم تقویت سیستم ایمنی آن است که بویژه در فصل سرما، مصرف آن به کودکان و سالمندان توصیه می‌شود.

**باقیمت مصوب دولتی از تولید به مصرف ۰۹۱۵۰۹۰۷۰۰۹ - ۳۲۲۲۱۱۰۱**

**وقف واقف چراغی مانگارتا روز حساب است.**









روزنامه امروز - آسان جنوبی  
 صاحب امتیاز و مدیرمسئول: محمود حیدری  
 زیر نظر شورای سردبیری  
 آگهی: ۲۲۴۴۹۹۹۶ - روابط عمومی: ۲۲۴۴۹۹۹۸  
 اشتراک: ۲۲۴۴۹۹۹۷ - نماير: ۲۲۴۴۳۰۲۸  
 آدرس: بیرجند - نیش مدرس - ۲۲ - پلاک ۲۷۸ - صندوق پستی: ۳۷۱۷۵-۷۲۴  
 لیتوگرافی و چاپ: چاپ و نشر امروز خراسان جنوبی ۳۲۴۴۴۵۲۴

به الف یسر چند
اوقات شرعی
اذان ظهر ۱۱:۱۸
غروب آفتاب ۱۶:۳۰
اذان مغرب ۱۶:۴۹
اوقات شرعی فردا
اذان صبح ۰۴:۴۲
طلوع آفتاب ۰۶:۰۷

**خراسان امروز**  
 روزنامه

ذکر روز:  
 یا قاضی الحاجات:  
 حقیقت:  
 باد خوارند عز و جل  
 عبادت است.  
 فر از نهج البلاغه:  
 همانا بالاترین اولادگری  
 خرد است.

قابل توجه نویسندگان و مؤلفین خراسان جنوبی  
**دیگر نگران چاپ تألیفات خود نباشید**  
 مؤسسه انتشاراتی صبح امروز با بهره مندی از کادری مجرب در بخش های طراحی چاپ و اخذ مجوز از وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی آمادگی دارد تا کلیات شما را در کمترین زمان و هزینه چاپ و منتشر نماید.  
**برای بهره مندی از تخفیفات و یسزه با ما تماس بگیرید**  
 انتشارات صبح امروز خراسان جنوبی  
 بیرجند - خیابان مدرس - نیش مدرس ۲۴  
 تلفن: ۰۵۶ - ۳۲۴۴۴۵۲۴  
 فکس: ۰۵۶ - ۳۲۴۴۳۰۲۸  
 پستالک: ۳۷۸ - واحد ۲۸

سال شانزدهم - شماره ۴۰۵۳  
 دوشنبه ۲۷ آبان ۱۳۹۸ - ۲۰ ربیع الاول ۱۴۴۱ - ۱۸ نوامبر ۲۰۱۹

# پروژه های آبخیزداری و آبخوانداری منابع طبیعی خراسان جنوبی از قاب دوربین

اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری خراسان جنوبی  
**پروژه های آبخیزداری و آبخوانداری صندوق توسعه ملی**  
 سال ۱۳۹۸  
 شهرستان بیرجند

**پروژه های آبخیزداری و آبخوانداری صندوق توسعه ملی**  
 سال ۱۳۹۸  
 شهرستان درمان

**پروژه های آبخیزداری و آبخوانداری صندوق توسعه ملی**  
 سال ۱۳۹۸  
 شهرستان سراب

**پروژه های آبخیزداری و آبخوانداری صندوق توسعه ملی**  
 سال ۱۳۹۸  
 شهرستان غوسف

**پروژه های آبخیزداری و آبخوانداری صندوق توسعه ملی**  
 سال ۱۳۹۸  
 شهرستان نیشاب

**امداد خودرو**  
**در سراسر استان**  
 ۱۴۲۳

**طراحی و چاپ**  
 کارت ویزیت، پوستر، تراکت، بروشور تبلیغاتی، سست اوراق اداری، تقویم، طراحی تابلوهای بنر و فلکس  
 ۰۹۰۲۵۲۷۹۶۶۱

**خشکشویی و آبخشویی گلهها**  
 دیگر نگران به آبرفتگی لباس خود نباشید  
 باز و بست برده به همراه شستشو و اتو پذیرفته می شود  
 شستشو با طرحی جدید با ماده «پرکلر اتیلین» با دستگاه خشکشویی شستشوی پتو - پرده - ملحفه - پیراهن عروس - پلیسه دامن و رنگزوی لباس با رنگ آلفانی  
 آدرس: بیرجند - خیابان معلم - بین معلم ۷ و ۹  
 پستی: ۳۲۴۴۳۰۲۸ - ۰۹۱۵۱۶۳۰۸۱

**بیمه جامع زندگی و سرمایه گذاری**  
**بیمه نامنه ثالث بدنه**  
**انواع مسئولیت، آتش سوزی**  
**نمایندگی علی پور**  
**بصورت نقد و اقساط**  
 آدرس: بیرجند - بلوار شعبانیه - چهارراه بقیه ...  
 تلفن: ۰۹۱۵۵۶۱۴۳۳۸ - ۳۲۳۱۸۰۳۳

**صنوع زرد لبنان**  
 Lebanese food  
 مجموعه ای از تفاوت ها با ارائه غذای ارگانیک  
 طبخ انواع پیتزا و شاورمای عربی با طعم بی نظیر با استفاده از گوشت تازه و طبیعی بدون استفاده از کالباس، سوسیس و افزودنی های غیرمجاز  
 این مجتمع دارای ۳ سالن مختلف با طراحی متفاوت و منحصر به فرد و همچنین سالن VIP برای پذیرایی از میهمان های خاص و جشن تولد و جلسات اداری بوده که به خاطر فضای خاص ایجاد شده، محیطی مفرح و آرام بخش می باشد.  
 آشپزخانه باز و بهداشتی در معرض دید مشتری استفاده از دستگاه شاورمای عربی استفاده از دستگاه گریل آمریکایی برای پختن برگرزغالی با مزه عالی بدون استفاده از روغن کافئ شاپ (سرو انواع قهوه اسپرسو)  
**ساعت کار: ۱۰ صبح الی ۲۴ بصورت یکسره**  
 آدرس: بیرجند - خیابان سپیده - سپیده ۶ - تلفن: ۳۲۳۲۴۷۷۱-۲  
 روزبه نغی - مدیر فودلند  
 ۰۹۱۵۵۶۱۲۰۵۲

**مجتمع تولیدی سنگ کیمیای بیرجند**  
 تولید کننده انواع سنگ های گرانیت، تراورتن و مرمریت با تکنولوژی سیمک ایتالیا  
 آدرس کارخانه: بیرجند - شهرک صنعتی - بلوار تولید - نیش تولید - تلفن: ۰۵۶ - ۳۲۳۵۰۹۶۷-۷  
 آدرس دفتر و نمایشگاه: بیرجند - بلوار معلم - نیش معلم ۱۲ - پلاک ۱۳۷ - تلفن: ۰۵۶ - ۳۲۲۰۴۴۴۴ - ۳۲۲۰۴۱۹۳-۴  
 شماره مدیر فروش: ۰۹۱۵۳۴۰۱۳۵۳  
 www.kimiagranite.com