





# بیکر شهید رضوی در بیرجند تشییع شد

بیکر بسیجی شهید سید علی رضوی که در ماموریت آموزشی به شهادت رسید، روز گذشته با حضور قشرهای مختلف مردم و مسئولان در بیرجند تشییع شد. آیین تشییع شهید رضوی با حضور نماینده ولی فقیه در خراسان جنوبی و جمعی از مسئولان استان از (صلی) هیات ابوالفضل (ع) بیرجند برگزار شد. بیکر این شهید برای خاکسپاری به روستای سیدان منتقل شد. امام جمعه وقت بیرجند در این آیین گفت: فردی که حین انجام رزمایش

## شماره اخبار استانها

**برپایی نمایشگاه شب یلدا در بیرجند**  
نمایشگاه و جشنواره «شب یلدا ایرانی» از فردا در بیرجند برپا می شود. در این نمایشگاه کالاهایی از جمله آجیل، خشکبار، شیرینی، میوه، سوغات و هدایا در قالب ۱۳۰ غرفه با حضور شرکت کنندگان استانی و سایر استانها به نمایش گذاشته می شود. نمایشگاه و جشنواره شب یلدا ایرانی تا یکم دی ماه در سایت نمایشگاه های بین المللی بیرجند دایر خواهد بود.

**قدردانی از برترین های دانشگاه علوم پزشکی بیرجند**  
برترین های دانشگاه علوم پزشکی بیرجند در مراسمی به مناسبت روز دانشجو قدردانی شدند. رئیس دانشگاه علوم پزشکی بیرجند گفت: بر خلاف مشکلاتی که در حوزه اعتبارات وجود داشته، دانشجویان این دانشگاه با کسب مقام های برتر سبب افتخار آفرینی برای دانشگاه شده اند. دهقانی افزود: انتظار این است که فعالیت های حوزه دانشجویی در تشکل ها و کانون ها بیش از پیش شود و شاهد مشارکت بیشتر دانشجویان باشیم.

**ایجاد اشتغال پایدار در مناطق عشایری**  
حسین پورمدیرکل امور عشایر خراسان جنوبی گفت: طرح کاشت گیاهان دارویی در مناطق عشایری براساس اهداف و سیاست های کلی سازمان امور عشایر کشور و در راستای ایجاد اشتغال پایدار در مناطق عشایری و تنوع بخشی به تولیدات و افزایش درآمد عشایر انجام می شود.

**برگزاری سومین همایش ملی سواد رسانه ای و اطلاعاتی با نگاه حل مسائل مردم**  
نخستین جلسه شورای علمی سومین همایش ملی سواد رسانه ای و اطلاعاتی با حضور مشاور وزیر و رئیس مرکز فناوری اطلاعات و رسانه های دیجیتال وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، رئیس سومین همایش ملی سواد رسانه ای و اطلاعاتی، رئیس شورای علمی همایش و دبیر شورای علمی همایش برگزار شد.

**روستای «خونیک سفلی» نهبندان گازرسانی شد**  
فرماندار نهبندان گفت: عملیات گازرسانی به روستای «خونیک سفلی» این شهرستان با اعتبار ۱۵ میلیارد ریال انجام شد. مجید بیکی افزود: هم اکنون امکان اشتراک پذیری برای اهالی این روستا وجود دارد. وی با بیان اینکه شبکه طول اجرای شبکه گاز این روستا ۱۰ هزار متر و شبکه داخلی آن ۸ هزار و ۳۰۰ متر است، اضافه کرد: تعداد ۹۰ خانوار به تعداد ۲۸۱ نفر از نعمت گاز برخوردار شدند.

## شورای اطلاع رسانی بستر مشارکت حداکثری مردم در انتخابات را فراهم کند



سازمان ها این پیوست را به شورای اطلاع رسانی ارائه داده اند. ناصر نبی زاده همچنین به مصوبه تشکیل اتاق فکری متشکل از رسانه ها و مدیران دستگاه های اجرایی جهت هم اندیشی برای معرفی ظرفیت های سرمایه گذاری استان اشاره کرد. مقرر شد این جلسات با همکاری خانه مطبوعات به صورت اتاق های مشورتی با محوریت هر حوزه به صورت تخصصی برگزار گردد. الزام تعریف پیوست رسانه ای همزمان با ابلاغ اعتبار طرح های بزرگ استان از دیگر مصوبات جلسه قبل بود که پس از هم اندیشی اعضای شورای اطلاع رسانی مقرر شد دستگاه متولی اجرای این گونه پروژه ها، موظف به اجرای پیوست رسانه ای آن شود.

کشاورزان، مرتع داران و ساریاران نهبندانی برای مقابله با هجوم ملخ های صحرایی آموزش های لازم را فرا گرفته اند. مدیر جهاد کشاورزی شهرستان نهبندان گفت: ملخ های صحرایی در استان های همجوار مشاهده شده اند و به همین منظور در نهبندان آمادگی لازم برای مقابله با هجوم ملخ های صحرایی را داریم. مالکی افزود: نواحی که قبلا در آنجا این ملخ ها مشاهده شده مناطق آلوده محسوب و به صورت ویژه پایش می شود.

**آریان آسانسور خاوران**  
طراحی و نصب انواع آسانسور و پله برقی  
خدمات سرویس و نگهداری شبانه روزی  
بیرجند - بلوار محلاتی - بعد از اداره محیط زیست - ساختمان دوم - طبقه اول  
۰۹۱۵۹۶۳۴۹۸۵ - ۰۹۱۵۹۶۵۷۲۴ - ۰۹۱۵۱۶۳۴۹۸۵ (مولوی)

**تنظیم موتور**  
اگر شتاب اولیه (صفر تا صد) کمی دارید  
اگر خواهان قدرت و گشتاور موتور بیشتری هستید  
اگر واشر سرسیلندر خودروی شما می سوزد و همیشه دمای بالایی دارد  
اگر خودروی شما تپل می باشد و خوب گاز نمی خورد  
اگر در زمان استفاده از کولر از شتاب خودروی شما کاسته می شود  
اگر می خواهید محدودیت سرعت را حذف کنید  
اگر خودروی شما زیاد استارت می خورد تا روشن شود  
اگر در دور درجا (سلو) خودروی شما لرزش دارد و رفع ایراد برگشت دور موتور در تمام ایسیوها  
مقادیر رفع این مشکلات هستیم  
چهارراه کارگران - به طرف بلوار فردگاه - نبش کارگر جنوبی ۲  
۰۹۱۵۵۲۰۴۲۸۹

**آتلیه تخصصی کودک و نوجوان برگ ها**  
مزایای عکاسی در آتلیه برگ ها:  
عکاسی از کودک شما در طبیعت  
زمان عکاسی از کودک حداکثر ۲ ساعت است  
روتوش عکس ها توسط ما حرفه ای و برابر با استاندارد است  
به هیچ عنوان یک سازی فتوشاپ را پیشنهاد نمی کنیم  
و کاملا طبیعی عکاسی می کنیم  
ما صبر و حوصله فراوانی در ارتباط با کودک شما داریم  
چاپ عکس کربستالی با بالاترین کیفیت  
نش باسداران ۲۷ - مجتمع مین طبقه ۲ واحد ۴ \* ۰۹۱۵۸۶۵۶۶۲۹ - ۰۹۱۵۲۲۲۰۰۹ (اکبری)

**ایزوگام هریوندی**  
انتقال یافت  
به آدرس جدید: بیست تری دوم شرقی مدارس بعد از حسینیه گازاربا \* ۰۹۱۵۱۶۳۲۱۵۰  
را بدون پیشوند و پسوند بشناسید

**ایزوگام فنودی**  
بلوار شعبانی - نبش شعبانی ۲ - ۰۹۱۵۱۶۳۴۹۸۵ - ۳۳۷۱۲۶۲

**آرتا گروه صنعتی**  
نماینده رسمی پخش محصولات آرتا  
سقف خواسته ها زیر پایتان  
پارکت، کفپوش، کاغذ دیواری، کناف، موکت و چمن مصنوعی

کیفیتی که انتظارش را دارید  
و قیمتی که باور نخواهید کرد  
بیرجند - نبش مدرس ۵۵  
بینا ۴-۲۷ ۵۶۱ ۰۹۱۵ - ۳۲۴۲۳۳۴۸ - ۰۵۶

**هالپا پرو و تکیپی**  
شنیسل منجمد ۲۱/۵۰۰ تومان  
پنیر پیتزای طرقله ۱۹/۵۰۰ تومان  
خیارشور نول ۲۷/۵۰۰ تومان  
خیارشور یک ۲۱/۵۰۰ تومان  
خیارشور ویژه ۴۵/۰۰۰ تومان  
رب ۸۰۰ گرمی (کلید دار) ۷/۹۰۰ تومان  
بازار روز پاسداران ۰۹۹۰۱۱۲۵۷۸۹ - ۰۵۶ ۳۲۴۲۸۷۶ - بهروش

**ایزوگام مصطفی هریوندی**  
۰۹۱۵۳۶۱۹۲۹۷  
بین نواب صفوی شرقی ۲ و ۴

**کیابان دارو گاه**  
انواع عسل گیاهی  
ارائه کننده روغن کنجد بصورت قله و یک لیتری فقط و فقط ۶۸/۰۰۰ تومان  
ارائه دهنده عرقیات کاملا سنتی در خراسان جنوبی  
بین معلم ۳۷ و چهارراه باقریه خرداد (توس) - طبقه ۱ - ۲۲۴۵۶۷۷ - ۰۹۱۵۵۶۲۸۰۱ - ۰۹۱۵۷۱۵۱۳۲۲ (حسینی)

**مصالح ساختمانی سلمان**  
سیمان، کچ، آهک، پودر سنگ، خاک کچ  
ملات خشک، انواع دیوارهای پیش ساخته  
آجر، لوله سیمانی، قیر، بلوک سیمانی  
کلی - جزئی  
انتقال یافت به:  
سجادشهر - نبش امامت ۴  
۰۹۱۵۵۶۱۷۸۵۷ (حسین پور)

**کالری روما**  
بورس انواع جوراب  
انواع جوراب های زنانه، مردانه، پسرانه  
دخترانه، نوزادی، فانتزی، تا به تا، نیم ساق  
کالج، اسپرت، ساق بلند، پارازین و ...  
شعبه ۱: فیلیان جمهوری ۱۲ - بازار سرپوش قدیم  
شعبه ۲: نبش معراج ۳۴  
شعبه ۳: نبش مدرس ۶ - مورشک  
۰۹۳۵۸۵۱۳۱۸۲۰ - سجاده مظهریان

**صافکاری موحدیان**  
حدفاصل عدل ۸ و ۱۰ - پلاک ۷۰  
۰۹۱۵۹۶۱۰۱۶۰  
۰۹۱۵۳۶۲۴۷۵۹

**قالیشویی و مبیل شویی ایران**  
برای اولین بار فرش های خود را اتوکشیده تحویل بگیرید  
دقت: توحید ۲۱ - نبش نبوت ۲۱ - پلاک ۱۰۵  
عضو معتبر اتحادیه مسئول: دستگردی  
www.iranwash.ir  
۳۲۴۴۶۶۶۶ - ۳۲۴۲۴۳۲۰  
صاف صاف، لول لول، تخت تخت

یادداشت امروز

ماجرای تعویض روغنی تمیز!

امروز خراسان جنوبی - رضاینگویي zangoei@birjandtoday.ir تعویض روغنی چنان تمیز بود که می شد روی زمینش نشست و سفره پهن کرد. تعجب کردم اول که دیدم چون هرچه تعویض روغنی دیده بودم کثیف بود و روغن از در و دیوار چنان می بارید که نفس کشیدن را هم سخت می کرد چه رسد نشستن و سفره انداختن. با مرد صاحب مغازه که لباس کارش هم مثل مغازه اش تمیز بود صحبت می کردم در این باره و چگونگی تمیز نگهداشتن مکانی که برخی ها فکر می کنند کثیفی جزء ذات آن است با توجه به کاری که می کنید و خدمتی که ارائه می دهید؟ گفت: اگر خود آدم تمیز باشد و دوست دار نظافت، هر جایی را می تواند تمیز نگه دارد. این که فلان شغل را داریم و جنس کار کثیف و به هم ریخته است بهانه ماست که نمی خواهیم تمیز باشیم و الا راه تمیز بودن را ، منظم بودن را پیدا می کنیم. باور کنید نظم و تمیزی آن قدر زیبایی دارد که می ارزد مقداری که خود زحمت دهیم برای تنظیم کار و نظیف محل کار..... راست می گفتم مرد، می شود در هر شرایطی تمیز بود چنان که او خود چنین بود و مغازه ای چنان داشت. چنان که آدرس چند مغازه تمیز دیگر را هم می داد. بله، واقعیت به تجربه ثابت شده این است که فرد اگر نخواهد منظم باشد در تنظیم شده ترین مکان هم به هم ریخته خواهد بود. اما اگر بخواهد می تواند در هر شرایطی تمیز و مرتب و زیبا باشد. این گفته را می شود ترجمه ای معرفی هم کرد که هرکس با هر درجه علمی و موقعیت اجتماعی می تواند راه به آسمان بگشاید اگر تمیز از جا برخیزد. مهم هم همین تمیز برخاستن است. به معنای دقیق تر، برخاستن با طهارت است در همه حوزه های اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی، سیاسی و... با این طهارت است که می توان به طیران رسید. همانی که سعدی، علیه الرحمه، می گوید: طیران مرغ دیدی تو ز پای بند شهربوت / به در ای تا ببینی طیران آدمیت / آدمی توان پرواز دارد اگر بتواند تمیز و سبک برخیزد و بال، باز کند. جامعه هم می تواند به چنین قدرتی برسد اگر همه مان برای داشتن جامعه ای پاک و سالم، تلاش کنیم. این هم محقق می شود اگر حق مطلب را چنین ادا کنیم که هرکداممان از خود شروع کنیم طهارت را و کسی نگاهش به دیگری نباشد که با طهارت فردی، دست و دل ما پاک نمی شود چنان که با تمیز شدن آن تعویض روغنی، مغازه کناری اش هم تمیز نشد اما اگر هر کداممان برای تمیزی محیط زیست و پاک زیستن برنامه مند بکشیم جامعه هم از هم افزایش کوشش ها به بهره ای خواهد رسید که بهره رسان هم خواهد بود چه اگر جامعه از رفتار آحاد خویش اثر می پذیرد، اثر هم می گذارد. تفاوت نحوه پوشش و گویش و حتی قد و قامت افراد، خود نشان از تفاوت جامعه و متناسب با اثرگذاری آن دارد. لذا اگر خواهان جامعه امن و سالم و تمیز و پاک هستیم، نه حتی همین امروز، که همین الان باید برخیزیم...



همه مسئولان برای حل معضل «نوبت فروشی» در مراکز درمانی اظهار امیدواری کردند:

# در انتظار قضا

درمان است که بدون پروانه انجام می شود.

## استمداد از دستگاه قضا

وی بیان کرد: راه اندازی نوبت دهی تلفنی و اینترنتی در بیمارستان ها برای این بوده که مردم بخصوص در روستاها و شهرستان های استان دسترسی راحت تری به پزشکان داشته باشند نه اینکه عده ای بعنوان دلال در این بین سود ببرند. وی از قوه قضائیه خواست این مشکل را بررسی و اقدامات لازم را انجام دهد. رئیس بیمارستان میلاد هم در گفت و گو با خبرنگار ما با بیان اینکه این مشکل با توجه به پزشکان خاصی که در این بیمارستان فعال اند نسبت به سایر بیمارستان ها کمتر است، گفت : موضوع از طریق پلیس فتا در دست پیگیری است. دکتر گرموردی افزود: علاوه بر این تلاش می کنیم تا با پیگیری تلفن هایی که برای نوبت گیری انجام می شود از دادن نوبت به شماره هایی که چندین بار تماس می گیرند جلوگیری شود. دکتر گرموردی افزود: نباید این اتفاق در سیستم بهداشتی و درمانی بیفتد و عده ای از این امکانات سوء استفاده کنند.

## شناسایی دلالان و معرفی به دستگاه قضا

رئیس پلیس فتای نیروی انتظامی خراسان جنوبی هم در گفت و گو با خبرنگار ما از شناسایی این دلالان و سوء استفاده کنندگان در سیستم بهداشتی استان خبر داد. سرهنگ محمود افروز، دو خانم در این زمینه شناسایی و با تشکیل پرونده به دلاگری معرفی شده اند که باید دید با این افراد چه برخوردی صورت گرفته چرا که در چند مدت اخیر شاهد فعالیت دوباره چنین افرادی در سطح شهر هستیم. دادستان مرکز استان هم در پاسخ به خبرنگار ما در مورد این گزارش از او خواست طی دو سه روز آینده موضوع را پیگیری کند تا اطلاعات بیشتری در این زمینه کسب کند.

مقدس افزود: مراجعاتی در این زمینه داشته ایم و عده ای از نوبت فروشی در کلینیک ها ناراضی بوده اند.

امید می رود با پیگیری مسئولان این معضل برای همیشه از سیستم بهداشت و درمان مرکز استان حذف شود تا در این بین حقی از کسی در این حوزه مهم که با سلامتی مردم سروکار دارد، تضییع نشود.

۵۰ نفر است و در مدت ۸ دقیقه هم به اتمام می رسد.

وی با بیان اینکه ما هم نمی توانیم کاری بکنیم و شناسایی این افراد از طریق ما دشوار است، تأکید کرد: این موضوع را به حراست بیمارستان منتقل کرده ایم تا پیگیری های لازم از این طریق انجام شود.

## از دست ما کاری ساخته نیست

رئیس بیمارستان ولی عصر(عج) بیرجند هم با بیان اینکه از دست ما کاری در این زمینه بر نمی آید از انتقال این مشکل به حراست بیمارستان برای پیگیری سخن گفت و افزود: ما توجه به حجم مراجعات و تعداد پزشکان معمولاً نوبت ها بسیار شلوغ است و مردم باید مدت زمان زیادی پشت خط ها بمانند. دکتر محمودی راد افزود: نوبت فروشی در کلینیک ها وجود دارد و سال گذشته مدتی رونق گرفته بود و بعد در یک فاصله زمانی متوقف شد و در چند مدت اخیر دوباره به نظر می رسد شروع شده است. وی ادامه داد: پیشنهاد داده ایم آگه امکان داشته باشد نوبت دهی ها از یک هفته قبل انجام شود تا مردم فرصت بیشتری برای نوبت گرفتن داشته باشند و از ترافیک قهلی هم کاسته شود.

## نوبت فروشی در کلینیک ها نوعی دلال بازی و کاری غیر قانونی

دکتر فیروزی مدیر درمان تأمین اجتماعی هم در گفت و گو با خبرنگار ما با اذعان به وجود این مشکل در بیمارستان شهید رجیمی به خبرنگار ما گفت: برای ممانعت از این نوبت فروشی که به گونه ای دلالی در حوزه بهداشت و درمان به شمار می رود از طریق قانونی ورود پیدا کرده ایم. وی افزود: پرونده هایی در همین زمینه تشکیل و در قوه قضائیه در جریان است تا جلوی این اقدام مجرمانه گرفته شود. وی در پاسخ به این ادعای افراد سودجو که می خواهند مجوز این کار را هم بگیرند، گفت: این نوع نوبت فروشی مصداق دلالی و کاری غیر قانونی است که امید است با پیگیری از طریق دستگاه قضا به نتیجه برسد و جلوی آن گرفته شود. وی افزود: این نوبت فروشی در واقع مداخله در کار بیمارستان و مسئولان بخش بهداشت

امروز خراسان جنوبی حمیدی

«نوبت دهی کلیه متخصصین بیمارستان ها و کلینیک ها با کمترین هزینه و در اسرع وقت، داخلی، اطفال، زنان، گوارش، روماتولوژی، ارتوپد برای کلینیک های امام رضاع) و ولی عصر (عج) و بیمارستان تأمین اجتماعی و... با کد ملی بیمار ارائه می شود». پیامی که اخیراً در فضای مجازی و کانال های تلگرامی بصورت روزانه منتشر می شود و گویی به امری عادی تبدیل شده و یا عزمی برای برخورد با اینگونه تخلفات به چشم نمی خورد. ماجرا از این قرار است که عده ای سودجو و یا به عبارت شفاف تر دلال از طرق مختلف به سیستم نوبت های کلینیک های بیمارستانی در سطح شهر بیرجند دسترسی پیدا کرده اند و اقدام به فروش نوبت هایی می کنند که باید بر اساس تصمیم مسئولان بهداشت و درمان استان رایگان در اختیار مردم قرار گیرد. یکی از مراجعین کلینیک های بیمارستان امام رضاع) در گفت و گو با خبرنگار ما گفت: من چندین روز است که می خواهم از یکی از پزشکان کلینیک نوبت بگیرم ولی موفق نشده ام و وقتی مراجعه حضوری به کلینیک داشتم متوجه شدم اکثر بیماران از طریق فردی در فضای مجازی برای خودشان نوبت گرفته اند. یکی دیگر از مراجعه کنندگان به کلینیک امام رضا (ع) هم به خبرنگار ما گفت: من مجبور شدم برای پسرم که سرما خورده بود از طریق یکی از کانال های تلگرامی از فردی نوبت دکتر بگیرم و مبلغ ۴ هزار تومان هم پرداخت کنم.

## فعالیت افراد ناشناس و اقدام به نوبت گیری غیر مجاز

مسئول کلینیک بیمارستان امام رضاع) بیرجند در گفت و گو با خبرنگار ما با اذعان به وجود این معضل در نوبت گیری های کلینیک گفت: مشکل نوبت گیری توسط افراد ناشناس از کلینیک از یکسال پیش وجود داشته و پیگیری هایی از طریق حراست بیمارستان هم انجام شده است. دکتر آذرکیش افزود: معمولاً هر نفر از تلفنی که تماس می گیرد و با یک کد ملی می تواند فقط یک نوبت بگیرد و در نوبت های تلفنی هم این افراد سودجو روزتر از بقیه مردم و از همان ابتدای شروع نوبت دهی و با تلفن هایی که تکرار شماره مکرر انجام می شود، اقدام به گرفتن نوبت می کنند. وی ادامه داد: معمولاً سقف نوبت ها برای پزشکان تا

مرکز خرید و فروش خطرند با داشتن خط رند همیشه در یادها بمانید. ۰۹۱۲ ۰۳۳۸ ۹۱۶, ۰۹۱۲ ۰۳۳۸ ۹۱۷, ۰۹۱۲ ۰۳۳۸ ۹۲۰, ۰۹۱۲ ۰۳۱ ۱۲۸۲, ۰۹۱۲ ۰۳۱ ۱۲۸۷. @ghasre\_mobil

قالب بتن و لوله دار بست خرید و فروش نو - دست دوم. رجایی ۱۱ - کارگاه دوم - سمت چپ ۰۹۱۵۱۶۱۵۰۶۹ - ۳۲۳۱۳۲۳۳ (جلیلی)

طراحی و چاپ کارت ویزیت، پوستر، تراکت، بروشور تبلیغاتی، ست اوراق اداری، تقویم، طراحی تابلوهای بنر و فلکس. ۰۹۰۲۵ ۲۷ ۹۶۶۱

فروشگاه فنی مهندسی نورپردازان. عرضه انواع سیم و کابل، سیم و صفحه مسی، ارت زغال و نمک، لامپ و آیفون، انواع کلید و پریز دالند. نماینده انواع فن های دمنده. اجرای پروژه های برق - بست کمربندی کلی - جزئی. بیست متری دوم غربی مدرس - پلاک ۱۴۶ ۰۹۱۵۳۶۳۳۵۵۴ - ۳۲۴۰۵۰۵۴. حسن رضا چهکنندی نژاد

فروشگاه گلشن. فروش انواع لوستر ریشه ای، کلاسیک ال ای دی، چوبی و فانتزی. ضلع شمالی میدان شهدا - (پیشه ور - اکبرپور) ۰۹۱۵۳۶۳۶۱۳۴ - ۳۲۲۲۲۳۶۶

طرح بزرگ فروش اقساطی لوازم خانگی و سرویس چوب و مبیل. کارت اعتباری خرید لوازم خانگی تا سقف ۳۰۰ میلیون ریال و بازپرداخت ۳۶ ماهه بدون پیش پرداخت و سپرده گذاری برای کلیه افراد. بازنشستگان و مستمری بگیران سازمان تأمین اجتماعی بدون ضامن. جاربورفی: با اقساط ماهیانه ۵۰/۰۰۰ تومان. ال ای دی: با اقساط ماهیانه ۱۷۰/۰۰۰ تومان. اجاق گاز: با اقساط ماهیانه ۱۹۰/۰۰۰ تومان. ساید بای ساید: با اقساط ماهیانه ۵۱۰/۰۰۰ تومان. لباسشویی: با اقساط ماهیانه ۱۶۰/۰۰۰ تومان. بزرگوار: خیابان مدرس - نش مدرس ۳۴. تلفن: ۰۵۶ ۳۲۴۳۴۶۷۷. فروشگاه ایران زمین ۰۹۱۵۵۶۱۳۲۶۲ - @ akakakakaka

رستوران سنتی سلطانی. آماده پذیرایی از مهمان های عزیزتان در شب چله هستیم. رزرو با هماهنگی قبلی. جشن مخصوص شب یلدا. آواز سنتی، رقص محلی، پذیرایی مخصوص شام. جمعه ۲۹ آذر ماه از ساعت ۱۰ الی ۱۰ شب

نصب دار بست و بنر تبلیغاتی پیچ و روپلاک نما. ۰۹۱۵۱۶۰۱۰۵۰ علی نژاد

کابینت، کمد و دکوراسیون پارت. ۱۰٪ تخفیف ویژه نقدی. مدرس - بین نواب ۹ و چهارراه مفتوح ۰۹۱۵۷۲۳۱۳۶۹ محمود بیهادجم

گالری پرده مدائن. پرده پارچه ای، کرکره فلزی، زیرا در طرح های متنوع و لوگوی اختصاصی موکت ظریف مصور، دیوارپوش کفپوش، فریزر، پارکت، آسمان مجازی انواع کاغذدیواری. نبش مدرس ۶۰ (مدیریت: شاملی) ۳۲۰۴۴۳۶۵ - ۰۹۱۵۵۶۱۴۳۹۸

کارگاه صنعتی مبتکران. طراح و سازنده انواع درب و پنجره (ساده - طرح دار - فروروزه) اجرای انواع نرده راه پله، حفاظ، انواع سقف های ایرانی و PVC و پله های گرد و دوبلگی و ورق های فلزی CNC در طرح و اندازه دلخواه. بیرجند - خیابان ۱۵ خرداد - حد فاصل مدرس و توحید - مدیریت: بلالی. تلفن: ۰۹۱۵ ۳۶۳ ۵۷۴۵ - ۳۲۴۴۹۴۷۲

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

بسم رب الشهداء والصدیقین



**شهید مهدی حکیمیان**

ای مادر برای من گریه نکن، بیاد امام حسین (ع) گریه کن. ای برادر امام را تنها نگذارید و اسلام را یاری کنید. ای خواهرهایم اسلام به زینب (س) احتیاج دارد شماها زینب واربه اسلام خدمت کنید

# باز هم گرانی در بازار

# بدون - قیمت - تخفیر



امروز خراسان جنوبی - حمیدی

به گفته مسئولان سازمان صنعت، معدن و تجارت روز بعد از اعلام افزایش قیمت بنزین، نظارت بازرسان این سازمان بر بازار و توزیع کالا و خدمات در سراسر استان بصورت ویژه و با تشدید بیشتری در دستور کار قرار گرفته است. در این مدت تخلفاتی هم شناسایی و پرونده هایی برای بررسی و اعمال جریمه به تعزیرات حکومتی ارجاع شده ولی آنچه مردم انتظار دارند حصول نتیجه است و تنها شناسایی و جریمه متخلف نمی تواند بر کنترل گرانی بازار تاثیر چندانی بگذارد چرا که با وجود گزارشات چندین باره مردم از گرانی فروشی ها در یک کالا و یا خدمات شاهد هستیم که این روند هم چنان ادامه پیدا می کند و نتیجه اصلی حاصل نمی شود. معاون بازرسی و حمایت از مصرف کنندگان سازمان صنعت، معدن و تجارت استان گفت: از ابتدای سال جاری ۱۲ جلسه کمیسیون تنظیم بازار تشکیل شده که ۵ جلسه مربوط به بعد از گرانی بنزین است و ۳ ایستگاه بازرسی ثابت هم برای پاسخگویی به مردم به این مجموعه اضافه شده و مردم می توانند حضوری و هم از طریق سامانه ۱۲۴ گزارشات گران فروشی، انتقادات و پیشنهادات خود را ارائه دهند و یا با ورود به سایت سازمان حمایت از مصرف کننده قسمت نظارت افشاحاری ثبت نام و با گرفتن کد ما را در کنترل بازار حمایت کنند.

محل رسیدگی به شکایات ضروری مردمی نیز مبلغ ۱۱ میلیارد و ۲۵۲ میلیون ریال برگشت داده شده است.

**تشکیل ۳۳۷ پرونده تخلف از ۲۵ آبان ماه در استان**

وی به بازرسی هایی که از ۲۵ آبان ماه تاکنون در طرح نظارتی ویژه کالا و خدمات انجام شده اشاره کرد و افزود: در این مدت ۷ هزار و ۲۶۴ مورد بازرسی انجام و ۳۳۷ پرونده تخلف به ارزش بیش از یک میلیارد و ۳۵۱ میلیون و ۶۲۷ هزار ریال تشکیل و به تعزیرات ارجاع شده که مبلغ برگشت خورده به شکات بیش از ۱۳۶ میلیون و ۴۲۴ هزار ریال بوده است.

**گران فروشی رتبه دوم تخلفات در استان**

وی از عدم درج قیمت و عدم ارائه فاکتور توسط واحدهای صنفی، گران فروشی و تقلب بعنوان بیشترین تخلفات در بازرسی های انجام شده یاد کرد و گفت: این تخلفات بیشتر در حوزه خواروبار، صیفی جات، انواع نان، لوازم خانگی، پوشاک و لاستیک بوده است.

**افزایش قیمت هرگونه کالا بر اساس قانون ممنوع است**

به گفته این مقام مسئول در سازمان صمت افزایش قیمت هرگونه کالا بر اساس قانون ممنوع شده و در پویش «بدون قیمت تخفیر»، مردم استان از خرید کالایی که قیمت روی آن درج نشده خودداری کنند و مراتب را گزارش دهند. تهوری ادامه داد: پرونده های تخلف به تعزیرات ارجاع می شود و از آن کانال برخورد های لازم صورت می گیرد.

**پرونده احتکار نداشتیم**

وی در پاسخ به خبرنگار ما در مورد پرونده احتکار احتمالی در استان با بیان اینکه امسال پرونده احتکاری نداشته ایم، افزود: اگر فعالان اقتصادی موجودی انبارهای خود را در سامانه جامع انبارها درج نکنند مصداق ظن به قاچاق و مرجع رسیدگی به آن هم شعب قاچاق کالا و ارز استان خواهد بود. به گفته تهوری تاکنون سه پرونده بدلیل عدم ثبت موجودی انبارها در این سامانه که همگی مربوط به لاستیک بوده اند، تشکیل و به تعزیرات ارجاع شده اند.

## تألیف اولین مجموعه جامع ایرانی آموزش زبان انگلیسی در جهاد دانشگاهی

حضرت علی بن موسی الرضا (علیه السلام) EIGHT نامیده شده و مجموعاً مشتمل بر هشت سطح و هر یک از این سطوح نیز شامل هشت درس است.

رئیس جهاد دانشگاهی خراسان جنوبی بیان کرد: کالج زبان های خارجی جهاد دانشگاهی استان آموزش مجموعه کتاب های Eight را همگام با سایر واحدهای جهاد دانشگاهی کشور از زمستان ۹۷ و در دو سطح B1 و A1 آغاز کرد و تاکنون بیش از ۳۵۰ نفر از این آموزش ها بهره مند شده اند.

منابع غربی هستیم که یکی از مصادیق آشکار آن، حضور روزافزون کتب غیر ایرانی برای آموزش زبان انگلیسی در محیط های آموزشی کشور است. وی گفت: این طرح کاری بین رشته ای با مشارکت گروهی بزرگ در ۱۵ تخصص گوناگون است که از ابتدای سال ۱۳۹۲ رسماً در جهاد دانشگاهی کشور آغاز شد. صادقی ادامه داد: اکنون شاهد حضور مجموعه نفیس EIGHT در بازار ایران هستیم و این مجموعه به برکت وجود امام هشتم،

رئیس جهاد دانشگاهی خراسان جنوبی با اشاره به تألیف اولین مجموعه جامع ایرانی آموزش زبان انگلیسی - EIGHT در جهاد دانشگاهی گفت: جهاد دانشگاهی استان به عنوان اولین واحد در کشور آموزش زبان را با این سری به صورت بین المللی و برای اتباع افغان از تابستان ۹۸ آغاز کرده است. جلال الدین صادقی اظهار کرد: امروزه علی رغم توسعه علمی کشور شاهد وابستگی بعضی از محتوای علمی و دانشگاهی به

### از میان خبرها

مدیرکل راه و شهرسازی خراسان جنوبی خبر داد: **اجرای ۵۰۰ کیلومتر آسفالت راه های روستایی در خراسان جنوبی**



مدیرکل راه و شهرسازی خراسان جنوبی گفت: از یک سال گذشته عملیات اجرایی آسفالت ۵۰۰ کیلومتر راه های روستایی آغاز شده که با تکمیل این پروژه ها شاهد رشد ۱۱ درصدی طول راه های آسفالت خواهیم بود. مهدی

مهندس جعفری بیان کرد: خراسان جنوبی بالغ بر ۱۷ هزار کیلومتر راه دارد که قریب به ۹۲۲ کیلومتر راه ترانزیت است. وی ادامه داد: همچنین بیش از هزار کیلومتر راه فرعی دسترسی ۱۱ هزار و ۳۷۳ کیلومتر راه روستایی و بیش از دو هزار کیلومتر راه فرعی دارد. وی با اشاره به وضعیت راه های روستایی خراسان جنوبی بیان کرد: ابتدای سال ۱۳۹۷ تنها پنج هزار و ۷۰۰ کیلومتر معادل ۴۸ درصد راه های روستایی آسفالت بوده است. مدیرکل راه و شهرسازی خراسان جنوبی اظهار کرد: طی این مدت از مجموع هزار و ۷۸۰ آبیادی دارای سکنه در استان، تنها ۸۲۲ روستای بالای ۲۰ خانوار از نعمت راه آسفالت برخوردار بوده اند.

وی با بیان اینکه با توجه به تاکید مقام عالی دولت در استان و با تدوین سند توسعه روستایی استان، توسعه راه های روستایی به صورت ویژه در دستور کار قرار گرفت. گفت: به دنبال این امر، تکمیل شبکه راه روستایی به طول ۶۳۰ کیلومتر و برخورداری ۹۶ روستای محروم آغاز شد.

### حوادث

**توقیف خودروی سواری با ۴۰ کیلوگرم هروئین در سرایان**

مأموران انتظامی سرایان یک دستگاه خودروی پژو را با ۴۰ کیلوگرم هروئین، متوقف کردند.

فرمانده انتظامی استان گفت: مأموران انتظامی بخش "سه قلعه" شهرستان سرایان هنگام کنترل محوره های عبوری و گشت زنی در محوره های فرعی این شهرستان به یک دستگاه سواری پژو مشکوک و به راننده آن دستور ایست دادند. سردار شجاع افزود: راننده خودرو با مشاهده مأموران منواری شد که با تعقیب و اقدامات پلیسی متوقف و در بازرسی از خودروی مذکور ۴۰ کیلوگرم هروئین کشف و راننده آن دستگیر شد. وی گفت: در همین رابطه یک خودروی پژو ۴۰۵ دیگر که خودروی حامل مواد مخدر در همراهی می کرد توقیف و راننده آن نیز دستگیر شد و متهمان با تشکیل پرونده به مراجع قضائی معرفی شدند.

برای اولین بار در استان  
نماینده گی انحصاری میز و صندلی نهار خوری پلیمری  
**برند چه بنی**  
به قیمت درب کارخانه

مخصوص: هتل - تالار - کافی شاپ - منازل و ...  
در رنگ های صدفی، گردویی، طلایی، یز، و آبتکاری (طلایی، رز گلد، نقره ای)  
خیابان ۱۵ خرداد - حاشیه میدان ۷ تیر - خاوازی (۰۹۱۵۱۶۰۷۷۵۳)

**فروشگاه نگین الماس**  
افتتاح شد

به مناسبت افتتاحیه فروش ویژه  
هود، سینک، گاز و شیر آلات با تخفیف ویژه

پکیج کامل محصولات همراه  
با گارانتی معتبر فقط و فقط ۲/۵۵۰/۰۰۰ تومان

سجادشهر - خیابان ۱۵ خرداد - قبل از تقاطع سجاد  
۰۹۱۵۶۶۷۰۱۶۹ - ۳۲۴۶۰۵۸۶

**درب نوژن**  
نوژن بزرگترین شورهوم تخصصی  
درب های ساختمانی  
در خراسان جنوبی

اقساط ۱۲ تا ۲۰ ماهه  
ویژه فرهنگیان شاغل و بازنشسته استان

انواع درب داخلی و ورودی منزل: ضد سرقت، ضد حریق، در بهای شیشه دار  
ضد آب، ملائینه، ABS، HDF، PVC، CNC اتاق سرور و انواع قرنیز

بیرجند - حد فاصل توحید ۲۸ و ۳۰  
تلفکس: ۰۹۱۵۱۶۰۲۶۵۹۰۵۶ - ۳۲۴۴۰۱۹۹ (نصر آبادی)

@nujan\_door کانال تلگرام | @nujan\_door پیج اینستاگرام

**شرکت نیکاب**  
نماینده رسمی نوید موتور در خراسان جنوبی  
پمپ سیر کولاتور خلی، خانگی، اتابلوک آتش نشانی  
آدرس: نبش پاسداران ۱۹ - پلاک ۵۳  
۰۹۱۵۱۶۳۴۱۷۶ - ۳۲۴۲۲۰۵۷  
www.nikabco.com

**تأسیسات پارس شوفاژ**  
فروش انواع مشعل های دست دوم  
انواع لوازم یدکی مشعل و لوازم کولر  
شیر فلکه دست دوم

خیابان معلم - باهنر شرقی - نبش باهنر ۱۳  
۰۹۱۵۱۶۱۴۳۷۵ - ۳۲۴۳۲۲۰۷ (صادقی)

**مجتمع آموزشی نواندیشان**  
ارائه یارانه آموزشی به نیروهای مسلح تا ۱/۴۰۰/۰۰۰ ریال  
ارائه یارانه آموزشی به بازنشستگان نیروهای مسلح تا ۴/۰۰۰/۰۰۰ ریال

رشته های زبان های خارجه، ریاضیات و محاسبات ذهنی باچر تکه IQMAS  
نماینده رسمی انستیتو ایز ایران - ارائه گواهینامه ملی و بین المللی

**برگزاری دوره های تخصصی MCHE-TOEFL-TOLIMO-EPT و ...**  
بیرجند - خیابان توحید - ابتدای خیابان رشادت - روبروی پارک دکتر گنجی  
۳۲۴۴۹۰۶۸ - ۳۲۴۳۷۲۱۹ - ۳۲۴۲۱۲۲۶

**ساندویچ و کباب ترک عرفان**  
انواع ساندویچ سرد و گرم  
**پیتزا - استک - ذرت**

تقاطع معلم و محلاتی  
۰۹۳۷۵۳۸۴۹۸۸ - ۳۲۳۴۳۲۳۴۴

مدیریت جدید: محبوب

**خانه چرتکه خراسان جنوبی**  
کلاس های خصوصی و گروهی  
ریاضی و فیزیک

کلاس های محاسبات  
ذهنی و چرتکه، ریاضیات  
ویژه گروه سنی  
۶ الی ۱۴ سال

خلاقیت در دو گروه سنی کاملاً مجزا  
۴ الی ۶ سال و ۹ الی ۱۴ سال

کلاس های خصوصی و گروهی ریاضی و فیزیک  
شعبه ۱: نبش منتظری ۶  
داخل پژوهش سرای جابر بن حیان  
شعبه ۲: مهرشهر ۰۹۱۵۷۴۱۰۸۷۸ - صادقی

**صنایع آلومینیوم حجت**  
انواع درب، پنجره، توری  
و سپری در رنگ های مختلف

نبش نواب ۱۰ (یشتی)  
۰۹۱۵۵۶۲۳۱۵۴ - ۳۲۴۰۵۱۷۲

**استودیو فیلم و عکس سادک**  
فیلمبرداری و عکاسی  
با بروزترین متدها / با بالاترین کیفیت  
تا عید نوروز تمامی خدمات مجالس  
(بدون افزایش قیمت +۱۰ درصد تخفیف ویژه)  
همراه خواهد بود، فقط برای زوجینی که  
در فصل پاییز روزی مجلس خود را انجام دهند.

انتهای مدرس - بلوار جماران  
نبش خیابان ستایش  
۳۲۴۴۶۱۶ - ۰۹۱۵۵۶۰۵۶۵  
StudioSadeh@gmail.com

**گالری تابلو فرش مالکی**  
فروش ویژه  
شب یلدا  
آغاز شد

آدرس جدید:  
خیابان معلم

نرسیده به معلم ۲۶  
مالکی: ۰۹۱۵ ۷۷۷ ۳۰۸۳

**آژانس شبانه روزی فجر**  
آماده سرویس دهی به تمام نقاط شهر  
۳۲۴۰۱۰۶۵ - ۳۲۴۰۱۲۳۰  
نبش مفتاح ۵۱ با مدیریت جدید: امیدیان  
به تعدادی راننده تمام وقت و پاره وقت نیاز مندیم  
۰۹۱۵۶۶۳۲۵۵۴

**املاک کیهان**  
خرید، فروش، رهن، اجاره  
ویلا، آپارتمان  
حاشیه محلاتی - روبروی پمپ بنزین  
۰۹۱۵۵۶۱۷۹۷۷ - ۳۲۴۴۱۶۵۴ (هاشم نیا)

**اجرای نمای آلومینیوم و فروش ورق**  
تخفیف ویژه انبوه سازان  
۰۹۱۵۱۶۵۵۵۳۷ (بلوچی)

**دکوراسیون کلاسیک**  
کاغذ دیواری، پارکت، بازسازی از صفر تا صد و ...

اقساط ۶ ماهه بدون کارمزد / نقدی با تخفیف ویژه  
خیابان ۱۵ خرداد - حدفاصل مدرس و توحید  
شماره تماس: ۰۹۱۵۷۵۵۵۸۶۰ - ۰۹۱۵۳۶۱۹۸۷۷

در خواست رئیس کل دادگستری خراسان جنوبی برای اعلام دلایل رد صلاحیت ها

# پولتیک قضایی



مجلس شورای اسلامی این ستاد تشکیل شده و کار آن دخالت در امور اجرایی نیست. معاون پیشگیری از وقوع جرم دادگستری خراسان جنوبی با بیان اینکه هدف ستاد پیشگیری و رسیدگی به جرایم انتخاباتی هماهنگی و تعامل با دستگاه های ذریع برای پیشگیری از جرایم انتخاباتی است، گفت: در حوزه های قضایی هم امور انتخابات برای پیشگیری از وقوع جرم به صورت منظم رصد و پایش می شود. حجت الاسلام وحدانی نیا تاکید کرد: شعب خاصی در حوزه های قضایی و دادسراها برای رسیدگی به موقع و با دقت به جرائم احتمالی تخلفات انتخاباتی تشکیل شده است. مدیرکل صدا و سیما خراسان جنوبی هم با اشاره به اینکه در ایام انتخابات در فضای مجازی شاهد فعالیت له یا علیه یک کاندیدا توسط هواداران کاندیداها بوده ایم، گفت: در انتخابات امسال پیش بینی می شود حجم زیادی از تخریب و افشامگری را داشته باشیم که باید تدابیر لازم در ستاد

آمادگی همکاری دارد تا کسی نتواند از فضای مجازی سوء استفاده کند. رئیس کل دادگستری خراسان جنوبی تاکید کرد: گزارش تخلفات برخی از کاندیداها به شورای نگهبان ارسال شود تا در تصمیم گیری صلاحیت آنان در شورای نگهبان و هیات اجرایی مدنظر قرار گیرد. حجت الاسلام حمیدی با بیان اینکه استقرار ستادهای انتخاباتی بسیار اهمیت دارد و باید با مدیریت فرمانداری ها انجام شود، افزود: باید به گونه ای ستادها مستقر شوند که کمترین آسیب را داشته باشند.

وی با بیان اینکه دشمن برای ایجاد ناامنی در کشور تلاش می کند و منظر است از کوچکترین مسائل به نفع خود سوء استفاده کند، ادامه داد: فضای سالم در سایه پیشگیری به وجود می آید تا تخلف و جرم انتخاباتی اتفاق نیفتد. رئیس کل دادگستری خراسان جنوبی با اشاره به اینکه باید در ستاد پیشگیری و رسیدگی به جرایم انتخاباتی استان پیش بینی های لازم برای جلوگیری از تخلف و جرائم انتخاباتی انجام شود، گفت: از رسانه ها درخواست می شود تا مصاحبه تخلفات انتخاباتی را در جلسه اطلاع رسانی کنند چرا که اکنون بهترین فرصت برای این مهم است.

**وزارش تخلفات کاندیداها به شورای نگهبان**

وی خواستار تشکیل کمیته حقوقی در ذیل ستاد پیشگیری و رسیدگی به جرایم انتخاباتی استان شد و افزود: همچنین باید کارگروه ویژه رصد فضای مجازی در دستگاه های ذریع تشکیل شود و مجموعه قضایی در این خصوص

پیشگیری و رسیدگی به جرایم انتخاباتی اندیشیده شود. «علیرضا آینه دار» با تاکید بر اینکه تخلفات انتخاباتی منحصربه یک جناح و حزب خاصی نیست، عنوان کرد: تلاش رسانه ملی برای حضور و مشارکت حداکثری و هوشمندانه مردم در انتخابات مجلس است.

**انصراف ۲ نامزد انتخابات مجلس یازدهم در حوزه انتخابیه بیرجند**

فرماندار بیرجند نیز گفت: در بازه زمانی ثبت نام از داوطلبان انتخابات مجلس یازدهم شورای اسلامی؛ ۴۰ نفر در حوزه انتخابیه بیرجند، در میان و خوسف ثبت نام کردند که ۲ نفر انصراف دادند. «علی ناصری» با تاکید بر اینکه تاکنون مصادیق جرم انتخاباتی نداشته ایم، افزود: عمده تخلفات در زمان تبلیغات و در فرایند اخذ رأی مشاهده می شود. ناصری با اشاره به اینکه یکی از فعالان سیاسی استان در مورد انتخابات گذشته ادعای تخلف درخصوص مشاغل هم طراز داشته است که در آن سال نباید یکی از داوطلبان مجاز به کاندیدا شدن می بود، تصریح کرد: این مسئله در همان چهارسال قبل مورد رسیدگی قرار گرفته و مشکل خاصی نداشت. او افزود: این موضوع باعث نگرانی و تردید در ذهن مردم است. ناصری با اشاره به اینکه یکی از چالش ها نوع تبلیغات کاندیداها است که باید یک رویه به ما ابلاغ شود که بتوانیم فضای یکسانی برای کاندیداها ایجاد کنیم. ناصری با اشاره به اینکه یکی از چالش ها نوع تبلیغات کاندیداها است که باید یک رویه به ما ابلاغ شود که بتوانیم فضای یکسانی برای کاندیداها ایجاد کنیم. ناصری با اشاره به اینکه یکی از چالش ها نوع تبلیغات کاندیداها است که باید یک رویه به ما ابلاغ شود که بتوانیم فضای یکسانی برای کاندیداها ایجاد کنیم.

فرماندار بیرجند با بیان اینکه در هر منطقه شهرداری، کاندیداها مجاز به داشتن یک ستاد تبلیغاتی هستند، افزود: در قانون با صراحت موارد ممنوعه در زمینه تبلیغات کاندیداها مطرح شده است. ناصری با تاکید بر اینکه کاندیداها باید با رعایت ضوابط می شوند در مناطق دارای جذابیت نمی توانند بیش از یک ستاد ایجاد کنند. گفت: کاندیداها اجازه ایجاد ستاد تبلیغاتی از میدان اول مدرس تا میدان ابنودن و از تقاطع ۱۵ خرداد تا میدان مادر را ندارند.

## اخبار علمی

**تاثیر رژیم غذایی ناسالم بر کاهش قدرت بینایی**  
رژیم غذایی ناسالم می تواند در افزایش خطر ضعف بینایی نقش داشته باشد. به گزارش ایسنا، محققان آمریکایی در بررسی های خود دریافتند رژیم های غذایی سرشار از گوشت قرمز و فرآوری شده، غذاهای سرخ شده و محصولات لبنی پرچرب احتمال ابتلا به بیماری چشمی را که به شبکه آسیب می زند و بر قدرت دید مرکزی تاثیر می گذارد، سه برابر افزایش می دهد.

**رختخوابتان را اول صبح مرتب نکنید!**  
دانشمندان با انجام پژوهش های علمی ثابت کرده اند که هنگام بیدار شدن از خواب هرگز نباید به جمع کردن رختخواب پرداخت. مرتب کردن رختخواب بلافاصله بعد از بیدار شدن باعث رشد قارچ ها، باکتری ها و ذرات ریزی مانند شپش در رختخواب می شوند، اما اگر رختخواب خود را بلافاصله همزمان با طلوع آفتاب مرتب کنید ملحفه تخت شما به راحتی با میلیون ها غبار و باکتری ریز خواهد جنگید. زندگی کردن این ذرات بر تخت شما باعث به تعریق انداختن سلول های مرده پوست، حساسیت و آسم می شود. هنگامی که افراد بعد از بیدار شدن از خواب به مرتب کردن تخت خود اقدام می کنند با این کار باعث جلوگیری از نفوذ نور و هوای تازه به تختخواب می شوند.



شواهد علمی نشان می دهد که نوشیدن جای اثرات مثبت فراوانی به همراه دارد و ظاهراً باور چینیان باستان در مورد خواص دارویی جای درست بوده است. برگ های جای مملو از آنتی اکسیدان های سالم بوده و حاوی موادی هستند که خطر ابتلا به سرطان، دیابت و بیماری قلبی را کاهش می دهند. علاوه بر این، مصرف جای به دلیل وجود پلی فنول ها می تواند به کاهش التهاب مفاصل کمک کند. نوشیدن جای همچنین به کاهش کلسترول و کاهش وزن کمک کرده و هوشیاری ذهنی را بالا می برد. فواید مصرف جای به همین چند مورد محدود نمی شود. نتایج یک مطالعه که به تازگی انجام شد، نشان می دهد که نوشیدن جای سبز خطر ابتلا به سرطان های دستگاه گوارش را در زنان کاهش می دهد. به گزارش هلث، نتایج این مطالعه که در مرکز سرطان امریکا انجام شده است، نشان می دهد خطر ابتلا به برخی سرطان های دستگاه گوارش از جمله سرطان مری، معده و کولورکتوم (بخش انتهایی روده بزرگ) در زنانی که جای سبز می نوشند، کمتر است. جای سبز حاوی ترکیبات شیمیایی طبیعی به نام «پلی فنول ها» از جمله کاتچین است. کاتچین ها خاصیت آنتی اکسیدانی دارند و با مهار آسیب DNA و توقف رشد تومور، از ابتلا به سرطان پیشگیری می کنند. به استناد یافته های این مطالعه، مصرف منظم و مداوم جای سبز، حداقل سه بار در هفته و به مدت بیش از ۶ ماه، با کاهش ۱۷ درصدی خطر ابتلا به سرطان های گوارشی در بانوان همراه است. به گفته محققان، نوشیدن جای سبز همچنین به افزایش قوای حافظه، کاهش خطر ابتلا به بیماری هایی چون آلزایمر و کند کردن رشد تومورهای سرطانی کمک می کند. به گفته پژوهشگران، جای سبز به دلیل آنتی اکسیدان بالا اثرات سلامتی فراوانی دارد و مصرف آن به کاهش وزن و پیشگیری از بروز آب سیاه نیز منجر می شود.

با گارانتی یک ساله  
نمایندگی رسمی انواع ماشین حساب های مهندسی شارپ  
SHARP  
ADVANCED D.A.L.  
sinA+cosBxC²  
- 1234567890.<sup>99</sup><sub>10</sub>

برای بهبود بیماری آنفلوانزا کدام خوراکی ها را بخوریم ؟  
هنگام ابتلا به آنفلوانزا چه خوراکی هایی را نباید خورد؟  
شلغم | کلم بروکلی | کاهو | چای زنجبیل | سوپ و آش | اسفناج  
روغن | قهوه | خامه | نمک | شیر | نسکافه  
کدام خوراکی های از ابتلا به آنفلوانزا پیشگیری می کنند؟  
سیر | گوجه فرنگی | حبوبات | موز | توت فرنگی | بوقلمون

# ماشین های اداری و موزون

نمایندگی رسمی بردهوشمند ایرانی پارس

MADE IN IRAN  
ساخت ایران

نمایندگی رسمی پروژکتور های اپتیما

خیابان مدرس - بین مدرس ۵۹ و ۶۱  
۳۲۳۲۳۳۴۹ - ۳۲۳۲۳۰۳۹

دوشنبه ۱۳۹۸ ص ۵  
قالیشویی ملکه تحولی عظیم در صنعت قالیشویی، حس لطافت و پاکیزگی را با ما تجربه کنید  
۳۲۳۷۱۳۵۵ - ۳۲۳۷۱۳۵۴

شهروندان گرامی: به هیچ عنوان قبل از شناسایی افراد نسبت به باز نمودن درب منزل اقدام ننمایید  
و این مورد را نیز به فرزندان خردسال خود آموزش دهید.  
پلیس پیشگیری فرماندهی انتظامی خراسان جنوبی

### آقایان مجمع تشخیص؛ شما را به خدا کار جناحی کنید

محمد مهاجرى فعال سیاسى اصولگرا در یادداشتی نوشت: «خبرهای جسته گریخته حکایت از آن دارد که چند عضو انگشت شمار مجمع تشخیص مصلحت، بیشترین نقش را در مخالفت با FATF دارند. دو تن از این بزرگواران، عضو دولت احمدی نژاد و نفر سوم از چهره های پشتت نزدیک و همراه او بوده اند. آقایان! ممنون تأیید که عمل تشدید تحریمهای دشمن شدید، اما اگر موافق FATF را بردارید به نفع خودتان است. چون حتی اگر ایران قوانین FATF را بنویسد، یکی دو سال طول می کشد تا چرخندهایی که به خاطر تدبیر شما زنگ زده، رونقکاری شود و بتدریج رون شود تا آن موقع هم دولت دلخواه شما روی کار خواهد آمد و شما دوباره به پشت میز دولت برمی گردید و مشکلات بین بانکهای ایرانی و خارجی حل می شود. شما را به خدا یکبار دیگر به خاطر باند و حزب و مغازه سیاسی تان، کار جناحی کنید و با برداشتن سنگ از جلوی FATF ملت را از سختی و مشقت رها کنید.»

### در حال بررسی تاسیس یک حزب جدید هستیم

علی مطهری نماینده مردم تهران در مجلس شورای اسلامی گفت: «در حال بررسی تاسیس یک حزب جدید هستیم. ما تا به حال احزاب قوی ای نداشتیم، از این رو مردم تجربه خوبی از احزاب ندارند. اکثر احزاب چندان هم مؤثر نبوده اند، بنابراین مردم هنوز خیلی توجهی به احزاب ندارند. اگر احزاب قوی پیدا شوند و شخصیت های تاثیرگذار بتوانند احزابی را تاسیس کنند و فعال باشند، قطعاً جای خود را باز می کنند البته حکومت هم گاهی محدودیت هایی برای احزاب ایجاد می کند که این هم یکی از موانع رشد احزاب است.»

### در انتخابات دخالت نکنید

الیاس حضرتی، رئیس کمیسیون اقتصادی مجلس، تصمیم اخیر شورای هماهنگی اقتصادی سزان قوا را اینگونه روایت کرد: «افزایش قیمت بنزین دمل مطالبات را باز کرد. اصلاحات اقتصادی در سال ۹۶ قرار بود انجام شود. صدوسیما در جریان افزایش قیمت بنزین بود. خانواده های کشته شدگان و آسیب دیدگان همدردی می کنیم. وقتی نظام حزبی و رسانه ای را برمی تازیم مرجعیت رسانه به خارج از کشور منتقل می شود. باید به عقب برگردیم و ببینیم راه طی شده چطور بوده است. اگر علاقمندیم جمهوری اسلامی باقی بماند باید ساختارها را اصلاح و نگرش ها را درست کنیم. وی همچنین در نامه ای به

### هیچ نماینده ای بخاطر نقش رد صلاحیت نمی شود

سردار عزیز جعفری فرمانده سابق سپاه نوشت: «در انتخابات دخالت نکنید. از افتخارات نظام سیاسی اسلام است که افراد جامعه می توانند نظراتی متفاوت با رهبران داشته باشند و آنها را آزادانه بیان کنند و بی محابا به نقد رهبر بنشینند. متأسفم که بگویم نگاه شما خریداران صاحب قدرتی دارد که حرف و امضای شان نافذ است. با توجه به تجربه های پیشین از چنین سخنانی بوی خیریه مشام نمی رسد. در کشورهای دموکراتیک همه گرایش های سیاسی می توانند در معرض رای و انتخاب مردم قرار گیرند. در کدوم کشور دموکراتیک در بررسی صلاحیت نامزدها «مبانی فکری افراد» بررسی می شود؟»



### مشکل اقتصاد آمریکا نیست باندبازی خودمان است

قلی اله قلی زاده، عضو کمیسیون عمران مجلس شورای اسلامی گفت: «عدم وصول مالیات از اشخاصی که درآمدهای کلان دارند ناعادالتی و تبعیض محسوب می شود. تا زمانی که سامانه هوشمند الکترونیکی و جامعی برای همه فعالیت ها از جمله اخذ مالیات نداشته باشیم، با مشکلات اینچنینی دست به گریبان خواهیم بود. وقتی سیستم اخذ مالیات الکترونیکی شود، ایراتور اجازه دخل و تصرف و کم و زیاد کردن مالیات ها را نمی دهد و در نتیجه هر شخصی مطابق درآمدی که دارد مالیات می پردازد. حساب های نیابتی و کارت های بازرگانی اجاره ای فرار مالیاتی را تسهیل می کنند. کشوری که در انرژی هسته ای و سیستم نظامی و دفاعی حرف برای گفتن دارد، چرا نمی تواند در خودروسازی موفق باشد؟ چرا در اداره کارخانه ها و تولید فرآورده های نفتی مشکل دارد؟ مشکل اقتصاد آمریکا نیست، باندبازی خودمان است. یکی از بدبختی های ما این است که نه تنها نفت را خام می فروشیم بلکه سایر کانی ها را هم خام فروشی می کنیم.»



### دیدار با اعضای شورای نگهبان درباره رد صلاحیت اصلاح طلبان نبود

حجت الاسلام مجید انصاری، عضو مجمع روحانیون مبارز درباره جزئیات دیدار با اعضای شورای نگهبان گفت: «آقای کدخدایی درخواست کرده بودند که جلسه ای با اعضای شورای نگهبان داشته باشیم. جمع بندی های خود را در باره آسیب شناسی مجلس و مشکلاتی که درباره مجلس وجود دارد، می خواستم ارائه کنم که بعضی از این موارد می توانست در روند بررسی و تأیید صلاحیتها مؤثر باشد. آن جلسه ای که من رفته بودم به طور کامل تشکیل نشد. من می خواستم که همه اعضای شورا در جلسه حضور داشته باشند و چون به تدریج آمدند ما مباحث دیگری را مطرح کردیم. اصلاً درباره رد صلاحیتها بحثی نشد و در آینده هم اصلاً قرار نیست من درباره تأیید صلاحیتها یا رد صلاحیتها افراد و اصلاح طلبان بحث کنم. من چند سال پیش هم که معاون پارلمانی دولت پانزدهم بودم، بخشی از این مطالب را در جلسه با آنها... جنتی مفصل مطرح کردم و این مطالب هم در همان راستا است.»

روحانی در جریان «زمان دقیق» اجرای طرح بنزینی بود احمد علیرضاییگی نماینده مجلس شورای اسلامی با اشاره به یکی از جلسات کمیسیون شوراها مجلس با حضور وزیر کشور گفت: «رحمانی فضلی در جلسه کمیسیون شوراها گفت در تاریخ ۲۲ آبان ماه در جلسه هیات دولت با حضور رئیس جمهور اعلام کرد که ساعت صفر بامداد جمعه ۲۴ آبان ماه، قیمت بنزین افزایش می یابد. مسئولان وزارت اطلاعات و نیروی نظامی نیز در کمیسیون شوراها بیان داشتند که ما به دولت اعلام کرده بودیم با توجه به مطالبات انباشته شده مردم، احتمال اغتشاش و بروز مشکلات امنیتی در صورت افزایش قیمت بنزین وجود دارد.»



### احتمال قانونی شدن موتورسواری زنان در ایران

حجت الاسلام صادقی، معاون فرهنگی قوه قضائیه گفت: «در آینده می توان اقداماتی را به لحاظ شرعی، اخلاقی و قانونی نسبت به استفاده بانوان از موتورسیکلت انجام داد. دولت به شرط طراحی مناسب درباره موتورسواری بانوان لایحه ای را تحویل مجلس دهد، اگر این لایحه مورد تأیید مجلس و شورای نگهبان قرار گرفت، موتورسواری بانوان هم مجاز خواهد شد.»



### برنامه ای برای افزایش قیمت گازوئیل نداریم

بیژن نامدار زنگنه وزیر نفت گفت: «اطلاعی ندارم که استیضاح من به صحن رفته یا نه، من اکنون اینجا در جمع شما هستم. سهمیه بندی بنزین تأثیری در قاچاق ندارد آنچه در قاچاق تأثیر دارد قیمت است. برنامه ای برای افزایش قیمت گازوئیل نداریم.»



### دولت نباید ترسد

محمد فرضی کلابدای انتخابات ریاست جمهوری یازدهم گفت: «اقتصاد دوست و رفیق نمی شناسد. نفت هرگز روی زمین نمی ماند. دولت نباید بترسد. قانون نانوشته مدیریت به ما می گوید روی کسانی که به هر دلیل می ترسند اصلاً حساب نکنید. در زمان جنگ پیشنهاد وزارت نفت را در حالی قبول کردم که به من گفتند: نفت ایران را نمی خرد، نمی ترسی؟ گفتیم: دستم بشکند اگر ایران از فروش ۶۰ میلیون بشکه در روز ۲ میلیون سهم نداشته باشد.»



### تویترسیاسیون

علیرضا پناهیان @Panahian\_IR  
ای کاش بی تعهدی و بدرفتاری های روحانی فقط به خودش محدود میشد. وقتی رئیس جمهور اینقدر نسبت به درد مردم و اشتباهات دولت از کارت سوخت گرفته تا برجام بی تفاوت باشد و یک عذرخواهی از هیچ اشتباهی نکند؛ خدا میداند چه بد اخلاقی ها در تعهد برخی شهروندان و بسیاری از مدیران میانی ایجاد میشود.

جلیل محبی @haghoooghdani  
پایمیر ولی الله علیه و آله و سلم فرمود اگر ببینید زن و مردی در حال گناه اند چه میکنید  
یکی از صحابه گفت با این شمشیر گردنشان را میزنم  
رو به علی علیه السلام فرمود علی جان تو چه میکنی؟  
گفت با درایم رویشان را میپوشانم  
پایمیر فرمود: لافتی الا علی

Mahnaz Afshar @AfsharMahnaz  
دوبار بابت شکایت از طرف نهاد شما در مورد دختران خیابان انقلاب و احترام به حق انتخاب زن بازخواست شدم. و همچنان هم با چنین اتهاماتی احضار به دارم. کاش اگر این شما هستید کمک کنید زنان و دخترانمان بابت زن بودنشان اینقدر مورد بی مهری و بی عدالتی قرار نگیرند.

MJ Azari Jahromi @azarijahromi  
حمله سازمان یافته سایبری به سامانه های دولت الکترونیکی ایران، شناسایی و توسط سپر #دژفا دفع شد  
این نوع حمله در قالب حمله شناخته شده APT27 صورت گرفته و هدف آن جاسوسی از اطلاعات دولتی بوده است  
سرورهای تجمیع اطلاعات جاسوسی شده شناسایی، و ردیابی عاملان حمله هم انجام شد

## پارس استیل

طراحی و تولید انواع نرده های استیل آلومینیومی، حفاظ استیل تجهیزات پزشکی، بیمارستانی و آشپزخانه های صنعتی

تهیه و توزیع لوله، ورق (مس، برنج و استیل)، میلگرد، نبشی پروفیل، استنلس استیل، اتصالات دکوراتیو استنلس استیل

اتصالات صنایع شیری، اتصالات دنده ای و جوشی استنلس استیل، اتصالات اسپایدر

بسیست متری دوم غربی مدرس - بین نواب ۵ و ۷ - ۰۹۱۵۵۶۱۶۲۹۲ - ۳۳۲۳۰۱۲۰ (فراهادی)

## آجیل و خشکبار خاوران

مرکز تولید و توزیع انواع آجیل، سوغات و خشکبار در خراسان جنوبی

میدانگرسیت تا قدر دقایق زندگیمان را بدانیم  
۱۵٪ تخفیف ویژه

زعفران سر قلم	۳۹/۰۰۰ تومان
زعفران دسته	۳۲/۰۰۰ تومان
آجیل مخلوط (۵۰٪ مغز)	۵۵/۰۰۰ تومان
آجیل مخلوط (۷۰٪ مغز)	۶۵/۰۰۰ تومان
آجیل شیرین زمستانی	۷۵/۰۰۰ تومان
پسته بادامی	۱۰۸/۰۰۰ تومان
بادام هندی	۱۴۸/۰۰۰ تومان
تخمه کانادایی	۲۷/۰۰۰ تومان
تخمه هندوانه (زاپنی)	۱۷/۰۰۰ تومان
تخمه کدو ایرانی	۴/۰۰۰ تومان
تخمه کدو گوشتی	۴۴/۰۰۰ تومان
انجیر استهبان	۴۸/۰۰۰ تومان
نخود گل شور و بی نمک	۱۲/۵۰۰ تومان
خرمای زاهدی	۱۳/۰۰۰ تومان
گردوی ایرانی	۴۸/۰۰۰ الی ۶۶/۰۰۰ تومان
زرتشک درجه یک	۶۴/۰۰۰ تومان
عنب درجه یک	۱۵/۰۰۰ الی ۲۵/۰۰۰ تومان

شعبه ۱: بیرجند - حدفاصل معلم ۲۱ و ۲۳ - جنب داروخانه  
شعبه ۲: بیرجند - نبش معلم ۵۴ - روبروی پارک آزادگان  
۰۹۱۵۲۶۴۲۵۹۵ - ۰۵۶ ۳۲۴۴۷۲۴۲۲

### کله پزی و جگر کی صداقت

همه روزه از ساعت ۶ صبح تا ۱۴ و شب ها با سفارش قبلی  
سیراب شیردان، جگر، دل، قلوه  
ارسال سفارش در منزل  
۰۹۳۵۷۶۳۱۳۴۰ - ۳۲۲۳۸۱۱۵  
سفرش شب بلدا پذیرفته می شود  
مظفری ۱۴ - پلاک ۷ - داخل میلان - روبروی دفتر امام جمعه

### نمایشگاه اتومبیل بهزاد

معصومیه بالا - خیابان شیخ قازاری  
۲۰ متر مانده به بانک کشاورزی  
۰۹۱۵۵۶۲۱۹۰۷ (روشنی)

### ایزوگام کلاسی

سخنی برای گفتن نداریم  
سخن ماترجه ماست  
میدان شهداء - شهدای ۵  
جنب اداره ثبت اسناد - ۰۹۱۵۳۶۲۳۷۰

### حجاب سرای

حریم ریحانه  
عرضه کننده انواع: چادرمشکی  
مقتعه های ساده و مدل دار  
ملزومات و بدلیجات حجاب  
بیرجند - عدل ۷ پلاک ۳۶  
تلفن: ۰۳۲۲۱۹۰۶  
فروشگاه اینترنتی: www.ehejab.ir

### خدمات کامپیوتری بعثت

تاسیس، پرینت، حجاب جزوات  
فتو کپی سیاه و سفید و رنگی تا سایز A3  
پرس کارت تا سایز A3 - ارسال فکس  
ترجمه متون - اسکن و فزری جزوات  
رایت CD - چاپ آکوی تر حیم  
تخفیف ویژه برای مدارس  
دانشجویان، دانش آموزان و اساتید  
قطعه ۱۵ خرداد و بعثت - نبش بعثت ۱/۱  
روبروی خوابگاه نوید (نخعی پور) ۲۲۴۴۶۱۰۷  
۰۹۱۵۹۲۲۳۸۵۲ - ۰۹۱۵۱۶۴۳۸۵۲

### پذیرش سفارش

حلیم - شله مشهدی  
ویژه ایام محرم  
بین مدرس ۱۱ و ۹ - کیاب صالح  
۰۹۱۵۱۶۴۳۷۲۹۹ - ۳۳۲۵۴۴۷۰

### کاپیت چابک

MDF-PVC  
فروش اقساطی یکساله  
ویژه فرهنگیان محترم  
فروش اقساطی با چک کارمندی  
تولید کاپیت، درب و انواع مصنوعات  
سجادشهر - نبش امامت ۱  
ابتدای خیابان معلم - ۰۹۱۵۱۶۱۲۰۷۴ (مدیریت: چابک)

### قیر و ایزوگام سلطانی

۱۰ سال ضمانت نقد - اقساط  
با بیش از ۲۰ سال سابقه کاری  
سجادشهر - نبش امامت ۱  
۰۹۱۵۵۱۴۴۲۱۲ - ۰۹۱۵۶۶۸۹۸۳۱  
۳۲۴۲۵۲۰۹

**اخبار**

**مشکل فرش مصلاي المهدي(عج) بير جند حل شد**



با پیگیری رئیس ستاد نماز جمعه شهرستان بیرجند مشکل فرش مصلاي بزرگ المهدي(عج) مرتفع شد. حجت الاسلام محقق از تلاش خود و همکاران برای دریافت صد تخته فرش از آستان قدس رضوی برای مصلاي نمازجمعه بیرجند خبر داد. رئیس جوان ستاد نماز جمعه چند ماهی است منصوب شده و تحولات خوبی ایجاد کرده است. تجربه نشان داده است اعتماد به جوانان ثمر بخش و آینده ساز است.

**اجرای آیین نامه ایمنی در جایگاه‌های عرضه سوخت**

آیین نامه ایمنی در جایگاه‌های عرضه سوخت در خراسان جنوبی اجرایی می‌شود. سرپرست اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی استان با بیان اینکه این آیین نامه برای اجرا و نظارت بر اجرای آن در بازرسی‌های این اداره کل ابلاغ شده است، گفت: این آیین نامه با هدف ایمن سازی محیط کار در جایگاه‌های عرضه سوخت و پیشگیری از حوادث ناشی از کار تهیه شده و در تمام جایگاه‌های عرضه سوخت مشمول ماده ۸۵ قانون کار جمهوری اسلامی ایران، لازم الاجرا است. اشرافی افزود: مسئولیت ایمنی در جایگاه‌های عرضه سوخت بر عهده کارفرما است و کارفرما مکلف به رعایت مصوبات شورای عالی حفاظت فنی و دیگر قوانین و مقررات، آیین نامه‌ها و دستورالعمل‌های ایمنی و حفاظتی بوده و باید از مراجع ذیصلاح مجوزهای مرتبط را اخذ کند.

**کمک خیر بشرویه‌ای برای خرید تجهیزات دندان پزشکی**

یک خیر برای خرید تجهیزات دندان پزشکی روستای رقه شهرستان بشرویه ۳۰ میلیون تومان کمک کرد. رئیس شبکه بهداشت و درمان شهرستان بشرویه گفت: مشفق یکی از اهالی روستای رقه شهرستان بشرویه که مدتی است در تهران ساکن است برای راه اندازی بخش دندان پزشکی در روستای رقه کمک کرده است. حسینی نژاد افزود: تجهیزات دندان پزشکی مرکز خدمات جامع سلامت روستای رقه با خودیاری ۳۰ میلیون تومانی یک خیر و تأمین اعتبار ۶۰ میلیون تومانی از محل اعتبارات دانشگاه خریداری شد.

**۲۴ میلیارد تومان تعهد خیرین**

**در جشنواره بیست و یکم خیرین مدرسه ساز**

مدیر کل آموزش و پرورش خراسان جنوبی گفت: خیرین نیکوکار در بیست و یکمین جشنواره خیرین نیکوکار استان، پرداخت مبلغ ۲۴ میلیارد تومان برای احداث، مقاوم سازی و مرمت فضاهای آموزشی و پرورشی استان تقبل و تعهد کردند. به گزارش امروز خراسان جنوبی، محمد علی واقعی در آیین افتتاح دبیرخانه مرکزی مجمع خیرین مدرسه ساز استان در مشهد مقدس اظهار کرد: در جشنواره بیستم خیرین نیکوکار پرداخت مبلغ ۲۱ میلیارد تومان را تقبل کرده بودند که تاکنون بیش از ۶۵ درصد این تعهدات تحقق یافته است.

**پرستار نمونه کشوری:**

**پرستاری عشق است**



امروز خراسان جنوبی- قاسمی معصومه بهزادی پور، پرستار نمونه کشوری در زمینه این شغل حساس می گویند: باید عاشق پرستاری باشی تا بتوانی مشکلات و خستگی های این شغل را ببذیری. در ادامه بیشتر با او و شغل پرستاری و مشکلات آن آشنا می شویم.

**چند سال است که پرستار هستید؟**  
 ۲۴ سال است که در این حرفه فعالیت می کنم و توانسته ام در این مدت هم به عنوان پرستار نمونه استانی و هم کشوری معرفی شوم. انتخاب پرستار نمونه کشوری بر اساس شاخص هایی مانند تجربه و سابقه کاری قابل قبول، ارزیابی بر اساس آیتم های موردنظر کارشناسان این حرفه و تأیید صلاحیت از سوی ما فوق و نیروهای زیر مجموعه می باشد و خوشحال هستم که امسال این موفقیت و عنوان شامل حال من شد. امیدوارم با لطف و عنایت خداوند همچنان لیاقت خدمت به هم نوعان خودم را داشته باشم.

**چه سختی هایی را در این شغل تحمل می کنید؟**

هر حرفه ای یک سری مشکلات دارد ولی پرستاری خستگی جسمی و روحی را توأم دارد و اگر عشق به این حرفه نداشته باشیم نمی توانیم دوام بیاوریم. چرا که ما در بدترین شرایط با مردم رو به رو می شویم و اگر نتوانیم ارتباط درست برقرار کنیم مشکلاتی ایجاد می شود. به همین دلیل هم به خودم و هم به پرستاران و همکارانم گفته ام که درک بیماران و همراهان آنها خیلی مهم است و باید در کنار افزایش توان علمی، مهارت های ارتباطی خود را بالا ببریم.

**از تجربه های خوب و بد خود در طول این سال ها بگویید.**

عدم درمان و از بین رفتن هر بیمار یک تجربه به شدت ناخوشایند در کار ما هست کودکان در این مورد برای من تجربه تلخ تری به همراه دارند به طوری که تلخ ترین و شیرین ترین خاطره های کاری که در ذهنم ثبت شده اول مربوط به کودک ۵ساله ای بود که در استخر خانگی غرق شده بود و قریب ۴ ساعت همه تیم پزشکی و پرستاری مشغول احیای کودک بودیم متأسفانه موثر نبود و تجربه خوب هم زمانی است که هر بیماری با بهبودی از بیمارستان خارج می شود و بهترین خاطره کاری من هم احیای موفق یک نوزاد بودجه این شکل که پس مدت زمانی که تیم مشغول احیا بودیم و نهایت نا امید شدیم مادر نوزاد بر بالین نوزاد آمد و به محض اینکه او را در بغل گرفت شاهد برگشت تنفس نوزاد بودیم و با ادامه عملیات احیا نتیجه موفق بود و پس از چند روز با

سلامت کامل از بیمارستان مرخص شد که تجربه عالی بود.

**از مشکلات پرستاری بگویید؟**

مشکلات پرستاری زیاد است یکی از آنها عدم شناخت این حرفه توسط مراجعین است و اینکه از نوع و تکنیک وظایف این حرفه با سایر حرفه های مرتبط اطلاعی ندارند در اغلب موارد در زمینه هایی متهم می شویم که جزو وظایف و مسئولیت های پرستاری نیست. اینکه گاهی شاهد قصوری در این حرفه هستیم قابل چشم پوشی نیست اما در خیلی از موارد هم نقش موثر پرستاران در بهبودی بیماران را خود مراجعین شاهد بوده اند. از دیگر مشکلات کمبود نیروی انسانی است که علی رغم جذب نیروهای جدید پاسخگوی نیاز مراکز درمانی و بیماران نیست که همین مورد اغلب مسبب ناراضیاتی مراجعین می شود. همچنین حقوق و مزایای این رشته می باشد که با سایر رشته های مرتبط از جمله پزشکی تفاوت چشمگیری دارد و با سختی و حجم مسئولیت همخوانی و هماهنگی ندارد.

**توصیه شما به پرستاران که تازه وارد این حرفه شده اند چیست؟**

نسل کنونی به لحاظ تغییر شیوه تربیتی و اغلب فرزند سالاری، قدرت تحمل و صبوری کمتری دارند و برخی هم صرفاً جهت دریافت مدرک یا منبع درآمد وارد این حرفه می شوند که این مورد در واقع زنگ خطری هم برای سلامت جامعه و هم خود افرادی است که در این حرفه مشغول می

**درخواست شما از مردم و مسئولان چیست؟**

از مردم خویمان می خواهم نگاه مهربانانه تری به این حرفه داشته باشند و بروز قصور را از سوی برخی، به کل جامعه پرستاری نسبت دهند و از مسئولیت های یک پرستار اطلاعاتی داشته باشند تا هرگونه قصور مربوط به سایر رشته های مرتبط را به پرستاری تعمیم ندهند. مسئولان هم در بخش پرداخت حقوق و مزایا و تأمین نیروی انسانی توجه بیشتری بفرمایند تا باعث ایجاد انگیزه بیشتری در این حرفه باشند. همچنین از مسئولان در امر آموزش هم تقاضای توجه جامع تری دارم.

**اخبار ورزشی**

**حضور بانوان شمشیرباز استان در مسابقات کشوری**



امروز خراسان جنوبی- آنوشه رئیس هیئت شمشیربازی استان گفت: محدثه سالارپور و معصومه کیوانی برای حضور در مسابقات قهرمانی کشور بزرگسالان اسلحه ایبه به آذربایجان شرقی اعزام می شوند. قلاسی مود افزود: در این مسابقات که از ۲۵ تا ۲۹ آذرماه برگزار خواهد شد، دو شمشیرباز بانوی استان با دیگر حریفان خود رقابت خواهند کرد.

**یک روز با نشاط برای ورزشکاران بشرویه ای**

جوانان و نوجوانان کونگفوکار عضو کمیته فردی و هنرهای نمایشی هیئت ورزش های همگانی اداره ورزش و جوانان شهرستان بشرویه یک روز با نشاط و مفرح همراه با طبیعت گردی کویرنوردی را تجربه کردند. به گزارش امروز خراسان جنوبی، این ورزشکاران با حضور در کویرنوردی و برگزاری مسابقات همگانی، دوازده، دوی امدادی، والیبال ساحلی و یک قل دوقل همچنین طبیعت گردی و همایش کویرنوردی یک روز مفرح و شاد را گذراندند.

**از دوام برتری داری!**  
**گفتم لابد باری**  
**مطالبت معیشتی**  
**کاریکاتور: بهداد بازی وزیر بر فراز مشکلات معیشتی! - تسنیم**

**استودیو تخصصی فیلم و عکس تماشای**  
 عکاسی و فیلم برداری از مراسمات و جشن ها و همایش ها  
**تخفیف ویژه شب یلدا**  
 پاسداران - جنب اداره پست مرکزی  
 ۰۹۳۸۳۵۵۶۵۶۴ - ۲۲۲۳۴۵۰۱

**غذای آماده ارکیده**  
 جلو کوبیده و جلو جوجه  
 جلو مرغ سرخ شده و مسرخ زعفرانی  
 جلو خورشت فیمه و قورمه سبزی  
 جلو ماهی  
 جلو کباب تکیلی  
 جلو کباب دورو  
 جلو باجین  
 ۱۴ هزار تومان  
 ۱۳ هزار تومان  
 ۹ هزار تومان  
 ۱۸ هزار تومان  
 ۱۵ هزار تومان  
 ۱۷ هزار تومان  
 ۱۵ هزار تومان  
 بین توحید ۲۰ و ۲۳۴۵۰۹۳۰  
 ۰۹۱۵۷۲۸۶۰۸۴ - ۰۹۳۹۹۲۷۱۹۷۷

**به اطلاع همشهریان عزیز می رساند آغاز فعالیت نو در رستوران مدائن**  
**یک رایگان**  
 با مدیریت جدید (ابوالفضل خزیمه نژاد)  
 کادر مجرب و کار آزموده  
 مدیریت با ۱۸ سال سابقه کار  
 در بهترین رستوران های سطح شهر بیرجند  
 برگزاری کلیه مجالس با ظرفیت سالن ۴۵۰ نفر  
 امکان سرویس دهی در هر مکان که شما صلاح بدانید.  
 آماده عقد قرار داد با کلیه ارگان ها، ادارات و شرکت ها  
 آدرس: بلوار شهید محلاتی - نبش ۲۲ بهمن ۰۹۱۵۱۶۰۰۱۵۸  
 ۳۲۰۴۴۱۱۳ - ۳۲۰۴۴۴۰۰ (ابوالفضل خزیمه نژاد)  
**جهت دریافت اطلاعات کلمه رستوران مدائن یا madaen restaurant را به سامانه ۱۰۰۰۸۵۹۰ ارسال کنید. جهت ارتباط بهتر و آسان با ما از طریق شماره گیری # ۳۵۵۵۵۵ \* ۶۶۵۵۵ \* بصورت کاملاً رایگان اقدام فرمایید.**

**طلاسازی ماندگار**  
**هنر گوهر برند برتر**  
 ساخت انواع زیور آلات و سرویس های زنانه و مردانه  
 (نقره - برنج - ترکیبی با سنگ های قیمتی و نیمه قیمتی)  
 بیرجند - چهارراه دوم مدرس (احسانبخش) ۰۹۱۲۳۲۰۵۶۹۹ - ۳۲۴۴۳۵۸۳

**نقشه برداری با دوربین و GPS**  
**ثبتي - معدن - کشاورزی**  
 ۰۹۱۵ ۱۶۳ ۹۷۷۰ (احمدی)

**ز مرد لپ تاپ**  
**جشنواره فروش پاییزه**  
**به مناسبت آغاز سال تحصیلی جدید**  
 مبدان اول مدرس، مجتمع الماس  
 طبقه همکف واحد ۳ - دست راست (مختاری)  
 ۰۹۱۲۴۷۱۰۹۳۵ - ۳۲۲۳۱۴۱۸

**کافه قنادی مصطفی**  
**عرضه انواع شیرینی آرمیوه و بستنی**  
 شعبه ۱: خیابان منتظری - روبروی سینما بهمن  
 شعبه ۲: تقاطع بلوار شعبانیه و بقیه ا...  
 ۳۲۲۲۴۲۰۰ - ۰۹۱۵۲۶۳۷۰۰۸ (فیروززی)

**۱۰ درصد تخفیف ویژه تا یلدا**  
**کبابی محمد (ابوترابی)**  
 طبخ زغالی - برنج ایرانی درجه یک  
 چلو(کوبیده - جوجه - پاپین - بال و...)  
 بین مدرس ۴۹ و ۴۹/۱ - روبروی پمپ CNG ۰۹۳۶۵۰۴۵۱۶۲ - ۳۲۴۳۶۱۷۹

**شیشه و آینه مهدی نژاد**  
**فروش و نصب انواع شیشه ساختمانی**  
**دو جداره، صنعتی و طلق در رنگهای متنوع**  
**خیابان کارگران - بین کارگران ۱۷ و ۱۹**  
**همراه: ۰۹۱۵ ۵۶۱ ۴۳۷۴**

**آگهی تحدید حدود ثبت املاک یک قسمت از بخش ۲ شهرستان بیرجند**  
 به موجب ماده ۱۴ قانون ثبت املاک تحدید حدود ششدانگ یک قطعه زمین پلاک ۳۵۲۵ فرعی از ۳۴۵ اصلی بخش دو بیرجند واقع در دشت علی آباد مورد تقاضای آقای سید ابراهیم سیادت در روز دوشنبه مورخ ۱۳۹۸/۱۱/۱۶ ساعت ۱۰ صبح در محل شروع و بعمل خواهد آمد. لذا به موجب ماده ۱۴ قانون ثبت املاک به صاحبان املاک و حقوق ارتفاقی و مجاورین شماره های فوق الذکر بوسیله این آگهی اخطار می گردد که در روز و ساعت مقرر بالا در محل حضور به هم رسانند چنانچه هر یک از صاحبان املاک یا نماینده قانونی آنها در موقع مقرر حاضر نباشند مطابق ماده ۱۵ قانون مزبور ملک مورد آگهی با حدود اظهار شده از طرف مجاورین تحدید خواهد شد و اعتراضات مجاورین نسبت به حدود و حقوق ارتفاقی و نیز صاحبان املاک و حقوق ارتفاقی که در موقع مقرر حاضر نبوده اند مطابق ماده ۲۰ قانون ثبت فقط تا سی روز از تاریخ تحدید حدود پذیرفته خواهد شد و از تاریخ تسلیم اعتراض به اداره ثبت طرف یک ماه دادخواست اعتراض خود را به مرجع ذیصلاح قضایی تقدیم و گواهی لازم از مرجع مذکور اخذ و به این اداره تسلیم نمایند.

**دزدگیر مرسدس**  
**نمایندگی ماییکار**  
**دستگاه ردیاب خودرو و ایژر مدل F100-R**  
**قیمت ۲۸۵ هزار تومان**  
 \* نصب و فروش انواع سیستم پخش  
 \* نصب و تعمیر انواع دزدگیرهای ماییکارو...  
 بین انقلاب ۹ و ۱۱ - تلفن: ۳۲۲۱۳۴۲۴ - ۰۹۱۵۳۶۲۴۹۴۶ (چکنندی)

**آگهی استخدام**  
 چند نفر نیرو جهت کار در یک فست فود واقع در خیابان معلم نیازمندیم ساعت تماس ۱۲ ظهر به بعد  
 ۰۹۳۵۵۶۱۸۸۹۸

**مفقودی**  
 برگ سبز موتورسیکلت شوکا مدل ۱۳۸۹ به شماره موتور 163FML9E058756 و شماره تنه IRAGB8913AA950040 به نام محمدعلی یوسفی رومنجان فرزند محمدحسین مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

**تاریخ انتشار: ۱۳۹۸/۰۹/۲۵**  
**علی فضلی - رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان بیرجند**

**شهر کتاب مبین**  
 ارائه دهنده کتب دانشگاهی علوم پایه انسانی، مهندسی، پزشکی  
 کتب کمک درسی، ادبیات، تاریخ و روانشناسی  
 خراسان جنوبی- شهرستان فردوس- خیابان امام خمینی  
 ۰۵۶۳۲۷۲۹۳۷۲ - کانال تلگرامی @mobi\_book\_city



روزنامه امروز جنوبی  
 صاحب امتیاز و مدیرمسئول: محمود حیدری  
 زیر نظر شورای سردبیری  
 آگهی: ۲۲۴۴۹۹۹۶ روابط عمومی: ۲۲۴۴۳۰۲۸  
 اشتراک: ۲۲۴۴۹۹۹۷ نماشر: ۲۲۴۴۳۰۲۸  
 آدرس: بیرجند - نیش مدرس ۲۲ - پلاک ۲۷۸ صندوق پستی: ۳۷۱۷۵-۲۲۴  
 لینوگرافی و چاپ: چاپ و نشر امروز خراسان جنوبی ۲۲۴۴۴۲۴۴

**امروز**  
 دگر روز: یاقاضی آنجا جانتا  
 حقیقت: هر کسی به خاندانش لوفین کند خوشی زندگی را از دست خواهد داد.  
 فر از نهج البلاغه: ثروت مایه و اصل تمام شہوت هاست.

**قابل توجه نویسندگان و مؤلفین خراسان جنوبی**  
**دیگر نگران چاپ تألیفات خود نباشید**  
 مؤسسه انتشاراتی صبح امروز خراسان جنوبی  
 چاپ و اخذ مجوز از وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی آماده می دارد تا کتابت شمارا در کمترین زمان و هزینه چاپ و منتشر نماید.  
 برای بهره مندی از تخفیفات ویژه با ما تماس بگیرید  
 انتشارات صبح امروز خراسان جنوبی  
 بیرجند- خیابان مدرس- نیش مدرس ۲۲ تلفن: ۰۵۶-۳۲۴۴۴۴۴۴  
 پستالک: ۳۷۸-۷۷۸ واحد: ۲۳ فکس: ۰۵۶-۳۲۴۴۳۰۲۸

سال شانزدهم - شماره ۴۰۷۷  
 دوشنبه ۲۵ آذر ۱۳۹۸ - ۱۹ ربیع الثانی ۱۴۴۱ - ۱۶ دسامبر ۲۰۱۹

معتمدیان در مراسم امضای تفاهم نامه انتقال آب عمان به سیستان و بلوچستان و استان های خراسان جنوبی و رضوی عنوان کرد:

# عزم دولت برای توسعه شرق

و شیرین کردن در اختیار سه استان شرقی کشور قرار گرفت تا با همکاری بخش خصوصی به این مناطق منتقل گردد. معاون وزیر نیرو در نشست بررسی طرح انتقال آب از سواحل چابهار با اشاره به اینکه سالانه ۵/۵ میلیارد متر مکعب از مخازن آب زیرزمینی کشور کسر می شود، گفت: در حال حاضر کسری جمعیتی سفره های زیرزمینی به ۱۳۴ میلیارد مترمکعب رسیده است؛ این در حالی است که هر سال کمتر از ۱۰۰ میلیارد متر مکعب آب تجدیدپذیر داریم.

قاسم تقی زاده خامسی ادامه داد: ۱۰ هزار روستای کشور هنوز آب پایدار ندارند، شرایط آبی کشور مناسب نیست و باید راه حلی در این زمینه بیابیم؛ در ابتدا باید مصرف را کنترل کنیم و اولویت مدیریت مصرف در بخش کشاورزی است که حدود ۹۰ درصد آب را در اختیار دارد. پس از مشخص شدن میزان تخصیص آب از دریای عمان به استان های شرقی کشور، تفاهم نامه انتقال آب دریای عمان از سواحل چابهار به استان های خراسان رضوی، خراسان جنوبی و سیستان و بلوچستان با حضور معاون وزیر نیرو و استانداران این سه استان به امضا رسید.



استاندار خراسان جنوبی گفت: پروژه عظیم انتقال آب از دریای عمان به استان های شرقی کشور، نشانگر عزم و اراده مجموعه دولت برای توسعه منطقه است.

محمدصادق معتمدیان در آیین امضای تفاهم نامه «طرح انتقال آب از دریای عمان»، از نقش این پروژه در توسعه شرق کشور گفت و خاطر نشان کرد این پروژه در ماندگاری جمعیت و ایجاد امنیت پایدار در منطقه شرق کشور موثر خواهد بود. وی با اشاره به تأکید وزارت نیرو بر تدوین سند سازگاری با کم آبی تصریح کرد: در این سند، استان ها مکلف شده اند وضعیت منابع و مصارف آبی را ارائه نمایند و میزان مصرف شرب و صنعت را تعیین کنند.

به گفته وی: خراسان جنوبی، نخستین استانی است که سند سازگاری با کم آبی را تدوین نموده و این سند در کارگروه سازگاری با کم آبی وزارت نیرو نیز به تصویب رسیده است.

احمد موهبتی استاندار سیستان و بلوچستان هم در این آئین گفت: علیرغم جنگ تحریمی تحمیلی، دولت توجه ویژه ای به توسعه شرق کشور دارد که طرح انتقال آب از دریای عمان در همین راستا است.

استاندار خراسان رضوی هم گفت: با اجرای طرح انتقال آب از دریای عمان، تغییرات تمدنی در شرق کشور رخ خواهد داد و با اراده ای که دولت دارد، عملیات اجرایی این طرح، هر چه زودتر آغاز خواهد شد.

وی همچنین در اظهاراتی در خصوص میزان تخصیص آب به هر استان گفت: سهم استان خراسان رضوی ۱۱۰ میلیون مترمکعب، سهم خراسان جنوبی ۶۰ میلیون مترمکعب و سهم سیستان و بلوچستان ۲۲۸ میلیون مترمکعب است که مجموع این سهم ها میزان خروجی آب است اما از دریا می توانند یک میلیارد و ۲۰۰ میلیون مترمکعب برداشت کنند.

داخلی در مسیر پرپیچ و خم اماها و اگرها افتاده، اما اقبال دریای عمان در آبرسانی به کشور بیشتر بوده و اکنون شاهد اجرایی شدن یک طرح جدی و بزرگ به منظور انتقال آب از دریای عمان به سه استان شرقی ایران هستیم.

از این رو، براساس مصوبه کمیته تخصیص وزارت نیرو ۴۰۰ میلیون مترمکعب آب برای نمک زدایی

ترین منابع نامتعارف تأمین آب شیرین مورد نیاز است که این راهکار در فرآیندهای نمک زدایی، شیرین سازی و انتقال آب شیرین به میادین مصرف، خلاصه می شود. ایران هم از شمال و هم از جنوب به دریا راه دارد و می توان از دریا به خوبی در تأمین آب مورد نیاز شهرها و روستاهای کشور استفاده کرد. اگرچه استفاده از آب دریای خزر، سالهاست درگیر و دار تحریم های

شده و همچنین جزئیات تخصیص آب از دریای عمان به شرکت های آب منطقه ای این سه استان ابلاغ شد. استفاده از منابع نامتعارف جهت تأمین آب مورد نیاز مصرفی در بخش های مختلف، در زمانی که استفاده از منابع متعارف جوابگوی نیازهای مصرفی نباشد، راهکاری است که در تمامی دنیا مورد استفاده قرار می گیرد. در این بین، استفاده از آب دریاها، یکی از رایج

**امضای تفاهم نامه «طرح انتقال آب از دریای عمان» با حضور استانداران خراسان جنوبی**  
 تفاهم نامه انتقال آب از دریای عمان به سه استان شرقی ایران به منظور تأمین آب شرب و صنعت امضا



تشیع دیگر شهید رضوی در بیرجند



کمک خیر بشرویه ای برای خرید تجهیزات دندان پزشکی



آتش سوزی در منزلی در بیرجند



واژگونی تانکر حمل سوخت در محور سربیشه - درج



بازدید استاندار از ظرفیت های صیادی بندر چابهار

**در آستانه فصل سرما**  
 هرگز نیکو کاری تخصصی رسانه یاران با همکاری مراکز نیکو کاری منتخب استان خراسان جنوبی برگزار می کنند

**گرمای مهربانی**

گرما بخش داستان کوچک فرزندان شهرمان باشیم  
 سهم شما خیر نیک اندیش از ۱۰ هزار تومان تا ...

شماره کارت: ۶۰۳۷۹۹۷۹۵۰۱۱۰۰۳۲  
 ۰۹۹۱۰۶۹۰۸۱۳ ۰۹۳۸۵۶۱۶۳۵۴

**کلینیک جراحی عمومی (بیمارستان رازی)**  
**دکتر مراد هاشم زهی**  
 روزهای یکشنبه، دوشنبه و سه شنبه  
 از ساعت ۱۷ الی ۱۹ فعال می باشد  
 تلفن تماس: ۳۱۶۲۶۴۱۱

فروشگاه بزرگ کیف و کفش  
**ماموت**  
 کیف، کفش، کمر بند  
 آدرس: بین معلم ۹ و ۱۱

پخش سیم کارت رایگان  
 همراه اول و رایتل  
 نبش کارگران ۳ موبایل اوین  
 ۰۹۱۵۵۶۱۷۴۴۱

**تفاوت متفاوت!**  
 مجری تبلیغات محیطی در خراسان جنوبی  
 مجری انحصاری تبلیغات فرومگاه بین المللی بیرجند  
 تولید و واردکننده انواع هدایای تبلیغاتی

**اوی پخش**  
 کانون تبلیغات رویا پردازان  
 بلوار معلم - ابتدای خیابان فردوسی  
 0915 161 36 80 056 32 45 71 51

**اجلاس شهدای سادات**  
 زمان: پنجشنبه ۱۹ دی ماه ساعت ۸:۳۰ صبح  
 مکان: بیرجند - حسینیه جماران

امروز  
 خراسان  
 خراسان جنوبی  
 خراسان رضوی  
 خراسان شمالی