

مشاوره و تجهیز سالن های کنفرانس و جلسات  
سیستم های صوت و تصویر (AUDIO/VIDEO) کنفرانس  
**گروه ماشین های اداری بهداشتی**  
نمایندگی انحصاری فروش و خدمات پس از فروش  
توشیبا - ریسو - اپسون در استان  
فتوکپی - ویدئوپروژکتور - تاج پتل - سیستم های کنفرانس - مواد مصرفی  
چهارراه انقلاب - ابتدای بلوار شهید فایده - ساختمان توشیبا  
۳-۵۰-۲۴-۳۲۰ خط ویژه : ۳-۳۱۱

عید صیقلی  
مدیران خودرو  
۰۹۱۵۸۹۳۵۶۳۸ (حق پرست)  
LIFAN

زمنه های رفتن معتمدیان دوباره قوت گرفت

# بازی از نو

هنوز چند هفته ای از غائله تغییر استاندار، طومار حمایت های مردم، مسئولان و علما از محمد صادق معتمدیان نمی گذرد که حالا دوباره صحبت هایی درباره انتصاب استاندار خراسان جنوبی به عنوان جانشین علیرضا زم حسینی استاندار سابق خراسان رضوی که پس از اخذ رای اعتماد مجلس به عنوان وزیر صنعت معدن و تجارت انتخاب شد به گوش می رسد. آن روزها همه از پیرو و جوان، مسئول و غیرمسئول به تکلیف افتاده بودند تا با جمع آوری امضا و تماس با مسئولان، جلوی انتقال معتمدیان از استان را بگیرند اتفاقی که در آن مقطع زمانی مسکوت گذاشته شد. چندی بعد اما استاندار در تماس تلفنی با مدیر مسئول روزنامه امروز خراسان جنوبی به مناسبت روز خبرنگار، احتمال رفتن و ماندنش را پنجاه - پنجاه عنوان کرد. نامه برخی از علما به وزیر کشور و خط و نشان هایی که مردم برای دولت کشیدند سبب شد تا معتمدیان حداقل در مقام حرف ماندگار شود. اما حالا دوباره زمنه ها، این بار کمی بلندتر آغاز شده است و قرار است باز هم مردم را به بازی تازه ای وارد کنند. آن روزها نمایندگان مجلس گلایه داشتند که چرا بدون هماهنگی با

## اعمال دوباره برخی محدودیت های کرونایی در خراسان جنوبی تعطیلات یک هفته ای کرونا

آنها دولت قصد تغییر استاندار را داشته است و خوشحال از اینکه توانستند دولتی ها را از تصمیم شان منصرف کنند این بار اما گویی تصمیمات محکم تر از قبل گرفته شده و معتمدیان باروبنه اش را تا چند صباح دیگر جمع خواهد کرد و به کاخ سفید استانداری خراسان رضوی نقل مکان خواهد نمود. اکنون شنیده ها از معرفی حمید ملانوری به عنوان استاندار خراسان جنوبی حکایت دارد و قرار است ابلاغ خود را از وزارت کشور دریافت کند. وی در حال حاضر مدیر کل امور سیاسی وزارت کشور است و اصالتا کرمانی می باشد.

صفحه ۵

راه ده ساله را دو ساله پیمودیم  
صفحه ۸

حمل هفته ای ۵۵ تن زباله  
از خوسف به بیرجند  
صفحه ۲

تعداد جان باختگان کرونا در خراسان جنوبی رکورد زد  
صفحه ۷

مدارس ۵ شهرستان خراسان جنوبی تعطیل شد  
صفحه ۵

برادر ارجمند  
**جناب آقای مهندس ناصری**  
فرماندار محترم شهرستان بیرجند  
کسب افتخار آفرین رتبه نخست عملکرد برای سومین سال پیاپی در بین فرمانداری های استان خراسان جنوبی بر اساس ارزیابی سال ۹۸ وزارت کشور که با همت بلند، تلاش مجدانه و پیگیری های ارزشمند و اثر بخش جناح عالی و همکاران ارجمند شما محقق شده است صمیمانه تبریک عرض نموده، سربلندی و توفیق روزافزون حضرتعالی را از درگاه بلند خالق تعالی آرزو داریم.  
سیدمحمدحسین زینلی  
مدیرعامل شرکت کویرنایر

آگهی مزایده  
فروش محصول گل زعفران  
دانشگاه آزاد اسلامی واحد بیرجند در نظر دارد عملیات برداشت و فروش گل زعفران ۲ ساله به مساحت تقریبی ۳ هکتار واقع در مزرعه بیدخت را به اشخاص حقیقی یا حقوقی واجد شرایط واگذار نماید. از متقاضیان محترم دعوت می شود جهت دریافت فرم شرکت در مزایده و کسب اطلاعات بیشتر ظرف یک هفته از تاریخ درج آگهی به اداره تدارکات دانشگاه (آقای مهندس سعیدی ۰۹۱۵۱۶۳۹۰۱۹) واقع در انتهای خیابان آیت الله غفاری مراجعه نمایند.  
حوزه معاونت توسعه مدیریت و منابع دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند

آگهی مزایده اجاره شماره ۳/۴۴۳۸/د  
اداره کل ورزش و جوانان خراسان جنوبی در نظر دارد اجاره اماکن ورزشی قابل بهره برداری خود را از طریق مزایده عمومی و با جزییات مندرج در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (www.setadiran.ir) و با شماره مزایده ۵۰۹۹۰۰۱۶۵۰۰۰۰۱ به صورت الکترونیکی واگذار نماید.  
زمان انتشار در سایت: ۹۹/۰۷/۲۱ ساعت ۸:۳۰ صبح  
مهلت دریافت اسناد مزایده: ۹۹/۰۷/۲۱ ساعت ۱۰ صبح تا ۹۹/۰۸/۰۳ ساعت ۱۹ تاریخ بازدید: ۹۹/۰۷/۲۱ لغایت ۹۹/۰۸/۰۱  
آخرین مهلت ارسال پیشنهاد قیمت: ۹۹/۰۸/۰۳ ساعت ۱۹  
زمان بازگشایی: ۹۹/۰۸/۰۵ ساعت ۱۰ صبح  
زمان اعلام به برنده: ۹۹/۰۸/۰۵ ساعت ۱۲  
ضمنا رعایت موارد ذیل الزامی است:  
۱- متقاضیان لازم است با هماهنگی ادارات ورزش و جوانان شهرستان محل وقوع ملک از آن بازدید به عمل آورده و با توجه به وضعیت موجود اقدام به ارائه پیشنهاد قیمت و شرکت در مزایده نمایند.  
۲- برگزاری مزایده صرفا از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت می باشد و کلیه مراحل فرآیند مزایده شامل خرید و دریافت اسناد مزایده، پرداخت تضمین شرکت در مزایده (ودیعه) ارسال پیشنهاد قیمت و اطلاع از وضعیت برنده بودن مزایده گران محترم از این طریق امکان پذیر می باشد.  
۳- کلیه اطلاعات موارد اجاره شامل مشخصات، شرایط و نحوه اجاره در برد اعلان عمومی سامانه مزایده، قابل مشاهده بررسی و انتخاب می باشد.  
۴- علاقه مندان به شرکت در مزایده می بایست جهت ثبت نام و دریافت گواهی الکترونیکی (توکن) با شماره های ذیل تماس حاصل نمایند  
مرکز پشتیبانی و راهبری سامانه: ۴۱۹۳۴-۰۲۱  
اطلاعات تماس دفاتر ثبت نام استان ها، در سایت سامانه (www.setadiran.ir) بخش «ثبت نام - پروفاایل مزایده گر» موجود است.  
روابط عمومی و امور بین الملل اداره کل ورزش و جوانان خراسان جنوبی

سخنران: حجة الاسلام والمسلمین رضایی (مدیرکل تبلیغاتی اسلامی)  
حجة الاسلام والمسلمین فیروزی (از مشاهد مقدس)  
درآستان مقدس امامزادگان باقریه (ع)  
شروع مراسم ساعت ۱۸  
حسینیه امام رضا (ع)  
ساعت ۶ الی ۷ صبح

کرونا ویروس در کسین سلامت  
کارکنید  
زندگی کنید  
مراقب باشید  
برای سلامتی خود و دیگران همیشه ماسک بزنید  
فاصله اجتماعی را رعایت کنید  
دست هایتان را بشوید  
به صورت مرتب  
دست هایتان را مرتب ضد عفونی کنید  
سطلوح و وسایل را ضد عفونی کنید

دعوت به همکاری  
شرکت معتبر نرم افزاری  
پشتیبانی فناوری اطلاعات  
مسلط به امور شبکه و تعمیرات  
سخت افزاری و نرم افزاری  
با مدرک تحصیلی مرتبط  
ارسال رزومه  
Daneshjooyar • info@yahoo.com

امروز خراسان جنوبی - محمد راعی فرد  
mohammadraeifard@yahoo.com  
چرا از قبول واقعیات اطراف مان می گریزیم و سعی می کنیم با توجیهاتی که خودمان هم می دانیم اشتباه و گول زنده است دل مان را به توهمات مان خوش می کنیم !!!

سالهای سال اقتصاد دانانی که حرفی برای گفتن داشتند و نظریه پرداز بودند صدها و هزاران بار گفتند و نسخه پیچیدند برای کسانی که ادعای اقتصادی شان از همان اول ریل را اشتباه و برعکس حرکت رو به جلو کار گذاشتند اما افاقه نکرد و نتیجه آن بعد از سال ها مقصدی است به ایستگاه های مهیب و باور نکردنی . ایستگاه دلار ۳۱ هزار تومانی ، ایستگاه بعدی سکه ۱۶ میلیون تومانی ، ایستگاه بعدی تورم و نقدینگی افسار گسیخته و در ایستگاه بعد مسکن و اجاره بها و قیمت خودرو ، ایستگاه ریزش و نابودی ارزش پول ملی یکی از مخوف ترین ایستگاه هایی است که ۸۵ میلیون ایرانی هر روز باید در آن پیاده و سوار شوند .!!!!

اگر به موارد گفته شده فروپاشی اقتصادی نگوییم چه کلمه ای را باید جایگزین آن کنیم؟ متاسفانه عملکرد تیم های اقتصادی تمامی دولت های غایب و حاضر با توجه به سیاست های داخلی و خارجی ، خروجی اش آنی است که می بینیم ، تقریباً نابودی و اضمحلال قشر متوسط و انبار باروت نقدینگی در حال انفجار ، نه بانکها بانکداری می کنند و نه بورس توان ماندگاری بیشتر از این را در چنین اوضاع اقتصادی با تنفس مصنوعی دارد .

عجبا که در این شرایط هم واقعیت ها را از مردم پنهان می کنیم اما در انتظار به روی کار آمدن دولتی دیگر در آمریکا میمانیم !! همانی که قرار بود نتواند برای کشورمان کاری بکند ، بزرگان به ظاهر اقتصاددان ما ندانستند که اقتصاد نباید تابع سیاست باشد بلکه برعکس این سیاست است که تابعی از اقتصاد است ، همان اقتصاددانانی که تئز شان این بود که با حمله به آمریکا یان در خلیج فارس دهها نفر از آنان را اسیر می کنیم تا در ازای آزادی هر نفرشان چند میلیارد دلار بگیریم تا تمام مشکلات اقتصادی مان را حل و فصل کنیم.....!!!

این شرایط اقتصادی که فقط نابودگر دهها میلیون نفر زیر قطر خفق است را نه این مجلس که ادعای انقلابی گری دارد و نه رئیس جمهور بعدی که حتی نظامی هم باشد توان باز کردن گره هایش را دارند ، شالوده خروجی سیاست گذاری های گذشته را نمی توان با شعار و فرافکنی حل کرد ، هر چه زمان را بیشتر از دست بدهیم و لجاجته بر آنچه که خیال می کنیم درست است پای فشاریم به نقطه صفر و انفجار نزدیکتر خواهیم شد.....!!!

## افزایش ۳ میلیارد تنی ذخیره پتاس در خراسان جنوبی



سرپرست معاونت امور معادن و صنایع معدنی سازمان صمت خراسان جنوبی از شناسایی ۳ میلیارد تن ذخیره جدید پتاس در شهرستان طبرس خبر داد. حجت ایمان طلب افزود: با افزایش این میزان که معادل ۲ و نیم میلیارد مترمکعب شوره است، مجموع ذخایر پتاس استان به ۴/۲ میلیارد تن رسیده است.

وی گفت: ذخایر این ماده معدنی به طور کلی به دو صورت منابع سنگی و شوره‌ای است که در خراسان جنوبی تنها به صورت شوره‌ای و در شهرستان طبرس استخراج می‌شود. سرپرست معاونت امور معادن و صنایع معدنی سازمان صمت خراسان جنوبی با بیان اینکه معدن پتاس با سرمایه گذاری ۱۷۲ میلیارد و ۵۰۰ میلیون تومان شرکت تهیه و تولید مواد معدنی ایران فعال شده افزود: این معدن با

## خیران ۲۰ میلیارد تومان در طرح آجر به آجر خراسان جنوبی کمک کردند



مدیرکل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس خراسان جنوبی گفت: خیران نیک اندیش تاکنون در قالب طرح آجر به آجر ۲۰ میلیارد و ۳۰۰ میلیون تومان در اجرای پروژه‌های آموزشی خراسان جنوبی مشارکت کرده‌اند. «محمود چاوشان» با اشاره به اینکه طرح آجر به آجر اقدام مشارکت جمعی در زمینه ساخت مدارس است، اظهار کرد: در این طرح افرادی که توانایی ساخت مدرسه به صورت کامل را ندارند، می‌توانند به هر میزان که توانایی دارند با دولت در تامین کلاس درس همکاری و مشارکت کنند.

خیران خارج از کشور هم یک میلیارد و ۲۰۰ میلیون تومان به این امر اختصاص دادند. چاوشان تاکید کرد: در این طرح افراد به صورت جمعی می‌توانند هر کدام بخشی از ساخت مدرسه را تقبل کنند یا به حداقل ۳۰ درصد برسانند تا مشارکت ۷۰ درصدی دولت را در ادامه داشته باشد.

مدیرکل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس خراسان جنوبی با اشاره به اینکه در حال حاضر ۲۱۱ طرح فضای آموزشی در دست اجرا است، عنوان کرد: ۹۰ درصد این طرح‌ها مشارکتی است که حداقل ۳۰ درصد اعتبار را خیرین تأمین می‌کنند و تعدادی از آن‌ها تا دهه فجر به بهره برداری می‌رسد. چاوشان با اشاره به نیاز بسیار شدید استان به فضاهای آموزشی گفت: پیش از ۳۶۰ کلاس درس در استان مورد نیاز است که ۲۴۰ کلاس مورد نیاز در سایت‌های مسکن مهر شهرستان بیرجند است.

وی در پایان درباره نحوه مشارکت مردم در این طرح خاطرنشان کرد: مردم خیر و نیک‌اندیش خراسان جنوبی می‌توانند با مراجعه به سایت مهر مدرسه در این طرح مشارکت کرده و حتی استان و شهر مربوطه را برای کمک انتخاب کنند و همچنین می‌توانند کمک‌های نقدی خود را به شماره حساب ۱۶۴ /۶۹۶۵۵۶۷۶ بانک ملت واریز و سهمی را در ساخت مدرسه داشته باشند.

## تحقق ۸۳ درصدی طرح‌های عمران روستایی در خراسان جنوبی



۸۳ درصد طرح‌های عمرانی تعریف شده برای روستاهای خراسان جنوبی با تلاش بسیج سازندگی محقق شده است. مسئول بسیج سازندگی استان گفت: یکی از برنامه‌های بسیج سازندگی در روستاها کمک به دولت در اجرای طرح‌های محرومیت‌زدایی و کوچک و زودبازده است که در همین خصوص سال گذشته اجرای ۹۳۸ طرح برای روستاهای خراسان جنوبی تصویب شد. هنری افزود: از این تعداد طرح تعریف شده، ۵۱۵ طرح احداثی، ۱۶۱ طرح تکمیلی و ۲۶۲ طرح نیز بهسازی و مرمت است. وی گفت: از ابتدای پارسال تاکنون، اجرای ۷۸۰ طرح از مجموع ۹۳۸، به اتمام رسید که برای اجرای آن ۲۰ میلیارد تومان هزینه شد.

مسئول بسیج سازندگی استان، مجموع اعتبار تعریف شده برای ۹۳۸ طرح مصوب روستایی استان را ۳۴ میلیارد تومان اعلام کرد و افزود: از این اعتبار، حدود ۶ میلیارد تومان از محل اعتبارات سپاه و بسیج و قرارگاه‌های محرومیت‌زدایی، ۱۱ میلیارد تومان از محل کمک‌های خیرین و ۱۷ میلیارد تومان نیز از محل اعتبارات دستگاه‌های اجرایی مرتبط تأمین می‌شود.

## حمل ۵۵ تَن زباله از خوسف به بیرجند



شهردار خوسف با بیان اینکه طرح جامع مدیریت پسماند شهرهای بیرجند، خوسف و مود در کارگروه مدیریت پسماند خراسان جنوبی تصویب شد، گفت: بر اساس این طرح هر هفته ۵۵ تَن زباله از خوسف به سایت بیرجند منتقل می‌شود. «محسن علیزاده» اظهار کرد: در راستای ابلاغیه وزارت کشور مبنی بر اینکه تا ششاع کمتر از ۴۰ کیلومتر باید مراکز سایت پسماند زباله جمع‌شوند، تصمیم گرفته شد تا سایت شهرداری خوسف، بیرجند، روستاهای بخش مرکزی بیرجند و مود به مرکزیت شهر بیرجند جمع‌شوند. وی با بیان اینکه روزانه ۴/۵ تا پنج تَن زباله در شهر خوسف تولید می‌شود، گفت: در حال حاضر هر هفته ۱۷ تَن زباله از دهیاری های وابسته به شهر خوسف، ۳۰ تَن زباله جمع‌آوری شده توسط شهرداری و ۱۲ تَن زباله از یادگان «۴-» به سایت پسماند زباله خوسف منتقل می‌شود. علیزاده گفت: درخواست شده که خودروی حمل زباله سنگین به شهرداری خوسف اختصاص داده شود، زیرا خودروی حمل زباله شهرداری خوسف ظرفیت حمل ۵۵ تَن زباله را ندارد. وی با بیان اینکه زباله های تولیدی روزانه شهر خوسف کم و مقرر به صرفه نیست که روزی دو مرتبه حمل زباله داشته باشیم، گفت: پیشنهاد می‌شود ایستگاه موقت جمع‌آوری زباله در شهر خوسف ایجاد شود تا زباله‌ها به صورت هفتگی جمع‌آوری و به سایت بیرجند منتقل شود.

### پرداخت ۱۰ میلیارد تومان

#### تسهیلات اشتغالزایی به روستائیان



معاون اشتغال کمیته امداد امام خمینی (ره) خراسان جنوبی گفت: این نهاد در نیمه نخست امسال ۱۰ میلیارد و ۹۰ میلیون تومان تسهیلات اشتغالزایی به روستائیان استان پرداخت کرد. حسینی افزود: این مقدار تسهیلات به ۳۲۳ طرح اشتغالزا در مناطق روستایی استان پرداخت شد. وی تصریح کرد: از این تعداد ۶۶ طرح مشاغل خانگی و ۲۵۳ طرح، خوداشتغالی است. وی گفت: از این تعداد ۱۹۶ طرح دامداری، ۵۰ طرح خدمات، ۳۱ طرح صنایع دستی، ۲۵ طرح کشاورزی و ۲۱ طرح صنفی و صنعتی است.

### سربیشه، سردترین شهر کشور

سربیشه و فریمان به طور مشترک روز گذشته سردترین شهرستان‌های کشور بودند. کارشناس هواشناسی استان گفت: شهرستان‌های سربیشه و فریمان با کمینه دمای ۵ درجه زیر صفر سردترین شهرستان‌های کشور بودند. نغی افزود: کمینه دمای هوا در قاین هم ۲ درجه سلسیوس زیر صفر، زهان صفر درجه، بیرجند و درمیان یک درجه سلسیوس بالای صفر و سراپان و فردوس ۳ درجه سلسیوس بالای صفر گزارش شدند. وی گفت: در شبانه روز گذشته دهمس نهبندان با بیشینه دمای ۳۱ درجه گرمترین ایستگاه در استان بود و بیشینه دمای مرکز استان نیز ۲۲ درجه سلسیوس بود.

### ثبت سه وقف جدید در فردوس

سه وقف جدید از ابتدای امسال در شهرستان فردوس به ارزش ۵۷۵ میلیون تومان، ثبت شده است. رئیس اداره اوقاف و امور خیریه فردوس گفت: حاج اسد... کافی یک باب منزل مسکونی به ارزش بیش از ۵۰۰ میلیون تومان برای کمک به مزدوجین بی بضاعت و تهیه جهیزیه در شهر فردوس وقف کرده است. محمدرضا حاجتی افزود: همچنین خانم کبری چهر نما ، یک ساعت آب با قطعه زمین از چاه موتور پرجام آپسک را وقف بر هزینه بزرگداشت مراسم حضرت فاطمه زهرا (س) کرد و یک قطعه زمین هم توسط محمد رضا دانش ور در روستای خانه کوک برای توسعه و عمران مسجد همان روستا به ارزش ۱۵ میلیون تومان وقف شد. وی گفت: با ثبت این سه وقف، تعداد موقوفات فردوس به ۸۷۷ مورد رسید که از این تعداد ۱۲۰ موقوفه انتفاعی و ۷۵۷ موقوفه منفعتی است.

### ۸۰ خانوار روستایی سربیشه از آب پایدار برخوردار شدند

مدیر آب و فاضلاب شهرستان سربیشه گفت: با تکمیل طرح آبرسانی به ۲ روستا در این شهرستان مرزی، ۸۰ خانوار از آب پایدار و سالم برخوردار شدند. اسد... سمعی افزود: طرح آبرسانی به روستای گلنام با اعتبار یک میلیارد و ۲۰۰ میلیون تومان از محل اعتبارات ملی اجرا شد که ۳۰ خانوار این روستا از آب سالم و بهداشتی برخوردار شدند. مدیر آب و فاضلاب سربیشه همچنین گفت: آبرسانی به روستای امین‌آباد با اعتبار ۱۵۰ میلیون تومان و مشارکت دهیاری انجام شد که ۵۰ خانوار از آب پایدار و سالم برخوردار شدند.

**ماشین های اداری مجنون**  
فروش و خدمات پس از فروش کلیه ماشین های اداری

- فتوکپی
- پرینتر
- فیلم کاربن
- فکس
- دیتاپروژکتور
- درام، تونر
- پول شمار
- کلیه مواد مصرفی کاتریج
- سارژ انواع کاتریج

نش مدرس ۶۰ - ۰۹۱۵۳۶۱۴۱۶۸ - ۰۹۱۵۳۳۴۱۶۸ - ۳۲۰۴۴۶۶۷

**تیرچه بلوک رمضانی**  
تولید و فروش تیرچه سیمانی، تیرچه گرومیت، بلوک دیواری  
خرید کاغذ - کتاب - پلاستیک و ضایعات کارت با بالاترین قیمت خریداریم

بیرجند - شهرک صنعتی - فاز ۳ - مبتکران ۲ - جنب کارخانه کاشی آیدا سرام  
۰۹۱۵ ۵۶۲ ۴۵۹۸ با مدیریت: رضانی

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

**قالب بتن و لوله دار بست**  
خرید و فروش نو - دست دوم  
رجایی ۱۱ - کارگاه دوم - سمت چپ  
۰۹۱۵۱۶۱۵۰۶۹ - ۳۲۲۱۳۳۳۳ (جلیلی)

**فروشگاه میلاد**  
عرضه بهترین لوازم خیاطی - گلدوزی گلنسازی - آرایشی - بهداشتی - بدلیجات پورس دکمه ایرانی و خارجی کاموا - شابلون لوازم نور افشانی جشن ها

نشیه ۱: توحید - چهارراه میرزا کوچک خان شرقی ۰۹۱۵۵۶۱۶۳۷۰ - ۳۲۴۳۱۸۷۶ (بیتی)  
نشیه ۲: خیابان ظفر - نیش ظفر ۶

**کالای برق حسین**  
فروشنده کلیه لوازم برقی ساختمان طرح و اجرای پروژه های ساختمانی و صنعتی تعمیر لامپ کم مصرف پذیرفته می شود

شعبه ۱: خیابان توحید - نیش توحید ۱۹  
۰۹۱۵۵۶۲۱۰۳۵ - ۳۲۴۳۶۲۲۸ (آراسته)  
شعبه ۲: نیش انقلاب ۲۴ تلفن: ۳۲۲۲۰۵۵۲

**رستوران و غذای آماده آریا (امید سابق)**  
صبحانه: پنیر، کره، ماهی، خامه، عسل، املت، نیمرو و ناهار - شام:  
چلو کباب چلو جوجه مرغ و پاجین ۱۴۰۰۰ ت قیمت و قورمه ۱۲۰۰۰ ت و چلو گوشت و ماهی نیز موجود میباشد

باناژلترین قیمت کافیسست امتحان کنید ساعت کار ۶ صبح الی ۱۲ شب  
آدرس: میدان امام جنب عکاسی هنر روبرو سینما مدیریت: خسروی  
تلفن تماس: ۰۹۱۵۹۶۳۳۳۷۹ - ۰۵۶۳۲۲۳۹۵۹۹

**غذای آماده پیام**  
کلیه سفارشات مجالس پذیرفته می شود آماده عقد قرارداد با شرکت ها و ارگان های دولتی ظرفیت ۱۰۰ نفر

چلو خورشت قیمه و قورمه سبزی استامبولی یا گوشت جرخ شده چلو مرغ چلو کباب کوبیده چلو کباب نکتی چلو کباب لقمه چلو جوجه کباب چلو وزیر چلو اکبر جوجه

۱۲/۰۰۰ تومان  
۱۰/۰۰۰ تومان  
۱۵/۰۰۰ تومان  
۱۶/۰۰۰ تومان  
۱۷/۰۰۰ تومان  
۲۲/۰۰۰ تومان  
۱۵/۰۰۰ تومان  
۱۹/۰۰۰ تومان  
۱۹/۰۰۰ تومان

انتهای خیابان غفاری - جنب بانک رفاه ۰۳۲۳۴۵۱۱۱ - ۳۲۳۴۵۱۱۲ - ۲۳۳۴۵۰۵۰

**ایزو گام محمدزاده**  
نش چهارراه دوم توحید  
۰۹۱۵۱۶۵۲۶۰۰ - ۳۲۴۵۲۱۱۰

**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: ۰۹۱۵۵۶۱۴۳۷۴

**ایزو گام هر یونی**  
انتقال یافت به آدرس جدید: بیست متری دوم شرقی مدرس بعد از حسینیه گازاریها \* ۰۹۱۵۱۶۳۳۱۵۰

**قالیشویی و مبل شویی ایران**  
برای اولین بار فرش های خود را اتوکشیده تحویل بگیرید  
دفعه: توحید ۲۱ - نیش نبوت ۲۱ - پلاک ۱۰۵  
عضو معتبر اتحادیه مسئول: دستگردی  
www.iranwash.ir

یادداشت امروز

رسانه، هواساز جامعه

امروز خراسان جنوبی - زنگویی zangoei@birjandtoday.ir

هر زمانی اقتضای خاص خود را دارد و هر جغرافیایی نیز از همین بایسته پیروی می کند. لذا باید ناظر به زمان و زمین و زمینه ها طراحی ها را انجام داد. فکر می کنم، ورود به دهه پنجم انقلاب و نظام سازی مترتب بر آن نیز می طلبد ، با نو خوانی ظرفیت ها، فرصت ها و تهدید ها، طرحی نو در اندازیم و با فعال سازی همه توان ها، نه تنها فرصت ها را قدر دانیم و شکوفا کنیم که از تهدید ها هم فرصت های تازه بسازیم و از دل آسیب ها به قدرت های تازه راه باز کنیم. از جمله ظرفیت های بی بدیلی که باید مورد توجه ویژه قرار گیرد، رسانه است. امکانی که می تواند در جایگاه "پیشران" دیگر ظرفیت ها را نیز فعال کند و چون لکوموتیوی قدرتمند آن ها را به دنبال خویش بکشاند. ظرفیتی چنین نیازمند نگاه ویژه و هوشمندی طرح ساز برای بهره مندی بیشتر است. تجربه جهانی هم نشان می دهد که هر جامعه ای که بیشتر از رسانه بهره برده از توفیق هم بیشتر بهره مند شده است. رسانه ها را در قامت های متعدد می توان مثال سازی کرد از جمله می توان آن را هواساز جامعه دانست و یا به مثل چون قلب دانست که در پمپاژ مدام خود، به سلامت و نظم دهی سایر اعضا و جوارح، می پردازند. یعنی تلاشش برای دیگران است و هیچ قلبی برای خود کار نمی کند، قلب جامعه هم رسانه است که با اطلاع دهی و نظارت و هوشیاری و رصد امور، کمک می کند تا دیگر بخش های جامعه متناسب با مسئولیت خود بتوانند ایفای نقش کنند. همین هم شان رسانه را صاحب حرمتی مضاعف و کارکرد آن را همه شمول می کند. شانی چنان و کارکردی چنین هم اقتضا می کند در برنامه ریزی مسئولان برای بهره وری بهینه، در صدر اولویت ها باشد. چشم بستن بر آن، مصداق باز کردن روشنایی و خاک پاشیدن بر دانایی است که شایسته هیچ صاحب خردی نیست. لذا می توان توقع داشت که در دهه پنجم انقلاب، متولیان امر که به قاعده باید انقلابیون ریشه دار هم باشند، نگاهی هرمانند به این حوزه داشته باشند و ببیزیرند که رسانه حرفه ای و مستقل، کارکردی هزار چندان دارد نسبت به رسانه های وابسته که قلم ها قرار باشد در یک جغرافیای محدود ودایره ای بسته به حرکت درآیند. رسانه مستقل، آنچه هست را نشان می دهد و راه های بیرون شدن از هست به سمت مطلوب را هم ایمن سازی کرده و ارائه می دهد اما رسانه وابسته آنچه می ارثانه می دهد که مدیر می خواهد. یعنی آنچه هست را چنان بزک می کند که با اصل آنچه بود تفاوت ماهوی پیدا می کند و در نتیجه مدیر را هم به اشتباه می اندازد و این اشتباه زنجیره ای از خطاهای طراحی و اجرا را به دنبال دارد که نتایج آن هم درست از همین جنس خواهد بود. فکر می کنم از جمله عاقلانه ترین کارها، تقویت رسانه حرفه ای و مستقل است که در رصد امور و دیدن واقعیت ها توانا و منصف و ارائه گر باشد. این می تواند راه های عبور از بحران را به شاهراه موفقیت پیوند دهد....

سرمايه گذاري هلدینگ های اقتصادی کمیته امداد کشور در استان

درخواست مدیر کل دفتر جذب و حمایت از سرمایه گذاری استانداری از مشاور معاونت اشتغال و خود کفایی کمیته امداد کشور



وی گفت: با تلاش و اهتمام ویژه کمیته امداد استان علی رغم مشکلات اقتصادی در کشور کمیته امداد سال گذشته با پرداخت تسهیلات و آموزش جامعه هدف ۵۰۰ خانواده را خودکفا نموده است. اکبری راد با اشاره به پرداخت ۱۴ درصدی تسهیلات اشتغال در سال ۹۸ توسط کمیته امداد خطاب به دکتر عبدالوهاب اظهار داشت: با اهتمام ویژه استاندار و توجهی که ایشان در بحث ایجاد اشتغال دارند، در سال جاری ۷۵۰۰ نیروگاه خورشیدی کوچک مقیاس در استان درحال اجراست که در این اقدام بزرگ کمیته امداد ۲۰۰۰ نیروگاه خورشیدی را در استان اجرایی می کند که تحولی در درآمد زایی قشر محروم استان خواهد داشت.



ازاینکه کارآفرینان نیکوکار را گزیده آورده اید و در جهت کمک به خردمان و رفع نیاز آنان تلاش می کنید بسیارمکرم. وی اظهار امیدواری کرد این اقدام شایسته یقینا موجبات کاهش نرخ بیکاری را که مهمترین معضل جامعه ماست را فراهم خواهد آورد. اکبری راد مردم این استان را مردمی ساختنمند و نیکوکار دانست و گفت: مردم بنا به احادیث و روایات ائمه اطهار (س) اعتقاد عمیقی به موضوع صدقه دارند که الحمدا... مردم استان در این راستا پیشتاز بوده و حامی محرومین و نیازمندان جامعه در استان می باشند.



در این دیدار مشاور معاون کمیته امداد کشور ضمن اظهار تشکر و قدردانی از خدمات واقدامات کمیته امداد استان و استانداری ویژه استاندار خراسان جنوبی از راه اندازی کانون خیرین استان خبر داد و گفت: بعد از استان های البرز، و سمنان، استان خراسان جنوبی سومین استانی خواهد بود که کانون خیرین کارآفرینی و فعالان حوزه کسب و کار را تشکیل و راه اندازی می کند.

دکتر حاجی عبدالوهاب از تشکیل کانون خیرین کارآفرینی و فعالان حوزه کسب و کار در راستای ایجاد مهارت های شغلی متناسب با بازار در استان خبر داد و گفت: افراد خیر و صاحب نظر و ایده و محققین مختلف در حوزه کسب و کار و کارآفرینی شناسایی شده اند. وی افزود: تلاش می کنیم با این که اقدامات فززادایی و محرومیت زدایی را از جامعه داشته باشیم گفت: اگر واحدهای تولیدی افراد تحت پوشش کمیته امداد

اگر در دسینه و تنگی نفس شدید دارید به بیمارستان مراجعه کنید

مردم با هر علامتی به بیمارستان مراجعه نکنند

دامه دارد. خراسان جنوبی که اوایل شهریور امسال اینک به مرحله شدید بیماری برسد، اقدامات درمانی برایش انجام شود. وی ادامه داد: روزهای گذشته شمار مبتلایان به بیماری کرونا و افراد بستری در بیمارستان افزایش پیدا کرده و چند برابر ماههای قبل شده است. رییس بخش عفونی بیمارستان ولیعصر (عج) بیرجند گفت: افرادی که بستری می شوند درصدی از آنها نیازمند آی سی یو هستند به همین دلیل موارد بستری در بخش مراقبت های ویژه رو به افزایش است. وی بیان کرد: امیدوارم با رعایت پروتکل های بهداشتی و مراجعه به موقع به بیمارستان بتوانیم خدمات خیلی خوبی را به مراجعان، ارائه دهیم. روند ابتلا به کرونا در خراسان جنوبی پس از خیزهای اول و دوم بیماری در فروردین و خرداد امسال، بار دیگر در شهریور ماه صعودی شد و این روند همچنان

مسعود ضیایی گفت: این افراد زمانی مراجعه می کنند که بیماری خیلی پیشرفت کرده و مستقیم باید به آی سی یو بروند. وی افزود: کسی که در آی سی یو بستری می شود ۵۰ درصد احتمال مرگ وجود دارد و بهبودی بیشتر از ۵۰ درصد نیست. متخصص بیماری های عفونی اظهار داشت: اگر لوله گذاری شود تا ۹۰ درصد احتمال مرگ وجود دارد لذا باید قبل از این مرحله به بیمارستان مراجعه شود. وی گفت: خوشبختانه داروهای خیلی خوبی در دسترس است و درست است که داروی اختصاص کرونا نیست اما در بیمارانی که درگیری بالایی داشتند وقتی به موقع مراجعه کردند، ما توانستیم برای آنها درمان مناسب را انجام دهیم و نجات پیدا کنند. ضیایی تاکید کرد: اگر کسی درد قفسه سینه و تنگی نفس شدید، تنفس سریع و دشوار یا تب طولانی



رییس بخش عفونی بیمارستان ولیعصر (عج) بیرجند گفت: افرادی که به کرونا مبتلا می شوند متناسفانه خیلی دیر به مراکز درمانی مراجعه می کنند. دکتر

پیام امروز: ستون پیام امروز خراسان جنوبی آماده دریافت نظرات و پیگیری مشکلات شما همشربان گرامی می باشد. شماره پنهانی سایت: ۰۵۰۰۲۰۳۰۳۵۵ شماره بیابانی روزنامه: ۳۰۰۷۶۵۰۰۹۹۹۶

۰۹۹۰. مسولان محترم شهرداری و شورای شهر بیرجند برای ساخت میدان اجتماعات تاریخ اتمام مشخص کنید تا شهروندان همه روزه شاهد خرابه های اطراف میدان نباشند.

۰۹۳۶. تخریب نگارخانه میدان ابوذر و تخریب بازارچه ابوذر چه عایدی برای شهروندان بیرجندی داشته است؟ با توجه به افزایش نرخ ها تا کی قرار است این اوضاع سامان یابد. چند ماه دیگر شورای شهر و شهردار خواهند رفت و خرابه های اطراف میدان ابوذر برای شهروندان باقی خواهد ماند.

۰۹۱۵. با سلام ارگ بهارستان و ارگ کلاه فرنگی بیرجند در پاسکاری بین ادارات دچار فراموشی شده اند و هیچگونه رسیدگی به آنها نمی شود. از شهردار و استاندار محترم خواهشمندیم به این مشکل رسیدگی فرمایند.

۰۹۳۶. سلام. در ۲۰ کیلومتری بیرجند از مسیر آسفالت روستای میاباد سدی وجود دارد به نام پامرغ، این سد خاکی در سالهای اخیر آبیگری مناسب فضای بسیار دلنشینی را محیا کرده است. حتی در این موقع از سال نیز حجم آب بسیار خوبی وجود دارد. پیشنهاد می شود متولیان دولتی یا بخش خصوصی برای تبدیل کردن آن به یک تفرجگاه اقدام نمایند. حجم آب موجود حتی قابلیت ایجاد اسکله قایق رکابی را دارد. باید از این مکانهای طبیعی و زیبا برای رونق گردشگری استفاده نمود.

۰۹۳۵. باسلام خدمت سرپرست محترم سازمان صنعت معدن و تجارت استان خراسان جنوبی ما اهالی روستای نوغاب درمیان از ابتدای سال موفق نشدیم سهمیه کامل آرد از اداره صمت شهرستان دریافت کنیم خواهشمندیم موضوع را پیگیری فرمایید

۰۹۹۰. با سلام یکی از روزنامه های استان که به صورت جدی پیگیری مطالبات مردم است روزنامه امروز خراسان جنوبی است پس چرا باید شورای شهر و شهرداری از اطلاع رسانی این روزنامه گلايمند و نگران باشند. بجای برخورد با رسانه ها پاسنگوی مطالبات مردم باشند

۰۹۳۰. با سلام چرا شهرداری در خصوص زیبا سازی حاشیه جاده سلامت در بلوار پیامبر اعظم کاری نمی کند چندان است این بلوار به حال خود رها شده است و چهره زیبایی ندارد لطفا پیگیری کنید

فروشگاه خوشخواب تشک روتختی همراه با گارانتی معتبر نقد - اقساط بین منتظری ۸ و ۱۰ ۰۹۱۵۷۲۰۸۱۸۷ - ۳۲۲۲۳۱۹۴

فروشگاه فنی مهندسی نورپردازان عرضه انواع سیم و کابل، سیم و صفحه مسی، ارت، زغال و نمک، لامپ و آیفون، انواع کلید و پریز دلدن نماینده انواع فن های دمنده اجرای پروژه های برق - بست کمربندی کلی - جزئی بیست متری دوم غربی مدرس - پلاک ۱۴۶ ۰۹۱۵۳۲۳۵۴۵ - ۳۲۴۰۵۰۵۴ حسن رضا چهکنندی نژاد

مصالح ساختمانی بشیری سیمان، گچ، پودر سنگ، آهک پاکتی و فله آجر تیغه (۱۵، ۱۰)، آجر گری، دیوار گچی، موزائیک ارسال محصول به سراسر خراسان جنوبی دفتر فروش: بیرجند - معصومیه - حاشیه بلوار ۵۰ - متر پایین تر از بانک ملی ۰۹۱۵۱۶۱۳۰۴۲ - ۰۹۹۱۹۹۰۷۷۸۲ ۰۵۶۳۲۲۳۵۹۲۹ بشیری

آریان آسانسور خاوران مشاوره، طراحی، نصب، راه اندازی سرویس و نگهداری انواع آسانسور: کششی، گیربکس، روملس، هیدرولیک بیرجند - بلوار محلاتی - بعد از اداره محیط زیست - ساختمان دوم - طبقه اول ۰۹۱۵۹۶۳۴۹۸۵ - ۳۲۴۶۵۷۲۴ - ۰۹۱۵۱۶۳۴۹۸۵ (مولوی)

ایزوگام هریوندی انتقال یافت به آدرس جدید: بیست متری دوم شرقی مدرس بعد از حسینیه گازارپا \* ۰۹۱۵۱۶۳۲۱۵۰

MDF-PVC کابینت چابک کلاسیک مدرن فروش اقساطی یکساله ویژه فرهنگیان محترم خدمات - CNC - و کیوم تولید کابینت، درب و انواع مصنوعات فروش اقساطی با چک کارمندی ابتدای خیابان معلم ۰۹۱۵۱۶۱۲۰۷۴ (مدیریت: چابک)

پختی ایزوگام و قیر شفيعی بلوار صیاد شیرازی - مجتمع تجاری میر داماد - واحد ۹۸ همراه: ۰۹۱۵ ۱۶۳ ۰۲۸۳

ایزوگام و قیر گونی آراسته فروش و نصب انواع عایق های رطوبتی ایزوگام شرق و دلچیان امیرآباد - نبش ولیعصر ع ۰۹۱۵۶۶۹۳۵۱۵ با مدیریت حسن آراسته

فروشگاه تاسیساتی علیزاده تقد اقساط پکیج - رادیاتور - هود - سینک گاز - شیر آلات - لوله و اتصالات بین موسی بن جعفر ۲۸ و ۳۰ تلفن: ۰۹۱۵۵۶۱۲۸۰۴ - ۳۲۲۲۹۹۵۹

جهت اطلاع نیروهای مسلح استان فروش مبیل و کابینت MDF با حکمت کارت آغاز شد ساعت کاری ۸ صبح الی ۱۳ \* ۱۶ الی ۲۲ خیابان انقلاب - روبروی هیئت حسینی ۳۲۲۳۳۸۳۷ - ۰۹۱۵۵۶۱۷۳۶۸

حجاب سرای حریم ریحانه عرضه کننده انواع: چادر مشکی مقنعه های ساده و مدل دار ملزومات و بدلیجات حجاب بیرجند - عدل ۷ پلاک ۳۶ تلفن: ۰۳۲۲۱۹۰۶۰ www.ehejab.ir

پردان الکتریک عرضه انواع سیم و کابل کلید و پریز - لامپ کم مصرف کلیه لوازم کولر - انواع تلفن و ... بلوار رجایی - نرسیده به رجایی ۲ ۰۹۱۰۵۵۲۱۹۶۸ - ۳۳۳۱۰۲۳۷ غلامی



**سالروز شهادت شهید:  
عبدالحسین فیروزی مقدم را  
گرامی می داریم**

### هنر در خانه

### قهوه ترک

طرز تهیه قهوه ترک، کافی شاپ خانگی به راه بیندازید

#### مواد لازم:

پودر قهوه: ۲ قاشق مرباخوری سرپر  
آب: ۱ فنجان  
شکر: ۱ قاشق مرباخوری سرپر

#### طرز تهیه:

۱. برای تهیه قهوه ترک، ابتدا به اندازه فنجانتان آب داخل قهوه جوش بریزید. اگر تمایل داشتید قهوه ترک شما کمی شیرین باشد ۱ قاشق شکر را اکنون اضافه کنید و بعد قهوه را هم اضافه کنید و با قاشقی کوچک به آرامی مخلوط کنید. بعد از هم زدن آن را روی حرارت خیلی ملایم قرار دهید روی قهوه مقداری کف ایجاد می‌شود، آن را با قاشق بردارید و داخل فنجان بریزید.  
۲. باز قهوه را روی حرارت ملایم قرار دهید باز هم روی آن کف ایجاد می‌شود آنها را بردارید و داخل فنجان بریزید و باز روی حرارت ملایم قرار دهید. اگر باز کف کرد آن را بردارید. اجازه ندهید قهوه بجوشد اگر قهوه‌تان قل زد تلخ‌تر می‌شود و مزه بدی می‌دهد.  
۳. این کف‌های قهوه همان فوم قهوه‌تان است که جدا کنید. به آرامی قهوه را داخل فنجان بریزید تا کف‌های داخل فنجان از بین نروند. اگر تمایل داشتید قهوه ترکتان شیرین‌تر باشد هنگام سرو باز شکر به آن اضافه کنید.



# مرگ زن جوان در ۲۴ کیلومتری مرکز استان به علت خاکی بودن جاده

## اداره راهداری و حمل و نقل جاده ای فعال برنامه ای برای این جاده ندارد

روستا خاکی و نایبمن است و تاکنون علیرغم پیگیری های ۳ الی ۴ ساله هیچ نتیجه ای حاصل نشده است، ادامه داد: بارها برای این موضوع با ادارات متولی نامه نگاری صورت گرفته و در پاسخ به این پیگیری ها هر چند وقت یکبار اقدام به تیغ زنی جاده می کنند که دوام چندانی ندارد و دوباره روز از نو روزی از نو.

### تبعیض در رسیدگی به روستاها

وی با ابراز تاسف از اینکه روستای قلعه کوه با ۳۰ خانوار جمعیت در فاصله اندکی از مرکز استان از نعمت گاز آب و جاده ایمن و آسفالت محروم است به خبرنگار ما گفت: کشاورزی در این روستا رونق خوبی دارد ولی چون روستای اسم و رسم داری نیست از چشم مسئولان دور مانده و این در حالی است که به برخی روستاها بطور مثال در دامنه کوه باقران بیشتر رسیدگی می شود و راه های آنها مسطح و از آسفالت برخوردار هستند. لیلیانی با بیان اینکه اهالی روستا از آب قنات برای آب شرب استفاده می کنند افزود: مسئولان قول لوله کشی آب و انتقال گاز را به روستا داده اند ولی در عمل هیچ اتفاقی نیفتاده و تمام پروژه ها و اعتبارات نرسیده به روستا به اتمام می رسد.

### قلعه کوه علیا محروم از همه چیز حتی جاده

رئیس شورای اسلامی روستای قلعه کوه علیا از توابع شهرستان بیرجند به خبرنگار ما گفت: این روستا در ۲۴ کیلومتری مرکز استان قرار دارد ولی از بسیاری امکانات رفاهی مانند آب، گاز و جاده ایمن و آسفالت محروم است.

### رسیدن آمبولانس بر بالین بیمار بعد از ۴۰ دقیقه

لیلیانی با اشاره به حادثه تلخی که در روزربعین در این روستا اتفاق افتاده به تشریح آن پرداخت و افزود: حدود ساعت ۳ بعدازظهر روز ربعین حال یکی از اهالی روستا که خانم جوان ۳۴ ساله ای بود بدلیل بالا رفتن فشار خون وحیم شد که بعداز تماس با اورژانس ۱۱۵ حدود ۴۰ دقیقه طول کشید تا آمبولانس به روستا رسید.

### جاده خاکی روستا

#### عامل اصلی در تاخیر آمبولانس

وی با بیان اینکه این زن جوان سابقه فشار خون هم نداشته و دارای ۳ فرزند از جمله یک فرزند ۵۶ ماهه است و فونش همه مردم روستا را شوکه کرده افزود: عامل اصلی دیر رسیدن اورژانس به روستا جاده خاکی و نایبمن است که تردد وسایل نقلیه را با مشکل مواجه کرده و آمبولانس به اجبار مسیر کوتاه پایگاه را تا روستا با سرعت ۲۰ تا ۳۰ کیلومتر طی کرده است.

### پیگیری های ۳ ساله برای آسفالت جاده

وی با بیان اینکه فقط ۹ کیلومتر از مسیر جاده این

نکرده اند با رد این ادعا به خبرنگار ما گفت: دو سال پیش از اهالی روستای زین آباد که اراضی دیمشان در مسیر جاده جدید قرار می گرفت اجازه گرفته شد و نامه رضایت نامه آنها هم ارسال شد ولی باز هم اتفاقی نیفتاد.

### وضعیت اسفبار جاده قلعه کوه بخصوص موقع بارندگی

یکی از اهالی روستای قلعه کوه هم با ابراز ناراحتی از وقوع چنین حادثه تلخی در روستا به خبرنگار ما گفت: متأسفانه بخش زیادی از مسیر دسترسی به روستا خاکی است و موقع بارندگی وضعیت وخیم تر هم می شود و تنها کاری که مسئولان انجام می دهند کوبیدن جاده است که فقط مدت کوتاهی دوام می آورد و بار دیگر جاده به همان حالت قبل بر می گردد. مسئولان با اشاره به حادثه روز ربعین و فوت یک زن جوان از اهالی این روستا افزود: این خانم سابقه فشار خون نداشت و تارسیدن آمبولانس حدود ۴۰ دقیقه طول کشید و این در حالی است که اگر جاده آسفالت می بود شاید کمتر از ۱۰ تا ۱۵ دقیقه این مسافت طی میشد و ما شاهد این مرگ دلخراش نمی بودیم. او از متولیان خواست به مشکلات این روستا که فاصله چندانی تا مرکز استان ندارد؛ رسیدگی کنند چرا که معلوم نیست باز هم چنین اتفاقات تلخی رقم خواهد خورد یا نه.

### جاده باریک و خاکی ترده امبولانس را با مشکل مواجه کرده است

رئیس مرکز اورژانس و فوریت های پزشکی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند هم در مورد این اعزام به خبرنگار ما گفت: تماس با مرکز اورژانس ۱۱۵ از روستای قلعه کوه علیا حدود ساعت ۳ روز پنج شنبه گذشته صورت گرفته است. دکتر حسینی افزود: آمبولانس از پایگاه جاده ای ثمن شاهی به محل اعزام شده و با توجه به GPS نصب شده بر روی خودرو تمام جزئیات مسیر و زمان حرکت آن مشخص است. وی ادامه داد: بخش زیادی از مسیر این روستا خاکی و باریک بوده بنحوی که اگر خودرویی از روبرو تردد کند خودروی دیگر باید به عقب برگردد تا آن خودرو بتواند عبور کند. وی با بیان اینکه این شرایط جاده ای باعث شده تا آمبولانس حدود ۴۰ دقیقه بعد اعزام به روستا و بر سر بالین بیمار برسد، گفت: حال عمومی بیمار نامساعد بوده و موقع برگشت از روستا هم امکان نداشته که آمبولانس

### کمبود اعتبارات

#### ۴۰ میلیارد تومان مورد نیاز است

وی با بیان اینکه در پیگیری های صورت گرفته همواره کمبود اعتبارات برای آسفالت جاده توسط مسئولان مطرح شده بیان کرد: مسئولان اعتبار مورد نیاز برای آسفالت این جاده را ۴۰ میلیارد تومان اعلام کرده اند.

### اهدای اراضی کشاورزی برای احداث جاده جدید

رئیس شورای روستای قلعه کوه علیا در پاسخ به این سوال که چرا مردم در دادن زمین های کشاورزی خود برای احداث جاده جدید با توجه به اینکه جاده خاکی فعلی در داخل رودخانه است، با متولیان همکاری



### شعر طنز

### گرانی!

اسماعیل تقوایی

کراتی ای کراتی ای کراتی

تو پر دوش همه پاری کراتی

رها کشت ست افسار تو دیگر

نداری را کپی، نامهربانی

شدی تو چند وقتی ضرب در چند

نمودی قد مردم را کمانی

ندارد کس دگر کاری به کارت

به بالاها تو اسب می دوانی

خلایق را تو پی چون پاد مسموم

بهار زندگیا را خزانمی

تغافل کشته کار فرد مسئول

ز تعزیرات دیگر در امانی

نپاشد صنف ها را دیگر انصاف

شده انصاف چون در نهائی

پود دیری که روز و شب شماریم

سقوطت را نمی پاشد نشانی

دگر باید سقوطت از خداخواست

که ما یوسیم از هر پندگانی

### یک مصدوم در ریزش معدن مرمریت خوشف



ریزش سنگ در معدن مرمریت در آرک بیناباد خوشف یک مصدوم برجآ گذاشت.

رئیس جمعیت هلال احمر خوشف گفت: با اعلام این حادثه در ساعت ۸ صبح روز گذشته تیم های هلال احمر به منطقه اعزام شدند.

محمد ولی زاده با بیان اینکه دو تیم امدادی از هلال احمر استان و یک تیم پشتیبان از شهرستان خوشف به محل حادثه اعزام شدند، افزود: با تلاش چهار ساعته نیروهای هلال احمر، اورژانس و آتش نشانی، کارگر گرفتار در این حادثه رها سازی شد.

وی گفت: مصدوم بعد از اقدامات اولیه امدادی از طریق بالگرد به بیمارستان ولیعصر بیرجند منتقل شد.

**تعویض روغن و پنچر گیری**  
**بهنامیان**  
همراه بادستمزد و کارواش رایگان موتور در هر نوبت

**از میدان امام پشت بومپ بنزین انتقال یافت**  
به خیابان انقلاب بین انقلاب ۱۸ و ۲۰  
۰۹۱۵۶۶۶۶۹۷۲ (بهنامیان)

**سه شنبه ها شله مشهدی**  
**جمعه ها حلیم و شله مشهدی**  
**۶ تا ۱۰ صبح**  
بین مدرس ۱۱ و ۹ - **کیاب صالح**  
۰۹۱۵۱۶۴۲۷۲۹ - ۳۲۳۵۴۴۷۰

**کلید سازی برادران بهدانی**  
اولین مرکز ساخت و کد گذاری انواع کلیدهای ایمو پلازیر (ضد سرقت) و شناسایی انواع ریموت اتومبیل ساخت انواع کلیدهای کامپیوتری، منزل، اتومبیل  
ساخت کلیدهای کددار بدون حضور اتومبیل  
ابتدای خیابان طالقانی - داخل طالقانی ۴  
۰۹۱۵۳۶۱۲۰۹۵ - ۳۲۲۳۲۲۷۲

**تأسیسات پارس شوفاژ**  
فروش انواع مشعل های دست دوم انواع لوازم بدکی مشعل و لوازم کولر شیر فلکه دست دوم  
خیابان معلم - باهنر شرقی - نیش باهنر ۱۳  
۰۳۲۴۳۲۲۰۷ - ۰۹۱۵۱۶۱۴۳۷۵ (صادقی)

**نقد - اقساط**  
**آب شیرین کن**  
**پکیج**  
**تعویض فیلتر**  
**آب شیرین کن**  
نمایندگی انحصاری آبگوار جوی کانادا  
@Karizabb  
خیابان معلم - چهارراه اول - قدس غربی - روبروی باشگاه فرهنگیان (مدیریت: حسینی)  
۰۳۲۲۰۴۴۸۴ - ۰۹۱۵۷۴۱۷۹۰۰

**تعویض روغن آزادگان**  
فروش انواع روغن، فیلتر جات تعویض روغن و فیلتر انواع خودروهای سواری  
با تنظیم باد رایگان  
سجادشهر - بلوار غدیر - نیش غدیر ۲  
۰۳۲۰۳۰۱۶۸ - ۰۹۱۵۹۶۱۰۶۰۸

**میلگرد بستر**  
مسلم کننده دیوار در برابر زلزله  
مطابق دستور العمل وزارت مسکن، راه و شهر سازی و (سازمان نظام مهندسی ساختمان)  
۰۵۶۳۲۲۲۶۹۲۶ - ۰۹۱۵۵۶۵۶۳۶۰

**آب شیرین کن کاریزآب**  
سه سال کارانتجا خدمات مادام العمر  
نمایندگی انحصاری فروش میلگرد بستر در خراسان جنوبی  
۰۳۲۲۰۴۴۸۴ - ۰۹۱۵۷۴۱۷۹۰۰

**زمر دلپ تاپ**  
**جشنواره فروش پاییزه**  
میدان اول مدرس، مجتمع الماس  
طبقه همکف واحد ۳ - دست راست (مختاری)  
۰۹۱۲۴۷۱۰۹۳۵ - ۳۲۲۳۱۴۱۸

**برهان بائتی**  
دریهای اتوماتیک  
شعبه بیر جند: نیش غفاری ۱۶  
۰۹۱۵۵۶۲۶۸۶۰

**خدمتی نوین از تکیین سنگ رحیمی**  
**تزیینات سنگ اوپال**  
بزرگترین مجتمع تراش سه بعدی سنگ های ساختمانی در شرق کشور  
ابزار رومی، ابزار روکابینتی کانترتاپ  
روشنوی تمام سنگ، شومینه، آب نمای سنگی  
کارخانه: کیلومتر ۲۰ جاده بیرجند - زاهدان، مجتمع کارگاهی خراشاد  
دفتر بیرجند: تقاطع میرزا کوچک خان و بلوار سجاد  
۰۳۲۴۰۱۵۲۶ - ۰۹۱۵۵۶۱۵۴۲۰ (حسین رحیمی)  
۰۹۰۱۱۶۱۱۷۸۵ - (یوسفی)

**صانع چوب و دکوراسیون داخلی**  
**پارت**  
۱۰٪ تخفیف ویژه نقدی  
مدرس - بین نواب ۹ و چهارراه مفتاح  
۰۹۱۵۷۲۳۱۳۶۹ - محمود بهدادجم

**بنگاه نقاشی عصر انقلاب**  
انواع رنگ آمیزی ساختمان در اسرع وقت پذیرفته می شود  
آدرس: میدان امام خیابان قائم ۵ جنب مسجد صاحب الزمانی  
۰۹۱۵ ۳۶۲ ۹۱۵۸ جوادنیا  
۰۹۱۵۹۶۳۳۱۰۵

**سیستم های حفاظتی**  
فروش، نصب، خدمات، تعمیرات و مشاوره به قیمت تهران بدون واسطه و سود کارانی ۱۲ و ۱۸ ماهه  
فروش و نصب انواع دوربین مدار بسته AHD / IP / HDCVI / HDTVI / ANALOG

مناسب ترین دوربین های مدار بسته و دزدگیر را با توجه به بودجه و نیاز خود از ما بخواهید  
۳ باره بد اولیه و بر آورد نیاز شما  
۳ خدمات نصب دوربین مدار بسته از صفر تا صد  
۳ انتقال تصویر بر روی گوشی و کامپیوتر  
۳ تعمیرات و بازرایی ریز عبور دستگاه DVR  
۳ جانبی و تعمیر انواع دوربین مدار بسته  
۳ دوربین مخصوص اماکن و ساختمان های مسکونی  
در تمام ساعات شبانه روز به صورت ۲۴ ساعته آماده انجام خدمات در تمام نقاط خراسان جنوبی و حومه به عزیزان می باشیم  
بیرجه میدان شهدا، خیابان شاهنامه، بلوک تجاری بازار گل، طبقه همکف، واحد ۴  
۰۹۳۵۱۶۱۶۱۶۸۰۹ - ۰۵۹۰۹۰۹۱۵۷۲۳۰۹ - هادی سیما

**جنسی اصل را از ما بخريد**  
**با کارانتی**  
نمایندگی مجاز ایساکو  
با کد ۰۸۲-۴۱۹۴

**آدرس جدید: نیش بهشتی ۲۴**  
۰۳۲۴۰۳۰۲۱ - ۰۹۱۵۱۶۰۲۲۷۵

### یادداشت اقتصادی

## چراغ خاموش بازارچه مرزی یزدان نیازمند توجه مسئولان استانی

دکتر ضیائیان \_ کارشناس اقتصاد اتاق بازرگانی بیرجند استان خراسان جنوبی به علت همجواری و ۴۶۰ کیلومتر مرز مشترک با افغانستان از پتانسیلهای بالایی برای رونق

اقتصاد برخوردار است که در این رابطه بازارچه مرزی یزدان شهرستان زیرکوه با فعالیت ۱۷ ساله خود از نزدیکترین و امن ترین محور برای مبادله کالا و خدمات است.

بازارچه مرزی یزدان چند سالی است برای صادرات کالا از طرف کشور افغانستان با وجود فراهم بودن زیرساخت‌های مناسب مورد بی مهری قرار گرفته است که نیازمند پیگیری مسئولان استان برای راه‌اندازی این بازارچه به عنوان گمرک آنچه در مصوبه آن لحاظ شده، است.بازارچه مرزی یزدان در سال ۱۳۸۰ تا ۱۳۸۵ ؛ از لحاظ صادراتی به عنوان بازارچه نمونه کشوری مطرح بوده و از سال ۱۳۸۶ رونق صادراتی در این بازارچه کند شده است.این بازارچه که قرار بوده است طبق مصوبه راه اندازی آن به عنوان گمرک در استان فعالیت کند امروز حتی فعالیت نیمه خاموش آن در خطر تعطیلی است و مردم این شهرستان نگران از دست دادن این موقعیت استراتژیک که مرکز مبادلات تجاری این شهرستان با کشور افغانستان هستند. پیش بینی می‌شود تعطیلی و کند شدن روند صادرات در این بازارچه پیامدهای منفی از قبیل، مشکلات اقتصادی، امنیتی و مهاجرت روستائیان را در این شهرستان در پی داشته باشد. بازارچه مرزی یزدان طی سال‌های گذشته از موقعیت صادراتی بسیار مناسبی برخوردار بوده است، اما در حال حاضر به دلایل مختلف این بازارچه تبدیل به یک منطقه کاملاً ضعیف اقتصادی شده است.

مهمترین مشکل بازارچه مرزی یزدان عدم تلقی این بازارچه به عنوان معبر اصلی صادرات خراسان جنوبی است و همچنین این بازارچه در زمینه صادرات کالا ازسوی کشور افغانستان مورد بی مهری قرار گرفته است. با تلقی کردن این بازارچه به عنوان معبردوم اصلی صادرات در استان تا حدودی برخی از مشکلات این بازارچه حل خواهد شد که امید است با پیگیری مسئولین این مشکل حل شود. از زمانی‌که بازارچه ماهیروز به عنوان پایانه رسمی اعلام شده است از طرف کشور افغانستان یزدان غیررسمی اعلام شده و در این خصوص کشور افغانستان نیروی گمرکی خود را از این بازارچه فراخوان کرده است.
. این بازارچه از سال ۸۶ رونق اصلی خود را از دست داده است. همچنین این بازارچه در سال های گذشته با ۴۰ غرفه فعال بوده است، اما در حال حاضر تنها ۵ غرفه در این بازارچه فعال است و صادرات در این غرفه‌ها هزینه‌های صادراتی غرفه داران را تأمین نمی‌کند.

در حال حاضر وضعیت صادراتی این بازارچه نامطلوب است. ساختمان بازارچه و غرفه‌ها تخریب شده که این عامل باعث شده است که به دلیل انباشت مصالح ساختمانی در فضای باز خسارت زیادی به غرفه داران این بازارچه وارد شود.احداث ساختمان گمرک در این بازارچه نه تنها باعث رونق اقتصادی این شهرستان می‌شود بلکه هزینه گمرکات به حساب خزانه افغانستان واریز می‌شود و نه اینکه در بین نیروهای مرزبان این کشور تقسیم شود.

#### اعمال دوباره برخی محدودیت های کرونایی در خراسان جنوبی

# تعطیلات یک هفته ای کرونا

#### بیرجند جزء ۴۵ شهر آلوده کشور



وی ادامه داد: اعمال محدودیت برای فعالیت رستوران ها، فست فودها، اغذیه فروشی ها، محدودیت ها به جهت شیوع کرونا در استان خبر داد. ناصر خوش خبر روز گذشته در جلسه ستاد استانی مدیریت بیماری کرونا خاطرنشان کرد: با توجه به آمار بالای شیوع بیماری کرونا در سطح استان و صرفاً به منظور پیشگیری از ادامه این روند نگران کننده، محدودیت هایی به کمیته امنیتی ستاد ملی کرونا اعلام شد که با آن موافقت شده است.

وی تأکید کرد: این محدودیت ها تا ۲۵ مهر ماه ادامه دارد و بر اساس درخواست استان، قابل تمدید است. به گفته وی طبق این مصوبه، کلاس‌های حضوری مدارس دولتی، دانشگاه‌ها، آموزشگاه های فنی و حرفه‌ای و خصوصی با تأکید بر عدم وقفه در فرآیند نظام آموزشی با استفاده از روش های غیر حضوری تعطیل می شوند.

معاون استاندار به کاهش خدمات دهی مهد کودک ها صرفاً برای کودکان دارای مادر شاغل اشاره کرد و گفت: خوابگاه های دانش آموزی و دانشجویی، کلیه اماکن و نقاط هدف گردشگری و تفریحی، کلیه بقاع متبرکه و آستان امامزادگان (ع)، سینماها، نمایشگاه ها، سالن مطالعه کتابخانه ها و بخش های بازی کودکان در پارک ها نیز بر اساس این دستورالعمل تعطیل می شوند. خوش خبر تصریح کرد: طبق این دستورالعمل، کلیه باشگاه ها، سالن ها، استخرها، پیست های ورزشی، تالارهای پذیرایی و سالن اجتماعات آرامستان ها تا تاریخ ۲۵ مهر، اجازه فعالیت ندارند.

پیش رو خاطرنشان کرد: با توجه به شرایط حاد مشهد به لحاظ شیوع بیماری کرونا، سفر به این شهر مقدر نیست.

خوش خبر عنوان کرد: با توجه به اعمال محدودیت های اعلام شده، برگزاری هر گونه مراسم ویژه این ایام تابع شیوه نامه های بهداشتی است.

**بیرجند جزء ۴۵ شهر آلوده کشور**
رئیس دانشگاه علوم پزشکی بیرجندهم گفت بیرجند جز ۴۵ شهر آلوده به کرونا در سطح کشور قرار گرفته است. دکتر دهقانی افزود : هفته گذشته خراسان جنوبی رتبه پنجم کشور را از نظر نرخ بروز در هر ۱۰۰ هزار نفر جمعیت پیدا کرده است. وی تصریح کرد : ۲۰۲ مورد مثبت کرونا فقط در یک هفته در بیمارستان‌های استان بررسی شده اند که هفته ماقبل آن این عدد ۱۳۱ مورد بوده است. دکتر دهقانی با بیان اینکه ۱۲ مورد نرگ جدید هم در استان طی یک هفته به ثبت رسیده است، افزود : هرچند به نسبت میانگین کشوری این رقم پایین است، اما جای نگرانی دارد.

وی با بیان اینکه میزان رعایت پروتکل‌های بهداشتی کاهش پیدا کرده گفت: میانگین کشوری در این موضوع ۴۲ درصد و میانگین استان ۴۷ درصد است. وی گفت: ۲۵ درصد از کل مبتلایان کرونا که تاکنون شناسایی شده اند مربوط به ۲۰ روز اول مهر ماه بوده اند.

#### بررسی میدانی علت

#### عدم استفاده از ماسک

نماینده مردم شهرستان‌های قاین و زیرکوه

در مجلس شورای اسلامی و عضو کمیسیون بهداشت مجلس هم با بیان اینکه با نگاه به آینده باید نیازسنجی کنیم گفت: پیشنهاد میکنم از طرف ستاد مقابله با کرونا گروهی به صورت میدانی وارد عمل شوند و مکان‌های پرخطر را شناسایی و علل عدم رعایت دستورالعمل‌های بهداشتی را در این مکان‌ها احصا کنند. اسحاقی گفت: باید تدبیری اندیشیده شود تا ماسک‌های ارزان قیمت به دست خانواده‌هایی برسد که توانایی خرید ماسک را ندارند.

#### ۱۸ نفر از کادر درمانی فردوس به کرونا مبتلا شدند

رئیس شبکه بهداشت و درمان فردوس هم با اشاره به ابتلاء ۱۰۹ نفر از مردم این شهرستان به کرونا گفت: از این تعداد ۱۸ نفر از پرسنل بخش بهداشت و درمان بوده اند. احمد نگهبان افزود : تاکنون فقط ۹ مورد مرگ و میر بر اثر ابتلا به ویروس کرونا در شهرستان فردوس داشته ایم که کمتر از ۹ درصد مبتلایان را شامل می شود. وی رعایت پروتکل های بهداشتی در مدارس شهرستان را بین ۹۰ تا ۹۵ درصد ذکر کرد و بر رعایت بیشتر موارد بهداشتی توسط مردم تاکید کرد.فرماندار فردوس نیز شهرستان را در بحث فراگیری کرونا در بین ۱۱ شهرستان استان در جایگاه هفتم اعلام کرد و افزود: این موضوع نشان از رعایت پروتکل های بهداشتی است که البته نباید به همین مقدار بسنده کرده و بیشتر رعایت کنیم.

حمید حلاج مقدم به مجالس عمومی آخر ماه صفر اشاره کرد و افزود: با توجه به فرا رسیدن فصل سرما و برگزاری این مجالس در فضای سر پوشیده هیئات مذهبی، موارد پیشگیری از کرونا بصورت سخت گیرانه باید اعمال شود. وی تاکید کرد: عدم رعایت پروتکل های بهداشتی از سبوی کارکنان دستگاههای دولتی به هیچ عنوان پذیرفته نیست و در صورت مشاهده با کارمند خاطی و مدیر اداره پشتند برخورد قانونی خواهد شد.حلاج مقدم عنوان کرد: ارباب رجوع نیز باید بر اساس قانون رعایت موارد بهداشتی را در مراجعه به اداره ها انجام داده و چنانچه در بحث نظارت، کمبودی نیروی انسانی وجود دارد از ظرفیت بسیج اصناف کمک گرفته شود.

سال هفدهم \* شماره ۴۳۰۸

دوشنبه \* ۲۱ مهر ۱۳۹۹ \* ۲۴صفر ۱۴۴۲ \* ۱۲ اکتبر ۲۰۲۰

### اخبار

## غیر حضوری شدن آموزش در ۵ شهرستان استان



مدیر کل آموزش و پرورش خراسان جنوبی گفت: بر اساس اعلام ستاد مدیریت بیماری کرونای استان، کلاس های درس کلیه مدارس شهرستان های بیرجند، طبس، فردوس، قاین

ونهندان از بیست و یکم مهرماه به مدت یک هفته بصورت غیر حضوری برگزار می شود. محمد علی واقعی روز گذشته در نشست کارگروه مدیریت بیماری کرونای این اداره کل اظهار کرد: با مجوز ستاد مدیریت بیماری کرونای استان و با هدف قطع زنجیره بیماری و حفظ سلامت دانش آموزان دوره های مختلف تحصیلی، کلیه کلاس های درس مدارس شهرستان های فوق ، به مدت یک هفته به صورت غیر حضوری خواهد شد. واقعی بر تداوم روند ضد عفونی کردن مدارس، با وجود غیر حضوری شدن کلاس های درس ، تأکید کرد.

## آغاز عملیات اجرایی زائر سرای استان در مشهد از هفته آینده

رئیس ستاد بازسازی عتبات عالیات خراسان جنوبی از آغاز عملیات اجرایی زائرسرای این استان در مشهد مقدس از هفته آینده خبر داد. رئیس ستاد بازسازی عتبات عالیات استان گفت: این زائرسرا با ظرفیت اسکان ۵۰۰ نفر در خیابان طبرسی و در موقعیتی بسیار نزدیک به حرم مطهر امام هشتم (ع) در ۹ طبقه برای نیازمندان خراسان جنوبی ساخته خواهد شد. جوینده با بیان اینکه تاکنون مردم خیر و نیک اندیش خراسان جنوبی برای ساخت این زائرسرا ۳ میلیارد تومان کمک کرده اند، افزود: کمک خیران تاکنون صرف خرید زمین، نقشه کشی، گودبرداری ۳ متری و سایر کارهای اولیه شده است. وی گفت: هزینه مورد نیاز برای تکمیل این زائرسرا تا دو سال آینده، ۲۶ میلیارد تومان برآورد شده است که تداوم کمک خیران را می طلبد.

## صدور ۱۹ پروانه کاربرد علامت استاندارد درسال جاری

در ۶ ماه گذشته تعداد ۱۹ پروانه کاربرد علامت استاندارد برای محصولات تولیدی در استان صادر شده است. مدیرکل استاندارد خراسان جنوبی با اعلام این خبر گفت : درسال جاری بر اساس برنامه ابلاغی سازمان ملی استاندارد ایران و برنامه ریزی های انجام شده ، صدور ۲۴ پروانه کاربرد علامت استاندارد اجباری در برنامه هدف استاندارد خراسان جنوبی بوده است که شاهد تحقق ۷۹ درصدی عملکرد در این شاخص هستیم. محمد رضا مروی مقدم ادامه داد ۲۵ پروانه در زمینه صنایع غذایی و کشاورزی ، ساختمانی ومعنئی، خودرو ونیزومرخمه ، صنایع شیمیایی و... صادر شده است که از این تعداد ، ۱۹ مورد صدور پروانه استاندارد اجباری و تعداد ۶ مورد، شامل تمدید پروانه استاندارد اجباری می باشد. مدیر کل استاندارد خراسان جنوبی در پایان خاطر نشان کرد در سال جهش تولید، اداره کل استاندارد استان بعنوان بازوی حمایتی و مشاوره ای در کنار تولیدکنندگان و تجار استان جهت پیشبرد اهداف عالی خواهد بود

# مشاوره

### به مناسبت هفته سلامت روان

### مراقب سلامت روحی و تندرستی خود باشید

**۱.روز خود را برنامه ریزی کنید :** همه ما در حال تطبیق دادن خود به روش تازه و عجیب زندگی هستیم. این می تواند برای سلامت روانی ما یک ریسک باشد. هر چند با پیژامه تمام روز در منزل ماندن شاید وسوسه انگیز باشد، ولی حفظ رویهٔ عادی و منظم برای هویت ، اطمینان به نفس و هدف ما بسیار مهم است. سعی کنید روز خود را تقریباً در همان زمان معمولی آغاز کنید و هر روز وقتی برای حرکت، تمدد اعصاب، ارتباط برقرار کردن و تأمل می گذارید.

**۲.هر روز بیشتر حرکت کنید:** وقتی فعال هستید کمتر استرس دارید، میزان انرژی بیشتری دارید، ما را هشیار می کند و کمک می کند بهتر بخوابیم. راههای جدیدی را کاوش کنید تا فعالیت و حرکت جسمی خود را روزانه افزایش دهید و کارهایی را پیدا کنید که برایتان مناسب است. حتی وقتی در منزل هستید، می توانید به راههای مختلف ورزش کنید و بدنتان را در حال حرکت نگه دارید.

**۳.روش تمدد اعصاب و ریلکسیشن را امتحان کنید:** تمدد اعصاب و تمرکز بر زمان حال می تواند حالت روحی ما را بهتر کند و احساسات منفی را سبک تر کند. تمرین های مراقبت و تنفس انجام دهید و ببینید کدام مؤثر هستند. مثلاًگاهی اوقات بقدری تنش داریم که حتی نمیتوانیم به یاد بیاوریم، ریلکس بودن چه حسی دارد. آرمیدگی پیشرونده عضلانی به شما یاد می دهد چطور متوجه گردید که دارید دچار تنش می گردید و چگونه ریلکس کنید.

**۴.با سایرین ارتباط برقرار کنید :** ماندن در منزل، بخصوص اگر تنها زندگی می کنید، می تواند حس تنهایی و انزوا به شما بدهد. راههای خلاقی را پیدا کنید تا با همکاران، دوستان و سایرین ارتباط برقرار کنید تا به شما و آنها کمک کند تا احساس کنید پشتیبان دارید و یا مردم معاشرت دارید. راههای معاشرت که برایتان راحت است را پیدا کنید، چه از طریق پست، تلفن، رسانه های اجتماعی ویا ویدیو چت. میتوانید از طریق ویدیو با همدیگر جای بنشیند، بازیهای آنلاین با همدیگر بازی کنید و یا نکست به یکدیگر فرستید و هوای همدیگر را داشته باشید.

**۵. وقت برای تفکر و تأمل بگذارید و نسبت به خود دلسوز باشید:** روزانه وقت برای تفکر و تأمل بگذارید تا ببینید چه موارد خوب و مثبتی در آنروز تجربه نمودید. مهم است تا موفقیت های خود و چیزهایی که بابت آن سپاسگزار هستید، هر چقدر که ناچیز باشد را بشناسید. با استفاده از روزنگار سپاسگزاری دو یا سه مورد را هر شب پیش از این که بخوابید، یادداشت کنید.

**۶.خوابتان را بهتر کنید:** احساسات عدم اطمینان و تغییراتی که در زندگی روزمره رخ داده، موجب می گردد مشکل خواب پیدا کنید. برای بهتر کردن خوابتان می توانید کارهای مختلف انجام بدهید. هر روز سعی کنید در ساعت معین بخوابید و از خواب بربخیزید، حتی اگر می توانید آخر هفته ها، سعی کنید از نور طبیعی آفتاب برخوردار باشید، حتی المقدور (پرده ها و پنجره ها را باز کنید). به این ترتیب ساعت بدنتان منظم می گردد و خوابتان را بهتر می کند. پیش از خواب، خود را آماده استراحت کنید، یک ساعت قبل از خواب، از استفاده ازتلفن،تبلت، کامپیوتر و تلویزیون خودداری کنید.

**را حله شهربازی کارشناس ارشد روانشناسی**

# اخبار علمی

### درمان کرونا با هورمون عشق

یک پژوهشگر ایرانی به همراه همکارانش در دانشگاه تولیدو آمریکا، معتقدند استفاده از «هورمون عشق» برای درمان کرونا موثر است. به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، . یک محقق ایرانی به همراه همکارانش در دانشگاه تولیدو و آمریکا در جدیدترین یافته‌های خود از امکان استفاده از «هورمون عشق» در درمان مبتلایان به کرونا خبر دادند. بر اساس نتایج پژوهشی پزشکی که در دانشگاه «تولیدو» در ایالت «اوهایو» آمریکا به انجام رسیده، دانشمندان گفته اند هورمون «اکسینوسین» که از آن با نام «هورمون عشق» نیز یاد می‌شود، ممکن است بتواند در درمان کوید-۱۹ کاربرد داشته باشد.

## خواص بی نظیر دانه های کدو تنبل که از آنها بی خبر هستید



دانه‌های کدو تنبل خواص بسیار زیادی دارد و به درمان بیماری‌های مختلف کمک می‌کند. به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، دربین سیفی‌جات کدوتنبل کم‌ترموردتوجه قرار می‌گیرد درحالی که سرشار از فایده است. علی رغم تمام خواصی که برای کدو بیان شده است دانه‌های کدو هم بسیار مفید است و برای درمان بسیاری از بیماری‌ها می‌تواند

انسان کمک کند.

طبق گزارش دبلی اکسپرس، زندگی مرفه و طولانی، به نوع غذاهای مصرفی و نگرش افراد باز می‌گردد. از نظر علمی، یک آب میوه خاص، دانشمندان برجسته را متحیر می کند و نوشیدن آن در حد متوسط، می‌تواند درمانی برای تقویت طول عمر باشد. یک آزمایش بالینی نشان داده است که «یورولیپتین A» که ترکیب مشتق شده از مولکول‌های زیستی موجود در میوه‌هایی مانند انار است، می‌تواند روند پیری را با بهبود عملکرد میتوکندری‌ها کاهش دهد. بنابراین، «Urolithin A» – یک متابولیت زیست مولکول موجود در انار است که می‌تواند به کند شدن روند پیری کمک کند.

### مر هب پیاز، نسخه‌ای معجزه آسا برای مقابله با آنفلوانزا!



با آمدن فصل سرما و شیوع بیماری‌هایی مانند آنفلوآنزا، استفاده از برخی نسخه‌های خانگی می‌تواند مفید باشد.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، تغییر فصل‌ها غالباً با شیوع ویروس‌ها همراه است که مهم‌ترین، شایع‌ترین و تأثیرگذارترین ویروس در این فصول آنفلوآنزا محسوب می‌شود.

برای مبارزه با ویروس آنفلوآنزا به طور معمول از نسخه‌های پزشکی و نیز از مواد مغذی، مکمل‌ها و داروهایی استفاده می‌شود که با عوارض نگران کننده بیماری مقابله کرده و سیستم ایمنی بدن را تقویت می‌کنند. همچنین می‌توان برای این منظور از برخی نسخه‌های خانگی از جمله مرهم پیاز که با اثرگذاری بالا به مقابله با سرفه کمک می‌کند، استفاده کرد.

پیاز حاوی ویژگی‌های ضد باکتریال بوده و حتی می‌تواند مانع از گرفتگی بینی و گلو شود. برای تهیه مرهم پیاز باید به میزان سه فنجان پیاز را خرد کرده و آن را روی باند پزشکی پخش کنید. سپس این باند را به مدت سی دقیقه روی سینۀ یا گردن قرار دهید. بهتر است این کار را شب هنگام و پیش از خواب انجام دهید.

تاکید می‌شود که این مرهم برای کودکان بسیار مفید است، اما پیش از انجام این کار بهتر است که با پزشک خود مشورت کنید.

### کلاس های موسیقی در رشد مغز کودکان موثر است

به گفته محققان، یادگیری یک آلت موسیقایی به خوبی مغز در حال رشد کودکان را تنظیم می کند.



به گزارش مهر، در مطالعه‌ای جدید، ۴۰ کودک ۱۰ تا ۱۳ ساله مهارت‌های حافظه

### گفته می‌شود

**گفته می‌شود** حسین جلالی دبیر کمیسیون فرهنگی گفته در چاله بحران جمعیتی قرار گرفتیم و به شدت در کشور دچار کاهش جمعیت شدیم که اگر وضعیت به همین شکل بماند به پیزترین کشور دنیا تبدیل خواهیم شد. در سال ۱۲۰ هزار مولد داریم، اما در مقابل نزدیک به ۷۰۰ هزار کودک‌کشی تحت عنوان سقط جنین در کشور داریم و تقریباً روزی ۲۰۰۰ هزار کودک را می‌کشیم. تغییر سبک پوشش و لباس هم در افزایش نابرابری به شدت ایجاد کرده است. این لباس‌های چسبان مخصوصاً در حوزه شلوار برای پسر و دختر باعث عقیم شدن می‌شود.

**گفته می‌شود** یک منبع آگاه در بانک مرکزی، استغفای عبدالناصر همتی را تکذیب و آن را شایعه خواند. در حالی که برخی از کاربران فضای مجازی از استغفای احتمالی رئیس کل بانک مرکزی خبر داده بودند. آخرین پیگیری‌ها از بانک مرکزی حاکی از این است که عبدالناصر همتی همچنان مشغول به کار است و هم اکنون در جلسه هیات دولت حضور دارد.

**گفته می‌شود** عضو کمیسیون بهداشت مجلس گفته هیچ خانواده‌ای از نمی‌بینیم که صاحب فرزند شود. اما وضعیت اقتصادی‌اش بدتر شود. اگر از این فرصت طلایی پنج شش ساله استفاده نکنیم طوری سیاه‌چاله جامعه را خواهد بلعید که طبق پیش‌بینی پنتاگون، ایران مجبور خواهد شد از هند، پاکستان، فیلیپین و بنگلادش جمعیت وارد کند. سال ۹۶ وقتی آقای روحانی در سازمان ملل حضور پیدا کرد از این که جمعیت ایران کاهش پیدا کرده ابراز نگرانی کرد، اما طرف آمریکایی به رئیس‌جمهور اعلام کرد که نگران نباشید ما برای شما برنامه‌ریزی کرده‌ایم شما از فیلیپین و بنگلادش جمعیت وارد کنید.

**گفته می‌شود** یک نماینده مجلس مدعی شده که صد میلیارد تومانی برای ساختمان دانشکده‌ای که «دختر حسن روحانی» قرار بود در آن عضو هیات علمی شود، از اعتبارات کرونا تخصیص یافته است. علیرضا نظری با اشاره به مشکلات اقتصادی مردم و رنج و زحمت اقشار ضعیف جامعه، گفت: رانت خواری در روز روشن آنهم از کیسه ملت در حال دادن است و به نظر می‌رسد، امروز برخی پول‌های کلان، بی‌حساب و کتاب جابجا می‌شود. نماینده مردم خمین در مجلس شورای اسلامی با یادآوری عضویت پسر و صدای فرزند حسن روحانی در هیات علمی دانشکده فناوری‌های نوین دانشگاه شهید بهشتی گفت: متأسفانه گزارش‌های خوبی از روابط و نسبت‌های نامیده مردم دولت به گوش نمی‌رسد و پیگیری‌های بنده در این مدت کوتاه نمایندگی حکایت از مسئله‌ای پر ابهام در دانشکده مذکور دارد

**گفته می‌شود** رئیس کمیسیون اصل ۹۰ مجلس شورای اسلامی طی اظهارنظری اعلام کرده که یکی از اعضای قبلی کمیسیون اصل ۹۰ پارلمان دستگیر شده که پیگیری‌ها حکایت از این دارد که فرد بازداشتی محمدعلی پورمختار است.

**گفته می‌شود** عزت الله ضرغامی در پاسخ به سوالی پیرامون نوع درگیری‌ها با رئیس‌جمهور در جلسات با بیان اینکه روحانی سلام و علیک نمی‌کند، گفته حضرت آقا وقتی وارد جلسات می‌شوند، پروتکلشان این است که اول با یکی دو نفر از بزرگان آن جلسه سلام و علیک می‌کنند و سپس از نفر اول شروع می‌کنند و یک دور کامل ششم در چشم طوری که همه منتظر هستند که نوشتن برسد، سلام و علیک می‌کنند و حتی به برخی واکنش جدی‌تری دارند. وی با تأکید بر اینکه آقای روحانی اصولاً سلام و علیک نمی‌کنند، ولی اواخر بهتر شده است، تصریح کرد: ایشان عصبانی که می‌شود، سرش را پایین می‌اندازد، سرخ و ناراحت می‌شود و بعد بد و بیراه می‌گوید و تمام می‌شود و دعوی ایشان با آقای رحیم‌پور هم همین‌طور بود.

### شیرین عبادی، هیزم کش ترامپ شده

عباس عبدی فعال سیاسی اصلاح‌طلب در یکی از روزنامه‌های صبح کشور نوشت: تنگ کردن دایره تحریم‌ها به ویژه این آخرین تحریم که شامل همه بانک‌های ایران می‌شود، حکایت از نوعی سقوط آزاد اخلاقی در جهان است. برخی نیروهای داخلی نیز مسوولیت مستقیم دارند. زیرا به گونه‌ای رفتار می‌کنند که حتی نهادهای مدنی جهانی نیز حاضر به محکوم و اعتراض کردن جدی علیه اقدامات جنایتکارانه پمپئو و ترامپ علیه ایران نمی‌شوند. برخی ایرانیان آن سوی آب نیز هیزم‌کش این جنایت شده‌اند. هنگامی که «انگ‌سان سوچی» ایرانی خواهان تحریم این مردم شود از ترامپ و پمپئو چه انتظاری می‌توان داشت؟ در روزهای اخیر شیرین عبادی خواهان تحریم ورزشی ایران توسط همه مجامع ورزشی هم شده بود. عبیدی درباره سفرهای استانی قالیباف هم نوشت: سفرهای استانی بعد از رسیدن به قدرت باید معطوف به حل مشکلات مردم باشد اما واقعیت این است که سفرهای استانی نمی‌تواند مشکلات مردم را حل کند. اگر سفرهای استانی مشکلات را حل می‌کرد پس باید بهترین دوره این مملکت دوره احمدی‌نژاد می‌بود در حالی که از هر سو نگاه کنیم می‌بینیم سیاه‌ترین دوره تاریخ ایران دوره احمدی‌نژاد است. در نظام‌های جدید سفرهای استانی برای حل مشکلات مدیریتی بی‌معنی است. سفرهای استانی بیشتر وجه سیاسی دارد. ایرادی ندارد یک فرد برای انجام کار تبلیغاتی و انتخاباتی به چنین سفرهایی برود و سلسله سفرهای انتخاباتی خود را کلید بزند اما این سفرها بجز موارد خاص نباید از جایگاه یک مقام مسئول باشد. سرکشی نمایندگان به دیگر حوزه‌های انتخابیه قابل قبول است، به شرط آنکه بازی در نیاروند و در چارچوب وظایفشان حرف بزنند و شواقت نباشند. سفرهای استانی قالیباف احتمالاً زمینه‌ای برای انتخابات ریاست جمهوری است، چون در مجلس نمی‌تواند کاری بکند و هیچ برنامه‌ای هم ندارد.

### افزایش ۵۱ درصدی تخت‌های بستری ویژه بیماران کرونایی در مراکز درمانی ارتش

دریادار حبیب‌الله سیاری، معاون هماهنگ کننده ارتش گفت: ۵۱ درصد تخت‌های بستری و ۲۱ درصد تخت‌های مراقبت ویژه را برای خدمت‌رسانی به بیماران کرونایی در بیمارستان‌های ارتش در سراسر کشور افزایش داده‌ایم. به تمام مراکز درمانی و بیمارستان‌های ارتش ابلاغ شده است که با تمام ظرفیت، آمادگی لازم برای خدمات‌رسانی به بیماران تنفسی حاد و مبتلا به کرونا را داشته باشند. آنچه که امروز ملت بزرگوار ایران به خوبی نظاره‌گر آن هستند، تلفیق علم، تخصص، تعهد پزشکی و فداکاری و سربازی به صورت توانمند توسط بخش بهداشت و درمان ارتش و سایر نیروهای مسلح برای کمک به مردم در عرصه مبارزه با ویروس کرونا است. ارتش جمهوری اسلامی ایران علاوه بر تلاش در حفظ سلامت مردم، به امنیت کشور و حفظ و ارتقای توان دفاعی خود نیز توجه لازم را مبذول داشته و خواهد داشت. استفاده حداکثری از پزشکان و پرستاران وظیفه مراکز آموزشی و یگان‌های ارتش جمهوری اسلامی ایران نیز در دستور کار قرار گرفته است.



### به راه افتادن حمام خون در آمریکا در ابعاد رسوایی واترگیت!

تد کروزر سناتور جمهوری خواه آمریکایی گفت: اوضاع شکننده است، بسیار شکننده است. اگر مردم به سرکار برگردند و خوشبین باشند، اگر نسبت به آینده دید مثبت داشته باشند، انتخاباتی فوق‌العاده را در پیش خواهیم داشت و رئیس‌جمهور با اختلافی بالا پیروز خواهد شد. جمهوری‌خواهان هر دو مجلس کنگره را خواهند برد و فکر می‌کنم امکان آن زیاد است. فکر می‌کنم که اگر در روز انتخابات مردم عصبانی باشند و امید خود را از دست داده باشند و آفسرد باشند که آن چیزی است که نانسی پلوسی رئیس مجلس نمایندگان و چاک شومر رهبر اقلیت دموکرات سنا می‌خواهند، انتخاباتی اقتصادی خواهد شد. فکر می‌کنم ممکن است کاخ سفید و هر دو مجلس را از دست بدهیم و چنین چیزی می‌تواند حمام خونی در ابعاد واترگیت باشد.

### پیشنهاد تست روان‌پزشکی برای کاندیدای ریاست جمهوری

سید محمد صدر، عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام گفت: ترامپ فردی است که در انتخابات آمریکا دست به تقلب می‌زند و چنین اقداماتی با روحیات وی سازگار است. پس از اینکه ترامپ در آمریکا به قدرت رسید و قبل از آن با مشاهده رفتار آقای احمدی‌نژاد به این نتیجه رسیدیم که کاندیدای ریاست‌جمهوری قبل از حضور در انتخابات حتماً باید مورد بررسی روانشناختی و روان‌پزشکی قرار بگیرد. در چنین شرایطی اگر کسی دارای مشکلات شخصیتی یا نارسیسم باشد و به قدرت برسد آسیب‌های جدی به جامعه خواهد زد.

### دوشنبه تکلیف قیمت بلیت هواپیما مشخص می‌شود

محمد اسلامی در واکنش به حواشی مطرح شده پیرامون افزایش قیمت بلیت هواپیما گفت: هر گونه افزایش قیمت بلیت هواپیما بصورت خودسرانه مورد تأیید ما نیست. دوشنبه در مورد قیمت بلیت هواپیما در سازمان هواپیمایی کشور با حضور شرکت‌های هواپیمایی جلساتی برگزار خواهیم کرد. در این جلسه به جمع بندی در خصوص این موضوع خواهیم رسید. به هیچ عنوان اجازه نخواهیم داد که شرکت‌های هواپیمایی به تشخیص خودشان، بهای بلیت‌ها را افزایش دهند.

### نگرانیم

«رافائل ماریانو گروسو» مدیرکل آژانس بین‌المللی انرژی اتمی در مصاحبه با نشریه اتریشی «دی پرسه» گفت: بر اهمیت نظارت و حضور بازرسان در مکان‌هایی که در آنها فعالیت هسته‌ای انجام می‌شود، تأکید داریم. انرژی هسته‌ای نقش مهمی در مبارزه با تغییرات آب و هوایی دارد. از این که ایران به غنی‌سازی اورانیوم خود در مقیاس گسترده ادامه می‌دهد، نگرانیم. ایران به غنی‌سازی اورانیوم در حد بالاتری از آنچه که متعقد شده، ادامه می‌دهد. این مقدار ماه به ماه در حال بیشتر شدن است. انرژی هسته‌ای برنامه ایران نسبتاً توسعه یافته است و شامل یک چرخه سوخت هسته‌ای کامل است. این کشور همه مهارت‌ها را دارد، بنابراین بسیار مهم است که بازرسان آژانس انرژی اتمی در آنجا حضور داشته باشند تا اکنون عربستان سعودی فعالیت هسته‌ای بسیار کمی داشته است.

### وزارت راه با مجلس برای افزایش قیمت بلیت هواپیما مشورت و هماهنگی نکرده است

علیرضا پاک‌فطرت نماینده مردم شیراز و عضو کمیسیون عمران مجلس شورای اسلامی گفت: از آنجا که وزارت راه و شهرسازی در حوزه حمل و نقل آن باید با هماهنگی کمیسیون عمران مجلس در این باره تصمیم‌گیری کند متأسفانه هیچ مشورت و نظرحواشی با مجلس و کمیسیون عمران به عمل نیامده است. لذا در اولین جلسه، اعتراض کتبی خود را به رئیس مجلس اعلام نمود. هیچ‌کس در دولت پاسخگو نیست و تحریم‌ها را پنهان کرده‌اند و هر روز قیمت‌ها را افزایش می‌دهند. اگر فکر می‌کنند که قیمت بلیت هواپیما با دلار مقایسه می‌شود، بی‌احترامی به فهم و شعور مردم است. زیرا نیروی انسانی از خلبان گرفته تا بقیه پرسنل بر اساس ریزال حقوق دریافت می‌کنند، سوخت هواپیما با ریزال به فروش می‌رسد و هزینه تعمیرات و امثالهم با ریزال محاسبه می‌شود. فقط در خریداری برخی از قطعات هواپیما که آن هم حدود ۱۰ درصد است از دلار استفاده می‌شود. تصمیمات در خصوص هرگونه تغییر در قیمت بلیت سیستم‌های حمل و نقل کشور باید با هماهنگی و نظارت دقیق و نهادهای مسئول صورت پذیرد.

### خداوند احمدی‌نژاد را به ما برگرداند

سید عزت ا... ضرغامی رئیس سابق صداوسیما جمهوری اسلامی گفت: برای انتخابات ریاست جمهوری ۱۴۰۰ آماده ام حداقل یک سال است به طور مستمر جلسات اقتصادی برای اداره کشور دارم. چنان‌که در سال ۹۶ بسیاری بد عمل کرد و به بنده هم بسیار ضربه زد. درباره ظرفیت قبلا نظرم مثبت بود اما الان نظرم عوض شده. ممنوع‌التصویر بودن برخی چهره‌های انقلابی در دوره ریاست بر صداوسیما را تکذیب می‌کنم. اگر سال بعد تأیید صلاحیت نشود به خاطر حضور آملی لاریجانی در شورای نگهبان است. احمدی‌نژاد متفاوت‌ترین رئیس جمهوری است که اگر دچار حواشی نمی‌شد می‌توانست برای همیشه در کشورمان ماندگار باشد، همیشه دعای من این هست که خداوند احمدی‌نژاد را به ما برگرداند. نه پوششی و نه داریستی و نه اجاره‌ای هستیم و دلیل اینکه تکلیفم یا این‌ها روشن است اینکه عضو هیچ حزب و گروه و قبیله و سازمانی نیستم و هیچکس با من به عنوان یک فرد خاص رابطه مشخص ندارد. معتقدم انتخابات ریاست جمهوری یک فضای ایجاد می‌کند که آدم‌ها می‌توانند با مردم حرف بزنند و اگر اتفاقاً کسی توانست با مردم حرف بزند و راه حل‌هایش را بگوید و موانع را به بدون سانسور و روتوش به مردم بگوید مردم همراهی می‌کنند. اندیشه‌های عدالت‌خواهانه میرحسین می‌توانست در یک مقطع زمانی ارزشمند باشد اما متأسفانه ورود نادرستش به صحنه سیاست و عدم ظرفیت شخصی، او را نابود کرد و من از نابودی او همیشه به عنوان یک واقعیت تلخ نام می‌برم.

### خبرهای خوشی از واکسن کرونا دارم

سعید نمکی وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: به دلیل سفرهای اخیر به ۳ استان، عارضه قدیمی درکمرک تشدید شده بود و پریشپ هم بعد از جلسه با تعدادی از عزیزان که نتیجه آزمایش کرونای چند تن آنها مثبت شده بود، دچار بدن درد شدم. آزمایش دادم و دیسب برخی شده که هنوز مورد انتقام ویروس قرار نگرفته‌ام. مدت‌هاست که می‌گویم مریضی من با یک آبی‌دمی، فقط و فقط نمی‌توان از تنما و خواش استفاده کرد. هنوز درگونی‌های ویروس کرونا باعث نشده که در بیماری‌زایی اتفاقی افتاده باشد و فقط در سرعت انتشار تأثیر گذاشته و جوانان را بیشتر گرفتار می‌کند. دو روز پیش بالای ۵ هزار و ۲۰۰ تخت در تهران پر شد و این عدد برای ما نگران کننده است. این به این معنی نیست که برای پذیرش بیماران تخت خالی نداریم و از طرفی به این معنی نیست که چون تخت خالی داریم، زودتر بیمار شویم. ماه از معوقات پرستاران و پزشکان پرداخت شد. نیروهای پرستاری که مجوز گرفته بودیم را از هفته جاری و بعد وارد سیستم می‌کنیم. خبرهای خوشی از واکسن کرونا دارم و به مدیر روابط بین‌الملل نیز دستور داده که به سازمان جهانی بهداشت اعلام کنند که ما فازهای مطالعاتی واکسن را تا کجا رسانده‌ایم. ان‌شا... در هفته‌های آینده پیشرفت واکسن را به عنوان حرکت عظیم ملی به گوش مخاطبان خواهیم رساند.

### جرایم کرونا بر اساس کد ملی افراد اخذ می‌شود

علیرضا رئیس معاون بهداشت وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: افرادی که ماسک نمی‌زنند و پروتکل‌های بهداشتی را رعایت نمی‌کنند حتما جریمه می‌شوند. جرایم کرونا بر اساس کد ملی افراد اخذ می‌شود. رانندگان خودروهای عمومی و مسافران آنها و حتی عابران پیاده مشمول این جریمه هستند و مبالغ جریمه به حساب وزارت بهداشت واریز می‌شود. در اتوبوس‌ها اگر افرادی رعایت نکنند، خود راننده، مسافران و شرکت آن اتوبوس از یک میلیون تا مبالغ بیشتر جریمه می‌شوند. در مورد اصناف اگر فردی که در یک صنف ارائه خدمت می‌دهد اگر خودش ماسک نزنند یا مشتریانی را بپذیرد که ماسک نزدیک اول اخطار می‌گیرد، در مرحله بعد ۳۰۰ هزار تومان و در مرحله بعد یک هفته پلمپ می‌شود. براساس آخرین آمار طی روزهای اخیر رعایت پروتکل‌های بهداشتی به ۴۲ درصد رسیده است که این موضوع واقعا نگران‌کننده است. هر علامتی مانند تب و لرز، گلودرد، آبریزش بینی و غیره باید کرونا در نظر گرفته شود مگر آنکه خلافت ثابت شود. یکی از گروه‌هایی که مشمول جریمه می‌شوند کسانی هستند که بیماری خود را پنهان می‌کنند. در صورتی که راننده تاکسی ماسک نزنه باشد در صورتی که پلیس راهنمایی و ترافیکی و یا ناظران بهداشت محیط او را بدون ماسک ببینند حدود ۱۰۰ هزار تومان جریمه خواهد شد. همچنین به ازای هر یک از مسافران داخل خودرو که ماسک نزنه باشند مجدداً راننده ۲۰ هزار تومان جریمه می‌شود و خود مسافر نیز موظف به پرداخت جریمه ۵۰ هزار تومانی است. قرار شد ظرفیت انجام تست PCR به اندازه ۱۰ هزار تست در روز زیاد شود.

### توئیت روز

محمدباقر نوبخت  
@MB\_Nobakht

پس از یک هفته پرکار، با بروز برخی علانم برای پیگیری به یک مرکز درمانی مراجعه و پس از

معاینه و دریافت پاسخ مثبت تست تشخیصی #کرونا، به توصیه پزشکان و برای بررسی بیشتر، تحت نظر هستم. به لطف خدا حال

عمومی ام مساعد است. از همه عزیزانی که جویای احوال بوده‌اند

سپاسگزارم و ملتسم دعا

سیدعطاءالله مهاجرانی  
@MojaheraniSayed

فرهنگستان زبان و ادب فارسی، در سوگ بزرگ ملت ایران در درگذشت شجریان ساکت

یعنی بی زبان مانده است. این بی‌زبانی نشانی از بی‌فرهنگی و بی‌ادبی هم هست!

چه کسی در عرصه عمومی و ساحت هنر و فرهنگ، بیش از شجریان به فرهنگ و هنر و زبان و ادب فارسی خدمت کرده است؟

گوهر معرفت آموز که با خود ببری!

علیرضا وهاب‌زاده  
@vahabzadeh\_ali

بر خلاف آنچه طی روز گذشته درباره ابتلای وزیر بهداشت به کرونا شایعه شده بود

دکتر نمکی از صبح در دفتر کار حاضر هستند و جلسات و برنامه‌های روزانه به

صورت عادی در حال انجام است.

صورت عادی در حال انجام است.

### در صنعت دفاع خودکفا شده ایم

امیرحاتمی وزیر دفاع و پشتیبانی نیروهای مسلح در حاشیه افتتاح نمایشگاه صنایع ریلی گفت: نیروهای مسلح ما نه تنها وابسته نیستند بلکه کاملاً متکی به داخل هستند. در حال حاضر صنایع دفاع یک مجموعه تولیدکننده صادرکننده است. در تلاشیم این تجربه را به همه بخش‌های کشور اعیم از خودرو، دریایی، هوایی و ریلی منتقل کنیم، اصل این ساز و کار بسیار با ارزش است و ما با ظرفیت مازاد خود، به راه آهن کمک می‌کنیم. کمک می‌کنیم در صنعت ریلی وابستگی به خارج قطع شده و خودکفا شویم.

**مصالح ساختمانی سلمان**  
سیمان، گچ، آهک، پودر سنگ  
خاک گچ، ملات خشک، انواع دیوارهای پیش ساخته  
آجر، لوله سیمانی، قیر، بلوک سیمانی  
سجادشهر - نبش امامت ۴ (حسین پور) ۰۹۱۵۵۶۱۷۸۵۷

**ایزوگام و قیر گونی**  
کاظم سالخورد  
۱۰ سال ضمانت  
از ما خرید کنید، اما قیمت را از ما پیرسید  
میدان آزادی - ابتدای خیابان شهید برگی  
۰۹۱۵۵۶۱۷۹۴۹ - ۳۲۳۳۱۰۵۰

**پدرام صنعت**  
مرکز پخش انواع رابیتس، الکتروتود، آما، پشم شیشه، اسپیسور، توری، مفتول آرما، تور بند و قالب بندی، مفتول کالوانیزه، نسیم خاردار، گالیون، سلیب کاشی و ...  
نمایندگی محصولات رویال و ماسا (چارو، برس، طی و ...)  
بلوار صیادشیرازی - مجتمع میرداماد  
واحد ۱۲۷ تلفکس: ۳۲۳۳۰۲۶۲ - ۰۹۱۵۱۶۰۷۰۲۷ (عقب‌بری)

**ایزوگام شرق گونی**  
فروش و نصب ایزوگام شرق  
با ضمانت نامه کتبی ۱۰ ساله  
بصورت اقساط و چک  
مهرشهر - نبش حافظ غربی ۷  
۰۹۱۰۱۱۴۵۸۵۴ (دهقانی)

**ایزوگام فنودی**  
نمایندگی انحصاری و مرکز پخش ایزوگام آسیا گستر دلیجان  
میدان آزادی - نبش جمهوری ۱ - دزبانی سابق ارتش  
۰۹۱۵۷۷۱۲۸۱۱ - ۰۹۱۵۱۶۲۲۸۱۱ - ۳۲۳۳۰۴۰۴

**فروشگاه‌ها**  
بورس انواع کاموآهای ایرانی، ترکی و فانتزی  
انواع کاموای جدید رسید  
آموزش بافت و سفارشات جهت بانفدگی پذیرفته می‌شود  
سجادشهر - بلوار غدیر شرقی - نبش غدیر ۴  
۰۹۱۵۳۳۲۴۰۷۲ - ۳۲۴۱۴۴۴۹ - براتی

**قیر و ایزوگام سلطانی**  
۱۰ سال ضمانت - نقد - اقساط  
با بیش از ۲۰ سال سابقه کاری  
سجادشهر - نبش امامت ۱  
۰۹۱۵۵۱۴۴۲۱۳ - ۰۹۱۵۶۶۸۹۳۱ - ۳۲۴۲۵۲۰۹

**تخلیه جاه و لوله بازکنی طوس**  
توسن جمهوری ۳۲ - گلزار پامرغی (حاجی پور)  
۰۹۱۵۵۶۱۵۱۰ - ۳۲۲۲۳۲۸۸ - ۰۹۱۵۵۶۱۵۱۰

**جا تبلیغات**  
تتتا ابدا جاسند

فروش و نصب انواع عایق‌های رطوبتی تهران، مشهد دلیجان ۱۰ سال ضمانت  
۳۲۳۷۱۲۶۲ - ۰۹۱۵۱۶۳۹۶۵۹ - بلوار شعبانیه - نبش شعبانیه ۲

**آماده پذیرایی از مهمان‌های عزیزتان هستیم**  
بارعایت پروتکل‌های بهداشتی  
دارای اتاق‌های اختصاصی (جشن تولد) و دورهمی‌های دوستانه  
هزار و یک فاطمه نیاکانتان را به ارمغان آورده ایم  
تلفن‌های رزرو: ۰۹۳۵۹۸۵۶۱۳۹ - ۳۲۲۲۹۶۱۰  
خیابان مطهری - مطهری ۱۳ - داخل کوچه

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

**ایزوگام فنودی**  
تهران مشهد دلیجان

**رستوران سنتی سلطانی**  
ساعت کاری از ۱۱ صبح الی ۱۱ شب  
دارای اتاق‌های اختصاصی (جشن تولد) و دورهمی‌های دوستانه  
هزار و یک فاطمه نیاکانتان را به ارمغان آورده ایم  
تلفن‌های رزرو: ۰۹۱۵۳۶۳۳۶۳۹ - ۰۹۱۵۹۶۳۹۰۷۳  
منزل: ۰۹۱۰۳۲۴۳۰۱۰۱



مدیر عامل شرکت گاز خراسان جنوبی با اشاره به بهره مندی ۱۴۹۲ واحد صنعتی استان از گاز طبیعی:

# راه ده ساله را دو ساله پیمودیم



وجود موانع و تامین به موقع منابع مالی تا پایان امسال بیش از ۲۰۰ واحد صنعتی و تولیدی در خراسان جنوبی به شبکه سراسری گاز طبیعی متصل شوند. مدیرعامل شرکت گاز خراسان جنوبی در ادامه گفت: خوشبختانه زیرساخت های لازم برای گازرسانی به بیش از ۹۰ درصد صنایع استان و همچنین کلیه شهرک ها، نواحی صنعتی و منطقه ویژه اقتصادی خراسان جنوبی فراهم شده است که شرایط نوید بخشی را برای تحقق پیام مقام معظم رهبری مبنی بر جهش تولید به ارمغان آورده است.

جویی شده است. هاشمی افزود: سرعت گازرسانی در استان خراسان جنوبی بسیار پرشتاب است و در بخش صنایع نیز با همت تمامی کارکنان، در سال گذشته شرکت گاز خراسان جنوبی موفق به کسب رتبه دوم از لحاظ میزان شبکه اجرا شده تا ورودی واحدهای صنعتی و تولیدی و کسب رتبه دوم از لحاظ تعداد صنعت دارای پتانسیل گازرسانی در بین شرکت های گاز استانی شد. وی ضمن اشاره به بهره مندی ۱۴۹۲ واحد صنعتی و تولیدی استان از نعمت گاز طبیعی افزود: امیدواریم در صورت عدم

شده باشد. وی از بهره مندی ۹۵۰ واحد صنعتی استان از نعمت گاز طبیعی طی سال های ۹۷ و ۹۸ خبر داد و گفت: این پروژه ها بدون دریافت هزینه خط اختصاصی از صاحبان واحدهای صنعتی و تولیدی اجرا شده است که بدین منظور معادل ۱۵۰ میلیارد تومان هزینه گازرسانی به مثابه پارانها قابل توجه برای واحدهای صنعتی و تولیدی استان منظور شده است. وی در ادامه گفت: با گازرسانی به واحدهای صنعتی و تولیدی خراسان جنوبی تاکنون ۵۱ میلیون لیتر سوخت مایع صرفه

خبر سرعت گازرسانی به واحدهای صنعتی و تولیدی استان نسبت به میانگین سال های قبل (از ابتدای تاسیس شرکت تا ابتدای سال ۱۳۹۷) بیش از ۱۰ برابر رشد داشته است. مدیرعامل شرکت گاز خراسان جنوبی در ادامه ضمن تاکید بر اهمیت صنعت در توسعه استان افزود: وجود صنایع کوچک و بزرگ باعث ایجاد اشتغال و عدم مهاجرت مردمان آن دیار می گردد. البته در صورتی که نیازهای اساسی و اولیه همچون سوخت پاک که بهترین جایگزین سوخت های فسیلی است، برای صنایع فراهم

با تلاش شرکت گاز خراسان جنوبی طی دو سال اخیر ۹۵۰ واحد صنعتی به شبکه سراسری گاز طبیعی متصل شده است و در حال حاضر ۱۴۹۲ واحد صنعتی و تولیدی خراسان جنوبی از نعمت گاز طبیعی بهره مند هستند. سید محمود هاشمی در خصوص آخرین وضعیت گازرسانی به صنایع در استان خراسان جنوبی گفت: با تلاش جدی و فعالیت جهادی تمامی همکاران شرکت گاز خراسان جنوبی در مورد گازرسانی به صنایع توانستیم راه ده ساله را در کمتر از دو سال طی کنیم به طوری که تنها طی دو سال

## برگزاری هشتمین جلسه کمیسیون طرح تفصیلی (ماده ۵) استان خراسان جنوبی با ۳۵ دستور کار



جلسه بررسی و تغییر کاربری اراضی حاشیه خیابان احمدی روشن در مهرشهر بیرجند از ورزشی، آموزشی، فرهنگی، مسکونی تجاری و پارکینگ انتظامی به پارک و فضای سبز مورد موافقت قرار گرفت. شایان ذکر است مساحت تقریبی این پارک ۱.۶ هکتار و مشتمل بر آلاچیق، کتابخانه، فضای باز و سایر فضاهای رفاهی، خدماتی است که با پیگیری های صورت گرفته و بمنظور راه ساکنین مهرشهر در شمال شهر بیرجند به تصویب رسید.

روز گذشته هشتمین جلسه کمیسیون طرح تفصیلی (ماده ۵) استان خراسان جنوبی در سال ۹۹ به ریاست میرجعفریان معاون هماهنگی امور عمرانی استانداری و با حضور داعی مدیر کل راه و شهرسازی استان (دبیر کمیسیون) و سایر اعضا در محل استانداری برگزار گردید. به گزارش اداره ارتباطات و اطلاع رسانی راه و شهرسازی خراسان جنوبی در این جلسه ۳۵ دستور کار از شهرهای بیرجند و فردوس مطرح و مورد بررسی قرار گرفت. از مهمترین مصوبات این

## ۵ میلیارد ریال کمک بلاعوض استاندار به تشکل های عشایری استان اختصاص یافت

مدیر کل امور عشایر خراسان جنوبی گفت: در نشست صمیمی مسئولین ستادی و روسای ادارات امور عشایر شهرستان ها با استاندار، وی مبلغ ۵ میلیارد ریال به تشکل های عشایری استان کمک بلاعوض کرد. عصمتی پور افزود: کمک فوق بابت تامین به موقع نهاده های دامی مورد نیاز عشایر و ارتقای سطح درآمد خانوار های عشایری استان می باشد. وی ضمن تقدیر و تشکر از حمایت های ویژه استاندار تصریح کرد در حال حاضر ۱۲ هزار و ۵۷۰ خانوار عشایری استان عضو تشکل های عشایری استان می باشد.



## خستگی بیش از حد یا خواب آلودگی، منشأ بسیاری از تصادفات مرگبار است.

### فراخوان مناقصه عمومی یک مرحله ای بدون ارزیابی کیفی - نوبت دوم

شماره	موضوع	مدت	مبلغ برآورد	فهرست بیهاء مورد استفاده	مبلغ ضمانت نامه شرکت در فرآیند ارجاع کار
۹۹/۳۳	مناقصه بهسازی محور روستای جرمه - مزه آباد شهرستان سراوان در استان خراسان جنوبی	۱۸ ماه	۱۰۰.۵۹۰.۷۷.۹۷۲ ریال	فهرست بیهاء تجمیع شده راه، باند فرودگاه و زیر سازی راه آهن سال ۱۳۹۹	۵۳.۰۰۰.۰۰۰ ریال
۹۹/۳۴	مناقصه تامین زیر ساخت های گردشگری راه مواصلاتی کمپ نجوم (تکمیل راه منطقه گردشگری کویر سه قلعه) شهرستان سراوان در استان خراسان جنوبی	۱۲ ماه	۵.۶۰۸.۲۱۴.۴۸۰ ریال	فهرست بیهاء تجمیع شده راه، باند فرودگاه و زیر سازی راه آهن سال ۱۳۹۹	۲۸۱.۰۰۰.۰۰۰ ریال
۹۹/۳۵	مناقصه تکمیل راه روستایی محور سمباه - پده بید شهرستان طبس در استان خراسان جنوبی	۱۲ ماه	۸.۷۲۳.۴۹۵.۳۲۰ ریال	فهرست بیهاء تجمیع شده راه، باند فرودگاه و زیر سازی راه آهن سال ۱۳۹۹	۴۳۷.۰۰۰.۰۰۰ ریال
۹۹/۳۶	مناقصه بهسازی و آسفالت راه روستایی محصديه و مهدی آباد شهرستان در میان در استان خراسان جنوبی	۱۲ ماه	۱۲.۵۲۳.۲۴۳.۳۰۰ ریال	فهرست بیهاء تجمیع شده راه، باند فرودگاه و زیر سازی راه آهن سال ۱۳۹۹	۶۲۷.۰۰۰.۰۰۰ ریال
۹۹/۳۷	مناقصه عملیات بازگشایی و زیر سازی آنتنی روستای چاه غیاث شهرستان سراوان در استان خراسان جنوبی	۸ ماه	۷.۷۸۳.۰۱۱.۹۳۸ ریال	فهرست بیهاء تجمیع شده راه، باند فرودگاه و زیر سازی راه آهن سال ۱۳۹۹	۳۹۰.۰۰۰.۰۰۰ ریال
۹۹/۳۸	مناقصه عملیات خاکی و اینیه راه روستایی عباس آباد - جان میرزا - خضری شهرستان قاین در استان خراسان جنوبی	۱۲ ماه	۸.۱۴۶.۱۵۶.۵۰۴ ریال	فهرست بیهاء تجمیع شده راه، باند فرودگاه و زیر سازی راه آهن سال ۱۳۹۹	۴۰۸.۰۰۰.۰۰۰ ریال

اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای استان خراسان جنوبی در نظر دارد مناقصه های عمومی به شرح ذیل را فیمابین پیمانکاران واجد شرایط، از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) برگزار نماید: ضمانتنامه شرکت در فرآیند ارجاع کار می بایست به یکی از دروش ذیل اخذ و در سامانه ستاد بارگذاری و به صورت فیزیکی تحویل دستگاه مناقصه گزار گردد: الف - ضمانتنامه بانکی معادل مبلغ اعلام شده در وجه اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای استان خراسان جنوبی ب - فیش بانکی واریز وجه نقد معادل مبلغ فوق به حساب مندرج در اسناد مناقصه به نام تمرکز وجوه سپرده اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای استان خراسان جنوبی نزد شعب بانک ملی ایران، مدت اعتبار ضمانتنامه بانکی باید حداقل سه ماه پس از افتتاح پیشنهادها بوده و برای سه ماه دیگر نیز قابل تمدید باشد. کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد مناقصه تا ارائه پیشنهاد مناقصه گران و بازگشایی پاکت ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس [www.setadiran.ir](http://www.setadiran.ir) انجام خواهد شد و لازم است مناقصه گران در صورت عدم عضویت قبلی، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی را جهت شرکت در مناقصه محقق سازند.

شرایط مناقصه گران: جهت مناقصه های فوق پیمانکاران حقوقی دارای حداقل رتبه ۵ رشته راه و ترابری و دارای گواهی معتبر صلاحیت ایمنی انجام کار صادره از وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی و دارای ظرفیت آزاد مجاز به شرکت در مناقصه می باشند. تاریخ انتشار مناقصه ها در سامانه ستاد: تاریخ ۹۹/۰۷/۲۱ می باشد. مهلت زمانی دریافت اسناد مناقصه از سایت: ساعت ۱۳ دوشنبه ۹۹/۰۷/۲۱ لغایت ساعت ۱۳/۳۰ پنجشنبه ۹۹/۰۷/۲۴ مهلت زمانی ارائه پیشنهاد مناقصه: ساعت ۱۴/۳۰ روز شنبه تاریخ ۹۹/۰۸/۱۰ زمان بازگشایی پاکت مناقصه از طریق سامانه ستاد: ساعت ۸/۳۰ روز یکشنبه تاریخ ۹۹/۰۸/۱۱ آدرس و اطلاعات تماس دستگاه مناقصه گزار جهت دریافت اطلاعات بیشتر در خصوص اسناد مناقصه و ارائه پاکت ها: آدرس: خراسان جنوبی - بیرجند - خیابان غفاری - نبش غفاری ۲۵ - اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای خراسان جنوبی شماره تماس: ۰۳۲-۳۲۳۴۲۱۳۷-۹ کد پستی: ۹۷۱۷۸۳۳۱۱۵

متقاضیان می توانند برای کسب اطلاعات بیشتر و دریافت آگهی مناقصه به پایگاه ملی اطلاع رسانی مناقصات به آدرس <http://iets.mporg.ir> و سایت اینترنتی اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای استان خراسان جنوبی به آدرس <http://khorasan-south.rmtto.ir> رجوع نمایند. اطلاعات سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه: ۰۳۱-۴۱۹۳۴ دفتر ثبت نام مرکزی: ۰۳۱-۸۸۹۶۹۷۳۷