

دفتر فنی مهندسی

سازه های هوشمند

✓ دستگاه حضور و غیاب کامپیوتری
✓ با قابلیت تشخیص چهره
✓ دستگاه حضور و غیاب کامپیوتری
✓ با قابلیت اثر انگشت
✓ نرم افزار حقوق و دستمزد
✓ دستگاه های کنترل ورود و خروج
نماینده رسمی شرکت علم و صنعت در خراسان جنوبی

آدرس: خیابان معلم، معلم ۵ پلاک ۴۷
تلفن: ۳۲۲۳۰۶۳۳ - ۳۲۲۲۲۲۶۱

روزنامه بحار

این روزنامه دارای
والتی افزوده است

چهارشنبه
۲۵ فروردین ۱۳۹۵
۵ رجب ۱۴۳۷
۱۳ آوریل ۲۰۱۶
سال سیزدهم
شماره ۳۰۲۷
۵۰۰۰ ریال (۵۰٪ تخفیف در مراکز فروش)

birjandemrooz.com

بیرجند سابق

دولت گواهینامه ISO9001
در زمینه مدیریت کیفیت

آریاسوله

طراحی و ساخت سوله، سازه های پیچ و مهره ای و تیورق

۰۹۱۵۱۶۳۹۳۹۸ (زرگری) - ۰۹۱۵۵۶۲۵۱۶۵ (بنی اسدی) - ۳۲۴۰۵۵۶۰

دیر کرد جرایم رانندگی بخشیده می شود

نمایندگان مردم در خانه ملت با بخشودگی دیر کرد جرایم رانندگی توسط مالکان خودرو در صورت پرداخت تا پایان آذرماه سال ۹۵ موافقت کردند. نمایندگان در نشست علنی دیروز مجلس در جریان بررسی بخش درآمدی جزئیات لایحه بودجه سال ۹۵ با تبصره الحاقی ۱ این لایحه موافقت کردند. براساس تبصره الحاقی مذکور در صورت پرداخت و تسویه حساب قبوض جریمه های رانندگی توسط مالکان خودرو تا پایان آذرماه ۹۵ جریمه دیرکرد ناشی از عدم پرداخت تا پایان سال ۱۳۹۴ بخشیده می شود.

مکالمات نامحدود موبایلی

از سر گرفته شد

مکالمات نامحدود تلفن همراه که از چندی پیش به دستور و گولانور متوقف شده بود، بار دیگر از سر گرفته شده است. به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، مشترکان اپراتور اول یا شرکت ارتباطات سیار می توانند با شماره گیری ۱۰۰۰ نسبت به فعال سازی این طرح اقدام کنند.

یکصد و پنجاه و شش میلیون ریال سقف

معافیت مالیاتی در سال ۹۵

نمایندگان مردم در خانه ملت سقف معافیت مالیاتی در سال ۹۵ را مبلغ یکصد و پنجاه و شش میلیون (۱۵۶,۰۰۰,۰۰۰) ریال در سال تعیین کردند.

مدیرکل دامپزشکی استان اعلام کرد:

ساماندهی میادین دام در استان ۶

مقدم میادین دام
را گرامی می داریم

۳,۵ میلیارد تومان در آمد سوخت عاید مرزنشینان استان شد

استاندار خراسان جنوبی:

مسئول معاونت هماهنگی با امور اقتصادی (خراسان جنوبی):

تنهایی های تلخ یک مادر: جوانمردان کجایند؟

کرآمدداشت سالروز حادثه طبس با نگاهی ملی برنامه ریزی شود

مرگ دو چرخه سوار ۷۴ ساله در قاین

شکست دیابت با ورزش

یارانه سرپرست خانوار با درآمد بالای ۳ میلیون تومان حذف می شود

عضو هیات رئیسه مجلس شورای اسلامی در جلسه دیروز مجلس دربارۀ یارانه ها گفت: فقط یارانه هایی که سرپرست آنها بیش از سه میلیون تومان ماهیانه درآمد دارد، حذف خواهد شد. به گزارش ایرنا، محمدحسین فرهنگی درباره موضوعات مطرح شده مبنی بر حذف حدود ۲۴ میلیون نفر از دریافت یارانه نقدی در مصوبه دیروز مجلس، گفت: این موضوع به هیچ وجه درست نیست، در مصوبه دیروز مجلس هیچ آمار و عددی وجود ندارد و مصوبه دیروز با مصوبه بودجه سال ۹۴ تفاوت چندانی ندارد.

خط و نشان مدیر کل اقتصادی استانداری برای بانک های خصوصی ۶

بنجمن جشنواره دانش آموزی نوجوان سالم به کار خود پایان داد/ ۶

مجلس شورای اسلامی خراسان جنوبی

مجلس شورای اسلامی خراسان جنوبی

مجلس شورای اسلامی خراسان جنوبی

مجلس شورای اسلامی خراسان جنوبی

مناقشه های عمومی یک مرحله ای

شماره ۹۱۰-۹۵، ۹۱۱-۹۵

این شرکت در نظر دارد اجرای پروژه های ذیل را به پیمانکاران دارای صلاحیت از طریق مناقشه عمومی واگذار نماید.

ردیف	شماره مناقشه	نام شهرستان	نام پروژه	مبلغ (برآورد ریالی)	نوع تضمین و مبلغ (ریالی)	رشته و حداقل رتبه پیمانکاری
۱	۹۵-۹۱۰	سربته	آرستایی به روستای باغ سنگی	۲۱۲۴۰/۲۲۱۲۷۵	ضمانتنامه اعتبار به مبلغ ۱۳۱/۱۰۰۰۰۰۰۰ ریال	۵ ماه
۲	۹۵-۹۱۱	قاین	تکمیل تأسیسات تصفیه خانه لایزالاب کرند	۲۱۱۶۷/۵۷۸۲۴۴	ضمانتنامه اعتبار به مبلغ ۱۰۸/۵۰۰۰۰۰۰۰ ریال	۴ ماه

- مهلت دریافت اسناد مناقشه: از ۱۳۹۵/۰۱/۲۵ تا پایان وقت اداری ۱۳۹۵/۰۱/۳۰
- محل دریافت اسناد مناقشه: سایت شرکت به آدرس WWW.ABFAR-KJJR و وبسایت پایگاه ملی اطلاع رسانی مناقصات به آدرس http://iets.mporg.ir
- آخرین مهلت تسلیم پیشنهادها: تا پایان وقت اداری مورخ ۱۳۹۵/۰۲/۱۲ می باشد.
- زمان و محل تشکیل جلسه قرائت پیشنهادها: ساعت ۹ صبح مورخ ۱۳۹۵/۰۲/۱۴ در محل سالن جلسات شرکت
- حدادقل پیشنهادات دریافتی جهت باز گشایی پاکت ها ۲ مورد می باشد.

این شرکت در ردیاقبول پیشنهادات برابر قوانین و مقررات مربوطه مختار می باشد. برای کسب اطلاعات بیشتر از شرایط شرکت در مناقشه و مشخصات پروژه به وب سایت شرکت آب و فاضلاب روستایی خراسان جنوبی و وبسایت پایگاه ملی اطلاع رسانی مناقصات مراجعه و با شماره تلفن ۸-۳۲۲۱۴۷۵۲-۵۶ اداره امور حقوقی و قراردادهای تماس حاصل فرمائید.

روابط عمومی شرکت آب و فاضلاب روستایی خراسان جنوبی

اطلاعیه صندوق ذخیره فرهنگیان استان خراسان جنوبی

استمرار عضویت فرهنگیان محترم بازنشسته مهرماه ۹۴ به بعد (چه افرادی که سهم الشرکه خود را دریافت نموده اند و یا دریافت ننموده اند) تا پایان فروردین ماه ۹۵ تمدید شده است. لذا به اطلاع فرهنگیان فکورو آینده نگر می رسد با در نظر گرفتن مزایای استمرار عضویت (بهره مندی از تسهیلات وام بدون بهره با کارمزد ۲ درصد برابر سهم الشرکه دریافتی و یا سهم الشرکه ای که دریافت خواهند نمود و بهره مندی از سود حاصل فعالیت های اقتصادی موسسه و...) و به منظور استفاده از ثمرات به بار نشستن سرمایه گذاری های انجام شده و در دست اقدام موسسه صندوق ذخیره فرهنگیان (پروژه ساختمانی مگا پارس در زمینی به مساحت ۲۷ هزار مترمربع و زیربنای ۲۱۰ هزار مترمربع در ۲۴ طبقه با کاربری های مختلف، پروژه تولید MEG مروارید، پروژه کیمیای پارس خاورمیانه، پروژه پتروشیمی کیان، پروژه متانول آمونیاک پتروشیمی آریا، پروژه ساختمانی پاسداران، پروژه تبدیل گاز به پروپیلن شرکت پردیس و...) نسبت به تکمیل فرم استمرار عضویت اقدام نمایند تا همچنان از منافع و امتیازات سرمایه گذاری های مؤثر خویش بهره مند شوند. چنانچه تا مهلت تعیین شده نسبت به تکمیل فرم استمرار عضویت اقدام ننمایند از عضویت موسسه خارج خواهند شد و امکان عضویت مجدد امکان پذیر نخواهد بود. برای تکمیل فرم استمرار عضویت به تعاون مدیریت های آموزش و پرورش و یا نمایندگی صندوق ذخیره فرهنگیان مراجعه نمایند.

مهدی ساری
نماینده صندوق ذخیره فرهنگیان خراسان جنوبی

جناب آقای مهندس تابش

رئیس بنیاد مسکن انقلاب اسلامی کشور

جناب آقای مهندس آسمانی مقدم

مدیرکل محترم بنیاد مسکن انقلاب اسلامی خراسان جنوبی

جناب آقای مهندس کلانتری

رئیس بنیاد مسکن انقلاب اسلامی شهرستان سریشیه

بی شک عمران و آبادانی در شهرها و روستاها با حضور و تلاشهای مداوم و مستمر نهاد مقدس بنیاد مسکن محقق و میسر می گردد و این مهم بر کسی پوشیده نیست. ضمن تبریک به مناسبت سالروز تأسیس بنیاد مسکن انقلاب اسلامی و دهه حساب ۱۰۰ امام (ره) به شما سروران محترم و تمامی آبادگران پر تلاش آن نهاد خدوم، سالی سرشار از بهروزی و موفقیت آرزومندیم.

اعضای شورای اسلامی و شهردار سریشیه

حسین قانع

(حسین مشتی رضا)

مجلس ترحیمی امروز چهارشنبه ۹۵/۱/۲۵ از ساعت ۵:۱۵ الی ۶:۱۵ بعد از ظهر در محل هیات محترم ابوالفضل (مصلی) برگزار می گردد. حضور شما سروران ارجمند موجب شادی روح آن مرحوم و تسلی خاطر و امتنان بازماندگان خواهد شد.

خانواده های: قانع، داوری، نمین، راعی، فرد، ریسی، بهزادی فرد، مهدیان فرد، حمیدی نژاد، کجولی و سایر بستگان

رزمایش راهیان بیت المقدس

زمان: ۲۶ و ۲۷ فروردین ماه ۱۳۹۵

مکان: مناطق عمومی رزمایش در شهرستان های بیرجند، قاین، فردوس، طبس و زیرکوه

گردان های بیت المقدس و کوثر بسیج

پیام امروز

ستون پیام امروز خراسان جنوبی آماده دریافت نظرات و بیان مشکلات شما همشهریان گرامی می باشد
پیماک: ۳۵۰۰۰۷۶۵۰۰۰۹۹۹۶

...۹۱۵ مسئولین دولتی با توجه به بدعهدی طرفهای غربی به تعهدات برجام در حال حاضر توجه بسیار مثبتی به مساله اقتصاد مقاومتی نشان می دهند فقط آنچه می ماند تعهد مدیران استانی و شهرستانی به این موضوع است و نگرش اجتماعی و فرهنگی مردم که اقتصاد مقاومتی را به عنوان مطالبات جدی پیگیری کنند که مدیران مسئول در وسط سال خوابشان نبرد و مثل طبقه طح های خوب ولی بد اجرا نیمه کاره رها نشود. چون این خطر وجود دارد که خیلی از مجریان به اقتصاد خرد اعتقاد قلبی ندارند.

...۹۱۵ جهت اطلاع آقای زیباکلام که انصافا بعضی وقت ها حرف های پخته ای می گوید باید عرض شود ریاست جمهوری دوره بعد هر کدام از آقایان نامبرده باشد تفاوتی ندارد فقط به یک نکته متذکر باشم کافی است و آن نکته اطاعت بی چون و چرا از رهبری باشد چرا که امروز دیگر هیچ کس کوچکترین شبهه ای ندارد آنچه رهبری مصلحت بداندت صلاح مردم، انقلاب، اسلام و حتی جهان اسلام در آن است. هر کس در این زمینه بخواهد بیشتر بداند خوب است به حرفهای پوتین ریاست جمهور روسیه بعد از ملاقات با ایشان توجه کند.

...۹۱۵ سلام بسمه نوین تا کی می خواهد هزینه فاکتورهای معوقه را پرداخت کند ما که از وعدهای بوج شان خسته شدیم.

...۹۱۵ سلام خدمت آقای دکتر قائمی ریاست دانشگاه علوم پزشکی، شوهر من با حقوق ۷۱۲ هزار تومان قانون کار شرکتی سر کار هست ولی از عهده مخارج زندگی بر نمی آید زندگی ما دارد از هم می پاشد. کرایه خانه، وام، خرج و مخارج خانه، آب، برق، تلفن و بقیه چیزها، چرا قراردادی نمی کنید یا یک تبصره نمی زیند به خدا یا این حقوق نمی شود زندگی کرد خواهش میکنم فکری بکنید.

...۹۱۵ سلام ای کاش این همه هزینه ای که صرف ساختن ساختمان بانک ما، بیمه ها، استانداری ها و دکوراسیون اتاق مدیران کل می شود در صد کمی از آن صرف استحکام دیوار مدارس می شد که امروز شاهد حادثه تلخ جان دادن معلم عزیز سیستان و بلوچستانی کشورمان نبودیم.

جوابیه شبکه بهداشت و درمان بشرویه

مشکل کمبود نیروی مرکز بهداشت بشرویه رفع می شود
به دنبال شکواییه درج شده در صفحه ۳ روزنامه مورخ ۹۵/۱/۱۵ با عنوان "تعداد کم پرسنل مرکز بهداشت بشرویه جوابگوی خیل مراجعین نیست..." به اطلاع می رساند: علیرغم کمبود تسدب نیروی انسانی در حوزه بهداشت این شبکه و همچنین تحت پوشش قرار گرفتن بیمه شدگان روستایی در شهرهای زیر ۲۰ هزار نفر که قبلا توسط بخش خصوصی خدمات دریافت می کرده اند همکاران بر تلاش این شهرستان با تمام توان در حال انجام وظیفه اند. علیهذاً بدلیل حجم بالای مراجعین به خصوص در ساعات ابتدایی هر روز و همچنین کمبود تسدید نیروی انسانی، زمان انتظار اندکی طولانی تر شده که با پیگیریهای مکرر این شبکه و مساعدت معاونت توسعه مدیریت و منابع دانشگاه در خصوص جذب نیروی انسانی مورد نیاز، اتمشاه... نظر شهروندان محترم تأمین خواهد شد.

بیمه ازدواج جوانان در خراسان جنوبی

تدوین می شود

سرپرست معاونت فرهنگی و امور جوانان اداره کل ورزش و جوانان استان گفت: مشاوره و آموزش پیش از ازدواج و بیمه آن می تواند بخشی از نا امیدی و تردید را میان جوانان کاهش دهد، بر همین اساس بیمه ازدواج جوانان در راستای توجه به نسل جوان و مسائل مرتبط با آن که مهمترین اصول مورد توجه دولت تدبیر و امید است با هدف تسهیل در امر ازدواج جوانان و افزایش حس مسئولیت پذیری و مشارکت خانواده ها در این عرصه تدوین شده است. قناده افزود: تهیه چیزیه، کمک هزینه مسکن، حق المشاوره، مهریه و کمک هزینه مراسم ازدواج، کمک هزینه لغو ناگهانی مراسم ازدواج و هزینه تولد اولین فرزند از جمله مزایایی است که در این بسته حمایتی دیده شده است. وی گفت: پیرو دستورالعمل صادره از سوی معاونت ساماندهی امور جوانان کشور به استانها، این طرح پس از راهپزنی اولیه با شرکت بیمه برای تصمیم نهایی در جلسه ستاد ساماندهی امور جوانان استان ارائه خواهد شد.

مسابقه کتابخوانی تفسیر سوره های قرآن کریم

در خراسان جنوبی برگزار می شود



مدیر فرهنگی جهاد دانشگاهی خراسان جنوبی گفت: مسابقه قرآنی نور با موضوع تفسیر سوره های حمد، یوسف، محمد(ص)، اخلاص و لقمان به همت معاونت فرهنگی جهاد دانشگاهی واحد خراسان جنوبی و سازمان فعالیت های قرآنی دانشگاهیان کشور برگزار می شود. حمید مرادی گفت: مسابقه قرآنی نور با موضوع تفسیر سوره های از قسران کریم به همت معاونت فرهنگی جهاد دانشگاهی واحد خراسان جنوبی و سازمان فعالیت های قرآنی دانشگاهیان کشور هشتم اردیبهشت ماه در دو بخش کارکنان و دانشجویان برگزار می شود. وی اظهار کرد: اتمشاه و ترویج فرهنگ قرآنی در بین کارکنان و دانشجویان و انسانی بیشتر با تفسیر سوره های قرآن از اهداف این مسابقه می باشد که می تواند زمینه ساز روحیه و نشاط قرآنی در بسرنامه های فرهنگی این واحد باشد.

توزیع ۱۶۶ اسید کالا بین مددجویان کمیته امداد

امام خمینی (ره) شهر خوسف

مدیر کمیته امداد امام خمینی (ره) شهرستان خوسف گفت: در راستای ترویج فرهنگ نیکوکاری و تأسی به سیره معصومین و ائمه اطهار در رسیدگی به امور محرومین و نیازمندان تعداد ۱۶۶ سبد غذایی در نوروز به مناسبت ولادت با سعادت حضرت فاطمه الزهرا (س) بین مددجویان بی سرپرست تحت حمایت شهر خوسف در قالب هیات حضرت فاطمه زهرا (س) توزیع شد. محمد رضا احمدی با تأکید بر خدمت رسانی بی منت به مردم ومحرومین خاطر نشان ساخت سید های توزیع شده شامل برنج، روغن، عدس، قند، چای، لپه، شکلات، رب گوجه فرنگی و نخود به ارزش ۱۲۰ میلیون ریال اهدانی مجتمع فرهنگی مذهبی و خبریه این حسامو خوسفی های مقیم بیر چندو کمک کمیته امداد امام خمینی شهرستان بوده است که در همایش گلریزان پاس کیود هزمان با شهادت حضرت فاطمه زهرا (س) جمع آوری گردیده بود.

۳,۵ میلیارد تومان از فروش سوخت عاید مرزنشینان استان شد



زمینه اقتصاد مقاومتی نیز نهایت تلاش را صورت خواهند داد. خدمتگزار گفت: فرماندهی ستاد اقتصاد مقاومتی در کلان کشور بر عهده معاونت اول ریاست جمهوری گذاشته شده و انجام اقدامات و پیگیری های مرتبط در این زمینه در استان ها به استانداران تفویض شده است. وی با بیان اینکه اشتغال روستائیان از جمله اولویتهای کاری امسال است، افزود: احصای مشکلات واحدهای تولیدی و صنعتی و نیز پرداختن به اشتغال های خرد و خانگی از دیگر مواردی است که امسال مورد توجه جدی قرار خواهد گرفت. استاندار خراسان جنوبی اجرای اقتصاد مقاومتی را کاری فراسازمانی دانست و تصریح کرد: امید است برای اجرای این امر همه دستگاه ها و

همایش ملی ترجمه در دانشگاه بیرجند برگزار می شود

دانشگاه علامه طباطبائی، دانشگاه تهران، خوارزمی، فردوسی مشهد و حکیم سبزواری و زاهدان با همکاری گروه زبان انگلیسی دانشگاه ادبیات و علوم انسانی دانشگاه بیرجند کار داوری این مقالات را به عهده داشتند. وی ادامه داد: در این همایش مهمترین چهره های ترجمه کشور از جمله دکتر میرجلالدین کزازی، کورش صفوی، ملانظر، فرحزاد، پسهالالدین خرشاهی و دکتر علی خرابی فر شرکت دارند. مدیر گروه زبان انگلیسی دانشگاه ادبیات و علوم انسانی دانشگاه بیرجند گفت: هدف از برگزاری این همایش ایجاد بستر لازم برای تبادل نظر متخصصان حوزه ترجمه و ارائه راهکار جدید برای ارتقای دانشی ترجمه کشور است.

این امر، روشهای نوین و علمی برای ترجمه و تربیت مترجم مجرب اقدام کنند. وی با بیان اینکه در همایش مذکور ۵۰ مقاله تخصصی ارائه می شود. بیان کرد: در سال ۱۳۸۸ اولین دوره همایش ملی ترجمه با حضور صاحب نظران این رشته در بیرجند برگزار شد و مورد استقبال قرار گرفت. وی ادامه داد: در آن همایش دکتر نجف دریاپندری و تعدادی از پیشگوسان ترجمه کشور حضور داشتند. وی اظهار کرد: یکم آبان ماه سال ۹۴ فراوان ارائه مقاله توسط دبیرخانه همایش اعلام شد که کمیته علمی این گرهمایی از میان ۴۰۰ مقاله رسیده ۱۴۰ مورد را به عنوان آثار برتر انتخاب کرد. وی اضافه کرد: اعلیای هیئت علمی گروه زبان انگلیسی

دبیر همایش ملی ترجمه و مقالات بین رشته ای دانشگاه بیرجند گفت: حوزه ترجمه از گستردگی زیادی برخوردار است، دانشگاه های کشور تاکنون نتوانسته در این زمینه موفقیت های قابل قبولی بدست آورند. دکتر حسن امامی در گفت و گو با خبرنگاران با اعلام برگزاری همایش ملی ترجمه و مقالات بین رشته ای کشور روزهای ۲۲ و ۲۳ اردیبهشت ماه آینده در بیرجند افزود: این رشته باید به گونه ای تدریس شود که فارغ التحصیلان دانشگاهی آن بتوانند افرادی مجرب و مذاق باشند. وی اظهار کرد: مترجمان مشهور کشور هیچکدام مدرک تخصصی ترجمه ندارند اما آثار خوبی چاپ کرده، دانشگاه ها می توانند با بکارگیری تجربه بزرگان

رزمایش راهیان بیت المقدس فردا در خراسان جنوبی آغاز می شود



هادی (ع) ۱۱ قرارگاه شهرستانی تحت امر خود را دارد. هر کدام از شهرستانها یک قرارگاه دارند. وی یادآور شد: قرارگاه یکم تا یازدهم امام هادی (ع) به ترتیب در شهرستان های بیرجند، قاینات، درمیان، نهبندان، زیرکوه، سریش، سرایان، طبس، فردوس، بشرویه و خوسف مستقر است. وی اظهار کرد: در مرحله اول رزمایش قرارگاه های یکم، دوم، پنجم، هشتم و نهم رزمایش اجرا می کنند. وی یادآور شد: گردانهای کوثر فقط در مرحله اول اجرای رزمایش شرکت می کنند. یوسفی اضافه کرد: در مرحله دوم فقط رزمایش گردانهای بیت المقدس در شش قرارگاه سوم، چهارم، ششم، دهم و یازدهم برگزار می شود.

مسئول معاونت عملیات سپاه انصارالضلع) خراسان جنوبی گفت: رزمایش راهیان بیت المقدس با حضور گردانهای بیت المقدس، امام علی و کوثر نیروی مقاومت بسیج روزهای پنجشنبه و جمعه این هفته در استان برگزار می شود. سرهنگ ۲ پاسدار علیرضا یوسفی به خبرنگاران افزود: این رزمایش در دو مرحله روزهای ۲۶ و ۲۷ فروردین و نیز نهم و دهم اردیبهشت ماه آینده در سراسر استان برگزار می شود. وی اظهار کرد: ایجاد آمادگی دفاعی و آموزش بسیجیان، مشارکت سازمان یافته اعضای بسیج برای تحقق لایه های دفاع مردمی، دفاع از کوی و برزن منطقه ای، پشتیبانی از گردانهای امام حسین (ع) و امام علی (ع) در خارج از منطقه جغرافیایی خود و کمک به مدیریت بحران در حوادث غیرمنتظره از طریق مقاومت مردمی، مهم ترین وظیفه گردان بیت المقدس است.

وی ادامه داد: ایجاد آمادگی دفاعی و امنیتی بسیج جامعه زنان در قالب گردان های کوثر برای عملیات های دفاع از کوی و برزن، عملیات روانی، کنترل بحران های امنیتی و کمک به مدیریت بحران در حوادث غیرمنتظره از طریق مقاومت مردمی مهمترین ماموریت گردان کوثر است. وی یادآور شد: گردانهای کوثر و بیت المقدس در رشته های امنیتی، امدادی و دفاعی فعالیت دارند. وی تصریح کرد: رزمایش این گردانها با مدیریت قرارگاه امام هادی (ع) سپاه انصارالضلع) خراسان جنوبی برنامه ریزی و اجرا می شود. یوسفی اظهار کرد: قرارگاه امام

پیشرو در ارائه خدمات نوین صنعت قالیشویی

✓ درجه یک
✓ کاور شده

صاف صاف تخت تخت بدون چین و چروک

فروشگاه لوازم خانگی ایران زمین



فروش ویژه نقد و اقساط
اقساط ۶ و ۷ و ۸ ماهه بدون افزایش قیمت

نیش مدرس ۳۴ / ۳۲۶۲ ۵۶۱ ۹۱۵ - ۲۶۴ ۱۹۳۴ ۹۱۵ (مومنی)

لوله بازکنی تخصصی

مدرن برتر با فتر برقی و مواد شوینده
اولین و برترین لوله بازکنی تخصصی در استان
تشخیص و رفع نف و بویهای نامطبوع از ساختمان بدون خرابی با روش های ایزوونانو
عقد قرارداد با کار خجالت، ادارات، شرکت ها و ...
ترمیم کف آشپزخانه ها و سرویس ها
لوله کشی آب و فاضلاب شهری و پیمانکاری ساختمان با مصالح و بدون مصالح
سرویس دهی در سرتاسر استان به صورت شبانه روزی
شعبه اول بیرجند - شعبه دوم مشهد
۰۹۳۶۵۲۳۷۰۱۳ - ۰۹۳۶۵۲۳۷۰۱۴
خسروی ۰۹۱۵۷۰۶۳۲۲۰

لوله کشی و ممتاز

لوله بازکنی
صدر در صد تضمینی و عضو رسمی اتحادیه
با فتر برقی و مواد شوینده با دستگاه های روز دنیا
تشخیص و رفع نف و ازین بردن بویهای نامطبوع از ساختمان بدون تخرب با روش ایزوونانو - ترمیم کف سرویس ها و آشپزخانه با مصالح و بدون مصالح - لوله کشی آب و فاضلاب و وصل فاضلاب شهری و پیمانکاری
سرویس دهی در کل استان و با مدیریت: اسحاقی
شهرستان هاشمیه روزی
۰۹۳۸۶۵۷۷۰ - ۰۹۳۸۱۱۲۹۰۷۶ - ۰۹۱۵۸۶۲۶۲۲۸

یخچال و یترینی و مغازه ای

دست دوم و ضایعات شما را
نقداً خریداریم
۰۹۳۵۲۱۹۲۷۱۶ (حسینی)

ایزوگام، آسفالت (محوه و بست بام)

و فیر گونی شفیعی
بلوار صیاد شیرازی - مجتمع تجاری
میرداماد - واحد ۹۸
همراه: ۰۹۱۵۱۶۳۰۲۸۳

سالن زیبایی موتک

اصلاح و کریم داماد
بخور و پاکسازی صورت
۱۰٪ تخفیف ویژه
آقا دامادها
به مناسبت
میلااد امام علی (ع)
نیش کارگران ۲۳
۰۹۱۵۱۶۰۷۵۹۶ - ۳۲۳۱۲۰۹۷

ایزوگام طوس

فروش انواع:
قیر، چتائی، ایزوگام، کیسه قیری
و انواع عایق های رطوبتی
نیش بهشتی ۱/۱ - پلاک ۱۳۴ (عباسی)
۰۹۱۵۹۶۱۰۷۱۴ - ۰۵۶ ۳۲۲۵۱۲۱۷

تعمیر یخچال، فریزر
در منزل
۰۹۱۵۳۶۳۵۰۱۵ ناصری نژاد

مبلمان مجلل
(رسولی)
انواع مبلمان راحتی، تخت
کمد، خوشخواب
و سیستمونی نوزاد
بین توحید ۲ و میدان توحید
۳۲۴۳۰۰۷۹

فروشگاه ضریح آفتاب
عرضه انواع: لوازم التحریر، اداری، مهندسی، کودستانی
و انواع کاغذ و ... بصورت کلی و جزئی
عرضه انواع کتاب های علمی
آموزشی، مذهبی
کودک، کامپیوتر
کمک آموزشی، دانشگاهی و ...
خیابان طالقانی - بین طالقانی ۱۳ و ۱۵ - پلاک ۱۲۳
تلفن: ۳۲۲۳۴۱۹۱ - فکس: ۳۲۴۰۳۱۵۷ - همراه: ۰۹۱۵۳۶۱۰۷۱۴

از دواج یعنی پذیرش احساس مسئولیت که در روابط بین زن و مرد باید دو طرفه باشد.

خواندنی های امروز

شستن دستان مادر

دکتری برای خواستگاری دختری رفت، ولی دختر او را رد کرد و گفت به شرطی قبول میکنم که مامانت به عروسی نیاید! آن جوان در کار خود ماند و پیش یکی از اساتید خود رفت و با خجالت چنین گفت: در سن یک سالگی پدرم مرد و مادرم برای اینکه خرج زندگیمان را تأمین کند در خانه های مردم رخت و لباس می شست. حسالا دختری که خیلی دوستش دارم شرط کرده که فقط بدون حضور مادرم حاضر به ازدواج با من است. نه فقط این، بلکه این گذشته مادرم مرا خجالت زده کرده است، به نظر تان چکار کنم؟! استاد به او گفت: از تو خواسته ای دارم بیه منزل برو و دست مادرت را بشو، فردا به نزد من بیا تا بگویم چکار کنی . جوان به منزل رفت و اینکار را کرد ولی با حوصله شستن دستان مادرش را در حالی که انگش بر روی گونه هایش سرازیر شده بود انجام داد. زیرا اولین باری بود که دستان مامانش درحالی که از شدت شستن لباسهای مردم چوکه شده و تماما تاول زده و ترک برداشته اند را دید. طوری که وقتی آب را روی دستانتش می ریخت از درد به لرز می افتاد. پس از شستن دستان مادرش نتوانست تا فردا صبر کند و همان موقع به استاد خود زنگ زد و گفت: ممنونم که راه درست را به من نشان دادی!

سر انجام سخت کوشی

پسریچه ای بود که ظاهرا روزگار با او سازگار نبود . در ۱۲ سالگی پدرش را از دست داد. با وجود اینکه عاشق پیشرفت بود؛ مجبور شد میان تحصیل و مدرسه از یک سو و کار و پول از سوی دیگر، دومی را برگزیند و ترک تحصیل کند. تا ۱۸ سالگی هم کار میکرد . اما روح ماجراجویی او را به هیجان می کشاند تا اینکه بالاخره به کشتیرانی و سفر و همزمان کار روی آورد. بعد از مدتی به کار حرفه ایی در چاپخانه روی آورد و به تدریج شروع به نوشتن مقاله و چاپ آن کرد و علاقمندی پیدا کرد و به تدریج روح ماجراجویی او در دست نوشته ها و کتابهایش پیدا کرد و به شهرتی جهانی دست پیدا کرد.

در سن ۶۵ سالگی از سوی دانشگاه آکسفورد متفخر به دریافت نشان دکترای افتخاری شد. این کودک کسی نبود به جز "ساموئل لانگهورن کلمش" که سال ها بعد نام مستعار "مارک تواین" را برای خودش انتخاب کرد و از شاهکارهایش میتوان رمان "تساهزاده و کدا" "هکلبری فین" و "تام سایر" را نام برد.

راز آرامش

چند نفری که در جستجوی آرامش و رضایت درون بودند نزد استادی رفتند و از او پرسیدند، استاد شما همیشه یک لیخنه روی لب است و به نظر میرسد خیلی آرام و خشنود هستی لطفا به ما بگو که راز خشنودی شما چیست؟ استاد گفت: بسیار ساده. من زمانی که دراز می کشم، دراز می کشم. زمانی که راه میروم، راه میروم. زمانی که غذا میخورم، غذا میخورم. آن چند نفر عصبانی شدند و فکر کردند که استاد آنها را جدی نگرفته است. به او گفتند که تمام این کارها را ما هم انجام می دهیم. پس چرا خشنود نمی شویم و آرامش نداریم. استاد به آنها گفت: زیرا زمانی که شما دراز می کشید به این فکر می کنید که باید بلند شوید، زمانی که بلند می شوید به این فکر می کنید که کجا باید بروید و زمانی که دارید می روید به این فکر می کنید که چه غذایی بخورید. فکر شما همیشه در جای دیگر است و نه در آنجایی که شما هستید. زمان حال تقاطع گذشته و آینده است و شما در تقاطع نسیئید بلکه در گذشته و یا در آینده هستید به این علت است که از لحظه هایان لذت واقعی نمی برید زیرا همیشه در جای دیگر سیر می کنید و حس می کنید زندگی نکرده اید و یا نمی کنید.

حوادث

سواری هیوندا با ۲۵ میلیون ریال خلافی توقیف شد



رئیس پلیس راه استان از توقیف یک دستگاه سواری هیوندا با خلافی ۲۵ میلیون و ۹۰۰ هزار ریال خبر داد. سرهنگ حسین رضایی در تشریح این خبر گفت:در راستای برخورد با رانندگان متخلف و حادانه ساز مأموران پلیس راه استان یک دستگاه سواری هیوندا را در محور قاین-بیرجند به علت تخلی از سرعت مجاز متوقف کردند.

وی افزود:پس از توقف این خودرو و استعلام به دست آمده:مشخص شد خودرو دارای مبلغ ۲۵ میلیون و ۹۰۰ هزار ریال خلافی معوقه است. سرهنگ رضایی خاطر نشان کرد:برابر ماده ۸ قانون رسیدگی به تخلفات رانندگی از تردد خودرو های متخلف با خلافی بیش از ۱۰ میلیون ریال جلوگیری و در صورت مشاهده توقیف خواهند شد که طبق همین ماده این خودرو روانه پارکینگ شد.

کشف ۲۰هزار نخ سیگار قاچاق در طبس

فرمانده انتظامی شهرستان طبس از کشف ۲۰هزار نخ سیگار قاچاق در این شهرستان خبرداد. سرهنگ محسن جلالیان در

تشریح این خبر گفت: مأموران ایست و بازرسی دیهوک هنگام کنترل خودروهای عبوری به یک دستگاه اتوبوس که از شهرهای جنوبی کشور عازم خراسان رضوی بود مشکوک شدند و خودرو را به لاین بازرسی هدایت کردند. وی افزود: مأموران در بازرسی از خودرو تعداد ۲۰هزار نخ سیگار قاچاق که به طرز ماهرانه داخل خودرو جاساز شده بود را کشف کردند. سرهنگ جلالیان تصریح کرد: در این رابطه یک دستگاه خودرو توقیف و متهم با تشکیل پرونده جهت سیر مراحل قانونی به مراجع قضائی معرفی شد.

توقیف وانت توپوتا با ۲۱ میلیون ریال خلافی

رئیس پلیس راهمناهی و رانندگی استان از توقیف یک دستگاه سواری وانت توپوتا با خلافی ۲۱ میلیون و ۸۰۰ هزار ریال خبر داد. سرهنگ "علیرضا رضایی" در تشریح این خبر گفت:در راستای برخورد با رانندگان متخلف و حادانه ساز مأموران پلیس راهور شهرستان "سربیشه" هنگام کنترل خودروهای عبوری یک دستگاه خودروی وانت توپوتا را به علت عدم رعایت قوانین و مقررات رانندگی متوقف کردند. وی افزود:پس از توقیف خودرو و استعلام به دست آمده:مشخص شد که خودروی وانت توپوتا دارای مبلغ ۲۱ میلیون و ۸۰۰ هزار ریال خلافی معوقه است که خودرو توقیف و روانه پارکینگ شد.

مرگ دوچرخه سوار ۲۴ساله در قاین

فرمانده انتظامی شهرستان قاین از وقوع یک فقره تصادف فوتی در این شهرستان خبر داد. سرهنگ علیرضا امیر آبادی زاده در تشریح این خبر گفت: با اعلام مرکز فوریت های پلیسی ۱۱۰ مبنی بر وقوع یک فقره تصادف در محل پل پاشماد شهرستان قاین، بلافاصله مأموران پلیس راهور و گروه امداد جهت بررسی موضوع به محل حادثه اعزام شدند. وی افزود:مأموران در بررسی صحنه مشاهده کردند که یک دستگاه خودروی سمند با دوچرخه سواری که خلاف

جهت در حال حرکت بود تصادف کرده و راکب دوچرخه به شدت مجروح شده است. سرهنگ امیر آبادی زاده خاطر نشان کرد:در این حادثه، راکب دوچرخه سوار ۲۴ساله به علت شدت جراحات وارده پس از انتقال به بیمارستان جان خود را از دست داد. فرمانده انتظامی شهرستان قاین تصریح کرد:کارشناس پلیس راهمناهی و رانندگی علت این حادثه را بی مبالائی و عدم رعایت قوانین و مقررات راهمناهی و رانندگی از سوی دوچرخه سوار اعلام کرد.

قتل دختر خیانت کار توسط مادرش

قتل از مراسم عروسی

روز قبل از ازدواج، عروس ۲۰ ساله توسط مادرش کشته شد. به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، یک دختر خانم ۲۰ ساله هندی توسط مادر خودش در دهلی کشته شد، چرا که مادرش او را با یکی از مستازان دیده بود که رابطه خارج از عرف دارند. مادر این عروس ۲۰ ساله قتیقا یک روز قبل از مراسم عروسی، دخترش را با فردی غیر از دامادش دید و به همین دلیل دخترش را به قتل رساند. او دخترش را با بالشی خفه کرد در حالی که خانه اش پر از مهمان بود. البته مادر و برادر عروس، قربانی را به بیمارستان بردند و سعی کردند طوری نشان دهند که تازه عروس خودکشی کرده است اما مسئولان بیمارستان با بررسی دقیق متوجه شدند که عامل مرگ خودکشی نبوده و با پلیس تماس گرفتند. در حال حاضر مادر برای بازجویی در اداره پلیس به سر می برد.

عکسبرداری از ۲ دزد در برابر بانک

چهره دزدان جوان که با حمله به خودرویی شیشه آن را شکسته و کیف دستی راننده را دزدیدند در دوربین های بانک شکار شد. به گزارش ایرون، مرد جوان در حال برداشت پول از دستگاه خودپرداز بود که در برابر دیدگانش صحنه سرقت رخ داد. بهمن ماه سال گذشته مرد جوانی با مراجعه به دادرسی ناحیه ۲ تهران ادعا کرد ۲

جزئیات جنایت زن جوان در محله باغ فیض

تپیه و خریداری کرده بود به منزل من آمد؛ تا ساعت ۲۴:۰۰، شهرام در خانه من نبود تا اینکه در این زمان از خانه خارج شد. حدود ساعت ۰۲:۳۰ بامداد بود که شهرام مجدداً به خانه من آمد اما این بار متوجه شدم که او از

بیرون مواد (نشیه) تپیه نموده و قصد مصرف مواد در داخل خانه مرا دارد. به او اعتراض کرده و قصد داشتم تا موضوع را به خانواده اش اطلاع دهم اما او مانع من شد و در ادامه مرا مورد ضرب و جرح قرار داد. شهرام از قبل جاقویی را تپیه و در داخل جاکفشی خانه من گذاشته بود، به سراغ جاقو رفت و با آن مرا تهدید کرد؛ در یک لحظه توانستم دسته جاقو را بگیرم اما ناگهان تیغه جاقو وارد گلوئی شهرام شد و او روی زمین افتاد؛ خون زیادی از شهرام رفته بود، بسیار ترسیده بودم، قصد داشتم مانع از ادامه خونریزی شوم اما کاری از

او رزانس نیز تماس گرفتم اما زمانی که او رزانس به محل رسید به من گفتند که وی فوت کرده است.

دستگیری شهرزاد

در ادامه تحقیقات، کاراگاهان در تحقیقات از اهالی مجتمع اطلاع پیدا کردند که در حدود ساعت ۰۲:۳۰ صدای درگیری شدیدی از داخل خانه شهرزاد شنیده شده است. دلایل بدست آمده مبنی بر شنیده شدن صدای درگیری و همچنین بهم ریختگی وسایل خانه تماماً حکایت از آن داشت که شهرام طی یک درگیری با شهرزاد به قتل رسیده است لذا ضمن انجام هماهنگی با بازپرس ایلخانی، شهرزاد دستگیر و جهت ادامه تحقیقات به اداره دهم ویژه قتل پلیس آگاهی تهران بزرگ منتقل شد.

اعتراف به جنایت

شهرزاد پس از دستگیری و انتقال به اداره دهم پلیس آگاهی، جاده ای جز بیان حقیقت نداشت و به ناچار لب به اعتراف گشود؛ وی این بار در اعترافش به کاراگاهان گفت: ساعت ۲۳:۰۰ بیست و سوم فروردین ماه بود که شهرام در حالیکه از بیرون غذا تپیه کرده بود به منزل من آمد، تا ساعت ۲۴ شهرام در خانه من بود تا اینکه در این زمان از خانه خارج شد. حدوداً ساعت ۰۲:۳۰ بود که شهرام مجدداً به خانه من آمد اما اینبار گلویش خون آلود بود و از گلویش خون می آمد. شهرام با همان وضعیت وارد خانه شد؛ من قصد کمک کردن به او را داشتم و حتی با

تحقیقات از محل جنایت

با حضور در محل جنایت، کاراگاهان اطلاع پیدا کردند که منزل متعلق به خانم جوانی بنام شهرزاد (۳۲ ساله) است که از حدود چهار سال پیش، پس از فوت همسرش و بواسطه یکی از دوستانش، با برادر دوستش آشنا و پس از مدتی با یکدیگر نامزد شده اما پس از گذشت مدت کوتاهی شهرزاد از اعتیاد شهرام به مصرف مواد مخدر اطلاع پیدا کرده و به این علت از ازدواج با شهرام منصرف می شود با این وجود شهرام کماکان اصرار بر ازدواج با شهرزاد داشته است.

اظهارات اولیه شهرزاد

شهرزاد در اظهارات اولیه به کاراگاهان گفت: ساعت ۲۳:۰۰ بیست و سوم فروردین ماه، شهرام در حالیکه از بیرون غذا تپیه کرده بود به منزل من آمد، تا ساعت ۲۴ شهرام در خانه من بود تا اینکه در این زمان از خانه خارج شد. حدوداً ساعت ۰۲:۳۰ بود که شهرام مجدداً به خانه من آمد اما اینبار گلویش خون آلود بود و از گلویش خون می آمد. شهرام با همان وضعیت وارد خانه شد؛ من قصد کمک کردن به او را داشتم و حتی با

زن جوانی که مردی را به دلیل مصرف شیشه در خانه اش به قتل رسانده بود، توسط پلیس شناسایی و دستگیر شد. به گزارش مهر، ساعت ۰۴:۰۰، بیست و چهارم فروردین ماه یک کشف جسد در واحد ۱۹ یک مجتمع مسکونی در محدوده بزرگراه شهید اشرفی اصفهانی - خیابان امام رضا به کلاتری ۱۶۰ باغ فیش اعلام شد. با حضور مأموران کلاتری در محل و انجام بررسی های اولیه مشخص شد که جوانی ۳۳ ساله بنام "شهرام، ش" به علت اسابت جسم تیز و برنده به ناحیه گلو فوت کرده است.

پرونده در اداره دهم پلیس آگاهی تهران بزرگ

با تأیید خبر اولیه و اعلام خبر به پلیس آگاهی و قضای کشیک ویژه قتل دادرسی امور جنایی، تیم بررسی صحنه جنایت و تشخیص هویت پلیس آگاهی تهران بزرگ در محل حاضر شدند. با تشکیل پرونده مقدماتی با موضوع "قتل عمد" و به دستور بازپرس شعبه هشتم دادرسی ناحیه ۲۷ تهران، پرونده جهت رسیدگی در اختیار اداره دهم ویژه قتل پلیس آگاهی تهران بزرگ قرار گرفت.



دستم بر نمی آمد؛ سرانجام با او رزانس تماس گرفتم و پس از دقایقی [عوامل] او رزانس در محل حاضر شدند؛ وقتی شهرام [توسط عوامل او رزانس] معاینه شد ب من اعلام کردند که او فوت کرده است. سرهنگ کاراگاه از یا حاجی زاده رئیس اداره دهم پلیس آگاهی گفت: به توجه به اعتراف صریح متهم به ارتکاب جنایت و دیگر شواهد و دلایل بدست آمده از محل وقوع جنایت، قرار بازداشت موئلت از سوی بازپرس پرونده صادر و متهم پرونده برای انجام تحقیقات تکمیلی در اختیار اداره دهم پلیس آگاهی تهران بزرگ قرار گرفته است.

جهت آگاهی از آخرین اخبار و رویداد ها
Telegram.me/emroozkhj
به کانال تلگرامی امروز خراسان جنوبی بپیوندید

Birjandemrooz.com

جهت استفاده از واقعیت افزوده روزنامه نرم افزار مطلب پلاس را دانلود نمایید

واقعیت افزوده روزنامه

لینک دانلود نرم افزار مطلب پلاس: matlab.plus/android

خبرنگار ما باشید

سوژه ها و عکس های خود را برای ما به آدرس تلگرامی زیر ارسال کنید
@Telegram.me/bakhabar

حمل بار و اثاثیه منزل

کاهش سرویس های بار با یک سرویس ایسوزو

همراه: ۰۹۱۵ ۵۶۱ ۱۱۲۰ - خراشادی

املاک کوروش کبیر

کوتاه ترین راه رسیدن به باغ و ویلا دلخواهتان

آدرس: بجد ۳۲۲۹۳۱۴۳ - ۰۹۱۵ ۳۶۲ ۴۸۲۰ (چاچی)

خریداریم

کلیه لوازم دست دوم منزل شما را خریداریم

۰۹۱۵۸۶۴۳۷۰۰ - ۳۲۳۰۱۱۰۶

سرویسکار مجاز محصولات بوتان

نمایندگی نصب و تعمیر انواع پکیج دیواری

یست متری دوم غربی - بین نواب ۴ و ۶ پلاک ۶۶ - ۳۲۴۳۰۹۶۲ (فدویان)

۰۹۱۵۷۴۱۸۲۹۱ - ۰۹۱۵۵۶۳۰۲۲۴

چاپ و نشر سرو

کپی و تکثیر جزوات دانشجویی چاپ عکس، طراحی و چاپ تراکت آگهی ترحیم کارت دعوت

جزوات سه گانه ضمن خدمت فرهنگیان موجود است

خیابان معلم - بین فردوسی و معلم ۳۶/۱

۰۹۳۶۳۵۷۳۳۹۸۸ - ۰۲۲۴۳۸۲۲۴

ایزوگام، قیر گونی و آسفالت

محمدرضا

لروزش بیان یک معامله نیست بلکه آغاز یک مسئولیت است

ما تا پایان راه با شما هستیم

نمایندگی ایزوگام شرق و دلچیان

با ده سال ضمانت و بیمه نامه معتبر

با نصب و بازدید رایگان

فروش فوجانی و کف قیری با محل و نقل رایگان در سطح شهر

آدرس: توحید ۲۴ - داخل میلان ۰۹۱۵۳۶۳۶۹۲۱ - ۳۲۴۳۶۹۵۳

نگاهی به یک کانال

خواستگاری تلگرامی

دقت و تأمل در معیارهای مورد پسند خانم‌ها که آشکارا ابراز نشده تصویر جدیدی از جامعه ایران و دست کم آرزوهای جوانان ایرانی پیش چشم می‌گذارد.به گزارش عصر ایران، یک کانال تلگرامی به تبع یک مؤسسه همسر یابی برای دوشیزگان و دختر خانم‌های ازدواج نکرده و نیز خانم‌های جدا شده از همسر قبلی یا خانم‌هایی که شوهرشان فوت کرده، امکان تازه و مدرنی برای همسر یابی فراهم آورده است. این امکان که مشخصات ظاهری، خانوادگی، تحصیلی، محل زندگی و علایق و سلیاق خود را به اضافه مشخصاتی که در همسر مورد نظر جست و جو می‌کنند، ذکر کنند تا از این رهگذار احتمال ازدواج آنان افزایش یابد و خانواده‌هایی تشکیل شود، واکنشی برخی نهادهای مسئول با مدعی البته این است که تنها یک پایت مشخص اجازه دارد و بقیه ندارند و گمان می‌برند که همچنان می‌توانند کنترلی را ادامه داد یا دخترانی که دوست دارند، شوهر کنند، مادر شوند و زندگی تازه ای را تجربه کنند و غالباً همه سی سالی را پشت سر گذاشته اند کماکان باید منتظر بمانند تا یکی کوبه در خانه شان را به صدا در آورد اما کانال مورد نظر البته به قاعده یا هماهنگی‌ها و جلب موافقت‌هایی این امکان تازه را فراهم ساخته است. جدای این که چنین امکان و رویکردی یک تحول بزرگ و بی سابقه به حساب می‌آید، دقت و تأمل در معیارهای مورد پسند خانم‌ها که آشکارا ابراز شده تصویر جدیدی از جامعه ایران و دست کم آرزوهای جوانان ایرانی پیش چشم می‌گذارد که به کار جامعه‌شناسان، روان‌شناسان، سیاست‌مداران، روحانیان، پژوهش‌گران، فیلسوفان و نویسندگان و هر که با موضوع انسان در دنیای عصر ارتباطات سر و کار دارد، می‌آید. با این که شاید در نگاه اول تصور شود در جامعه پول‌زده کنونی و با غلبه ارزش‌های مادی به رغم همه دایه‌های معنویت‌گرایانه از تربیون‌های رسمی و صدا و سیما نخستین مشخصه مورد علاقه زنان خواستگار یا آماده ازدواج پول و تمکن باشد اما نگاهی به همین فهرست نشان می‌دهد که اتفاقاً اولویت دختران آماده ازدواج پول نیست، پادمان باشد اینها مساجه تلویزیونی نیست که سخنان تظاهرآهیم بیان کنند، صحبت از یک عمر زندگی و انتخاب همسر است، وقتی تصویر خود را البته به شکل متعارف و همان گونه که در خیابان و دانشگاه و محل کار ظاهر می‌شوند منتشر کرده‌اند و تمایل خود را به همسر یابی پنهان نمی‌کنند به قاعده ابایی هم نباید داشته باشند که بگویند شوهر پول‌دار می‌خواهند و ضرب المثل قدیمی را به یادآورند که «مرد باید پول‌دار باشد، کچل و بد اخلاق» شاید گفته شود علت این است که او لا گسائی که آمادگی خود را برای ازدواج اعلام کرده و ریسک طعنه‌های احتمالی را به جان خریده‌اند طبعاً نباید شرطی بگذارند که کار را مشکل کند ثانیاً آدم پول دار چه بسا از طرق دیگری بتواند همسر اختیار کند و سراغ این گونه مراکز و موسسات و کانال‌ها نرود و سوم هم این که با نگاه بدبینانه برای پول شرط نمی‌گذارند اما بعدتر مطالبه می‌کنند. با این حال برخی دوشیزگان و خانم‌هایی که اجازه انتشار فرم‌های خود را در این کانال داده‌اند هوشمندانه به مقوله تمکن مالی هم اشاره کرده‌اند و می‌بینیم بر توان تأمین نیازهای زندگی تأکید دارند و به بیان دیگر روبرو با پستی ندارند. نگاهی به مشخصات مورد نظر نشان می‌دهد این خانم‌ها بیش از هر موضوع دیگری بر «صدافت» تأکید دارند. همچنین بر «مسئولیت‌پذیری» و «اخلاق خوش»، تفاوت جدی معیارها و پسندهای این نسل اما با نسل‌های قبل شاید در این باشند که بسیاری همسری را می‌پسندند که «اهل سفر» و «تفریح» باشند. اینها ارزش‌های بسیار مدرنی هستند و بسیار بعید است که مادران و مادر بزرگ‌های ما در میان خصوصاتی که برای شوهران خود می‌خواستند یا می‌خواستند یا اگر هم بیان نمی‌کردند در ذهن داشتند سفر و تفریح را هم می‌آوردند و نهایت آرزوی بندگان خدا شاید یک زیارت بود. نکته دیگر هم توجه صریح به «ظاهر» است. چندان که شیک پوشی، اندام مناسب و خوش سیمایی و قد و قامت بالا در بسیاری از موارد آمده است. از زاویه دیگری می‌توان نگاه کرد و از خلال این موارد از علایق جامعه بزرگ‌تر خانم‌های امروزی هم آگاه شد و در پی آن به راز برخی از جدایی‌ها، طلاق‌ها، ناسازگاری‌ها و نارضایتی‌ها هم می‌برد. مثلاً وقتی این همه بر ظاهر و آراستگی و شادی و سرزندگی و اهل سفر و تفریح بودن تأکید می‌شود به این معنی است که ریشه برخی نارضایتی‌ها را قطعاً باید در فقدان همین مؤلفه‌ها جست. کانال خواستگاری باتوان که در آن دختران و دوشیزگان و حتی خانم‌های مطلقه مشخصات خود را برای ازدواج اعلام می‌کنند به شکلی غیر قابل انکار و کاملاً مستند از پوست اندازی جامعه خبر می‌دهد.

خط و نشان مدیر کل اقتصادی استانداری
برای بانک‌های خصوصی

مدیر کل دفتر هماهنگی امور اقتصادی استانداری خراسان جنوبی گفت: بانک‌های خصوصی باید تلاش کنند مشکلات و موانع اشتغال را رفع کنند. حسین موهبتی افزود: اگر این بانک‌ها با بخش اشتغال هماهنگ نبوده و تسهیلات پرداخت نکنند قطعاً به مردم معرفی خواهند شد تا در این بانک‌ها سیرده گذاری نداشته باشند. وی یکی از راه‌های رسیدن استان به توسعه را استفاده از منابع و ظرفیت‌های داخلی ذکر کرد. حسین موهبتی افزود: باید وجوه و سرمایه‌های مردم در داخل خراسان جنوبی هزینه شود اما با کمال تأسف بسیاری از وجوه دریافتی شهروندان در استان‌های دیگر هزینه می‌شود که یک نقص است. وی بر استفاده از توان بخش خصوصی برای توسعه و رونق اقتصادی استان تأکید کرد و گفت: برای توسعه و تثبیت اشتغال در واحدهای تولیدی استفاده از ظرفیت بانک‌ها به ویژه بانک‌های خصوصی مورد توجه واقع شود. وی اضافه کرد: رونق اقتصادی استان محقق نمی‌شود مگر اینکه بانک‌ها در این زمینه ورود پیدا کنند، در صورتی که نرخ سیرده به نرخ تسهیلات نزدیک باشد مردم عوض سیرده گذاری در بانک‌ها در بخش‌های تولید سرمایه گذاری می‌کنند. موهبتی ایجاد

اشتغال و رفع معضل بیکاری را یکی از دستورات‌های مهم امسال ذکر کرد و افزود: تعهد اشتغال در خراسان جنوبی سال گذشته ۱۰ هزار شغل بود در سال جاری نیز تعهد اشتغال حداقل همین مقدار خواهد بود که دستگاه‌های اجرایی در راستای محقق شدن تعهدات خود باید حداکثر تلاش خود را داشته باشند. وی گفت: دستگاه‌های اجرایی باید براساس تعهدی که برای آنها مشخص شده است تعهدات را به شهرستان‌ها اعلام کنند تا در پایان سال جاری این تعهدات محقق شود. موهبتی بیان کرد: پیگیری اجرای طرح‌های بالای ۵۰ درصد پیشرفت فیزیکی یکی دیگر از دستورات‌های استان در سال جاری است که برابر دستورالعمل‌های اقتصاد مقاومتی تمامی طرح‌ها باید به بخش خصوصی واگذار شود. وی ادامه داد: سال گذشته بخش خصوصی از طرح‌های نیمه تمام استقبال نکرد اما در سال جاری این پروژه‌ها با نگاه بخش خصوصی باید تکمیل شوند. موهبتی راه اندازی و فعالیت مجدد واحدهای تولیدی و کارخانه‌های استان را از دیگر برنامه‌های سال جاری ذکر کرد و یادآور شد: پارسال کاهش ظرفیت واحدهای تولیدی سبب مشکلاتی در حوزه اشتغال و تعطیلی

پنجمین جشنواره دانش آموزی نوجوان سالم به کار خود پایان داد
مدرسه در پیشگیری از رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان موثر است



برخطر و سوء مصرف مواد مخدر و آسیب‌های اجتماعی در مدارس برگزار شد. وی با بیان این که مدرسه می‌تواند دانش‌آموزان را با ویژگی‌های رشدی، تغییرات جسمی و روانی و اجتماعی و با خطراتی که تهدیدشان می‌کند آشنا سازد و راه‌های مراقبت از خود را به آنها آموزش دهد، اظهار داشت: معلمان با روشنگری و هدایت می‌توانند دانش‌آموزان را در شناسختن توانایی‌ها و قابلیت‌هایشان کمک کند و در دوره نوجوانی و بلوغ کمک و یاورشان باشد. معاون تربیت بدنی و سلامت اداره کل آموزش و پرورش خراسان جنوبی تصریح کرد: درباره اهمیت و نقش مدرسه هرچه بگوییم نمی‌توانیم حق مطلب را ادا کنیم ولی باور داریم مدرسه نقش مهمی در زمینه ارتقا توانمندی و مراقبت از آنها در برابر آسیب‌های اجتماعی بر عهده دارد. وی خاطر نشان کرد: در سال تحصیلی جاری ۱۴۹۴ اثر شامل مقاله، عکس، نقاشی، روزنامه دیواری، عکس، فیلم کوتاه و انشا به جشنواره ارسال شد که نسبت به سال گذشته سه برابر رشد را نشان می‌دهد. ۵۲ برگزیده جشنواره نوجوان سالم تجلیل شدند رئیس اداره مراقبت در برابر آسیب‌های اجتماعی اداره کل آموزش و پرورش خراسان جنوبی نیز گفت: ۱۱۹۹۴ نفر به

امروز خراسان جنوبی - علیرضا پناهی اسدی
برترین‌های پنجمین جشنواره دانش‌آموزی نوجوان سالم در خراسان جنوبی روز گذشته با حضور مسئولان وزارت آموزش و پرورش، مدیران و معاونان اداره کل آموزش و پرورش استان و کارشناسان پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی در محل خانه معلم بیرجند تجلیل شدند. به گزارش خبرنگار امروز خراسان جنوبی، معاون تربیت بدنی و سلامت اداره کل آموزش و پرورش خراسان جنوبی در این مراسم گفت: مدرسه به دلیل کارکردهای مهم آموزشی و تربیتی در پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی و رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان به عنوان نسل آینده نقش بسیار موثری دارد. زهرا رادانیا با اشاره به اینکه، در بحث پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی، خانواده به عنوان نخستین نهاد موثر و مدرسه به عنوان نخستین نهاد آموزشی مطرح است، افزود: مدرسه با افزایش آگاهی دانش‌آموزان و اطلاع‌رسانی به آنها می‌تواند زمینه رشد و شکوفایی قابلیت‌ها و ظرفیت‌های وجودی دانش‌آموزان را فراهم کند. وی ادامه داد: پنجمین جشنواره نوجوان سالم و سسومین جشنواره ابتکارات مدرسه‌ای استان امسال با هدف ترویج شیوه‌های زندگی سالم و پیشگیری از گرایش به رفتارهای

به جای یادداشت

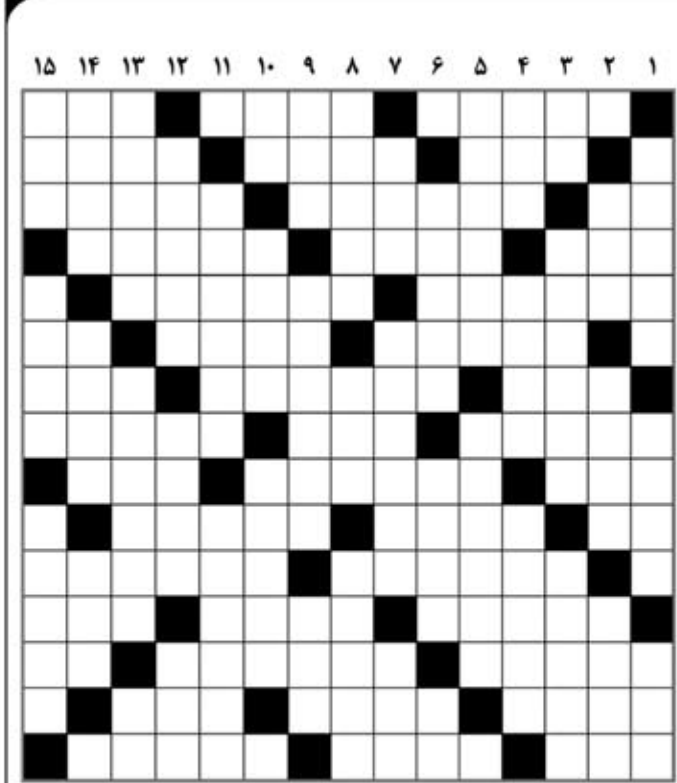
زبان چشم‌ها
ارتباط غیر کلامی از طریق نگاه
فاطمه ندیری
زبان بدن اصطلاحی است که در سال‌های اخیر باب شده و منظور از آن برقراری هر ارتباطی بدون دخالت دادن زبان است. یکی از قدرتمندترین ابزارهای بشری بعد از گفتار، چشم‌ها هستند چرا که می‌گویند چشم‌ها آینه روح بوده و منعکس‌کننده درون آدمی است. در تمامی دوران تاریخی، انسان‌ها بدنبال یافتن معانی و حرکات چشم‌ها بوده‌اند. زمانی که به صورت رو در رو با فردی صحبت می‌کنیم به چشمان یکدیگر می‌نگریم از همین رو باید بگوییم که علامت چشمی، بخش انکارناپذیر روابط انسان‌ها است که بین آن‌ها رد و بدل می‌شود.
در واقع چشم‌ها، نقش مهمی را در زبان بدن بر عهده دارند.
اهمیت ارتباط چشمی را می‌توان در اصطلاحاتی دریافت که با واژه چشم به کار می‌بریم: «چشمان او برق می‌زد»، «چشم‌انش خیره مانده بود»، «چشمان زیبا و جذابی داشت». در استعاره نیز نگاه و چشم به ابیسطا یا انقباض مردمک چشم منجر به می‌شود. همچنین تحقیقات نشان داده که ارتباط چشمی با کودکان می‌تواند در رشد و تکامل کودک بسیار مؤثر باشد، اثری مانند نوازش کردن کودک و یا اینکه وقتی با فردی در حال جر و بحث هستیم، وقتی در چشمان طرف مقابل خیره می‌شویم، احتمال عقب‌نشینی از خواسته‌های فرد کاهش می‌یابد و یا اینکه افراد دروغگو کمتر سعی در برقراری ارتباط چشمی مستقیم دارند و یا زمانی که فردی برای ما جذابیت بیشتری دارد مردمک چشم‌هایمان بزرگ‌تر می‌شود. در این نوشتار بر روی یکی از وجوه ارتباط غیر کلامی، یعنی نگاه متمرکز شده‌ایم.

جستی ارتباط غیر کلامی

ارتباط غیر کلامی، در واقع هر پیامی است که با وسیله‌ای غیر از زبان و شناسی، به مخاطب ارسال شود. مایکل آرژیل روانشناس غربی در کتابش با نام «روانشناسی ارتباطات و حرکات بدن» می‌نویسد: «ارتباطات غیر کلامی یا پیام‌های بدن رسانی هنگامی روی می‌دهد که یک فرد به وسیله حالات، چهره، لحن صدا یا هر مجرای ارتباطی دیگر، فرد دیگری را تحت تأثیر قرار دهد. این امر می‌تواند عمدی یا غیرعمدی باشد.» اغلب پژوهشگران معتقدند که ارتباط کلامی عمدتاً به منظور تبادل اطلاعات مورد استفاده قرار گرفته و ارتباط غیر کلامی جهت تبادل حالات میان-فردی و در برخی موارد به عنوان بدلی برای پیام‌های کلامی به کار گرفته می‌شود. برای مثال مردی می‌تواند نگاه محبت‌آمیزی به همسر خود کند و جمله دوست دارم را از طریق نگاه به او بچشاند.

نگاه و انواع آن

چند گونه نگاه وجود دارد که می‌توان از میان آن‌ها به سه نگاه معنی‌دار، چشمان حیرت زده، نیم نگاه، نگاه شقیقه، نگاه حسرت‌بار، نگاه گرم، نگاه عاشقانه، نگاه نازآلود، نظربازی، نگاه کنایه‌آلود، نگاه خشمناک و نگاه غضب‌آلود اشاره کرد. تساعوران در نوشته‌های خود نیز به نگاه تأکید دارند. به عنوان نمونه مولانا در دفتر دوم خود تأکید به این دارد که چشم نسبت به گوش، واسطه بهتری برای انتقال پیام است:
گوش‌داله است و چشم اهل وصال انچشم صاحب حال و گوش اصحاب قال
و یا در جای دیگر می‌گوید:
چشم حس هم چون کف دست است و بس / نیست کف را به همه او دست رس
مولانا چشم را وسیله‌ای پیش‌نمی‌داند و برای درک از طریق چشم، چشم را کافی ندانسته و عقیده مولانا توجه به بصیرت در نگاه و درک در دست از آن چیزهایی است که چشم می‌بیند.
اما به طور کلی می‌توان گفت ارتباط چشمی هنگامی برقرار می‌شود که:
«می‌خواهیم مخاطب را به سمت خود جذب کنیم.
«می‌خواهیم یک سخنرانی را آغاز کنیم.
«می‌خواهیم احساسات خود را به فرد مقابل نشان دهیم.
«می‌خواهیم توجه و علاقه خود را به فرد مقابل نشان دهیم.
«می‌خواهیم درباره موضوعی اطلاعات و آگاهی کسب کنیم.
«می‌خواهیم افراد را تحت تأثیر خود قرار دهیم.



حل جدول شماره قبل

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
پ	ل	م	ب	ب	ا	ل	س	ا	س	ک	ل	ت		
س	ی	ن	و	س	ی	ز	و	ی	ن	د	ر	ی		
ت	و	ک	ی	س	ا	و	خ	م	ا	ز				
ا	ن	س	و	ل	ب	ن	ا	ر	س	ف				
ن	ک	و	ل	ت	ل	و	ر	ا	ن	س	ب			
ش	ر	ر	ک	ر	ا	ر	ف	ج	ا	ر				
ک	ت	ه	ک	ر	ن	د	ا	ن	ا	م	ن	ی		
ا	ی	ک	پ	ل	ن	ک	ک	ا	ت	ب	ج	ک		
ک	ا	ر	و	ا	س	ج	و	ش	ی	ب	ر	س		
۱۰	ن	ا	ر	س	ی	ک	ا	ز	ر	م	ا			
۱۱	ک	ا	م	ی	و	ن	ت	ب	ا	ز	ه			
۱۲	ر	ی	ن	ا	ب	ا	ب	ک	ن	د	ل	و	س	
۱۳	ک	ا	م	ا	ر	ا	ر	د	ی	ز	ی	ر		
۱۴	ا	ر	د	ر	ب	گ	ر	د	ا	ن	ا	ک	ا	م
۱۵	ر	ی	ح	ا	ن	ه	و	ر	ا	ن	ا	س		

- افقی:
- ۱- ملک و پری- خانه کوچک و حقیرانه- تاب و توان ۲-
 - ۲- پرچم و رایت- کانالی که جمال عبدالناصر آن را ملی اعلام کرد- سبزی سالادی ۳- قورباغه درختی- در اثر خوردن شیر نجوشیده عارض می‌شود- آشکار شده ۴- نقره- شهر و اسمی- نام کوچک «همینگوی» نویسنده «جنگ و صلح» ۵- محدود کردن- نام قدیم این شهر خراسان رضوی «بیق» بوده ۶- املا- نرم افزاری قوی درسیتم عامل داس شب روستایی! ۷- دستگاهی در موسیقی سنتی- شغل داشتن- لوکس و مجلل ۸- پیشاپش- سبزی غده ای!- تکه‌های چقماق و نقره ای ۹- منظر سبکی!- ناخوشایند- آزاد ۱۰- القیای حیات!- از اعیاد بزرگ اسلامی- صندلی پارکی و مدرسه ای ۱۱- کاغذصافکاری- اتوبان ۱۲- جان فدای میهن- قسمت درونی لباس- پرشمردن عیوب کسی ۱۳- سالی که در آئیم- آذری را گویند که در استخرزیست می‌کند- صوت ندا ۱۴- درخت گرمسیری- سکون- خانه ترکمن ۱۵- خالص وناب- دندآساز- آب شیرین و گوارا

عمودی:

- ۱- دربچه هوای موتورخودرو- حبله گر- دیروزتا روزی ۲- نفرت و انزجار- ماسک- حیوانی با پوست مرغوب ۳- فرمان اتومبیل- منطقه دارای مرز و حد- از وسایل بازی کودکان در بوستان‌ها ۴- ضربه فوتبالی- روزه گرفتن- ورم دایمی شکم ۵- فروزنده- ورزش گروهی با توپ ۶- نوعی کالاس نامرغوب- غلام مخصوص سلطان محمود غزنوی- نپذیرفتن ۷- جد رستم- از توابع کرج- پایتخت کهن آسیایی ۸- وسیله ای برای اندازه گیری قطر اجسام کروی- مرکز بخش «ویگان» در ایالت «گارد» فرانسه- برادر حضرت موسی (ع) ۹- کاش- تکه‌های باغ- بهره و فایده ۱۰- از احشام- شهری از توابع لرستان- واحد سنجش امواج درونی زمین ۱۱- بازیگر معروف سینمای اکشن با هنرمندی در فیلم «رئیس بزرگ»- درجه ای در ارتشهای فرنگی ۱۲- سازی بادی- تقدش پیتراست از حلزوی نقد!- خشک مزاج ۱۳- شهری در استان باران- از سبزیهای خوراکی- علامت جمع ۱۴- مجال دادن- بلیغ- ارتش جمهوری اسلامی ۱۵- نیروها- وکیل شده- از وسایل مدرن جهت مطلوب کردن هوای محیط

ایزوگام سلطانی
۱۰ سال ضمانت ۷ سال بیمه ایران
بایش از ۱۵ سال سابقه کاری
سجادشهر - نیش امامت ۱
۰۹۱۵۵۱۴۴۲۱۳ - ۰۹۱۵۶۶۸۹۸۳۱
۳۲۴۲۵۲۰۹

ویتامین سرای یوسف
VITAMIN SARA YUSUF
اترغ پستی، قاپرده و آبیپره های فصل
آدرس: میدان ایودر - ابتدای مدرس Agha Mirza (دولتی)
۰۹۱۵۱۶۰۱۵۷۲ - همراه

رستوران مرغ بریان
همیشه بهار
و غذای آماده
پخت انواع غذاهای ایرانی با بهترین کیفیت
آماده قرارداد با ادارات و ارگان‌های دولتی
سفارشات مجالس
بلوار شهید آوینی - خیابان نارنج - بین نارنج ۷ و ۹ (برادران خرمیسه نژاد)
۰۹۱۵۹۶۳۹۴۷۵ - ۰۹۱۵۲۴۷۰۱۵۸ - ۳۲۳۴۹۳۱۱ - ۳۲۳۴۹۳۱۱

خشکشویی و آبشویی گلها
دیگر نگران به آبرفتگی لباس خود نباشید
خشکشویی و آبشویی گلها
شستشو با طرحی جدید با قاعده - پرگلر تاتیلین - با دستگاه خشکشویی
شستشوی پنبه - پرده - ملحفه - پیراهن عروس - پلیسه دامن
و رنگرزی لباس با رنگ آلفانی
آدرس: بیرجند - خیابان معلم - بین معلم ۷ و ۹
۰۹۱۵۱۶۳۸۰۱ - ۲۲۲۱۲۱۲۱ - پستی ۱۱

ایزوگام، قیرگونی و آسفالت محمدی
بیرجند - توحید ۳۳ - پلاک ۱۳
۰۹۱۵۱۳۶۳۳۹۹ - ۰۹۱۵۹۶۳۹۰۷۳ - منزل: ۰۹۱۵۳۲۴۳۰۱۰

مبل خوش نشین
تولید و تعمیر انواع مبلمان
تمام پارچه، استیل و چوب پارچه
آدرس: خیابان ۱۷ شهریور - ۱۷ شهریور ۱۰
روبه روی دبیرستان مدرس
تلفن: ۰۹۱۳۷۷۲۹۰۹

بیمه آسیا
نماینده‌گی سقانی کد ۴۱۱۵
میتگر بیمه جامع عمرو پس انداز (طرح جامع مهر آسیا)
صدور انواع بیمه در رشته‌های اتومبیل، مسئولیت عمر و پس انداز، حوادث و باربری
صدور بیمه نامه برای گروه‌های خاص (صنایع، پزشکان، کارمندان، اساتید، وکلا و مهندسين)
با تخفیفات ویژه
تلفن: ۰۹۱۵۱۶۰۱۵۷۲ - همراه
بیرجند: میدان ایودر - ابتدای خیابان شهدا - مقابل ساختمان راهنمایی و رانندگی - پاساژچی‌ام



سرتیپ شهید حسین میابادی



او در کنار تحصیل هواره یار و مددکار پدرش بود و از همان ابتدا با رنج و مشقت و تلاش خستگی ناپذیر مانوس بود. سرتیپ شهید "حسین میابادی" در سال ۱۳۲۷ در شهرستان "بیرجند" چشم به جهان گشود. او در کنار تحصیل هواره یار و مددکار پدرش بود و از همان ابتدا با رنج و مشقت و تلاش خستگی ناپذیر مانوس بود و از همان جوانی به همراه پدرش در جلسات مذهبی شرکت می کرد و از آنجا بود که در ردیف مخالفان با رژیم ستم شاهی قرار گرفت. وی پس از طی مراحل تحصیلات مقدماتی و اخذ مدرک دیپلم، در جهت خدمت به مردم و حمایت از مستضعفین وارد دانشکده افسری شد و این مسیر را برگزید. شهید "میابادی" در اولین نوبت که به مرخصی آمده بود، بلافاصله افشاشگری های امام رحمت... علیه در خصوص جنایت های رژیم شاه را به دست آورد و در بین دوستان و آشنایان منتشر می کرد که توسط ساواک دستگیر و زندانی شد. پس از پیروزی انقلاب اسلامی به عنوان دانشجوی انقلابی در دانشکده افسری با نشر و ارائه مقالات در کنفرانس های مختلف موجب نفوذ در قلب دوستان و انقلاب و فرماندهان انقلابی گردید. وی با اتمام دوره افسری وارد هنگ ویژه هواپیمارد شد و پس از طی یک دوره چهار ماهه به صف همزمان خود در زادگاهش به خاک سپرده شد.



شکست دیابت با ورزش

در نتیجه نوسانات قند خون تشدید می شود. به همین منظور توصیه می شود عمده حرکات ورزشی توسط اندام هایی که انسولین در آن ها تزریق نشده است، انجام شود.

ورزش و دیابت نوع ۲

ورزش در بیماران مبتلایه دیابت نوع ۲ (دیابت ناشی از عوامل محیطی مانند بی تحرکی و تغذیه بد)، یکی از عوامل اصلی کنترل قند خون است. نتایج تحقیقات نشان داده است که افزایش فعالیت بدنی نه تنها موجب پیشگیری از بروز دیابت می شود که یکی از ابزارهای درمانی کارآمد در افراد مبتلایه شمار می آید.

توصیه هایی برای بیماران دیابتی

در مورد بیماران مبتلایه دیابت نوع ۲ که انسولین تزریق نمی کنند، مصرف کربوهیدرات اضافی پیش از شروع حرکات ورزشی، معمولاً لازم نیست چراکه افت قند خون در طول ورزش کمتر رخ می دهد. متخصصان متابولیسم تأکید دارند که ورزش باید جزئی از زندگی روزمره بیماران مبتلایه دیابت به عنوان یکی از روش های اصلی درمان باشد.

لزم انتخاب فعالیت بدنی مناسب

بزرگان متخصص به مبتلایان دیابت توصیه می کنند نوعی از فعالیت بدنی را انتخاب کنند که به آنان شادابی بخشد، تنها در این صورت است که افراد انگیزه ادامه فعالیت را پیدا می کنند و به طور مرتب آن را ادامه می دهند.

انواع فعالیت های بدنی

انواع مختلف فعالیت های بدنی می تواند شامل حرکات معمول روزانه، حرکات هوازی (ایروبیک)، ورزش های قدرتی، حرکات کششی و حرکات

نقش ورزش در پیشگیری از ابتلا به دیابت چیست؟

نتایج مطالعات نشان داده است که افزایش فعالیت بدنی در پیشگیری از وقوع دیابت در افرادی که در معرض خطرند، بسیار مؤثر است. چاقی ها و افرادی که کم تحرکند یا بین بستگان آن ها افراد دیابتی دیده می شوند در معرض خطر ابتلا به دیابت هستند.

ورزش و دیابت نوع ۱

انجام ورزش های منظم و مداوم برای بیماران مبتلایه دیابت نوع ۱ (دیابت ارثی) بسیار مفید است؛ اما این بیماران باید با توجه به زمان مصرف وعده های غذایی

کاهش فعالیت جسمی طی ده های اخیر، موجب شده است تا شمار مبتلایان به دیابت نوع ۲ (دیابت ناشی از عوامل محیطی مانند بی تحرکی و تغذیه بد) افزایش یابد. بر اساس آمارهای وزارت بهداشت، هم اکنون پنج میلیون تن در کشور مبتلای به دیابت و پنج میلیون تن دیگر مستعد ابتلا به این بیماری هستند در حالی که تغییر سبک زندگی شامل رعایت برنامه غذایی و انجام فعالیت های بدنی منظم و مستمر از بروز دیابت در افراد جلوگیری می کند یا حداقل آن را به تاخیر می اندازد.

فواید فعالیت بدنی به طور منظم چیست؟

از جمله فواید فعالیت بدنی منظم می توان به مواردی اشاره کرد که کاهش وزن، حفظ وزن در حد طبیعی، کنترل بهتر قند خون، افزایش توانایی بدن در استفاده از انسولین، کاهش نیاز به مصرف دارو و تزریق انسولین، سلامت دستگاه قلب و عروق، کاهش فشارخون و چربی های خون از جمله آنهاست.

همچنین، کاهش تنش های عصبی، آلودگی بدنی، حفظ استحکام استخوان ها و ایجاد شادابی و نشاط از دیگر فواید فعالیت بدنی منظم به شمار می آید.

آیا ورزشی یک ضرورت است؟

در گذشته زندگی بشر چنان بود که چه در زمان کار و چه در منزل، انجام حرکات بدنی را در برداشت اما با پیشرفت علم و صنعتی شدن شهرها، تحرک افراد در همه گروه های سنی کاهش یافت؛ بنابراین برای جبران این کمبود، همه افراد جامعه اعم از زن و مرد، پیر و جوان، سالم و بیمار باید برنامه ورزشی منظم داشته باشند.

دیدار رئیس اداره ورزش و جوانان بیرجند

با پیشکوت ورزش شهرستان



رئیس اداره ورزش و جوانان شهرستان بیرجند با محمدعلی نژاد پیشکوت ورزش شهرستان دیدار و گفتگو داشت. اصغری طبق برنامه دیدار نوروزی از پیشکسوتان ورزش شهرستان، به همراه جمعی از پیشکوتان ورزش شهرستان به منزل پیشکوت استان، محمدعلی نژاد رفته و با او دیدار داشت. اصغری طی این دیدار ضمن تبریک سال جدید به این پیشکسوت استان و دیدن عکس ها و مرور خاطرات ورزشی گذشته، از زحمات بی دریغش در سال های متضادی که گذشت تقدیر و تشکر کرد.

در سه حوزه ورزش همگانی، قهرمانی و حرفه ای و میزبانی مسابقات کشوری و منطقه ای در سال جاری فعالیت چشمگیری داشته است. وی به حوزه فعالیت های ورزش همگانی اشاره کرد و افزود: در راستای ایجاد شور و نشاط اجتماعی شش همایش پیاده روی خانوادگی در شهرستان خوسف به مناسبت های مختلف مذهبی و انقلابی در روستاها و شهر خوسف برگزار شده است. سرپرست ورزش و جوانان شهرستان خوسف اذعان داشت: به منظور نهاده کردن فعالیت های ورزشی در میان بانوان در مناسبت های مختلف، جشنواره های فرهنگی - ورزشی ویژه بانوان در خوسف، خور، تقاب، معصوم آباد و معدن با برنامه های متنوع اجتماعی ورزشی برگزار شده است که صدها بانوی ورزشکار در آن مشارکت داشته اند. وی یادآور شد: یکی از راه های احیا، ترویج و سازماندهی فعالیت های ورزشی در مناطق روستایی و عشایری برگزاری جشنواره های ورزش های سنتی و بازی های بومی است که در همین راستا ۷ جشنواره بومی و محلی در مناطق روستایی و عشایری معدن قلعه زری، دهستان خور، روستای تقاب و شهر خوسف برگزار شده است. وی به ۳۳۵ ورزشکار سازمان یافته شهرستان خوسف در سال گذشته اشاره کرد. سرپرست ورزش و جوانان شهرستان خوسف خاطرنشان کرد: در این شهرستان ۲۷ مکان ورزشی فعال وجود دارد که از این تعداد پنج سالن ورزشی و سه گود زورخانه و دوازده خانه ورزش روستایی در اختیار ورزشکاران این شهرستان قرار دارد.

اخبار ورزشی

برگزاری اولین جلسه ورزش بانوان طیس

در سال جدید

اولین جلسه برنامه ریزی کلاس های آموزشی و بررسی مسائل و مشکلات حوزه ورزش بانوان شهرستان طیس در محل اداره ورزش و جوانان برگزار شد. در این جلسه که با حضور ایرج توتونچی رئیس اداره ورزش و جوانان، نقوی زاده مسئول ورزش بانوان شهرستان و جمعی از مربیان و دست اندرکاران ورزش بانوان برگزار شد، پیرامون عملکرد ورزش بانوان در سال ۱۳۹۴ و برنامه ریزی کلاسهای آموزشی بانوان در سال ۹۵ بحث و تبادل نظر شد.

بیش از ۶۳ فعالیت فرهنگی ورزشی در سال ۹۴

در خوسف انجام شده است

سرپرست ورزش و جوانان شهرستان خوسف از برگزاری ۶۳ فعالیت فرهنگی ورزشی این شهرستان در سال ۹۴ خبر داد و گفت: این فعالیت ها شامل برگزاری جشنواره های فرهنگی ورزشی، همایش پیاده روی خانوادگی و مسابقات قهرمانی ورزشی و کارگاه های فرهنگی بوده است. فاطمه چهکندی نژاد اظهار داشت: اداره ورزش و جوانان شهرستان خوسف

به یک بازاریاب خانم

با تجربه و با روابط عمومی بالا

جهت کار در دفتر روزنامه نیازمندیم

آدرس : سالیات اداری

۰۹۱۵۵۶۲۹۲۹۸

ایزوگام علی پور

نمایندگی رسمی عایق های ییتو پارس بیرجند

و دانا گام تهران با کیفیت عالی

ایزوگام و قیرگونی و آسفالت کف

باسداران - ۱۵ خرداد پلاک ۷۷

۰۳۴۴۳۳۰۵ - ۰۹۱۵۱۱۷۹۱۵۰ محمد علی علی پور

واگذاری پوشاک

با شرایط استثنایی

برابر با ارزش قیمت

خرید اجناس موجود

تمامی تجهیزات رایگان

(دکور، تابلو، دوربین

مدار بسته، مانکن و...)

قابل معاوضه با خودرو

۰۹۳۸۶۵۸۰۸۳۹

فروشگاه تیزرو (عباسی)



فروش موتور سیکلت در اقساط

روزی ۵ هزار تومان

فروش لوازم موتور بدون کلاچ پلاستیکی

و کلیه لوازم هند

فروش انواع دوچرخه

ارسال به کلیه نقاط استان

فروشی ویژه شوکا ۱۲۵

بیرجند، خیابان نواب صفوی، نواب ۸، پلاک ۸۸، جنب بانک ملی نواب

۰۹۱۵۱۶۰۴۰۳۳ ، ۰۹۱۵۱۶۱۴۳۷۴ ، ۳۲۴۴۷۳۸۶ ، ۳۲۴۴۸۸۳۱

آگهی حصر وراثت

خانم عصمت نوری پور به شماره شناسنامه ۱۱۹ حوزه دو طیس به استناد تصویر شناسنامه ورثه و گواهی فوت مرحوم به شماره ۲۷۴۸۵۰-۹۴ توضیح داده که متوفی ولی اله رضائی طیبی در تاریخ ۹۴/۱۲/۲۰ در اقامتگاه دائمی خود در قاتی را وداع نموده و ورثه حین الفوت وی: ۱- عصمت نوری پور به شناسنامه شماره ۱۱۹ حوزه دو طیس همسر دائمی متوفی ۲- علی رضارضائی به شناسنامه شماره ۱۰۹۷ تهران فرزند متوفی ۳- پیمان رضائی طیبی به شناسنامه شماره ۱۲۳۳ تهران فرزند متوفی ۴- فاطمه رضائی طیبی به شناسنامه شماره ۶۲۵ شمیران فرزند متوفی ۵- نرگس رضائی طیبی به شناسنامه شماره ۶۸۶۰ تهران شرق فرزند متوفی. غیر از اسامی بالا وارث دیگری ندارد. اینک با انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را در یک نوبت آگهی می نماید تا هر کس اعتراضی دارد و یا وصیتنامه ای از متوفی نزد او باشد از تاریخ نشر نخستین آگهی ظرف یک ماه به شورا تقدیم و الا گواهی صادر خواهد شد.

سعید فتحی - قاضی شورای حل اختلاف طیس

آگهی تحدید حدود ثبت املاک یک قسمت از بخش ۷ شهرستان بیرجند

پیرو آگهی شماره ۳۰۱/۹۵/۸۲۷ به موجب ماده ۱۴ قانون ثبت املاک تحدید حدود شماره های زیر: ششادنگ یک قطعه زمین مزروعی تحت پلاک ۱۹۴۷ فرعی از ۴۵۶ - اصلی مزرعه و قنات محمودآباد واقع در بخش ۷ بیرجند مورد تقاضای خاتم اقدس رخشانی مقدم در روز ۱۳/۱۸/۹۵ ساعت ۰۵صبح در محل شروع و بعمل خواهد آمد لذا به موجب ماده ۱۴ قانون ثبت املاک به صاحبان املاک و حقوق از تقاضای و مجاورین شماره های فوق الذکر به وسیله 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 از تقاضای و نیز صاحبان املاک و حقوق از تقاضای 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 اعتراضی به اداره ثبت ظرف یک ماه دادخواست اعتراض خود را به مرجع ذیصلاح قضایی تقدیم و گواهی لازم از مرجع مذکور اخذ و به این اداره تسلیم نمایند.

عباس عباسی - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان بیرجند

تاریخ انتشار: ۹۵/۱/۲۵

وقف میراث

ماندگار

وقف تعدیل ثروتی است با رضا و رغبت

آگهی استخداام

شرکت یکتا پخش شرق برای تکمیل کادر فروش خود در سال ۱۳۹۵ تعدادی

بازاریاب آقا و خانم دارای شرایط از طریق مصاحبه حضوری استخدام می نماید.

شرایط استخدام: داشتن فن بیان و روابط عمومی بالا - مدرک تحصیلی

دیپلم و بالاتر (مدارک بالا در اولویتند) - کارت پایان خدمت

متقاضیان با در دست داشتن یک قطعه عکس و کارت ملی به آدرس دفتر شرکت

واقع در سجادشهر - امامت ۷ - پلاک ۲ مراجعه نمایند

ساعت مراجعه ۴ الی ۱۲ تلفن: ۴۶-۳۲۳۲۷۱۴۴

www.yektapakhshco.com

نمایندگی علی پور

کد: ۲۹۳۰

صدور انواع بیمه نامه های ثالث- بدنه

زندگی و سرمایه گذاری (بیمه عمر) - مسئولیت و ...

تخفیف ۱۰ تا ۲۰٪ ثالث

تخفیف ۳۰ الی ۷۰٪ بدنه

ثالث و بدنه در اقساط ۳ الی ۸ ماهه برای تمام

بیمه گذاران گرامی(فرهنگی و غیر فرهنگی)

قرارداد با آموزش و پرورش جهت کسر حق بیمه

همشهریان عزیز: مشکلات جوانان را به آینده منتقل نکنیم

با خرید بیمه زندگی و سرمایه گذاری (زندگی شغلی، مسکن و...) آینده فرزندان را تأمین کنیم.

بیرجند - بلوار شعبانیه - بلوار بقیه ا... - نبش بقیه ا... ۳۲ - بیمه معلم

۰۹۱۵۴۹۴۳۳۰۳ - تلفن: ۳۲۳۱۸۹۵۰ - همراه: ۰۹۱۵۵۶۱۴۳۳۸

با تخفیف ویژه نمایندگی های مختلف برای کلیه بیمه گذاران معزوم

آدرس: سالیات اداری

اتلس



دنیایا

پارچه مبلی و پرده

نماد زیبایی و سلیقه

بورس جدیدترین:

پرده های ایرانی و ترک، پارچه مبلی ترک

❖ نماینده انحصاری میل میسافیر ترک (تخت خواب شو)

❖ کانپه تخت خواب شو راک سیستم (ایده آل برای بیمارستان ها، هتل ها و ادارات).

دیزاین داخلی ساختمان (طراحی، مشاوره و اجرا)

محوری، پارکت، فریزر PVC، کاشی، سنگ آنتیک، پتل، سقف گالپ، رنگ، کابینت، کافه دوازی، پوستری، استیلر، گچپوش، دیوار کوب، بلوک شیشه ای و چمن مصنوعی

آدرس: بیرجند، امتداد بلوار انقلاب، بلوار شهید فایده

تلفن: ۰۳۲۲۳۴۹۲۲ - ۰۵۶-۳۲۲۳۸۰۶۴

فکس: ۰۳۲۲۳۸۰۶۳

همراه: ۰۹۱۵۵۵۶۱۰۵۲۶-۰۹۱۵۹۶۳۳۳۷۳

آدرس سایت:

آدرس ایمیل:

Email: atlas.brand@gmail.com www.dpatlas.com

سامانه پیام کوتاه: ۰۳۰۰۰۷۳۳۶۰۰-۳۰۰۰۰۲۴۰۹۶۳۳۳۷۳



با خرید نقدی
از تخفیف ویژه برخوردار شوید