

دفتر فنی مهندسی

## سازه های هوشمند

ارائه کننده پیشرفته ترین و

- ✓ مراکز تلفن دیجیتال تحت شبکه
- ✓ تلفن گویا
- ✓ اپراتور اتوماتیک
- ✓ اطلاع رسانی گویا
- ✓ تجهیزات VOIP

آدرس: خیابان معلم، معلم ۵ پلاک ۴۷  
تلفن: ۳۲۲۲۲۴۶۱ - ۳۲۲۲۲۴۳۳

کانون آتشی و تبلیغات

## رویاپردازات

مجموعه انیمیشن تبلیغات فروشگاهی بین المللی بیرجند

مجموعه تبلیغات مجازی در سراسر کشور

تولید و پخش کلیه انواع محتوای تبلیغاتی

آدرس: بیرجند - بلوار مطهر - جنبه خیابان فرخوس - طبقه فوقانی کافی نت دانجو  
۰۹۱۵ ۱۶۱ ۳۶۸۰ - ۳۲۴ ۲۰ ۳۰۱

### رهبر معظم انقلاب از کاروان ورزشی المپیک تشکر کردند

رهبر معظم انقلاب اسلامی در پیاسی از قهرمانان مدال آور و همه ورزشکاران و مربیان پر تلاش کاروان ورزشی جمهوری اسلامی ایران در رقابتهای المپیک ۲۰۱۶ تشکر و قدردانی کردند. به گزارش پایگاه اطلاع رسانی دفتر مقام معظم رهبری، متن پیام رهبر انقلاب اسلامی به این شرح است: با همه تعالی به کاروان ورزشی بازگشته از المپیک: قهرمانانی که با مدال آوری دل ملت را شاد کردند؛ پسه پهلوانانی که حق خود بر اثر ناداوربها محروم شدند؛ به ورزشکارانی که عدم موفقیت آنان از ارزش تلاش و کوششی آنها نمی کاهد؛ پسه بانوان ورزشکاری که نشانه افتخار امیز پوششی زن ایرانی را به رخ همگان کشیدند؛ به بانوی شجاعی که با حجاب کامل در پیشانی کاروان درخشید و به مربیان و پیشکوتان ورزش کشور، خوشامد می گویم و از همه شما سپاسگزاری می کنم. قدر شما را می دانیم.

سید علی خامنه ای - ۲۰ شهریور ماه ۱۳۹۵

### مجلس کلیات لایحه اصلاحیه بودجه ۱۳۹۵ را تصویب کرد

نمایندگان مجلس شورای اسلامی کلیات لایحه اصلاحیه قانون بودجه ۱۳۹۵ کل کشور را تصویب کردند. به گزارش مهر، نمایندگان مجلس شورای اسلامی در جلسه علنی دیروز کلیات لایحه یک فوریتی اصلاح قانون بودجه ۱۳۹۵ کل کشور را تصویب کردند.

استاندار خراسان جنوبی در شورای اداری شهرستان بشرویه

دولت سه سال گذشته فضایی نوام با امید و آرامش ایجاد کرده است/ ۲/

## یک چهارم جمعیت بیرجند حاشیه نشین هستند

مدیر کل دبیر خانه ستاد ملی باز آفرینی شهری پایدار وزارت راه و شهر سازی:

یادداشت امروز  
دلبندتان را دریابید

عشو شورای شهر فردوس  
انتظار ۹ ساله برای افتتاح مجتمع فرهنگی هنری فردوس

فرماندار بیرجند اعلام کرد:  
۲۰ میلیارد تومان برای افتتاح و کلنگ زنی پروژه های هفته دولت در بیرجند

تبدیل پارک علم و فناوری خراسان جنوبی  
به درگاه صادرات کالاهای دانش بنیان

ساخت اولین نرم افزار کار آفرین  
u space توسط نخچه بیرجندی

افتتاح دهها طرح عمرانی در استان  
همزمان با اولین روز هفته دولت

### جمع آوری ۲۳۰ میلیارد تومان زکات در کشور

مدیر کل اجرایی زکات کشور با اشاره به جمع آوری ۲۳۰ میلیارد تومان زکات طی سال گذشته پیش بینی کرد: امسال این رقم به ۳۰۰ میلیارد تومان برسد. مدیر کل اجرایی زکات کشور در گفتگو با خبرگزاری صدا و سیما با بیان اینکه، ترویج زکات در کشور نیازمند تبلیغ بیشتر است، افزود: امسال ۵ هزار روحانی برای تبلیغ این امر به اقبال مختلف کشور اعزام شدند. انتظاری با بیان اینکه پرداخت زکات در استان های شمالی پس از برداشت گندم و پرنج رونق بیشتری می یابد، اظهار امیدواری کرد یا برداشت بیشتر محصول اقبال کشاورزان به این امر الهی افزایش یابد.

جلسه شورا برای هماهنگی بین دستگاه های خدمات رسان بدون نتیجه ماند ۳/

انتقاد عضو شورا از آسفالتهای شگافی  
چندین باره خیابان های شهر بیرجند

### اداری منطقه ویژه اقتصادی بیرجند

Office Complex Of Birjand S. E. Z

در بازدید سرآمدان و نخبگان ملی و غیر ملی استان از منطقه ویژه اقتصادی استان اعلام شد

مرز مایه رود بهترین نقطه برای مبادلات اقتصادی با افغانستان ۲/

### هفته دولت و روز کارمند را به تمامی کارکنان خدوم و متعهد ادارات و سازمان ها بویژه دانشگاه علوم پزشکی بیرجند تبریک عرض می نمایم.

روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی بیرجند

### با گرامیداشت یاد و خاطره شهیدان رجایی و باهنر

فرا رسیدن هفته دولت، هفته اقتدار و پیروزی دولتی که حمایت و پشتیبانی میلیون ها تن از ملت خود را همراه دارد، هفته سیاس و قدردانی از دولتی که هدفش اجرای حدود الهی و احکام آسمانی اسلام و ایجاد جامعه ای سرشار از عدالت، نظم و امنیت می باشد، بر همه دولتمردانی که وجود خویش را وقف خدمت به اسلام و جامعه کرده اند خجسته و فرخنده باد.

شورای اسلامی شهر بیرجند

### حاج آقایی محبی

مدیر کل محترم فرهنگ و ارشاد اسلامی خراسان جنوبی

بی هیچ تردیدی تلاش های بی دریغ و تفکر مدیریتی متمایز جنابعالی و همکاران محترمان در اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی بویژه معاون محترم فرهنگی و همکاران ایشان در برگزاری اولین اردوی زیارتی و اعلام خبرنگاران به مشهد مقدس که خاطره ای ماندگار را رقم زد موجب مباحات اصحاب مطبوعات گردید. بدین استمرازه اینگونه برنامه ها را با فکر نقش تحسین برانگیز در حوزه مطبوعات استان خواهیم برد.

جمعی از خبرنگاران

### تجدید فراخوان ارزیابی کیفی تأمین کنندگان شماره ۹۵-۹۷۷/۱

شرکت آب و فاضلاب روستایی خراسان جنوبی

۱۲ قانون برگزاری مناقصات به منظور خرید الکترو پمپ برای پروژه های آبرسانی سطح استان نسبت به تجدید ارزیابی کیفی با شرایط ذیل اقدام نماید.

(۱) مبلغ بر آورد حدودی: ۱۰۰۰۰ میلیون ریال

(۲) مهلت دریافت اسناد ارزیابی: از تاریخ ۱۳۹۵/۰۶/۰۳ تا پایان وقت اداری ۱۳۹۵/۰۶/۰۸

(۳) شرایط کلی ارزیابی: توان مالی، ارزیابی مشتریان قبلی و حسن شهرت، استانداردهای تولید، داشتن تجربه و دانش در زمینه مورد نظر، حسن سابقه و تضمین کیفیت خدمات و محصولات، نظام کیفیت و نحوه تضمین محصولات (گارانتی)، ظرفیت تولید

(۴) محل های دریافت اسناد ارزیابی:

متقاضیان جهت دریافت اسناد ارزیابی به اداره امور حقوقی و قراردادهای مراجعه نمایند. هزینه خرید اسناد به مبلغ ۳۰۰۰۰۰۰ ریال می باشد که متقاضیان باید به حساب سبیا شماره ۲۱۷۵۲۱۲۱۹۷۰۰۳ بانک ملی واریز نمایند.

ضمنا شرکت هایی که در فراخوان گذشته اسناد دریافت نموده اند ملزم به خرید مجدد اسناد نمی باشند. همچنین شرکتهایی که مدارک ارسالی آنها در فراخوان اول ناقص بوده می توانند با دریافت اسناد خود نسبت به تکمیل آن اقدام نمایند.

(۵) مهلت و محل تحویل اسناد ارزیابی: تا پایان وقت اداری مورخ ۱۳۹۵/۰۶/۲۵ دبیرخانه شرکت آب و فاضلاب روستایی خراسان جنوبی

(۶) تاریخ بازگشایی و اعلام نتایج اسناد ارزیابی: بازگشایی اسناد ارزیابی ساعت ۹ مورخ ۱۳۹۵/۰۶/۲۸ خواهد بود و تاریخ اعلام نتایج ارزیابی در همان جلسه اعلام خواهد گردید.

(۷) ارائه اسناد: اسناد فراخوان از جمله:

(۱-۱) این دعوتنامه (۱-۲) تصویر برابر اصل (اساسنامه، آگهی تغییرات و آخرین صورتحسبه مجمع عمومی و فهرست سهامداران، گواهینامه پروانه تولید، استانداردهای معتبر و گواهی بیمه نامه تولیدات، پروانه بهره برداری، پروانه کاربرد علامت استاندارد اجباری گواهینامه بهداشتی (استفاده مجاز از محصول در مصارف شرب) صادر شده توسط وزارت بهداشت، ۱-۳) گزارش مواد مصرفی در فرآیند تولید کالای مورد در خواست (۱-۴) فرم قانون منع مداخله در معاملات دولتی

تبصره ۱) ارسال تمامی مدارک خواسته شده با امضاء زنده و قید نام و نام خانوادگی الزامی است. ضمنا به مدارکی که مخدوش، ناخوانا، مشروط و یا کسر مدارک خواسته شده و مهر و موم نشده .... ترتیب اثر داده نخواهد شد.

تبصره ۲: اسناد ارسالی هیچ تعهدی در زمینه دعوت شرکت ها به مناقصه برای شرکت آب و فاضلاب روستایی خراسان جنوبی ایجاد نمی کند.

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۸-۳۲۲۱۴۷۵۲-۵۶۱۰۵۶ اداره امور حقوقی و قراردادهای تماس حاصل فرمائید.

روابط عمومی شرکت آب و فاضلاب روستایی خراسان جنوبی

### هفته دولت

بر د و ترمردان مبارک باد

کمیته تأیید

### تخفیف ۲۵ درصدی در پرداخت هزینه های ساختمانی و بدهی های معوقه شهروندان

ویژه ی اعیاد غدیر و قربان و هفته دولت از تاریخ ۹۵/۶/۱ لغایت ۹۵/۶/۳۱

اطلاعات تکمیلی در سایت شهرداری بیرجند به نشانی [www.birjand.ir](http://www.birjand.ir) موجود می باشد

روابط عمومی و امور فرهنگی اجتماعی شهرداری بیرجند







## پیام امروز



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

پیکلک : ۳۰۰۰۷۶۵۰۰۰۹۹۹۶

... ۹۱۵۰۰ سلام جناب استاندار خوب است که این نیروها در یکماه آخر دولت دهم تبدیل وضعیت شدند و همگی حداقل دوسال به مناطق محروم رفتند و با نامه آقای نوبخت و معاونین استانداری همین دولت برگشتند. حالا جنابعالی در استانه انتخابات آمیدی می فرمایید این دولت تخلف کرده پس مدیران این دولت هم متخلفند!!!!

... ۹۱۵۰۰ اگر دولت و وزارت نیرو می خواهد مردم در مصرف آب صرفه جویی کنند برای کسانی که در مصرف آب صرفه جویی می کنند عوارض، مالیات و ابولمان را حذف کند تا باعث تشویق دیگران شود.

... ۹۱۵۰۰ چند سال قبل در روزنامه ای خواندم که یک خاتم ایرانی ساکن یک کشور اروپایی که یک شغل اداری داشته برای اوقات بیکاری خود یک آرایشگاه زنانه راه اندازی نموده و کمتر از سه ماه بعد به اداره مالیات احضار می شود و با اینکه آرایشگاه در فضای مسکونی و بدون تابلو بوده از طریق اضافه درآمد ماهیانه و افزایش کارکرد حساب بانکی لوم می رود حال از نقطه نظر نظارت دولت مقایسه کنید با عدم توانایی دولت در حذف پارانهای بگیران تروتمند در جامعه عدالت محور ما انگاه حرف از داستان چراغ بیت المال و حضرت علی(ع)

... ۹۱۵۰۰ با سلام شرکت گاز از مصرف صفر مالیات ارزش افزوده اخذ می کند آیا مالیات پوارزش افزوده از کتور اخذ می گردد یا از مصرف؟

... ۹۱۵۰۰ کنسواروزی در ایران همواره جایگاه والایی داشته و ایرانیان از نخستین کسانی بودند که برای بهبود کنسواروزی جایزه می دادند. زمان هخامنشیان کسانی که با ایباری، زمینهای بابر را آباد می کردند تا ۵ نسل از مالیات معاف بودند و این یکی از اولین موارد تعریف مشوق دولتی بسرائی ترویج کنسواروزی در جهان است.

... ۹۱۵۰۰ سلام،لطفاً آقای شهردار دور میدانهای داخل مهر شهر را حداقل رنگ نمایند که هر روز بر خورد خودرو ها بامیدان و مصدوم شدن خیلی ها می شود. پس یاعلی همتی نمایید.

... ۹۱۵۰۰ سلام شهردار محترم کی قصد دارد دور میدان مهر مهرشهر را آسفالت کند. مگر هزینه آسفالت دور این میدان چقدر می شود.

... ۹۱۵۰۰ با سلام در سال آخر دولت دهم رییس ومعاون ..... هرچه فامیل بیکار داشتند استخدام کردند. منعکس فرمایید بلکه استاندار و نماینده ولی فقیه رسیدگی نمایند.

... ۹۱۵۰۰ باسلام برای تعاونی مسکن فرهنگیان اول خیابان تاریخ ۶ ماه است که میگویند کابل برق جهت وصل شدن به شبکه برق در کشور یافت نمی شود. پس چطور خیلی از مجتمع های دیگر در همین مدت به شبکه وصل شده اند؟

... ۹۱۵۰۰ آقای استاندار بهتر نیست کار توزیع نیروهای هر دستگاه را به مدیران دستگاه بسپارید تا مدیر بر اساس نیاز دستگاه و توانایی، کارکرد و تخصص برستل انها را ساماندهی کند وجنابعالی به مسائل کلان استان بپردازید؟

... ۹۱۵۰۰ باسلام شهردارمحترم منطقه ۲ لطفا دستور فرمایند پاسداران حداقل هفته ای یکبار جارو شود.

... ۹۱۵۰۰ باسلام آقای فرماندار گفته اندکه دولت هیچگاه نخواهد توانست انطور که باید به ورزشکاران برسد پس یعنی هرچی در آمد در کشور هست را به ورزشکاران بسدھیم لاپذار قرار دادهای نجومی فوتبالیستها اطلاعی ندارند.

... ۹۱۵۰۰ با سلام جای بسی تعجب است در محور بیرجند قاین، ورودی ارین شهر به طول ۵۰۰ متر ۱۳ سرعت گیر در جاده اصلی تعبیه شده است که باعث کندی پیش از حد وسایل نقلیه شده است!!!!

... ۹۱۵۰۰ الان نزدیک به یک ماه است که همه روزه در روزنامه های محلی بحث فرستادن و یا بر گرداندن کارمندان منتقل شده به شهرهای اطراف از مرکز استان است واقعا بنده به عنوان یک بازنشسته از کارکنان شاغل در دهه شصت از طرح این بحث های موافق و مخالف احساس بسیار بدی دارم آخر ما کمبودها و الزامات اول انقلاب و دفاع مقدس را از سر گذارنبده ایم و تا کنون احساسم این بوده که بسجه های بعد از انقلاب (کارمندان فعلی) مقام تر، اسبدیده تر و کاراتر از دوره جوانی ما شده اند!!!! اما ظاهراً این احساس خیالی بیش نیست. در حالیکه تمام جهان اسلام به تقلید از ایران کلبه بیداری اسلامی را زده اند متا سفاته جمعی با تفکرات لیبرالی سعی در تعطیلی انقلاب داشته و عوام ما نیز که با هر فلاکتی با سفارش و توصیه به حق یا ناحق میزی را اشغال نموده اند به شکلی خریصانه در تدارک وصل کردن خود به رفاهیات شهری مرکز استاندن. پر واضح است که با این دیدگاه ها خدمت به مردم و مناطق محروم کیلویی چند است؟

... ۹۱۵۰۰ فکر میکنم نیروی انتظامی دیگر قادر به برقراری آرامش شبانه مردم نیست. چون شب ها ساعت یک به بعد تازه عروسی ها انگار شروع می شود و متاسفانه یک عده آدم بی فرهنگ بدون توجه به ساعت شروع به رقص و آواز در کوچه خیابان میکنند حداقل تالار های عروسی را مکلف کنند ساعت ده شب درب تالار را ببندند تا مراسم غیر اسلامی عروس کشان زودتر تمام شود.

... ۹۱۵۰۰ با سلام از اداره برق واداره کل راه وشهرسازی خواهش می کنم فکری برای روشنایی بلوار الهیه چهکنند بردارند. باتشکر

... ۹۱۵۰۰ با سلام امروز با کنار گذاشتن جناب آقای اصغری رییس ورزش و جوانان شهرسان بیرجند که سوابق بسیار درخشانی در استان دارند به این نتیجه رسیدم هر شخصی که کار بیشتر کند بدخواه بیشتر دارد. جای بسی تاسف دارد.

... ۹۱۵۰۰ با سلام خدمت شهرداری محترم خواهشمند است با توجه به جمعیت بالا و نبود فضای سبز در قسمت خالی خیابان تاریخ ۸ فضای سبزه و فضای بازی بسرائی بسجه ها ایجاد کنید.تشکر

... ۹۱۵۰۰ هفته دولت را به دولتمردان انقلابی و متعهد بشرویه تبریک می گویم و برایشان آرزوی موفقیت و کامیابی داریم! مجمع فرهیختگان بشرویه ای مقیم تهران

انتقاد عضو شورا از آسفالت شکافی چندین باره خیابان های شهر بیرجند

## جلسه شورا برای هماهنگی بین دستگاه های خدمات رسان بدون نتیجه ماند



خیابان را چندین بار آسفالت شکافی می کنند و وقتی اعتراضی به آنها از سوی شورا صورت می گیرد عنوان می کنند که هزینه آسفالت شکافی را پرداخت می کنیم. وی ادامه داد: وقتی آسفالت یک خیابان شکافته می شود مثل این است که یک پیراهن و لباس پاره و بعد تعمیر و دوخته شود اما جای این سوال باقی است که آیا این آسفالت یا لباس به حالت اولیه خود بر می گردد یا اینکه فقط با ناهماهنگی های دستگاه های خدمات رسان خیابان های شهر را به پیراهن جاک جاک تبدیل کرده ایم. این عضو شورای شهر بیرجند اذعان داشت: برای رفع این مشکل و هماهنگی بیشتر شهرداری باید به دستگاه های خدمات رسان اعلام کند که بطور مثال در مدت ۶ ماه آینده فلان خیابان آسفالت خواهد شد و

امروز خراسان جنوبی – حمیدی  
کنده کاری خیابان های سطح شهر بیرجند توسط دستگاه های خدمات رسان مانند شرکت برق، آب، گاز، مخابرات و ... موضوعی بود که یکی از اعضای شورای شهر بیرجند در نطق پیش از دستور جلسه شورا در روز شنبه عنوان کرد. دکتر حسنی سفت در این جلسه با انتقاد از کنده کاری هایی که توسط دستگاه های خدمات رسان در سطح شهر انجام می شود و اینکه هماهنگی کاملی در این زمینه وجود ندارد خواستار شکافی موضوع در شورا با حضور دستگاه های متولی و شهرداری بیرجند شد.

در همین راستا دوشنبه شب گذشته جلسه شورا با حضور جمعی از مدیران و معاونان دستگاه های خدمات رسان و شهردار بیرجند برگزار شد جلسه ای که ساعت ۳۰:۳۰ برگزار و به مدت دو ساعت بطول انجامید. خبرنگار ما با توجه به عدم حضور در این جلسه در راستای کسب اطلاعات بیشتر با یکی از اعضای شورا گفت و گویی داشته تا با توجه به اهمیت موضوع برای شهر بیرجند نتیجه جلسه را جویا شود. دکتر حسنی سفت از اعضای شورای شهر بیرجند در این زمینه به خبرنگار ما گفت: متاسفانه در آسفالت شکافی خیابان های شهر بیرجند بین دستگاه های خدمات رسان هماهنگی وجود ندارد که این مساله باعث تحمیل هزینه هنگفتی بر مردم شهرمان شده چرا که شهرداری مجموعه ای است که با پول مردم اداره می شود.

وی افزود: اداراتی مانند آب، برق، گاز و مخابرات بدون هماهنگی یک

## افتتاح ده ها طرح عمرانی در استان همزمان با اولین روز هفته دولت

شامل مسکن مددجویان کمیته امداد امام خمینی (ره) و استخر ذخیره کشاورزی روستای گورید بالا است افتتاح شد. در قاین ۲ طرح ابرسانی، ۷ طرح شهرداری، ۹ طرح برق رسانی و ۱۳ طرح کشاورزی نیز به بهره برداری رسید و آرامستان سیرایان نیز به مساحت ۳ هزار و ۵۰۰ متر مربع و اعتبار ۲۵۰ میلیون تومان افتتاح شد.

بهره برداری رسید. در شهرستان فردوس نیز ۸ طرح با اعتبار ۳۵۴ میلیون تومان شامل استاندارد سازی تاسیسات گرمایشی ۵ مدرسه و منبع آب چاه از جمله طرح های عمرانی این شهرستان در اولین روز هفته دولت است.

همچنین در شهرستان سریشه ۴ طرح با اعتبار ۳۴۶ میلیون تومان که

مدیرکل دبیرخانه ستاد ملی بازآفرینی شهری پایدار وزارت راه و ترابری:

## یک چهارم جمعیت شهر بیرجند حاشیه نشین هستند



دانش افزایی را تکثیر و گسترش داد، افزود: استان خراسان جنوبی می تواند در این زمینه به عنوان پایلوت ملی انتخاب شود. وی با اشاره به اینکه نقش سمن ها در ترویج مطالبه گری اجتماعی می تواند بسیار تأثیر گذار واقع شود، گفت: وزارت راه و شهرسازی آماده هر گونه حمایت از سازمان های مردم نهاد جوانان برای همکاری در فرایند پیشگیری، توانمندسازی و درمان حاشیه نشینی را دارد.

در حاشیه شهرها فراهم شود. وی با اشاره به اینکه طی یک هفته آینده تفاهم نامه ای چند جانبه در زمینه سازمان های مردم نهاد حاشیه شهرها انعقاد خواهیم کرد، تصریح کرد: این تفاهم نامه بین وزارت راه و شهرسازی، استانداری، وزارت ورزش و جوانان و شهرداری های استان منعقد خواهد شد. مدیرکل دبیرخانه ستاد ملی بازآفرینی شهری پایدار وزارت راه و شهرسازی با بیان اینکه باید بتوانیم مشارکت های اجتماعی را به کار بگیریم، افزود: باید خانه هایی برای سازمان های مردم نهاد

مدیرکل دبیرخانه ستاد ملی بازآفرینی شهری پایدار وزارت راه و شهرسازی از اجرای ۳۰۰ پروژه در محلات حاشیه نشین کشور خبر داد و گفت: یک چهارم جمعیت شهر بیرجند حاشیه نشین هستند. نریمان مصطفایی در افتتاحیه همایش ملی توانمندسازی سازمان های مردم نهاد کشور اظهار کرد: در ۹۱ شهر کشور نشش میلیون نفر حاشیه نشین شناسایی شده است. وی با بیان اینکه یک چهارم جمعیت شهر بیرجند حاشیه نشین اند، گفت: اقدامات خوبی در این زمینه در محله های کارگران و موسی بن جعفر بیرجند انجام شده است. مدیرکل دبیرخانه ستاد ملی بازآفرینی شهری پایدار وزارت راه و شهرسازی با اشاره به اینکه در بیش از ۴۰ شهر از ۹۱ شهر مورد مطالعه اقدامات عملیاتی و اجرایی شروع شده است، بیان کرد: ۳۰۰ پروژه اجرایی در بخش های مختلف در این شهرها عملیاتی شده است.

هزینه کرد ۱۵۰ میلیارد تومان در ۶۰ محله حاشین نشین

وی ادامه داد: ۱۵۰ میلیارد تومان در ۶۰ محله از این شهرها هزینه شده است. مصطفایی با بیان اینکه باید بتوانیم مشارکت های اجتماعی را به کار بگیریم، افزود: باید خانه هایی برای سازمان های مردم نهاد

## پخش روغن

### به صورت کلی و جزئی

روغن ۵ کیلویی خالص	۲۱/۵۰۰ تومان
روغن ۴/۵ کیلویی خالص	۱۹/۵۰۰ تومان
روغن ۴ کیلویی خالص	۱۷/۵۰۰ تومان
روغن ۲/۷۰۰ گرمی جامد	۱۲/۵۰۰ تومان
روغن ۲/۷۰۰ گرمی سرخ کردنی	۱۱/۲۰۰ تومان
روغن ۶۷۵ گرمی سرخ کردنی	۲/۹۰۰ تومان
روغن ۸۱۰ گرمی سرخ کردنی	۳/۹۰۰ تومان
روغن ۱۶ کیلویی سرخ کردنی	۶۸/۰۰۰ تومان
روغن ۱۶ کیلویی جامد	۶۳/۰۰۰ تومان

خیار شور نول همدان هر دبه ۱۲/۰۰۰ تومان

خیار شور ساندویچی هر دبه ۱۰/۰۰۰ تومان

## فروش به صورت نقدی و اعتباری

دفتر فروش مرکزی سربیشه – بازار قدیم

تلفن: ۳۲۶۶۳۰۱۲

فروش بیرجند: ۳۲۴۴۴۴۹۱ – ۰۹۱۵۱۶۰۲۶۷۳

## تابلوساز و لیزر کوروش

مرکز تخصصی ساخت حروف برجسته ، چلنیوم، استیل ، پلاستیک و ...

نیش پاسداران ۳۴ ۰۹۱۲۴۲۲۵۲۳۵ – ۳۲۴۳۶۶۶۱

دسته گل عروس ، تزئین و گل آرایی ماشین عروس ، سبد گل طبیعی  
پایه گل ، سفره عقد ، تاج گل ، با جدیدترین مدل گل آرایی

**تزیینات خانه ها ، سازمان ها و ... پذیرفته می شود**

ارائه دهنده انواع گل های طبیعی و مصنوعی

۰۹۳۹۶۸۴۰۵۰۴ – ۳۲۴۴۲۱۸۱ (سالاری)

تقاطع خیابان معلم و محلاتی ، روبروی هایپرمارکت ستاره جنب بستی غدیر و قادر

## تانکرسازی نگین شرق

ساخت انواع تانکر های زمینی و هوایی – ماشینیی

تعمیر انواع دستگاه پرس چوب

انواع تانکرهای دست دوم خریداریم

بلوار خلیج فارس – نرسیده به پمپ بنزین شعله – جنب ادوات کشاورزی گلچین شرق  
۰۹۱۵۵۶۱۲۹۹۸ – ۰۹۱۵۸۶۳۸۸۷۹ (شهریاری)

ایزوگام ، آسفالت (محوه و پشت بام)

و قیرگونی شفیعی

بلوار صیاد شیرازی – مجتمع تجاری

میرداماد – واحد ۹۸

همراه : ۰۹۱۵ ۱۶۳۰۲۸۳

مشاور املاک پارسه

خرید ، فروش  
رهن ، اجاره  
کارشناسی

بلوار شهید آوینی ، خیابان صدف ، نیش صدف ۸  
۳۲۴۴۴۳۷ – ۰۹۱۵ ۱۶۰۴۹۸۶ (خامسی)

**دنیای بازی قاصدک**  
فضایی ایمن ، شاد و جذاب  
ویژه کودکان ۳ تا ۹ سال

به صورت ساعتی / هفتگی / ماهانه در دو شیفت صبح و عصر  
داخل طالقانی ۳ – پارکینگ روبه روی ساختمان کیمیا  
داخل طالقانی ۵ – روبه روی مطب دکتر شکیبی  
تلفن : ۰۹۰۳۰۱۶۳۹۸۶ – ۳۲۲۲۴۱۷۶ (رحیمی)

اقساط بلند مدت بدون کارمزد برای عموم همشهریان

**طراحان برتر**  
کاغذ دیواری – پارکت – کناف  
خانه خود را با ما مدرن کنید

خیابان مدرس – نبش مدرس ۵۷ ۰۹۱۲۸۶۶۴۵۹۹ (خرمشاهی)

طرف عقد قرارداد با  
ارگان ها و سازمان های دولتی  
مدارس و مهد کودک ها و ...  
ساعت کاری : همه روزه ۱۷ الی ۲۴  
جمعه و روز های تعطیل:  
۱۰ صبح الی ۲۴ بصورت یکسره

شماره رزرو:  
۰۹۳۶ ۲۴۲۰۸۳۸

**شهر بازی پارک تومید**

**کاری مبل زمستان**  
نمایندگی گالری مبل پارسا تهران  
برترین تولید کننده مبل ایران با استاندارد ایتالیا  
بین معلم ۷ و ۹ ۰۹۱۵۵۶۱۴۰۳۹ – ۳۲۲۱۲۳۵۰ (علی آبادی)



## خواندنی های امروز

نکات خواندنی از المپیک ریو!

### سقوط چین و نقش زنان

سی و یکمین دوره بازی های المپیک در شرایطی به پایان رسید که برخی زنان ورزشکار برای کشورشان تأثیرگذار ظاهر شدند. چین روند نزولی اش را ادامه داد و ۱۳۰ کشور هم بدون مدال ماندند. به گزارش مهر، سی و یکمین دوره بازی های المپیک در ریو و ژائیرو برزیل با حضور بیش از ۱۰ هزار ورزشکار از ۲۰۹ کشور ۳۱ تا ۱۵ مردادماه و در رشته های مختلف زنان و مردان تیمی انفرادی برگزار شد. در این دوره از بازی ها در مجموع ۹۷۵ مدال برای ۴۳ رشته ورزشی توزیع شد که در برخی از رشته ها چون تکواندو شاهد توزیع مدال برنز مشترک بودیم و در برخی رشته ها مانند شنا در یک ماده دو نفر با رکورد مشابه مدال طلا و در ماده دیگری سه نفر مدال نقره گرفتند. در این بین سهم مدال طلا ۳۰۷، سهم نقره ۳۰۷ و سهم نشان برنز ۳۶۱ نشان توزیع شده بود.

#### برزیل با تیمار مدال طلای بارزش فوئبال را از خود کرد

آمریکا برای دومین دوره پیاپی در بازی های المپیک تابستانی در صدر جدول رده بندی قرار گرفت. این کشور با ۱۲۱ مدال شامل ۴۶ طلا، ۳۷ نقره و ۳۸ برنز اول شد. بریتانیا از رتبه سوم دوره قبیل خود که میزبان بازی های المپیک ۲۰۱۲ لندن بود با یک پله صعود به رده دوم به کار خود در المپیک ۲۰۱۶ پایان داد. این کشور با ۶۷ مدال شامل ۲۷ طلا، ۲۴ نقره و ۱۷ برنز در رده دوم قرار گرفت. نکته جالب در کسب رده دوم توسط کشور بریتانیا کسب تنها یک نشان تیمی در رده ساز اسپ سواری برای این کشور بود و ۶۶ مدال ورزشکاران این کشور در بخش انفرادی بدست آمد. چینی ها در روزهای اول المپیک مرتباً با آمریکا در رده اول و دوم قرار داشتند در نیمه دره المپیک با کشور بریتانیا برای کسب مقام دوم در جدال بودند اما در نهایت موفق به این هدف نشدند. چین در سال ۲۰۰۸ در رده بندی مدالی المپیک اول شد. در سال ۲۰۱۲ دوم و در سال ۲۰۱۶ سوم شد. این کشور با ۷۰ مدال شامل ۲۶ طلا، ۱۸ نقره و ۲۶ برنز با یک پله سقوط نسبت به دوره قبیل در رده سوم جدول توزیع مدالها قرار گرفت. کشورهای روسیه، آلمان، ژاپن، فرانسه، کره جنوبی، ایتالیا و استرالیا به ترتیب چهارم تا دهم شدند. ایران با ۸ مدال خود شامل سه طلا، یک نقره و ۴ برنز در رده بیست و پنجم قرار گرفت. ایران در دوره قبل بازی ها با ۴ طلا، ۵ نقره و ۳ برنز در رده هفدهم قرار گرفته بود.

#### یوسین بولت دهنده جامانیکایی باز هم طلا درو کرد

یوسین بولت دهنده جامانیکایی باز هم طلا درو کرد. از نکات جالب در این مسابقات می توان به کسب هر سه مدال طلا، نقره و برنز دوی ۱۰۰ متر مانع زنان توسط کشور آمریکا اشاره کرد. در رشته شنا هم در یکی از مواد مسابقات دو مدال نقره و در دیگری سه نقره به دلیل مشابهت رکورد ها توزیع شد. در مجموع ۸۷ کشور صاحب مدال در این بازی ها شدند و با احتساب تعداد کشورها نزدیک به ۱۲۰ کشور بدون کسب مدال به کشورهای خود باز گشتند. از جمله این کشورها می توان به اتریش اشاره کرد. اتریش در رقابتهای المپیک زمستانی یکی از نامداران است اما در دو دوره اخیر المپیک تابستانی با وجود سرمایه گذاری میلیاردی باز هم موفق به کسب مدال نشده است. همین طور کشوری چون کامرون با ۲۰ میلیون نفر جمعیت نتوانست مدالی از ريو شکار کند. با مقایسه تعداد مدالها کشور ۱۶۰ کشور اول جمع بیشتر از ۵۰ درصد مدالهای کل مسابقات است و ۵۰ درصد دیگر از آن ۷۷ کشور دیگر شده است. از نظر سهم ورزشکار، آمریکا با ۵۵۵ ورزشکار بیشترین شرکت کنند در این رقابتها داشت. بعد این کشور آلمان ۴۲۵، چین ۴۱۳، استرالیا ۴۱۰، بریتانیا ۳۶۶ قرار دارند. کشوری چون Tuvalu تنها یک ورزشکار در دوومیدانی داشت.

## حوادث

### انهدام باند بزرگ مواد مخدر در عملیات شبانه

#### پلیس سیستان و بلوچستان



فرمانده انتظامی سیستان و بلوچستان از انهدام باند بزرگ مواد مخدر در عملیات شبانه نیروهای پلیس این استان خبر داد. سردار حسین رحیمی در گفتگو با باشگاه خبرنگاران جوان، در تشریح خیر انهدام باند مواد مخدر، گفت: ماموران پلیس مبارزه با مواد مخدر ستاد فرماندهی این استان متوجه تردد یک باند قاچاق مواد مخدر شدند که اعضای این باند با وارد کردن مقادیر زیادی مواد مخدر، اقدام به دپو کردن این مواد در ارتفاعات «گشت سسراوان» کرده بودند. وی افزود: پس از جمع آوری اطلاعات و کیمین بر سر راه این اشراار مسلح، ماموران انتظامی سیستان و بلوچستان طی درگیری مسلحانه موفق به انهدام این باند بزرگ شدند. به گفته سردار رحیمی از این باند حرفه ای قریب به ۸۷۵ کیلوگرم مواد افیونی از نوع تریاک و ۲۷ کیلوگرم مرفین کشف و ضبط شد.

## پاتک شبانه پلیس پایتخت

### به خانه سارق حرفه ای جنوب پایتخت



رییس کلانتری ۱۰۴ عباس آباد با اشاره به دستگیری یک سارق حرفه ای منزل در محدوده عباس آباد، تهران گفت: این سارق پس از دستگیری به هشت فقره سرقت اعتراف کرد. سرهنگ قاسم پور، در گفتگو با باشگاه خبرنگاران جوان، در تشریح دستگیری سارق خانه های جنوب تهران گفت: با شکایت های آرایه شده از سوی شهروندان ساکن محدوده پهنش، در خصوص وقوع سرقت های انجام شده از سوی سارق یا سارقان، تیمی از ماموران این کلانتری پس از هماهنگی های انجام شده برای شناسایی و دستگیری متهمان وارد عمل شدند. وی افزود: پس از تحقیقات شبانه روزی و رصد دوربین های مدار بسته مشخص شد که در تمامی سرقت های صورت گرفته رد پای یک سارق حرفه ای و سابقه دار که پیش از این چند فقره سرقت در پرونده دارد، دیده می شود. کلانتر عباس آباد

ادامه داد: با مراجعه به پروفایل چهره نگاری متهمان، چهره این متهم شناسایی و پس از چند شبانه روز تحقیقات پیرامون وی مخفیگاه این متهم شناسایی شد و هماهنگی برای ورود به منزل وی از سوی مقام انتظامی انجام شد. سرهنگ قاسم پور اظهار داشت: طی یک عملیات خیرستی از سوی ماموران مخفیگاه این متهم مورد بازرسی قرار گرفت

که طی آن سارق مذکور دستگیر و در بازرسی از منزل وی نیز تعدادی تجهیزات و لوازم مسروبه منزل کشف و ضبط شد. وی خاطر نشان کرد: متهم نیز در بازجویی های انجام شده به جرایم خود مبنی بر هشت فقره سرقت در محدوده های پهنش و مظهری اعتراف کرد و پس از تکمیل پرونده به پلیس آگاهی تهران بزرگ معرفی شد.

## شب فروغ

عرضه کننده انواع لوستر ایرانی و خارجی

کلیه لوازم برق ساختمان  
کلید و پریز ایران الکتریک  
لامپ کم مصرف

و فوق کم مصرف کپهان و سیم و کابل

خیابان توحید - نبش توحید ۲۲

تلفکس: ۳۲۴۳۸۹۵۳ ۳۲۴۵۰۶۰۴

## دانش و اندیشه

برگزار می کند:

کارگاه یکروزه:

راهکارهای موفقیت

برگزاری در روزهای: ۱ و ۲ شهریور ماه

با توجه به ظرفیت محدود

لطفا جهت رزرو با

شماره های زیر تماس حاصل فرمایید.

۳۲۴۴۷۱۳۴ - ۰۹۱۵۲۶۷۲۲۳۷

## پروتئین کلنگی خواه

## توزیع مرغ منجمد کیلویی ۵/۳۰۰ تومان

گوشت منجمد برزیلی (سردست) کیلویی ۲۱/۰۰۰ تومان

## پخش انواع پنیر پیتزا به صورت کلی و جزئی

کیلویی ۱۲/۰۰۰ تومان

پنیر دو گل (دورنگ)

کیلویی ۱۳/۰۰۰ تومان

پنیر قرمز (تک رنگ)

کیلویی ۱۲/۵۰۰ تومان

پنیر آنسه (دورنگ)

کیلویی ۱۱/۰۰۰ تومان

پنیر ساریکا (تک رنگ)

کیلویی از ۱۱/۰۰۰ تا ۱۴/۰۰۰ تومان

پنیر درنا (دورنگ)

کیلویی ۱۳/۵۰۰ تومان

پنیر مزین قرمز (تک رنگ)

## فروش به صورت نقدی و اعتباری

بیرجند - بازار روز پاسداران - غرفه ۲۱

فکس: ۳۲۴۴۴۴۹۱ - ۳۲۴۳۱۱۶۹ - ۰۹۱۵ ۵۶۱ ۲۳۸۹

## اختلافات خانوادگی منجر به قتل داماد خانواده شد

موتورسوار دیگر از آن سوی خودرو اقدام به سرقت گوشی تلفن همراه، تبلت و کیف مالک خودرو کرده است.

رییس کلانتری ۱۰۱ تجریش با بیان اینکه با هوشیاری راننده و شهروندان هر دو سارق محاصره و گرفتار شدند، گفت: ماموران هر دو متهم را به همراه راننده به مقر انتظامی منتقل کردند. ناسری نژاد، ادامه داد: دو متهم در کلانتری تحت بازجویی قرار گرفته اما ابتدا اصرار داشتند که بی گناه هستند اما در نهایت به جرم خود مبنی بر سرقت از داخل خودروها تحت پوشش تصادف ساختگی اعتراف کرده و گفتند که با همدستی یکدیگر برای خودروهای مدل بسلا تصادف ساختگی ایجاد کرده و در فرستی مناسب با سوء استفاده از غفلت راننده اقدام به سرقت لوازم شخصی راننده از داخل خودرو کرده اند. وی با بیان اینکه متهمان به بیش از هشت فقره سرقت به این شیوه اعتراف کردند، گفت: هر دو متهم پس از تکمیل پرونده و با شکایت مالباخته در اختیار دادسرا قرار گرفتند تا در این خصوص اقدامات قضایی لازم انجام شود.

#### اختلافات خانوادگی منجر به قتل داماد خانواده شد

معاون اجتماعی انتظامی استان کرمانشاه گفت: اختلافات خانوادگی منجر به وقوع حادثه تیراندازی و کشته شدن یک نفر در شهرستان کرمانشاه شده. گزارش ایسنا، سرهنگ محمدرضا امویی در تشریح این خبر افزود: عصر اول شهریور در پی اعلام مرکز فوریت های پلیس ۱۱۰ ماموران انتظامی شهرستان به محل حادثه اعزام و با جسد فردی حدوداً ۳۰ ساله مواجه شدند. وی در خصوص هویت شاربایان اظهار داشت: پدر زن و برادر زن مقتول عاملان این حادثه هستند که پس از به قتل رساندن داماد خود از محل متواری شدند. این مقام انتظامی اختلافات خانوادگی را علت این حادثه عنوان و تصریح کرد: دستگیری شاربایان در دستور کار انتظامی شهرستان کرمانشاه قرار گرفته است.

## وکیل قلبی دستگیر شد

کردند، اظهار کرد: ماموران پس از اخذ دستورات لازم قضائی متهم را دستگیر کرده و به مقر انتظامی منتقل کردند. خدادادی با اشاره به انجام بازجویی از متهم افزود: متهم در بازجویی های اولیه ابتدا منکر بزه انتسابی بود اما پس از مواجه شدن با دلایل و مدارک جمع آوری شده و شواهد جاره ای جز بیان حقیقت نديد و به کلاهبرداری از شهروندان با هدف کسب منفعت اعتراف کرد.

رییس پلیس آگاهی غرب استان تهران با بیان اینکه متهم دستگیر شده مبلغ یک میلیارد و ۳۰۰ میلیون ریال از شهروندان کلاهبرداری کرده بود، خاطر نشان کرد: متهم پس از تشکیل پرونده برای سیر مراحل قانونی تحویل مراجع قضائی شد.

رییس پلیس آگاهی فرماندهی انتظامی غرب استان تهران از دستگیری یک وکیل قلبی خبر داد. سرهنگ منصور خدادادی در گفتگو با ایسنا، در این باره گفت: مدتی قبل به دنبال ارجاع چند فقره گزارش و شکایات مردمی به پلیس آگاهی مبنی کلاهبرداری یک نفر از شهروندان تحت عنوان وکیل، بررسی موضوع در دستور کار ماموران پلیس آگاهی قرار گرفت. وی با اشاره به اخذ مجوزهای لازم برای رسیدگی به این موضوع از سوی مقام قضائی، ادامه داد: در تحقیقات ماموران مشخص شد که متهم خود را یکی از وکلای حرفه ای و دارای نفوذ در سیستم قضائی کشور معرفی کرده اما پس از دریافت میثاقی از شهروندان

ارتباط خود را با آنان قطع کرده است. رییس پلیس آگاهی فرماندهی انتظامی غرب استان تهران با بیان اینکه متهم دستگیر شده مبلغ یک میلیارد و ۳۰۰ میلیون ریال از شهروندان کلاهبرداری کرده بود، خاطر نشان کرد: متهم پس از تشکیل پرونده برای سیر مراحل قانونی تحویل مراجع قضائی شد.

## میوه و تره بار ویتامین C

درخواست ما از شما مقایسه کیفیت و قیمت محصولات می باشد

سفارشات جهت مجالس پذیرفته می شود

سبزی تازه همه روزه عرضه می گردد

عرضه مستقیم بار از شیراز

بیرجند ، خیابان ۱۵ خرداد ، بین توحید و مدرس ، جنب بانک صادرات ۰۹۳۵۴۱۴۹۸۸۸ - ۳۲۴۵۰۹۹۷ (براتی)

## حمل بار و اثاثیه منزل

با ايسوزو چادر دار و کارگر ماهر

کاهش سرویس های بار با یک سرویس ايسوزو

همراه: ۰۹۱۵ ۵۶۱ ۱۱۲۰ - خراشادی

### غذای آماده

## انتزاف

نیش محرس ۳۴  
روبروی پارک توحید

۰۹۳۰۵۶۱۶۸۸۶ - ۳۲۴۴۲۳۵۲

## فروشگاه تاسیساتی سنایی

فروش دستگاه تصفیه آب خانگی آکواجوی

فروش انواع شیر آلات ، هود

سینک ، کان ، پکیج

و رادیاتور بوتان

ابتدای بیست متری دوم غربی ۰۹۱۵ ۳۶۳ ۶۸۰۹



مشاوره امروز

چگونگی رفتار با شوهر قدرت طلب

شوهر من خیلی قدرت طلبه و حتی اگر حق با من باشه باز هم او حرف خودش را می زند و کاری که خودش دوست دارد را انجام می دهد بعنوان مثال در مهمانی رفتن فقط جاهایی می رود که خودش دوست دارد و من هر چه سعی می کنم منطقی او را متقاعد کنم، نمی توانم و در کل انتقاد پذیر نیست و حرف حرف خودش است و با کمک کاری من را به انجام کارهایی که دوست دارد متقاعد می کند لافا من را راهنمایی کنید که چگونه با او رفتار کنم؟

مشاور:

رفتارهای همسر تان بسیار غلط است اما به هر حال زندگی مشترک، یک ارتباط دو سویه است. یعنی اشتباهات هر دو طرف باعث بروز مشکلات جدی می شود. من احتمال می دهم روش انتقاد شما هر قدر هم آرام باشد، اما کوبنده است و در مقابل همسر تان هم سعی می کند به نوعی پاسخ تلافی جوینانه دهد.

وقتی ما با خشم و عصبانیت همسرمان را به باد انتقاد می گیریم یا به او حمله ور می شویم، وقتی آماده سرزنش و انتقاد هستیم، نباید از اینکه دربرایم رابطه مان در میان شعله هاست، متعجب شویم. روابط نزدیک و صمیمی خواه ناخواه متحمل صدمات شدید و طاقف فرسای می شود. در واقع با آتش به مقابله و جنگ آتش رفتن، یک روش ابتدایی به عنوان آخرین راه چاره است که در آن مصالحه و استی وجود ندارد و به آنها نیز ختم نمی شود.

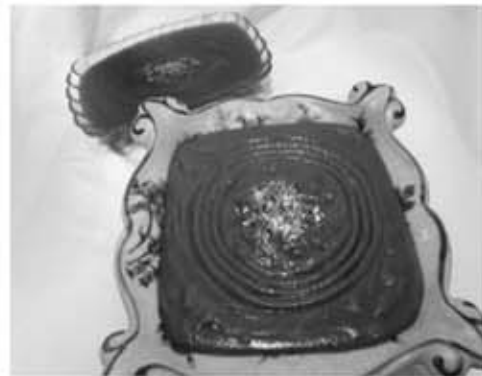
وقتی شما با آتش به جنگ آتش می روید، زمین هر دو طرف درگیر می سوزد. در حالی که شما می توانید با استفاده از فرایند خویشتن داری و عمل اصلاحی، برای آرام کردن دو طرف استفاده کنید، بهطوری که ایمنی و پیروزی هر دو تان تضمین شود. وقتی همسر تان می خواهد انتقام بگیرد و تلافی یکی از کارهای شما را بکشد؛ شما باید؛ انگیزه همسر تان را بسفیهید. آرامش خود را حفظ کنید. از تلافی کردن و رنجاندن حذر کنید. عشق و احترام خود را نشان دهید. با همسر تان مهربان باشید. با او صادقانه ارتباط برقرار کنید.

وقتی همسر تان سرزنش می کند؛ شما باید؛ از همسر تان انتقاد نکنید. او را تسکین کنید رفتارهای دیگری را انجام بدهد، پس در آغوش کشیدن، نوازش و تحسین همسر تان بر اعمال مثبت او صحه بگذارید.

وقتی همسر تان با گفتار یا رفتارش در صدد توجه طلبی است؛ شما باید؛ تا حد امکان اغماض کنید. دلسوزی ها و رفتارهای سازنده همر خود را تصدیق کنید. وقتی همسر تان رفتار مخربی انجام می دهد، به جای فشار آوردن به او، دنبال راه ها و گزینه ها بگردید. وقتی همسر تان می خواهد قدرت طلبی کند یعنی توانایی و قدرتش را به شما نشان دهد و به رخ بکشد؛ شما باید؛ برای آنکه از جنگ قدرت جلوگیری کنید، در مشاجرات دنبال برد نباشید. وقتی عصبانی هستید با همسر تان وارد بحث نشوید.

وقتی همسر تان می خواهد انتقام بگیرد و تلافی یکی از کارهای شما را بکشد؛ شما باید؛ انگیزه همسر تان را بفیهید. آرامش خود را حفظ کنید. از تلافی کردن و رنجاندن حذر کنید. عشق و احترام خود را نشان دهید. با همسر تان مهربان باشید. با او صادقانه ارتباط برقرار کنید. شما و همسر تان می توانید با پی بردن به هدف رفتار یکدیگر و درک احساسات و باورهای یکدیگر به جای پاسخ مخرب پاسخ مفید داده و عمل اصلاحی انجام دهید.

می پرسید چطور می توانم به هدف همسر من پیروم؟ جوابش این است که؛ با توجه کردن به اعمال همسر تان، با توجه کردن به احساس خودتان و با توجه کردن به عمل همسر تان بعد از پاسخی که می دهید. بعد از شناسایی اهداف رابطه خراب کن می توانید با یک رشته اعمال اصلاحی، اهداف مثبت را جایگزین کنید.



تذکر : اگر شما مایل بودید از جوانه گندم خشک استفاده کنید باید از ۳ پیمانه آب استفاده کنید.

تذکر : اگر شما از شیرخه خرما استفاده کردید یک پیمانه شیرخه و ۲ پیمانه آب استفاده شود.



و غیر مقیم استان خواست تا از هر گونه کمک و پیشنهادی در جهت توسعه و پیشرفت استان دریغ نکند.

در ادامه این دیدار تعدادی از نخبگان به بیان دیدگاه های خود پرداختند و پس آمادگی همه جانبه در جهت تقویت و پیشرفت شرکت های دانش بنیان و نوآور استان تأکید کردند.گفتنی است حاضران از شرکت های دانش بنیان حاضر در پارک علم و فناوری استان بازدید کرده و با محصولات شرکت ها آشنا شدند.

کالاهای دانش بنیان به کشورهای پاکستان، افغانستان و عراق خواهیم بود و پارک علم و فناوری خراسان جنوبی در گاه صادرات به کشورهای همسایه خواهد بود که در این راستا دو کشور افغانستان و پاکستان را هدف گذاری کردیم.وی در ادامه به میزان اشتغال در شرکت های دانش بنیان اشاره کرد و افزود: در حال حاضر ۴۸۹ نفر اشتغال مستقیم و حدود ۲ هزار نفر اشتغال غیر مستقیم ایجاد شده است.

دوستی در پایان از همه نخبگان و سرآمدان استان مقیم

پرسه‌های بی‌هدف در فضای مجازی چه بر سر جوانان آورده است؟

## از احساس حقارت تا روابط خارج از عرف



افرادی که از فضاهای مجازی استفاده می کنند از رشد اجتماعی دور شده و مردم گریز و تنهایی را بیشتر دوست دارند. جوانان ایرانی مهر طلب و عاطفی هستند بنابراین دشمنان می خواهند از این طریق بر ملت‌ها نفوذ کرده و اهداف خود را پیاده کنند که خانواده ها باید جوانان را بیشتر تشویق به تفکر

کنند.

«گشتن بی هدف در این فضا چه برسر جوانان آورده است؟

خوب یکی از مشکلاتش اعتیاد است که اعتیاد به اینترنت پیدا می کنند، الان کتاب ها و مقساله های زیادی در این رابطه نوشته شده است. الان بیشتر بحث اعتیاد را مطرح می کنند و می گویند که خیلی از آدم ها خیلی از جوان ها در واقع به این مسئله اعتیاد پیدا کردند که نمی توانند حتی یک لحظه این موبایل را از خودشان جدا کنند.در واقع یکسری اختلالات در مغز این افراد صورت می

گیرد؛ مواد بیوشیمیایی مغز این افراد ان تعادلی که باید داشته باشند، دیگر ندارد. ماده دوپامین، که بر اثر استفاده از این ابزار که خوب ایجاد لذت برایشان می کند میزان دوپامین افزایش پیدا می کند.افزایش سطح دوپامین در مغز باعث می شود که تمایلشان به استفاده از این وسایل بیشتر شود، چون لذتی به همراه دارد برای این افراد و این سیکل معیوب ادامه پیدا می کند ودقیقا همان کلمه اعتیاد را که برای این به کار بردند همان گویای این حالتشان است. ما می شود احساس حقارت ها و ریختن قبح خیلی از گناهان و ارتباطات خارج از عرف را به این گشتن های بی حساب نسبت داد؟ خوب آنها هم بی ربط نیست، به هر حال کسانی که یک مشکلاتی را تجربه کردند و ناراحتی های درونی دارند، این افراد هم می توانند در واقع به این وسیله خودشان را سرگرم کنند. حالا از ارتباطات حقیقی که انجام دادند و مشکلاتی برایشان ایجاد کرده به این نوع ارتباطات پناه می آورند.

نشان می دهد کسانی که خیلی به شبکه های مجازی رومی آورند، آدمهای تنها و با اعتماد به نفس پایین هستند که با دچار افسردگی هستند و یا اینکه در دنیای حقیقی مهارت های اجتماعیشان فوق العاده ضعیف است؛ این است که خودشان را لایه لای این فضاهای مجازی مثل پشت پرده قایم می کنند و با یک نفر ارتباط دارند بدون اینکه ارتباط چهره به چهره باشند. این افراد عمدتاً دچار ترس هستند، تحقیقات زیادی بر روی شخصیت این آدم ها انجام شده، چون آدم های خیلی سالمی به لحاظ شخصیتی نیستند. شناسید یکی از این موارد این باشند که جوانان خواهان هیجان هستند و بسیاری از وقت خود را صرف فضاهای مجازی می کنند متأسفانه امروزه نیز شاهد شبکه‌های جدید هستیم که جوانان را با امکانات و تجهیزات بیشتری به سمت خود دعوت می کنند.کسب اعتماد به نفس کاذب از دیگر مواردی است که سبب شده جوانان گرایش شدیدی به فضاهای اینترنتی داشته و از فضای واقعی و حقیقی دور شوند. بنابراین سعی می کنند در فضاهای مجازی این اعتماد به نفس را یافته و با قرار دادن عکس خود منتظر تائید از سوی اشخاص دیگر هستند که این کار احساس خوشایند و مطلوبی را برای آنان در پی دارد.

در بازدید جمعی از نخبگان و سر آمدان مقیم و غیر مقیم از پارک علم وفناوری اعلام شد:

## تبدیل پارک علم و فناوری خراسان جنوبی به درگاه صادرات کالاهای دانش بنیان به کشورهای همسایه

در بیرجند و ۳ مرکز رشد در شهرستان های طمس، فردوس و قاین فعالیت دارند، وی از راه اندازی ۳ دفتر فناوری در دانشگاه های خراسان جنوبی خبر داد و اظهار داشت: از ابتدای راه اندازی این دفاتر تاکنون ۲ میلیارد و ۳۳۳ میلیون و ۸۹۹ هزار و ۸۹۹ تومان تسهیلات اعطا شده و بیشترین شرکت های دانش بنیان در استان در زمینه ICT و فناوری های نوین پارک علم و فناوری خراسان جنوبی فعالیت دارند. وی گفت: این پارک فعالیت خود را با ۲۴ شرکت فناور در سال ۱۳۹۰ شروع کرد و هم اکنون ۳۳ شرکت فناور در پارک علم و فناوری این استان مستقر هستند. وی با بیان اینکه در حال حاضر ۳۲ شرکت دانش بنیان در استان فعال هستند، عنوان کرد: از سال ۹۰ تاکنون ۲۰۸ ثبت اختراع در پارک علم و فناوری استان انجام شده است. دکتر دوستی از وجود ۴ مرکز رشد در استان خبر داد و افزود: یک مرکز جامع

ایندهای درخشان برنامه ریزی کردیم و امروز شرایط خوبی برای فعالیت فراهم شده است. رئیس پارک علم و فناوری خراسان جنوبی گفت: برای نخستین بار در سال ۸۶ موافقت نامه اصولی از وزارت علوم، تحقیقات و فناوری اخذ و در سال ۸۹ پارک علم و فناوری خراسان جنوبی راه اندازی شد. وی گفت: این پارک فعالیت خود را با ۲۴ شرکت فناور در سال ۱۳۹۰ شروع کرد و هم اکنون ۳۳ شرکت فناور در پارک علم و فناوری این استان مستقر هستند. وی با بیان اینکه در حال حاضر ۳۲ شرکت دانش بنیان در استان فعال هستند، عنوان کرد: از سال ۹۰ تاکنون ۲۰۸ ثبت اختراع در پارک علم و فناوری استان انجام شده است. دکتر دوستی از وجود ۴ مرکز رشد در استان خبر داد و افزود: یک مرکز جامع

امروز خراسان جنوبی - کانلمی فرد

جمعی از نخبگان و سرآمدان مقیم و غیر مقیم که در بازدید از پارک علم و فناوری پس هر گونه همکاری و پیشنهاد در جهت تقویت و پیشرفت استان تأکید کردند.رئیس پارک علم و فناوری خراسان جنوبی گفت: این پارک با وجود ۱۰۰ شرکت دانش بنیان یکی از تمندترین پارک های علم فناوری در کشور است. دکتر دوستی با اشاره به زمینه های همکاری با کشور افغانستان گفت: پارک علم و فناوری در زمینه های اقتصادی، تجاری و زمینه های آموزشی می تواند به این کشور همکاری داشته باشد.

وی با بیان اینکه آغاز راه اندازی پارک علم و فناوری به وضعیت صفر شروع کردیم، افزود: ما برای رسیدن به

همزمان با هفته دولت محقق می شود؛

افتتاح ۴۹ پروژه با اعتبار

۸۵ میلیارد ریالی در زیرکوه

معاون برنامه ریزی و عمرانی فرمانداری زیرکوه گفت: در هفته دولت مجموعاً ۴۹ پروژه با اعتباری بالغ بر ۸۵میلیارد ریال در سطح شهرستان زیرکوه افتتاح و کلنگ زنی می شود.مهندس مصطفائی با بیان اینکه با افتتاح و کلنگ زنی این تعداد پروژه ۵ هزار و ۳۸۸ خانوار بهره مند می شوند.افزود: ۵۶نقطه روستائی و ۲ نقطه شهری شهرستان زیرکوه از این پروژه ها بهره مند خواهند شد. وی میزان اشتغال ایجاد شده در این پروژه را ۲۱ نفر عنوان کرد و گفت: ۲۰۷ مورد تئیتب اشتغال در این پروژه ها وجود دارد.به گفته معاون برنامه ریزی و عمرانی فرمانداری زیرکوه در هفته دولت ۳۹ برنامه فرهنگی نیز پیش بینی شده است. وی اضافه کرد: شهرستان زیرکوه از لحاظ گردشگری نیز دارای جاذبه های بسیار ارزشمندی است که از جمله آنها می توان به کویر همت اباد، باغستان الفین و زهان و آثار تاریخی این شهرستان اشاره کرد که سالانه سبب جذب صدها گردشگر از سراسر کشور به این منطقه می شود.وی با بیان اینکه امروز چهارشنبه شهرستان زیرکوه میزبان استاندار خراسان جنوبی است، افزود: در این سفر استاندار در شورای اداری شهرستان حضور پیدا خواهند کرد و با دیدارن از شورای اسلامی شهرستان نیز گفتگو خواهند داشت.

دیدار فرماندار با امام جمعه زیرکوه در آغاز هفته دولت

گفتنی است صبح دپرویز فرماندار شهرستان در آغاز هفته دولت ضمن حضور در گلزار شهدا با امام جمعه مرکز شهرستان دیدار داشت.حجت ا... خانزاده در این دیدار با بیان اینکه آنچه بر همه دولتمردان واجب است این است که در جهت رفع مشکلات مردم تلاش نمایند، خاطر نشان کرد: به رغم اینکه در خیلی از حوزه ها شرمنده مردم هستیم و شاید نتوانستیم خدمات قابل قبولی ارائه دهیم اما خوشحالیام که مردم همیشه همراه و همگام با مسئولین بوده اند و از خدمات انجام گرفته رضایت دارند،وی به نقش ارزنده امام جمعه در شهرستان اشاره کرد و افزود: جایگاه امامت جمعه، جایگاه ارشادی است و همه دستگاهها وظیفه دارند به فرمایشات و رهنمودهای امام جمعه توجه کنند و این فرمایشات را سرلوحه کار خود قرار دهند.

دولت امانت الهی است

امام جمعه زیرکوه در این دیدار ضمن گرامی داشت هفته دولت اظهار کرد: هفته دولت مزین به نام دو شهید والا مقام رجایی و باهنر است و بر ما واجب است که شاخصه های این دوشهید بزرگوار و روش و منش آنان را سرلوحه کار خود قرار دهیم. حجت الاسلام غلامرضا منتضائی نیا با اشاره به فرمایش حضرت علی (ع) دولت را امانت الهی دانست و افزود: این دولت ها به عنوان امانت در دست مسئولین است، پس باید هرچه در توان داریم به کار ببندیم و در راه خدمت به مردم تلاش و کوشش نماییم.

## ساخت مدال‌های المپیک از زباله‌های الکترونیک

درباره تبعات هورمون درمانی، نشان می دهد که این روش خطر ابتلا به سرطان سینه را تا سه برابر افزایش می دهد. به گزارش ایراننا، موسسه ملی بهداشت و تعالی یائینی پارسال با این توجیه که بر شماری از زنان در سکوت درد و رنج یانسنگی را تحمل می کنند، پزشکان را به تجویز هورمون درمانی تشویق کرد.

هورمون درمانی، برای درمان علائم ناخوشایند یانسنگی مانند گرگرفتگی، میگرن، اختلال خواب، تغییرات حالت روحی و افسردگی استفاده می شود. در این روش درمانی سطوح کاهش یافته هورمون های تولیدی بدن افزایش می یابد. اما به دنبال مطالعه ای در سال ۲۰۰۲ که نشان داد هورمون درمانی خطر ابتلا به سرطان را افزایش می دهد، پزشکان برای تجویز این روش درمانی تمایلی نشان ندادند؛ و جنجال زیادی بر سر این یافته پژوهشی به راه افتاد.

اکنون نتایج مطالعه جدید و گسترده موسسه تحقیقات سرطان و سرطان سینه در انگلیس نشان می دهد که خطر اساسا دستکم گرفته شده است. مطالعه روی ۱۰۰ هزار زن بالاتر از ۴۰ ساله نشان داد که خطر ابتلا به سرطان در زنانی که برای حدود پنج سال قرص ترکیبی استروژن و پروژسترون مصرف می کردند ۲۰،۷ برابر بیشتر از زنانی بود که قرصی مصرف نمی کردند و یا تنها قرص استروژن مصرف می کردند. همچنین این خطر در مورد زنانی که برای مدت زمان ۱۵ سال یا بیشتر ترکیب داروهای استروژن و پروژسترون را مصرف می کردند، ۳۰،۳ برابر بود. براساس برآوردها، از هر هزار زنی که در دهه ۵۰ سالگی خود پسر می بردند، ۱۴ نفر به سرطان سینه مبتلا می شوند اما بر اساس نتایج این مطالعه این شمار برای زنانی که قرص ترکیبی استروژن و پروژسترون مصرف می کنند، به ۳۴ نفر در هر هزار زن افزایش می یابد. پروفیسور 'آنتونی سوردلو' از موسسه تحقیقات سرطان که ریاست این مطالعه را بر عهده داشت، گفت: تحقیقات ما نشان می دهد که خطر ابتلا به سرطان سینه ناشی از هورمون درمانی احتمالا دستکم گرفته شده است. وی افزود: ما متوجه شده ایم که در حال حاضر هورمون درمانی خطر ابتلا به سرطان سینه را تا سه برابر بسته به مدت زمان استفاده از این روش درمانی، افزایش می دهد.

نتایج این مطالعه همچنین نشان می دهد که خطر ابتلا به سرطان سینه با متوقف کردن هورمون درمانی کاهش می یابد و نیز زنانی که تنها استروژن مصرف می کنند، در معرض خطر نیستند.

اسم\* ناتوانی در برقراری ارتباط چشمی\* علاقه به بازی های تکراری\* خیره شدن به یک شی یا تصویر\* فقدان حس مدلی و به اشتراک گذاشتن احساسات\* عدم تمایل به ایجاد دوستی با هم سن و سالان

نقش آنتی بیوتیک در ابتلای کودکان

به دیابت نوع یک

ازمایش ها نشان می دهد که درمان های مکرر با آنتی بیوتیک می تواند با ابتلای موش ها به دیابت نوع یک مرتبط باشد.به گزارش ایسنا، در این بررسی متخصصان برای موش ها دوزی از آنتی بیوتیک را تجویز کردند که میزان آن برابر با مقدار داروی دریافتی کودکان به منظور درمان بیماری هایی همچون عفونت گوش است.متخصصان آمریکایی مشاهده کردند پس از سه درمان آنتی بیوتیکی میزان ابتلا به دیابت نوع یک در موش ها افزایش پیدا کرده است.

ساخت مدال‌های المپیک از زباله‌های الکترونیک

زاین قمد دارد برای ساخت مدال‌های المپیک ۲۰۲۰ از لوازم الکترونیک بازیافتی استفاده کند.به گزارش انجکت، محل برگزاری المپیک بعدی توکیو خواهد بود و مدالهای طلا و نقره و برنز بازی های تابستانی آینده از گوشی های هوشمند بازیافتی ساخته خواهند شد.هدف مقامات این کشور از انجام این کار نوآورانه، افزایش آگاهی های عمومی در خصوص زباله های الکترونیکی و استفاده از سیستم های به منظور بازیافت و استفاده مجدد از دستگاه های الکترونیکی است. بر اساس گزارشات به دست آمده از این کشور، در دستگاه های الکترونیکی از رده خارج زابئی، طلا و نقره وجود دارد که این میزان حدود ۱۶ تا ۲۲ درصد از ذخایر جهانی این فلزات را تشکیل می دهند.به همین علت مسئولان این کشور به فکر افتادند تا پسرای المپیک پسعدی از این ذخایر استفاده کنند.زباله های الکترونیکی در حال حاضر یکی از بزرگترین مشکلاتی است که محیط زیست با آن دست به گریبان است به طوری که سازمان ملل آن را سریع ترین جریان زباله ای جهان نامیده است.امید است با این تفکر خلاقانه و نوآورانه بتوان بخشی از مشکلات محیط زیست را بر طرف کرد.

هورمون درمانی خطر ابتلا به سرطان سینه

را ۳ برابر می کند

مطالعه جدید محققان انگلیسی در پی یک دهه اختلاف نظر

### از دنیای علم

مواد شیمیایی یکی از مهمترین دلایل اوتیسم در کودکان



یک مطالعه جدید نشان می دهد مواد شیمیایی استفاده شده در

افت کش ها که در دهه ۱۹۷۰ میلادی ممنوع شده بود، یکی از مهمترین دلایل اوتیسم در کودکان است.به گزارش مדיکال اکسپرس، مطالعه محققان دپارتمان سلامت کالیفرنیا نشان می دهد قرار گرفتن زنان باردار در معرض ماده شیمیایی ارگانوکلره که در افت کش ها استفاده می شد و سال ها پیش ممنوع شده، احتمال اوتیسم در کودکان را ۸۰ درصد افزایش می دهد.درست است که این ماده شیمیایی در سال ۱۹۷۷ در آمریکا و خیلی از کشورهای ممنوع شد، ولی این ترکیبات در محیط باقی می ماند و توسط چربی حیوانات جذب شده و به انسان منتقل می شود. معمولاً این مواد شیمیایی از طریق اختلال در رشد شبکه عصبی جنین بر افزایش احتمال ابتلا به اوتیسم موثر هستند. محققان بر این باورند که عوامل محیطی و سموم نقش مهمی در ابتلا به اوتیسم دارند.اوتیسم یک اختلال عصبی است که عملکرد مغز را تحت تأثیر قرار می دهد. این معلولیت رشدی معمولاً در سه سال اول زندگی به طور کامل آشکار می شود. معمولاً این سه سال اول، دوره طلایی قلمداد می شود و چنانچه در این دوره مربیان و والدین کودک این عارضه را شناسایی کنند و در صورت درمان و رسیدگی می توان کودک را به مدرسه فرستاد و مهارت های زیادی را به او آموخت.

برخی از مهمترین نشانه های این بیماری عبارتند از :

•دیر به حرف افتادن یا عدم تمایل به صحبت کردن؛ • ۴ درصد از افراد مبتلا به اوتیسم هرگز صحبت نمی کنند. • مشکل در درک دیدگاه گوینده• استفاده از کلمات و عبارات های تکراری • تکرار رفتارهای کلیشه ای مانند تکان دادن دست یا پیدن • تمرکز طولانی مدت روی اشیا• خودزنی • پرخاشگری• ناتوانی در بیان

### هنر در خانه

### حلوای جوانه گندم

**مواد لازم:** •جوانه گندم تازه ۴۰۰ گرم (یا پودر جوانه خشک): ۲۰۰ گرم • شیرخه خرما: ۱۰۰ گرم (یا خرمای بدون هسته): ۱۵۰ عدد • کره: ۱۰۰ گرم • پودر پسته: ۳۰ گرم • پودر نارگیل: ۳۰ گرم• پودر بادام: ۳۰ گرم • رازیانه نیمکوب شده: ۱ قاشق مربا خوری سر صاف • آب: ۱ پیمانه

چگونگی تهیه:

در ابتدا جوانه را با خرمای پوست گرفته و هسته گرفته چرخ می کنیم و کره را در ظرفی حل کرده و جوانه چرخ شده را اضافه کرده و با شعله کم به مدت ۱۵ دقیقه نقت می دهیم. بعد آب را اضافه کرده بهم می زنیم تا با شعله کم به مدت ۱۰ دقیقه بجوشد و بعد پودر رازیانه را اضافه کرده و ۳دقیقه دیگر بجوشد شعله را خاموش کرده داخل ظرف مخصوص ریخته و روی آن را با پودر پسته، نارگیل و یادام ترین می کنیم.

## ۶

### دلیل محکم برای ورزش کردن غیر از لاغری!



باهوش تر می شوید

خواب تان بهتر می شود

استرس روزمره تان کمتر می شود

سیستم ایمنی تان را تقویت می کند

می توانید اضطراب و افسردگی تان را کنترل کنید

اگر اندام متناسب داشته باشید، اعتماد بنفس تان بیشتر می شود





در بازدید سر آمدان و نخبگان مقیم و غیر مقیم استان از منطقه ویژه اقتصادی استان اعلام شد

## مرز ماهیرود بهترین نقطه برای مبادلات اقتصادی با افغانستان

اصل آورده سرمایه گذاران در صورت به بن بست رسیدن پروژه برگشت داده شود



مهندس قهستانی از سرمایه گذاران و خیرین بومی مقیم خارج استان هم تخمین اصل سرمایه سرمایه گذاران را دغدغه اصلی آنها دانست و گفت: سرمایه گذاران انتظار دارند در صورتی که در پروژه ای به بن بست برسند اصل سرمایه آنان برگشت داده شود.

**دولت مصمم به اجرای پروژه راه آهن**

**چابهار – زاهدان – بیرجند – مشهد**

مهندس موهبتی مدیر کل دفتر هماهنگی امور اقتصادی استانداری نیز خراسان جنوبی را بهترین منطقه برای پرورش شستر دانست و گفت: حمل و نقل اولین بحث برای سرمایه گذاری است که هزینه های تولید را افزایش می دهد و لذا برای اولین بار در کشور راه آهن استان در بودجه ردیف مستقل گرفته است و بر این اساس چابهار به زاهدان وصل خواهد شد و در ادامه راه آهن زاهدان به بیرجند متصل می گردد و از اینجا به مشهد و سرخس ادامه می یابد و دولت مصمم است که این پروژه اجرایی شود.

رسانه ها در حوزه اقتصاد مقاومتی مطالبه گری بیشتری نمایند

## ساخت اولین نرم افزار کار آفرین u space توسط نخبه بیرجندی

سیاست های اقتصاد مقاومتی را پیگیری کنند.
وی با اشاره به اینکه برخی از ظرفیت های استان در حوزه های اقتصاد مقاومتی مورد غفلت واقع نشده که کمتر توسط مسئولان و رسانه ها به آن پرداخته شده اظهار داشت:خراسان جنوبی استانی کم آب است و بنا بر این برای زیادی است که خشکسالی گریبانگیر این استان است و بنا بر پیش بینی های انجام شده ادامه هم خواهد داشت. بر همین اساس باید مولفه های توسعه و پیشرفت استان باز تعریف شود. به گفته رضایی برخی از پتانسیل های توسعه ای از جمله فناوری ای تی و فناوهای دانشگاهی باید در اولویت قرار بگیرد که این موضوع نیازمند کار ویژه است.

وی افزود: در سازمان بسیج رسانه مقرر شده تا هر هفته علاوه بر برگزاری کارگروه اقتصاد مقاومتی، با همکاری بنیاد ملی نخبگیان و بسیج علمی و پژوهشی، یکی از نخبگان علمی هم به منظور تحول در اقتصاد جامعه و شکوفایی ظرفیت های علمی، به رسانه ها و مردم معرفی شود. وی تأکید کرد: با توجه به شرایط استان باید مسئولان نخبگان علمی دارای طرح و برنامه را حمایت و فضای کافی برای کار آنها را فراهم کنند تا زمینه های جدیدی برای اشتغال افراد ایجاد شود.

امروز خراسان جنوبی – کاظمی فرد
مسئول بسیج رسانه خراسان جنوبی گفت: رسانه ها باید با مطالبه گری از مسئولان ، اجرایی شدن سیاست های اقتصاد مقاومتی را بیشتر پیگیری کنند.

سجاد رضایی روز گذشته درکنفرانس مطبوعاتی اظهار کرد: مقام معظم رهبری اسامال را سال اقتصاد مقاومتی؛ اقدام و عمل نامگذاری کردند و بر همه مسئولان، نهادها و دستگاه های اجرایی تکلیف است تا در عرصه های اقتصاد مقاومتی حرکت و اقدامات عملیاتی انجام دهند. به گفته وی تمامی اقشار بسیج هم مکلفند تا در مسیر اقتصاد مقاومتی گام بردارند که بسیج رسانه به عنوان یکی از این اقشار برنامه های خاصی را تعریف کرده است که تعدادی از این برنامه ها اجرا و تعدادی هم تا پایان سال اجرایی خواهد شد.
مسئول بسیج رسانه استان با بیان اینکه تلاش می کنیم تا از ظرفیت تمامی رسانه ها، خبرگزاری ها، مطبوعات، صدا و سیما و ... برای هم افزایی در خصوص اجرای اقتصاد مقاومتی استفاده و بهره مند شویم، عنوان کرد:هم اکنون فرهنگ عمومی مردم دچار مشکلاتی از جمله اسراف، تبذیر و چشم و هم چشمی ها شده و در این خصوص باید رسانه ها دست به کار شوند و با مطالبه گری از مسئولان ، اجرایی شدن

#### یادداشت امروز

آشنایی با آسیب ها و چالش های تلقن همراه برای کودکان و نوجوانان؛

### دلبندان را دریابید

میثم اخوندی
فرهنگ استفاده از تلقن های هوشمند یکی از مهمترین موضوعاتی است که در عصر امروز مجازی اهمیت بسزایی دارد. شناخت کامل نسبت به آسیب ها و چالش های تلقن همراه باید در دستور کار والدین قرار گیرد تا ازین طریق بتوانند کودکان خود را نسبت به نحوه مواجهه با این ابزار ارتباطی مجهز کنند؛ قطع به یقین کودکان و نوجوانان در دریافت آسیب ها و مخاطرات تلقن های هوشمند نقش بیشتری دارند.

**آسیب جسمانی:** امواج الکترومغناطیسی این دستگاه ها برای کودکان کمتر از ۱۰ تا ۱۲ سال خطرناک است.

**مشکلات خواب:** کودکان و نوجوانانی که از این وسیله استفاده می کنند در بسیاری از اوقات به علت دریافت پیامک و یا جاذبه های متعدد گوشی های هوشمند ( از بازی تا فضای مجازی و اینترنت ) در ساعات دیروقت نوبت بخواب می شوند.

**کاهش تمرکز و افت عملکرد تحصیلی:** با توجه به اینکه بسیاری از دانش آموزانی که تلقن همراه هوشمند دارند آن را با خود به مدرسه می آورند و در سر کلاس درس نیز قایلها در حال ارسال پیامک یا مشاهده کلیپ های تصویری هستند، در چنین وضعیتی قطع به یقین باید منتظر افت تحصیلی فرزندان در بلندمدت باشیم.

**اضطراب و نگرانی:** بسیاری از کودکان و نوجوانان همیشه نگران این موضوع هستند که مبادا والدین شان از اطلاعات گوشی آن ها باخبر شوند. همین نگرانی و دلپره احتمالا باعث می شود تا برخی اوقات در مورد پیامک ها به پدر و مادر دروغ بگویند.

**انلاف وقت زیاده:** از آنجا که گوشی های تلقن همراه معمولاً این امکان را دارند که بازی های گوناگون بر روی آن ها نصب شود، کودک یا نوجوان مدت زمان زیادی را سرگرم بازی می شود و از دیگر کارهای ضرور باز می ماند.

**قرار گرفتن در معرض اطلاعات نامناسب:** در بسیاری از مواقع محتویات درون پیامک ها و بلوتوث ها، موضوعات و اطلاعات نامناسبی است که ذهن کودک و نوجوان را به شکلی منفی در گیر می کند، مشغله فکری برای او ایجاد می شود و قالباً به دلیل ترس از اطلاع والدین دچار تشویش و نگرانی می شوند.

**کاهش خلاقیت:**

استفاده از تلقن همراه بر خلاقیت و شکوفایی ذهن کودکان تأثیر منفی دارد.

**راهکارها:**

«مدت زمان استفاده فرزندان از گوشی تلقن همراه را محدود کنید.
«والدین باید در مورد افرادی که با فرزندان شان ارتباط تلفنی دارند حساس باشند.
«سعی کنید با امکانات، کاربری ها و اطلاعات گوشی های هوشمند به طور دقیق آشنا شوید و در این حوزه ها آموزش ببینید.
«والدین باید زمان هایی را برنامه ریزی کنند تا به شکل تعاملی و دوستانه و در کنار فرزندان از محتویات گوشی آن ها مطلع شوند.
«بازی ها و سرگرمی هایی را با فرزندان ترتیب دهید. این بازی ها و سرگرمی ها حتی می تواند از طریق تلقن همراه انجام شود.
«به فرزندان پیامیزد همان قوانینی که در ارتباطات واقعی و حقیقی رعایت می کنید، می بایست در فضای مجازی نیز رعایت شود.
مودب بودن، عدم اطمینان و اعتماد به افراد ناشناس، احترام به دیگران، فحش ندادن و استفاده نکردن از کلمات رکیک و... نیز باید در ارتباطات دوسویه و چندسویه که از طریق ابزاری به نام گوشی های هوشمند تلقن همراه فراهم می شود مدنظر قرار گیرد.

**مهد کودک و پیش دبستانی خورشید**

**گروه سنی از ۶ ماه تا ۶ سال**  
**ثبت نام آغاز شد**

شکوفایی استعدادهای کودکان دلبندان را از ما بخواهید

**بیرجند- پاسداران ۶- پلاک ۱۱**  
**۰۳۲۳۷۷۹۰ - ۰۹۳۷۹۴۸۰۴۷**  
**با مدیریت: جهان بین**

**فروشگاه لاستیک**  
**ولیعصر (عج)**

**فروش اقساطی (۳ و ۱۲ قسط)**  
**ویژه کلاهاندان و فرهنگیان محترم استان**  
**حد فاصل پاسداران ۴ و ۶ رمودی**

**ایزوگام قلاسی**  
**به میدان شهداء - روبروی هیئت مجانب زهرا (س)**  
**نیش شهید کوشه ای ۲**  
**انتقال یافت**  
**۰۹۱۵۳۶۲۳۷۰ - ۰۸۶-۳۲۲۳۰۰**

**ایزوگام سلطانی**  
**۱۰سال ضمانت ۷سال بیمه ایران**  
**با بیش از ۱۵ سال سابقه کاری - نقد - اقساط**  
**سجادشهر - نیش امامت ۱**  
**۰۹۱۵۵۱۴۴۲۱۳ - ۰۹۱۵۶۶۸۹۸۳۱**  
**۳۲۴۲۵۲۰۹**

کشور فراهم نموده ایم در ظرف مدت کمتر از یکسال عملیات اجرایی خود را در سطح وسیعی از منطقه ویژه اقتصادی استان آغاز کردیم و رکورددار عملیات اجرایی در سطح کشور شدیم.

**از ایجاد صنایع آب پر و صنایع که آلودگی بالا دارند**

**ممانعت می کنیم**

مهندس صفری زاده افزود: به عنوان سازمان مسئول منطقه ویژه اقتصادی خراسان جنوبی از ایجاد صنایع آب پسر و صنایعی که آلودگی بالا دارند ممانعت می کنیم اما معتقدیم صنایع زیادی از جمله در زمینه های خودروسازی، نساجی، کانی های غیر فلزی و ... می توانند در این منطقه مستقر شوند و از مزایای منطقه ویژه اقتصادی استان استفاده کنند.

به گفته وی خراسان جنوبی به لحاظ داشتن نیروی انسانی تحصیلکرده، مسئولیت پذیری، پر تلاش و قانع بسیار غنی و منحصر به فرد است. ضمن اینکه بازگشت اصل سرمایه را به لحاظ مخاطرات خارج از اراده سرمایه گذار را ۱۰۰ درصد دولت تضمین می کند و البته آنچه به نوع مدیریت سرمایه گذارمربوط شود را خود سرمایه گذار پاسخگوست. با این حال ساز و کار سوم این است که منطقه ویژه اقتصادی طرح هایی را پیشنهاد می دهد که اگر سرمایه گذار برای اجرای آن اقدام نماید سود آن متعلق به خودش است اما اگر در مرحله ای منصرف شود اصل سرمایه را به او بر می گردانیم.

**مرز ماهیرود بهترین نقطه برای مبادلات اقتصادی با افغانستان**  
صفری زاده وجود مرز ماهیرود و موقعیت استراتژیک این مرز را با توجه به اینکه کوتاهترین فاصله را تا افغانستان دارد یک مزیت بسیار متمتم و مهم برای سرمایه گذاران دانست و افزود: حتی سرمایه گذاران و تجار افغانستان هم به این نتیجه رسیده اند که مرز ماهیرود بهترین نقطه برای مبادلات تجاری با ایران است.



ساخته نشده، گفت: در این ترم افزار امکان ایجاد درگاه و سامانه رزرو — برای تمامی مراکز از جمله هتل ها، تالارها، مجموعه های ورزشی، مجموعه ها و تورهای گردشگری و فضاهای بوم گردی وجود دارد. به این صورت که با ایجاد درگاه برای این مراکز، افراد برای رزرو آن در ترم افزار اقدام می کنند.

مرادی تصریح کرد: در صورتی که از طریق درگاه: رزروی برای مراکز انجام نشود؛ هیچ پولی از مرکز دریافت نمی کنیم. همچنین اگر خدمات مرکز رایگان باشد؛ مثل برگزاری دوره آموزشی رایگان، ایجاد درگاه ترم افزاری هم برای این مرکز رایگان خواهد بود.

**فروشگاه**  
**محصول**  
نمایندگی انحصاری فروش محصولات  
**شرکت نهر آب گستر اشتهارد**  
نیش پاسداران ۹ - تلفن: ۳۲۴۴۵۸۵۸  
۰۹۱۵۶۱۱۳۴۰ - ۰۹۱۵۳۶۱۲۵۲۹  
تلفکس: ۳۲۴۳۳۷۷۹

**لوازم خانگی ولی عصر**  
**انتقال یافت به داخل بازار**  
ظروف پذیرایی ، پیوتر ، مس ، برنج  
بازار محسن زاده - روبروی پوشاک ستور (داودی)  
۰۹۳۵۴۴۵۹۸۵۶ (کاتال تلگرام) ۳۲۲۲۹۵۱۴

**موسسه آموزشی تألیفی دکتر خلیلی**  
نمایندگی بیرجند  
جزوه ، کتاب ، آزمون آزمایشی ، مشاوره ، ارشد ، دکترا  
رشته های مجموعه علوم آزمایشگاهی ، پرستاری ، مامایی ، آناتومی  
بهداشت ، رادیولوژی ، مجموعه زیست شناسی و ...  
خیابان مدرس ، بین مدرس ۶۴ و ۶۶ ، ساختمان مروارید ، طبقه دوم  
مدیریت : محمودرضا بهروان ، هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند  
۰۹۳۶۸۹۲۲۳۹۷ - ۰۷۲۰۳ - ۰۹۱۹۵۹۰

**مشاور املاک اعتماد**  
بوری خرید و فروش املاک  
شعبانیه، بقیه ...ا. (عج) - نرجس و مهرشهر  
پیمائکاری و کارشناسی  
ابتدای خیابان نرجس - نرسیده به نرجس ۲  
۰۹۱۵۶۶۵۵۶۵۹ - ۳۲۳۱۸۱۹۱ خدادادی

**الکتریکی میلادنور**  
عرضه کننده کلیه لوازم برق ساختمان  
اجرای پروژه های ساختمانی  
اجرای نورپردازی نما و داخل ساختمان  
یست نری چهارم مدرس - خیابان خلیل نهایی - پلاک ۲۷  
۰۹۱۵۵۱۰۷۳۳ - ۳۲۴۴۴۷۱۲ (منوچهر نخی)

**صنایع پرودتی توحید**  
نصب و راه اندازی ، تعمیر ، سرویس و نگهداری  
انواع سردخانه های فریونی  
و آمونیاکی در خراسان جنوبی  
بیرجند - نیش توحید ۷ (آسمانی مقدم)  
۰۳۲۴۴۲۲۸۵ - ۰۹۱۵۵۶۲۴۹۳۲

**امداد باطری منصف**  
**تحويل درب منزل رایگان**  
**۰۹۰۱ ۳۷۷ ۲۶۲۶**

**تخلیه چاه طوس**  
لوله بازکنی با فنر برقی ، پمپ باد و مواد شوینده  
دفتر: نیش جمهوری ۳۲ - کارل پامرگی  
۰۳۲۲۳۲۲۸۸ - ۳۲۲۲۱۱۷۷  
۰۳۲۲۷۰۲۴ - ۰۹۱۵۵۶۱۵۰۱۰ حاجی پور

**نصب ، سرویس و تعمیرات**  
**انواع کولر آبی و گازی**  
**۰۹۱۵۶۷۸۹۴۰۳ قلمزن**  
تعمیر و شارژ گاز انواع یخچال فریزر  
آب سرد کن و... در محل

**دیدن کنید - مقایسه کنید - انتخاب کنید**  
**مهد کودک آفتابگردان**  
**ثبت نام آغاز شد**  
www.emahd.ir/khj/aftabgardan  
Instagram:MAHDE\_AFTABGARDAN  
بیست متری چهارم مدرس - خیابان شهید خلیل طهماسبی  
پلاک ۶۵ - تلفن: ۳۲۴۴۵۷۸۷ (مدیریت : درزی)

**گروه طراحان داخلی آرمانی**  
طراحی داخلی - نما - محوطه  
کفپوش - پارکت - سقف کاذب  
کاغذ دیواری - طراحی سه بعدی  
خیابان محلاتی - حدفاصل توحید و مدرس  
۰۹۱۵۶۶۸۳۷۶۶ (جعفری) - ۰۹۱۵۸۶۴۳۶۶۸ (پهزادی) - ۳۲۳۲۳۲۱۸

**آموزشگاه آزاد فنی و حرفه ای فرش وکلیم الزهراء**  
خواهران  
با تخفیف ویژه در رشته های زیر ثبت نام به عمل می آورد  
بسرادران  
**قالی بافی درجه ۱ و ۲- گلیم بافی درجه ۱ و ۲ - انواع تابلوبافی**  
با صدور گواهنامه فنی و حرفه ای و بیمه قالی بافی و وام خود اشتغالی  
جموری ۲۳- پلاک ۲۲ - ۳۲۲۲۷۶۹ (دلاکه)

**ایزوگام و قیرگونی**  
**مهدی زارع**  
**آماده همکاری با کلیه ارگان های دولتی**  
**آدرس: نیش کارگران ۵**  
**۰۹۱۵۱۶۴۱۰۶۹ - ۰۹۱۵۶۶۹۰۱۹۹**





تخصصی برطرف کنند. وی شبکه های اجتماعی مجازی را مانند شهرسازی در داستان پیوتیکو می داند و ادامه می دهد: شبکه های اجتماعی فرصت هایی برای مردم فراهم می کند اما نباید مانند پیوتیکو در شهرسازی این شبکه ها غرق شد. مقدسی به ضرورت شناخت صحیح از زمان و مکان استفاده از شبکه های اجتماعی اشاره می کند و می گوید: مردم ما نیازمند برنامه ای هستند تا آن ها را در استفاده از این شبکه ها راهنمایی کند. وی با اشاره به اینکه وجود ۱۳ میلیون کاربر تلگرام در ایران رقم بسیار بالایی است، می افزاید: فضای مجازی در ایران به دلیل بی برنامه بودن آن و معرفی نشدن توسط نهادهای فرهنگی، به مکانی پر از هرج و مرج تبدیل شده است. مقدسی ادامه می دهد: باوجود فعالیت های بسیار برای هدفمند کردن و فرهنگ سازی در عرصه فضای مجازی، همچنان بی فرهنگی در این فضا موج می زند.

## از بهره گیری برای ترویج فرهنگ تا منادی بی فرهنگی

شبهه های اجتماعی؛ جاقوی دوله

وی ادامه می دهد: این بدان معنا نیست که فضای مجازی ضرورتاً فضایی بی هنجار است، اما آنچه در جامعه ما نسبت به فضای مجازی رخ داده است، وضعیتی آنومیک و بی هنجار را نشان می دهد. در واقع به عقیده این جامعه شناس آنچه باعث این بی هنجاری در فضای مجازی می شود این است که در این فضا فشار اجتماعی که ایجاد کننده هنجارها است، نسبت به دنیای واقعی حاکمیت اندکی دارد. وی می گوید: علاوه بر اینکه فشار اجتماعی در فضای مجازی کم است، نوع شبکه های اجتماعی که در ایران حاکم است، باعث کاهش نفوذ این فشار می شود.

### شبکه های مجازی مابه ازانی در دنیای واقعی ندارد

وی به تبیین نقش و کارکرد شبکه های اجتماعی در ایران می پردازد و می گوید: در واقع استفاده از شبکه های اجتماعی باید در راستا و به عنوان مکمل جهان واقعی باشد اما آنچه در فضای مجازی کشور ما رخ داده، این است که جامعه دومی شکل گرفته که مابه ازانی در دنیای واقعی ندارد. مسعودی ادامه می دهد: این مسئله به دلیل گفتگومحور بودن شبکه های اجتماعی رایج در میان ایرانیان است؛ گویی مردم ایران نیاز به حرف زدن دارند و این نیاز را در شبکه های اجتماعی دنبال می کنند. طبق گفته هادی مسعودی، فضای مجازی در ایران به راستی دنیایی متفاوت از دنیای واقعی آدم ها شکل داده و روابط انسانی متفاوتی را رقم زده است. به شکلی که قوانین و قواعد دنیای واقعی در این دنیای نوظهور جایگاهی ندارند و همین مسئله باعث آشفتگی و سرگشتگی افراد در فضای مجازی شده است. فردی که در دنیای واقعی چهره ای بسیار موجه و مردمی دارد، ممکن

امروز خراسان جنوبی - اعظم ذوالفقاری فضای مجازی نسل جدیدی از مناسبات اجتماعی را ایجاد کرده است. این فضا با وجود عمر کوتاه خود توانسته در زندگی مردم جایی مهم برای خود باز کند. گروه های مختلف سنی و اجتماعی در فضای مجازی گرد هم جمع می شوند و جامعه ای جدید را موازی دنیای واقعی شکل می دهند.

در واقع فضای مجازی باید در امتداد و برای تکمیل کمبودهای دنیای واقعی مورد استفاده قرار گیرد، اما کارکردهای آن در جامعه ما باعث شده موازی دنیای واقعی و جدا از آن باشد. همین مسئله معضلاتی را ایجاد کرده که گاهی این معضلات اجتماعی به دنیای واقعی نیز سرایت می کند.

بهره گیری از فضای مجازی می تواند برای ترویج فرهنگ استفاده شود. یعنی برای ترویج امری اجتماعی که در دنیای واقعی وجود دارد، از فضای مجازی استفاده کنیم اما بی قاعده گی های فضای مجازی، باعث می شود گاهی افراد گمان کنند در این فضای جدید می توانند هنجارهای اجتماعی دنیای واقعی را بشکنند و نوعی بی فرهنگی را دنبال کنند.

هادی مسعودی، جامعه شناس و کارشناس فضای مجازی با بیان اینکه فضای مجازی در کشور به لحاظ جامعه شناسی فضایی بی هنجار است، می گوید: فضای بی هنجار به این معنی است که اعضای آن جامعه نمی دانند چه برخوردی را از طرف مقابل باید انتظار داشته باشند و دنیای مجازی که در کشور ما رایج شده، دچار اینگونه بی هنجاری است.

### همزمان با هفته دولت

### مسابقات تیراندازی بیماران خاص و پیوند اعضای

### استان برگزار شد



مسابقات ورزشی هیات بیماران خاص و پیوند اعضای استان در چهار رشته شطرنج، تیراندازی، بینگ پنگ، شتا و دومیدانی به مناسبت گرامیداشت هفته دولت آغاز شد. به گزارش امروز خراسان جنوبی، رئیس هیات ورزش بیماران خاص استان گفت: این مسابقات همزمان با آغاز اولین روز از هفته دولت در رشته شطرنج کار خود را شروع کرد. اسلامی افزود: مسابقات تیراندازی، بینگ پنگ، شتا و دومیدانی نیز از دیگر مسابقات هیات بیماران خاص و پیوند اعضای استان تا پایان هفته جاری است. وی با اشاره به اینکه ۲۴ ورزشکار در مسابقات تیراندازی شرکت کرده اند، تصریح کرد: در بخش آقایان محسن حق پذیر و مهدی خسروی مقام های اول تا دوم و محمدرضا حق پذیر و

### اخبار ورزشی

### کسب مقام سوم نماینده خراسان جنوبی

### در مسابقات اتومبیلرانی کشور

در مسابقات اتومبیلرانی اسلامبول قهرمانی کشور که به میزبانی استان کرمان برگزار شد نماینده خراسان جنوبی توانست مقام سوم این مسابقات را کسب کند. به گزارش امروز خراسان جنوبی؛ این دوره از مسابقات با حضور ۶۸ شرکت کننده از ۱۲ استان برگزار شد که در کلاس هزار و ۵۰۰ پانوان، الهام خداپرست از کرمان، تریا یزدان پناه از سیستان و بلوچستان و محبوبه واحدیان از کرمان به مقام های اول تا سوم رسیدند. همچنین در کلاس ۲ هزار پانوان فائزه محبی از تهران، سیما یزدان پناه و فاطمه احمدی از کرمان عناوین برتر را از آن خود کردند و در کلاس هزار و ۵۰۰ آقایان، محمدعلی کرهلایی از یزد، وحید شهریاری و بهرام توسلی کیا از سیستان و بلوچستان مقام های اول تا سوم را به دست آوردند. لازم به ذکر است در کلاس ۲ هزار آقایان هم حسن منتظر از مازندران، یاشا و علیرضا غلامیان فر از قزوین و علیرضا غلامی از خراسان جنوبی اول تا سوم شدند و در کلاس آزاد نیز علی اکبر مقیمی از تهران، حمید جعفری از کرمان و مجتبی پور حسینی از یزد در جایگاه های اول تا سوم ایستادند و کاپ اخلاق این دوره از مسابقات به امیر امیری از کرمان تعلق گرفت.



### نقد اقساط

## ایزوگام و قیر گونی اکبر هریوندی



تهیه و نصب انواع عایق های رطوبتی AOS ۱۰ سال ضمانت ۵ سال بیمه ایران  
میدان آزادی - نبش جمهوری ۱ - دژبانی سابق ارتش ۳۲۲۳۰۴۰۳ - ۰۹۱۵۱۶۳۲۸۱۱ - ۰۹۱۵۷۷۱۲۸۱۱

کار فقط کار تهران  
تولیدی یافت آباد تهران  
تولید کننده انواع مبلمان  
سلطنتی و راحتی  
حمل بار رایگان  
تولیدی مبلمان علی با مناسب ترین قیمت و بهترین کیفیت همراه با ضمانت نامه کتبی  
بلوار شعبانیه - حد فاصل خیابان دولت و بقیه ۱... - جنب املک عشقی زاده  
۰۹۱۲۸۶۳۸۸۹۲ - ۰۹۱۹۲۶۳۸۸۹۲ با مدیریت: جهانی

ابزار آلات صنعتی و تعمیرگاهی و نجاری عباس آبادی  
نمایندگی فروش لوازم تعمیرگاهی:  
دستگاه جلوبندی - بالاسی - لاستیک در آر - ساکن روغن - دیاک - کارواش  
پرس - شستوی اتوگور - پمپ باد - جارو برقی و ... با قیمت مناسب  
نمایندگی دیاک سخن گویا  
قیمت ۲۵۰ هزار تومان جهت خودرو  
بین غازی ۵ و ۷ ۰۹۱۵۱۶۱۴۹۵۷ - ۲ - ۳۲۲۱۲۴۹۳

الکترو موتور پیچی تاجی  
تعمیر و سیم پیچی الکترو موتور های صنعتی سه فاز و تک فاز  
کولر - سنگ - جاروبرقی  
آدرس: خیابان پاسداران - بین پاسداران ۴ و ۶  
تلفن: ۰۹۱۵۷۲۲۹۸۹۲ - ۳۲۲۱۰۷۰۲ مدیریت: تاجی  
سرویس و نصب کولر در اسرع وقت ۰۹۱۵۷۹۱۵۹۳۵

ایزوگام جهان بین  
پیش از ۳۵ سال سابقه کار  
قیر گونی و زیرسازی و آسفالت محوطه  
آدرس: بیرجند - چهارراه توحید  
خیابان امام موسی صدر - تقاطع استقلال  
۰۹۱۵۵۶۱۶۱۰۷ - ۳۲۴۹۹۱۸۲

گالری هامون  
ارائه دهنده مبلمان استیل و کلاسیک  
با اقساط ۱۵ ماهه بدون پیش قسط  
حاشیه بلوار صیاد شیرازی ۱-۳۲۲۱۲۷۸۰ (مدیریت: امیر هامونی)

تعمیرات تخصصی لوازم خانگی  
با ۱۰ سال سابقه کار در تهران  
با گارانتی - تعمیر در منزل  
بازدید رایگان  
۰۹۱۲۶۲۲۲۳۴۳ (برادران عابدی)

فروشگاه لوازم خانگی ایران زمین  
عرضه کننده محصولات زیرروا - الکترواستیل - ال جی  
فروش انواع کولر آبی  
به قیمت درب کارخانه (نقد و اقساط)  
نبش مدرس ۳۴ / ۰۹۱۵۵۶۱۳۲۶۲ - ۰۹۱۵۲۶۴۱۹۳۴ (مومنی)

سالن زیبایی بانوی شرقی  
کاشت ناخن، انواع خدمات هاشور  
بانازترین قیمت  
متخصص ابرو و کوتاهی مو  
رنگ - گریم عروس  
انواع مش و لایت  
معصومیه - نیستان ۴ - جنب نانوايي  
۰۹۱۵۹۶۲۰۹۸۹

ساخت انواع مهرهای فلزی و ژلاتینی  
۵۰ درصد تخفیف طراحی  
میدان آزادی - ابتدای خیابان شهید برگی  
مجمع تبلیغاتی مهد هنر  
۳۲۳۳۱۰۲۸ - ۰۹۱۵۱۶۰۳۲۳ (ناظمی)

حمل آب و خاک با نیسان  
بانازترین قیمت  
۰۹۳۰۱۴۴۴۱۳۸

چکاپ و تنظیم موتور نوشادی  
انواع ماشین های  
ایرانی و خارجی  
نبش کارگر ۲  
۰۹۱۵۵۲۰۴۲۸۹

پارس استیل  
طراحی، اجرا و نصب انواع  
دره های استیل، آلومینیومی  
پلکی و حفاظ استیل و اسپایدر  
فروش و نصب درب خزانه  
و ضد سرقت  
بیست متری دوم غربی مدرس - بین نواب ۷۵  
۰۹۱۵۵۶۱۶۲۹۳ - ۳۲۲۲۰۱۲۰ (فرهادی)

فروشی  
PK مدل ۸۲ رنگ مشکی  
بدون رنگ - قیمت توافقی  
۰۹۱۵۷۴۰۷۲۰۶

نیازمندیم  
به چند نفر بازاریاب خانم  
جهت کار در دفتر روزنامه  
بصورت پورسانتی نیازمندیم  
۰۹۳۳۴۸۱۹۲۹۷

امور مشترکین  
روزنامه امروز خراسان جنوبی  
۳۲۲۴۹۹۹۷

دهکده تندرستی بیرجند  
روغن گیری دانه های روغنی  
از جمله کنجد، سیاه دانه و ...  
آسیاب انواع ادویه جات و مواد غذایی  
با دستگاههای مجهز و جداگانه بدون تغییر در کیفیت مواد  
تولید کننده انواع عسل طبیعی و فرآورده های زنبور عسل  
آبگیری لیمو، غوره، انار، زرشک، گوجه فرنگی  
فروش لوازم قنادی، عرقیات و گیاهان دارویی  
ابتدای معلم ۲۶ (مهرورز)  
۰۹۱۵۱۶۰۷۰۸۳ - ۳۲۴۲۲۶۶۲



