



سردار نقدی:

مسئولان فضای مجازی قاتل
شهیدای امر به معروفند

۶ صفحه



ایمانی فعال اصولگرا:

مردم از مدل خوشی ندارند اما
از اصلاح طلبان کلا ناامیدند

۶ صفحه



محمد هاشمی رفسنجانی:

می خواهند با مشارکت پایین
مردم، پیروز انتخابات شوند

۶ صفحه

شهردار مرکز استان عنوان کرد:

طلب میلیاردری شهر بیرجند

شهردار بیرجند روز پنجشنبه در نشست خبری با اشاره به مطالبات شهرداری از دستگاه های دولتی گفت: اکنون حدود ۱۲۰ میلیارد تومان از دستگاه های دولتی طلبکار هستیم. ... مشروح در صفحه ۳

رئیس دانشگاه علوم پزشکی بیرجند:

شرایط استان خوب نیست

۲ صفحه

سر مقاله

هرم پور

چه خوشبختی نابی!

ده روز گذشت و ما هنوز استاندار نداریم! او که چه خوشبختی نابی! حضرات زحمتی به خود نمی دهند استانداری را معین، انتصاب و معرفی می کنند. حال خوش این روزهای استان و مردمش، واقعا خریدنی است! می خواهیم به مناسبت این دهه بی استانداری، ده سؤال بپرسم و همینجا جوابش را به نیابت از مسئولان محترم، تقدیم حضورتان کنم. سؤال اول: خراسان جنوبی و مردمش برای مسئولان مهم هستند؟ جواب: اصلاً سؤال دوم: مسئولان از دردها، رنج ها، مشکلات، خواسته ها، مطالبات و نیازهای مردم و استان آگاهند؟ جواب: خیلی خیلی کم، اگر هم آگاه باشند، در اولویت نیستیم. سؤال سوم: مردم از عملکرد جامعه نخبگانی استان، نمایندگان محترم، ذی نفوذین و کسانی که حرف شان خریدار دارد، در جریان وقایع اخیر جایجایی استاندار راضی هستند؟ جواب: ابتدا سؤال چهارم: امید، حس خوب و نگاه مثبت مردم خراسان جنوبی و از همه مهم تر اعتمادشان به قول ها، حرف ها، تمهدها و خبرها و وعده های مسئولان بیشتر شده یا کمتر؟ جواب: شک نکنید کمتر. ادامه در صفحه ۲

خراسان جنوبی، خودکفا در تولید ماسک ۳

محدودیت ها در خراسان جنوبی ادامه دارد ۵

متقاضیان مسکن شهری در استان به بنیاد مسکن مراجعه کنند ۳

رضایت شما برای ما مهمه ...

دریافت

گواهینامه ملی

رعایت حقوق مصرف کنندگان

کویرتایر
www.kavirtire.ir



چه خوشبختی نابی!

* هرم پور

(... ادامه سرمقاله ذ صفحه اول)
سؤال پنجم: مردم پس از این همه بدعهدی نسبت به استان، خودشان را نسبت به مسائل مهم کشور که با منافع ملی ما ارتباط مستقیم دارد (مثل انتخابات، راهپیمایی ها، پشتیبانی ها در مواقع حساس) متعهد خواهند دانست؟
جوابه: قطعاً نسبت به گذشته خیلی کمتر.
سؤال ششم: کاری کارستان برای خراسان جنوبی خواهند کرد؟
جوابه: چون به حجب و حیای این مردم اعتماد راسخ و کامل دارن، به هیچ عنوان، در هر استان دیگری، این شرایط بی ثباتی مدیریتی را در ظرف سیزده سال اعمال می کردند، مردم، نخبگان، نمایندگان، رسانه ها، میخ و پیچ و مهره میزاها و صندلی ها و لولای در اتاق مسئولیت هایشان را یکی یکی در می آوردند و بر سرشان می کوبیدند. فراموش نکنیم که اینجا خراسان جنوبی است: جزیره ای ساکن، آرام، بی دغدغه برای فردا، با حرف های دلکش فراوان از سوی نخبگانش در خفا و با ترس های تعجب انگیز و جسارت های مرده و به تحلیل رفته برای بیان نقدها و نظرها در عیان و آشکار. سؤال هفتم: نظر رأی، نگاه، مطالبه و زاویه دید مردم و نخبگان استان برای تعیین سرنوشت استان شان که در آن متولد شده اند، نشو و نما یافته اند و قرار است با تغییر و اندیشه خودشان آن را بسازند، چقدر برای مسئولان مهم است؟
جوابه: چه سؤال مضحک و خنده داری. باور کنید هیچ، حتی نه به اندازه سر سوزنی. سؤال هشتم: همه مشکلات به مسئولان ختم می شود؟
جوابه: نه. بخش مهمی از آن هم به سکوتمردم، فقدان جسارت نخبگان استان، بی جرأتی و وام در بودن برخی رسانه ها، زد و بندهای پشت صحنه، مدیریت میدان توسط عناصر خاص، و به انحراف کشاندن مطالبات و از اولویت خارج کردن مطالبه های اصلی مردم بر می گردد. سؤال نهم: پیشنهاد تو؟
جوابه: اگر می توانستم، کلاس هایی به وسعت همه مردم استانم دایر می کردم و در آن ضمن ترمیم به مطالعه بیشتر، خواندن بیشتر و تفکر بیشتر، به آنها جرأت، جسارت، بی پروایی و حق خواهی، اولویت های حقوق شان و آموزه های تربیتی برای با دل و جرأت تر تربیت کردن فرزندان شان نسبت به خودشان رایه انهایی آموختم. در استانی که ملاک مردمش برای انتخاب نخبگان فرهنگی و اجتماعی شان تعداد لایک های اینستاگرامی باشد، در استانی که بعضی مسئولینش از ابتدایی ترین واژگان توسعه ای بی خبرند و هنوز بر مسند مدیریت حضور دارند، در استانی که هواخواهی مردمش از عکس ها و تصاویر همشهری ها بیشتر از هواخواهی اندیشه ها و فکرها و نظرهاست، در استانی که مسئولان هم به این نتیجه برسند که «قدرت» و «قوت» برای مردمش یکبست، حرف زدن از حق، از مطالبه، از توسعه و سخن گفتن از فردا، خنده آور نیست؟ (لطفا نظرات و پیشنهادات خود را درباره این سرمقاله به شماره ۰۹۳۰۴۹۳۸۲۱- ارسال بفرمایید)

رئیس دانشگاه علوم پزشکی وخدمات بهداشتی درمانی بیرجند با بیان اینکه در ۳ هفته اخیر شاهد افزایش و طغیان کرونا در استان بودیم، گفت: در حال حاضر شرایط خوب نیست و عبور از این بیک نیازمند همراهی تمام مردم است. به گزارش تسنیم ، محمد دهقانی به افزایش روند صعودی بیماران مبتلا به کرونا در استان اشاره و اظهار کرد: در واقع کاهش رعایت پروتکل ها و بازگشایی مکان هایی که تعطیل بود و همچنین دورهمی های خانوادگی علت اصلی این روند صعودی بیماری است. وی با بیان اینکه در حال حاضر کانون مشخصی از بیماری وجود ندارد، گفت: ویروس به شدت جهش یافته و باعث تشدید سرایت و انتقال آن و در نتیجه افزایش بیماران شده است.

رعایت پروتکل ها از ۸۲ درصد به ۴۷ درصد در استان رسیده است

رئیس دانشگاه علوم پزشکی وخدمات بهداشتی درمانی بیرجند با بیان اینکه در حال حاضر آلودگی در تمام نقاط استان پخش است، افزود: هر جا پروتکل های بهداشتی رعایت نشود و تجمع از دو تا سه نفر بیشتر باشد ویروس سرایت می کند و باید گفت رعایت پروتکل ها از ۸۲ درصد به ۴۷ درصد در استان رسیده است. دهقانی با تاکید بر اینکه در حال حاضر شرایط واقعا خوب نیست، ادامه داد: در درجه اول برای کاهش این بیماری باید به سه اصل اصلی زدن مداوم ماسک، رعایت فاصله و شست وشوی مکرر دست ها برگردیم. وی به تأمین نیرو در بیمارستان های استان اشاره و بیان کرد: تمام پرسنل پرستاری که در نوبت طرح بودند در حال حاضر به کار گرفته شده و اکنون به گونه ای است که هیچکس در نوبت طرح نیست و همچنین پرستارانی که طرح شان در حالت اتمام است نیز دوره طرح آنها تمدید می شود. رئیس



شنبه ۱۰ آبان ۱۳۹۹ هـ شماره ۴۶۶۵

رئیس دانشگاه علوم پزشکی بیرجند :

شرایط خوب نیست

دانشگاه علوم پزشکی بیرجند تصریح کرد: در راستای استخدام نیرو نیز مجوز ما امسال ۶۹ مورد بود که از این تعداد ۳۸ پرستار، ۱۱ نیرو برای فوریت های پیش بیمارستانی، ۱۵ مورد مراقب سلامت برای مراکز بهداشتی و ۵ نیروی پاراکلینیک مانند آزمایشگاه و رادیولوژی ... هستند و از این ۳۸ پرستار متاسفانه ۱۵ مورد حاضر نشدنند شروع به کار کنند. وی از ایجاد سامانه رشد در سایت دانشگاه علوم پزشکی خبر داد و افزود: در این راستا تمام پرستاران یکبارگی که تمایل به همکاری دارند می توانند در این سامانه ثبت نام کنند تا بلافاصله آنها را به کار بگیریم.

تا پایان آبان سهمیه استان در استخدام کادر بهداشتی و درمانی اعلام می شود

رئیس دانشگاه علوم پزشکی وخدمات بهداشتی درمانی بیرجند با بیان اینکه به تعدادی نیروی خدماتی نیز در بیمارستان های استان نیاز داریم، ادامه داد: ۷ هزار مجوز باقی مانده که تا پایان آبان ماه سهمیه استان اعلام می شود.دهقانی با بیان اینکه از ابتدای بیماری کرونا هر چند مدت یکبار با یک سری مشکلات مواجه می شدیم، گفت: در بحث دستگاه اکسیژن ساز اگر فضای کلی کشور را رصد کنیم متوجه خواهیم شد که بسیاری از بیمارستان های کشور با این مشکل مواجه هستند.

وی ادامه داد: در هفته گذشته ۲ دستگاه اکسیژن ساز به بیمارستان ولی عصر(عج) بیرجند داده شد اما مشخص شد که میزان اکسیژن مورد نیاز را نمی توانست تأمین کند که بلافاصله ۲۰۰ کپسول اکسیژن تأمین شد که برای تولید اکسیژن کمک لازم را می کرد. رئیس دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی بیرجند با بیان اینکه از ابتدای آبان ماه



بیمارستان رازی نیز برای بیماران کرونایی انتخاب شد، گفت: در حال حاضر ۶۰ بیمار کرونا مثبت نیز در بیمارستان رازی بستری هستند و بیمارستان ولی عصر(عج) تا جایی که ظرفیت اکسیژن ساز داشته باشد بیمار پذیرش می کند و مازاد بر آن، بیماران منتقل به بیمارستان رازی می شوند.وی به علت افزایش میزان فوتی ها نیز در سه هفته اخیر اشاره و بیان کرد: برخی این موضوع را به کمبود دستگاه اکسیژن ساز ربط می دهند در صورتی که این گونه نیست و این موضوع در کشور نیز روند صعودی داشته است. دهقانی ادامه داد: از دلایل افزایش فوتی ها یکی این است که در سه هفته اخیر شاهد افزایش تعداد تست های مثبت و بیماران تنفسی حاد بودیم و همچنین مراجعه دیر هنگام مردم به مراکز بهداشتی سبب این افزایش شده است. وی ادامه داد: بعضا مردمی که مبتلا می شوند با تأخیر مراجعه می کنند که این مراجعه دیر هنگام سبب بروز مشکلاتی می شود و در خواست داریم کسانی که علائم خفیف دارند به مراکز ۱۶ ساعته و افرادی که مشکلات تنفسی دارند هرچه زودتر به بیمارستان مراجعه کنند تا بافت ریه آنها خیلی آسیب نبیند.

هزینه کرد ماهیانه ۳.۵ میلیارد تومان برای تأمین موارد مورد نیاز پرستل

رئیس دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی بیرجند گفت: ماهانه بالغ بر ۳.۵ میلیارد تومان برای تأمین موارد مورد نیاز پرستل بیمارستان از جمله گان، ماسک و ... هزینه می شود که مدیریت استفاده از این اقلام باید در دستور کار باشد. دهقانی یادآور شد: ما هیچ وقت آرام غیر واقعی در استان به مردم ندادیم و کاهش این بیماری نیازمند کمک و همدلی تمام مردم استان است که امید است از این بیک عبور کنیم.

یادداشت

چرخه مهار کرونا در استان

*سیدیالوفضل موسوی نژاد

خراسان جنوبی موج سوم شیوع بیماری کرونا هر روز رکوردهای متفاوتی در میزان افراد شناسایی شده و افراد فوت شده از بیماری منحوس کرونا برجای می گذارد و انگار این بیماری خیال فروکش کردن و از بین رفتن ندارد. بر اساس آمار و براساس بررسی انجام شده از بین ۱۵ کشور درگیر با بیشترین میزان ابتلا به بیماری کرونا تا روز ۷ آبان ماه جاری، کشور ایران با میزان ۵۸۸ هزار و ۶۴۸ نفر مبتلای قطعی در این لیست رتبه ۱۴ از نظر میزان افراد مبتلا شده و رتبه دهم در میزان افراد فوت شده را داراست. از طرفی بر اساس میزان جمعیت نیز در بین ۱۵ کشور درگیر با ۷۳۴۵ نفر در هر صد هزار نفر جمعیت رتبه چهاردهم و با ۲۵۶۵ نفر فوت شده در صد هزار نفر جمعیت، رتبه ۱۲ را دارد. از منظر دیگر در این لیست، ایران با فوت ۵.۲۳ درصد مبتلایان بعد از کشورهای مکزیک و ایتالیا، رتبه سوم را دارد؛ به عبارت دیگر میزان مرگ افراد مبتلا شده به بیماری کرونا در کشور بسیار بیشتر از سایر کشورهایی است که در این لیست قرار دارند. همچنین بر اساس آمار در استان خراسان جنوبی نیز ۸۲۲ نفر در صد هزار نفر مبتلا به بیماری کرونا شده اند که نسبت به میانگین کشوری که میزان آن ۷۳۶ نفر در جمعیت یکصد هزار نفری است، بالاتر است. در مقایله با بیماری کرونا می توان به بحث پیشگیری، شناسایی، قرنطینه فرد مبتلا و درمان بیماران اشاره کرد؛ واقعا کدام بخش از این چرخه میبوست است که آمارهای کرونا اینگونه هر روز رکوردهای جدیدی از خود به جا می گذارد؟ در بحث پیشگیری در زدن ماسک و ضد عفونی کردن دست می توان به جرات گفت نرخ استفاده از ماسک در کشور خوب بوده و افراد زیادی در جامعه در زمان حضور در مکان های عمومی از ماسک استفاده می کنند؛ هر چند ممکن است که در نحوه استفاده برخی از اشتباهات رایج را تکرار کنند اما میزان استفاده از ماسک تقریبا قابل قبول است. در بخش پیشگیری از بیماری کرونا رعایت فاصله اجتماعی، پاشنه آشیل کنترل بیماری کرونا است، برخی از تجمعات توسط مردم شکل گرفته است که می توان به شرکت در مراسم خانوادگی، برگزاری عروسی ها و مراسم عزرا و برنامه های فرهنگی اشاره کرد. با توجه به نرخ شیوع بیماری کرونا و جهش های صورت پذیرفته در این ویروس، هرگونه تجمعی یا هر سطح از رعایت پروتکل های بهداشتی به شیوع این بیماری دامن می زند و با توجه به دوران نهفتگی و نرخ رشد این بیماری که دارای رشد نمایی است، هرگونه برگزاری مراسم و تجمعات، افزایش چند برابری بیماری را در پی خواهد داشت. بسیاری از تجمعات نیز غیر قابل کنترل بوده است. مطب پزشکیان و داروخانهها، مترو و اتوبوس ها، فروشگاه های

عرضه مواد غذایی، آرایشگاهها و ... با تراکم زیاد جمعیت که امکان فاصله گذاری اجتماعی در آن ها وجود ندارد از مکن ها؛ مهم توزیع بیش از حد این بیماری است. کام دوم مقابله با بیماری کرونا، شناسایی افراد ناقل و جداسازی آنهاست. در بحث شناسایی همانگونه که با ابلاغ پروتکل های وزارت بهداشت، آزمایش گیری و تست PCR محدود به افراد خاصی که در این دستورالعمل ابلاغ شده است گردیده و این تست از افرادی که علائم این بیماری را داشته باشند گرفته نمی شود و اگر بخواهند این افراد تست را بدهند باید هزینه های سنگینی پرداخت کنند که از توان مالی بسیاری از مردم در این شرایط خارج است. عدم شناسایی افراد ناقل یکی از مهم ترین دلایل شیوع بیش از حد این افراد بوده و افرادی که مشکوک هستند با توجه به اطمینان نداشتن ۱۰۰ درصدی از بیماری خود در جامعه فعالیت و حضور دارند و این حضور شیوع بیماری را دامن می زند. اگر تعداد آزمایش های این بیماری افزایش پیدا می کرد و همه افراد ناقل شناسایی می شدند قطعا در کاهش نرخ رشد بیماری نقش بسزایی داشت. بر گام سوم می توان به قرنطینه افراد شناسایی شده اشاره کرد. در قرنطینه افراد مبتلا نیز هیچ گونه دستورالعمل روشنی وجود ندارد. با توجه به اینکه همه افراد شناسایی شده نیاز به بستری شدن در بیمارستان ها را ندارند؛ بنابراین توصیه پزشکان به قرنطینه خانگی است اما در صورتی که فرد مبتلا در خانه خود به صورت قرنطینه نباشد چه اهرم هایی توسط دولت پیش بینی شده است؟ در بسیاری از کشورهای پیشرفته ابزار و نرم افزار در گوشی افراد ناقل نصب شده و عبور و مرور این افراد رصد می شود و یا با ابزارهای الکترونیکی دیگر محل های عبور و مرور مبتلایان بررسی و نسبت شناسایی افرادی که توسط فرد ناقل در معرض آسیب بوده اند مشخص می شود تا از گسترش این بیماری جلوگیری شود.اما در کشور ایران این قسمت نادیده گرفته شده است. در گام چهارم که درمان افراد بیمار است، نیز ضعف هایی وجود دارد. این به معنای نادیده گرفتن زحمات پرستاران، پزشکان و کادر درمان نیست، اما رعایت این موارد در کنترل بیماری کرونا بسیار حائز اهمیت است. افرادی که مشکوک به بیماری کرونا هستند جهت درمان به مطب متخصصین بیماری های عفونی مراجعه می کنند این مطبها گاها در واحدهای آپارتمانی در فضای کم و با تراکم جمعیتی بسیار زیاد است و افرادی که سالم هستند نیز در این مطبها مبتلا می شوند. در نظر گرفتن یک مکان خاص در هر شهرستان به منظور حضور متخصصین عفونی در یک فضای مناسب که بتواند موجبات رعایت فاصله گذاری اجتماعی را فراهم کند اقدام بسیار مناسب است که باید بیشتر مورد توجه قرار گیرد. نکته دیگر این است تحریم های سنگینی که توسط کشورهای دیگر به ایران وارد می شود، تأمین بسیاری از لوازم و تجهیزات پزشکی و داروهای مورد نیاز این بیماری را با مشکلات زیادی مواجه کرده است و دستگاه اقتصادی دولت برای تأمین ارز و همچنین واردات این اقلام جهادگونه فعالیت می کند که قابل تقدیر است.

تالار و رستوران کریم (خاوران سابق)

طبخ غذاهای اصیل ایرانی با برنج ۱۰۰ %
ایرانی و گوشت تازه کوسفندنی
خیابان ارتش ۰۹۱۵۲۱۷۴۹۹۸ – ۰۹۱۵۲۴۲۴۹۹۸
۳۲۲۱۸۴۹۰ – ۳۲۲۱۸۲۲۹

دستگاه ساب سیار امیرآبادی زاده

ساب انواع سنگ های مرمر، گرانیت
موزائیک و بتن
۰۹۱۵۶۷۰۶۵۳۸ – ۰۹۱۵۵۶۰۸۹۰۷

حمل بار فاروقی

حمل بار و اثاثیه منزل
داخل و خارج شهر
با کادر ماهر و مجرب
(مسیر سیستان و بلوچستان، مشهد، بیرجند و حومه)

از تولید به مصرف (کیفیت عالی)

کارخانه سنگ بری محمدعلی بوشادی

باجهترین سنگ مرغوب
آماده خدمت رسانی به همشهریان
و صنوف مختلف می باشد.
آدرس کار خانه: کیلومتر ۱۲ جاده
بیر جند – مشهد
تلفن: ۳۲۳۲۱۸۹۵
آدرس دفتر سنگ فروشی:
شهید تیموریور ۱۳ – پلاک ۲
تلفن: ۰۹۱۵۱۶۱۴۰۵۹ – ۳۲۳۵۷۴۷۷

*** با دستگاه اتوماتیک (پرس بلوک با فشار برق)**

*** تضمین کیفیت (در صورت شکستگی بلوک، مبلغ بلوک شکسته از فاکتور کسر می گردد و یا در خرید بعد جبران خواهد شد)**

شرکت کیمیا ساز ه شرق ویستا

شماره ثبت: ۶۲۴۲

*** تولید کننده انواع قطعات بتنی پیش ساخته**
*** عرضه انواع بلوک سیمانی دوجداره و سه جداره**
*** تولید انبوه بلوک سیمانی با کیفیت و درجه یک (با طرح اختلاط مهندسی شده)**

قالیشویدے ومبل شویدے ایراد

عضو متبیر اتحادیه مسئول: دستگردی
www. iranwash. ir
دفتر: توحید۲۱، نبش نبوت ۲۱، پلاک ۱۰۵

صاف صاف

لول لول

تخت تخت

برای اولین بار
فرش های خود را
اتو کشیده
تعمیل بگیری

۶۶۶۶

۲۰۲۰۲۰

۲۰۲۰۲۰



اگر کارتان توجه منلوم شما را طلب می کند، ممکن است فشار کاری زیادی احساس کنید و فکر کنید که زندگی در کارتان خلاصه می شود. به یاد داشته باشید، شغل فقط یک شغل است. به آنچه واقعا برایتان مهم است، فکر کنید. زندگی و کار خود را مجدداً اولویت بندی کرده و روش هایی را برای کمک گرفتن پیدا کنید. می توانید برای کمک به همکاران خود مراجعه کنید، به طور مرتب تعطیلات داشته باشید و از همه مهم تر مراقب بدن خود باشید. شب خوب بخوابید و از گذراندن ساعت های شب به بررسی ایمیل های کاری خودداری کنید. مطمئن شوید از نظر جسمی، روحی و عاطفی سلامت هستید.

کرونا

تا سر و کله نحس کرونا پیدا شد
صحت و عاقبت و دوره می یغما شد
کار و بار همه خلق خدا ریخت بهم
تا درفش کرونا در همه جا برپا شد
منع شد دست رفاقت، منع شد بوسه مهر
قطع شد رابطه ها، فاصله ها پیدا شد
جمعیت ها شده باشیده زهم با افسوس
روز مردم ز غم و غصه شب یلدا شد
محو شد غنچه لبخند ز سیمای همه
خط پیشانی هر پیر و جوان خوانا شد
هیبت بمب اتم ریخت به پای کرونا
کز دو مقال در این عرض و سما غوغا شد
شده تسخیر بشر آنچه علوم است و فنون
با چنین رتبه، ندانم ز چه رو رسوا شد؟
چيست اندر پس این پرده خدا می داند
که چرا نوع بشر مات در این غوغا شد
نکند از ستم و فسق و غرور من و توست
کین بلا بر سر ما مثل عجل پیدا شد
وقت آنست شکایت به در دوست بریم
هر گره با نفس گرم کریمان وا شد
چهارده نور ولا مظهر الطاف حقند
خنک آن دیده که با نور خدا بینا شد
ای دل از ذکر و دعا غفلت و نسیان تا چند
صبح روشن ز پس شام سیاه پیدا شد
هفتم آبان یک هزار و سیصد نود و نه

مهدی قمری



یاد یاران

(شهید ابراهیم قلی زاده فرسا، فردوس): بزرگترین وصیت من به بازماندگانم این است که سعی کنید با یاد خدا و به نام خدا و در راه خدا زندگی کنید و فراموش نکنید دنیا به آخر می رسد، دل به دنیا نبندید و خود را مهبای سفر آخرت کنید. راهی که من رفته ام راه عزت و سعادت است، سعادت اسلام و مسلمانی و سعادت خودم انشا...!

در روزهای کرونایی ذهنیت واقع گرایانه داشته باشید

اگر آرام باشید می توانید به دیگران از جلوگیری هراس و اضطراب کمک کنید. احساسات خود را با عزیزان تان به اشتراک بگذارید. اگر علیرغم اقدامات احتیاطی هنوز از احساس نگرانی دارید، ممکن است صحبت در مورد نگرانی هایتان مفید باشد. با یک دوست یا یکی از اعضای خانواده خود تماس بگیرید و در مورد احساس خود با آنها صحبت کنید. شاید متوجه شوید که هر دو بعد از مکالمه در مورد آن احساس بهتری پیدا می کنید!

کرونا در کودکان نادر است و معمولاً این علامت در کودکان خفیف تر از بزرگسالان است. استفاده بیش از حد از داستان های رسانه ای در مورد ویروس خودداری کنید. حتی اگر بیش از حد به آن توجه کنید، خبرها از منابع معتبر می تواند احساس نگرانی کند. اگر احساس نگرانی زیادی دارید، سعی کنید از خواندن، تماشا یا گوش دادن به خبرهای در مورد آن دوری کنید. برای خودتان محدودیت تعیین کنید که چقدر زمان را صرف جستجوی اخبار مربوط به شیوع آن کنید.

اطلاعات خود را از منابع معتبر دریافت کنید. داستان ها در اخبار و رسانه های اجتماعی غالباً خطر ابتلا به بیماری هایی مانند ویروس کرونا را زیاد نشان می دهند. اطلاعاتی که آن ها ارائه می دهند غالباً نادرست یا منسوخ هستند. برای اطمینان از اطلاعات دقیق و معقول، به منابعی مانند مراکز کنترل و پیشگیری از بیماری و سازمان بهداشت جهانی مراجعه کنید. اکثر افرادی که کروناویروس دریافت می کنند علائمی مانند آنفلوآنزا مثل تب، سرفه و درد بدن دارند. عفونت



مصرف قند و شکر را محدود کنید

مصرف قند و شکر را تا مدتی از رژیم خود حذف کنید و سعی کنید خوردن آن را محدود کنید و یا به جای آن از شیرین کننده های طبیعی همچون عسل، خرما و توت خشک استفاده



کنید، همچنین تا می توانید کمتر غذا بخورید تا با این کار موجودی شکر بدن کاهش پیدا کند. معمولاً غذاهای قندی و نوشیدنی ها کالری زیادی دارد و مصرف زیاد آن ها حتی با ورزش منظم هم به افزایش وزن منجر می شود.

دارویی مفید برای بیماران کرونایی

دانشمندان با آزمایش اسپرین روی بیماران و بیماران کرونایی که در بیمارستان بستری بودند، دریافتند این دارو می تواند بیش از چهل درصد احتمال مرگ ناشی از کرونا را کاهش دهد. متخصصان



می گویند این یافته ها استفاده از اسپرین را برای جلوگیری از عوارض شدید کرونا تحققی می بخشد. مردم از اسپرین به عنوان دقیق کننده خون برای کاهش خطر حملات قلبی و مغزی یا مدیریت بیماری های قلبی استفاده می کنند.

حداقل ورزش برای مقابله با کرونا

افراد سالم باید ۱۵۰ تا ۳۰۰ دقیقه فعالیت بدنی متوسط را در هفته مدنظر قرار دهند و در عین حال افراد در معرض خطر کرونا از ورزش طاقت فرسا و بیش تمرینی بپرهیزند. سلامت ایمنی بدنی افراد



یکی از مهم ترین مسائلی است که باید به آن توجه شود و به همین منظور ۱۵۰ تا ۳۰۰ دقیقه فعالیت فیزیکی متوسط تا شدید در هفته مدنظر قرار گیرد و وزن بدنی در محدوده توصیه شده از سوی متخصصان نگه داشته شود.

سویی که بازوی کرونا را می خواباند

سوپ عدس یکی از غذاهایی است که با توجه به شیوع بیماری همه گیر کرونا و شروع فصل زمستان باید به مصرف آن توجه جدی داشت. افراد در جستجوی روش هایی برای محافظت از



خود در برابر ابتلا به ویروس کرونا هستند که این روزها به یک بیماری همه گیر جهانی (پاندمی) تبدیل شده است و این در حالی است که یک نوع غذای ساده در دسترس دارند و می توانند فواید اعجاب انگیزی در این خصوص داشته باشد.

کمبود زینک خطر آفرین برای دیابت

کمبود زینک یا روی می تواند باعث به تعویق انداختن بلوغ جنسی و ریزش مو و دیر خوب شدن زخم شود. بیماری هایی مثل دیابت و آرترئوز باعث کاهش زینک در بدن می شود. یکی از مواد معدنی



ضروری زینک یا روی است که در مقادیر کم در غذا یافت می شود. این ماده به بدن به مقادیر زیادی از زینک نیاز ندارد اما ممکن است فرد دارای کمبود زینک باشد. بدن برای چندین فرآیند مهمش از زینک استفاده می کند.

راهکارهای کاهش خطر مسمومیت در کودکان

همواره مراقب کودکان باشید که در حال انجام چه کاری هستند. درواها و مواد شیمیایی را در قفسه های دراز ارتفاع و با قفل ایمنی نگهداری کنید. کودکان بیاموزید هیچ چیزی ننوشند و یا نخورند مگر اینکه با اجازه بزرگسالان باشند. مصرف داروها در مقابل کودکان پرهیز کنید. هرگز بدون مشورت با پزشک و یا داروساز، خودسرانه از داروها و مکمل ها برای کودک خود استفاده نکنید. از دسترسی کودکان به اسباب بازی های دارای باتری، خصوصاً باتری های دسکی و مینیاتوری خودداری کنید. گیاهان آپارتمانی سمی را در آیرتمان نگهداری نکنید. همچنین از نبودن گیاه سمی در باغچه مطمئن شوید. شیشه های حاوی محلول های ضد عفونی کننده و یا الکل را از دسترس کودکان دور نگه دارید. مرکز اطلاع رسانی داروها و مسموم



مواد غذایی ضد کرونا را بشناسید

متخصص تغذیه با اشاره به اینکه ویروس کرونا طبعی سرد دارد، گفت: برای مقابله با این بیماری، مصرف مواد غذایی که طبع گرم دارد مانند سیر، دارچین، زنجبیل، رازیانه، زیره و ترکیب سیاه دانه و عسل پیشنهاد می شود. وی متذکر شد: مصرف ۵ تا ۱۰ گرم زنجبیل در روز، هویج، ترکیب سیاه دانه و عسل، مالدین روغن شامل ترکیب نعناع و پادام شیرین، بادکش گرم کتف و ریه، مصرف جوشانده شامل زنیان، نعناع، شوید همراه عسل و مخلوط یک واحد نمک، ۵ واحد عسل و ۳ واحد لیمو ترش بسیار مفید خواهد بود. این متخصص تغذیه با بیان اینکه مصرف آب سیب هر ۸ ساعت یکبار توصیه می شود، از مردم درخواست کرد: حتماً از ماسک و دستکش استفاده کنند و از ترندهای بیجا اجتناب کرده و پروتکل های بهداشتی را رعایت کنند.



نیازمندیم	به یک فروشنده آقا نیاز مندیم. ۰۹۱۵۵۶۱۱۳۲۲
نیازمندیم	به یک کارگر ساده آقا جهت کار در میوه فروشی نیاز مندیم. ساعت کار: ۱۶ - ۷/۳۰ - ۰۹۱۵۱۶۰۸۳۸۵
مفتوبدی	برگ سبز خودروی پژو تیپ GLX ۴۰۵ به شماره پلاک ۴۶۲ د ۱۲۴ ایران ۲۲ به نام رضا فریور با کد ملی ۰۶۵۱۷۸۴۹۳۱ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.
مفتوبدی	برگ سبز خودروی سمند تیپ سورن به شماره پلاک ۸۱۱ ق ۸۱۱ ایران ۱۶ به نام حسن شیرینی با کد ملی ۰۶۵۰۲۳۲۷۵۵ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.
نیازمندیم	حمل بار حسینی جابجایی تخصصی بار و اثاثیه منزل داخل و خارج شهری به تمام نقاط کشور با تیم کارگری و بارچین ماهر کامیونت - کامیون - تریلی سید محمد حسینی ۰۹۱۵ ۱۶۱ ۱۶۳۶

نیازمندیم	غذای آماده گل نرگسی طبخ غذاهای اصیل ایرانی با برنج صدر در صد ایرانی سجاد شهر فلک نیک خترا ۰۹۱۵۶۵۸۰۷۱۶ - ۰۳ - ۳۴۶۱۱۰۰۳
نیازمندیم	تخریب و خاک برداری ساختمان و خرید ضایعات ۰۹۱۵۶۹۴۴۲ - ۰۹۱۵۱۶۳۷۱۶۵ - برات عزیزاده
نیازمندیم	نقاش ساختمان کارنگ مجری انواع طرح و رنگ های روز ۰۹۱۵۶۶۵۵۰۵۴ - مهدی برگی

با خرید از فروشگاه هامون حسابی تخفیف بگیر

تا ۵٪ تا ۲۵٪

فروش اقساطی

از ۱۰ ماهه

هود - سینک - گاز و فر - شیرآلات لوازم آشپزخانه و بهداشتی ساختمان بیرجند - نبش توحید ۳

امداد باطری بیرجند

تماس با ۱۶۰۷

آدرس: رجایی ۲

battery_160v

لوله بازکنی

تشخیص و رفع یو و نیم به روش ایزونانو * صد درصد تضمینی

۰۹۱۵۷۰۶۳۲۲۰ - ۰۹۳۶۵۲۳۷۰۱۴ - ۳۲۴۳۵۶۸۶ - خسروی

در بهای اتوماتیک مؤمنی

پایهان در

دفتر مرکزی بیرجند/ خیابان رسالت / مقابل رسالت ۱۰ ۰۹۱۵۱۶۳۹۰۱۰

طوس شاناه

تولید انواع شاناه تخم مرغ مقوایی

خرید ضایعات کاردی و کاغذ به بالاترین قیمت

قیمت به ازای هر کیلو در محل ۳۰۰۰ تومان

با فروش ضایعات کاغذ و کاردی به صورت مستقیم به کارخانه به جهش تولید پیرو شعار سال باری رسان ما باشید.

شهرک صنعتی بیرجند، بلوار تولید، نبش نوآوران ۰۵۶۳۲۲۵۵۱۱۸ - ۰۹۳۵۸۷۵۳۴۳۴

لوله بازکنی با فنر برقی

کار خرابی با فنر تخصصی

۱۸ سال سابقه کار در مشهد

عقد قرارداد با کارخانه ها و شرکت ها تشخیص و رفع بوی نامطبوع / ترمیم کف آشپزخانه و سرویس / لوله کشی و پیمانکاری ساختمان با مصالح و بدون مصالح به صورت شبانه روزی سرویس دهی به سراسر استان ۰۹۱۵۱۱۰۴۰۸۶ - ۰۹۱۵۸۹۹۴۰۸۶ - آدرس: مهرشهر - ولی عصر (عج) ۱۸ رسولی ۱۰۰ درصد تضمینی

مصلح ساختمانی پارسپار

(سیمان، گچ، پودرسنگ، آهک، آجر تیغه، بلوک سقفی، آجر ۵ سانت، انواع آجر نما)

بیرجند - تقاطع مفتوح و سعیدی ۰۹۱۵۷۲۳۸۰۰۱ - دبای

فروش انواع آجر گری

۰۹۱۵۷۵۷۹۰۲۸ - ۰۹۱۵۹۶۱۴۰۸۵

سه سور اخ، معمولی، گری، تیغه سفال ۱۵x۲۰ تیغه ۱۵x۱۵x۱۵ واحد تجاری یک - خسروی

ایزوگام سلیمانی

۱۰ سال ضمانت و بیمه ایران

خیابان ارتش، تقاطع صادشیرازی و پاسداران، جنب درب پادگان ۰۴ ۰۹۱۵ ۱۶۰ ۵۲۱۶ - ۳۲ ۲۲ ۰۰۳۴

اتوبار بزرگ قاصدک

کارگر تنها جهت تخلیه با بارگیری داریم

جابجایی یخچال ساید صدر صد تضمینی

۰۹۱۵۷۵۶۳۸۷۵ - سعیدی

ایزوگام شفیعی

آسفالت (محوطه و پشت بام) و فیرکونی

۰۹۱۵۱۶۳۰۲۸۳ - ۳۲۲۲۵۴۹۴ - میلادشیرازی، مجتمع میرداماد، واحد ۹۸

تهران - مشهد - زاهدان با کارگر بار و تخلیه

حمل اثاثیه منزل مداحی

با خاور مسقف و کارگر ماهر داخل و خارج شهر

شهرام مداحی ۰۹۱۵ ۳۶۴۷ ۳۶۴۷ - birjand-bar@

هفته وحدت فرصتی برای تأکید بر همبستگی مسلمانان است



سرپرست استانداری خراسان جنوبی در پیامی به مناسبت آغاز هفته وحدت اظهار کرد هفته وحدت از مناسبت‌های

دلپذیری است که طی آن بر همبستگی هر چه بیشتر مسلمانان جهان تأکید می‌شود تا یکدل و یکصدله الگویی مثال‌زدنی از همزیستی و همدلی در چشم‌جهانیان باشند. ناصر خوش‌خبر گفت: این‌جانب فرا رسیدن ۱۲ ربیع الاول و آغاز هفته وحدت را به تمامی مسلمانان جهان به ویژه هموطنان و هم‌استانی‌های عزیز در خراسان جنوبی اعم از شیعه و سنی تبریک و تهنیت عرض نموده و از درگاه ایزد باری تعالی مسئلت دارم ما را در سایه سار الطاف بی‌حدش، مورد عنایت حضرت بقیه‌الاعظم (عج) قرار دهد و باری‌مان نماید تا با پیروی از رهنمودهای حکیمانه مقام معظم رهبری (مدظله العالی) در جهت‌مانایی دین‌مبین اسلام از هیچ تلاشی فرو نگذریم و در خدمت به انقلاب و نظام مقدس جمهوری اسلامی موفق و ثابت قدم باشیم.

اعتبارات کاهش آسیب‌های اجتماعی در محل خود هزینه شود

ایرنا - مدیر کل دفتر امور اجتماعی و فرهنگی استانداری گفت: دستگاه‌های متولی مکلف هستند که اعتبارات کنترل و کاهش آسیب‌های اجتماعی را در محل همان اعتبار هزینه کنند. بهاری در دومین نشست کارگروه ویژه اعتبارات تملک‌دارایی‌های سرمایه‌ای سال ۱۳۹۹ افزود: خرید ساختمان، هر نوع وسیله نقلیه، وسایل لوکس و تزئینی و همچنین تکمیل پروژه‌های نیمه‌تمام از محل این اعتبار اکیدا ممنوع است. وی متذکر شد دستگاه‌های متولی بتوانند از این اعتبار برای تعمیر یا تجهیز مراکزی که در محدوده محلات حاشیه‌نشین و مناطق حاد و بحرانی قرار دارند نیز استفاده کنند.

فرهنگ و ارشاد اسلامی استان رتبه سوم ارزیابی عملکرد را کسب کرد

مدیر کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان گفت: براساس گزارش نتایج ارزیابی عملکرد ادارات کل فرهنگ و ارشاد اسلامی سراسر کشور، اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی خراسان جنوبی جایگاه سوم را به دست آورد. نیز زاده افزود: ارزیابی‌ها در سه سطح شاخص‌های عمومی، اختصاصی و امتیاز کل در سال ۱۳۹۸ از سوی دفتر مدیریت عملکرد وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، از عملکرد ادارات کل استان‌ها انجام شده است.

فوت ۶ نفر دیگر بر اثر ابتلا به بیماری کرونا

صدوسیما - معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند گفت: در حال حاضر ۴۰۴ بیمار با علائم حاد تنفسی در بخش‌های عفونی بیمارستان‌های استان بستری هستند که از این تعداد ۲۶۵ نفر دارای تست کرونای مثبت و ۳۴ نفر در بخش‌های ICU بستری‌اند که حال ۶ نفر از این بیماران مناسب نیست. دکتر مهدی زاده بیان اینکه در ۲۴ ساعت گذشته ۶ مورد جدید مرگ ناشی از بیماری کرونا در استان رخ داده، گفت: از این تعداد یک نفر مربوط به قاین و ۵ نفر از بیرجند گزارش شد که در مجموع تعداد موارد فوت در استان به ۲۸۷ نفر رسید.

باطن دشمنان اسلام نسبت به مسلمانان پراز عداوت است

مسلمانان عنوان کرد و افزود: اختلافات سران کشورهای اسلامی با یکدیگر سبب پناه بردن برخی کشورهای مسلمان به دامن اسرائیل شده است که اگر در کنار هم می‌بودند این اتفاقات رخ نمی‌داد.

دادن حکومت شان، سخنان بیپهوده بر زبان جاری می‌کنند و فکر می‌کنند می‌توانند با این سخنان مردم را تحت تأثیر قرار دهند. مولوی فاروقی، دلیل جرأت پیدا کردن دولت‌های جنایتکار را اختلافات بین

می‌شود، اما اگر کسی در دروغ‌هایی که برای منافع شان ساخته‌اند تردید کند، طبق قانون خودشان، مجرم است. امام جمعه اهل سنت بیرجند نیز گفت: دولت‌های استکبار به خاطر ترس از دست

صدا و سیما، نماینده ولی فقیه در استان در دیدار انمه جمعه و علمای اهل تسنن خراسان جنوبی با تبریک ایام میلاد پیامبر اکرم (ص) و هفته وحدت افزود: در فرانسه توهین به ساحت مقدس انبیا، آزادی بیان محسوب

حجت الاسلام والمسلمین عبادی گفت: باطن دشمنان اسلام، همچون رئیس‌جمهور فرانسه، نسبت به مسلمانان پراز عداوت است و از هر فرصتی برای پیاده کردن عقده‌های هزارساله شان استفاده می‌کنند. به گزارش

رشد فزاینده مبادلات مرزی در توسعه صادرات خراسان جنوبی نقش مؤثر دارد

به وضعیت کارت‌های بازرگانی صادرکنندگان استان اشاره و بیان کرد: تاکنون ۴۰ مورد کارت سرپرست سازمان صمت استان نیز در این جلسه تأکید کرد واحدهای تولیدی تا دهم آبان مهلت دارند نسبت به ایفای تعهدات ارزی خود اقدام کنند. عباس جرجانی افزود: طبق آمار واصله از بانک مرکزی ۸۱ مورد کارت بازرگانی در استان مشمول تعهدات ارزی شده است. وی با اشاره به فعالیت پیله وران در استان تصریح کرد: در حال حاضر ۶۳ پیله بر درای کارت پیله‌وری فعال در استان فعالیت دارند. معاون امور بازرگانی و توسعه تجارت سازمان صمت نیز در این جلسه با اشاره به وضعیت تعهدات ارزی صادرکنندگان استان اظهار کرد: بر مبنای آخرین فهرست اعلامی بانک مرکزی، تاکنون ۲۶ شخص حقیقی و حقوقی در استان نسبت به رفع تعهدات ارزی خود اقدام نموده که رفع تمهد ۱۱ نفر از این تعداد بالاتر از ۷۰ درصد بوده است. الیاس جویبان

تأمین زیرساخت‌های مرز مایه‌رود با تلاش، جدیت و پیگیری‌های مداوم شخص استاندار به نتیجه رسیده است عنوان کرد: نقش بسزایی در توسعه صادرات استان داشته است. عابدی در شورای ساماندهی مبادلات مرزی و کارگروه توسعه صادرات استان، از رشد کالاهای ترانزیتی استان خبر داد و گفت: در ۷ ماهه نخست امسال ۴ هزار و ۹۰۰ دستگاه کامیون به وزن ۱۲۹ هزار و ۳۸۹ تن از طریق گمرک مایه‌رود به افغانستان ترانزیت شده است. وی از رشد ۱۹ برابری تعداد کامیون‌ها و افزایش ۲۳ برابری وزن محموله‌های ترانزیت شده طی این مدت خبر داد. عابدی افزود: این کالاها از کشورهای اندونزی، چین، ترکمنستان، هندوستان، امارات، روسیه و ترکیه از طریق گمرک مایه‌رود به کشور افغانستان ترانزیت شده‌است. معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری خراسان جنوبی با تأکید بر اینکه پروژه

می‌تواند این توفیقات در افزایش صادرات کالا و خدمات را مستمر سازد این است که در اقدام صادراتی نیاز کشور همسایه مورد نظر باشد. وی تأکید کرد: توجه دادن



تولیدکنندگان خرد و کلان استان به بازار افغانستان می‌تواند رونق واحدهای تولیدی را به همراه داشته باشد، به گفته وی افغانستان بازرگانی بکر است که به جهت سهولت دسترسی برای ما اهمیت بسزایی دارد.

زیرساخت‌های لازم در این بازارچه، رفاه حال تجار بود و بدون تردید رفع مشکلات پیله وران در مبادلات مرزی از طریق بازارچه‌های مرزی خراسان جنوبی، همواره در دستور کار قرار دارد. وی یادآور شد: آنچه

محدودیت‌های ۱۰ گانه در خراسان جنوبی ادامه دارد

تأکید بر نبود وقفه در فرآیند نظام آموزشی با استفاده از روش‌های غیرحضوری تا شانزدهم آبان تعطیل است.

یک هفته‌ای محدودیت‌های ۱۰ گانه در شهرهای دارای وضعیت قرمز (خیلی پرخطر) موافقت کرد ولی بالاتر از این، ستاد استانی و دانشگاه علوم پزشکی اختیار و مجوز ندارد که بدون نظر و تأیید ستاد ملی کرونا تعداد کارکنان ادارات را کم یا اینکه محدودیتی را درباره اصناف اعمال کنند. براساس محدودیت‌های یک هفته‌ای کرونا که در مناطق قرمز استان اعلام دارد، کلاس‌های حضوری دانشگاه‌ها و آموزشگاه‌های فنی و حرفه‌ای و خصوصی با

ما که پیشنهاد می‌کنیم وزارت کشور و وزارت بهداشت تأیید و سپس به استان ابلاغ کنند. وی افزود: همه محدودیت‌هایی که ما پیشنهاد دادیم مورد پذیرش قرار نگرفت از جمله دور کاری و حضور ۵۰ درصدی یا دوسومی کارکنان ادارات ولی محدودیت‌های ۱۰ گانه که اطلاع‌رسانی هم شد مورد موافقت گرفت. ۲ بار هم تمدید شد یعنی سه هفته را با این محدودیت‌ها پشت سر گذاشتیم. وی گفت: ستاد ملی کرونا با درخواست ما برای تمدید

گروه خبر- دبیر ستاد استانی مدیریت کرونا در استان گفت: با تأیید ستاد ملی مقابله با کرونا محدودیت‌های ۱۰ گانه در شهرهای با وضعیت قرمز یک هفته دیگر تا شانزدهم آبان ماه ادامه دارد. محمد دهقانی فیروزآبادی اظهار کرد: طی سه هفته گذشته با پیشنهاد دانشگاه علوم پزشکی بیرجند و مصوبه ستاد استانی، محدودیت‌هایی به وزارت کشور و در واقع به نمایندگان ستاد ملی مبارزه با کرونا پیشنهاد شد چون قرار است محدودیت‌هایی را

کلاس‌های درس شهرستان‌های بیرجند، بشرویه، درمیان، سرابان، قاینات، فردوس، طیس و نهبندان که در وضعیت قرمز از لحاظ شیوع کرونا قرار دارند، به مدت یک هفته دیگر غیرحضوری خواهد بود. وی گفت: کلاس‌های درس سه شهرستان خوسف، سریشه و زیرکوه که در وضعیت‌های نارنجی و زرد هستند، با رعایت کامل پروتکل‌های بهداشتی، فاصله‌گذاری اجتماعی و به صورت حضوری و با گروه‌بندی برگزار می‌شود.

کلاس‌های درس شهرستان‌های بیرجند، بشرویه، درمیان، سرابان، قاینات، فردوس، طیس و نهبندان که در وضعیت قرمز از لحاظ شیوع کرونا قرار دارند، به مدت یک هفته دیگر غیرحضوری خواهد بود. وی گفت: کلاس‌های درس سه شهرستان خوسف، سریشه و زیرکوه که در وضعیت‌های نارنجی و زرد هستند، با رعایت کامل پروتکل‌های بهداشتی، فاصله‌گذاری اجتماعی و به صورت حضوری و با گروه‌بندی برگزار می‌شود.

کلاس‌های درس شهرستان‌های بیرجند، بشرویه، درمیان، سرابان، قاینات، فردوس، طیس و نهبندان که در وضعیت قرمز از لحاظ شیوع کرونا قرار دارند، به مدت یک هفته دیگر غیرحضوری خواهد بود. وی گفت: کلاس‌های درس سه شهرستان خوسف، سریشه و زیرکوه که در وضعیت‌های نارنجی و زرد هستند، با رعایت کامل پروتکل‌های بهداشتی، فاصله‌گذاری اجتماعی و به صورت حضوری و با گروه‌بندی برگزار می‌شود.

گروه خبر- دبیر ستاد استانی مدیریت کرونا در استان گفت: با تأیید ستاد ملی مقابله با کرونا محدودیت‌های ۱۰ گانه در شهرهای با وضعیت قرمز یک هفته دیگر تا شانزدهم آبان ماه ادامه دارد. محمد دهقانی فیروزآبادی اظهار کرد: طی سه هفته گذشته با پیشنهاد دانشگاه علوم پزشکی بیرجند و مصوبه ستاد استانی، محدودیت‌هایی به وزارت کشور و در واقع به نمایندگان ستاد ملی مبارزه با کرونا پیشنهاد شد چون قرار است محدودیت‌هایی را

اخبار کوتاه

نماینده ولی فقیه در استان در دیدار جمعی از دانش‌آموزان بسیجی به مناسبت سالروز شهادت شهید حسین فهمیده گفت: بسیجیان در جنگ اراده‌ها، پیروز میدان هستند.

مراتب ثبت ۴ اثر تاریخی منقول از سوی وزیر میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی به استاندار خراسان جنوبی ابلاغ شد.

مدیر کل فرهنگ و ارشاد اسلامی از برگزاری نمایشگاه آثار خوشنویسی به مناسبت هفته وحدت و هفته خوشنویسی از ۱۰ تا ۱۲ آبان ماه ۹۹ خبر داد.

مدیرعامل شرکت توزیع نیروی برق استان گفت: ۲۲ کیلومتر شبکه فشار متوسط و ۶۵ کیلومتر شبکه فشار ضعیف امسال برای مشترکان جدید استان تکمیل و بهره‌برداری شده است.

مدیر کل فرهنگ و ارشاد اسلامی با اشاره به برگزاری اولین دوره مسابقات فراخوانی قرآن کریم عنوان کرد: قاریان استان می‌توانند آیات پیرامون ندای وحدت را تلاوت و به دبیرخانه مسابقه ارسال کنند.

کارخانه خوسه سرخ شرق قاین به عنوان نخستین و تنها کارخانه تولید کنستانتزه زرشک جهان این روزها با رسیدن زرشک‌های تازه بر رونق تراز قیل شده است.

مدیرکل آموزش و پرورش استان گفت: فرهنگیان و دانش‌آموزان استان از ابتدای امسال و در قالب کمک‌های مومنانه، بیش از ۲۵ هزار و ۸۰۰ بسته معیشتی را به ارزش ۲ میلیارد و ۳۴۱ میلیون و یکصد هزار تومان به خانواده‌های دانش‌آموزان آسیب دیده از کرونا کمک کرده‌اند.

نمایش «آل سپیدموی» از بیرجند به مرحله‌های نهایی جشنواره بین‌المللی تئاتر عروسکی تهران- مبارک راه یافت.

کارشناس هواشناسی برای روزهای آینده در استان شرایط جوی پایدار و یکنواخت پیش‌بینی کرد.

مدیرکل فرودگاه‌های استان گفت: دستور وزیر راه و شهرسازی تمهیداتی اندیشیده شده که صورت‌های مالی شرکت‌های هواپیمایی به خصوص ۶ ماهه اول سال دریافت شود تا تسهیلاتی از طریق دولت به آنها پرداخت شود.

آغاز هفته وحدت
بر تمامی مسلمین مبارک باد

هفته وحدت

کترینگ و مرغ بریان

یاس تو حید

مصرف ای میزبانی کنید

مرغ بریان با طعم و مزه ای متفاوت

@Cateringyastohid

ramezani_yas_tohid

catering.yas.tohid

نرسیده به توحید ۱۳ ۳۲۴۴۵۱۷۹ - ۳۲۴۴۹۶۷۷

فرش هامون فروش ویژه فرش و موکت با اقساط بلندمدت بدون دریافت پیش‌قسط و سود

خیابان مطهری، نبش مطهری ۲۱/۱ ۳۲۲۲۸۲۵۳ - ۰۹۱۵۵۶۲۰۷۳۳۷

قالیشویی و مبلی شویی ترح

تلفن: ۰۷ - ۳۲۲۵۵۵۵۶ پاک و صاف مثل روز اول بدون هرگونه چروک گاور شده

قالیشویی و مبلی شویی یاتریس

اولیت و تنها دارنده دستگاه آبگیر جهالول در شرق کشور با قابلیت آبگیری همزمان، ۴ تخته فرش بصورت کاملاً مجزا اولین دارنده دستگاه آبگیر لوله‌ای بدون درب در استان

صاف صاف تخته تخت تخته تخت بیشتر در صنعت قالیشویی استان بدون چین و چروک درجه یک / گاور شده

۳۳۴۴۰۰۰۱ - ۳

بیمه ایران ناننگی منسجم

صدر اقساطی بیمه نامه اتومبیل آتش سوزی، مسئولیت و...

بیرجند، خیابان مدرس، نبش مدرس ۴ ۳۲۲۳۰۰۰۹ ۳۲۲۳۰۰۰۸ ۳۲۲۳۰۰۰۷

مرکز نیکوکاری و دارالایتام مؤسسه خیریه هیئت ابوالفضل بی‌زند (مصلی)

- پذیرای نذورات و هدایای شما مردم خیر و نیک اندیش جهت نیازمندان و ایتم می‌باشد. همچنین آمادگی کامل جهت دریافت البسه، جهیزیه، سبدهای غذایی، مواد پروتئینی و گوشتی، خریداری کوسنفتن، عقیقه کامل، دریافت فطر به و کفاره و... را جهت نیازمندان اعلام می‌دارد.

شماره کارت جهت طبخ اطعام ایتم: ۵۳۱۷ - ۹۹۲۱ - ۹۹۷۵ - ۶۰۳۷ **شماره کارت جهت تهیه سبب غذایی: ۸۵۳۹ - ۵۰۰۴ - ۹۹۷۹ - ۶۰۳۷**

آدرس: خیابان جمهوری اسلامی - سه راه اسدی - هیئت ابوالفضل بیرجند تلفن: ۰۵۶۳۲۲۳۷۶۶۶ - ۰۵۶۳۲۲۳۳۳۳۱ - ۰۹۱۵۵۶۵۸۵۹۵

آیامی داند مصرف "داروی" ۴۰۰ معلول و سالمند مؤسسه در ماه سیزده میلیون تومان است!؟

مؤسسه خیریه توانبخشی حضرت علی اکبر (ع) شماره گیری کد دستوری: شماره کارت:

۰۵۶ - ۳۲۲۵۲۰۵۰۰ - ۰۹۱۵ ۳۶۳ ۶۳۱۴ ۶۰۶۳ ۷۳۷۰ ۰۴۸۱ ۵۷۵۷

۱۳۷۶ * ۷۸۰ * مؤسسه خیریه توانبخشی حضرت علی اکبر (ع) بیرجند

خبر مهم برای جاماندگان مسکن ملی

یک مقام مسئول در وزارت راه و شهرسازی گفت: مرحله دوم ثبت نام مسکن ملی قطعاً انجام می شود که امکان دارد تا چند ماه آینده این اتفاق بیفتد ما در حال بررسی موارد مرتبط هستیم و به محض فارغ شدن از این مسئله ثبت نام اقدام ملی برای مرحله دوم در کشور آغاز می شود.

نتیجه اعمال محدودیت ها چهار هفته بعد در کاهش فوٹی ها مشاهده خواهد شد

عضو کمیته علمی ستاد مبارزه با کرونا گفت: تا دو هفته آینده نتیجه اعمال محدودیت ها در کاهش موارد مراجعه کننده به بیمارستان ها و سه تا چهار هفته بعد در کاهش مرگ و میرها مشاهده خواهد شد. مردانی ادامه داد: موج اپیدمی ۴ تا ۸ هفته بیشتر طول نمی کشد و ما در مراحل آخر این موج اپیدمی هستیم. ولی نمی توان نسبت به بالا یا پایین رفتن موارد واکنش چندانی نشان داد: زیرا نه نشان دهنده وضعیت مطلوب است و نه نشان دهنده وضعیت وخیم؛ ما باید روند بیماری را در یک بازه زمانی ببینیم و نمود هر اتفاق و رفتاری بلافاصله حس نخواهد شد.

صرافان دست از خرید دلار کشیدند

در حالی که قیمت دلار آخر هفته گذشته در بازار به محدوده ۲۷ هزار و ۹۰۰ تومان رسیده بود صرافی های بانکی قیمت فروش را ۲۷ هزار و ۷۵۰ تومان اعلام کردند. به استناد عدم اعلام قیمت خرید دلار از مردم، صرافی ها از خرید دلار از مردم امتناع کردند و همین امر سبب شد بهای خرید دلار از مردم در بازار با کاهش قابل توجه همراه شود.

واکنش وزیر اقتصاد احمدی نژاد به مخالفت دولت با یارانه سوم

وزیر اقتصاد دولت احمدی نژاد به مخالفت دولت روحانی با یارانه سوم به ۶۰ میلیون ایرانی واکنش نشان داد. سید شمس الدین حسینی طرح معیشتی مجلس را در راستای وظایف حکمرانی دانست که به متوازن سازی بودجه خانوار کمک کرده و برخلاف ادعای دولت منابع کافی برای اجرای آن وجود دارد.

به قالیباف چرا؟ به روحانی خرده بگیرد

روزنامه آفتاب یزد می نویسد، رئیس مجلس جبرن برخی کم کاری های رئیس جمهور را می کند، هر چند مشاوران روحانی از این اتفاق خوش شان نمی آید. آفتاب یزد در گزارشی با عنوان «واکنش منفی در مشاور رئیس جمهور به جلسات قالیباف با وزرا؛ میدانی که روحانی به قالیباف داده است» نوشت: یک دلیل این دیدارها تپ مدیریتی و شخصیتی قالیباف است که علاقمند به برگزاری جلسات میدانی است، اما دومین دلیل درباره اینکه قالیباف دست به چنین اقدامی می زند به حسن روحانی مربوط است! در حالی که موج شدید کرونا و فشار تحریم ها مصائب بسیاری را بر مردم تحمیل کرده، روحانی به عنوان رئیس جمهور تمایلی به حضور حداکثری در مسائل مختلف، دیدارهای میدانی و... ندارد! این روزنامه نوشت: به قالیباف چرا؟ به روحانی خرده بگیرد.

لطفا عروسی نکیر بد

سختگویی وزارت بهداشت با اشاره به آغاز ماه ربیع الاول گفت: در این ایام یکی از نگرانی ها برگزاری جشن های عروسی است. لاری تاکید کرد: مطمئناً هیچ یک از زوج های جوان دوست ندارند آغاز زندگی مشترک شان با بیماری دوستان و خانواده توأم شود بنابراین با توجه به خطر بسیار زیاد تجمع ها در انتقال کرونا از کلیه زوج ها و خانواده آنان می خواهیم که از برگزاری هرگونه مراسم عروسی در این دوران همه گیری بیماری جدا خودداری کنند و با افزایش حساسیت در مورد این بیماری و پرریز از بروز رفتارهای اجتماعی خطرناک به گونه ای عمل شود که شاهد توقف شیوع گسترده این بیماری در کشور باشیم.

از رئیس جمهور خود پیر سید چرا اتر دید در هولو کاست جرم است، اما توهین به پیامبر آزاد؟

بیان این است: دشنام و اهانت، آن هم به چهره های درخشان و مقدس؟ آیا این کار احقرانه، توهین به شعور ملتی نیست که او را به ریاست خود انتخاب کرده است؟ سوال بعدی این است که چرا تردید در هولو کاست جرم است؟ و اگر کسی چیزی در این باره نوشت باید به زندان برود اما اهانت به پیامبر آزاد است؟

حضرت آیت ل. خامنه ای خطاب به جوانان فرانسه، تاکید کردند: چرا تردید در هولو کاست جرم است؟ جهان نیوز نوشت: اظهارات امانوئل مکرون، رئیس جمهور فرانسه در تأیید کاریکاتور توهین آمیز به پیامبر اسلام صلوات علی هواله، باعث خشم مسلمانان در سراسر جهان شده است. به همین علت حضرت آیت ل.

کرسی های پارلمان کشور ساخته نشده اند، از همین رو می توان گفت شاید شورای نگهبان در تأیید صلاحیت این نمایندگان بسیار خوش بینانه عمل کرد. میدی اضافه کرد: مجلس با روشی که در آن صلاحیت دارد اما مطهری صلاحیت ندارد چگونه تأیید شده است؟ این مجلس به چه مصالحتی می اندیشد؟ نمایندگان مجلس دهم



تأیید صلاحیت ذوالنور و عدم تأیید مطهری تکلیف مجلس را روشن کرد

هم از صدر تا ذیل مجلس باید رخ بدهد چرا که رئیس مجلس شمارهایی مطابق مصالح مردم ندارد، نمایندگان هم به همین روش پیش می روند. وی ادامه داد: صلاحیت مجلسی که ذوالنور در آن صلاحیت دارد اما مطهری صلاحیت ندارد چگونه تأیید شده است؟ این مجلس به چه مصالحتی می اندیشد؟ نمایندگان مجلس دهم

عضو مجمع محققین و مدرسین حوزه علمیه قم گفت: مجلس یازدهم داستانی شبیه به رئیس دولت نهم و دهم دارد، شاید رئیس دولت بهار در منصب دیگری می توانست مفید واقع شود اما جایگاه او رئیس جمهور ایران نبود، نمایندگان این مجلس هم شاید در مناصب دیگر می توانستند موفق عمل کنند اما تعداد کثیری از آنها برای

کرسی های پارلمان کشور ساخته نشده اند، از همین رو می توان گفت شاید شورای نگهبان در تأیید صلاحیت این نمایندگان بسیار خوش بینانه عمل کرد. میدی اضافه کرد: مجلس با روشی که در آن صلاحیت دارد اما مطهری صلاحیت ندارد چگونه تأیید شده است؟ این مجلس به چه مصالحتی می اندیشد؟ نمایندگان مجلس دهم

میرتاجالدینی، تندروی یک نماینده را نباید به پای کل مجلس گذاشت

شاید مردم از اصولگرایان دل خوشی ندارند اما از اصلاح طلبان به کل ناامیدند

هستند، به قدری بد بود که جامعه از اصلاح طلبان به کل ناامید شده است. در چنین حالتی فعالان تفکر اصلاح طلبی با طرح موضوع های متفرقه سعی شان را به کار می گیرند تا شکست محتمل شان را به گردن این و آن بیاندازند.

ناصر ایمانی گفت: اصلاح طلبان جامعه را از خود بیزار کرده اند و به همین دلیل، تلاش های عوام فریبانه ای را در دستور کار قرار داده اند تا شکست حتمی شان را به مسایلی چون نظارت استصوابی و... ربط بدهند. اصلاح طلبان

محمد هاشمی گفت: گروه هایی که می دانند نزد مردم مقبولیت ندارند، می خواهند با مشارکت پایین مردم خود پیروز انتخابات شوند که نگاه و تصمیمی بسیار خطرناک و نادرست است. وی در پاسخ به این پرسش که چرا برخی نیروها



هاشمی: می خواهند با مشارکت پایین مردم، پیروز انتخابات شوند

در تاریخ انقلاب سابقه نداشته که البته به ظریب نفوذ آن گروه ها و طیف ها در جامعه باز می گردد. هاشمی تاکید کرد: «رئیس جمهور وقتی می تواند مقبولیت داشته و مورد وفای همه قرار بگیرد که پشتوانه مردمی داشته باشد.»

محمد هاشمی گفت: گروه هایی که می دانند نزد مردم مقبولیت ندارند، می خواهند با مشارکت پایین مردم خود پیروز انتخابات شوند که نگاه و تصمیمی بسیار خطرناک و نادرست است. وی در پاسخ به این پرسش که چرا برخی نیروها

محمد هاشمی گفت: گروه هایی که می دانند نزد مردم مقبولیت ندارند، می خواهند با مشارکت پایین مردم خود پیروز انتخابات شوند که نگاه و تصمیمی بسیار خطرناک و نادرست است. وی در پاسخ به این پرسش که چرا برخی نیروها

محمد هاشمی گفت: گروه هایی که می دانند نزد مردم مقبولیت ندارند، می خواهند با مشارکت پایین مردم خود پیروز انتخابات شوند که نگاه و تصمیمی بسیار خطرناک و نادرست است. وی در پاسخ به این پرسش که چرا برخی نیروها

(آگهی تجدید مزایده عمومی)

موسسه عمران و توسعه رضوی در نظر دارد: املاک مشروح ذیل با کاربری تجاری، تجاری نمایشگاهی واقع در خراسان جنوبی شهر بیرجند را به شرح جدول ذیل از طریق مزایده عمومی واگذار نماید.

ردیف	کاربری	مساحت (متر مربع)	قیمت پایه مزایده (هر متر مربع (ریال)	شرایط فروش	آدرس
۱	تجاری	۶۱/۴۹	۵۰/۰۰۰/۰۰۰	نقدی	بیرجند اراضی حاشیه خیابان مهزیار بین مهزیار ۵ و ۷ شماره قطعه ۱۶۴۱۷
۲	تجاری	۶۱/۲۴	۵۰/۰۰۰/۰۰۰	نقدی	بیرجند اراضی حاشیه خیابان مهزیار بین مهزیار ۵ و ۷ شماره قطعه ۱۶۴۱۸
۳	تجاری	۶۱/۲۸	۵۰/۰۰۰/۰۰۰	نقدی	بیرجند اراضی حاشیه خیابان مهزیار بین مهزیار ۵ و ۷ شماره قطعه ۱۶۴۱۹
۴	تجاری	۶۹/۸۳	۵۵/۰۰۰/۰۰۰	نقدی	بیرجند اراضی حاشیه خیابان مهزیار بین مهزیار ۵ و ۷ شماره قطعه ۱۶۴۲۰
۵	تجاری نمایشگاهی	۶۰	۴۰/۰۰۰/۰۰۰	نقدی	بیرجند سایت کارگاهی اراضی پشت شرکت گواه شماره قطعه ۱۶۳۶۲
۶	تجاری نمایشگاهی	۶۰	۴۰/۰۰۰/۰۰۰	نقدی	بیرجند سایت کارگاهی اراضی پشت شرکت گواه شماره قطعه ۱۶۳۶۳

مقتضای می توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر و دریافت فرم های مربوطه و تحویل پیشنهاد قیمت از تاریخ درج آگهی حداکثر ظرف پایان هفته (وقت اداری ۱۵/۰۸/۹۹) به دفتر این موسسه به نشانی بیرجند- بلوار مسافر- بالاتر از پلاک گذاری- حاشیه میدان قائم و یا دبیرخانه دفتر مرکزی موسسه واقع در مشهد به نشانی تقاطع بلوار سجاد و بلوار خیام- ابتدای بلوار شهید دستغیب- موسسه عمران و توسعه رضوی مراجعه نمایند.

تلفن تماس دفتر بیرجند: ۰۵۶۳۳۳۸۳۲۱ - تلفن تماس دفتر مشهد: ۰۵۱۳۷۶۸۹۴۳۴

گروه نرم افزاری محک بیرجند در نظر دارد جهت تکمیل کادر خود از افراد واجد شرایط زیر دعوت به همکاری نماید.

شرایط احراز:
روابط عمومی بالا و آشنا به فنون ارتباط با مشتری- تسلط به مهارت های هفت گانه- کار به صورت تمام وقت صبح و عصر

تلفن تماس: ۳۲۲۲۳۳۹۰

فروش ویژه انواع عسل طبیعی

ژل رویال و گرده گل

مرکز پخش عسل طبیعی باقران بیرجند

آدرس فروشگاه: بیرجند سجاد ۶- پلاک ۶۸ - تلفن: ۰۹۱۵۷۲۳۳۹۶۱۱

کلنی نی

سود کم تر / فروش بیشتر

عرضه انواع محصولات بهداشتی (شوینده، پوشک، دستمال به قیمت مناسب)

بیرجند- خیابان توحید ترسیده به توحید ۱۳ - همراه: ۰۹۱۵۱۶۰۰۹۸۷ زینلی

اجاره خودرو بالابر استاندارد با ارتفاع ۱۴ متر، همکاری جهت نصب بیلپورد و بنر، تجیزات ترافیکی، تجیزات ساختمانی و نورپردازی ۰۹۱۵۱۶۳۶۴۹۵ - خوشرو

شرکت انبوه فروشان مسکن استان خراسان جنوبی

شناسه ملی: ۱۴۰۰۹۲۸۴۱۳۳

فروش آپارتمان های سفید و نوساز
پیش فروش آپارتمان های در حال ساخت
معرفی و فروش اراضی و املاک مناسب
برای مشارکت در ساخت و انبوه سازی

تلفن همراه مدیر: ۰۹۱۵۰۳۰۰۹۱۴ - دفتر شرکت: ۳۲۴۳۳۸۳

چسب سهیل

فروش انواع عایق استخری، آب بند کننده های قوی، آب بند پلیمری و ...

فروش انواع چسب های ساختمانی، عمومی، صنعتی و ...

آدرس: بیرجند / میدان قدس تلفن تماس: ۰۹۱۵۵۶۱۲۵۳۳

گروه مهندسی پارسیان سقف

طراحی و مجری سازه های سبک با پوشش ساندویچ پنل و UPVC ویلا سازی و محوطه سازی و دکوراسیون داخلی کانکس، سایبان، پارکینگ اداری و مسکونی پیمانکاری واحداث و بازسازی ساختمان فروش و اجرای ورق های ساندویچ پنل و UPVC-KNAUF

بیرجند - بالاتر از مدرسی ۶۰ - حاشیه میدان جماران (مدیریت بزرگانی) ۰۹۱۵۳۶۱۷۶۱۱ - ۰۵۶۳۳۰۴۴۴۴۹

لبنیات محلی هلال

شریک خط های خوش شامست

ماست، دوغ، کره، مسکه، پنیر، خامه، سرشیر

تولید کننده انواع: ماست چکیده، کشک چدنی و روغن

شعبه مرکزی: توحید ۱۳ - شعبه ۲: معلم ۲۰ - شعبه ۳: شعبانیه چهارراه نرجسی