

### تعهد ۲۴۲ میلیاردی خیران مدرسه ساز

**زهراسخسروی** - میزان تعهد خیران در بیست و یکمین جشنواره خیران مدرسه ساز استان ۲۴۱ میلیارد و ۶۶۷ میلیون و ۹۹۰ هزار ریال است. مدیر کل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس به «خراسان جنوبی» گفت: از این میزان ۴۷ میلیارد و ۲۶۸ میلیون ریال با ۳۲۷ مورد مربوط به تعهدات درباره پول و تجهیزات نقدی است. «بیبکی»، میزان تعهدات احدثائی را ۱۴۰ میلیارد و ۵۹۹ میلیون ریال اعلام و اضافه کرد: ساخت ۳۲ مدرسه، ۱۲۴ کلاس درس، ۱۵ سالن و سلف سرویس و پنج سرویس بهداشتی از جمله این تعهدات است. وی، با اشاره به ۳۶۷ مورد مجموع تعهدات افزود: شش قطعه زمین به مساحت ۲۹ هزار و ۱۰ متر مربع و ارزش ریالی ۵۲ میلیارد و ۸۰۰ میلیون ریال از دیگر تعهدات جشنواره اخیر است.

### پذیرش ۱۰ نفر در کمپ ترک اعتیاد بانوان

۱۰۱ نفر سال گذشته در کمپ ترک اعتیاد بانوان پذیرش شدند. معاون امور اجتماعی اداره کل بهزیستی، از معرفی ۸۱ نفر از این افراد توسط قضات استان برای پذیرش در کمپ ترک اعتیاد بانوان (تبصره دوماده ۱۶) و پرداخت هزینه رای آن ها خبر دادو به خبرنگار ما گفت: در مجموع ۴۰۰ میلیون ریال برای این افراد هزینه شده است. به گفته «شیخانی»، ۲۰ نفر از افراد مراجعه کننده به کمپ ترک اعتیاد هم خود معرف بودند که برای درمان هر یک تاسقف ۲۵۰ هزار تومان از طریق یاری برگ پرداخت می شود.

**پیش بینی ایجاد ۷۵۰۰ فرصت شغلی**
پیش بینی می شود با اجرای کامل طرح های اشتغال پایدار مناطق روستایی و عشایری که تسهیلات دریافت کردند، هفت هزار و ۵۰۰ فرصت شغلی در استان ایجاد شود. مدیر کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی با تاکید بر این که از محل اعتبارات این طرح، صاحبان هزار و ۵۳۴ طرح موفق به دریافت تسهیلات شده اند، گفت: بیشترین طرح ها مربوط به بخش کشاورزی، صنعت و خدمات و به ترتیب با فراوانی هزار و ۱۹۷، ۱۹۸ و ۱۳۹ طرح است. «رکنی»، اعتبارات ابلاغی از محل ایجاد اشتغال پایدار در مناطق روستایی و عشایری به استان را ۲۱۶ میلیارد و ۳۸۴ میلیون تومان اعلام و اضافه کرد: از مجموع طرح هایی که از محل اعتبارات اشتغال پایدار در مناطق روستایی و عشایری استفاده کرده اند، ۴۵۰ طرح مربوط به نهادهای حمایتی استان است. به گفته وی، بیش از ۹۷ درصد طرح ها در مناطق روستایی غیر مرزی و سه در صد در مناطق مرزی است که نرخ سود این تسهیلات در مناطق روستایی غیر مرزی، شش درصد و در مناطق مرزی چهار درصد محاسبه می شود.

**زهراسخسروی** - گسترش فناوری های ارتباطی زمینه استفاده از وسایلی مانند تلفن همراه، وای فای، رایانه و ... را به طور گسترده برای همه فراهم کرده است، موضوعی که هر چند مزایای زیادی دارد اما با مطرح شدن برخی مسائل مانند تاثیر امواج دکل های مخابراتی بر سلامت انسان، زمینه نگرانی بسیاری از شهروندان به ویژه آن ها را که در محدوده نزدیک تری به دکل ها زندگی می کنند، فراهم کرده است. یک بانوی بیرجندی با ابراز نگرانی از این موضوع به مشکلات مطرح شده در این باره اشاره و اضافه می کند: تضعیف سیستم دفاعی بدن، ابتلا به سردرد و ... بخشی از عوارضی است که شنیده ام امواج دکل ها بر سلامت انسان تاثیر می گذارد، جدا از این موضوع تاثیر امواج بر سلامت کودکان و ایجاد نابابوری نیز نگران کننده است. بانویی هم با تاکید بر این که امواج دکل ها می تواند بر سلامتی تاثیر بگذارد، می افزاید: برخی شنیده ها حاکی از آن است که ابتلا به سردرد، اختلال در رشد و سلامت جنین و ... متاثر از امواج دکل های مخابراتی، وای فای و سیستم های رایانه ای است که این موضوع نگرانی هایی برای استفاده از این وسایل و قرار گیری در معرض آن به وجود می آورد.

#### • مسائل روحی و روانی

یک متخصص داخلی و فوق تخصص خون و سرطان، برای صحبت درباره این موضوع به سال ها قبل برمی گردد زمانی که در بیشتر منازل از تلفن ثابت و آنتن های معمولی برای تلویزیون استفاده می شد و می گوید: آن زمان برنامه های علمی به دکل تر «سرپرست»، با اشاره به این که امواج دکل های مخابراتی و رادیویی با داشتن طول موج خاصی به طور قطع سبب بروز مشکلاتی مانند سرطان می شود، می افزاید: جدا از احتمال ابتلا به سرطان، امکان بروز مسائل و مشکلات روحی، روانی، عصبی و ... با قرار گرفتن در معرض این امواج به مرور زمان وجود دارد. وی ادامه می

دهد: ممکن است قدرت دکل های مخابراتی در حد امواج رادیویی نباشد اما از همان جنس و به طور قطع تاثیر گذار است و مسائل روحی و عصبی به دنبال دارد. او با تاکید بر حساس بودن بیشتر بافت های بدن و با این توضیح که امواج دکل ها بدون مشکل نیست، بیشترین تاثیر امواج را بر سیستم مغز و اعصاب بیان می کند تا آن جا که می افزاید: این موضوع سبب بروز برخی مسائل روانی ناشناخته و توده های مغزی خواهد شد. وی فاصله قرار گیری دکل ها از مناطق مسکونی را هم در شدت و ضعف ابتلا به بیماری های مرتبط با آن بی تاثیر نمی داند و ادامه می دهد: با توجه به زندگی امروزی دیگر فاصله امن و راه فراری از آن وجود ندارد و این فناوری ها جزو ملزومات زندگی کنونی محسوب می شود. وی امواج رادیویی را با دود سیگار مقایسه می کند که سبب بروز بسیاری از سرطان ها می شود اما این را هم اضافه می کند که این موضوع پسته به مقاومت پذیری بدن افراد متفاوت است و نمی توان آن را به همه تعمیم داد اما به طور قطع خطر هایی دارد. به گفته وی، این که

خراسان جنوبی، پیشترین مصرف کننده نمک در کشور شد

## غذاهای شور مردم استان

خراسان جنوبی بیشترین میزان مصرف نمک را در کشور به خود اختصاص داده است. معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند با اشاره به این که سرانه مصرف نمک برای هر نفر سه تا پنج گرم در

اما و اگر های تاثیر نصب دکل های مخابراتی بر سلامت

# روی امواج خطر!



**۶۶** فوق تخصص خون و سرطان: جدا از احتمال ابتلا به سرطان، امکان بروز مسائل و مشکلات روحی، روانی، عصبی و ... با قرار گرفتن در معرض این امواج به مرور زمان وجود دارد

یک نفر بگوید امواج رادیویی و تلفن همراه به ویژه با وجود افزایش و کاهش فرکانس ها، ضرر و عوارضی ندارد، این طور نیست چرا که با ورود امواج به بدن، احتمال تحت تاثیر قرار گرفتن سلول های حساس بدن وجود دارد.

#### • ابتلا به سرطان خون

یک متخصص رادیولوژی و دانشیار دانشگاه علوم پزشکی بیرجند هم با تاکید بر این که کابل های فشار قوی به دلیل امواج الکترومغناطیس تاثیر اثبات شده ای بر ایجاد سرطان های خون، لوسمی



روزنامه سیاسی، اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی

#### دبایتی ها و خطر روزه داری

خطرناک ترین عارضه ای که بیماران دبایتی را در زمان روزه داری تهدید می کند، افت شدید قند خون است. یک پزشک کلینیک دیابت، مهم ترین و خطرناک ترین عارضه ای که بیماران دبایتی را در زمان روزه داری تهدید می کند، افت شدید قند خون در طول روز (هیپوگلیسمی) مطرح کرد و به خبرنگار ما گفت: این وضعیت خطرناک که با علایمی مانند عرق کردن، احساس گشجی، تپش قلب، لرزش بدن، تاری دید، بی حالی و در نهایت بیهوش شدن همراه است، چنان چه بلافاصله با مصرف مواد قندی درمان نشود می تواند به اغما و حتی مرگ بیمار منجر شود. دکتر «مصطفوی»، توصیه کرد: بیماران دبایتی که قصد روزه گرفتن دارند به پزشک معالج شان مراجعه کنند و نام داروهای مصرفی خود را در اختیار او بگذارند چرا که برخی داروها که عمر طولانی دارد و مدت زیادی در بدن می ماند، می تواند خطر افت قند خون (هیپو گلیسمی) را افزایش دهد. به گفته وی، در چنین مواردی ممکن است پزشک اقدام به تعویض داروی مصرفی و جایگزین کردن داروی مناسب تری کند.

#### سوپ جو با سبزیجات



#### • مواد لازم برای چهار نفر:

جو پوست کنده: یک پیمانه / ساقه کرفس تازه و خرد شده: نصف پیمانه / هویج نگینی شده: یک پیمانه / سیر رنده شده: یک قاشق چای خوری / جعفری ریز خرد شده: شش قاشق غذاخوری / کره: ۲۵ گرم / شیر: دو لیوان / نمک و فلفل به میزان لازم

#### • طرز تهیه:

مربی آشپزی گفت: ابتدا جو را از شب قبل خیس و چند بار آب آن را عوض کنید و با مقداری آب که روی آن را بگیرد روی حرارت بگذارید تا بپزد. وقتی آب مواد تبخیر شد، آب مرغ آماده را به آن بیفزایید (حدود پنج لیوان) و هویج نگینی، کرفس خرد شده و سیر رنده شده را هم اضافه کنید و بگذارید کرفس و هویج بپزد. به گفته «سلطانی»، سپس جعفری خردشده، کره و شیری را که جوش آمده است اضافه کنید و بعد از ریختن نمک و فلفل اجازه دهید شیر در سوپ جا بیفتد و بعد از غلظت در ظرف بکشید و همراه با لیموترش سرو کنید.

در کشور را مربوط به خراسان جنوبی اعلام و اضافه کرد: در طرح پیمایش کشوری، میانگین مصرف نمک در ایران هفت گرم در روز است که استان از نظر مقدار مصرف، بیشترین میزان مصرف را به خود اختصاص داده است. وی، مصرف نمک زیاد را سبب بروز بیماری های مختلف مانند افزایش فشار خون و ناراحتی قلبی دانست و توصیه کرد: مردم سعی کنند مصرف نمک را در وعده های غذایی کاهش دهند.



**به منظور رفع نیازهای روزمره شما تعداد زیادی آگهی در نیازمندیهای خراسان جنوبی چاپ میشود از آن جایی که وظیفه این رسانه اطلاع رسانی به منظور سهولت در داد و ستد می باشد، لذا مسئولیتی درباره محتوای آگهی ها ندارد. لطفا هنگام داد و ستد، با روشهای مقتضی، اطمینان لازم را از صحت ادعای آگهی دهندگان به دست آورید.**

## همشهریان گرامی

جوبای کارم با سابقه چندمسال مرغداری و تاننداری نان سنگک سنتی۰۹۱۵۹۶۴۳۰۲۲	به تعدادی راننده جهت کار در آژانس نیازمندیم۰۹۱۵۹۶۳۰۴۵۹	<b>فرهنگی و آموزشی</b>	تدریس ریاضی۰۹۱۵۱۶۳۸۴۹۲	جوشکاری سیار علی دوست نصب چهارپایه کولر سایبان برای ماشین کولر اتاباری نصب نرده بروی درب و پنجره و راه پله بالکن ساخت سردری و تعمیرات و تغییرات. ساخت حفاظ درب اپارتمان (درپهای اکاردونی) تعویض قسمتهای یوسیده درب و پنجره نصب قفل وغیره۰۹۱۵۸۶۰۰۷۹۹	نقاشان به روز با کادری مجرب کیفیت عالی۰۹۹۰۹۲۷۰۹۵۷۰۹۱۵۳۶۳۳۶۴۵	نصب سرویس تعمیر صدآگیری هر مدل کولر آبی۰۹۱۵۶۶۸۴۱۸۳	جوشکاری سیار - تعمیرات درب و پنجره و ساخت در محل کار۰۹۱۵۹۶۴۸۶۵۲	مسافر دربیستی با سواری به مشهد تهران یزد تمام نقاط۰۹۱۵۱۶۱۱۵۱۶
به چند نیرو ساده و ماهر برای کاپیت ام دی اف نیازمندیم۰۹۱۲۷۰۲۵۸۳۸	نیازمند راننده جهت کار در آژانس واقع در معصومیه۰۹۳۸۷۲۳۸۳۳۶	آموزش و استعدادیابی هندبال بصورت کاملا رایگان. برای پسران نوجوان و جوان-با کادر مجرب مربیان تراز اول کشوری و نظارت هیات هندبال استان.۰۹۳۹۵۶۱۸۷۳۹	تیراندازی با کمان استعدادیابی- آموزش به مدت یک هفته هر شب در پیست پیاده روی آوینی جاده سلامت میزبان شما هستیم۰۹۱۵۳۶۱۳۲۶۸	امداد برق ساختمان تعمیرات تخصصی انواع آیفون و رفع اتصالات برق و تلفن نور پردازی با LED, روان و ثابت نصب دوربین مدار بسته نصب دزدگیر و سیستم اعلام حریق ابراهیمی۰۹۳۸۷۵۲۲۱۲۱	نقاشی ساختمان پذیرفته میشود اجرای انواع رنگ درجه یک و...۰۹۱۵۳۶۳۳۶۴۵	نقاشی ساختمان پذیرفته میشود اجرای انواع رنگ درجه یک و...۰۹۱۵۳۶۳۳۶۴۵	انواع نقاشی ساختمان و ضدزنگ پذیرفته میشود برادران خسروی۰۹۱۵۰۶۱۷۶۶۵	نقاشی ساختمان-مجری انواع رنگهای ساختمانی با قیمت عالی۰۹۳۱۲۰۶۳۲۱
نیروی کار نیمه ماهر جهت کارگاه MDF نیازمندیم۰۹۱۵۵۶۱۳۳۲۰ (یوسنی)	آژانس به تعدادی راننده تمام وقت و نیمه وقت نیاز دارد۰۹۰۰۵۶۳۷۲۸۳	استعدادیابی، آموزش اعزام به مسابقات تیراندازی ابتدای بلوار معلم-معلم ۲ هیت تیراندازی خراسان جنوبی۳۲۲۱۸۱۰۵	گروه صنم تقدیم میکند آموزش دف دف نوازی را با ما تجربه کنید۰۹۱۵۷۴۰۶۸۵۲۰۹۳۸۸۲۱۱۳۱۸	کلیدسازی توفیقی باز کردن قفل انواع درب منازل و .... تعویض انواع مغزی درب ها و ماشین ها، ساخت انواع کلیدوریموت کددار آدرس خ مطهری نیش مسجد۲۲۲۲۱۳۲۴۰۹۱۵۱۶۱۱۸۲۵	نقاشی ساختمان پذیرفته میشود اجرای انواع رنگ درجه یک و...۰۹۱۵۳۶۳۳۶۴۵	نقاشی ساختمان پذیرفته میشود اجرای انواع رنگ درجه یک و...۰۹۱۵۳۶۳۳۶۴۵	نقاشی ساختمان-مجری انواع رنگهای ساختمانی با قیمت عالی برای مشتری رنگ پلاستیک۵۰۰۰ رنگ اکریلیک ۱۶۵۱۲۰۹۱۵۱۶۳۴۲۰۷	نقاشی ساختمان-مجری انواع رنگهای ساختمانی با قیمت عالی برای مشتری رنگ پلاستیک۵۰۰۰ رنگ اکریلیک ۱۶۵۱۲۰۹۱۵۱۶۳۴۲۰۷
برق کار و استاد بنا آماده همکاری با شرکتها و پیمانکاران محمد موسوی۰۹۱۵۹۶۵۶۳۵۷	به یک نیرو با ظاهری مناسب برای سالنداری فست فود نیازمندیم۰۹۱۲۹۱۵۰۳۵۵	استعدادیابی، آموزش اعزام به مسابقات تیراندازی ابتدای بلوار معلم-معلم ۲ هیت تیراندازی خراسان جنوبی۳۲۲۱۸۱۰۵	قاین - آژانس شهرما ویژه بیمارستان بطور ۲۴ ساعته درخدمت همشهریان عزیزمی باشد سرویس دهی به تمام نقاط کشور هرجا سخن از اعتماد است نام شهرما می درخشد مزده مزده- هر ۱۰ سرویس رایگان ۱ از انتخاب شما متشکریم مدیریت شرافتی۰۹۹۱۷۹۷۰۰۸۲۰۹۳۹۴۷۴۹۰۸۶۰۵۶۳۲۵۲۲۷۲۸۰۵۶۳۲۴۹۷۰۳۰	حمل بار و اثاثیه منزل با قیمت مناسب به داخل شهر و تمام نقاط کشور با کامیون مسقف جک ۸ تن آفاق ۶ متر جابجایی داخلشهر از ۷۰ تا۵۰ هزار۰۹۱۵۳۶۷۲۵۴۵۰۹۱۵۷۲۰۴۴۱۰	مژه مزده ازدواج آسان تشریفات عروسی با بهترین کیفیت .... با قیمت استثنایی امیلیون و پانصد۰۹۱۵۶۰۴۷۳۰۵ ادرسی تیش طالقاتی۵ مزون ترمه طبقه فوقانی اتلیه افروودیت۰۹۱۵۳۶۳۳۴۶۹	مژه مزده ازدواج آسان تشریفات عروسی با بهترین کیفیت .... با قیمت استثنایی امیلیون و پانصد۰۹۱۵۶۰۴۷۳۰۵ ادرسی تیش طالقاتی۵ مزون ترمه طبقه فوقانی اتلیه افروودیت۰۹۱۵۳۶۳۳۴۶۹	مژه مزده ازدواج آسان تشریفات عروسی با بهترین کیفیت .... با قیمت استثنایی امیلیون و پانصد۰۹۱۵۶۰۴۷۳۰۵ ادرسی تیش طالقاتی۵ مزون ترمه طبقه فوقانی اتلیه افروودیت۰۹۱۵۳۶۳۳۴۶۹	نقاشی ساختمان-مجری انواع رنگهای ساختمانی با قیمت عالی برای مشتری رنگ پلاستیک۵۰۰۰ رنگ اکریلیک ۱۶۵۱۲۰۹۱۵۱۶۳۴۲۰۷
امور خدماتی منزل مانند نظافت خانه یا نگهداری فرزند وغیره۰۹۱۵۹۶۴۸۶۵۲	به نیرو کار کارواش (تمام وقت )نیازمندیم۰۹۱۵۹۲۷۳۶۴۴ (نیازمندیم۰۹۰۲۶۷۲۴۲۶۸	تدریس خصوصی ریاضی و زبان ابتدایی ،راهنمایی،دبیرستان ۱۰سال سابقه۰۹۱۵۷۵۵۱۵۱۳	<b>خدمات شهری</b>	رنگ آمیزی ساختمان با نازترین قیمت انواع رنگهای روغنی پلاستیک اکریلیک پلیستروطح کاغذ دیواری وغیره-پذیرفته میشود۰۹۱۵۳۶۲۱۴۶۶	رنگ آمیزی ساختمان-مجری انواع رنگهای ساختمانی با قیمت عالی برای مشتری رنگ پلاستیک۵۰۰۰ رنگ اکریلیک ۱۶۵۱۲۰۹۱۵۱۶۳۴۲۰۷	رنگ آمیزی ساختمان-مجری انواع رنگهای ساختمانی با قیمت عالی برای مشتری رنگ پلاستیک۵۰۰۰ رنگ اکریلیک ۱۶۵۱۲۰۹۱۵۱۶۳۴۲۰۷	رنگ آمیزی ساختمان-مجری انواع رنگهای ساختمانی با قیمت عالی برای مشتری رنگ پلاستیک۵۰۰۰ رنگ اکریلیک ۱۶۵۱۲۰۹۱۵۱۶۳۴۲۰۷	رنگ آمیزی ساختمان-مجری انواع رنگهای ساختمانی با قیمت عالی برای مشتری رنگ پلاستیک۵۰۰۰ رنگ اکریلیک ۱۶۵۱۲۰۹۱۵۱۶۳۴۲۰۷
تاکسی اوینی با رنگ بالا به تعدادی راننده نیاز فوری دارد۰۹۳۹۵۲۵۱۲۰۰۹۳۹۵۲۵۱۲۰۰۹۳۹۵۲۵۱۲۰۰	لیسانس حسابداری-با کارت پایان خدمت .جوبای کار۰۹۰۳۴۵۸۵۴۶۵	تدریس زبان انگلیسی توسط کارشناس ارشد ساعتی ۲۰هزار تومان تقویتی و پایه جلسه ای و رفع اشکال۰۹۱۵۷۶۸۳۱۹۲۰۹۱۵۱۶۳۷۱۵۵	نقاشی ساختمان مجری انواع رنگهای ساختمانی با قیمت عالی رنگ پلاستیک رنگ اکریلیک در و پنجره باامعالج درجه یک رنگهای برجسته طرح کاغذ با رنگ۰۹۳۷۱۵۰۲۰۸۶۹۰۹۱۵۱۶۳۴۳۰۷	رنگ آمیزی ساختمان با نازترین قیمت انواع رنگهای روغنی پلاستیک اکریلیک پلیستروطح کاغذ دیواری وغیره-پذیرفته میشود۰۹۱۵۳۶۲۱۴۶۶	رنگ آمیزی ساختمان-مجری انواع رنگهای ساختمانی با قیمت عالی برای مشتری رنگ پلاستیک۵۰۰۰ رنگ اکریلیک ۱۶۵۱۲۰۹۱۵۱۶۳۴۲۰۷	رنگ آمیزی ساختمان-مجری انواع رنگهای ساختمانی با قیمت عالی برای مشتری رنگ پلاستیک۵۰۰۰ رنگ اکریلیک ۱۶۵۱۲۰۹۱۵۱۶۳۴۲۰۷	رنگ آمیزی ساختمان-مجری انواع رنگهای ساختمانی با قیمت عالی برای مشتری رنگ پلاستیک۵۰۰۰ رنگ اکریلیک ۱۶۵۱۲۰۹۱۵۱۶۳۴۲۰۷	رنگ آمیزی ساختمان-مجری انواع رنگهای ساختمانی با قیمت عالی برای مشتری رنگ پلاستیک۵۰۰۰ رنگ اکریلیک ۱۶۵۱۲۰۹۱۵۱۶۳۴۲۰۷

**با درج آگهی رنگی و طراحی شده در**

# روزنامه خراسان جنوبی

**از تخفیف ویژه برخوردار شوید**

**تلفن دفتر مرکزی: ۳۲۴۴۵۰۹۰**

**ارسال پیامک ۳۰۰۰۴۹۳۴۹۳**

