

پذیرش آگهی
در این روزنامه

فقط بایک تماس

۰۹۳۶۴۷۲۶۶۹۶

بیش از پنج هزار و ۶۶۲ تن گندم از
کشاورزان استان خریداری شد

ادامه صفحه ۲

بسیاری از اصناف به دلیل نداشتن
فروش در دوران کرونا تعطیل شدند

ادامه صفحه ۲



WWW.ETFAGHYEH.IR

Vol.2306 • No.2316 • June • 2021

سال یازدهم - دور جدید - شماره ۲۳۱۶ - مسلسل ۲۳۰۶ - صفحه

۲۰۰۰ تومان

یکشنبه ۱۴۰۰/۰۴/۱۶

خبر

اتفاقیه

روزنامه صبح استان خراسان شمالی

ETFAGHYEH DAILY NEWSPAPER
ECONOMIC, POLITICAL NEWSPAPER

۱۶ هزار و ۷۸۳
دانش آموز خراسان شمالی
در کنگور رقابت می کنند

ادامه صفحه ۲

پست الکترونیک: etefaghyeh@gmail.com

میز خبر

به دلیل نارضایتی مردم، در یک شرایط اجتماعی حساس و لرزان قرار داریم
صوفی: ممکن است نهاد اجماع ساز با فروپاشی مواجه شود
چهره اصلاح طلب: اصلاح طلبان نباید قهر با سیاست را رواج بدهند
توضیح جدید صفار هرنندی درباره احتمال دیدار رئیسی و بایدن

ادامه صفحه ۴

نگاه

حمایت از سرمایه گذاری
خارجی با هدف تامین
نیاز داخل

ادامه صفحه ۳



اتفاقیه از مشکل دست و پا گیر کشاورزان گزارش می دهد!

کشاورزان منتظر دریافت کارت سوخت

صفحه ۲

سرمقاله

بازی سرنوشت

دکتر علی فرحبخش

برای هنگامی که گرد و خاک مبارزات انتخاباتی فرو می نشیند و دولت جدید آماده ورود به میدان سیاست است، آمریکایی ها ضرب المثل معروفی دارند: «در زمان کمین های انتخاباتی می توان شعر گفت، اما پس از انتخابات باید نثر گفت». تیم های فوتبالی تاکتیک خود را به دو روش انتخاب می کنند که متناظرا می تواند به عنوان الگویی برای برنامه های رئیس جمهور نیز مورد توجه قرار بگیرد. روش اول آن است که مربی تیم، تاکتیک مشخصی را بر مبنای اهدافی که در مسابقات آینده ملاک عمل قرار می دهد، انتخاب کرده و بر مبنای این تاکتیک، نفراتی را انتخاب می کند که به بهترین وجه قادر باشند تاکتیک وی را عملیاتی کنند. در روش دیگر مربیانی که در میانه فصل سکان رهبری تیم را به دست می گیرند و قدرتی چندانی برای اعمال تغییرات در تیم ندارند، بر مبنای بازیکنانی که در اختیار دارند، تاکتیک را برمیگزینند که بازیکنان فعلی با توجه به توانایی هایشان به بهترین وجه قادر به اجرای آن باشند.

بررسی تیم های اقتصادی در دولت های گذشته به روشنی حکایت از آن دارد که متاسفانه در بسیاری موارد الگوی دوم ملاک عمل قرار گرفته و روسای جمهور عده ای از نزدیکان یا مرتبطان سیاسی و جناحی خود را به عنوان تیم اقتصادی تعیین می کنند و تلاش کرده اند تا این تیم

ادامه صفحه ۲

معاون عمرانی استاندار خبر داد!

ریالی از اعتبارات شهری های خراسان شمالی نباید بر گشت بخورد

ادامه صفحه ۲

اخبار استان

نحوه صحیح شستن دستها با آب و صابون



۱ دستها را خیس کرده و بعد آن ها را مابونی کنید



۲ کف دست ها را با هم بشوید



۳ بین انگشتان را از پشت دستها بکشید



۴ بین انگشتان را از روبرو رو بشوید



۵ نوک انگشتان را در هم گره کرده بخوبی بشوید



۶ شمت ها را جداگانه و دقیق بشوید



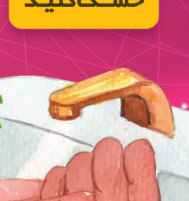
۷ خط و کف دست را با نوک انگشتان خوب بشوید



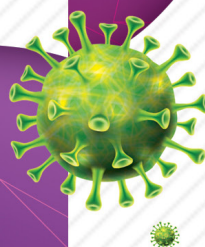
۸ دورمچ هر دو دست را بشوید



۹ دستها را با خشک کنید



۱۰ با همان دستمال شیرآب را بپنجدید و دستمال زردرستل زباله بیاندازید



روش های پیشگیری از ویروس کرونا



شستشو و نظافت دست ها با آب گرم



تهویه مناسب محل کار و زندگی



حمام کردن با آب گرم



رعایت فاصله ۵/امتری



تعویض مرتب ماسک



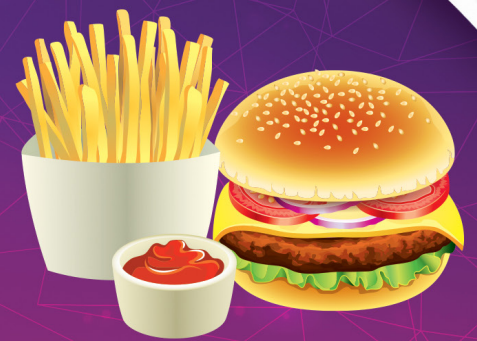
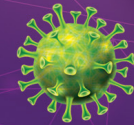
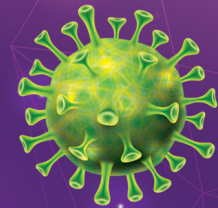
شستشوی بینی با آب گرم



جویندن مرتب آدامس



نوشیدن چای و آب و قهوه گرم



اجتناب از مصرف سوسیس، کالباس و سایر فرست فودها



خودداری از مصرف غذاهایی که کامل نپخته، مانند تخم مرغ عسلی



کمبود دریافت غذایی و کمبود ویتامین C و E و D

احتمال ابتلا به بیماری های مختلف از جمله بیماری تنفسی و کرونا را افزایش میدهد

