



استاندار کرمان:
اهمیت پرواز دبی در اتصال استان کرمان
با بسیاری از فرودگاه های دنیا است

صفحه ۴

حیدت کرمان

وزیر امور اقتصاد و دارایی:
ایجاد سامانه یکپارچه مغایرت بین دستگاه ها
و بانک ها برای پرداخت تسهیلات رفع کرد



صفحه ۲

رئیس شورای نظام دامپزشکی استان کرمان:

شهر داری کرمان کل بودجه ساماندهی سگ های بلا صاحب را تامین نکرد

صفحه ۲

سخنگوی هواپیمایی جمهوری اسلامی ایران:

پرواز های حج عمره ۲ برابر می شود



صفحه ۳

صفحه ۲
سرمقاله

بازی بهران



نویسنده: پژوهشگر اقتصادی

محکومیت
سارقان سیم
و کابل برق
در کرمان



دادستان کرمان از محکومیت سارقان سیم و کابل برق که فیلم سرقت آنها در فضای مجازی پخش شده بود خبر داد و گفت: همه متهمین از اتباع خارجی هستند.

صفحه ۲

شرکت های معدنی
اراده ای برای
سرمایه گذاری
در استان کرمان
ندارند



رئیس اتاق بازرگانی استان کرمان گفت: شرکت های بزرگ صنعتی و معدنی تعصبی برای جلوگیری از خروج منابع از استان کرمان، سرمایه گذاری و حمایت از شرکت های دانش بنیان ندارند.

صفحه ۴

توصیه های طب سنتی برای فصل پاییز



مصرف غذاهای با مزاج گرم و تر؛
مثل گوشت گوسفندی، مویز، انجیر و ...



عدم مصرف غذاهای سودازا؛

مانند عدس، بادمجان، گوشت گوساله، فست قودها و غذاهای مانده



پرهیز از خوابیدن در طول روز؛

و پوشاندن سر از سرما در زمان خواب شب



عدم مصرف خربزه؛

در افرادی که دچار علائم حساسیتی هستند



پرهیز از نوشیدن آب سرد؛

در عوض نوشیدن آب گرم در صبح برای تقویت اعصاب مفید است



افزایش فعالیت بدنی؛

برای پیشگیری از بیماری های فصل پاییز



پرهیز از مصرف ترشی ها و شوری ها؛

مانند سرکه، ماست و دوغ ترش، پفک و چیپس و ...



بدن تان را در مقابل آنفلوآنزا بیمه کنید

شستن مرتب دست ها



تمیز کردن محل تجمع ویروس ها



استفاده از وسایل شخصی



تقویت سیستم ایمنی بدن



استفاده از دستگاه بخور



در محیط های آلوده ماسک بزنید

