روزنامه سیستان و بلوچستان

اوقات شرعی به افق زاهدان
امروز: اذان صبح: ۰۴:۵۴ طلوع آفتاب: ۶:۱۴ اذان ظهر: ۱۱:۴۰ غروب آفتاب: ۱۷:۰۶ اذان مغرب: ۱۷:۲۳
فردا: اذان صبح: ۰۴:۵۴ طلوع آفتاب: ۶:۱۴ اذان ظهر: ۱۱:۴۰ غروب آفتاب: ۱۷:۰۶ اذان مغرب: ۱۷:۲۴

آب و هوای زاهدان
امروز ۱۱ -۸
فردا ۱۳ -۵

روزنامه سیستان و بلوچستان؛رتبه هشتم نشریات استانی
سرپرستی زاهدان: خیابان مولوی-نبش مولوی ۲۱
تلفن آگهی‌واشتراک: ۳۳۲۱۷۸۶۶ ۰۵۴
تلفن مسئول تحریریه: ۳۳۲۱۷۸۶۹ ۰۵۴
نمابر تحریریه: ۳۳۲۱۷۸۶۴ ۰۵۴
تلفن‌های تحریریه: ۳۳۲۱۷۸۶۲-۳ ۰۵۴
تلفن ونمابر سرپرست دفتر: ۳۳۲۱۷۸۶۵ ۰۵۴

صاحب امتیاز: موسسه فرهنگی هنری خراسان
مدیر مسئول: محمد سعید احدیان
سردبیر: علی ولی زاده
دفتر مرکزی: مشهد، بلوار سازمان آب
صندوق پستی: ۵۱۱-۹۱۷۳۵
چاپخانه: شهرچاپ‌خراسان

تلفن: ۳۷۶۳۴۰۰۰ - ۰۵۱
نمابر شهرستان‌ها: ۳۷۶۷۴۳۳۴ ۰۵۱
پیامک: ۲۰۰۰۹۹۹
www.khorasannews.com
e-mail:info@khorasannews.com

شنبه ۱۴ بهمن ۱۳۹۶ . ۱۶ جمادی الاول ۱۴۳۹ . شماره ۱۰۴۹

رهایی فرزندان در دنیای ناشناخته مجازی

شهرکی

کودکان تا دهه شصت و هفتاد برای پر کردن اوقات فراغت خود به بازی های دسته جمعی با هم سن و سال های خود می پرداختند. پسرهایی که اگر چه بعد فوتبال با یک توپ راه راه پلاستیکی با لباس های پر خاک و دست و پای خراشیده به خانه باز می گشتند، اما از بودن با هم سن و سال های خود خوشحال بودند و روز بعد هم برای بازی بی تابی می کردند. دخترهایی که بعد از ظهرها در خانه دور هم جمع می شدند و به بازی با عروسک ها می پرداختند و مهارت های زندگی را در همان بازی های کودکانه و دست جمعی می آموختند. آن روزها اگر چه تلویزیون بود و فیلم های کودک و نوجوان پخش می شد، اما کودکان یکی دو ساعت بیشتر با تلویزیون مشغول نبودند و بیشتر به بازی با هم سن و سال های خود تمایل داشتند. در این میان کودکان دهه هشتاد و نود را شاید بتوان نسلی دانست که دیگر به بازی با هم سن و سال های خود تمایل چندانی ندارند. آن ها بچه های همسایه را نمی شناسند و شاید هیچ وقت در کوچه فوتبال بازی نکرده باشند. به عبارتی می توان گفت که کودکان این دوره کودکی نمی کنند و زود بزرگ می شوند.

آموزش های ناصحیح در فضای مجازی

یکی از والدین که سه فرزند دارد به خبرنگار ما می گوید: کودکی فرزندانم با کودکی من تفاوت زیادی دارد. دو فرزند اولم پسر هستند و متاسفانه به فضای مجازی و بازی های تلفن همراه علاقه دارند و همین سبب می شود هر دو با گوشی همراه سرگرم شوند و اگر گاهی هم سر و صدایی می کنند به دلیل بحث برای تصاحب گوشی و گشت و گذار در فضای مجازی است.

«رضا. ر» ادامه می دهد: پسر بزرگم شش ساله بود که از یکی از اقوام به بهانه به روز بودن، تبلت هدیه گرفت و همان سرآغازی برای بی تحرکی او شد. آن ها به راحتی به اینترنت متصل می شوند و از شبکه ها و نرم افزارهای مختلف برنامه هایی را دریافت می کنند که در ابتدا بازی به نظر می رسد، اما ممکن است در قالب بازی آموزش ناصحیحی را بیاموزند. یک بار پسرم مشغول بازی بود و متوجه شدم تلاش زیادی می کند، هنگامی که خواستم کمکش کنم متوجه شدم بازی درباره چگونگی تهیه ماده مخدر ماری جوانا یا همان گل است و در انتهای بازی باید آن را با فندک روشن کرد! همان جا فهمیدم که از سرگرمی های کودکانم غافل شده ام و زنگ خطر برایم به صدا در آمد.

وقت گذرانی فرزندان در فضای مجازی

یکی دیگر از والدین می گوید: در گذشته هنگامی که به خانه پدربزرگ هایمان می رفتیم با فرزندان دایی، عمو، خاله و عمه به بازی و سر و صدا مشغول می شدیم، اما امروزه چنین نیست. هنگامی که با دخترم به خانه پدرم می روم او به همراه دخترخاله و دخترداییش در گوشه ای می نشینند و سرشان گرم گوشی هایشان است.

«مریم. ش» که دخترش ۱۳ ساله است می گوید: به دلیل اصرار فراوان دخترم مجبور شدیم برایش گوشی بخریم و همین سبب شد تا او گوشه نشین شود و زمان زیادی را با گوشی بگذراند. بیشتر اوقات در صفحه های اجتماعی و کانال ها و گروه های مختلف در گشت و گذار است و گذر زمان را هم متوجه نمی شود. این موضوع سبب شده است در برخی از درس هایش ضعیف شود و برای تنبیه او مجبور می شوم گوشی اش را مدتی مصادره کنم. تغییر در ساعت خواب، نحوه لباس پوشیدن و ارتباط با افراد از دیگر تغییرهای فرزندم است. وی اظهار می کند: صفحه های شخصی و گروه های فضای مجازی وسیع است و والدین نمی توانند بر آن نظارت داشته باشند. فرزندان می توانند فعالیت های مجازی به دور از چشم والدین داشته باشند، این در حالی است که تهدیدهای این فضا برای کودکان و نوجوانان که کنجکاوتر هستند بیشتر است و آن ها آموزش های لازم را برای مقابله با این تهدیدها فرا نگرفته اند.

عوارض استفاده طولانی مدت از فضای مجازی

کارشناس ارشد روان شناسی بالینی در این باره به خبرنگار ما می گوید: اینترنت مانند همه وسایل ارتباط جمعی جنبه های مثبت و منفی دارد و استفاده نادرست از آن می تواند کودکان و نوجوانان را در معرض آسیب قرار دهد. تنهایی، افسردگی، اضطراب، عزت نفس پایین از پیامدهای استفاده از فضای مجازی توسط این گروه سنی است. هنگامی که فرزندان به استفاده بیش از حد از فضای مجازی معتاد شوند انگیزه آن ها برای تعامل با دیگران و ارتباط جمعی کم می شود.

«عادله صفت گل» بیان می کند: اعتیاد اینترنتی، اختلال روحی، افسردگی متمرکز، اضطراب اجتماعی، ضعف مهارت مقابله، عزت نفس پایین و کم خود کارآمدی از آسیب های روانی استفاده طولانی مدت از اینترنت است. اگر کودک یا نوجوان به مرحله ای رسیده است که اینترنت و فضای مجازی را بر خواب و غذا ترجیح می دهد و کارهای روزانه خود را انجام نمی دهد، مشکل جدی است و حتما باید روانشناس در این زمینه به او کمک کند.

وی ادامه می دهد: اگر بیش از چهار ساعت در روز از اینترنت استفاده شود نیاز به مداخله روانشناختی دارد. فضای مجازی نوعی بحران هویت در طیف گسترده ای از فرزندان در سنین جوانی ایجاد می کند که زمینه های فردی ناهمگونی های هویتی را سبب می شود و تعادل اجتماعی را بر هم می زند و عوامل معناساز هویتی را دستخوش تغییر می کند.

وی می گوید: در سنین نوجوانی و دوران بلوغ که مرحله شکل گیری هویت فرزندان است و دنبال کشف ارزش ها و درونی کردن آن هستند، با اینترنت و حجم گسترده، حیرت انگیز و گوناگون اطلاعات مواجه می شوند، هویت خود را در فضای مجازی جست و جو می کنند و بحران هویت را با سختی بیشتری می گذرانند و از لحاظ فیزیکی و جسمی صدمه زیادی مانند چاقی، آسیب های اسکلتی، ضعف بینایی، تشنج یا حساسیت به نور شدید به آن ها وارد می شود. وی اظهار می کند: اینترنت از لحاظ اجتماعی گسست های شدیدی در زندگی تحصیلی، اجتماعی ایجاد می کند. افت تحصیلی، کاهش مطالعه، غیبت در کلاس ها و در نهایت موفق نبودن در زندگی اجتماعی از پیامدهای استفاده زیاد از اینترنت و فضای مجازی است.

راهکارهایی برای والدین

این روانشناس می گوید: والدین به روش های مختلف می توانند فعالیت فرزندان خود را مدیریت کنند. در ابتدا باید ورود فرزندشان به شبکه های اجتماعی را مدیریت کنند و درباره خطرها و آسیب های این شبکه ها هشدار دهند. به کمک نرم افزارهای نظارتی که برای همه سیستم عامل ها وجود دارد فعالیت او را کنترل کنند، زیرا اصلی ترین الگوهای کودکان خانواده و دوستان هستند، والدین نباید استفاده بیش از حد و نادرست داشته باشند تا فرزندانشان بیاموزند. به علاوه دانش آموزان باید در محیط مدرسه برای استفاده صحیح از گوشی آموزش ببینند.

وی، تصریح می کند: والدین مدت زمان استفاده از اینترنت را برای فرزندشان محدود کنند. شبکه های اجتماعی فرزندان را از جمع های دوستانه جدا و تحرک آن ها را کم می کند ، به افسردگی و اضطراب منجر می شود و عزت نفس فرزندان را پایین می آورد. این افراد در روابط اجتماعی مهارت های لازم را ندارند و از آسیب پذیری بالا، سلامت و بهداشت روانی پایین رنج می برند.

یک روانشناس: اعتیاد اینترنتی، اختلال روحی، افسردگی متمرکز، اضطراب اجتماعی، ضعف مهارت مقابله، عزت نفس پایین و کم خود کارآمدی، از آسیب های روانی استفاده طولانی مدت از اینترنت است. اگر کودک یا نوجوان فضای مجازی را به خواب و غذا ترجیح می دهد و کارهای روزانه خود را انجام نمی دهد، مشکل جدی است

سنگ صبور

محمدنعیم محمدحسنی
عضو نظام روانشناسی کشور

اصرار بیهوده

دختری ۲۵ ساله هستم حدود ۱۰ ماه با پسری که از طریق تلگرام آشنا شدم در ارتباط بودم و خیلی به او وابسته شدم. قرار بود به خواستگاری ام بیاید، اما کم کم ارتباطش را با من کم رنگ و گوشی اش را خاموش کرد و از او بی خبر هستم. این در حالی است که قبل از او با کسی در ارتباط نبودم. چه کنم؟

متأسفانه دختران ما در برخورد با پسران آموزش کافی ندیده اند و به راحتی به اشتباه می افتند. یکی از دلایل به اشتباه افتادن، اصرار برای ادامه رابطه های بیهوده است که خودشان هم می دانند سرانجامی نخواهد داشت. دوری پسرها انگیزه سطحی دارد و دلیل آن مشخص نیست. ارتباطی که بدون شناخت و پشتوانه فکری و اعتقادی باشد سرانجامش جدایی و بی محلی است. چون شما خودتان را به اجبار وارد بازی عشق کرده اید و به ظاهر این علاقه یک طرفه است هیجان زیادی که در شما برای ادامه ارتباط با آن پسر وجود دارد شما را به دختری تبدیل کرده که فکرش از کار افتاده است و حواسش نیست که این فرد شاید از ارتباط با شما منظوری دیگر داشته باشد و حال که متوجه شده است شما اصرار دارید به خواستگاری بیاید پایش را پس کشیده و به ادامه دوستی بی علاقه شده است. دخترها باید الگوی درستی داشته باشند تا قبل از این که با کسی آشنا شوند او را با الگوی خود بسنجند و اگر منافات داشت همان روز اول قیدش را بزنند.

طب سنتی

کوچک کردن شکم

«یوسف پورکیخا» کارشناس طب سنتی: مصرف برخی خوراکی ها سرعت چربی سوزی را به طور چشم گیری افزایش می دهد. چند ماده غذایی را معرفی می کنیم که برای چربی سوزی و کاهش وزن بسیار مناسب است، لازم است این رژیم های غذایی را تا رسیدن به وزن مورد نظر خود به طور هفتگی دنبال کنید.

گوجه فرنگی: این خوراکی از جمله مواد مورد نیاز بدن است که می تواند شما را در کوتاه مدت به وزن دلخواه برساند. گوجه فرنگی کم کالری است و به شما احساس خوبی را منتقل می کند. به دلیل میزان فیبر بالا این حالت را در شما حفظ می کند.

پرتقال: این میوه سرشار از ویتامین C است که به عملکرد بدن کمک می کند. گاهی ممکن است افراد به دلیل میزان قند موجود در پرتقال از مصرف آن پرهیز کنند، اما باید بدانند این میوه ظرفیت بالایی در چربی سوزی دارد و فیبر آن برای تنظیم قند خون مفید است.

جو: این ماده غذایی به دلیل فیبر بالا به سوخت و ساز بدن کمک می کند و در کاهش وزن نقش بسزایی دارد. خوردن یک کاسه جو در ابتدای صبح مناسب است و انرژی طول روز را تأمین می کند.

ادویه ها: کافی است مصرف ادویه ها را در برنامه غذایی خود بگنجانید. زیرا این مواد غذایی خواص گرمازایی دارد و متابولیسم بدن را افزایش می دهد. به عنوان مثال فلفل های سیاه و سفید در کالری سوزی و زنجبیل در هضم غذاها کاربرد دارد.

سیب زمینی شیرین: این خوراکی کالری کمی دارد و کمک می کند میان وعده های غذایی سیر بمانید. این ماده غذایی سرشار از فیبر، ویتامین های B۶، سی و پتاسیم است.

سیب: این میوه به دلیل شیرینی طبیعی هوس خوردن خوراکی های شیرین دیگر را از شما دور می کند. این خوراکی فیبر مناسبی دارد و کالری، چربی و سدیم آن به مراتب کمتر از دیگر خوراکی هاست.

قارچ: مصرف این ماده غذایی در پیتزاها سبب از بین رفتن ویتامین های آن می شود، بهتر است در مواد غذایی سالم از قارچ استفاده شود تا به کاهش وزن افراد کمک شود.

کلم بروکلی: این خوراکی در کاهش وزن و سوزاندن چربی به خوبی عمل می کند و مصرف آن احساس سیری به شما می دهد.

دارچین: مصرف روزانه یک قاشق چای خوری دارچین به کاهش وزن افراد کمک می کند. همچنین این ماده قادر است قندخون را تنظیم کند.

یک مسئول در دانشگاه علوم پزشکی زاهدان خبر داد:

شناسایی ۱۱۴ مورد تالاسمی ماژور در زنان باردار

شهرکی

۱۱۴ مورد تالاسمی ماژور نیمه اول امسال در زنان باردار شناسایی شد که در ۱۰۲ مورد برابر با ۹۰ درصد موارد موفق به سقط جنین شده اند. مدیر گروه بیماری های غیرواگیر دانشگاه علوم پزشکی زاهدان به خبرنگار ما گفت: بیشترین موارد تالاسمی ماژور طی این مدت در زاهدان شناسایی شد. اجازه گرفتن برای سقط جنین در استان اندکی سخت است، با وجود این ۱۰۲ جنینی که مبتلا به تالاسمی ماژور بودند سقط شدند. دکتر «مجید سرتیپی» افزود: یکی از دستاوردها در این زمینه، دریافت فتوای سقط جنین از مجمع فقه اسلامی علمای اهل سنت است که بر اساس این فتوا برای جنین های مبتلا به تالاسمی ماژور تا سن ۱۸ هفته و یک روز امکان سقط وجود دارد. وی ادامه داد: دو کمپین برای تالاسمی در حوزه دانشگاه علوم پزشکی زاهدان شناسایی شده است، کمپین شناسایی زوج های فاقد سابقه انجام آزمایش غربالگری تالاسمی از خرداد ۹۵ آغاز به کار کرد و کمپین شناسایی زوج های ناقل تالاسمی که مجوز ازدواج را دریافت کردند ولی مراحل اول و دوم PND را انجام ندادند نیز راه اندازی شده است. وی اظهار کرد: مرکز مشاوره ژنتیک در سال ۹۱ راه اندازی شده و مشاوره ژنتیک قبل از ازدواج، قبل از بارداری و هنگام بارداری را ارائه می دهد. ویزیت بیماران و مشاوره برای تشخیص بیماری های ژنتیکی و ارجاع بیماران به متخصص هم انجام می شود.

مشاور حقوقی

اسما دهمرده، کارشناس ارشد حقوق جزا و جرم شناسی

موجبات و طبقات ارث

درباره چگونگی تقسیم ارث توضیح دهید. به موجب ماده ۸۶۱ قانون مدنی موجبات ارث دو امر است: نسب و سبب. اشخاصی که به موجب نسب ارث می برند طبق ماده ۸۶۲ قانون مدنی سه طبقه هستند: طبقه اول پدر، مادر، اولاد و اولاد اولاد هر چقدر پایین تر رود. طبقه دوم اجداد، برادر و خواهر و اولاد و آن ها طبقه سوم اعمام و عمات، اخوال و خالات و اولاد آن ها. واژه اجداد اعم از جد و جده بی واسطه یا اجداد یا جدات بالاتر مانند پدربزرگ یا مادربزرگ پدر یا مادر متوفی وارثان طبقه بعد زمانی ارث می برند که از وارثان طبقه قبل کسی نباشد در قرابت نسبی نظام طبقاتی حاکم است به این بیان که خویشاوندان نسبی وارث به چند طبقه متمایز تقسیم می شوند و گروهی که در طبقه مقدم است برخویشاوندان بعد برتری دارد. از جمله اشخاصی که به سبب ارث می برند هر یک از زوجین است که هنگام فوت دیگری زنده است در صورت نبود وارث امر ترکه متوفی راجع به حاکم است. در صورتی که متوفی برای اجرای وصیت خود وصی معین کرده باشد اداره ترکه به وصی واگذار می شود. ارث به موت حقیقی یا به موت فرضی مورث تحقق پیدا می کند. مالکیت ورثه نسبت به ترکه متوفی مستقر نمی شود مگر از ادای حقوق و دیونی که به ترکه میت تعلق گرفته است. شروط تعلق ارث: شرط وراثت، زنده بودن هنگام فوت مورث است و اگر حملی باشد در صورتی ارث می برد که نطفه او حین موت منعقد بوده و زنده نیز متولد شود اگر چه فوراً پس از تولد بمیرد. شرط اصلی وراثت حمل وجود او در زمان فوت مورث است و زنده به دنیا آمدن شرطی است که دلالت بر همان شرط اصلی می کند.

سیستان و بلوچستان
نیازمندیهای عمومی

هم استانی های گرامی
به منظور رفع نیازهای روزمره شما تعداد زیادی آگهی در نیازمندیهای استان 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.

خدمات شهری سیستان و بلوچستان
رنگ آمیزی محمد ۰۹۱۵۳۴۹۷۵۳۹
فروش اقساطی انواع ماشین آلات و تجهیزات کشاورزی ۰۹۱۵۱۹۲۴۵۹۱
سبک سازی ساختمان طراحی،اجرا،نظارت ۰۹۳۳۸۴۰۸۰۰۶
غذای آماده پاییز آدرس: ترسیده به تقاطع بزرگمهر و دانشجو جنب پیش دبستانی عرشیان ۰۹۱۵۰۳۵۳۶۰۶
کلید سازی و قفل سازی سعدی ساخت و تعمیر انواع کلید منزل و خودرو، تعمیر شیشه بالابر خودرو و ... خیابان سعدی۸۲ بین طباطبایی و رجایی ۰۹۳۶۴۹۸۷۷۱۲
ساخت انواع درب ملامینه با روکش PVC ۰۹۳۳۰۹۱۴۷۷۰
نورپردازی تخصصی نوین سازان ۰۹۱۵۸۹۲۳۰۴۳
سیناد سیستم فروش جک، پارکینگ، کرکره برقی، راهبند، درب اتوماتیک شیشه ای و... آدرس: زیباشهر-بین خیابان نصر و سهروردی نبش غزالی۱ ۰۹۱۵۱۹۱۲۶۰۹
خریدار انواع ضایعات ۰۹۳۰۸۲۷۲۱۲۵
خیاطی مدرن بلوار انقلاب،انقلاب ۱۵ ۰۹۳۸۷۹۲۶۳۵۶
کافی نت مجازی ۰۹۰۳۴۸۸۵۲۵۵
شرکت نظافتی پرنیان ۰۹۱۵۳۱۷۹۱۱۷
پیتزا پاریس زیباشهر - نبش بهارستان ۲ سفارشات ۰۵۴۳۳۲۸۶۱۰۳
تولیدی و نمایشگاه مبل حمید عرضه مستقیم انواع مبل راحتی،استیل ۰۹۲۱۵۴۰۰۹۱۷
تولیدی مبل تهران ۰۹۲۱۷۱۵۵۷۰۳
مرکز فروش و پخش لپ تاپ و تبلت استوک ایرنا ۰۹۱۵۹۳۹۵۸۶۸
فروش هر نوع شن و خاک ۰۹۱۵۵۴۲۶۸۱۳
مزون عروس آدونیس تقاطع مصطفی خمینی و بهشتی،پاساژ احمد پلاک ۱۴
شکیب بار با قابلیت باربری اثاث منزل، شرکت ها وادارات ۰۹۰۲۵۵۲۷۷۸۲
فروش کلیه اجناس سوپرمارکت ۹۲۱۵۷۳۸۲۹۶
آشپزخانه قدس انواع غذاها با کیفیت عالی ۰۹۱۵۹۴۱۲۷۴۸
لوازم التحریردانش نوین آدرس:زاهدان-حدفاصل مصطفی خمینی ۴۳ و ۴۱
قالیشویی تمام اتوماتیک گل شو شستشوخاک گیری ورفوگری انواع فرش های دستبافت ماشینی پتوموکت و... ۰۹۱۵۵۴۱۵۱۵۸
سمساری هامون خیابان مولوی حسین بر، حسین بر۵ تقاطع پاسداران و حسین بر۶۲ ۰۹۱۵۵۴۹۹۳۶۲
نقاشی ساختمان پیکاسو بابهترین کیفیت ونازلترین قیمت ۰۹۳۰۰۲۳۹۵۷۵
سمساری سیدالسادات آدرس: خ مکران، مکران ۲۲و۲۴ ۰۹۳۳۹۲۵۳۱۳۱
نورپردازی و مهندسی روشنایی حرفه ای ۰۹۳۸۵۳۵۷۰۰۶
اجرای فنداسیون و آرماتوربندی ۰۹۱۵۳۴۹۷۰۹۲
شرکت سهیل گستر فردوس برگزاری کنفرانس خبری، برگزاری انواع کمپین تبلیغاتی،ارائه خدمات عکاسی و فیلم برداری ۰۹۱۵۵۴۲۵۵۷۲
دکوراسیون هامون ۰۹۳۳۸۱۴۲۱۰۰
مجتمع تخصصی ساختمانی برج ارائه مشاوره رایگان در امورات ساختمانی و طرح های عمرانی و انواع مصالح ساختمانی، طرح های توجیهی کارخانجات و... آدرس: زابل - خیابان شهید باقری جنوبی، آخر محله حسن آباد
تولیدی و نمایشگاه مبل حمید عرضه مستقیم انواع مبل راحتی،استیل ۰۹۲۱۵۴۰۰۹۱۷
خدمات نظافتی امیرعلی ۰۹۳۶۴۵۷۵۹۷۳
سیم پیچی هامون سرویس راه اندازی نصب کولر ۰۹۳۶۷۴۶۰۹۲۷
پخت شیرینی خانگی ارایه شیرینی خانگی با بهترین کیفیت ۰۹۳۹۱۶۰۱۹۵۲
اجرای نرده استیل، فرفوژه، درب برقی کرکره درب چکی ۰۹۱۵۸۳۷۷۰۳۴
تعمیر و سرویس انواع بخاری های ژاپنی نفتی و گازی آدرس:زاهدان - باقری ۳۴ کوچه کمالی
خدمات فنی کولرگازی یاسین زاده ۰۹۱۵۹۴۴۹۸۲۲
۵/۹۶۲۲۶۱۷۳