

## قاب خوش زندگی

دامن طلایی خورشید در حال برپیده شدن است، تپان یک هواخوری زمستانی زیر دیوار آگاهی که نه چندان بلند خانه قدیمی، روی سنگی میسایمی، طغیان را در سکوت ناگهانی می کنند و چه سال خوبی دارند. نگو مرم که به گفته خورشید، کتابی نخوانده است یا لینکند از سال های می گوید و بانگهای به آسمان، قسمتی از خاطر آتش را امروز می کند. بانوا آناگنشی پر از امید است و حضور و خنده های مرم به خانه دلش، گرما می دهد و انگیزه، معلوم است که هر دو خوشبخت هستند و راضی و خانه دلشان لبریز از آتش عشق به یکدیگر است حتی در او کج هر سال.



## کدبانو

## آب پیز کردن غذا

هر چه در تهیه غذا، آب و روغن کمتری استفاده شود زمان پخت کم باشد، مواد مغذی کمتری از بین خواهد رفت. کاشناسان پیشنهادتغذیه، برای یک زن باردار که می‌خواهد غذای غنی را حفظ سازد غذایی موز اعلام کرد به «خراسان جنوبی» گفت: هر چه برای آب پیز کردن مواد غذایی از آب بیشتری استفاده شود زمان جوشاندن افزایش یابد، ویتامین‌های محلول در آب بیشتر از بین می‌رود. اصغری بهترین روش آب پیز کردن از سفیدانه مقدار کمی آب حرارت ملاو و ظروف بسته دوشاخ افزود: برای آب پیز کردن سبزی‌ها شامل خویج، نخود فرنگی، سیب زمینی ... تا حد امکان باید آن‌ها را کمتر خرد و حتی بهتر است از آن‌ها دست‌پخته شود، چون باین کار، آب و ویتامین‌های املاح معدنی گیاه از آن‌ها زدست می‌رود.



ها قبل از پخت سبب کاهش قابل توجه مواد مغذی موجود در آن ها می شود اگر کدو سبز با پوست پخته شود، حدود یک سوم ویتامین C خود را از دست می دهد و بهترین روش برای مصرف سبزی ها مصرف تازه و خام آن است.

**معاون دفتری**  
**استانداری:**  
**استانداری**  
**ساختمانی**  
**حاکمیتی و ستادی**  
**است و در شرایط**  
**موجود اعتباری**  
**برای تملک محله**  
**رحیم آباد ندارد**

**معاون مدیرکل میراث فرهنگی: مجوز ساخت و ساز در رحیم آباد با رعایت ارتفاع و نمای مدنظر میراث فرهنگی داده می شود**

**معاون عمرانی**  
**شهردار بیرجند:**  
به دلیل قرار  
داشتن این ۲ محله  
در محدوده بافت  
تاریخی باید ضوابط  
میراث فرهنگی  
برای ساخت و  
ساز اعمال شود و  
بر همین اساس  
آسفالت معابر  
ممکن نیست

کار آماده است. «عدل» ادامه می دهد: برای بافت قدیمی رحیم آباد هم بر اساس ضوابط میراث فرهنگی، امکان آسفالت کوچه ها نیست اما باید نوع مصالح مورد نیاز توسط میراث فرهنگی تعیین و تامین شود.

## استانداری اعتباری برای تملک خانه‌ها ندارد

معاون دفتر فنی استانداری هم اظهار می کند که استانداری، ساختمانها کامیتی و ستادی است و در شرایط موجود اعتباری برای تملک کهنه حرم آباد، البته در سال های گذشته کارهای در این باره انجام شد تا مره برآورد هزینه ها پیش رفت. مهندس آشتی خیز «با اشاره به این که خانه های منظر در حوریم استانداری و استانداری و ضوابط مرآت در هنگامه واقعه شد» است، ادامه می دهد: در استانداری، نقشه این محدوده و مالکان این بناها مشخص شد و گزارش و پیشنهادها در اختیار وزارت کشور و سازمان ملی زمین و شهر قرار گرفت. می گوید: با معاون وزیر و مهندس آشتی خیز، مکاتباتی شد تا در صورت امکان در نقطه دیگری و به ازای هزینه ملک، زمین تحویل مال شود. در چند سال گذشته هم جلسه های مختلفی با حضور استانداران و برگزار و به بازگشایی برای تعیین تکلیف این موضوع پیگیری شد اما اعتبار مورد نیاز برای تملک، تامین نشد و وزارت راه و شهرسازی هم اعلام کرد که زمین دارای، به گفته وی، مالکان اصلی این خانه ها بیشتر متقاضی هستند و زمین نمی خواهد و حتی در خواست آبار زمان

صاحب امتیاز:  
موسسه فرهنگی هنری خراسان  
مدیر مسئول:  
محمد سعید احدیان

اذان ظهر ۱۱:۴۲	دوشنبه
غروب آفتاب ۱۶:۴۷	۲۳ دی ۱۳۹۸
اذان مغرب ۱۷:۰۶	۱۷ جمادی الاول ۱۴۴۱
اذان صبح فردا ۵:۱۱	شماره ۳۱۸۶
طلوع آفتاب فردا ۶:۳۹	

خبرسان جنوبی

# اکبریه و رحیم آباد سرگردان شهر و روستا

## شکایت از کوچه‌های خاکی

محلۀ اکبریه هم در قسمتی از این مشکلات خواهر خوانده حمیم آباد است، و وسایع قدیمی در دل شهر که سایه و بانوی جوان سر دارد. دو بانوی جوان که با کوجه های خاکی شکایت دارند، از این که بنی ساج است شهر دار بی روی سفکشرش کوجه پیش قدمه شده اما هنوز کار ناقص است. «عاسی» می گوید: وسیله ای حال او نوانند تا آخر کوجه رفت اندک مدتی، در فرهنگ ریزه ای حال مرمت باغ است و هر از گاهی نخاله های ساختمانی را در کوجه ها می بیند که در حالی که در دسران برای ساکنان است. او به گرفتار شدن مر بین شهر دار و میراث فرهنگیه می اشار و اضافه می کند: آن ها با هم هماهنگ نیستند، میراث فرهنگیه ای نبود نما و طرح بایست ریزی، بایستد حالی که با اندک بارانی، کوجه ها طریح می ریزند، شهر دار می اعلام می کند که چرا پنجره ها را به این شکل

## امکان گازرسانی نیست

بنایو ساکن خانه‌ای قدیمی می‌گوید، بر اثر فرهنگی به دلیل بهسازی مسکونی ما در اخیر آباد، از ساخت و ساز منعی دهنده به مشایبه هارام شده است که بناشد بافت قدیمی تغییر کند به همین دلیل امکان گازسانی به محله هارام های قدیمی به ویژه در کوچه پس کوچه ها نیست. «میان قربانی» آسفالت نشدن کوچه ها را مطرح می‌کند که سبب می شود مستان در گل و تابستان در خاک زندگي کنند. دیوارهای مسجد قدیمی نوسازی از جرفسفال و جلوی آن سنگفرش شده است. در خم کوچه راجی دیگر تکرار نمایی فبرون خانه است، خانمی شوهرش را بدقت می‌بیند. قصه آن هاهم مشابهه های پیدا بین برده می‌باشد.

۲۰ سال در گذشته، از اجبار به مصلیه پرداختن نکردن از اجاره به فامیل زندگی می‌کرد. می‌گوید خانه‌ها خالی گذرانند، در کارت سوخت بازپروری نمی‌خرید اما خانه‌ها گرم نمی‌شود. اما ساختن وساز نمی دهندو گفته اند می خواهند خانه های قدیمی را بخرند.



## مشکل؛ تعیین پرو کف

معاونت و مدیریت کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی، می گوید: مجوز ساخت و ساز در ریمپ آبیج، رعایت ارتفاع و نمای مد نظر میراث فرهنگی داده می شود اما مشکل اساسی در این محله، تنگنای بزرگ است که حاصل بیض نیست و مانع از ساخت و سازهای تازه بهیچ وجهی می شود. «شریعتی» می افزاید: چنانچه ساخت و ساز با نظر میراث فرهنگی ممنوع باشد، منعی ندارد. به گفته وی، سنگفرش برای این محله از آسفالت بهتر است اما بر کف باید تعقیب شود. او درباره سنگفرش کوهچه این محله اکبریه به هم توضیح می دهد: این کار به شهرداری واگذار شده و نقش طراحی فرهنگی تکمیل به تأمین سنگ است البته اعتبار و تمیز مهمی در سنگ سنگفرش این محله دارد. او مشکل تأمین سنگ بر طرف شده است.

## حریم بافت تاریخی رعایت شود

معاون عمرانی شهر داربیر چند دلیل توقف سنگفرش معابر اکبریه را تا مین نشدن مصالح اعلام می کند و می گوید: به دلیل قرار داشتن این دو محله در محدوده بافت تاریخی باید ضوابط میراث فرهنگی برای ساخت و ساز اعمال شود و بر همین اساس آسفالت معابر ممکن نیست. هزار و ۲۰۰ متر مربع از معابر اکبریه سنگفرش شده و پیمانکار برای ادامه

## بازی کودک با ظروف

اگر در آشیز خانه هستید به راحتی می‌توانید کودک را با وسایلی مانند قابلمه، فاشق و... سرگرم کنید. کارشناس ارشد روان‌شناسی با اشاره به این که کودکان در سنین خاصی با ضرر به زدن به ظروف، سعی در ایجاد صدا دارند، گفت: برای این کار می‌توان ظروف تمیز را در اختیار کودک قرار داد. «شهریاری با تاکید بر این که از دادن ظروف خطرناک به



کودک کہ ممکن  
 است، شکستہ شود،  
 باید پرهیز کرد،  
 افزود: کودک را در  
 نزدیکی خودتان  
 مشغول کنید تا  
 بتوانید فعالیت های  
 او را زیر نظر داشته  
 باشید.

## دستپخت

## کوکوی کنجد

## مواد لازم

سیب زمینی بزرگ نیم پز: یک عدد / پیاز متوسط: یک عدد / جعفری خرد شده: نصف فنجان / زعفران دم کرده: یک قاشق سوپ خوری / دانه کنجد بو داده: ۷ قاشق سوپ خوری / فلفل سبز نگینی خرد شده: یک عدد / آرد سیب زمینی: ۲/۵ قاشق سوپ خوری / شیر: ۳ قاشق سوپ خوری / تخم مرغ: ۵ عدد / نمک، فلفل و دارچین: به میزان دلخواه

طرز تهیه

ابتدا سیب زمینی و پیاز را رنده سپس جعفری، نمک، فلفل، دارچین، زعفران، کنجد و فلفل سبز را به مخلوط سیب زمینی و پیاز اضافه کنید. در خمیر زمینی را شکر سرد حل کنید و مواد پیاز و جعفری را به مرغ هارا پس از هم زن، به مواد اضافه کنید. درتابه را خوب صاف و روغن بریزید و روی حرارت ملایم داغ و مواد را مخلوط کنید و به تدریج پیاز را با قاشق روی مواد را خوب صاف و با حرارت کم و با درپوش یک طرف آن را از اجاق بردارید و اگر دانه‌د طرف دیگر را بدون درپوش سرد کنید.

