

خراسان جنوبی

روزنامه سیاسی، اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی



رها شدن زباله در جوی آب

برخی نقاط شهر نه تنها سیمای شهری در این مناطق را دچار خدشه می کند، بلکه حقوق شهروندان به عنوان یک مطالبه از مدیران شهری برای ارائه خدمات شایسته را هم زیر سوال می برد، هر چند در این بین توجه شهروندان در کنار تلاش مأموران شهرداری هم می تواند در ارتقای پاکیزگی و نظافت شهر مؤثر باشد. تصویر مربوط به یکی از کوچه های پردرد شهر است که با وجود نزدیکی به سطل زباله، پلاستیک ها و ظرف یک بار مصرف در چند قدمی آن در جوی آب رها شده است.

نکته



به وقت چای

چای مرغوب، تقویت کننده معده است و اگر به آن مواد عطر دهنده افزوده نشود و دیر دم، دیش گس و قدری تلخ مزه باشد، دهانه معده را محکم می کند و جلوی ریفلاکس را می گیرد. یک متخصص طب سنتی ایرانی با اشاره به این که مصرف چای معطر و زود دم متداول که بیشتر طعم گس و تلخ ندارد، می تواند سبب شل شدن دهانه معده و بروز ریفلاکس شود، گفت: افرادی که با مصرف چای، ترش می کنند، به احتمال زیاد از چای اسانس دار نامرغوب استفاده می کنند که به دلیل رگ دهی سریع، دم کشیدن آن کوتاه است.

دکتر «نوشیروانی» با اشاره به این که چای بهاره گیلان، چای سبز و حتی سفید هم اگر به اندازه کافی دم نکشد، نمی تواند به تقویت معده و دهانه آن کمک کند، ادامه داد: افزودن برخی گیاهان معطر به چای، به ویژه گل محمدی تازه و خوشبو، می تواند سبب تقویت و تشدید آثار مفید چای شود و در کاهش ریفلاکس و ترش کردن مفید باشد.

دستپخت



قنبر پلو

قنبر پلو از غذاهای تشریفاتی و سنتی شیرازی هاست که در مهمانی ها و مناسبت های مختلف پخته می شود.

مواد لازم:

برنج: ۴ فنجان / گوشت چرخ کرده: یک کیلوگرم / گردو: ۱۰۰ گرم / کشمش: ۲۰۰ گرم / رب انار: ۲ قاشق غذاخوری / شیر ه انگور: یک قاشق غذاخوری / پیاز: یک عدد / زردچوبه: یک قاشق چای خوری / آرد نخودچی: به میزان دلخواه / نمک: به مقدار لازم / روغن: به میزان دلخواه

طرز تهیه:

ابتدا برنج را بشوید و با آب و نمک ۳ تا ۴ ساعت خیس کنید. گوشت را با کمی آرد نخودچی، نمک و زرد چوبه مخلوط کنید و با دست ورز دهید تا منسجم شود و بعد آن ها را به اندازه یک فندق بردارید. گلوله و در روغن سرخ کنید. تابه دیگری روی شعله قرار دهید و مقداری روغن در آن بریزید و پیاز خرد شده را همراه گردو داخل آن تفت دهید. در آخر کشمش را نیز به آن اضافه کنید و کمی تفت دهید. برنج را آبخش کنید و داخل قابلمه مد نظر بریزید و لایه لای آن را با گوشت چرخ کرده، پیاز و گردو تفت داده شده پر کنید. کمی رب انار را بشیر ه انگور تفت دهید و روی برنج بریزید و برنج را روی حرارت ملایم قرار دهید تا دم یکنشد.

نکته: کشمش ها باید از قبل خیس باشد. برای خوش طعم شدن گوشت قلقلی می توانید هر ادویه ای را که دوست دارید مانند پودر سیر به گوشت چرخ کرده اضافه کنید. اگر طعم شیرین دوست ندارید از شیر ه انگور استفاده نکنید و قنبر پلو را به همان صورت سرو کنید.

پنج شنبه	اذان ظهر ۱۲:۴۰
۹ مرداد ۱۳۹۹	غروب آفتاب ۱۹:۴۳
۹ ذی الحجه ۱۴۴۱	اذان مغرب ۱۹:۵۲
شماره ۳۳۳۲	اذان صبح فردا ۰۴:۱۴
	طلوع آفتاب فردا ۵۱:۴۵

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

دفتر مکز: مشهد، بلوار شهید صادق(سازمان آب)	مدفوق پستی: ۵۱۱-۹۱۷۳۵
تلفن: ۰۵۱-۳۲۴۴۳۹۰۰	تلفن: ۰۵۱-۳۲۴۴۳۹۳۹
نمابر دبیرخانه: ۰۵۱-۳۲۴۴۳۹۵۰	پایمک: ۲۰۰۵۹۹۹

سرپرستی استان خراسان جنوبی: بیر جند،خیابان مدرس،خیابان باهنر غربی،شماره ۷۷	واحد آگهی و اشتراک: ۰۵۲-۳۲۴۴۸۰۵۶
تلفن سرپرست: ۰۵۱-۳۲۴۴۳۹۳۹	مدفوق پستی: ۵۱۴-۹۱۷۵
تحریریه: ۰۵۵-۳۲۴۴۴۸۰۵۶	نمابر آگهی و اشتراک: ۰۵۳-۳۲۴۴۸۰۵۶
نمابر تحریریه: ۰۵۴-۳۲۴۴۴۸۰۵۶	چاپ: شهرچاپ خراسان

روی خط خبر

هدیه ای به سفره ۱۶۰۰ دانش آموز

۵تن گوشت سفید بین هزار و ۶۰۰ دانش آموز با نیاز ویژه استان توزیع شد. معاون توسعه مدیریت و پشتیبانی آموزش و پرورش با اشاره به برگزاری اولین مرحله رزمایش کمک های مومنانه گفت: در آستانه عید قربان ۵تن گوشت سفید بین دانش آموزان دختر و پسر با نیازهای ویژه استان توزیع شد. «طیبه» از برخورداری هزار و ۶۰۰ دانش آموز با نیاز ویژه استان در دوره های مختلف تحصیلی و خانواده های آنان از مزایای این هدایا خبر و ادامه داد: این هدایا با مشارکت ستاد اجرایی فرمان حضرت امام خمینی (ره) و به ارزش ۷۵ میلیون تومان بین دانش آموزان ۲۷ مدرسه استثنایی و ۴۰ کلاس خاص توزیع شد. وی با اشاره به تدوام این کمک ها در دهه امامت و ولایت اضافه کرد: فرهنگیان و دانش آموزان استان در قالب رزمایش کمک های مومنانه در مراحل مختلف به یاری خانواده ها به ویژه دانش آموزان آسیب دیده از کرونا شتافتند.

اول مهر؛ امکان پیوند کلیه

واحد پیوند کلیه از ابتدای مهر امسال در استان راه اندازی می شود. مسئول مرکز جامع بیماران خاص از تکمیل تجهیزات، آماده کردن فضای فیزیکی این بخش و حضور فوق تخصص های پیوند کلیه در بیرجند خبر داد و به «خراسان جنوبی» گفت: بخش پیوند کلیه در بیمارستان رازی بیرجند راه اندازی خواهد شد. به گفته «دهقانی» دو نفر ولو از ابتدای مهر امسال و به منظور انجام پیوند کلیه در استان مستقر می شوند. وی به موافقت خانواده سه بیمار مرگ مغزی برای پیوند اعضا از ابتدای امسال اشاره و اضافه کرد: هفت عضو آن ها، برای نجات جان بیماران اهدا شد.

مشاور حقوقی

حدود ۲۲ سال قبل از فردی، زمینی به مساحت ۶۰۰ متر مربع و به مبلغ معین خریداری کردم و از قولنامه، شواهد و گواه دارم اما الان فروشنده به دلیل گران شدن ملک با صاحب قبلی تبانی کرده و صاحب قبلی هم شاکس شده است که این زمین مربوط به این آقا نیست و می خواهد کلابهرداری کند. من باید چه کنم ؟ چون زمین یاد شده سندر سمی ندارد و جزو زمین های موات به شمار می رود و من آن را احیا و دیوار چینی کردم و امتیاز آب گرفتم. «ابراهیم صفری» کارشناس حقوقی می گوید: به فرض این که گفته های مالک اصلی در این صورت فروشنده به جرم فروش مال غیر محکوم به حبس خواهد شد و نیز اصل ثمن به همراه خسارت وارد شده و هزینه های گذاشته شده از فروشنده با تأخیر تادیه و چه، دریافت خواهد شد.

سلامت

مقابله با پیری

آلویخارا ضد سرطان، ضد ویروس و ضد پیری است.مدیر مجتمع تحقیقات گیاهان دارویی استان با اشاره به این که از نظر طب قدیم ایران، میوه شیرین آلو، سرد و تر است و نوع ترش آن سردی بیشتری دارد، گفت: مصرف آلو قبل از غذا و با فاصله، اثر بهتری دارد. «پویان» با اشاره به خاصیت ملین و مسهلی آلو، افزود: این میوه برای تقویت عمومی بدن و رفع بی نظمی قاعدگی آثار مفیدی دارد و مصرف آن قبل از غذا برای تب های صفراوی و سرد در بسیاری موثر و همچنین مصرف چند روز متوالی آن، برای رفع خارش بدن اثر بخش است و ضمد شکوفه های آن روی پیشانی و سر، سبب قطع سردرد می شود. به گفته وی، موضعه دم کرده برگ و ریشه آلو سبب رفع وز لوز المعده و کرم های انگلی و تقویت لته می شود. همچنین صمغ درخت آلو برای رفع سرفه و خرد کردن سنگ مثانه مفید و التیام دهنده زخم هاست. مخلوط این صمغ با سرکه رقیق شده برای رفع جوش های بدن اطفال هم بسیار مفید است. وی با اشاره به خاصیت ضد سرطانی و ضد ویروسی و ضد پیری این میوه، آن را حاوی ترکیبات آنتی اکسیدانی دانست و افزود: آب آلو بخارا تب بر، صفرا بر و ضد عطش و برای گلو درد و تلخی دهان و کم خونی و خستگی فکری اثر بخش همچنین برای در مان خشکی معده و رفع سمومیت مفید است.

مشاور

یک قدم تا حجله عروس

هر چند که بیشتر جوان ها به از دواج و تشکیل خانواده تمایل دارند اما شرایط لازم برای این کار را ندارند.

مسئول مرکز مشاوره مشکلات با اشاره به این که ساز و کار دولت برای ازدواج جوانان ضعیف است و فردی که می خواهد از دواج کند به این موضوع فکری می کند که آینده فرزند را چگونه تامین کند؟ افزود: هزینه های هنگفتی مانند جهیزیه و مهریه، چگونگی تامین مسکن و நடاشتن اشتغال پایدار از دیگر عوامل کاهش رغبت به ازدواج است و افزون بر این نظام باور ها و نگرش های فرد به ازدواج هم مهم است هر چند که در ارتقای نظام باور های جوانان در خصوص ازدواج کار کمی شده است «صادقی» ترس از ازدواج را به دلیل تأثیر گذار بودن بر بقیه زندگی طبیعی دانست و ادامه داد: فکر کردن همه جانبه در باره این تصمیم به فرد کمک می کند تا مطمئن شود که زمان، فرد و مکان مناسبی را برای ازدواج انتخاب کند، اما گاهی ترس از ازدواج به صورت غیر واقعی درمی آید که تا حدی برای افراد مجر د طبیعی است چرا که تصور می کنند با ازدواج قبول تعهد، امنیت و آسایشی را که زندگی مجر دی به آن ها داده است از دست خواهند داد. به گفته وی، ترس از صمیمیت و شکست عاطفی به ویژه در افرادی که تجربه ناموفق عاطفی دارند یا در اطرافیان شان شکست های عاطفی، طلاق، خیانت و کشمکش هایی را در زندگی مشترک دیده اند نیز مشاهده شده است.



یک ورق خاطره از کاسب های قدیمی

ترازو و رسم سلام

خسروی

دامن طلایی خورشید که بر دیوار آجری و بلند حیات قدیمی پهن می شود، پسر شش ساله اش را بر ترک دو چرخه می نشاند و مسیر دور خانه تا رسته بازار قدیمی شهر را ر کاب می زند و جلوی حجره کوچک کاهگلی با سقف گنبدی توقف می کند.

بوی کاغذ اول صبح با آبیاشی جلوی مغازه و اسپند روی آتش به رسم برکت کار، عطر دل انگیزی در هوا پراکنده است. بسم... می گوید و گر کره فزاری مغازه را با داستان پینه بسته و به کمک پسرش بالای می برد. پیت حلبی را از گوشه مغازه بر می دارد و روی آن تکه فرش کهنه ای می اندازد و بعد از آبیاشی جلوی مغازه می گذارد. عینک ته استگانی را بر می دارد و به رسم همیشه چند صفحه از قرآن می خواند و...

کاسب قدیمی شهر است. وقتی قرار می شود کتاب خاطر اتش را ورق بزند، در حسرت آن روزها آهی می کشد؛ حسرت پرو بیاهایی که کم شده است، مغازه هایی که کمتر نشانی از قدیمی های شهر در آن دیده می شود و رنگ و لعابی دیگر به خود گرفته است و کاسبانی که شاید این روزها تعدادشان به عدد انگشتان دست برسد. آن ها که مویی در آسیاب کاسبی سپید کرده اند و همه داشته هایشان برای حساب و کتاب با مشتری، به یک چرتکه، ترازوی دو کفه قدیمی و چند سنگ سباه کوچک و بزرگ ختم می شود.

غش بردار نیست

با به مغازه یکی از آن ها که می گذاری باید چند دقیقه ای منتظر بمانی، یکی ۵۰ گرم دار چین و یک کیلو گرم آویشن طیبسی و آفرست می کنند و دیگری از زعفران، بابونه، زردچوبه و... هر کدام مقداری می خواهد. مرد میان سال با دقت تمام هر کدام از اقلام را روی ترازوی دو کفه قدیمی می گذارد و برای هر محصول به تناسب وزن آن، چند فلز در یک کفه قرار می دهد.

مغازه را که از زیر نظر بگذرانی از ترازوی دیجیتال خبری نیست؛ مرد میان سال از عادتش به کار با ترازوهای قدیمی می گوید و با این ضرب المثل که بنی آدم، بنی عادت است، ادامه می دهد: این ترازوها و وزنه های سنگی غش بردار نیست چرا که وزن آن

«لالا بیر جندی» قرار دادن جنس در یک طرف کفه و گذاشتن وزنه در طرف دیگر آن و ریختن مقدار بیشتری از برخی اجناس مانند زعفران و پاپین رفتن کفه جنس را به عنوان سلام ترازو مطرح و اضافه می کند: این موضوع در ترازوهای دیجیتالی کار برد ندارد چون همان آل رقم در خواستی برای مشتری محاسبه می شود. وی با اطمینان از این که در گذشته حق مشتری بیشتر رعایت می شد، معتقد است که هر جا اعتادات قوی تر باشد، انصاف و حق مشتری هم بیشتر رعایت می شود و در این باره با مثالی توضیح می دهد که اگر در جنس گرانی مانند یک مثقال زعفران، مقدار کمی از وزن کم یا زیاد شود، مشتری



ماسک بز نید تا زمستان نلر زید

در صورت رعایت نکردن فاصله اجتماعی و تعطیل نکردن تجمعات، پاپیز و زمستان سختی خواهیم داشت. رئیس گروه بیماری های واگیر دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، با اشاره به این که براساس دستورالعمل کشوری ملاقه قطعی تشخیص ابتلا به کرونا آزمایش PCR است گفت: هر چند در آزمایش PCR نیز موارد مثبت و منفی کاذب وجود دارد.

«جمع آور» انجام آزمایش PCR را از افرادی که اسکن ریه آن ها دچار مشکل است، بنیاب تا تایید تخصص عفونی دانست و افزود: براساس دستورالعمل های وزارت بهداشت، مدت زمان ورود افراد به اجتماع، بعد از ابتلای قطعی به کرونا ۱۴ تا ۲۱ روز است.

۱۵۰۰ دام برای مددجویان ذبح می شود

هزار و ۵۰۰ دام قربانی برای مددجویان کمیته امداد امام خمینی (ره) ذبح می شود. معاون توسعه مشارکت های مردمی اداره کل کمیته امداد امام خمینی (ره) با اشاره به ذبح هزار و ۵۰۰ قربانی در عید قربان با رعایت پروتکل های بهداشتی، گفت: این نذورات در اولین فرصت بین نیازمندان توزیع خواهد شد. «احمد رفیعی» با اشاره به برخورداری بیش از ۲۵ هزار و ۵۰۰ نفر از نذورات، گفت: در روزهای گذشته، ۲۴۸ رأس دام به ارزش دو میلیارد و ۷۰۰ میلیون تومان به نیابت از مردم برای فقر و نیازمندان ذبح شد. وی به گفته وی، دفاتر ۲۱ گانه کمیته امداد و بیش از ۷۰ مرکز نیکوکاری در استان آماده پذیرش نذورات مردمی است.

ذبح دام در معابر عمومی جرم است

دام نذری در شهر ها باید در کشتارگاه ها قربانی شود و ذبح دام در معابر عمومی جرم است. مدیر کل دامپزشکی با اشاره به فصل گرما و فعالیت کنه ها، خواستار جدی گرفتن بیماری های مشترک بین انسان و دام به ویژه تب کریمه کنگو هنگام ذبح دام در عید قربان شد و گفت: براساس قانون مجازات اسلامی اگر فردی اقدام به ذبح در اماکن غیر بهداشتی کند، تهدید علیه بهداشت عمومی و جرم شناخته می شود که با خاطیان براساس قانون و با جدیت برخورد خواهد شد.

استاندار دوازدهم مقدار معمول کمی بیشتر است. «روستا» جانب انصاف را نیز رعایت می کند و با اشاره به این که ترازوهای دیجیتال هم خوب است، می افزاید: این ترازوها به شارژ، برق، باتری، تعمیر کار و... نیاز ندارد، ۹۰ سال کار می کند، ۹۰ سال دیگر هم کار خواهد کرد. او گریزی به کاسبی های امروزی می زند که گاهی وزن ها و حق مشتری این طور که باید رعایت نمی شود و در این باره معتقد است؛ چنان چه دچار کم یا گران فروشی شویم نه سر مردم، بلکه سر خودمان کلاه گذاشته ایم چرا که حساب و کتاب آخرتی هم در کار است.

عرفی قدیمی

از دیگر کسبه با سابقه بازار هم به عرف قدیم ترهای بازار به سلام ترازو اشاره می کند؛ موضعی که هنوز او و برخی از بازاریان قدیمی آن را رعایت می کنند تا آن جا که برخی اقلام و محصولات مانند زعفران را برای ضایع نشدن حق مشتری با ترازوهای کوچک و قدیمی دو کفه ای وزن می کنند.

«لالا بیر جندی» قرار دادن جنس در یک طرف کفه و گذاشتن وزنه در طرف دیگر آن و ریختن مقدار بیشتری از برخی اجناس مانند زعفران و پاپین رفتن کفه جنس را به عنوان سلام ترازو مطرح و اضافه می کند: این موضوع در ترازوهای دیجیتالی کار برد ندارد چون همان آل رقم در خواستی برای مشتری محاسبه می شود. وی با اطمینان از این که در گذشته حق مشتری بیشتر رعایت می شد، معتقد است که هر جا اعتادات قوی تر باشد، انصاف و حق مشتری هم بیشتر رعایت می شود و در این باره با مثالی توضیح می دهد که اگر در جنس گرانی مانند یک مثقال زعفران، مقدار کمی از وزن کم یا زیاد شود، مشتری

«زیوری» از دیگر کسبه رسته بازار قدیمی بیر جند با ۲۸ سال سابقه کار است که در کنار ترازوی دیجیتال مغازه اش، ترازوی قدیمی با سینی های برنجی هم دیده می شود. او با تاکید بر این که باید ترازو همیشه سر داشته باشد، به وزن بیشتر کفه ترازوهای قدیمی اشاره و اضافه می کند: کفه این ترازوها ۱۰ گرم بیشتر از یک کیلو گرم وزن و به اصلاح سلام خود را دارد و غل و غش بردار نیست، اما ترازوهای دیجیتال این طور نیست، هر چند شاید امروز به تعداد انگشت شمار از ترازوهای قدیمی استفاده می کنند.

وی به رسم و رسوم کاسبان قدیمی هم اشاره می کند که ساعت ۵ صبح و با آبیاشی و خواندن قرآن، روز خود را شروع می کردند و با اذان ظهر به خانه می رفتند اما الان بیشتر کاسب ها ساعت ۱۰ صبح به محل کار می آیند، بنابراین برکتی که قدیم در کسب و کار بود، دیگر نیست. او صندوقچه کوچک میزش را که به اصطلاح دخل نام دارد و در گذشته بیشتر استفاده می شد، از دیگر ویژگی های کار کسبه قدیمی بازار می داند و می افزاید: در گذشته فرد با ناگاهی به دخل، حساب و کتاب روزانه دستش می آمد اما امروزه با وجود کارت های بانکی، حساب و کتاب از دست افراد در رفته است.

و افزود: در صورت رعایت نکردن فاصله اجتماعی و تعطیل نکردن تجمعات، پاپیز و زمستان سختی خواهیم داشت. وی با اشاره به این که تغذیه و استرس نقش به سزایی در ابتلا به این بیماری دارد، خواستار کنترل استرس و تغذیه مناسب افراد شد و ادامه داد: امکان ابتلای دوباره فرد به کرونا ۱۲ تا ۱۴ درصد است؛ هر چند این موضوع هم به سیستم ایمنی فرد و متغیرهای مختلفی بستگی دارد. به گفته وی، براساس آخرین اطلاعات، شهرستان های بیرجند، زرکوه، سرایان، سریشه و فردوس دارای وضعیت قرمز و بشرویه، طبس، قاینات و نهبندان دارای وضعیت نارنجی هستند و خوسف و درمیان هم در وضعیت زرد قرار دارند.

دلیل قطع مکرر آب در بیرجند

تعمیرات موردی دلیل قطع مکرر آب در محلات بیرجند است. «امامی» مدیر عامل شرکت آبفا به خبر نگار ما گفت: قطعی های مقطعی آب در شهر بیرجند ناشی از تعمیرات موردی در تاسیسات شبکه توزیع است که بر اساس روال معمول انجام می شود.

به گفته وی دلایل قطعی آب نیز به طور مرتب از طریق سامانه پاسخ گویی ۱۲۲ اطلاع رسانی شده است.

همت ۶ میلیاردی خیران

خیران در رزمایش بزرگ کمک مومنانه، همت جوانانه؛ ۶ میلیارد ریال کمک کردند. سرپرست معاون امور جوانان اداره کل ورزش و جوانان، با اشاره به اقدام شایسته جوانان در رزمایش مومنانه، از جمع آوری ۷۲ میلیون تومان توسط سمن ها و تهیه دو هزار و ۵۰۰ بسته به میانه گین ارزش ۱۰۰ هزار تومان خبر داد و گفت: مجموع کمک خیران بیش از ۶۰۰ میلیون تومان بود. «مهدی قناده» افزود: ازدواج فرا junctionی و فرا بخشی است که باید همه دستگاه های اجرایی در خصوص این موضوع مهم اقدام کنند.