

اوقات شرعی به افق زاهدان	امروز < فردا >	اذن صبح: ۴:۴۹	طلوع آفتاب: ۶:۰۹	اذن ظهر: ۱۲:۲۸	غروب آفتاب: ۱۸:۴۸	اذن مغرب: ۱۹:۰۵
		اذن صبح: ۴:۴۸	طلوع آفتاب: ۶:۰۸	اذن ظهر: ۱۲:۲۸	غروب آفتاب: ۱۸:۴۸	اذن مغرب: ۱۹:۰۶

جامعه

قصه دنباله دار فروش مرغ زنده!

شهرکی } عرضه مرغ زنده در زاهدان و ذبح غیر بهداشتی آن از گذشته های دور مرسوم بود به طوری که در بسیاری از کوچه ها و خیابان ها فروشنده هایی مرغ را به صورت زنده عرضه می کردند و داخل حب ها و جوی های آب به صورت غیربهداشتی ذبح و پر کنی می شد. این روزها اگر چه به واسطه اقدام های انجام شده در بسیاری از نقاط مرکزی شهر دیگر مرغ به صورت زنده عرضه نمی شود یا تعداد آن انگشت شمار است، اما در مناطق حاشیه شهر هنوز هم مکان های فروش مرغ زنده به وفور دیده می شود. در بازار مشترک، بولوار رسالت، قاسم آباد و دیگر قسمت های حاشیه شهر هنوز هم مرغ زنده به فروش می رسد و به صورت غیر بهداشتی ذبح می شود. جالب آن که مشتری های زیادی هم هستند که با وجود ذبح غیر بهداشتی از این کار استقبال می کنند.

ذبح بهداشت

«عیسی. ک» یکی از شهروندان که ساکن بازار مشترک است به خبرنگار ما می گوید: هنوز هم بسیاری از مردم مرغ زنده خریداری می کنند که باید در حضور خود آن ها ذبح شود. اگر چه در بیشتر شهرهای کشور مرغ زنده عرضه نمی شود و مردم مرغ کشتار روز مصرف می کنند اما در زاهدان از مرغ کشتار روز به ویژه در محله های حاشیه شهر استقبال چندانی نمی شود. «عبدالرحمن. ر» از ساکنان بولوار رسالت زاهدان نیز می گوید: معمولاً مرغ را به صورت زنده خریداری می کنم و باید در حضور خودم ذبح شود. به علاوه مرغ زنده تازه و گرم است و خوشمزه تر هم به نظر می رسد، در حالی که مرغ های کشتار روز ممکن است تازه نباشد. از ظاهر مرغ زنده هم می توان به سالم بودن آن پی برد، در حالی که درباره مرغ کشتار روز نمی توان این نظر را داد.یکی دیگر از شهروندان می گوید: در سال های گذشته قرار بود برای جمع آوری مکان های عرضه مرغ زنده در زاهدان اقدام شود. اگر چه اوضاع به ویژه در مرکز شهر تا حدودی سامان دهی شد، اما در بافت های قدیمی و حاشیه شهر هنوز هم مرغ به صورت زنده عرضه می شود. به طوری که اگر گذرمان به بازار مشترک و مکان های عرضه مرغ زنده بیقند بوی بد، مکان

سنگ صبور

نارضایتی همسر

هایی که برای خودتان جذاب است برای جلب توجه جنس مخالف استفاده کنید. طوری رفتار نکنید که اگر همسرتان شما را ترک می کند انگار زندگیتان به پایان رسیده است. در دام ظاهر و پول نینفتید چون خیلی ها تصور می کنند ظاهر و پول برای همه در درجه اول اهمیت قرار دارد. خیلی ها با اشتباه های مختلفی که پشت سر هم مرتکب می شوند، رابطه شان به طور دردناکی به هم می خورد. به همسرتان نشان دهید که شما هم به اندازه او نگران زندگی مشترک تان هستید و برای بهتر کردن آن تلاش می کنید. بی تفاوتی شما درباره موضوع های مالی یا مشکلات تان می تواند جرقه های شک را بزند. به او بفهمانید که سرنوشت این زندگی برایتان مهم است و می خواهید پا به پای او برای موفق بودن تلاش کنید. به او نشان دهید که در زمان مشکلات، شرایطش را در ک می کنید و تا بهتر شدن اوضاع کنارش می ایستید. یکی از مواردی که می تواند تردید او نسبت به شما را برانگیزد، حس کردن این موضوع است که شما در شرایط بحرانی در کنار او نمی مانید یا این که نسبت به او و توانایی هایش ناامید شده اید و ماندن در این زندگی آزارتان می دهد.

آب و هوای زاهدان



روزنامه سیستان و بلوچستان، رتبه هشتم نشریات استانی

سرپرست زاهدان: خدیجان مولوی-نیش مولوی ۲۱
نظرات:گهواره انتشارات: ۰۵۴ ۳۳۲۱۷۸۵۶
نظرات:گهواره تحریریه: ۰۵۴ ۳۳۲۱۷۸۵۶
نظرات:تحریریه: ۰۵۴ ۳۳۲۱۷۸۵۶-۳
نظرات:ویراستار:سرپرست دفتر: ۰۵۴ ۳۳۲۱۷۸۵۶

مناصب امتیاز: صاحب امتیاز: موسسه فرهنگی هنری خراسان
مدیرمسئول: مدیرمسئول: محمد محمود ادیبان
سردبیر: سردبیر: علی ولی زاده
دفتر مرکزی: مشهد، بولوار سازمان آب
مدتدوره پستی: ۵۱۱-۹۱۷۳۵
شهر چاپ:خراسان

تلفن: ۰۵۱-۳۷۶۳۴۰۰۰
فکس:۰۵۱ ۳۷۶۳۴۰۰۳
پست: ۲۰۰۰۹۹۹

www.khorasannews.com
e-mail:info@khorasannews.com

شنبه ۱۸ فروردین ۱۳۹۷، ۲۰ رجب ۱۴۳۷، شماره ۸۹

گیاهان دارویی

اسفناج؛ برای درمان بیماری ها

یوسف پورکیفا

کارشناس گیاهان دارویی:

خواص اسفناج برای اعضای داخلی بدن، سلامت، زیبایی پوست و لاغری در کنار درمان بیماری های مختلف قسمتی از دنیای خاصیت اسفناج است. اسفناج با برگ های تیره رنگ، ویتامین ها و مواد معدنی بسیار غنی دارد و برای درمان انواع بیماری ها و سلامت پوست و اعضای دیگر بدن بسیار توصیه می شود.

این گیاه به دلیل داشتن مقدار قابل توجهی ویتامین B۳ داروی مهمی برای برطرف کردن بیماری پلاگر است که به دلیل کمبود ویتامین B۳ در بدن ایجاد می شود و نشانه های آن ضعف بدن، تشنج، اختلال در دستگاه هاضمه و ایجاد لکه های قرمز روی بدن است.

برگ اسفناج از نظر طبع قدیم ایران کمی سرد است و برخی عقیده دارند که متعادل یعنی نه سرد و نه گرم است. این برگ غنی از ویتامین B۳، C، آهن و ویتاسیم است، بدن را قلیایی و خنک می کند و برای پایین آوردن تب مفید است.

ورم روده کوچک را رفع می کند و برای ورم ریه مفید است ملین است و یبوست را برطرف می کند. اسفناج برای لاغر شدن و وزن کم کردن مفید است و به دلیل داشتن ماده ای به نام اسپیناسین هضم غذا را تسریع می کند. این ماده سبب تحریک معده و زیادد ترشحات آن می شود.

افزایش ذخایر آهن با مصرف اسفناج ایده مناسبی است به ویژه به این دلیل که در مقایسه با گوشت قرمز منبع شناخته شده ای از آهن است. خوردن اسفناج در رفع تشنگی موثر است و از زمان های قدیم برای این بین بردن ورم و درد گلو توصیه می شود. برای رفع سرفه های خشک برگ آن را با جو پوست کنده و روغن بادام بپزید و بخورید. آش اسفناج با گشنیز برای سردردهای ناشی از سوء هاضمه و اختلال دستگاه گوارشی مفید است و اگر آش اسفناج را با آب لیمو، سماق یا آب غوره بخورید سردردهای ناشی از اختلال کیسه صفرا را برطرف می کند.

این گیاه به دلیل داشتن اگزالات برای بیماران مبتلا به ورم مفاصل و سنگ های کلیه و مثانه مناسب نیست. افرادی که سرد مزاج هستند باید اسفناج را با ادویه گرم نظیر زنجبیل و هل میل کنند. خوردن اسفناج از سرطان جلوگیری می کند به ویژه در افرادی که الککل و سیگار مصرف می کنند. اسفناج در پیشگیری از سرطان های روده بزرگ، معده، پروستات، حنجره و رحم موثر است و کلسترول خون را پایین می آورد، روده بزرگ را تمیز می کند و سبزی مفیدی برای تقویت اعصاب است و رماتیسم و نفرس را درمان می کند.

برای زیاد کردن شیر در مادران شیر ده موثر است و مصرف آن می تواند در لطافت پوست هم نقش به سزایی داشته باشد. اسفناج آهنی را در اختیار بدن قرار می دهد که کالری بسیار کمتری دارد و بدون چربی است.

آهن از ترکیبات داخلی هموگلوبین خون است که اکسیژن را از شش ها به همه سلول های بدن منتقل می کند و قسمت کلیدی از سیستم های انرژی برای تولید انرژی و متابولیسم است.

توقیف یک تا سه ماهه کامیون های بدون مجوز

وی می گوید: بر اساس قانون در شهرهای با جمعیت بیش از ۵۰ هزار نفر جمع آوری دام و طیور زنده بر عهده دامپزشکی است و باید آن ها را به سمت میدان های مورد تأیید دامپزشکی هدایت کنند. سال گذشته از سوی دادستان زاهدان احکام قضایی در این زمینه صادر شد که از جمله می توان به توقیف کامیون های حامل طیور بدون مجوز و توقیف کامیون هایی که مجوز قانونی دارند و طیور را به کشتارگاه هدایت نمی کنند اشاره کرد. وی اظهار می کند: در مرحله اول ۵۲ دستگاه کامیون به صورت یک ماهه و در مرحله دوم ۲۹ کامیون به صورت سه ماهه توقیف شد و مجوز آن ها در سامانه هوشمند اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای باطل و خودرو هم توسط نیروی انتظامی توقیف شد.وی می گوید: با مراکز غیر مجاز عرضه هم به صورت قطع انشعاب آب و برق برخورد شده است اما آن چه که در شهر مشاهده می شود نشان می دهد که هنوز جمع آوری ها کامل نیست که دلیل آن تعدد مراکز عرضه غیر مجاز، منفعت این کار برای افراد و تعداد کم نیروهای پلیس بهداشتی است. حسینی، تصریح می کند: پلیس بهداشتی با حضور شهرداری، دامپزشکی، مرکز بهداشتی و ... زیر نظر فرمانداری زاهدان مشغول فعالیت است و به دلیل تعداد کم نیرو امکان برخورد سریع و ضربتی با مراکز عرضه وجود ندارد. باید از نظر تعداد نیروها، وسایل و تجهیزات پلیس بهداشتی تغییر نگرش شود. افرادی که در پلیس بهداشتی مشارکت دارند باید تعداد گروه ها را افزایش دهند. وی افزود: با همکاری نیروی انتظامی و رصد فرمانداری برای کاهش ورودی مرغ زنده در زاهدان تلاش می شود تا تعداد کامیون های حامل کم شود. اما مشکل دیگری که در این زمینه وجود دارد وانت بارهایی است که اقدام به حمل سیدهای طیور می کنند و از بیراهه ها وارد استان می شوند و پلاک شناسایی ندارند. برای این کار هم قرار است جلساتی در فرمانداری برگزار و با رانندگان وانت بارها و مسئولان مراکز عرضه در شهر برخورد شود. وی بیان می کند: این مرغ های زنده از استان های هم جوار وارد سیستان و بلوچستان می شود. مرغ داری های داخل استان میزان جوجه ریزی مشخصی دارد و صاحبان آن متعهد هستند پس از اتمام دوره پرورش طیور خود را به سمت کشتارگاه هدایت کنند که در صورت انجام ندادن این کار بر اساس دستور دادستان مجوز جوجه ریزی دوره بعدی برای آن ها صادر نمی شود.

کدبانو

نظافت سرامیک

سه راه موثر برای تمیز کردن سرامیک های کف وجود دارد. با این که آب حتی به تنهایی نقش موثری در نظافت دارد، اما گاهی کافی نیست و رسیدگی بیشتری نیاز است. ابتدا باید سرامیک ها و سنگ ها را جارو کنید و در مرحله بعد روش های زیر را به کار ببرید.
سرکه و آب: سرکه و آب داغ را به مقدار مساوی مخلوط کنید. سرکه به دلیل داشتن خاصیت اسیدی به طور طبیعی در پاک کردن چربی ها فوق العاده عمل می کند. همه قسمت ها را به خوبی تمیز کنید و توجه داشته باشید که گوشه ها و ناحیه های میان سرامیک ها و کاشی ها را از قلم نیندازید. در آخر کاشی ها را با آب بشویید.

پودر شست و شوو آب: گاهی برای پاک کردن نقطه ای خاص از لک ها، نیاز به یک لکه بر قوی است. برای مثال لکه های ناشی از آلودگی غذاهایی مانند مرغ یا شربت و نوشابه بیش از دیگر چیزها باقی می ماند. برای این کار مخلوطی از پودر شست و شو و آب داغ را امتحان کنید. پودر شست و شو و ترکیب خانگی آن چه خریداری شده، برای از بین بردن لکه ها در هر سطحی مناسب است. در ترکیبات این پودر ها نمک، پودر بوراکس و جوش شیرین



به کار می رود. با استفاده از یک حوله کاغذی یا پارچه، محلول را روی لکه پخش کنید و اجازه دهید پنج تا ۱۰ دقیقه به همان حالت بماند. سپس، با یک برس نرم روی آن نقطه بکشید و در نهایت همه نقاط را با آب گرم و پارچه تمیز کنید. در صورت لزوم چند بار این مراحل را تکرار کنید.

مایع ظرف شویی و آب: در ظرفی مایع ظرف شویی و آب را به میزان مساوی با هم ترکیب کنید و با استفاده از دستمال یا حوله به تمیز کردن همه نقاط بپردازید. به یاد داشته باشید که روی قسمت هایی که تمیز شده است قدم نگذارید و تا ۲۰ دقیقه از راه رفتن در آن نقاط بپرهیزید. البته این کار ممکن است سبب سر شدن سرامیک ها شود. در صورتی که این اتفاق افتاد می توانید با دستمال مرطوب روی نواحی شسته شده بکشید.

سیستان و بلوچستان

هم استانی های گرامی

به منظور رفع نیازهای روزمره شما تعداد زیادی آگهی در نیاز مندیهای استان چاپ میشود از آن جایی که وظیفه این رسانه اطلاع رسانی به منظور سهولت در داد و ستد می باشد، لذا مسئولینی 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	دکتر اسیمون داخلی و خارجی لاکچری	تدریس خصوصی ریاضی	نصب سنگ، سرامیک و کاشی با قیمت مناسب	قالیشویی امین	خدمات نظافتی اتومبیل	تابلوسازی حامد	تعمیر مبلمان و لوازم چوبی	کیف و کفش جلچله ارائه همه مدل کفش مردانه، زنانه و بچگانه
۰۹۱۵۱۹۶۰۱۱۵	۰۹۱۰۵۹۴۶۶۲	۰۹۳۷۷۷۸۳۴۶	۰۹۳۳۵۶۲۳۴۴۱	۰۹۳۰۳۶۷۱۸۴	۰۹۱۵۵۴۹۱۳۹۱	۰۹۳۳۸۲۱۷۴۹۴	۰۹۱۵۱۲۴۴۵۱	۰۹۳۵۱۱۷۸۴۳۲
آموزش شگاه نقاشی و خطاطی قاصدک	کیلو متر دیجیتال و تنظیم موتور یاسین	نصب انواع کاغذ دیواری	تعمیر انواع ابزار و ماشین آلات صنعتی	ترکیب رنگ کامپیوتری اتومبیل	آموزشگاه صدق در رشته های ایسه محلی و پیرایش مردانه به صورت نقد	فروش الفاسی انواع ماشین آلات و تجهیزات کشاورزی	فرش آبیژی ساختمان	آدرس: بین جانیانان ۵ و ۷
آموزش نصب و تعمیر درب اتوماتیک	تعمیر کامپیوتر خودرو (BCU)، فلش، ریست کردن کامپیوتر، تعریف سوئیچ - ریموت و -	خدمات فنی تخصصی	صافکاری و رنگ آمبری ماشین های سبک و سنگین	صافکاری برادران عدالت	واقط هنر جو می پذیرد. واقع در بلوار جمهوری	رنگ آمیزی ساختمان	فرش جواهر کاشان	نوش خیابان صداوسیما
۰۹۹۰۳۸۱۴۳۰۲	روغن، ایرنگه، عداد رنگی، خط تحریری و- آدرس: زیباشهر، بهارستان ۲	عرفان در چاپهار	۰۹۳۷۸۰۸۷۲۱۸	۰۹۳۸۸۷۴۴۶۳۸	۰۹۱۵۶۰۸۳۳۰۹	۰۹۳۳۷۶۵۸۴۶۷	نقد و اقساط	نوش خیابان صداوسیما
گالری مبلمان رضا	بیمه پاسارگاد نما بندگی یاقری	آموزش ساخت انواع کتیبه	خدمات فنی درخشان ارائه دهنده سیم کشی ساختمان، رفع اتصالات،	داروهای گیاهی کویر ارائه دهنده انواع داروهای گیاهی	آموزش ساخت عروسک های روسی	فرش جواهر کاشان	نقد و اقساط	گروه معماری و مهندسی آرنا طراحی، نظارت، اجرا
۰۹۱۵۵۵۲۳۶۸	۰۹۱۵۴۳۱۰۴۵	۰۹۱۵۵۴۰۳۷۴۰	نصب نوزئبات، نصب برق کولر آبی در محل و -	تعمیر لواز م خانگی	۰۹۱۵۳۴۹۵۴۷۶	۰۹۱۵۳۴۱۳۹۱۸	آدرس: خیابان دانشگاه	نورپردازی و مهندسی روشنایی حرفه ای
۰۹۲۸۸۴۹۷۹۷۹	۰۹۲۸۸۴۹۷۹۷۹	۰۹۱۵۵۴۰۳۷۴۰	۰۹۱۵۳۸۲۱۰۹	۰۹۱۵۳۴۹۵۴۷۶	۰۹۲۸۸۹۷۷۴۰۱	۰۹۱۵۳۴۱۳۹۱۸	آدرس: خیابان دانشگاه	۰۹۳۸۳۲۵۷۰۰۶

فروش مزرعه ۹ هکتاری شتر مرغ در بیرجند

دارای سند، پروانه امتیازات کامل و دو سوم قیمت آن وام ۷۰٪ پنج ساله

۰۹۱۵۸۶۷۹۷۷۹

۰۹۴۲۲۲۲۲۲

یکی از دلیل مهم اثربخشن نبودن بعضی از تبلیغات، باورت نداشتن تبلیغ توسط ستارشن رهنده است

۰۹۷۰۰۳۲۲۲

سبک تبلیغات باید با نوع محصول و نام و نشان آن انطباق داشته باشد

نورالین کلکسیونی از شیک ترین پارچه های مجلسی

آدرس: خیابان شریعتی کوچه حافظ پلاک ۵۴

۳۳۲۱۴۸۰۰

۰۹۷۰۰۳۲۲۲