



شب نشینی های رمضانی در بوستان ها

شهرکی } رمضان گویا با دل های مردم قرار ویژه ای دارد. ماه بندگی و عبادت حال و هوای مردم را تغییر می دهد به طوری که در چهره آن ها می توان لطافت و مهربانی معنوی را دید. روزه داران در تلاش برای بهره بردن بیشتر از این ماه هستند و مهربانی را بیشتر از همیشه سر لوحه رفتار خود قرار می دهند. عقربه های ساعت که به ساعت ۱۸ می رسد شور و حال مردم هم برای مهیا شدن و رسیدن به لحظات افطار بیشتر می شود. این جنب و جوش را می توان در صف های فروش حلیم، نانوائی ها و حتی ترافیک های نزدیک به افطار هم دید. در این میان شب نشینی های رمضانی حال و هوای دیگری دارد. هوای گرم زاهدان در این روزها به مردم این فرصت را می دهد که از خنکای نسیم شبانگاهی در پارک ها استفاده کنند. برخی از خانواده ها هم بساط افطاری را به پارک می آورند و روزه خودرا در هوای آزاد افطار می کنند. همچنین می توان شاهد قرائت قرآن و عبادت افرادی در پارک بود که از این فضا استفاده بهینه می کنند



بعد از افطار افراد زیادی در پارک ها و مکان های تفریحی حضور می یابند و تا پاسی از شب از بودن در هوای آزاد و خنکای شبانه لذت می برند

به پارک می رویم برکت زیادی دارد زیرا برای برخی از رهگذاران که هنوز روزه خود را باز نکرده اند و از همان نزدیکی عبور می کنند لقمه نان و پنیری آماده می کنیم و در ثواب روزه داری آن ها شریک می شویم. همین موضوع سبب شده است علاقه زیادی برای رفتن به پارک در لحظات افطار داشته باشیم.

یکی از بانوائی هم که سفره ای پهن کرده و در گوشه ای از پارک فرهنگیان همراه خانواده اش نشسته است می گوید: از ابتدای ماه رمضان بیشتر شب ها با خانواده به این پارک آمدم و سعی داریم گاهی اوقات روزه مان را در خنکای هوا در پارک افطار کنیم اما همیشه با ازدحام جمعیت روبه رو می شویم.

افطار در هوای آزاد
یکی از شهروندان زاهدانی در پارک فرهنگیان به خبرنگار ما می گوید: همسرم در طول هفته ساعات زیادی مشغول به کار است و برای رفخ خستگی اش برخی از روزها افطار به پارک نزدیک خانه می آییم و بساط ساده افطاری خود را که شامل چای، زولبیا و بامیه، خرما، نان، پنیر و سبزی است پهن و روزه خود را در هوای آزاد با می کنیم. گرمای هوا و روزه داری سبب می شود مردم پیش از افطار برای گشت و گذار بیرون نروند به همین دلیل لحظات پس از افطار زمان مناسبی برای حضور در پارک ها و بودن در جمع است.

«ترگس. ب» تصریح می کند: روزهایی که برای افطاری

خبر

۱۵۰۰ تن گوشت از استان در ۲ماه حمل شد

شهرکی } یک میلیون و ۵۰۶ هزار و ۴۰۷ کیلوگرم گوشت در دو ماه نخست امسال از سیستان و بلوچستان به دیگر نقاط کشور حمل شد.

مدیرکل دام پزشکی به خبرنگار ما گفت: از این میزان ۳۸۹ هزار و ۹۰۰ کیلوگرم گوشت منجمد گاو و ۶۳۲ هزار و ۴۹۰ کیلوگرم گوشت گاو و کیوم شده (بدون هوا) بود و ۴۴۱ هزار و ۷۱۷ کیلوگرم لاشه و ۴۲ هزار و ۳۰۰ کیلوگرم گوشت شتر از استان به دیگر نقاط کشور ارسال شده است.

مشاور پزشکی

زرد زخم در نوزادان

زرد زخم عفونت پوستی مسری است که نوزادان یا کودکان را تحت تاثیر قرار می دهدو به طور معمول به صورت زخم های قرمز بر صورت، اطراف بینی و دهان، دست ها و پاها مشخص می شود. این زخم ها شکاف های عسلی رنگی ایجاد می کند. برای پیشگیری از شیوع زرد زخم به دیگر نقاط از آنتی بیوتیک ها استفاده می شود.

علائم: زخم های قرمز که به سرعت پاره می شود و به مدت چند روز ترشح چرکی دارد و سپس شکاف های زرد قهوه ای ایجاد می کند. این زخم ها معمولاً پیرامون بینی و دهان اتفاق می افتد اما با انگشتان، لباس و حوله به دیگر بخش های بدن کشیده می شود. خارش و زخم ناشی از زرد زخم

خفیف خواهد بود. زمانی که در تماس با فرد آلوده به زرد زخم و یا در تماس با وسایل او مانند لباس، کفش، حوله و یا حتی اسباب بازی باشید، در معرض ابتلا به بیماری زرد زخم قرار می دهید. زرد زخم بیماری مسری است. زرد زخم در میان کودکان دو تا پنج سال بسیار شایع است. باکتری که سبب زرد زخم می شود اغلب از طریق آسیب پوستی، نیش حشرات و یا راش می تواند وارد پوست شود.

عوارض: زرد زخم معمولاً نیست. زخم ها به فرم خفیف بدون این که اثری ایجاد کند، بهبود می یابد. البته سلولیت، مشکلات کلیوی و اسکار می تواند از جمله عوارض آن باشد.

منبع: نی نی بان

یک شهروند:

صله رحم که

معمولا در ماه

های دیگر سال

کمرنگ است در

ماه رمضان جلای

بیشتری می یابد

و نشان می دهد

برکات این ماه

مبارک فقط به

خواندن قرآن،

روزه داری و دعا

محدود نمی شود

بلکه در روابط

اجتماعی و خلق

و خوی مردم هم

تاثیر گذار است

مشاور حقوقی

نفقه دختر

نفقه فرزند دختر تا چند سالگی طبق قانون بر عهده پدرش است؟ اگر دختر پس از ازدواج جدا شد آیا باز هم نفقه بر عهده پدرش است؟

مهسا پیشرویان کارشناس حقوق: تامین نفقه فرزند دختر تا زمانی که ازدواج نکرده است با پدر است. بنابراین بعد از ازدواج دختر و طلاق او تامین نفقه با پدر نیست.

بخشش مهریه با تهدید

در صورتی که زوجه با تهدید مهریه اش را بخشیده باشد آیا می تواند دوباره آن را پس بگیرد؟

سمانه برخوردار، کارشناس حقوق: اگر زوجه در سند عادی مهریه خود را بخشیده باشد امکان رجوع نیست. اصولا این مورد میان قضات به صورت اختلافی است و طبق قانون اگر در دفتر اسناد رسمی ابراز شده باشد قابل استرداد نیست اما در سند عادی باشد اختلافی است.

آشپزی

آش رشته

مواد لازم: لوبیا چیتی یک دوم لیوان، لوبیا سفید یک دوم لیوان، نخود یک دوم لیوان، عدس یک دوم لیوان، سبزی آش خرد شده ۵۰۰ گرم، اسفناج درشت خرد شده ۵۰۰ گرم، رشته آشی ۳۰۰ گرم، کشک، پیاز داغ، نعنا داغ و سیر داغ

طرز تهیه: ابتدا لوبیا چیتی، لوبیا سفید و نخود که از شب قبل خیس کردید را با مقداری آب داخل قابلمه بریزید و بپزید. برای طعم و بوی بهتر حبوبات هنگام پخت مقداری از پیاز داغ و سیر داغ را به آن اضافه کنید. بعد از حدود یک تا دو ساعت سبزی آش، اسفناج و عدس را به مواد اضافه کنید و در قابلمه را بپندید تا سبزی و عدس بپزد. بعد از یک ساعت رشته را اضافه کنید و آش را کمی هم بزنید تا رشته ها به هم نچسبد. اجازه دهید تا رشته ها بپزد و حجم شود.

به آش سیر داغ و نعنا داغ را هم اضافه کنید و اندکی هم برای تزئین کنار بگذارید. کشک را با کمتر از یک لیوان آب برای مدت ۲۰ دقیقه بجوشانید. بعد از ۴۵ دقیقه که رشته ها نرم و حجیم شد آش جا افتاده است و می توانید کشک را به آن اضافه کنید و پنج دقیقه حرارت دهید یا این که کشک را جداگانه سرو کنید. روی آش را با نعنا داغ، پیاز داغ، سیر داغ، کشک و کمی زعفران دم کرده تزئین و سرو کنید.

سیستان و بلوچستان

هم استانی های گرامی

خدمات شهری سیستان و بلوچستان	نورپردازی تخصصی نوین سازان	ساخت و نصب انواع نرده شاخ گوزنی در ابعاد مختلف	نمایندگی بچخال سازی تهران پرودت-خ خرمشهر بین خرمشهر ۲۲ - ۲۴	رفوگری فرش کمالی تعمیر،چرم دوزی، کاور و..	چیدمان خانه عروس و دکوراسیون منزل	نصب انواع پوستر و کاغذ دیواری	گالری پاسارگاد اجرای انواع سبک سازی،سقف کاذب،اجرای شیشه ضد گلوله و ضد شربه و...
آموزش ساخت انواع کتیبه	کیف و کفش چلچله ارائه همه مدل کفش مردانه، زنانه و بچگانه	فروشگاه خانگی عالیماد عرضه زعفران، عسل، آلوپخارا و ...	اجرای کلیه امور ساختمانی	تعمیر انواع ابزار و ماشین آلات صنعتی	تاسیسات فنی سناتور آدرس: ز زیباشهر - نیش البرز ۱۶	منزلتان را به خانه رویایی تان تبدیل کنید طراحی و اجرای سنتی، مدرن یا کلاسیک	خدمات الکترونیک کامیار خیابان جام جم بین ۱۴-۱۲
پیتزا پاریس آدرس: زیباشهر- نیش بهارستان۲	آدرس: بین جانبازان ۵ و ۷ نیش خیابان صداوسیما	آدرس: خیابان امیرکبیر ۷	سم پاشی سامان	کارگاه نوین چرم یکتا ساخت انواع میز و صندلی های تالاری	به تعدادی بازارباب متعهد و مجرب جهت گازرسانی منازل در زاهدان نیازمندیم. حقوق ثابت + پورسانت عالی	در حداقل زمان و هزینه گروه مهندسی ساختمان ساد	رهن، اجاره یا فروش ویژه ادارات و فروشگاه های بزرگ و مراکز پخش ملک تجاری اداری آدرس: مشهد- خیام شمالی، ۷۲ بین خیام شمالی ۷۰ و ۷۲ ۳ طبقه مجزا - ۹۰۰ مترمربع
خدمات فنی گلزاری سیم کشی ساختمان و رفع اتصالی برق، نصب پمپ آب و آبگرمکن گازی پذیرفته می شود.	تاسیسات طریقت لوله کشی شوفاز، پکیج، فن کوئل، چیلر، هواساز، اطفاء حریق، لوله کشی فاضلاب، نصب انواع رادیاتور، شیر آلات توکار و...	دکوراسیون اهورا طراحی ساخت کابینت در سریع ترین زمان و مناسب ترین قیمت	درب و پنجره سازی آدرس شهرک جوشکاران	جهان سیکلت شرق خیابان پادگان- مطهری۲۵	سمساری آریا زابل- بلوار ارتش نیش ارتش ۱۸ روبروی هتل نیمروز	سمساری آریا زابل- بلوار ارتش نیش ارتش ۱۸ روبروی هتل نیمروز	۰۹۱۵۳۱۳۳۹۶۶
۰۹۱۵۰۲۵۰۱۱۸	۰۹۳۵۴۶۷۳۶۸۶	۰۹۳۹۵۷۱۱۳۳۸	۰۹۱۵۹۴۷۴۰۹۲	۰۹۱۵۹۶۳۵۴۳۳	۰۹۳۸۷۹۲۶۳۵۶	۰۹۱۵۳۱۱۹۰۶۱	۰۹۱۵۰۱۵۱۰۰۵
۰۹۳۸۸۳۴۹۹۷۹	۰۹۳۵۱۱۷۸۴۳۲	۰۹۱۵۸۴۰۰۹۶۵	۰۹۳۶۹۵۹۵۴۹۰	۰۹۱۵۴۶۸۵۲۱	۰۹۱۵۴۶۸۵۲۱	۰۹۱۵۲۱۱۸۱۱۹	۰۹۱۵۰۱۵۱۰۰۵
۰۹۳۳۲۸۶۱۰۳	۰۹۳۵۱۱۷۸۴۳۲	۰۹۱۵۸۴۰۰۹۶۵	۰۹۳۶۹۵۹۵۴۹۰	۰۹۱۵۴۶۸۵۲۱	۰۹۱۵۴۶۸۵۲۱	۰۹۱۵۲۱۱۸۱۱۹	۰۹۱۵۰۱۵۱۰۰۵
۰۹۳۳۲۸۶۱۰۳	۰۹۳۵۱۱۷۸۴۳۲	۰۹۱۵۸۴۰۰۹۶۵	۰۹۳۶۹۵۹۵۴۹۰	۰۹۱۵۴۶۸۵۲۱	۰۹۱۵۴۶۸۵۲۱	۰۹۱۵۲۱۱۸۱۱۹	۰۹۱۵۰۱۵۱۰۰۵

از تخفیف ویژه برخوردار شوید

درج آگهی نیازمندی با

طرح و رنگ متمایز

دفتر پذیرش:زاهدان،خیابان مولوی،نبش مولوی ۲۱ تلفن :۰۶-۳۳۲۱۷۸۶۵