

آمده است می گوید: در گذشته و با باز بودن مرز در این زمینه فعالیت و مآخراخ زندگی را تأمین می کردم اما پس از انسداد مرز در سیستان و به دلیل این که به کار دیگری نمی توانستم مشغول باشم در ورطه اعتیاد غرق شدم. وی ادامه می دهد: همسر من چند سال پیشم هم با او زندگی می کند. من برای گذران زندگی به زاهدان آمدم و به همراه او سه نفری دیگر که آن ها هم معتاد هستند اتاق کوچکی اجاره کردم و با زباله گردی پول اعتیاد را تأمین می کنم. وی معتقد است اگر مرز بسته نشد زندگی من هم از دلم نمی پاشید و چنین سوته خیابان ها نمی شدم.

حاشیه زاهدان سکونتگاه مهاجران

معاون خدمات شهری شهرداری زاهدان به خبرنگار ما می‌گوید: زاهدان در دهه گذشته بعد از کرج در رشد جمعیت رتبه دوم کشور را دارد. خشکسالی‌های چند سال اخیر سبب شده است برخی از نقاط مختلف استان به بهانه مهاجرت کنند زیرا تنها شهری که می‌تواند آن‌ها را قبول کند زاهدان است. «محمد امیر براهویی» تصریح می‌کند: در گذشته ۲۰۰ هزار نفر اتباع بیگانه را

روزنامه سیستان و بلوچستان : زبده هشتم نشریات استانی	
سرپرستی زاهدان:	خیابان مولوی-نیش مولوی ۲۱
تلفن (گهیوش اشتراک):	۱۷۸۶۵ ۳۳۳ ۵۴
تلفن مسئول تحریریه:	۱۷۸۶۵ ۳۳۳ ۵۴
نمبر تحریریه:	۱۷۸۶۵ ۳۳۳ ۵۴
تلفن های تحریریه:	۱۷۸۶۵ ۳۳۳ ۵۴
تلفن و ممبر سرپرستی دفتر:	۱۷۸۶۵ ۳۳۳ ۵۴

موسسه فرهنگی هنری خراسان
محمد سعید احدیان
علی ولی زاده
مشهد، بلوار سازمان آب
۵۱۱-۹۱۷۳۵
شهر چاپ خراسان

تلفن: ۰۵۱ - ۳۷۶۳۴۰۰۰
 نمایرشهرستانها: ۰۵۱ ۳۷۶۳۴۳۳۴
 پیامک: ۲۰۰۰۹۹۹

horasannews.com
 info@khorasannews.com

241120070262000

یکشنبه ۱۰ تیر ۱۳۹۷. ۱۷۰ شوال ۱۴۳۹. شماره ۱۱۵۴

مواد لازم: زردآلو متوسط سه تا چهار عدد، گوستا چرخ کرده ۳۰ گرم، برنج پخته یک پیمانه، لبه نیم رب سیب شده چهار قاشق سوپ خوری، تخم مرغ کامل یک عدد، تخم مرغ سفید (سفید) یک عدد، پیاز رنده شده یک عدد، زرد شک دو قاشق سوپ خوری، خرد شده دو تا سه قاشق سوپ خوری، سبزی معطر (ریحان و مرزه) سه قاشق سوپ خوری، پیاز خرد دو تا سه قاشق سوپ خوری، رب گوجه فرنگی سه قاشق سوپ خوری، سوسیس، نمک، فلفل و زرد چوبه

طرز تهیه: زردآلوها را خرد کنید و داخل ظرف مناسبی بریزید. پیاز داغ، زردک شسته شده و گردوی خرد شده را هم بریزید. مواد را خوب با دست مخلوط کنید تا مایه وسط کوفته ها آماده شود، سپس آن را کنار بگذارید. در ظرف دیگری گوشت چرخ کرده، پیاز رنده شده، سبزی معطر، تخم مرغ کامل، سفیده تخم مرغ اضافه کنید، پیاز رنده، نمک، فلفل و زرد آلو را مخلوط کنید و حدود نیم دقیقه رزید تا چوب چوب چسبندگی پیدا کند. مقداری از مخلوط گوشت را بردارید و آن را در گوشت کوفته، سپس مقداری از مخلوط زردآلو داخل آن بریزید. دستتان را آغشته با آب سرد کنید و به آرامی کوفته ها را گرد کنید. وزن تقریبی هر کوفته باید حدود ۲۰۰ گرم شود. در قابلمه مناسبی روغن ورز و رب را با نفت دهید، سپس سه لیوان آب اضافه و صبر کنید تا جوش بیاید. حرارت را کم کنید و کوفته ها را به آرامی داخل قابلمه قرار دهید. دقت کنید که نباید در قابلمه با یکدیگر کوفته ها تازک می شوند، زمانی که بگردار کوفته ها خوششان را می خورند، به آرامی آن را برگردانید و بگذارید طرف دیگرشان هم بپزد. اگر کوفته ها با آب بیشتری نیاز داشتند، کمی آب گرم اضافه کنید تا کامل بپزند. صبر کنید تا کوفته ها آماده شود و سپس غلیظی حاصل شود. آن را داخل ظرف مورد نیازتان بریزید و سرو کنید.

یابتری نسبت به بقیه نقاط حاشیه شهر دارد اما خدمات و امکانات ندارد، به همین دلیل حاشیه شهر محسوب می شود.

پیوسته های تسریع مهاجرت

معاون پیشگیری از وقوع جرم رئیس کل دادگستری هم در این باره به خبرنگار ما می گوید: گسترش و وسایل ارتباط جمعی در به تصویر کشیدن تمایز و بروز عدالت توزیعی در شهر و روستا و شاخص های فاهی فرد از انگیزه های اصلی در شکل گیری پدیده مهاجرت از روستا به شهر است. تنوع مشاغل، امکان تحرک اجتماعی سریع، دستیابی به شاخص های رفاه اجتماعی و وجود مشاغل تحصیل محور برخی دیگر از عوامل مهاجرت است. «محمد علی حمیدیان» تصریح می کند: در گسترش مهاجرت از روستاها به شهرها در استان خراسانی و کمبود منابع آبی برای کشاورزی، کاهش نزولات آسمانی و تغییرات اقلیمی تاثیر گذار است زیرا بسیاری از زمین های کشاورزی استان غیر قابل کشت شده است. نبود مدیریت مناسب برای منابع آب و کشت بسترهای مهاجرت در استان برای است. وی ادامه می دهد: آب رسانی به بیش از دو هزار ۷۰۰ روستا به روش سقایی، ضعف در اجرای مناسب طرح های هادی در استان در مقایسه با کشور، تاخیر در اجرای طرح های تثبیت مالکیت با رویکرد داداستر، شاخص های پایین امنیت در برخی روستاهای مرزی، بیوز با این پدیده دامن زده است.

سازی بیان می کند: توانمندسازی روستاییان زمینه ساز توسعه عمره سازی و پیشگیری از مهاجرت روستاییان می‌باشد. مدیریت منابع آب و خاک و تغییر الگوهای کشت و آبیاری، توسعه گردشگری روستایی و صنایع بومی دستی و اکوکمپ، ظرفیت سازی معدن ها و ذخیره های زیرزمینی استان، توانمند سازی جامعه صیادی و توسعه شیلات و اهتمام به ظرفیت مرز و بازارچه های مرزی می تواند در کاهش مهاجرت از روستا به شهر به ویژه اهدان موثر باشد.

در سه ماه اسفند ۱۵۲ هزار و ۲۰۲ درخواست کارت ملی هوشمند، دریافت شده است. کمترین ثبت احوال به خیرنگر ما گفت: سال گذشته سیستان و بلوچستان رتبه برتر کشور را در پوشش دادگستری کارت ملی هوشمند کسب کرده است و با صدور یک میلیون و ۳۰۰ هزار کارت از ابتدای طرح ۷۴/۴ درصد از جمعیت بالای ۱۵ سال استان کارت هوشمند ملی دریافت کردند. ارائه دهمرده افزود: با توجه به این که خدمات دستگاههای اجرایی از سال آینده با ارائه کارت ملی هوشمند امکان می شود از طرفی اعتبار کارتهای شناسایی قبلی تا پایان سال به اتمام می رسد، کسانی که برای دریافت کارت ملی هوشمند اقدام نکردند از طریق آدرس اینترنتی www.ncr.ir و ادارات ثبت احوال، دفترهای پیشخوان دولتی و ادارات پست برای تکمیل فرایند ثبت نام کارت ملی هوشمند خود و افراد بالای ۱۵ سال خانواده اقدام کنند. وی بیان کرد: به دلیل اطلاع رسانی از طریق پیامک به افراد برای مراجعه به ایستگاه به منظور ثبت نام یا تحویل کارت، افرادی که نسبت به ثبت نام و نوبت گرفتن در سایت اقدام کردند در تاریخ تعیین شده روی برگه درخواست به ادارات ثبت احوال مراجعه کنند.



طب سنتی

شیر شتر؛ طلای سفید بیابان

مسعود فیروز کوهی، کارشناس تغذیه: ترکیب شیر شتر شبیه شیر گاو و بز است، اما رنگ سفید مات دارد و مقدار کاروتن آن پایین است. مزه تند و تیزی دارد و گاهی اوقات شور است. نوعی علفه و دسترس بی به آب آشامیدنی شیر شتر شتر است. می‌گذارد. شیر شتر به دلیل داشتن گلبول‌های چربی بسیار کوچک سرعت رویه بستن کمی دارد. مزه شیر شتر مشکل اصلی بازاریابی آن است. به شیرینی شیر گاو نیست، زیرا مقدار لاکتوز شیر کم است. شیر شتر محصولی شفا بخش است که می‌تواند در کمک به درمان بیماری‌های خاص مورد توجه باشد. به دلیل داشتن ماده‌های انسولینی و مقاوم در برابر اسید

داده، در بهبود بیماری دیابت نوع اول موثر است و برای بویست عضله قلب کودکان و پیشگیری از ابتلا به بیماری سرطان ها نیز مفید است. به درمان انسدادی با همان به آوردن شکم، زردی، سل، آنهم، لشمانیوز اسکما یا دیگر. در کمک به کودکان مبتلا به اوتیسم نیز از شیر شتر استفاده شده است. شیر شتر می تواند میزان لسترول خون را کاهش دهد و مانع از گرگرفتگی رگ ها شود. همچنین دارای عوامل ضد میکروبی، قانقورهای شد، مواد پاپین آورنده فشارخون، مواد سرطان، مواد بهش هنده لسترول و آنتی اکسیدان بوده و در درمان پشهال های میکروبی و ویروسی قابل استفاده است. شیر

شتر به دلیل تغذیه شتر از خار و دیگر بوته های بیابانی در مقایسه با شیر گاو سدیم بیشتری دارد. دو کمی شتر است و برخلاف طبع سرد شیر گاو، شیر گمر به اعتدالی دارد و اشتها آور و محرک نیروی جنسی است. ویتامین های A و D و B₂ شیر بیشتر از شیر گوسفند و B₆ و B₁₂ و ویتامین آن مشابه شیر گاو و از شیر انسان بالاتر، اما اسید فولیک آن پایین است. خواص آنتی باکتریال و ضد ویروسی شیر شتر ۱۰ بار بیشتر از شیر گاو است و بر اساس پژوهش های پادتن های موجود در شیر شتر برای تقویت سیستم ایمنی بدن می شود، و مقاومت بدن شتر در برابر سرطان، ایذای ایزر، زخم معدی، سل و هپاتیت C بالا می برد.

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.

<p>خدمات شهری سپستان و بلوچستان</p>	<p>دیوار نویسی، نقاشی و رنگ آمیزی ۰۹۱۵۶۷۲۹۷۱۶</p>	<p>خدمات فضای سبز کلیه کارهای باغبانی از جمله هرس، چمن کاری، گل کاری و... ۰۹۳۷۵۹۰۶۹۹۱</p>	<p>کلیدسازی دنیای کلید ۰۹۱۵۰۲۱۴۵۳۴</p>	<p>تحلیل آماری با نرم افزار SPSS ۰۹۱۵۸۵۴۴۰۱۵</p>	<p>ایزوگام برادران بلوچی نصب ایزوگام در شهرستان های سران، سوران، مهرستان و... ۰۹۱۵۰۴۵۴۵۸۸</p>	<p>خیاطی و بافتنی بهار دوخت و بافت انواع لباس زنانه و بچه گانه ۰۹۳۸۹۵۹۲۴۲۴</p>	<p>تعمیرات و جابجایی نصب کابینت در سراوان ۰۹۱۵۶۳۴۴۳۳۱</p>	<p>کالای پزشکی درمان طب تیهه و توزیع کلیه لوازم پزشکی، بیمارستانی، ارتوپدی، جراحی دندانپزشکی، آزمایشگاهی و رادیولوژی آدرس: خیابان امیرالمومنین، حداصل امیرالمومنین ۱۰ و ۱۲</p>
<p>گالری پرده چیدمان نولید و بخش تعمیر و نصب انواع پرده های قانونی ۰۹۱۵۱۹۲۴۳۳۵</p>	<p>سوپر گوشت براسان با بهترین کیفیت عرضه گوشت گوساله، گوسفند بچه شتر و... آدرس: خیابان گلها، گلها ۶ ۰۹۱۵۶۸۱۰۱۳۳</p>	<p>کلیه تجهیزات و وسایل مربوط به سفره خانه سنتی شامل تخت، قلیان، پخچال، میز مدیریت و ... به فروش می رسد ۰۹۱۲۴۳۸۸۵۸۷</p>	<p>دفتر خدمات نور میهن نظافت منزل، مجتمع تجاری و مسکونی، مطب دندان پزشکی و... آدرس خیابان فرهنگ ۱۲</p>	<p>انجام کار نقشه کشی و طراحی ۰۹۱۵۹۴۸۴۲۱۱</p>	<p>شرکت گازرسانی گوهر گاز نقد و اقساط ۰۹۱۵۱۴۷۲۱۰۰</p>	<p>فروش ایرنیت سیمانی ۰۹۱۲۹۴۰۷۴۸۳</p>	<p>انجام پروژه های اتوکد ۰۹۱۵۸۵۴۴۰۱۵</p>	<p>گالری ظروف قصر طلایی منطقه آزاد چابهار مجتمع بزرگ تیس راهرو اسکله</p>
<p>درب و پنجره سازی آدرس شهرک جوشگران ۰۹۱۵۹۴۷۴۰۹۲</p>	<p>آرش بار دانشگاه حمل بار درون شهری و برون شهری ۰۹۳۷۰۳۷۰۱۷۹</p>	<p>اجرای نوله کشی فاضلاب، نوله کشی سرد و گرم بلیمری و نصب پمپ و شیر آلات و... ۰۹۱۵۶۳۸۸۰۶۹</p>	<p>کافی نت مهر شهر آدرس: مهرشهر روبروی مجتمع کمیته امداد ۰۴۵۹۲۴۴۷۸۵</p>	<p>خشکشویی شهریار آدرس: بزرگمهر ۳۷ ۰۹۲۱۹۲۱۷۹۹</p>	<p>خدمات فنی درخشان ارائه دهنده سیم کشی ساختمان، رفع اتصالات، نصب تزیینات، سرویس و نصب برق کولرهای آبی در محل ۰۹۱۵۸۳۸۲۱۰۹</p>	<p>ساخت انواع سقف سبک پذیرفته می شود ۰۹۲۹۳۱۵۰۹۹۵</p>	<p>سیمان کاری ساختمان ۰۹۰۳۴۹۲۷۶۷۲</p>	<p>پیرایش شهر مو و شازده کوجولوها زیباشهر تقاطع خیابان شورا و البز روبه روی چمن مصنوعی ۰۹۰۳۲۹۱۵۹۴۰</p>
<p>واگذاری مغازه گل و نهال فروشی ۰۹۱۵۱۹۴۷۴۷۸</p>	<p>مدیران یک عرضه کننده قطعات یدکی ۰۹۱۵۴۷۰۰۲۰۴</p>	<p>طراحی و ساخت انواع سقف محصولات مورد نظر شما های سبک ادارات، منازل، سوله ۰۹۱۰۸۹۰۱۱۰</p>	<p>فروش تابلوهای برجسته برای اتاق کودک ۰۹۲۷۲۳۹۵۵۴۳</p>	<p>خانه بازی کودک مانی حداصل بزرگمهر و معلم ۴ ۰۹۳۷۰۹۳۷۹۶۸</p>	<p>میلان در منزل و محل کار ۰۹۱۵۹۰۵۰۹۵۹</p>	<p>مبیلشویی آویسا خشکشویی تخصصی مبلمان با دستگاههای مخصوص خشکشویی ۰۹۱۵۱۹۲۴۴۷۳</p>	<p>مبیلشویی آویسا خشکشویی تخصصی مبلمان با دستگاههای مخصوص خشکشویی ۰۹۱۵۱۹۲۴۴۷۳</p>	<p>اجاره و نصب داربست فلزی در اسرع وقت و با کادری مجرب ۰۹۱۵۱۹۲۴۴۷۳</p>

دفتر پذیرش: زاهدان، خیابان مولوی، نبش مولوی ۲۱ تلفن: ۳۳۲۱۷۸۶۵-۶