روزنامه سیستان و بلوچستان

اوقات شرعی به افق زاهدان
امروز: اذان صبح: ۴:۵۴ طلوع آفتاب: ۶:۱۴ اذان ظهر: ۱۱:۴۰ غروب آفتاب: ۱۷:۰۶ اذان مغرب: ۱۷:۲۴
فردا: اذان صبح: ۴:۵۴ طلوع آفتاب: ۶:۱۴ اذان ظهر: ۱۱:۴۰ غروب آفتاب: ۱۷:۰۷ اذان مغرب: ۱۷:۲۵

آب و هوای زاهدان
امروز: ۱۵ ۹
فردا: ۶ ۱

روزنامه سیستان و بلوچستان؛رتبه هشتم نشریات استانی
سرپرستی زاهدان: خیابان مولوی-نبش مولوی ۲۱
تلفن آگهی‌واشتراک: ۳۳۲۱۷۸۶۶ ۰۵۴
تلفن مسئول تحریریه: ۳۳۲۱۷۸۶۹ ۰۵۴
نمابر تحریریه: ۳۳۲۱۷۸۶۴ ۰۵۴
تلفن‌های تحریریه: ۳- ۳۳۲۱۷۸۶۲ ۰۵۴
تلفن ونمابر سرپرست دفتر: ۳۳۲۱۷۸۶۵ ۰۵۴

صاحب امتیاز: موسسه فرهنگی هنری خراسان
مدیر مسئول: محمد سعید احدیان
سردبیر: علی ولی زاده
دفتر مرکزی: مشهد، بلوار سازمان آب
صندوق پستی: ۵۱۱-۹۱۷۳۵
چاپخانه: شهرچاپ‌خراسان

تلفن: ۳۷۶۳۴۰۰۰ - ۰۵۱
نمابر شهرستان‌ها: ۳۷۶۷۴۳۳۴ ۰۵۱
پیامک: ۲۰۰۰۹۹۹
www.khorasannews.com
e-mail:info@khorasannews.com

دوشنبه ۱۵ بهمن ۱۳۹۷ ۲۸ جمادی الاول ۱۴۴۰ . شماره ۱۳۳۰

گره ترافیک در اطراف یک میدان اصلی

«دروازه خاش» جابه جا می شود

ذوالفقاری

برخی این جا را گل زاهدان می دانند، مکانی که به دروازه خاش معروف و در کنار میدان امام علی (ع) واقع است، اطراف آن را مغازه ها و شرکت های مختلف و تعدادی هتل فرا گرفته اما بزرگ ترین مشکل آن ترافیک است، چون از معابر پر تردد این کلان شهر محسوب می شود و وجود ایستگاه تاکسی های مسیر زاهدان – خاش در این محدوده به شلوغی ها دامن می زند. شلوغی هایی که به ویژه در ساعات پرترافیک و تعطیلی مدارس برای بسیاری از رهگذران، رانندگان و کاسب های منطقه به مشکلی جدی تبدیل شده است، به گونه ای که هر زمان پای درد دلشان بنشینی، گلایه هایی در این باره مطرح می کنند. به اعتقاد بسیاری از شهروندان اگر مکانی مناسب برای ایستگاه های تاکسی زاهدان – خاش در نظر گرفته می شد، شاید از شدت ترافیک و شلوغی های نا به سامان این مسیر کاسته می شد. ایجاد این ایستگاه در نزدیک میدان امام علی (ع) به سالیان خیلی دور بر می گردد، زمانی که زاهدان توسعه پیدا نکرده بود و بسیاری از شرکت های بزرگ و کوچک، هتل ها، صنف های مختلف و ... در این شهر وجود نداشت اما با توسعه زاهدان بسیاری از ادارات رشد پیدا کرد و شرکت ها، فروشگاه ها و مراکز مختلف دیگری در معابر مختلف ایجاد شد.

ترافیک و نبود آرامش

کارمند یکی از شرکت های واقع در محدوده دروازه خاش، می گوید: از میدان امام علی (ع) تا میدان پاسداران همیشه شاهد ترافیک سنگینی هستیم که در روزهای خاص و ساعات پرترافیک شدیدتر می شود، بوق و صدای ترمز خودروها و جار زدن برخی رانندگان تاکسی های مسیر زاهدان – خاش، امانمان را بریده است، افزون بر این که تردد در این مکان سخت است و احتمال حوادثی نیز وجود دارد، آرامشی هم برای ساکنان و کاسبان این محدوده نمانده است. «احسان براهویی» ادامه می دهد: هر زمانی که باری برای شرکتمان ارسال می شود برای تخلیه آن دچار مشکل می شویم زیرا تاکسی های زیادی در ایستگاه توقف می کند و سبب مسدود شدن راه می شود. به گفته وی، البته نمی توان به رانندگان این تاکسی ها حق نداد، به هر حال آن ها این شغل را از سال ها پیش انتخاب کرده اند و برای این که درآمدی کسب کنند مجبور هستند به فعالیت شان ادامه دهند. از آن جا که با توجه به وضعیت استان به سختی می توان شغلی پیدا کرد، انتظار می رود متولیان برای سامان دهی آن ها اقدامی کنند.

تنها ایستگاه تاکسی های زاهدان – خاش

یکی از رانندگان هم اظهار می کند: اگر فرصت شغلی دیگری برایم فراهم بود، مجبور نمی شدم مدت طولانی در آفتاب و شلوغی های دروازه خاش منتظر مسافر بمانم، گاهی ساعت ها منتظر هستم تا مسافری مراجعه کند و بتوانم او را به مقصد برسانم و درآمدی کسب کنم. «برات شهرکی» ادامه می دهد: بارها از رانندگان و بسیاری از شهروندان دیگر اعتراض هایی شنیده ایم مبنی بر این که چرا با توقف در این محدوده سبب ترافیک و شلوغی شده ایم. به گفته وی، وقتی تنها مکان شناخته شده برای استفاده از تاکسی های زاهدان – خاش، انتهای خیابان دانشگاه است که همه آن را با عنوان دروازه خاش می شناسند، چاره ای جز این نداریم که در این ایستگاه منتظر مسافر بمانیم و از این طریق امرار معاش کنیم. وی اظهار می کند: انتظار می رود مکانی جدید برای تاکسی های این مسیر انتخاب شود، جایی که شلوغ نباشد و به مردم هم اطلاع رسانی شود.

یک شهروند: از میدان امام علی (ع) تا میدان پاسداران شاهد ترافیک سنگینی هستیم

تغییر مکان ایستگاه

معاون خدمات شهری شهرداری زاهدان در این باره می گوید: ایستگاه فعلی دروازه خاش مربوط به زمانی است که انتهای خط، زاهدان بود اما به یکی از نقاط هسته مرکزی شهر در نزدیکی میدان امام علی (ع) تبدیل شده است و جای مناسبی برای ایستگاه تاکسی های مسیر خاش نیست چون مشکلات بهداشتی و ترافیکی به همراه دارد.

«محمد امیر براهویی» ادامه می دهد: برای سامان دهی دروازه خاش قرار است، ایستگاه تاکسی های مسیر زاهدان – خاش به میدان دکتر حسابی منتقل شود. با توجه به وجود پیاده روی بزرگ در این مکان، این برنامه قابل انجام و طراحی شده است. وی ادامه می دهد: از طرفی برای سامان دهی دکه های زاهدان، دکه های خیابان دانشگاه جمع آوری شد اما از آن جا که صاحبان آن برای راه اندازی محل کسب و کار هزینه کرده اند، باید در مکان مشخصی سامان دهی شوند. وی اضافه می کند: با توجه به این که قرار است ایستگاه تاکسی های خاش به میدان دکتر حسابی منتقل شود و با توجه به این که پیاده روی وسیعی در محدوده این میدان واقع است، بازارچه ای راه اندازی و دکه ها به آن محل منتقل می شود تا مشکل آنان نیز رفع شود.

معاون شهردار: ایستگاه فعلی دروازه خاش مربوط به زمانی است که انتهای خط زاهدان بود اما به یکی از نقاط هسته مرکزی شهر در نزدیکی میدان امام علی(ع) تبدیل شده است و جای مناسبی برای ایستگاه تاکسی های مسیر خاش نیست چون مشکلات بهداشتی و ترافیکی به همراه دارد

گیاهان دارویی

گروه جامعه

آلوئه‌ورا؛ تقویت کننده سیستم ایمنی

آلوئه ورا یک گیاه محبوب دارویی است که ریشه ای کهن در درمان جراحات پوست، مانند سوختگی ها و زخم ها دارد. با این حال خواص درمانی دیگر این گیاه به دلیل وجود آنتی اکسیدان هایی که در خود دارد، شاید هنوز به طور کامل شناخته شده نباشد. سیستم ایمنی بدن نیاز به خون غنی از اکسیژن دارد. آلوئه ورا جذب مواد مغذی از روده را بیشتر می کند، این شامل جذب آهن نیز می شود. آهن، مولکول های اکسیژن آزاد را از ریه ها به همه بدن حمل می کند و جذب آهن مناسب، عامل اصلی حفظ سطح اکسیژن خون است. آلوئه ورا به عنوان یک ترکیب آداپتوژن عمل و به حفظ سلول ها و بافت ها در تعادل کمک می کند. این سبب می شود کار سیستم ایمنی بدن برای محافظت سلول ها از استرس اکسیداتیو و عوامل دیگر که عملکرد آن را مختل می کند، آسان تر شود. آلوئه ورا منبع غنی از پلی ساکاریدهاست. تحقیقات نشان می دهد این قندهای پیچیده سبب بهبودی کارایی سیستم ایمنی می شود. آلوئه ورا غنی از آنتی اکسیدان هاست که سلول ها را از آسیب های رادیکال آزاد محافظت می کند. این گیاه حاوی دو آنزیم آمیلاز و لیپاز است که به بهبود هضم کمک می کند تا معده سطوح اسید خود را متعادل نگه دارد و محیط طبیعی روده تامین شود. آلوئه ورا حاوی آکمانان است. این ترکیب پلی ساکاریدی دیگر است و پروبیوتیکی مناسب برای عملکرد روده است. تحقیقات دیویس در دانشگاه کالیفرنیا نشان داد افرادی که آن را مصرف می کردند توانایی جذب بهتر ویتامین های B۱۲و C را داشتند. این گیاه یک مرطوب کننده است و مزایای ضد پیری را نیز ممکن است ارائه دهد چرا که در مطالعه ای با استفاده از یک مکمل ژل آلوئه ورا، چین و چروک صورت تسکین یافته و پوست آن سالم تر شده است.

آشپزی

گروه جامعه

خوراک نودل با مرغ و قارچ

خوراک نودل با مرغ و قارچ بسیار سریع و راحت آماده می شود و مناسب زمانی است که فرصتی برای آشپزی ندارید.

مواد لازم: سینه مرغ نگینی خرد شده ۲ تکه، فلفل دلمه ای رنگی خلالی خرد شده ۳-۲ عدد، قارچ خرد شده ۴۰۰ گرم، نودل با طعم دلخواه ۳ بسته، سیر رنده شده ۲ حبه، پودر سیر کمی، فلفل سیاه به مقدار لازم و سویا سس ۴ قاشق غذا خوری

طرز تهیه: ابتدا سینه های مرغ را داخل تابه بریزید و کمی نمک، فلفل سیاه و پودر سیر به آن اضافه کنید و بگذارید بپزد ولی سرخ نشود سپس قارچ ها را اضافه کنید، تفت دهید و بگذارید آب آن تمام شود، سیر را اضافه و مواد را حسابی سرخ کنید و سپس فلفل دلمه ای خلالی را تفت بدهید و قاطی مواد بریزید. نودل ها را مانند ماکارونی داخل آب جوش بریزید و بعد از نرم شدن آن را آبکش و به مواد داخل تابه اضافه کنید و در این مرحله ادویه های داخل بسته های نودل و کمی سویا سس به خوراک اضافه و خوب مخلوط کنید، خوراک نودل آماده شده است و می توانید آن را میل کنید.

واژگونی پراید یک کشته و ۹ مصدوم بر جای گذاشت

واژگونی پراید حامل اتباع بیگانه در جنوب استان حادثه آفرید. رئیس اورژانس پیش بیمارستانی و مدیریت حوادث دانشگاه علوم پزشکی ایرانشهر به خبرنگار ما گفت: بامداد روز گذشته بر اثر واژگونی یک دستگاه پراید حامل اتباع بیگانه یک نفر کشته و ۹ نفر مصدوم شدند. «محمود رضا ناصح» افزود: پس از اعلام خبر حادثه به مرکز پیام اورژانس ایرانشهر، چهار دستگاه آمبولانس به محل حادثه در محور ایرانشهر به خاش حدفاصل روستای دامن اعزام شد که متاسفانه یک نفر قبل از رسیدن آمبولانس به دلیل شدت جراحت در دم جان باخت و۹ نفر دیگر پس از دریافت خدمات درمانی اولیه به بیمارستان خاتم الانبیاء(ص) منتقل شدند.

سیستان و بلوچستان
نیازمندیهای عمومی

هم استانی های گرامی:
به منظور رفع نیازهای روزمره شما، تعداد زیادی آگهی در نیازمندیهای استان چاپ می شود از آن جای که وظیفه این رسانه اطلاع رسانی به منظور سهولت در دادوستد می باشد، لذا مسئولیتی در باره محتوای آگهی ها ندارد. لطفا هنگام دادوستد با روشهای مقتضی ، اطمینان لازم را از صحت ادعای آگهی دهنده گان به دست آورید.

خدمات شهری سیستان و بلوچستان
ساخت انواع کابینت فلزی با درب ام دی اف درسراوان ۰۹۳۹۲۴۰۴۸۶۲
انواع کاشیکاری پذیرفته میشود ۰۹۰۲۷۰۷۶۶۶۲
وانت بار تلفنی ارسام ۰۹۳۳۸۱۳۵۴۴۲
تولیدانواع سرویس خواب درابعاد مختلف،دررنگ دلخواه در زاهدان ۰۹۳۰۳۴۶۴۷۱۶
وانت بارتلفنی در زابل ۰۹۱۵۶۰۹۵۱۳۶
نصب فوری .داربست فلزی ۰۹۱۵۲۸۷۱۳۸۸
تعمیر و نگهداری آسانسور ۰۹۳۶۷۳۸۲۰۴۹
قالیشوی گل شو درزاهدان سرویس دهی به تمام نقاط شهر تحویل۲۴ساعته درب منزل ۰۹۱۵۵۴۱۵۱۵۸ ۰۹۰۱۹۰۷۴۰۰۹ ۰۵۴-۳۳۵۰۱۹۰۱
لوله کشی و جوشکاری ۰۹۳۶۳۲۰۶۲۶۵
دکوراسیون داخلی و بازسازی منازل ۰۹۹۰۱۴۹۰۰۲۰
فروش واجرا دیوار های پیش ساخته عایق.سبک.ارزان. ۰۹۱۵۸۵۸۴۰۰۸
لوله کشی آب وفاضلاب ولوله بازکنی ۰۹۳۸۸۶۰۲۴۲۱
قالی شوی صدف درچابهار ۰۹۱۵۲۸۶۲۸۸۶
آموزش تخصصی حسابداری ۰۹۱۲۰۷۴۷۳۵۷
جوشکاری سیار ۰۹۳۸۲۸۱۷۴۲۰
انواع خدمات برقی سه فاز تک فاز تابلو برق ۰۹۳۶۶۳۱۹۹۷۰
ساخت کابینت اشپزخانه درخاش - نقدواقساط ۰۹۱۵۹۳۹۱۹۸۸
جوشکاری سیار در هر زمینه ۰۹۰۵۰۴۶۱۰۸۸
نصب ,تعمیرات تضمینی اسپیلت تعمیرات تخصصی ۰۹۹۱۵۲۶۰۳۶۸
اجرای تاسیسات مکانیکی استخر در زابل ۰۹۳۰۱۸۸۸۱۹۱
اجرای کلیه برق کشی ساختمان گل اپن نور مخفی ۰۹۰۳۳۶۸۳۴۲۴
جوشکاری سیار سایبان.سردری.نصب تابلو.چهارپایه کولر .تعمیردرهاپوسیده.و.. ۰۹۱۵۹۴۱۰۰۸۷
صنایع ام دی اف سامان درچابهار ۰۹۳۳۵۴۱۴۹۸۹
گچکاری بصورت ابزار،اپن،گل،سقف راویزو ساده،لکه گیری منازل وادارات باقیمت مناسب پذیرفته می شود ۰۹۳۸۶۴۸۳۶۹۷
وانت بار تلفنی ارسام ۰۹۳۳۸۱۳۵۴۴۲
تعمیرات مبل ۰۹۱۵۸۴۰۹۲۶۶
ساخت کابینت اشپزخانه درخاش - نقدواقساط ۰۹۱۵۹۳۹۱۹۸۸
تعمیرات و فروش قطعات ماشین شارژی (سیار) ۰۹۱۵۲۸۰۵۴۸۵
نصب کاغذدیواری ۰۹۳۵۱۷۴۲۰۱۰
تعمیرگاه جلوبندی سازی سرعت در زاهدان ۰۹۳۹۵۹۱۶۲۷۷
جویای کار حقوقی ۰۹۳۹۶۸۵۱۲۴۶
رنگ آمیزی ساختمان در زابل۰۹۳۶۴۶۷۲۰۹۲
کترینگ ورستوران کلبه چوبی آدرس:زاهدان خیابان بزرگمهرنرسیده به بزرگمهر۲۶ ۰۹۰۲۶۹۴۴۸۱۸
انجام کلیه کارهای رنگ آمیزی وترمیم رنگ ساختمان ۰۹۹۱۴۳۶۸۸۶۴
انواع جوشکاری پذیرفته میشود با قیمتی مناسب ومنصفانه ۰۹۱۵۸۲۵۰۸۵۷
اسباب کشی منزل با نیروهای ماهروخاور بزرگ ۰۹۳۹۸۸۳۰۵۰۹
۰/۹۷۱۷۰۶۰۱