

امروز <	اذن صبح: ۳:۴۴	طلوع آفتاب: ۶:۰۳	اذن ظهر: ۱:۴۰	غروب آفتاب: ۱۷:۱۷	اذن مغرب: ۱۷:۳۵
فردا <	اذن صبح: ۴:۴۳	طلوع آفتاب: ۶:۰۲	اذن ظهر: ۱:۴۰	غروب آفتاب: ۱۷:۱۸	اذن مغرب: ۱۷:۳۵

اوقات شرعی به افق زاهدان

جامعه

زخم‌های گازرسانی برپیکر شهر

گروه جامعه } طی روزهای گذشته اخباری مبنی بر جلوگیری از حفاری های جدید شرکت گاز به دلیل مرمت نشدن به موقع حفاری های قبل در زاهدان منتشر شد که شهردار اعلام کرده بود چنان چه پیمانکار مربوط برای تکمیل و رفع مشکلات نوارهای حفاری به موقع اقدام نکند شهرداری به ناچار و حسب ضرورت از ادامه حفاری در شهر جلوگیری خواهد کرد. این در حالی است که مدیر عامل شرکت گاز استان مدعی شده است پیمانکاران خط های اصلی شرکت گاز در خیابان ها را پس از حفاری و انجام لوله کشی آسفالت به موقع انجام می دهند و ترمیم آسفالت پس از نصب علمک ها بر عهده شهرداری است. حدود یک سال از روشن شدن مشعل گاز در زاهدان می گذرد، مشعل گازی که عیدانه رئیس جمهور به مردم سیستان و بلوچستان بود و سبب شد خط انتقال گاز ایرانشهر به زاهدان ۱۰ اسفند ماه ۱۳۹۵، به صورت رسمی افتتاح شود. شرکت گاز استان از همان زمان کار خود را آغاز کرد وعیدانه توسعه شبکه گاز شهری اگر چه برای مردم استان شادی به ارمغان آورد اما وضعیت حفاری ها نارضایتی هایی را به دنبال داشت به طوری که این روزها در برخی از خیابان های زاهدان، حفاری های متعدد، دست اندازها و حتی گاه چاله های نسبتا عمیق دیده می شود و با توجه به بارندگی و نفوذ آب به محل های حفاری شده تردد را با مشکل مواجه می کند. یکی از شهروندان ساکن خیابان دانش به خبرنگار ما می گوید: کنده کاری و حفاری های خیابان به دلایل مختلف و مرمت نشدن به موقع آن به ایجاد ترافیک در ساعت تعطیلی مدارس دامن زده است و همین امر سبب نارضایتی بسیاری از مردم این منطقه از شهرداری و شرکت گاز استان شده است. «رحیمی» خاطر نشان می کند: شرکت گاز بعد از انجام گاز رسانی، آسفالت را مرمت نکرد و تا حدودی سبب تخریب روکش آسفالت دیگر قسمت های خیابان هم شده است، جا دارد مسئولان زودتر به این وضعیت رسیدگی کنند. یکی از ساکنان خیابان شهید برفی هم

می گوید: حدود یک سال پیش این خیابان برای پروژه گاز رسانی حفاری شد، اما هنوز آسفالت تخریب شده آن مرمت نشده است، چندین بار به شهرداری مراجعه کرده ام اما شهرداری اعلام می کند که مرمت این قسمت از آسفالت خیابان بر عهده شرکت گاز است و زمانی که به شرکت گاز مراجعه می کنم می گویند این کار به پیمانکاران شهرداری محول شده و شرکت گاز، کار خود را در آن قسمت به پایان رسانده است. «رجایی» ادامه می دهد: به دلیل ترمیم نشدن آسفالت خیابان، خانه و زندگی مردم پر از خاک است که با اندکی باران هفته گذشته چاله ها پر از گل شد و وضعیت نامناسبی را برای خیابان های در مسیر خط گازرسانی رقم زد.

مرمت آسفالت خیابان ها بر عهده شهرداری است

مدیر عامل شرکت گاز استان درباره مجوزهایی که برای کار حفاری و گازرسانی داده شده است به خبرنگار ما می گوید: شرکت گاز استان آسفالت حفاری شبکه اصلی را که تعهد پیمانکار است انجام می دهد اما مرمت آسفالت خیابان ها پس از نصب علمک های گاز بر عهده شهرداری است که به ظاهر کم کاری از سوی شهرداری اتفاق افتاده است. «محمد حسن طهرانی» با بیان این که فاصله زمانی میان حفاری خیابان برای انجام کار و ترمیم خیابان رخ می دهد می افزاید: دلیل این فاصله نصب علمک هاست که اگر قبل از آسفالت، علمک ها نصب نشود در زمان نصب آن، آسفالت باید دوباره حفاری و سپس ترمیم شود. وی ادامه می دهد: مکاتباتی درباره برنامه زمان بندی برای آسفالت خیابان ها پس از حفاری ها انجام شده به منظور توسعه شبکه گاز رسانی شهری انجام شده است که امیدواریم بتوانیم قبل از سال نو قسمت زیادی از این مسیرها را ترمیم کنیم تا این مشکلات مرتفع شود و رضایت شهروندان را به دنبال داشته باشد. وی تصریح می کند: پیمانکاران شرکت گاز در حال مرمت آسفالت در خیابان های دانش، معلم، مزاری، خرمشهر و... هستند اما باید

آب و هوای زاهدان	
<i>امروز</i> <	۲۸
<i>فردا</i> <	۲۷

روزنامه سیستان و بلوچستان-رتبه هشتم نشریات استانی

سرپرستی زاهدان: نظیف کاهی و انتشارک: ۰۵۴ ۳۳۴ ۱۷۸۵۶
نظیف مسئول تحریریه: ۰۵۴ ۳۳۴ ۱۷۸۵۶
نظیف های تحریریه: ۰۵۴ ۳۳۴ ۱۷۸۵۶-۳
نظیف و نشرپرست دفتر: ۰۵۴ ۳۳۴ ۱۷۸۵۶

مناصب امتیاز: موسسه فرهنگی هنری خراسان
مدیرمسئول: محمد مهردادیان
سرمدین: علی ولی زاده
دفتر مرکزی: مشهد، بلوار سازمان آب
مندوبو پستی: ۵۱۱-۹۱۷۳۵
چاپخانه: شهرجانب خراسان

تلفن: ۰۵۱-۳۷۷۴۴۰۰۰
فکس:۰۵۱-۳۷۷۴۳۳۳
پست: ۴۰۰۰۹۹۹

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

یک‌شنبه ۲۹ بهمن ۱۳۹۶
اول جمادی الثانی ۱۴۳۹
شماره ۱۰۶۱



طب سنتی

یوسف پورکیخا

کارشناس طب سنتی

انجیر؛ منبع بتا کاروتن و ویتامین C

انجیر تازه منبع غنی بتاکاروتن و ویتامین ث است. این دو آنتی اکسیدان در پیشگیری از ابتلا به سرطان نقش مهمی دارند. انجیر حاوی دیگر ویتامین ها هم است و منبع خوبی از پتاسیم، منیزیم، کلسیم، فسفر و ویتامین های A، B و C به شمار می رود. همچنین سرشار از پتاسیم و تامین کننده سلامت کودکان ضعیف و برای بی اشتهایی مفید است. انجیر حاوی مقادیر زیادی آهن و ویتامین C است. مخلوطی از این دو ماده مغذی، آن را به یک میوه فوق العاده برای کم خون ها به ویژه افراد مبتلا به کم خونی فقر آهن تبدیل کرده است. این خوردنی کوچک منبع خوبی از کلسیم و پتاسیم است. کلسیم سبب افزایش تراکم استخوان و پتاسیم می شود، انجیر دفع کلسیم از طریق ارذار را کاهش می دهد، از این رو یکی از بهترین میوه ها برای افزایش تراکم استخوان است. برگ های درخت انجیر برای مدر بودن، تسکین دهندگی و دفع کرم روده استفاده می شود و دم کرده برگ درخت انجیر مسکن است و برای معالجه سرفه تجویز می شود. میوه انجیر برای نرم کردن سینه و روده است. جوشانده انجیر در التهاب دستگاه تنفسی و قرقره کردن آن برای گلو درد و سرماخوردگی مفید است و عفونت های لته را درمان می کند. خوردن انجیر تازه و خشک سبب نرم کردن مزاج می شود و بیوست مزمن را درمان می کند و در طب جدید شرتی برای رفع بیماری های بیوست کودکان تهیه شده است. تقویت کننده کبد است و مصرف آن سموم بدن را دفع می کند. انجیر منبع خوبی از پتاسیم است و پتاسیم نیز معصری است که به کنترل فشار خون کمک می کند. کمبود پتاسیم به ویژه زمانی که با افزایش مصرف سدیم همراه باشد، می تواند به فشار خون بالا منجر شود. انجیر به دلیل داشتن پتاسیم، درجه قلیایی بدن را بالا می برد و در دفع اوره و چربی خون مؤثر است. انجیر مخلوط با خرما، کشمش و عنباب به چهار میوه نرم کننده سینه معروف است. وجود گوگرد در این میوه سبب ازدیاد مو می شود و از ریزش آن جلوگیری و شوره سر را درمان می کند. **انجیر و سلامت دهان و دندان:** انجیر سبب سفید شدن دندان ها و جرم گیری آن، تسکین درد و رفع التهاب در ورم لته می شود و بوی دهان را از بین می برد. این میوه تقویت کننده کبد است. انجیر تعرق بدن را زیاد می کند و برخی از سموم و مواد شیمیایی موجود در بدن با خوردن انجیر از بدن دفع می شود. انجیر شیر مادر را افزایش می دهد و به دلیل اشتها آور بودن و برخورداری از مقدار مناسب مواد مغذی مصرف آن برای کسانی که مایل به افزایش وزن هستند یا در دوره نقاهت بیماری به سر می برند گزینه مناسبی است. شیره آن خاصیت دارویی برای از بین بردن گکبل میخچه و آثار جلدی دارد و داروی خوبی برای افسردگی است. مصرف زیاد این میوه نفخ شکم و اسهال تولید می کند و مصرف آن برای بیماری چشم نیز توصیه نمی شود. از طرفی به دلیل میزان بالای قند موجود در انجیر، این میوه برای مبتلایان به بیماری دیابت مناسب نیست و در صورت تمایل بیش از دو عدد در روز نباید مصرف شود.



دلیل فاصله زمانی میان حفاری و آسفالت نصب علمک هاست، اگر قبل از آسفالت علمک ها نصب نشود در زمان نصب آن زمین باید دوباره حفاری شود

دانش در حال انجام است. همچنین گاز رسانی به ضلع شرقی خرمشهر هم در حال انجام است. وی اذعان می کند: توسعه شبکه گاز رسانی شهری با حمایت دولت مشکل بودجه ای ندارد و قرار است این کار به صورت فشرده تا اواخر سال ۹۸ در زاهدان به پایان برسد البته تسریع در انجام این کار به همکاری در شهر و شهرداری نیاز دارد.

۸۰ درصد حفاری ها تا پایان امسال مرمت شود

این در حالی است که «عبدالرحمن شهنوازی» سرپرست فرمانداری زاهدان ۲۲ دی ماه، در جلسه بررسی روند مرمت و بازسازی حفاری های شرکت گاز گفته بود که شرکت گاز به نوعی برنامه ریزی و عمل کند تا ۸۰ درصد حفاری های گاز در زاهدان تا پایان امسال مرمت و بازسازی شود.

لازم به ذکر است: با وجود تماس های مکرر خبرنگار ما با شهردار برای پیگیری موضوع موفق به گفت و گو نشد.

آشپزی

کلم پلو شیرازی

مواد لازم: کلم قمری ۵۰۰ گرم، گوشت چرخ کرده ۲۵۰ گرم، پیاز دو عدد، تخم مرغ یک عدد، برنج سه لیوان، آرد نخودچی دو قاشق غذاخوری، سبزی (شوید، تره، ترخان، ریحان) ۱۰۰ گرم
طرز تهیه: داخل کاسه ای گوشت چرخ کرده، یک عدد پیاز رنده شده، آرد نخودچی، تخم مرغ، مقداری نمک و فلفل را خوب مخلوط کنید تا مواد یک دست شود. آب پیاز رنده شده را با دست بگیرید. با دست از مواد کوفته بردارید و قلقلی های یک اندازه ای درست و در روغن سرخ کنید و کنار بگذارید. بهتر است قلقلی ها را به اندازه یک فندق گرد کنید. کلم قمری ها را رشته ای خرد کنید و داخل قابلمه بریزید و با مقداری نمک، زردچوبه و یک تا دو لیوان آب بپزید تا نرم شود و آب کلم تمام شود. داخل ماهی تابه مقداری روغن بریزید و یک عدد پیاز را خرد کنید و در روغن تفت دهید تا نرم شود سپس کلم های پخته و سبزی های خرد شده را اضافه کنید و چند دقیقه با حرارت ملایم تفت دهید. برنج را ۳۰ دقیقه خیس کنید سپس با چند لیوان آب و مقداری نمک داخل قابلمه بریزید و روی حرارت قرار دهید و پس از این که کمی جوشید آبکشی کنید. قابلمه را روی حرارت قرار دهید، تا قابلمه مقداری روغن بریزید



و ته دیگ دلخواه تان را قرار دهید و مایه کلم، گوشت های قلقلی و برنج را لایه لایه داخل قابلمه بریزید تا وقتی که مواد تمام شود. حرارت را زیاد کنید تا برنج بخار کند سپس نصف لیوان آب را با مقداری روغن مخلوط کنید و روی برنج بریزید و حرارت را کم کنید، پس از دم کشیدن برنج را در دیس بکشید و با گوشت قلقلی، برنج زعفرانی و... سرو کنید.

خبر

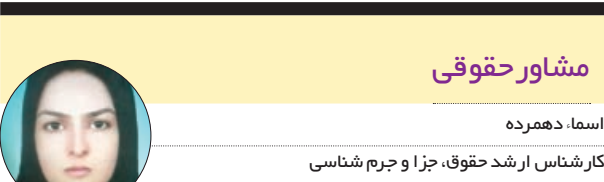
شهرداری

واردات ۶۸ هزار راس دام به استان

۶۸ هزار و ۷۳۸ راس دام سنگین و سبک در ۱۰ ماه امسال به صورت قانونی وارد استان شد.

مدیرکل دامپزشکی به خبرنگار ما گفت: از این تعداد ۶۰ هزار و ۸۱۳ راس گاو، پنج هزار و ۹۲۲ راس شتر و دو هزار و دو راس دام سبک بود. در مدت مشابه سال گذشته ۶۲ هزار و ۴۵۹ راس دام وارد استان شد که همگی گاو بودند و واردات شتر و دام سبک صفر بود.

دکتر «مهدی حسینی» با بیان این که از طریق مرز میلک تعداد اندکی دام برای پرواربندی وارد استان می شود ادامه داد: بیشتر دام ها از مرز سراوان وارد می شود که اغلب آن برای کشتار است و مرز فعال واردات دام نیز کهک سراوان است که بیش از ۹۰ درصد واردات از این مرز انجام می شود.



مشاور حقوقی

اسما، دهمرده

کارشناس ارشد حقوق، جزا و جرم شناسی

تابعیت

منظور از تابعیت افراد یک کشور چیست و چگونه تحمیل می شود؟

تابعیت ارتباط سیاسی و معنوی است که فردی را به کشوری مربوط می کند و از موضوع های حقوق عمومی به شمار می رود، قانون گذار ایران مقررات مربوط به تابعیت را در ۱۶ ماده در کتاب دوم از جلد دوم قانون مدنی بیان کرده است. بیان مقررات تابعیت در حقوق ایران ایجاب می کند که مقدمه اصول تابعیت به طور کلی تذکر داده شود. تابعیت افراد بر دو نوع است، اول تابعیت مبدا که از تاریخ تولد به حکم قانون به طفل تحمیل می شود و دوم تابعیت اشتقاقی که بعد از تاریخ تولد تا زمان زنده بودن شخص در اثر اعمال حقوقی شخص و با نماینده قانونی او ممکن است تحمیل شود. تحمیل تابعیت در اثر سکونت مدت معینی در کشور خارجی با تحمیل تابعیت در اثر ازدواج.

تابعیت اکثر اتباع هر کشور از نوع تولد است. تابعیت تولد از دو راه تحمیل می شود طریقه اول تحمیل تابعیت از راه نسب که آن را اصل خون هم می گویند. طریقه دوم در اثر تولد در قلمرو کشور که به اصل خاک معروف است.

اصل خون به محلی که طفل متولد می شود توجیهی ندارد، مطابق این اصل بچه هر جا متولد شود تابعیت پدر و مادر خود را دارد. بر عکس طبق اصل خاک تابعیت کشور محل تولد، به طفل تحمیل می شود بدون آن که نسب طفل در نظر گرفته شود.

سیستان و بلوچستان

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،

هم استانی های گرامی 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.

خدمات شهری سیستان و بلوچستان	فروش انواع سبزی آماده و بهداشتی ۰۹۳۶۸۶۹۴۹۳۵	کیک خانگی یوتاب ۰۹۳۸۵۳۹۰۱۰۲	اجرای انواع سازه سبک در طرح های مختلف. انواع پله های گردان و... ۰۹۱۵۹۶۶۷۳۳۵	ساخت انواع ماشین آلات سنگن و انواع توار نقاله ۰۹۱۳۴۰۴۳۶۰۶	کارگاه حلبی سازی وخیاری سازی انواع انواع بخاری هیزی، ساخت انواع دودکش و... ۰۹۲۰۲۰۱۰۴۱۲	میل شویی و مکت شویی عرشیا ۰۹۳۷۹۰۹۳۱۵۷	ترجمه انواع متون عربی ۰۹۳۳۰۵۷۹۰۵۳	خدمات وتاسیسات مبین نصب و تعمیر انواع آبگرمکن، پمپ آب، تانکر آب،کولر،لوله کشی آب وفاضلاب و... ۰۹۱۵۱۴۰۶۳۷۶
مدیران یدک عرضه کننده قطعات یدکی ۰۹۱۵۴۷۰۰۲۰۴	آموزش خط و خوشنویسی با قلم نی و خودکار ۰۹۱۵۳۴۶۳۳۴۶	کلیه تجهیزات و وسایل مربوط به سفره خانه سنتنی شامل تخت، قلیان، یخچال، میز مدیریت و... به فروش می رسد ۰۹۱۲۴۳۸۸۵۸۷	صدابرداری زنده و استودیویی، صدابرداری همایش ها و جلسات ۰۹۲۳۶۵۲۷۰۱۹	جدول گذاری و بتن ریزی ۰۹۰۳۹۶۸۲۲۴۸	شرکت گازرسانی گوهرگاز نقد و اقساط ۰۹۱۵۱۴۷۲۱۰۰	فروش ایرانیت سیمانی ۰۹۱۲۹۴۰۷۴۸۳	دکوراسیون داخلی و خارجی لاکچری ۰۹۱۵۱۹۶۰۱۱۵	فروش لوازم یدکی موتور ۰۹۳۸۵۸۵۱۱۵۴
گروه فنی مهندسی مکسین اجرای دوربین مداربسته دیجیتال، اجرای و مشاوره شبکه کابلی و... ۰۹۱۵۰۰۱۹۶۳۲	بادکنک آرایایی شادیکازاهدان ارایه انواع بادکنک آرایایی مدرن برای افتتاحیه ها و جشن ها ۰۹۱۵۲۸۶۴۹۰۲	فرش جواهر کاشان خیابان دانشگاه روبروی ثبت احوال فروشگاه صدواسیما ۰۹۱۵۳۴۴۱۹۱۸	چیدمان خانه عروس و دکوراسیون منزل ۰۹۳۸۱۴۱۰۹۵۰	فروشی یک واحد آپارتمان مسکن مهر (گلپهزار) واریزی تاکنون ۱۸ میلیون تومان، فروش ۱۷ میلیون تومان ۰۹۱۵۹۱۶۵۴۴۳	چاپ اپریشم چاپ انواع تراکت رنگی، معافاتی، کارت وبزیت و... آدرس ایرانشهرخیابان طالقانی نبش آزادی ۰۹۲۳۱۵۶۰۵۰۶	خدمات فنی سهیل تعمیر و نصب انواع آبگرمکن های دیواری و مخزننی ۰۹۱۵۹۴۳۷۱۳۰	فروشگاه کامپیوتر مهندسین امداد سیستم ۰۹۱۵۵۰۴۰۴۶۱	فروش آپارتمان در مشهد ۱۱۵ متر – تک واحدی آدرس: بلوار وکیل آباد – صیادشیرازی ۰۹۱۵۵۰۴۰۴۶۱
درب و پنجره سازی آدرس شهرک جوشکاران ۰۹۱۵۹۴۷۴۰۹۲	آرش بار دانشگاه حمل بار درون شهری و برون شهری ۰۹۳۷۰۳۷۰۱۷۹	صنایع چوب رضا ساخت انواع سازه های چوبی کمد، بوفه، دکوراسیون و راه پله و... ۰۹۲۳۵۷۳۴۴۹	ساخت و طراحی انواع سقف های سبک ادارات، منازل، سوله ۰۹۱۵۱۴۷۲۱۰۰	تیرچه و بلوک نهتانی تحویل تیرچه و بلوک پای کار، انواع بلوک های سقفی و ته بسته در ابعاد مختلف ۰۹۳۵۹۸۸۵۱۵	زاهدان استیکر طراحی، ساخت و اجرای انواع تابلوهای تبلیغاتی، کارت وبزیت، پرش شیرنگ و... آدرس: زیباشهر بلوار جنت، حدفاصل خیابان نصر و خوارزمی ۰۹۱۵۳۴۹۷۵۸۱	دکوراسیون داخلی دکوکیان سراوان آدرس: سراوان انقلاب بیستم ۰۹۱۲۹۶۴۶۵۰۲	آدرس: خیابان دانشجو حدفاصل دانشجو ۵۰۴۸ ۰۹۱۵۲۹۸۹۸۴۶	بتن آماده اجرای سقف و اسکلت بتن ۰۹۱۵۶۴۴۵۳۰۳