

گیاهان دارویی



درمان تومور

**گروه اجتماعی**– گیاه بوته ای و درختچه ای «عشقه» برای درمان تومورهای سرطانی مفید است.
یک کارشناس گیاهان دارویی می‌گوید: از گیاه عشقه به عنوان خواب آور، مسکن دردهای عصبی، ضد روماتیسم و باز کردن عروق استفاده می‌شود.
البته «مسمود معمریانی» بر این نکته هم تاکید می‌کند که این گیاه سمی است و به علت ایجاد مسمومیت باید در مصرف آن احتیاط کرد.

علوی

به در و دیوار شهر و هر جا که بخواهند و اراده کنند پوستر و برگه های تبلیغاتی می چسبانند و از هر فرصتی برای شکار جای خالی استفاده می کنند تا تبلیغات خود را در معرض دید همگان قرار دهند. در این بلبشویی که هر فردی می‌خواهد برای تبلیغات کارش، گوی سبقت را از دیگری برباید، دست به هر کاری می‌زنند تا از قافله عقب نمانند و بسیاری در این میان به پاکیزه نگه داشتن در و دیوارهای شهر که بیشتر آن‌ها به تازگی رنگ شده اند، بی توجه هستند و فقط می‌خواهند کار خود را پیش ببرند و عده ای دیگر به دادن تراکت های مختلف در این بازار خراب پسنده می‌کنند اما برخی عابرانی که آن‌ها را می‌گیرند یا به اجبار به آن‌ها داده می‌شود، چند قدم بالاتر پس از آن که نیم نگاهی به محتویات تراکت‌ها می‌اندازند آن‌ها را راهای می‌کنند و روی زمین پر از برگه و زیر پای عابران لگدمال می‌شود.
همین چندی پیش بود که شهرداری در و دیوارهای شهر را رنگ آمیزی کرد و مدتی نگذشت که تصمیم گرفت رنگ و لعابی دیگر به در و دیوارهای بی روح شهر بدهد و با نقاشی های خوش آب و رنگ، گلدان و طاقچه قدیمی بود چنان با انواع کاغذها و پوسترها پوشیده شده که حتی رنگ زمینه آن به زحمت دیده می‌شود.
اگرچه در یکی، دو سال اخیر به بحث تبلیغات محیطی و فراهم کردن شرایط برای انجام این کار در شهر بیشتر پرداخته شده است و برخی صاحبان مشاغل از آن استقبال کرده اند اما از آن جایی که باید برای آن هزینه پرداخت شود، برخی کمتر به این کار رو آورده اند و از همان شیوه سنتی چسباندن آگهی به دیوار استفاده می‌کنند، یکی آگهی های دیگران را می‌کند و دیگری

خبر

## دعوا بر سر میراث نهضت آسفالت

بگو مگوها در شورا و دفتر مدیران، دیگش می‌جوشد و به جای این که دیگ آسفالت داغ شود و در کف خیابان‌ها و معابر و زیر قدم‌های شهروندان قرار گیرد بحث میراث آن، مهمان ناخوانده اذهان مردم شده است. «موسوی» عضو شورای شهر مدعی است: سردمداران این نهضت (مدیران شهری) کوتاهی کردند. به گفته او ۲۵ میلیارد تومان اعتبار ستاد بازارآفرینی شهری چون جذب نشده در حال برگشت است ولی «پارساپور» معاون شهردار این را رد می‌کند و می‌گوید: برگشتی در کار نیست. ضمن این که مبلغ یاد شده ۲۱ میلیارد تومان است نه ۲۵ میلیارد تومان. او این نکته را نیز متذکر می‌شود که سال گذشته را به دلیل نبود قیر نمی‌توان جزو محاسبات آورد اما امسال با وجود بارندگی های مکرر که فقط حدود ۱۰ تا ۲۰ روز اخیر کار انجام شده از پیشرفت خوبی برخوردار بوده ضمن آن که ۴۰۰ هزار متر مربع باقی مانده در قالب قرارداد است و از انجام آن گریزی نیست.

## چهره خسته شهر زیر پوست تبلیغات



به راحتی می‌توان از آن‌ها استفاده کرد. رئیس اداره زیباسازی شهرداری بجنورد از وجود ۲۳ سازه بزرگ بیلپورد، پل های عابر پیاده، ۵۰ لایت باکس، ۸۵ استند کنار دیوار، ۶۰ استند بادبانی و خریداری ۵۰ استرابورد خبر می‌دهد و با وجود این همه تنوع در سازه های تبلیغاتی با اشکال، ابعاد و قیمت های مختلف حجت را بر صاحبان حرفه‌ها و مشاغل تمام می‌کند.
«امینی» به وجود برخی باکس های مخصوص نصب آگهی های مختلف در مکان های پرتردد شهر مانند میدان شهید، چهارراه مغایرات و امیریه اشاره می‌کند اما او هم از سودجویی و سوء استفاده برخی افراد گلایه مند است که زیاده خواه هستند و می‌خواهند شرایط خوب تبلیغات را بدون صرف هزینه در اختیار داشته باشند و برای این منظور حقوق دیگران را تضییع می‌کنند. او می‌گوید: اداره برای جلوگیری و برخورد با این افراد تدابیر و راهکارهایی دارد، به همه افرادی که آگهی های تبلیغاتی خود را

بر در و دیوار مردم نصب کرده اند، اخطار داده است به شهرداری مراجعه و جریمه پرداخت کنند که بعضی‌ها آمده اند و برخی مراجعه نکرده اند که این جرایم در پرونده های صنفی آن‌ها ثبت می‌شود و بعدها که برای کاری به شهرداری مراجعه کردند، از آن‌ها دریافت خواهد شد یا پرونده‌ها به کمیسیون ماده ۷۷ می‌رود و در آن‌جا برای شان حکم صادر و از طریق اداره ثبت اسناد اموال شان ضبط می‌شود تا زمانی که این جرایم را پرداخت کنند. وی از تشکیل ۲۵۰ تا ۳۰۰ پرونده در این خصوص خبر می‌دهد و اظهارمی‌کند: تاکنون هیچ‌یک از پرونده‌ها به این مرحله نرسیده است. به گفته او، بیشترین معضل نصب آگهی مربوط به باربری ها و تخلیه چاه هاست و برای جلوگیری از این کار، به این افراد مجوز تردد داده نمی‌شود و خودروی برخی از آن‌ها که اخطار دریافت کرده اند به پارکینگ منتقل می‌شود که تاثیر گذاری این روش مطلوب بوده است.

آشپزی



مواد لازم

برنج دانه بلند سه چهارم پیمانه، بادمجان بزرگ ۲ عدد، روغن زیتون یک قاشق غذاخوری، پیاز بزرگ یک عدد، سیر ۲ حبه، گشنیز خرد شده ۲ قاشق غذاخوری، پودر زنجبیل یک قاشق چای‌خوری، فلفل دلمه‌ای قرمز یک عدد، پودر فلفل قرمز تند یک پنجم قاشق چای‌خوری، پوست لیموی رنده شده ۲ قاشق چای‌خوری، آب به مقدار لازم، لیموی تازه ۲ عدد، ماست کم چرب نصف پیمانه، نعناع خرد شده تازه ۲ قاشق غذاخوری، زردچوبه یک چهارم قاشق چای‌خوری و جعفری خرد شده تازه یک پنجم پیمانه.

بادمجان شکم پر

**گروه اجتماعی**– طرز تهیه:برنج را می‌پزیم. حدود یک سانتی‌متر از گوشت بادمجان‌ها را درمی‌آوریم و کاملاً ریز می‌کنیم. روغن را درون تابه روی حرارت متوسط گرم و پیاز و فلفل دلمه‌ای را در آن سرخ می‌کنیم.سیر، جعفری، زردچوبه، پودر فلفل تند و بادمجان‌ها را اضافه می‌کنیم. برنج، جعفری، پوست لیمو و آب لیمو را به مخلوط بادمجان اضافه و خوب باهم مخلوط و با قاشق درون بادمجان‌ها را از مخلوط پر می‌کنیم. سینی را درون فر به مدت ۳۰ دقیقه یا تا زمانی‌که پوست بادمجان‌ها نرم و مواد درون آن‌ها طلایی‌رنگ شوند، قرار می‌دهیم.
نعناع را با ماست مخلوط و به عنوان سس همراه با غذا میل می‌کنیم.

سلامت نامه

### کاهش عملکرد کلسترول با مصرف سیگار

**علوی**– عملکرد طبیعی کلسترول که عامل مهمی در پیشگیری از بیماری های قلبی – عروقی است، با مصرف سیگار کاهش می‌یابد.
پزشک فوق تخصص قلب و داخلی و مسئول بخش آنژیوگرافی بیمارستان امام علی(ع) بجنورد با اشاره به کاهش ۷ درصدی میزان «اچ دی ال» خون با مصرف سیگار گفت: با توجه به آن‌که «اچ دی ال» یا چربی خون مفید بدن عامل مهمی در پیشگیری از بیماری های قلبی – عروقی به شمار می‌رود، استعمال سیگار با کاهش میزان این نوع چربی در بدن می‌تواند زمینه‌خطرات جدی و تهدید کننده سلامت قلب و عروق را فراهم کند.
دکتر «ساعد وحدت» افزود: استعمال سیگار یکی از فاکتورهای قوی ابتلا به بیماری های قلبی – عروقی به شمار می‌رود و افراد سیگاری در مقایسه با افراد غیر سیگاری به طور معمول در سنین جوانی عوارض و بیماری های قلبی را تجربه می‌کنند.

### آگهی مزایده اqlام اسقاطی شرکت آب و فاضلاب روستایی

### استان خراسان شمالی (نوبت اول)

شرکت آب و فاضلاب روستایی استان خراسان شمالی در نظر دارد کالاهای خود به شرح ذیل و با جزئیات مندرج در اسناد مزایده را با بهره گیری از سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (setadiran.ir) به صورت الکترونیکی به فروش برساند.

زمان انتشار در سایت: ۱۳۹۸/۰۴/۰۴

ردیف	شرح مزایده	تعداد /کیلو/ متر	قیمت پیشنهاد دهنده
۱	لوله پلی ایتلن در سایزهای متفاوت ۵۰-۱۶۰		۴۱۰۰۰
۲	لوله گالوانیزه		۴۵۰۰۰
۳	مخزن اجری		۱۴
۴	شیرالات		۲۰۰۰
۵	موتور ژنراتور برق اسقاطی		۱۵۰۰
۶	الکترو پمپ اسقاطی		۱۵۰۰
۷	آهن آلات اسقاطی (درب و دریچه و ..)		۲۲۰۰
۸	فنس و متعلقات		۵۰۰
۹	لوله چدار به متر		۷۵۰
۱۰	کابل برق (کیلویی)		۱۰۰
۱۱	المینیوم		۳۰۰
۱۲	آهن ۱۴ (متری)۸۰۰		۸۰۰
۱۳	کانشی درجه ۴		۴۰
۱۴	پرمیت (متری)		۱۲۰۰
۱۵	لاستیک (حلقه )		۸

مهلت دریافت اسناد مزایده: ۱۳۹۸/۰۴/۱۵

**تاریخ بازدید:** با توجه به پراکندگی موارد فوق الذکر در سطح روستاهای استان و همچنین عدم امکان رویت لوله ها امکان بازدید وجود ندارد

آخرین مهلت ارسال پیشنهاد قیمت: ۱۳۹۸/۰۴/۱۵

زمان بازگشایی (۱۶/۰۴/۱۳۹۸ ساعت ۱۰ صبح)

زمان اعلام به برنده (۱۶/۰۴/۱۳۹۸ ساعت ۱۱ صبح) «توضیحات بیشتر در سایت درج شده»

شماره تماس برای هماهنگی بیشتر: علی پارسایی منش ۰۹۱۵۹۸۴۲۵۸۱

### روابط عمومی شرکت آب و فاضلاب روستایی استان خراسان شمالی