

## آشپزی



## پای مرغ و قارچ

«سوسن کاملی» آشپز بجنوردی در این شماره طرز تهیه پای مرغ و قارچ را آموزش می دهد.
**■ مواد لازم:**
فیله مرغ ۶ تکه، قارچ ریز شده ۲ لیوان، خامه صبحانه یک بسته، کره ۱۰۰ گرم، شیر یک دوم پیمانه، پیازچه یک دوم لیوان، آب مرغ یک لیوان، نمک و فلفل به میزان لازم.
**■ مواد لازم برای تهیه خمیر پای:**
۲۵۰ گرم آرد، ۸۰ گرم کره، آب نصف پیمانه، زرده تخم مرغ یک عدد، ۲ قاشق غذاخوری روغن مایع و کمی نمک.
**■ طرز تهیه:**
فیله ها را خرد و با کره در تابه ای می‌ریزیم و کمی تفت می دهیم. نمک و فلفل را هم می‌افزاییم سپس پیازچه و قارچ را به آن می‌افزاییم. پس از آن شیر، خامه و آب مرغ را به آن اضافه می‌کنیم و می‌گذاریم تا مواد بپزد و آب آن کشیده شود. سپس خمیر پای را با مخلوط کردن مواد لازم آن آماده می‌کنیم و مواد را داخل ظرف پیتزا خوری می‌ریزیم. روی مواد خمیر می کشیم، کمی کره به آن می‌زنیم و در فر به مدت نیم ساعت قرار می دهیم.

## گیاهان دارویی



## التیام دهنده

**علوی-** گیاه بوته ای بومادران از خانواده کاسنی است که به دلیل دارا بودن مواد موثر دارویی مانند تانن، روغن، ریزین و برخی مواد دیگر خواص دارویی مختلفی دارد. یک کارشناس گیاهان دارویی با بیان این مطلب به ذکر برخی از خواص دارویی این گیاه می پردازد و می گوید: بومادران برای رفع گاستریت های حاد و مزمن موثر است و به عنوان تقویت کننده، التیام دهنده زخم و جراحات ها به شکل پماد مورد استفاده قرار می گیرد.«مسعود معمارپانی» ادامه می دهد: این گیاه ضد تشنج است و برای رفع بیماری های گوارشی و ترش کردن موثر است. به گفته وی از این گیاه می توان به عنوان تب نیز استفاده کرد. وی بیان می کند: استفاده از بومادران همراه با بونه در تقویت موی سر مورد استفاده قرار می گیرد.

## واگذاری ۹۷ واحد مسکونی معلولان، معطل یک دستگاه اجرایی و خدمات رسان

واگذاری ۹۷ واحد مسکونی به خانواده های دارای حداقل ۲ معلول معطل یک دستگاه اجرایی برای مناسب سازی و دستگاه خدمات رسان برای انشعاب برق است. معاون اشتغال و مسکن اداره کل بهزیستی استان گفت: در حال حاضر این



اردوگاه ناتمام دانش آموزی پس از ۲۱سال

## خراسان شمالی؛ تنها استان محروم از اردوگاه دانش آموزی

## گروه اجتماعی

سوت پایان احداث اردوگاه فرهنگی، تربیتی دانش آموزی مرکز استان بعد از گذشت ۲۱ سال هنوز شنیده نشده است. این اردوگاه در ورودی مجتمع تفریحی، توریستی بش قارداش در وسعت ۴۸ هکتاری در حال آماده سازی است. برای ورود به این اردوگاه باید حدود یک کیلومتر مسیر آسفالت نشده را طی کنی. تکان های خودرو به قدری زیاد است که از نگریستن به اطرافت غافل می شوی. در اطرف مسیر ورودی درختانی کاشته شده است که زردی آن خبر از حال زارشان می دهد. از سرسبزی خبری نیست آنچه که مشاهده می شود چندین آلاچیق و ساختمان در حال ساخت و درختانی است که به نام شهدا مزین شده اند و تعدادی کارگر که به آهستگی مشغول به کار هستند. این پروژه با

## ۶۶

**با بهره برداری از اردوگاه فرهنگی، تربیتی دانش آموزی حدود ۱۶۰ هزار دانش آموز این استان و دیگر استان ها می توانند از خدمات آن بهره مند شوند**

می کند: سال هاست وعده های بی سرانجام از سوی مسئولان داده می شود که این پروژه به بهره برداری می رسد، اما در عمل خبری نیست.یکی دیگر از فرهنگیان می گوید: در حال حاضر دانش آموزان مرکز استان به این اردوگاه نیاز دارند، اما این مهم مورد غفلت مسئولان قرار گرفته است.«هدایتی» می افزاید: چنانچه این اردوگاه راه اندازی شود ثمرات خوب آموزشی، علمی و تفریحی برای دانش آموزان دارد.

## دست ما را بگیرند

«قلی زاده» معاون پرورشی و فرهنگی و تربیت بدنی اداره آموزش و پرورش بجنورد در همین ارتباط می گوید: یکی از فعالیت های مهمی که در آموزش و پرورش مورد تأکید قرار گرفته، فعالیت های اردوپی است.وی می افزاید: ارگان های مختلف باید برای تکمیل اردوگاه تربیتی دست ما را بگیرند.وی تصریح می کند: اردوگاه های تهران با همکاری ادارات و سازمان های دیگر شکل گرفته اند چنانچه مسئولان استانی بتوانند در این باره کمک کنند فعالیت های خوبی شکل می گیرد و با به بهره برداری رسیدن آن می توان استفاده های خوبی برد.

## حکایت ۲۱ساله این پروژه

معاون پرورشی و فرهنگی اداره کل آموزش و پرورش خراسان شمالی هم در این زمینه می گوید: در حال حاضر ۳ اردوگاه در بجنورد، شیروان و اسفراین وجود دارد، اما اردوگاه شیروان با ارائه خدمات یک روزه به دانش آموزان فعال است. «ایزدی» می افزاید: اردوگاه فرهنگی، تربیتی بجنورد با وسعت ۴۸ هکتار در نزدیکی مجتمع تفریحی، توریستی بش قارداش با وجود آماده شدن ۷۳ آلاچیق، آسفالت بخشی از محوطه، احداث نمازخانه و سالن های متعدد، همچنان خاک می خورد. وی با اشاره به این که پیشرفت فیزیکی فاز یک اردوگاه ۸۵ درصد است، بیان می کند: قرار است اداره کل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس استان طی یکی، ۲ ماه آینده این اردوگاه را تحویل دهد.وی بیان می کند: از سال ۹۱ تا سال ۹۴، ۴ میلیارد و ۵۰۰ میلیون تومان از محل اعتبارات سفر رهبری برای این اردوگاه هزینه شده است.وی اضافه می کند: با توجه به محوطه سازی کامل قسمت هایی از این اردوگاه، دانش آموزان و حتی خانواده ها می توانند از این فضا بهره مند شوند و



واحدهای مسکونی آماده بهره برداری هستند اما همکاری لازم برای مناسب سازی وواگذاری انشعابات برق آن ها انجام نشده است.»رئوف پور» افزود: طی تفاهم نامه ای که با ادارات مربوطه از جمله اداره راه و شهر سازی منعقد شد، قرار بود از ابتدای سال ۹۴ مناسب سازی مربوطه

ساعاتی را از این فضا بهره ببرند.وی یاد آور می شود: حکایت این پروژه به ۲۱ سال قبل بر می گردد و از آن زمان تاکنون این پروژه هم چنان در انزو اقرار گرفته است. به گفته وی با بهره برداری از این اردوگاه تربیتی حدود ۱۶۰ هزار دانش آموز استان و دیگر استان ها می توانند از خدمات آن بهره مند شوند.وی خاطر نشان می کند: در حال حاضر محوطه سازی این اردوگاه آماده شده است و با بهره برداری از آن می توان از این فضا به خوبی استفاده کرد.وی

یاد آور می شود: تکمیل فاز یک این اردوگاه که شامل محوطه سازی است به یک میلیارد تومان اعتبار و فازهای ۲ و ۳ آن به ۸ تا ۱۰ میلیارد تومان اعتبار نیاز دارند.وی بیان می کند: اگر سال گذشته چارت سازمانی برای اردوگاه ابلاغ می شد می توانستیم اردوگا را به بهره برداری برسانیم.وی به یکی از مشکلات دیگر موجود در این مجموعه اشاره می کند و می گوید: حدود یک کیلومتر از جاده دسترسی به اردوگاه به دلیل اجرای پروژه ای که در نزدیکی اردوگاه توسط شرکت آب منطقه ای در حال انجام است، باید بهسازی شود، اما با وجود قول هایی که داده شده، تاکنون اقدامی انجام نشده است.وی تصریح می کند: در همه شهرستان ها زمین مورد نظر را برای ساخت اردوگاه دانش آموزی در اختیار داریم، اما امکان مناسب برای ساخت نداریم.وی اذعان می کند: خراسان شمالی تنها استانی است که اردوگاه دانش آموزی ندارد و سرانه ما در این بخش از تمام استان ها پایین تر است و این امکان فرهنگی در اختیار دانش آموزان نیست. اگر این اردوگاه فعال شود می توانیم سرانه فرهنگی را در استان متحول کنیم.وی با اشاره به این که ۲۰۰ آلاچیق در این اردوگاه در شرف آماده سازی است، ادامه می دهد: ۱۵ هزار اصله از درختانی که در این منطقه کاشته شده، در حال خشک شدن هستند.«نادری» رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی خراسان شمالی در همین ارتباط می گوید: برخی از قسمت های اردوگاه با اختصاص اعتبارات سفر رهبری تکمیل شده است.وی می افزاید: در سال جاری برای تکمیل بخشی از این پروژه اعتباری اختصاص داده می شود، اما باید در مجموع مسئولان آموزش و پرورش تکمیل پروژه را ادامه دهند.وی ادامه می دهد: بخش هایی که سهم دولت است تامین می شود، اما بقیه مراحل کار برعهده آموزش و پرورش است.

## گفت و گو

برای نخستین بار در استان؛

## اجرای طرح ملی همه گیرشناسی اختلال های روان پزشکی کودکان

**علوی-** اجرای طرح ملی همه گیرشناسی اختلال های روان پزشکی کودکان و نوجوانان و ارتباط آن با سبک زندگی برای نخستین بار در کشور و در خراسان شمالی اجرا می شود. مجری این طرح در گفت و گو با خبرنگار ما گفت: این طرح از امروز به طور هم زمان در ۳۱ استان کشور با هدف مطالعه شیوع اختلال های روان پزشکی و شناسایی بیمارانی که دچار اختلال های روان شناسی هستند و تشخیص داده نشده اند؛ آغاز می شود تا این افراد مورد غربالگری قرار گیرند. دکتر«حجت» با بیان این که بسیاری از اختلال ها مانند اسکزدی، اضطراب و بیش فعالی در کودکان تشخیص داده نمی شود، اظهارداشت: در این طرح سعی می شود۲۸اختلال روان شناسی مورد بررسی قرار گیرد تا افراد بیمار تحت درمان قرار بگیرند از طرف دیگر این مطالعه در کشور مشخص می کند که شیوع اختلال ها به چه میزان است تا بتوانند برای درمان آن برنامه ریزی داشته باشند. به گفته وی، هزار خانواده از بجنورد و روستاهای اطراف آن به شکل خوشه ای وارد این طرح می شوند به این صورت که یک کودک ۶ تا ۱۸ ساله، پدر و مادر وی از این خانواده ها مورد مصاحبه قرار می گیرند و پرسشنامه ای نیز توسط والدین تکمیل می شود.

## نکات خانه داری

## نگهداری از غذاها

باقی مانده غذاها را باید حداکثر ۲ ساعت پس از طبخ در یخچال گذاشت. توصیه می شود برای تسریع در روند خنک شدن غذا و کاهش تکثیر باکتری ها، غذاها در چند ظرف با قطر حدود ۵ سانتی متر ریخته شود و به این ترتیب بین ۲ تا ۳ روز قابل نگهداری است. نگهداری از مواد غذایی در فریزر نیز با توجه به ماهیت هر خوراکی متفاوت است اما هرگز نباید از یک سال بیشتر طول بکشد. از بین خوراکی هایی که قابلیت ماندگاری تا یکسال را در یخچال دارند می توان به میوه ها و صیفی جات به خصوص مارچوبه، کلم بروکلی، سیب، گوجه فرنگی و گیلاس اشاره کرد.

**مجتمع اداری، تجاری**  
Commercial office complex

**پزشکان • وکلا • شرکت ها**

**واحد فروش : ۷- ۲۴ ۸۴ ۷۲ ۳۲ / ۶ - ۱۵۴۵ ۱۸۶ ۰۹۱۵**

**پزشکان • وکلا • شرکت ها**

**واحد فروش : ۷- ۲۴ ۸۴ ۷۲ ۳۲ / ۶ - ۱۵۴۵ ۱۸۶ ۰۹۱۵**

**پزشکان • وکلا • شرکت ها**

**واحد فروش : ۷- ۲۴ ۸۴ ۷۲ ۳۲ / ۶ - ۱۵۴۵ ۱۸۶ ۰۹۱۵**

فروش و نصب

**ایزوگام شرق**

ایزوگام آذریام شرق: ۴۳۰۰۰

ایزوگام شرق مشهد: ۵۳۰۰۰

ایزوگام شرق ۶۷۳۶: ۶۳۰۰۰

۰۹۱۵۳۱۲۴۵۶۹

ظریف

۵ سال بیمه

۵ سال ضمانت

**شوفاژ سانترال آتش افروز**

مرکز توزیع رادیاتور پائلی و یکپوش آلمان

طراحی، فروش، خدمات و اجرای سیستم های تاسیساتی

آتش افروز پائلی ۱۷ شهرک صنعتی بوشهر

تلفن: ۰۹۱۵۳۸۸۶۳۳۷

۰۹۱۵۳۸۸۶۳۳۷

BOSCH

۲۰ درصد تخفیف شرکتی

**پلاستیک و لوازم آشپزخانه اطلس**

عرضه نیک ترین اجناس پلاستیکی و جیبزه عروس

با تخفیف ویژه برای زوج های جوان

آدرس: کوچه فدایی لاله - جنب پونته رایانه

۰۹۱۵۱۸۸۴۵۲۴

۰۹۱۵۱۸۸۴۵۲۴

**ایده کار آفرینی**

**شغل + درآمد ۲/۵م ماهانه**

یک واحد تولیدی در نظر دارد جهت اشتغال جوانان یک کارگاه چاپ سیلک همراه با تجهیزات کامل را برای شروع کار بفروش برساند.

قابلیت چاپ روی : ساک های خرید نایلون-پارچه-کیسه-تی شرت سرسبید- سطوح مدور و ...

فی: ۳۰ میلیون

۰۹۱۹ ۲۴۸ ۱۱۸۷

۰۹۱۹ ۲۴۸ ۱۱۸۷

**فروش زمین با موقعیت عالی**

۲۹۴ متر مساحت و دارای ۱۳۳۰ متر پروانه آماده ی ساخت واقع در چمران ه کوچه شریانی ( معاریان)

قطعه دوم

۰۹۱۵۱۸۳۲۱۸۸

۰۹۱۵۱۸۳۲۱۸۸

**خوب سوالا کردن یکی از مهارتهای مهم**

فروشندگان حرفه ای است

۰۹۱۵۱۸۳۲۱۸۸

## آگهی آراء هیات حل اختلاف موضوع ماده یک

## قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

در اجرای ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه اجرایی قانون یاد شده اسامی افرادی که اسناد عادی یا رسمی آنان در هیأت مستقر در اداره ثبت اسناد و املاک بجنورد مورد رسیدگی و تأیید قرار گرفته جهت اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز در دو نشریه آگهی های ثبتی (کتبیرالانتشار و محلی) به شرح ذیل آگهی می گردد:

## بخش دو بجنورد پلاک ۱۶۴- اصلی اراضی حصار

ششدانگ یک باب خانه دارای پلاک ۲۳۹۰ فرعی از پلاک ۱۶۴ اصلی فوق به مساحت ۱۹۹/۶۹ مترمربع ایتبایعی آقای / خانم زین العابدین نودهی از محل مالکیت ثبتی حجت اله دل پسند برابر رأی شماره ۶۵۵۵-۹۵-۹۵/۷/۷۰۵-۹۴ کلاسه ۷۳۲-۹۴ هیأت دوم

## بخش دو بجنورد پلاک ۱۵۵ - اصلی اراضی کهنه کند

ششدانگ یک باب انباری دارای پلاک ... فرعی از پلاک ۱۵۵ اصلی فوق به مساحت ۱۵۲/۶۳ مترمربع ایتبایعی آقای / خانم موسی خرمی از محل مالکیت ثبتی علیخان و محمدولی شهرت همگی علی آبادی برابر رأی شماره ۶۵۵۶-۹۵-۹۵/۷/۷۰۵-۹۴ کلاسه ۴۱۲-۹۴ هیأت دوم لذا بدین وسیله به فروشنده گان و مالکین مشاعی و اشخاص ذینفع در آرای اعلام شده ابلاغ می گردد چنانچه اعتراضی دارند باید از تاریخ انتشار آگهی و در روستاها از تاریخ الصاق در محل تا دو ماه اعتراض خود را به اداره ثبت محل وقوع ملک تسلیم و رسید اخذ نمایند. معترضین باید ظرف یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض مبادرت به تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل نمایند و گواهی تقدیم دادخواست به اداره ثبت محل تحویل دهند. در صورتی که اعتراض در مهلت قانونی واصل نگردد یا معترض گواهی تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل ارائه ننماید اداره ثبت مبادرت به صدور سند خواهد نمود. ضمنا صدور سند مالکیت مانع از مراجعه متضرر به دادگاه نخواهد بود.
**تاریخ انتشار نوبت اول: ۹۵/۷/۱۰**

## مهران وحدت - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک بجنورد