

ترفند طلایی برای نگهداری طولانی انار با پوست

انار خاصیت ضد التهابی دارد، در د مفاصل را تسکین می دهد؛ فیبر موجود در انار به شما کمک می کند تا روده های سالمی داشته باشید و باعث کاهش فشار خون می شود؛ اما نگهداری از آن برای طولانی مدت ترفندی است که باید مرورش کنیم

ترفند ها

انار، این نوبرانه فصل پاییز یکی از پرطرفدار ترین و خوشمزه ترین میوه های است که در طعم های مختلفی مناسب با هر ذائقه ای یافت می شود. میوه انار با خواص فراوانش به تنهایی به فروش های مختلفی خورده می شود. از انار در تهیه انواع دسر، سالاد و غذا استفاده می شود. نگهداری صحیح و اصولی انار باعث ماندگاری بیشتر این میوه می شود. به گزارش «گفتنی»، در این بخش به ۳ ترفند طلایی برای نگهداری انار با پوست به مدت طولانی در خانه اشاره خواهیم کرد.

روش اول استفاده از روغن نباتی

یکی از روش های بسیار ساده و در دسترس که به شما کمک می کند تا انار را برای مدت طولانی تری در خانه نگهداری کنید استفاده از روغن نباتی است. در این روش نگهداری کافی است که پوست انار را با مقدار کمی روغن نباتی چرب کنید. تمام نقاط و سطح پوسته انار را با لایه نازکی روغن نباتی بپوشانید سپس انار های چرب شده را درون پلاستیک قرار دهید و در مکانی خشک و خنک نگهداری کنید. در این روش بهتر است برای نگهداری در مدت زمان بیشتر انار را در یخچال نگهداری کنید. روغن از خشک شدن پوست انار جلوگیری می کند و باعث می شود انار طوبتش را از دست ندهد. پلاستیک مانعی می شود تا پوست انار در مجاورت هوا قرار

نگیرد و مدت زمان بیشتری چرب بماند. با استفاده از این روش انار را تا چند ماه می توانید درون یخچال نگهداری کنید. **روش دوم استفاده از جاذب ها** در دومین روش برای نگهداری انار با پوست می توانید از جاذب ها کمک بگیرید که موجب جذب اتیلن می شوند. این جاذب ها از مواد مختلفی مانند کربن فعال یا کاغذ نیمه سودایی تشکیل شده اند. این جاذب ها در یخچال در کنار انار قرار می گیرند تا از فساد زودرس میوه جلوگیری کنند. حتما در این روش نگهداری نیز توجه داشته باشید انار هایی را که پوستشان زخمی است یا ترک دارند، از سایر میوه ها جدا کنید. انار ها را کاملا خشک کنید و آن ها را درون سبد مناسبی یا در قسمت جامیوه ای یخچال به همراه اتیلن

است باعث میو کار دیت (التهاب قلب)، آسفا لیت (التهاب مغز) و نار سایی در اعضای بدن، به ویژه در کلیه ها و ریه ها، شود. شایع ترین علایم آنفلوآنزا سرفه، تب، لرز، بدن درد، گلودرد، خستگی، تهوع و استفراغ است. تازمانی که ۲۴ ساعت را بدون تب نگذرانده اید، جز در موارد ضروری از خانه خارج نشوید. بزرگسالانی که به آنفلوآنزا مبتلا شده اند در موارد زیر حتما به پزشک و کارشناسان مراقبت های پزشکی مراجعه کنند: * زمانی که تب و سرفه بعد از مدتی بهبود پیدا می کند ولی دوباره تشدید می شود. * وقتی که تنگی نفس یا مشکل در تنفس به وجود می آید. * هنگامی که در دیافشار مداوم در قفسه سینه یا شکم حس می کنید. * وقتی در وضع روانی تغییری حس می کنید و با حالت هایی مانند گیجی یا بی حالی

تازه ها

آنفلوآنزا چه زمانی می تواند خطرناک باشد؟



رو به روی شوید. * هنگامی که دچار تشنج می شوید. * وقتی با علایم کم آبی یا ادرار نکردن مواجه اید. * وقتی درد شدید عضلانی، ضعف یا سرگیجه دارید. * علاوه بر این موارد، پدران و مادران وقتی

دانستنی ها

این عادت های غلط سنگ کلیه می سازند

سنگ های کلیه رسوباتی سخت از جنس مواد معدنی (کلسیم، اگزالات و فسفات) هستند که در کلیه های شما تشکیل می شوند. ابتلا به سنگ کلیه دلایل زیادی دارد و می تواند هر بخشی از دستگاه ادراری شما از کلیه ها تا مثانه را درگیر کند و دفع این سنگ ها اغلب بسیار در دناک است. بنابر اعلام دفتر آموزش و ارتقای سلامت جامعه اگر می خواهید از تشکیل این سنگ ها پیشگیری کنید، باید از علل ابتلا به این سنگ ها آگاه باشید. ۸ علت که خطر ابتلا به این عارضه را تشدید می کنند، شامل موارد زیر است:

- * مصرف نوشابه
- * خوردن بیش از حد گوشت
- * مصرف بیش از حد مکمل های ویتامین C
- * دریافت نکردن کافی مرکبات
- * مصرف کم کلسیم
- * خوردن بیش از حد سبزیجات تیره رنگ
- * کم آبی بدن
- * مصرف زیاد نمک

تازه ها

درباره اثر گذاری غرغره آب نمک در درمان کووید



یکی از توصیه های قدیمی برای درمان بیماری های عفونی غرغره کردن آب نمک است که بد نیست بدانید پژوهش ها هم اثر گذاری آن را تایید می کنند. بنا به گزارش «یواس نیوز» غرغره آب نمک و شست و شوی مجاری بینی با آن به افراد مبتلا به کووید-۱۹ کمک می کند زودتر از بیمارستان مرخص شوند. محققان با پژوهش روی گروهی کوچک دریافتند که چهار بار غرغره کردن با آب نمک در روز طی ۱۴ روز علایم کووید-۱۹ را تسکین می دهد. دکتر جیمی اسپینوزا، محقق ارشد دانشگاه تگزاس توضیح داد: «بنابر شواهد موجود، ویروس کووید-۱۹ در دستگاه تنفسی فوقانی تکثیر می شود. به همین دلیل اسپینوزا و گروه او تاثیر غرغره کردن آب نمک در درمان کووید-۱۹ را آزمایش کردند. آن ها بین سال های ۲۰۲۰ تا ۵۸،۲۰۲۲ فرد مبتلا به کووید-۱۹ را در خصوص اثر غرغره کردن آب نمک با دوز زیاد یا کم نمک در درمان آن ها بررسی و سپس یافته های شان را با نزدیک به ۹ هزار و ۴۰۰ بیمار دیگر مبتلا به کووید۱۹ مقایسه کردند. نرخ واکسیناسیون در هر دو گروهی که آب نمک غرغره می کردند گروهی که این کار را انجام نمی دادند، مشابه بود. بنابر دریافت محققان، ۱۹ درصد از افرادی که آب نمک رقیق و ۲۱ درصد از افرادی که آب نمک غلیظ غرغره کرده بودند، در بیمارستان بستری شدند که به ۵۹ درصد افراد بستری شده در بیمارستان که آب نمک غرغره نکرده بودند، اختلاف قابل توجهی داشت. البته وی تاکید کرد: «غرغره به هیچ عنوان جایگزین واکسیناسیون یا داروهای ضد ویروسی نیست.»

بیشتر بدانیم

علت اصلی عفونت ادراری کشف شد

دانشمندان دریافته اند بیشترین دلیل ابتلای برخی از مردم به عفونت مجاری ادرار (بوتی آی) گونه ای خاص از باکتری هایی است که می تواند در دیواره مثانه «پنهان» شوند. از نشانه های شایع عفونت مجاری ادرار می توان به درد هنگام ادرار کردن و تکرر ادرار اشاره کرد. عفونت ادراری معمولا در اثر ورود باکتری های مدفوع به مجاری ادرار ایجاد می شود و زنان بیشتر از مردان به این بیماری مبتلا می شوند. مدتی قبل گروهی از پژوهشگران دانشگاه کالج لندن (یوسی ال) به منظور بررسی رفتار پاتوژن ها، با ساخت مدل های سلولی سه بعدی، محیط و کارکرد بافت مثانه انسان را شبیه سازی کردند. سپس این مثانه مصنوعی را در معرض گونه های مختلف باکتریایی که معمولا در این اندام پیدا می شوند، قرار دادند. پروفیسور جنیفر رون، نویسنده ارشد بخش پزشکی یوسی ال گفت: «یکی از مشاهدات مهم اهمیت مقاومت [باکتریایی] بود. یک پاتوژن موفق باید استراتژی داشته باشد که به آن کمک کند تا از درمان جان سالم به در ببرد و از چشم سلول های ایمنی پنهان شود. به این ترتیب زنده می ماند تا یک روز دیگر بجنگد. برخی از گونه های باکتری که هم خوب اند و هم بد، غلاف هایی در دیواره مثانه می سازند که به احتمال زیاد راهی برای زنده ماندن در این محیط نامناسب است. باکتری بد باعث بیماری می شود و برای تشخیص و درمان مشکل جدی پدید می آرد. «این گروه با آزمایش باکتری های «بد» مولکول های ایمنی به نام سی تو کین تولید کردند و سبب ریزش لایه رویی دیواره مثانه شدند، در حالی که باکتری «خوب» بدون تحریک واکنش ایمنی می تواند در دیواره مثانه ساکن شود.

استخدام



به دو نفر آشنیز ماهر نیاز مندیم.
محدوده پلوار راه آهن
۰۹۱۵۵۳۰۰۶۸
۰۹۱۵۱۳۸۶۳
۰۹۱۵۱۳۸۶۳

جذب نیرو در هتل ۴ ستاره

– نیروی تأسیسات با سابقه
– نیروی رزرواسیون خانم با سابقه
– مسئول امور مالی و حسابداری
– مسلط به پایا با سابقه
– پذیرش آقا با سابقه
– سرپرست خانه داری و خانه دار
– سرپرست رستوران با سابقه
– سرریزبان و میزبان آقا و خانم
– نیروی عرب زبان جهت دفتر مدیریت هتل
– نیروی جوان دارای گواهینامه پایه ۲
– راننده مدیرعامل زرنگ و فعال
– ساعت تماس: ۱۰ الی ۲۰
– بعد از آن پاسخگویی باشیم
۰۹۱۵۲۵۵۵۱۸۲

یک شرکت معتبر واقع در محدوده شهرک صنعتی توس درخواست ۱ نفر چوشکار ۵/۵ با حقوق قانون کار دارد
۰۹۱۵۲۲۱۵۸۳۳

استخدام کارشناس اپراتور تلفنی

شرایط احراز: حداکثر سن: ۳۵ سال حقوق ثابت ماه اول ۶ میلیون تومان + پورسانت میانگین حقوق از ۱۰ تا ۱۸ میلیون تومان (امکان دریافت حقوق بالاتر) ساعت کاری ۹ تا ۱۷ مزایا: بیمه کامل تامین اجتماعی امکان دورکاری محیط امن و سالم آموزش رایگان (زمان آموزش ۱ روز) آدرس محدوده امامت ساعت مصاحبه از ۱۲ تا ۱۵ تماس ۰۹۳۰۹۳۴۳۹۳ ۰۹۳۶۵۰۶۵۴۳۳

بازاریاب و مدیر فروش

جهت فروش محصولات غذایی و بهداشتی خوش فروش و پربند در آمد ماهانه از ۲۵ تا ۴۰ میلیون قطعی ۰۹۱۵۸۱۵۷۳۱۰

به تعدادی فروشنده خانم جهت کار در پوشاک زنانه در ۲ شیفت نیازمندیم. آدرس: خیابان سحر نبش سحر ۳۰ ۰۹۰۱۵۶۱۲۲۲۷

دعوت به همکاری بازاریاب و ویزیتور

مواد غذایی خانم شرکت تولیدی معتبر تولید کننده انواع آرد گندم نیاز به همکاری تعدادی از فعالان بازاریاب در زمینه محصولات آرد بر جز جمله (ران اعم از سنتی و فانتزی و صنایع غذایی کیک و کلوچه – قنادی- ماکارونی و نوشاسته و ...) دارد. شرایط احراز: ۱- آشنایی با مشتریان منطقه- دارای روابط عمومی و فن بیان بالا- منظم و متعهد به کار – ظاهری مناسب ۲- سابقه کار مرتبط بیش از ۵ سال ۳- مدرک تحصیلی لیسانس صنایع غذایی و یا مرتبط ۴- حقوق و مزایای مناسب و عالی متقاضیان محترم می توانند رزومه کاری خود را به شماره ۰۹۱۵۹۱۶۶۵۶۳ ارسال نمایند

به تعدادی کارگر ماهر کارواش ترجیحا شهرستانی با جای خواب و مزایای عالی نیازمندیم ۰۹۱۵۵۰۶۶۳۸۷

افزند آریا

جهت نگهداری کودک و سالمند ، بین فلسطین و او جمع آرد اودا دھا ۰۹۱۵۲۱۹۱۳۹۲۰۳۷۶۴۳۷۶۶ ۰۹۱۵۲۱۹۱۳۹۲۰۳۷۶۴۳۷۶۶

پرستاری بهار سلامت

استخدام مراقب جهت نگهداری سالمند و بیمار در منزل ۰۹۰۵۵۰۷۱۱۰۰ ۰۹۰۵۵۰۷۱۱۰۰

استخدام خانم تولیدی لباسکار

چرخکار (۱۵ تا ۱۵ میلیون) بردست (۱۵ تا ۱۵ میلیون) بیرون بر (کار ساده) تیراز بالا و دائم بصورت تجزیه ای محیط کاملا زنده با سرویس رفت و برگشت ۰۹۳۵۴۰۸۰۷۵۱ ۰۹۱۵۵۸۲۸۵۹۸ ۰۹۱۵۳۱۲۲۴۶۰

یک شرکت بازرگانی در زمینه فروش قطعات خودرو

واقع در خیابان کوشش به نیروهای ذیل نیازمنداست. ۱- کارشناس فروش ۲- بازاریاب تلفنی ۳- ارسال رزومه در ابتدا ۰۹۰۳۶۶۷۷۰۰۴

ارغوان

استخدام نیرو جهت کودک یا سالمند و امور منزل احمدآبادپشت ۱ پلاک ۱۶ ۰۹۱۵۲۲۰۷۱۲۷ ۳۸۴۵۸۴۹۲

مرکز فروش با مجوز وزارت بهداشت استخدام خانم جهت مراقبت از کودک و سالمند و بیمار در منزل در شفیت روز و بیمار یا شبانه روزی مدیرمسئول: دکتر ایرج کاف میدان احمدآباد- پلوار کانه دوز نبش کانه دوز ۹/۱- پلاک ۳۳ طبقه ۳ ۰۹۱۵۱۶۳۲۹۹ ۰۹۱۵۳۱۵۰۰۰۴ ۳۸۴۴۳۰۰

به تعدادی نیروی مد آی اف کار نیمه ماهر

و علاقه مند به کار با حقوق و بیمه نیازمندیم آدرس: ابتدای جاده شان دیز ۰۹۱۵۱۱۱۳۴۳۰ ۰۹۱۵۴۱۰۰۰۱۳

مسئول آفرین مهسان

استخدام نیرو جهت نگهداری از کودک و سالمند و امور منزل بین احمدآباد نبش قائم مجتمع ساختمان میر طبقه اول واحد ۱۱۱ ۳۸۴۱۳۰۰۹ ۰۹۳۵۹۷۵۰۲۳۲ ۰۹۱۵۹۷۵۷۵۱۳

حسابدار- کمک حسابدار صندوقدار- بازاریاب منشی- امور اداری با سابقه و بدون سابقه کاری ۳۸۴۵۵۰۵۱۰۳ ۰۹۰۱۴۲۹۶۱۰۶

یک شرکت تولیدی واقع در میدان جانباز

مجمع پاز برای تکمیل کار اداری خود نیاز به افراد زیر با سابقه کار و حقوق مفتی میباشد: - بازاریاب تلفنی خانم - با فن بیان بالا - نیرو اداری خانم - مسلط به امور اداری و کامپیوتر - مدیر بازرگانی خانم ۰۹۱۰۵۶۳۸۷۹۳ ساعات تماس: ۹ الی ۱۶

کارشناس و کاردان

عمران، معماری زمین، مکانیک و برق با ۳ سال سابقه بیمه جهت رتبه تسویه نقد، بالاترین قیمت ۰۹۱۵۴۴۱۷۰۶۰ ۳۶۰۲۲۱۱۳۰۵

مرکز هیراد استخدام جهت نگهداری یا کودک و کار در منزل با حقوق بالا و امنیت شغلی آدرس: احمدآباد نبش قائم مجتمع کوهرشاد طبقه سوم واحد ۳۰۵ ساعت کاری دفتر: صبح الی ۸ شب ۰۹۹۱۵۸۳۷۱۲۰ ۳۸۴۷۶۸۹۵

نیروی اداری خانم

جهت کار در دفتر فنی و مهندسی ترجیحا آشنا به امور نظام مهندسی مسلط به آفیس و کار با کامپیوتر نیازمندیم. تلفن تماس ۰۹۱۵۲۵۵۷۸۶۳

حسابدار خانم

شرکتی معتبر در زمینه مهندسی و پیمانکاری نیروی حسابدار خانم استخدام می کند. به همراه بیمه و آموزش تکمیلی ارسال رزومه به اپت و تلگرام ۰۹۱۵۹۱۶۰۰۵۸

صنایع پرودتی زاگرس

جهت افزایش تولید خود در نظر دارد افراد را با شرایط ذیل جذب نماید

عنوان شغل	جنسیت	مدرک تحصیلی	سابقه کار مرتبط
طراح و نقشه کش	آقا / خانم	حداقل کارشناسی	مسقط solid work - مهندسی معکوس - آشنا با صنایع پرودتی (۲ سال)
برقکار صنعتی	آقا	فنی و حرفه ای	دو سال
کارگر فنی	آقا	سیکل - نیپیم	دو سال
کارشناس فروش	آقا	سیکل - نیپیم	دارای تجربه در زمینه پرودتی
شیفته پر	آقا	-----	دارای تجربه

محل کار روبروی شهرک صنعتی توس می باشد، لطفا رزومه کاری خود را به ۰۹۰۲۰۲۳۱۲۰۸ ایتا ارسال نمایید ویا با شماره ۳۵۴۲۳۱۱۱ تماس بگیرید

فراخوان جذب نیرو در هتل ۴ ستاره تازه تاسیس

با حداقل ۳ سال سابقه مرتبط هتلی: مدیر فراتت آفیس-مدیر غذا و نوشیدنی-مدیر داخلی رزرواسیون-رئیسین-تأمینیات تماس: ۰۹۰۱۳۱۶۴۷۵۳ خانم نادرپور

پذیرش آنلاین آگهی در نیازمندیهای روزنامه خراسان