



گزارش «سیستان و بلوچستان» از یک محله حاشیه نشین

# معصوم آباد زابل؛ آینه سهل انگار مسئولان

**گروه جامعه –** ۱۸ سال است که این جا آب از آب تکان نخورده است، جمله ای که از زبان یکی از اهالی معصوم آباد زابل شنیده می شود! زنی میانسال که شاید درد دل هایش از مشکلات زندگی ساعت ها به طول انجامد، اما در همین مدت کوتاه گفت و گو با خبرنگار ما سعی می کند همه را فهرست وار بگوید. فهرستی از مشکلات که شاید برای فرماندار، شهردار و دیگر مسئولان ناآشنا نباشد. بسیاری می دانند که در این محله مردم همچنان محرومیت را تحمل می کنند. «کلثوم» ۱۸ سال است که در این محله زندگی می کند، اما به گفته او در این مدت هیچ چیز تغییر نکرده است. هر چند ماندگاری مشکلات شهری از صفات بارز زابل در بسیاری از محلات است اما گویا سهم ساکنان معصوم آباد از سهل انگاری مسئولان بیشتر است.

**رویای ناتمام آسفالت**

معصوم آباد، هیچ شباهتی به یک منطقه مسکونی در شهر ندارد. اگر در دیگر محلات زابل از چاله های عمیق و قدیمی آسفالت گله مند هستند، ساکنان معصوم آباد در آرزوی همان آسفالت هستند، حتی برخی از آن ها برای رسیدن به این آرزو به شهرداری پول هم پرداخت کردند، اما همچنان در حسرت ماندند. اکثر کوچه های خاکی این محله نیزی نام و نشان است. یکی از ساکنان در این باره می گوید: ۵ سال پیش بعد از دوندگی های فراوان، شهرداری قبول کرد در ازای دریافت مبلغ ۱۲۰ هزار تومان از هر خانه کوچه مان را آسفالت کند. اکثر ساکنان این مبلغ را پرداخت کردند و شهرداری نیز این کار را انجام داد اما از آنجایی که برخی کارگران هنگام کار برای دریافت مبلغ مورد نظر و ریختن مقداری کمتر یا بیشتر آسفالت مقابل در هر خانه با برخی ساکنان مشکل پیدا کردند، آسفالت این کوچه ناتمام ها شد. «سارانی» ادامه می دهد: جایی را سراغ نداریم که مردم برای آسفالت کوچه خود خواهش و التماس کنند از طرفی پول هم برای آن بپردازند. آسفالت معابر از وظایف شهرداری و از جمله حقوق شهروندان است که مردم بارها از راه های مختلف عوارض آن را می پردازند، اما از آنجایی که گردوغبار به ویژه در فصل وزش بادهای ۱۲۰ روزه امان مارا بریده بود حاضر شدیم مبلغی برای

آسفالت بپردازیم اما آن هم بی نتیجه ماند.

**اینجام شهر است!**

یکی دیگر از ساکنان می گوید: فاضلاب غیر اصولی خانه ها روانه همین کوچه های خاکی شده و به محلی برای بازی کودکان تبدیل می شود. وی ادامه می دهد: فاصله معصوم آباد با شهر زیاد نیست این محله سببیده به شهر است با این وجود از بسیاری امکانات محروم است. اگر هر سال حداقل یک کوچه از این محله مدیریت و ساماندهی می شد معصوم آباد، آباد شده بود.

**پرتگاه اعتیاد در نزدیکی کودکان**

این محله به جز محرومیت ، پاتوق معتادان را نیز شاهد است. سیاهی بسیاری از دیوارها در کوچه پس کوچه های این محله هم شاید گواه این موضوع باشد. آمد و رفت معتادان در این محله به حدی است که پسر بچه ای ۱۰ ساله ما را از آدرس پاتوق آنان باخبر کوتاهش می توان دیوارهای سیاه از دود را مشاهده کرد. این رفت و آمدها نگرانی بسیاری از خانواده های ساکن این محله را به وجود آورده است. جالب این که این خانه در همسایگی مدرسه است و به طور قطع هر یک از دانش آموزان در مسیر رفت و آمد خود از خانه به



مدرسه شاهد معتادان متجاهر خواهند بود!

**این خانه ها خریدار ندارد**

یکی از ساکنان که از تاریکی معابر این محله در شب گلاهی مند است دلیل اصلی این مشکل را آمد و رفت افراد معتاد اعلام می کند و می گوید: اینجا به محلی امن برای دورهمی های شبانه معتادان تبدیل شده است. زباله ها هم که جمع آوری نمی شود پس مکان مناسبی برای زباله گردها است. حضور افراد معتاد امنیت ساکنان این محله را تهدید می کند و سرقت لامپ های کوچه کمترین کاری است که از سوی این افراد سر می زند! فرد معتاد در اختیار عقل خود نیست و ممکن است در عالم نشنگی دست به کارهای خطرناکی بزند. وی ادامه می دهد: بسیاری از ساکنان این محله به دلیل این قبیل مشکلات، خانه خود را به فروش گذاشته اند تا از این محل بروند اما متأسفانه کسی خریدار خانه های این محله نیست.

**شناسایی پاتوق های معتادان**

فرماندار زابل در این باره به خبرنگار ما می گوید: پاتوق های معتادان در شهر شناسایی شده و در حال ساماندهی است. تعدادی از آن ها مشکل ساز است که به مالکان آن ها اخطار داده شده است و در صورت اقدام نکردن، این مکان ها تخریب می شود. برخی از

این پاتوق ها هم افرادی و برخی مختلط است که اقدام های لازم در این زمینه انجام می شود. «هوشنگ ناظری» می افزاید: در محلات حاشیه شهر، ساخت و سازها بدون اصول فنی و استاندارد علمی و نظارت انجام شده است، نظیر محله حسین آباد، اسلام آباد، پشت باسکول و معصوم آباد که با عنوان سکونت گاه های غیررسمی شناخته می شوند و در زابل شامل ۴۱ سکونت گاه است. به دلیل خشکسالی ها مردم از روستاها به حاشیه شهرها آمدند و بدون هیچ گونه قواعدی ساخت و سازهای حاشیه ای را انجام داده اند و نهادهای ذیربط نظیر شهرداری هم نظارت کافی نداشتند.

وی اظهار می کند: این محلات در قالب بازآفرینی سکونت گاه های غیررسمی در دستور کار است. پنج محله پایلوت برای این کار انتخاب شده است و اعتبارات فنی- عمرانی برای آسفالت، پارک، پناه رو، جدول بندی، فضای سبز، مسائل اجتماعی، خانه محله در نظر گرفته شده است.

وی درباره آسفالت محله معصوم آباد ادامه می دهد: در گذشته شهرداری از مردم پول دریافت تعهداتی برای خود ایجاد کرده است و در مکان هایی که از لحاظ فنی مشکل دارد اقدام های زیربنایی انجام و قسمت های مورد تایید شهرداری آسفالت می شود. البته در برخی محله ها هم از مشارکت مردمی برای تأمین هزینه های آسفالت استفاده می شود. بعضی محلات در برنامه شهرداری نبوده که برای تأمین آسفالت آن ها نیاز به مشارکت مردمی است. البته تلاش می شود بدون مشارکت مردمی این کار انجام شود.

**شیکه فاضلاب تکمیل می شود**

فرماندار زابل تصریح می کند: شبکه فاضلاب شهری موضوعی چند ساله است. شبکه های فاضلاب دچار مشکل تأمین اعتبار است، به طوری که پیمانکار به دلیل پیشرفت فیزیکی بیشتر از پیشرفت ریالی طلبکار است و به دنبال تأمین اعتبار آن هستند تا کار شبکه فاضلاب به اتمام برسد. به گفته وی محله معصوم آباد و دیگر محلات در برنامه کار قرار دارد که این شبکه فاضلاب تکمیل شود.



ها به سختی و با سرفه شدید خارج می شود، مصرف سکنجبین یکی تسهیل کننده خروج خلط است مصرف آن سبب می شود اخلاط رقیق از طریق ادرار از بدن خارج شود همچنین سکنجبین ساده برای باز کردن انسداد عروق، رفع سردرد گرم، تقویت معده و کید مفید است، همان طور که اثر سکنجبین ترش سریع در بدن نمایان می شود به همان نسبت نیز ضرر آن سریع تر بروز می کند. سکنجبین ترش برای سرفه زیان دارد، از آنجا که سکنجبین ترش دارای قوت زداینده گی (جالی) است در افرادی که در بدن آن ها خلط صفرا یا خلط شور وجود دارد، با ریزش این مواد به روده ها سبب زخم در جدار روده می شود. هیچ گاه نباید سکنجبین را با یخ یا وسیله دیگری مانند یخچال سرد کرد. زیرا این عمل موجب جلوگیری از لطیف شدن خلط می شودو لعاب دهان را لزج می کند.

کنید. فقط توجه داشته باشید که استفاده از سرکه به دلیل خاصیت اسیدی بودن آن می تواند موجب استرین رفتن رنگ شیرهای آب رنگی و شیرهای برنجی شود. در صورتی که از شیرهای بی رنگ و معمولی رایج استفاده می کنید، می توانید با خیال راحت از سرکه به عنوان یک براق کننده قوی برای پاک کردن رسوبات به جای مانده بر شیرهای آب استفاده کنید. اگر برای تمیز کردن سرویس خود از جوهر نمک استفاده می کنید قبل از ریختن جوهر نمک حتماً روی شیر را با پلاستیک بپوشانید زیرا دود جوهر نمک رنگ شیرآلات را از بین می برد.

روز و خشک کردن توسط حوله ای نرم لازم است. حتی آب خالص هم قادر به پاک کردن شیرآلات است در صورتی که این شست و شو مداوم و روزانه باشد، اما اگر از مواد شوینده ساده استفاده کنید بهتر است. سرکه یکی از مواد طبیعی است که می توانید از آن استفاده کنید. بسیاری از افراد با تجربه محلول سرکه و آب را بهترین تمیز کننده و براق کننده شیر آلات می دانند. برای پاک کردن این رسوبات یک حوله کاغذی را کاملاً به سرکه آغشته کنید. حوله کاغذی را دور محل لکه ها بپیچید و ۱۰ دقیقه صبر و سپس لکه ها را با استفاده از یک حوله کاغذی خشک به راحتی پاک

های یاد شده با نسبت های مختلف بسته به این که بخواهند ترش یا شیرین باشد تهیه می شود. مثلاً اگر سرکه و عسل مساوی گرفته شود نوشابه ای مایل به سردی به دست می آید که برای بیماری های بلغمی، باز کردن انسداد عروق، تقویت کبد و معده، تب های مزمن و رفع تشنگی نافع است.

در زمستان به دلیل شدت سردی دما بهتر است سکنجبین را نیم گرم استفاده کرد تا گرمی عارضی سکنجبین سبب پخته شدن بهتر مواد (ضج) شود. اگر سکنجبین با آب سرد نوشیده شود تشنگی را تسکین و شدت تب را کم می کند. اگر از سرکه و شکر سرخ به صورت برابر استفاده شود، مزه آن ترش خواهد بود و نوشابه مایل به سردی ایجاد و برای رفع صفرا، تب، باز کردن انسداد عروق، رفع تشنگی، ناراحتی های طحال، کبد و معده مصرف می شود. دربراره مزاج های معتدل ممکن است

## طب سنتی

**سکنجبین**

**«یوسف پورکیخا»، کارشناس طب سنتی:** سکنجبین ترکیبی از سرکه و انگبین (عسل) است و از جمله مواردی است که طبیب بنا بر نیاز بیمار می تواند در ترکیبات آن تصرف کند.










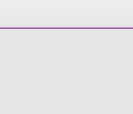

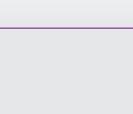
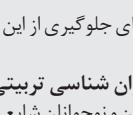
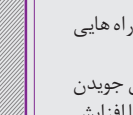
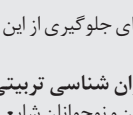
سکنجبین بسته به این که برای چه مزاجی مصرف شود و درمان چه نوع بیماری به کار برود، ممکن است با سرکه، تمر هندی، آب نارنج، لیموترش، سیب ترش، گلابی ترش یا به ترش تهیه شود و از نظر شیرینی ممکن است با عسل، دوشاب انگور و شیره خرما و ... شیرین شود و در هر یک از موارد در ترکیب

## کد بانو

**تمیز کردن شیرآلات**

شیر آلات قسمت مهمی از دکوراسیون خانه را به خود اختصاص می دهد و براق بودن شیرهای آب می تواند نشانه ای از پاکي و تمیزی باشد. گاهی لکه های کوچک سفید روی شیر آب، براقی و شفافیت را از بین می برد و دلیل پیدایش این لکه ها بر اثر رسوب کردن مواد معدنی موجود در آب

روزنامه سیستان و بلوچستان رتبه هشتم نشریات استانی سرپرستی زاهدان	صاحب امتیاز	موسسه فرهنگی هنری خراسان
نظفان آگهی و اشتراک.	مدیر مسئول	محمد سعید احدیان
نظفان مسئول تحریریه.	سردبیر	علی ولی زاده
نمایر تحریریه.	دفتر مرکزی	مشهد، بلوار سازمان آب
نظفان های تحریریه.	مصدوق بستنی	۵۱۱-۹۱۷۳۵
نظفان و نمایر سرپرست دفتر	نظفان	۰۵۱- ۳۷۶۴۴۰۰۰
چاپخانه.	نمایر شهرستان ها	۰۵۱ ۳۷۶۷۳۴۳
	پایگاه:	۳۰۰۰۹۹۹

امروز	اوقات شرعی به افاق زاهدان	فردا	امروز	زاهدان	فردا
۰۴:۵۳	اذان صبح	..... ۰۴:۵۴			
۰۶:۱۱	طلوع آفتاب	..... ۰۶:۱۲			
۱۲:۲۱	اذان ظهر	..... ۱۲:۲۱			
۱۸:۳۰	غروب آفتاب	..... ۱۸:۲۹			
۱۸:۴۷	اذان مغرب	..... ۱۸:۴۶			

### سنگ سبوز

### ناخن جویدن

کودک ۳ ساله اما عادت دارد ناخن هایش را بجود. برای جلوگیری از این کار چه راه هایی پیشنهاد می کنید؟

**«محمد نعیم محمد حسینی»، کارشناس ارشد روان شناسی تربیتی:** ناخن جویدن یکی از اختلالات عادتی است که بیشتر در بین کودکان و نوجوانان شایع است و با افزایش سن معمولاً از شدت آن کاسته می شود. اما گاهی دیده شده است که بزرگسالان هم عادت به ناخن جویدن دارند. جویدن ناخن یکی از رفتارهای تکرار شونده است که به مرور سبب آسیب فیزیکی به ظاهر فرد می شود.

این کار هنگام نگرانی و ناراحتی تشدید و با علایم دیگری مثل شب ادراری و پرخوری، شکست تحصیلی، بی حوصلگی، احساس ناآرامی و ناامنی، انقباض غیر ارادی آرواره ها، تیک، اختلالات خواب، نگرانی، ترس، شک و تردید، تحرک زیاد، دندان فروچه کردن، زود رنجی، تمارض، خرابی دندان های جلو و ... همراه می شود. کودکان به دلایلی همچون احساس ناخشنودی، کشمکش های خانوادگی، عادت و تقویت عادت، تربیت نادرست، یادگیری و تقلید از اطرافیان، کمبود محبت، تأمین ویتامین و ... به این کار روی می آورند.

جویدن ناخن بر اعتماد به نفس فرد هم تأثیر منفی دارد. نظریه های مختلفی درباره دلیل جویدن ناخن وجود دارد اما متداول ترین دلیل برای این عادت تخلیه استرس است. در برخی موارد این عادت با ژنتیک افراد مرتبط است اما تئوری های دیگر باور دارند که این کار اختلالی و سواسی-جبری است.

روش های درمانی مختلفی برای ترک این عادت وجود دارد. داروهایی مثل داروهای ضد افسردگی، ویتامین B اینوزیتول و از این قبیل را می توان استفاده کرد. برخی با رفتار درمانی که شامل تمرینات برگرداندن عادت و درمان کنترل محرک است بهبود پیدا می کند.

گریز درمانی هم برای درمان جویدن ناخن موثر است. در این روش، از راه های مختلفی مثل پوشاندن ناخن ها با لاک یا نوارهای لاستیکی و از این قبیل برای جلوگیری از جویدن ناخن ها استفاده می شود. والدین باید توجه داشته باشند هیچ کاره برای درمان از زور و کتک استفاده نکنند روش هایی نظیر تلخ کردن و بستن ناخن، فایده عمل و پایداری نخواهد داشت.

### آشپزی

### کوکوی مرغ

**مواد لازم:** مرغ یک عدد، تخم مرغ ۱۰ عدد، پیاز داغ سه قاشق سوپ خوری، جوش شیرین یک قاشق مرباخوری، زعفران ساییده نصف قاشق چای خوری، نمک و فلفل و دارچین به اندازه کافی، آبلمیوی تازه یک یا دو قاشق غذاخوری

**طرز تهیه:** مرغ را پس از تمیز کردن و شستن همراه با یک لیوان آب و کمی نمک و فلفل و یک قاشق پیاز داغ کاملاً بپزید تا آب آن کشیده شود و یکی، دو قاشق بیشتر آب نداشته باشد. مرغ را کنار بگذارید تا سرد شود. سپس پوست و استخوان مرغ را جدا و گوشت آن را نگینی کنید، مرغ نباید زیاد خرد شود.

تخم مرغ ها را در ظرفی بشکنید و خوب مخلوط کنید تا کف کند بعد از آن زعفران ساییده شده را در آب جوش حل کنید، جوش شیرین را هم در کمی آب سرد حل و سپس نمک و فلفل و دارچین و دو قاشق باقی مانده پیاز داغ را به مایه تخم مرغ اضافه کنید.

تکه های مرغ را در مایه بریزید و خوب هم بزنید. در ماهیتابه به اندازه کافی روغن بریزید و وقتی داغ شد مایه کوکو را در آن بریزید و با پشت قاشق روی آن را صاف کنید، در ماهیتابه را بگذارید و حرارت را کم کنید تا بپزد.

### مشاور حقوقی

### مجازات افشای عکس ها و متن ها

آیا برای کسانی که از متن چت هاو عکس ها اسکرین شات می گیرند و افراد را تهدید به افشای آن ها می کنند مجازات قانونی در نظر گرفته شده است؟
**پاسخ:** قانون مجازات اسلامی، صراحتاً در ماده ۷۴۵ (ماده ۱۶ قانون جرایم رایانه‌ای) افشای اسرار خصوصی دیگران را جرم دانسته و مجازات آن را جزای نقدی و تا دو سال حبس در نظر گرفته است.
دوم: تهدید به انجام عملی که ممکن است موجب ضرر آبرویی یا شرافتی یا افشای اسرار خانوادگی شود، خواه تهدید کننده به این واسطه، تقاضای مال به قصد اخاذی کرده یا نکرده باشد، جرم مستقلی است که بر اساس ماده ۶۶۹ قانون مجازات اسلامی تا هفتاد و چهار ضربه شلاق یا تا دو سال حبس برای آن در نظر گرفته شده است.

### درخواست طلاق برای مشروبات الکلی

آیا زن می‌تواند از شوهری که عادت به مصرف مشروبات الکلی دارد، طلاق بگیرد؟
**پاسخ:** یکی از مصادیق عسر و حرج زن در زندگی زناشویی در قانون عبارت است از: اعتیاد شوهر به مواد مخدر یا ابتلای او به مصرف مشروبات الکلی و امتناع زوج از ترک اعتیاد یا عدم امکان الزام شوهر به ترک آن در مدتی که به تشخیص پزشک برای ترک اعتیاد لازم بوده است. (در صورتی که زوج به تعهداتش عمل نکند یا پس از ترک دوباره به مصرف مشروبات الکلی یا موادمخدر روی آورد، با در خواست زوجة طلاق انجام خواهد شد.)



**از تخفیف ویژه برخوردار شوید**  
**درج آگهی نیازمندی با**  
**طرح و رنگ متمایز**

**دفتر پذیرش: زاهدان، خیابان مولوی، نبش مولوی ۲۱    تلفن: ۰۶-۳۳۲۱۷۸۶۵**