روزنامه سیستان و بلوچستان
پنج شنبه ۴ آبان ۱۳۹۶ ۶ صفر ۱۴۳۹ . شماره ۹۶۸
www.khorasannews.com
e-mail:info@khorasannews.com
روزنامه سیستان و بلوچستان: رتبه هشتم نشریات استانی
سرپرستی زاهدان: خیابان مولوی-نبش مولوی ۲۱
تلفن آگهی و اشتراک: ۳۳۲۱۷۸۶۶ ۰۵۴
تلفن مسئول تحریریه: ۳۳۲۱۷۸۶۹ ۰۵۴
نمابر تحریریه: ۳۳۲۱۷۸۶۴ ۰۵۴
تلفن‌های تحریریه: ۳-۳۳۲۱۷۸۶۲ ۰۵۴
تلفن و نمابر سرپرست دفتر: ۳۳۲۱۷۸۶۵ ۰۵۴
چاپخانه: شهرچاپ خراسان
صاحب امتیاز: موسسه فرهنگی هنری خراسان
مدیر مسئول: محمد سعید احدیان
سردبیر: علی ولی زاده
دفتر مرکزی: مشهد، بلوار سازمان آب
صندوق پستی: ۵۱۱-۹۱۷۳۵
تلفن: ۳۷۶۳۴۰۰۰ - ۰۵۱
نمابر شهرستان‌ها: ۳۷۶۷۴۳۳۴ ۰۵۱
پیامک: ۲۰۰۰۹۹۹

امروز	اوقات شرعی به افق زاهدان	فردا
۰۴:۱۷	اذان صبح	۰۴:۱۷
۰۵:۳۵	طلوع آفتاب	۰۵:۳۶
۱۱:۱۰	اذان ظهر	۱۱:۱۰
۱۶:۴۵	غروب آفتاب	۱۶:۴۴
۱۷:۰۳	اذان مغرب	۱۷:۰۱

امروز	زاهدان	فردا
۷	۳۰	۹

گزارشی از قلیان فروشی ها در زاهدان

گلایه ریه ها از نی ها

شهرکی- برخی آن را وسیله تفریح می دانند، عده ای با آن احساس داشتن شخصیت می کنند و برخی نیز بدون توجه به مضرات آن و از روی غفلت و ناآگاهی مشتری دائم آن هستند! یکی با دود حاصل، حباب می سازد، دیگری نفس حبس می کند و ...!
رواج قلیان کشی توسط بسیاری از جوانان، قبح این کار را شکسته و برای عده ای به یک ارزش(!) تبدیل شده است. آن هایی که از پشت غبار دود قلیان، چشم ها را بر واقعیات بسته اند و با تصور این که قلیان کم ضررتر از سیگار است لب بر نی قلیان می زنند و سلامتی خود را به خطر می اندازند.

مرکز فروش قلیان

مرکز قلیان فروش های زاهدان در بافت قدیمی و هسته مرکزی بازار زاهدان قرار دارد که مردم به نام میدان مالیه می شناسند. این مغازه ها در راسته لحاف دوزی های سنتی و عطاری های قدیمی زاهدان به صورت تو در تو و پر از اجناس رنگارنگ دیده می شود. مغازه هایی که سال های زیادی در دید مردم است اما چیزی نیست که همه مردم بخرند. شاید هر یک از ما بارها از این گذر عبور کرده اما به این مغازه ها توجهی نکرده باشیم ، اگرچه بارها و بارها درباره مضرات قلیان کشیدن در رسانه ها اطلاع رسانی شده است، اما عده ای هستند که قلیان می فروشند و از این راه امرار معاش می کنند. در این مسیر تعداد قلیان فروشی ها کم نیست. اجناس رنگارنگ، قلیان های کوچک و بزرگ در طرح ها و رنگ های مختلف و جنس های فلزی، شیشه ای و چوبی در قفسه های مغازه ها جا خوش کرده و در کنار آن ها شلنگ های مخصوص قلیان در اندازه های مختلف و با پوشش های متفاوت آویزان شده است. به دلیل شلوغی فضای مغازه ورود فقط یک نفر امکان پذیر است. کمی جنس های مختلفی دارد و بنا بر سلیقه مشتریان عرضه می شود که برخی از آن ها طلایی و میناکاری، برخی هم شیشه ای و فلزی است. ارزان ترین قلیان ۱۲ تا ۱۵ هزار تومان قیمت دارد و گران ترین آن از ۲۸۰ تا ۳۰۰ هزار تومان را شامل می شود.

۱۲ تا ۳۰۰ هزار تومان

یکی از فروشندگان به خبرنگار ما می گوید: قلیان ها به گفته فروشنده، قلیان هایی نیز کیف و ابزار مخصوص حمل و نقل دارد و با قیمت های بیشتری به فروش می رسند، زیرا تجملاتی تر از دیگر قلیان ها هستند. این ها که جنسشان خارجی است و از دوبی به زاهدان آورده می شود در قفسه های بالایی مغازه ها قرار دارد تا بیشتر در معرض دید مشتریان باشد.
وی ادامه می دهد: به دلیل افزایش تعداد قلیان خانه ها در زاهدان فروش ما هم بیشتر شده است، من به عنوان فروشنده گاهی قلیان می کشم، اما به دلیل ضررهای که دارد اجازه نمی دهم همسر و فرزندانم آن را استعمال کنند.

قلیان های ساخت ایران!

قلیان های دیگر که قیمت آن ها کمتر از قلیان های خارجی است گویا تولید داخل و به قول فروشنده ساخت ایران است. طرح های شاه عباسی و ناصرالدین شاهی، قلیان هایی با کنده کاری های چوبی و میناکاری های آبی و فیروزه ای ایرانی است. اگرچه پیام های بهداشتی مضرات مواد دخانی و آسیب های ناشی از قلیان کشیدن هر از گاهی از رسانه ها اطلاع رسانی می شود اما با وجود این آگاهی قلیان در شهرهای مختلف کشور به وفور ساخته و به فروش می رسد و افرادی از این راه کسب درآمد می کنند. فروشنده دیگری در این زمینه می گوید: بیشتر قلیان های مغازه ایرانی است و از همدان، تهران، مشهد و اصفهان وارد زاهدان می شود. قلیان های ایرانی ارزان تر است و مردم به دلیل ارزانی بیشتر آن ها را می خرند. حتی قلیان های ۱۰ و ۱۲ هزار تومانی هم ایرانی است. تنباکو در بیشتر این مغازه ها یافت می شود. تنباکوهای سبز و زرد رنگ که به گفته یکی از فروشندگان مرغوب و قیمت آن از تنباکوی میوه ای گران تر است. تنباکوهای میوه ای هم بسیار مورد پسند جوانان است و در طعم های مختلف به فروش می رسد. به گفته فروشنده همه آن ها باید برچسب «مصرف مواد دخانی برای سلامتی مضر است» را داشته باشد تا در صورت حضور ماموران ناظر مشکلی پیش نیاید. تنباکوهای زرد و سبز رنگ را بیشتر خانم ها با قیمت هر کیلوگرم ۱۰ هزار تومان استفاده می کنند و می توان تا مدت ها با آن قلیان کشید. هر بسته تنباکوی میوه ای هم ۴ هزار تومان است.

خبر

صف طولانی پرونده های احراز نسب در سیستان و بلوچستان

شهرکی- هزار پرونده در نوبت انجام نمونه گیری DNA در استان است که بیشترین آن ها مربوط به احراز نسب است.
مدیرکل پزشکی قانونی به خبرنگار ما گفت: از ابتدای امسال ۸۰۰ پرونده در آزمایشگاه ژنتیک قانونی استان بررسی و به نتیجه رسیده است و هنوز هزار پرونده دیگر در نوبت انتظار است.
دکتر «رضا عبدی» افزود: پرونده های مربوط به نمونه های صحنه جرم قضایی پس از احراز نسب بیشترین تعداد را به خود اختصاص داد که اولویت بررسی با پرونده های قضایی صحنه جرم است.
وی ادامه داد: در جنوب شرق کشور که شامل استان های سیستان و بلوچستان، خراسان جنوبی و هرمزگان است فقط یک آزمایشگاه ژنتیک ویژه نمونه های DNA وجود دارد که آن هم در سیستان و بلوچستان است. وی اظهار کرد: بزرگترین مشکل سد راه بررسی این پرونده ها تأمین مواد مصرفی و تعمیر تجهیزات آزمایشگاه به دلیل کمبود اعتبار است که موجب اطاله پرونده می شود.
وی خاطرنشان کرد: در سیستان و بلوچستان تعداد زیادی مشکوک التابعین وجود دارند که به همین دلیل افراد زیادی برای احراز نسب خود و به اثبات رساندن نسبت خود با خویشاوندان در صف انتظار هستند و موجب اطاله دادرسی این پرونده ها می شود و شاکیان عمدتا ایرانی هستند که برای اثبات نسبت و صدور شناسنامه خود مشکل دارند و نمی توانند این روند را به سرعت طی کنند.

نگاه

مسافر پنجم !

شهرکی- راهی چهارراه رسولی زاهدان شده بودم و تصمیم گرفتم از حمل و نقل عمومی استفاده کنم و تاکسی های خط بازار – چهارراه رسولی به نظرم مناسب بود. در خیابان شریعتی و در راسته حسینیه یزدی های زاهدان به همراه دو همکارم سوار تاکسی شدم. یک آقای دیگر هم در صندلی کمک راننده نشسته بود. خیالمان راحت بود که با وجود ما سه نفر ظرفیت تکمیل شده و راننده حرکت می کند، اما این گونه نبود. راننده در حالی که بیرون از تاکسی منتظر بود فریاد می زد: چهارراه رسولی یک نفر. من هم به همراه دو همکارم در صندلی های عقب تاکسی نشسته بودیم. می اندیشیدم آیا برای مسافر پنجم جایی هست؟ او کجا باید بنشیند؟ خطاب به راننده گفتیم: آقا حرکت نمی کنید ما عجله داریم؟ پاسخش شنیدنی بود، گفت هنوز به اندازه یک مسافر دیگر جا هست، اگر خیلی عجله دارید کرایه آن را حساب کنید تا حرکت کنم. اگرچه به اندازه ظرفیت ماشین مسافر در آن بود اما راننده اصرار داشت که مسافر دیگری بیاید و بعد حرکت کند. داخل تاکسی چهار مسافر دیگر منتظر بودند تا یک مسافر دیگر پیدا شود و آن ها را از این بلاتکلیفی نجات دهد. مدت زیادی طول نکشید و یک مسافر مرد دیگر آمد و در کنار مسافری که روی صندلی سرنشین جلو نشسته بود نشست و راننده با خیال راحت از تکمیل ظرفیت تاکسی مهیای حرکت به مقصد شد.
عجیب است که این قانون نانوشته در میان همه تاکسی داران زاهدانی وجود دارد و همگی به آن عمل می کنند. حتی اگر مسافران خیلی عجله داشته و ۴ مسافر هم داخل خودرو باشند راننده حرکت نمی کند، مگر این که یکی از مسافران کرایه دو نفر را حساب کند تا راننده به حرکت کردن رضایت دهد. سرنشین چهارم و پنجم مجبور هستند در بدترین حالت و به صورت فشرده بنشینند. البته این راننده تاکسی برای رفاه حال دو مسافر جلویی روی قسمت ترمز دستی ماشین بالشی کوچک قرار داده بود مسافر بی پناه در مدت حرکت و رسیدن به مقصد اذیت نشود و من با خود می اندیشم آیا این قانون فقط مختص زاهدان است یا در دیگر شهرهای کشور هم وجود دارد؟ آیا خودروهای عمومی نباید نکات ایمنی را در زمینه حمل مسافر بیشتر از ظرفیت رعایت کنند تا مشکلی پیش نیاید؟ به مقصد رسیدیم ایستگاه انتهایی در چهارراه رسولی، کنار چشم مأموران راهنمایی و رانندگی که معمولا در آن محل حضور دارند و به خودروهایی که دوبله پارک می کنند تذکر می دهند؛ اما گویا تذکری به تاکسی هایی که بیشتر از ظرفیت مسافر سوار می کنند نمی دهند. انگار سوار کردن مسافر بیشتر از ظرفیت توسط تاکسی داران اقدامی کاملاً معمولی و جا افتاده است که حتی مأموران راهنمایی و رانندگی هم به آن وقعی نمی گذارند و تذکر نمی دهند.

سنگ صبور

همیشه ناراحتم

دختری ۲۲ ساله ام که شب و روز بغض دارم. گوشه گیر، کم اشتها و بی رمق شده ام و احساس پوچی، استرس، ترس نسبت به همه چیز و همه کس دارم. مدام شکست می خورم. هر شب خواب می بینم که جای بلندی هستم و ناگهان پایم از پله ها سُر می خورد و به پایین پرت می شوم و همه جا سیاهی می شود و سپس از خواب می پرم. لطفا راهنمایی کنید چگونه خود را از این وضعیت نجات دهم.
سجاد خانجانی، روان شناس: بر اساس آن چه بیان کرده اید، شما شرایط سختی را تجربه می کنید و بسیار ناراحت و افسرده اید. با توجه به شرایط و علایم گفته شده، شما احتمالا با یک دوره افسردگی دست و پنجه نرم می کنید اما باید در نظر داشته باشید که با تغییر سبک رفتاری و زندگی خود می توانید برای کاهش افسردگی و حرکت در مسیر اهدافی که با ارزش های شما هم سو است، گام هایی بردارید. بنابراین راهکارهایی پیشنهاد می شود.

احساسات خود را با دوستی صمیمی در میان بگذارید

برخلاف عقیده بسیاری از افراد، گفت وگو درباره افسردگی نه تنها احساسات مخرب و بد را بیشتر نمی کند و موجب تمرکز فرد روی تجربیات منفی زندگی او نمی شود بلکه برای بسیاری از افراد، بیان نکردن افکار و احساسات، بسیار مخرب تر و مضرتر از بروز و بیان آن هاست بنابراین درباره احساسات و افکاری که دارید با دوستی صمیمی و شنونده ای قابل اعتماد، صحبت کنید.

اهداف و ارزش های خود را مشخص کنید

ارزش های خود را در زمینه های مختلف زندگی مانند روابط خانوادگی، روابط صمیمانه، شغل، معنویت، سلامتی، اوقات فراغت، تفریح و غیره مشخص کنید سپس بر اساس اولویتی که هر زمینه ارزشی برای شما دارد، اهدافی را هم سو با آن ارزش ها تعیین و برای رسیدن به این اهداف و حرکت هم سو با ارزش های خود برنامه ریزی کنید.

افکارتان را پایش کنید

یکی از موانعی که مانع رسیدن افراد به ارزش ها و اهدافشان می شود، افکارشان است. افسردگی می تواند افکار شما را تحریف کند و فریبتان دهد. فکرها و حتی خاطراتی که اصلا واقعیت ندارد و اتفاق نیفتاده است به گونه ای برایتان طبیعی به نظر می رسد که بر اساس آن تصمیم گیری می کنید. بنابراین افکار خود را بررسی و شواهد تأیید کننده و رد کننده آن ها و همین طور مزایا و معایب داشتن این افکار را فهرست کنید. سپس نتیجه گیری کنید تا چه حد این افکار می توانند صحیح باشند.

با دیگران ارتباط برقرار کنید

یکی از دلایل اصلی که می تواند افراد را به سمت افسردگی سوق دهد یا افسردگی شان را تشدید کند، کناره گیری و انزوای اجتماعی است. به صورتی که خروج از تعاملات اجتماعی، واکنش های استرسی و منفی مغز را افزایش می دهد. شما می توانید به عنوان راهکار مقابله با افسردگی با دیگران ارتباط برقرار و روابط صمیمی و دوستانه بیشتری برای خود ایجاد کنید.

شغل یا فعالیتی برای خود پیدا کنید

بیکاری و نداشتن فعالیت، می تواند از عوامل مهم آغاز کننده، تداوم بخش یا تشدیدکننده افسردگی باشد به صورتی که موجب افزایش نشخوار فکری می شود و تشدید افسردگی و علایم را در پی دارد. داشتن شغل علاوه بر تأمین هزینه های مالی سبب کاهش نشخوار فکری و همین طور افزایش فعالیت در طول روز می شود البته در بسیاری از مواقع، داشتن شغل با افزایش اعتمادبه نفس هم همراه است. توصیه می شود احساسات و افکار خود را درباره قضاوت هایی که دیگران درباره شما دارند، در محیطی آرام و به دور از تنش با آن ها در میان بگذارید.

مشاور حقوقی

دیه سقط جنین

دیه سقط جنین باید به چه کسی پرداخت شود؟
حوریه معلم بندانی، کارشناس ارشد حقوقی: اگر مادر متصدی سقط جنین شده باشد دیه آن را باید به پدر یا در صورت فقدان پدر به دیگر ورثه بپردازد و اگر پدر متصدی آن باشد باید دیه را به مادر بدهد. اگر شخصی دیگر متصدی آن شده باشد باید دیه را به پدر و مادر بدهد. به عبارت دیگر هر کس مباشر در سقط است دیه به او نمی رسد و دیه به طبقه بعد باید داده شود. اگر پدر و مادر به سقط جنین راضی باشند هر چند مباشر در سقط نباشند، احتیاط واجب این است که دیه به طبقه بعد داده شود و پدر و مادر دیه را نگیرند.

درخواست اجرت المثل

آیا درخواست اجرت المثل بعد از مرگ همسر امکان پذیر است؟ در تعریف اجرت المثل آمده است که زن وظایف خاصی در زندگی زناشویی دارد که توسط قانون و شرع برشمرده شده است. این وظایف شامل تمکین عام و خاص است، تمکین عام به معنای حضور زن در زندگی مشترک و عمل به وظایفی است که شرع و قانون تعیین کرده است. مثلا زن شرعا نمی تواند بدون اجازه همسرش از خانه خارج شود. ادامه تحصیل و کار کردن زن در خارج از منزل نیز باید با اجازه شوهر باشد، هر چند در حال حاضر بسیاری از زنان این حقوق را در عقدنامه دریافت می کنند. تمکین خاص نیز به معنای عمل کردن زن به وظایف زناشویی است. اگر زن در طول زندگی مشترک و در خانه همسر خود، کاری به جز این موارد را به دستور شوهر انجام دهد، مستحق پاداشی است که به آن اجرت المثل گفته می شود. قانون در صورت فوت شوهر، تکلیف این پرداخت را نیز معلوم کرده است که برابر آن «زوجه می تواند در صورت مطالبه، اجرت المثل ایام زندگی مشترک خود را از ماترک زوج متوفی با جلب نظر کارشناس مطالبه کند.»

کد بانو

تغییر چیدمان اتاق خواب با کمترین هزینه

تغییر چیدمان اتاق خواب با کمترین هزینه، موضوعی است که خیلی از خانه دارها با آن روبه رو می شوند تا ظاهر یکنواخت اتاق خواب خود را حتی به مقدار اندکی هم که شده تغییر دهند. روش هایی بسیار تاثیر گذار و ساده به بهترین شکل، طراحی و فضای اتاق خواب را متحول می کنند. یکی از این روش ها رنگ آمیزی است. برای کاهش هزینه، اولین راه استفاده از دیوار تاکیدی است. در این روش نیازی نیست تمام دیوارها را رنگ کنید. یکی از دیوارهای اتاق مثلا دیواری که پنجره دارد، بزرگ ترین یا کوچک ترین دیوار را با رنگی متفاوت رنگ آمیزی کنید. اگر دیوارهای اتاقتان سفید یا کرم است، تقریبا هر رنگی را می توانید استفاده کنید. در کنار دیوار، رنگ آمیزی برخی وسایل مانند فریم تخت خواب، میز پاتختی یا لامپ و چراغ اتاق هم کم هزینه اما بسیار تاثیر گذار خواهد بود. نصب سیستم روشنایی و نورپردازی جدید هم می تواند در تغییر دکوراسیون موثر باشد. همیشه به دنبال سیستم هایی بروید که تمام فضای اتاق را به اندازه کافی روشن می کند. در کنار لامپ مهتابی، بهتر است چراغ آویز یا لوستر سقفی هم در اتاق نصب کنید. اگر اهل مطالعه هستید حتما به فکر نصب یک چراغ مطالعه دیواری یا رومیزی شیک کنار تختخواب نیز باشید. عوض کردن ست روتختی و بالش هم در ایجاد تنوع به شما کمک می کند. اگر خیاطی بلدید خودتان روتختی و روبالشی جدیدی بدوزید یا با توجه به بودجه تان، نوع ساده و شیک آن را خریداری کنید. حتما نیازی نیست پرده پنجره را عوض کنید گاهی عوض کردن میله پرده و استفاده از مدل های جدید آن هم تاثیر زیادی بر طراحی پنجره اتاق خواب خواهد گذاشت. به فکر ایده های خلاقانه باشید؛ مثل ساخت تابلوی سه بعدی برجسته. به غیر از تابلو، آویزان کردن عکس های خاطره انگیزتان از یک سیم در دیوار اتاق یا حتی نصب یک نقشه ساده هم جلوه کل اتاق را تغییر خواهد داد. نصب گروهی آینه های کوچک و بزرگ روی دیوار، نصب شلف و قفسه دیواری مدرن و رنگارنگ، قرار دادن چند عدد گلدان شیک با گیاهان سرسبز و تعویض وسایل کوچک روی میز پاتختی یا کمد دراور، همگی نمونه ای از بهترین و سودمندترین روش ها برای تغییر چیدمان اتاق خواب با کمترین هزینه هستند.

آشپزی

کوفته مرغ

مواد لازم- سینه کامل مرغ دو عدد، سیر دو حبه، پیاز یک عدد، تخم مرغ یک عدد، آرد سوخاری یا خرده نان نصف پیمانه، جعفری خرد شده یک قاشق سوپ خوری، سس سویا یک قاشق سوپ خوری، آب مرغ نصف پیمانه، آرد سفید سه قاشق سوپ خوری، خامه دو قاشق سوپ خوری، نمک و فلفل به مقدار لازم. **روش تهیه-** سینه مرغ، پیاز و سیر را باهم چرخ کنید و سپس داخل کاسه ای بریزید و پودر سوخاری، سس سویا، تخم مرغ، نمک و فلفل به آن اضافه و خوب مخلوط کنید. پس از این که مایه گوشت یک دست شد، جعفری خرد شده را اضافه کنید. سپس با دست کوفته هایی به اندازه گردو بردارید و کف دستتان به صورت توپ شکل دهید. سعی کنید تمام کوفته ها به یک اندازه باشد. داخل ماهیتابه روغن بریزید و روی حرارت متوسط قرار دهید، پس از این که روغن داغ شد، کوفته ها را داخل روغن داغ بریزید، در ظرف را بگذارید و حرارت را کم کنید و ۱۰ دقیقه اجازه دهید کوفته ها سرخ شود. پس از این که کوفته ها سرخ شد، آن ها را از ماهیتابه خارج کنید و کناری بگذارید. روغن و عصاره گوشت باقی مانده در ته ماهیتابه را با آب مرغ و آرد مخلوط و سپس حرارت را زیاد کنید تا سس غلیظ شود. پس از این که سس غلیظ شد حرارت را کم و خامه را اضافه و مخلوط کنید و در آخر نیز کوفته ها را به سس اضافه کنید. ۱۰ دقیقه بگذارید کوفته ها و سس باهم بجوشد و طعم مواد جذب هم شود.