

<b>اوقات شرعی به افق زاهدان</b>	<b>امروز &lt; &gt; فردا</b>	اذان صبح: ۳:۳۲ اذان مغرب: ۴:۳۱	طلوع آفتاب: ۵:۴۹ طلوع آفتاب: ۵:۴۸	اذان ظهر: ۱۱:۳۸ اذان ظهر: ۱۱:۳۸	غروب آفتاب: ۱۷:۴۷ غروب آفتاب: ۱۷:۴۷	اذان مغرب: ۱۷:۴۴ اذان مغرب: ۱۷:۴۴
---------------------------------	-----------------------------	-----------------------------------	--------------------------------------	------------------------------------	--	--------------------------------------

# تشخیص زود هنگام کلید درمان ناشنوایی

گروه جامعه | سوم مارس روز جهانی شنوایی نام گذاری شده است برای ارتقای آگاهی و شناخت نسبت به مراقبت های شنوایی و گوش. شنوایی یکی از حواس پنج گانه است و ناتوانایی در شنیدن سبب می شود فرد نتواند مانند افراد عادی با دیگران ارتباط برقرار کند چون کلمات را به درستی متوجه نمی شود در بیان هم دچار مشکل است.

**معلم متوجه شد کم شنوا هستم**

«محمد» که ۲۲ سال دارد و کم شنواس است می گوید: کلاس اول دبستان بودم که معلم متوجه شد مشکل شنوایی دارم چون موقع تدریس یا املا گرفتن کلمات را به درستی متوجه نمی شدم و معلم حتما باید موقع امتحان بالای سرم می ایستاد تا کلماتی را که می خواند بشنوم. وی ادامه می دهد: کم شنوایی داشتم و ۲۵ سال از اولین روزی که متوجه این مشکل شدم می گذرد، شاید اگر وضعیت خانواده مان مناسب بود یا از بدو تولد متوجه این معلولیت شده بودند می توانستند برای در مانم اقدام کنند. در دوران مدرسه برخی از هم کلاسی هایم خیلی اذیتم می کردند تا این که در ۱۷ سالگی با کمک عمومیم توانستم سمعک بخرم و نحوه ارتباط برقرار کردن راحت تر شد. چون در مدرسه از طرف برخی هم کلاسی هایم تحقیر می شدم اعتماد به نفسم را از دست داده بودم و بودن در جمع برام کابوس بود. وی تصریح می کند: مردم اگر روزی با فرد معلولی برخورد کردند مانند فرد عادی با او رفتار کنند چون معلولان خودشان نمی خواستند معلول به دنیا بیایند و رفتارهای دیگران سبب ناراحتی و دل شکستگی آن ها می شود.

**می خواهم صدای فرزندانم را واضح بشنوم**

یکی از مادرانی که دو فرزند ناشنوا دارد به خبرنگار مامی گوید: فرزندانم با اشاره دست و تکان سر با من حرف می زنند دلم می خواهد صدایشان را به صورت واضح بشنوم، چون کسی که ناشنواس نمی تواند به درستی صحبت کند و صدایش از ته حنجره خارج می شود و گاهی کلمات را به صورت گنگ و نامفهوم به کار می برد. «کوچک زایی» می افزاید: بسیاری از

### کدبانو

### خانه تکانی آشپز خانه

در قدم اول مثل خانه تکانی اتاق گرد و خاک را از سقف آشپز خانه تمیز کنید. به سراغ یخچال و فریزر بروید، به طبقات یخچال سامان بدهید و مواد غذایی بی مصرف و تاریخ گذشته را دور بریزید. یک پلاستیک زباله یا سطل زباله بردارید و به هر قسمت از آشپزخانه که می رسید اضافه ها و دور ریختنی ها را در آن بریزید و تا انتهای خانه تکانی آشپزخانه آن را با خود بچرخانید و با این روش از به هم ریخته شدن کف آشپزخانه و تلتلبار شدن دور ریختنی ها روی کابینت ها که کار را برایتان سخت می کند دور شوید. اگر طبقات یخچال با لکه های مواد غذایی چسبناک شده است، محتویات یخچال را بیرون بریزید و آن را بشوید و سپس وسایل داخل یخچال را تمیز کنید و با نظم بچینید. برای تمیز کردن فریزر باید از یک دستمال نیمه خیس استفاده کنید چون سرمای فریزر کمی در تمیز کردن اختلال ایجاد می کند. به مواد غذایی داخل فریز نظم دهید و مواد غذایی گوشتی را در کشوی جدا از سبزیجات و... قرار دهید.

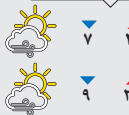
**تمیز کردن کابینت ها:** ظروفی که نیاز به بازشویی دارد جدا کنید و داخل سینک بریزید و بعد از شست و شو با نظم سر جای خود بچینید. بسته های مقوایی و پلاستیکی مواد غذایی را دور بیندازید. از بطری های شیشه ای برای نگه داری مواد غذایی خشک استفاده کنید. شیشه های خالی حیوانات را پر و بی مصرف ها را از داخل کابینت خارج کنید تا جاگیر نباشد.

مردم فرزندانم را معلول می دانند، اما این یک ایراد کوچک است و نباید آن را بزرگ کرد تا فرد زندگی اش را بیازد فرزندانم در درس پیشرفت خوبی دارند و کمک مربیان مدرسه سبب شده است احساس این مشکل در آن ها به حداقل برسد.

**کاش در کودکی در مان می شدم**

«مهديه»، دختری آرام و مهربان در حالی که نه به درستی می تواند صدایم را بشنود و نه زبانش برای حرف زدن یاری اش می کند با زبان دست به من می فهماند که هم دوست دارد مانند دیگر بچه ها در جامعه باشد، بدون این که نقص جسمانی اش مانع این کار شود. از آن جایی که به درستی متوجه اشاراتش نمی شوم از او می خواهم تا حرف هایش را برابرم بنویسد، تا این که می نویسد: من دوست دارم روزی قهرمان یکی از رشته های ورزشی باشم، دوست دارم با دیگران هم حرف بزنم و هم گوش شنوایی برای دوستانم باشم، اما کم شنوایی ام مانع می شود، چرا که خانواده ام توانایی مالی ندارند برابرم سمعک بخرند، یک بار برابرم

آب و هوای زاهدان



روزنامه سیستان و بلوچستان رتبه هشتم نشریات استانی

سرپرستی زاهدان: نظیف کهنویشترنگ: ۰۵۴ ۳۳۲ ۱۷۸۵۹  
نظیف مسئول تحریریه: ۰۵۴ ۳۳۲ ۱۷۸۵۹  
نظیف های تحریریه: ۰۵۴ ۳۳۲ ۱۷۸۵۹-۳  
نظیف و نشرپرست دفتر: ۰۵۴ ۳۳۲ ۱۷۸۵۹

مناصب امتیاز: صاحب امتیاز: ۰۵۴ ۳۳۲ ۱۷۸۵۹  
مدیرمسئول: مدیرمسئول: ۰۵۴ ۳۳۲ ۱۷۸۵۹  
مدیرمگز: دفترمگز: ۰۵۴ ۳۳۲ ۱۷۸۵۹  
مدیرمسئول: مدیرمسئول: ۰۵۴ ۳۳۲ ۱۷۸۵۹  
شهریار خراسان

تلفن: ۰۵۱-۳۷۶۳۴۰۰۰  
فکس: ۰۵۱-۳۷۶۳۴۰۰۰  
پست: ۴۰۰۰۹۹۹  
www.khorasannews.com  
e-mail:info@khorasannews.com

شنبه ۱۲ اسفند ۱۴۰۱۳۹۶ ۱۴ جمادی الثانی ۱۴۳۹ شماره ۱۰۷۱

### مشاور حقوقی

حوریه معلم پندانی

کارشناس ارشد حقوق خصوصی

### حضانت فرزند

هنوز از شوهرم جدا نشدم، اما او منزل را ترک کرده و فرزند مشترکمان را هم با خود برده است. آیا با این کار او می توان به صورت قانونی برخورد کرد و چه طور می توان برای پس گرفتن فرزندی که هنوز هفت ساله نشده است اقدام کرد؟

حضانت فرزند بعد از طلاق به وجود می آید. برای رفع این مشکل بهتر است به شورای حل اختلاف مراجعه کنید که شورا هم بر اساس نیازهای فرزند تعیین می کند نگهداری او با کدام یک از والدین باشد. می توانید از دادگاه تقاضای صدور دستور موقت مبنی بر دیدار فرزند کنید.

### آشپزی

### سنبوسه

**مواد لازم:** کره دو قاشق چای خوری، نمک یک قاشق چای خوری، آب ولرم نصف لیوان، آرد دو لیوان، گوشت چرخ کرده ۲۰۰ گرم، سبب زمینی یک عدد، پیاز دو عدد، سیر سه حبه، فلفل دلمه ای یک عدد، رب گوجه فرنگی سه قاشق غذاخوری، گشنیز دو قاشق غذاخوری، نمک و فلفل

**طرز تهیه:** سیرها و پیازها را ریز خرد کنید و در روغن تفت دهید تا نرم شود. سپس گوشت چرخ کرده و فلفل دلمه ای خرد شده را اضافه کنید، پس از این که رنگ گوشت تغییر کرد نمک، فلفل، گشنیز و رب گوجه فرنگی را اضافه کنید و تفت دهید. از روی حرارت بردارید، سبب زمینی های نگینی خرد شده را جداگانه سرخ و به گوشت اضافه کنید. داخل کاسه ای نمک، آب ولرم، کره ی آرد بریزید و با دست مخلوط کنید تا به شکل خمیری نرم در بیاید. سپس خمیر را داخل نیلون بگذارید و به مدت ۳۰ دقیقه به خمیر استراحت دهید. خمیر را پس از استراحت روی سطحی که آرد پاشیده اید با وردنه نازک پهن کنید و برش های مربعی یک اندازه ای از خمیر در آورید.

می توانید به جای تهیه این خمیر از خمیر فیلوی آماده استفاده کنید. داخل هر مربع مقداری از مایه گوشت قرار دهید و لبه های خمیر را با آب نم دار کنید و به هم بچسبانید (می توانید با فشار چنگال لبه های خمیر را محکم کنید) همه سنبوسه ها را به همین صورت آماده و در روغن فراوان سرخ و به همراه سس دلخواه سرو کنید. می توانید به جای خمیر از نان لواش برای سنبوسه استفاده کنید که در این صورت سنبوسه تردتر و برشته تری خواهید داشت. نان های لواش را به صورت طولی برش بزنید و مقداری مایه گوشت در قسمت بالایی بریزید و با زاویه ۹۰ درجه به سمت پایین تا بزنید و در روغن سرخ کنید. (در زمان قرار دادن سنبوسه در روغن با قاشق کمی سنبوسه را در روغن ثابت نگه دارید تا با شوک روغن داغ سنبوسه وا نرود).

**نکته** ها: می توانید به جای گوشت از سویا یا مخلوط مسایو گوشت و سویا استفاده کنید، بهتر است سنبوسه را اندت تهیه و سرو کنید تا طعم اصلی سنبوسه جنوب را از دست ندهید.

### نگاه

### فروش علوفه در حاشیه خیابان!

شهرکی | گویا حوالی این میدان همه چیز به فروش می رسد. یکی میوه می فروشد و دیگری سیلندر گاز، کمی آن طرف تر هم کامیونی در حال خالی کردن بار است. چند کارگر کیسه های بزرگی را بر دوش می گیرند و داخل مغازه ای کوچک و تاریک می برند. مغازه ای با تابلوی دست نویس که نشان می دهد محل فروش علوفه است. این جا را نمی توان حومه شهر نام گذاری کرد. در حوالی میدان و خیابان کوثر قرار گرفته است و با هسته مرکزی شهر شاید ۱۰ تا ۲۰ دقیقه فاصله زمانی دارد، اما همه چیز در این محله در هم به نظر می رسد و در کنار همه این شلوغی ها و به هم ریختگی ها فروش علوفه بیشتر به چشم می خورد. فروش سیلندر گاز و میوه نه در این حوالی بلکه در بیشتر مناطق زاهدان هادی شده است! اما فروش علوفه در حاشیه یک خیابان پر رفت و آمد که نزدیک به مرکز شهر است. جای تعجب دارد، گویا در خانه های



زیادی دام نگهداری می شود که داخل شهر علوفه عرضه می شود، در غیر این صورت جای فروش آن در میدان دام است که آن هم در خارج از شهر واقع است. کارگران در حال خالی کردن کامیون حاوی کیسه های علوفه هستند!

## نیازمندیهای عمومی

**به منظور رفع نیازهای روزمره شما تعداد زیادی آگهی در نیازمندیهای استان چاپ میشود از آن جایی که وظیفه این رسانه اطلاع رسانی به منظور سهولت در داد و ستد می باشد،**

**هم استانی های گرامی لذا مسئولیتی درباره محتوای آگهی ها ندارد. لطفا هنگام داد و ستد، با روشهای مقتضی، اطمینان لازم را از صحت ادعای آگهی دهندگان به دست آورید.**

خدمات شهری سیستان و بلوچستان	رستوران بانو	شستشوی مبل، موکت و فرش	انواع گچکاری پذیرفته می شود	قالیشویی تمام اتوماتیک ستایش	دکوراسیون رادیس	ایزوگام کوچگزایی	بتن آماده استاندارد	تنظیم موتور اتحاد
آدرس: تقاطع جانبازان و بزرگمهر کنار بانک صادرات	آدرس: ۰۹۳۳۶۹۴۱۵۷۱	فرش ۰۹۳۳۶۹۴۱۵۷۱	می شود ۰۹۹۰۶۶۵۷۰۰۸	آدرس: ابتدای بلوارفاصلی ۴۰متری سعادت ۰۹۱۵۹۹۱۳۴۷۰	۰۹۳۰۹۴۱۰۰۲۲	عرضه و نصب انواع عایق های رطوبتی	۰۹۱۵۶۴۲۵۳۰۳	عیب یابی با دستگاه دیاگ، انواع ماشین های ایرانی، پراید، پیکان، پژو و ... آدرس: خیابان مزاری، جنب آموزشگاه گلها
خیاطی زمره آدرس: خیابان دانش رویه روی دانش ۲۷	مبل شویی و موکت شویی عرشیا ۰۹۳۷۹۰۹۳۱۵۷	پوشاک بانو عرضه کننده جدیدترین مانتوهای روز با قیمت های مناسب از تولیدی به مصرف کننده ۰۹۲۲۶۹۹۰۳۷۱	سالن پیرایش پنج ستاره آدرس: خیابان دانشجو روبروی دانشجو ۱۲	فروش ایرانیت سیمانی ۰۹۱۲۹۴۰۷۴۸۳	نصب انواع کاغذ دیواری ۰۹۰۳۵۳۵۰۰۹۳	عایق های رطوبتی ۰۹۱۵۷۸۴۶۰۳۰	تعمیر و نصب اتواع آبگرمکن های دیواری و مخرنی در محل ۰۹۱۵۹۴۳۷۱۳۰	آرامتوربندی ساختمان،اجرای فنداسیون کامل و... ۰۹۱۵۵۴۱۵۸۲۳
درب و پنجره سازی آدرس شهرک جوشکاران ۰۹۱۵۹۴۷۴۰۹۲	فروش اقساطی و ویژه انواع اسپیلت های کم مصرف اجنرال ۰۹۱۵۹۱۶۶۲۹	نورافشانی و آتش بازی ویژه جشن ها و عروسی برای افتتاحیه و ارگان های دولتی،خصوصی وشهرداری ها و اعیادهای ملی و مذهبی ۰۹۱۳۰۲۱۲۷۰۶	سفارش انواع شیرینی پذیرفته می شود ۰۹۹۰۵۳۹۵۷۲۲	کاشی کاری مدرن ۰۹۱۵۳۴۳۵۸۲۳	لوازم آشپزخانه ایده آل خیابان شریعتی جنب خرازی ۰۹۱۵۹۶۳۸۰۰	جوشکاری سیار ۰۹۰۱۳۰۲۴۵۵۰	آرماتوربندی ساختمان،اجرای فنداسیون کامل و... ۰۹۱۵۵۴۱۵۸۲۳	فروشی یک واحد آپارتمان مسکن مهر (گلپهار) واریزی تاکنون ۱۸ میلیون تومان، فروش ۱۷ میلیون تومان ۰۹۱۵۹۱۶۵۴۴۳
پوشاک TCM آلمان بورس انواع پوشاک آلمانی مجلسی،زنانه،مدرانه و بچگانه کفش، کاپشن چهارراه رسولی- پاساژ گلستان طبقه بالا ۰۹۱۵۹۹۲۷۶۴	تعمیر و نصب انواع آبگرمکن گازی، برقی و لباسشویی، تصفیه آب سرویس گاز و ... ۰۹۱۵۵۴۹۹۱۲۴	برنج هاشمی ممتاز عرضه انواع برنج اصیل ایرانی از تولید به مصرف آدرس: بلوار معلم بین معلم عو۸	تعمیرگاه، جلوبندی و مکانیکی علی تعمیر و عیب یابی مونوو گیربکس انواع خودروهای ایران خودرو و سایپا آدرس: خیابان بهشتی شمالی ۴۲ ۰۹۱۵۳۴۱۳۷۲۴	تعمیرگاه، جلوبندی و مکانیکی علی تعمیر و عیب یابی مونوو گیربکس انواع خودروهای ایران خودرو و سایپا آدرس: خیابان بهشتی شمالی ۴۲ ۰۹۱۵۳۴۱۳۷۲۴	فروشگاه بزرگ لوازم پرندگان فروش قفس و لوازم جانبی انواع پرندگان ۰۹۳۰۷۱۹۴۹۰۴	جوشکاری سیار سیستانای انجام کلیه خدمات جوشکاری تعمیرات درب و پنجره، جوش تیرآهن، ساخت قفس پرده، ساخت قاب پتر و... ۰۹۱۵۰۴۴۱۴۲۴	ماهسان یدک تولید کننده قطعات جلوبندی خودروهای پژو، پراید، زانتیا و ... ۰۹۱۲۴۶۴۸۰۰۷	مهمترین خدمات: تعمیرات موتور، پمپ، پراید، پیکان، پژو و ... آدرس: خیابان مزاری، جنب آموزشگاه گلها ۰۹۱۵۹۱۶۵۴۴۳