

# سقف‌های لرزان بر سر ساکنان بافت فرسوده

**شهرکی** - سال ۹۲ بود که زمین در سراوان لرزید و زلزله ای به بزرگی ۷/۸ ریشتر رخ داد، به طوری که ساکنان زاهدان و دیگر شهرهای اطراف که کیلومترها دورتر از سراوان قرار داشتند هم متوجه این زمین لرزه و تخلیه ناگهانی انرژی زمین شدند. در این زمین لرزه فقط یک نفر بر اثر ریزش کوه جان خود را از دست داد. امسال هم در ۲۱ آبان ماه زمین در کرمانشاه لرزید و مردم این استان زلزله ۷/۳ ریشتری را تجربه کردندو تعداد زیادی از هم‌وطنان به دلیل از دست دادن اقوام و نزدیکان خود داغدار شدند. خانه‌های زیادی ویران و مردم زیادی هم آواره شدند. وقوع حوادث غیر مترقبه در گوشه و کنار کشور مان ممکن است رخ دهد و سیستان و بلوچستان نیز از این قاعده مستثنی نیست. زاهدان که عنوان کلان شهر یازدهم کشور را یدک می کشد، یکی از شهرهایی است که به گفته مسئولان ۳۰۰ هزار نفر از جمعیت آن در حاشیه زندگی می کنند و در بافت های هسته مرکزی شهری نیز خانه های قدیمی و فرسوده زیادی وجود دارد که هنوز هم ساکنان بسیاری در آن زندگی می کنند. بدون تردید وقوع حوادث غیر مترقبه نظیر زلزله کرمانشاه و زمین لرزه سراوان در زاهدان می تواند تبعات جبران ناپذیری به همراه داشته باشد و ساکنان بسیاری را داغدار و خانه های آن ها را روی سرشان ویران کند.

**بافت فرسوده و ناایمن در حاشیه شهر** یکی از شهروندان که در بولوار رسالت زاهدان زندگی می کند می گوید: به ساکنان این قسمت شهر حاشیه نشین می گویند، خانه های ما بسیار قدیمی است و اغلب آن ها را خودمان بدون حضور مهندس ناظر و با کمک کارگران ساختمانی ساخته ایم که بدون شک استحکام کافی را ندارد. به علاوه من و خانواده ام بیست سالی می شود که در این خانه زندگی می کنیم و خانه ای با عمر ۲۰ سال هم جزو بافت های فرسوده محسوب می شود. «احمد.ش» ادامه می دهد: در زمستان هنگامی که باران می بارد خانه های ما دچار مشکل می شود و توان تحمل کردن باران های زاهدان را ندارد. اگر زلزله ای در این شهر رخ دهد حتما این خانه ها بر سر ساکنان آوار خواهد شد و خسارات زیادی در حاشیه شهر به جامی گذارد.

##### هزینه های میلیونی پروانه ساخت

یکی دیگر از شهروندان به خبرنگار ما اظهار می کند: در خیابان پهلوانی زندگی می کنم و خانه ام ۳۰ سال پیش ساخته شده است. در این خیابان خانه های قدیمی زیادی واقع که سال ها پیش جزو بافت فرسوده قرار گرفته است. اما مالکان آن ها توان بهسازی و نوسازی

آن را ندارند زیرا هزینه های ناشی از نوسازی زیاد است و از عهده این مخارج بر نمی آیم. «باسر.ی» تصریح می کند: برای نوسازی این خانه ها باید پروانه ساخت از شهرداری دریافت شود که بین ۱۵ تا ۲۰ میلیون تومان بسته به متر از زمین و منطقه شهری نیاز دارد که این رقم برای بسیاری از ساکنان بالاست. اگرچه بارها برای نوسازی اقدام کرده اما نتوانسته ام به نتیجه ای برسم، به همین دلیل از نوسازی خانه فرسوده ام دست کشیدم.

##### زندگی در خانه های قدیمی و فرسوده

شهروند دیگر زاهدانی که به گفته خود از سال ۵۵ ساکن خیابان مرادقلی است می گوید: این خیابان یکی از محله های قدیمی زاهدان است و خانه های آن اغلب قدیمی است و حداقل ۳۰ تا ۴۰ سال از ساخت آن می گذرد. به ندرت خانه ای پیدای می شود که مالکان آن برای نوسازی و بازسازی بنا اقدام کرده باشند، زیرا هزینه های این کار زیاد است، به همین دلیل اغلب مردم این کار را انجام نمی دهند. «موسی.م» خاطرنشان می کند: وضعیت اقتصادی اغلب ساکنان این منطقه در حدی نیست که بتوانند خانه خود را خراب کنند و دوباره آن را از نو سازند زیرا عوارضی که باید برای نوسازی و دریافت پروانه احداث پرداخت کنند زیاد و از توان مالی



آن ها خارج است به همین دلیل ترجیح می دهند در همان بافت های قدیمی و فرسوده زندگی کنند. اگرچه امکان ریزش این خانه ها با اندک زلزله ای وجود دارد اما مردم به دلیل نداشتن تمکن کافی نمی توانند خانه های خود را ایمن سازی کنند.

##### ۵۰ درصد تخفیف پروانه ساخت در بافت فرسوده

مدیرعامل سازمان بهسازی و نوسازی شهرداری زاهدان هم به خبرنگار ما می گوید: طبق قانون و مصوبه دولت برای صدور پروانه ساخت در کاربری های مسکونی ۵۰ درصد تخفیف به مالکان ها ارائه می شود این مصوبه از سال ۸۸ لازم الاجرا و برای این منظور به شهروندان اطلاع رسانی شده است. «مهدی خاشی» ادامه می دهد: با توجه به بافت های فرسوده شهری زیاد در زاهدان مهم ترین اقدامی که برای کاهش هزینه های مردم برای نوسازی بنا انجام شده این است که صدور پروانه ساخت با تخفیف ۵۰ درصد برای مالکان اعمال می شود. وی با بیان این که هر یک از مالکان که برای نوسازی بافت فرسوده خود به شهرداری مراجعه می کنند از این تخفیف بهره مند می شود. می افزاید: مهم ترین دلیلی که موجب کندی در روند نوسازی بافت های فرسوده زاهدان می شود مراجعه نکردن مردم است.



و اهالی محل برای راحتی کار خود آن مکان را به محلی برای دیوبی زباله ها و نخاله های خود تبدیل می کنند. دیوبی زباله های ساختمانی در محله ها موجب زشت شدن چهره شهر، افزایش آلودگی و گرد و خاک می شود. هم مالکان منازل مترو که باید نخاله های حاصل از فرو ریختن دیوارهای منزل خود را جمع آوری کنند و به محل های تعیین شده انتقال دهند هم مردم نباید هنگام مواجهه با این زمین ها و خانه ها آن را به محل دیوبی زباله ها و نخاله های ساختمانی خود تبدیل کنند تا چهره آن محل نازیبا نشود.






دارد. برگ های گل بنفشه ضد تومور است. گیاهانی مانند زرماری، آویشن، مریم گلی، گیاه جینکو، گزنه، زنجبیل و جعفری نیز خواص آنتی اکسیدانی دارد و از آسیب های ناشی از رادیکال های آزاد که موجب بروز سرطان پوست می شود پیشگیری می کند. **توصیه برای پیشگیری از سرطان پوست:** با وجود این که طبیعت، ساختارمند است و داروهای گیاهی فراوانی در اختیار بشر قرار داده اما زمانی که پای بیماری های جدی و سرطان در میان است باید به پزشک‌تان اعتماد کنید. در کنار آن می توانید از این گیاهان به صورت در مان مکمل و برای پیشگیری از ابتلا به این نوع سرطان استفاده کنید. عامل مهمی که در سلامت پوستتان نقش دارد سبک زندگی شماست. اگر تغذیه سالمی داشته باشید، ورزش کنید، به فکر سلامت روح و روانتان باشید، استرس تان را کاهش دهید. قدم بزرگی در ارتقای سلامت خود و پیشگیری از ابتلا به سرطان برداشته اید. برای پیشگیری از سرطان پوست همواره نیم ساعت قبل از خروج از منزل کرم ضد آفتاب استفاده کنید و رژیم غذایی تان را سرشار از میوه ها و سبزیجات تازه کنید.

**چای سبز:** چای سبز در بین بردن سلول هایی که در مراحل ابتدایی سرطان پوست، مثانه، مری، تخمدان ها و پانکراس قرار دارند نقش مؤثری دارد. استفاده موضعی از چای سبزی روی پوست برای مقابله با اثرات اشعه ماورای بنفش مفید است. بعد از مصرف چای سبز می توانید مقداری از آن را خنک کنید و با پنبه به پوستتان بزنید. **گیاه خار مریم:** گیاه خار مریم خواص آنتی اکسیدانی و ضد التهابی بالایی دارد و به تقویت دستگاه ایمنی بدن کمک می کند. این گیاه حاوی ترکیباتی مانند سیلیمارین، تیرامین، هیستامین، عصاره های روغنی، روغنی پروتئینیک، فلاوونوئیدها، موسیلار و ... است و سبب پیشگیری از رشد انواع تومور ها و مانع از عوالمی می شود که در رشد سرطان پوست و پروستات نقش دارند. می توانید از ساقه، برگ ها، ریشه و گل های این گیاه استفاده کنید و آن را به صورت ماسک روی پوست قرار دهید. این کار در پیشگیری از سرطان پوست نقش دارد.

**دیگر گیاهان ضد سرطان پوست:** گیاهان دیگری نیز وجود دارد که در پیشگیری از بروز سرطان پوست نقش

روزنامه سیستان و بلوچستان رتبه هشتم نشریات استانی سرپرستی زاهدان	صاحب امتیاز	موسسه فرهنگی هنری خراسان
نظیف آگهی و انتشارات.	مدیر مسئول	محمد سعید احدیان
نظیف مسئول تحریریه:	سرمدین:	علی ولی زاده
نمایر تحریریه:	دفتر مرکزی:	مشهد، بلوار سازمان اب
نظیف های تحریریه:	مصدوق بیستی:	۵۱۱-۹۱۷۳۵
نظیف و نمایر سرپرست دفتر:	نظیف:	۰۵۱- ۳۷۶۴۴۰۰۰
شهر چاپ خراسان	نمایر شهرستان ها:	۰۵۱ ۳۷۶۴۴۳۴۴
چاپخانه:	پایگاه:	۳۰۰۰۹۹۹

امروز	اوقات شرعی به افاق زاهدان	فردا	امروز	زاهدان	فردا
۰۴:۴۰	اذان صبح	..... ۰۴:۴۱			
۰۶:۰۳	طلوع آفتاب	..... ۰۶:۰۳			
۱۱:۱۵	اذان ظهر	..... ۱۱:۱۵			
۱۶:۲۷	غروب آفتاب	..... ۱۶:۲۷			
۱۶:۴۵	اذان مغرب	..... ۱۶:۴۵			

### مشاور پزشکی

### ابهام جنسیتی جنین

در هفته ۱۸ بارداری هستم و در سونوگرافی پزشک ابتدا گفت فرزندم دختر است، هفته ۲۰ هم سونوگرافی انجام شد و اعلام کرد که احتمال پسر بودن جنین زیاد است و نیز احتمال ابهام جنسیتی. هفته ۲۱ توسط سونوی سه بعدی تشخیص ابهام جنسیتی داده شد و دلیل این ابهام بعد از مشاوره ژنتیک داروهای هورمونی ضد سقط اول بارداری گزارش شد. ممکن است تا آخر بارداری این مشکل رفع شود؟

**دکتر مرجان قاجار، متخصص زنان و زایمان:** اگر منظور شما از ابهام جنسیتی این است که آلت تناسلی به صورت واضح معلوم نیست، باید گفت که آلت تناسلی اندامی است که تشکیل شده است و عوض نمی‌شود. با پزشک‌تان مشورت کنید، گاهی در این موارد پیشنهاد انجام آزمایش ژنتیک داده می‌شود تا جنسیت کروموزومی جنین مشخص شود.

### مشاور حقوقی

### تخلیه ملک از سوی مالک

مالکان در چه صورتی می توانند ملک خود را که در تصرف مستاجر است با سرعت تخلیه کنند؟
**حوریه معلم‌بندانی، مشاور حقوقی:** برای تخلیه فوری ملک به شرایط زیر توجه کنید:
قرار داد اجاره غیر رسمی (یعنی در دفتر خانه استاد رسمی تنظیم نشده باشد)
حال این قرار داد توسط موجر و مستاجر روی یک برگ کاغذ یا توسط دفاتر آژانس املاک (بنگاه های املاک) تنظیم شده باشد، در این صورت تفاوتی نمی کند، اما حتماً باید علاوه بر موجر و مستاجر دو نفر شاهد قرارداد را امضا کرده باشند.
در صورتی که مدت اجاره منقضی شده باشد، یا مستاجر از پرداخت بیش از سه ماه مبلغ اجاره، امتناع ورزد.
در صورت شرط انتقال ندادن، به غیر اجاره داده باشد.
محل مورد اجاره را مورد استفاده (غیر مشروع) کرده باشد یا به هر دلیل دیگر موجر می تواند در عریضه خود (دادخواست) به شورای حل اختلاف محل وقوع ملک مراجعه کند و خواسته خود را دستور تخلیه بنویسد، نه حکم تخلیه و پس از بررسی مرجع قضایی دستور تخلیه ملک صادر می شود.
اگر تقاضای حکم کند، حکم تخلیه صادر می شود که با صدور این حکم با مهلت ۲۰ روز حق تجدید نظر خواهی اعتراض ایجاد می شود و پس از طی مدت طولانی، چنانچه حکم به نفع مالک صادر شود پس از آن مالک باید تقاضای صدور اجرائیه کند. در اجرائیه باز مهلت ۱۰ روز اعتراض باید طی شود. چنان چه اعتراض به اجرائیه نشود یا اعتراض شود اما اعتراض او پذیرفته نشود، در این صورت تخلیه ملک انجام می شود. بنابراین با قدری تامل میان خواسته دستور تخلیه و حکم تخلیه در انجام تخلیه و فوریت آن خواهید دید که چه قدر تفاوت وجود دارد.

### کدبانو

### راهکارهای آسان

- \* اگر شیشه اتاق‌تان دچار شکستگی سطحی شده است می توانید برای پوشاندن سوراخ ایجاد شده به طور موقت روی آن نوار چسب بی رنگ بچسبانید.
- \* اگر سی دی یا دی وی دی را مکرر استفاده کرده اید و داغ کرده است باید آن را در معرض باد سرد سشوار به مدت چند دقیقه بگیرید اگر در خودرو هستید آن را مدتی رو به روی کولر یا خارج از پنجره نگه دارید.
- \* برای آن که بوی بد دهان را از بین ببرید همیشه از نخ دندان همراه با مسواک استفاده کنید.
- \* بقایای بعضی از غذاها که موله بوی بد است لایه لای دندان ها می ماندو با مسواک زدن معمولی پاک نمی شوند.
- \* برای شستن میوه ها اگر مواد مخصوص در اختیار ندارید کمی نمک در آب بریزید و مدتی میوه ها را در آن قرار دهید.
- \* اگر کشوهای میزهای چوبی به راحتی باز و بسته نمی شود آن را کاملاً درآور دید و اطراف لولاهای آن کمی صابون خشک بمالید، صابون سطح لولاه را لغزنده می کند.
- \* بعضی ها دوست دارند که میل های چوبیشان قدیمی و آنتیک به نظر آید برای این کار بهتر است کمی دودره ا با لاک الکل مخلوط کنید و روی چوب ها بکشید. این مخلوط شکل چوب را قدیمی تر می کند.
- \* اگر روی میزهای چوبی کمی خش افتاده است می توانید روی خش ها مداد شمعی هم رنگ بمالید. اگر روی بدنه میل های پارچه ای، فرورفتگی های سطحی ایجاد شده است می توانید با استفاده از اتوی بخار آن را مرمت کنید.
- \* اگر می خواهید شیشه پنجره ها کاملاً پاک و درخشان شود برای تمیز کردن آن از مخلوط یک دوم فنان آمونیاک، یک فنجان سرکه سفید و دو قاشق غذاخوری آرد درت در یک سطل آب گرم استفاده کنید.

# از تخفیف ویژه بر خوردار شوید

# درج آگهی نیازمندی با

# طرح و رنگ متمایز

**دفتر پذیرش: زاهدان، خیابان مولوی، نبش مولوی ۲۱    تلفن: ۶۰-۳۳۲۱۷۸۶۵**

