روزنامه سیستان و بلوچستان

اوقات شرعی به افق زاهدان
امروز: اذان صبح: ۴:۱۹ طلوع آفتاب: ۵:۴۴ اذان ظهر: ۱۲:۳۳ غروب آفتاب: ۱۹:۰۲ اذان مغرب: ۱۹:۲۰
فردا: اذان صبح: ۴:۱۸ طلوع آفتاب: ۵:۴۳ اذان ظهر: ۱۲:۲۳ غروب آفتاب: ۱۹:۰۳ اذان مغرب: ۱۹:۲۱

آب و هوای زاهدان
امروز ۳۳ ۱۶
فردا ۳۱ ۱۵

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

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
چاپخانه: شهرچاپ خراسان

تلفن: ۰۵۱-۳۷۶۳۴۰۰۰
نمابر شهرستان‌ها: ۰۵۱ ۳۷۶۷۴۳۳۴
پیامک: ۲۰۰۰۰۹۹۹
www.khorasannews.com
e-mail:info@khorasannews.com

سه شنبه ۱۱ اردیبهشت ۱۴۰۱.۱۳۹۷ شعبان ۱۴۳۹ . شماره ۱۱۰۹

هم کلامی با معلمان مناطق محروم

شوق آموزش در اوج محرومیت

شهرکی

عاشق کارت که باشی حتی اگر قرار باشد در دورترین نقطه استان هم مشغول به خدمت شوی با جان و دل می روی. خانه ات می شود همان دورترین نقطه استان و تو با مردمان همان جا انس می گیری. عاشق کارت که باشی برایت فرقی نمی کند که هر روز مجبوری مسافت زیادی را بپیمایی تا به محل کارت در روستا برسی و به دانش آموزان آن جا الفبای عشق و ایثار را بیاموزی. این سختی را با تمام وجود می پذیری و راهت را ادامه می دهی تا نقشی داشته باشی در اعتلای فرزندان این مرز و بوم. دلت به شوق همان کودکی می تپد که قلم را در دست می گیرد و می خواهد با کمک تو مشق زندگی بیاموزد. راه هرچه قدر طولانی، معیشت هرچه قدر سخت باشد تو ادامه می دهی زیرا متعهد شده ای به تعلیم دانش آموزانی که در اوج محرومیت استعدادهای زیادی دارند.

سختی راه و حوادث

«ملیحه راشکی» متولد ۷۰ است و در پایه دوم ابتدایی تدریس می کند. سال ۹۱ در دانشگاه فرهنگیان رشته آموزش ابتدایی علوم تربیتی پذیرفته شد و سال ۹۵ هم تدریس در مقطع ابتدایی را آغاز کرد. او که در مدرسه شهدای بانک مسکن میرجاوه تدریس می کند به خبرنگار ما می گوید: در زاهدان زندگی می کنم و برای رفت و آمد به محل کار دو ساعت در مسیر میرجاوه - زاهدان هستم. وی ادامه می دهد: این جاده ترانزیتی است و خودروهای سنگین زیادی در رفت و آمد هستند. سرعت و سبقت های زیاد سبب تصادف می شود. من هم آبان ماه سال گذشته در این مسیر تصادف کردم. در این حادثه دچار آسیب دیدگی دو دیسک در گردن و دو دیسک میان مهره های پنج، شش و هفت، پارگی تاندون شانه، خونریزی چشم و ترک استخوان گونه شدم.

محرومیت در اوج

وی بیان می کند: ۳۰ دانش آموز دارم، برخی دانش آموزان به دلیل رسیدگی نکردن خانواده ها و مشکلات خانوادگی به درس علاقه ای ندارند، اما استعداد زیادی دارند. همراهی با دانش آموزان من را به معلمی بسیار علاقه مند کرد. هنگامی که در آخر سال تحصیلی نتیجه یک سال تلاش را در دانش آموز می بینم بسیار خوشحال می شوم. برخی از دانش آموزانم تلاش می کنند و درس می خوانند و برای تشویق آن ها گاهی برایشان کادو و جایزه می خرم و نمره خوبی به آن ها می دهم.وی اظهار می کند: گاهی برخی خانواده ها توجه کمی به فرزندان دارند، به همین دلیل محبت معلم آن ها را به سمت خود جذب و علاقه مند به درس می کند. دانش آموزان مدرسه ما مشکل مالی زیادی دارند و بسیاری از آن ها فقط با یارانه زندگی می کنند. برخی از آن ها لباس، کفش یا لوازم تحریر مناسبی ندارند که گاهی خودم برای آن ها تهیه می کنم و با کمک مالی دیگر همکاران برای نیازمندان کفش، کیف و لباس گرم فراهم می کنیم. این معلم می گوید: یکی از دغدغه هایم دور بودن کار از محل زندگی است. این عامل شادابی معلم را کم می کند، زود بیدار شدن و دیر رسیدن به خانه معلم را خسته و دل زده می کند. ما دو ساعت از روز را در رفت و آمد هستیم. امیدوارم هر فردی در همان محلی که زندگی می کند مشغول به کار شود تا بازدهی بیشتری داشته باشد. وی تصریح می کند: از دیگران خواهش می کنم به دنبال زیر سوال بردن عملکرد معلمان نباشند و به آن ها فشار و استرس وارد نکنند. فعالیت معلم زیاد است و حقوق دریافتی معادل کار وی نیست.

یکی از معلمان: ای کاش مسئولان به فکر مناطق محروم هم می بودند و امکانات آموزشی فقط برای شهرها صرف نمی شد

زیر ساخت های ضعیف آموزشی

«عایشه زارعی» یکی دیگر از معلمان سیستان و بلوچستان است که فوق لیسانس زبان و ادبیات فارسی دارد. او که از طریق آزمون استخدامی وارد آموزش و پرورش شده است اولین سال تدریس خود را در روستای دستگرد بنت نیکشهر و در مقطع متوسطه اول (راهنمایی) با تدریس ادبیات سپری می کند.وی ادامه می دهد: معلم سرا در بنت واقع شده است و تا روستا نیم ساعتی فاصله دارد و راه ناهموار است، جاده خاکی و رودخانه در نزدیکی روستا رفت و آمد را سخت تر هم می کند. وی تصریح می کند: تدریس در روستا در مقابل شهر سختی های زیادی دارد. مدرسه ما امکانات کافی ندارد، وضعیت کلاس های آن مناسب نیست، دو مقطع متوسطه یک و دو در یک ساختمان واقع شده اند. سرویس بهداشتی در مدرسه نداریم و گاهی هم آب در دسترس نیست، فضای آموزشی آن هم کتابخانه، نمازخانه و فضای سبز ندارد. وی می گوید: یکی از مشکلات پایه ای دانش آموزان در این روستا تلفظ در حروف است. به دلیل آن که در مقطع ابتدایی این کار را به درستی نیاموخته اند و دو زبانه هستند. برخی از حروف در زبان بلوچی نیست، اما دانش آموزان اول راهنمایی در تلفظ برخی حروف مشکل دارند.

این معلم ادامه می دهد: برخی دانش آموزان بسیار با استعداد هستند، اما به لحاظ مالی شرایط سختی دارند و پولی برای تامین نیازهای خود و خوراکی روزانه هم ندارند. به همین دلیل گاهی با کمک مالی دیگر همکاران برای آن ها خوراکی یا لوازم مورد نیاز تهیه می کنیم و گاهی هم به دانش آموزانی که بسیار نیازمند هستند کمک مالی می شود. وی تصریح می کند: در مدرسه ما در دو مقطع متوسطه یک و دو که شامل پایه های ۷، ۸، ۹، ۱۰ و ۱۱ است ۷۵ دانش آموز مشغول تحصیل هستند.
وی اظهار می کند: نداشتن کتابخانه سبب شده است دانش آموزان به کتاب های غیر درسی دسترسی نداشته باشند. سیستم های کامپیوتری و اینترنت در این روستا نیست و دانش آموزان به فضای مجازی دسترسی ندارند و نمی توانند برای دروس خود تحقیق کنند. به علاوه برای زنگ های ورزش تنها وسیله ای که دارند توپ و طناب است که کافی نیست.

مسئولان به آموزش در مناطق محروم اهمیت بیشتری دهند

«نصرتی زاده» هم یکی دیگر از معلمانی است که در روستا تدریس می کند. وی ۱۰ سال در این حرفه مشغول به کار بود و در سال های اول شروع کارش در مقطع ابتدایی تدریس داشت و پس از آن در رشته علوم اجتماعی درس می داد و اکنون معلم مدرسه است. وی که لیسانس علوم اجتماعی دارد می گوید: هفت سال از این مدت را در روستا تدریس می کنم، مشکلات روستا خیلی زیاد است و در روستایی که ما مشغول به کار هستیم به دلیل این که اینترنت وجود ندارد کارهای مدرسه را با فلش به شهر می آوریم و انجام می دهیم. دسترسی نداشتن به فضای مجازی مشکلات را بیشتر کرده است. وی تصریح می کند: رفت و آمد یکی دیگر از مشکلاتی است که معلمان روستا با آن درگیر هستند. بسیاری از همکاران ما هزینه زیادی را صرف رفت و آمد می کنند و من هم اگر چه مدیر مدرسه هستم اما در این هفت سال با موتور به مدرسه رفت و آمد داشتم. خودم در بنت زندگی می کنم که ۱۶ کیلومتر با روستای محل کارم فاصله دارد.وی درباره ساختمان مدرسه هم می گوید: مدرسه ما هر سه مقطع ابتدایی، متوسطه اول و دوم را پوشش می دهد و مانند بسیاری از روستاها آب هم ندارد. ای کاش مسئولان به فکر مناطق محروم هم می بودند و امکانات آموزشی فقط برای شهرها صرف نمی شد. دانش آموزان ما از نظر خانوادگی و آسیب های اجتماعی مشکلات زیادی دارند و لازم است مسئولان به آموزش در مناطق محروم اهمیت بیشتری دهند.

یکی از معلمان: یکی از دغدغه هایم دور بودن کار از محل زندگی است. این عامل شادابی معلم را کم می کند، زود بیدار شدن و دیر رسیدن به خانه معلم را خسته و دل‌زده می کند. ما دو ساعت از روز را در رفت و آمد هستیم. امیدوارم هر فردی در همان محلی که زندگی می کند مشغول به کار شود تا بازدهی بیشتری داشته باشد

مشاور پزشکی

زمان تست تحمل گلوکز

زمان انجام تست تحمل گلوکز در بارداری چند هفتگی است؟

دکتر فریبا الماسی، متخصص زنان: تست تحمل گلوکز در همه خانم های باردار در هفته ۲۴ بارداری انجام می‌شود. در خانم هایی که سابقه مرگ داخل رحمی یا سن بالای ۳۵ سال دارند یا چاق هستند بهتر است که تست در اوایل بارداری هم انجام شود.

درمان کیست هموراژیک

مجرد هستم و ۱۷ سال دارم. دو کیست هموراژیک داشتم و قرص مصرف کردم. اما در سونوگرافی کیست دیده نشد. در حالی که همه علایم کیست را دارم. آیا امکان اشتباه بودن جواب سونوگرافی وجود دارد؟

دکتر سمیه یگانه، متخصص زنان: جواب سونوگرافی صحیح است بیشتر کیست ها در یک تا دو سیکل از بین می رود و قرص های جلوگیری این زمان را کوتاه تر می‌کند، احتمال دارد دردهای شما با منشا سندروم تخمدان پلی کیستیک و به دلیل بزرگ شدن اندازه خود تخمدان ها یا عفونت های لگنی یا گوارشی باشد. باید مراجعه حضوری داشته باشید.

مشاور حقوقی

نفقه‌زن هنگام ترک خانه

با همسرم بحث کردم و هنگامی که در خانه نبودم مادرش بدون اجازه او را به خانه خودش برده و درخواست نفقه کرده است. آیا به همسرم نفقه تعلق می گیرد؟

شیرین کریمی، کارشناس حقوق: در صورتی که همسرتان بدون اجازه و عذر موجه منزل را ترک کرده باشد شما می توانید دادخواست الزام به تمکین مطرح کنید. در صورت تمکین نکردن و با رای دادگاه وی ناشزه خواهد بود و نفقه به او تعلق نمی گیرد.

آشپزی

کوفته کدو سبز

مواد لازم برای چهار نفر: روغن زیتون سه قاشق سوپ خوری، سیر ریز خرد شده دو حبه، کدو سبز رنده شده دو عدد، نمک یک قاشق چای خوری، فلفل سیاه پودر شده یک دوم قاشق چای خوری، تخم مرغ یک عدد، برگ ریحان ریز خرد شده سه قاشق سوپ خوری، پودر سوخاری یک پیمانه، پنیر پارمزان رنده شده یک چهارم پیمانه

مواد لازم سس کوفته کدوسبز : فلفل قرمز ریز خرد شده دو قاشق سوپ خوری، گوجه فرنگی پوست کنده و پوره شده دو پیمانه، فلفل سیاه پودر شده و نمک

طرز تهیه :دو قاشق سوپ خوری روغن زیتون را در ظرف مناسبی روی حرارت گرم کنید. سیر ریز خرد شده را حدود یک دقیقه در روغن تفت دهید. کدو سبز رنده شده را اضافه کنید و حدود ۱۰ دقیقه تفت دهید. نمک و فلفل سیاه را بیفزایید و ظرف را از روی حرارت بردارید. تا حد ممکن آب کدو سبز را با فشار دادن آن بگیرید. تخم مرغ، برگ ریحان ریز خرد شده، پودر سوخاری و پنیر پارمزان را به آن اضافه و مخلوط کنید. مواد را ورز دهید سپس گلوله های کوچکی را از آن جدا کنید و در سینی فر بچینید. آن را حدود ۱۰ دقیقه در فر از قبل گرم شده با دمای ۱۸۰ درجه سانتی گراد (۳۵۰ درجه فارنهایت) قرار دهید تا طلایی و برشته شود. برای تهیه سس، فلفل قرمز ریز خرد شده را با گوجه فرنگی پوره شده در مخلوط کن، مخلوط کنید تا صاف و یک دست بشوند. سپس این مخلوط را به یک قاشق سوپ خوری روغن زیتون روی حرارت متوسط اضافه کنید و حدود پنج دقیقه بپزید. نمک و فلفل سیاه بزنید. کوفته ها را به ظرف مناسبی انتقال دهید و سس را روی آن بریزید و در صورت تمایل با برگ ریحان تازه تزیین و سرو کنید.

سیستان و بلوچستان
نیازمندیهای عمومی

هم استانی های گرامی
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، 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
فروش تایلون کشاورزی کفی و رویی ۰۹۱۳۸۳۶۲۹۶۸
وانت بار تلفنی البرز حمل کالا و لوازم منزل ۰۹۱۵۰۴۲۰۱۸۱
به یک پیک موتوری جهت کار در غذای آماده نیازمندیم ۰۹۱۵۷۳۲۲۱۰۵
کابل کشی شبکه پذیرفته می شود ۰۹۱۵۱۴۹۱۵۵۷
مشاور املاک لوکس آدرس: زیباشهر - خیابان البرز، البرز۱۵
تقاشی ساختمان تفتان رنگ های داخلی ساختمان نیمه پلاستیک.تمام پلاستیک، روغنی، اکرولیک، جلا و... ۰۹۰۲۷۶۱۸۱۷۳
ارزان سرای پارسا خیابان مولوی، نبش مولوی۳۱ ۰۹۱۵۱۹۱۲۶۴۱
خدمات کشاورزی و باغداری مکران انواع کود، بذر و سموم کشاورزی، انواع نهال های درختان و ... ۰۹۳۹۸۳۵۲۸۸۱
فلز تراشی عدل ارائه خدمات جوشکاری ۰۹۱۵۶۰۸۷۶۲۷
مبل شویی عرشیا ۰۹۳۷۹۰۹۳۱۵۷
فروش سنگ منگنز ۰۹۲۱۲۹۸۶۵۷۴
آموزش نقشه برداری ۰۹۱۷۷۶۲۳۶۲۴
شیشه بری شیخ حسینی آماده ارائه انجام کارهای درب برقی سکوریتی، کرکره برقی، پنجره upvc دوجداره در استان ۰۹۳۸۱۳۸۲۳۲۴
گالری بابانوئل در ایرانشهر عرضه کلیه لوازم کادویی و دکوری ۰۹۱۶۰۸۲۴۵۳۵
طراحی و انجام کلیه امور کاشی و سرامیک کاری اعم از دیوار و کف بین کابینت، آنتیک، سه بعدی، نصب تابلو، منظره و آیات قرآنی بر روی دیوار گچی و ... پذیرفته می شود ۰۹۱۵۲۸۰۲۸۲۴
نصب ویندوز،آنتی ویروس، نرم افزار و... ۰۹۳۳۱۴۱۵۴۷۸
گالری متین آدرس: چهارراه رسولی پاساژ گلستان طبقه همکف
کارگاه صافکاری مبین صافکاری انواع خودرو ایرانی خارجی ۰۹۱۵۷۴۳۸۱۸۷
استیل پرتر مرکز فروش نرده و حفاظ استیل در استان آدرس:زاهدان، حدفاصل بزرگمهر ۱۸ و ۲۰ ۰۹۱۵۳۴۰۶۰۰۷
کلیه امور فضای سبز از طراحی، اجرا، خاک ریزی، کوددهی، محلول پاشی، کشت، نگهداری، هرس واصلاح ونژتین نخل زینتی و... پذیرفته می شود ۰۹۰۱۴۸۰۳۰۰۷
کار کاشی، سرامیک، سنگ، سنگ آنتیک و نما پذیرفته می شود ۰۹۱۵۹۴۴۷۴۵۸
کارت عروسی کلاس آدرس خیابان مصطفی خمینی حدفاصل مولوی و بهشتی
ترجمه متون عمومی ۰۹۳۸۸۸۸۱۷۸۶
سمساری هامون خیابان مولوی حسین بر، حسین بر۴ تقاطع پاسداران و حسین بر۲ ۰۹۱۵۵۴۹۹۳۶۲
گالری ستاره کیش آدرس: خیابان امیرالمومنین ۱۱ روبروی بیمارستان بوعلی
نصب انواع موکت وکناره برای ادارات دولتی و خصوصی، منازل و نصب انواع کناره برای انواع راه پله ۰۹۳۸۰۳۰۷۱۶۵
پیتزا پاریس زیباشهر - نبش بهارستان ۲ سفارشات ۰۵۴۳۳۲۸۶۱۰۳
مانتوسرای پوشینکو آدرس: خیابان دانش۸ ۰۹۳۶۰۹۸۲۹۲۹

فروشی اکازیون
۱۶۴/۷۵ متر مساحت - ۱۰۲متر تجاری دائم
در بهترین منطقه تجاری برای نمایشگاه اتومبیل و خرید و فروش
اتومبیل های لوکس در شهر مشهد
۰۹۳۵۶۶۳۳۰۷۹

از تخفیف ویژه برخوردار شوید
درج آگهی نیازمندی با
طرح و رنگ متمایز
بازار
دفتر پذیرش: زاهدان، خیابان مولوی، نبش مولوی ۲۱ تلفن: ۶-۳۳۲۱۷۸۶۵