

داستان قطع آب در زاهدان هر سال با شروع گرما تکرار می شود. قطع آب در بسیاری از مناطق شهر در ساعات طولانی و اعلام نکردن برنامه آن از سوی شرکت آب و فاضلاب شهری موضوعی است که ناراضیاتی بسیاری از شهروندان را به همراه دارد. برخی از آن ها برای مقابله با بی آبی اقدام به خرید منبع آب و ذخیره سازی می کنند و بسیاری هم گالن به دست، از تانکرهای آبرسانی در نقاط مختلف شهر استفاده می کنند. سالی گذشته آبی شبیه به نمک سیلندرهای گاز که میانه سال در دسترسان ما بوده است، با مواج هستند.

**قطعی چند ساعته آب در برخی محله ها**

علی ابراهیمی، یکی از شهروندان اهردانی به خبرنگار می گوید: متأسفانه هر روز شاهد قطع چند ساعته آب در محله جابازار از اهلمان هستیم این در حالی است که با یکساعت گویی مناسبی در این زمینه انجام نمی شود حتی تماس های مکرری که با شماره ۱۲۲ داشتم بی پاسخ ماند و می گویند قطعی آب در محله وجود ندارد، در حالی که مردم ساعت های زیادی در این محله ها هستند. قطعی شهروندان ساکن کن خیابان بردهن بی بیان می کند: یکی از مشکلات این محله در ماه مبارک رمضان بسیار آزاد هستند و بود و با وجود روزه داری و گرمی هوا نمی توانستیم از کولرهای آبی استفاده کنیم. در حالی که مسئولان انتظار داشتیم حداقل در ماه مبارک رمضان اهرسانی به مناطق مختلف را مدیریت کنند تا در هنگام روزه به این مناطق گرم با بی آبی رو به رو نشویم. ارحیمی تصریح می کند: این قطعی های مقطعی در روزه هنوز هم ادامه دارد و فقط مختص ماه رمضان نبود. در صورتی که نیاز به قطع آب برخی از مناطق است ابداع این موضوع از سوی شرکت آب و فاضلاب شهری اهردانی شده است. شهروندان به فکر ذخیره سازی باشند. به علاوه لازم است قطع آب میان محله ها تقسیم شود تا ناراضی کمتری

ایجاد شود. زیرا ساکنان بسیاری از محله های شهر قطع آب ندارند.

**ذخیره سازی آب**  
«افشین مظاهری»، دیگر شهروندی است که اظهار می کند: قطع آب در برخی نقاط زاهدان به دلیل شکستگی لوله ها ناشی از بافت فرسوده شبکه آب

شهری زاهدان است و این را به وضوح می توان در خیابان  
تاشجو دید و لازم است در این زمینه اقدام شود. هر چند  
وقت یک بار در یک منطقه خبر شستگی لوله آب به گوش  
می رسد که آب زیادی هم به هدر می رود. «حمید. ش»  
از ساکنان خیابان کریمپور نیز می گوید: ماه رمضان و  
تابستان سال گذشته قطعاً و افت فشار آب داشتیم و اگر  
چه بارها این موضوع را به شرکت آب و فاضلاب شهری

## آشپزی

## ته چین شوید با قلا با مرغ

**مواد لازم:** برنج دو پیمانه، زرده تخم مرغ دو عدد، ماست یک پیمانه، زعفران دو کرده شش قاشق سوپ سهوی، باقلا پخته یک پیمانه، پنیر خشک یک دوم پیمانه، سرخ مرغ پخته یک عدد، پیاز سرخ شده یک عدد، نمک روغن، کره.

**طرز تهیه:** برنج را از یک تا دو ساعت قبل خیس کنید. در یک قابلمه مقداری آب بریزید و روی حرارت درآهید تا جوش بیاید. ماست، سرخ مرغ و داخل آن بریزید. نمک کنید تا آماده آب کشی شود، سپس داخل سیدی بریزید. در یک ظرف مناسب و سبک، زعفران، زرده آب تخم مرغ و باقلا بریزان لازم، نمک و پیاز خوب با هم مخلوط کنید. سپس با زرده اضافه و به صورت دورانی مواد را با هم مخلوط کنید تا همه یکدست آشفته به ود شود. در یک ظرف دیگر مرغ را خرد کنید. پیاز داغ، باقلا و شنبلیله را هم اضافه و مخلوط کنید. یک قابلمه مناسب انتخاب کنید که تنجین به راحتی از

داخل آن برگرده. مقداری روغن کف قابله بریزید. حالا باید سپس از مخلوط برنج را داخل قابله بریزید و پخش کنید، سپس مخلوط مرغ را بریزید. بعد بقیه مخلوط برنج را بریزید و خوب پخش کنید تا مخلوط مرغ را بپوشاند. بشت قاشق ته چین را کمی فشرده کنید. در انتها چند تکه کره روی ته چین بگذارید. قابله را روی شعله پخش کن بگذارید و حدود ۴۵ دقیقه صبر کنید تا ته چین با شعله کم بکشد، سپس اگاز را بردارید و خاموش کنید، ته چین را داخل ظرف مورد نظرتان برگرانید و سرو کنید.



## مشاور پزشکی

## اوتیسم در کودکان

**اختلال طیف اوتیسم، اختلال عصبی- رشدی** است که در دوران کودکی و قبل از سه سالگی بروز می‌کند. این اختلال با تأثیر روی مغز کودکان، سبب می‌شود آن‌ها در سه حوزه تعامل اجتماعی، ارتباط با دیگران و نداشتن ابزارهایی برای تعامل از جمله تماس چشمی مشکل داشته باشند.

کودکانی که در ۱۲ ماهگی «هجا» را به کار نمی‌برند، در ۱۹ ماهگی کلمه نمی‌گویند، قبل از ۲۴ ماهگی ترتیب دو کلمه را نمی‌گویند و کودکانی که قادر به برقراری تماس چشمی نیستند دارای اختلال اوتیسم هستند. دلیل شناخته شده و مشخصی برای اوتیسم کشف نشده، اما تحقیقات نشان داده است که احتمال تأثیر عوامل ژنتیک و دارویی در بروز این بیماری وجود دارد.

در خانواده‌هایی که این بیماری نسل به نسل انتقال پیدا می‌کند احتمال تولد کودکان داخل طیف اوتیسم بیشتر است.

مصرف قرص‌های دیابت و مسکن در زمان بارداری و سن بالای پدر و مادر از عوامل تولد نوزاد مبتلا به بیماری اوتیسم است.

علائق شایع اوتیسم شامل برقرار نکردن ارتباط چشمی، ناتوانی کلامی، انواع رفتارها و علاقه به بازی‌های تکراری، تأخیر در یادگیری و حرف زدن، بی‌توجهی به احساس درد، وابستگی شدید به پدر و مادر و ارتباط نداشتن با دیگران در روابط اجتماعی می‌شود.

از هر ۱۰۰ نفر یک نفر به این اختلال مبتلا می‌شود و در پسران چهار برابر شایع‌تر از کودکان دختر است. طبق آمار ۸۰ درصد مبتلایان به هوش کمتر از داند و در سطح نرمال نیستند، افراد داخل طیف اوتیسم که دارای ضریب هوشی بالای ۸۵ درصد هستند بدون هیچ گونه تأخیر زبانی می‌توانند صحبت کنند و ضریب هوشی نرمالی دارند. کودکان داخل طیف شدید اوتیسم نیز ضریب هوشی کمتر از ۷۰ درصد دارند که ممکن است همراه با عقب ماندگی باشد. همچنین کودکان دارای ضریب هوشی ۷۰ تا ۸۹ درصد نیز در مرز قرار دارند و در رده کودکان دارای اختلال اوتیسم متوسط قرار می‌گیرند.

آن‌ها نه عادی هستند و نه عقب مانده. نارسایی‌های  
پایدار در ارتباط اجتماعی، نقص در ادراک کاربرد  
مهارت‌های ارتباطی برای اهداف اجتماعی، کمبود  
در رفتارهای غیرکلامی و ناتوانی در درک معانی  
پنهان و مبهم زبان از معیارهای تشخیص اوتیسم  
است.

منبع: نی نی بان

پستان و بلوچستان

**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 در باره محتوای آگهی ها ندارد. لطفا هنگام داد و ستد، با روشهای مقتضی، اطمینان لازم را از صحت ادعای آگهی دهندگان به دست آورید.

<b>خدمات شهری</b> <b>سیستان و بلوچستان</b>	آرایش و پیرایش ماهانا ۰۹۳۷۴۱۶۱۹۰	آرایشگر ماهر شوید ۱۰۰٪ تضمینی به روش های جدید و گواهینامه مهارت فنی و حرفه ای در آموزشگاه خسرو	ارائه تابلوهای تبلیغاتی ۰۹۳۸۸۸۸۳۰۰۵	دفتر بیمه ایران نمایندگی طباطبایی زاده کد۳۱۷۳۳۲ انواع بیمه، بیمه نامه اتومبیل (ثالث - بدنه)، آتش سوزی، عمر و ... آدرس: کمربندی خرمشهر.	خدمات نظافتی انصار ۰۹۰۱۱۸۰۵۶۹۱ ۰۹۱۵۱۴۰۵۷۴۸	پارچه سرای مهنا انواع پارچه های کره ای و ژاپنی آدرس: خیابان امام خمینی پاساژ رزاق زاده پلاک ۷۰ ۰۹۳۷۴۱۱۱۰۱۳	سیک سازی و جوشکاری ۰۹۱۵۶۰۶۳۸۵	صنایع ساعد شیمی زاریس تولیدکننده محصولات شیمیایی خودرویی، خانگی، تولیدکننده انحصاری آنتی اسکالنت های خودرویی و ... ۰۹۱۵۹۸۹۲۰۴۰ ۰۹۳۳۷۵۷۰۰۶۵
نقشه کشی ساختمان ۰۹۳۹۱۴۷۰۱۰۰	مبل راحتی لبخند تولید و پخش انواع مبلمان راحتی در طرح و رنگ متنوع ۰۹۱۹۳۸۶۵۶۹۵	بهترین مرکز تخصصی همراه با خوابگاه ۰۹۱۵۱۰۰۱۱۵۷	خانواده فرش آدرس: بلوار تارا... خیابان سیمو علوی دور میدان تهران ۰۹۲۵۳۲۹۵۹۷۶	فالیشویی مکانیزه کویر شستشوی فرش، موکت، پتو، روفرشی و... ۰۹۱۵۹۴۴۱۴۵۲	نصب ویندوز و هر گونه نرم افزار ۰۹۳۵۷۷۰۸۶۲۵	پوشاک TCM آلمان بورس انواع پوشاک آلمانی مجلسی، زنانه، مردانه و بچگانه کفش، کابین چهارراه رسولی- پاساژ گلستان طبقه بالا ۰۹۱۵۹۸۹۳۷۶۴	خدمات کشاورزی بلادر انواع سم و کود برای گیاهان آبارتنامی، باغ ها، گلخانه و ... آدرس خیابان امام خمینی ۷۵	پیرایش چهره یار آدرس: خیابان مولوی، مولوی ۳ روبروی کوچه خدنگی ۳۳۴۶۰۲۸ ۰۹۱۵۸۵۵۵۳۷۵
سازه های پارسا اجرای فونداسیون، اجرای سقف، ستون، دیوار بتونی، جابجایی دکل، تاسیسات لوله کشی شهری و... ۰۹۱۵۵۲۴۶۸۱۳	رنگ آمیزی مرتضی ۰۹۱۵۳۴۸۱۰۶۴	نصب سنگ، سرامیک و کاشی با قیمت مناسب ۰۹۳۷۲۸۳۳۶۶	حمل نخاله های ساختمانی ۰۹۳۰۰۵۴۰۴۷۷	تولید بتن آماده استاندارد آدرس دفتر: زاهدان نبش دانشگاه سه ۰۹۱۲۲۹۰۲۱۰۹	پایتخت آجیل عرضه کننده مرغوب ترین آجیل و خشکبار در سطح شهر زاهدان آدرس: نبش خرمشهر ۲۵ جنب اتومبیل امین	اجرا، طراحی و ساخت تمامی خدمات برق شامل ساخت تابلوهای سه فاز، تک فاز و... ۰۹۲۶۹۶۱۷۵۴	تحلیل آماری spss ۰۹۳۷۱۴۶۲۶۲۹	ساخت انواع نیمکت و سطل زیاله ۰۹۱۳۰۹۷۷۵۷۱
		تعمیر بخفاج، ماشین لباسشویی، اسپلیت، آدرس: کوچه حافظ ۳	رنگ آمیزی ساختمان کپوروش کبیر ۰۹۳۰۸۴۳۲۰۰۷					

## از تخفیف ویژه برخوردار شوید

# درج آگهی نیازمندی با

## طرح و رنگ متمایز

**دفتر پذیرش: زاهدان، خیابان مولوی، نبش مولوی ۲۱      تلفن: ۳۳۲۱۷۸۶۵-۶**

