روزنامه سیستان و بلوچستان

اوقات شرعی به افق زاهدان
امروز: اذان صبح: ۴:۲۹ طلوع آفتاب: ۵:۴۹ اذان ظهر: ۱۱:۱۱ غروب آفتاب: ۱۶:۳۲ اذان مغرب: ۱۶:۴۹
فردا: اذان صبح: ۴:۳۰ طلوع آفتاب: ۵:۵۱ اذان ظهر: ۱۱:۱۱ غروب آفتاب: ۱۶:۳۱ اذان مغرب: ۱۶:۴۹

آب و هوای زاهدان
امروز ۲۴ ۷
فردا ۲۵ ۸

روزنامه سیستان و بلوچستان؛رتبه هشتم نشریات استانی
سرپرستی زاهدان: خیابان مولوی-نبش مولوی ۲۱
تلفن آگهی‌واشتراک: 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: شهرچاپ‌خراسان

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

پنج‌شنبه ۲۴ آبان ۱۳۹۷ . ۷ ربیع الاول ۱۴۴۰ . شماره ۱۲۶۳

صندوقچه خاطرات آن روزها

خاطره بازی با دکور خانه‌های قدیمی

گروه جامعه

بند بند وجودت جان تازه ای می گرفت. به هر طرف که می نگریستی نشانه ای از تازگی، هنر و زحمت دستان پر تلاش بانوانی را می دیدی که با عشق، خانه های خود را مزین کرده بودند. در و دیوار خانه ها از سادگی حرف می زد و همه چیز در عین اصالت، ساده بود و بی آلایش. بالش ها و پشتی های دست دوز و رنگی دور تا دور اتاق ها را فرا گرفته بود.



یک شهروند: در آن زمان بیشتر زنان سعی می کردند تا دست بافته های خود را به نمایش بگذارند

حس زندگی

قدم به این خانه ها که می گذاشتی، انگار در و دیوارش زنده بود و حرف می زد. خانه های قدیمی با آن در و دیوارهای کاهگلی و خشتی، همه اهل خانه را به ذوق می آورد تا غروب به غروب، حیاط خانه را آب پاشی کنند و صفایی به آن دهند، هر چه بود هنر بود، سادگی بود و عشق. صبح به صبح صورتت را نورهای رنگی که از میان پنجره به اتاق ها سرک می کشید نوازش می داد و تو را از خواب ناز بیدار می کرد و همه خستگی را از تنت می ربود. زیستن در خانه ای که هر روز خورشید با تقلا، خود را به کف اتاق می رساند، صفایی دیگر داشت. وقتی خورشید سخاوت مندانه نور خود را از لا به لای چوب و شیشه به داخل خانه ها پیوند می زد، زندگی در سرتاسر خانه هایی ساده با آن سقف های چوبی یا گنبدی اش جاری می شد.

سادگی مهمان همیشگی

ساعت قدیمی خانه با آن تیک تاک و حرکت چشم نوازش ندا می داد که اهل خانه باید زودتر از خواب برخیزند و روزی نو را آغاز کنند. آن روزها همه چیز ساده بود، بیشتر خانه ها شبیه هم بود در همه خانه ها آفتابه، لگن، مجمعه، ظروف مسی و صندوقچه بود و اهل خانه بیشتر مواقع در یک مجمعه و کنار هم غذا می خوردند اما امروزه خاطره آن روزها باقی مانده و فقط برخی خانواده ها برای دکور خانه از آن استفاده می کنند. آن روزها از طراحان چیره دست معماری خبری نبود. در بیشتر خانه ها طاقچه هایی ساده وجود داشت که گاهی نیز با گچبری تزیین شده بود و روی آن وسایل قدیمی، قاب عکس های خانوادگی، ساعت، برخی ظروف بلوری و برنجی جا خوش کرده بود. هر کس هر چه داشت به عنوان تزیین در گوشه ای از خانه اش می گذاشت. هنوز هم می توان در کف صندوقچه خاطرات قدیمی ها، روایت های بسیاری از زندگی با صفای زنان قدیم را پیدا و فرهنگ ساده زیستن را به نسل جدید منتقل کرد. دکوراسیون خانه های قدیمی ساده و بی آلایش بود چنان که شهروندی ۷۴ ساله هم به این موضوع اذعان دارد و می گوید: در زمان قدیم که مردم مانند اکنون اهل چشم و هم چشمی و تغییر خانه، اتومبیل و وسایل مختلف زندگی نبودند، آرامشی عمیق حکم فرما بود و هر کس هر چه داشت به همان قناعت می کرد. دکورها مانند اکنون پر هزینه و پر تجمل نبود. وسایل آن چنانی و ظرف های گران قیمت در کمتر خانه ای پیدا می شد و به جای آن در همه خانه ها آینه و شمعدان های کریستال قدیمی و یک جلد کلام خدا که بر طاقچه خانه ها همچون نگینی می درخشید، دیده می شد. وی که خود را «اکبری» معرفی می کند ادامه می دهد: در قدیم برای تزیین خانه از کوزه یا گلابدان های قدیمی از جنس بلور استفاده می کردند و آن را روی برآمدگی و سکویی که در خانه ها بود، می چیدند. وی به هنر بانوان قدیمی هم اشاره ای می کند و می گوید: در آن زمان بیشتر زنان سعی می کردند تا دست بافته های خود را به نمایش بگذارند و پولک دوزی و سوزن دوزی از جمله هنرهایی بود که زنان قدیمی داشتند و از هنر خود در گوشه و کنار خانه استفاده می کردند.

خبری از تجملات نبود

بانوی کهن سالی هم با تایید این حرف ها بیان می کند: آن روزها وسایل و اسباب خانه دیر به دیر نو می شد و مانند اکنون نبود که هر روز وسایل جدید و تازه ای به مغازه ها بیاید و همه را وسوسه کند تا وسایل جدید خریداری کنند، هر از چند گاه و به مدت طولانی شاید وسیله کوچک جدیدی به بازار می آمد. «شهرکی» ادامه می دهد: برخی از افراد تمایل داشتند، وسایل قدیمی را که از مادر و مادربزرگ های خود به عنوان جهیزیه دریافت کرده بودند، به عنوان دکور در خانه نگهداری کنند که هم از بزرگ ترهای خود یادی کرده و هم خانه شان را زیباتر کرده باشند. این بانو که از زمان قدیم یاد می کند، می گوید: بیشتر ظرف هایی که در دکوراسیون خانه های قدیمی استفاده می شد چینی های گل سرخ بود که آن در بیشتر خانه ها به چشم می خورد. وی که صندوقچه خاطرات روزهای قدیم خود را باز می کند، می گوید: آن روزها همه چیز بوی سادگی می داد و آن چه را که با دسترنج خود درست کرده بودند در گوشه و کنار خانه می گذاشتند و برایشان ارزشمند بود. وی با اشاره به دکوراسیون خانه های کنونی هم عنوان می کند: اکنون همه می خواهند وسایل و اشیای تزیینی و گران قیمت در خانه های خود داشته باشند بنابراین مدام در حال خرید هستند و بیشتر خانه ها از وسایل تزیینی پر شده است. وی می افزاید: معماری داخلی و تهیه اشیاء در تزیین خانه های کنونی، هزینه های سنگینی را به خانواده ها تحمیل کرده است و از آن سادگی زمان قدیم خبری نیست. وی خاطرنشان می کند: با وجود این که امروزه بسیاری از خانواده ها هزینه های زیادی برای دکوراسیون منازل خود خرج می کنند اما تعدادی نیز به استفاده از وسایل و اشیای قدیمی روی آورده اند و با آن خاطره بازی می کنند.

استفاده از اشیای قدیمی

شهروندی دیگر هم درباره دکوراسیون منازل امروزی اظهار می کند: این روزها در برخی از خانه ها اشیای قدیمی مانند رادیوهای ترانزیستوری پلاستیکی، رادیوی چوبی گردان، رادیوهای لامپی، گرامافون، صندوقچه ها، ظروف مسی و برنجی قدیمی دیده می شود و اهالی خانه با نگهداری از این اشیاء یاد و خاطره قدیم ها را زنده کرده اند. «سارانی» یکی دیگر از شهروندان قدیمی بیان می کند: سبک معماری خانه های قدیمی، آن قدر زیبا بود که نیازی به تزیینات داخلی نداشت زیرا آن قدر این معماری ها منطقی و چشم نواز بود که افراد خلائی در آن حس نمی کردند به طوری که اتاق ها دور تا دور حیاط قرار داشت، اتاق های تابستانی به طور معمول در ضلع جنوبی بود تا در طول روزهای تابستان، کمتر در معرض آفتاب باشد و اتاق های زمستان نشین، رو به روی اتاق های تابستانی و در ضلعی بود که در طول روز، بیشترین آفتاب به آن می تابید. باقی فضاها هم پشت اتاق ها جا می گرفت. وی ادامه می دهد: روی دیوارها و طاقچه ها هم گچکاری های زیبایی می شد و اتاق با فرش ها و پشتی های دست باف تزیین می شد که با اندک وسایلی به زیبایی آن می افزودند.

یک شهروند: در زمان قدیم که مردم مانند اکنون اهل چشم و هم چشمی و تغییر خانه، اتومبیل و وسایل مختلف زندگی نبودند، آرامشی عمیق حکم فرما بود و هر کس هر چه داشت به همان قناعت می کرد. دکورها مانند اکنون پر هزینه و پر تجمل نبود. وسایل آن چنانی و ظرف های گران قیمت در کمتر خانه ای پیدا می شد

۴ درصد زنان باردار استان دیابت دارند

گروه جامعه

حدود ۴ درصد زنان باردار استان دارای دیابت بارداری هستند. معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی زاهدان به خبرنگار ما گفت: دیابت با مرگ و میر سالانه چهار میلیون نفر در جهان بزرگ ترین اپیدمی است که در ایران حدود ۱۱ درصد جمعیت بالای ۲۵ سال به این بیماری مبتلا هستند و متاسفانه شیوع آن سیر صعودی دارد.دکتر سید «مهدی طباطبایی» افزود: اجرای روند فوری درمان مادران باردار به منظور پیشگیری از دیابت در سال های بعد برای مادر و کودک، از برنامه های محوری این دانشگاه است. به گفته وی، دیابت بیماری بی سرو صدایی است که اغلب افراد دیر متوجه می شوند و به تبع آن دیر تشخیص داده می شود بنابراین ۵۰ درصد افرادی که در واقع بیمار هستند از بیماری خود مطلع نیستند و از افراد مطلع از بیماری نیز فقط ۵۰ درصد از خدمات درمانی استفاده می کنند. وی اظهار کرد: نداشتن اطلاع و اقدام نکردن برای درمان بیماری موجب بروز آسیب های جدی به چشم، کلیه، کبد، قلب و عروق و دیگر اندام های فرد بیمار می شود، این بیماری شرایط سختی را برای ادامه زندگی بیماران کنترل نشده ایجاد و از طرفی هزینه های درمانی بالایی را به خانواده بیمار و جامعه تحمیل می کند. وی بیان کرد: رعایت تغذیه متناسب با بیماری، ورزش روزانه، مصرف به موقع داروها، کنترل های منظم سلامتی، شناخت بیماری و واحدهای غذایی و توجه به توصیه های درمانی از مهم ترین نکاتی است که رعایت آن منجر به کنترل عوارض دیابت می شود. وی افزود: خدمات تشخیصی، درمانی و کنترل عوارض به بیماران دیابتی در ۸۹ مرکز خدمات جامع سلامت شهری و روستایی و سه کلینیک دیابت در زاهدان، خاش و سراوان ارائه می شود. وی خاطرنشان کرد: از ۱۹ لغایت ۲۵ آبان ماه هر سال هفته دیابت نامیده می شود، با توجه به نقش حمایت های خانوادگی در اتخاذ رفتارهای حفاظتی از قبیل فعالیت بدنی و تغذیه سالم، شعار هفته دیابت امسال «دیابت و خانواده» تعیین شده است.



نام سوپر	نشانی	نام سوپر	نشانی	نام سوپر	نشانی
بابا صالح	خ مولوی ۱۸	گیشا	میدان دروازه خاش	نظام مارکت	میدان امام علی(ع)
پارمیدا	میدان دروازه خاش جنب دفتر هواپیمایی روبروی گیشا	بابک	بلوار قلنبر جنب آب و فاضلاب شهری	تروکا	خ قلنبر،تقاطع امیر معز
سینا	بلوار قلنبر،خیابان قائم	امینی	بلوار معلم،نبش معلم ۲	فروشگاه مهرداد	انتهای بلوار معلم،نرسیده به میدان
پدیده شهر	نبش دانشگاه ۱۳	شروین	نبش دانشگاه ۳۵	میلمی	بزرگمهر ۳۰
رعیتی	بلوار معلم،نبش معلم ۲۴	پیام	زیباشهر، تقاطع ویلا و پیروزی	ستاره شهر	زیباشهر،خ البرز ۳۶
محمد	تقاطع فرخی وفردوسی، نبش فردوسی ۵	نگین البرز	زیباشهر،انتهای خ البرز،نرسیده به بهارستان	فروشگاه ارزان سرا	زیباشهر،خ ویلا،جنب بانک کشاورزی
زیتون	جام جم،بعد از تقاطع کوی قدس سمت چپ –جنب نانوایی	عشقی	حد فاصل جانبازان ۱ و ۳	فردوس	تقاطع خ امام خمینی و مزاری
دکه کشتگر	بلوار مزاری ۱۹	چیکا	بلوار جمهوری،روبروی مجتمع گواتام	حافظ	حد فاصل دانشجوی ۵۲ و ۵۴
معین	خیابان امام خمینی،جنب آتشنشانی	مصطفی	خ امام خمینی فلکه شرکت نفت روبروی بانک صادرات	تک ستاره	بعد از فلکه شرکت نفت،سمت راست
مامک	تقاطع مصطفی خمینی و کفعمی	دایی جان	تقاطع باقری و مصطفی خمینی	اباصالح	تقاطع خ باقری و سعدی نرسیده به خانه کارگر
خلیل	مصطفی خمینی ۲۸، تقاطع رزمجو مقدم	داوری	امیرالمومنین ۲۳	مهدی	ایمانی خیابان بهشتی ۲۴
مزدک	روبروی دانشکده حیدری خباز بهشتی	نیک فرجام	شریعتی،جنب اداره برق	پایتخت	خ امیرالمومنین ۱۹
احمدی	تقاطع سعدی و سید قطب	شه بخش	بلوار جام جم روبروی دانشگاه علمی و کاربردی	بعثت	بلوار جام جم،ورودی منازل مسکونی جام جم سمت راست