



ساعات سکوت در آپارتمان و قوانین آن



محمد زمانی
رعیات ساعات سکوت در آپارتمان از جمله مشکلاتی است که بیشتر ساکنان مجتمع‌ها و برج‌های مسکونی با آن روبه‌رو می‌شوند. برخی از همسایگان، بدون توجه به ساعت و زمان شبانه‌روز، صدای تلویزیون یا موسیقی را زیاد یا حتی با صدای بلند با یکدیگر صحبت می‌کنند. برخی دیگر در منزل خود از حیوانات خانگی مانند سگ نگهداری می‌کنند که جنب و جوش حیوان به تولید آلودگی صوتی منجر می‌شود. عدم رعایت قوانین مربوط به ساعات‌های خاموشی در ساختمان توسط ساکنان می‌تواند مشکلاتی را میان همسایگان به وجود آورد. این درحالی‌است که قانون تملک آپارتمان‌ها، ساکنان یک مجتمع آپارتمانی را در وهله اول، از ایجاد آلودگی صوتی منع می‌کند. افراد ساکن در مجتمع باید موارد قانونی را رعایت و از ایجاد سروصدای اضافی و بیش از حد خودداری کنند.

افراد ساکن در مجتمع باید در بازه زمانی مشخصی که سایر همسایگان در حال استراحت نیستند، کارهای تعمیراتی و پرسروصدای خود را انجام دهند تا به آزار و اذیت و همین‌طور ایجاد آلودگی صوتی برای دیگر ساکنان منجر نشود.

با آلودگی صوتی همسایه‌ها چه کنیم؟

در ابتدا باید با چنین همسایه‌ای به گفت‌وگو و پیرازید و مشکل را به او گوشزد کنید تا در رفتار خود تجدید نظر کند. در صورتی‌که پس از گذشت مدتی، تغییری در رفتار او صورت نگرفت، می‌توانید مشکل را با مدیر ساختمان مطرح کنید تا مدیریت برای حل آن اقدام کند.

در مرحله آخر این امکان را دارید تا با عدم تغییر در رفتار همسایه‌ای که آلودگی صوتی ایجاد می‌کند، قضیه را از طریق مراجع قضایی مورد پیگیری قرار دهید.

نحوه شکایت از همسایه متخلف

قانون افراد را در زمینه همسایه‌آزاری منع می‌کند تا با رفتار و اعمال خود، باعث ایجاد مزاحمت برای دیگر ساکنان ساختمان نشوند.

همسایه‌آزاری درواقع جرم محسوب می‌شود که امکان پیگیری آن از مراجع قانونی وجود دارد. افرادی که از سروصدای همسایه خود شکایت دارند، می‌توانند از طریق مراجع قانونی با وی برخورد کنند. پس از این‌که تذکرات شفاهی توسط شما و مدیریت ساختمان داده شد و هیچ تغییری در رفتار همسایه متخلف صورت نگرفت، می‌توانید با پلیس تماس بگیرید.

در این مرحله پلیس برای انجام تحقیقات لازم، به مسأله ایجادشده ورود پیدا خواهد کرد. در مرحله بعد اگر تذکرات و پیگیری‌های پلیس نیز کارساز واقع نشد، می‌توانید با تنظیم یک شکایت‌نامه، به دادسرای شورای حل اختلاف محل زندگی خود مراجعه کنید. در شورای حل اختلاف امکان مطرح‌کردن این مشکل وجود دارد و طرح دعوی انجام می‌پذیرد.

ترفند

چطور چرک‌مردگی لباس‌های سفید را از بین ببریم؟

چرک‌مردگی را در یاب!

لیلاونکی
خبرنگار چار دیواری
سفید یکی از زیباترین رنگ‌هاست و لباس‌های سفید جلوه‌ای زیبا دارند. با وجود این، یکی از مشکلات لباس‌های سفید، چرک‌مردگی‌شان بعد از چند مرتبه شست‌وشو است. برای این‌که لباس‌های سفیدتان از شر لکه‌ها و چرک‌هایی که در تار و پودشان نفوذ کرده، رها شوند باید به چند نکته توجه کنید.

نکته

شست‌وشو با دست یا ماشین؟

این لباس‌ها زمانی که با باقی لباس‌ها در ماشین لباسشویی شسته می‌شود، آلودگی چرک و ته‌مانده رنگی آنها را به خودشان می‌گیرد. برای این‌که لباس‌های سفیدتان، از حالت درخشندگی درنیاید، بهتر است با کمک چند لیتر آب جوش، یک تشت کوچک و مقداری مایع شوینده و پاک‌کننده برای از بین بردن کثیفی‌های آن اقدام کنید.

این روزها کمتر کسی پیدا می‌شود که برای شستن لباس‌ها از ماشین استفاده نکند. معمولاً تمام لباس‌ها به دو قسمت روشن و تیره تقسیم می‌شود و ماشین لباسشویی بعد از یک ساعت آنها را شسته شده، تحویل می‌دهد. اما اگر می‌خواهید لباس سفیدتان چرک‌مردگی نداشته باشد و مانند روز اول بدرخشد، باید به این نکته توجه کنید که

نکته

زود دست به کار شوید

و استانداردشان هم به مرور زمان باعث زرد شدن زیر بغل لباس‌تان می‌شود و نمای زشتی ایجاد می‌کند. اول این‌که روی محل مورد نظر لکه‌بر بریزید و بگذارید نیم ساعت بماند و بعد آن را بشوید. یا این‌که راه بهتر را انتخاب کنید. روی محل مورد نظر جوش شیرین بریزید، روی جوش شیرین یک نصفه لیموترش قرار دهید و بگذارید ۳۰ دقیقه در همان حالت بماند، بعد از آن با خیال راحت از لباس سفیدتان استفاده کنید، بدون این‌که نظر دیگران را به زردی زیر بغل پیراهن و بلوزتان جلب کنید.



درنگ

مقابله با چرک‌مردگی با شوینده‌های طبیعی

خصوصاً سفیدها مستعد کثیف شدن است. کافی است لباس یک روز صبح تا عصر تن آقایان باشد و عصر به بقیه آن نگاه کنید. قطعاً آثار به جا مانده از عرق و آلودگی را خواهید دید. برای این‌که بقیه لباس‌ها این آلودگی سیاه رنگ را به خودشان جذب نکنند، سعی کنید بعد از هر بار پوشیدن، آن را تمیز کنید. برای این کار می‌توانید از هر کدام از محلول‌هایی که قبلاً گفته شد، استفاده کنید.

برای شستن لباس‌های سفید می‌توانید علاوه بر شوینده‌هایی که در بازار وجود دارد، از مواد طبیعی و خانگی استفاده کنید. سرکه و نمک، لیموترش و نمک، جوش شیرین و لیمو، ترکیب‌هایی است که هر کدام از آنها را می‌توانید با یک پیمانه پودر رختشویی به مقداری آب جوش اضافه کنید. لباس مورد نظرتان را یک ساعت در آن قرار دهید سپس شروع کنید به شستن. سر دست و یقه پیراهن‌های روشن مردانه،

عطاری

خواص دارویی میخک در طب سنتی

این میخ‌های کوچک و جادویی



مریم عابدی

خبرنگار چار دیواری

شاید شما هم در مراجعه به دندانپزشک طعم خاص گیاه میخک را در دهانتان احساس کرده باشید. شما اشتباه نمی‌کنید! میخک فقط یک ادویه نیست بلکه گیاهی با خواص دارویی فراوان است که یکی از کاربردهایش در حوزه دندانپزشکی است.

گیاه میخک ترکیبات شیمیایی به نام اوژنول دارد که در دندانپزشکی سنتی به عنوان مسکن موضعی بسیار پرکاربرد است. همچنین می‌توان به جای خود گیاه میخک از روغن آن نیز به منظور کاهش درد دندان استفاده کرد.

گیاه میخک

میخک جوانه‌های گل درخت میخک است. این ادویه همه‌کاره به دو صورت کامل و آسیاب‌شده یافت می‌شود و می‌تواند به عنوان یک چاشنی خوش‌عطر برای غذاهای کبابی مورد استفاده قرار گیرد، نوشیدنی‌های گرم شما را خوش طعم کند و به کیک‌ها و کلوچه‌های خانگی شما طعم متفاوتی بدهد. همچنین میخک به عنوان یک ادویه اصلی در غذاهای هندی مورد استفاده قرار می‌گیرد و در پخت شیرینی زنجبیلی هم از مواد اصلی است. میخک، بیشتر به عنوان یک ادویه شیرین و معطر شناخته می‌شود، اما در طب سنتی خواص میخک هم مورد استفاده قرار می‌گیرد.

خواص عمومی میخک، ضد عفونی‌کننده دستگاه گوارش، کنترل سطح قند خون، افزایش تولید انسولین رهایی از اعتیاد، کمک به ترک سیگار، سلامت کبد، از بین بردن علائم سیروز کبدی و بیماری کبد چرب، بهبود کلی عملکرد کبد، افزایش سلامت دستگاه تنفسی درمان برونشیت و آسم، جلوگیری از چاقی، پیشگیری از سرطان، سلامت دهان و دندان، مبارزه با التهاب لثه و پلاک، افزایش دمای بدن و کاهش استرس و اضطراب خواص میخک برای مو، افزایش رشد مو، افزایش استحکام تارهای مو، محافظت از پوست سر در برابر شوره، کمک به ضخیم شدن مو با کمک خواص ضدالتهابی، افزایش گردش خون پوست سر و تحریک رشد مو، کاهش خارش پوست سر، جلوگیری از سفید شدن موها، خواص میخک برای لاغری، کاهش احساس گرسنگی به صورت طبیعی، کمک به شکستن سلول‌های چربی، منبع غنی از فیبر، افزایش متابولیسم، توقف افزایش وزن،

طرز تهیه چای و دمنوش گل میخک

برای تهیه چای یا دمنوش گل میخک، ۱۰ گرم میخک را با یک لیتر آب جوش مخلوط کرده و بگذاریم برای پنج دقیقه دم بکشد. طبع میخک بسیار گرم است بنابراین مصرف میخک برای افرادی که طبع گرمی دارند توصیه نمی‌شود.