

توصیه

تمریناتی برای در امان ماندن از خطرات زلزله

■ با یادگیری توصیه‌های ایمنی و به کارگیری آنها، هر شخصی قادر است که زندگی خود و خویشاوندانش را در برابر خطرات زلزله حفظ کند.

توصیه‌های ایمنی قبل از وقوع زلزله

–آسیب‌پذیری منزل خود را در برابر زلزله برآورد کنید آتش‌سوزی‌ناشی از زلزله،می تواند در اثر شکستگی لوله‌های روغن و گاز یا جدایی اتصالات آنها اتفاق بیفتد. بنابراین باید گرم‌کن و سایر تجهیزات نفت‌سوز و گازسوز را محکم در جایشان ببندید و در صورت امکان از اتصالات اعطاف‌پذیر استفاده کنید.

–باید اشیای سنگین مانند کتابخانه‌ها، گل‌های آویز و چراغ‌ها را در جای خود محکم کنید.
– اشیای سنگین و بزرگ را در ردیف‌های پایین قفسه‌ها قرار دهید و وسایل را بر اساس آیین‌نامه‌های ایمنی به دیوار متصل کنید.
– لوازم سنگین و بلند منزل مانند یخچال و فریزر، کمدهای دیواری بلند و قفسه‌های کتاب اشیای غیرایمن به حساب می آیند که باید آنها را در محل خود محکم ببندید. در غیر ایسن صورت باید هنگام زلزله از آنها دور شوید.

– لوله‌های آبگرمکن و سقف‌های شیروانی را چک کنید تا احتمال افتادن آنها را به هنگام زلزله کاهش دهید. باید مواظب اشیای موجود در قسمت‌های خارجی ساختمان مانند کولر و گیاهان آویزان در کنار پنجره‌ها باشید و آنها را کاملاً ایمن یا به جای دیگری منتقل کنید.
– در امر ساخت‌وساز و همچنین بازسازی ساختمان‌های قدیمی، برای کاهش خطرات زلزله باید بر اساس آیین‌نامه‌های ساختمانی عمل کنید.
– برای شناسایی مکان‌های ایمن، راه‌های خروجی و شیرهای اصلی آب و گاز و سوپج اصلی برق، یک نقشه از منزل خود تهیه کنید.
– کیف حاوی وسایل ضروری را در مکانی مطمئن قرار دهید که دسترسی به آن آسان باشد و محل نگهداری آن را به سایر اعضای خانواده نیز اطلاع دهید.

افراد خانواده باید:

– نحوه قطع جریان برق یا بستن فلکه اصلی آب، گاز و… را یاد بگیرند.
– تا آنجایی که ممکن است کمک‌های اولیه را یاد بگیرند، برای اینکه بعد از یک زلزله شدید، درمانگاه‌ها و بیمارستان‌ها به شدت شلوغ خواهند شد، بنابراین دسترسی به امکانات پزشکی بسیار دشوار می‌شود.
– هر از چندی با فرض یک زلزله در منزل، به تمرین عملیات ایمنی و پیشگیری در مقابل آن بپردازند.
– اتفاقات ناگوار احتمالی که ممکن است در اثر زلزله در منزل روی دهند را از بین ببرند، برای مثال ممکن است مجبور شوند که محل خواب خود را از کنار پنجره‌ها دور کنند. خروجی‌ها و راهروها را چک کنند و اشیایی را که ممکن است باعث مسدود شدن آنها شوند، به محل دیگری منتقل کنید.

– محل درهای خروج اضطراری، رنگ‌های اعلام خطر و کیسول آتش‌نشانی را بدانند تا در زمان مناسب از آنها استفاده کنند.
– هر از چند گاهی باید بحث زلزله و سایر خطرات طبیعی را در خانواده مطرح و توصیه‌های لازم را یادآوری کنند.

توصیه‌های ایمنی حین وقوع زلزله

اگر هنگام وقوع زلزله در خانه هستید، می‌توانید جان خود و بستگان‌تان را با داشتن آگاهی در مورد پناه گرفتن و انجام عکس‌العمل سریع و مناسب نجات دهید. بنابراین لازم است که نکات ذیل را مدنظر داشته باشید:

– از پنجره‌ها و کمدهای بلند و همچنین اشیایی که ممکن است روی شما سقوط کنند دور شوید.
– در زیر میز ناهار خوری، میز تحریر یا تخت‌خواب پناه بگیرید و چنانچه در اثر زلزله حرکت کردند، پایه‌های آنها را با دستن‌تان محکم بگیرید.
– در کنج دیوارها پناه بگیرید و در حالی که سر خود را با بازوهایتان گرفته‌اید، حرکت کنید.
– از پله‌ها یا آسانسور استفاده نکنید.
– اگر محل ایمن وجود ندارد و شما در راهرو هستید، به کنار دیوار رفته و در حالی که نشست‌اید سر خود را روی زانو‌ها خم کرده و ضمن اینکه با کف دست‌ها، پشت سر خود را گرفته‌اید، با کمک بازوها از سر خود محافظت کنید.

منبع: پایگاه ملی داده‌های علوم زمین کشور

نکته

نکته‌های ایمنی در مورد اجاق گاز خانه شما

- ۱- اجاق گاز را در محلی قرار دهید که در معرض باد و کوران یا بادبزن‌های برقی نباشد؛ زیرا اگر آتش خاموش شود گاز مرتباً خارج شده و با یک جرقه کوچک نیز منفجر می‌شود آتش‌سوزی رخ می‌دهد. از سر رفتن غذا روی اجاق نیز جلوگیری کنید.
- ۲- اجاق‌هایی که به ترموکوپل حرارتی مجهز هستند ایمنی بیشتری دارند زیرا با خاموش شدن آتش، جریان خروج گاز متوقف می‌شود. حمادستگاه‌های گازسوز به‌خصوص اجاق گاز باید به ترموکوپل و پیلوت مجهز باشند.
- ۳- برای هر دستگاه مصرف‌کننده گاز یک انشعاب گاز شیردار در نظر گرفتن یک دودکش مجزا ضروری است.
- ۴- از قرار دادن ظروف سنگین روی اجاق جدا خودداری کنید و ظرف را طوری قرار دهید که با شیلنگ گاز تماس نداشته باشد.
- ۵- در صورت مشاهده هر گونه اشکال در اجاق گاز موضوع را جدی گرفته و برای رفع معایب آن به نمایندگی سرعیا اطلاع دهید.

خانه

ایده‌هایی ارزان و کاربردی برای ایجاد تغییر و تحول در خانه-۲

دکوراسیون خانه معرف شخصیت شماست

کاملیا نوایی



میوه‌های فصلی یا سبزیجات می تواند یک المان دکوراتیو و زیبا برای تزئین میز پذیرایی و آشپزخانه شما باشد.
کوشها و وسایل آشپزخانه‌تان را دسته‌بندی کنید، وسایلی را که بیشتر استفاده می کنید در کوشه‌های بالاتر و دم‌دست قرار دهید و آن دسته از لوازم آشپزخانه را که استفاده‌ای ندارند دسته‌بندی کرده در انباری جای دهید.

اگر آشپزخانه‌تان پنجره لمبه‌اری دارد، برای تزئین آن از چندین گلدان کوچک استفاده کنید. رسیدگی به این گیاهان بسیار لذت‌بخش است و منظره زیبایی به آشپزخانه می‌بخشد.
کاکتوس‌های زینتی گزینه خوبی برای این قبیل گلدان‌های فانتزی هستند. سعی کنید از گیاهان و درختچه‌های آپارتمانی بیشتر استفاده کنید.اگر گیاهان تان کوتاه و کوچک هستند، برای گلدان‌هایشان پایلهی را نظر بگیرید تا دیده شوند.همچنین می‌توانید گلدانی بلند برای این گل انتخاب کنید.

چنانچه جزو آن دسته از افرادی هستید که عاشق رنگ‌های خنثی و آرام هستند، یک پیشنهاد برایتان دارم؛ می‌توانید دیوارهای اتاق پذیرایی‌تان را با رنگ بژ یا حتی سفید بپوشانید و در عوض از گل‌ها و گیاهان با رنگ‌های زنده و شاد برای چاشنی کارتان کمک بگیرید.

راهنمای شست‌وشوی لباس‌ها بر اساس علایم آنها

یا رچه‌ها اغلب به نوع شست‌وشو، اعم از شست‌وشوی دستی یا ماشین، درجه حرارت آب شست‌وشو، امکان یا عدم امکان استفاده از رنگ‌ها، نحوه خشک کردن پارچه، روش و درجه حرارت برای اتو کشی آن دلالت دارند. شما هم اگر مایلید لباس‌هایتان از عمر طولانی بر خوردار شوند، بهتر است پیش از شروع شست‌وشوی البسه، به دستورالعمل‌های شست‌وشوی هر لباس توجه کنید. علامت مربوط به شست‌وشو به شکل یک تشت آب است که درجه حرارت آب به سانتی‌گراد روی آن نوشته شده است، چنانچه به جای عدد مربوط به درجه حرارت آب، نقش یک دست روی آن باشد، نشان‌دهنده لزوم شست‌وشوی دستی- و طبیعتاً استفاده از آب ولرم- است.

نقش دایره‌ای درون یک مربع، علامت مربوط به استفاده از خشک‌کن است. چنانچه این نقش با ضربدری روی آن دیده شود، به این معنی است که استفاده از خشک‌کن برای این لباس خاص مناسب نیست. علامت مثلث نشانه استفاده از سفیدکننده‌است و چنانچه ضربدری روی آن باشد نباید

ایده‌هایی برای استفاده بهتر از انباری

نورپردازی مناسب فضا

ملونش مجدزاده



یک مرکز نور در گوشه‌ای از انباری ایده بی‌نهایت زیبایی است که حتی می‌تواند انباری را تبدیل به محیطی صمیمی و گرم برای جمع شدن دوستان کند.اگر طرفدار بیلبارد یا پینگ‌پنگ هستید، بهترین گزینه شما قرار دادن یک میز بیلبارد یا

نماینده علاوه بر این قرار دادن چند صندلی و یک کاناپه دور

چهار دیواری

فرهنگ لغات معماری سنتی ایرانی

امیر حسین شریقیان

■ این واژگان را می‌توان کلیدی‌ترین واژگان واژه‌نامه معماری ایرانی و معماری سنتی ایرانی دانست.

آبدارخانه: فضای مخصوص تهیه چای و شربت

و قلیان

اتاق گوشوار: اتاقی که در طبقه بالا، کنار تالار قرار می‌گیرد و به آن ارتباط دارد.

اروسی: پنجره بزرگ چوبی که یک جبهه اتاق را به‌طور کامل می‌پوشاند و دارای بازشوهای کشویی

بالارونده و شیشه‌های رنگین است.

اندرونی: بخشی از خانه که مخصوص زن، فرزندان، خدمتگزاران و سایر اهل خانه بوده است.

ایوان: فضای نیم‌باز مسقفی که از سه طرف محدود و از یک طرف باز است.

ایوانچه: ایوان کوچک و کم عمق

ایوان سستون‌دار: فضای نیم‌باز سستون‌داری که معمولاً مقابل فضاهای بسته قرار می‌گیرد.

بادگیر: عنصر مرتفعی که روی بام قرار می‌گیرد و جریان هوا را به درون ساختمان هدایت می‌کند.

بیرونی: بخشی از خاله که مخصوص میهمانان است.

پنج‌دری: اتاق بزرگی که پنج پنجره بزرگ در کنار یکدیگر و به سمت حیاط دارد.

تالار: اتاق بزرگ و تشریفاتی خانه که معمولاً محل پذیرایی از میهمانان است.

تالار سرداب: فضای تالارمانندی که در زیرزمین خانه قرار می‌گیرد.

جلوخان: فضای باز پیش از سردر ورودی

چهارصفه: فضای صلیبی‌شکلی که از یک فضای گنبددار در مرکز و چهاربخش با پوشش طاق و توبره در چهارطرف آن تشکیل شده است.
حوضخانه: فضای سروشیده مرتفعی که حوضی در میانه دارد و معمولاً با فضاهای دیگر مرتبط است.

حیاط‌خلوت: فضای باز کوچک و فرعی که معمولاً در پشت فضاهای اصلی خانه قرار می‌گیرد و گاهی مربوط به قسمت‌های خدماتی خانه است.
حیاط بالاخانه: حیاط کوچکی در طبقه دوم خانه که به همراه فضاهای پیرامون خود بخش نسبتاً مستقلی را در خانه پدید می‌آورد.

خورشیدی: بخش نیم‌دایره‌ای بالای درها با تقسیمات داخلی

درشکه خانه: فضای نگهداری درشکه‌ها

دودری: اتاقی که دو پنجره بزرگ در کنار یکدیگر به سمت حیاط دارد.



رواق: فضای نیم‌باز ستون‌دار است که از تکرار چهار طاقی‌های مشابه در یک راستا پدید می‌آید و در طول ضلع یک یا چند جبهه حیاط قرار می‌گیرد.

سرداب: زیرزمین

سفره‌خانه: اتاق وسیع یا تالاری که محل صرف غذاست، اتاق غذاخوری و پذیرایی از میهمانان

سسه دری: اتاقی که سه پنجره بزرگ در کنار یکدیگر و به سمت حیاط دارد.

سیم گل: گلی است مرکب که نمای ساختمان

را با آن می‌پوشانند.

شاه‌نشین: فضایی در صدر تالار و رو به سوی پنجره که مخصوص نشستن بزرگان است.

شربت‌خانه: فضای انبار و مخزن نوشیدنی‌ها

صفه: سکوی بدون سقفی که سطح آن بالاتر از سطح حیاط است و معمولاً در جلوی فضاهای بسته قرار می‌گیرد.

طاق و توبره: نوعی روش سقف‌سازی

طره: سقفی که برای محافظت نمای ساختمان از باران بر لبه بام یا سازه‌ان از یک سو به ساختمان اتصال دارد.

قطاربندی: مقرنسی که در یک خط مستقیم کار شده باشد مانند مقرنس بین طاق و دیوارهای یک اتاق

کاربندی: به‌طور کلی به‌مجموعه‌سقف‌سازی‌های داخلی تزئینی می‌گویند (اعم از رسمی، یزدی، کاسه‌سازی و مقرنس).

کفش‌کن: فضای واسطه‌ای که ورود به فضاهای بسته از آن میسر می‌شود.

مطبخ: آشپزخانه

معقلی: نوعی تزئین که از ترکیب آجر و کاشی به وجود می‌آید.

مقرنس: نوعی سقف‌سازی که مرکب از طاسه‌های (عناصر سه بعدی فضای) هم‌اندازه و هماهنگ است.

مهتابی: فضای بدون سقفی است که بالاتر از سطح حیاط قرار می‌گیرد. دیوارهای این فضا نماسازی می‌شود و به این ترتیب به ایوانی شباهت پیدا می‌کند که سقف آن را برداشته‌اند، این فضا معمولاً از سه طرف بسته و از جهت چهارم به فضای باز مشرف است.

سردر قرار می‌گیرد.

هفت دری: اتاق بزرگی که هفت پنجره بزرگ در کنار یکدیگر دارد.

یزدی بندی: نوعی سقف‌سازی داخلی تزئینی