



## مشاغل مجاز در ملک مسکونی

**محمد زمانی**  
اگر شما هم بخواهید کسب و کاری راه بیندازید مجاز خبرنگار چار دیواری نیستید در خانه مسکونی خود هر شغلی را راه اندازی کنید. بر اساس قانون، تمامی املاک واقع در محدوده حریم شهرها، کاربری مختص خود را دارند که این کاربری، می‌تواند به شکل مسکونی، تجاری، اداری و غیره باشد که معمولاً این امر، در پروانه ساخت و ساز صادره از شهرداری قید شده است. در هر حال، استفاده صحیح و قانونی از املاک با کاربری مشخص شده، ضامن نظم هر شهر محسوب می‌شود. بنابراین در صورتی که اشخاص، در املاک با کاربری مسکونی، اقدام به راه اندازی کسب و کاری کنند که جنبه تجاری داشته باشد، این امر خلاف قانون محسوب شده و از آن جهت که حقوق سایرین را تحت الشعاع قرار می‌دهد، قابل پیگیری قانونی است و بعضاً، جریمه دارد. البته، بر اساس قانون شهرداری، انجام برخی مشاغل تجاری در املاک مسکونی، مجاز قلمداد شده است.

### کاربری مسکونی و اداری چیست؟

کاربری مسکونی، به این معناست که ملک مورد نظر، جهت سکونت دائمی یا موقتی در نظر گرفته شده است و حسب شرایط معمول، می‌توان به منظور سکونت، از آن بهره‌برداری کرد. بنابراین، زمانی که شهرداری، در پروانه ساخت و ساز، نوع کاربری ملکی را مسکونی لحاظ می‌کند، به این معناست که ملک باید دارای اتاق خواب، سرویس بهداشتی، آشپزخانه و غیره بوده و افراد، صرفاً همین نوع بهره‌برداری را از ملک داشته باشند. ملک اداری، به ملکی گفته می‌شود که بر اساس قانون و مجوزهای صادره از شهرداری از جمله شناسنامه فنی ساختمان، به منظور فعالیت‌های اداری، راه اندازی شده است و افراد نیز، صرفاً می‌توانند همان استفاده راز ملک مورد نظر داشته باشند. علاوه بر کاربری مسکونی و اداری، کاربری تجاری هم یکی دیگر از انواع کاربری‌های مذکور در اسناد ملکی است که به موجب آن، افراد می‌توانند از آن محل، به منظور تجارت و فعالیت‌های تجاری استفاده کنند و به عنوان نمونه با نصب تابلو در سر در آن کلیه اقدامات تجاری مورد نظر را در آن انجام دهند. با این‌که استفاده تجاری از ملک مسکونی، غیرقانونی است و ممکن است کمیسیون ماده ۱۰۰ قانون شهرداری‌ها، متخلف را به پرداخت جریمه محکوم کند، با این حال، راه اندازی برخی مشاغل تجاری و اداری در املاک مسکونی، فاقد اشکال است و افراد، می‌توانند تحت شرایط خاصی، اقدام به راه اندازی کسب و کار تجاری در املاک مسکونی کنند.

این مشاغل عبارتند از:

- مطب پزشکی و حرفه‌های وابسته به امور پزشکی و داروخانه‌ای، از جمله لابراتوارهای دندانسازی
- دفاتر مهندسی، دفاتر اسناد رسمی، دفاتر وکالت و دفاتر ازدواج و طلاق
- کارشناسان رسمی دادگستری و مترجمان رسمی دادگستری
- شرکت‌های فناوری اطلاعات و شرکت‌های رایانه‌ای
- کاربری‌های فرهنگی، هنری و رسانه‌ای شهر تهران
- آموزشگاه‌های دارای تاییدیه از مراجع ذی صلاح
- دفاتر خدمات الکترونیک و دفاتر پیشخوان دولت
- مدارس و مراکز آموزشی و پرورشی غیردولتی
- مدارس ابتدایی و متوسطه دولتی
- شرکت‌های دانش بنیان و مهندسين مشاور
- مهدهای کودک و دفاتر مطبوعات
- مشاغل خانگی و پانسیون‌ها

### آشنایی با خواص دارویی گل راعی

# یک گل ضد افسردگی

**گل راعی یا هوفاریقون، گیاهی دارویی دارای گل‌هایی به رنگ زرد و به شکل ستاره است. از نام‌های دیگر این داروی گیاهی در ایران، می‌توان به مواردی از جمله هوفاریقون، علف چای، هزار چشم، علف طلایی و شهناز اشاره کرد. گل راعی خواص درمانی فراوانی دارد. یکی از خواص گل راعی که بسیار پرکاربرد است کمک به درمان افسردگی است. کاهش علائم یائسگی نیز یکی دیگر از خواص گل راعی است. گل راعی را می‌توان به شکل‌های مختلفی از جمله دمنوش، قرص، مایع و به صورت موضعی مصرف کرد.**

نکته



### طرز تهیه دمنوش گل راعی

دمنوش گل راعی یکی از بهترین دمنوش‌های گیاهی است. برای تهیه این دمنوش کافی است مقداری از گیاه گل راعی یا گیاه هزار چشم را همراه با آب جوش بر روی شعله گاز قرار دهید و اجازه دهید برای مدت زمان ۱۵ تا ۲۰ دقیقه دم بکشد. پس از این‌که دمنوش آماده شد، می‌توانید آن را همراه با خرما یا توت مصرف کنید. بسته به سلیقه و ذائقه خود می‌توانید کمی آلبیمو نیز به این دمنوش اضافه کنید و روزانه سه مرتبه از این دمنوش بنوشید.

### خواص دمنوش گل راعی

این دمنوش گیاهی دارای خواص درمانی فراوانی است که از جمله این خواص می‌توان به مواردی مانند تسکین گلودرد، کاهش وزن سریع، درمان سردردهای میگرنی، درمان کم‌خونی، درمان ترش کردن معده و ورم معده، درمان زخم‌های دستگاه گوارش، درمان قولنج‌های کبدی و کلیوی، درمان مننژیت، درمان کزاز، ضد کرم معده و روده، تقویت سیستم ایمنی، سلامت قلب، ضد التهاب، مفید برای تیروئید، سلامت دستگاه ادراری، درمان سنگ کلیه، جلوگیری از بروز سرطان و ضدافسردگی اشاره کرد. مصرف دمنوش گیاه هوفاریقون برای خانم‌های باردار و مادران شیرده ممنوع است. این دمنوش با برخی از داروها مانند داروهای ضدبارداری، ضدافسردگی و ضد میگرن ممکن است تداخل داشته باشد.

### عوارض گل راعی

گل راعی در کنار تمام فواید و خواص بی‌نظیری که در سلامتی دارد، برخی عوارض و مضرات نیز برای این گیاه دارویی آورده شده است. اگر از گل راعی به صورت موضعی مصرف شود و بعد در معرض آفتاب قرار بگیرید، ممکن است واکنش‌های پوستی به دنبال داشته باشد. علاوه بر این زیاده‌روی و افراط در مصرف خوراکی گل راعی نیز می‌تواند منجر به واکنش‌های پوستی در اثر قرارگیری در معرض پرتوهای خورشید شود. توصیه می‌شود بعد از مصرف گل راعی در صورت قرارگیری در زیر آفتاب، پوشش مناسب داشته باشید. برخی از عوارضی که در اثر مصرف گل راعی ممکن است مشاهده شود، می‌توان به مواردی مانند اختلال در خواب، حساسیت، عصبانیت، افزایش فشار خون، سختی در ساکن نشستن، خستگی، ناراحتی معده، سرگیجه، خشکی دهان، سردرد، اسهال، جوش پوستی و خواب رفتن دست و پا اشاره کرد. این گیاه با برخی از داروها ممکن است تداخل داشته باشد. زنان باردار و مادران شیرده از مصرف گل راعی می‌بایست پرهیز کنند. مصرف گیاه هوفاریقون می‌تواند در افراد مبتلا به اسکیزوفرنی موجب بروز روان پریشی شود، همچنین با داروهای بیهوشی تداخل داشته و می‌تواند موجب آسیب به قلب در طول عمل جراحی شود، از همین رو توصیه می‌شود در صورت عمل جراحی از دو هفته قبل از عمل از مصرف این داروی گیاهی خودداری کنید.

### نکته

برای انتخاب لیو باید چه نکاتی را رعایت کنیم؟

## لیوی‌های شیرین را سواکن

**لیلا ونکی**  
خبرنگار چار دیواری  
زمستانی است که اتفاقاً خواص زیادی هم دارد. ولی خب خرید و انتخاب لیو هم مانند سایر چیزها مهارت می‌خواهد و بعضی لیوها شیرین‌تر و خوشمزه‌ترند، اما ببینیم هنگام خرید لیو باید کدام چغندر را انتخاب کنیم. چغندرهایی برای خرید مناسب هستند که سفت و محکم باشند و قطر آنها بیشتر از پنج سانتی‌متر نباشد. چغندره‌های بزرگ کهنه و پوک هستند بی‌بوست چغندر باید صاف و بدون لک و قرمز تیره و متمایل به زرد باشد. قبل از خرید چغندر را فشار دهید تا از سفت بودن تمام جاهای آن مطمئن شوید. همچنین دقت شود که نشانه‌هایی از فساد و خرابی در پوست و برگ لیو دیده نشود. اگر یک لیو بزرگ باشد و ریشه‌های پشمالویی داشته باشد از خرید آن پرهیزید. چرا که موهای ریشه نشانه پیری لبوست، همچنین بزرگی بیش از حد آن به این معناست که وسط لیو بسیار سفت و چوب مانند است. قبل از گذاشتن چغندر در یخچال برگ‌های آن را جدا کنید. برگ‌ها به تدریج رطوبت را از ریشه می‌گیرند و تاژی چغندر از دست می‌رود. چغندرها را در کیسه پلاستیکی و در کشوی میوه‌ها و سبزیجات یخچال قرار دهید. چغندر با این روش تا سه هفته ماندگاری دارد. چون چغندر رنگ قرمزی پس می‌دهد، بهتر است در کیسه مناسبی آن را بگذارید تا آب آن یخچال را کثیف نکند. برای این‌که عطر و طعم چغندر از بین نرود اول آن را برش بزنید و بعد پوست بگیرید.

### طبع لیو سرد است یا گرم؟

بر اساس پزشکی سنتی، طبع و خواص لیو یا چغندر پخته شده معتدل است. طبع هر غذایی می‌تواند تعیین‌کننده آبیایی غذا با طبیعت و مزاج شما ساگار است یا نه اما اگر چغندر به صورت خام مصرف شود طبع آن گرم و تر می‌شود؛ بنابراین افراد سرد مزاج بهتر است در مصرف لیو زیاده‌روی نکنند.

بر اساس طب سنتی، هر غذایی به تفکیک طبع و مزاج شناسایی، دارای یک یا چند مصلح است. منظور از مصلح، یک نوع ماده غذایی یا گیاه دارویی است که مصرف آن به همراه این غذاها، باعث اصلاح و تعدیل عوارض جانبی غذایی شود و در هضم آن کمک می‌کند. مصلح لیو، عسل است که باید گرم مصرف شود. در طب سنتی گفته شده که مصرف زیاد لیو باعث ترشح نامتعادل غده تیروئید می‌شود و به اصطلاح مزاج فرد را سودایی می‌کند.

### روش صحیح نگهداری از لیو

برای نگهداری از چغندر به مدت طولانی و حفظ خواص لیو، قبل از منجمد کردن آن، حتماً لیو را درسته بپزید و سروته آن را جدا کنید. چرا که این کار باعث از بین رفتن رنگ قرمز آن هنگام پخت می‌شود. پخت آن به این صورت است که لیو را درسته در آب جوش قرار دهید به طوری که کامل در آب قرار گیرد. به مدت ۵۰ دقیقه حرارت دهید و بعد از این‌که کاملاً پخته شد آن را در کیسه فریزر یا سلفون ببیچید و در فریزر قرار دهید. اگر لیو به این صورت نگهداری شود، تا سه ماه خواص خود را حفظ خواهد کرد. اگر در یخچال نگهداری شود، این مدت زمان به ۱۰ روز تقلیل می‌یابد.

