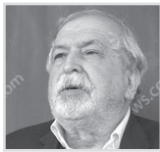


گلشن

■ گلشن مهر شناسنامه گلستان است

■ چهارشنبه ۱۶ مرداد ۱۳۹۸ / سال بیستم / شماره ۱۸۶۱ / ۸ صفحه / ۱۰۰۰ تومان

روز و راز خبرنگار



۲

نبض تعلبندان در نیمه مرداد



۳

درمان درد گوش
به روش طب سنتی

۴

سال رونق تولید

مرجان کار

تولید کننده



بلوک سقفی و تیغه دیواری

www. marjankar.ir

در خدمت توسعه مسکن در شمال کشور

تلفن کارخانه گرگان: ۰۱۷-۳۳۱۶۴۵۲۷

دفتر فروش گرگان: ۰۱۷-۳۳۲۲۳۶۴۲

یادداشت اول

ساختار اطلاع رسانی گلستان

مریم قرآنی



روز خبرنگار و سالگرد شهادت شهید محمود صارمی را به همه ی خبرنگاران و نویسندگان و روزنامه نگاران گلستانی تبریک گفته ، در آرزوی روزهای بهتر برای

مطبوعات و رسانه ها خواهیم نشست، جدای از حرفها و تشویق های این چندروزه شایسته بود، مسوولان امر نگاهی جدی به ساختار اطلاع رسانی گلستان می انداختند و بانگاهی کارشناسانه برنامه هارا مورد بحث و بررسی قرار میدادند، توجه به زیر ساختها ، جایگاه گلستان در توسعه فرهنگی و جایگاه رسانه های گلستان در ایران و عملکرد مطبوعات و رسانه ها در استان از جمله اموری بود که باید در این هفته مورد توجه قرار می گرفت ،به این جهت باید گفت ، بعد از هفته ی جاری نیز نمی توان به چشم اندازی امیدوار کننده برای رسانه ها در گلستان امیدوار بود ، بی برنامه گی تلخ و دردناک در توسعه مطبوعات، سردرگمی مدیران در برخورد با نهاد های نیمه مدنی ، فقدان برنامه برای گسترش نهادهای مطبوعاتی نظیر انجمن مدیران مسوول، انجمن صنفی مطبوعات ، خانه مطبوعات غیر دولتی و... که بتواند همه ی رسانه های گلستان را رهبری نموده در نهایت به سوی توسعه پیش ببرد ، کاملاً مشهود است ، بدیهی است انتظار روزنامه نگاران مستقل از عملکرد مدیران فرهنگی بر آورده نشده است و باید با رای زنی و نشستهای تخصصی به ارتقا رسانه ها کمک کرد ، به هر حال پس از بیست سال انتشار گلشن مهر برای ما گزیده است که می بینیم بخاطر سیاستهای غلط سالیهای

متمادی، امروز یک صفحه ارا سردبیر چندین نشریه مکتوب است و اکثر نشریات کاغذی گلستان با تیراژی بسیار معدود مشغول فعالیتند - هر چند در این باره گلایه ای از همکاران مطبوعاتی نیست، آنها معلول سیاستهای غلط بوده و هستند و نمی توان از آنها انتظار بیشتری داشت- ولی آیا مدیران استانی و فرا استانی هم نمی توانند از پس این همه سال تجربه ، برنامه ای جامع را برای ساختار اطلاع رسانی گلستان ارایه دهند ؟ این ضعف آفتاب مشهود است که در سند چشم انداز توسعه گلستان نیز خبری از جایگاه رسانه ها نیست و نشان میدهد مدیران تصمیم ساز وقت گلستان اصولاً با عنصر رسانه بیگانه بوده اند و این خود جای بسی تاسف است و گمان می کردند بدون رسانه می توانند گلستان را به سر منزل مقصود برسانند . کلام آخر آنکه برای توسعه باید طرح و برنامه داشت هیچ جامعه ای با شعار به رشد و ارتقا نخواهد رسید ، بنابر این عاقلان قوم بهوش باشند که زمان میگذرد و از روزگار جز نام نخواهد ماند .

■ مدیر مسوول گلشن مهر

سهمیه المپیک
کاتو تک نفره را می خواهیم

«۸»

دیدار فرماندار گرگان
از روزنامه ی گلشن مهر

«۷»

موفقیت در خانواده شرط
اصلی موفقیت در جامعه

«۶»

نماینده ولی فقیه در گلستان :

گلستان عقب افتاده است

ای پاسخ ندادن به توهین و تهمت ها را بر درست بودن آن تلقی می کنند در حالیکه وظیفه اصلی ما (روحانیت) پاسخ دادن به مسائل دینی و اجتماعی است. نورمفیدی با تصریح بر اینکه علمای دین نباید وارد دعوای بی ملاک شوند، گفت: البته وجود انتقاد در زندگی انسان متفکر ضروری است و باعث تکامل می شود. امام جمعه گرگان که از ۴۰ سال پیش تاکنون این مسوولیت را بر عهده دارد، گفت: جوان گرایی به معنای پیرزدایی نیست زیرا ممکن است ...

«۲»

نماینده ولی فقیه در استان گلستان و امام جمعه گرگان گفت: پاسخ دادن به تخریب و توهین ها باعث دوری از انجام وظایف محوله برای یک روحانی می شود. سید کاظم نورمفیدی دوشنبه شب در نشستی با خبرنگاران که به مناسبت روز خبرنگار و همزمانی با برگزاری سالروز نخستین نماز جمعه گرگان برگزار شد، افزود: تخریب، توهین، جعل و دروغ قبل از انقلاب هم علیه من بود و امروز به شکلی دیگر خود را نمایان می کند. به گزارش ایرنا نماینده مردم گلستان در مجلس خبرگان رهبری اظهار کرد: عده



حجاج گلستانی

از ۳۱ مرداد ماه به خانه برمی گردند

«۳»

سیل زدگان گلستان زمستان امسال مشکل تامین گاز ندارند

مدیرعامل شرکت گاز گلستان گفت: با وجود وارد شدن آسیب به برخی خطوط انتقال مناطق آسیب دیده از حوادث قهری امسال، شهروندان سیل زده گلستان در فصل سرد امسال مشکل تامین گاز ندارند. محمدرحیمی اظهار داشت: با حضور مستمر و مداوم تیم های عملیاتی و امدادی، هیچ کدام از مناطق سیل زده با مشکل قطعی گاز مواجه نشدند. وی بیان کرد: پس از برش جاده ها برای عبور آب، احتمال ترکیدگی و انفجار لوله های گاز مجاور این جاده ها وجود داشت اما با اقدامات پیشگیرانه کارشناسان و متخصصان، آسیبی به این خطوط وارد نشد. مدیرعامل شرکت گاز گلستان افزود: علاوه بر مناطق سیل زده، برخی مناطق استان در اوایل سال دچار بحران رانش زمین شدند که برای جلوگیری از بروز حوادث احتمالی، گاز ۲۲ روستا از توابع مینودشت با ۴۵۰۰ بهره بردار برای مدت ۳ روز قطع اما پس از آن بار دیگر این جریان برقرار شد.

جرایم سایبری در گنبد کاووس ۱۲۷ درصد افزایش یافت

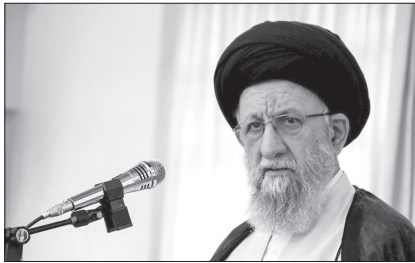
فرمانده انتظامی گنبد کاووس در شرق گلستان اعلام کرد که جرایم سایبری در این شهرستان از ابتدای امسال تا پایان تیر ماه، ۱۲۷ درصد در مقایسه با مدت مشابه سال قبل افزایش یافته است. سرهنگ محمود علی فر روز سه شنبه در نشست خبری به مناسبت ۱۷ مرداد بزرگداشت روز خبرنگار، اظهار داشت: ناآگاهی کاربران نسبت به شبکه های اجتماعی و فضای مجازی و قرار دادن عکس یا اطلاعات شخصی در فضای مجازی مهمترین عامل افزایش جرایم سایبری در این شهرستان بوده است. وی گفت: سوء استفاده از تصاویر شخصی و خانوادگی، اخاذی و برداشت غیرمجاز از حساب بانکی از مهمترین جرائم سایبری در چهار ماه نخست امسال در گنبد کاووس بوده که با تلاش ماموران پلیس فضای تولید و تبادل اطلاعات (فتا) کشف جرایم سایبری در این شهرستان در مدت ذکر شده ۱۲۸ درصد رشد داشته است.

۱۰۰ درصد روستاهای گلستان از اینترنت پرسرعت برخوردار می شوند

مدیرکل ارتباطات و فناوری اطلاعات گلستان گفت: تلاش داریم تا دهه فجر امسال ۱۰۰ درصد روستاهای گلستان از اینترنت پرسرعت برخوردار شوند. محمد احمدی عصر سه شنبه در دیدار با اعضای تحریریه خبرگزاری مهر به مناسبت روز خبرنگار اظهار کرد: یکی از مهم ترین برنامه های وزارت ارتباطات و فناوری اطلاعات در روستاها ایجاد اقتصاد دیجیتال بوده که با توسعه زیرساخت ها شاهد ارتقاء این شاخص در مناطق روستایی شده ایم. وی با اشاره به اقدامات انجام شده در سال های اخیر در استان، افزود: توسعه دفاتر پیشخوان شهری و روستایی و پیگیری واگذاری خدمات دستگاه های اجرایی از مهم ترین اقدامات در توسعه روستاها و ایجاد اقتصاد دیجیتال به شمار می رود. وی ادامه داد: هم اکنون ۱۰۰ درصد روستاهای گلستان پوشش ارتباطی دارند و امیدواریم تا دهه فجر امسال بتوانیم کمتر از هفت تاهشت درصد روستاهای باقی مانده استان از اینترنت پرسرعت بهره مند شوند.

گلستان عقب افتاده است

دارم اما انجام نمی دهیم، اظهار کرد: جایگاه من در حکم صادره از سوی حضرت امام (ره) و رهبر معظم انقلاب اسلامی مسائل اجرایی نیست بلکه به رفع مشکلات مذهبی، دینی و سیاسی در هر دو حکم تاکید و توصیه شده است، رابطه ام با مسوولان هم جنبه ارشادی و امر به معروف و خدای نکرده نهی از منکر است. نورمفیدی اضافه کرد: از رییس قوه قضاییه هم تقاضا کردم در خصوص مبارزه با فساد همچنان که قول داده اند قرص و محکم وارد شوند و در بحث منابع طبیعی فقط در حد سر و صدا و در یک استان نباشد بلکه این موضوع را در کل کشور پیگیری کنند و مقطعی نباشد. وی گفت: یکی از اساسی ترین دغدغه هایم با توجه به مسئولیت و وظیفه تعریف شده در احکام صادره از سوی امام راحل و مقام معظم رهبری وحدت فرق اسلامی با توجه به حضور اقوام مختلف در استان گلستان است تا آنچه مبنای اختلاف است را مایه وحدت قرار دهیم، توسعه همه جانبه استان دغدغه دیگرم است و به همه استانداریان از ابتدا تاکنون توصیه کرده ام و معتقدم گلستان استانی عقب افتاده است و می توانستیم از خط آهن ایران، ترکمنستان، قزاقستان که از این استان عبور کرده بهره بیشتری ببریم اما این مهم رخ نداد و حتی جزیره اشوراده که مصوبه هیات دولت را دارد هنوز به نتیجه نرسید و از سوی دیگر زهکشی اراضی کشاورزی منطقه کامل انجام نشد. نورمفیدی که در معهود نشست های خود با خبرنگاران سخن می گفت با گرامیداشت یاد و خاطره شهید محمود صارمی خبرنگار فقید ایرنا و تبریک روز خبرنگار گفت: خبرنگاری حرفه ای سخت، طاقت فرسا و ظریف است که باید در همه عرصه ها و مواقع و هنگام حوادث طبیعی و غیرطبیعی خود را به موقع برساند و مطالب را واقعی یا نزدیک به واقعیت بنویسد و این ظرافت و سختی نرم افزاری کار خبر است.



نورمفیدی در خصوص نامه اخیرش به وزیر کشور و حمایت از انتصاب استاندار بومی برای گلستان گفت: تا لحظه آخر بر این مساله تاکید داشتم اما بعد از تماس های رییس دفتر رییس جمهور و معاون اول متوجه شدم تلاشم بیش از این پاسخگو نیست و آقایان در تهران بین خود اختلاف دارند و پس از آن دیگر دخالتی نکردم تا بالاخره در هیات دولت به نتیجه برای انتصاب استاندار کنونی (حق شناس) رسیدند. نماینده ولی فقیه در گلستان در خصوص حضور هیات بازرسی از سوی دفتر مقام معظم رهبری در گلستان و نامه ای که به رییس قوه قضاییه در صیانت از منابع طبیعی نوشته، گفت: مساله منابع طبیعی از اول انقلاب برای من مهم بود و این برای همه واضح و روشن است، در خصوص روستای زیارت معتقدم این روستا می توانست یکی از بهترین جاذبه های گردشگری گلستان باشد که البته نیازمند ارائه یک طرح جامع است. نورمفیدی اضافه کرد: همه استانداریان و مدیران با این مساله موافق بودند اما در مرحله اجرا کاری انجام ندادند و امروز زیارت به این وضع افتاده است. روستای زیارت از نقاط جذاب گردشگری گرگان طی سالهای اخیر با پدیده زمین خواری و تخریب جنگل به منظور ساخت و سازهای خارج از قاعده مواجه بوده است. امام جمعه گرگان با بیان این که عده ای فکر می کنند من اختیار اجرایی

نماینده ولی فقیه در استان گلستان و امام جمعه گرگان گفت: پاسخ دادن به تخریب و توهین ها باعث دوری از انجام وظایف محوله برای یک روحانی می شود. سید کاظم نورمفیدی دوشنبه شب در نشستی با خبرنگاران که به مناسبت روز خبرنگار و همزمانی با برگزاری سالروز نخستین نماز جمعه گرگان برگزار شد، افزود: تخریب، توهین، جعل و دروغ قبل از انقلاب هم علیه من بود و امروز به شکلی دیگر خود را نمایان می کند. به گزارش ایرنا نماینده مردم گلستان در مجلس خبرگان رهبری اظهار کرد: عده ای پاسخ ندادن به توهین و تهمت ها را بر درست بودن آن تلقی می کنند در حالیکه وظیفه اصلی ما (روحانیت) پاسخ دادن به مسائل دینی و اجتماعی است. نورمفیدی با تصریح بر اینکه علمای دین نباید وارد دعواهای بی ملاک شوند، گفت: البته وجود انتقاد در زندگی انسان متفکر ضروری است و باعث تکامل می شود. امام جمعه گرگان که از ۴۰ سال پیش تاکنون این مسوولیت را بر عهده دارد، گفت: جوان گرایی به معنای پیرزدایی نیست زیرا ممکن است یک فرد با سن بالا مانند یک جوان شاداب، با نشاط و با طراوت باشد و آرمانی فکر کند، شکر خدا مقام معظم رهبری با بیش از ۸۰ سال سن مانند یک جوان ۲۵ ساله بانشاط، محکم، قوی، فعال و نواندیش در همه عرصه ها حضور دارند. نورمفیدی در خصوص برخی شایعات مطروحه در خصوص بنیاد نور گفت: مجموعه های فرهنگی و دینی بزرگی همچون موسسه فرهنگی میرداماد، حوزه علمیه امام، دارالمعرفه قم، مکتب الزهرا و غیره نیازمند اعتبار هستند که از محل فعالیت های آن بنیاد دارد و این فعالیت ها برای استان گلستان ماندگار خواهد بود و همانند یک موقوفه عمل می کند. به اعتقاد امام جمعه گرگان هیچکس در استان (گلستان) تاکنون چنین خدمتی نکرده و براساس مستندات سند هیچ کدام از این مراکز و فعالیت ها به نام من نیست.

یادداشت

روز و راز خبرنگار

جمشید کازرانی



خیبر نامی از نامه های خداوند است. فخر رازی از آن به آگاه کننده تعبیر و غزالی آن را عالم به پوشیده ها تفسیر می کنند. خداوند در قرآن تنها ۴۵ بار با نام خیبر از خود یاد کرده است. خیبر از علیم اخض است. زیرا خیبر یعنی آگاه از دقایق و جزئیات اشیا و انسان ها. خبرنگار، وارث چنین نام بلندی است. خبرنگاری حرفه و شغل نیست. فراتر از آن نوعی به رسالت و گونه ای هدایت و مدیریت خواست ها و نیازهای جامعه است. برترین بندگان خدا پیام آوران او بودند. همان ها که از پس سالها تزکیه و تقوا و مرارت و مجاهدت به افتخار خبرسانی ناآل آمدند و کسوت نبوت در پوشیدند.

خبرنگار، بیرق چنین رسالتی را بر دوش دارد. "بالغکم رسالات ربی و انا لکم ناصع امین" رفعت جایگاه خبرنگار از منظر فرهنگ اسلامی آنگاه به راستی تحقق می یابد که به اخلاق و منش پیام آوری آراسته باشد. در این صورت که بالاترین شان و جایگاه از آن خبرنگار خواهد بود. امروزه و پس از قرن طوفان زده گذشته، رسانه های بومی و منبعث از فرهنگ و تمدن های اصیل در جای جای جهان در حال رشد و رو به رشدند و رسانه هایی که در روزگاری نه چندان دور در شرایط تقلید از جوامع غربی زاده شدند. امروزه به بیداری ملت ها روی در مسیر خودباوری و هویت یابی دارند و فراتر از آن الگوها و روش هایی نو برای گفتگو با مخاطبان بومی می اندیشند. در چنین شرایطی، چشم انداز رسانه های کشور حرکت به سوی تهذیب و تعالی رسانه ای مناسب با ارزش های الهی است. افقی که جز با قلم توانای خبرنگاران متعهد و حق جوی ترسیم نخواهد شد. اگر امروز از مسئولیت رسانه ای سخن می گوئیم جلوه گاه آن قلم خبرنگاران و تعهد خبری آنهاست و اگر به تهذیب رسانه ای و گسترش چتر فرهنگ برصفحات مطبوعات و خبرگزاری ها امید می بندیم عنصر اصلی و بنیادین آن قلم خبرنگاران است. قلم خبرنگار وجدان بیدار جامعه ای است که علاوه بر هویت ملی با آرمان هایی فراتر از خاک و خون پیوند دارد. روز خبرنگار که روز پیام رسانی است با این امید گرامی می داریم که قلم خبرنگاران کشورمان همواره در مسیر حق جویی شایسته سوگند خداوند و امانت امام اعتماد ملت باقی بماند.

خبرنگار پیشین روزنامه های اطلاعات و کیهان سال های ۱۳۴۸ تا ۱۳۵۶

نشست صمیمی اصحاب رسانه با جمعی از مدیران کل گلستان



نشست صمیمی اصحاب رسانه با جمعی از مدیران کل استان گلستان به مناسبت هفته گرامیداشت خبرنگار و روز رسانه و فرهنگ سازی به همت اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان گلستان در محل سالن کنفرانس این اداره کل برگزار شد. در ابتدای جلسه علی اصغر نیک نیا مدیر کل تامین اجتماعی استان گلستان با خبرنگاران به گفت و گو نشست. خبرنگاران در این نشست به بیان مشکلات و دغدغه های خود در زمینه بیمه خبرنگاری پرداختند. در ادامه مدیر کل تامین اجتماعی استان گلستان ضمن تبریک هفته خبرنگار به پرسش های اصحاب

رسانه پاسخ داد. علی اصغر نیک نیا گفت: تمامی افرادی که در موسسات مطبوعاتی با مجوز ارشاد مشغول به فعالیت هستند مشمول بیمه تامین اجتماعی می شوند. وی با اشاره به ۳۰۳ خبرنگاری که تحت پوشش بیمه تامین اجتماعی هستند افزود: درجه پوشش خبرنگاری تصویب شده است اما هنوز جهت اجرا به اداره کل تامین اجتماعی استان گلستان ابلاغ نشده است. علی اصغر نیک نیا در ادامه صحبت های خود گفت: کارگاه های تولیدی در صورتی که به دلیل تحریم های ظالمانه موفق به پرداخت بیمه نشده باشند، اگر تاشهریور به سازمان تامین اجتماعی مراجعه کرده و اصل بیمه را پرداخت کنند جرایم و دیر کرد آنها بخشیده خواهد شد. وی همچنین به یارانه بیمه خبرنگاران اشاره کرد و گفت: قسمتی از بیمه خبرنگاران توسط دولت پرداخت می شود اما این یارانه شامل حال کارفرما نمی شود. در ادامه جلسه هادی هاشمیان و جلالی ریاست کل دادگستری و مدیر کل اطلاعات استان گلستان به گفت و گو با اصحاب رسانه پرداختند. در این نشست خبرنگاران از شکایت های مسئولان نسبت به اصحاب رسانه انتقاد کرده و این عمل را محدود کننده وظیفه اطلاع رسانی خود بیان کردند. هادی هاشمیان در همین ارتباط گفت: خبرنگاران با ایفای نقش اطلاع رسانی خود باعث از بین رفتن حیطه خلوت مسئولین و کاهش فساد شده اند. وی از خبرنگاران خواست که دقت کنند فعالیتشان در راستای وظیفه مندی و قانونی باشد افزود: تازمانی که من در دادگستری استان هستم اجازه نخواهم داد فردی مزاحم اقدامات قانونی خبرنگاران شود. رئیس کل دادگستری استان گلستان ضمن اشاره به حساسیت پرونده های مطبوعاتی گفت: پرونده های مطبوعاتی در شعبه یک کیفری

با دو قاضی برگزار می شود. هادی هاشمیان در پاسخ به گلابه خبرنگاری که بیان داشت، خبرنگاران از سوی برخی مدیران تهدید می شوند گفت: تهدید یک اقدام مجرمانه است و اگر مسئول یا مدیری، خبرنگاری را تهدید کرد می تواند با ارائه اسناد و مدارک از او شکایت کنید. در ادامه جلسه جلالی مدیر کل اطلاعات استان گلستان ضمن تبریک هفته خبرنگار افزود: خبرنگاران و اصحاب رسانه موتور محرک و عامل پویایی جامعه و مسئولان هستند. وی با اشاره به بیانات مقام معظم رهبری گفت: دشمن با همه توان به وحدت ملت ایران هجوم آورده است و مهم ترین دغدغه ما در استان گلستان وحدت همه گروه ها، اقوام، علما، اندیشمندان و آحاد جامعه است. آخرین مدیرکل حاضر در این نشست سعید مازندرانی مدیر کل تعاون کار و رفاه اجتماعی بود. وی در ابتدای صحبت خود به سیل اخیر استان اشاره کرد و گفت: در سیل اخیر بیش از دو هزار نفر بیکار شدند که تحت پوشش بیمه بیکاری قرار گرفتند. مدیرکل تعاون کار و رفاه اجتماعی استان گلستان با پیشنهاد تاسیس شرکت تعاونی خبرنگاران گفت: در صورت تاسیس تعاونی خبرنگاران می توانید نسبت به بیمه تکمیلی خود اقدام کنید. وی همچنین به انجمن صنفی خبرنگاران اشاره کرد و گفت: مجوز انجمن صنفی خبرنگاران باطل شده است و بار ها از خبرنگاران خواستیم نسبت به بازگشایی آن اقدام کنند. سعید مازندرانی در انتهای جلسه به بیمه خبرنگاران اشاره کرد و افزود: خبرنگاری جزء مشاغل سخت محسوب شده و کلیه خبرنگارانی که به عنوان خبرنگار لیست بیمه آنها رد شده باشد پس از بیست سال بازنشسته خواهند شد.

نبض نعلبندان در نیمه مرداد



کوثر قندهاری به نعلبندان که نزدیک می شوم شلوغی رفت و آمدهایش را احساس میکنم، چند مرد با کیف و جعبه ای که رویش ساعت چیده شده در کنار خیابان مشغول تعمیر و فروش ساعت هستند، ورودی نعلبندان خانمی با صدای بلند می گوید: فلفل تند، فلفل شیرین و چند خانم پلاستیک به دست در اطراف مشغول خرید فلفل و سبزی هستند. وارد نعلبندان که می شوم بوی زندگی به مشام می رسد، بوی میوه و سبزی تازه، دیگر خبری از صدای ماشین ها و شلوغی شهر نیست، زنان و مردان زیادی با دست های خالی و پر به سرعت مشغول حرکت هستند، گویا قرار است راس ساعتی خاص به جایی برسند و عجله دارند. از میان شلوغی ها و صدای مغازه دارها که رد می شوم، در کنار مغازه تروبار فروشی خانمی با بسته فلفل در دست قیمت کدو را می پرسد و پس از شنیدن قیمت راهش را کج می کند، می گوید: اجناس خیلی گراند و نمی شود چیزی خرید، عموما بازار نمی آیم اما گهگاهی که مثل امروز می آیم فقط باید قیافه میوه هارو ببینم، همسر سلطان معده دارد و در خانه افتاده و دکترها می گویند باید غذای مقوی بخورد اما همه پولمان صرف هزینه بیماری می شود و چیزی باقی نمی ماند که خرید کنیم، برای اینکه بتوانیم مخارج زندگی را تأمین کنیم گهگاهی وسیله می فروشیم، اما فایده ندارد. از همان مسیر به راهم ادامه میدهم، برنج فروشی پر از کیسه برنج و خالی از مشتری خودنمایی می کند، فروشنده می گوید: سال های قبل مردم کیسه ایی خرید می کردند اما حالا کیسه ها به پلاستیک تبدیل شده و قدرت خرید مردم به شدت کاهش یافته. آقای

مسنی که در آنجاست حرفش را ادامه می دهد: در زمان جوانی من میوه ای مثل گیلان به قیمت ۵ قران بود و برنج ۱۷ قران به فروش می رسید اما حالا چی؟ معلوم است دیگر کسی نمی تواند خرید کند؟ پس از آن به سمت خروجی نعلبندان می روم، کافه ها همچون گذشته مشغول کار هستند و بوی دیزیشان فضا را پر کرده، آقای با پلاستیک هایی از خیار و گوجه و سبزی در صف نان ایستاده و می گوید: خرید ما از نعلبندان نشانه رضایت نیست بلکه نشانه ناچاری است، اینجا قیمت ها از همه جا پایین تر است اما نمی شود دست چین خرید کرد و از کیفیت محصولات خیلی راضی نیستم. خانم میانسالی آنجا ایستاده و حرف هارو می شنود و با نشانه تایید می گوید: «سفره مردم خیلی وقت کوچیک شده و میوه در خانه ها نیست، ما دو نفریم و بچه هایمان رفته اند اما خانه ایی که بچه هست نمی شود بدون میوه و تنقلات باشد.» به سمت درب پشت مسجد جامع می روم و دو آقا با پلاستیک هایی که خریدشان از نعلبندان است در حال خارج شدن از نعلبندان و یکی از آن ها می گوید: هیچ نظارتی بر قیمت اجناس نیست و صاحب مغازه ها هرچه دلشان بخواهد می گویند و اگر به گرانی محصولشان اعتراض کنی، با تعریف های زیاد می گویند: نوع و کیفیت این محصول با بقیه فرق دارد، و اگر محصولی یک روز در چند مغازه نباشد، بقیه مغازه داران آن محصول را چندین برابر می فروشند اما اگر نظارت درستی باشد اینگونه نمی شود. علاوه بر این محصولات دست چین نیستند و اگر با فروشندگانشان دوست یا آشنا نباشی، محصول با کیفیتی برایت نمی ریزند و ممکن

است از ده تا میوه هشتایش خراب باشد. آقای دیگری که در کنارش ایستاده، می گوید: مسئله بر سر چند نفر پولدار نیست که می توانند خرید کنند، ما مردم عادی خیلی وقت است که دیگر نمی توانیم به اندازه نیاز خرید کنیم و چند روزی است که همسرم مدام می گوید: میوه بخر و من در نهایت امروز توانستم سه تا نیم کیلویی میوه بخرم. از نعلبندان که خارج می شوم در ادامه مسیر به یکی از مغازه های قدیمی که سالیان سال در آنجا مشغول کسب و کار است، میرسم. همه جور جنس از مواد غذایی، حبوبات و اقلام شستشو در این مغازه هست. صاحب مغازه با لبخند تلخ و غمی که در چشم هایش دارد، می گوید: مشتری های من از همه اقشار و سطوح اجتماعی هستند اما دیگر خیلی کم پیش می آید که کسی وارد مغازه شود و کیلویی وسیله بخرد، مشتری هایی می آیند که ظاهرشان به افراد مرفه شباهت دارد اما به اندازه سه هزار تومان، پنج هزار تومان خرید می کنند و اگر کسی کیلویی خرید کند در اصطلاح ما پادشاه است. او می گوید: قدرت خرید مردم نصف شده است و ما دیگر نمی توانیم از پس هزینه هایمان برآیم، بطوریکه سال ها پیش دو شاگرد در مغازه داشتم و حالا هر دو را جواب کرده ام و فقط خودم هستم. و این نبض چندساعته قدیمی ترین بازار شهر و مردمانش است و حرف هایی که گفته شد شاید در دل مردمانی باشد که هر روز بعنوان مغازه دار و مشتری در این بازار رفت و آمد می کنند و در حالی که در ظاهر مشغول حمل پلاستیک های سنگین هستند و در روزمرگی هایشان گم شده اند در باطن حامل غم سنگینی از ناامیامت زندگی باشند.

«»

سفر ارزان به گلستان در جشنواره هیرکان

معاون گردشگری اداره کل میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری گلستان از ارائه تخفیفات ویژه تأسیسات گردشگری استان در ایام جشنواره تابستانی هیرکان خبر داد. به گزارش روابط عمومی و امور فرهنگی اداره کل میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری گلستان، احمد تجری گفت: در ایام جشنواره تابستانی هیرکان که از عید قربان تا غدیر برگزار خواهد شد تأسیسات گردشگری استان تخفیفات ویژه ای را برای مسافران در نظر گرفته اند تا فرصت سفری ارزان قیمت و با کیفیت برای گردشگران فراهم شود. وی خاطر نشان کرد: این تخفیف ویژه در برخی شهرستان ها تا سقف ۵۰ درصد توسط تأسیسات گردشگری نظیر اقامتگاه های بوم گردی، هتل ها، رستوران ها، سفره خانه ها و ... ارائه می شود.

نمایشگاه عکس سال گشایش یافت

نمایشگاه عکس سال گلستان با معرفی ۳۰ اثر برتر متعلق به تعدادی از هنرمندان رشته عکاسی این استان در محل سینما هجرت شهر گنبد کاووس گشایش یافت. دبیر برپایی نمایشگاه سال گلستان، از ۱۰ اثر برتر ارائه شده در هر

بخش، عکس برتر سال گلستان که پیش از این توسط هیات داوران انتخاب شده نیز به نمایش گذاشته شده است. محمدرضا کیوان فرافزود: براساس نظر هیات داوران چهارمین دوره رقابت عکس سال گلستان در بخش خبری عکس متعلق به علی اصغر قزل سفلو، در بخش طبیعت عکس متعلق به سید حبیب حسینی و در بخش مستند عکس متعلق به الهام فاطمی فخرآباد به عنوان آثار برتر سال استان انتخاب شده اند. وی اضافه کرد: قرار است در ادامه فعالیت های نمایشگاهی کانون عکس حوزه هنری گلستان این نمایشگاه در دیگر شهرهای استان هم برگزار شود.

حجاج گلستانی از ۳۱ مرداد ماه به خانه برمی گردند

جانشین حج و زیارت گلستان گفت که بازگشت حجاج این استان پس از پایان مناسک و اعمال این سفر معنوی از ۳۱ مرداد ماه آغاز می شود. محمد رحیم ملاح روز سه شنبه در گفت و گو با خبرنگار ایرنا اظهار داشت: حاجیان

گلستانی در قالب ۲۶ کاروان و با ۱۶ پرواز هواپیمایی جمهوری اسلامی از طریق فرودگاه بین المللی گرگان وارد استان گلستان خواهند شد. وی گفت که همه مسافران گلستانی سرزمین وحی در سلامت کامل هستند. علی منانت مدیرکل فرودگاه های گلستان هم به ایرنا گفت که ظرفیت های فرودگاهی استان به طور کامل آماده خدمت رسانی به حجاج گلستانی است. امسال ۳۸۰۲ زائر از گلستان راهی سفر معنوی حج شدند که ۱۳ پزشک و ۱۶۱ عوامل اجرایی آنان را در این سفر همراهی کردند. بر اساس اعلام حج و زیارت گلستان سهمیه امسال این استان در مقایسه با سال گذشته تغییری نداشت.

درمان درد گوش به روش طب سنتی

بیمار پس از استحمام یا در هوای سرد، درد گوشش بیشتر می‌شود؛ روغن قسط تلخ یا روغن سوسن یا روغن شویید یا روغن بادام تلخ در هر گوش چکانده شود. اگر درد گوش‌ها همراه با ورم مجرای گوش باشد و بیم آن می‌رود که پرده صماخ را آسیب برساند، لازم است عنبرنساء را به داخل گوش‌ها دود داد و حبه سیری را گرم کرده و در مجرای گوش قرار داد؛ در این موارد چکاندن دو قطره آب جوشانده هندوانه ابوجهل در هر گوش نافع است. اگر درد گوش‌ها همراه با طنین و صدای وزوز گوش همراه باشد، حجامت از بین دو کتف گرفته شود و اگر این درد مقارن و هم‌زمان با درد دندان‌ها باشد، لازم است سه قطره از جوشانده کدوی حنظل، روی دندان مورد نظر چکانده شود و هم‌زمان پاها را در تشت حاوی جوشانده کدوی حنظل قرار داد و دو قطره روغن گل بابونه در گوش‌ها چکاند. زیاده‌روی در خوردن غذاهای نفاخ و نوشیدنی‌های گازدار، نفخ روده‌ها، اختلالات در تخمدان‌ها، بیماری‌های کلیوی، مصرف زیاد نان، در حالت امتلاء معده خوابیدن، کار کردن در محیط کار پرسرو صدا از جمله عوامل مهمی است که می‌تواند سلامتی گوش‌ها را در معرض خطر قرار دهد.



نفاخ و نوشیدنی‌های گازدار، در هر گوش دو قطره جوشانده گل افستین و زهره گاو در هر گوش چکانده شود. اگر سوء مزاج سرد باشد، نشانه‌اش این است که

یکی از راه‌های سالم نگاه داشتن گوش‌ها این است که هفته‌ای یک‌بار یک تا دو قطره روغن بادام تلخ خالص و تصفیه‌شده در هر گوش چکانده شود. چنانچه در عمق گوش‌ها دردی وجود داشته باشد و بیمار را کلافه کند و در خوردن و آشامیدن غذا اختلالی به وجود آید باید نوع سوء مزاج مربوطه را به‌منظور درمان مشخص کرد؛ اگر درد در گوش‌ها همراه با تب باشد و بیمار در وقت گرما دردش بیشتر شود، نشانه سوء مزاج گرم است؛ آب کوبک و عنب الثعلب یا آب گشنیز تر و تازه در هر گوش چکانده شود. اگر سوء مزاج سرد باشد، نشانه‌اش این است که بیمار پس از استحمام یا در هوای سرد، درد گوشش بیشتر می‌شود؛ روغن قسط تلخ یا روغن سوسن یا روغن شویید یا روغن بادام تلخ در هر گوش چکانده شود. گاهی اوقات نفخ شدید معده و روده‌ها باعث سنگینی گوش‌ها می‌شود؛ در واقع ماده تولیدکننده نفخ از طریق جریان خون طی مسیر کرده و ممکن است گوش‌ها را در بر گیرد؛ توصیه می‌شود بیمار از خوردن غذاهای نفاخ و بادزا پرهیز کامل کند چرا که ممکن است در صورت عدم رعایت این نکته دچار کری موقتی شود. در این مورد خاص توصیه می‌شود ضمن پرهیز از خوردن غذاهای



۴ میوه تابستانی با ۴ درد و ۴ درمان

میوه‌ها جزو گروه‌های غذایی هستند که خوردنشان همواره به وسیله متخصصان تغذیه توصیه می‌شود و تاکید آن‌ها این است که میوه‌ها تازه و فصلی باشند. یعنی میوه‌های تابستانی، در تابستان و میوه‌های زمستانی در زمستان خورده شوند. البته تنوع بخشیدن به رژیم غذایی نیز جزو توصیه‌های دیگر آنهاست زیرا میوه‌ها خواص ویژه‌ای دارند که می‌توان از آن‌ها بهره برد.

گلابی و چربی خون

به گزارش جام جم آنلاین، مطالعات نشان داده خوردن یک گلابی رسیده، ۲۰ درصد از نیاز روزانه به فیبر را تأمین و به کاهش چربی خون (کلسترول) کمک می‌کند. دریافت این مقدار فیبر در تنظیم قند خون نیز موثر است به همین دلیل توصیه می‌شود افراد دیابتی در برنامه غذایی‌شان این میوه را بگنجانند. لازم به ذکر است، در گلابی ماده معدنی‌ای به نام "برن" وجود دارد که در بهبود عملکرد مغز و انتقال پیام‌های عصبی در این ارگان دخالت دارد.

انگور و اختلال حواس

انگور از منابع پتاسیم محسوب می‌شود بنابراین خوردن آن باعث کاهش فشارخون خواهد شد. از آنجا که کمبود پتاسیم اختلال‌های حواس و افسردگی را در سنین بالا و سالمندی به وجود می‌آورد، به خصوص در افرادی که میوه و سبزی‌های کمی مصرف می‌کنند، عادت به خوردن انگور می‌تواند کمک کننده باشد. انگور از منابع ترکیب‌هایی با خواص آنتی اکسیدانی است که دریافت آن‌ها از بروز سرطان‌هایی که بر اثر آلودگی هوا و خوردن فرآورده‌های گوشتی ممکن است به وجود بیاید، پیشگیری می‌کند.

آلو و کم خونی

خوردن ۱۰۰ گرم آلو ۲۰ درصد از نیاز روزانه خانم‌ها به آهن را برطرف می‌کند. به همین دلیل به گیاهخواران توصیه می‌شود این میوه را در برنامه غذایی روزانه‌شان بگنجانند تا احتمال ابتلا به کم خونی فقر آهن در آن‌ها کاهش پیدا کند. این میوه از منابع مناسب پتاسیم نیز محسوب می‌شود به همین دلیل به بیماران فشارخونی پیشنهاد می‌شود آلو را در سبد میوه خود داشته باشند و روزانه ۲ تا ۳ عدد از این میوه را میل کنند. آلو از میوه‌هایی است که شدت یبوست را کاهش می‌دهد و کسانی که مکرر دچار این مشکل گوارشی می‌شوند، بهتر است بیشتر آلو بخورند. هلو و یبوستخوردن یک هلو متوسط، ۸ درصد از نیاز روزانه به فیبر را تأمین می‌کند و دریافت آن بهود دهنده یبوست است. این مقدار فیبر، سطح کلسترول خون را پایین می‌آورد و احتمال ابتلا به بیماری‌های قلبی را نیز کم می‌کند. این میوه از منابع ویتامین C نیز محسوب می‌شود و به همین دلیل توصیه می‌شود افرادی که به بیماری‌های لته مبتلا هستند، آن را در برنامه غذایی روزانه‌شان بگنجانند. جالب است بدانید با خوردن یک هلو متوسط ۳۴ میلی‌گرم از نیاز روزانه به این ویتامین تأمین می‌شود.

انبه و فشارخون

خوردن یک انبه کامل که حدود ۶۵۰ گرم وزن دارد، می‌تواند ۳۳ درصد از نیاز روزانه به پتاسیم را تأمین کند، به همین دلیل خوردن این میوه به فشارخونی‌ها توصیه می‌شود. انبه از منابع بتاکاروتن است که یکی از آنتی اکسیدان‌های قوی است و از بروز کم خونی و فقر آهن پیشگیری می‌کند.

سماق دشمن هپاتیت ب

نتایج بررسی هانشان می‌دهد که سماق تأثیر ضدمیکروبی دارد و مانع از بروز بیماری دیابت می‌شود و در رفع غلظت خون نیز بسیار مفید است. نتایج پژوهش محققان دانشکده علوم پزشکی دانشگاه تربیت مدرس در شرایط آزمایشگاه نشان داد: عصاره آبی سماق موجب مهار

تکثیر ویروس هپاتیت B می‌شود. عفونت ویروسی هپاتیت B می‌تواند باعث هپاتیت حاد و مزمن، سیروز کبدی و کارسینوما کبدی HCC در انسان شود. بیماران مبتلا به هپاتیت B مزمن بوسیله IFN-α و آنالوگ‌های نوکلئوزیدی مانند لامیوودین تحت درمان قرار می‌گیرند، اما این داروها دارای عوارض جانبی می‌باشند و همچنین جهش‌های ایجاد شده در ژنوم ویروس باعث ایجاد سشوش‌های مقاوم به دارو می‌شود. امین‌فرزائگان کارشناس ارشد ویروس‌شناسی ضمن بیان این مطلب به استفاده از برخی گیاهان دارویی به عنوان راه‌های جدید درمان اشاره کرد و گفت: گزارش‌های زیادی از ترکیبات گیاهی دارای اثرات بالقوه در پیشرفت روش‌های جدید برای مقابله با بیماری‌های غیر قابل درمان بدست آمده از سویی درخواست برای درمان بهتر و جدید نیز وجود دارد. سماق از جمله گیاهانی است که تحقیقات بر روی آن اخیراً در حال اجرا است. وی در خصوص اهداف طرح تحقیقاتی خود اظهار داشت: هدف از این مطالعه بررسی اثر مهار عصاره آبی سماق

نقش شیر مادر در کاهش مرگ و میر کودکان زیر ۵ سال

بعد سلامت، پیشگیری از بیماری‌های واگیر و غیر واگیر نظیر سوء تغذیه، چاقی و دیابت، سلامت روان و ارتقای تکامل کودکان و سلامت زنان و در بعد اقتصادی و اجتماعی، تأمین امنیت غذایی، شکستن چرخه فقر، ارتقای نیروی کار و حفاظت از محیط زیست را شامل می‌شود. وی با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر روشی بی‌نظیر جهت تغذیه شیرخواران

تشویق مادران به تغذیه نوزاد با شیر مادر و ارتقای سطح سلامت کودکان در سراسر دنیا است. وی با بیان اینکه شناخت روزافزون مزایای بی‌شمار تغذیه با شیر مادر بر سلامت، اقتصاد و محیط زیست موجب شده نهضت ترویج تغذیه با شیر مادر امروزه به عنوان راهبردی برای توسعه پایدار کشورهای جهان مطرح شود، گفت: این راهبرد در

سلامت نوزادان، کودکان و شیر مادر معاونت امور بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی بر ضرورت فرهنگ سازی در زمینه ترویج تغذیه نوزاد با شیر مادر تاکید کرد. به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایسنا، شهناز دلبرپور احمدی با بیان اینکه بزرگداشت هفته جهانی تغذیه با شیر مادر در سال جاری نیز با شعار جهانی "توانمندسازی والدین، تقویت تغذیه با شیر مادر؛ حال و آینده" برگزار می‌شود، گفت: هفته جهانی شیر مادر هر ساله از ۱ تا ۷ آگوست برابر با ۱۰ تا ۱۶ مرداد ماه در بیش از ۱۷۰ کشور دنیا برگزار می‌شود و هدف از این نامگذاری

است، عنوان کرد: توصیه جهانی برای تغذیه مطلوب شیر خواران مبنی بر شروع تغذیه با شیر مادر طی ساعت اول تولد، تغذیه انحصاری با شیر مادر در ۶ ماه اول زندگی کودک و سپس تداوم تغذیه با شیر مادر همراه با غذاهای کمکی سالم تا ۲ سالگی با بیشتر است. وی ادامه داد: در همین راستا و نظر به تقویت سیاست ملی ترویج تغذیه با شیر مادر کودکان، برنامه تبلیغ گسترده و همه جانبه ترویج تغذیه با شیر مادر در مرداد ماه و هفته جهانی شیر مادر نیز مطابق با شعار امسال هفته جهانی ترویج تغذیه با شیر مادر "توانمندسازی والدین، تقویت تغذیه با شیر مادر، حال و آینده" اجرا می‌شود.

هیئت مدیره و مدیر عامل همراه با مهر شرکت معتبر می‌باشد. اوراق عادی و اداری با امضاء ناهید غفاری قائم مقام مدیر عامل همراه با مهر شرکت معتبر می‌باشد.

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان گلستان - اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری گرگان - شناسه آگهی ۵۵۱۹۵۱

اتخاذ شد: خانم فاطمه بیانی با کدملی ۲۰۳۱۶۴۹۸۵ بعنوان رئیس هیئت مدیره و مدیر عامل برای مدت نامحدود انتخاب گردید. و خانم ناهید غفاری با کد ملی ۰۰۸۳۱۶۴۸۲۰ بعنوان قائم مقام مدیر عامل برای مدت نامحدود انتخاب گردید. کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور شرکت از قبیل چک، سفته، بروات، قراردادهای و عقود اسلامی با امضاء فاطمه بیانی رئیس

آگهی‌های ثبتی

آگهی تغییرات شرکت بیان صحت گلستان با مسئولیت محدود

به شماره ثبت ۱۱۸۹۲ و شناسه ملی ۱۴۰۰۶۳۳۸۶۱۴ به استناد صورتجلسه هیئت مدیره مورخ ۱۳۹۸/۰۵/۰۲ تصمیحات ذیل

یادداشت

آنچه بیماران تیروئیدی باید در مورد خواب بدانند



تعداد کسانی که به نوعی با مشکلات تیروئید درگیرند کم نیست. تیروئید این غده‌ی پروانه‌ای شکل کوچک که در قسمت وسط بالای گلو قرار دارد اگر درست عمل نکند منجر به مشکلاتی در سلامتی خواهد شد که تحریک پذیری، اضطراب، خستگی و بی‌حالی، ضعف عضلانی، کاهش یا افزایش وزن بی‌دلیل و حتی مشکلات بینایی تنها چند مورد از آن‌ها هستند. به گزارش سلامت نیوز به نقل از تبیان، اگر پزشک شما تشخیص داده باشد که دچار اختلال تیروئید هستید، چه پُرکاری تیروئید و چه کم کاری تیروئید، ممکن است اختلالاتی در خوابتان نیز داشته باشید که نه تنها بر کیفیت زندگی‌تان اثر می‌گذارد بلکه می‌تواند مشکل تیروئیدتان را تشدید هم بکند. در این مطلب به شما می‌گوییم تیروئید شما با خوابتان چه ارتباطی دارد و چه باید بکنید.

ارتباط میان تیروئید و خواب که باید بدانید
اگر دچار کم کاری تیروئید باشید، فرایندهای بدن‌تان کند صورت می‌گیرند و احتمالاً دچار بی‌حالی و خستگی می‌شوید. برای افرادی که دچار چنین عارضه‌ای هستند حتی خواب هفت تا نه ساعته در شب نیز انگار نمی‌تواند احساس خستگی و بی‌انرژی بودن را رفع کند. و اما اگر دچار پُرکاری تیروئید باشید هم به احتمال زیاد دچار رعشه و اضطراب هستید و از بی‌خوابی‌های شبانه رنج می‌برید. کمبود خواب می‌تواند به تیروئیدتان آسیب‌های بیشتری هم وارد کند. مثلاً مطالعاتی نشان داده که کمبود خواب می‌تواند همراه با کاهش نسبی اما قابل توجه در سطح TSH و T4 آزاد باشد که این آزمایش بیشتر در میان زنان دیده شد. طبق یافته‌های علمی، ارتباط میان تیروئید و خواب در میان زنان، قوی‌تر از این ارتباط در میان مردان است.

چرا زنان بیشتر در معرض مشکلات خواب و تیروئید قرار دارند؟

آیا می‌دانستید که زنان حدود هفت برابر بیشتر از مردان ممکن است دچار مشکلات تیروئید شوند؟ بله واقعیت دارد. پژوهش‌ها نیز دریافته‌اند که زنان برای به خواب رفتن و در خواب ماندن بیشتر از مردان دچار مشکل می‌شوند، حتی اگر مشکلی در تیروئید خود نداشته باشند.

ارتباط خواب با تیروئید دقیقاً چگونه است؟

مشکلات خواب مانند بی‌خوابی می‌تواند علت‌های گوناگونی داشته باشد مانند دردهم‌زمن، ریفلاکس اسید معده به مری و افسردگی. اما تیروئید نیز می‌تواند سبب اختلال خواب شود. تیروئید مسئول تنظیم هورمون مهمی است که بدن را گرم نگه می‌دارد و کمک می‌کند ارگان‌ها عملکرد درستی داشته باشند. طبق یافته‌ها، کمبود خواب سبب یک افزایش کوتاه مدت در هورمون تیروئید می‌شود اما اگر کمبود خواب حالت مزمن بگیرد، تیروئید می‌تواند به دلیل تحریک بیش از اندازه، از کنترل و تنظیم خارج شود و این تنها یکی از دلایل مهم بودن نقش خواب در سلامت تیروئید است.

ترکیب روغنی برای افزایش انرژی

اگر احساس خستگی می‌کنید و دچار عدم تحرک و تنبلی شده‌اید، روغن رزماری، لیمو و نعناع را با هم ترکیب کنید. هر سه روغن تحریک‌کننده‌اند و رزماری می‌تواند به آرامش اعصاب و کاهش خستگی کمک نماید. یک قطره از هر روغن را با روغن حامل مخلوط کنید، به مچ دست یا دست‌ها مالش دهید و یا آن را استنشاق کنید.

ترکیب روغن لیمو و درخت چای و روغن اکالیپتوس برای درمان سرماخوردگی

روغن اکالیپتوس را با روغن چای و لیمو ترکیب کنید تا یک ترکیب روغنی انرژی‌زا (به لطف لیمو)، با خاصیت ضدباکتریایی (به دلیل وجود روغن درخت چای) و کمک به تنفس بهتر (با کمک اکالیپتوس) داشته باشید. می‌توانید چند قطره از هر کدام را در دستگاه بخور بریزید و آن را استشمام کنید. همچنین می‌توانید چند قطره از هر کدام از این سه روغن را روی دستتان ریخته و آن را عمیقاً تنفس کنید.

روغن ضروری برای خواب خوب

اگر به خواب آرام‌تری نیاز دارید، می‌توانید روغن‌های اسطوخودوس، شمع‌دانی عطری و یلانگ یلانگ را با هم مخلوط کنید. علاوه بر خواص آرام‌بخشی اسطوخودوس، شمع‌دانی عطری عصب‌ها را آرام می‌کند و استرس را کاهش می‌دهد و یلانگ یلانگ موجب تحریک مثبت می‌شود. شما می‌توانید چند قطره از این مخلوط را به روبالشی و ملحفه‌های خود اضافه کنید، یا از سه تا چهار قطره در یک دستگاه بخور استفاده کرده یا مخلوط را به آب حمام اضافه‌نمایید.

اسطوخودوس: یکی از محبوب‌ترین گیاهان گل‌دار درمانی است زیرا خاصیت آرام‌بخشی، ناشی از ترپن‌های موجود در آن، دارد. ترپن مولکول معطری است که می‌توان در گیاه شاهدانه نیز آن را جستجو کرد. اسطوخودوس در فرم روغنی می‌تواند به بهبود خواب و کاهش اضطراب در بیماران مبتلا به بیماری عروق کرونر کمک کند. همچنین می‌توان آن را به آب حمام اضافه کرده و یا بر روی ملحفه‌های خواب اسپری کرد. نیز می‌توان آن را همراه با یک روغن حامل بر روی شقیقه‌ها اعمال نمود.

اکالیپتوس: که از درختان اکالیپتوس با نام دیگر درختان صمغی جدا شده، در طب جایگزین به عنوان یک درمان طبیعی برای مشکلات تنفسی مانند آسم، برونشیت و سرفه استفاده می‌شود. همچنین ممکن است به کاهش گرفتگی، درد و مبارزه با التهاب کمک کند. چند قطره اکالیپتوس را با روغن حامل مخلوط کنید و آن را به گلو، سینه یا پشت گردن بمالید تا به کاهش علائم کمک کند یا چند قطره از آن را برای مبارزه با مشکل تنفسی، با آب مخلوط نمایید. روغن لیمو: روغن‌های مرکبات، مانند ترنج، پرتقال، گریپ فروت یا لیمو، اگر به صورت افشانه و یا موضعی بر روی پوست استفاده شوند، برای احیا حواس و بهبود خلق و خو ایده آل هستند. روغن لیمو به طور خاص نیز یک پاک‌کننده قوی است و حتی می‌تواند به عنوان پولیش مبلمان چوبی، مبلمان چرمی و پاک‌کننده جرم‌های اولیه نقره‌جات مورد استفاده قرار بگیرد.

ترکیب روغن ضروری برای سردرد

روغن نعناع، به تنهایی می‌تواند به دلیل وجود منتول سردرد را درمان کند. منتول به آرام کردن ماهیچه‌ها و رفع درد کمک می‌کند. می‌توانید روغن اسطوخودوس را نیز با روغن نعناع ترکیب کنید تا تنش ماهیچه‌ای را کاهش دهید. ترکیب این دو روغن را با یک روغن حامل مخلوط کرده و به شقیقه‌ها و پشت کردن اعمال کنید.

روغن شفا بخش



روغن درخت چای: بومی استرالیا است و بیشتر به عنوان یک روغن ضد عفونی کننده شناخته شده است. روغن درخت چای می‌تواند در درمان نیش حشرات، زخم‌های جزئی و عفونت‌های قارچی مورد استفاده قرار گیرد. همچنین می‌تواند در ترکیب با پاک‌کننده‌ها و کرم‌ها برای هدف قرار دادن آکنه و حتی برای استفاده به عنوان پاک‌کننده خانگی مصرف شود. نعناع: این روغن خنک که دارای خاصیت درخشان‌کنندگی و طراوت‌بخشی است، کاربردهای متفاوتی دارد. اگر همراه یک روغن حامل (برای جلوگیری از تحریک پوست) به صورت موضعی استفاده شود، می‌تواند سردرد و دردهای ماهیچه‌ای را رفع و حتی پشه‌ها را از شما دور کند. اگر به صورت افشانه مورد استفاده قرار گیرد، می‌تواند سرماخوردگی و سرفه را درمان کرده و اگر خورده شود، می‌تواند سوءهاضمه و تهوع را رفع نماید. شما حتی می‌توانید یک قطره از روغن نعناع را در آب و آب‌لیمو حل کرده و برای درمان خشکی دهان استفاده کنید.

بامیه و درمان دیابت



وسیع در سرتاسر جهان تجویز شده و می‌شوند. محققین کشورمان به منظور بهبود تغییرات بافت‌شناسی تخمدان که به دنبال دیابت ایجاد می‌شود، به فکر استفاده از پودر گیاه بامیه افتاده و آن را روی جانوران مدل آزموده‌اند. بامیه، یک گیاه دارویی است که به عنوان غذا نیز بسیار لذیذ بوده و برای سلامتی مفید است. این گیاه دارای میزان فیبر بالا، ویتامین سی، فولات (اسید فولیک) و محتوای فنلی طبیعی در دانه خود است. آنتی‌اکسیدان‌های موجود در بامیه دارای اثرات درمانی علیه چربی و قند خون بالا هستند. در این مطالعه تجربی، محققین دانشگاه شهید چمران اهواز از ۲۵ موش صحرایی جنس

بود. به گفته دکتر نعیم عرفانی مجد، محقق دانشکده دامپزشکی دانشگاه شهید چمران اهواز و همکارانش در این تحقیق، نتایج این مطالعه نشان داد که پودر بامیه با دارا بودن خواص آنتی‌اکسیدانی، دارای یک نقش مثبت و بالقوه در بهبود اختلالات متابولیک از جمله چاقی و دیابت و عوارض نامطلوب ناشی از آن بر دستگاه تناسلی ماده به‌ویژه تخمدان است. طبق این نتایج، پودر بامیه می‌تواند تغییرات ساختاری بافت تخمدان را در موش دیابتی بهبود بخشد. آن‌ها بر اساس نتایج حاصله که در نشریه ارمان دانش از انتشارات دانشگاه علوم پزشکی یاسوج منتشر شده، می‌گویند: می‌توان پیشنهاد کرد با توجه به خواص آنتی‌اکسیدانی پودر بامیه که به ترکیب‌های فنلی و فلاونوئیدی، خواص هیپوگلیسمی و ضد آپوپتوزی آن مربوط می‌شود، از آن به عنوان یک ترکیب کمک درمانی در بهبود هیپوگلیسمی و بهبود اختلالات تخمدانی و تولید مثلی ناشی از دیابت استفاده کرد. این یافته‌ها بار دیگر بر اهمیت روی آوردن به درمان‌های طبیعی حاصل از گیاهان دارویی که کشور ما نیز از تنوع بالای آن‌ها سود می‌برد، اشاره دارند.



استاندارد گلستان، داشتن خانواده موفق را از شروط اصلی موفقیت در جامعه دانست و اظهار کرد: ازدواج شروع یک مسئولیت است و هرکس ازدواج موفق داشته حتما در مسئولیت های اجتماعی نیز موفق خواهد بود. به گزارش پایگاه اطلاع رسانی استانداری گلستان، هادی حق شناس در جشنواره ملی ازدواج اقوام ایران زمین با ابراز خرسندی از برگزاری این جشنواره در این استان خاطرنشان کرد: اعتقاد دارم در مراسم در یکی از بهترین استانیهای کشور به لحاظ تجمع اقوام برگزار شده است. وی با اشاره به تعاون برگزاری این جشنواره با سالروز پیوند نورانی حضرت علی (ع) و حضرت فاطمه

مجدد دارند. محمدنژاد اضافه کرد: به دلیل اینکه فعالیت های فرهنگی در حوزه سینما بازده اقتصادی ندارد، تصمیم به بازسازی سینماهای فرسوده استان با کاربری چند منظوره توسط بخش خصوصی گرفته شده و چند سرمایه گذار نیز در این خصوص اعلام آمادگی کرده اند. وی با تأکید بر ضرورت همکاری و حمایت بیشتر شهرداری ها با بخش خصوصی برای بازسازی سینماهای گلستان، تصریح کرد: بازسازی دو باب سینما در گرگان و گنبدکاووس با مشارکت سرمایه گذاران بومی هر یک از این دو شهر پس از انجام مراحل اداری در آینده ای نزدیک آغاز خواهد شد.

رئیس حوزه هنری گلستان اعلام کرد: دو باب سینمای فرسوده متعلق به این حوزه در شهرهای گرگان و گنبدکاوس با مشارکت بخش خصوصی بازسازی می شود. نقی محمدنژاد در حاشیه گشایش نمایشگاه عکس سال گلستان در گنبدکاوس گفت: این دو باب سینما که از سینماهای قدیمی و مستهلک استان هستند، با مشارکت بخش خصوصی و با کاربری چند منظوره (تجاری - فرهنگی) بازسازی می شوند. وی افزود: هم اکنون حوزه هنری گلستان سه سینما در گنبدکاوس، دو سینما در گرگان، یک سینما در آزادشهر و یک زمین سینمایی در شهر بندرترکمن دارد که بیشتر آنان فرسوده بوده و نیاز به بازسازی

به اطلاع علاقه‌مندان به فرهنگ مطالعه، کتاب و کتابخوانی می‌رساند، نشست فرهنگی این ماه کتابخانه فرهنگ بالاجاده به موضوع کتاب و کتابخوانی و معرفی یک کتاب از یک نویسنده اختصاص دارد. لذا در صورت آمادگی و مشارکت در برگزاری این نشست (انتخاب و معرفی یک کتاب از طرف شما) با شماره ۰۹۱۱۲۸۰۱۲۴۰ هماهنگی لازم صورت پذیرد.

زمان: پنجشنبه ۱۷ مرداد ۹۸ ساعت ۵ عصر مکان: کتابخانه عمومی مستقل فرهنگ بالاجاده

«آگهی‌های ثبتی»

برابر پرونده تشکیلی کلاسه ۳۹۸۱۱۴۴۱۰۰۲۰۰۰۰۴۵ طبق رای شماره ۳۹۸۶/۲۴ مورخ ۱۳۹۸/۰۳/۲۴ هیات اول موضوع قانون واگذاری تعیین تکلیف وضعیت اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی در واحد ثبتی کردکوی تصرفات مالکانه و بلاعراض متقاضی آقای ابوالقاسم کیانی فرزند رحمت اله به شماره شناسنامه ۸ و شماره ملی ۲۲۴۹۱۴۷۱۱۶ صادره از کردکوی در شش‌دانگ اعینیه به انضمام ۷۶۴ سهم مشاع از ۸۶۴ سهم شش‌دانگ عرصه که بقیه آن وقف عام است به مساحت ۴۵۳/۵۷ متر مربع، قسمتی از پلاک ۲ اصلی واقع در بخش ۲ حوزه ثبت ملک کردکوی به مالکیت رسمی نبی محمد افغزوری مجرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مردم مراتب در دو توبه توسط فیاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشتغال نسبت به صدور سند مالکیت متقاضیان اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به اداره ثبت اسناد و املاک محل تسلیم و بعد از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مرجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات پسند صادر خواهد شد.

کالسه ۱۳۹۸/۱۴۴۲/۰۳/۰۰۰۰۰۰۰۰ مربوط به تقاضای آقای الیاس قرچه مینی بر صدور سند مالکیت نسبت به ششادگان عرصه یک قطعه زمین زمرعوی به مساحت ۵۰۰۰۰ مترمربع از پلاک ۱۴۳ فرعی از اصلی بخش ۴ حوزه ثبت ملک بندرتدریک به مالکیت رسمی آقای عظیم بردی ثنایی واقع در اراضی زمرعوی شمال گمشان شمال جاده قلعه جیق جنوب نوغاردی مرزبازی

کالسه ۱۳۹۸/۱۴۴۲/۰۳/۰۰۰۰۰۰۰۰ مربوط به تقاضای آقای الیاس قرچه مینی بر صدور سند

آگهی فقدان سند مالکیت

خانم فقیهه زاهدی راد با ارائه دو برگ استثنایه برابر شماره ۵۰۵۹۸ مورخه ۹/۵/۱۳۹۵ که به تاریخ ۹۴ کردکوی رسیده است ادعا نموده که سند مالکیت شش دانگ یک دستگاه آپارتمان مسکونی به مساحت ۸۷/۳۰ متر مربع دارای پلاک ۱۲۰۲۵ فرعی از ۱ اصلی واقع در بخش دو ثبت کردکوی ذیل ثبت ۲۱۴۷۱ صفحه ۴۴ دفتر ۱۰۴ که به نام محمدعلی سعیدی صادر و تسلیم گردید و سپس برابر سررسام شماره ۱۳۳۵۵ ۱۳۹۲/۰۷/۲۷ دفتر ۲۳ کردکوی به نام خانم فقیهه زاهدی راد انتقال و سند رسمی برابر اسناد رهنی شماره ۱۳۳۵۶ ۹۲/۰۷/۲۷ دفتر ۲۳ کردکوی در قبال مبلغ ۲۸۸,۸۲۹,۹۹۴ ریال در رهن بانک سپه قرار گرفت. بعلت جایجایی اسباب منزل مفقود شده و نامبرده تقاضای صدور الحثی سند مالکیت را نموده است. از این رو در اجرای ماده ۱۲۰ اصلاحی قانون ثبت مراتب یک نوبت آگهی می گردد تا هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله دیگری انجام داده یا مدعی وجود سند مالکیت زن خود می باشد ظرف ده روز از تاریخ آگهی اعتراض بخود را به این اداره اعلام نماید در غیر اینصورت بعد از انقضای مدت مذکور برابر مقررات نسبت به صدور سند مالکیت الحثی اقدام خواهد شد.

سیروس آریافر- رئیس ثبت اسناد و املاک کردکوی- م. الف- ۹۷/۹۴

بدینوسیله اعلام می‌گردد به استناد ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف، تحدید حدود ششادگان یک قطعه زمین که در آن احداث بنا شده است و مقادری از عرصه موجوده می باشد. دارای پلاک ۵۵۵۹ فرعی از ۱۲۵- اصلیه بخش ۲۱ گرگان واقع در اراضی تاریخی به مساحت ۸۶۷/۰ متر مربع علی‌الحد خاتم حاکمی قاضی اقبال فرزند ابراهیم ساعت ۹:۰۰ صبح روز یکشنبه مورخ ۱۳۹۷/۰۹/۱۷ در محل وقوع عامه واقع در گرگان میدان باهنر- به سمت صیاب-کوچه دوم سمت راست (سبک فروش) بهی عمل خواهد آمد. از این رو چنانچه مجاور یا هر شخصی نسبت به حدود یا حقوق ارتقایی حق برای خود قائل است متبوند فقط تا سسی روز از تاریخ تنظیم صورتمجلس تسلید حدود اراضی خود را کتبا با ذکر شماره پلاک فوق الذکر به اداره ثبت شهرستان گرگان تسلیم نموده و علاوه بر آن ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست خود را به مرجع فیصلح قضائی تقدیم نماید. در غیر این صورت منقضی ثبت یا نامنایند قانونی وی متبوند به دادگاه مربوطه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت نماید. بدیهی است در صورت عدم وصول اعتراض اداره ثبت وفق مقررات و ملاطرت به صله تسلید مالکیت خود ادامه دهد.

علمی، رقم، ثبت اسناد و املاک شهرستان گانم الف ۳۰۶۷



چهره

آذین طهماسبی فر

علی بازیدی: شاعر هنرمند و فقید گرگان، زنده یاد آذین طهماسبی فر در روز دوازدهم مهرماه ۱۳۵۷ خ در شهر تاریخی گرگان متولد شد. مادرش، دبیر مدارس راهنمایی و پدرش افسر نیروی هوایی بود. سال ها پا به پای خانواده با توجه به شغل پدر به پایگاه ها و شهر های مختلف کوچ کرد. در سال ۱۳۶۷ پدر بازنشسته گردید و آن زمان به همراه خانواده برای یک زندگی دائمی به گرگان (زادگاهش) آمد.

طبع شعر و سرایش از روزهای نوجوانی به سراغش آمد اما دستان غدار اجل چندان مهلت نداد تا این دختر خوش قریحه و شاعرپیشه به هنرمندی بیشتر ادامه دهد. وی در نوزده سالگی در روز سی ام مرداد ۱۳۷۶ خ درگذشت. پس از مرگ او مجموعه اشعارش به همت خانواده وی با عنوان «من تندیس

از عشقم» در سال ۱۳۷۷ منتشر گردید. این مجموعه در سال ۱۳۹۲ توسط سعید نبوی با همت انتشارات همیشه تهران ترجمه گردیده است. آذین به درس و مدسه علاقه بسیار داشت و در طول تحصیل از شاگردان ممتاز کلاس بود. ۱۵ روز پس از مرگش نتیجه قبولی وی در امتحانات کنکور سراسری با قبولی در دانشگاه اصفهان در جراید مربوطه اعلام گردید تا داغ دل خانواده اش را بیش از پیش کند. او در خطاطی و نقاشی نیز صاحب تجربیات خوبی بود. شهید زنده یاد دکتر قربانعلی قندهاری، نماینده اسبق گرگان در مجلس، در خصوص این شاعر و اشعارش گفته است: «اشعارش را تکرار نمیایم زیرا مجموعه اشعار آذین ترجمان آیات خداوندی است.» بزرگترین هتل استان گلستان در شهر گرگان یعنی

هتل بین المللی آذین، متعلق به پدرش محمود، به نام او نامگذاری گردیده، شب شعر «تندیس عشق» با حضور محمدعلی بهمنی مورخ ۱۳۸۹/۹/۸ خ و چند دوره رقابت اتومبیلرانی قهرمانی استان به یاد این شاعر جوان برگزار شده است. در هفتمین همایش شعرخوانی منطقه ای جشنواره بین المللی فجر در بهمن ۱۳۹۳ از آذین طهماسبی فر در کنار دیگران شاعران فقید استان از جمله محمدکاظم مداح، محمود مؤمنی و... تقدیر شد.

شعر: ای کاش / زمانی که شاخه های مجنون / در برابر آسمان / عشق را می ستانید / ما نیز پیشانی سپاس را بر خاک بساییم!

شعر: پر کشیدی / به وقت کبوتر / هنوز هم نمی دانم / آن هنگام / قاصدک چه می گفت / در گوش شقایق.

الحاق فرمانداری گرگان به پارک شهر

فرماندار گرگان از پیگیری الحاق فرمانداری به پارک شهر گرگان خبرداد و گفت: در این جابجایی به فکر منافع مادی نیستیم محمد حمیدی در خصوص الحاق زمین فرمانداری به پارک شهر اظهار کرد: عرصه مربوط به فرمانداری گرگان سه هزار و ۵۰۰ متر بوده و برای افزایش سرانه فضای سبز باید به پارک شهر متصل شود. وی افزود: کاربری این زمین در طرح تفصیلی فضای سبز بوده و پیشنهاداتی را در خصوص الحاق آن به پارک شهر مطرح کردیم. حمیدی گفت: در عوض در اختیار گذاشتن این زمین به شهرداری، این سازمان برای احداث ساختمان فرمانداری باید یا یک

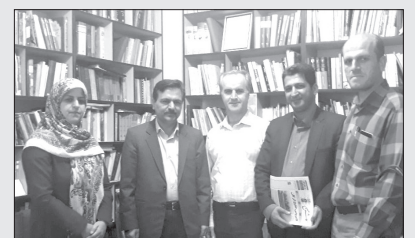
زمین در اختیار فرمانداری گذاشته و هزینه ساخت آن را متقبل شود و یا این که فرمانداری یک ساختمان آماده را دریافت کند. وی با بیان این که مذاکراتی با شهرداری انجام شده و در حال برطرف کردن موانع قانونی آن هستیم، تصریح کرد: بازنگری مجددی باید در ارزش ملک فرمانداری و شهرداری انجام شود و طی یک فرایندی به توافق برسیم. فرماندار گرگان گفت: یکی از گزینه های پیشنهادی، ساختمان شهرداری منطقه سه بوده و البته شهرداری دو قطعه زمین را هم پیشنهاد داده است. حمیدی اضافه کرد: ما بیشتر راغب به پذیرش ساختمان آماده بوده زیرا

دولت در شرایط کنونی اعتباری برای ساخت و ساز ندارد و اگر اعتبار هم تخصیص یابد چندین سال باید پروژه نیمه تمام را دنبال کنیم تا به نتیجه برسند. وی بر اجرای واگذاری در چهارچوب مقررات تأکید کرد و گفت: واگذاری اراضی دولتی به بخش خصوصی باید با مجوز انجام شود و ما پیگیر مجوزهای قانونی هستیم. فرماندار گرگان با بیان اینکه در این واگذاری به فکر منافع مادی نیستیم، خاطرنشان کرد: هفته قبل جلساتی با شهردار برگزار و مقرر شد دو عرصه پیشنهادی برآورد کارشناسی شوند و تا پایان این هفته تکلیف این موضوع مشخص می شود.

کنند. صاحب امتیاز روزنامه ی گلشن مهر در ادامه به اهمیت رسانه ها در آفرینش های فرهنگی و هدایت جامعه پرداخت و افزود: روزنامه ی گلشن مهر در تمام این سالها فراز و نشیب های بسیاری را پیموده است اما آنچه راز ماندگاری آن است رعایت بی چون و چرای اخلاق روزنامه نگاری است. مکتبی گفت: اعتدال و میانه روی و بازتاب دلسوزانه ی مشکلات و دغدغه های مردمی، امروزه لطف پروردگار گلشن مهر را میهمان هر روزه ی خانه ی همشهریان کرده است و این باعث افتخار و سرافرازی ماست. در این دیدار همچنین مریم قرآنی مدیر مسئول روزنامه ی گلشن مهر گفت: از زمانی که گلشن مهر به صورت حرفه ای وارد عرصه ی فرهنگی استان گلستان شد، تلاش کرده است تا به عنوان پل ارتباطی بین فعالان سیاسی، فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی و مردم، مسوولان و نخبگان باشد و از این لحاظ بتواند به عنوان منبع آگاهی بخش به جامعه موثر واقع شود. وی افزود: امیدواریم همچون سالهای گذشته بتوانیم با کمک و همراهی مسئولان و وظیفه ی دانش افزایی و اطلاع رسانی خود بیش از پیش عمل کنیم.

ها، اطلاعات و تصاویر دنیای ما را می سازند. فرماندار گرگان رسانه ها را در شکل گیری افکار مردم جامعه موثر خواند و افزود: توجه به رسانه ها و اتخاذ استراتژی های مناسب در خصوص حمایت و هدایت از آنها از اهمیت اساسی برخوردار است. وی با تأکید بر حمایت همه جانبه فرمانداری از روزنامه گلشن مهر افزود: انجام رسالت فرهنگی بزرگی که گلشن مهر در طول ۲۰ سال گذشته بر دوش داشته و از عهده ی آن به خوبی برآمده است تنها در سایه ی مدیریت توانمند، تعهد و اعتقاد به اطلاع رسانی شفاف و لزوم رعایت اخلاق حرفه ای میسر شده است. در ادامه احسان مکتبی صاحب امتیاز روزنامه ی گلشن مهر با اشاره به نقش بی بدیل رسانه های ارتباطی در فرایند های اجتماعی، فرهنگی و دینی گفت: تردیدی وجود ندارد که رسانه ها در کنار نهاد خانواده و آموزش و پرورش نقش ویژه ای در انتقال فرهنگ و تعلیم و تربیت اجتماعی و انسانی ایفا می کنند. وی افزود: رسانه های ارتباط جمعی در شکل گیری گرایش های فرهنگی، تفکرات سیاسی و همچنین تحولات اجتماعی جریان ساز هستند. یعنی علاوه بر بازتاب رویدادها قادرند مسیر این جریان ها را نیز تعیین

دیدار فرماندار گرگان از روزنامه ی گلشن مهر



به مناسبت فرا رسیدن روز خبرنگار و تولد بیست سالگی روزنامه ی گلشن مهر حمیدی فرماندار گرگان با همراهی قجری معاون سیاسی فرمانداری گرگان از دفتر روزنامه ی گلشن مهر بازدید کردند. در این دیدار، حمیدی فرماندار گرگان گفت: رسانه ها، ارتباطات، ایده

نگران نوسانات خلیج گرگان نیستیم



هستیم که لایروبی یکی از آن هاست، ادامه داد: در گذشته موضوع لایروبی کانال خوزینی و چاپاقلی از سوی مشاور مطرح شده بود اما هم اکنون نظر مشاور این است که کانال آشوراده لایروبی شود. وی با این توضیح اینکه سازمان حفاظت محیط زیست نگران است با لایروبی کانال

آشوراده معکوس عمل نشود و آب از خلیج گرگان تخلیه شود، اضافه کرد: به مشاور اعلام کردیم آیا تضمین لازم داده می شود که با لایروبی کانال آشوراده وضعیت خلیج گرگان بحرانی نشود و مشاور اعلام کرده تضمین های لازم را در این حوزه ارائه می کند. کنعانی با بیان اینکه اگر مشاور تضمین لازم را ارائه کند، موضوع لایروبی کانال آشوراده در سازمان حفاظت محیط زیست بررسی و تصمیم گیری می شود، به موضوع اجرای گردشگری آشوراده اشاره و بیان کرد: در گذشته توافقی بین سازمان حفاظت محیط زیست و استانداری گلستان برای اجرای طرح طبیعت گردی در ۲۲ هکتار از اراضی آشوراده انجام شده است و هم اکنون این طرح متوقف نیست و آنچه در چارچوب توافقات بوده قابل اجراست.

مدیرکل حفاظت محیط زیست گلستان گفت: نوسانات خلیج گرگان همیشه بوده و تاریخی است و محیط زیست نگران نوسانات خلیج گرگان نیست بلکه دغدغه های ما موضوعات دیگری است. محمدرضا کنعانی در بازدید از دفتر خبرگزاری مهر در استان و دیدار با اعضای تحریریه با تأکید بر اینکه محیط زیست هم دغدغه خلیج گرگان را دارد، افزود: چیزی که شرایط خلیج گرگان را بحرانی کرده عوامل دیگری همچون کاهش آورد آب شیرین از حوزه آبخیز بالادست، توسعه بی رویه کشاورزی و آبیاری پروری، عدم تامین حق آبه تالاب، کاهش کیفیت آب بر اثر توسعه سکونتگاه های شهری و روستایی و ... است. مدیرکل حفاظت محیط زیست گلستان با تأکید بر اینکه برای نجات خلیج گرگان نیازمند مجموعه ای از اقدامات



مرکز دیالیز گالیکش مجدداً آغاز به کار کرد



مدیر شبکه بهداشت و درمان گالیکش اعلام کرد: مرکز دیالیز بیماران نارسایی کلیه این شهرستان که از سه سال پیش فعالیت آن متوقف شده بود، با تلاش های صورت گرفته مجدداً آغاز به کار کرد. دکتر حسن رحیم زاده اظهار داشت: مرکز دیالیز گالیکش دارای چهار دستگاه دیالیز است که در سال های گذشته خریداری و نصب شده بود. وی با بیان اینکه به دلیل برخی نقص ها در سیستم دستگاه مرکزی و نداشتن پرستار آموزش دیده، فعالیت مرکز دیالیز شهر گالیکش متوقف شده بود، افزود: نواقص دستگاه مرکزی مرکز دیالیز این شهرستان با اعتبار یک میلیارد ریال اعتبار از محل منابع دانشگاه علوم پزشکی گلستان رفع و از روز گذشته خدمات این مرکز به بیماران کلیوی نیازمند دیالیز آغاز شد. رحیم زاده اضافه کرد: چهار پرستار نیز برای فعالیت در مرکز دیالیز گالیکش که ظرفیت ارائه خدمات به ۱۶ بیمار در ماه را دارد، دوره های آموزشی لازم را سپری کردند و هم اکنون علاوه بر تامین نیروی پرستار، دو پزشک متخصص داخلی نیز با این مرکز همکاری دارند. وی با بیان اینکه گالیکش در مجموع ۲۵ بیمار دیالیزی دارد، تصریح کرد: تا قبل از راه اندازی مرکز دیالیز این شهرستان و نیز در مدت توقف فعالیت آن، بیماران برای درمان به شهرهای همجوار از جمله گنبدکاووس مراجعه می کردند.



۰۱۷۳۳۲۵۱۳۱۶

۰۱۷۳۳۲۴۴۳۰۲

خبر

۲ گلستانی به تیم ملی راگی بانوان دعوت شدند



گروه ورزشی - دو گلستانی به اردوی تیم ملی راگی بانوان ایران دعوت شدند. هانیه علی نژاد و شیدا داداشی از بازیکنان باتجربه راگی گلستان هستند که به اردوی تیم ملی راگی هفت نفره بانوان دعوت شدند. زمان برگزاری این اردو از سوی انجمن راگی ایران اعلام نشده است. تیم ملی راگی بانوان ایران خود را برای حضور پر قدرت در رقابت‌های غرب آسیا آماده می‌کند که از ۱۴ فروردین سال آینده به میزبانی قطر برگزار خواهد شد. گفتنی است، نازنین حسینی سرمربی گلستانی تیم ملی راگی و مدیر تیم های ملی راگی بانوان کشورمان، برای این اردو از ۲۶ بازیکن دعوت کرده است. در پایان این اردو ۱۰ بازیکن از جمع اردو نشینان کنار گذاشته خواهند شد.

«»

قایقران المپیک گلستان:

سهمیه المپیک

کانو تک نفره را می‌خواهم



گروه ورزشی - قایقران گلستانی تیم ملی ایران حاضر در بازی های المپیک ریودوژانیرو گفت: برای کسب سهمیه المپیک ۲۰۲۰ در کانو تک نفره تلاش می‌کنم و هیچ موقع در قایق دو نفره نخواهم نشست. من برای انتخابی المپیک ۲۰۲۰ فدراسیون در نظر دارد او به همراه نبی رضایی در کانو دو نفره سهمیه بگیرند، تصریح کرد: در این مورد اطلاعی ندارم اما شک نکنید عادل مجللی با قایق تک نفره پارو می‌زند و هیچ وقت در قایق دو نفره نخواهد نشست. او در مورد آخرین وضعیت خود پیش از اعزام به مسابقات قایقرانی آب‌های آرام قهرمانی جهان بیان کرد: شرایط اردو خوب است و ملی‌پوشان با آرامش کار را دنبال می‌کنند. بعد از تعطیلات نوروز اردوها منظم بوده و به صورت تیمی کار می‌کنیم، امیدوارم در مسابقات جهانی مجارستان نتیجه خوبی بگیریم. مجللی ادامه داد: از ابتدای فصل که تمرین را شروع کردم هدفم تکرار برنز جهان و کسب سهمیه المپیک در قهرمانی آسیا ۲۰۲۰ است و مطمئناً به این مهم خواهیم رسید.

بعد از سه دوره میزبانی رقابت های بین المللی جام میلاد، گلستان میزبان رقابت های اسکواش غرب آسیا شد؛ مسابقاتی که با حضور یک گلستانی در ترکیب تیم ملی بزرگسالان ایران دستاوردهای خوبی نیز به همراه داشت

تاریخ سازی در اسکواش غرب آسیا

سومین دوره اسکواش مردان غرب آسیا، در حالی که با حضور سه کشور آسیایی و دو تیم ملی از ایران سطح کمی قابل توجهی نداشت اما با وجود بازیکنان دارای رنکینگ جهانی از سطح فنی و کیفی مطلوبی برخوردار بود



را کم کند. سرمربی تیم ملی اسکواش ایران با بیان اینکه «اگر چهار تیم در مسابقات شرکت می‌کرد کمی از ارزش مسابقات کم می‌شد» ادامه داد: با حضور پنج تیم، شرایط این مسابقات معقول‌تر و بهتر شد، ضمن آنکه حضور نایب رئیس کنفدراسیون آسیا در گرگان، نشان دهنده اهمیت این رقابت هاست.»

در حاشیه؛

* پرونده سومین دوره رقابت های اسکواش مردان غرب آسیا در حالی به پایان رسید که اعلام رضایت از سوی شرکت کنندگان و حلاوت قهرمانی تیم ملی کشورمان در شهر گرگان، میل میزبانی های آینده را نیز در میزبانان بیشتر کرد تا استاندار گلستان برای میزبانی چهارمی ن دوره غرب آسیا نیز اعلام آمادگی کند.

* محمد المطاوی دبیر کنفدراسیون اسکواش آسیا در گرگان: «مسابقات غرب آسیا در گرگان برای فدراسیون آسیا تأثیر دارد. بازیکنانی که اینجا بازی می‌کنند شانس خود را برای بالابردن سطح و لول امتحان می‌کنند و این مسابقات در رنکینگ آنان تأثیر دارد.»

* سجاد زارعیان پس از کسب نایب قهرمانی غرب آسیا: «بازیکنان تیم ملی ایران در این مسابقات، یکپارچه تر از همیشه بوده اند و البته ما توقف نمی‌کنیم که کشورهای دیگر از ما پیشی بگیرند ولی به طور قطع، امکانات بهتر سرعت پیشرفت ما را افزایش خواهد داد. بد نیست بدانید حریف قطری من در فینال، در کمپی تمرین می‌کند که روزی ۷۰۰ دلار هزینه آن است و ما نمی‌توانیم خودمان را با قطری‌ها مقایسه کنیم که یک کشور برای این بازیکن سرمایه‌گذاری می‌کند.»

حریف فینال ایران، از رنکینگ جهانی بالاتری نسبت به بازیکنان ایران و امکانات و شرایط تمرینی مناسب تر برخوردار بودند. دو تیم ملی ایران و قطر در حالی که برای رسیدن به طلای این بازی ها جنگ برابری در کورت برپا کردند و با انجام دو بازی نتیجه تساوی یک بر یک را رقم زدند سرنوشت فینال را به سمیع الله قاصداً بادی (ملی پوش گلستانی) و حمید الامیری سپردند؛ فینالی که سرسختی، تلاش و جنگندگی قاصداً بادی در آن، پیروزی را هم برای او و هم برای تیم ملی کشورمان رقم زد تا ایران از سکوی قهرمانی غرب آسیا بالا رود و در گرگان جشن قهرمانی برپا کند.

قدرت اسکواش آسیا در دست کشورهای شرق

سرمربی تیم ملی اسکواش ایران در جریان برگزاری سومین دوره رقابت های غرب آسیا در گرگان، از قدرت اسکواش قاره و برتری کشورهای شرق آسیا گفت. مسعود قره ضیاءالدینی با اشاره به تعداد محدود کشورهای شرکت کننده در این مسابقات عنوان کرد: «در حال حاضر، کنترل قدرت در اسکواش آسیا در دست کشورهای شرق آسیا است چون رئیس کنفدراسیون آسیا از کشور هنگ کنگ است و بیشتر با کشورهای اطراف خودشان ارتباط تنگاتنگی دارند. در غرب آسیا برخلاف رشته‌هایی مثل بسکتبال، همین چهار کشور حاضر در این دوره مسابقات غرب آسیا حرف‌هایی در اسکواش برای گفتن دارند.» ضیاءالدینی دلیل شرکت تیم ملی جوانان ایران در کنار تیم بزرگسالان در این رقابت ها را کم کردن فاصله فنی عنوان می‌کند؛ «دلیل این حضور این بود که بازیکنان ملی رده جوانان ما با اعضای تیم بزرگسالان از نظر فنی فاصله دارند و حضور در این مسابقات می‌تواند این فاصله

رقیه مسلمی پور- بعد از موافقت کنفدراسیون اسکواش غرب آسیا با میزبانی ایران برای برگزاری سومین دوره رقابت های قهرمانی مردان غرب آسیا، گلستان به عنوان استان میزبان برگزیده شد. اهالی اسکواش گلستان در شرایطی میزبانی این مسابقات را عهده دار شدند که پیش از این میزبانی سه دوره رقابت های بین المللی اسکواش مردان را در کارنامه داشتند. سومین دوره رقابت های قهرمانی مردان غرب آسیا بعد از سه سال وقفه، این هفته به مدت چهارروز در خانه اسکواش گرگان با حضور تیم های ملی کویت، قطر، عراق، بزرگسالان و جوانان ایران برگزار شد و جمعیت قابل توجهی از علاقه مندان به این ورزش را نیز به سالن برگزاری کشاند؛ جمعیتی که بانوان برای نخستین بار توانستند رسماً مجوز حضور در سالن اسکواش مردان را داشته و از نزدیک بازی های این دوره را به تماشا بنشینند.

قهرمانی غرب آسیا و امیدهایی که به بار نشست

سومین دوره رقابت های قهرمانی مردان غرب آسیا، در حالی که با حضور سه کشور آسیایی و دو تیم ملی از ایران سطح کمی قابل توجهی نداشت اما با وجود بازیکنان دارای رنکینگ جهانی همچون عبدالله التیمی و... از سطح فنی و کیفی مطلوبی برخوردار بود؛ رقابت هایی که البته با تاریخ سازی ملی پوش ایران همراه شد، جایی که سجاد زارعیان توانست با کسب عنوان نایب قهرمانی، برای نخستین بار اسکواش ایران را در رده سنی بزرگسالان صاحب مدال کند و تاریخ ساز شود. در بخش تیمی این رقابت ها نیز در حالی که امید زیادی به قهرمانی ایران در غرب آسیا می‌رفت تیم ملی کشورمان بر سکوی قهرمانی ایستاد. این قهرمانی کشورمان در حالی رقم خورد که بازیکنان قطر،

سرمربی گلستانی اردوی جدید جوانان را برپا کرد؛

۴ گلستانی در نهمین اردوی تیم ملی کبدی جوانان

گروه ورزشی - سرمربی تیم ملی کبدی جوانان ایران، اردوی مرحله جدید تیمش در اردبیل برپا کرد. سیدجواد موسوی نسب برای نهمین اردوی تیم ملی کبدی جوانان ایران از ۱۸ بازیکن کشور دعوت کرده است که ۴ بازیکن گلستانی اند. نهمین اردوی کبدی کاران جوان ایران برای آمادگی حضور در رقابت های قهرمانی ۲۰۱۹ جهان از روز جمعه ۱۱ مرداد به میزبانی اردبیل آغاز شد و تا ۲۰ مرداد ادامه خواهد داشت.

امیرحسین بسطامی، ابوالفضل مقصودلو دویینی، حیدرعلی اکرامی و امین قربانی، گلستانی های حاضر در این مرحله اردوی هستند. آرش اکبری، رضا میرباقری، میلاد جبازی، محمدرضا کیودرآهنگی، احمد عسگری، امید خجسته، وحید رضایی مهر، محمدرضا شادلو، سعید اکرمیه، میلاد احمدی، امیرحسین داوری، علی اصغر وفایی، محمدرضا کیوان نژاد و مسلم کیانی، دیگر اردو نشینان کبدی جوانان ایران هستند.