

# گلشن مهر

روزنامه

گلشن مهر شناسنامه گلستان است

دوشنبه ۱۹ آبان ماه ۱۳۹۹ / سال بیست و دوم / شماره ۸ / ۲۱۰۸ / صفحه ۲۵۰۰ / تومان



۲ انقراض ماهیان خاویاری  
خزر نزدیک است



۳ پایان برداشت میگو



۳ وضعیت قرمز کرونا نتیجه برگزاری  
عروسی هادر گنبد



کارگزاری کارا

کارگزاری رسمی بورس اوراق بهادار

فراپورس، کالا و انرژی

گرگان: خیابان ولیعصر (عج)

بین عدالت ۶۵ و ۶۷ مجتمع اهورا، طبقه اول

www.kargozari.org

۰۱۷۳۲۵۲۲۷۵۹

## یادداشت اول

### لزوم توسعه صنایع تبدیلی وابسته به محصولات کشاورزی

■ با مسوولیت سردبیر

استان گلستان با برخورداری از اقلیم مناسب و خاک حاصل خیز و مستعد از قطب های کشاورزی کشور به شمار می رود. وجود مازاد تولید در بسیاری از محصولات زراعی و باغی استان، نشان دهنده ی قابلیت بالای این استان در استقرار صنایع تبدیلی و تکمیلی به خصوص در بخش کشاورزی است. صنایع تبدیلی و تکمیلی بخش کشاورزی با کمک به کاهش ضایعات محصولات به افزایش بهره وری در بخش کشاورزی کمک می کنند. موجب ایجاد اشتغال پایدار شده و امنیت غذایی و توسعه ی پایدار بخش کشاورزی را تامین می کنند. از آنجا که نقاط مختلف استان دارای شرایط جغرافیایی و مزیت های متفاوتی است توجه به این امر که کدام شهرستان استان قابلیت و ظرفیت برای استقرار صنایع تبدیلی و تکمیلی دارد از اهمیت بسیاری برخوردار است. با وجود منابع غنی کشاورزی و تولید انواع محصولات زراعی و باغی در نقاط مختلف استان بخش زیادی از این تولیدات به صورت خام به فروش می رسند از این روی توسعه صنایع وابسته به کشاورزی در این استان یکی از اولویت هاست که باید به صورت جدی مورد توجه مسوولان قرار گیرد. از سوی دیگر اشتغالزایی که یکی از اهداف توسعه ی صنایع تبدیلی کشاورزی است در صورت استقرار این صنایع در استان محقق خواهد شد. تولید و اشتغال در توسعه مناطق روستایی نیز موثر است و مانع مهاجرت روستاییان به شهرها خواهد شد. توسعه صنایع تبدیلی موجب توسعه ی صادرات و افزایش درآمدهای ارزی شده و به طور قابل توجهی در کاهش ضایعات بخش کشاورزی موثر است. ایجاد و توسعه ی صنایع تبدیلی زمینه مناسب برای توسعه ی بخش کشاورزی را فراهم کرده و عامل مهمی در فرآوری محصولات کشاورزی است. با توجه به شرایط اقلیمی و طبیعی و اجتماعی استان و اثرات مثبت و مزیت های صنایع وابسته به کشاورزی، پیوند بین دو بخش کشاورزی و صنعت برای رسیدن به توسعه ی پایدار الزامی است. زیرا کشاورزی به تنهایی دیگر نمی تواند بار تامین غذا جامعه را بر دوش بکشد. امید است با توجه به آثار و مزیت های پیوند بخش کشاورزی و صنعت، مسوولان و متولیان با ایجاد انگیزه برای فراهم کردن بسترهای مناسب برای سرمایه گذاری در این بخش تلاش کنند.



باخستگی ذهن  
چشمی کنید  
« ۸ »



چنگر ها خواب  
مرگ می بینند  
« ۷ »



شاعری که  
نقاشی را بلد است  
« ۵ »

# پایان آتش

■ در حال حاضر حریق فعال در جنگل های منطقه نداریم و چند اکیپ هم برای پایش مناطق دچار حریق اعزام شده اند

توسکستان را اعلام کرده است و گفته حریق قبل از بارش باران مهار شده بود و بارش های امروز به اطفای کامل حریق کمک کرده است. این در حالی است که تا شب گذشته که بارانی در منطقه نباریده بود مسئولان از پیشروی آتش در مناطق صعب العبور خبر می دادند و برای مهار و اطفای آتش، به بارش باران امید بسته بودند. هادی حق شناس گفته به دلیل صعب العبور بودن منطقه زمان اطفای حریق طول کشید اما بالگردهای سپاه و هلال احمر نقش موثری در آب پاشی و جابجایی نیرو و وسایل داشتند.

به طور کامل خاموش کنیم. وی بیان داشت: اکنون حریق فعال در جنگل های منطقه نداریم و چند اکیپ هم برای پایش مناطق دچار حریق اعزام شده اند تا منطقه به طور کامل از حریق، پاکسازی شود. قزل سفلو درباره میزان شدت خسارت ها گفت: میزان سطح آتش سوزی باید از طریق دستگاه جی پی اس تعیین شود که این اتفاق خیلی زود رخ خواهد داد اما شدت خسارت زیاد نیست چون بیشتر درختان خشکیده و افتاده و برگ های کف جنگل در این حادثه سوخته اند. در عین حال استاندار گلستان هم پایان عملیات اطفای حریق در جنگل های

ابوطالب قزل سفلو اظهار داشت: در روزهای اخیر از همه ظرفیت های استان برای مهار آتش در توسکستان استفاده کردیم و در اغلب مناطق نیز آتش مهار و اطفای شده بود. وی درباره علت طولانی شدن عملیات حریق گفت: صعب العبور بودن منطقه و وجود صخره هایی با شیب بسیار زیاد و دره های عمیق کار اطفای حریق را کند کرد در حالیکه از نظر نیروی انسانی و تجهیزات مشکلی نداشتیم. مدیرکل منابع طبیعی و آبخیزداری استان افزود: از اوایل صبح امروز که بارش باران در منطقه حریق شروع شد توانستیم با کمک نیروهای حاضر در محل، آتش را



زندگی

عکس: محمد خواجه کیستی / گلشن مهر





## کشف ۲۱۶ کیلو مواد افیونی در عملیات مشترک پلیس



فرمانده انتظامی استان از کشف بیش از ۲۱۶ کیلو گرم مواد افیونی در عملیات مشترک با پلیس کرمان خبر داد. به گزارش روابط عمومی، سعید دادگر گفت: ماموران پلیس مبارزه با مواد مخدر گلستان پس از یک سری اقدامات اطلاعاتی موفق به شناسایی یکی از سوداگران مرگ شدند. وی تصریح کرد: در بررسی های صورت گرفته مشخص شد، متهم قصد جابه جایی مواد مخدر با یک دستگاه پژو ۴۰۵ از شهرستان ریگان به مرکز کشور را دارد که بلافاصله مراتب به پلیس کرمان اطلاع داده شد. این مقام انتظامی ادامه داد: ماموران پس از هماهنگی با مراجع قضائی و تلاش بی وقفه موفق شدند خودرو مورد نظر را در محورهای مواصلاتی ریگان شناسایی و طی عملیاتی ضربتی آن را متوقف کنند. وی گفت: در بازرسی از این خودرو، ۱۴۴ کیلو و ۶۰۰ گرم تریاک و ۷۱ کیلو و ۸۰۰ گرم حشیش کشف و یک قاچاقچی نیز دستگیر شد.



## اجرای ۳۲ کیلومتر عملیات لایروبی در محدوده کردکوی



مدیر طرح زهکشی اراضی اولویت دار شرکت آب منطقه ای گلستان از اجرای ۳۲ کیلومتر عملیات لایروبی وزهکشی اراضی اولویت دار در محدوده شهرستان کردکوی خبر داد. به گزارش روابط عمومی، محسن بزرعلی اظهار کرد: عملیات لایروبی و پروفیله کردن به منظور ساماندهی و کنترل جریانات فصلی عبوری در رودخانه های منتهی به قره سو در محدوده شهرستان کردکوی در تعدادی از رودخانه های این شهرستان توسط شرکت آب منطقه ای گلستان و با توان اجرایی و عملیاتی پیمانکاران طرح زهکشی اراضی اولویت دار به اجرا در آمده است. وی بیان کرد: این عملیات در رودخانه های سالیکنده، رودخانه مهتر کلاته، سرکلاته، بالاچاده، رودخانه النگ، رودخانه میاندره در پایین دست و بالادست اتوبان، نامن غربی، نامن شرقی و رودخانه شصت کلاته طی سال گذشته و سال جاری اجرا شده است.

## مشکل مالی ۲۰ کارگاه تولیدی گالیکش با ۲۲ میلیارد ریال رفع می شود

توجه به واحدهای تولیدی کوچک و گره گشایی از مشکلات مالی آنها به منظور رونق تولید، ایجاد درآمد و اشتغال از جمله راهبردهای اقتصادی دولت است که در همین راستا امسال برای نخستین بار، ۲۲ میلیارد ریال تسهیلات رونق تولید به ۲۰ کارگاه تولیدی شهرستان گالیکش پرداخت می شود. رییس اداره صنعت، معدن و تجارت گالیکش روز یکشنبه در گفت و گو با خبرنگار ایرنا اظهار داشت: تسهیلات پیش بینی شده که

در ستاد تسهیل و رفع موانع تولید استان گلستان نیز تصویب شده است، در قالب سرمایه در گردش، بازسازی و نوسازی تجهیزات طی سه مرحله به واحدهای متقاضی این شهرستان پرداخت می شود. حسن رزاقی افزود: پرونده واحدهای متقاضی دریافت تسهیلات رونق تولید طی هفته گذشته به بانک های عامل در گالیکش ارسال شده و تا الان یکی از کارگاه ها موفق به دریافت یک میلیارد ریال تسهیلات شده است. وی با بیان اینکه حمایت از

کارگاه های تولیدی کوچک که سرمایه اندکی نیاز دارند، می تواند به اشتغالزایی بیشتر کمک کند، اضافه کرد: هم اکنون حدود ۳۰ نفر در این کارگاه های تولیدی مشغول به کار هستند که با دریافت تسهیلات و توسعه فعالیت، میزان اشتغال فعلی آنها افزایش می یابد. رییس اداره صنعت، معدن و تجارت گالیکش ادامه داد: عمده فعالیت این کارگاه های تولیدی در بخش میل سازی، نجاری، ادوات کشاورزی، ساخت تیرچه بلوک، خیاطی و نانواپی است.

# انقراض ماهیان خاویاری خزر نزدیک است

شکل بی رویه ای ماهیان کوچک که به سن بلوغ نرسیده اند را از دریا صید و جلوی احیای ذخایر را می گیرند. عقابلی نژاد یادآور شد: بر اساس ماده ۲۶ قانون قاچاق کالا و ارز، صید ماهیان خاویاری قاچاق محسوب می شود و جریمه بسیار سنگینی به همراه دارد. علاوه بر این، قانون حفاظت و بهره برداری از ذخایر دریای خزر در تمامی ۵ کشور حاشیه دریای خزر به تصویب رسیده است. وی بیان کرد: دریای خزر ۱۲۰۰ کیلومتر طول و ۷ هزار کیلومتر خط ساحلی دارد و ماهیان خاویاری در این وسعت زیاد مهاجرت می کنند. موضوع مربوط به حفاظت و بازسازی ذخایر ماهیان خاویاری دریای خزر را نمی توان تنها به شکل استانی و یا در کشور ایران دنبال کرد، بلکه باید همه کشورهای حاشیه دریای خزر در آن سهیم باشند. مدیر امور ماهیان خاویاری گلستان با اشاره به اینکه ماهیان خاویاری برای رسیدن به سن بلوغ زمان طولانی را سپری می کنند، اظهار کرد: این زمان در گونه ازون برون حداقل ۵ تا ۷ سال و گونه فیل ماهی بالغ بر ۱۷ سال است. با توجه به این مسئله باید یک برنامه بلندمدت و استراتژیک برای احیای ذخایر دریای خزر تعریف کرد.



رودخانه ها، محل زاد و ولد و زایشگاه طبیعی ماهیان خاویاری هستند و این ماهیان برای تخم ریزی و احیای نسل شان باید حتما وارد آب شیرین رودخانه شوند. مدیر امور ماهیان خاویاری گلستان خاطر نشان کرد: در گذشته کارگاه های تکثیر و بازسازی ذخایر ۵ کشور حاشیه دریای خزر در طول سال، تا ۱۳۰ میلیون قطعه انواع بچه ماهی خاویاری را تکثیر و رهاسازی کردند. وی بیان کرد: نیاز است که متولیان امر شدت عمل بیشتری نسبت به صیادانی که اقدام به صید غیرقانونی و قاچاق ماهیان خاویاری می کنند، داشته باشند. این صیادان غیرقانونی حتی به

ساحل نشینان و کسانی که سالیان سال امرا معاش خود را از دریا دارند، نقش اساسی داشته باشد. وی با اشاره به اینکه خاویار خزری به خصوص خاویار ایران همواره مورد توجه تجار خاویار در دنیا بوده است، گفت: کیفیت خاویار خزری که با رشد طبیعی ماهیان خاویاری در دریا به دست می آید، قابل قیاس با خاویاری که در شرایط مصنوعی پرورش داده می شود، نیست. پرورش ماهیان خاویاری و تولید خاویار را به شکل مصنوعی رد نمی کنیم اما باید تمام تلاش ما این باشد که ذخایر دریا را تقویت و بهترین کیفیت خاویار دنیا را تولید کنیم. عقابلی نژاد در ادامه گفت:

مدیر امور ماهیان خاویاری گلستان گفت: مسیر انقراض ماهیان خاویاری در دریای خزر در حال طی شدن است و اگر به همین روال پیش برویم، در آینده ای نزدیک دیگر ماهی خاویاری را در دریای خزر نخواهیم داشت. به گزارش ایسنا، سید مصطفی عقابلی نژاد اظهار کرد: در سال ۱۹۸۸ میلادی، در دریای خزر ۳۰۰۰ تن خاویار و ۳۰ هزار تن گوشت ماهیان خاویاری صید شد و در بجهوجه همان سالها، در ایران رکورد صید ۳۱۰ تن خاویار به ثبت رسید. وی افزود: در حال حاضر میزان صید ماهیان خاویاری مولد برای بازسازی ذخایر در ایران به شدت کاهش پیدا کرده به طوری که سال گذشته میزان صید به کمتر از یک تن رسیده است. مدیر امور ماهیان خاویاری استان با اشاره به اینکه ظرفیت ماهیان خاویاری در دریای خزر مغفول باقیمانده است، گفت: برای استفاده از این ظرفیت نیاز است که نسبت به بازسازی ذخایر دریای خزر از طریق تکثیر مصنوعی و حفاظت از آنها، تلاش جدی تری داشته باشیم. تمامی کشورهای حاشیه دریای خزر باید گام های اساسی، در راستای حل این بحران بردارند. عقابلی نژاد خاطر نشان کرد: تقویت ذخایر ماهیان خاویاری قطعاً می تواند در رونق اقتصادی

بتوانیم این مجوز را برای استان گلستان کسب کنیم. رضا یازرلو همچنین در خصوص جشنواره لالایی خوانی اقوام استان؛ گفت: خرسندیم از برگزاری این جشنواره در شهرستان گنبد کاووس که از سری برنامه های شهرهای خلاق فرهنگ و هنر است.

دارد. به گزارش روابط عمومی، رضا یازرلو افزود: با توجه به تنوع اقوام استان و پتانسیل های خوبی که در همه نقاط این استان است، برای اخذ مجوز پایتخت فرهنگی اقوام ایرانی و اسلامی به نام استان گلستان قدم های خوبی برداشته شده است که امیدواریم

معاون هنری اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی گلستان ضمن اشاره به برپایی جشنواره هودی و لالایی خوانی ترکمن و سایر اقوام استان گلستان در روستای ساری بخش، گفت: استان گلستان پتانسیل لازم را برای اخذ مجوز پایتخت فرهنگی اقوام ایرانی اسلامی

## گلستان پتانسیل لازم برای اخذ مجوز پایتخت فرهنگی اقوام ایرانی اسلامی را دارد

# زلزله خطر سازه های برای محورهای ارتباطی رامیان ایجاد نکرد

نیز دارای گسلی بوده که بر اثر این زمین لرزه فعال شده و تخریب هایی را بوجود آورده که شدید نیست و در حال رایزنی با بنیاد مسکن برای ارائه راهکارهای لازم هستیم. حقیقت ادامه داد: هنوز بازدیدهای میدانی کامل از محورهای مسدود شده و آسیب دیده از زلزله صورت نگرفته و برآوردهای کارشناسی برای میزان خسارت و آسیب نیز انجام نشده است. زمین لرزه ای به بزرگی ۵.۱ درجه در مقیاس امواج درونی زمین (ریشتر) ساعت ۲ و ۴ دقیقه و ۲۴ ثانیه بامداد روز ۱۷ شهریور ماه در عمق ۹ کیلومتری از سطح زمین حوالی شهرستان رامیان در شرق استان گلستان رالرزاند.



بی وقفه راهداران، در حال حاضر این محورها بازگشایی موقت شده و نیروها در حال پاکسازی آنها هستند. به گفته وی، محور ارتباطی روستای قوری جای از توابع رامیان

رئیس اداره راهداری و حمل و نقل جاده ای شهرستان رامیان گفت: بر اثر زلزله دو شب گذشته، خوشبختانه خطر سازه ای برای محورهای ارتباطی این شهرستان بوجود نیامده و فقط محورهای مناطقی که مستعد رانش و ریزش بودند دچار آسیب هایی شدند. به گزارش روابط عمومی، حسن حقیقت گفت: نیروها و عوامل راهداری به محض وقوع زمین لرزه، بدنیاال بازکردن مسیرهای مسدود شده برای تردد موقت بودند. وی با اشاره به اینکه محورهای پایقله، الهادی به ویرو، اولنگ، رضی به کشک و همچنین محور مهم و ترانزیتی خوش ییلاق - آزادشهر بر اثر این زلزله برای ساعاتی مسدود شدند، افزود: با تلاش



خبر  
پایان برداشت میگو



مدیرکل شیلات گلستان از پایان برداشت میگو از مزارع مجتمع گمیشان خبر داد. به گزارش روابط عمومی، قدس علوی گفت: با سعی و تلاش پرورش دهندگان و با رعایت کلیه الزامات فنی، بهداشتی که از سوی اداره کل شیلات گلستان و دامپزشکی ابلاغ شده بود، بدون هیچگونه مشکلی از نظر بیماری، برداشت میگو از مزارع مجتمع گمیشان به اتمام رسید. وی با بیان این مطلب که برداشت میگو از ۲۴۵ مزرعه به وسعت ۳۸۱ هکتار از مزارع مجتمع میگوی گمیشان با تولید ۴۱۰ تن به پایان رسید گفت: پرورش میگو و نتایج سال جاری ویژگی ها و شاخص های قابل توجهی در مقایسه با سال گذشته داشت که اصلی ترین و مهمترین دستاورد امسال، پرورش و برداشت بدون بروز و شیوع بیماری ویروسی لکه سفید است. به گفته قدس علوی، بیماری ویروسی لکه سفید از اصلی ترین بیماری های صنعت آبی پروری میگو در دنیا و در کشور ما بوده که از سال ۱۳۹۸ در مجتمع پرورش میگو گمیشان برای اولین بار شاهد بروز و شیوع آن و خسارات به مزارع بودیم که امسال هیچگونه تلفاتی مبنی بر بیماری در مزارع گزارش نشد. مدیرکل شیلات خاطر نشان کرد: بیماری لکه سفید اصلی ترین و پراهمیت ترین مسئله و چالش در حوزه صنعت آبی پروری میگو کشور هستند. قدس علوی همچنین از آماده سازی مراکز عمل آوری، فراوری و بسته بندی میگو همزمان با شروع عملیات برداشت میگو در شهرک های صنعتی (شهرستانهای گمیشان، کردکوی، بندر ترکمن) خبر داد. وی در پایان با بیان اینکه جهت تولید پایدار در مجتمع همه مکلف هستیم که اصول و الزامات بهداشتی را رعایت نماییم، یادآور شد: دوره پرورش برای سال ۱۴۰۰ از امروز آغاز شده و همه پرورش دهندگان باید پروتکل های فنی و بهداشتی که ابلاغ می شود را با نظارت کارشناسان شیلات و دامپزشکی اجرا تا تولید موفق را داشته باشیم.

دارد؟ بلعکس چنانچه، بخشی از هزینه های زیرساختی تخصیص یافته برای شهرک های صنعتی، به تقویت و احیاء مشاغل خرد خانگی و معیشتی مصرف میگردید میتوانستیم به اهداف ایجاد اشتغال، تثبیت جمعیت و تقویت معاش روستاییان نائل شویم. در هر صورت بنظر میرسد زمان نقطه نظرات توصیفی سپری شده، بلکه با آسیب شناسی وضع موجود باید بدنبال عامل پشیمان واقعی توسعه باشیم و حتی لازم باشد باید با یک عقب گرد معقولانه برنامه توسعه بازنگری گردد تا بیش از این استان دچار کندهی و یا رکود نگردد.

عضو هیات علمی دانشگاه

جدید است؟ در خصوص ایجاد شهرک صنعتی مشترک نیز بعرض میرساند متأسفانه در حد راه اندازی یک بازارچه مرزی مشترک علیرغم اشتراکات فرهنگی و زبانی نتوانستیم تجربه خوب و عملی داشته باشیم. ای کاش به بررسی چرایی رکود و متروکه ماندن بسیاری از واحدهای تولیدی پرداخته میشد تا این که صحبت از احداث شهرک های جدید به میان آوریم. در مکان یابی شهرکها و همچنین تشخیص اهلیت متقاضیان و تناسب بین تعداد واحدهای تولیدی خاص، عرضه و تقاضای کالای تولیدی دقت نظر گردد، به عنوان مثال آیا ضرورتی به احداث این همه کارخانه تولید خوراک دام و طیور در استان وجود

در یادداشت روز یکشنبه در خصوص شهرک های صنعتی نکات ذیل را یادآوری میکنم: با بکار بستن و استفاده از ظرفیتهای قانونی، احداث شهرک های صنعتی جدید پیشنهاد شده که در این مورد به اطلاع می رساند هم اکنون حدود ۲۵ شهرک و ناحیه صنعتی در استان وجود دارد که شاید به غیر از شهرک صنعتی آق قلا که از مزیت های نسبی از جمله نزدیکی به مرکز استان و فرودگاه برخوردار است، سایر شهرک های استان وضع حال خوبی ندارند و حتی برخی از واحدها کماکان در رکود هستند و لذا در چنین شرایطی که زیرساخت های اساسی بدون بهره برداری و بهره وری باقی مانده اند چه ضرورتی به احداث شهرک های

توضیح  
یادداشت



دکتر سعید یلقی

## وضعیت قرمز کرونا نتیجه برگزاری عروسی هادر گنبد

کافه، قهوه خانه و چایخانه با عرضه مواد دخانی، باغ وحش و شهر بازی ها و مراکز تفریحی آبی هستند از روز یکشنبه ۱۸ آبان تا بهبود وضعیت قرمز کرونایی تعطیل خواهند بود. فرماندار ویژه گنبد کاووس با تأکید بر ضرورت رعایت این مصوبات از سوی مردم و واحدهای صنعتی مرتبط، گفت: دستگاه قضایی پشتیبان و حامی مصوبات است و با واحدهای صنعتی متخلف برخورد خواهد شد. عبدالقادر کریمی، حفظ سلامت مردم را اولویت ستاد مقابله با کرونا گنبد کاووس دانست و با تأکید بر ضرورت همراهی واحدهای صنعتی برای اجرای مصوبات، از اقبال مختلف مردم این شهرستان مرزی خواست دستورالعمل های بهداشتی را به صورت کامل اجرا نمایند. همچنین مدیر شبکه بهداشت و درمان گنبد کاووس نیز در این جلسه با اعلام وضعیت قرمز شیوع کرونا گفت: در حال حاضر ۱۱۶ بیمار با علائم مثبت یا مشکوک به کرونا در مراکز درمانی این شهرستان بستری هستند که ۲۱ نفر آنها در بخش آی سی یو تحت مراقبت هستند. فرهاد بدیعی بابیان اینکه ۶۴ درصد بیماران بستری در مراکز درمانی گنبد کاووس از این شهرستان و بقیه از شهر های کاله، آزادشهر، گالیکش رامیان هستند.



لوازم آرایشی و بهداشتی، شیرینی پزی، خشکبار و آجیل فروشی از صبح تا ساعت ۱۸ دایر خواهند بود. مشاغل گروه سوم شامل دانشگاه ها، مدارس، حوزه های علمیه، آموزشگاه های فنی و حرفه ای و زبان سراها و سایر آموزشگاه ها و کتابخانه ها، مهد های کودک، استخر های سرپوشیده، سینما و تئاتر و مراکز مشابه، موزه و باغ موزه، تالار های پذیرایی، آرایشگاه های زنانه و سالن های زیبایی و نیز مشاغل گروه چهارم شامل برگزاری مراسم اجتماعی، فرهنگی، مذهبی و همایش ها، باشگاه های ورزشی برای ورزش های پر برخورد از جمله کشتی و کاراته و وجود، مدارس شبانه روزی،

خرید و فروش غیر مواد غذایی، تمرین و انجام مسابقات ورزشی، مراکز متریکه و زیارتگاه ها، مساجد و مصلی ها، قنادی یا شیرینی فروشی، آب میوه و بستنی فروشی، مراکز تهیه و طبخ غذا با پذیرش مشتری، آرایشگاه مردانه، بازار فروش خودرو، مراکز شماره گذاری اتومبیل، فرش و موکت فروشی، اسباب بازی فروشی، فروش لوازم خانگی، خدمات چاپ دیجیتال، تزئینات داخلی ساختمان، کادویی فروشی، عمده فروشی و خرده فروشی پوشاک، پارچه فروشی، آتلیه و عکاسی، مشاور املاک، پرده سرا، فروش مبل، فروش کیف و کفش، فروش لوازم التحریر، خیاطی، خرازی، فروشگاه

مسوولان گنبد کاووس معتقدند که کم توجهی و سهل انگاری برخی مردم در برگزاری مراسم عروسی با رعایت ضعیف دستورالعمل های بهداشتی، سبب قرمز شدن وضعیت شیوع کرونا در این شهرستان شد و پس از ۲ ماه و نیم آرامش، محدودیت های کرونایی بار دیگر به این شهر بازگشت. به گزارش ایرنا، مسوولان گنبد کاووس در جلسه ستاد مقابله با کرونا، برخی محدودیت ها از جمله تعطیلی تالار های پذیرایی و برگزاری بسیار محدود مراسم عروسی در منازل پس از تأیید مسوولان بهداشت، لغو برگزاری مراسم عزاداری در چادر ویژه اهل سنت و تعطیلی بازار هفتگی و پرنده فروشان را تصویب کردند. همچنین مسوولان این شهرستان مرزی، برابر دستورالعمل ستاد ملی و استانی مقابله با کرونا، محدودیت فعالیت های شغلی گروه یک تا چهار را در این شهرستان تصویب کردند که بر اساس آن فعالیت گروه شغلی یک مانند سوپرمارکت ها، میوه فروشی ها، نانوائی ها، داروخانه ها، جایگاه های سوخت، مراکز تهیه و توزیع غذاهای بیرون بر و میادین میوه و تره بار با رعایت کامل دستورالعمل های بهداشتی همچنان به فعالیت خود ادامه خواهند داد. مشاغل گروه دوم شامل پاساژها، مراکز

نیاز فوری شرق گلستان  
به اهدای خون

مدیر پایگاه انتقال خون گنبد کاووس از شهروندان خواست با توجه به قرمز شدن وضعیت شیوع کرونا در بیشتر شهرهای استان و نیاز فوری به تمام گروه های خونی بویژه A و B مثبت، برای اهدای خون به این پایگاه مراجعه کنند. به گزارش روابط عمومی، فاطمه محمدی با اشاره به فراهم بودن شرایط پلاسماگیری از بیماران بهبود یافته کرونا در شرق گلستان، افزود: تاکنون ۷۰ بیمار کرونایی بهبود یافته به مراجعه به پایگاه انتقال خون گنبد کاووس پلاسما می خود را اهدا کردند. به گفته وی امسال ۹ هزار و ۹۳۱ واحد خونگیری در پایگاه انتقال خون گنبد کاووس انجام شد که در مقایسه با ۱۰ هزار و ۵۷ واحد خونگیری مدت مشابه سال قبل، روند کاهشی داشت.

## مزایده عام فروش ماهی استان گلستان

### شرکت کشت و صنعت شهید مطهری در نظر دارد

قسمت مناقصه ها و مزایده ها دانلود نمایند.

مهلت و محل تحویل اسناد: تا ساعت ۹ صبح روز یکشنبه مورخ ۹۹/۰۹/۰۲ به دفتر مرکزی شرکت به آدرس فوق  
زمان و محل بازگشایی پاکات: ساعت ۱۰ صبح روز یکشنبه مورخ ۹۹/۰۹/۰۲ در دفتر مرکزی شرکت به آدرس فوق  
برای کسب اطلاعات بیشتر و بازدید با شماره تلفن های ۸۸۴۳۶۹۷ داخلی ۱۱۴ واحد بازرگانی و شماره همراه ۰۹۱۱-۹۶۴۳۸۵۸ آقای سوخته سزایی تماس حاصل نمایید.

حدود ۷۵ تن ماهی پرورشی گونه های فیتوفاک، بیکهد و کپور تعدادی از استخرهای نورسی و فجر ۲ استان گلستان را بصورت وزنی از طریق برگزاری مزایده عام به فروش رساند متقاضیان می توانند برای دریافت اسناد مزایده در روزهای اداری از تاریخ درج آگهی تا پایان وقت اداری (ساعت ۱۴:۳۰) روز شنبه مورخ ۹۹/۰۹/۰۱ به آدرسهای (۱) دفتر مرکزی: تهران، خیابان مفتح شمالی، پلاک ۲۳۴، طبقه اول واحد بازرگانی  
(۲) دفتر استان گلستان: شهرستان رامیان، شهر خان ببین، روستای اراز گل دفتر شرکت مطهری مراجعه و یا از سایت شرکت به آدرس KESHT-SANAT.IR





## میر کریمی برگزیده جشنواره ی سعدی



پریسا مسعودی - سیده سحر میر کریمی، دانشجوی دکتری زبان و ادبیات فارسی از شعر دوستان ادیبی است که نامشان چندی پیش در جشنواره کرونا استان لرستان جزو ده نفر برگزیده از گلستان اعلام شد. اخیراً هم در جشنواره ی بین المللی هنری ادبی سعدی، به علت بهره گیری و خلق کنایات تامل برانگیز و نیز ابتکار و خلاقیت زبان و موسیقی شعر، موج عاطفه و بهره گیری از ایماژ و صور خیال به عنوان یکی از دو نفر پذیرفته شدگان این جشنواره در محور ادبیات و رشته ی شعر از هزار و هفتصد و پنجاه و هفت شرکت کننده، نام برده شد.

گواهی بین المللی این جشنواره در روز اختتامیه به برندگان هر رشته اعطا می شود.

سه شعر برگزیده از میر کریمی را در این جشنواره می خوانیم:

### پندنامه

چهره ات را خرج این چشمان هر جایی نکن  
دیده ی نالایقان را غرق زیبایی نکن  
یوسف شرمت گران است و به هر ناکس نده  
نوعروس دل نکه دار و تماشایی نکن  
دست گرگان هنر پیشه در و مرجان نده  
جوهر دل را فدای بی سر و پای نکن  
گوهر اشکت به پای سنگ و خر مهره چرا؟  
پس برای هر قشنگی شور و شیدایی نکن  
بار تنهایی به روی دوش نامحرم خطا  
چاره این در  
در اغیر از شکیبایی نکن

### غزل خاموش شو

خاموش شو این گفتن بیهوده چرا؟  
آسان بکنی روح خود آلوده چرا؟  
در بند زبانی و صد افسوس خوشی  
با بار خطا راحت و آسوده چرا؟  
در خویش نظر کن پر عیبی و خطا  
عیب دگران در نظرت بوده چرا؟  
از روز ازل آینه ی حق شده ای  
جز راه خدا رفته و پیموده چرا؟  
ستار چو حق باش و نگو عیب کسی  
تا غم نخوری عیب تو فرموده چرا؟

### پاییز

در آینه پاییز  
برگها  
در حال رقص می میرند  
انگار  
مرگ خود را جشن می گیرند  
شاید برگها  
خواب بهار را  
از قبل دیده اند  
کین گونه بی قرار  
بامرگ خویشتن  
دیدار می کنند

# درست بنویسیم



قرار می گیرد. مانند توطئه طبق قاعده عربی اگر خود همزه حرکت کسره داشته باشد باز هم روی پایه ی «ی» قرار می گیرد. مثل: مسائل، کائنات، خائن  
باید توجه داشت که همزه ی ساکن پایانی بعد از مصوت «آ» در فارسی حذف می شود. یعنی به جای اهداء، اجراء، املاء، انشاء، باید بنویسیم اهدا، اجرا، املا، انشا  
اما اگر این گونه کلمات در حالت اضافه قرار بگیرند همزه پایانی تبدیل به «ی» میانجی می شود.  
مثل صحرای کربلا، املائی خوش خط، اجرای عملیات نکته مهم این است که همزه ساکن پایانی اگر پس از مصوت بلند «او» و «ای» قرار بگیرد، حذف نمی شود و به همان شکل باقی می ماند. مانند سوء، شیء، نوشته می شوند: سوئی، شیئی  
در این میان فارسی زبانان برای تلفظ راحت تر در تلفظ همزه تخفیف ایجاد کرده اند. مثلاً به جای جائز یا فائده، می گویند و می نویسند: جایز، فایده.  
یا به جای شئون، مسئول، رؤوس، هیأت، می گویند و می نویسند: شون، مسئول، رؤوس، هیئت،  
که به نظر می رسد رعایت املائی اصیل کلمه به درست نویسی نزدیک تر باشد.

مسؤول، رؤوس، شئون  
ج (همزه ای که قبل آن کسره باشد روی پایه ی «ی»)

شاید شما هم از جمله کسانی باشید که در نوشتن کلمات همزه دار سردرگم می شوند. و نمی دانند هیأت درست است یا هیئت، مسئله درست است یا مسأله.  
اگر این طور است این مطلب را بخوانید تا برای همیشه املائی کلمات همزه دار را به خاطر بسپارید.  
می دانیم که در عربی همزه بر روی سه پایه می نشیند: الف) همزه ای که قبل آن فتحه باشد روی پایه ی «الف» قرار می گیرد. مانند رأس، مستأجر، منشأ  
حال اگر این همزه که بر روی الف است، در ابتدای کلمه بیاید، علامت همزه حذف شده و فقط الف باقی می ماند. مثل احمد، اکبر، اسم  
اگر همین همزه که قبل از آن فتحه داریم، بعد از خودش مصوت «آ» ببیند، جای خود را به الف ممدوده می دهد. مثل منشآت، مأخذ، مأثر  
حتی اگر حرف قبل از همزه، ساکن باشد و بعد از همزه مصوت «آ» داشته باشیم باز هم به جای همزه الف ممدوده می آید. مثل قرآن، مرأت  
طبق قواعد عربی اگر در این بین خود همزه فتحه داشته باشد، باز هم روی کرسی الف نوشته می شود. مثل مسأله، هیأت، جرأت،  
ب) همزه ای که قبل آن ضمه باشد روی پایه ی «و» قرار می گیرد. مانند مؤمن، مؤلف، مؤذن، مؤذب

طبق قواعد عربی اگر خود همزه ضمه داشته باشد، باز هم روی پایه ی «و» قرار می گیرد. مانند

### ژرژ براك:

او اولین هنرمندی بود که در زمان حیات اش آثار خود را در موزه لوور به نمایش گذاشت.

### پل سزان:

او در ۲۲ اکتبر ۱۹۰۶ پس از بیماری ذات الریه، در تنهایی خود هنگامی که اطراف او را قبض های پرداخت نشده و تابلوهای فروخته نشده فرا گرفته بود از دنیا رفت.

### لئوناردو داوینچی:

لئوناردو داوینچی یک گیاهخوار و حامی حقوق حیوانات بود. او پرنده های قفسی را می خرید و آنها را آزاد می کرد. لئونارد کمتر از ۳۰ نقاشی ناتمام و صدها نوشته و طرح از خود بر جای گذاشته است.

### سالوادور دالی:

او به تناسخ اعتقاد داشت و احساس می کرد روح

برادر مرده اش در آن دمیده شده است. دالی بیش از ۱۵۰۰ نقاشی خلق کرده که تعداد زیادی از آنها شاهکار و بسیاری از آنها مکتب سورئال را زنده نگه داشته اند.

### هنری ماتیس:

یکی از آثار ماتیس به نام «قایق» - Le Bateau به مدت ۴۶ روز در موزه هنرهای معاصر نیویورک آمریکا، برعکس آویزان شده بود، بدون این که کسی متوجه آن شود.

### پیت موندریان:

او آنقدر نقاشی می کرد تا دستهایش تاول بزند و چشمهایش پر از اشک شود. تاثیری که این هنرمند بر هنر جهان داشته، غیر قابل انکار اما درک این که چگونه خطوط ساده نقاشی هایش او را منقلب می کرد، دشوار است.

### ویلیام موریس:

ویلیام موریس کودکی شادی داشت. خونگرمی او باعث محبوبیت اش شده بود.

### پابلو پیکاسو:

اسم او از ۲۷ کلمه تشکیل شده است: پابلو دیگو خوزه فرانسسکو دپائولا یوان نیوموسنو ماریا دلاس رمدیوس سپیریانو دلاسانتیزیماترینیداد مارتیر پاتریک کلیتو روبریوی پیکاسو. اولین کلمه ای که او به زبان آورد، مداد بود.

### ونسان ون گوگ:

او یک برادر بزرگ تر داشت که هنگام تولد از دنیا رفت. نام او نیز ونسان ون گوگ بود. او در طول ۱۰ سال، ۹۰۰ تابلوی نقاشی خلق کرد. پس از مرگ وی، زن برادر او تمام نقاشی و نامه هایش را جمع کرد و به صورت مجموعه ای که در خور آن هنرمند بود، در آورد



## جالب از جهان

گفت و گو با حاجی کلاته شاعر و نقاش گلستانی:

# شاعری که نقاشی را بلد است

گفت و گو: ندبه محمدی

معرفی کتاب

پاییز فصل  
آخر سال است

«پاییز فصل آخر سال است» نخستین رمان نسیم مرعشی و برگزیده جایزه جلال آل احمد روایت زندگی سه دختر جوان به نام‌های شبانه، روجا و لیلا است. کتاب دو بخش دارد با عنوان‌های «تابستان» و «پاییز» که هر کدام از این دو بخش نیز سه فصل دارد. هر فصل از نگاه یکی از این سه دختر که هر کدام به افق‌های فرهنگی و طبقه‌های اقتصادی متفاوت تعلق دارند، روایت می‌شود. یکی از این دخترها از رشت آمده، یکی از اهواز و یکی هم اهل تهران است. هیچ شخصیتی قهرمان نیست، همه خاکستری هستند، همه خودشان هستند، انسان‌هایی عادی و از دل جامعه که قلب‌شان متعلق به گذشته است و ذهن‌شان در پی آینده. هر سه زن به کانون فیلم می‌روند، فیلم‌های مشابه می‌بینند، هنرمندان محبوبشان یکی است، موسیقی‌ای که گوش می‌دهند یکی است و هر سه میل دارند جور دیگری باشند. هر سه احساس می‌کنند جهان دیروزشان کوچک است و باید به تغییر دادن جهان‌شان اقدام کنند.

شعر



خشت اول کج شده در ریشه دیوارها  
آی معماران! چرا یک ور شده پندارها  
خشت در دستان آدم پخته شد، حالا چرا  
لقمه‌ی هابیلیان افتاده در زنگارها  
بام‌ها خوابیده و دیوار حاشا هم بلند!  
می‌رسد آیا به گوشی، ضجه‌ی نادارها؟  
چپ شده با باغ‌ها، بادی که با رقص خودش  
جاندارد تا بیبچد در دل هنجارها  
شب دراز است و ولی قوم قلندر باز هم  
تکیه خواهد کرد اینجاری لب گفتارها  
با شروع درد‌ها، دارو لیبی تر کرد و گفت:  
چوب خوردیم از همین پیمان لاکردارها

مرضیه ملکیان

در مورد سوال دوستان با اینکه خودم به شخصه نگاهم به هنر غیر اقتصادی ست، اما در اینکه کسی بخواهد به عنوان شغل به نقاشی نگاه کند ایرادی نمی‌بینم. منتها باید حواسمان باشد هنر را فدای مادیات نکنیم. هر چند می‌توانیم از هنر به درآمد برسیم اما نیک تر این است که اول هنرمند باشیم و از هنرمان درآمد داشته باشیم تا صرفاً برای کسب درآمد گریزی هم به نقاشی بزنیم..

■ به نظر خودتان در چه سبک و زمینه ای تبحر دارید؟ شاید بهتر بود سوال به این شکل باشد که به کدام سبک علاقه‌ی بیشتری دارم. در آن صورت می‌توانستم قاطعانه بگویم امپرسیونیسم و آبستره از سبک‌های مورد علاقه‌ی من هستند هر چند گاهی به سبک‌های دیگری چون رئالیسم، سبک قلم، ممداد رنگی و آبرنگ و حتی سوررئالیسم هم گریزی می‌زنم، اما می‌توانم قاطعانه بگویم آنچه هیجانانگیز دهنی را در من آرام می‌کند امپرسیونیسم است. چرا که همیشه در آن احساس آزادی عمل داشته‌ام. و فکر می‌کنم اینکه دست و پای یک هنرمند، زنجیر شده در قوانین و قواعد از پیش تعیین شده نباشد کمک زیادی به شکوفایی خلاقیتش می‌کند. اما به هر حال امپرسیونیسم هم سرشار از قواعد و اصول است اما من احساس راحتی بیشتری باین سبک دارم.

■ دوست دارید در این هنر به کجا برسید؟ چندسال پیش خیلی دوست داشتم با سبک مختص خودم نقاشی بکشم و در واقع سبک جدید را ارائه کنم. اما در حال حاضر هر چند آن علاقه در من از بین نرفته است، اما مهمتر از داشتن سبک منحصر به فرد به این فکر می‌کنم که بتوانم بهترین خودم در انجام هر کاری باشم و در واقع اگر اثری را خلق می‌کنم بتوانم تمام درونیات و تفکرات و عقاید و حرفایم را، تمام و کمال در اثرم به نمایش بگذارم.

■ اگر برای خوانندگانی که می‌خواهند وارد این عرصه شوند، نظر یا پیشنهادی دارید، بفرمایید. پیشنهاد می‌کنم به افرادی که می‌خواهند وارد این رشته شوند این است که یا دست به کاری نزنند یا بهترین مسیر را برای رسیدن به کاملترین تعریف از نقاشی پیدا کنند و در آن قدم بگذارند اگر عاشق هنر نیستند لطفاً بگردند و آن مسیری را طی کنند که عاشقانه دوستش می‌دارند...

در آخر هم لازم می‌دانم اول از همه‌ی عزیزانی که در این سال‌ها از نقاش بودن من خوشحال می‌شدند و در واقع شاید به نوعی دلگرمی برای من بودند تشکر کنم. از پدر و مادرم که در کودکی مرا از حمایت‌هایشان محروم نکردند و به پشتوانه‌ی تشویق‌های آن‌ها لنگان لنگان خوک خویش را به مقصد رساندم، از صمیم قلب ممنونم. و بعد هم از اساتید عزیزم جناب آقای سید سجاد حسینی، سرکار خانم شهره شهرازی، استاد حمیدمقدم و سرکار خانم رقیه خاندوزی تشکر ویژه دارم.



■ اولین نقاشی‌ای که کشیدید چه موضوعی داشت؟ اینکه بخوام دقیقاً اولین نقاشی که کشیدم را به خاطر بیاورم کمی سخت است، اما اولین نقاشی‌ای که به صورت آکادمیک کشیدم با رنگ گواش یک گنجشک تنها بود که روی یک شاخه‌ی درخت نشسته بود؛

■ چقدر از وقتتان را صرف خلق آثار هنری می‌کنید؟ در حال حاضر بیشتر از نقاشی درگیر شعر هستم. اگر منظورتان از خلق آثار هنری صرفاً نقاشی است، باید بگویم شاید روزانه چند ساعت.

اما بیشتر زمانم را صرف شعر می‌کنم. زمانی که از کلماتم کاری بر نیاید برای آرام کردن هیجانانگیز و درونیاتم به نقاشی پناه می‌برم و می‌توانم بگویم نقاشی تمام به هم ریختگی‌های ذهنی من را مرتب و در واقع آن جوش و خروش درنی ام را آرام می‌کند.

■ در کنار این هنر به چه کارهای دیگری مشغولید؟ به نظر من سوال مهمی ست. خیلی وقت‌ها دوستان از من می‌پرسند تو شاعری یا نقاش؟ که در جواب متواضعانه باید بگویم در هیچ کدام ادعایی ندارم. اما به صورت کلی من شاعری هستم که نقاشی را بلد است! چون می‌توانم بگویم تمام لحظاتم حتی وقت‌هایی که به کارهای دیگری مشغول هستم، در اعماق ذهنم کلمات مشغول جایجایی هستند تا لحظه‌ای که در قالب خودشان نشستند شعر شوند و روی کاغذ بیایند. می‌توانم بگویم در واقع من شاعرانه زندگی می‌کنم.

■ اولین اثری که فروختید را یادتان هست؟ و آیا به نظر تان اشکالی دارد کسب به عنوان شغل به این هنر نگاه کند؟ اولین اثری که فروختم اگر اشتباه نکنم ۱۳ یا ۱۴ ساله بودم و کپی از روی همان اولین اثر گنجشک بود. به سفارش یکی از دوستان برای تولد دخترش.

بدون کوچکترین آوایی به گوش مخاطبان رساند. کم کم اسم نقاش در رزومه زندگی من ماندگار شد در حال حاضر از این بابت خوشحالم. چرا که مدعی هستم نقاشی در واقع می‌تواند جامع‌ترین هنر در شاخه‌های هنری باشد. چرا که اگر نگاه ما نگارنده‌ها را باشد می‌توانیم در نقاشی شعر را ببینیم.

موسیقی را درک کنیم؛ سینما را تماشا کنیم و به نوعی زندگی را پیدا کنیم. حتی در کنار همه‌ی شاخه‌های هنری می‌توانیم حضور قدرتمند ریاضی را در میلیمتر میلیمتری اثر هنری درک کنیم..

■ رشته تحصیلی شما چه بوده و فکر می‌کنید درس خواندن چقدر می‌تواند در این زمینه کمک کننده باشد؟ من در رشته‌ی ریاضی فیزیک در دبیرستان و رشته‌ی مهندسی عمران در دانشگاه تحصیل کردم. اما در مورد قسمت دوم سوالتان اگر منظور درس خواندن در رشته‌ی نقاشی باشد باید بگویم که در این مورد نمی‌توان اظهار نظر قاطعانه‌ای کرد؛ چرا که بسیاری از بزرگان نقاشی هستند که هیچ‌گونه سواد آکادمیک ندارند و خوب خیلی‌ها هم هستند که سواد آکادمیک دارند و نقاشان خوبی هم هستند. اما به صورت کلی من معتقدم کتاب خواندن از انسان هنرمند به وجود نمی‌آورد. کتاب و درس شاید بتوانند عاملی برای رشد باشند اما قطعاً عاملی برای به وجود آوردن نخواهند بود. ساده‌تر بگویم در واقع کتاب برای هنرمند چون آب برای جوانه‌ی درخت است! که عامل رشد آن است نه عامل به وجود آمدن آن.

■ آیا تا به حال گالری یا نمایشگاهی داشته‌اید؟ هر چند تمایلی به نمایشگاه گذاشتن ندارم به این دلیل که نقاشی را برای خودم و ذات هنر ادامه می‌دهم نه چیز دیگری؛ و معتقدم تا شخصیت ثابت هنری خودم را پیدا نکرده‌ام دلبلی ندارم نمایشگاهی بگذارم. باین حال به در چند گالری و نمایشگاه مشترک در استان و کشور شرکت کرده‌ام.

■ انگیزه شما از ورود به این حرفه چه بود؟ من خیلی اتفاقی نقاش شدم و نه هنرمند البته که بسیار معتقدم تفاوت بین هنرمند و نقاش از زمین تا آسمان است اما از اتفاقی بودن آن همین قدر بگویم که من در سن ۹-۸ سالگی صرفاً برای پی‌هدف و بی‌کار نگذاردن تابستان‌ها به کلاس نقاشی رفتم. سال‌ها و سال‌ها بدون هیچ هدف و علاقه‌ای نقاشی کشیدم. تا ۱۴-۱۵ سالگی که کم کم قطره‌های علاقه‌ام نسبت به این رشته شروع به جوشیدن کردند و حس کردم خیلی حرف‌ها را می‌توان در دنیای خط‌ها و رنگ‌ها و فرم‌ها

■ لطفاً خودتان را معرفی کنید؟ من حسین حاجی کلاته، زاده‌ی بیست و سومین روز از مهرماه ترین فصل سال ۱۳۷۲ هستم. این یعنی الان که دارم با شما حرف می‌زنم ۲۷ سال و ۲۰ روز از جمعه‌ای که در آن به دنیا آمده‌ام می‌گذرد. همان‌جایی که پدرم به دنیا آمد بزرگ شده‌ام و الان هم ساکن گرگان هستم.

■ از چه سنی به صورت حرفه‌ای نقاشی کشیدید و چند سال است که در این زمینه فعالیت می‌کنید؟ راستش هنوز هم نمی‌توانم مدعی این باشم که دارم نقاشی را به صورت حرفه‌ای دنبال می‌کنم. چون همچنان تعریف کاملی از حرفه‌ای بودن در زمینه‌ی نقاشی ندارم؛ یعنی معیار و ظرفی مشخص که بر مبنای آن حرفه‌ای بودن را معنا ببخشیم... چون معتقدم نه مدرک تحصیلی، نه سال‌های فعالیت، نه تعداد نمایشگاه و نه تعداد آثار، هیچ‌کدام معیاری برای حرفه‌ای بودن نیست. اما اگر منظورتان همان قلم و مداد و رنگ و دفتر بوم در دست گرفتن و ثبت یک سری نقوش است، باید بگویم از سن ۸-۹ سالگی نقاشی کردن را شروع کردم و تا الان نزدیک به ۲۰ سال است که در دنیای رنگ‌ها و بی‌رنگ‌ها پرسه می‌زنم؛ بروی کاغذ، روی بوم، روی دیوار و روی هر جسم تأثیر پذیری نقاشی می‌کنم.

■ لطفاً برایمان از موفقیت‌هایتان در مسابقات و جشنواره‌ها بگویید. غیر از مقام‌های استانی‌ای که کسب کرده‌ام، در رشته‌ی رنگ‌روغن موفق به کسب مقام اول جشنواره‌های کشوری در سال‌های ۸۷، ۸۹، ۹۰ شده‌ام. همچنین نفر دوم مسابقات کشوری در سال ۹۱ و برگزیده‌ی جشنواره دانشجویان سراسر کشور دانشگاه هنر تهران در سال ۹۳ بوده‌ام.

■ چه کسانی شما را در این راه تشویق و همراهی کردند؟ آیا کسی بود که مخالفت کند؟ اگر بگویم در تاریخ حیات نقاشی‌ام بیشتر از تشویق و تحسین، طعنه و کنایه شنیده‌ام گرافه نگفته‌ام. این که اصلاً پسر را چه به نقاشی... برو فکر نان باش خریزه‌آبه... مگه دختری نقاشی می‌کنی و ازین دست صحبت‌ها که تقریباً همه‌اشنان تا قبل از شروع مقام‌های استانی و کشوری ام بود. یعنی تا ۱۴-۱۵ سالگی. و بعد از آن معمولاً همان نگاه‌ها بود. اما چون من حرف برای گفتن داشتم تبدیل شده بود به یک سری به به چه چه‌های خشک و خالی..

■ انگیزه شما از ورود به این حرفه چه بود؟ من خیلی اتفاقی نقاش شدم و نه هنرمند البته که بسیار معتقدم تفاوت بین هنرمند و نقاش از زمین تا آسمان است اما از اتفاقی بودن آن همین قدر بگویم که من در سن ۹-۸ سالگی صرفاً برای پی‌هدف و بی‌کار نگذاردن تابستان‌ها به کلاس نقاشی رفتم. سال‌ها و سال‌ها بدون هیچ هدف و علاقه‌ای نقاشی کشیدم. تا ۱۴-۱۵ سالگی که کم کم قطره‌های علاقه‌ام نسبت به این رشته شروع به جوشیدن کردند و حس کردم خیلی حرف‌ها را می‌توان در دنیای خط‌ها و رنگ‌ها و فرم‌ها





## سارق سابقه دار در کردکوی به دام افتاد



فرمانده انتظامی استان از دستگیری سارق سابقه دار و اعتراف وی به ۲۱ فقره سرقت محتویات داخل خودرو در شهرستان کردکوی خبر داد. به گزارش روابط عمومی، سعید دادگر گفت: به دنبال وقوع چندین فقره سرقت محتویات داخل خودرو در کردکوی، رسیدگی به موضوع به صورت ویژه در دستور کار پلیس قرار گرفت. وی ادامه داد: ماموران انتظامی با انجام یک سری اقدامات تخصصی و بررسی های میدانی گسترده موفق شدند سارق سابقه دار را شناسایی و پس از هماهنگی با مرجع قضائی، وی را در عملیاتی ضربتی در مخفیگاهش دستگیر کنند. این مقام انتظامی تصریح کرد: متهم در تحقیقات مقدماتی و پس از مواجهه با مستندات غیر قابل انکار پلیس به ۲۱ فقره سرقت محتویات داخل خودرو در کردکوی اعتراف کرد.

»»»

## ۱۳ هزار بسته نوشت افزار بین دانش آموز محروم گلستانی توزیع شد



مدیرکل ستاد اجرایی فرمان حضرت امام (ره) گلستان از ادامه طرح مشق احسان در استان خبر داد و گفت: تاکنون ۱۳ هزار بسته نوشت افزار بین دانش آموز محروم گلستانی توزیع شده است. محمدمهدی سلمان زاده در گفتگو با خبرنگار مهر اظهار کرد: با توجه به ادامه شیوع بیماری کرونا و مشکلات معیشتی در میان خانواده ها، ستاد اجرایی فرمان امام (ره) استان گلستان، تعداد دو هزار بسته نوشت افزار در بین خانواده ها توزیع کرد. مدیرکل ستاد اجرایی فرمان حضرت امام (ره) گلستان بیان کرد: قبل از این هم در راستای اجرای طرح مشق احسان، ۱۱ هزار بسته نوشت افزار توسط گروه های جهادی، خیریه ها و سمن هادر حواشی برخی از شهرها توزیع شده بود. گفت: میزان هزینه اختصاص یافته در این طرح با تعداد ۱۳ هزار بسته، قریب به ۱۹ میلیارد و ۵۰۰ میلیون ریال بوده است. سلمان زاده افزود: ستاد اجرایی تاکنون در استان، خدمات زیادی در زمینه های مختلف از جمله عمرانی (ساخت بیمارستان، مدرسه سازی، ساخت مراکز بهداشتی و غیره)، اقتصادی (پرداخت تسهیلات به اشتغال خانگی)، اجتماعی (اهدای جهیزیه ها، توزیع بسته های لوازم خانگی، توزیع دام سبک در زمان سیل ۹۸، توزیع بسته های معیشتی، سبد کالا و پروتئینی و همچنین توزیع بسته های بهداشتی را در زمان کرونا) انجام داده و ان شاءالله این خدمات رسانی به مردم در عرصه های متعدد ادامه خواهد داشت.

## هزار میلیارد ریال برای تجهیزات مقابله با آتش در جنگل ها پرداخت شد

مدیریت بحران استان گلستان اظهار داشت: علاوه بر این اعتبار، پیگیری لازم برای تهیه دیگر تجهیزات مورد نیاز یگان حفاظت سازمان جنگل ها، مراتع و آبخیزداری استان ها در دست انجام است. هادی حق شناس استاندار گلستان هم در این جلسه تجهیز یگان حفاظت منابع طبیعی و آبخیزداری این استان به امکانات بیشتر از جمله استقرار دائم بالگرد برای مقابله سریع با آتش عرصه های منابع طبیعی به ویژه در مناطق سخت گذر را خواستار شد.

فرمانده یگان حفاظت سازمان جنگل ها، مراتع و آبخیزداری کشور گفت که امسال هزار میلیارد ریال اعتبار برای خرید تجهیزات مورد نیاز حفاظت از عرصه های جنگلی و مرتعی و مقابله با آتش به یگان های حفاظت منابع طبیعی استان ها پرداخت شد. سرهنگ علی عباس نژاد در نشست اعضای ستاد

مدیرکل منابع طبیعی و آبخیزداری گلستان نیز از مشارکت دستگاه ها، ارگان ها و نیروهای مردمی در مهار و اطفای آتش جنگل های توسکستان تقدیر کرد و گفت: فردا دوشنبه ۳ گروه تخصصی برای پایش مناطق درگیر آتش و کنترل نهایی برآورد خسارت

به منطقه اعزام می شوند. ابوطالب قزل سفلو افزود: یک دوره خشکسالی و خزان زودرس سال جاری، جنگل های گلستان را مستعد بروز آتش کرده است. محمدرضا کنعانی مدیرکل محیط زیست گلستان نیز در این جلسه گفت که خوشبختانه در آتش سوزی جنگل توسکستان مورد خاصی از تلفات حیات وحش مشاهده نشد.

توسکستان در ادامه جنگل های هیرکانی و در ارتفاعات حائل استانهای گلستان و سمنان حداقل شهرستانهای گرگان - شاهرود قرار دارد و ارتفاع منطقه آتش افزون بر ۲ هزار متر است.

آتش از یکشنبه ۱۱ آبان جنگل های پهن برگ توسکستان گرگان را فرا گرفت و آرام آرام به سمت ارتفاعات پنول چال و مازواروم و سپس گنج دره، دمبلیان، دره دوک، گجه و روغن خانه

گسترش یافت و در این مدت علاوه بر سوزاندن گونه های علف کف جنگل و بوته های فوربی (نیمه چوبی) تعدادی از تنه های درختان جنگلی را خاکستر کرد. طبق گزارش سیدرضا قادری مدیرکل مدیریت بحران استان گلستان، در پی استمرار فعالیت سامانه بارشی در محدوده جنگل توسکستان از صبح امروز باران آتش مناطق جنگلی شرق گرگان که از هشت روز پیش آغاز شده بود را به طور کامل خاموش کرد. زمین های زیر پوشش اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری گلستان افزون بر یک میلیون و ۳۹۷ هزار و ۲۴۴ هکتار است که ۴۵۲ هزار و ۱۸۵ هکتار آن جنگل، ۸۶۲ هزار و ۸۲۵ هکتار مرتع، حدود ۲۰ هزار هکتار ساحل و ۶۲ هزار و ۴۲۰ هکتار زمین های مستعدت و موات است.

# با چاقی خدا حافظی کنید

انجام ۱۵۰ دقیقه ورزش هوازی در هفته برای پیشگیری از این نوع چاقی توصیه می شود.

## رژیم غذایی فاقد پروبیوتیک

باکتری های روده نقش مهمی در افزایش یا کاهش وزن دارند. پروبیوتیک ها در این میان منجر به افزایش باکتری های خوب روده و افزایش موفقیت در حفظ تناسب اندام می شوند. پروبیوتیک ها با تنظیم هورمون های مرتبط با اشتها از جمله هورمون گرلین، منجر به پیشگیری از چاقی شکمی می شوند.

## عدم خواب کافی

۷ تا ۸ ساعت خواب شبانه خود عاملی برای جلوگیری از چاقی شکمی است. در عوض کمبود خواب منجر به افزایش سطح استرس، افزایش ترشح هورمون کورتیزول و انتخاب مواد غذایی ناسالم به دنبال آن می شود. این در حالی است که سوخت و ساز بدن در اثر کمبود خواب و افزایش استرس کاهش یافته و این خود راهی برای چاقی شکمی است.



## عدم دریافت ورزش کافی

گذشته از رژیم غذایی، ورزش دارای بزرگترین تاثیر در از دست دادن چربی های شکم است. وقتی شما ورزش می کنید، عضلات از انرژی بدن استفاده می کنند و همین باعث می شود انرژی به صورت چربی در شکم ذخیره نشود. عدم دریافت ورزش کافی از نوع هوازی در هفته خود عاملی برای افزایش چربی شکمی است. بنا به توصیه متخصصان

قند موجود در آب میوه ها منجر به افزایش سریع قند خون و افزایش التهاب در داخل شکم و در نتیجه بروز چربی شکمی می شود. در هنگام نوشیدن آب میوه، برخی مواد مغذی مثل پروتئین و چربی های سالم را دریافت نکرده و بدون ورود فیبرهای مفید به بدن، بعد از مدت کوتاهی، احساس گرسنگی خواهید کرد و همین خوردن غذا پس از آب میوه می توان باعث افزایش وزن شما شود.

چربی اضافی در بدن، عواقب جدی برای سلامت شما دارد. این مشکل با افزایش سطح کلسترول بد و تری گلیسیرید و همچنین کاهش سطح کلسترول خوب، در ارتباط است. چاقی شکمی باعث مقاومت بدن نسبت به انسولین و افزایش قند خون می شود. چربی اضافه در ناحیه شکم علت عمده مرگ و ناتوانی در اثر سکته مغزی، حمله قلبی، فشار خون بالا، دیابت، سرطان، آرتروز، کبد چرب و در نهایت، افسردگی است. با این حال، شاید ندانید که برخی از عادات روزمره در زندگی شما را در معرض ابتلا به چاقی شکمی قرار می دهد.

## استفاده بیش از حد از شبکه های اجتماعی

پیوستن به شبکه های اجتماعی و صرف مدت های طولانی در این شبکه ها شانس ابتلا به چاقی شکمی را تا ۵۷ درصد افزایش می دهد و این را پژوهشگران دانشکده پزشکی دانشگاه هاروارد اعلام کرده اند.

## نوشیدن زیاد آب میوه ها

«آگهی های ثبتی»

## آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای هیات بشماره ۱۳۹۹۶۰۳۱۲۰۰۴۰۰۴۶۵۷ - پرونده کلاسه ۱۳۹۹۱۱۴۴۱۲۰۰۴۰۰۰۶۸۵ آقای عبدالرحیم بابکی فرزند رجب دردی به شماره شناسنامه ۴۳۸ گنبد و کد ملی ۲۰۳۱۷۸۱۰۸۱ در سه دانگ مشاع از شش دانگ یک قطعه زمین احداث بنا شده به مساحت ۱۴۸ متر مربع جدا شده از تمامت پلاک ثبتی ۱۵۰۰۶ - اصلی واقع در گنبد کاووس خیابان سعیدی شمالی کوچه محبت بخش ۱۰ حوزه ثبتی گنبد خریداری ملک مع الواسطه از خسرو نفسی (مالک رسمی) لذا به منظور اطلاع عموم این آگهی در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضائی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۹/۰۸/۰۵ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۹/۰۸/۱۹ رضا سارانی - مدیر واحد ثبت حوزه ثبت ملک گنبد کاووس - از طرف جواد پورمند - م الف ۸۹۹۹

## آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای هیات بشماره ۱۳۹۹۶۰۳۱۲۰۰۴۰۰۴۶۷۲ - پرونده کلاسه ۱۳۹۹۱۱۴۴۱۲۰۰۴۰۰۰۱۶۹ آقای خلیل فاضلی کر فرزند حلیم بردی به شماره شناسنامه ۲۸۳۳ ترکمن و کد ملی ۶۲۸۹۳۸۲۸۴۵ در شش دانگ یک قطعه زمین احداث بنا شده به مساحت ۱۵۴ متر مربع جدا شده از تمامت پلاک ثبتی ۱/۱۳۴۱ - اصلی واقع در گنبد کاووس خیابان امام خمینی شمالی کوچه ساحل بخش ۱۰ حوزه ثبتی گنبد خریداری ملک مع الواسطه از ملانه قلیچ نقشبندی (مالک رسمی) لذا به منظور اطلاع عموم این آگهی در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضائی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۹/۰۸/۰۵ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۹/۰۸/۱۹ رضا سارانی - مدیر واحد ثبت حوزه ثبت ملک گنبد کاووس - از طرف جواد پورمند - م الف ۸۹۹۹

«آگهی های ثبتی»

## آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

واقع در گنبد کاووس خیابان سید قطب نبش جهان تیغ بخش ۱۰ حوزه ثبتی گنبد خریداری ملک مع الواسطه از تمامت سهم مالکیت مشاعی (مالک رسمی) لذا به منظور اطلاع عموم این آگهی در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضائی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۹/۰۸/۰۵ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۹/۰۸/۱۹ رضا سارانی - مدیر واحد ثبت حوزه ثبت ملک گنبد کاووس - از طرف جواد پورمند - م الف ۸۹۹۵

برابر رای هیات بشماره ۱۳۹۹۶۰۳۱۲۰۰۴۰۰۴۶۴۵ - پرونده کلاسه ۱۳۹۹۱۱۴۴۱۲۰۰۴۰۰۰۲۰۶ آقای محمود نظری فرزند غلامحسین به شماره شناسنامه ۱۹۸۹۳ گنبد و کد ملی ۲۰۳۰۱۹۸۳۴۱ در شش دانگ یک قطعه زمین احداث بنا شده به مساحت ۱۲۰ متر مربع جدا شده از تمامت پلاک ثبتی ۱/۲۲۵۸ - اصلی

# چنگرها خواب مرگ می بینند

**اعظم محبی** - سال گذشته شاهد تلفات شمار زیادی از پرندگان مهاجر در خلیج گرگان و میانکاله بودیم که با اعلام احتمال تکرار این فاجعه از سوی مسئولان، دغدغه و نگرانی دوستداران محیط زیست بیشتر شده است. در نخستین روزهای بهمن ۹۸ بود که خبری با موضوع تلف شدن تعداد بی شماری از پرندگان در زیستگاه آبی خلیج گرگان و پناهگاه حیات وحش میانکاله موجب نگرانی علاقه مندان حیات وحش و طبیعت شد. به گفته مدیران محیط زیست مازندران و گلستان در این فاجعه بیش از ۴۰ هزار قطعه انواع پرندگان شامل چنگر، فلاینگو، کشیم ها، باکلان و انواع غازها تلف شدند که از این میزان حدود ۱۵ هزار پرنده سهم کرانه های ساحلی گلستان در محدوده نوکنده، بندرگز و بندر ترکمن بود. در ابتدا فرضیه های مختلفی همچون شیوع بیماری آنفلوآنزای فوق حاد پرندگان و نیوکاسل، مسمومیت بر اثر ورود سموم کشاورزی و فاضلاب های صنعتی و شهری و روستایی و حتی کشتار به وسیله ریختن سم توسط تعدادی از شکارچیان غیر مجاز مطرح شد اما در نهایت دامپزشکی اعلام کرد که طبق آزمایشات سم بوتولیسم علت تلف شدن پرندگان بوده است البته در همان زمان تعدادی از کارشناسان و فعالان محیط زیست و شکارچیان قدیمی با طرح دلایلی نتایج اعلام شده از سوی دامپزشکی را رد یا به زیر سوال بردند که از جمله دلایل مطرح شده این بود که اگر سم بوتولیسم علت مرگ و میر پرندگان شده چرا بر روی کلونی ماهیان خلیج گرگان مانند کفال و کپور اثری نداشته و مرگ و میری را شاهد نبودیم. هم اکنون زیستگاه های پرندگان آبی و کنار آبی گلستان از چند هفته گذشته شاهد فرود خیل بی شماری از انواع گونه های پرندگان بوده و احتمال تکرار فاجعه مرگ و میر سال گذشته به علت تغییر نکردن شرایط وجود دارد.



نیمه جان و تلف شده انجام و فرضیه های آنفلوآنزا فوق حاد پرندگان و نیوکاسل رد شد و در نهایت سازمان دامپزشکی کشور تشخیص داد که علت این رخداد بوتولیسم بوده است. وی با اشاره به اینکه اکوسیستم خلیج گرگان و تالاب میانکاله به هم خورده است، گفت: سیل سال گذشته مواد آلی و سموم را از زمین های کشاورزی وارد خلیج

بوتولیسم علت تلفات پرندگان مهاجر بوده و ممکن است این عمل دوباره اتفاق بیفتد زیرا شرایط خلیج تغییر نکرده است. محمود شکیبا توضیح داد: نه سطح آب خلیج بیشتر شده و نه پلاستی در آن اتفاق افتاده است و احتمال دارد دوباره مواد سمی تشکیل و موجب تلفات پرندگان شود. شکیبا با بیان اینکه عقب نشینی آب خزر به دلایل زمین

**بازریابی توان اکولوژیکی زیستگاه های آبی استان، تحصیل پارامترهای تهدید کننده و آسیب رسان شرایط مطلوب تری برای میزبانی از صدها هزار قطعه از انواع پرندگان در حوزه زیستگاه های استان فراهم کرد**

**به دلیل وجود مواد معدنی و عدم گردش آب در خلیج، بستر دریا آلوده شده و هر ساله در فصل پاییز زمستان مرگ و میر کفال ها را شاهد هستیم.**

کرد و با توجه به افزایش سطح مواد آلی، زمینه رشد برخی از گیاهان و جلبک ها رقم خورد که این عمل سبب کاهش اکسیژن آب و رشد برخی باکتری های بی هوازی عامل بیماری بوتولیسم شد. مدیرکل دامپزشکی گلستان بیان کرد: با توجه به اینکه سطح آب خلیج گرگان تغییری نیافته، احتمال تکرار این حادثه وجود دارد.

**شرایط خلیج تغییری نکرده است** رئیس اداره نظارت بر امور حیات وحش اداره کل محیط زیست گلستان گفت: طبق اعلام دامپزشکی سمی شدن آب و

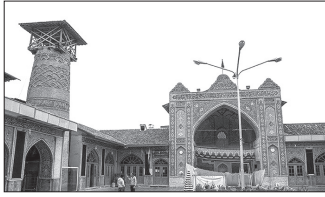
شناسی سبب عقب نشینی آب خلیج شده است، گفت: آنچه مسلم است این است که ما نباید با رفتارهای انسانی خود و ورود فاضلاب انسانی به خلیج این عمل را تشدید کنیم. وی اضافه کرد: با توجه به اینکه سطح آب خلیج رو به کاهش است و خودپالایی صورت نمی گیرد و دوران آب هم کم شده باید میزان ورود فاضلاب به شدت پایین بیاید تا خلیج بتواند خود را تصفیه کند. شکیبا افزود: همچنین باید تمام ورودی های آب را کنترل کرد که اگر جایی انحرافی وجود دارد دوباره آن را به خلیج منتقل کنیم و این اقدامات سبب می شود زیستگاهی که هم

اکنون دوران سختی را سپری می کند آلودگی کمتری داشته تا ما شاهد تلفات گسترده چندین هزار پرنده نباشیم.

**کاهش سطح آب و افزایش املاح** پرنده شناس و فعال محیط زیست گلستانی که سال گذشته در جمع آوری لاشه های پرندگان حضور داشت گفت: به دلیل وجود مواد معدنی و عدم گردش آب در خلیج، بستر دریا آلوده شده و هر ساله در فصل پاییز زمستان مرگ و میر کفال ها را شاهد هستیم. سید رضا هاشم نژاد با بیان اینکه آلوده بودن آب و جریان نداشتن خلیج از علل تلفات پرندگان است، ادامه داد: هر سال نسبت به سال قبل کاهش سطح آب و افزایش املاح را شاهد هستیم و آب منطقه هم نسبت به سال گذشته آلوده تر می شود. وی افزود: مرگ پرندگان در خلیج اتفاق افتاده و در دریا شاهد آن نبودیم و اگر قرار بود یک بیماری علت این فاجعه باشد باید به دریا هم سرایت می کرد. هاشم نژاد در خصوص اینکه چرا در سنوات گذشته چنین تلفاتی را شاهد نبودیم، توضیح داد: در سال های قبل طوفان های بهتری را در دریا شاهد بودیم که این امر به افزایش سطح اکسیژن آب کمک می کرد ولی هنگام مرگ و میر پرندگان آب راکد بود. وی با بیان اینکه امسال تاکنون مرگ و میری را شاهد نبودیم، گفت: راه حل این معضل، نجات خلیج بوده و در راه حل کوتاه مدت می توان به صورت ذنبال کردن پرندگان را از زیستگاه خود خارج کنیم که این امر بعید به نظر می رسد. هاشم نژاد لایروبی کانال های خوزینی و چاباقلی را ضروری دانست و اضافه کرد: سیل سال گذشته هم در این تلفات نقش داشت زیرا املاح زیادی را از بالادست به خلیج وارد کرد. همه ساله از نخستین روزهای مهرماه شاهد ورود پرندگان مهاجر به استان بوده و تالاب ها تا اسفندماه میزبان انواع گونه های آبی آبرزی هستند. امید است با ارزیابی توان اکولوژیکی زیستگاه های آبی استان، تحصیل پارامترهای تهدید کننده و آسیب رسان شرایط مطلوب تری برای میزبانی از صدها هزار قطعه از انواع پرندگان در حوزه زیستگاه های استان فراهم کرد تا ضمن حفظ این گنجینه های ارزشمند زیستی فرصت تماشا از این موجودات زیبا برای مردم و ساحل نشینان فراهم شود.

خبر

**کمک مالی به مساجد شهر بیشتر شود**



اعضای شورای شهر ضمن برگشت لایحه ای درباره کمک مالی به مساجد، خواستار افزایش رقم آن شدند. به گزارش روابط عمومی، یکی از لوایح رسیده به کمک یک میلیون تومانی به برخی مساجد سطح شهر اختصاص داشت. بر اساس این لایحه، تعدادی مساجد که در نوبت دریافت کمک مالی بودند، مبلغ ۱۰ میلیون ریال را دریافت خواهند کرد. حسین ربیعی عضو شورا در واکنش به مبلغ پایین این رقم بیان کرد: باتوجه به کاهش ارزش پول ملی، مبلغ یک میلیون تومان رقم بسیار پایینی بوده و نیاز است در خصوص این لایحه تجدید نظر شود. سایر اعضا با همراهی و موافقت با نظر ربیعی خواستار تجدید نظر در خصوص لایحه در جلسه هیات رئیسه شدند. ربیعی همچنین به انتقاد از روند طولانی کمک به افراد کم بضاعت از طریق کمیسیون ماده ۱۷ پرداخت و ارائه راهکاری برای کاهش مدت زمان این پروسه را درخواست کرد. در نهایت لایحه مربوط به تعیین نرخ جدید ارزش معاملات (تبصره ۱۱ ماده صد) بخش اعظمی از جلسه را به خود اختصاص داد.

»»

**مسابقات سوار کاری گنبد کاووس به دلیل وضعیت قرمز کرونا لغو شد**



فصل جدید مسابقات سوارکاری کورس پاییزه گنبد کاووس که پس از هشت ماه تعطیلی به سبب شیوع و همه گیری بیماری کرونا از پنجشنبه هفته گذشته آغاز شده بود با قرمز شدن دوباره وضعیت این شهرستان مرزی تا اطلاع بعدی لغو شد. به گزارش ایرنا، رییس هیات سوارکاری گنبد کاووس گفت: به سبب قرمز شدن دوباره وضعیت این شهرستان در شیوع بیماری کرونا و براساس تصمیم ستاد استانی مقابله با این بیماری، مسابقات اسبدوانی کورس پاییزه گنبد تا اطلاع بعدی برگزار نمی شود. بهروز نیازی افزود: براین اساس، ثبت نام مربیان، اسبها و چابک سواران برای هفته دوم مسابقات کورس پاییزه گنبد کاووس که از صبح شنبه شروع شده بود، باطل گردید. به گفته نیازی، علاوه بر تعطیلی مسابقات اسبدوانی گنبد کاووس، هفته پایانی مسابقات سوارکاری آق قلا نیز برگزار نخواهد شد. هفته دوم کورس اسبدوانی گنبد قرار بود پنجشنبه این هفته برگزار شود.

صادره کردگی در شش دانگ اعیانی به انضمام ۷۶۴ سهم مشاع از ۸۶۴ سهم شش دانگ عرصه که بقیه آن وقف عام است به مساحت ۲۳۴/۲۴ مترمربع قسمتی از باقیمانده پلاک ۲ اصلی واقع در بخش ۲ حوزه ثبت ملک کردگی خریداری شده از مالک رسمی محمد اسمعیلی طبق رای شماره ۱۳۹۹۰۳۱۲۰۲۰۰۱۷۷۱ - ۹۹/۸/۱۲ - کلاسه پرونده ۱۳۹۹۱۱۴۴۱۲۰۲۰۰۰۵۸

۳- آقای سید علی رضا باقری فرزند محمد به شماره شناسنامه ۱۱۶۵۹ و شماره ملی ۲۲۴۸۵۳۶۷۴۷ صادره کردگی در شش دانگ اعیانی به انضمام ۷۶۴ سهم مشاع از ۸۶۴ سهم شش دانگ عرصه که بقیه آن وقف عام است به مساحت ۳۰۸/۱۹ مترمربع قسمتی از پلاک باقیمانده ۲ اصلی واقع در بخش ۲ حوزه ثبت ملک کردگی خریداری شده از مالک رسمی علی اصغر منوچهری طبق رای شماره ۱۳۹۹۰۳۱۲۰۲۰۰۱۷۷۵ - ۹۹/۸/۱۴ - کلاسه پرونده ۱۳۹۹۱۱۴۴۱۲۰۲۰۰۰۱۴۸

۴- آقای خشایار مازندرانی فرزند محمد به شماره شناسنامه ۱۵۱۴۷ و شماره ملی ۲۲۴۸۵۳۶۷۴۷ صادره کردگی در سه دانگ مشاع از شش دانگ یک قطعه زمین مزروعی که مقدار ۱۰۰ سهم مشاع از ۸۶۴ سهم شش دانگ عرصه وقف عام است به مساحت ۷۴۸/۷۰ مترمربع قسمتی از باقیمانده پلاک ۲ اصلی واقع در بخش ۲ حوزه ثبت ملک کردگی خریداری شده از مالک رسمی ابراهیم مازندرانی طبق رای شماره ۱۳۹۹۰۳۱۲۰۲۰۰۱۷۶۷ - ۹۹/۸/۱۲ - کلاسه پرونده ۱۳۹۹۱۱۴۴۱۲۰۲۰۰۰۰۶۱

۵- آقای مسلم مازندرانی فرزند عقیل به شماره شناسنامه ۴۴ و شماره ملی ۲۲۴۹۴۰۶۲۷۸ صادره کردگی در سه دانگ مشاع از شش دانگ یک قطعه زمین مزروعی که مقدار ۱۰۰ سهم مشاع از ۸۶۴ سهم شش دانگ عرصه وقف عام است به مساحت ۷۴۸/۷۰ مترمربع قسمتی از باقیمانده پلاک ۲ اصلی واقع در بخش ۲ حوزه ثبت ملک کردگی خریداری شده از مالک رسمی ابراهیم مازندرانی طبق رای شماره ۱۳۹۹۰۳۱۲۰۲۰۰۱۷۶۹ - ۹۹/۸/۱۲ - کلاسه پرونده ۱۳۹۹۱۱۴۴۱۲۰۲۰۰۰۰۶۰

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۹/۸/۱۹  
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۹/۹/۵  
سیروس آریافر - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک کردگی - م.الف: ۹۹/۱۳۷

«آگهی های ثبتی»

**آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی**

برابر آراء هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی در واحد ثبتی کردگی تصرفات مالکانه و بلا معارض متقاضیان محرز گردیده است؛ لذا مشخصات متقاضیان و املاک مورد تقاضا به شرح ذیل به منظور اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می گردد. در صورتیکه اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضیان اعتراضی 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 پس از اخذ رسید طرف 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 سند مالکیت صادر خواهد شد.

۱- آقای مرتضی مازندرانی فرزند قربانعلی به شماره شناسنامه ۶۱۰ و شماره ملی ۲۲۴۹۸۴۵۲۰۴ صادره کردگی در شش دانگ اعیانی به انضمام ۷۶۴ سهم مشاع از ۸۶۴ سهم شش دانگ عرصه که بقیه آن وقف عام است به مساحت ۱۸۴/۸۰ مترمربع قسمتی از باقیمانده پلاک ۲ اصلی واقع در بخش ۲ حوزه ثبت ملک کردگی خریداری شده از مالک رسمی شعبان محمدی طبق رای شماره ۱۳۹۹۱۱۴۴۱۲۰۲۰۰۰۰۱۰۶ - ۹۹/۸/۱۲ - کلاسه پرونده ۱۳۹۹۱۱۴۴۱۲۰۲۰۰۰۰۱۷۳۳

۲- آقای مرتضی مازندرانی فرزند قربانعلی به شماره شناسنامه ۶۱۰ و شماره ملی ۲۲۴۹۸۴۵۲۰۴

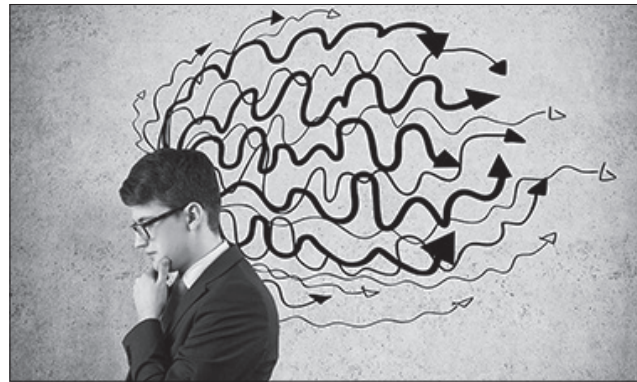




## سلامت

# با خستگی ذهن چه می کنید

اگر عصبانی هستید به جایی بروید که بتوانید فریاد بکشید و اگر ناراحت هستید گریه کنید



برای هیچ کسی تبدیل شدن به فرد منفی جمع‌های دوستانه جذابیت ندارد؛ اما اگر حواسمان نباشد به راحتی در چاله‌ی جاذب افکار منفی می‌افتیم و اتفاقات بد یکی پس از دیگری ما را پیدا می‌کنند. مسئله‌ی بگریز اینجاست که استرس و کج خلقی فقط ما را اذیت و کلافه نمی‌کند؛ بلکه اطرافیان ما هم از یک جایی به بعد، حوصله‌ی تحمل کردن ما را ندارند. برای هیچ کسی تبدیل شدن به فرد منفی گرای جمع‌های دوستانه جذاب نیست؛ اما اگر حواسمان نباشد به راحتی در چاله‌ی جاذب افکار منفی گیر می‌افتیم و اتفاقات بد، یکی پس از دیگری ما را پیدا می‌کنند. گاهی در زندگی نمی‌دانیم که چرا پشت سر هم بد می‌آوریم. هیچ چیزی طبق برنامه‌های ما پیش نمی‌رود و انگار دنیا در جهتی حرکت می‌کند که چهارچوب زندگیمان را از هم جدا کند. وقتی بدن ما خسته است نیاز به استراحت دارد ولی خستگی ذهن ما چگونه در می‌رود؟ در این زمان هر چقدر هم که مرخصی بگیریم و به مسافرت برویم هیچ تضمینی برای خالی شدن ذهن وجود ندارد. ایرنا زندگی راهکارهایی برای کارکرد مثبت ذهن پویا را به اشتراک می‌گذارد.

**۱. در ۳ مرحله به راحتی ذهن خود را خاموش روشن کنیم**  
تنها کافی است ۲۰ دقیقه خالی را در محل کار یا دانشگاه به این کار اختصاص دهید تا انگیزه‌ی لازم برای ادامه‌ی روزتان را بازیابی شود: الف) ۳ بار نفس عمیق بکشید. از بینی تا جایی که ریه‌هایتان جا دارد نفس بکشید و از دهان آن را بیرون دهید. ب) چشم‌های خود را ببندید. خاطراتی را یادآوری کنید که در آن لحظه، شما را خوشحال می‌کنند. ج) موسیقی گوش دهید. حتی اگر میلی به موسیقی‌های شاد در آن موقعیت ندارید هم خود را مجبور به گوش دادن موسیقی‌های شاد کنید تا بتوانید از حال و هوای بدی که دارید رها شوید.

## ۲. احساسات سرکوب شده ما را عصبی می‌کنند

گاهی اوقات خستگی ذهن به علت احساسات سرکوب شده هستند. اگر شما از کسی ناراحت هستید بهترین کار این است که رفتارهای غیرمنطقی و تکانه‌ای از خود نشان ندهید. روان شما نیاز دارد، که از شر آن احساسات ناراحت‌کننده خلاص شود. اگر عصبانی هستید به جایی بروید که بتوانید فریاد بکشید و اگر ناراحت هستید گریه کنید. این موضوع درباره‌ی احساسات مثبت هم صادق است. اگر خوشحال هستید لبخند بزنید، اگر شگفت‌زده می‌شوید ذوق کنید و کودک درون خود را در روندهای روزمرگی خود، منزوی نکنید. اگر نیاز دارید با کسی صحبت کنید ولی کسی را مناسب برای این موضوع نمی‌دانید سعی کنید با مداد بر روی کاغذ بنویسید. تا جایی که احساس آرامش دارید بنویسید و ذهن خود را از احساسات سرکوب شده خالی کنید.

## ۳. چه جاهایی باید رها کنیم

در مقالات و مطالب انگیزشی مدام می‌شنویم و می‌بینیم که می‌گویند هیچ‌گاه ناامید نشوید و زندگی را رها نکنید. در واقع نیاز است گاهی این کار را بکنیم؛ زیرا که در آن مقطع زمانی بهترین کار «رها کردن»

است. الف) وقتی از کاری لذت نمی‌برید آن را رها کنید. ب) وقتی از مصاحبت با کسی لذت نمی‌برید آن گفت و گورها را کنید. ج) در دیدارهای دوستانه‌ای که با آنها همگن نیستید و احساس خوبی ندارید آنجا را ترک کنید. بهتر است بدانیم روابط دوستانه‌ی سطحی نه تنها حال ما را خوب نمی‌کنند؛ بلکه ما را خسته می‌کنند.

## ۴. نقش فضای مجازی در احساس ناراحتی عمیق

فضاهای مجازی ما را از تنهایی در نیاورده بلکه ما را تنها تر کردند. ما به جای اینکه برویم دوستانمان را ببینیم با آنها به صورت مجازی چت می‌کنیم. در اینستاگرام پست می‌گذاریم و وقتی لایک‌ها و کامنت‌ها از راه می‌رسند خوشحال می‌شویم چون حس مهم بودن را به ما می‌دهند. اما این «احساس مهم بودن» از اساس مجازی و کاذب است. به همین دلیل آمار افسردگی در کسانی که در فضاهای مجازی فعالیت بیشتری دارند بالاتر است. حالا بیایید به یک موضوع جایگزین بهتر فکر کنیم، مثل وقت گذرانی در دنیای واقعی و حقیقی. اگر می‌خواهیم دوستانمان را ببینیم، خودمان را گول نزنیم و با یک تماس تصویری که تنها درصد کمی از لذت دیدار را دارد، بیخیال دیدارهای

حضوری نشویم. برای خودمان برنامه‌ی هفتگی تفریحی داشته باشیم. با دوستان و خانواده‌هایمان به گردش برویم. در هفته، دو ساعت را برای خودمان باشیم بدون اینکه، فکر عقب افتادن از برنامه درسی و کاری به ذهن مان خطور کند.

## ۵. آیا کویید ۱۹ در افزایش این خستگی مفرط ذهن اثر داشته است

با کویید ۱۹ ما از بسیاری امکانات تفریحی خود دور افتادیم؛ کافه، رستوران، سینما، تئاتر، کنسرت‌ها و غیره. در این دوره منطقی است اگر ما خستگی خود را نتوانیم آن‌طور که باید رفع کنیم. اما نمی‌توان با خستگی و افکار مزاحم به زندگی با کیفیت و خوب ادامه داد. پس بهتر است به سراغ راه‌های جایگزین برویم. مثلاً اگر داریم به این موضع فکر می‌کنیم که «امروز خیلی برای کار کردن خسته هستم» ۲ ساعت مرخصی ساعتی بگیریم و به نزدیک‌ترین کافه برویم یا اینکه قدمی بزنیم و با کسی که حالمان را خوب می‌کند درباره‌ی اتفاقات روزمره‌ی ساده صحبت کنیم. در انتخاب فرد مورد نظر در اینجور مواقع دقت کنید؛ زیرا آن شخص باید کسی باشد که هم ما به او حال خوب می‌دهیم، هم او به ما بهتر است همیشه در ذهنمان باشد که مزاحم کسی نشویم. اگر کتاب خواندن، موسیقی گوش دادن و فیلم دیدن به شما کمک می‌کند حتماً این کارها را انجام دهید. از خودتان بپرسید «همین حالا چه کاری من را خوشحال می‌کند» به جوابی که می‌دیدد دقت کنید. جواب شما نباید به خودتان و دیگران آسیب برساند. تنها باید خودتان را از آن حال و هوای خستگی دور کند. به خودتان، افکار و احساسات‌تان اهمیت بدهید. تنها در این شرایط است که از خودتان راضی می‌شوید و می‌توانید انسانی مفید برای جامعه و دوستانتان باشید.

می‌کنیم و کدورت‌های بزرگ درست می‌شود. همه این اتفاقات ناگوار به این دلیل است که حوصله ما سر رفته است. اگر قلق خودمان را پیدا نکنیم که چگونه از بی‌حوصلگی نجات پیدا کنیم، بعد از مدتی بهانه‌گیری و وسواس فکری برآیمان عادت می‌شود.

## ۱. لیست کارهایی که باید انجام دهید را بنویسید

یک مداد و کاغذ بردارید و درباره کارهایی بنویسید که بتوانید آنها را اجرایی کنید و برای انجام دادن آنها تلاش کنید و زمان تقریبی در نظر بگیرید. ذهن خود را مشغول برنامه‌ریزی درست و هدفمند در راستای پیشرفت خود کنید.

## ۲. تمیزکاری

گاهی اوقات ما دلمان نمی‌خواهد که به

دلیل مسایل جزئی از دیگران گله می‌کنیم و کدورت‌های بزرگ درست می‌کنیم. حوصله سر رفتن یا بی‌حوصلگی همان حس است که نه می‌توانیم کاری را انجام دهیم و نه می‌خواهیم در آن حالت بمانیم. کارهای کمی هستند که می‌توانند ما را از این حس و حال بیرون بیاورند. گاهی اوقات ما این راه‌حل‌ها را به صورت غریزی پیدا می‌کنیم یا یک اتفاق ناگهانی باعث می‌شود ما دچار شادی لحظه‌ای شویم و از آن حال و هوای کسل‌کننده بیرون بیاییم؛ اما گاهی اوقات ما ساعت‌ها بی‌حوصله می‌مانیم و با خودمان یا دیگران، دست به گریبان می‌شویم. به طور مثال، به خاطر اتفاقات گذشته شروع می‌کنیم به سرزنش کردن خودمان یا به دلیل مسایل جزئی از دیگران گله

## حوصله‌تان سر رفته این راه‌حل‌های پیشنهادی را بخوانید

گاهی اوقات ما ساعت‌ها در حالت بی‌حوصلگی می‌مانیم و با خودمان یا دیگران، دست به گریبان می‌شویم. به طور مثال، به خاطر اتفاقات گذشته شروع می‌کنیم به سرزنش کردن خودمان یا به

## سلامت

### راه‌هایی برای سالم نگه داشتن ناخن‌ها



داشتن ناخن‌های سالم و زیبا نه پرهزینه است و نه وقت‌گیر. این نکات را رعایت کنید و با ناخن‌های زیبا و قوی خود، همه را تحت تأثیر قرار دهید. مراقبت منظم از ناخن‌ها باعث حفظ سلامت آنها می‌شود. برنامه مراقبت از ناخن شما حتماً نباید خیلی گران یا زمان‌بر باشد بلکه می‌توانید با انجام چند کار ساده و ارزان، ناخن‌های خود را سلامت نگاهدارید و نیازی به مانیکورهای مکرر برای زیبا نشان دادن آن نداشته باشید.

#### ■ مرطوب‌کننده بزنید

به پایه ناخن‌های خود مانند کلاه محافظ نگاه کنید، همان نیم دایره‌های سفید پایین ناخن. ضربه شدید به آنها باعث آسیب به ناخن می‌شود و زمینه بروز عفونت را فراهم می‌کند. به عنوان بخشی از مراقبت‌های ناخن، بر روی ناخن‌ها به ویژه پایه آن مرطوب‌کننده بزنید تا سلامت بمانند. از علائم عفونت از جمله قرمزی، درد، تورم و حتی چرک در پایه ناخن‌ها و پوست اطراف آن آگاه باشید و برای درمان هرگونه عفونت به پزشک مراجعه کنید.

#### ■ ناخن‌ها را کوتاه کنید

دنبای مد هم به سمت داشتن ناخن‌های مرتب‌تر، طبیعی‌تر و البته کوتاه‌تر رفته است و از ناخن‌های با شکل‌های عجیب و جادوگری گذشته است. کوتاه کردن ناخن‌ها به طور مرتب به شما در حفظ سلامت ناخن‌ها کمک می‌کند و مانع از شکستگی یا آسیب به آن می‌شود. اینکه دقیقاً چه مدت یکبار ناخن‌ها را کوتاه کنیم بسته به رشد ناخن‌هاست. به یاد داشته باشید که برای صاف کردن لبه‌های ناخن خود از یک سوهان ریز و نرم استفاده کنید.

#### ■ ناخن‌ها را با یک برس تمیز کنید

بسیاری از افراد با استفاده از ابزارهای تیز و سفت به منظور تمیز کردن ناخن، چه در خانه و چه در هنگام مانیکور، ناخن‌ها را در معرض خطر عفونت قرار می‌دهند. وقتی از وسیله‌ای تیز برای تمیز کردن زیر ناخن استفاده می‌کنید، شکافی میان ناخن و پوست انگشت ایجاد می‌کنید که می‌تواند دری باز برای عفونت‌های باکتریایی یا قارچی باشد. بهتر است به جای این کار، از برس یا مسواک نرم قدیمی خود برای تمیز کردن ناخن‌ها استفاده کنید.

#### ■ دستکش ظرفشویی استفاده کنید

غوطه‌ور شدن دست‌ها در آب گرم و مایع ظرفشویی برای شستن ظرف‌ها حتی ناخن‌های قوی را هم تضعیف می‌کند، چرا که مواد شوینده باعث خشکی شدید پوست دست و ناخن می‌شود. بنابراین حتماً هنگام شستن ظروف از دستکش که یک محافظ مناسب است، استفاده کنید. جالب است بدانید که به نظر نمی‌رسد شناگرانی که معمولاً در آب خنک غوطه‌ور هستند، با این مشکل مواجه باشند.