



تیرنگ | Tirang
مجری تبلیغات محیطی و مجازی

گرگان: خیابان امام خمینی (ره)
آفتاب ۲۴، نبش دارویی دوم

☎ ۰۹۱۱۲۶۸۲۳۵۷ | 📧 Tirang.Studio | 📍 ۰۹۱۱۲۶۸۲۳۵۷
📞 ۰۹۳۶۹۵۹۶۲۰۳ | 📧 tirang.advertising@gmail.com

راه اندازی مجدد
قطار مسافری گرگان - اینچه برون



۲

خسارت آتش به ۸۵ هکتار
از جنگل های گالیکش



۳

رشد ۱۹۹ درصدی
اعتبارات گلستان



۳

گلشانه

روزنامه

گلشن مهر شناسنامه گلستان است

یکشنبه ۲۷ آذر ماه ۱۴۰۱ / سال بیست و چهارم / شماره ۸ / صفحه ۲۵۰۰ / تومان

یادداشت اول

روز جهانی عاری از خشونت و افراطی گری

■ با مسوولیت سردبیر

بیست و هفتم آذر ماه برابر با هجدهم دسامبر روز جهانی عاری از خشونت و افراط گری است. انسان خردمند همواره برای زندگی بهتر بدنبال روش ها و راههای جدیدی است که زندگی آرام تری را برای انسانها به همراه بیاورد به این خاطر دوری از خشونت و زندگی در صلح و صفا را از نشانه های زندگی خردمندانه و جامعه با فرهنگ می دانند. جناب شیخ اجل سعدی در گلستان سترگش صلح را خردمندانه میدانند و ستیز و کینه جویی و چیکار را عمل جاهلان بر می شمارد و می فرماید:

دو عاقل را نباشد کین و پیکار
نه دانایی ستیزد با سبکسار

اگر نادان به وحشت سخت گوید
خردمندش به نرمی دل بجوید

دو صاحبدل ننگ دارند مویی
همیدون سرکشی و آرم جویی

وگر بر هر دو جانب جاهلانند
وگر زنجیر باشد بگسلانند (باب چهارم در فواید خاموشی)

اما برای ما ایرانیان که در جغرافیایی از جهان زندگی می کنیم که مرکز خشونت و افراطی گری است و در طول سالیان طولانی همواره به گونه ای با آن امورات خود را گذرانده ایم، خشونت امر غریبی نیست، افراطی گری برای ما ایرانیان که در همسایگی داعش و طالبان زندگی کرده ایم، داستانی آشناست و میدانیم که خشونت برای ما هیچ عاقبتی نخواهد داشت. علاوه بر این ما در استانی زندگی می کنیم که شرایط خاص جغرافیایی و قومی و آیینی به ما یاد آوری می کند که باید مداوم به خشونت و افراطی گری بیندیشیم و برای آن راهکارهای قابل ارائه داشته باشیم. تنوع قوم و آیین در گلستان به گونه ای است که با کوچکترین اشتباه بیم آن می رود که همراهی و همدلی شهروندان گلستانی به مخاطره بیفتد و آرامش و آسایش حداقلی مردم نیز از آنها ستانده شود به این خاطر باید با گسترش تعامل و همدلی، افزایش گفت و گو و کمک به فرهنگ گفتگو زمینه های استفاده بد خواهان را مسدود کرد. ترویج فرهنگ همزیستی، پذیرش تنوع و تکرار، تلاش برای ارتقا جامعه چند فرهنگی گلستان می تواند به دوری از افراط و خشونت در گلستان مدد رساند.



یکه تازی باتک ها
مقابل قانون جوانی جمعیت
« ۱ »



می شود کار کرد
به شرط آنکه بخواهند
« ۵ »



جایگاه فاخر گلستانی ها
در میراث فرهنگی
« ۴ »

شمال گلستان در بی آبی

مرگ آلاگل و اترک



استان هایی که به این پدیده مخاطره آمیز دچار شده اند قرار گیرد. همچنین در خردادماه امسال رییس اداره امور مراتع و بیابان اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری گلستان از شناسایی ۳۰۶ هزار هکتار عرصه های منابع ملی این استان بویژه در نواحی شمالی آن که در معرض بیابانی شدن قرار دارد خبر داد و گفت که از این مقدار ۱۳۰ هزار هکتار آن، کانون بحرانی و خیزش ریزگردها هستند.

محلی ها در بحران و تشنگی

رودخانه اترک نیز خشک شده و روستاهای بسیاری که در مسیر این رودخانه از آن ارتزاق می کردند بدون آب مانده اند. آنها بارها از امان قلیچ شادمهر نماینده خود در مجلس خواسته اند که نسبت به حقایق آنها از سدهای بلاادست اقدام کند؛ اما تاکنون پاسخی دریافت نکرده اند. وحید خیرآبادی معاون محیط زیست طبیعی اداره کل حفاظت محیط زیست گلستان می گوید که «علی رغم مکاتبه های متعدد اداره کل با دستگاه ها و مدیران اجرایی مربوطه در استان خراسان رضوی و خراسان شمالی، از مهرماه سال ۱۴۰۰ تاکنون هیچ حقایق ای از شیرین دره برای گلستان پرداخت نشده است.»

مردم و فعالان منطقه نیز تاکید می کنند که زندگی شان فلج شده و تالاب های سه گانه خشک شده و بیش از یکسال است که آبی به آنها سرزیر نشده است. ضمن اینکه بارندگی هم به شکل موثری

هستند و علاوه بر حیات وحش منطقه، زندگی جوامع محلی حوالی روستا نیز بدون آب، فلج شده است. نه از آب خبری هست و نه از پرند های مهاجری که هر زمستان از مناطق شمالی زمین به اینجا می آمدند تا در هوای معتدل منطقه و در حاشیه تالاب روزگار بگذرانند و نه پروژه های آبی پروری رونق و بهره وری گذشته را دارند. خلاصه و دریک کلام زندگی مردمان و طبیعت منطقه فلج شده است. اکنون سال هاست استان گلستان درگیر ریزگرد شده که یکی از مهم ترین عوامل آن، همین پرداخت نشدن حقایق تالاب های سه گانه و اترک از سوی شرکت آب منطقه ای خراسان شمالی است. به گونه ای که در فروردین ماه ۱۳۹۵ مدیرکل وقت مدیریت بحران گلستان به صراحت اعلام کرد که گلستان از استان های مبتلا به پدیده ریزگرد است و باید این استان شمالی در فهرست

توضیحات پروژه نوشته است: هدف از اجرای طرح، کنترل سیلاب و تأمین آب کشاورزی، شرب، صنعت است. نپرداختن حقایق گلستانی ها و مردمان حاشیه اترک از آبی که در مخزن شیرین دره جمع می کنند یعنی ایجاد شغل ها و الگوی مصرف جدید در مناطقی که هزاران سال اقلیم خشک و اشتغال و مصرف متناسب با شرایط داشته اند به قیمت نابودی تالاب ها، رودخانه ها و شغل و زندگی مردمانی که هزاران سال از آن آب استفاده و زندگی می کرده اند. آبی که قبلا به گلستان می رفت و در اترک و آلاگل و آجی گل و آلاگل جاری می شد و حالا در مخزن شیرین دره ذخیره می شود.

تشدید پدیده ریزگرد در شمال گلستان حالا ماه هاست تالاب های ۳ گانه گلستان تقریباً در حال خشکی کامل

الیه موسوی - تب سدسازی در این سرزمین فروکش نکرده است؛ اگرچه بلیه های سدسازی ها همچنان گریبانگیر مناطق طبیعی و مردم است. ساخت سد شیرین دره در خراسان شمالی و عدم پرداخت حقایق پایین دست همه ساله برای تالاب ها، رودها و مردم شرق گلستان بحران آفرین شده است. علیرغم تلاش ها و مکاتبات فراوان اداره کل حفاظت محیط زیست گلستان و درخواست های مردم محلی برای دریافت حق آبه، شرکت آب منطقه ای خراسان شمالی بیش از یکسال آبی است که آنرا پرداخت نکرده است؛ تالاب های بین المللی سه گانه گلستان، آلاگل، آجی گل و آلاگل خشک شده اند و رودخانه اترک نیز تبدیل به بیابانی بی آب و علف شده است و منطقه مدت هاست درگیر ریزگرد است؛ با اینهمه امان قلیچ شادمهر، نماینده مردم گنبدکاووس در مجلس، در این باره سکوت اختیار کرده. از سال ۱۳۸۴ که سد مخزنی شیرین دره در ۶۵ کیلومتری شمال غربی شهرستان بجنورد بر روی رودخانه شیرین دره از سر شاخه های اترک آبیگری شد آرام آرام تالاب های سه گانه گلستان که ثبت کنوانسیون رامسر هستند شروع به خشک شدن کردند. هر سال حقایق این تالاب ها کمتر و نامنظم تر پرداخت شد و پیگیری ها و اعتراض های محیط زیست و مردم محلی نیز اثر چندانی نداشت. کارفرمای این سد که شرکت آب منطقه ای خراسان شمالی است در



۲۰ شرکت تعاونی دانش بنیان در گلستان مشغول فعالیت است



مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی گلستان گفت: بیش از ۲۰ شرکت تعاونی دانش بنیان و دارای گواهی خلاقیت در این استان در بخش های تولیدی بهداشتی، کشاورزی، صنعتی و خدماتی مشغول فعالیت هستند و تاحد بضاعت از آنان حمایت می شود. حسینعلی خواجهمظفری افزود: شرکت های تعاونی دانش بنیان می توانند با تخفیف ویژه ۳۰ درصد در صدور ضمانت نامه تا سقف ۱۰ میلیارد ریال از وام با ارائه سفته بدون وثیقه ملکی، استفاده کنند. خواجهمظفری خاطر نشان کرد: این حمایت مالی در راستای عمل به شعار سال بوده و اعضای این دسته از شرکت های تعاونی که متقاضی استفاده از تسهیلات هستند، می توانند از خدمات ویژه صندوق ضمانت سرمایه گذاری تعاون بهره مند شوند.



معابر ۲۰ روستای گنبد کاووس در حال آسفالت است

مدیربنیاد مسکن انقلاب اسلامی گنبد کاووس از در حال انجام بودن عملیات آسفالت معابر ۲۰ روستای این شهرستان در ۲ بخش مرکزی و دانشی برون خبر داد و گفت: هزینه آسفالت معابر این تعداد روستا ۳۰۰ میلیارد ریال است. مرتضی صابری درحاشیه آغاز مرحله نخست عملیات آسفالت بخشی از جاده موسوم به مال بازار (میدان فروش دام) گنبد کاووس حداثی مصلی بزرگ اهل سنت این شهرستان تا سه راهی ارمی آباد - آق قایه افزود: از مجموع اعتبار مورد نیاز برای آسفالت معابر ۲۰ روستای گنبد کاووس ۱۷۰ میلیارد ریال آن از محل منابع قیر رایگان و ۱۳۰ میلیارد ریال هم از منابع مشترک و همیاری دهیاران و ۲ بخشداری تامین شده است. وی اضافه کرد: عملیات آسفالت این تعداد روستا که در مجموع ۱۰۰ هزار مترمربع مساحت دارند، تا پایان امسال انجام خواهد شد. صابری ادامه داد: برای مرحله نخست زیرسازی و آسفالت بخشی از جاده موسوم به مال بازار گنبد کاووس حداثی مصلی بزرگ اهل سنت تا سه راهی ارمی آباد - آق قایه که حدود یک کیلومتر طول و ۱۱ متر عرض دارد، مبلغ ۵۰ میلیارد ریال اعتبار از منابع استانی پیش بینی شده که تاکنون ۱۵ میلیارد ریال آن تخصیص یافته است. مدیر بنیاد مسکن انقلاب اسلامی گنبد کاووس همچنین گفت: برای مرحله دوم این پروژه یعنی زیرسازی و آسفالت از سه راهی ارمی آباد - آق قایه تا انتهای روستای نورآباد، ۵۰ میلیارد ریال اعتبار نیاز است که در صورت تامین آن، عملیات مرحله دوم این پروژه هم انجام خواهد شد.

ادامه تیر اول

اترک هم خشک خشک است. گفته اند قرار است حقایبه این رودخانه ها از سد شیرین دره را بپردازد که تا الان ما چیزی ندیده ایم.»

حقایبه ای پرداخت نشده

وحید خیرآبادی معاون محیط طبیعی اداره کل حفاظت محیط زیست گلستان در پاسخ به این پرسش درباره حقایبه تالاب ها و رود اترک از سد شیرین دره می گوید: از سال های گذشته، پیگیری های زیادی شده که سد جدیدی بر روی شاخه اصلی اترک نزنند؛ چرا که از زمانی که سد شیرین دره آبیگیری شد عملاً آبی در حوزه اترک سفلی نمی آمد مگر اینکه سیلابی جاری شده باشد. او گفت: طبعاً خراسان شمالی بیشترین بهره را از آب سد مذکور هم برای کشاورزی، هم مصرف شهری و حتی برای صنعت؛ چرا که حتی حقایبه ای را برای پتروشیمی بجنورد اختصاص داده

اند؛ اما حقایبه تالاب های ما مدتی است پرداخته نشده است. خیرآبادی درباره مهم ترین برنامه مدیریت تالاب ها می گوید: در سال ۹۳ ما برنامه مدیریت زیست بومی تالاب ها را نوشتیم و برای سازمان ارسال شد. این برنامه در کارگروه زیربنایی و هم شورای برنامه ریزی استانی مصوب شد. در سال ۹۵، چندین جلسه در بجنورد با حضور دستگاه های ذی ربط خراسان شمالی طرح را بررسی و نهایی کردیم و پس از آن، مصوب شد. معاون محیط طبیعی اداره کل حفاظت محیط زیست گلستان با تاکید بر اینکه تمام دستگاه های مربوطه باید مفاد آن جلسه و مصوبه را به عنوان سند بالادستی رعایت کنند، افزود: در سال آبی گذشته هیچ آبی به عنوان حقایبه برای مجموعه تالاب های آلاگل دریافت نکرده ایم و تا امروز نیز چنین حقایبه ای از سوی متصدیان در استان همسایه به گلستان پرداخت نشده

است. خیرآبادی یادآوری کرد: آخرین بار پس از رخداد سیل فروردین ۱۳۹۸ تالاب های سه گانه آبگیری و لبریز شدند و با اینکه ما طی سال های بعد، اقدامات لازم از قبیل لایروبی، تعمیر دریچه ها را انجام داده ایم اما حقایبه ای پرداخت نشده و حدود ۹۰ درصد تالاب بین المللی آلاگل اکنون خشک شده است. گفته می شود قرار است امان قلیچ شادمهر نماینده مردم گنبد در مجلس شورای اسلامی بزودی به اینچه برون و بخش دانشی برون رفته و مسائل و مصائب مردم منطقه را از نزدیک لمس کند؛ مردم محلی امیدوار هستند این اتفاق بیفتد و مسوولان شهرستان اجازه دهند تا مردم مستقیماً با نماینده شان سخن بگویند. امان قلیچ شادمهر نماینده مردم گنبد در مجلس شورای اسلامی به تماس های تلفنی چندباره خبرنگار سلامت نیوز حتی پس از معرفی با پیامک، پاسخ نداد.

راه اندازی مجدد

قطار مسافربری گرگان - اینچه برون

صورت گرفته با شهرداری اینچه برون سرویس انتقال مسافری از ایستگاه تا بازارچه مرزی پیش بینی شده است. اعتماد بیان کرد: طول مسیر حدود ۸۰ کیلومتر است و این ریلپاس ظرفیت جابجایی ۳۳۶ مسافر را دارد. وی اضافه کرد: راه آهن یکی از مهم ترین زیرساخت های توسعه پایدار در کشورهای پیشرفته مورد توجه قرار دارد و در ایران نیز در اسناد بالادستی به این حوزه توجه ویژه ای شده است. وی خاطر نشان کرد: انتظار داریم مسوولین به دور از هرنگاه سلیقه ای سیاسی در راستای ارائه خدمت ارزان و ایمن به مردم به راه آهن توجه بیشتری داشته باشند. مدیرکل راه آهن شمال شرق ۲ گفت: در ایام هفته حمل و نقل (۲۶ مرداد ماه تا ۴ آذر ماه) ۱۸ هزار میلیارد ریال طرح و پروژه در حوزه این اداره کل به بهره برداری خواهد رسید.



ارزان انجام شده است. وی تصریح کرد: اگر استقبال از این خط ریلی بیشتر شود، احتمال افزایش تعداد سفرها در هفته دور از انتظار نخواهد بود. مدیرکل راه آهن شمال شرق ۲ گفت: همچنین با هماهنگی

شده و اهداف راه اندازی مجدد این قطار خدمت به مردم منطقه محروم اینچه برون است. وی ادامه داد: قیمت اصلی بلیت این مسیر ۱۰ برابر قیمت فعلی است اما در جهت خدمت به مردم این قیمت گذاری

مدیرکل راه آهن شمال شرق ۲ گفت: قطار مسافربری مسیر ایستگاه گرگان - اینچه برون پس از چند سال وقفه به دلیل شیوع کرونا بار دیگر راه اندازی شد. به گزارش روابط عمومی، محسن اعتماد در مراسم راه اندازی این قطار مسافربری اظهار داشت: فعالیت این قطار به صورت موقت ادامه خواهد داشت و در صورت استقبال، در مورد افزایش تعداد روزهای هفته یا تعطیلی کامل این برنامه تصمیم گیری خواهد شد. وی خاطر نشان کرد: طبق برنامه ریزی انجام شده، مقرر شد این قطار مسافربری روزهای پنجشنبه ساعت ۱۰:۳۰ دقیقه ایستگاه راه آهن گرگان را ترک کند و ساعت ۱۴:۳۰ دقیقه نیز از ایستگاه اینچه برون به مقصد گرگان بازگردد. مدیرکل راه آهن شمال شرق ۲ گفت: هزینه بلیت این قطار مسافربری، به ازای هر مسافر ۲۵ هزار ریال در نظر گرفته

اینکه بر اساس اعلام سازمان محیط زیست هرگونه برداشت و انتقال آب از سرچشمه های حوضه آبریز گرگانرود ممنوع است، افزود: در مباحث مربوط به حقوق عامه یکی از مواردی که دادستان های سراسر استان، به صورت ویژه دنبال می کنند، حفظ محیط زیست و جلوگیری از تخریب آن است. جنگل ابر از سال ۱۳۹۳ از سوی شورای عالی محیط زیست، منطقه حفاظت شده اعلام شد و در فهرست مناطق چهارگانه سازمان حفاظت از محیط زیست درآمد. این منطقه زیستگاه گونه های گیاهی نادر از جمله کاج زرین و درخت سرخدار است که کارشناسان از آن به عنوان فسیل زنده جنگل های هیرکانی نام می برند.

صادر شد. وی ادامه داد: چند هفته پیش گزارش هایی مبنی بر فک پلمب دستگاه ها و از سرگیری کار حفاری در این منطقه منتشر شد که بلافاصله با ورود دادگستری استان گلستان، علاوه بر دستور توقف کار، همه ماشین آلات و تجهیزات حفاری جمع آوری و برای مدیران متخلف نیز، پرونده تشکیل شد. رئیس کل دادگستری گلستان گفت: با جمع آوری ماشین آلات حفاری، کشمکش یک دهه ای برای حفاری و انتقال آب چشمه های زرین گل از حوضه آبریز گرگانرود در منطقه حفاظت شده ابر با پیگیری و کمک نمایندگان مجلس و استاندار استان، متوقف شد. حیدر آسیابی با تاکید بر

گزارش روابط عمومی، حیدر آسیابی گفت: براساس اعلام نظر کارشناسان محیط زیست، عملیات حفاری و انتقال آب چشمه های زرین گل در منطقه حفاظت شده ابر که سرچشمه حوضه آبریز گرگانرود محسوب می شود، آسیب های جبرانناپذیری به جنگل های هیرکانی و اکوسیستم منطقه به ویژه ذخیره گاه گونه در معرض خطر انقراض سرخدار و کاج زرین، وارد می کند و همین موضوع سبب یک دهه کشمکش در منطقه شده بود. آسیابی افزود: پس از بررسی و اخذ نظر کارشناسان این حوزه، دستور توقف عملیات حفاری، سال گذشته از سوی دادستان علی آبادکتول

توقف عملیات حفاری در ذخیره گاه های جنگل های هیرکانی

رئیس کل دادگستری گلستان از توقف عملیات حفاری در منطقه حفاظت شده ابر یکی از ذخیره گاه های گونه سرخدار در جنگل های هیرکانی، خبر داد. به



رشد ۱۹۹ درصدی اعتبارات گلستان



استاندار گلستان گفت: اعتبارات گلستان در سال جاری ۱۹۹ درصد نسبت به مدت مشابه سال قبل رشد داشته است. علی محمد زنگانه در آیین افتتاح متمرکز آسفالت معابر شهری استان در محله انجیراب شهر گرگان اظهار کرد: در برخی از نقاط شهری معابر خاکی داریم که زندگی مردم را دچار مشکل کرده و اقدامات مسئولان در حوزه ساماندهی معابر می‌تواند، امید به آینده را در بین ساکنان افزایش می‌دهد. استاندار گلستان با اشاره به مصوبات سفر رئیس جمهور، گفت: در این سفر، ۱۲ هزار میلیارد تومان در اجرای طرح عمرانی، ۱۲ هزار و ۵۰۰ میلیارد تومان اعتبارات ارزی و ۱۱ هزار و ۲۰۰ میلیارد تومان تسهیلات اشتغال زایی مصوب شد. زنگانه افزود: در استان گلستان برای افق ۱۴۰۴ برنامه‌ریزی شده و طرح‌هایی در نظر گرفته شده تا سرانه درآمد خانوارهای آن به میانگین کشوری برسد. وی با بیان اینکه امسال اعتبارات گلستان ۱۹۹ درصد نسبت به مدت مشابه سال قبل رشد داشته است، گفت: در برخی از حوزه‌ها از جمله آب طی هزار و ۸۰۰ میلیارد تومان هزینه شده و میزان اعتبارات آب برخی از شهرها مثل آب شهر گرگان ۳۷ برابر رشد داشته است.

باید بتدریج باشد و سرعت ها کم، زیاد، متناوب انجام شود. انتخاب کفش نرم بسیار ضرورت دارد طوری باید ورزش کنید که عرق ریزان باشد یعنی عرق تون دربیاید وگرنه آن ورزش در حد تفریح خواهد بود. پیاده روی اصولی دارد یکی مثلا اینست که ضرورتی ندارد دست ها هم جمع شده و بالا بیاید چون باعث خستگی و قطع پیاده روی خواهد شد ودهها نکات دیگر که در این فرصت نمی‌شود جامع بیان کرد. بیماران دارای استنت قلب حتی ضربان قلب شان از آن فرمولی که برای حداکثر بالا رفتن ضربان قلب بیان شد باید کمتر محاسبه شود و حداکثر ۶۰ درصد آن عدد بدست آمده باشد. مصرف مکمل های ورزشی از آسیب های امروز جامعه با بروز بیماری های کبدی کلیوی و نقص سیستم ایمنی و ناباروری می‌تواند همراه باشد مگر در ورزشکاران حرفه ای با رعایت ضوابط موجود. میزان مورد نیاز ورزش در هفته ۱۵۰ دقیقه است مثلا ۵ روز روزی ۳۰ دقیقه یا ۷ روز روزی حدود ۲۰ دقیقه. حتما پیاده روی تنها نباشد و با انجام حرکات کششی و استقامتی همراه باشد. آب درمانی و پیاده روی در آب یا ورزش در آب حتی تردمیل دوچرخه و... در آب امروزه در استخرهای مختلف موجود است و از ورزش در خشکی می‌تواند مفید تر باشد. انجام دم و بازدم باید با انجام حرکات ورزش تطابق داشته باشد تا موثر تر باشد. امیدوارم همه عزیزان به خودشان توجه داشته باشند اگر فرد خود سلامتی نداشته باشد نمی‌تواند حامی دیگران باشد.

متخصص بیهوشی و فوق تخصص مراقبتهای ویژه

استقامتی هستند مثل حرکات ورزشی بدنسازی و پرورش اندام و کار با دمبل و هالتر و وزنه. این ورزش ها هم در عضله سازی و حفظ قدرت اندامها و بافت های مختلف داخلی بدن نقش موثر دارند و ورزش های ایزومتریک یعنی ورزش های ایستایی مثل حرکات لانچ زانو زدن ۹۰ درجه و پای دیگر کشیده با دمبل یا وزنه یا بدون آنها یا وزنه برداری و ورزش های دینامیک یا پویا مثل حرکات ورزشی نرمشی یا طناب کش و نوارهای پلاستیکی

میزان مورد نیاز ورزش در هفته ۱۵۰ دقیقه است مثلا ۵ روز روزی ۳۰ دقیقه یا ۷ روز روزی حدود ۲۰ دقیقه

مختلف که هم حرکات اکتیو وهم پاسیو دارند و علاوه بر سلامت کارکرد قلب و عروق محافظ مفاصل و رباط ها ولیگامان ها هستند. همه ورزش ها در افزایش سلامت کارکرد همه اعضا موثرند آنچه که اهمیت دارد سن و جنس در انتخاب نوع ورزش و مدت زمان آن موثرند. مثلا یک فرد ۶۰ ساله نباید از تردمیل با سرعت بالا و شیب دار استفاده کند. البته همه سنین برای تردمیل باید در نظر داشته باشند که سرعت های بالا ذاتا مفید نیستند و باعث آسیب رسیدن به زانو ها می‌شوند در همین تردمیل نکات زیادی نهفته هست مثلا انجام آن

زندگی در شهرها بخصوص کلاتشهرها زمینه ساز اکثر بیماری های امروز می باشد. از بیماری های بدخیمی تا بیماری های با نقص سیستم ایمنی و بیماری های با منشا باکتریال و ویروسی مزمن. آلودگی هوا، تغذیه نامناسب و موضوع بحث این نگاره، ورزش از مشکلات زمینه ساز آنهاست. ورزش در شرایط آلودگی هوا محدودتر هم می‌شود ولی حداقل در منزل یا باشگاه با تمهیداتی می‌شود ورزش کرد. ورزش ها دسته جات متنوع دارند؛ هوازی، غیرهوازی، ایزومتریک و دینامیک. فرق ورزش های هوازی با غیرهوازی اینست که در ورزش های هوازی مصرف اکسیژن در کوتاه مدت با فعالیت بالا رفته، قلب و ریه بدلیل جریان خون با سرعت بیشتر فعالیت تندتر خواهند کرد. مثلا ضربان قلب در مدت کوتاه کمتر از یک دقیقه افزایش می‌یابد حتی در جوانان تا ۲۲۰ ضربه در دقیقه. البته حداکثر ضربان قلب در سنین مختلف متفاوت هست و این حداکثر ضربان قلب از تفریق سن از عدد ۲۲۰ بدست می‌آید. مثلا یک فرد ۵۰ ساله نباید ضربان قلب او بیش از ۱۷۰ در دقیقه بشود در غیر این صورت دچار افزایش فشار خون حاد و ایجاد عوارض خواهد شد. ورزش های هوازی مثل دویدن، شنا، دوچرخه، طناب زدن، جامپینگ، پروانه زدن و... ورزش های هوازی در طولانی مدت و همینطور غیر هوازی باعث تقویت عضله قلب و کارکرد بهتر قلب و نرم شدن عروق قلب و محیطی می‌شوند، لذا فشارخون و ضربان قلب در طولانی مدت کاهش خواهد یافت. ورزش های غیرهوازی هم بیشتر قدرتی ،



چالش های ورزش و زندگی شهری



حیدر حسین نژاد

خسارت آتش به ۸.۵ هکتار از جنگل های گالیکش



افزود: ۵۵ هکتار از عرصه های جنگلی منطقه جمشید آباد به سمت کندسکوه هم از آتش سوزی خسارت دید که آن هم به طور کامل مهار شد. جوان ادامه داد: منطقه حفاظت شده خان دوشان هم از دیگر نقاط درگیر آتش سوزی است که نیروهای امدادی با وجود سخت گذر بودن موفق به کنترل و مهار حریق شدند، اما هنوز کنده های نیم سوخته ۵۰ و ۶۰ سانتی متری در نقاط مختلف مشاهده

می‌شود لذا احتمال شعله‌ور شدن دوباره آتش وجود دارد. وی میزان خسارت حریق در منطقه حفاظت شده خان دوشان را ۲.۵ هکتار اعلام کرد و گفت: به همراه نیروهای اعزامی تا مهار کامل آتش در منطقه حضور خواهیم داشت. فرماندار گالیکش خاطر نشان کرد: هماهنگی با مدیریت بحران استانداری گلستان انجام شد تا در صورت نیاز با لگدر به منطقه حریق اعزام شود.

محیط زیست، پارک ملی گلستان، شورای اسلامی، دهیاری و جوامع محلی تحت مدیریت ستاد بحران شهرستان برای مهار آتش به منطقه اعزام شدند. وی افزود: آتش منطقه قوشه چشمه پارک ملی گلستان که به صورت برگ و بوته سوز بود و به نیم هکتار از این عرصه ها خسارت زد با تلاش تیم های حاضر در منطقه به طور کامل مهار شد. فرماندار گالیکش با اشاره به همکاری حدود ۱۰۰ نفر در اطفای این حریق ها،

فرماندار گالیکش گفت: آتش سوزی نقطه ای که از ظهر روز جمعه در محدوده قوشه چشمه، جمشیدآباد و منطقه حفاظت شده خان دوشان این شهرستان آغاز شده بود به ۸.۵ هکتار از عرصه های جنگلی خسارت زد. علی جوان حاذق خواه اظهار کرد: با اعلام وقوع آتش سوزی در چند نقطه از مناطق جنگلی حاشیه پارک ملی گلستان، به قید فوریت نیروهای اطفای حریق متشکل از بخش‌داری، منابع طبیعی،



برداشت غیر قانونی کارمندانک از حساب مشتریان در آق قلا

فرمانده انتظامی گلستان از شناسایی و دستگیری عاملان برداشت غیر قانونی به مبلغ بیش از ۲۵ میلیارد ریال از حساب مشتریان در یکی از بانک های شهرستان آق قلا خبر داد. به گزارش مهر، محمدسعید فاضل دادگر اظهار کرد: در پی ارجاع یک فقره پرونده مبنی بر برداشت غیرمجاز از حساب شهروندان در یکی از بانک های شهرستان آق قلا، بررسی موضوع در دستور کار پلیس امنیت عمومی قرار گرفت. فرمانده انتظامی گلستان افزود: بررسی های اولیه حاکی از این بود که کارمند این شعبه بانکی با غیرفعال کردن سامانه پیامک بانکی تعدادی از شهروندان که در بانک مذکور دارای حساب بانکی بوده اند اقدام به برداشت غیرمجاز و انتقال وجه از موجودی حساب مشتریان به حساب خود به مبلغ ۲۵ میلیارد ریال کرده است. وی گفت: با تکمیل تحقیقات و احراز عمل مجرمانه و انجام اقدامات پلیسی و با هماهنگی مراجع قضائی، دو نفر در همین راستا شناسایی و دستگیر شدند. فاضل دادگر با اشاره به اعتراف متهمان به بزه انتسابی بیان کرد: متهمان با تکمیل پرونده برای انجام مراحل قانونی به مراجع قضائی معرفی شدند.

جایگاه فاخر گلستانی ها در میراث فرهنگی

و صادرکنندگان مشکلات بسیاری را ایجاد کرده است. مجیدی گفت: یکی از مباحث مهمی که باید مد نظر مدیران و متولیان قرار بگیرد، شناسایی تهدیدات و چالش‌های این هنر است که از مهمترین آنها می‌توان به صنعتی شدن سوزن دوزی ترکمن اشاره کرد.

پرورش کرم ابریشم و تولید سنتی ابریشم
پرورش کرم ابریشم و تولید سنتی ابریشم برای بافندگی به‌عنوان بیست و یکمین عنصر میراث فرهنگی ناملموس ایران مشترک با افغانستان، آذربایجان، ترکیه، تاجیکستان، ترکمنستان و ازبکستان به‌ثبت جهانی رسید. هر چند در تعداد زیادی از استان‌های کشور پرورش کرم ابریشم و تولید سنتی ابریشم برای بافندگی رایج است اما گلستان به ویژه مناطق شرقی این استان تاریخچه طولانی در این بخش دارند. ابریشم‌بافی یکی از هنرهای سنتی گلستان به شمار می‌رود که بیشتر نزد زنان مینودشت و رامیان در شرق استان رایج است. اکنون دست‌بافته‌های ابریشمی زنان گلستان به‌خصوص مینودشت و رامیان یکی از منابع درآمدی اصلی این خانواده‌هاست. از نخ ابریشم دست بافته‌هایی مانند، چادرشب، دستمال ابریشمی، عرق‌چین که کلاهی مردانه است و پیشانی‌بند تهیه می‌شود که در بین مردم طرفداران زیادی دارند. تأسیس کارخانجات رنگرزی، نساجی و پنبه خشک‌کنی در این منطقه باعث خواهد شد تا بسیاری از نوغانداران که ایام زیادی را در طول سال با بیکاری سپری می‌کنند، از اشتغال مولد و پایدار برخوردار شوند. پرورش کرم ابریشم و تولید سنتی ابریشم برای بافندگی شامل مجموعه‌ای از شیوه‌های دانش سنتی، مهارت‌ها و صنایع‌دستی مربوط به کاشت و پرورش درختان توت، پرورش کرم ابریشم، تولید نخ‌های ابریشم برای بافندگی و اهداف دیگر است. آنچه اهمیت این عنصر را مضاعف می‌کند آن است که اکثر نوغانداران و تولیدکنندگان نخ ابریشم، این حرفه را به صورت خانوادگی و گروهی همراه با مراسم ویژه انجام می‌دهند و علاوه بر این، همکاری بین خانواده‌ها، همسایگان و همکاران نقش اجتماعی آن‌ها را به‌خصوص در تداوم همیاری محلی تقویت می‌کند.



دارد. آق‌آتابای ادامه داد: برای معرفی بهتر این هنر بین مردم، نیازمند هم‌افزایی بین دستگاهی در حمایت از این هنر هستیم و معتقدیم ساخت المان‌های تبلیغی و بهره‌گیری از سایر پتانسل‌های تبلیغی در فضای مجازی یا حقیقی می‌تواند نقش به‌سزایی در توسعه این هنر داشته باشد. یکی از فعالان هنر سوزن‌دوزی گلستان گفت: ثبت هنر سوزن‌دوزی ترکمن در ریس اداره میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی گنبدکاووس گفت: پیش‌بینی بسته‌های حمایتی از هنرمندان سوزن دوزی ترکمن یکی از مباحثی است که پس از ثبت جهانی این میراث ناملموس

گنبدکاووس، بندر ترکمن، آق قلا، کلاله، گمیشان، مراوه تپه در گلستان طرفداران و هنرمندان بسیاری دارد. ترکمن‌ها در مراسم مختلف از جمله آیین‌های دینی و مذهبی، مراسم سوگواری و عزاء، در جشن و سرورهای نوع پوشش مزین به سوزن‌دوزی استفاده می‌کنند و این لباس‌ها بر اساس نوع مراسم دارای تزئینات متفاوتی است. ریس اداره میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی گنبدکاووس گفت: پیش‌بینی بسته‌های حمایتی از هنرمندان سوزن دوزی ترکمن یکی از مباحثی است که پس از ثبت جهانی این میراث ناملموس

در حال حاضر بخش زیادی از صادرات سوزن‌دوزی ترکمن از طریق چمدان انجام می‌شود اما عوارض این بخش برای تولیدکنندگان و صادرکنندگان مشکلات بسیاری را ایجاد کرده است

افزود: برای رونق روزافزون این هنر پس از ثبت جهانی باید برنامه و طرح داشته باشیم و حمایت مادی و معنوی، تسهیل در فروش داخلی و رفع مشکلات فراروی صادرات از جمله پیشنهادها برای تحقق این هدف است. وی گفت: داشتن یک نشان بین‌المللی چاره حل مشکلات نیست بلکه باید برای تنگناها و چالش‌های فراروی فعالان این بخش چاره اندیشی شود. این هنرمند گلستانی ادامه داد: در حال حاضر بخش زیادی از صادرات سوزن‌دوزی ترکمن از طریق چمدان انجام می‌شود اما عوارض این بخش برای تولیدکنندگان

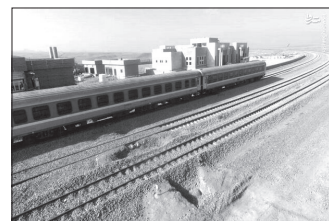
باید تقویت شود. مریم آق‌آتابای افزود: در حال حاضر بیش از ۳ هزار هنرمند در بخش‌های مختلف سوزن‌دوزی در قالب‌های مختلف مشغول فعالیت هستند که باید تلاش کنیم با توسعه برنامه‌های آموزشی هدفمند، محصولات آن‌ها را به سمت اصالت بیشتر و سلاقی مشتریان هدایت کنیم. وی به فعالیت خانه سوزن‌دوزی گنبد کاووس و همچنین فعالیت گسترده هنرمندان این رشته در روستای تنگلی این شهرستان اشاره کرد و گفت: با معرفی بیشتر این مراکز امکان جذب بیشتر گردشگر با محوریت این رشته وجود

ثبت سوزن‌دوزی و ابریشم‌بافی در فهرست میراث جهانی، ضرورت توجه بیشتر به احیای این هنرها، توسعه کارگاه‌های تولیدی و توجه به بازار فروش این دست‌بافته‌ها را در گلستان به عنوان محوری‌ترین منطقه تولید این آثار بیشتر کرد و علاوه بر آن جایگاه فاخر این استان در عرصه میراث فرهنگی را به اثبات رساند. به گزارش ایرنا، در حالیکه مدیران و اهالی ساکن در گلستان در انتظار ثبت جهانی دیوار تاریخی گرگان بودند، هفته گذشته هنر سوزن‌دوزی ترکمن به عنوان بیستمین عنصر میراث فرهنگی ناملموس کشور به طور مشترک با ترکمنستان و هنر پرورش کرم ابریشم و تولید سنتی ابریشم برای بافندگی به‌عنوان بیست و یکمین عنصر میراث فرهنگی ناملموس ایران مشترک با افغانستان، آذربایجان، ترکیه، تاجیکستان، ترکمنستان و ازبکستان به ثبت جهانی رسید. هنر سوزن‌دوزی ترکمن و پرورش کرم ابریشم و تولید سنتی ابریشم برای بافندگی به ترتیب به عنوان ششمین و هفتمین اثر بعد از میراث جهانی قابوس، کمانچه ایرانی (دوتار) (کمانچه ترکمن)، دوتار ایرانی (دوتار استان گلستان)، جنگل‌های هیرکانی و راه آهن سراسری ایران و ایستگاه‌های بندرگز و بندر ترکمن و مسیر ریلی آن به ثبت جهانی رسیده است.

سوزن‌دوزی

رشته سوزن‌دوزی ترکمن ابتدا در آبان ۱۳۹۱ و در سیصد و سی و سومین اجلاس کمیته ملی پوشاک و فرآورده‌های نساجی الیاف سازمان میراث فرهنگی کشور موفق به دریافت نشان ملی استاندارد شد و چند ماه بعد در چهارم بهمن نیز با شماره ردیف هزار در فهرست آثار ناملموس کشور به ثبت ملی رسید. این هنر تاریخچه‌ای کهن در تاریخ ایران دارد. گلدوزی مصور ترکمن از زمان سکاها رایج بوده و در دیگر دوره‌ها به‌همراه سایر دوخت و دوزها از رواج کامل برخوردار بوده است. دوره اوج این هنر را در دوران افشاریه و زندیه و به‌خصوص قاجاریه باید دانست و آثار باقیمانده از این دوران خود گواه این مدعا است. این هنر اصیل علاوه بر اینکه در ترکمنستان رایج است در بسیاری از شهرهای ترکمن‌نشین خراسان شمالی مانند بجنورد، راز و جرجان و همچنین

چینی‌ها خط ریلی اینچه‌برون - شاهرود را احداث می‌کنند



مدیر کل راه و شهرسازی گلستان با اشاره به ضرورت تکمیل کریدور ریلی شمال-جنوب، گفت: شرکت چینی خط آهن اینچه‌برون - آزادشهر - شاهرود و طبرستان را احداث می‌کند. مهدی ملک اظهار کرد: محور اینچه‌برون - شاهرود - طبرستان جزو مصوبات سفر رئیس جمهور به گلستان بوده و این کریدور نقش اتصال کشورهای CIS و شمال ایران را به کشورهای حاشیه خلیج فارس ایفا می‌کند. ملک افزود: بر اساس پیگیری‌های انجام شده و اهتمام استاندار گلستان، این پروژه با همکاری سازندگان چینی احداث خواهد شد. وی با مهم دانستن اجرای خط ریلی اینچه‌برون - شاهرود در توسعه و رونق اقتصادی این استان، گفت: با اجرایی شدن این پروژه علاوه بر کاهش ۴.۵ روزه مسیر فعلی اینچه‌برون - گرمسار به طبرستان، ترانزیت سالانه ۷.۵ میلیون تن بار را هم محقق خواهد کرد. ملک گفت: در صورت اجرایی شدن خط ریلی اینچه‌برون - آزادشهر - شاهرود و طبرستان می‌توان ظرف چند سال هزینه اجرای این پروژه را از محل درآمد تعرفه ترانزیت کالا برگشت داد. مدیر کل راه و شهرسازی گلستان ادامه داد: احداث خط ریلی اینچه‌برون - شاهرود که نقش پدافند غیرعاملی هم دارد، کلید توسعه و برون‌رفت استان گلستان از بن بست اقتصادی هم خواهد بود.



میزان برداشت پرتقال به ۱۰۰ هزار تن خواهد رسید



معاون باغبانی سازمان جهاد کشاورزی گلستان از برداشت ۱۰ هزار تن نارنگی خبر داد و گفت: پیش‌بینی می‌شود از سطح باغات گلستان ۱۰۰ هزار تن پرتقال برداشت شود. به گزارش روابط عمومی، نویدرضا فرحانی اظهار کرد: برداشت نارنگی اواخر آبان ماه در گلستان پایان یافت اما برداشت پرتقال از ابتدای آبان ماه آغاز و تا اواخر دی ماه ادامه خواهد داشت. وی بیان کرد: مجموع سطح باغات مرکبات در گلستان ۶ هزار و ۲۵۰ هکتار بوده که پنج هزار و ۵۰۰ هکتار آن باغ پرتقال و بقیه آن نارنگی است. طبق گفته فرحانی سطح باغات بارده پرتقال در استان پنج هزار هکتار و سطح باغ بارده نارنگی هم ۵۱۰ هکتار است. معاون باغبانی سازمان جهاد کشاورزی گلستان بیان کرد: بخشی از محصولات تولیدی برای تازه خوری راهی بازار مصرف داخل و خارج استان می‌شود و مابقی در سردخانه‌ها و انبارهای نگهداری میوه دپو خواهد شد.

تسهیلات مشاغل خانگی می‌توانند از طریق ثبت اطلاعات در سامانه اقدام کرده و مدت زمان بررسی و صدور مجوز از حدود سه ماه به ۷۲ ساعت کاهش یافته است. پیشتر خواه‌مظفیری اعلام کرده بود که امسال در این استان با ثبت ۲۱ هزار و ۴۷ فرصت شغلی توسط دستگاه‌های مرتبط در سامانه کارا، ۶۴ درصد تعهد ۳۱ هزار و ۳۱۰ نفری گلستان در ایجاد شغل محقق شده است.

با توجه به ظرفیت‌ها، استفاده می‌شود. وی در حوزه پرداخت تسهیلات به رسته‌های خانگی در استان گفت: قشر خبرنگاران و کسانی که دنبال فروش برخط محصولات تولیدی این حوزه بوده، می‌توانند از تسهیلات ارزان قیمت آن استفاده کنند. وی ادامه داد: اکنون به هر متقاضی واجد شرایط تا سقف ۱.۵ میلیون ریال تسهیلات ارزان قیمت مشاغل خانگی پرداخت می‌شود. وی گفت: متقاضیان برای دریافت

مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی گلستان گفت: میزان تسهیلات مشاغل خانگی در حوزه پشتیبان از ۲۰ میلیارد به ۴۰ میلیارد ریال در استان افزایش یافته است. حسین خواه‌مظفیری بیان کرد: ایجاد شرکت‌های پشتیبان با هدف حمایت از افراد توانمند در عرصه تولید و بازاریابی فروش پیش از این مورد تصویب قرار گرفته است که از این ظرفیت برای حمایت از تولیدکننده خرد (مشاغل خانگی) استان

تسهیلات پشتیبان مشاغل خانگی ۱۰۰ درصد افزایش یافت

هنرمند مجسمه ساز گرگانی:

می شود کار کرد به شرط آنکه بخواهند

می رفتم مثلاً شرکت ایران ناسیونال آمده بود شهرداری های منطقه ۱۶ و منطقه ۷ با افراد زیادی آشنا شدیم، خیلی از بچه های گرگان هم بودند، یکی از این افراد ابراهیم کریمی شهردار سابق گرگان بود و آن وقت در تهران شهرداری کارهای نظارت ساختمان انجام می داد. بعد ها وقتی ایشان شهردار گرگان شد، یک روز به من گفت با هم برویم تالار نمایشگاه و آنجا مرحوم قلیشلی که مدیر کل فرهنگ و ارشاد بود پیشنهاد داد که در تالار مجسمه بسازند تصمیم بر این بود که مجسمه ی فخرالدین اسعد گرگانی ساخته شود، قرار شد من بسازم اما بودجه شهرداری محدود بود، آن وقت در میدان تالار یک سردیسی از فخرالدین اسعد گرگانی بود قرار شد وقتی ما ساختیم آن سردیس برداشته شود و ستون جدید و مجسمه جدید نصب شود رفتیم و ساختیم قالب ریزی و قالب گیری انجام شد حدود دو و نیم میلیون تومان تمام شد. این کاری بود که دلم می خواست انجام شود و البته مبلغی هم نگرفتم.

الان چکار می کنید؟ الان کارگاه دارم و نقاشی می کشم و گاهی مجسمه می سازم.

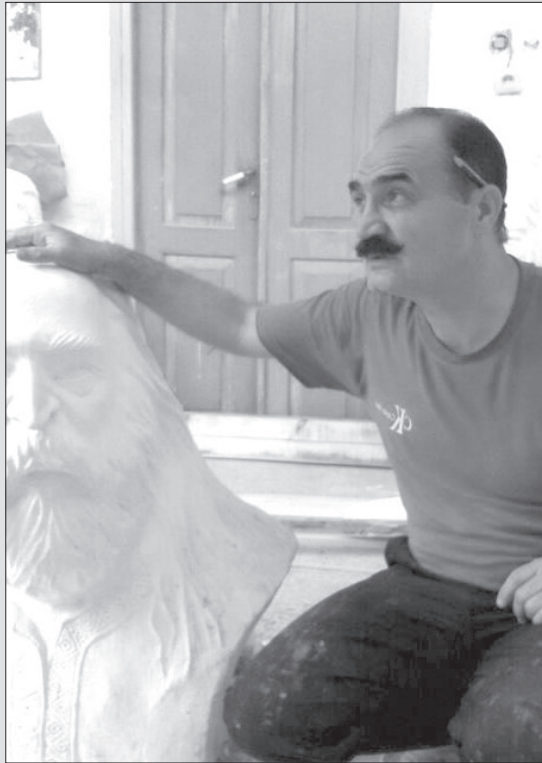
شما الان نقاش و مجسمه سازید سوالم این است که مدیران گلستان انتظار شما را برآورده کردند یا نه؟ نه برآورده نشده

مجسمه هایی از حافظ و فردوسی ... که در کمربندی ساخته شده را چه کسی ساخته؟ به نظرم شخصی به نام آقای محمد زاده فکر می کنم ساخته اما پیشنهاد ساخت اینها را من دادم.

چطور؟ ببینید من فکر کردم، کمربندی گرگان در واقع کمربندی نیست، یکی از مهم ترین و بهترین خیابان های گرگان در آینده است، فکرم این بود که اصلاً چرا اسمی بزرگان فرهنگی روی این مکان گذاشته نشود. قرار شد شهرک فردوسی را بسازیم، بچه های سپاه پول گذاشتن و دو برابر قیمت خریدیم آمدند اسم بگذارند برای اینجا من پیشنهاد دادم که بگذاریم فردوسی به این دلیل که ما رزمنده و اهل جنگ هستیم و فردوسی هم حماسه سراسر بیابیم نام این شهرک را بگذاریم شهرک فردوسی و وقتی اینجا را گذاشتیم دیگران با تاسی از ما جامی و حافظ نام گذاشتند. ذهنیت من این بود که کسانی که ازین شهر می گذرند بیابند استفاده کنند مثلاً بلواری باشد که بشود اسکان کوتاه داشت یا اهالی شهر از اماکن ورزشی در آنجا استفاده کنند. می خواستیم بخشی از شاهنامه را آنجا بسازیم و مردم را با فردوسی آشنا کنیم، دلم می خواست در کشور نمونه شود ولی متأسفانه خرابش کرد و سرسری کار کردند.

شما در طول این سالها تغییرات بسیاری کردید، این تغییرات در ظاهران آشکار است، البته انسانها در طول زمان تغییر می کنند قبول دارید که تغییر کردید؟ بله طبیعی است مکان و زمان متفاوت شده بود از محیط جبهه و جنگ رفتیم به دانشگاه، هم زمان و هم مکان تفاوت داشت باید با آن تغییرات من هم تغییر می کردم اما عوض نشدم، در دانشگاه درس می خواندیم گروهیایی تشکیل دادیم مسوولیت گروه با من بود، سن من بالاتر بود و چهره ام مذهبی بود و بچه ها نمی پسندیدند و از من دور می شدند، صورتم را تراشیدم تا ذهنیتی برای کسی پیش نیاید.

فعالیتها یان در گرگان بعد از بازگشت دوباره چگونه بود؟ به عنوان نمونه می خواهم بگویم مثلاً وقتی مرحوم لطفی فوت کرده بودند آقای قلیشلی و چند نفر دیگر خواستند ما مجسمه لطفی را بسازیم و البته چند نفر دیگر هم ساختند اینها رفتند خانواده مرحوم لطفی را آوردند، مجسمه ای که من ساخته بودم را قبول کردند و قرار شد تکمیل کنم ولی دنبالش را نگرفتند با معاونت عمرانی صحبت کردم که من مجسمه را ساخته ام حالا بیایید نصبش کنید قرارداد بستند با من به مبلغ ده میلیون تومان و من آن را قالب گیری و قالب ریزی و نصب کنم و در این فاصله چند شهردار عوض شد و کسی دیگر را آوردند و خلاصه کار ماند و نپذیرفتند و کسی هم دنبالش را نگرفت. من در زمینه مجسمه سازی خیلی کار کردم من می توانم مجسمه های ملی را بسازم با موم و البته کمتر کسی آن را بلد است، مجسمه ای که با موم ساخته می شود وقت گیر است و خیلی شبیه آدم طبیعی است یکی ازین مجسمه ها مجسمه مرحوم نیازی در گنبد بود که من ساختم که وقتی خودش دید، اینقدر خوشحال شد و گریه افتاد، ولی متأسفانه با وجود پیگیری مجسمه نصب نشد و ایشان هم فوت کرد خیلی میشود کار کرد به شرطی که بخواهند خیلی کارها می شود کرد الان چشمه هایم اذیت می شود و البته متر از جراحی شیمیایی هم هستم و تنفس مشکل دارد و نمی توانم زیاد با رنگ کار کنم. دلم می خواهد با توجه به تجربیات زیادی که دارم کسانی که در راس امور هستند از ما کار بخواهند و طرح بخواهند و به عنوان مشاور استفاده کنند. اما گویا کسی نمیخواهد استفاده کند.



خواستند بیاورند که بعدش هم منهدم بشود. از من خواستند. من گفتم همه را می توانم بسازم خدا رحمت کند شهید جعفریان یک نجاری داشت در ۱۵ متری به ایشان گفتم من الگوهایی را درست می کنم می خواهم برایم برش بدهی او و گروه نجارهای گرگان تعداد زیادی تانک و نفربر ساختیم هیچ کس باور نمی کرد اما ما این کارها را کرده ایم، لوله توپ را از لوله پولیکا استفاده کردیم و تویش را پر کرده بودیم و بدنه ها هم رنگ آمیزی شده بود، بدنه را با چوب درست کرده بودیم از یونولیت استفاده کرده بودیم یعنی نمی توانستی تشخیص بدهی که طبیعی است یا نه، سی چهل تا مجسمه و سنگر و اسلحه کلاشینکف درست کرده بودیم، آرپی جی هم درست کرده بودیم و خیلی مانور بزرگی بود من در تبلیغات سپاه جا افتادم، جنگ تمام شد و رفتن دنبال درس خواندن.

چطور شد رفتید سراغ درس و خواندن نقاشی؟ تصمیم گرفتم به طور جدی درس خودم را ادامه بدهم و در کلاسها شرکت کنم و البته خوب هم درس بخوانم، برای هنر ثبت نام کردم اما کتاب نداشتم و باید در تهران می گشتم و پیدا می کردم. رفتیم تهران گشتم و دو تا کتاب پیدا کردم و با جسارت امتحان دادم و قبول شدم مرحله اول که قبول شدم برای مرحله دوم هم پذیرفته شدم و به هر صورت در رشته نقاشی آغاز به تحصیل کردم. در آن زمان تازه دانشگاه هنر مستقل شده بود و امکاناتش محدود بود ضمن آنکه سپاه دیگر به ما نیاز نداشت. من ماندم و تا مین مخارج تحصیل در رشته ای که مورد علاقه ام بود و خرج خانواده که در گرگان بودند. اتفاق خوبی پیش آمد. قرار بود مراسمی برگزار شود در دانشگاه گفتند ما دو روز دیگر مراسم داریم عکس امام و چند نفر از بزرگان را می خواهیم بزرگ یعنی سه متر در پنج متر بکشیم و تنها دو روز وقت هست، سه تا عکس در دو روز کشیدن کار هر کسی نبود و به هر کسی گفته بودند و دیده بودند که نمی توانند به طور اتفاقی یکی از بچه های گرگان که آنجا بود گفته بود که چرا از فلاتی نمی خواهید. من گفتم من هر کدام را سی هزار تومان می گیرم و می کشم سال ۱۳۶۹. گفتند از خدا می خواهیم خلاصه ما ۹۰ هزار تومان قرارداد بستیم. لیست دادم که وسایل مورد نیاز را خریدند و دو تا از دانشجویها را کنار خودم آوردیم گفتم بچه ها من رنگ ها را درست می کنم فقط شما رنگ ها را بزنید ان زمان کسی با رنگ پلاستیک نمی توانست کار کند به هر حال زودتر از موعد تحویل دادیم به شدت هم به پول نیازمند بودم بلافاصله پول را دادند از این به بعد هر چه کار بود به من می دادند. در کارهای ساخت و ساز تبحر داشتم خیلی با استادها دوست شده بودم با دکتر سلیمی و دکتر سید مهدی حسینی و اینها را دعوت کردم به گرگان و ادامه دادیم تا اینکه لیسانس هنر گرفتم.

فعالیت شما در تهران چگونه بود؟ در تهران نمایشگاه های خوبی زدیم. در دانشگاه خودمان نمایشگاه را طراحی کردیم و ساختیم با توجه به تجربیات ما، حتی رییس دانشگاه دکتر اکرمی دعوت کرد از من جزو هییت علمی دانشگاه شوم و تدریس کنم، اما میسر نشد. معرفی کردند من و به شرکت پخش فرآورده های نفتی و خیلی جاهای دیگر که آن نمایشگاه مورد توجهشان قرار گرفته بود

سعید پارسانیا از سپاهیان نسل اول انقلاب اسلامی است. او هنرمند نقاش، مجسمه ساز، خطاط و ... است که در زمان حضورش در سپاه پاسداران و در دوران سخت جنگ تحمیلی خاطرات بسیاری را ثبت و ضبط کرده است. مردم گرگان بدون شک تصاویر نقاشی شده ی شهدای دفاع مقدس و تصاویر امام خمینی و دیگر بزرگان انقلاب اسلامی بر روی دیوارهای شهر را که سعید پارسانیا به تصویر کشیده بود را به خاطر دارند. امروز سالها از آن روزگار آتش و خون گذشته است و احساسات و هیجانات فروکش کرده اند و شاید کمتر کسی بخاطر داشته باشد که خالق آن تصاویر و احساسات، سعید پارسانیا بوده است که با هنر ارزشمند و قلم سحر آمیزش احساسات یک ملت را تبدیل به اثر هنری کرد. گفت و گو با این هنرمند ارزشی را بخوانید.

جناب پارسانیا با سلام خدمت شما و ضمن تشکر از حضورتان در گلشن مهر، لطفاً مختصری خود را معرفی کنید؟ با سلام خدمت شما و همکارانتان در گلشن مهر و مخاطبان گرامی شما، من سعید پارسانیا هستم دانش آموخته رشته نقاشی از دانشگاه هنر در مقطع کارشناسی ودانش آموخته کارگردانی فیلم های انیمیشن از دانشگاه تربیت مدرس تهران. متولد ۱۳۳۸ در سبزوار و از کلاس دوم دبیرستان به گرگان آمدم و از دبیرستان ایرانشهر در رشته علوم طبیعی دانش آموخته شدم، چون پدرم می خواست طبیعی بخوانم، ولی تمایل نداشتم تا انقلاب شد. اما نقاشی را خیلی دوست داشتم و کارهای حجمی ام خیلی خوب بود. در جلسات فرهنگ و هنر شرکت می کردم. خدا رحمت کند آقای وحدتی را که معلم ما بود تابلو می کشید برای بچه ها من هم نقاشی می کشیدم و پول می گرفتم یا مادام رنگی یا خودکار و کار و کاسی خوبی داشتم در دبیرستان تا انقلاب پیروز شد.

کی وارد سپاه و جنگ شدید؟ سال ۶۰ رفتم جبهه و آنجا برای نگهداری به اتاق بزرگ و خوبی بود. دو تا تصویر امام خمینی و ایه اله منتظری آنجا بود. من هم گرفتم در یک روز و یا در یک چشم به هم زدن روی دیوار این اتاق بزرگ، این تصاویر بزرگ را در دو طرف کشیدم. دیوار بزرگی بود، کشیدم. آمدند دیدند و گفتند کی اینها را کشیده؟ و بعد به هر حال رفتیم و در سپاه مشغول شدیم و شدم پاسدار، این شد که رفتم تبلیغات سپاه. آنجا کسی نبود این کارها را انجام بدهد البته آقای ملک بود. رفتم اونجا تحول ایجاد شد هر شهید که می آوردند تصویر آن شهید را می کشیدم. شبانه روز در تبلیغات سپاه نقاشی می کردم، کارم شده بود بوم کشی و رنگ آمیزی با رنگ پلاستیک. با اینها نقاشی می کشیدیم، جوری شده بود که از دوستان دعوت می کردم که بیایند و کمک کنند، نمی توانستند، مشکل ایجاد می شد نقاش چند نفر بیشتر نبودیم و هیچ شهیدی را هم بی نصب نمی گذاشتیم و راه پیمایی و عکس امام خمینی و آقای منتظری و ... را می کشیدیم و بزرگ هم می کشیدیم دو در سه یا سه در پنج.

خاطر همست آن روزها تبلیغات شهری در گرگان متفاوت شده بود؟ بله اتفاق جالبی در سال ۱۳۶۴ افتاد، آن موقع بیلبورد در هیچ جای کشور نمی دیدیم. اولین بیلبورد در میدان شهرداری را ما زدیم؛ چهار متر عرضش بود. یک متر از زمین فاصله داشت، پارچه می کشیدیم رویش و نصب می کردیم و شروع به کار من به صورت جدی این بود. تقریباً ده استان طراحی کردیم و ساختیم نصب می کردیم این شروع به کار در نقاشی حرفه ای برای من بود. من هستم؟

غیر از نقاشی شما در کار مجسمه سازی هم هستید؟
بله من از مجسمه سازی خوشم می آمد، هر وقت بیکار می شدم، چیزی می تراشیدم و درست می کردم البته ما در طول سال نمایشگاه زیاد داشتیم، شاید ما ابداع کننده نمایشگاه هایی بودیم که در استان مازندران زده می شد، مجبور بودیم بسازیم، کسی نبود که به ما آموزش داده باشد، کار حجمی را باید خودمان انجام می دادیم، هیچ نبود مجبور بودیم پتل نصب کنیم، خودمان ابتکار عمل به خرج می دادیم، من هم به اجبار انجام می دادم این حجم را بسازم، آن حجم را بسازم، آن وقت اولین نمایشگاه در دبیرستان ایرانشهر بود که سوخته بود و کل محیط دبیرستان را در سال ۱۳۶۵ نمایشگاه بزرگی زدیم.

وضعیت نمایشگاهها چطور بود در آن دوران؟ نمایشگاهی در ارتباط با جنگ که حدود ۱۰۰ مجسمه درست کردیم همه را بدون قالب و با دست ساختیم. برای ساخت بدنه اسکلت فلز درست می کردیم و بدنه را با پارچه به اندازه ابعاد بدن می ساختیم و توی آنها را پر می کردیم. صورت با باند گچی موها را با موم و پشم بز می ساختیم. روی آنها را لباس می پوشانیدیم. مجموعه ای از بچه هایی که هنرمند بودند جمع کرده بودیم مثلاً آقای مناجاتی که بسیار تلاشگر بود علاوه بر ۱۰۰ تا مجسمه هشتاد درصد محیط دبیرستان را پوشانده بودیم نقاشی کشیده بودیم و کارهای حجمی در موضوعات مختلف انجام داده بودیم با موضوعات اجتماعی تقریباً از همین دوران دنبال مجسمه سازی حرفه ای افتادم. نمایشگاه بعدی مانوری بود در سی چهل هکتار زمین در آق قلا می خواستند نمایش بگذارند، مردم تجهیزات محدودی را می توانستند بیاورند، مثلاً تانک و نفر بر می

در دسرهای ازدواج با کمال گراها

و پرسیدن برخی سؤالات در دوران خواستگاری تنها راه برای تشخیص کمال‌گرایی در افراد است اما میزان کمال‌گرایی در افراد مسئله‌ای است که تنها توسط متخصص و روانشناس قابل تشخیص است. این روانشناس تأکید می‌کند: توجه به کمال‌گرایی از موضوعات مهمی است که در ازدواج باید به آن‌ها توجه شود چرا که برخی افراد از کمال‌گرایی بالا و ظرفیت پایینی برخوردارند و هرچقدر فاصله بین ایده‌آل و واقعیت فرد بیشتر باشد، این مسئله می‌تواند باعث تنش در زندگی شود؛ لذا لازم است تا با مراجعه به متخصص و انجام تست‌های روانشناسی، نوع و میزان کمال‌گرایی تشخیص داده شود.

به دنبال درمان کمال‌گرایی باشید
مهری نژاد می‌گوید: یک مشکل اساسی در افراد کمال‌گرا این است که این افراد ایده‌آل‌هایی دارند و ناتوانی در دستیابی به آن ایده‌آل‌ها اغلب باعث می‌شود تا آن‌ها خودشان را قبول نداشته باشند؛ به همین جهت دچار اضطراب، ناامیدی و یأس، افسردگی و تنش می‌شوند. این استاد دانشگاه به افراد کمال‌گرا توصیه می‌کند ترجیحاً قبل از ازدواج این ویژگی را کنترل کنند و گرنه در زندگی مشترک دچار مشکل خواهند شد. هرکسی در زندگی لازم است تا هرازگاهی بر روی افکار، گروه‌های ارتباطی و احساسات خود بازبینی کند و برای پی بردن به درصد کمال‌گرایی و رفع آن تحت نظر متخصص روان‌درمانگر قرار بگیرد چرا که کمال‌گرایی و عدم درمان آن می‌تواند مانع بزرگی در ازدواج و انتخاب همسر باشد. این روانشناس به افراد کمال‌گرایی که در زندگی مشترک به سر می‌برند نیز توصیه می‌کند: باید به این مسئله باور پیدا کنید که هر انسانی ظرفیتی دارد و توانایی افراد در امور اقتصادی، تحصیلی، آشپزی، خانه‌داری، روابط عاطفی و... متفاوت است لذا برای حفظ آرامش در زندگی مشترک لازم است تا همسران را همان‌گونه که است، بپذیرید. به گفته مهری نژاد، درک متقابل یکی دیگر از اصول زندگی با فرد کمال‌گرا است. برای ثبات آرامش در زندگی، فرد کمال‌گرا باید کمی از استانداردها و توقعات خود نسبت به همسرش کم کند و همسر فرد کمال‌گرا نیز باید با بالا بردن آستانه تحمل خود تلاش کند به همسرش در ناامیدی و افسردگی کمک نماید. مهری نژاد در پایان تأکید می‌کند: کمال‌گرایی تا زمانی که متوجه خود فرد باشد مشکلی ایجاد نمی‌کند؛ شما می‌توانید کمال‌گرایی بالایی داشته باشید و بخواهید در مسائل تحصیلی، مالی و حتی احساسی رشد کنید اما به شرط آنکه برای دستیابی به اهدافتان تلاش کنید و مراقب باشید تا کمال‌گرایی در ازدواج و روابط با همسران تأثیر نگذارد.



زوجین در کنار یکدیگر شود.

روش‌هایی برای پی بردن به کمال‌گرایی طرف مقابل
یکی از مسائل مهم در انتخاب همسر، شناخت میزان کمال‌گرایی طرف مقابل است اما اینکه چگونه می‌توان در دوران خواستگاری میزان کمال‌گرایی فرد را

از همسرش داشته باشد. از این رو، او به سختی طرف مقابل را کامل و بی‌نقص می‌بیند و به همین جهت، به طرف مقابل فشار وارد می‌کند. این روانشناس ادامه می‌دهد: فرد کمال‌گرای افراطی، در امور مختلف از جمله آشپزی، ظاهر، نظافت خانه، روابط اجتماعی و... به شریک زندگی‌اش ایراد وارد میکند و از او

آمار طلاق بین افراد کمال‌گرا بالا است و شانس ازدواج آن‌ها تقریباً نصف افرادی است که نگاه ایده‌آل‌گرایانه ندارند و سخت‌گیر نیستند

تشخیص داد، موضوعی است که دکتر مهری نژاد درباره آن توضیح می‌دهد: همه افراد پیشینه و اهدافی دارند که با بررسی بر روی آن‌ها می‌توان میزان کمال‌گرایی را تشخیص داد؛ به‌عنوان مثال، نمرات دانشگاه، دانشگاه محل تحصیل و رزومه کاری از جمله مسائلی است که می‌تواند نمایانگر میزان کمال‌گرایی افراد باشد. این روانشناس می‌گوید توجه به ظاهر و پرسیدن برخی از سؤالات در دوران خواستگاری از دیگر مواردی است که می‌تواند نوع و میزان کمال‌گرایی را مشخص کند: پرسیدن سؤال درباره اهداف و برنامه برای آینده، توقعات از همسر، نحوه برگزاری مراسم عروسی و نوع پوشش و ظاهر از جمله اموری است که در خواستگاری باید به آن‌ها توجه شود. چنانچه فردی درباره این مسائل بلندپروازانه صحبت کند و از توقعات بالایی برخوردار باشد، احتمال کمال‌گرایی در فرد وجود دارد. مهری نژاد ادامه می‌دهد: نشانه‌های ظاهری

می‌خواهد که بهترین باشد. مهری نژاد با اشاره به قواعد اولیه روابط زوجین می‌گوید: قاعده اولیه در روابط این است که زوجین همدیگر را همان‌گونه که هستند، بپذیرند اما متأسفانه افراد کمال‌گرا این‌گونه نیستند و اغلب نمی‌توانند طرف مقابل را همان‌گونه که هست، بپذیرند چون طرف مقابل کامل نیست و فرد کمال‌گرا به دنبال همسری کامل و بی‌نقص است.

آیا ازدواج دو فرد کمال‌گرا هم می‌تواند مشکل‌ساز باشد؟

این استاد دانشگاه در پاسخ به این سؤال می‌گوید: همه افراد ذاتاً تمایل به رشد و ارتقا دارند و همان‌طور که اشاره کردم درصد کمال‌گرایی در افراد متفاوت است. طبیعتاً در زوجینی که هر دو موفق هستند، یک نسبت کمال‌گرایی وجود دارد و وجود کمال‌گرایی در هر دو فرد به شرط هم‌کفوی در سایر امور نه تنها مشکل‌ساز نیست بلکه ممکن است باعث رشد

یک مشاور ازدواج می‌گوید: قاعده اولیه در روابط این است که زوجین همدیگر را همان‌گونه که هستند، بپذیرند اما متأسفانه افراد کمال‌گرا این‌گونه نیستند و اغلب نمی‌توانند طرف مقابل را همان‌گونه که هست، بپذیرند چون طرف مقابل کامل نیست و فرد کمال‌گرا به دنبال همسری کامل و بی‌نقص است. به گزارش ایرنا زندگی، امروزه با افزایش آمار جدایی و طلاق، روانشناسان توصیه می‌کنند تا دختران و پسران در انتخاب همسر عجله نکنند و قبل از ازدواج به شناخت درست و کافی دست یابند. به توصیه مشاوران یکی از مسائل مهمی که در امر ازدواج باید مورد توجه قرار بگیرد، تشخیص میزان کمال‌گرایی در طرف مقابل است چرا که پژوهش‌ها نشان می‌دهد که مدت دوام ازدواج با افراد کمال‌گرا، ۴۷ درصد کمتر از افرادی است که نگاه ایده‌آل به رابطه ندارند. از طرفی، آمار طلاق بین افراد کمال‌گرا بالا است و شانس ازدواج آن‌ها تقریباً نصف افرادی است که نگاه ایده‌آل‌گرایانه ندارند و سخت‌گیر نیستند. دکتر ابوالقاسم مهری نژاد، مشاور ازدواج و استاد دانشگاه در رابطه با دشواری‌های ازدواج با افراد کمال‌گرا می‌گوید: زیاد انتقاد کردن، زود ناامید شدن، نظم و سوسوایی و ریزیابی بیش‌ازاندازه از رایج‌ترین مشخصه‌های رابطه با افراد کمال‌گرا است. این رفتارها باعث می‌شود ازدواج با این افراد دشوار و بیش از ازدواج افراد عادی در معرض شکست باشد.

افراد کمال‌گرا همسری کامل و بی‌نقص می‌خواهند

دکتر مهری نژاد در توضیح فرد کمال‌گرا می‌گوید: انسان ذاتاً دنبال رشد و پیشرفت است. تمایل انسان به کمال‌گرایی و رشد، ممکن است در زمینه‌های مختلف از جمله مذهبی، اقتصادی، ظاهری، فرزندآوری، تحصیل، ارتباطی، احساسی و... بروز پیدا کند اما شدت کمال‌گرایی در افراد مختلف، متفاوت است و افراد کمال‌گرا استانداردهای بسیار بالایی دارند. به گفته مهری نژاد، کمال‌گرایی یک ویژگی شخصیتی است مانند هر ویژگی دیگری که فرد ممکن است داشته باشد مثل خجالتی بودن یا برون‌گرایی. او تأکید می‌کند: افراد کمال‌گرا علاوه بر این‌که تمایل دارند خودشان در همه زمینه‌ها کامل و بی‌نقص باشند، به دنبال همسر بی‌نقص و کامل می‌گردند و دوست دارند تا همسر و فرزندانشان نیز در زمینه‌های مختلف عالی و موفق باشند.

راضی کردن یک کمال‌گرا کار آسانی نیست

مهری نژاد می‌گوید زندگی با فرد کمال‌گرا بسیار دشوار است: کمال‌گرایی معمولاً با سوسوایی، ایرادگیری و ریزیابی ارتباط دارد. این مسئله باعث می‌شود تا فرد کمال‌گرا انتظارات غیرواقعی بینانه‌ای

یادداشت

استراحت عاطفی



■ **مهران دالوندی**

واقعیت این است که در این وضعیت اسفناک کنونی، آسیب‌های اجتماعی بسیار زیاد می‌باشند. در این برهه از زمان برای اینکه زندگی مشترک سالمی داشته باشیم، بایستی هنرمند باشیم و از رموز هنر در زندگی استفاده کنیم. از نظر اقتصادی نیز واقعاً بعضی‌ها با شعبده‌بازی امور را تمسیت می‌کنند. فشارهای اقتصادی زیاد، کثیری از خانوارها را مستأصل کرده و واقعاً آن‌ها را گیج نموده است. آن‌ها یا چند شیفت کار کرده و یا دائماً کلاه نقری را بر سر تقی گذاشته تا شاید از این مهلکه جان خود و خانواده‌شان را نجات دهند. همانطور که میدانید در کنار هم زندگی کردن حتی در شرایط مطلوب هم کار ساده‌ای نیست و بایستی رگ خواب همدیگر را دانسته و لم‌های یکدیگر را بلد باشیم. خواهر و برادر که از یک خانواده و فرهنگ هستند، گاهی از هم دلخوری پیدا می‌کنند تا برسد به زن و شوهر که انگار از دو سیاره متفاوت هستند. اینجاست که تکنیک‌ها و تاکتیک‌های همسررداری به ما کمک می‌کنند. در آغوش گرفتن، کلمات عاطفی و محبت‌آمیز بین زوجین باعث ترشح هورمون آکسی‌توسین یا همان هورمون عشق می‌شود که وفاداری، اتحاد و همبستگی را به همراه دارد. گاهی مواقع نیز یک سفری که نه کوتاه باشد و نه بلند برای یکی از زوجین واجب می‌باشد تا هم او رفرش و تازه شود و هم همسرش کمی استراحت عاطفی کرده و بیشتر قدر مکمل خود را بداند. طبیعتاً این کار باعث دوام و عمیق شدن عشق شده و راهکار بسیار مناسبی بوده و سفر زندگی مشترک را به سمت و سوی پایان خوش (Happy Ending) می‌برد. امیدوارم که زندگی تمامی خانواده‌های محترم در عرصه جهانی، توامان با خوشی و سرزندگی باشد.

گلشن مهر

۰۱۷۳۲۲۵۱۳۱۶

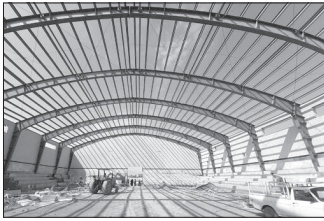
۰۱۷۳۲۲۴۴۳۰۲

۰۱۷۳۲۲۴۱۱۹۵

۰۹۲۱۱۷۶۲۱۸۴



تخصیص ۳۸ میلیارد ریال برای تکمیل طرح‌های ورزشی آزادشهر



رییس اداره ورزش و جوانان آزادشهر گفت: به تازگی و از محل منابع استانی، ۳۸ میلیارد ریال برای ۲ پروژه نیمه تمام استادیوم ورزشی و پایگاه سنجش و اندازه‌گیری این شهرستان در زمینی به گسترده پنج هکتار تخصیص یافت. اسماعیل ده‌چناشکی اظهار کرد: عملیات ساخت استادیوم فوتبال آزادشهر با احیای زمین چمن مصنوعی آن که از سه سال قبل بر اثر دفن شدن در گل و لای ناشی از سیل و بارندگی‌های شدید غیر قابل استفاده بود، تاکنون ۶۰ درصد پیشرفت فیزیکی داشته است. وی افزود: با اختصاص ۵۰ میلیارد ریال در سال قبل و ۳۰ میلیارد ریال اخیر عملیات احیای چمن این ورزشگاه انجام شد و دیوار و حصارکشی آن هم به زودی انجام و روشنایی آن هم نصب می‌شود. رییس اداره ورزش و جوانان آزادشهر با اشاره به در حال ساخت بودن فضای دور زمین چمن برای استفاده ورزشکاران دو میدانی کار، گفت: تکمیل این استادیوم ورزشی به ۳۰ میلیارد ریال اعتبار دیگر نیاز دارد. ده‌چناشکی ادامه داد: همچنین کنار این استادیوم، پروژه پایگاه سنجش و اندازه‌گیری ورزشکاران با انجام عملیات فونداسیون و ساخت سوله ۴۰ درصد پیشرفت فیزیکی دارد که اخیراً ۸ میلیارد ریال برای ادامه اجرای کار تخصیص یافت. وی افزود: برای تکمیل این پروژه که یکی از نیازهای اصلی جوانان آزادشهری برای شناسایی استعدادها و ورزشی است حداقل باید ۲۰ میلیارد ریال دیگر اعتبار تامین شود. رییس اداره ورزش و جوانان آزادشهر گفت: همچنین این شهرستان ۲ پروژه نیمه تمام ورزشی دیگر شامل سالن‌های تخصصی رزمی و تیراندازی دارد که برای تکمیل آنها به ۶۰ میلیارد ریال اعتبار نیاز است. ده‌چناشکی میانگین سرانه ورزشی کشور را یک متر مربع اعلام و بیان کرد: سرانه فضای ورزشی این شهرستان با داشتن ۱۰ سالن سرپوشیده هر کدام با محاسبه محوطه حدود ۲ هزار متر مربع وسعت و ۱۲ زمین فوتبال روباز هر کدام به طور متوسط با وسعت یک هکتار، به میانگین کشوری نزدیک است. وی افزود: آزادشهر هفت خانه ورزش روستایی با تجهیزات مناسب دارد که ۲ مورد از آنها در روستاهای رحیم آباد و تیلان چندی قبل افتتاح شد. به گزارش ایرنا، شهرستان آزادشهر با افزون بر ۱۰۰ هزار نفر جمعیت ۲ هزار و ۱۵۰ ورزشکار سازمان یافته در ۲۰ هیات فعال مانند فوتبال، همگانی، کاراته، تکواندو، کشتی، ورزش روستایی و بازی‌های بومی محلی، تیراندازی، رزمی، بوکس، کنگ‌فو، بدنسازی، ژیمناستیک، والیبال، زورخانه، وزنه برداری و انجمن‌های ورزشی دارد و پیگیری برای فعال سازی هیات تیر و کمان آن هم در حال انجام است.

بهرتر جاذبه‌های طبیعی آن علاوه بر درآمدزایی با توجه به تغییر سلیقه گردشگران به سمت حضور در طبیعت به‌جای سکونت در هتل‌های لوکس، می‌تواند تمام خانه‌های روستایی اطراف پارک را به بوم‌گردی تبدیل کند. رییس پارک ملی گلستان با اشاره به تلاش پنج ساله برای راه اندازی تفرجگاه‌های مصوب با کارکرد واقعی خود با همکاری سرمایه‌گذاران بخش خصوصی در پارک ملی گلستان، از مسوولان حوزه محیط زیست در سطح ملی و استانی خواست همراهی بیشتری را برای انجام مراحل اداری پیرامون فراهم شدن شرایط واگذاری این تفرجگاه‌ها به بخش خصوصی و آماده سازی آنها برای ارائه خدمات در شان و جایگاه گردشگران و مسافران داشته باشند. تیموری افزود: همچنین پیشنهاد ایجاد سه تفرجگاه جدید به نام‌های آبشار آق‌سو، دره شمالی و زاوه هم به سازمان محیط زیست ارائه شده و تاکنون چندین نوبت نمایندگان صندوق ملی محیط زیست هم از پارک ملی گلستان بازدید داشتند و قول مشارکت در راه اندازی تفرجگاه‌های مصوب را دادند که امیدواریم هرچه زودتر به سرانجام برسد.

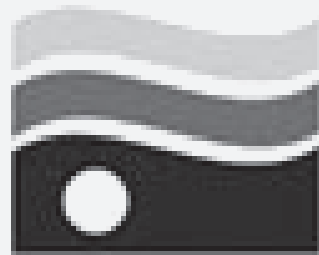
مسافران و تنوع قومیتی ساکنان در روستاهای حاشیه این پارک را در کنار ویژگی‌های طبیعی و گونه‌های جانوری و گیاهی و تنوع اقلیمی از دیگر مزیت‌های پارک ملی گلستان برشمرد و گفت: مدل مدیریت مشارکتی در نظر گرفته شده برای این پارک با همراهی بیشتر جوامع محلی، فرصت خوبی برای توسعه بحث اقتصادی آن با استفاده از ظرفیت گردشگری است. رییس پارک ملی گلستان ادامه داد: این مجموعه زمانی می‌تواند به اهداف خود برای تقویت حفاظت از پارک با جذب مشارکت حداکثری جوامع محلی در اجرای برنامه‌های مدیریتی دست یابد که بتواند با ارائه راهکارهای موثر به توسعه اشتغال و درآمدزایی مردم منطقه کمک کند. وی افزود: توانمندسازی جوامع محلی با ایجاد شغل‌هایی مرتبط با حفاظت مد نظر است؛ به عنوان مثال ایجاد فضاهای گردشگری با پیش بینی فضاهای اقامتی، تفریحی و خدماتی یکی از مشاغل کمک کننده به حفاظت از این ذخیره‌گاه زیست کره محسوب می‌شود. به گفته وی، تقویت گردشگری و فعالیت بوم‌گردی‌های در حاشیه پارک ملی گلستان برای معرفی

رییس پارک ملی گلستان راه‌اندازی پنج تفرجگاه مصوب با کارکرد واقعی را لازمه ساماندهی گردشگران این پارک دانست و گفت: سرمایه‌گذاری جوامع محلی در توسعه تفرجگاه‌ها عاملی تاثیرگذار در ارتقای حفاظت از این ذخیره‌گاه زیست کره است. مهدی تیموری اظهار کرد: با توجه به موقعیت خاص پارک ملی گلستان به عنوان یکی از ۵۰ ذخیره‌گاه محیط زیستی کره زمین و میراث طبیعی ثبت جهانی با داشته‌های متنوع جانوری و گیاهی منحصر به فرد، طبق دستورالعمل برنامه‌ریزی در حوزه گردشگری آن جزو وظایف سازمان محیط زیست و مدیریت این پارک است. وی افزود: از سالیان قبل پنج تفرجگاه در مناطق گلشن، آبشار و چشمه گلستان، گلزار و میرزابایلو با توجه به فراهم بودن زیرساخت‌های اولیه مانند دسترسی به آب آشامیدنی، سرویس بهداشتی و نمازخانه در مطالعات تفصیلی پارک ملی گلستان مصوب شد و همچنین برخی زیرساخت‌ها هم در منطقه گلشن و میرزابایلو به واسطه مرکزیت بازدیدکنندگان از موزه تاریخ طبیعی فراهم است. تیموری امار بالای تردد خودروهای عبوری گردشگران و

راه‌اندازی تفرجگاه لازمه ساماندهی گردشگران در پارک ملی گلستان است

آگهی ابطال

پیر و اطلاعیه مندرج در صفحه ۷ روزنامه گلشن مهر شماره ۲۴۰۶ مورخ ۱۴۰۱/۰۳/۰۴، نظر به اینکه تشخیص حد بستر و حریم خلیج گرگان و تالاب میانکاله در حوضه جغرافیایی استان گلستان مورد اعتراض اشخاص حقیقی و حقوقی و برخی دستگاههای اجرایی قرار گرفته و مراحل تصویب خط بستر نیاز به بازنگری دارد، لذا آگهی درج شده در روزنامه گلشن مهر شماره ۲۴۰۶ مورخ ۱۴۰۱/۰۳/۰۴، در حوضه جغرافیایی استان گلستان ابطال می‌گردد. ضمناً پس از طی فرآیند رسیدگی به موضوع، آگهی عمومی مجدداً صورت خواهد گرفت.



روابط عمومی شرکت
آب منطقه‌ای استان گلستان



یکه تازی بانک ها مقابل قانون جوانی جمعیت

وام ازدواج برای زوجین بالای ۲۳ سال نفری ۱۲۰ میلیون تومان و برای زیر ۲۳ ساله ها فقره‌ای ۱۵۰ میلیون تومان است

با بازپرداخت ۸۰ ساله و اقساط کم ارائه کرده تا خیال زوجین از سرپناه راحت باشد در غیر این صورت زوج وام ازدواج را خرج عروسی و کلاهی زندگی کرده و بعدا برای مخارج زندگی درمانده می‌شود.

کمتر از ۵۰ درصد متقاضیان وام ازدواج خود را دریافت کردند

معاون امور جوانان اداره کل ورزش و جوانان گلستان هم با ارائه آمار پرداخت تسهیلات ازدواج از ابتدای سال جاری تا پایان آبان ماه گفت: طی این مدت ۳۵ هزار و ۶۹۲ فقره ثبت نام داشتیم که از این تعداد ۱۷ هزار و ۱۱۹ نفر موفق به دریافت وام شده و هشت هزار و ۹۵ نفر هم در صف دریافت هستند. حامد ملاحسنی با بیان اینکه طبق قانون برای وام قرض الحسنه یک ضامن کفایت می‌کند و حتما هم نباید کارمند باشد، افزود: قانون حتی این اجازه را به بانک‌ها داده که از محل یارانه افراد، اقساط وام ازدواج را کسر کنند اما متأسفانه بانک‌ها سلیقه‌ای عمل می‌کنند. وی تصریح کرد: برخی بانک‌ها علاوه بر اصرار به کارمند بودن ضامن، آنها را اعتبارسنجی می‌کنند که در این خصوص تفاوت عملکرد را هم در بین بانک‌های دولتی شاهد هستیم. ملاحسنی متذکر شد: عدم آگاهی مردم از قانون باعث شده بانک‌ها تسلیم قانون نشوند در حالی که افکار عمومی باید حق قانونی خود را از بانک‌ها مطالبه کند. وی با بیان اینکه آمار گلستان در پرداخت وام ازدواج زیر ۵۰ درصد است، تأکید کرد: جلسات مستمری با بانک‌ها داشتیم اما ابزارهای قانونی ما برای ملزم کردن بانک‌ها کافی نیست و بانک‌ها با دستورالعمل‌های گوناگون از تسهیل پرداخت وام ازدواج شانه خالی می‌کنند. ملاحسنی گفت: وام ازدواج برای زوجین بالای ۲۳ سال نفری ۱۲۰ میلیون تومان و برای زیر ۲۳ ساله‌ها فقره‌ای ۱۵۰ میلیون تومان است که بازپرداخت آن هفت ساله بوده و اقساطی زیر دو میلیون دارد. ملاحسنی اظهار کرد: اهتمام دولت بر اجرای درست قانون جوانی جمعیت بوده و بانک‌ها هم تکلیف دارند در این امر نهایت همراهی را داشته باشند. سخت‌گیری بانک‌ها در تأیید ضامن، عدم توانایی بازپرداخت اقساط و ناآگاهی زوجین از مشکلات حقوقی در ادامه کار، سبب شده تا برخی از زوجین اقدام به فروش وام ازدواج خود کنند لذا لازم است تا مسئولان طرحی را اجرایی کرده تا این وام به سهولت دست متقاضی واقعی برسد.



افراد نیازمند شده و در وهله دوم هدف قانونگذار را تخریب می‌کند. رضا سلیمانی افزود: برخی خریداران با دادن سفته و تعهد محضری تلاش می‌کنند تا رضایت زوجین را جلب کنند اما این امر هم مشکلات حقوقی زیادی را در پی دارد. وی ادامه داد: برخی خریداران چند قسط اول را پرداخت کرده اما بعد از آن پاسخگو نیستند و در نتیجه بانک، وام گیرنده اصلی را طرف دعوی قرار می‌دهد. سلیمانی در خصوص سخت‌گیری بانک‌ها در امور ضامنان برخلاف قانون جوانی جمعیت هم بیان کرد: عمده وام‌هایی که در گذشته داده شده هنوز برنگشته و بانک باید برای وصول آنها چه بکند؟ وی تصریح کرد: تعدادی از وام‌گیرندگان نمی‌توانند قسط بدهند و تعدادی اصلاً قصد بازپرداخت ندارند، بانک در این موارد برای وصول تسهیلاتی که داده باید چاره‌ای بیندیشد. سلیمانی با بیان اینکه مشکلات سر راه ازدواج با افزایش وام و قانون آسان‌گیری ضامن حل نمی‌شود، گفت: اینکه قانون بگوید اقساط وام از محل یارانه کسر بشود، دور زدن فرد نیازمند توسط خودش است چرا که آن فرد یارانه را برای نیازمند بودن دریافت می‌کند و حالا باید پول مایحتاج اصلی زندگی خود را برای اقساط بدهد. وی گفت: دولت باید از کشورهای توسعه یافته الگو گرفته و به شکل دیگر از زوجین حمایت کند؛ برای مثال خانه ۵۰ متری به زوجین نیازمند

افزود: خانواده همسرم پرداخت اقساط تهیه جهیزه را بر عهده گرفته و ما با قناعت هم می‌توانیم زندگی خوب خود را شروع کنیم از طرفی خانواده خود هم کارمند نیستند و حاضر هم نیستیم از فامیل و آشنا درخواست ضمانت کنم. زاروهی متذکر شد: بیشتر خریداران وام‌های قرض الحسنه، دلالاتی هستند که ضامن در اختیار دارند و خیلی راحت این وام‌ها در سایت‌های مختلف به فروش می‌رود. با این تفاسیر فروشندگان وام ازدواج را می‌توان به دو دسته تقسیم کرد، آنها یا از سر نیازمندی و یا از سربازی اقدام به فروش این فرصت اقتصادی می‌کنند. عدم اطلاع از نحوه سرمایه‌گذاری و یا عدم مشاغل باثبات و امن هم از مواردی هستند که زوجین را به سمت فروش وام روانه می‌کند.

مشکلات حقوقی که ایجاد می‌شود

فارغ از این مسائل، واگذاری و فروش وام در آینده مشکلات حقوقی را در پی داشته و صحبت با برخی از فروشندگان هم این مسأله را تأیید می‌کند. یک کارشناس حقوق در خصوص خرید و فروش وام ازدواج گفت: خرید و فروش وام حتی اگر منع قانونی نداشته باشد کار نادرست و غیراخلاقی است چرا که قانونگذار قصد حمایت از زوجین را دارد اما کسی که این فرصت قانونی را تبدیل به پول می‌کند در وهله اول مانع از رسیدن این وام به

ماریه البرزی: سخت‌گیری روزافزون بانک‌ها در اعطای وام ازدواج و ناتوانی زوج‌ها در برآوردن این پیش شرط‌ها، سبب رونق فروش وام ازدواج به عنوان مهم‌ترین بخش حمایتی قانون جوانی جمعیت در گلستان شده است. قانون جوانی جمعیت، دولت را بر آن داشت که بانک مرکزی را مکلف کند ارائه وام ازدواج را تسهیل تا در کمترین زمان ممکن تحویل متقاضیان شود. با وجود اخبار متعددی که از ابتدای سال جاری مبنی بر ارائه وام قرض الحسنه ازدواج در کمتر از یک ماه و یا آسان گرفتن بانک‌ها در خصوص ضامن شنیده شده اما واقعیت نشان می‌دهد این اخبار، بازار خرید و فروش این وام را داغ‌تر کرده و زور تبصره‌های قانون جوانی جمعیت به بانک‌ها ترسیده است. این روزها در سایت‌های متعدد شاهد خرید و فروش تسهیلات ازدواج هستیم و بسیاری از زوجین به راحتی و با مبالغی حدود ۱۵ تا ۲۰ درصد حاضر به فروش این وام می‌شوند. این مسأله در گلستان هم وجود دارد و در دیوار شهر و فضای مجازی از اطلاعیه‌های خرید و فروش وام ازدواج پر شده است. اینکه چرا برخی از زوج‌ها عطا تسهیلات قرض الحسنه را به تقاضای بخشیده، یا اینکه خریداران این وام‌ها چه کسانی هستند؟ یا تکلیف زوج‌های نیازمندی که پشت صف دریافت همچنان ایستاده اند چه می‌شود؟ از جمله سوال‌هایی است که این گزارش سعی در پاسخ به آنها دارد.

آقای جهان‌تغی یکی از فروشندگانی بود که در یکی از شبکه‌های اجتماعی، وام خود و همسرش را با مبلغ ۴۰ میلیون تومان به فروش گذاشته بود. وی که خود را اهل کلاله معرفی کرد، گفت: ما با توافق به این نتیجه رسیدیم که ۴۰ میلیون بدون بدهی داشته باشیم بهتر از آن است که ۲۴۰ میلیون تومان بگیریم و هفت سال به بانک بدهکار بمانیم! کریمی از دیگر فروشندگان وام ازدواج هم گفت: خانواده من و همسرم اهل گرگان هستیم و به لطف چندین سال کار توانستیم خانه‌ای نقلی بخریم، وام ازدواج حق ما بود و از نظر ضامن هم مشکلی نداریم، اما چون به آن نیاز نداشتیم، تصمیم گرفتیم آن را بفروشیم!

توان بازپرداخت ندارم

زاروهی دیگر فروشنده وام ازدواج که یک فقره وام را به مبلغ ۳۰ میلیون به فروش گذاشته بود، گفت: من توان بازپرداخت این وام را ندارم، کارگر روزمزد هستم و می‌ترسم نتوانم بدهی‌های خود را به بانک بدهم. وی

اختلال بینایی معرفی شده از سوی آموزش و پرورش، بهزیستی و کمیته امداد شهرستان‌های گنبدکاووس و مراوه‌تپه بودند که آمار غربالگری و خدمات درمانی در این ۲ روز فراتر رفته و به ۲۰۰ نفر رسید. موسی‌الرضا شبیهی افزود: در این خدمت انسان‌دوستانه برای بیش از ۹۵ درصد مراجعه‌کنندگان عینک تجویز و فریم‌ها به صورت رایگان بین افراد توزیع شد و همچنین بیش از ۲۰ درصد بیماران با تشخیص متخصصان، برای جراحی چشم به جراح‌های مورد نظر در حوزه دانشگاه و بیمارستان فارابی ارجاع شدند. سرپرست این گروه جهادی درمانی بیان کرد: چهار پزشک به همراه سه اپتومتریست و ۲ پرستار تخصصی این رشته به عنوان تیم بالینی ۹ نفره به همراه ۲ مددکار اجتماعی و یک سیاست‌گذار سلامت برای ثبت مشاهدات و

پزشکان جهادگر چشم ۲۰۰ مرز نشین را معاینه و درمان کردند

چشم پزشکان بیمارستان فارابی تهران با شعار رفتن برای رسیدن در مدت ۲ روز ۱۸۰ دانش آموز و ۲۰ نفر زن و مرد ساکن مناطق محروم شهر مرزی کردند گنبدکاووس و مناطق محروم مراوه‌تپه را به طور رایگان معاینه و درمان کردند. به گفته معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی گلستان، گروه هدف پیش‌بینی شده در این طرح ۱۶۰ دانش آموز ۶ تا ۱۲ ساله دارای

تحلیل‌های جانبی در این گروه جهادی حضور داشتند. سیدفرزاد محمدی افزود: بر اساس تحلیل‌های جانبی اگر بحث سلامت بینایی کودکان به یک محرومیت از جمله معلولیت بینایی متصل باشد، تلاش می‌کنیم فرایند بازتوانی کودک با مشارکت نهادهای خدمات رسان منطقه مانند کمیته امداد و بهزیستی انجام شود. این استاد چشم پزشکی دانشگاه علوم پزشکی تهران اظهار داشت: در این فعالیت جهادی تلاش‌ها بر معاینات موثر در قالب خدمت نودوستانه برای دانش آموزان متمرکز شد تا با تشخیص به موقع و توزیع عینک مناسب، عملکرد تحصیلی این کودکان ارتقا یابد. محمدی گفت: معاینات ضروری در حوزه چشم پزشکی اطفال برای جامعه هدف ارائه شد و عینک‌ها مورد نیاز مراجعه‌کنندگان ظرف ۲ هفته آینده آماده و

به آنان تحویل داده می‌شود. وی افزود: همچنین درمان مختصر برای برخی مراجعه‌کنندگان در محل انجام شد و افراد نیازمند درمان و جراحی‌های تخصصی‌تر به پزشکان حوزه دانشگاه و بیمارستان فارابی ارجاع شدند. طبق آمارهای جهانی ۲۸۵ میلیون نفر در دنیا درگیر اختلالات بینایی هستند که این عدد در ایران به چهار میلیون می‌رسد که حدود ۶۰۰ هزار نفر از آنان نابینا هستند. به گفته عارف کیانی سرپرست اداره کل بهزیستی گلستان، ۹ هزار و ۱۹۵ معلول بینایی در استان تحت پوشش بهزیستی هستند که ۱۶۲ نفر از آنان در گروه سنی کمتر از ۶ سال، ۵۱۹ نفر بین ۶ تا ۱۲ سال، ۵۴۶ نفر در گروه ۱۲ تا ۱۸ سال، بیش از ۷ هزار نفر در گروه ۱۸ تا ۶۵ سال و ۸۷۱ نفر بالای ۶۵ سال قرار دارند.