



تیرنگ | Tirang

مجری تبلیغات محیطی و مجازی

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

☎ ۰۱۷۳۲۲۰۶۶۷۹ | @ Tirang.Studio | 📠 ۰۹۱۱۳۶۸۲۳۵۷
📧 tirang.advertising@gmail.com

گلشن

روزنامه

گلشن مهر شناسنامه گلستان است

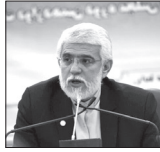
سه شنبه ۹ خرداد ماه ۱۴۰۲ / سال بیست و چهارم / شماره ۲۵۸۲ / صفحه ۲۵۰۰ / تومان

بهبودی
پارک کبودوال



۲

منازعه مدیران
پسندیده نیست



۳

شهرداری گنبد کاووس
آماده کمک به مرمت برج قابوس



۳

یادداشت اول

سالروز تشکیل مجلس شورا

با مسوولیت سردبیر

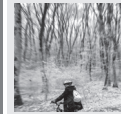
هفتم خرداد ماه سالروز گشایش اولین مجلس شورا پس از انقلاب اسلامی در سال پنجاه و نه بود. ما به خوبی میدانیم که مجلس شورا دستاورد بزرگ انقلاب مشروطه ملت ایران است. ملت ایران در انقلاب مشروطه به دنبال آزادی، عدالت، برابری و حکومت قانون بودند و بر این اساس قدرت را از سلطان خودکامه به مجلس شورا سپردند به آن امید که جامعه ایرانی به سمت فلاح و رستگاری رهسپار شود. نگاهی به ترکیب اولین مجلس مشروطه و نطق ها و رفتارهای عمومی نمایندگان علاوه بر تنوع و تکثر نمایندگان نشانگر نبودن مفهوم و مصداق مجلس برای رعایای ممالک محروسه است، تجربه ای که اگر چه با ظهور رضاخان در ۱۳۰۴ به تجربه ای ابتر بدل شد و بیش از پنجاه سال طول کشید تا مردم ایران دوباره بتوانند خود ترکیب مجلس را با آرای آزاد مشخص نمایند، اما به هر روی هفتم خرداد ۱۳۵۹ این اتفاق رقم خورد و مجلسی برخاسته از وجدان عمومی شهروندان از همه نحلّه ها و گرایش های فکری و سیاسی از روحانیون سنتی و مدرن تا انقلابیون و لیبرال ها و ... شکل گرفت. مجلسی که در تمام سالهای پس از انقلاب نیز با این تنوع و تکثر تکرار نشده است. مجلسی که می توان آن را محصول انقلاب اسلامی ملت ایران در ۱۳۵۷ دانست، بر این اساس اگر بخواهیم مجلسی در طراز انقلاب اسلامی ملت ایران داشته باشیم باید به سنتهای انقلاب اسلامی پای بند باشیم و اجازه دهیم مجلسی با همان تنوع و کثرت قدرت قانونگذاری و نظارت بر قوا تشکیل شود تا اقتدار مشروع مردم در ساختار حکمرانی جاری شود والا با تنگ نظری و حذف رقیبان به نام های گوناگون و بهانه های مختلف و در فضایی بدون رقابت نمی توان انتظار مجلسی در اندازه شهروندان ایران اسلامی تشکیل داد. مجلس عصاره فضایل ملت است و برای تشکیل چنین مجلسی باید میزان رای ملت باشد نه یک کلمه کم و نه یک کلمه بیش. همان که امام راحل فرموده بود باید به همان اصول بازگشت تا همان اقتدار هم بازگردد.



اندازه مجاز مصرف
ویتامین ها چقدر است؟
« ۱ »



کلیه ۲.۵ کیلویی از بدن
بیمار گلستانی خارج شد
« ۵ »



النگدره در چنگ پارادوکس
فرهنگ و طبیعت
« ۴ »

جشن پایان سال تحصیلی مدرسه مهربانی پارس

هنوز مهربانی هست



مهران موذنی - عصر یکشنبه، ۷ خرداد ۱۴۰۲، جشن پایان سال تحصیلی دانش آموزان مدرسه مهربانی (کودکان کار و جا مانده از تحصیل) به میزبانی مدرسه مهربانی پارس، اداره ی کل ارشاد و کانون رویش دانشگاه گلستان برگزار شد. حضور پرتعداد دانش آموزان، دانشجویان، خیرین و دیگر شهروندان موجب شد که تنها تعداد کمی از صندلی های تالار فخرالدین اسعد گرگانی خالی بماند. با این حال جای خالی برخی غایبین به چشم می آمد. علی رغم دعوت های صورت گرفته، هیچ یک از مسئولین آموزش و پرورش و بهزیستی در مراسم حضور نیافتند که این موضوع، مورد توجه امیرعلی تجری، مدیر مدرسه مهربانی پارس نیز قرار گرفت. وی در سخنرانی ابتدای جلسه ضمن تقدیر و تشکر از خیرین و حمایت های صورت گرفته، به انتقاد از عدم توجه و حضور مسئولین پرداخت. جشن پایان سال تحصیلی مدرسه مهربانی که سالهاست برای کمک به آموزش کودکان کار و جا مانده از تحصیل سامان یافته است، شامل اجرای صحنه، بازی، سرود و قرائت نامه های بچه ها و پذیرایی از آنها بود. دانش آموزان در سه بخش، دو سرود و یک ترانه اجرا کردند. اما شاید مهم ترین و تاثیر برانگیزترین قسمت مراسم، اختصاص داشت به خوانش نامه ی درد و دل جمعی از بچه ها توسط یکی از آنها که موجب برانگیختگی احساسات خود او و حضار شد. دانش آموزان از مشکلات و سنگ های مسیرشان گفتند. از لزوم کار کردن و مهیا نبودن شرایط تحصیل، از نگاه

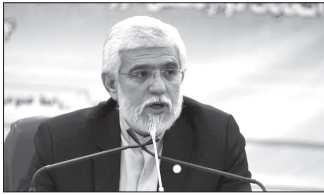
شد کمبودی از این حیث احساس نشود. بلکه شور و هیجان خاصی نیز به لحظات پایانی جشن افزود. امیرعلی تجری، مدیر مدرسه مهربانی پارس درباره این مدرسه به مخاطبان گلشن مهر گفت: مدرسه مهربانی پارس سال ۹۴ با هدف آموزش کودکان بازمانده از تحصیل شروع به کار کرد. امسال هشتمین سال فعالیتش بود و در طی این مدت حدود ۱۲۰۰ کودک بازمانده از تحصیل را شناسایی، جذب و به چرخه ی آموزش برگرداندیم. ما بچه ها را بعد از چند سال که آماده شون، دوباره به مدارس دولتی ارجاع می دهیم. این مدرسه توسط هیچ نهاد، ارگان یا سازمانی حمایت نمی شود و تمام هزینه های آن را خیرین تقبل می کنند. حتی مایحتاج بچه ها مثل کیف، کفش، لباس فرم و غذای گرم. بچه ها هر روز در مدرسه یک وعده غذای گرم می خورند. سرویس ایاب و ذهاب دانش آموزان، هزینه های درمان و بهداشتشان، همه توسط خیرین پرداخت می شود. حتی

منفی برخی خانواده ها به درس خواندن دختران در برخی از مناطق، از جا ماندگی برخی دانش آموزان از مدرسه. از جنگ افغانستان و منع تحصیل دختران افغان، از خشونت خانگی کودکان بدسرپرست و از معلولیت های جسمی و شرایط سخت رفتن به مدرسه که به لطف مدرسه مهربانی پارس و عوامل خیر آن، هیچ کدام مانعی برای تحصیل این کودکان نشده اند. پایان خوانش این نامه، همراه بود با تشویق ایستاده ی حضار که مدت نسبتا مدیدی به طول انجامید. در ادامه نیز تعداد دیگری از دانش آموزان نامه هایشان را قرائت کردند. از متن این نامه ها، تنها قناعت می کنیم به یک جمله که توسط یکی از کودکان اتباع خوانده شد: ((آرزو دارم سراسر دنیا مدرسه مهربانی پارس داشته باشد)). اما در نهایت مراسم آن طور که انتظار می رفت به اتمام نرسید و در دقایق پایانی در پی قطع برق، جشن نیمه تمام ماند. هر چند که شیطنت های دانش آموزان و دانشجویان حاضر در سالن، موجب

ادامه در صفحه ۲



منازعه مدیران
پسندیده نیست



استاندار گلستان با اشاره به ضرورت همدلی و هم‌افزایی بین مسئولان و خادمان مردم در دولت گفت: منازعه و اختلاف بین مدیران پسندیده نیست. به گزارش روابط عمومی، علی محمد زنگانه در جلسه شورای مدیران استانداری گلستان اظهار کرد: پسندیده نیست که مدیران در جایگاه و مسئولیت خود با یکدیگر منازعه و اختلاف داشته باشند. زنگانه افزود: توصیه می‌کنم با پذیرش اشتباه احتمالی نسبت به یکدیگر گذشت داشته باشیم و خطاهای هم را ببینیم و به هم گوشزد و در رفع آن در کنار همدیگر تلاش کنیم. وی ادامه داد: اقدامات خود را به مردم بگویید تا دشمن با بیان مسائل غیر واقع نتواند به اهداف خود دست یابد. زنگانه خطاب به مدیران استانداری گلستان گفت: بهترین اقدام ممکن در شرایط فعلی بیان خدمات انجام شده به مردم است. استاندار گلستان ادامه داد: هر کدام از مدیران وظیفه دارند در موضوع شعار سال و اقدامات جمعی استان نقش آفرین باشند.

«»

اجرای مرحله آزمایشی
رزمایش جهادی دامپزشکی

مدیر کل دامپزشکی گلستان گفت: مرحله آزمایشی رزمایش جهادی دامپزشکی گلستان در روستاهای مرزی شهرستان آق‌قلا اجرا شد. به گزارش روابط عمومی، علی کاووسی اظهار کرد: مرحله آزمایشی رزمایش جهادی دامپزشکی استان با حضور دامپزشکان و کارشناسان اداره کل دامپزشکی گلستان در روستاهای مرزی شهرستان آق‌قلا اجرا شد. کاووسی افزود: مرحله ملی این رزمایش از ۲۳ تا ۲۵ خرداد همزمان با سراسر کشور در استان اجرا خواهد شد. وی ادامه داد: در قالب این رزمایش، واکسیناسیون و معاینه دام، تحویل دارو و سمپاشی امکان به صورت رایگان انجام می‌شود. کاووسی اضافه کرد: در این رزمایش، بیش از یک میلیون و ۵۰۰ هزار دام سبک و سنگین در استان واکسینه خواهند شد.



۰۱۷۳۳۲۵۱۳۱۶

واقع بر اساس حدیث ثقلین از قرآن کریم، مکتب اهل بیت و معارف برخاسته از این دو سرچشمه‌ی نور بوده که با پیروی از امام راحل و مقام معظم رهبری به معنی درست و دقیقش الگو گرفته بود. ایشان در کسوت نمایندگی مجلس فقط این راز و رمز را به دست نیارده بود، بلکه حتی قبل از پذیرش مسئولیت دانشگاه هم این مسلک را در ذهن خویش پروراند و خویش را برای خدمت به مردم با اتکا به اخلاق دینی آماده کرده بود.

ب) مقایسه:

حالا خودمان را - به خصوص آنها که بر کرسی مدیریت نشسته‌اند و زبانی خود را به ایشان منسوب کرده‌اند - مقایسه کنیم با مرحوم دکتر محمدصادق صادقی که:

آیا ما گاهی بین دست و زبانمان فاصله بوده و لغزیده‌ایم یا نه همواره مثل ایشان صداقت را پیشه کرده‌ایم؟

آیا در انتصاب‌ها، تقسیم قدرت‌ها، امتیاز دادن‌ها، اشتغال‌ها و وام‌بخشی‌ها با محور عدالت پیش رفته‌ایم یا منافع و مصلحت‌های سیاسی بخصوص انتخاباتی و حفظ کرسی‌ها را در نظر گرفته‌ایم؟

آیا نخبگان انقلابی و فرهیختگان اجتماعی را مشاور و همنشین گرفته‌ایم - یا بجز ایام انتخابات و دوره‌های نمایشی - با برخی پخمگان غیر مردمی

فرهنگی

ذبیح‌اله رضایی
الف) الگوی صادق:

۲۲ سال از حادثه‌ی جانسوز سقوط پاک ۴۰ گذشت و با اینکه چشم ما از دیدار ایشان بی‌بهره مانده ولی یاد و خاطرات دکتر اخلاق‌گرا هرگز فراموش نشده. اما واقعاً چرا همه از هر قومیت و جناحی - حتی رقبای انتخاباتی - از آن نماینده‌ی فروتن به نیکی یاد می‌کنند؟! دکتر صادقی بزرگوارمان این همه سال از بینمان کوچ کرده ولی خوشبختانه ما اخلاق سالم اجتماعی و سبک پاک مدیریتی ایشان را هرگز از یاد نبرده‌ایم و تاثیر ایشان در جامعه طوری بوده که برخی کاندیداها در انتخابات حتی زبانی هم تلاش کرده‌اند، خود را به دکتر منسوب کنند؛ اگرچه گاهی عملاً در تضاد با روش و منش ایشان بوده‌اند. اما چرا تا به حال هیچ جا حتی دانشگاهی که جایگاهش را مدیون زحمات ایشان است، جلساتی تخصصی یا چاپ و نشر آثاری مدون در بررسی و تبیین روش و منش ایشان ارائه نداده‌است؟!

آیا دور شدن ما از میراث معنوی و نیز سرگرم شدنمان در جاده‌های فرعی دنیا موجب این غفلت شده است؟! یا شاید منافع و مصلحت بعضی از رجال سیاسی و مسوولین ضعیف در این است که مرام بزرگانی مثل دکتر صادقی کمتر دیده و شنیده شود!

فلسفه‌ی فکری و روش عملی دکتر در



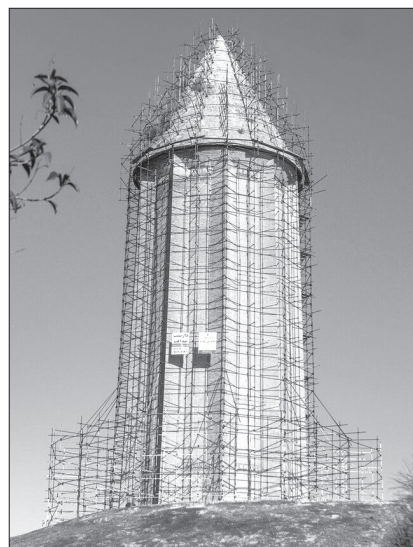
مردان اردیبهشتی

مقایسه‌ی منش
مرحوم دکتر صادقی
با مدعیان امروز



شهرداری گنبد کاووس

آماده کمک به مرمت برج قابوس



و افزود: این بنای تاریخی پردیس و نماد تمدن اسلامی است که همگان موظف به پاسداشت آن هستیم. وی بابیان اینکه این بنای تاریخی در قسمت مخروطی خویش نیاز به مرمت اساسی دارد که این اقدام از سال ۹۸ آغاز شد، اضافه کرد: اعتبارات ملی تخصصی برای مرمت آن اندک است و باید سایر دستگاه‌ها و نهادهای فرهنگی از جمله شهرداری و شورای اسلامی شهر پای کار بیایند. نورتقانی ادامه داد: قسمت مخروطی گنبد قابوس که در مجموع از پنج هزار آجر ارزشمند و تاریخی تشکیل شده، نیاز به مرمت اضطراری هزار و ۵۰۰ آجر دارد که برآورد هزینه فعلی آن ۱۴ میلیارد تومان است. مدیر پایگاه میراث جهانی

شهردار گنبد کاووس با اعلام آمادگی این نهاد برای کمک به مرمت قسمت مخروطی گنبد قابوس و محوطه‌سازی حریم این بنا گفت: شهرداری آمادگی دارد به هر میزان که متولیان میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی برای مرمت بنا و محوطه‌سازی برج قابوس تخصصی دهند، اعتبار تامین کند. به گزارش ایرنا، سیدعلی اصغر موسوی در نشست مشترک شهرداری و شورای شهر با مدیر پایگاه میراث جهانی گنبد قابوس گفت: شهرداری گنبد کاووس در سال‌های قبل برای ثبت جهانی گنبد قابوس همکاری لازم را انجام داد و در چند سال اخیر نیز تلاش برای ثبت جهانی عنصر المعالی کیکاووس بن قابوس بن وشمگیر را آغاز کرده و در ادامه هم قصد دارد نسخه خطی قابوسنامه را ثبت جهانی کند. رییس شورای اسلامی شهر گنبد کاووس هم در این نشست گفت: کمک به تامین برق مورد نیاز پروژه نورافشانی گنبد قابوس با استفاده از انرژی خورشیدی، کمک به زیباسازی تپه پیرامون بنا، انجام محوطه‌سازی و کمک به تملک بناهای اطراف آن از جمله اقداماتی است که شهرداری و شورای شهر می‌توانند به آن ورود کنند. رسول پایدار افزود: گنبد قابوس یک اثر فاخر و هویتی نه تنها برای مردمان گنبد کاووس است بلکه افتخاری برای مردمان گلستان و کل کشور و حتی جهان اسلام است که باید از همه ظرفیت‌ها برای حفاظت و نگهداشت و نیز معرفی هرچه بهتر آن استفاده شود. مدیر پایگاه میراث جهانی گنبد قابوس هم در این نشست خواستار حمایت مالی شهرداری برای تسریع در عملیات مرمت قسمت مخروطی و نیز تکمیل محوطه‌سازی حریم این بنای تاریخی شد. عبدالمجید نورتقانی، گنبد قابوس رازشکار از عصر طلایی جهان اسلام (قرن ۳ و ۴) و شاهدی بر نگاه مهندسی و دانش معماری اسلامی آن روزگار دانست

النگدره در چنگ پارادوکس فرهنگ و طبیعت

مانع حضور مردم در سایر قسمت‌ها شد تا خسارت‌ها کاهش یابد.

کسی مخالف پیاده روی در النگدره نیست

یکی از فعالان اجتماعی گرگان هم گفت: هیچ فرد عاقلی با پیاده روی در جنگل و در هوای مطبوع النگدره مخالف نیست اما این عرصه متعلق به ۳۵۰ هزار گرگانی یا حتی کل استان است. محمد نوچمنی ادامه داد: اینکه چند صد نفر بخواهند، شرایط عمومی و اجتماعی النگدره را با رفتارهای به اصطلاح روشنفکرانه از قبیل بی حیایی، بدحجابی، سگ گردانی و دیگر منکرات آلوده کنند قابل قبول نیست؛ همه خانواده‌ها حق استفاده از این محیط را دارند. نوچمنی گفت: افراد زیادی را سراغ دارم که به سبب وضعیت ناهنجار النگدره، قید بهره مندی و استفاده سالم از این محیط را زده‌اند، خیلی‌ها دوست ندارند که زنان و دخترانشان چنین صحنه‌هایی را ببینند. وی تأکید کرد: شاید بخش بزرگی از این مشکلات ناشی از تعلل دستگاه‌های متولی در انجام وظایف و تکالیف قانونی خود است، اگر طی ماه‌های اخیر به بهانه‌های مختلف با عاملان و لنگاری فرهنگی در النگدره برخورد می‌شد، وضعیت در این پارک اینگونه نبود.

بازگشایی به صلاح جنگل نیست

یک شهروند گرگانی هم گفت: راهکار مقابله با مشکلات النگدره، بازگشایی ماشین به منطقه نیست، اگر در این منطقه بدحجابی یا هر مشکل دیگری وجود دارد باید برای آن چاره‌اندیشی کرد. علی شاهینی گفت: سال‌ها است در مسیر النگدره پیاده روی می‌کنم، عبور خودرو در جنگل النگدره، اصلاً به صلاح طبیعت نیست و موجب نابودی درختان، نهال‌ها و شکستن شاخه‌ها و آسیب به طبیعت می‌شود. شاهینی افزود: روزانه چند هزار نفر در این مسیر پیاده روی می‌کنند، تردد خودرو امنیت ورزشکاران را به مخاطره می‌اندازد، تصمیمی که گرفته شده است پایه کارشناسی ندارد. وی گفت: در سه سال اخیر در بخش‌های مختلف پارک النگدره نهال‌های بسیاری رشد و نمو کرده‌اند؛ حضور خودرو در پارک بدون شک زمینه نابودی این طبیعت را فراهم می‌کند. شاهینی ادامه داد: بر اساس اظهارات مدیران، قرار است فقط ۵۰۰ ماشین وارد شود، شهروندانی که می‌خواهند به النگدره سفر کنند، چگونه باید متوجه شوند که آیا ۵۰۰ ماشین وارد النگدره شده‌اند یا خیر؛ به زبان ساده‌تر آنکه خانوارها باید چند ساعت بار و بندیل ببندند و به النگدره بیایند و سپس متوجه شوند که چند دقیقه قبل النگدره تکمیل شده است!

این جوان گرگانی گفت: اگر افرادی مدعی آن هستند که النگدره مشکل فرهنگی دارد، باید برای آن چاره فرهنگی پیدا کنند؛ ذبح جنگل راهکار مشکلات فرهنگی نیست!

عوارض خودرویی در ورودی النگدره

سخنگوی شورای اسلامی شهر گرگان هم به خبرنگار مهر گفت: عوارض ورودی خودروها به النگدره برای خودروهای سواری ۲۰ هزار تومان، برای خودروهای ون، وانت بار و مینی بوس ۴۰ هزار تومان و برای اتوبوس ۸۰ هزار تومان مصوب شده است. سید غلامرضا موسوی افزود: خودروهای دارای پلاک گرگان از ۵۰ درصد تخفیف بهره مند می‌شوند. وی عنوان کرد: بر اساس مصوبه شورای تأمین استان، شهرداری گرگان موظف شده تا محور النگدره را در تمام روزهای هفته به غیر از جمعه‌ها و روزهای تعطیل رسمی بازگشایی کند. به گزارش خبرنگار مهر، علی رغم کش و قوس‌های یک هفته اخیر بین موافقان و مخالفان، گذر النگدره برای خودروها بازگشایی شده است. با وجود اختلاف نظر شدید بین موافقان و مخالفان اما هر دو طیف بر این موضوع اشتراک نظر دارند که مدیریت فعلی النگدره (شهرداری گرگان) باید سازوکارهای اجرایی و عملیاتی مناسبی برای حفظ و صیانت از مناطق رویشگاهی پارک ترسیم کند، تردد ماشین‌ها در پارک، منافی وظیفه مندی نهادهای دخیل در حوزه حراست از منابع طبیعی نیست.



چند روزی است که خودروها آزادانه به النگدره می‌آیند

تردد خودروها در پارک موجب افزایش حضور گردشگران در بخش‌های مختلف می‌شود و این امر در درازمدت موجب کوبیدگی بافت خاک شده و این فرآیند زادآوری طبیعی برخی فلور پارک را با اختلال روبرو می‌کند

را سرآغاز نابودی النگدره قلمداد کردند و دیگران از این تصمیم حمایت کردند و آن را موجب پایان دادن به مشکلات فرهنگی این منطقه دانستند. یکی از دانش‌آموختگان رشته جنگل در این خصوص به خبرنگار مهر گفت: جنگل النگدره به عنوان یکی از اکوسیستم‌های ارزشمند جنگل، در سه سال اخیر پیامدهای مطلوبی را تجربه کرده که رشد و نمو نهال‌ها و گیاهان علفی زیراشکوب در پهنه پارک یکی از بارزترین و آشکارترین رخدادها در این بوم سازگان هیرکانی است. محمد عباسی ادامه داد: وضعیت خاص توپوگرافی و عبور جریانات مرطوب از دره‌های جنگل‌های بالادست به سمت پارک جنگلی سبب شده تا آب و هوای نسبتاً خنکی در این محدوده احساس شود. عباسی گفت: چند روزی است که خودروها آزادانه به النگدره می‌آیند؛ تردد خودروها در پارک موجب افزایش حضور گردشگران در بخش‌های مختلف می‌شود و این امر در درازمدت موجب کوبیدگی بافت خاک شده و این فرآیند زادآوری طبیعی برخی فلور پارک را با اختلال روبرو می‌کند.

حضور خودروها براساس قانون و کتابچه طرح است

یکی از دیگر از دانش‌آموختگان منابع طبیعی هم به خبرنگار مهر گفت: نمی‌توانیم به بهانه حفاظت از نهال‌ها و به طور کلی زادآوری در پارک النگدره مردم را از حضور در این منطقه تفرجگاهی محروم کنیم. محمدرضا دهقانیان افزود: حضور خودروها در پارک جنگلی النگدره بر اساس ظرفیت برد اکولوژیک پارک مجاز اعلام شده و تعداد گردشگران و سقف بهره‌برداران از این اکوسیستم بر اساس کتابچه طرح پارک‌داری انجام می‌شود. دهقانیان ادامه داد: افزایش تردد در پارک‌های جنگلی و به طور خاص النگدره اگر بدون برنامه باشد، خسارت آفرین است. در وهله نخست باعث از بین رفتن گونه‌های زیر اشکوب (نهال‌ها، بوته‌ها یک و چند ساله) و در ادامه تعالی و کلیماکس اکوسیستم را مختل می‌کند اما براساس کتابچه طرح باید امکان پذیرایی از گردشگران فراهم شود. وی گفت: در داخل پارک جنگلی چندین محدوده به عنوان کمپینگ پیش بینی شده که باید با نظارت‌های مختلف (میدانی و دوربین)

سنوات گذشته هم طرح‌های مختلفی مانند تردد زوج و فرد خودروها در پارک ۱۸۵ هکتاری النگدره اجرا شده بود اما ثمره‌ای برای این جنگل هیرکانی متصل به بافت شهری گرگان نداشت. در دو الی سه سال اخیر که تردد خودرو در مسیر آسفالت النگدره ممنوع بود، در ابتدا تعدادی از گروه‌های ورزشی به ویژه گروه ورزش‌های صبحگاهی با ایجاد تیم‌هایی چند ده نفره اقدام به پیاده روی در مسیر حدود ۶ کیلومتری النگدره می‌کردند. در ادامه راه و با تبلیغات چهره به چهره و البته فضای مجازی «پیاده روی در النگدره» بین ورزشکاران و علاقه‌مندان به طبیعت به یک تردد و پاندمی تبدیل شد، تا جایی که برخی از آمراهای غیررسمی خبر از ورزش روزانه سه هزار نفر در این پارک جنگلی داده‌اند. هر چند در مدت زمان ممنوعیت تردد خودرو، فشارهایی به مدیریت شهری گرگان برای بازگشایی این محور وارد شد اما هر بار از «کان لم ینکن» شدن مصوبه شورا جلوگیری کردند و تردد همچنان ممنوع باقی ماند. در برخی مواقع خودروهای برقی را افزایش دادند و در برخی مواقع زیرساخت‌های دوچرخه سواری را توسعه دادند. با وجود همه موافقان و مخالفان ممنوعیت تردد خودرو در النگدره، این رویه همچنان ادامه داشت اما پس از بروز اتفاقات و اغتشاشات نیمه دوم سال گذشته، کنش‌های متعددی از سوی شهروندان در این پارک علنی شد.

تردد خودرو آزاد شد

تشدید بی‌حجابی و بدحجابی به ویژه در بانوان، افزایش سگ گردانی، رفتارها و تعاملات مغایر با تعالیم اسلامی، روزه خواری علنی و آشکار در ماه رمضان و البته ضبط و انتشار ویدئوهای متعدد از وضعیت فرهنگی اجتماعی النگدره مسئولان را بر آن داشت که برای این مباحث چاره‌اندیشی کنند. پس از اجرای چند طرح و روند نصفه و نیمه و ناکامی در ساماندهی فرهنگی این پارک ۱۸۵ هکتاری، شورای تأمین شهرستان تصمیم بر آن گرفت تا تردد خودرو در این محور آزاد شود تا شاید از این طریق برخی ناهنجاری‌ها و رفتارهای ضد ارزشی شهروندان کاهش یابد. این تصمیم و اجرای آن در روزهای اخیر واکنش‌های بسیاری در پی داشت، عده‌ای این تصمیم

آزادسازی تردد خودرو به داخل پارک جنگلی النگدره با موضع گیری‌های تند و البته دوگانه ای همراه بود اما هر دو طیف، بر استمرار فعالیت‌های حفاظتی در این طبیعت بکر هیرکانی تأکید دارند. به گزارش مهر، گرگان مرکز استان گلستان به سبب ضعف مفرط در ساختار مدیریت شهری با چالش‌های متعددی دست به گریبان است که بخشی از آن ناشی از کج سلیقگی و بخشی دیگر ناشی از تصمیمات نادرست مدیران شهری است. گرگان با وجود آنکه در زمره شهرهای شمالی و خوش آب و هوای کشور محسوب می‌شود، اما از نظر مساحت فضای سبز شهری و پارک با سرانه متوسط کشور فاصله بسیار دارد؛ به همین دلیل سال‌ها است که شهرداری گرگان به سبب جبران این کمبود، مدیریت پارک‌های جنگلی ناهارخوران و النگدره را بر عهده داشته تا بخشی از نیازهای شهروندان در حوزه فضای سبز و پارک را برآورده سازد. تا قبل از شیوع کرونا، مدیریت شهرداری بر النگدره مبتنی بر رویه‌ای مرسوم در سایر پارک‌های جنگلی شمال ایران بود و گردشگران و مسافران با استفاده از خودرو شخصی وارد پارک شده و از خدمات آن شامل جاده آسفالت، مسیر چوبی پیاده روی، ایستگاه دوچرخه‌سواری، زمین بازی کودکان، زمین ورزش بزرگسالان، خودروهای برقی، صندلی، نیمکت، آلاچیق سرویس‌های بهداشتی، نمازخانه، ساختمان نگهداری و فروشگاه مواد غذایی استفاده می‌کردند و البته که طی این سال‌ها خسارت‌های پرشماری ناشی از حضور بی‌برنامه مردم بر پیکر جنگل النگدره وارد شد. در اوایل سال ۹۹ و بر اساس دستورالعمل ستاد استانی مقابله با کرونا، ورود به تفرجگاه‌ها ممنوع و بر همین اساس از تردد خودرو به النگدره جلوگیری شد. این رویه تا اواسط دهه ۱۴۰۰ ادامه داشت و با پیگیری‌های دستاران طبیعت موضوع ممنوعیت تردد خودرو در این پارک تا اوایل خرداد ۱۴۰۲ استمرار یافت؛ ممنوعیتی که باعث احیای اکوسیستم جنگلی پارک النگدره شد و جلوه‌های مثبت ناشی از این سخت‌گیری در تردد خودروها، خود را در شمایل جوانه زدن نهال‌های نارس، رشد انواع قارچ‌ها جنگلی، نمایان شدن پاجوش‌های جدید (نهال‌هایی که از طریق ریشه درخت مادری از زمین می‌رویند و وابسته به نهال و بذر نیستند) و غیره آشکار کرد. البته در



کلیه ۲.۵ کیلویی از بدن بیمار گلستانی خارج شد



در یک عمل جراحی نادر، پزشکان بیمارستان پنج آذر یک کلیه ۲.۵ کیلویی را از بدن بیمار گلستانی خارج کردند. به گزارش مهر، در یک عمل جراحی در مرکز آموزشی درمانی پنج آذر گرگان، یکی از پزشکان و جراحان کلیه و مجاری ادرار به همراه تیم جراحی، کلیه بیش از ۲.۵ کیلویی را از بدن مرد ۶۳ ساله خارج کردند. دکتر علی آبیان در خصوص این جراحی گفت: این توده ناشی از سنگ‌های ادراری درمان نشده بود که طی سالیان منجر به بزرگی بیش از حد کلیه شده بود؛ پس از تشخیص بیماری، کلیه به طور کامل از بدن بیمار خارج شده است. وی ضمن هشدار به مردم نسبت به مراقبت از کلیه‌ها به مردم توصیه کرد: در صورت وجود سنگ‌های انسدادی در کلیه که با علائمی مثل درد کلیه، احساس سنگینی در پهلوها همراه است حتماً نسبت به درمان آن اقدام کنند. گفتنی است که وزن طبیعی یک کلیه به‌طور معمول بین ۱۲۰ تا ۱۵۰ گرم است.



مشاوران املاک زیر ذره بین تعزیرات حکومتی

مدیرکل تعزیرات حکومتی گلستان از گشت مشترک ویژه برای نظارت بر مشاوران املاک خبر داد. به گزارش روابط عمومی، تقی حسام اظهار کرد: گشت ویژه تعزیرات حکومتی به همراه دستگاه‌های متولی بازدید سرزده از مشاوران املاک و نحوه دریافت کمیسیون، فعال خواهد شد. تقی حسام افزود: در صورت اجاره و یا خرید و فروش واحدهای دارای پروانه مجوز، کد رهگیری برای مبیعه‌نامه تخصیص داده شود. وی از عوامل اخلاف در بازار مسکن را خرید املاک توسط مشاوران املاک تحت عنوان سرمایه گذار و فروش به قیمت بالاتر به خریداران واقعی دانست که نوعی دلالتی است. حسام عنوان کرد: با توجه به مصوبه سران قوا مبنی بر برخورد شدید با متخلفان اقتصادی در حوزه قانون نظام صنفی، قانون حمایت از مصرف‌کنندگان در خصوص واحدها و مشاوران متخلف تشکیل پرونده شده و بر همین اساس متخلفان به ۱۰ برابر مبلغ اضافه دریافتی جریمه خواهند شد.

تاریخی (مسجد جامع، خانه امیرلطیفی و ملاصنمبر، مدرسه دارالشفاء) که در دور و بر آن هستند، منظره زیبایی درست می‌کردند و می‌توانست جایی برای گردشگران باشد. سید محمد طاهر مجتهد استرآبادی در کنار سقاخانه‌ی محله میدان به خاک سپرده شد. او از روحانیون دوره مشروطه بود. چهار پسر داشت که یکی از آن‌ها (سیدهادی) در کنار خودش آرام گرفت. آن‌ها نیاکان خانواده های سادات طاهری هستند. مزار فرزندان ملامهدی استرآبادی که در بالا از او یاد شد، در محله درینو هست. یکی از آنها، عبدالرحیم (ناظم العلماء) بود که در کنار پدرش آرام گرفت و دیگری عبدالرزاق (کبیر) است که در کنار سیدباقر به خاک سپرده شد. سالها بود که هیچ نشانی از قبر عبدالرزاق نداشتیم تا اینکه در سال‌های گذشته، بازسازی شد. سنگ مزاری در زیرزمین مسجد سرپیر هست که هنوز روشن نشده که برای کیست؟ آن سوی مسجد، سر راه ورودی محله‌ی سبزه‌مشهد، قبر ساده و بدون تاریخ هست که بر روی آن آرامگاه سید ابوالقاسم نوشته شده است که تا چهل سال پیش، یک متر بلندی آن بود. سپس آن به دست یکی از اهالی محله، به دلیل ارج نهادن و جلوگیری از راه مردم، شکسته شد و سنگ کوچکی بر روی آن گذاشتند. دانشمندان دیگری بودند که امروزه نه تنها آرامگاه ندارند، بلکه هیچ اثری از سنگ قبرشان نیست. آن‌ها در بازسازی ها، از بین رفتند که نام برخی از آن‌ها چنین است:

- ۱- شیخ محمدولی علاء الدین (پدر شهید جعفر) در مسجد سرپیر
- ۲- شیخ محمدباقر فاضل استرآبادی

پژوهشگر

در شهر گرگان، آرامگاه‌های دانشمندانی بود که زندگی‌نامه و مکان مزار برخی از آن‌ها به قلم محمدصالح استرآبادی در کتاب استرآبادنامه (ص ۱۹۵، ۱۸۷، ۱۸۶، ۱۸۳، ۱۶۸، ۱۷۰، ۱۷۲، ۱۶۳، ۱۵۲، ۱۴۴، ۱۲۹، ۱۲۳، ۱۲۱) نوشته شده است. از آن‌ها گذرا یاد خواهیم کرد: آرامگاه شیخ محمدرضا استرآبادی در مصلی بود. او در دوره ناصرالدین شاه به شهادت رسید. رویه‌روی مدرسه‌ی عمادیه و کنار آب انبار محله‌ی درینو، مزار مهدی استرآبادی است. او از مراجع تقلید، اجازه‌ی اجتهاد داشت. مقبره‌ی خواجه مظفر بتکچی در مدرسه‌ی دارالشفاء (نعلبدان) است. همان جایی که خودش آن را ساخته بود. استرآبادی از آرامگاه‌هایی یاد می‌کند که مردم روزگار ما هیچ‌گاه آن‌ها را ندیده و نشنیده‌اند. برای نمونه؛ در کنار مسجد جامع، دانشمندی مانند میرزا محمدحسین (وفا استرآبادی) و همسرش عصمت استرآبادی، محمدباقر ستون استرآبادی و صالح استرآبادی به خاک سپرده شدند. مزار نظام استرآبادی و سید طاووس عقیلی استرآبادی، به ترتیب بیرون از دروازه‌ی شمالی و غربی شهر استرآباد بود. ملاابوالحسن در شرق امامزاده چهارشنبه‌ای و نسیم استرآبادی در محله‌ی سرپیر آرمیدند. همچنین او از آرامگاه‌هایی یاد می‌کند که تا چند دهه گذشته، نشانی از آن‌ها داشتیم، ولی در بازسازی‌ها از بین رفتند. آرامگاه ملاعلی اشرفی (شریعتمدار استرآبادی) و نصرالله استرآبادی (پدر محمدحسین مقصدولو رهبر مشروطه خواهان استرآباد) در مسجد گلشن و سلطان حسین واعظ در محله‌ی سرپیر بود. از بین رفتن آنها، به ویژه مقبره شریعتمدار، شگفت آور است. زیرا که او بنیانگذار مسجد گلشن است! دانشمندانی هم بودند که در استرآباد می‌زیستند، ولی نامشان در کتاب



مزارهای دانشمندان شهر گرگان



محمدانصار

۵ میلیارد تومان زکات جمع آوری شد

سازی احیای این فریضه در استان تلاش می‌کنند. وی افزود: طبق برنامه‌ریزی سال گذشته در شورای زکات استان جمع آوری ۹۱ میلیارد تومان زکات در مناطق شهری و روستایی پیش‌بینی شده بود که با توجه به فعالیت و سیاست‌گذاری صورت گرفته این عدد به ۹۷ میلیارد تومان رسید. رییس اداره زکات کمیته امداد امام خمینی (ره) گلستان ادامه داد: ۸۳ میلیارد تومان از این مبلغ معادل ۸۵ درصد در برنامه‌های حمایتی از جمله تحصیلی، هزینه‌های درمانی، معیشتی و ساخت مسکن برای فقرا و محرومان و ۱۴ میلیارد تومان آن معادل ۱۵ درصد در عرصه پروژه‌های عمرانی مانند ساخت مساجد، حوزه‌های علمیه و معابر روستایی هزینه شد. حجت الاسلام هلاکو تاکید کرد: مشکلات در مناطق شهری و روستایی احصا و به موعیدیان ارائه می‌شود تا آنان بر اساس این مشکلات محل هزینه‌کرد زکات پرداختی را مشخص کنند. وی یکی از برنامه‌های بسیار خوب مد نظر شورای زکات استان را برگزاری جشنواره‌های زکات با هدف فرهنگ‌سازی و تبلیغ برای احیای بهتر این فریضه الهی دانست و گفت: تلاش داریم تا پایان شهریور ماه در همه شهرستان‌های گلستان جشنواره تکریم، ترویج و تبلیغ زکات برگزار شود.



به محرومان استان هزینه گردید. به گزارش روابط عمومی، حجت الاسلام امین هلاکو در همایش طلایه داران زکات گنبدکاووس اظهار کرد: گلستان یکی از سه استان پیش‌تاز در جمع‌آوری زکات کشور شناخته می‌شود و هزار و ۴۰۰ نفر به عنوان عامل زکات و هزار و ۲۰۰ مبلغ شیعه و اهل تسنن در عرصه فرهنگ رییس اداره زکات کمیته امداد حضرت امام (ره) گلستان با اشاره به پیش‌بینی جمع‌آوری ۱۱۰ میلیارد تومان زکات در سال جاری گفت: از زمان برداشت محصول در فصل زراعی جاری تاکنون ۵۱ میلیارد تومان از این پیش‌بینی محقق شد که ۹۵ درصد آن در عرصه‌های حمایتی شامل معیشت و کمک‌های موردی



افزایش چهار برابری نرخ حمل پسماند غیر منطقی است

این شهرستان مرزی نیست به گزارش روابط عمومی، بخشداران مرکزی و داشلی برون گنبدکاووس در جلسه کارگروه مدیریت پسماند این شهرستان مدعی شدند که سازمان مدیریت پسماند گلستان هزینه سالانه حمل زباله و پسماند مناطق روستایی را از ۷۲ میلیون ریال به ۲۷۰ میلیون ریال افزایش داده است. بخشدار مرکزی گنبدکاووس گفت: افزایش چهار برابری هزینه حمل زباله و پسماند مناطق روستایی قابل قبول نیست زیرا پرداخت این مبلغ به همراه هزینه‌های جمع‌آوری زباله بیشتر روستاها که سالانه افزون بر ۱۰۰ میلیون تومان می‌شود در توان آن‌ها و منابع اعتباری محدودشان نیست. مرتضی احمدی افزود: بخش مرکزی گنبدکاووس دارای ۱۴۰ روستا با جمعیت تقریبی ۲۰۰ هزار نفر است و با وجود اینکه سال قبل ۱۰۰ دهیاری برای حمل زباله و پسماند با مدیریت پسماند استان قرارداد امضا کردند اما امسال و تاکنون قراردادی امضا نشده است. وی اضافه کرد: این تعداد روستا و جمعیت فقط هشت دستگاه

بخشداران مرکزی و داشلی برون گنبدکاووس با گلایه از افزایش چهار برابری قیمت حمل زباله و پسماند مناطق روستایی گلستان گفتند: پرداخت این افزایش غیرمنطقی، در توان بودجه و اعتبارات سالانه دهیاری‌های

وسيله نقلیه حمل زباله دارند که فقط ۲ دستگاه آن سالم و بقیه فرسوده و مستهلک هستند ضمن اینکه حتی یک سکوی تخلیه زباله یا یکدستگاه سیم‌تریلر برای حمل زباله در بخش مرکزی نداریم. احمدی بایان اینکه تقویت ناوگان حمل زباله یا افزایش منابع اعتباری دهیاران در تشویق آنها به امضای قرارداد حمل زباله موثر است، ادامه داد: سازمان مدیریت پسماند گلستان باید راهکاری برای کاهش هزینه‌های حمل زباله و پسماند یا تقویت ناوگان جمع‌آوری زباله روستاها بیندیشد. بخشدار داشلی برون گنبدکاووس هم در این جلسه با گلایه از افزایش چهار برابری قیمت حمل زباله و پسماند روستایی در سال جاری، گفت: به سبب پراکندگی روستاها و تولید اندک زباله در ۲۸ روستا و ۲ نقطه شهری این بخش، مساله زباله و پسماند دغدغه اصلی ما نیست. علی پورمندی افزود: چند روستای بخش داشلی برون هم به سبب بعد مسافت سایت آزادشهر، زباله‌های خود را به سایت آق‌قلا یا مراوه‌تپه منتقل می‌کنند و بقیه روستاها نیز که

زباله اندکی دارند در حومه روستا دفن می‌کنند. وی اضافه کرد: با این حال پیشنهاد می‌کنیم برای جلوگیری از مسائل زیست محیطی در آینده، برای هر چند روستای نزدیک به هم در بخش داشلی برون، زمینی برای دفن بهداشتی زباله پیش‌بینی شود. رییس اداره حفاظت محیط زیست گنبدکاووس هم در این جلسه گفت: مساله حفظ محیط زیست و مدیریت پسماند و زباله‌ها از مسائل مهم جامعه بشری است که همگان باید آنرا مورد توجه قرار دهند. احمد احمدی افزود: در نظر داریم امسال طرح تفکیک زباله در پنج روستای بخش مرکزی و ۲ روستای بخش داشلی برون گنبدکاووس اجرا کنیم. معاون هماهنگی امور عمرانی فرماندار گنبدکاووس هم در این جلسه بیان داشت: مسائل زیست محیطی سلیقه‌ای نیست بلکه باید به آن عمل شود. عبدالحمید گوگلانی افزود: برابر مقررات و قوانین موجود، کم توجهی به مسائل زیست محیطی که سبب تهدید علیه سلامت عمومی شود، جرم مشهود است و با متخلف برخورد خواهد شد.

آگهی ثبتی

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

برابر رای شماره ۱۴۰۲۶۰۳۱۲۰۰۸۰۰۰۶۴۷ تاریخ ۱۴۰۲/۰۲/۲۱ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان آق قلا پرونده کلاسه ۱۴۰۱۱۱۴۴۱۲۰۰۸۰۰۰۱۶۹ تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی آقای قدیر شیرمحمملی فرزند نازقریان به شماره شناسنامه ۳۶ کد ملی ۴۹۷۹۶۳۵۷۳۳ صادره از آق قلا در ششدانگ یک قطعه زمین با بنای احدائی به مساحت ۲۵۸۰ مترمربع، در قسمتی از باقیمانده ششدانگ پلاک شماره ۴- اصلی واقع در اراضی یلمه خندان بخش ۱۳- حوزه ثبتی ملک شهرستان آق قلا از سهمی اصلاحات ارضی تأیید گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: روز سه شنبه ۱۴۰۲/۰۳/۰۹

تاریخ انتشار نوبت دوم: روز چهارشنبه ۱۴۰۲/۰۳/۲۴

علی برقی سرپرست اداره ثبت اسناد و املاک ملک آق قلام الف ۱۵۷۴۵

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

برابر رای شماره ۱۴۰۲۶۰۳۱۲۰۰۸۰۰۰۳۸۷ تاریخ ۱۴۰۲/۰۱/۲۹ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان آق قلا پرونده کلاسه ۱۴۰۱۱۱۴۴۱۲۰۰۸۰۰۰۲۲۶ تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی خانم بی بی سارا جرجانی راد فرزند امان محمد به شماره شناسنامه ۶۵۸۵ کد ملی ۴۹۷۹۳۵۹۶۵۵ صادره از آق قلا در ششدانگ یک قطعه زمین با بنای احدائی به مساحت ۷۳۳/۲۷ مترمربع، در قسمتی از باقیمانده ششدانگ پلاک شماره ۱۳۵۲ فرعی از ۴- اصلی واقع در اراضی مرع شوره زار بخش ۷- حوزه ثبتی ملک شهرستان آق قلا از سهمی بنیاد مستضعفان انقلاب اسلامی تأیید گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: روز سه شنبه ۱۴۰۲/۰۳/۰۹

تاریخ انتشار نوبت دوم: روز چهارشنبه ۱۴۰۲/۰۳/۲۴

علی برقی سرپرست اداره ثبت اسناد و املاک ملک آق قلام الف ۱۵۷۴۸

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

برابر رای شماره ۱۴۰۲۶۰۳۱۲۰۰۸۰۰۰۳۷۶ تاریخ ۱۴۰۲/۰۱/۲۸ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان آق قلا پرونده کلاسه ۱۴۰۱۱۱۴۴۱۲۰۰۸۰۰۰۱۵۹ تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی خانم خدیجه پوری فرزند اراز به شماره شناسنامه ۴۶۱۶ کد ملی ۴۹۷۹۰۸۶۳۰۶ صادره از آق قلا در ششدانگ یک قطعه زمین با بنای احدائی به مساحت ۳۵۵/۶۸ مترمربع، در قسمتی از باقیمانده ششدانگ پلاک شماره ۶۴۰- فرعی از ۱- اصلی واقع در اراضی آق قلا بخش ۷- حوزه ثبتی ملک شهرستان آق قلا از سهمی آقای اراز پوری تأیید گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم

وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: روز سه شنبه ۱۴۰۲/۰۳/۰۹

تاریخ انتشار نوبت دوم: روز چهارشنبه ۱۴۰۲/۰۳/۲۴

علی برقی سرپرست اداره ثبت اسناد و املاک ملک آق قلام الف ۱۵۷۵۰

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

برابر رای شماره ۱۴۰۲۶۰۳۱۲۰۰۸۰۰۰۳۷۳ تاریخ ۱۴۰۲۶/۰۱/۲۸ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان آق قلا پرونده کلاسه ۱۴۰۱۱۱۴۴۱۲۰۰۸۰۰۰۱۶۱ تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی خانم عافیبه پوری فرزند اراز به شماره شناسنامه ۱۷۰۱ کد ملی ۴۹۷۹۸۳۱۸۹ صادره از آق قلا در ششدانگ یک قطعه زمین با بنای احدائی به مساحت ۲۰۳/۰۷ مترمربع، در قسمتی از باقیمانده ششدانگ پلاک شماره ۶۴۰- فرعی از ۱- اصلی واقع در اراضی آق قلا بخش ۷- حوزه ثبتی ملک شهرستان آق قلا از سهمی آقای اراز پوری تأیید گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: روز سه شنبه ۱۴۰۲/۰۳/۰۹

تاریخ انتشار نوبت دوم: روز چهارشنبه ۱۴۰۲/۰۳/۲۴

علی برقی سرپرست اداره ثبت اسناد و املاک ملک آق قلام الف ۱۵۷۵۲

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

برابر رای شماره ۱۴۰۲۶۰۳۱۲۰۰۸۰۰۰۳۷۷ تاریخ ۱۴۰۲/۰۱/۲۸ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان آق قلا پرونده کلاسه ۱۵۷-۱۴۰۱۱۱۴۴۱۲۰۰۸۰۰۰۱۵۷ تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی خانم ملیحه پوری فرزند اراز به شماره شناسنامه ۷۹۰۷ کد ملی ۴۹۷۹۱۱۹۴۲۵ صادره از آق قلا در ششدانگ یک قطعه زمین با بنای احدائی به مساحت ۳۰۰ مترمربع، در قسمتی از باقیمانده ششدانگ پلاک شماره ۶۴۰- فرعی از ۱- اصلی واقع در اراضی آق قلا بخش ۷- حوزه ثبتی ملک شهرستان آق قلا از سهمی آقای اراز پوری تأیید گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: روز سه شنبه ۱۴۰۲/۰۳/۰۹

تاریخ انتشار نوبت دوم: روز چهارشنبه ۱۴۰۲/۰۳/۲۴

علی برقی سرپرست اداره ثبت اسناد و املاک ملک آق قلام الف ۱۵۷۵۴

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

برابر رای شماره ۱۴۰۲۶۰۳۱۲۰۰۸۰۰۰۳۷۵ تاریخ ۱۴۰۲/۰۱/۲۸ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان آق قلا پرونده کلاسه ۱۶۲-۱۴۰۱۱۱۴۴۱۲۰۰۸۰۰۰۱۶۲ تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی خانم نعیمه

اندازه مجاز مصرف ویتامین‌ها چقدر است؟

برخی از ویتامین‌ها در صورت استفاده بیش از حد در بدن باقی می‌مانند و سبب ایجاد مسمومیت و عوارض جانبی فراوانی خواهند شد



ویتامین‌ها در مواد غذایی که آن‌ها را مصرف می‌کنیم وجود دارند ولی برخی از آن‌ها را نمی‌توان بیش از اندازه مصرف نمود زیرا می‌تواند مشکل ساز باشد. به گزارش ایران‌زندگی، ویتامین‌ها، ترکیب‌های ارگانیکی هستند که میزان محدودی از آنها برای سلامت بدن ضرورت دارد که معمولاً بدن میزان ضروری آنها را از طریق غذاها دریافت می‌کند، اما برخی مواقع، فرد با کمبود ویتامین‌ها مواجه می‌شود که با تشخیص پزشک باید از ویتامین استفاده نمایند. در بازار مقدار زیادی ویتامین و مکمل‌های غذایی وجود دارد که می‌تواند نیاز روزانه بدن را تامین کند اما مصرف زیاد ویتامین‌ها و مکمل‌ها پیامدهای منفی برای سلامتی دارد. برخی از ویتامین‌ها در صورت استفاده بیش از حد در بدن باقی می‌مانند و سبب ایجاد مسمومیت و عوارض جانبی فراوانی خواهند شد. در این مطلب به شما می‌گوییم که چه مقدار ویتامین مصرف نمایید تا از عوارض زیاده روی و یا حتی مصرف کمتر از حد نیاز ویتامین‌ها در امان بمانید.

مصرف زیاد کدام یک از ویتامین‌ها بلامانع است؟
برخی از ویتامین‌ها، از ویتامین‌های محلول در آب هستند و خیلی سریع با آب بدن تان جذب و حل می‌شوند. در صورتی که مقدار این ویتامین‌ها در بدن زیاد شود، از طریق ادرار، مازاد ویتامین دفع می‌شود بنابراین مصرف زیاد این ویتامین‌ها مشکلی ایجاد نمی‌کند. ویتامین C و مجموعه ویتامین‌های B شامل پیریدوکسین (B6)، تیامین (B1)، ربوفلاوین (B2)، نیاسین (اسید نیکوتینیک)، اسید پانتوتینیک، بیوتین، اسید فولیک (فولاسین یا فولات که شکل فعال آن در بدن است) و کوبالامین (B12)، از انواع محلول در آب هستند.

کدام یک از ویتامین‌ها نباید بیش از حد مصرف شوند؟

برخی از ویتامین‌ها، از ویتامین‌های محلول در چربی هستند. ویتامین‌های محلول در چربی نباید بدون نظارت پزشکی و در مقادیر زیاد مصرف شوند. واکنش سمی ناشی از مصرف زیاد ویتامین‌های محلول در چربی نسبت به ویتامین‌های محلول در آب، در مصرف مقادیر پائین تری از RDA به وجود می‌آید. ویتامین‌های محلول در چربی مانند ویتامین A، ویتامین D، ویتامین E و ویتامین K برای جذب شدن به چربی نیاز دارند، بنابراین بهتر است با غذاهایی که چربی دارند، مصرف شوند.

عوارض مصرف بی‌رویه برخی از پر مصرف‌ترین مکمل‌های ویتامین

ویتامین A

ویتامین A یک ویتامین ضروری برای بدن است که به سلامت بینایی و سیستم ایمنی بدن، کاهش سرطان ریه کمک می‌کند. این ویتامین به شکل گیری و حفظ سلامت پوست، دندان، بافت

اسکلتی و نرم بدن کمک می‌کند. یک نوع از ویتامین A (رتینول) از تولیدات حیوانی مانند ماهی و لبنیات به دست می‌آید اما نوع دیگری از ویتامین A به نام بتاکاروتن از گیاهان به دست می‌آید که هویج منبع غنی آن است. بتاکاروتن بعد از وارد شدن به بدن تبدیل به ویتامین A می‌شود. محصولات نارنجی و قرمز، سیب زمینی، هویج خام، طالبی، فلفل قرمز، ماهی سالمون، اسفناج، مانگو، لوبیا چشم بلبل، بروکلی و زردآلو از منابع ویتامین A هستند. در صورت مصرف مکمل، از مولتی ویتامینی استفاده کنید که بیشتر از دو هزار و ۵۰۰ واحد بین المللی ویتامین A که از بتاکاروتن‌ها تامین می‌شود، نداشته باشد. میزان زیاد مکمل بتاکاروتن در سیگاری‌ها خطر سرطان ریه را افزایش می‌دهد. مصرف بیش از حد ویتامین A سبب می‌شود مقدار مازاد آن در کبد جمع شود و بدن دچار عوارض جانبی مانند حالت تهوع، اسهال، استفراغ، کاهش اشتها، خستگی، سردرد، تاری دید، درد استخوان، ریزش مو و آسیب کبد شود.

ویتامین E

ویتامین E نقش بسیار مهمی در سیستم ایمنی و سلامت قلب دارد. بهترین منبع ویتامین E روغن‌ها و آجیل‌ها می‌باشند. اگر از مکمل ویتامین E استفاده می‌کنید، حتماً انواعی را انتخاب کنید که بیش از ۳۰ واحد بین المللی ویتامین E نداشته باشند و نوعی را انتخاب کنید که با توکوفرول ترکیب شده باشد تا به ویتامین E که از طریق غذا دریافت می‌کنید، نزدیک‌تر باشد. استفاده از دوز زیاد ویتامین (E۴۰۰) واحد بین المللی خطر سرطان پروستات را افزایش می‌دهد.

ویتامین K

ویتامین K نقش مهمی در سلامت استخوان‌ها و تولید پروتئین‌هایی که خون برای جلوگیری از لخته شدن به آنها نیازمند است، دارد. بسیاری از افراد این ویتامین را به شکل K1 از طریق خوراکی‌ها دریافت می‌کنند و بقیه آن به شکل K2 که روده آن را تولید می‌کند. گوشت و لبنیات، کلم پیچ، اسفناج و... از

ویتامین D

ویتامین D سبب جذب کلسیم بیشتر و داشتن استخوان‌های محکم، تقویت ایمنی بدن و عملکرد بهتر سلول‌ها و اعصاب می‌شود. از منابع مهم این ویتامین خورشید است. زمان قرارگیری در معرض نور خورشید، بدن ویتامین D تولید می‌کند و آن را در چربی‌ها ذخیره می‌کند. کمبود ویتامین D یک مشکل جدی به حساب می‌آید. مصرف دوز بالایی از ویتامین D3 در بلند مدت سبب تجمع بیش از اندازه این ماده مغذی در بدن منجر می‌شود. مسمومیت ویتامین D هنگامی رخ می‌دهد که سطوح این ویتامین در خون به بیش از ۱۵۰ ng/ml می‌رسد. از آنجایی که ویتامین در چربی بدن ذخیره می‌شود و به آرامی وارد جریان خون می‌شود، آثار سمیت ممکن است برای چند ماه پس از توقف مصرف مکمل‌ها نیز ادامه یابد. افزایش سطوح کلسیم خون، پریشانی گوارشی، مانند استفراغ، تهوع و معده درد، خستگی، سرگیجه و سردردگی، تشنگی بیش از اندازه، تکرر ادرار، کاهش اشتها، تحلیل استخوان، نارسایی کلیوی از عوارض مصرف بیش از حد ویتامین دی می‌باشد.

مولتی ویتامین‌های پاستیلی میوه‌ای

مصرف بیش از حد مولتی ویتامین‌ها خطرناک است و ممکن است فرد را تا مرز کما ببرد و جان او را به خطر بیندازد. پس اگر تصمیم گرفتید مکمل ویتامینی بخرید به یک پزشک مراجعه کرده و طبق تجویز او، ویتامین مصرف کنید.

زمان مناسب خوردن مکمل ویتامین و املاح

مصرف ویتامین‌ها در برخی از زمان‌ها سبب جذب بیشتر آن می‌شود و مصرف آنها با بعضی از خوراکی‌ها می‌تواند اثر بخشی آنها بکاهد. دقت کنید سالمندان، برخی از کودکان، مبتلایان به بیماری‌های مزمن و افراد تحت رژیم‌های غذایی یا مبتلا به بیماری‌های گوارشی باید تحت نظر پزشک از قرص‌های مکمل ویتامین‌ها و املاح استفاده نمایند. در صورت استفاده از قرص آهن، از مصرف همزمان آن با شیر و لبنیات و همچنین قرص کلسیم خودداری کنید. بهتر است برای بهتر شدن قدرت جذب قرص کلسیم، آن را در شب و هنگام خوابیدن مصرف نمایید. ویتامین‌های گروه B را بهتر است با غذا، میوه‌ها و سبزی‌ها مصرف کنید. ویتامین C چند ساعت در خون می‌ماند و سریع از راه کلیه‌ها دفع می‌شود، پس بهتر است این ویتامین را در هر سه وعده غذایی تقسیم و مصرف کنید. به دلیل وجود ماده‌ای محرک در ویتامین C این ویتامین را قبل از خواب مصرف نکنید، زیرا سبب بی‌خوابی خواهد شد. ویتامین‌های محلول در چربی مانند ویتامین A، ویتامین D، ویتامین E و ویتامین K برای جذب شدن به چربی نیاز دارند، بنابراین بهتر است با غذاهایی که چربی دارند، مصرف شوند.

ویتامین C

ویتامین C از پر مصرف‌ترین انواع ویتامین‌ها است که کمبود آن موجب افتادن دندان، آکنه، خستگی و حتی مرگ می‌شود. این ویتامین را می‌توان از منابع طبیعی تامین نمود اما در صورت کمبود آن در بدن بهتر است از مکمل‌های این ویتامین استفاده نمود. محدوده مصرف ویتامین C حدود ۲۰۰۰ میلی گرم است. مصرف زیاد این ویتامین کشنده نیست، اما مصرف بیش از حد این ویتامین سبب ابتلا به علائمی چون استفراغ، سردرد، بی‌خوابی، ترش کردن و اسهال می‌شود.

