

رویداد ایده پردازی
فروش دستبافت برگزار می شود



۲

توسعه کشت گلخانه ای
راهبرد جدی جهاد کشاورزی است



۳

برای ۳ آزمون استخدامی
در گلستان



۳

یادداشت اول

در آستانه انتخابات ریاست جمهوری

بامسؤولیت سردبیر

با نزدیک شدن به پایان زمان اعلام تایید صلاحیت های نامزدهای ریاست جمهوری جریان ها و گروههای سیاسی خود را برای حضور در رقابت ریاست جمهوری آماده می کنند، گلستان هم از چنین اتفاقی مستثنا نیست و قطعاً در صورت بوجود آمدن شرایط نسبی برای رقابت، گروهها و فعالان سیاسی آماده اند تا بر امر سیاسی تاثیر بگذارند. اولین گام آن را در این مسیر اصلاح طلبان گلستان با حضور در محمديه شریف موسوی گرگان برداشتند. اصلاح طلبان در این نشست درباره چگونگی و دلایل مشارکت فعال در صورت تایید نامزد صاحب صلاحیت با یکدیگر گفت و گو کردند و البته امید است که با برگزاری چنین نشست هایی فضای کم رمق گلستان به سوی شور و نشاط بیشتر حرکت کند. در این باره باید پذیرفت همه امور آداب خود را دارد این یک قاعده قطعی است و اگر چه شاید مشمول استثنایی هم بشود، اما قاعده همانست که هر اتفاقی حساب و کتاب خود را دارد بنابراین نمی توان انتظار داشت بدون برنامه ریزی، تامل و دراندیشی، امورات بر اساس ساز و کار خود به پیش روند. انتخابات در جامعه اسلامی مسؤولیتی دو وجهی است، هم حق و هم وظیفه است، حق و وظیفه به این معنا که هم شهروندان در انتخاب حاکمان حق دارند و هم انتخاب مسؤولان انجام یک وظیفه شرعی است و هر شهروندی علاوه بر مسؤولیت مدنی باید بخاطر ضرورت شرعی در این مسیر گام بردارد. از جانب دیگر چهار اصل رقابت، امنیت، سلامت و مشارکت هم از اصول اولیه انتخابات است و باید همواره لحاظ شود. بنابراین برای به حرکت در آوردن جامعه ای که دهها گرفتاری اقتصادی، اجتماعی و ... دارد مشارکت نخبگان در همه فرایندهای اداره امور ضرورت دارد حضور نخبگان، صاحب نظران، احزاب، نهادهای مدنی، اصناف و نهادهای ملجا یک ضرورت غیر قابل انکار است، به این خاطر باید به دست اندرکاران گفت، پیش از فوت فرصت گامی فرارپیش نهدید که تا به اکنون نیز دیر شده است، البته اگر اراده ای بر آن باشد.



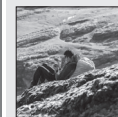
آغاز برداشت چغندر
قند پاییزه در گلستان

« ۸ »



اعضای شبکه پیگیری اجرای
قانون اساسی معرفی شدند

« ۸ »



۷ روش برای رهایی از
کسالت باری زندگی

« ۷ »

قهرمانی در بازی پنجم



که نتوانستیم امروز قهرمان شویم، امیدواریم در بازی بعد جبران کرده و عنوان قهرمانی را کسب کنیم. سرمربی شهرداری گرگان درباره داور بازی نیز گفت: من این همه سال درباره داور صحت نکرده ام و الان هم تصمیم ندارم این کار را کنم. معتقدم صحبت درباره داور کار آدم های ضعیف است که دنبال بهانه تراشی هستند. من از هواداران گرگانی عذرخواهی می کنم و مسؤولیت باخت با من است، او درباره بازی پنجم و پایانی سری فینال که به میزبانی گرگان برگزار خواهد شد نیز گفت: من نمی خواهم درباره برنامه ریزی لیگ صحبت کنم اما واقعا اگر این را نگویم راحت نمی شوم. بازیکنان ما ربات نیستند که هر روز در سفر و مسابقه باشند، آن ها هم آدم هستند. ما الان بازی کردیم و باید شب به سمت امارات پرواز کنیم تا در قهرمانی آسیا بازی کنیم. هاشمی در پایان صحبت هایش گفت: ما مشکلی با حریفان نداریم، حریف اصلی ما خود ما هستیم با این برنامه ریزی که انجام داده ایم. به تیم طبیعت هم حق می دهیم چون باید ۱۰ - ۱۵ روز بدون بازی تمرین کند و پول بازیکن خارجی را پرداخت کند که اصلاً خوب نیست. حریف اصلی خود ما هستیم و مشکلی با رقیبان خود در آسیا نداریم. بازیکنان ربات نیستند.

از نحوه برنامه ریزی سازمان لیگ برای مسابقات انتقاد کرد. به گزارش ایسنا، مصطفی هاشمی، سرمربی تیم بسکتبال شهرداری گرگان، پس از باخت شاگردانش در بازی چهارم سری فینال سوپر لیگ ایران، اظهار کرد: تیم ما همه تلاش خود را کرد تا با برد در این بازی قهرمانی را به دست آورد، اما متأسفانه نتیجه مد نظرمان حاصل نشد. البته اتفاقاتی در بازی رخ داد که به نظرم بهتر است بررسی شود تا ببینند آیا برخی تصمیمات آخر بازی درست بود یا نه؟ او ادامه داد: البته من از بازیکنانم تشکر می کنم چون همه تلاش خود را کردند؛ بسکتبال است و برد و باخت دارد. اشتباهی هم باشد مقصر من هستم و از هواداران گرگانی عذرخواهی می کنم.

بازی پنجم دو تیم روز ۳۰ خرداد به میزبانی تیم شهرداری گرگان برگزار خواهد شد و هر تیمی که برنده آن بازی شود، قهرمان لیگ خواهد شد. سری فینال سوپر لیگ بسکتبال ایران به صورت ۳ از ۵ برگزار می شود، هر تیمی که ۳ بار حریف خود را شکست دهد برنده سری فینال شده و قهرمان لیگ می شود. در حال حاضر با این نتیجه، سری ۲-۲ مساوی است و قهرمان لیگ در بازی پنجم مشخص می شود.

انتقاد سرمربی شهرداری گرگان از برنامه ریزی لیگ بسکتبال بازیکنان ربات نیستند

سرمربی تیم بسکتبال شهرداری گرگان،

در ادامه کورس قهرمانی بسکتبال ایران، تیم بسکتبال طبیعت با شکست دادن شهرداری گرگان در بازی چهارم، سری فینال لیگ برتر را به بازی پنجم کشاند. به گزارش ایسنا، از ساعت ۱۶ (جمعه ۱۸ - خرداد ۱۴۰۳)، بازی چهارم سری فینال سوپر لیگ بسکتبال مردان ایران به میزبانی تیم طبیعت در سالن آزادی تهران برگزار شد که در پایان، تیم طبیعت تهران با نتیجه ۸۶ - ۸۲ به پیروزی دست یافت تا قهرمانی به بازی پنجم در گرگان بکشد. با شروع این دیدار، برخلاف بازی سوم شاگردان مهران شاهین طبع در تیم طبیعت تهران، عملکرد بهتری مقابل مهمان خود داشتند و ۳۰-۲۴ برنده کوارتر نخست شدند، اما در ادامه این تیم شهرداری گرگان بود که نبض بازی را در اختیار گرفت تا ضمن برتری ۱۹-۲۷ در کوارتر دوم، ۴۹ - ۵۱ پیروز نیمه نخست شود. با آغاز نیمه دوم هر دو تیم عملکرد پایایی را از خود به نمایش گذاشتند تا با توجه به تساوی ۲۰-۲۰ دو تیم در کوارتر سوم، تیم شهرداری گرگان تا پایان کوارتر سوم، همچنان با دو امتیاز اختلاف و برتری ۶۹ - ۷۱، از حریف خود پیش باشد. در کوارتر چهارم اما این تیم طبیعت بود که با درخشش استیونس و داورپناه ۱۷-۱۱ پیروز شد تا با نتیجه ۸۶ - ۸۲ برنده بازی شده و سری را به بازی پنجم بکشد.



دوره آموزشی امداد هوایی هلال احمر در گلستان آغاز شد

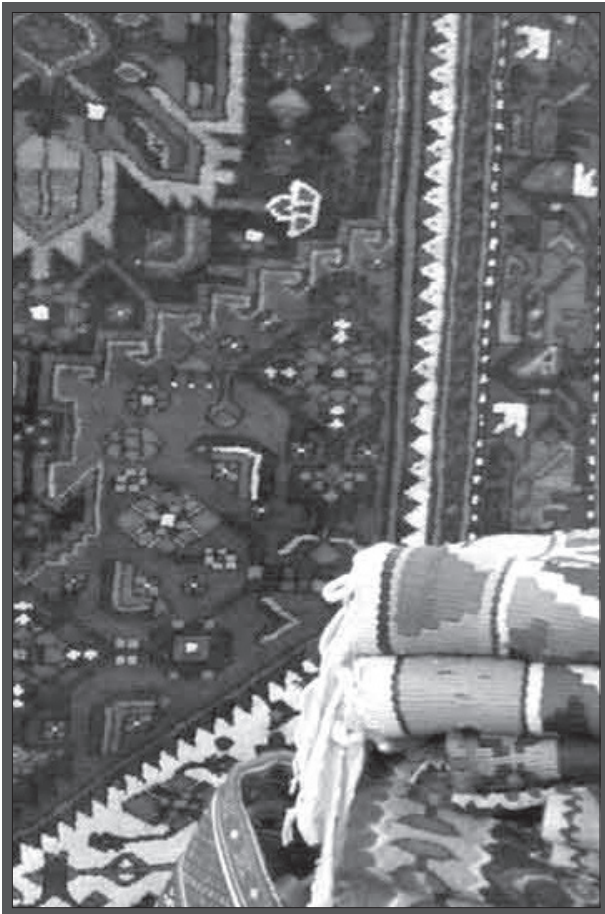


مدیرعامل جمعیت هلال احمر گلستان گفت: اولین دوره آموزش امداد هوایی رابطین استانها از روز گذشته با حضور رئیس سازمان امداد و نجات جمعیت هلال احمر به میزبانی گلستان آغاز شد. به گزارش روابط عمومی، قاسم غریب‌آبادی اظهار کرد: دوره آموزشی هشت روزه با همکاری و مشارکت شرکت هواپیمایی نوید (خدمات بالگردی) و حوزه آموزش سازمان امداد و نجات جمعیت هلال احمر تا ۲۷ خرداد ماه ادامه خواهد داشت. مدیرعامل جمعیت هلال احمر گلستان گفت: در این دوره، اصول و کلیات امداد و نجات هوایی، آموزش قوانین و مقررات هوایی، شناخت تجهیزات هوایی، مقررات فنی و ایمنی بالگرد، کنترل عملیات زمینی بالگرد با حضور شرکت طرف قرارداد پروازهای امداد و نجات و مسولین امداد هوایی جمعیت هلال احمر به فراگیران آموزش داده خواهد شد. غریب‌آبادی اضافه کرد: کلاس‌های تئوری این دوره آموزشی در اردوگاه زنده‌یاد امیرمحمد قاسمی شهر دلد و کارگاه‌های عملی آن در پایگاه امداد هوایی جمعیت هلال احمر در گرگان برگزار می‌شود. گلستان دارای پایگاه امداد هوایی جمعیت هلال احمر است که در آن یک فروند بالگرد مستقر بوده و به صورت ۲ هفته در میان با استان مازندران به صورت مشترک در این استان حضور دارد.

رویداد ایده پردازی فرش دستبافت بر گزار می شود

این رویداد ایده‌پردازی و کارآفرینی اعلام کرد. به گفته وی؛ صاحبان ایده‌های برتر در جشنواره نوآوری و کارآفرینی زنجیره ارزش قالی استان گلستان با حمایت مرکز ملی صنایع خلاق و فرش ایران تجلیل می‌شوند. مدیرکل صنعت، معدن و تجارت استان گلستان متذکر شد: از آنجا که فقدان رویکردهای نوآورانه و آگاهی از روش‌های خلق و ثبت‌نام‌های تجاری یکی از گلوگاه‌های تجاری‌سازی و انتفاع از ارزش حاصل از زحمات دست‌اندرکاران حوزه اقتصاد- هنر فرش دستبافت است، انتظار می‌رود با اجرای این برنامه‌ها، سطح کیفی و مهارتی فعالان و کارآفرینان زیست بوم فرش دستبافت در استان ارتقا یافته و منجر به ثروت‌آفرینی بیشتر برای اجزای زنجیره شود. حسن‌زاده از تولید سالانه ۳۷ هزار متر مربع فرش دستبافت در استان گلستان خبر داد و یادآور شد: در استان گلستان ۳۰ هزار بافنده، فرش دست‌باف، گپه و تابلو فرش تولید و روانه بازار می‌کنند. وی با بیان اینکه فعالان فرش دستبافت گلستان در قالب ۲۵۰ شرکت تعاونی، بیشتر در گنبدکاووس، بندرترکمن، آق‌قلا و کلاله سکونت دارند، خاطرنشان کرد: به گفته کارشناسان حوزه صنعت فرش دستبافت گلستان، تولید فرش ترکمنی و فرش ابریشم منحصر به‌فرد و نیز تنوع طرح و رنگ و نوع (فرش ترکمنی، گلیم، جاجیم، گبه و طرح‌های خاص) از جمله نقاط قوت و فرصت‌های صنعت فرش در این استان است.

مدیرکل صنعت، معدن و تجارت گلستان از برگزاری رویداد ایده‌پردازی و کارآفرینی در زنجیره ارزش تولید و فروش فرش دستبافت در این استان خبر داد و گفت: هدف اصلی از این رویداد ایجاد زمینه رشد و نوآوری برای حلقه‌های زنجیره ارزش فرش از مرحله تهیه مواد اولیه تا حضور در بازارهای جهانی از طریق هم‌افزایی و ارتباط بین مراکز علمی و فعالان زنجیره فرش است. به گزارش روابط عمومی، درویشعلی حسن‌زاده بهره‌بردار مناسب از منابع غنی صنایع فرهنگی برای ایجاد فرصت‌های رشد و توسعه هنر صنعت فرش دستبافت، ترویج فرهنگ خلاقیت و نوآوری، شناسایی استعدادهای خلاق و برقراری ارتباط با آنها را از جمله دیگر اهداف برگزاری جشنواره نوآوری و کارآفرینی زنجیره ارزش قالی برشمرد و تاکید کرد: در قالب این جشنواره شرکت‌های خلاق و دانش‌بنیان در حوزه زنجیره ارزش فرش دستبافت دور هم جمع خواهند شد. مدیرکل صنعت، معدن و تجارت گلستان ادامه داد: نخبگان، مراکز علمی، شرکت‌های دانش‌بنیان، شرکت‌های کارآفرینی و کسب و کار استان گلستان می‌توانند برای مشارکت در این رویداد اقدام کنند. حسن‌زاده به‌کارگیری مواد اولیه فرش، ریسندگی و رنگرزی، طراحی فرش، تکنیک‌های کارآمد در چله‌دوانی، چله‌کشی و بافت، عملیات تکمیلی و مرمت فرش و کانال‌های فروش داخلی و نفوذ در بازار جهانی را از محورهای



مدیرعامل جمعیت هلال‌احمر گلستان گفت: امدادگران پایگاه شش آب رامیان، بانویی که بر اثر سقوط از ارتفاع در مسیر چشمه‌النگ رامیان جان خود را از دست داده بود را به پایین دست انتقال دادند. به گزارش روابط عمومی، قاسم غریب‌آبادی اظهار کرد: یک تیم از پایگاه شش آب به محل حادثه اعزام شد و با استفاده از ابزار تخصصی کوهستان پیکر جان‌باخته را به محل مناسب منتقل و تحویل عوامل انتظامی دادند. وی یادآور شد: این بانو پس از لغزیدن و افتادن ارتفاع در مسیر آبشار جان خود را از دست داده است. وی ادامه داد: همچنین بر اثر تصادف یک دستگاه سواری پراید و موتورسیکلت در جاده آق‌قلا - گنبدکاووس، یک جوان ۱۸ ساله جان خود را از دست داد. مدیرعامل جمعیت هلال احمر گلستان گفت: در این تصادف همچنین سه نفر مصدوم شدند. غریب‌آبادی اضافه کرد: بر اثر انحراف و سقوط یک دستگاه سواری پراید به دره در جاده

تنگراه چهار نفر مصدوم و یک نفر جان خود را از دست داد. وی بیان کرد: همچنین یک گروه گردشگر ۱۶ نفره که در مناطق جنگلی مینودشت گم شده بودند با تلاش امدادگران هلال‌احمر به محل امن انتقال داده شدند. وی اظهار کرد: این گروه گردشگر اهل تهران بودند که در مناطق جنگلی روستای ساسنگ شهرستان مینودشت گم شده بودند. مدیرعامل جمعیت هلال احمر گلستان گفت: همزمان با اعزام تیم، گردشگران راه خود را پیدا و امدادگران آنها را در مسیر رؤیت کرده و آنها را تا محل امن همراهی کردند. غریب‌آبادی خاطرنشان کرد: تعدادی از گردشگران به دلیل خستگی، گرسنگی و کمبود آب آشامیدنی دچار ضعف شده و برای بازگشت با سختی روبرو بودند که امدادگران به وضعیت آنها رسیدگی کردند. وی افزود: همچنین یکی از بانوان همراه گروه از ناحیه دست آسیب جزئی دیده بود که اقدامات لازم برای مصدوم انجام شد.



یک زائر گلستانی در مکه به دیدار حق شتافت

جانشین مدیریت حج و زیارت گلستان گفت: یک زائر گلستانی بیت‌الله الحرام، روز جمعه در مکه به دیدار حق شتافت. به گزارش روابط عمومی، محمدرحیم ملاح اظهار کرد: مرحوم عبدالغفور گری از زوار اهل سنت متولد ۱۳۴۸ بود که به علت سکته قلبی به بیمارستان مکه منتقل و در بیمارستان دعوت حق را لبیک گفت. وی بیان کرد: مرحوم گری از کاروان ۲۸۰۴۲ شهرستان آق‌قلا روز ۱۷ خرداد به سفر معنوی حج تمتع مشرف شده بود. وی یادآور شد: کار انتقال پنج هزار و ۱۳۳ زائر گلستانی حج ابراهیمی سال جاری از صبح پانزدهم خرداد ماه از طریق فرودگاه بین‌المللی شهدای گرگان آغاز شده است. جانشین مدیریت حج و زیارت گلستان گفت: کار اعزام، زوار گلستانی در قالب ۳۹ کاروان با ۲۱ پرواز تا ۲۱ خرداد ماه سال جاری ادامه خواهد داشت. ملاح افزود: تاکنون عملیات اعزام سه هزار و ۳۶ زائر گلستانی در قالب ۳۲ کاروان با مجموع ۱۳ پرواز از فرودگاه بین‌المللی شهدای گرگان به مقصد جده انجام شده است. وی یادآور شد: از مجموع زائران اعزام شده تاکنون از گلستان ۷۰۲ نفر شیعه و مابقی اهل سنت بودند.

بانوی گلستانی در اثر سقوط از آبشار جان باخت

در مراسم افتتاح این طرح اظهار کرد: با همکاری اعضای شورای مسکن استان، دستگاه‌های متولی و دستگاه خدمات‌رسان اقدامات خوبی در حوزه مسکن شاهد خواهیم بود. زنگانه یکی از مشکلات طرح نهضت ملی مسکن در استان گلستان را کمبود زمین و تامین آن برای احداث واحدهای مسکونی عنوان کرد و افزود: در شورای فرعی مسکن گلستان، اتفاقات خوبی در ۶۰۰ روستای گلستان که در تملک اراضی بنیاد علوی قرار دارد، رخ داده است. استاندار گلستان بیان کرد: پروژه ۹۶ واحدی شهرک بهارستان یکی از پروژه‌های شاخص کشور و استان گلستان است که علاوه بر نظارت بر کیفیت ساخت آن، محوطه‌سازی و

افتتاح ۹۶ واحد مسکونی در بهارستان گنبد کاووس

۹۶ واحد مسکونی در قالب طرح نهضت ملی مسکن در بهارستان گنبدکاووس با حضور استاندار گلستان افتتاح شد. به گزارش روابط عمومی، استاندار گلستان

فضای مناسب برای اهالی آن در نظر گرفته شده است. این طرح در زمینی به مساحت ۷ هزار مترمربع و در ۶ بلوک ۱۶ واحدی ساخته شده و به هر واحد مسکونی ۵۵۰ میلیون تومان تسهیلات پرداخت شده است.



توسعه کشت گلخانه‌ای

راهبرد جدی جهاد کشاورزی است



سرپرست مدیریت امور اراضی سازمان جهاد کشاورزی گلستان گفت: اهتمام به توسعه کشت گلخانه‌ای برای مصرف بهینه منابع آب و خاک و نیز تامین امنیت غذایی پایدار از راهبردهای اساسی جهاد کشاورزی استان است. به گزارش روابط عمومی، محمود بزی در حاشیه بازدید از ۲ واحد گلخانه‌ای تولید سبزی و صیفی در شهرستان‌های آزادشهر و گنبدکاووس بیان کرد: با کمبود منابع آبی در کشور و استان گلستان چاره‌ای جز حرکت به سمت توسعه کشت‌های گلخانه‌ای نداریم. وی افزود: کمبود منابع آبی در گلستان از یک سو و شرایط اقلیمی مناسب آن برای کشت‌های گلخانه‌ای فرصت خوبی برای توسعه این نوع کشت‌ها فراهم کرده است. بزی ادامه داد: در کشت‌های گلخانه‌ای علاوه بر مصرف بهینه آب و خاک، تولید محصول

و ایجاد اشتغال در این کشت‌ها حداقل تا پنج برابر افزایش می‌یابد. سرپرست مدیریت امور اراضی جهاد کشاورزی گلستان همچنین افزود: در اجرای قانون حفظ کاربری اراضی زراعی و باغ‌ها، صیانت و حفظ کاربری اراضی برای تامین امنیت غذایی جامعه مورد تاکید است. مدیر جهاد کشاورزی گنبدکاووس هم در حاشیه بازدید از گلخانه تولید سبزی و صیفی ۱۷ هزار متر مربعی مهنار نوریخس گفت: این واحد تولیدی در سال ۱۴۰۰ فعالیت رسمی خود را با دریافت ۷۵ میلیارد ریال تسهیلات بانکی در ۲ مرحله و نیز سرمایه آورده متقاضی آغاز کرد و اکنون ۲۴ نفر به صورت ثابت و روزمرد در آن مشغول فعالیت هستند. عبدالملک آرخچی افزود: در گنبدکاووس ۱۳۵ هکتار گلخانه فعال وجود دارد که ۹۵ هکتار آن سبزی و صیفی و

بقیه در زمینه گیاهان دارویی و گل‌های زینتی مشغول تولید هستند. وی از در دست احداث بودن ۵۵ هکتار گلخانه در گنبدکاووس خبر داد و اضافه کرد: سه هکتار از این واحدهای در دست احداث بیش از ۵۰ درصد پیشرفت فیزیکی دارند. آرخچی، هزینه احداث هر مترمربع گلخانه را حدود ۳۰ میلیون ریال اعلام کرد و گفت: تولید خیار و گوجه فرنگی در هر مترمربع کشت گلخانه در گنبدکاووس به ترتیب ۲۰ و ۲۵ کیلوگرم در فصل است که چندین برابر کشت‌های زمینی است. همچنین واحد گلخانه هفت هزار متر مربعی محمود رضایی در آزادشهر هم که فعالیت رسمی خود را در زمینه تولید سبزی و صیفی از اواخر سال گذشته آغاز کرده برای ۲۰ نفر به صورت ثابت و روزمرد فرصت شغلی ایجاد کرده است.

بترین رکابزنان لیگ شمال کشور مشخص شدند



هفته اول رقابت‌های دوچرخه‌سواری لیگ شمال کشور با معرفی برترین رکابزنان این مسابقات در گرگان برگزار شد. به گزارش ایرنا، اولین مرحله مسابقات دوچرخه‌سواری لیگ استان‌های شمالی و خراسان شمالی به میزبانی گرگان برگزار شد. این مرحله از مسابقات به مناسبت گرامیداشت شهدای خدمت و یادواره مرحوم روح الله کبیرنجفی پیشکسوت دوچرخه‌سواری گلستان با حضور ۶۰ رکابزن در قالب ۱۱ تیم به مسافت ۶۳ کیلومتر در مسیر گرگان به بخش بهاران به صورت رفت و برگشت برگزار شد. در پایان این رقابت‌ها آرتین صدیقی از هیات دوچرخه‌سواری تنکابن زودتر از بقیه از خط پایان گذشت و به مقام نخست دست یافت. همچنین رحیم براتی از تیم هیات دوچرخه‌سواری گنبدکاووس و امیرحسین یآوری از عباس‌آباد به ترتیب در مکان‌های دوم و سوم قرار گرفتند. میثم جوانمرد از کبابسرای سید گرگان، محمد بهزادی از هیات تنکابن و محسن پورمهدی از عباس‌آباد به ترتیب در مکان‌های چهارم تا ششم قرار گرفتند.

طرح ۱۴۴۰ برای نهضت پیشرفت بانوان کشور طراحی شده است

مدیرکل تبلیغات اسلامی گلستان گفت: طرح ۱۴۴۰ برای نهضت پیشرفت بانوان کشور طراحی شده است. به گزارش روابط عمومی، حجت الاسلام عباسعلی گرزین اظهار کرد: برای نخستین بار در استان‌های کشور نشست عملیاتی طرح فاخر ایران ۱۴۴۰ در گلستان در حال برگزاری است. وی با اشاره به اینکه این طرح در جهت نهضت پیشرفت بانوان کشور طراحی شده است، افزود: با توجه به ظرفیتهایی که در بانوان ایران وجود دارد برش استانی برای نخستین

بار در کشور در گلستان در حال انجام است. مدیرکل تبلیغات اسلامی گلستان گفت: بانوان فرهیخته و مؤثر استان گلستان دور هم جمع شدند تا برای ۴۰ سال آینده استان آینده‌نگاری و آینده‌سازی کنند. وی یادآور شد: این طرح با مشارکت و حمایت سازمان تبلیغات اسلامی کشور و همکاری تمامی مجموعه‌های کشور در حال برگزاری است. گرزین با اشاره به اینکه برای برگزاری این برنامه بیش از دو سال نشست‌های مختلفی برگزار شد، اظهار کرد: این طرح در قالب نشست‌های پنجگانه مداوم به صورت ماهانه بین افرادی که طرح‌های جدی در حوزه‌های مختلف برای ۴۰ سال آینده استان گلستان ارائه کردند برگزار می‌شود تا در نهایت به سمت اجرای میدانی این طرح‌ها حرکت کنیم.

برپایی ۳ آزمون استخدامی در گلستان

جهاد دانشگاهی گلستان همچنین از آزمون استخدامی فرزندان شهدا و فرزندان جانبازان ۷۰ درصد و بالاتر در این استان خبر داد و گفت: این آزمون استخدامی نیز به‌علاوه ظهر روز پنجشنبه در دانشگاه شهید چمران برگزار شد. وی از شرکت ۴۳ داوطلب در این آزمون استخدامی خبر داد و تصریح کرد: ۱۸۹ نفر از داوطلبان مرد و ۲۱۴ نفر نیز زن هستند. خسروی با اشاره به برپایی آزمون استخدامی سازمان ثبت و اسناد استان ادامه داد: این آزمون نیز صبح روز جمعه ۱۸ خرداد با حضور ۲۸ شرکت‌کننده در دانشگاه حکیم جرجانی استان نیز برگزار شد. معاون آموزشی و کارآفرینی جهاد دانشگاهی گلستان بیان کرد: ۱۵۰ نفر از شرکت‌کنندگان در این آزمون نیز مرد و ۶۸ نفر نیز زن هستند.



خبر

آموزش دامداران اولویت جهاد کشاورزی است



غزاله صیدانلو- معاون بهبود تولیدات دامی جهاد کشاورزی گلستان گفت: برپایی دوره‌های آموزشی تخصصی ویژه دامداران با بهره‌گیری از متخصصان در راستای تولید با کیفیت، اولویت جهاد کشاورزی استان در سال جاری است. صاحب‌خیراندیش در حاشیه برگزاری آموزش تخصصی دامداران صنعتی گلستان، اظهار کرد: این طرح از اواخر سال قبل با برگزاری یک دوره آموزشی تخصصی ویژه دامداران صنعتی با جمعیت پرورش ۲۶ هزار راس دام صنعتی به اجرا درآمده است. وی با تاکید بر سرمایه‌گذاری در حوزه آموزش دامداران ادامه داد: تا سه ماه آینده برپایی یک دوره آموزشی تخصصی ویژه دامداران پرورش دام سبک استان تدارک دیده شده است. خیراندیش یادآور شد: استان گلستان در حوزه پرورش دام سبک و سنگین ظرفیت بالایی دارد و افزایش سرمایه‌گذاری برای دانایی دامداران در نقش‌آفرینی تولید محصولات دامی و افزایش درآمد این قشر ضروری است. به گفته وی یک میلیون و ۱۰۰ هزار راس دام سبک و ۳۵۰ هزار راس دام سنگین در این استان برای پرورش وجود دارد که از آن سالانه ۳۰۰ هزار تن شیر خام و ۲۹ هزار تن گوشت قرمز تولید می‌شود. معاون بهبود تولیدات دامی جهاد کشاورزی گلستان همچنین از تاثیر مثبت بارش سال آبی جاری در بخش رونق پرورش دام استان خبر داد و افزود: ۹۰ درصد دامداری‌های منطقه به روش سنتی اداره شده و تغذیه دام‌ها از محل علوفه مرتعی تامین می‌شود که این بارش‌ها نویدبخش رونق این صنعت است. عضو هیات علمی دانشگاه اصفهان نیز در همایش ارتقای مدیریت تغذیه و پرورش در صنعت دام با استفاده از دانش نوین در گرگان گفت: اساس توسعه صنعت دامپروری کشور، سرمایه‌گذاری در حوزه آموزش و ارتباط بیشتر با مراکز دانشگاهی است. غلامرضا قربانی افزود: سرمایه‌گذاران در صنعت دام نیاز مبرم به ارایه مشاوره در حوزه تامین تغذیه دام برای افزایش کیفیت تولید شیر دارند که استان گلستان در این زمینه پیشقدم است. وی ضمن انتقال آخرین یافته‌های تغذیه دام سنگین، به سوالات ۱۹۰ دامدار شرکت‌کننده استان گلستان در همایش دو روزه ارتقای مدیریت تغذیه و پرورش در صنعت دام با استفاده از دانش بنیان در گرگان پاسخ داد.

گلشن

۰۱۷۳۲۲۴۴۳۰۲

ساختار شناسی قصه ها / فیلم هفت پرده



علی درزی - خاستگاه در هر بحثی، هم به لحاظ اطلاعات عمومی و هم به لحاظ تحلیل رفتاری چه در علم و چه در هنر می تواند جذابیت های خودش را داشته باشد. تاریخ هر چیزی نشان دهنده خاستگاه آن موضوع است. مثلا تاریخ ادبیاتی که در کتاب فارسی دبیرستان می خواندیم یک نمونه اولیه این نوع از تاریخ خاستگاه آثار بود. این که نویسنده یا شاعر در چه قرن زبیر سلطه چه حاکمی و در چه شرایط اجتماعی می زیسته یا مثلا ملل اتمی تامسون در شیمی چگونه پی ریزی شد تا به ملل کوانتومی رسید. بعد از آن دوران هر کدام مسیر محضی را که در پیش گرفته باشیم متوجه می شویم که این تاریخ به چه صورت در طول زمان دستخوش تغییرات شده. حتی در مورد تاریخ زندگی و زیست پدید آورندگان، یقینا نظری که در مورد شمس و مولانا در دبیرستان داشتیم با آن چه بعد از پایان مقطع دکترا خواهیم داشت بسیار متفاوت خواهد بود. در عالم قصه و داستان همیشه یک مادر و پدر واحد وجود داشته. مادری به نام اسطوره و پدری به نام ارسطو (قرابت نوشتاری کلمه پدر و مادر هم در جای خودش در زیانمان یکتاست). نه تنها در قصه ها و داستان ها بلکه در علوم روانشناسی، جامعه شناسی، فلسفه، سیاست و مذهب، اسطوره ها پایه ثابت آن به شمار می آیند و بابا ارسطو نیز در قصه با بوطیقاییش به این اسطوره ها لباس درام و فن روایت می پوشاند. تاریخ که همان ثبت و تکرار قرارداد زمان است، همواره با پنلها و حکایات و اشک ها و لبخندها همراه بوده. درس بزرگی که تاریخ به ما می دهد، قرارداد زمان و تکرار مکررات در بستر همان زمان است. تکرار و تکرار و تکرار! وقتی کنه و ذات معنای زمان تکرار باشد، شما از زاده ای چون قصه که از بطن آن صورت گرفته چه انتظاری دارید؟ آیا قصه ها چیزی جز تکرارند؟ خیر. پس چطور می توانیم پای این همه قصه های تکراری بنشینیم؟ اول از همه لطف فراموشی مغز را نباید در روند زندگی روزمره مان را فراموش کنیم و مساله بعدی، به روز شدن قصه هاست. یعنی قصه ها در طول زمان، امروزی می شوند و به اقتضای نیاز زمانه اش با درون مایه ای تکراری ولی به شیوه ای نوین روایت می شوند. پرده نقره ای در جادوی سینما نیز از این قائله مستثنی نیست. ما در سینما با معانی چون: الهام گرفته، بر اساس، اقتباس، اقتباس آزاد، اقتباس پایبند و ... مواجه ایم. به لحاظ خاستگاه شناسی، لذت ما را از سینما دو چندان می کند. اجازه بدهید یک نوع نگاه مهمی را در مورد این موضوع روشن کنم. در تاریخ سینما، فیلم "بازی های مسخره" اثر میثائیل هانکه یکی از بهترین نوع مثال هاست. ابتدا به ساکن این فیلم در سال ۱۹۹۷ در اتریش ساخته شد، سپس ۱۰ سال بعد یعنی سال ۲۰۰۸ دوباره همین فیلم در هالوود ساخته شد! یک کارگردان، یک فیلم را دو بار طی ده سال عینا ساخته، فقط بازیگران و تیمش عوض شدند. چرا؟ جواب این چرا یقینا چیزی جز پول در صنعت سینما نیست، بحث من نقد دو بار ساخته شدن یک اثر نیست، بلکه می خواهم به فیلمدوستان عزیز این نکته اساسی را بیان کنم که اگر فیلمی شما را به



"هفت پرده" به قدری فاجعه است که دقیقاً می توان پالپ های شناور "شب های روشن" را در مایع "هفت پرده" دید

یاد داستان یا فیلم دیگری اناخت، نمی توانید به آن خرده بگیرید، چرا که در اقتضای زمان خودش یکی از انواع الهام، اقتباس، برداشت ... را انتخاب کرده. پس شما به عنوان بیننده آگاه بایستی ببینید که آن تکرار توانسته شما را سر گرم کند یا نه! چرا که اولین و اساسی ترین قانون سینما سرگرمیست. به نظر من، سرگرمی با وجود تکرار اثر، یکی از مهم ترین اصول امروزی است که هر سازنده ای باید به آن توجه داشته باشد. یکی از دام های بزرگ این وادی کپی برداریست. کپی برداری کورکورانه مایه سقوط آثار است. سینما دوست و کارگردان ایرانی را در نظر بگیرید که موقع اکران فیلم های آنتونونیو آن را تماشا می کند و صرفاً از قالب های طلویی که بازیگر پشت به تصویر است الهام می گیرد که در فیلم خودش استفاده کند، نتیجه در زمان خودش یقیناً فاجعه بار خواهد بود. پس کپی از آثار صرفاً به درد لای جز هم نمی خورد. برای مضمون قصه ای هم می توان مثال آورد، مثلا شاهکار "دزد دوچرخه" "مسیکا" را در نظر بگیرید، فیلم به قدری عالم گیر می شود که کیانوش عیاری در فیلم آبادانی ها نمی تواند از پروراندن آن موضوع در قصه خودش چشم پوشی کند، کار به جایی می رسد که از این فیلم در آخر فیلمش نام می برد این امر جرات کارگردان را نمی رساند بلکه به سینما دوست حرفه ای می گوید که در مراحل شکل گیری قصه نتوانسته از تاثیر دزد و دوچرخه ممانعت به عمل بیاید چیزی را که ساخته صرفاً یک ایرانیزده شده ای از دزد و دوچرخه بوده. یا مثلا مثال معروف "ژانسی شیشه ای" که یک کپی از روی "بعد از ظهر سگی" است! در این میان ما اقتباس های جانداري چون "اینجا بدون من" از "بهرام توکلی" هم داریم که در جهت معکوسش حرکت می کند، یعنی قصد ایرانیزده کردن کپی وار قصه را ندارد بلکه با توجه به منبع اقتباس آن را ایرانی روایت می کند. برای توضیح بیشتر دو فیلم "خواب سفید" از "حمید جبلی" که قبلاً نقد شده و فیلم "هفت پرده" از "فرزاد مومتمن" را مثال می زنم. "خواب سفید" با شروع و بیان ارتباط شخصیت اصلی با مانکن پشت ویرترین مغازه ما را به قصه مشهور "موروسک پشت پرده" صادق هدایت می برد تا اینجا یک هوشمندانی

شود بحث پایان در فیلم های سینمایی ایران. اکثر فیلم ها و سریال های ایرانی مشکل پایان دارند چون میانه یا پرده دوم خوبی ندارند. چون ایده ها به لحاظ داستانی خوب ورز نمی آیند. از نکات حاشیه ای این فیلم در آن روزگار می شود نگاه غالب مردان در مورد کار کردن زنان حتی در محیط کاملاً زنانه هم پرده برداشت، که گویا چنان مثبت نبوده! مثال بعدی همانطور که اشاره کردم فیلم "هفت پرده" "فرزاد مومتمن" است، البته بهتر است بگویم فیلم سعید عقیقی. نویسنده را همان کارگردانی در نظر بگیرید که به دیدن فیلم آنتونونیو رفته بود. اما اینبار نویسنده به دیدن فیلم "پالپ فیکشن" "تارانتینو" رفته. "هفت پرده" یک کپی از پالپ فیکشن است، کپی به مراتب فاجعه وارتر از آبادانی ها!

پست مدرن یکی از بلایای ویرانگر سینما و ادبیات ماست. بلایی که گویا بعد از ترجمه آثار "کارور" وارد ادبیات داستانی ما شد. پست مدرن مانند موبایل اول وارد فرهنگ ما شد و بعد از آن سعی بر فرهنگ سازی شد. پست مدرن هم اول با ترجمه وارد ادبیات ما شد و بعد از سال ها طی یک فرآیند خود زیستانه از نویسندگان (شما بخوانید مصطفی مستورها و امثالهم) منجر به تولید اثر شد و بعد چیزی حدود یک دهه، این سبک مورد نقد و آموزش برای نویسندگان قرار گرفت، چه بسا که هنوز هم درگیر درک درست آنیم! سینما هم از این تجاوز بی نصیب نبود، کارگردانان و نویسندگان پیشرو با آزمون و خطا سعی به ساختن پست مدرن خودشان را داشتند.

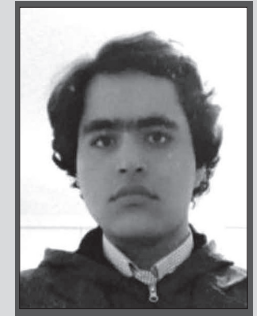
زوج فرزند مومتمن و سعید عقیقی یکی از پیشروهای نسل جدید هنرمندان بودند که در عرصه سینما سعی در جریان سازی داشتند. ولی این تجربه بیشتر از هر چیزی یک کپی از یک اثری است که خالقش با دیدنش به وجد آمده و هرکار کرده نتوانسته اندکی به یاد فیلم خودش بپردازد. "هفت پرده" به قدری فاجعه است که دقیقاً می توان پالپ های شناور "شب های روشن" را در مایع "هفت پرده" دید. انگار دنیای راوی و شخصیت شب های روشن را برداشتی آوردی در فیلمی دیگر تا بتوانی به استناد قوانین بی قانونی پست مدرن آن را توجیه کنی و یک فیلم جریان ساز بسازی. به لحاظ اصولی که مثلا راوی می تواند به بیننده بگوید که این فیلم روایتی است که هر یک از شخصیت ها با علاقه خودشان و آن طوری که دوست دارند می توانند قصه خودشان را تعریف کنند، می توانند وسط فیلم با بیننده صحبت کنند و مثلا بگویند فلان تلاش های من قابل تعریف نیست و از اینجا به بعش را ببینید، یا اینکه راوی چند مرد مرده باشد و ... در کنار این قواعد می توان به شکسته شدن زمان، ارجاع های سینمایی، شخصیت های غیر قابل پیش بینی، و اتفاقات عجیب و بی منطقی که نزدیک به طنز می شود هم اضافه کرد. با دانستن این قواعد نمی شود فیلم پست مدرن ساخت. فیلم پست مدرن قبل از هر چیزی به لحاظ قصه می

بایست الزام قصه باشد تا اجبار و زور چپان شدن آن. جذاب از کارگردان رخ داده، اقتباس از یک داستان ایرانی، از آن جایی که شخصیت لوده و کمی شیرین عقل است، از همان ابتدا می توانیم حدس بزنیم که اتفاقات آن داستان قرار نیست در فیلم رخ بدهد، در واقع می توانیم بگویم که قرار نیست فاجعه "گاش آکل" در اینجا رخ بدهد، اگر حضور ذهن داشته باشید، یکی از ایراداتی که به فیلم "گاش آکل" گرفته شد این بود که چطور مرغ سخنگو در پایان داستان به زبان داش آکل در فیلم صحبت می کند و می گوید: مرجان! عشق تو منو کشت. یعنی قالب سینما اینجا الکن می ماند و نمی تواند حس و حال داستان داش آکل را روی پرده به ما برساند! در فیلم "خواب سفید" هم قرار نیست دقیقاً همان چیزی که در داستان رخ می دهد، یعنی شخصیت اصلی دختر عمه اش را با مانکن اشتباه بگیرد، اتفاق بیوفتد. پس ما منتظر اتفاق تازه ای هستیم، با فروخته شدن مانکن و ورود زن زیبا به فیلم این چرخش داستانی رخ می دهد و این جاست که فاجعه رخ می دهد. در داستان نباید مانعی که خود نویسنده ایجاد می کند تا آخر داستان غیر قابل نفوذ و شکست ناپذیر باشد، اگر چنین بشود قصه از حالت تعلیق و غافلگیری خارج می شود و صرفاً یک روایت توصیفی از رنج محتوم می شود. حمید جبلی که بیشتر از هر چیزی شخصیت پسر خاله "گاده قرمز" را به یادمان می آورد در این فیلم صرفاً یک عاشق یک طرفه ای است که هیچ شناسی در مقابل صاحب خیاط خانه قد بلند و زیبایی فیلم ما ندارد. یعنی نه واقعا و نه داستانی این قابلیت را ندارد و تا پایان فیلم هم کوچکترین خدشه ای به این منطق وارد نمی شود. آنچه را هم، که از سر سوتفاهم می خواهد به ما بقبولاند و سعی بر گرفتن لبخند از ما دارد هم دقیقاً در همان منطق کلاه قرمزیت تا یک فیلم بزرگسالانه! یعنی می شود گفت که فیلم بعد از ورود زن زیبا نمی تواند دنیای قصه اش را بسازد، شخصیت به قدری کند ذهن و ساده است که حتی نمی توانیم با دختر داخل قبرستان همالت پنداری کنیم! پس نتیجه می گیریم صرفاً ایده گرفتن از قصه ها فقط و فقط شروع کار است، ایده باید به قدری ورز بیاید تا بتواند دنیای خودش را منگک از ایده اصلی اش بسازد. که می



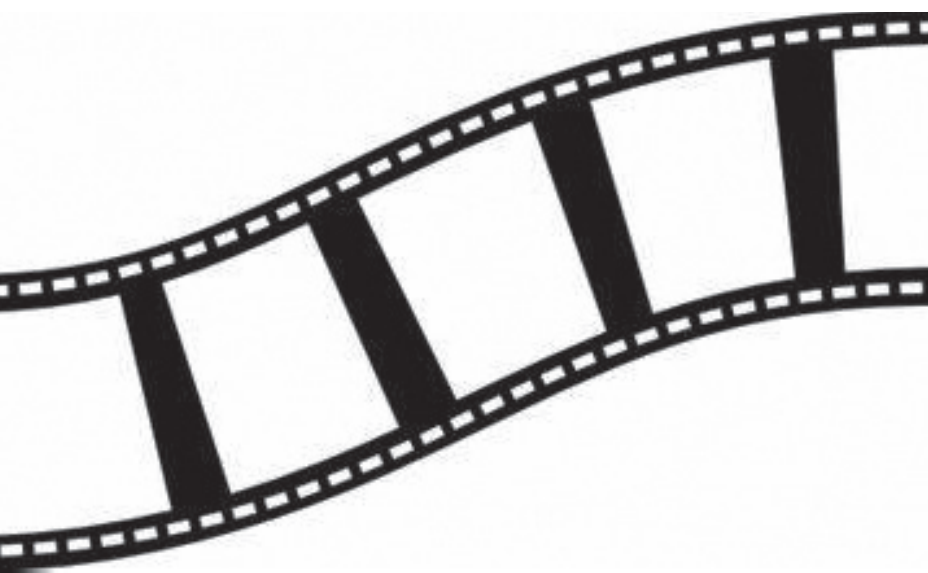
نقد عمومی

تنها آنچه شک برانگیز میشود، شخصیت فرهاد میشود. این هم بیش از آنکه او را در مرز روشنائی خاکستری رنگ بغلتاند، او را به پرتاب شدن در سیاهی-سفیدی میبرد. یک وقتی آدم خوبه است و یک وقتی آدمی که بدست انگار و دنبال پول و سود و آزاد شدن خودش، چرا آزادی؟ چون بله‌کارست. چیزی در حدود دو میلیارد. پس اگر موادی داشته باشیم در بیرون از زندان و زنی-پروانه ای در بیرون زندان باشد برایمان و ما نشسته باشیم در ملاقات خصوصی به انتظار این ملاقات چند سر سود، آن وقت میتوان این مواد را در زندان فروخت و بدهی را صاف کرد و بیرون آمد. درست؟ اینهایی که گفتم میتوانست در بیست دقیقه روایت شود تا سپس برویم به پرده ی دوم. تا بعلاش ببینیم چه میشود. یا حتی اگر کسی بود مثل الکس پینا همین بیست دقیقه را هم نمیآورد در داستان و داستانش از جایی شروع میشد که تازه فرهاد و پروانه جفتشان لو رفته اند - یکی به قانون و یکی به احساسش - و پامیگذارند به زندان. یکی در بخش مردان و یکی در بخش زنان. اما خوب جناب شمس داستانی عاشقانه ساخته - این هم از آن کملی ها میتواند شود که عشقی میآید وسط بی لمس، بی صحبت، بی موسیقی، بی هر چیزی که مادیتی داشته باشد و این دو آفتاب پرست عاشق را به هم پیوند دهد - و به همین دلیل تصمیم گرفته که پرده ی دومش را - اگر بتوانیم پرده ی دومی برایش فرض کنیم از بعد از اولین ملاقات تلفنی حضوری تا زمانی که لو میرود پروانه در اتاق خصوصی - پر کند از رسیدن این دو نفر به همدیگر. پروانه که مخالفتی ندارد - کلا سر به راه است - و از سمت او جذابیتی-فراقی نمیآید به داستان. از سوی دیگر فرهاد هم پایبندست به حرفه‌اش و متعهدست و دلش هم رضا نمیلهد که پروانه برایش مثل زنان دیگر جنس بیاورد تو زندان و میشود مرد واقعی و قوی تو داستان. دیگر در شرایطی که همه چیز گل و بلبل است داستان میماندر کجا؟ در شرایطی که انگیزه ها دیر معلوم میشود یا اصلا اهمیتی ندارد، در شرایطی که با تیپ و کلیشه ی ساده شده طرفیم، یا زمانی که عشق صرف-حالا بیاید بگویند نه بابا عشق صرف نیست و درباره جنس و مواد و اقتصاد هم نطق های غرابی ول داده در داستان و تعللات فرهاد تماما سفیدخوانی بوده و ما کور بوده ایم) آمده و عاشق و معشوق مانعی ندارند جلویشان، شما بگویند که داستانش کور؟ فیلمش کور؟



محمد صالح فصیحی

شاید اینی که میگویم نگاهی دارای اغماض بطلبد یا بتوان روش خیلی ریزتر صحبت کرد، منتهی شاید بتوان گفت که واقعه‌گرایی، در معنای رئالیسم عربانش و یا حتی نئورئالیسمش، همچنان رئال رئال نیست. و به این معنی مستند نیز رئال نیست. چرا که درین گونه ها امری به وسط میآید به نام برجسته سازی. آیا برجسته سازی میتواند با اغراق اشتراک پیدا کند؟ گاهی بله و گاهی هم بیشتر از بله. با این دید که بزرگ نمایی و برجسته سازی در یک جهت قرار میگیرند، میتوان نفس نقد یادداشت را نیز با برجسته سازی و اغراق ترکیب شده دید و همچنان آن را در حیطه ی رئال خواند. هرچند که معلوم نباشد خواندن-گفتن نقد در رئال یا نازئال درست باشد یا نه ملاقات خصوصی اولین فیلم بلند امید شمس است. پیش ازین سه فیلم کوتاه ساخته بود و این یکی فیلمش در ۱۴۰۰ ساخته و در ۱۴۰۱ اکران شد. داستان درباره ی عشقی است که از فرای دیوارهای بلند زندان به وجود میآید و به زندان میآید و از زندان بیرون هم. کمی شک میآید وسط که این مرده کیست و چیست و بعلاش معلوم میشود که همانی است که دختره - پروانه - از همان اول حدس میزد. شک و شبهه ای هم که درین دختره نیست بس که ترگل-ورگل است و دشمنش هم - محرم - تاییدش میکند و تحسین هم. پروانه شخصیت اصلی است یا مردی که فرهاد باشد؟ جفتشان. جفتشان شخصیت اصلی هستند. این شخصیت ها چگونه اند؟ پروانه در خانواده ای فقیرست و باباش و داداشش در زندانند و خودش در عطاری کار میکند. کار بلی نمیکند و مثبت اندر مثبت است شخصیتش. حساب نکنیم که چندماه با فرهاد حرف میزد و بعد که فرهاد میخواهد قضیه را جلی تر کند، درمیآید که چرا و یعنی چه. گیرم که فرهاد رفیق بانات بوده و هم خرجش هم. چیز-چیزهایی بوده و آمده وسط که فرهاد به خودش اجازه میدهد که ویس بگیرد و بگوید بهت علاقه مند شده. نبوده؟



روش برای رهایی از کسالت باری زندگی



معمولاً ما از امکانات ماجراجویی در محیط زندگی خود غافل می شویم اما شما می توانید با بازدید از بخش هایی از شهر که معمولاً به آنها سر نمی زینید، زندگی تان را جذاب تر کنید

زندگی داشته باشد. این ارتباطات به افراد اجازه می دهند که ارتباط عمیق تری با خود، دیگران و جهان اطراف برقرار کنند و احساس معنا و هدف در زندگی داشته باشند. افرادی که این احساس را تجربه می کنند، کمتر دچار حالت های بی حوصلگی و کسالت می شوند و عملکرد ارتباطی بهتری با دیگران خواهند داشت. در نتیجه، ارتباط با بُعد معنوی زندگی می تواند به افراد کمک کند تا به راحتی با چالش ها و موقعیت های روزمره زندگی مقابله کنند.

ماجراجویی های کوچک داشته باشید

برای افزایش تازگی و ماجراجویی در زندگی، همیشه نیازی به رزرو یک سفر گران قیمت به خارج از کشور نیست. معمولاً ما از امکانات ماجراجویی در محیط زندگی خود غافل می شویم. اما شما می توانید با بازدید از بخش هایی از شهر که معمولاً به آنها سر نمی زینید، زندگی تان را جذاب تر کنید. عکاسی از چیزهایی که در روز به چشمتان جالب می آید، ولاگ ساختن، بازدید از موزه های شهرتان و ... همه و همه کمک می کنند از تجربیات روزمره خارج شوید. از ماجراجویی های کوچک غافل نشوید، اصلاً هم نیازی به طولانی بودن آنها نیست. می توانید حتی نیم ساعت از وقت خود را در پارک محلی یا برای پیاده روی در مغازه ها یا سر زدن به بازار شلوغ و سرزنده شهر صرف کنید. همه این تجربیات می تواند زندگی تان را تازه کند و به شما احساس زنده بودن بیشتری بدهند.

هنر خلق کنید

هر شکلی از خلقت اساساً هنر است، اما نظرتان در مورد تهیه یک بسته ملاد یا یک پالت رنگ چیست؟ می توانید سراغ هر شکلی از هنر که مطلوبتان است بروید. از سفالگری یا مجسمه سازی تا نقاشی یا عکاسی و دیجیتال آرت. نکته ظریف در اینجاست که جدیدی که اغلب با کار همراه است را حذف کنید، زیرا اگر در ذهن خود فکر کنید که مجسمه ها یا نقاشی های خود را قرار است بفروشید یا مخاطبان خود را افزایش دهید یا هر چیز دیگر، برایتان استرس زا خواهد بود. اثر هنری را به خاطر خود بسازید، حتی اگر به معنای یک رنگ آمیزی ساده باشد. از این فرآیند لذت ببرید و از لذتی که از چنین پروژه جانبی به دست می آید برای به دست آوردن انرژی برای دیگر کارهایتان استفاده کنید.

بازی کردن

وقتی صحبت از بازی می شود، شاید خیلی از ما آن را ویژه کودکان بدانیم. اما این روزها از بازی های ویدیویی گرفته تا بازی های رومیزی و کارتی زیادی هستند که مختص بزرگسالان طراحی شده اند و از جذابیت و هیجان بالایی هم برخوردارند. بازی هایی که علاوه بر سرگرمی می توانند به تقویت حافظه، جلوگیری از آلزایمر، بالا بردن هوش هیجانی، سرعت تشخیص و پردازش مغز هم کمک کنند.

در چه چیزی استعداد دارید؟

بسیاری از ما در طول زندگی به اندازه کافی برای زنده ماندن و گذراندن روز در حال کار و تلاش هستیم و من این را درک می کنم، تغییر این رویه هم برای همه ممکن و آسان نیست، اما نیمی از دلیلی که ما درگیر این موضوع هستیم این است که اصراری هم به تغییر آن نمی کنیم. ما خودمان را در کارهای بی بهره کم فروشی می کنیم و این حقیقت است. آن لحظه ای که روی یک چیز تمرکز می کنید که می توانید در آن عالی باشید، کل زندگی شما تغییر می کند. دنیا رنگ تازه و جدیدی به خود می گیرد. در چه چیزی مستعد هستید؟ این همان مسیری است که باید به آن وارد شوید. مسیری که به شما انرژی می دهد و اتلاف وقت دیگر حتی جزو گزینه هایتان هم نخواهد بود.

معنویت را پرورش دهید

بسیاری از مردم فکر می کنند معنویت یک مزخرف ساختگی توسط افرادی است که لباس های روان می پوشند. و با این حال در اینجا شما نگران پول، موقعیت و خوشبختی هستید که همه اینها ایده هایی هستند که در ذهن خود ساخته اید. ارتباط با جنبه های معنوی زندگی می تواند به طور قابل توجهی تأثیر مثبتی بر کاهش کسالت زندگی

در واقع اگر بتوانیم با ایده یک جا نشستن بدون حواس پرتی کنار بیاییم، تغییرات جالب را به مرور خواهیم دید. از سکوت استقبال کنید آن وقت خواهید دید سطحی از بینش و خلاقیت را به دست خواهید آورد که شما را در مزیت قابل توجهی نسبت به دیگران قرار می دهد و کسالت جای خود را به خلاقیت می دهد.

از فکر بی حوصله بودن دست بردارید

کسالت معمولاً چیزی است که ما خودمان به وجود می آوریم، نه یک واقعیت مستقل. وقتی به خودمان دائم می گوئیم که کسالت داریم، واقعاً احساس بی حوصلگی می کنیم. این بی حوصلگی می تواند مانع مواجهه با واقعیت شود و باعث مقاومت بیشتر ما در برابر رفع این حس می شود. در واقع این یک چرخه است که با هر بار تکرار کردنش بیشتر در آن فرو خواهید رفت. یعنی از طریق قدرت تلقین و ذهن، خودمان را در یک حالت ناخوشایند محدود می کنیم. پس راه حل چیست؟ تا به حال به بچه ها دقت کرده اید؟ به نگاه کنجکاوانه و پرسشگرشان به جهان. شاید وقت آن رسیده که کمی از دنیای خاکستری بزرگسالی بیرون بیایید، دوباره به دنیا به شکل یک پدیده قابل احترام، شگفت انگیز و جدید نگاه کنید.

این روزها به ندرت می شنوید که کسی بگوید حوصله اش سر رفته، چرا که همه ما می توانیم با یک کلیک به سرعت سراغ برنامه های تلویزیونی و شبکه های اجتماعی برویم. اما نکته ای که باید به آن توجه کنیم این است که اینها تنها راهکارهای فوری هستند که در درازمدت به ما کمک نمی کنند. به گزارش ایرنا زندگی، بسیاری از اوقات، این اقدامات ما را از دستیابی به اهدافمان باز می دارند و به جای آن، ما را درگیر مصرف دوپامین کرده و لذت بردن از زیبایی های روزمره را دشوارتر می کنند. در ادامه ما به سراغ چند راه برای جالب نگه داشتن زندگی بدون ایجاد دوپامین مصنوعی رفتیم، راه هایی که شاید ساده به نظر برسند اما می توانند با ایجاد تغییرات مثبت و کوچک به زندگی شما تازگی ببخشند:

به سکوت خوشامد بگویید!

اغلب ما معمولاً فضای خالی و سکوت را به عنوان یک فرصت برای فرار از واقعیت می بینیم. اما تا به حال فکر کرده اید چطور می توانیم از این سکوت به عنوان یک فرصت برای تجربه بیشتر در زندگی مان استفاده کنیم؟ به جای اینکه سکوت و فضا را به عنوان راهی برای فرار از واقعیت بدانیم، می توانیم آن را بیشتر در زندگی خود بگنجانیم. زیرا سکوت مشوق بینش های شخصی است.

مناقشه عمومی یک

فراخوان واگذاری امور حمل و نقل

اداره کل دامپزشکی استان گلستان در نظر دارد

فراخوان واگذاری امور حمل و نقل به شرکت خدماتی به شماره ۰۲۰۵۰۰۰۰۰۲۰۰۳۰۰ از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت بر گزار نماید. کلیه مراحل برگزاری فراخوان از دریافت و تحویل اسناد فراخوان تا بازگشایی پاکت ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد. متقاضیان شرکت در فراخوان در صورت عدم عضویت در سامانه، نسبت به ثبت نام و دریافت گواهی امضای الکترونیکی (به صورت بروخط) برای کلیه صاحبان امضای مجاز و مهر سازمانی اقدام لازم را به عمل آورند.
 مواعد زمانی: تاریخ انتشار فراخوان: ۱۴۰۳/۳/۲۰ - مهلت دریافت اسناد فراخوان: ساعت ۱۶ مورخ ۱۴۰۳/۰۳/۲۳ - مهلت ارسال پیشنهادات: ساعت ۹ مورخ ۱۴۰۳/۴/۳
 - زمان بازگشایی پاکت ها: ساعت ۱۰ مورخ ۱۴۰۳/۴/۳ - مبلغ سپرده شرکت در مناقصه ۲۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال بصورت ضمانت نامه معتبر بانکی به مدت سه ماه از تاریخ صدور و قابل تمدید، تحت عنوان سپرده شرکت در مناقصه اداره کل دامپزشکی استان گلستان
 - در صورت لزوم برای دریافت هر گونه اطلاعات در رابطه با شرایط مناقصه با شماره تلفن ۳۲۴۳۰۹۰۵ امور عمومی و به منظور اخذ ضمانت نامه بانکی با شماره ۳۲۴۳۰۹۰۶ امور مالی این اداره کل تماس حاصل فرمائید.

نشانه آگهی ۱۷۳۱۴۹۶

کاشمیر

۰۱۷۳۲۲۴۴۳۰۲

۰۱۷۳۲۲۵۱۳۱۶

آغاز برداشت چغندر قند پاییزه در گلستان



رئیس اداره پنبه و دانه‌های روغنی گلستان از آغاز برداشت چغندر قند پاییزه در گلستان خبر داد و گفت: پیش‌بینی می‌شود ۱۸۰ هزار تن چغندر قند از سطح مزارع گلستان برداشت شود. به گزارش روابط عمومی، علی موسی‌خانی اظهار کرد: عملیات برداشت چغندر قند پاییزه در گلستان با شروع برگ زنی در سطح ۷۲ هکتار از مزارع این استان و بارگیری و ارسال محصول به کارخانه قند از قطعات مذکور توسط شرکت جوین آغاز شد. وی بیان کرد: در سال جاری دو شرکت جوین و شیروان در سطح ۳ هزار و ۷۳۵ هکتار با کشاورزان قرارداد منعقد کرده که از این مقدار ۳ هزار و ۷۰۹ هکتار سطح سبز داشته و پیش‌بینی می‌شود ۱۸۰ هزار تن محصول از مزارع استان برداشت شود. وی متوسط برداشت چغندر قند در گلستان را ۵۰ تن در هکتار اعلام کرد و افزود: بهترین زمان کاشت چغندر قند پاییزه در گلستان از ۱۵ مهر تا

۱۵ آبان و زمان برداشت این محصول اواسط خرداد ماه است. رئیس اداره پنبه و دانه‌های روغنی گلستان با بیان اینکه کشت چغندر قند در گلستان به صورت قراردادی با کارخانجات قند جوین و شیروان انجام می‌شود، گفت: کارخانه‌های طرف قرارداد با کشاورزان در تکمیل فرآیند کشت، حمایت‌هایی شامل تأمین بذر مورد نیاز، تأمین برخی از کودها و سموم شیمیایی و برنامه‌ریزی جهت عملیات کاشت، داشت و برداشت را در دستور کار قرار می‌دهند و در زمان برداشت محصول هزینه را از کشاورزان دریافت می‌کنند. موسی‌خانی با بیان اینکه در مدت زمان کشت، بازدید مستمر از مزارع به شکل بی‌وقفه با حضور کارشناسان سازمان جهاد کشاورزی انجام خواهد شد، افزود: عملیات برداشت محصول از مزارع استان به صورت کاملاً مکانیزه و با نظارت کارشناسان و بر اساس ظرفیت تحویل روزانه کارخانجات با اولویت زمان

کاشت انجام می‌شود. وی بیشترین سطح زیر کشت چغندر قند در گلستان را مربوط به شهرستان‌های گرگان، علی‌آباد، رامیان و بندر ترکمن اعلام و تصریح کرد: استان گلستان جزء پنج استان برتر تولیدکننده چغندر قند پاییزه کشور است. رئیس اداره پنبه و دانه‌های روغنی گلستان ادامه داد: رسیدن به خودتکایی در تولید شکر، ایجاد تناوب زراعی و حاصلخیزی خاک، افزایش تولید محصولات بعد از کشت چغندر نظیر گندم و درآمزیابی بالا از اهداف مهم پیگیری جایگزینی چغندر قند به جای محصولات پربابی همچون شالی در این استان است. این مقام مسئول با بیان اینکه کشت چغندر قند در استان گلستان به صورت پاییزه و تنها با دو تا سه بار آبیاری انجام می‌شود، تصریح کرد: اگر بارش‌های خوبی در فصل پاییز داشت باشیم، کشت چغندر قند به صورت دیم نیز در استان گلستان امکان‌پذیر خواهد بود.

ثبت نام چهل و هفتمین دوره مسابقات قرآن کریم تمدید شد

مدیرکل اوقاف و امور خیریه گلستان گفت: مهلت ثبت نام در چهل و هفتمین دوره مسابقات سراسری قرآن کریم تا ۲۹ خرداد ماه تمدید شد. به گزارش روابط عمومی، حجت الاسلام حسین مهدیان از تمدید مهلت ثبت نام در چهل و هفتمین دوره مسابقات سراسری قرآن کریم، تا ۲۹ خرداد خبر داد و اظهار کرد: علاقه‌مندان جهت ثبت نام در رشته‌های مختلف و دانلود آئین نامه و منابع، تا قبل از ۲۹ خرداد به یکی از درگاه‌های my.oghafir.quraniran.ir مراجعه کنند. وی افزود: مسابقات گروه سنی ۱۲ تا ۱۸ سال تنها در دو رشته حفظ کل و قرائت تحقیق برگزار می‌شود. مدیرکل اوقاف و امور خیریه گلستان گفت: در رشته‌های مجاز گروه سنی بالای ۱۸ سال مسابقات در بخش آوایی انفرادی حفظ (۵،۱۰،۲۰،۳۰،۴۰،۵۰ جزء) قرآن کریم، قرائت، ترتیل، قرائت تحقیق، اذان (ویژه برادران) و دعاخوانی، در بخش آوایی گروهی (مدیحه سرایی و همخوانی قرآن کریم) در بخش معارف عمومی (ترجمه سوره‌های لقمان، حجرات، حشر) در بخش معارف تخصصی (معارف قرآن کریم، معارف نهج البلاغه، معارف صحیفه سجادیه) برگزار خواهد شد.

نیروگاه سیکل ترکیبی برق علی‌آباد کتول ۳۶ درصد پیشرفت داشته است

استاندار گلستان گفت: عملیات بخش بخار نیروگاه سیکل ترکیبی برق علی‌آباد کتول هم‌زمان با سفر دوم ریاست جمهور آغاز شد و به لحاظ مهندسی پروژه ۳۶ درصد پیشرفت داشته است. به گزارش روابط عمومی، علی محمد زنگانه در بازدید از نیروگاه سیکل ترکیبی برق استان در شهرستان علی‌آباد کتول اظهار کرد: طی روزهای آینده تفاهم نامه با حضور مدیرعامل برق منطقه‌ای امضا خواهد شد. وی خط انتقال نیروگاه به شهرک هزار هکتاری ترک را مهم خواند و افزود: مهم‌تر از آن، آماده سازی زیرساخت‌های این طرح است که باید سرعت گیرد. استاندار گلستان گفت: خوشبختانه کارها معطل نمانده اما تسریع در اقدامات ضروری است و از محل فاینانس خارجی اقدام می‌شود. وی خاطر نشان کرد: خط انتقال نفت گاز از زرین گل به نیروگاه نهایتاً تا عید غدیر افتتاح خواهد شد و در اسرع وقت مجوز فروش برق به صنعت اخذ می‌شود. زنگانه اظهار کرد: این طرح به دلیل تولید بیش از ۵۰۰ مگاوات برق برای استان بسیار پراهمیت است.

کشف ۱۶ کیلوگرم قارچ ترافل در آزادشهر

رئیس منابع طبیعی آزادشهر از کشف و ضبط ۱۶ کیلوگرم قارچ ترافل در این شهرستان خبر داد. به گزارش روابط عمومی، رضا عجم نوروزی اظهار کرد: در پی گزارشات مردمی مبنی بر جمع آوری قارچ ترافل از جنگل طرح وطن توسط یک گروه چهار نفره پس از کمین و رصد مسیر جمع آوری توسط نیروهای حفاظتی این افراد با ۱۶ کیلو قارچ ترافل دستگیر شدند. وی افزود: قاچاقچیان قارچ ترافل اقدام به فرار کردند که طی تماس و هماهنگی با سرهنگ حبیبی رئیس پلیس راه محور آزادشهر شاهرود و ورود همکارانشان، سروان نوروزی پس از تعقیب و گریز، خودروی متخلفین متوقف و به محل اداره منابع طبیعی انتقال یافت. رئیس منابع طبیعی آزادشهر گفت: قارچ‌های ترافل پس از تنظیم صورت جلسه جهت سیر مراحل قانونی و تشکیل پرونده قضائی به مراجع ذیصلاح تحویل خواهد شد. عجم نوروزی در پایان از همکاری فرماندهی پلیس راه و همکاران و همچنین کلانتری ۱۱ جهت اقدام سریع و همکاری تقدیر و تشکر کرد.

اعضای شبکه پیگیری اجرای قانون اساسی معرفی شدند



اعضای شبکه پیگیری اجرای قانون اساسی گلستان در سومین جلسه شورای اداری گلستان معرفی شدند. به گزارش ایرنا، در سومین جلسه شورای اداری استان، حسن بیارجمندی به عنوان عضو و دبیر شبکه پیگیری اجرای قانون اساسی استان گلستان معرفی شد. همچنین مهلی چکنندی و علی محمد ملکان از دیگر اعضای هیات پیگیری اجرای قانون اساسی استان گلستان بودند که احکام خود را در این جلسه دریافت کردند. معاون توسعه مدیریت و منابع استاندار گلستان در این جلسه گفت: رئیس جمهور شهید هیچ‌گاه به قانون اساسی نگاه تشریفاتی نداشت و برای نخستین بار در دولت مرهمی، خانه ملی قانون اساسی ایجاد شد تا با گرد هم آمدن نخبگان، برای اجرای قانون اساسی طراحی داشته باشند. حاجی گللی کر در ادامه با اشاره به تغییر ساعت کار دستگاه‌های اجرایی گفت: رعایت ساعات کاری براساس مصوبه هیات وزیران در دستور کار دستگاه‌های اجرایی باشد. وی به ارتقای وضعیت آب و برق گلستان در دولت سیزدهم اشاره کرد و توضیح داد: در سال ۱۴۰۰، وضعیت برق استان گلستان در بخش خانگی و صنعت بحرانی بود و در سال ۱۴۰۱ و ۱۴۰۲ با تلاش دولت سیزدهم، وضعیت برق استان بهبود یافت. معاون توسعه مدیریت و منابع استاندار گلستان بر ضرورت مدیریت مصرف آب با توجه به گرمای هوا تاکید کرد و گفت: مدیران دستگاه‌های اجرایی نسبت به پرداخت قبوض مصرف آب برق و گاز دستگاه اجرایی خود اهتمام داشته باشند. کر گفت: گلستانی‌ها در پی شهادت آیت الله ربیسی، در مرکز استان گلستان و شهرستان‌ها مراسم‌های بزرگداشت شهیدای خدمت را برگزار کردند تا بتوانند گوشه‌ای از تلاش‌های شهید جمهور را جبران کنند. وی ادامه داد: رئیس جمهور مظلومانه خدمت کرد و همه مدیران با توجه به سخنان رهبر معظم انقلاب در تبیین عملکرد دولت سیزدهم باید اهتمام داشته باشند.