

گلدشت

گلشن مهر شناسنامه گلستان است

دوشنبه ۳۰ شهریور ماه ۱۴۰۵ / سال بیست و هشتم / شماره ۳۲۵۵ / ۸ صفحه / ۲۵۰۰۰ تومان



انسان وحشی
«یادداشت»

۳



۷۳۴ فرصت شغلی با جذب تسهیلات
محقق شد

۳



وضعیت سوخت جایگزین نانوائی ها
راستی آزمایی می شود

۳

مرکز مشاوره

انجام نقشه مغزی و نوروفیدبک
و انواع تست های تشخیصی

کوثر قندهاری

کارشناس ارشد روان شناسی بالینی

گرگان، خیابان ولیعصر (شالیکویی)، عدالت ۱۳، ساختمان
پزشکان قائم، طبقه چهارم، واحد ۱۵

شماره تماس: ۰۹۳۹۷۶۳۰۹۵۱

یادداشت اول

صلح و دوستی

■ با مسئولیت سردبیر

سی ام شهریور ماه برابر با ۲۱ سپتامبر روز جهانی صلح است. این روز برای اولین بار در ۱۹۸۲ در مجمع عمومی سازمان ملل متحد به نام روز صلح نامگذاری شد و هدف آن زنده کردن صلح و دوستی میان همه شهروندان جهان است، بر این اساس زنگ صلح هر سال در این روز در مقر سازمان ملل متحد در نیویورک زده می شود، جالب آن است که بدانیم این زنگ از سکه های اهدایی کودکان از تمام قاره ها به جز آفریقا ساخته شده است و در کنار آن نوشته شده است: زنده باد صلح مطلق جهانی. برای مردم ایران که بیش از یک سال است که با حمله متجاوزانه دشمنان دد اندیش خود روبرو شده اند بدون شک صلح مفهوم عمیق تری دارد، امروز تجربه جمعی ما ایرانیان به ما یادآوری می کند که دیگران هیچگاه دلسوز این آب و خاک نبوده اند، خاطره جمعی ما ایرانیان به ما آموخته است که دموکراسی و صلح و دوستی را نمی توان در چکمه های نظامیانی جست که دستشان به خون کودکانی آغشته است که اگر موشک های مدعیان صلح جهانی نبود، باید مهر ماه به مدرسه می رفتند اما امروز خانواده هایشان باید حسرت دیدارشان را بکشند، امروز همه می دانیم ایران اگر قرار است ساخته شود باید به دست ایرانیان ساخته شود و راه آن هم مردم سالاری بر آمده از خواست تاریخی ایرانیان است. صلح و دوستی واژه ای است که باید مداوم به آن اندیشید، برای صلح و دوستی باید بنیادهایی را سامان داد که بدون آن اصول، صلح و دوستی میسر نمی شود، به این خاطر به نظر می آید توجه کردن به اصول انسانی و خردمندانه ای فراتر از قوم و آیین و خواست های تنگ نظرانه و تاکید بر حقوق انسانی شهروندان می تواند ما را به صلح نزدیکتر کند. امید که جنگ به پایان آید و فصلی تازه از صلح و دوستی به همراه عزت و اقتدار با جهان رقم بخورد.

فصل نشاط مدرسه



درس قرار دارد که تکمیل و بهره برداری از آنها به بیش از هزار و ۲۰۰ میلیارد تومان اعتبار نیازمند است و این نیاز در شرایطی اهمیت بیشتری پیدا می کند که ۶۰ درصد مدارس گلستان با پوشش حدود ۴۷ درصد جمعیت دانش آموزی استان در مناطق روستایی قرار دارد که این موضوع ضرورت توجه ویژه به توسعه زیرساخت های آموزشی این مناطق را دوچندان می کند.

بر همین اساس، مسوولان گلستان در سفر اخیر معاون توسعه روستایی و مناطق محروم رییس جمهور خواستار اختصاص اعتبارات ویژه برای تکمیل پروژه های آموزشی و کاهش شکاف زیرساختی در مناطق کم برخوردار شدند تا استان با نگاه متمایز و حمایتی در تخصیص اعتبارات ملی و منابع محرومیت زدایی از سد این مشکلات آموزشی عبور کند.

ادامه در صفحه ۲

با این حال میانگین حدود ۳۵ دانش آموز در هر کلاس، سرانه فضای آموزشی حدود ۴.۶ مترمربع، فاصله سرانه ورزشی با استاندارد و مهم تر از همه کمبود زمین در گرگان و گنبدکاووس برای مدرسه سازی نشان می دهد که عدالت آموزشی در گلستان همچنان به سرمایه گذاری، زمین و مشارکت عمومی نیاز دارد. آمارها نشان می دهد گلستان با وجود گام های برداشته شده برای توسعه فضاهای آموزشی همچنان با فاصله قابل توجهی از متوسط سرانه فضای آموزشی کشور و اهداف برنامه هفتم مواجه است به گونه ای که سرانه فضای آموزشی استان حدود یک مترمربع کمتر از میانگین کشوری و حدود ۱.۵ مترمربع پایین تر از سطح پیش بینی شده در برنامه هفتم است. در کنار این چالش، از مجموع ۱۱۰ پروژه آموزشی در دست اجرا در استان، ۷۳ پروژه عمرانی نیمه تمام در مناطق روستایی با ظرفیت حدود ۴۶۰ کلاس

فاصله معنادار سرانه فضای آموزشی نسبت به متوسط کشور، کمبود زمین برای احداث مدارس، پروژه های نیمه تمام و نیاز به توسعه امکانات آموزشی در مناطق روستایی و کم برخوردار، چالش های دستیابی به عدالت آموزشی در گلستان به شمار می رود اما با تلاش مدیران دولت چهاردهم برای تقویت عدالت آموزشی و افتتاح هر روز یک کلاس درس، این فاصله آرام آرام در حال کاهش است.

به گزارش ایرنا، در آستانه بازگشایی مدارس، استان گلستان خود را برای بازگشت بیش از ۴۴۰ هزار دانش آموز به کلاس های درس آماده می کند و در این بین، سه هزار و ۵۰۰ کلاس در طرح بهسازی قرار گرفته، ۱۹۰ کلاس جدید در قالب ۳۸ پروژه آموزشی آماده بهره برداری است، مدارس مستقل کانکسی جمع آوری شده و توسعه انرژی خورشیدی و هوشمندسازی نیز در دستور کار قرار دارد.

ادامه تیر اول

۴۴۰ هزار دانش آموز گلستانی آماده ورود به مدارس

با نزدیک شدن به آغاز سال تحصیلی آموزش و پرورش گلستان نیز همزمان با آماده‌سازی فضاهای آموزشی، ساماندهی نیروی انسانی، تامین کتاب‌های درسی و تجهیزات مورد نیاز مدارس را دنبال می‌کند و قرار است بخشی از کاستی‌های موجود در زیرساخت‌های آموزشی استان را کاهش دهد. مدیرکل آموزش و پرورش گلستان پیش‌بینی کرد: حدود ۴۴۰ هزار دانش‌آموز در سال تحصیلی جدید در قالب ۲۰ هزار کلاس درس و سه هزار مدرسه مشغول به تحصیل شوند و ۲۵ هزار و ۵۰۰ معلم نیز امر تعلیم و تربیت آنان را برعهده داشته باشند. قدرت‌الله نظری با اشاره به برنامه‌ریزی برای آغاز سال تحصیلی جدید افزود: با توجه به تاکید وزیر آموزش و پرورش، سال تحصیلی جدید از اول مهرماه و به صورت حضوری آغاز خواهد شد و مقدمات لازم برای بازگشایی مدارس در استان در حال انجام است. وی ادامه داد: ساماندهی معلمان برای سال تحصیلی جدید انجام شده و در بخش ثبت سفارش کتاب‌های درسی نیز تاکنون بیش از ۹۶ درصد دانش‌آموزان و خانواده‌ها نسبت به ثبت سفارش کتاب اقدام کردند و تلاش می‌کنیم کتاب‌های درسی دانش‌آموزان در آغاز سال تحصیلی در اختیار آنان قرار گیرد.

تلاش برای جبران عقب‌ماندگی فضای آموزشی

تعداد بالای دانش‌آموزان در کنار محدودیت سرانه فضای آموزشی یکی از مهم‌ترین چالش‌های پیش‌روی آموزش و پرورش گلستان است و توسعه فضاهای جدید و تکمیل طرح‌های مدرسه‌سازی را به یکی از محورهای اصلی برنامه‌های این دستگاه تبدیل کرده است. نظری با اشاره به وضعیت سرانه فضای آموزشی استان گفت: گلستان از نظر سرانه فضای آموزشی همچنان با عقب‌ماندگی نسبت به میانگین کشوری مواجه است اما با حمایت دولت چهاردهم اقدامات موثری برای جبران این کمبود ادامه دارد. وی با اشاره به روند بهبود این شاخص بیان کرد: سال گذشته حدود هفت صدم مترمربع به سرانه فضای آموزشی استان اضافه شد و این شاخص از ۳۹ مترمربع به حدود ۴۶ مترمربع رسید که بیانگر بخشی از تلاش‌های صورت‌گرفته برای توسعه فضاهای آموزشی است. توسعه زیرساخت‌های آموزشی تنها به ساخت مدرسه و افزایش کلاس‌های درس محدود نمی‌شود و تامین فضاهای ورزشی، آزمایشگاهی، کارگاهی و هنرستانی نیز بخشی از نیازهای مدارس استان است که به گفته مسوولان آموزش و پرورش در سال‌های اخیر مورد توجه قرار گرفته است. نظری با اشاره به وضعیت سرانه فضاهای ورزشی مدارس گلستان گفت: سرانه فضای ورزشی استان نیز از ۲۱ صدم مترمربع به حدود ۴۳ صدم مترمربع افزایش یافته همچنین تجهیزات ورزشی، آزمایشگاهی، کارگاهی و هنرستانی نیز در قالب کاروان‌های تجهیزات آموزشی و پرورشی در حال آماده‌سازی است و تلاش می‌کنیم این تجهیزات پیش از آغاز سال تحصیلی به شهرستان‌ها و مناطق مختلف استان ارسال و در مدارس دارای اولویت نیاز توزیع شود. مدیرکل آموزش و پرورش گلستان تاکید کرد: هدف آموزش و پرورش استان این است که با استفاده از ظرفیت‌های موجود و اجرای طرح‌های توسعه‌ای، سال تحصیلی جدید را با آمادگی بیشتری آغاز کرده و زمینه مناسب‌تری برای تحصیل دانش‌آموزان استان فراهم کند. مدیرکل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس گلستان با تشریح برنامه‌های این مجموعه اعلام کرده که امسال طرح شهید عجمیان با قدرت بیشتری دنبال شده و قرار است سه هزار و ۵۰۰ کلاس درس بهسازی، شاداب‌سازی و رنگ‌آمیزی شود که این

میزان با مشارکت خیرین و حمایت دولت، از سهم اولیه ۲ هزار کلاس برای استان فراتر رفته و بخش عمده‌ای از کلاس‌های هدف در مناطق روستایی و کم‌برخوردار قرار دارند.

به گفته وحید فراهی همزمان با بهسازی مدارس، اقدامات لازم برای تحویل و تجهیز مدارس نوساز و رفع مشکلات سیستم‌های گرمایشی معیوب نیز در حال انجام است و برنامه‌ریزی شده این مدارس تا اول مهر برای استفاده دانش‌آموزان آماده و تحویل شوند. مدیرکل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس گلستان با اشاره به رویکرد دولت چهاردهم در حوزه عدالت آموزشی گفت: با توجه به شعار محوری دولت چهاردهم و رییس‌جمهور در زمینه نهضت توسعه عدالت در فضاهای آموزشی و همچنین رویکرد مقام معظم رهبری در پیام هفته دولت، مجموعه نوسازی مدارس نیز امسال تکلیف خود را بر این اساس تعریف کرده که در مرحله نخست، پروژه‌های مشمول نهضت توسعه عدالت آموزشی به بهره‌برداری برسند.

۱۹۰ کلاس تازه برای مهر

فراهی افزود: تا مهرماه امسال حدود ۳۸ پروژه آموزشی با ۱۹۰ کلاس درس در دست آماده‌سازی است و برنامه‌ریزی شده تا پایان سال، مجموع پروژه‌های این طرح به ۷۰ پروژه آموزشی با ۳۷۰ کلاس درس افزایش یابد. در کنار این پروژه‌ها، ۲۱ پروژه آموزشی دیگر نیز در برنامه قرار گرفته که قرار است ساخت آنها تا مهر ۱۴۰۶ به پایان برسد. در شرایطی که بخش قابل‌توجهی از نیازهای زیرساختی گلستان به مناطق روستایی و کم‌برخوردار

اخیر مشارکت خیرین به یکی از پایه‌های اصلی مدرسه‌سازی در استان تبدیل شده و اداره‌کل نوسازی مدارس تلاش دارد با استفاده از ابزارهای جدید، دامنه آن را از کمک‌های سنتی به مشارکت مستقیم در پروژه‌های مشخص گسترش دهد. همچنین طرح نشان‌دار کردن مالیات مسیر دیگری است که مسوولان برای جهش پروژه‌های مدرسه‌سازی در نظر گرفتند. به گفته وی؛ سازمان نوسازی مدارس سال گذشته با مشارکت رییس‌جمهور سامانه «بساز مدرسه» را طراحی کرد که خیرین می‌توانند با ورود به این سامانه و انتخاب استان گلستان، در طرح‌های مدرسه‌سازی استان مشارکت کنند.

ایمنی مدارس نیز در کنار ساخت و بهسازی فضاهای آموزشی بخش دیگری از برنامه‌های نوسازی مدارس در آستانه سال تحصیلی جدید است؛ موضوعی که در مناطق سردسیر و روستایی استان اهمیت بیشتری دارد و استانداردهای تجهیزات گرمایشی مدارس را به یکی از الزامات آماده‌سازی مدارس برای مهر تبدیل کرده است.

مدیرکل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس گلستان با اشاره به وضعیت سیستم‌های گرمایشی مدارس بیان کرد: با حمایت دولت، همه سیستم‌های گرمایشی غیراستاندارد مدارس جمع‌آوری شده و عملکرد استان در این بخش به بیش از ۹۹ درصد رسیده. همچنین مدارس نوساز نیز به تجهیزات گرمایشی مجهز شدند و پیش‌بینی می‌شود مدارس روستایی استان در آغاز سال تحصیلی جدید در این زمینه با حداقل مشکل مواجه باشند.

در کنار توسعه فیزیکی مدارس، کیفیت تجهیزات



آموزشی نیز به یکی از مولفه‌های عدالت آموزشی تبدیل شده است. فاصله گلستان در برخورداری مدارس از تجهیزات هوشمند نشان می‌دهد توسعه زیرساخت‌های آموزشی تنها با افزایش تعداد کلاس‌ها و مدارس محقق نمی‌شود و تجهیز این فضاها نیز به منابع مالی و مشارکت بیشتر نیاز دارد.

فراهی با اشاره به وضعیت هوشمندسازی مدارس استان گفت: گلستان در گذشته از نظر تجهیزات هوشمندسازی مدارس در وضعیت مطلوبی قرار نداشت و کمتر از ۲۰ درصد مدارس و کلاس‌های درس به تجهیزات هوشمند مجهز بودند. به صورت سالانه حدود ۲۰۰ تا ۲۵۰ کلاس درس در استان هوشمندسازی می‌شود اما امسال برنامه‌های جدیدی برای افزایش سرعت این روند در نظر گرفته شده است. وی یکی از این برنامه‌ها را اجرای طرح هوشمندسازی به صورت مشارکتی در سامانه «بساز مدرسه» عنوان کرد و گفت: در این طرح بخشی از هزینه توسط مدرسه و بخش دیگر توسط دولت تامین می‌شود. همچنین با تعدادی از خیرین، از جمله استاد قلمچی، برای هوشمندسازی مشارکتی مدارس توافق شده و در فاز نخست، بیش از ۲۰۰ کلاس درس توسط این خیر تجهیز خواهد شد.

مدیرکل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس گلستان با بیان اینکه این طرح در مدارس دولتی اجرا می‌شود، بیان

کرد: بر اساس اهداف برنامه هفتم توسعه، باید میزان برخورداری مدارس از تجهیزات هوشمندسازی به ۵۰ درصد برسد و برای تحقق این هدف، مشارکت بیشتر خیرین، مردم و دستگاه‌های مختلف ضروری است. با وجود افزایش سرانه فضای آموزشی و اجرای پروژه‌های جدید، توسعه زیرساخت‌های آموزشی گلستان همچنان با موانعی روبه‌رو است که بخشی از آنها به قدمت مدارس و بخشی دیگر به محدودیت زمین برای احداث فضاهای جدید بازمی‌گردد. این مساله در شهرهای پرجمعیت استان، به‌ویژه گرگان، نمود بیشتری دارد و توسعه مدارس را با محدودیت جدی مواجه کرده است.

فراهی فرسودگی مدارس، رشد جمعیت دانش‌آموزی و کمبود زمین مناسب برای احداث فضاهای آموزشی را از مهم‌ترین چالش‌های حوزه نوسازی مدارس در سال تحصیلی جدید دانست و گفت: رفع این مشکلات نیازمند همکاری همه دستگاه‌ها، خیرین مدرسه‌ساز و مشارکت مردم است و تحقق عدالت آموزشی بدون همراهی و مشارکت عمومی امکان‌پذیر نخواهد بود.

وی با اشاره به ظرفیت مولدسازی املاک مازاد اظهار کرد: در برنامه توسعه، ظرفیت‌هایی ایجاد شده تا از طریق مولدسازی املاک مازاد و بلااستفاده، نشان‌دار کردن مالیات و استفاده از بند «خ» ماده ۲۰ برنامه هفتم توسعه، بخشی از نیازهای اعتباری حوزه نوسازی مدارس تامین شود. برخی املاک سال‌هاست بلااستفاده ماندند یا در موقعیتی قرار دارند که می‌توان از آنها به شکل بهتری استفاده کرد و با بهره‌گیری از ظرفیت مولدسازی این املاک، بخشی از مشکلات اعتباری پروژه‌های آموزشی را برطرف کرد.

مدیرکل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس گلستان از صاحبان صنایع و مجموعه‌هایی که در حوزه‌های مالیاتی و مولدسازی فعالیت دارند خواست برای تامین اعتبارات و توسعه فضاهای آموزشی استان پای کار بیایند.

کمبود زمین در گرگان جدی‌تر است

یکی از چالش‌های اصلی توسعه فضاهای آموزشی در شهرهای بزرگ، دسترسی به زمین مناسب است که این مشکل با افزایش جمعیت دانش‌آموزی و توسعه شهرها اهمیت بیشتری پیدا کرده و در برخی مناطق عملاً امکان احداث مدرسه جدید را محدود کرده است. فراهی با اشاره به مشکل تامین زمین برای احداث مدارس گفت: در شهرهای بزرگ استان از جمله گرگان و گنبدکاووس با مشکل جدی‌تری در زمینه تامین زمین مواجه هستیم و این مشکل در شهر گرگان حادث‌تر است. در سال‌های گذشته پیگیری‌هایی برای تامین زمین انجام شده اما این اقدامات کافی نبوده و همچنان به همکاری دستگاه‌های مسوول نیاز داریم. در مقابل چالش‌های موجود در توسعه فضاهای آموزشی، ساماندهی مدارس کانکسی یکی از اقداماتی است که به گفته مسوولان نوسازی مدارس گلستان به نتیجه رسیده که این اقدام نیز به‌ویژه برای دانش‌آموزان مناطق روستایی و کم‌برخوردار اهمیت دارد و با هدف جایگزینی فضاهای موقت با محیط‌های آموزشی ایمن و استاندارد دنبال شده است.

وی با اشاره به اقدامات انجام‌شده برای ساماندهی مدارس کانکسی گفت: با توجه به سیاست‌های دولت و سازمان نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس کشور، جمع‌آوری مدارس مستقل کانکسی از سال‌های گذشته با جدیت در استان آغاز شده و خوشبختانه همه مدارس مستقل کانکسی گلستان جمع‌آوری شده است. علاوه بر جمع‌آوری مدارس مستقل کانکسی، در برخی مناطق با ساماندهی فضاهای آموزشی موجود، کلاس‌های درس از کانکس خارج و به فضاهای آموزشی مناسب منتقل شدند.

مدیرکل نوسازی مدارس گلستان خاطر‌نشان کرد: تعدادی کلاس الحاقی کانکسی همچنان در استان وجود دارد که تاکنون بیش از ۴۰ درصد آنها ساماندهی و جمع‌آوری شده و این روند با هدف فراهم کردن محیط آموزشی ایمن، استاندارد و مناسب برای دانش‌آموزان مناطق محروم ادامه خواهد داشت.

انسان وحشی



مهدی سیف حسینی

چقدر توی زندگی شادی و لذت وجود دارد اما ما خودمان را سپردیم به دست نکبت و دائم در فشار افسردگی و اضطراب، بیزار از در کنار هم بودن و فرار از همدیگر. راستی این انسان را چه می شود که اینهمه با ذلت روزگار می گذراند. مگر می شود این انسان اشرف مخلوقات برترین موجود کره زمین دید که از همه حیوانات درنده تر باشد. حیوانات اگر همدیگر را میدرنند، اما وقتی سیر می شوند دیگر آزارشان به کسی نمی رسد، اما این انسان این عقل کل، این برترین موجود کره زمین، دائم در حال خون ریختن و کشتار ممنوع خود است و در ۲۵۰ سال اخیر ۲۳۰ سال آن را جنگیده و میلیون میلیون موجود چون خود را نابود کرده است. از کشتار که بگذریم در مال اندوزی آنقدر حریص است که مرتب در حال کلاه گذاشتن سر

آن دیگری و حتی فامیل و نزدیکان خود برای کسب ثروت و مال بیشتر است و دائم جمع می کند و وقتی نگاه می کنی می بینی برای قرن ها انباشت ثروت از خود باقی می گذارد اما بدون اینکه هیچ بهره مطلوب شخص خودش از آن ثروت برده باشد. راستی دیده ای که غیر از این انسان (که اشرف مخلوقات است) موجود دیگری اینهمه دروغ بگوید؟ مرتب در حال دروغ گفتن است و لذا بیخود نبود که معتقدین به آئین زرتشت و بخصوص داریوش شاه دعا می کردند که خدایا ای اهورا مزدا، ملت من را از جنگ، قحطی و دروغ مصون بدار که دروغ چقدر نفرت انگیز است که فقط انسان می گوید. راستی مگر نمی شود این انسان به زیبایی نگاه کند، به جنگل و

طبیعت برو، با هموعان خود بگوید، بخندد و آواز بخواند. به زمزمه پرندگان و آواز جویبار گوش کند، برقصد و بخواند و دیگران را شاد کند که این موهبتی است در زندگی و خوشا بحال آنانکه از لحظه، لحظه زندگی خود برای خوشی، شادی، آواز، رقص، طبیعت و ... بهره و لذت می برند و دیگران را در یک حس خوب شریک می کنند.



۷۳۴ فرصت شغلی با جذب تسهیلات محقق شد

جمله طرح های در حال پیگیری و سرمایه گذاری جدید بخش کشاورزی در استان گلستان برشمرد. معاون برنامه ریزی و امور اقتصادی جهاد کشاورزی گلستان ادامه داد: اتاق سرمایه گذاری کشاورزی در این دستگاه فعال بوده و زیر نظر تالار سرمایه گذاری اداره کل امور اقتصادی و دارایی استان خدمات به متقاضیان علاقمند به سرمایه گذاری در بخش کشاورزی ارائه می دهد. وی همچنین از تخصیص تسهیلات بانکی از محل رهاورد سفر رئیس جمهور سال ۱۴۰۴ به استان گلستان خبر داد و گفت: ۵۰۵ همت تسهیلات بانکی برای سرمایه گذاری در اجرای طرح های کشاورزی اولویت دار استان در سال مالی ۱۴۰۵ اختصاص یافته است. استان گلستان با ۲۰۰ هزار بهره بردار کشاورزی و تولید قریب به ۶ میلیون تن انواع محصولات کشاورزی، در تولید ۱۵ محصول راهبردی کشور شامل دانه های روغنی کلزا، سویا و آفتابگردان، هلو، توتون و گوشت مرغ رتبه اول، گندم، چغندر قند و خرمالو مقام دوم، شلتوک (برنج)، پسته، پنبه، میگو و پنبه رتبه سوم، ماهیان پرورشی و خاویاری رتبه چهارم و جو و زیتون رتبه پنجم کشوری را دارد.



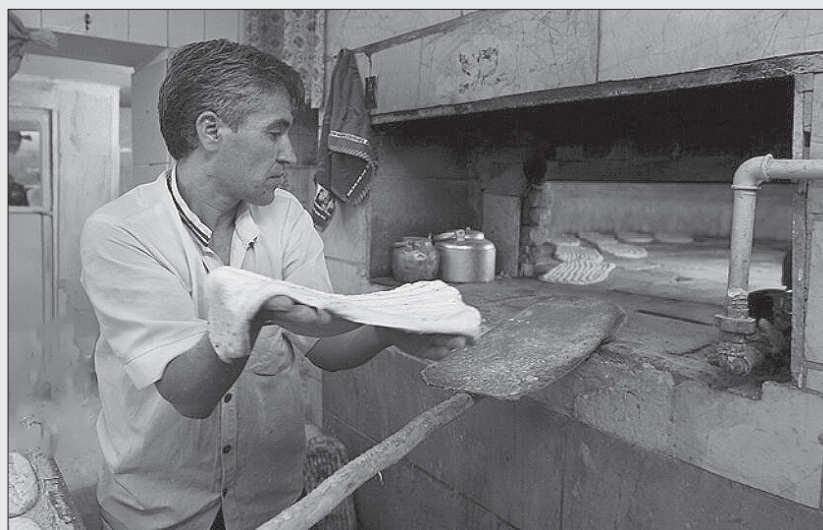
سازی محصولات باغی، توسعه زنجیره شترداری و چغندر قند و ایجاد پایانه صادراتی محصولات کشاورزی و توسعه پرورش میگو درگمیشان را از

زیتون در مینودشت، گسترش کشت های قراردادی محصولات کشاورزی، توسعه صنعت نوغانداری، توسعه کشت گیاهان دارویی، ایجاد سردخانه و ذخیره

معاون برنامه ریزی و امور اقتصادی جهاد کشاورزی گلستان گفت: ۷۳۴ فرصت شغلی جدید بخش کشاورزی در این استان از محل تسهیلات بانکی محقق شده که معادل ۳۱ درصد تعهد اشتغال این دستگاه برای سال جاری است. به گزارش روابط عمومی، حمید حسین پور اظهار کرد: تعهد سال مالی ۱۴۰۵ بخش کشاورزی گلستان، ایجاد ۲ هزار و ۳۸۶ فرصت شغلی از محل جذب تسهیلات بانکی از محل منابع استانی و ریاست جمهوری است که با جدیت پیگیری می شود. وی با اشاره به گستردگی ظرفیت های کشاورزی گلستان، گفت: توسعه زنجیره های تولید، افزایش بهره وری آب و خاک، تکمیل واحدهای فراوری و توسعه سرمایه گذاری در بخش کشاورزی از محورهای مهم برنامه های این دستگاه برای تقویت تولید و اشتغال در استان است. وی ایجاد گاوداری شیری ۵ هزار راسی، پرورش گوسفند پربازده با ظرفیت ۱۰۰ هزار راس در آق قلا، احیای زراعت پنبه، ایجاد گلخانه در شهرک های کشاورزی آق قلا، گمیشان و گنبد کاووس، احداث باغ پسته ۴۰۰ هکتاری در گنبد کاووس، طرح توسعه صنایع تبدیلی

وضعیت سوخت جایگزین نانوائی ها را استی آزمایی می شود

و دستگاه های نظارتی باید با جدیت بیشتری بر نحوه توزیع و مصرف آرد نظارت کنند. کیان مهر با اشاره به لزوم ارتقای نظارت ها گفت: بر اساس ارزیابی ها و آمارهای رسمی، استان گلستان عملکرد مطلوبی در مدیریت آرد داشته و در زمره استان های با کمترین میزان تخلف قرار دارد، اما حفظ این جایگاه و جلوگیری از بروز هرگونه شائبه ایجاب می کند نظارت ها بر چرخه توزیع بیش از پیش تقویت شود؛ چرا که در این بخش حتی یک کیلوگرم تخلف یا انحراف در شبکه نیز غیرقابل قبول است. معاون اقتصادی استاندار گلستان با تأکید بر لزوم ساماندهی و متناسب سازی سهمیه ها با توان عملیاتی نانوائی ها تصریح کرد: تخصیص آرد به واحدهای خبازی باید بر مبنای کارشناسی دقیق، ظرفیت واقعی پخت و نیروی انسانی فعال در هر واحد تنظیم شود. هدف و اولویت اصلی همه دستگاه های متولی در کارگروه باید تسهیل فرآیندها، کاهش معطلی مردم و افزایش رضایت مندی عمومی در سراسر استان باشد.



بر روند توزیع آرد تأکید کرد و گفت: اتحادیه نانوائیان، فرمانداری ها، کارگروه های شهرستانی

اشاره به گزارش های فرمانداران درباره کمبود آرد و نارضایتی های موجود، بر تشدید نظارت

معاون هماهنگی امور اقتصادی استاندار گلستان گفت: از این پس وضعیت سوخت جایگزین نانوائی ها در همه ۱۴ شهرستان و حتی شهرهای کوچک استان به صورت میدانی راستی آزمایی خواهد شد تا ضمن بررسی دقیق شرایط موجود، گزارش قابل اتکایی از میزان آمادگی نانوائی ها ارائه شود. به گزارش روابط عمومی، عبدالعلی کیان مهر در جلسه کارگروه ساماندهی گندم، آرد و نان گلستان، بر ضرورت بررسی میدانی و راستی آزمایی وضعیت سوخت دوم نانوائی ها تأکید کرد و گفت: با توجه به احتمال افت فشار گاز در فصل زمستان، باید پیش از بروز مشکل، تمهیدات لازم برای تامین سوخت جایگزین نانوائی ها فراهم شود. معاون اقتصادی استاندار گلستان با تأکید بر تشکیل تیم های مشترک برای بازدید از نانوائی های شهرستان ها افزود: وضعیت سوخت جایگزین باید به صورت واقعی و میدانی بررسی و تعداد نانوائی های فاقد کپسول و تجهیزات مورد نیاز احصا شود تا کمبودها در کوتاه ترین زمان برطرف شود. وی همچنین با



دکتر سیده محدثه حسینی، مینودشت

به بهانه روز شعر و ادب فارسی

شاعر؛ شاهد زمانه و حافظه عاطفی تاریخ است

از روایت شفاهی تا روایت دیجیتال:

امروز شکل انتقال این حافظه تغییر کرده است. اگر در گذشته روایت های شفاهی می توانستند بخشی از تجربه های ثبت نشده را از نسلی به نسل دیگر منتقل کنند، فضای دیجیتال نیز امکان های تازه ای برای ثبت و انتشار تجربه فراهم کرده است.

صفحات شخصی، وبلاگ ها، شبکه های اجتماعی، پادکست ها و رسانه های دیجیتال، هر روز بخشی از زندگی انسان معاصر را ثبت می کنند.

البته هر محتوای دیجیتال لزوماً سند معتبر تاریخی نیست و مانند هر منبع دیگری باید با نگاه انتقادی خوانده شود. با این حال، بعید نیست بخشی از همین نوشته ها، صداها، شعرها و روایت های پراکنده، سال ها بعد برای پژوهشگر آینده به مواد خام شناخت عصر ما تبدیل شوند.

رسانه تغییر کرده است، اما نیاز انسان به روایت کردن تغییر نکرده است. اینجاست که مسئولیت شاعر امروز اهمیت پیدا می کند. شاعر فقط برای مخاطب امروز شعر نمی گوید؛ شعر او ممکن است سال ها بعد برای پژوهشگری که می خواهد این دوره را بشناسد، به متنی قابل تامل تبدیل شود. آیندگان ممکن است از میان شعرهای امروز بپرسند:

ما در این دوره چگونه زندگی می کردیم؟

چه چیزهایی ما را می ترساند؟

به چه چیزهایی امید داشتیم؟

از چه چیزهایی رنج می بردیم؟

چگونه با جنگ، مهاجرت، فقر، تغییرات اجتماعی، بحران های زیست محیطی، دگرگونی روابط انسانی و تغییر سبک زندگی روبه رو می شدیم؟

بخشی از پاسخ این پرسش ها ممکن است در شعرهای امروز پیدا شود. بنابراین شاعر امروز، خواه بخواهد و خواه نخواهد، بخشی از مواد خام حافظه فرهنگی آینده را تولید می کند.

شاعر زمانه بودن یعنی چه؟

شاعر زمانه بودن به معنای تبدیل شعر به بیانیه یا گزارش سیاسی نیست. شاعر حق دارد از عشق، طبیعت، تنهایی، عرفان، خیال و جهان شخصی خود سخن بگوید. اما حتی شخصی ترین شعرها نیز گاهی نشانه هایی از زمانه خود را در خود دارند.

شاعر زمانه بودن، پیش از هر چیز، یعنی دیدن:

دیدن انسان؛

دیدن رنج؛

دیدن شادی؛

دیدن امید؛

دیدن تغییر؛

و تلاش برای فهمیدن آنچه در اطراف ما می گذرد.

شاعر قرار نیست قاضی تاریخ باشد؛ اما می تواند شاهد تاریخ باشد.

و شاهد بودن، مسئولیت می آورد.

ما فقط وارثان گذشته نیستیم. اگر امروز برای شناخت دوره های گذشته به شاهنامه، تاریخ بیهقی، شعر مشروطه و رمان های معاصر مراجعه می کنیم، آیندگان نیز روزی به آثار ما مراجعه خواهند کرد.

آنها فقط از کتاب های تاریخ نخواهند پرسید که چه اتفاقی افتاد. از ادبیات خواهند پرسید:

انسان این دوره چگونه زیست؟

چه احساسی داشت؟

چه چیزی او را امیدوار می کرد؟

چه چیزی او را می ترساند؟

چه چیزی برایش ارزش داشت؟

و در برابر زمانه خود چگونه ایستاد یا چگونه سکوت کرد؟

از این رو، هر شاعر و نویسنده امروز، آگاهانه یا ناآگاهانه، در حال نوشتن بخشی از حافظه فرداست.

و اینجاست که رسالت متولیان ادبیات نیز معنای عمیق تری پیدا می کند: باید میان گذشته و آینده پل زد؛ میان دانشگاه و جامعه، میان میراث کلاسیک و نسل جدید و میان ادبیات و رسانه های امروز.

دانش ادبی زمانی به سرمایه فرهنگی تبدیل می شود که از مرزهای تخصصی خود عبور کند و به زندگی مردم برسد.

۲۷ شهریور می تواند یادآور همین مسئولیت باشد؛ مسئولیتی که با پایان یک روز تمام نمی شود.

ادبیات برای زنده ماندن فقط به بزرگداشت تقویمی نیاز ندارد؛ به جاری شدن در زندگی بشریت نیاز دارد.

و شاعر امروز، شاهد زمانه و حافظه عاطفی تاریخ است.

۲۷ شهریور ۱۴۰۵

امیدها، سوگ ها و آرزوهایی وجود داشته که ممکن است در گزارش های رسمی جای پیدا نکرده باشند.

ادبیات می تواند بخشی از همین لایه انسانی تاریخ را حفظ کند.

در شاهنامه، فقط داستان پهلوانان و پادشاهان را نمی خوانیم؛ در کنار روایت حماسی، با آداب پهلوانی، شیوه های رزم، آیین های سوگ، جشن ها، تاج گذاری ها، پیمان ها، مناسبات قدرت و بسیاری از عناصر فرهنگی جهان ایرانی نیز روبه رو می شویم.

در ادبیات داستانی دوره معاصر نیز این نقش به شکل دیگری ادامه پیدا می کند. در «داش آکل» صادق هدایت، علاوه بر سرگذشت یک شخصیت داستانی، فضای اجتماعی و بومی شیراز، روابط میان آدم ها، زبان و رفتار اجتماعی و بخشی از فرهنگ زیسته یک دوره حضور دارد. در «سووشون» سیمین دانشور نیز زندگی شخصیت ها در بستر یک دوره تاریخی پر تنش شکل می گیرد و تحولات اجتماعی و اقتصادی زمانه در زندگی انسان ها بازتاب پیدا می کند.

به این ترتیب، داستان گاهی بدون آنکه قصد تاریخ نگاری داشته باشد، به یک سند فرهنگی تبدیل می شود.

اما اگر داستان می تواند زندگی یک دوره را روایت کند، شعر نیز می تواند احساس یک دوره را ثبت کند.

شعر؛ حافظه عاطفی زمانه:

هر دوره تاریخی شعر خودش را دارد. وقتی شعرهای یک دوره را کنار هم قرار می دهیم، تکرار بعضی موضوعات و دغدغه ها آشکار می شود: در دوره ای ظلم و بی عدالتی، در دوره ای عرفان و معنویت، در دوره ای وطن و جنگ، در دوره ای آزادی و قانون و در دوره ای دیگر تنهایی، مهاجرت، فقر، اضطراب، امید یا تغییرات اجتماعی.

این تکرارها می تواند برای پژوهشگر آینده مهم باشد.

با وجود اینکه شاعر نماینده همه مردم نیست و شعر نیز سند تاریخی به معنای دقیق کلمه نیست. اما مجموعه شعرهای یک دوره، در کنار اسناد، خاطرات، مطبوعات و دیگر منابع، می تواند به شناخت فضای فکری، فرهنگی و عاطفی آن دوره کمک کند.

اگر تاریخ به ما می گوید چه اتفاقی افتاده است، شعر گاهی به ما نشان می دهد آن اتفاق با انسان چه کرده است!

دوره مشروطه نمونه روشنی از این نقش شعر است. در شعر ملک الشعرای بهار، عارف قزوینی، فرخی یزدی و بسیاری دیگر از شاعران آن دوره، مفاهیمی چون آزادی، قانون، عدالت، وطن و اعتراض به استبداد حضوری جدی دارند. شاعر دیگر فقط درباره جهان شخصی خود سخن نمی گوید؛ جامعه و سرنوشت مردم نیز وارد شعر می شود.

گاهی نیز شرایط اجتماعی و سیاسی باعث می شود شاعر برای بیان بعضی مضامین به زبان نمادین و غیرمستقیم روی بیاورد. استعاره، کنایه، تمثیل و چندلایگی می توانند امکان دیگری برای سخن گفتن فراهم کنند.

از این رو، هنگام خواندن شعر یک دوره، فقط نباید به آنچه شاعر صریحاً گفته است توجه کرد؛ گاهی شیوه بیان و انتخاب یک نماد یا استعاره نیز برای فهم فضای زمانه اهمیت دارد.

البته هر استعاره ای الزاماً رمز یک واقعه سیاسی مشخص نیست. این نشانه ها زمانی ارزش بیشتری پیدا می کنند که در کنار شواهد تاریخی دیگر خوانده شوند.

آنچه نوشته شده و آنچه فرصت نوشته شدن پیدا کرده است:

در بحث حافظه تاریخی، یک مسئله دیگر نیز اهمیت دارد: هر آنچه اتفاق افتاده، لزوماً با همان شکل و همان اندازه در اسناد باقی نمانده است.

در برخی دوره های تاریخی، به ویژه در سنت های تاریخ نگاری درباری، روایت گذشته تحت تاثیر رابطه نویسنده با قدرت، حامیان اثر و اهداف تاریخ نگاری قرار داشته است. فتوحات، پیروزی ها و اقدامات مطلوب حکومت ها ممکن بود برجسته تر ثبت شوند و برخی جنبه های نامطلوب کمتر مجال حضور پیدا کنند. این مسئله به معنای بی اعتبار بودن متون تاریخی نیست. این متون همچنان از مهم ترین منابع شناخت گذشته اند؛ اما خواننده امروز باید بداند هر متن تاریخی نیز در شرایط خاصی تولید شده است. گاهی نیز ترس، مصلحت یا محدودیت های اجتماعی باعث می شده تجربه ای در همان زمان به صورت آشکار ثبت نشود و از راه روایت های شفاهی، خاطرات و داستان ها به نسل های بعد برسد. در دوره های جدید نیز محدودیت های نشر و نظارت بر انتشار، شکل های متفاوتی پیدا کرده اند و در چنین شرایطی، ادبیات گاهی از زبان مستقیم فاصله گرفته و به نماد، استعاره و کنایه نزدیک شده است. بنابراین، بخشی از حافظه یک جامعه ممکن است نه در متن صریح، بلکه در لایه های غیرمستقیم ادبیات باقی مانده باشد.

بررسی دوره های مختلف تاریخی به ما می گوید ادبیات را نمی توان فقط مجموعه ای از کتاب ها، شعرها و داستان هایی دانست که در قفسه کتابخانه ها نگهداری می شوند. ادبیات، بخشی از حافظه یک ملت است؛ حافظه ای که در آن زبان، اندیشه، احساس، تجربه، باور، آیین، رنج، شادی و شیوه زیستن انسان ها در طول نسل ها باقی مانده است. اگر بخواهیم بدانیم مردمان یک سرزمین در طول تاریخ چگونه اندیشیده اند، چه چیزهایی را دوست داشته اند، از چه چیزهایی ترسیده اند، به چه چیزهایی امید بسته اند و جهان را چگونه دیده اند، یکی از مهم ترین راه های ما مراجعه به ادبیات است. در متون ادبی، انسان فقط به عنوان یک شخصیت تاریخی و یک نام ظاهر نمی شود؛ بلکه با احساس، زبان، خیال و تجربه زیسته خود حضور پیدا می کند. از همین منظر، ادبیات فارسی تنها میراث شاعران و نویسندگان ما نیست؛ بخشی از سرمایه فرهنگی و هویتی جامعه ماست. شاهنامه، گلستان، بوستان، مثنوی، غزلیات حافظ، آثار نظامی، تاریخ بیهقی و صدها متن دیگر، فقط آثاری متعلق به گذشته نیستند؛ هر کدام بخشی از حافظه زبانی و فرهنگی ما را به امروز رسانده اند.

۲۷ شهریور؛ یک روز برای ادبیات یا یادآوری یک مسئولیت؟

۲۷ شهریور در تقویم رسمی کشور به عنوان روز شعر و ادب فارسی و هم زمان روز بزرگداشت استاد شهریار شناخته می شود. این نام گذاری فرصتی است برای یاد کردن از شهریار شعر معاصر و البته فراتر از آن، برای توجه دوباره به میراث گسترده شعر و ادب فارسی.

اما شاید مهم ترین پرسش این باشد که از «روز شعر و ادب فارسی» چه می خواهیم؟

آیا قرار است این روز فقط به چند مراسم، سخنرانی، شب شعر و پیام تبریک محدود شود و پس از پایان یک روز، همه چیز به روال گذشته بازگردد؟ یا می توان این مناسبت را بهانه ای برای یک پرسش جدی تر دانست: ما در طول سال برای ادبیات فارسی چه می کنیم؟

روزهای تقویمی زمانی معنا پیدا می کنند که بتوانند چیزی را در زندگی واقعی جامعه تغییر دهند. اگر روز شعر و ادب فارسی فقط یک عنوان در تقویم باشد، اهمیت آن محدود خواهد ماند؛ اما اگر آغازگر برنامه هایی برای خواندن، آموزش، پژوهش، تولید و ترویج ادبیات باشد، یک مناسبت تقویمی می تواند به یک جریان فرهنگی تبدیل شود.

ادبیات نیازمند توجه روزانه است؛ نه فقط در روزی که نامش در تقویم آمده است.

رسالت ادبیات و متولیان ادبیات:

در این میان، مسئولیت فقط بر عهده شاعر و نویسنده نیست. دانشگاه، مدرسه، ناشر، رسانه، نهادهای فرهنگی، انجمن های ادبی، کتابخانه ها و همه کسانی که به نوعی خود را متولی ادبیات می دانند، در برابر این میراث مسئولیت دارند. اگر ادبیات فارسی را سرمایه فرهنگی می دانیم، باید برای زنده ماندن و رسیدن آن به نسل های تازه نیز برنامه داشته باشیم.

این مسئولیت فقط برگزاری مراسم بزرگداشت نیست. بازخوانی و بازمعرفی متون کلاسیک برای نسل جدید، حمایت از پژوهش های ادبی، ساده سازی و بازآفرینی متون برای کودکان و نوجوانان، پیوند ادبیات با سینما، تئاتر، موسیقی و رسانه های جدید و ایجاد فرصت برای شاعران و نویسندگان امروز، بخشی از همین مسئولیت است.

ادبیات زمانی زنده می ماند که خوانده شود، درباره آن گفت و گو شود، بازآفرینی شود و به زندگی نسل های تازه راه پیدا کند.

چرا باید ادبیات را جدی گرفت؟

ادبیات فقط سرگرمی نیست. ادبیات به ما زبان و درک می دهد تا تجربه های پیچیده انسانی را بیان کنیم، خود را جای دیگری بگذاریم و جهان را از زاویه ای متفاوت ببینیم.

ادبیات همچنین به جامعه امکان می دهد خودش را ببیند. گاهی یک داستان، رمان یا شعر می تواند تصویری از یک جامعه به ما بدهد که در هیچ گزارش آماری پیدا نمی شود. نه به این معنا که ادبیات جایگزین آمار و اسناد تاریخی است، بلکه از این جهت که لایه دیگری از واقعیت را ثبت می کند.

ادبیات؛ حافظه ای فراتر از تاریخ رسمی:

وقتی از حافظه تاریخی سخن می گوئیم، معمولاً ذهن ما به سمت کتاب های تاریخ، فرمان ها، اسناد، جنگ ها، حکومت ها و نام پادشاهان می رود. اما زندگی انسان فقط از اینها تشکیل نشده است.

پشت هر جنگ، انسان هایی زندگی کرده اند. پشت هر تغییر سیاسی، خانواده هایی بوده اند که زندگی شان دگرگون شده است. پشت هر بحران، ترس ها،



دکتر سینا جهانیده

کانتکست شعر سیاسی و اختراع معنا

از یک فهرست خرید، شعر سیاسی استخراج کند، مرز میان شعر سیاسی و متن سیاسی کجاست؟ شاید مسئله این نباشد که متن سیاسی است یا نه؛ مسئله این باشد که چه چیزی آن را در یک موقعیت تاریخی، سیاسی می‌کند.

«و دیگر هیچ» در پایان فهرست نیز دقیقاً به همین دلیل اهمیت دارد. این عبارت در ظاهر فقط پایان دادن به یک فهرست است، اما در گوش مخاطب ادبی می‌تواند به «سکوت»، «فقدان»، «بن‌بست»، «ناگفتنی» یا حتی یک وضعیت اگزستانسیال تبدیل شود. یعنی همان چیزی که در شعر سیاسی معاصر بارها اتفاق افتاده است: امر عادی، تحت فشار کانتکست سیاسی، به استعاره تبدیل می‌شود.

پس مدیریت فقط شاعران را مسخره نمی‌کند؛ او مکانیزم تولید معنا در شعر را به نمایش می‌گذارد. او نشان می‌دهد که چگونه سرمایه ادبی، انتظار خوانش، فضای روشنفکری و زمینه سیاسی می‌توانند متنی غیرادبی را به شعر تبدیل کنند.

طنز ماجرا در این نیست که شاعران یک فهرست خرید را شعر می‌گیرند؛ طنز عمیق‌تر این است که شاید بخشی از شعرهای سیاسی ما نیز به همین شیوه خوانده شده‌اند: نه لزوماً چون در خودشان استعاره‌ای سیاسی داشته‌اند، بلکه چون ما آنها را در یک وضعیت سیاسی خوانده‌ایم.

در این معنا، فهرست خرید کلاتری یک شوخی ساده با آوانگاردیسم نیست؛ یک آزمایشگاه کوچک برای فهم این پرسش است: چه چیزی به یک متن حق می‌دهد که شعر نامیده شود؟ زبان؟ فرم؟ مؤلف؟ یا جامعه‌ای که آماده است از هر نشانه‌ای معنای سیاسی استخراج کند؟ و شاید پاسخ مدیری، با همان طنز بی‌رحمانه، این باشد: گاهی کافی است روی یک فهرست خرید بنویسی «شعر»؛ بقیه را مخاطب انجام خواهد داد.

پول برق، آب و گاز، هنگامی که در مجاورت پوتین، سرباز، دستبند و بازداشتگاه قرار می‌گیرند، وارد همان میدان معنایی می‌شوند.

در اینجا چیزی شبیه به استعاره‌ی هم‌نشینی رخ می‌دهد. معنای سیاسی از درون خود کلمات بیرون نمی‌آید؛ از رابطه‌ای که کلمات با یکدیگر پیدا می‌کنند تولید می‌شود. «برق» سیاسی نیست، «آب» سیاسی نیست، «گاز» سیاسی نیست؛ اما وقتی در کنار «دستبند» و «بازداشتگاه» قرار می‌گیرند، دیگر صرفاً آب و برق و گاز نیستند. کانتکست، اشیای خنثی را سیاسی می‌کند.

و این دقیقاً همان جایی است که طنز مدیری به نقدی بسیار جلدی‌تر از شعر آوانگارد نزدیک می‌شود. شاعر آوانگارد ممکن است تصور کند که با کنار گذاشتن نحو متعارف، حذف روایت، گسست منطقی و کنار هم گذاشتن عناصر نامتجانس، به «معنای چندگانه» دست یافته است. اما مدیری نشان می‌دهد که گاهی لازم نیست حتی شعر بنویسی. کافی است چند شیء را در یک میدان گفتمانی مناسب کنار هم بگذاری. مخاطب خودش میان آنها رابطه برقرار می‌کند. در نتیجه، آنچه «شعر» را تولید می‌کند الزاماً زبان شاعرانه نیست؛ انتظار مخاطب برای یافتن شعر است.

شاعرانی که در آن صحنه فهرست را شعر می‌خوانند، در واقع به جای خواندن متن، آن را درون دستگاهی از انتظارات ادبی قرار می‌دهند. چون به آنها گفته شده با «استاد طوفان» و «شعر» مواجه‌اند، فهرست را نه به مثابه فهرست، بلکه به مثابه متن می‌خوانند. آنان برای هر «دستبند» استعاره‌ای می‌سازند، برای «بازداشتگاه» معنایی سیاسی پیدا می‌کنند و از کنار هم قرار گرفتن آب و برق و گاز، تصویری از وضعیت جامعه استخراج می‌کنند.

اینجا طنز به یک پرسش نظری تبدیل می‌شود: اگر مخاطب بتواند

یکی از شوخی‌های درخشان «مرد هزار چهره» مهران مدیری آنجاست که چیزی را که اساساً شعر نیست، به عنوان شعر به شاعران می‌فروشد؛ و طنز دقیقاً از همین جا آغاز می‌شود: متنی که ظاهراً چیزی جز فهرست نیازهای یک کلاتری نیست، در موقعیت «شب شعر» ناگهان واجد ارزش ادبی می‌شود. در نسخه‌های نقل شده از این صحنه، فهرست با چیزهایی مانند پوتین، دستبند، هزینه آب و برق و گاز و نم کشیدن اتاق بازجویی شکل می‌گیرد.

اما پرسش مهم‌تر این است: چرا این فهرست می‌تواند شعر فهمیده شود، و چرا به خصوص می‌تواند شعر سیاسی فهمیده شود؟ پاسخ را نباید فقط در طنز مدیری جست‌وجو کرد. مسئله در «کانتکست» است. هیچ‌یک از این عبارت‌ها، به تنهایی، استعاره سیاسی نیستند. «پوتین» پوتین است، «دستبند» دستبند است، «پول برق» پول برق است و «بازداشتگاه» نم کشیده نیز گزارشی از وضعیت یک مکان است. اما همین عناصر، وقتی در کنار یکدیگر و در فضای سیاسی ایران قرار می‌گیرند، شبکه‌ای از دلالت‌ها می‌سازند که دیگر نمی‌توان آنها را صرفاً اشیای یک فهرست خرید خواند.

پوتین برای سربازان جدید، در متن عادی، یک کالای مصرفی است؛ اما در خوانش سیاسی، نشانه‌ی نهاد نظامی و سازمان‌یافتگی قدرت است. دستبند ده عدد، از یک ابزار اداری به نشانه‌ی بازداشت و سلب آزادی تبدیل می‌شود.

بازداشتگاه نم کشیده است، دیگر فقط توصیف رطوبت دیوار نیست؛ فضای سرکوب، بازداشت و خشونت نهادی را احضار می‌کند. و حتی

بوی گل‌های سرخ ...

برای سردار شهید عبدالله جمال لیوانی!



سید احمد جعفرنژاد، بهشهر

زمزمه‌ی باد
بر سینه‌ی جاده
آرامش صدا را
گرم و نرم منتشر می‌کرد
جایی که
شط ستاره بود و
بوی گل‌های سرخ
و
ریشه‌های تو
بر شانه‌ی فرشته‌ها ...



شهریارانه غزل می‌خواهم



سیدابوالفضل فخر، گرگان

خوب با ما تا نکرده زندگانی، تا گذشت
خوب باشد کاشکی با بعد ما از ما گذشت
چون مسافره‌ای واگن، واژگون در یک تونل—
واقعا برما چنین با حالت اغما گذشت
"تا چه نوشم سیف ویا اینکه چه پوشم در شتا"—*
سیف درگرما شتا در زوزه ی سرما گذشت
تاسحر در جستجوی هم نگاهی ابر وار- چشم
بر راهم ولی با ماه شب پیما گذشت
شهریارانه غزل می‌خواهم امشب گرچه باز
روزگارم با سلوک وسیره‌ی نیما گذشت
کاشکی من باله می‌رقصیدمی**با بخت خویش
حیف شد این صحنه با یک چشمک وایما گذشت
از صدا افتاده‌اند انبوه قمری های باغ
بی"صدا" آیا که می فهمی چه بر "سیما" گذشت
حسن می‌جستم خدا! اسماء حسنا را چه شد؟
حسن‌ها آخرچه شد؟ چه بر سر اسما گذشت؟
زایمان روح بود و خوشه‌های خشم ما
تا بزیایند برومندی چه بر ماما گذشت!
می‌کشد هابیل را قابیل- خواهر جان ببین!- با
چنین رسمی چه بر اقلیم اقلیما** گذشت؟
نه گذشتی دیدم از یار و نه اغماضی ز غیر
با وجود این گذشت، این ماجرا، اما گذشت!
*سعدی
کیف می‌ده اینجور قدمایی
*دختر آدم و حوا

نفس کشیدم و دیدم خیال تو پژمرد
نفس کشیدی و با من به خواب پیوستی
مسافر شب بی‌اعتنایات بودم
درون دلهره‌هایم نگاه سبز تو بود
چقدر شعر نوشتم که مال من باشی
به جای قافیه‌هایم صدای نبض تو بود
صدای زنجیره‌ها را به خواب می‌دیدم
برای با تو شکفتن بهار نارس بود
نمی‌شد از تو بگویم، صدای من می‌مرد
نمی‌شد از تو بگویم، هوای من گس بود

نوری هست



روح‌الله رجبی، مینودشت

جهان خواب است و چشم‌ت بی‌خبر از شعله‌های جنگ
جهان بیدار شد باید بر روی سرت می سنگ
به جای آنکه دستش لای مویت شانه‌ای باشد
پریشان کرد مویت را به روی بستری گلرنگ
جهانی اینچنین در خواب بهتر تا که بیداری
که تا یک دم بیاساییم از این طبل بدآهنگ
جهانی که در آن هستند جمع عاشقان غمگین
نشسته زیر سقف آسمانش شاعری دل‌تنگ
جهان در جست‌وجوی مرهمی بر زخم‌هایش بود
چنان که پرسشی از پاسخش دور است صد فرسنگ
ولی در گوشه‌ای شاید هنوز از عشق نوری هست
که شعری زنده می‌ماند میان این همه نیرنگ

شعر گلستان

چقدر شعر نوشتم که مال من باشی



داریوش جلینی، گرگان

تو را دوباره درون خودم سفر کردم
تو را دوباره شنیدم...
چه آه غمگینی!!!
چقدر روزنه از من به نور می‌تابید
چقدر نوحه شدم در فضای آئینی
برای آنچه معلق درون چشم‌ت بود
هزار مرثیه را در خودم رفو کردم
برای درد خودم ناله‌ای تراشیدم
هوای عشق برای تو آرزو کردم
تو حصر بین دو آینه‌ای و هر لحظه
توانی از ابدیت برای خود داری
تقاض هر نفست سنگسار با عشق است
درون این همه آوار، مثل دیواری
تو در تلاطم انگیزه‌های بی‌خوابی
به شب دوباره پلی با نگاه خود بستی

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

برابر آراء صادره هیئت موضوع قانون تعیین تکلیف و وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای قافله
رسمی مستقر در واحد ثبتی تصرفات مالکانه را اعلام کرد؛ ۱۴۰۵/۱۱/۲۸ - ۳۷۹ نفر سهم مشاع از ۳۰۰ سهم از ششداگان یک قطعه زمین که آن احداث بنا شده است، و رضا زاکری بشماره ملی ۷۸۷۶۷۵۷۹۷ متقاضی کلاسه پرونده ۱۴۰۵/۱۱/۲۸ - ۳۷۹ نفر سهم مشاع از ۳۰۰ سهم از ششداگان یک قطعه زمین که آن احداث بنا شده است، و اکبر خاکیپر بشماره ملی ۷۸۶۹۲۵۲۵۴ متقاضی کلاسه پرونده ۱۴۰۵/۱۱/۲۸ - ۳۷۹ نفر سهم مشاع از ۳۰۰ سهم از ششداگان یک قطعه زمین که آن احداث بنا شده است، غلامعلی نجفی بشماره ملی ۷۸۷۶۲۹۳۳۳ متقاضی کلاسه پرونده ۱۴۰۵/۱۱/۲۸ - ۳۷۹ نفر سهم مشاع از ۳۰۰ سهم از ششداگان یک قطعه زمین که آن احداث بنا شده است عبدالله براهنوی بشماره ملی ۲۲۶۹۲۳۳۳۱ متقاضی کلاسه پرونده ۱۴۰۵/۱۱/۲۸ - ۳۷۹ نفر سهم مشاع از ۱۰۲ سهم از ششداگان یک قطعه زمین که آن احداث بنا شده است رسول راهداری بشماره ملی ۷۲۴۹۸۴۹۶۹۶ متقاضی کلاسه پرونده ۱۴۰۵/۱۱/۲۸ - ۳۷۹ نفر سهم مشاع از ۳۰۰ سهم از ششداگان یک قطعه زمین که آن احداث بنا شده است بمساحت ۳۰۰ متر مربع از پلاک ۳۸۶۶ فرعی از ۱۰۷ - اصلی بخش ۳ حوزوژ ثبت ناحیه ۲ گرگان واقع در اراضی خارج از موقوفه محمدصادق باباجاسقیان طبق رای صادره حکایت از تصرفات متقاضی دارد لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله باززد روزیکامی می شود و این روز اشخاصی که نسبت به رای صادره فوق الذکر اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین گواهی بمدت و ما عترضا خود را با ذکر شماره پرونده به این اداره ارسال و پس از اخذ رسید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست خود را به مرجع ذیصلاح قضائی تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست را به این اداره ارائه نمایند.
تاریخ انتشار نوب اول: ۱۴۰۵/۰۶/۱۴
تاریخ انتشار نوب دوم: ۱۴۰۵/۰۶/۳۰
سی‌وسیسی مرکز کاغذی - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک منطقه دو گرگان از طرف مهناز جهانگیر - شناسه آگهی ۲۳۸۲۵۷

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

[illegible]

آگهی اختصاصی موضوع ماده ۳ قانون وماده ۱۳ آیین نامه
اجرایی تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های
فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۸۰۰۳۳۳/۱۲۱۰۰/۱۴۰۶ تا تاریخ ۱۴۰۵/۰۵/۲۹ هیت موضوعی قانون تعزیرات کیفری و وضعیت تیراژی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد تیرتی شهرستان آق قلا پرونده کلاسره ۰۰۰۲۵۲/۱۴۱۰۰/۱۴۱۰۰ تصرفات مالکانه و با اعتراض متقاضی شرکت تعاونی روستایی انبارالوم به شماره شناسه ملی ۱۶۹۵۰/۱۷۰۰۰ در ششادانگ عرصه و اعیان یک قطعه زمین با کاربری طرح های کشاورزی (انبار محصولات کشاورزی) در سطح ۹۹۹۶/۳۳ مترمربع مغزور و مجری شده جزئی از پلاک تیرتی شماره یک پلاک واقع در آق قلا شهرستان قریه انبارالوم، پرونده ۱۳ حوزه ثبت ملک شهرستان آق قلا (برابر رای قطعی بشماره دادنامه ۲۸۰۱/۱۴ مورخ ۱۳۸۲/۰۷/۱۱) رسماً شعبه سوم محاکم عمومی دادکستری شهرستان آق قلا) و انتقال ملک از مالک رسمی (شرکت سهامی مزرعه نمونه ارش وابسته به وزارت دفاع) تأیید گردیده است. لذل به منظور اطلاع عموم مراتب در دویوت به واسطه ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار آگهی اولین آگهی به مدت ده ماه اعتراض خود را به این اداره استرسی و سپس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت تقاضای ثبت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشارنشون اول: یکشنبه ۱۴۰۵/۰۶/۰۱ تاریخ انتشارنشون دوم: دوشنبه ۱۴۰۵/۰۶/۰۲

احمد نبویان- سرپرست اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا از طرف علی برقمی الف: ۶۶۱۱

آگهی اختصاصی موضوع ماده ۳ قانون وماده ۱۳ آیین نامه
اجرایی تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های
فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۳۵۶/۱۴۰۵۰۳۱۲۰۸۰۰ تاریخ ۱۴۰۵.۰۶.۰۱ هیت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان آق قلا پرونده کلاس ۱۴۰۳۵۶/۱۴۰۵۰۳۱۲۰۸۰۰ تصرفات مالکانه به ملاعراض متقاضی شهرستان آق قلا، امانی دار فرزند امانگلدی شماره شناسنامه ۹۸ کسملی ۹۷۹۷۴۷۸۴ صادره آق قلا در شناسنامه یک قطعه زمین با بنای احداثی به مساحت ۳۱۵.۹۲ مترمربع مفروز و مجزی شده جزئی از پلاک ثبتی شماره ۴۹۷ فرعی از یک اصلی واقع در آق قلا، خیابان عیدگاه، لاله ۲۷، بخش ۷ حوزه ثبتی ملک شهرستان آق قلا از سهمی کریم کردی سالاری توماج تایید گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دونیت به فاصله ۱۰ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص به نسبت صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت

دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اظهارات طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

برحسب این ضوابط و آراء، در توشیح ۱۴۰۵/۰۶/۲۳ تاریخ شناسنامه دوم، سه شنبه ۱۴۰۵/۰۷/۱۴ حیدر بنیوان سرپرست اداره ثبت اسناد و املاک (۱) قلم ۷۰۰/

آگهی، فقدان سند مالکیت

فطر به اینکه اسماعیل سعیدی فرزند سید محمد با ارائه دو برگ استخاره گواهی شده توسط فقه فاضل آن قلاعه به شماره درخواست ۳۳۰۰۰۲۰۰۱۶۰۵۶۳۳۰۰۱۰ مورخه ۱۴۰۵/۰۶/۱۰ در ۲۰۶ قلاعه قلاعه نمود که سند مالکیت ششادگان و عینان یک قطعه زمین با این احوالی به مساحت شش هزار متر مربع دارای پلاک ثبتی شماره ۱۳۲۲ فرعی از ۱۴ اصلی بخش ۱۲ ثبت آن پلازم اسماعیل سعیدی فرزند سید محمد به شماره ملی ۹۷۹۳۳۵۹۲ متولد ۱۳۲۹ و به شماره ثبت ۸۷۳۵۹۹ از نوع درختی عین ذیل ثبت ۳۳۲۲ و صفحه ۱۴ و جلد ۹ مسبق به سابقه ثبت صدور سند مالکیت بوده و دارای یک فقره سند رهنی به نفع بانک کشاورزی دارد، که بعلمت جابجایی مفقود گردید، امبره قضای صادره سند مالکیت العثی را از این اداره نموده است از این رو باستناد ماده ۱۳۱ اصلاحی این قانون ثبت مراتب در یک نوبت آگهی می گردد تا اگر کسی نسبت به ملک مورد آگهی معامله دیگری انجام داده یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد باید تا ده روز پس از انتشار آگهی، به ثبت محل مراجعه و اعتراض کتبی خود را ضمن آن اصل سند مالکیت یا سند معامله تسلیم نمایند در غیر اینصورت پس از انقضای مدت مذکور ابرار و عینان نسبت به صدور سند مالکیت العثی اقدام خواهد شد.

محمد بنقران سرپرست اداره ثبت اسناد و املاک آن قلا ظاهر علی الف: ۷۰۳

آگهی موضوع ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتي

راضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای هیات قانون تعیین تکلیفات و وضعیت تباری اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی دروا
 شهرستان گیوهستان تصرفات مالکانه و بیاعلامیهای متقاضی محرز گردیده لذا درخواست
 متقاضی و اعلام و محرز تقاضا به شرح ذیل به منظور اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۵
 روز از تاریخ اولین آگهی به مدت دو ماده اعتراض خود را به اداره ثبت محل تسلیم و پس از
 اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مرجع قضایی
 تقدیم نمایند. بدینوسیله به اطلاع متقاضیان و مالکین مذکور و وصول اعتراض برابر مقررات
 صادره می‌رساند خواه شد. صدور سند مالکیت مانع مراجعه متضرر به دادگاه صلاحه نخواهد
 بود. ۱- آقای عبدالسلام قره‌جه فرزند یکشم به شماره شناسنامه ۵۴ و شماره ملی ۹۷۸۷۴۰۰۹
 صادره از گیوهستان منجر بر صدور سند مالکیت شناسانگ غرضه یک قطعه زمین مزروعی به
 مساحت ۳۳۵/۵۴ مترمربع قسمتی از شناسانگ پای ۲۶۹۷ فرعی (۱- اصلی واقع در اراضی
 بهره گیوهستان بخش ۴ حوزه ثبت ملک شهرستان گیوهستان و از سهمی آقای قلیچ رضوانی برابر
 ای شماره ۹۷۱-۱۴۰۵۰۳۱۲۴۷۴۰۰ مورخه ۱۴۰۵/۰۵/۱۷ و کلامه پرونده شماره ۲۹۴-۱۴۰۴
 تاریخ انتشار نوبت اول: روز دوشنبه ۱۴۰۵/۰۷/۳۰
 تاریخ انتشار نوبت دوم: روز چهارشنبه ۱۴۰۵/۰۷/۱۵
 ملام بنگلی- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک گیوهستان- مالف ۶۳۷:

آگهی موضوع ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتي

راضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر برای هر هیأت قانون تعیین تکلیف و وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی دروا
 شیهرستان گمشان تصرفات مالکانه و به منظور اطمینان متقاضی محرز گردیده است. مشخصات
 متقاضی و املاک مورد تقاضا به شرح ذیل به اطلاع عموم در نوبت به فاصله ۱۵ خرداد ۱۳۹۰
 تاریخ اولین آگهی به مدت ده ماده اعتراض خود را به اداره ثبت محل تسلیم و پس از اخذ رسید
 طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مرجع قضایی تقدیم نمایند.
 است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض برابر مقررات سندمالکیت
 صادر خواهد شد. صدور سند مالکیت مانع مراجعه متضرر به دادگاه صالحه نخواهد بود.
 -آقای عبدالعزیز زردی دراد فرزندان عظیم فرزند یکشم به شماره شناسنامه ۱۶۹ و شماره ملی
 ۱۰۱۰۷۲۵۹۰۱۰۷ صادر از گمشان سنی بر صدور سند مالکیت شنیدگان کی قطعه زمین مزروعی
 به مساحت ۷۲۵/۳۰ متر مربع قسمنی از شناسانگ پایل ۲۵۸ فرعی از ۶-۱ اصلی واقع در اراضی
 بهر بنابر بخش ۵ حوزه ثبت ملک شهرستان گمشان و از سهمی اتانیز عظیمی برابر ارق در شماره
 ۱۴۰۵۰۳۱۳۲۴۷۰۰۸۵ مورخه ۱۴۰۵/۵/۷ و کلاسه پرونده شماره ۱۵۳-۱۴۰۴
 تاریخ انتشار نوبت اول روز و شنبه ۱۴۰۵/۷/۳۰
 تاریخ انتشار نوبت دوم روز چهارشنبه ۱۴۰۵/۷/۳۰
 یولام بنگلی - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک گمشان - مالک ۶۱۸:

آگهی موضوع ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتي

راضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای هیات قانون تعیین تکلیف و وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی در اراضی
شهرستان گمشان تصرفات مالکانه و بااعلامراض متقاضی صورت گرفته گردیده لذا مشخصات
متقاضی و املاک مورد تقاضا به شرح ذیل به منظور اطلاع عموم در روز ۱۵ روزه از
تاریخ اولین آگهی به مدت دو ماده اعتراض خود را به اداره ثبت محل تسلیم و پس از اخذ رسید
بطرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مرجع قضایی تقدیم نمایند.
سیدبهری است در صورت اعتراضات مذکور و عدم وصول اعتراض برابر مقررات سند مالکیت
صادر خواهد شد. صدور سند مالکیت منتهی به مراجعه مقصر به دادگاه صالحه نخواهد بود
- آقای قربان محمد شیدایی فرزند قربان به شماره شناسنامه ۵۲ و شماره ملی ۲۲۸۹۷۲۷۲۷۹۴
صادره از گمشان مبنی بر صدور سند مالکیت ششادان غرض یک قطعه زمین مزروعی به
مساحت ۴۸۹۹۹٫۱۲ مترمربع قسمتی از ششادان پلاک ۲۲۲۱ فرعی ۱- اصلی واقع در اراضی قریه
ششادان بخش ۴ حوزه ثبت ملک شهرستان گمشان و از سهمی آقای خواجهمحمد قلیچ نژاد برابر
ای شماره ۴۸۹۹۹۰۱۰۱۵۶۳۱۳۲۷۴۷۰۱۰۷ مورخه ۱۴۰۵/۵/۲۰ و کلاسه پرونده شماره ۱۰۷-۴۸۹۹۹
توضیح اینکه: مورد تقاضا برابر سند رسمی شماره ۴۸۹۷۲ مورخه ۱۳۴۶/۷/۱۵ دفتر اسناد رسمی
شماره ۲ گرگان در رهن فروشنده (بنیاد مسکن انقلاب اسلامی) قرار دارد.
- آقای عبدالحمید دوجی فرزند قربان محمد به شماره شناسنامه ۲۳۳۰۰۳۱۴۳۴ و شماره ملی
۲۳۳۰۰۳۱۴۳۴ صادره از بندرتن مبنی بر صدور سند مالکیت ششادان غرض یک قطعه زمین
مزروعی به مساحت ۴۴۰۳۸۰ مترمربع قسمتی از ششادان پلاک ۲۲۲۱ فرعی ۱- اصلی واقع
در اراضی ششادان بخش ۴ حوزه ثبت ملک شهرستان گمشان و از سهمی آقای هواری برابر
ای شماره ۴۸۹۹۹۰۱۰۱۵۶۳۱۳۲۷۴۷۰۱۰۷ مورخه ۱۴۰۵/۵/۱۹ و کلاسه پرونده شماره ۱۱۶-۴۸۹۹۹
توضیح اینکه: مورد تقاضا برابر سند رسمی شماره ۲۴۰۲۰ مورخه ۱۳۴۶/۷/۱۵ دفتر اسناد رسمی
شماره ۲ گرگان در رهن فروشنده (بنیاد مسکن انقلاب اسلامی) قرار دارد.
تاریخ انتشار نوبت اول: روز دو شنبه ۱۴۰۵/۷/۳۰
تاریخ انتشار نوبت دوم: روز چهارشنبه ۱۴۰۵/۷/۳۰
مألف: بنگلگی - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان گمشان- مالف: ۳۳۳۰

آگهی قانونی تعیین تکلیف وضعیت ثبتي اراضي وساختمانهاي فاقد سند رسمي موضوع ماده ۳ قانون تعيين تکليف

برابر رای شماره ۱۴۰۶۳۱۲۰۹۰۰۶۱۲۱ هیئت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت بومی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک بندرگز - صرقات مالکانه با معارض متقاضی محمد جواد عنایتی شیکلائی فرزند شمس اله به شماره ملی ۲۰۹۳۳۲۸۰۸۵ شماره شناسنامه ۱۸۷۲ صادره ساری در ششادانگ یک قطعه زمین مزروعی به

ساخت ۱۰۲۱/۹۱ مترمربع جزء پلاک ۸ اصلی واقع در بخش ۲ حوزه ثبت ملک پندیکر اراضی خیریه‌ای در مالک رسمی محمد علی زکری می‌گردد می‌باشد. لذا به منظور اطلاع عموم و ارتباط در دو نوبت به واسطه ۱۵ اردیبهشت ۱۳۹۱ می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند تا تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و یا از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه تا تاریخ تسلیم اعتراضات، درخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض یا مغررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۷/۳۰
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۷/۱۴
به‌هدی شاه‌مهری - رئیس اداره اسناد و املاک بندرگز - م. الف: ۱۰۷۹

آگهی اختصاصی قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و
ساختمان های فاقد سند رسمی سال ۱۴۰۵

[illegible]

آگهی اختصاصی قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و
ساختمان های فاقد سند رسمی سال ۱۴۰۵

[illegible]

آگهی اختصاصی قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و
ساختمان های فاقد سند رسمی سال ۱۴۰۵

[illegible]



مدرسه دوباره آغاز می‌شود

مسعود بیدلی نامی

می‌خواهیم به این پرسش پاسخ دهیم که *چگونه دانش‌آموزان را برای بازگشت به مدرسه آماده کنیم؟* بازگشت به مدرسه همیشه فقط به معنای پوشیدن لباس مدرسه، آماده کردن کیف و خرید لوازم‌التحریر نیست. برای بسیاری از دانش‌آموزان، شروع سال تحصیلی به معنای بازگشت به یک نظم جدید از خواب و بیداری، مسئولیت، ارتباط اجتماعی، یادگیری و ارزیابی است. این موضوع زمانی اهمیت بیشتری پیدا می‌کند که دانش‌آموزان پس از یک دوره طولانی دوری از مدرسه، آموزش غیرحضوری یا کاهش ارتباط مستقیم با محیط مدرسه، دوباره قرار است در کلاس درس حاضر شوند. در چنین شرایطی ممکن است بعضی دانش‌آموزان برای بازگشت به مدرسه هیجان‌زده باشند، اما برخی دیگر احساس نگرانی، بی‌حوصلگی، ترس یا حتی مقاومت نشان دهند. بنابراین، یکی از مهم‌ترین وظایف خانواده و مدرسه در آغاز سال تحصیلی این است که بازگشت به مدرسه را از یک *اجبار* به یک *تجربه دوباره و شیرین* تبدیل کنند.

آمادگی برای مدرسه از خانه آغاز می‌شود

والدین معمولاً در روزهای پایانی تعطیلات به فکر خرید کیف، کفش، لباس و لوازم‌التحریر می‌افتند؛ اما مهم‌تر از این آمادگی‌های ظاهری، آمادگی روانی و رفتاری دانش‌آموز است. دانش‌آموزی که چندین هفته یا ماه دیر می‌خوابید، صبح‌ها دیر از خواب بیدار می‌شده و برنامه مشخصی برای فعالیت‌های روزانه نداشته است، نمی‌توان انتظار داشت که از روز اول مدرسه بدون هیچ دشواری ساعت شش صبح از خواب بیدار شود و چند ساعت در کلاس تمرکز کند.

بهتر است خانواده‌ها چند روز پیش از آغاز مدرسه، به‌تدریج ساعت خواب و بیداری فرزندشان را به برنامه مدرسه نزدیک کنند. این تغییر اگر تدریجی باشد، معمولاً آسان‌تر از تغییر ناگهانی خواهد بود.

مدرسه را با اضطراب معرفی نکنیم

گاهی والدین، ناخواسته، مدرسه را با جملاتی مانند: امسال دیگر باید خیلی درس بخوانی.

اگر نمره خوب نگیری...

«دیگر خبری از بازی نیست».

«معلم‌ها امسال سخت‌گیر هستند».

به کودک معرفی می‌کنند. ممکن است هدف والدین ایجاد انگیزه باشد، اما چنین جملاتی می‌تواند در ذهن دانش‌آموز، مدرسه را با تهدید، تنبیه و فشار پیوند دهد.

بهتر است به جای آن، از تجربه‌های مثبت مدرسه صحبت کنیم:

«دوستان را دوباره می‌بینی».

«امسال چیزهای تازه‌ای یاد می‌گیری».

«فرصت داری در فعالیت‌های جدید شرکت کنی».

«اگر در درسی مشکل داشتی، باهم راهش را پیدا می‌کنیم».

این تفاوت کوچک در نوع گفت‌وگو می‌تواند نگرش کودک نسبت به شروع سال تحصیلی را تغییر دهد.

دو هفته نخست؛ فرصت آشتی دوباره با مدرسه

یکی از پیشنهادها قابل توجه برای آغاز سال تحصیلی، اختصاص دو هفته نخست به دوره سازگاری و پیوند مجدد دانش‌آموز با مدرسه است. *منظور از این پیشنهاد، تعطیل کردن مدرسه یا بی‌اهمیت دانستن آموزش نیست؛ بلکه ایجاد یک دوره مقدماتی است تا دانش‌آموز پس از فاصله گرفتن از فضای مدرسه، ابتدا از نظر روانی، عاطفی، اجتماعی و جسمانی برای یادگیری آماده شود.*

در این دو هفته، می‌توان از تدریس رسمی و فشرده دروس فاصله گرفت و بخش عمده برنامه را به فعالیت‌هایی اختصاص داد که دانش‌آموز را با محیط

مدرسه، معلمان و همسالان دوباره هماهنگ کند.

در واقع، قبل از اینکه از دانش‌آموز بپرسیم:

«چه چیزی یاد گرفته‌ای؟»

شاید بهتر باشد ابتدا مطمئن شویم که:

«آیا با مدرسه احساس ارتباط و تعلق پیدا کرده‌ای؟»

دو هفته اول؛ مدرسه بدون درس نیست، مدرسه بدون فشار درسی است

در این دوره، مدرسه می‌تواند همچنان فعال، پویا و هدفمند باشد؛ اما محور فعالیت‌ها از آموزش رسمی و ارزیابی درسی به سمت سازگاری، ارتباط، نشاط، بازی، ورزش و فعالیت‌های پرورشی تغییر کند.

برنامه دو هفته نخست می‌تواند شامل موارد زیر باشد:

۱. فعالیت‌های ورزشی

ورزش‌های گروهی، بازی‌های حرکتی، مسابقات دوستانه، نرمش صبحگاهی و فعالیت‌های متناسب با سن دانش‌آموزان می‌تواند بخش مهمی از برنامه باشد. هدف اصلی در این مرحله، صرفاً رقابت یا کسب مقام نیست؛ بلکه تحرک، شادی، مشارکت، همکاری و برقراری ارتباط با دیگران است.

۲. بازی‌های پرورشی و گروهی

بازی‌های مشارکتی (مثل مجموعه بازیهای تپش)، بازی‌های فکری، مسابقات گروهی، فعالیت‌های خلاقانه، نمایش، داستان‌گویی، بازی‌های نقش‌آفرینی و برنامه‌های پرورشی می‌توانند فضای مدرسه را برای دانش‌آموز جذاب‌تر کنند.

بازی به‌ویژه در روزهای نخست، زبان ارتباطی بسیار مناسبی میان دانش‌آموزان و حتی میان دانش‌آموز و معلم است.

۳. فعالیت‌های فرهنگی و هنری

نقاشی، موسیقی، شعر، داستان، نمایش، کار دستی، فعالیت‌های هنری و برنامه‌های فرهنگی می‌توانند فرصت مناسبی برای شناخت استعدادها و علایق دانش‌آموزان فراهم کنند.

۴. ارتباط دوباره با دوستان و همکلاسی‌ها

برای بسیاری از دانش‌آموزان، بازگشت به مدرسه بیش از آنکه بازگشت به کتاب‌های درسی باشد، بازگشت به یک محیط اجتماعی است.

این دو هفته می‌تواند فرصتی برای شکل‌گیری دوباره روابط دوستانه، آشنایی دانش‌آموزان جدید با محیط و ایجاد ارتباط میان دانش‌آموزان باشد.

۵. آشنایی دوباره با معلم

معلم می‌تواند در این دوره بیش از آنکه صرفاً نقش انتقال‌دهنده محتوای درسی داشته باشد، نقش تسهیل‌گر ارتباط و ایجادکننده امنیت روانی را ایفا کند.

گفت‌وگو با دانش‌آموزان، روایت‌گری مناسب اتفاقات کشور، بازی‌های گروهی، شناخت علایق آنان و ایجاد فضای صمیمی می‌تواند زمینه رابطه مثبت معلم و دانش‌آموز را فراهم کند.

هدف اصلی دو هفته اول چیست؟

هدف این دو هفته آن است که دانش‌آموز:

– دوباره به حضور در مدرسه عادت کند؛

– با محیط مدرسه احساس امنیت و آرامش بیشتری داشته باشد؛

– با معلم و همکلاسی‌ها ارتباط برقرار کند؛

– در فعالیت‌های گروهی مشارکت کند؛

– احساس تعلق به مدرسه را تجربه کند؛

– نشاط و انگیزه بیشتری پیدا کند؛

– به تدریج برای ورود به فرایندهای یادگیری آماده شود. بنابراین، می‌توان این دوره را *دوره آماده‌سازی برای یادگیری* نامید.

از دانش‌آموز انتظار نداشته باشیم همه چیز را یک‌باره جبران کند

یکی از اشتباهات رایج پس از یک دوره آموزشی نامنظم، تلاش برای جبران سریع همه عقب‌ماندگی‌هاست. ممکن است خانواده از همان هفته اول، ساعت‌های طولانی مطالعه را به دانش‌آموز تحمیل کند. اما ذهن و رفتار دانش‌آموز نیز مانند بدن نیازمند دوره سازگاری است. بهتر است در هفته‌های نخست، هدف اصلی را بر بازگشت به عادات‌های صحیح یادگیری قرار دهیم، نه صرفاً افزایش حجم تکالیف.

دانش‌آموز باید دوباره یاد بگیرد:

– در کلاس تمرکز کند؛

– تکلیف خود را به‌موقع انجام دهد؛

– برای مطالعه برنامه داشته باشد؛

– سؤال بپرسد؛

– اشتباه کردن را بخشی از یادگیری بداند؛

– و در برابر یک مسئله دشوار، سریع تسلیم نشود.

این مهارت‌ها در بلندمدت بسیار مهم‌تر از آن هستند که دانش‌آموز در چند هفته نخست چند صفحه بیشتر مطالعه کرده باشد.

بعضی دانش‌آموزان از بازگشت به مدرسه نگرانند

مدرسه فقط محل یادگیری کتاب‌های درسی نیست؛ مدرسه یک محیط اجتماعی نیز هست.

دانش‌آموز باید دوباره با همکلاسی‌ها ارتباط برقرار کند، در فعالیت‌های گروهی شرکت کند، با معلم ارتباط بگیرد و گاهی اختلافات خود با دیگران را مدیریت کند. برای بعضی کودکان و نوجوانان، همین بخش می‌تواند اضطراب‌آور باشد؛ به‌خصوص دانش‌آموزانی که خجالتی هستند یا اعتماد به‌نفس پایین‌تری دارند.

والدین می‌توانند قبل از آغاز مدرسه با فرزند خود درباره موقعیت‌های مختلف گفت‌وگو کنند:

«اگر دوست با تو بازی نکرد چه کار می‌کنی؟»

«اگر در کلاس جواب سؤال را نمی‌دانستی چه؟»

«اگر با دوست اختلاف پیدا کردی چگونه می‌توانی آن را حل کنی؟»

این گفت‌وگوها نوعی تمرین ذهنی برای موقعیت‌های واقعی هستند و می‌توانند آمادگی روانی دانش‌آموز را افزایش دهند.

نقش معلم؛ ایجاد امنیت قبل از آموزش

در هفته‌های نخست سال تحصیلی، معلم فقط انتقال‌دهنده مطالب درسی نیست؛ او نقش مهمی در ایجاد احساس امنیت روانی دانش‌آموزان دارد. دانش‌آموزی که احساس کند می‌تواند سؤال بپرسد، اشتباه کند و دوباره تلاش کند، آمادگی بیشتری برای یادگیری خواهد داشت.

بنابراین بهتر است در دوره آغازین سال تحصیلی، در کنار برنامه‌های آموزشی، زمانی نیز برای گفت‌وگو، بازی‌های آموزشی، فعالیت‌های گروهی و شناخت وضعیت دانش‌آموزان در نظر گرفته شود.

گاهی یک معلم با یک جمله ساده مانند:

«اشتباه کردن یعنی هنوز در حال یادگیری هستی».

می‌تواند نگرش دانش‌آموز نسبت به شکست و یادگیری را تغییر دهد.

به جای مقایسه، پیشرفت را ببینیم

یکی از عوامل آسیب‌زا در آغاز سال تحصیلی، مقایسه دانش‌آموز با دیگران است.

«بین دوست چقدر جلوتر است».

«چرا تو مثل خواهرت نیستی؟»

«همکلاسی‌ات همیشه نمره‌اش از تو بهتر است».

این جملات ممکن است ظاهراً محرک باشند، اما می‌توانند موجب افزایش فشار روانی و کاهش اعتماد به‌نفس دانش‌آموز شوند.

بهتر است به جای مقایسه با دیگران، دانش‌آموز را با گذشته خودش مقایسه کنیم:

«امسال نسبت به سال قبل بهتر برنامه‌ریزی کردی».

«این بار قبل از اینکه ناامید شوی، دوباره تلاش کردی».

«این قسمت را نسبت به دفعه قبل بهتر انجام دادی».

این نوع بازخوردها، فرهنگ تلاش و رشد را تقویت می‌کند.

والدین نباید تمام مسئولیت را بر عهده بگیرند

یکی دیگر از نکات مهم، حفظ تعادل میان حمایت و استقلال است.

گاهی والدین برای اینکه فرزندشان موفق شود، تمام کارهای او را انجام می‌دهند؛ برنامه‌ریزی می‌کنند، تکالیف را کنترل می‌کنند، وسایل مدرسه را آماده می‌کنند. و حتی در انجام تکالیف بیش از اندازه دخالت می‌کنند. حمایت والدین ضروری است، اما هدف نهایی باید این باشد که دانش‌آموز به تدریج مسئولیت یادگیری خود را بپذیرد.

بهتر است به جای اینکه بگوییم:

«برو درست را بخوان»، بپرسیم:

«برای امروز چه برنامه‌ای داری؟»

و به جای: «چرا تکلیف را انجام ندادی؟» بپرسیم:

«چه چیزی باعث شد نتوانی برنامه‌ات را اجرا کنی؟»

این تغییر کوچک، کودک را از جایگاه «دریافت‌کننده

دستور» به جایگاه حل‌کننده مسئله نزدیک می‌کند.

پس از دو هفته، آموزش رسمی چگونه آغاز شود؟

پس از پایان دوره سازگاری، آموزش رسمی می‌تواند تدریجی و متناسب با شرایط دانش‌آموزان آغاز شود. در این مرحله نیز بهتر است شروع آموزش با فشار ناگهانی، حجم بالای تکالیف و ارزیابی‌های متعدد همراه نباشد. معلم می‌تواند در هفته‌های بعد، به تدریج زمان اختصاص‌یافته به آموزش رسمی را افزایش دهد و همزمان بخشی از فعالیت‌های ورزشی، پرورشی، هنری و گروهی را نیز حفظ کند.

زیرا هدف، بازگرداندن دانش‌آموز به یک «مدرسه دوست‌داشتنی» است؛ نه اینکه پس از دو هفته، دوباره همه چیز به الگوی فشار و اضطراب تبدیل شود.

یک برنامه ساده برای روزهای آغاز مدرسه

برای خانواده‌هایی که می‌خواهند فرزندشان شروع آرام‌تری داشته باشد، می‌توان چند اقدام ساده پیشنهاد کرد:

۱. ساعت خواب و بیداری را به تدریج تنظیم کنند.

۲. استفاده از تلفن همراه و بازی‌های دیجیتال را، به‌خصوص پیش از خواب، مدیریت کنند.

۳. صبحانه مناسب و زمان کافی برای آماده‌شدن در نظر بگیرند.

۴. درباره نگرانی‌های فرزندشان با آرامش گفت‌وگو کنند.

۵. از تهدید و ایجاد ترس درباره مدرسه پرهیز کنند.

۶. در هفته‌های نخست، بیش از اندازه روی نمره و تکلیف فشار وارد نکنند.

۷. تلاش و پیشرفت دانش‌آموز را مورد توجه قرار دهند.

۸. فرصت کافی برای بازی، تحرک و ارتباط اجتماعی فراهم کنند.

۹. اگر دانش‌آموز اضطراب قابل توجه، اختلال خواب، امتناع مداوم از مدرسه یا تغییرات رفتاری شدید نشان داد، موضوع را جدی بگیرند و با مشاور مدرسه یا متخصص مربوط مشورت کنند.

مدرسه باید دوباره «دوست‌داشتنی» شود

پس از یک دوره طولانی دوری از مدرسه، شاید مهم‌ترین هدف این نباشد که دانش‌آموز از همان روزهای اول تمام مطالب عقب‌افتاده را جبران کند. هدف مهم‌تر این است که رابطه دانش‌آموز با مدرسه، یادگیری و معلم دوباره شکل بگیرد.

اگر دانش‌آموز مدرسه را محیطی امن، قابل پیش‌بینی، شاد و حمایتگر تجربه کند، زمینه مناسب‌تری برای شکل‌گیری انگیزه و مشارکت در یادگیری فراهم خواهد شد.

مدرسه موفق فقط مدرسه‌ای نیست که دانش‌آموز در آن نمرات خوبی کسب می‌کند؛ مدرسه موفق جایی است که دانش‌آموز در آن یاد می‌گیرد چگونه یاد بگیرد، چگونه با دیگران ارتباط برقرار کند، چگونه با مشکلات روبه‌رو شود و چگونه پس از یک شکست دوباره تلاش کند.

سخن پایانی

بازگشت به مدرسه، برای دانش‌آموزان فقط بازگشت به یک ساختمان نیست؛ بازگشت به یک سبک زندگی، یک شبکه اجتماعی و یک مسیر تازه برای رشد است. در این مسیر، خانواده، معلم، مشاور و مدرسه هرکدام نقشی دارند.

شاید بتوان دو هفته نخست سال تحصیلی را فرصتی برای *آشتی دوباره دانش‌آموز با مدرسه* دانست؛ دو هفته‌ای که در آن به جای عجله برای آموزش و ارزیابی، فرصت بیشتری برای ورزش، بازی، فعالیت‌های پرورشی، ارتباط، شادی، شناخت و ایجاد احساس تعلق فراهم شود.

اگر به جای فشار، از حمایت؛ به جای مقایسه، از تشویق؛ به جای ترساندن، از گفت‌وگو و به جای تمرکز صرف بر نمره، بر رشد همه‌جانبه دانش‌آموز تأکید کنیم، بازگشت به مدرسه می‌تواند نه یک دوره اضطراب، بلکه فرصتی برای بازسازی انگیزه، اعتماد به‌نفس و شوق یادگیری باشد.

و شاید بهترین پیامی که می‌توان در آغاز سال تحصیلی به دانش‌آموزان داد این باشد:

قرار نیست از روز اول همه چیز را بلد باشی؛ قرار است قدم‌به‌قدم یادگیری و بهتر شوی.

دکترای روان‌شناسی و فعال حوزه

تعلیم و تربیت

مکمل های محبوبی که مصرف زیادشان در دسر ساز است

مصرفی نیز هشدار می دهد و می گوید: مصرف برخی ویتامین ها می تواند بر جذب داروهایی که فرد استفاده می کند، اثر بگذارد. او در توضیح یکی از نمونه های کاربردی می گوید: مصرف آهن و کلسیم با داروی لووتیروکسین که برای کم کاری تیروئید استفاده می شود، اهمیت دارد؛ آهن می تواند جذب لووتیروکسین را کاهش دهد و به همین دلیل به افرادی که کم خونی دارند توصیه می شود آهن و تیروکسین را با فاصله چندساعته مصرف کنند تا از این تداخل جذب جلوگیری شود. این متخصص تغذیه ادامه می دهد: افرادی که ویتامین E را با دوز بالا مصرف می کنند، در موارد خاص ممکن است با داروهای ضد انعقاد مانند پلاویکس و باریفن تداخل داشته باشند. همچنین مصرف ویتامین D با برخی داروهای دیورتیک که جزو داروهای فشار خون هستند، تداخل دارد و این موضوع باید مورد توجه قرار گیرد.

قطع یا ادامه مکمل؛ وابسته به نوع و دوز مصرف

نوروزی درباره افرادی که مدتی است چند مکمل را به صورت خودسرانه مصرف می کنند، می گوید: اینکه فرد باید مکمل های خود را قطع کند یا ادامه دهد، بستگی دارد به اینکه چه مکملی، با چه دوزی و با چه هدفی استفاده می شود. او توضیح می دهد: اگر فردی به شکل روتین ویتامین D هزار واحد مصرف می کند، ایرادی ندارد و می تواند آن را استفاده کند؛ اما اگر مکمل خاصی را به شکل طولانی مدت و با دوز مشخص برای هدفی خاص مصرف می کند، حتماً باید با پزشک مشورت شود. این متخصص تغذیه توصیه می کند افراد فهرستی از داروها و مکمل های مصرفی خود را پیش از مراجعه به پزشک تهیه کنند و می گوید: بهتر است این فهرست روی یک برگه یا در یادداشت گوشی همراه فرد باشد تا هنگام مراجعه، پزشک از همه داروها و مکمل های مصرفی مطلع شود و بر اساس میزان و هدف مصرف، برنامه مناسبی تنظیم کند.

مکمل جای تشخیص را نمی گیرد

نوروزی در پایان با تأکید بر اینکه مکمل ها نباید جای تشخیص علت علائم را بگیرند، می گوید: اگر فردی ریزش مو یا ضعف دارد، نباید سریع به دنبال مکمل برود، بلکه باید ابتدا علت آن مشخص شود. او تأکید می کند: مکمل ها زمانی بیشترین فایده را دارند که نیاز واقعی فرد مشخص شود و یک ماده مناسب، با دوز مناسب و برای مدت زمان مناسب برای هر فرد تعیین شود. این متخصص تغذیه در نهایت خاطر نشان می کند: همیشه بیشتر مصرف کردن لزوماً به معنی بهتر بودن نیست و بعضی اوقات بعضی از ویتامین ها را وقتی با دوز بالا استفاده می کنیم، می تواند حتی شرایط را بدتر کند.



اما مصرف روتین آن در افراد سالم توصیه نمی شود. مشکل زمینه ای او برطرف نشود، نتیجه ای نخواهد گرفت.

مصرف بی رویه ویتامین های محلول در چربی خطرناک تر است

این متخصص تغذیه با اشاره به ویتامین های محلول در چربی می گوید: ویتامین های A، D، E و K به دلیل اینکه در بدن ذخیره می شوند، در صورت مصرف بیش از حد می توانند مسمومیت ایجاد کنند. او ادامه می دهد: مصرف زیاد ویتامین A می تواند عوارضی مانند سردرد، تهوع، دردهای عضلانی و آسیب های کبدی ایجاد کند و مصرف بیش از حد ویتامین D نیز می تواند با افزایش ذخیره کلسیم، تهوع، استفراغ، تشنگی، سنگ کلیه و نارسایی های کلیوی و کبدی همراه شود. نوروزی همچنین درباره مصرف بالای ویتامین E هشدار می دهد و می گوید: مصرف بالای این ویتامین می تواند مشکلاتی به نام نوروپاتی های محیطی ایجاد کند که با علائم مختلفی بروز پیدا می کنند.

ویتامین C هم در دوز بالا بی خطر نیست

نوروزی با اشاره به مصرف خودسرانه ویتامین C به ویژه در فصل پاییز و زمستان می گوید: افراد در این فصل ها که ریسک سرماخوردگی بالاتر می رود، گاهی به شکل خودسرانه ویتامین C را در دوزهای بالا مصرف می کنند، در حالی که این ویتامین نیز دوز مشخصی دارد. او اضافه می کند: مصرف بالای ویتامین C ریسک سنگ کلیه را افزایش می دهد و حتی می تواند باعث دردهای شکمی و اسهال شود. ویتامین C در شرایط خاص مانند سرماخوردگی می تواند برای کوتاه کردن دوره بیماری استفاده شود،

تصور اینکه ویتامین ها و مکمل ها چون دارو نیستند، هر چه بیشتر مصرف شوند، فایده بیشتری برای بدن دارند، می تواند افراد را با عوارضی از مشکلات گوارشی و سنگ کلیه گرفته تا آسیب های کبدی و کلیوی مواجه کند. یک متخصص تغذیه و رژیم درمانی با تأکید بر اینکه «بیشتر مصرف کردن لزوماً به معنی بهتر بودن نیست»، توصیه می کند مصرف مکمل ها بر اساس نیاز واقعی، دوز مناسب و شرایط هر فرد انجام شود. به گزارش ایرنا زندگی، دکتر مونا نوروزی، متخصص تغذیه و رژیم درمانی، با اشاره به تصور رایج درباره بی خطر بودن ویتامین ها و مکمل ها، می گوید: مردم به طور عام تصور می کنند مکمل ها و ویتامین ها چون دارو نیستند، هر چه بیشتر مصرف شوند و در برنامه روزانه قرار گیرند، مشکلی ایجاد نمی کنند؛ در حالی که برای هر ویتامین و ماده معدنی، دوز مشخصی وجود دارد و مصرف بیش از این میزان می تواند عوارضی برای بدن ایجاد کند. او با اشاره به ویتامین D به عنوان یکی از ویتامین هایی که امروزه به شکل روتین و در دوزهای مشخص مصرف می شود، توضیح می دهد: هر فرد به میزان مشخصی ویتامین D نیاز دارد و مصرف بیش از میزان نرمال می تواند باعث رسوب کلسیم، تشکیل سنگ کلیه، آسیب و اختلالات کلیوی و حتی در مواردی اختلالات ریتم قلبی شود. نوروزی درباره مصرف بیش از اندازه ویتامین A نیز هشدار می دهد و می گوید: مصرف بالای این ویتامین، به خصوص در زنان باردار، می تواند ناهنجاری های جنینی ایجاد کند. همچنین مصرف بیش از حد آهن می تواند با عوارضی مانند تهوع، یبوست، دردهای شکمی، مسمومیت و آسیب اندام های داخلی همراه باشد. این متخصص تغذیه تأکید می کند: درست است که مکمل ها دارو محسوب نمی شوند، اما بی خطر هم نیستند و برای هر فرد باید متناسب با نیاز او تنظیم شوند.

هر ریزش مویی، نشانه کمبود ویتامین نیست

نوروزی با اشاره به اینکه برخی افراد با مشاهده علائمی مانند خستگی، ضعف، کمبود انرژی یا ریزش مو، بلافاصله سراغ مکمل ها می روند، می گوید: کم خوابی، کم انرژی بودن یا نداشتن خلق و خوی خوب لزوماً به معنای کمبود یک ماده مغذی نیست و هر کدام از این عوامل می تواند علت های مختلفی داشته باشد. او درباره ریزش مو نیز توضیح می دهد: ریزش مو الزاماً به معنی کمبود بیوتین یا گروه خاصی از ویتامین ها نیست و می تواند علل هورمونی، ژنتیکی، استرس، تغذیه نامناسب یا حتی مصرف برخی داروها داشته باشد. به گفته وی، ممکن است علت ریزش مو کم خونی باشد و در چنین شرایطی باید ابتدا مشکل اصلی اصلاح شود. بنابراین هر چقدر فرد برای خرید مکمل های گران قیمت ریزش مو هزینه کند، تا زمانی که کم خونی یا



سازمان بهداشتی کشور
وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

فراخوان واگذاری خدمات مرکز توانمندسازی و جامعه پذیری مردان (بهبود یافته) در شهرستان گرگان



سازمان بهداشتی کشور
وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

اداره کل بهزیستی گلستان در نظر دارد

در راستای اجرای برنامه های دفتر پیشگیری و درمان اعتیاد و با هدف ارائه خدمات توانمندسازی مردان معتاد بهبود یافته از مصرف مواد مخدر نسبت به واگذاری مرکز توانمندسازی و جامعه پذیری در شهرستان گرگان به موسسات واجد شرایط اقدام نماید. متقاضیان میتوانند درخواست خود را از تاریخ درج این فراخوان به مدت ۱۰ روز به دفتر اعتیاد معاونت پیشگیری اداره کل بهزیستی گلستان ارسال نمایند.

شناسه آگهی ۲۲۸۲۴۳۹