

کاشمش

■ گلشن مهر شناسنامه گلستان است

■ دوشنبه ۲۷ مهر ماه ۱۴۰۵ / سال بیست و هشتم / شماره ۳۲۷۴ / ۸ صفحه / ۲۵۰۰ تومان

۲



۱۹۰ کلاس درس در گلستان
به بهره‌برداری رسید



۲



دستاوردی در چهار ماه خدمت
و تلاش مستمر



۳



خاطرات روایت محله‌ی دباغان
«یادداشت»



«دستاویز»

انواع زینت آلات دست‌ساز
اعم از گردن‌بند، دستبند، گوشواره
با تنوع

۰۹۰۳۹۱۵۴۸۰۷

تحويل درب منزل

یادداشت اول

برای بحران گاز آماده ایم؟

■ با مسوولیت سردبیر

هشدارها را شنیده‌ایم با آغاز فصل سرما، احتمال محدودیت و قطعی گاز در استان‌های گلستان، مازندران و خراسان شمالی مطرح شده و حتی از بازه‌ای طولانی، در حد ۶۰ تا ۹۰ روز، سخن گفته می‌شود. گفته شد که همزمان احتمال خاموشی برق هم متفی نیست. اما آیا مردم برای چنین شرایطی آماده‌اند؟ وقتی صحبت از بحران انرژی می‌شود، همه نگاه‌ها به مدیران و مسوولان ارشد دوخته می‌شود. مسوولیت اصلی نیز بر عهده همین دستگاه‌هاست و کسی نمی‌تواند از زیر بار آن شانه خالی کند. شبکه باید پایدار باشد، ذخایر باید پیش‌بینی شده باشد و گاز خانگی باید در بالاترین سطح اولویت قرار بگیرد. اما هیچ شبکه‌ای را نمی‌توان بدون توجه به آمادگی جامعه در برابر یک دوره طولانی اختلال، کاملاً مصون دانست. مسئله اینجاست که آیا خانواده‌ها می‌دانند در صورت قطع گاز، دقیقاً چه کنند؟ آیا مردم می‌دانند کدام وسیله گرمایشی در فضای بسته می‌تواند خطر خفگی و مسمومیت ایجاد کند؟ آیا خانواده‌ها برای چند روز سرمای شدید، راهکار ایمن دارند؟ اگر برق هم قطع شود، تکلیف پمپ آب، آسانسور، تجهیزات پزشکی، وسایل ارتباطی و سیستم‌های گرمایشی وابسته به برق چه خواهد شد؟ برای سالمندان تنها، بیماران، کودکان و خانواده‌هایی که امکان تهیه تجهیزات جایگزین ندارند چه برنامه‌ای وجود دارد؟

در اینجا پای تاب‌آوری خانوارها و حتی تاب‌آوری شهرها در میان است. یک خانواده ممکن است برای چند ساعت قطعی برق آمادگی داشته باشد، اما آیا برای چند روز سرمای شدید و همزمانی اختلال گاز و برق آماده است؟ چند خانه وسیله گرمایشی جایگزین دارند؟ چند خانواده می‌دانند استفاده نادرست از بخاری یا وسایل احتراقی در فضای بسته می‌تواند به قیمت جان اعضای خانواده تمام شود؟ نمی‌شود چند هفته مانده به زمستان هشدار داد که احتمال قطعی وجود دارد و بعد انتظار داشت جامعه خودش همه راه‌های مقابله را پیدا کند.

ادامه در صفحه ۲



درمان خانگی آنفولانزا
با چند روش ساده

« ۸ »



به بهانه روز پرستار و تشکر از فرشتگان سفید پوش
اگر مرهم نیستیم، زخم تازه نزیم!

« ۷ »



ادبیات

« ۴-۵ »



روزگار سیاه طلای سفید

کشاورز را پیچیده کرده‌اند. پنبه‌کار برای انتخاب محصول، به وعده افزایش قیمت نگاه نمی‌کند؛ او می‌خواهد بداند در پایان فصل، پس از کسر تمام هزینه‌ها و با احتساب ریسک خشکسالی و نوسان بازار، چه میزان درآمد نصیبش خواهد شد. به نظر نگارنده و بسیاری از کارشناسان بخش کشاورزی استان تا زمانی که پاسخ روشنی برای این پرسش وجود نداشته باشد، بازگشت گسترده کشاورزان به کشت پنبه دور از انتظار خواهد بود. افزایش قیمت پنبه از منظر صنایع نساجی نیز دو وجه دارد. از یک سو، می‌تواند تولید داخلی را جذاب‌تر کند و انگیزه ی سرمایه‌گذاری در زنجیره پنبه‌پاک‌کنی و فرآوری را افزایش دهد؛ از سوی دیگر، گران‌شدن ماده اولیه، هزینه تولید نخ و پارچه را بالا می‌برد و در صورت نبود بهره‌وری بیشتر، ممکن است فشار آن به تولیدکننده صنعتی و در انتها به مصرف‌کننده منتقل شود.

ادامه در صفحه ۲

تولیدکننده به دست نمی‌دهد. ممکن است قیمت فروش دو برابر شده باشد، اما اگر هزینه‌های تولید نیز به‌شدت افزایش یافته باشند که البته هزینه‌ها براساس گزارش‌ها سر به فلک کشیده است، سود خالص کشاورز به همان نسبت رشد نکرده است. واقعیت نگران‌کننده‌تر، فاصله عمیق میان ظرفیت تاریخی گلستان و وضعیت کنونی آن است. طبق گزارش خبرگزاری تسنیم در دوم تیر ۱۴۰۵، در حالی که سطح کشت هدف‌گذاری‌شده حدود ۲۲ هزار و ۵۰۰ هکتار بود، در مقطعی تنها حدود ۶ هزار هکتار به زیر کشت پنبه رفته بود. گزارش‌های بعدی از سطحی حدود ۹ هزار هکتار و پیش‌بینی تولید ۱۷ تا ۱۸ هزار تن و ش پنبه حکایت دارند. این ارقام نشان می‌دهند که مسئله پنبه گلستان را نمی‌توان با یک خبر درباره افزایش قیمت حل‌شده تصور کرد؛ شکاف میان هدف و عملکرد همچنان جدی است. از سوی دیگر، کاهش منابع آبی، افزایش هزینه نیروی کار، دشواری برداشت و رقابت محصولاتی نظیر شالی، تصمیم

مهران فجری - اعلام خرید هر کیلو پنبه با کیفیت در گلستان به قیمت ۱۷۰ تا ۱۸۰ هزار تومان و افزایش بیش از دو برابری آن نسبت به سال گذشته، در نگاه نخست خبری امیدوارکننده برای کشاورزان و صنایع وابسته است؛ اما در اقتصاد کشاورزی، افزایش قیمت به‌تنهایی نه نشانه رونق است و نه تضمین‌کننده سودآوری است. مسئله اصلی این است که از این افزایش، چه میزان به درآمد واقعی کشاورز تبدیل می‌شود و آیا می‌تواند انگیزه‌ای پایدار برای بازگشت پنبه به مزارع استان ایجاد کند؟ لازم است به این نکته دقت شود که نرخ اعلام‌شده مربوط به پنبه باکیفیت است. همین قید اهمیت دارد؛ زیرا قیمت محصول به کیفیت، شرایط خرید و مشخصات بار تحویلی وابسته است و نمی‌توان نرخ حداکثری را به همه پنبه‌کاران تعمیم داد. افزون بر این، مقایسه قیمت اسمی امسال و پارسال، بدون محاسبه رشد هزینه بذر، کود، سم، سوخت، دستمزد و برداشت، تصویر کاملی از وضعیت اقتصادی

ادامه یادداشت اول

برای بحران گاز آماده ایم؟

آمادگی عمومی، آموزش و اطلاع‌رسانی روشن می‌خواهد. از طرف دیگر، مردم هم نمی‌توانند همه مسئولیت را متوجه دولت کنند. هر خانواده باید برای یک وضعیت اضطراری چندروزه برنامه داشته باشد و بداند در صورت

قطع همزمان برق و گاز، چه راه‌امنی برای عبور از آن دارد. مردم مصرف‌کننده این شبکه‌اند، نه مسئول ساخت، توسعه، نگهداری و مدیریت آن. نمی‌توان درباره ناترازی انرژی هشدار داد، احتمال محدودیت ۶۰ تا ۹۰ روزه را مطرح کرد و بعد از شهربندی که در خانه خود با سرمای زمستان مواجه شده، انتظار داشت با امکانات شخصی بحران را مدیریت کند. باید روشن شود در صورت افت یا قطع گاز، کدام مناطق در اولویت تامین قرار دارند، برای خانوارهای آسیب‌پذیر چه تدبیری اندیشیده شده، سوخت و وسایل گرمایشی جایگزین

چگونه تامین خواهد شد و در صورت همزمانی خاموشی و قطعی گاز چه سازوکاری فعال می‌شود. برگزاری جلسات متعدد در این خصوص در صورتی موثر است که نتیجه آن آمادگی برای پیشگیری و مقابله با بحران باشد، افکار عمومی انتظار دارد برنامه عملیاتی، زمان‌بندی مشخص و گزارش واقعی از میزان آمادگی مسوولان ببیند. مردم باید بدانند اگر گاز قطع شد، کجا باید مراجعه کنند و اگر برق هم رفت، چه خدماتی در اختیارشان قرار می‌گیرد. این بار نباید منتظر اولین موج سرما ماند تا تازه معلوم شود شبکه چقدر آماده است.

روزی که سرما از راه می‌رسد، دیگر غافلگیری قابل قبول نیست. پاسخ مدیران باید پیش از رسیدن سرما روی میز مردم باشد؛ روشن، قابل فهم و قابل سنجش. اگر هشدارها جدی است، برنامه‌ها هم باید جدی باشد و مسئول مشخص، تعهد روشن و امکان مطالبه‌گری عمومی وجود داشته باشد. مردم می‌توانند برای بحران آماده شوند، اما حق دارند بدانند دولت برای جلوگیری از بحران چه کرده و اگر بحران رخ داد، دقیقاً چه خواهد کرد. این مطالبه‌ای روشن از دستگاه‌هایی است که مسئول تامین امنیت انرژی‌اند.

ادامه تیترو اول

بنابراین، سیاست حمایتی نباید فقط به بالا رفتن قیمت خرید محدود بماند؛ حمایت از تولید داخل باید هم‌زمان با افزایش بهره‌وری و تقویت صنایع پایین‌دستی پیش برود. اعتبار ۱۳۰ میلیارد ریالی اعلام‌شده برای برنامه‌های احیای زنجیره پنبه و توسعه کشت قراردادی، که خبرگزاری تسنیم در شهریور ۱۴۰۵ گزارش کرده، می‌تواند گامی مثبت باشد؛ اما معیار موفقیت، رقم اعتبار یا شمار وعده‌ها نیست. باید مشخص شود چه میزان از منابع واقعاً به کشاورز رسیده، قراردادها چه تضمینی برای خرید محصول دارند و پرداخت پول با چه سرعتی انجام می‌شود؟



البته با همه این موارد گران‌شدن قیمت پنبه خبر خوبی است، اما

نمی‌توان آن را نشانه احیای طلای سفید دانست. احیای واقعی زمانی رخ می‌دهد که کشاورز پیش از کاشت، از قیمت منصفانه، بازار مطمئن، نهاده به‌موقع و امکان برداشت اقتصادی برخوردار باشد. تلاشگران بخش کشاورزی استان و مدیران ارشد اقتصادی گلستان توجه کنند که پنبه به سیاستی پایدار نیازمند است که کشت این محصول را از فعالیتی پرریسک و کم‌اطمینان به انتخابی اقتصادی و قابل دفاع تبدیل کند. در غیر این صورت، ممکن است قیمت پنبه دو برابر شود، اما سطح زیر کشت همچنان کاهش یابد و کشاورز میان هزینه‌های سرسام‌آور و آینده‌ای نامطمئن گرفتار بماند. طلای سفید گلستان نه با افزایش مقطعی قیمت، بلکه با تضمین سود تولیدکننده، ثبات بازار و حمایت عملی از پنبه‌کاران احیا خواهد شد. و یک توصیه به مدیران و متولیان بخش کشاورزی استان اینکه معیار موفقیت مدیریت در این بخش، بازگشت امید و امنیت اقتصادی به زندگی کشاورزان است.

۱۹۰ کلاس درس در گلستان به بهره‌برداری رسید

این طرح‌ها، ۳۸ پروژه با ۱۹۰ کلاس درس است. وحید فراهی با اشاره به اجرای طرح جهادی شهید عجمیان در کشور افزود: امسال در قالب این طرح حدود ۸۱ هزار کلاس درس در سطح کشور به‌سازی شده که سهم استان گلستان از آن سه هزار و ۴۶۶ کلاس درس است و این کلاس‌ها نیز در برنامه افتتاح متمرکز قرار دارند. مدیرکل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس گلستان با قدردانی از مشارکت گروه‌های مختلف در اجرای این طرح بیان کرد: در اجرای طرح جهادی شهید عجمیان، خیران، گروه‌های جهادی، گروه‌های مردمی و دانش‌آموزان مشارکت داشتند و گلستان برای دومین سال متوالی در اجرای این طرح رتبه نخست کشور را کسب کرده است. فراهی با تأکید بر جایگاه خیران در توسعه فضاهای آموزشی گفت: خیران بزرگوار شرکای راهبردی نظام تعلیم و تربیت هستند و در هفت ماه گذشته بیش از ۲۷۰ میلیارد تومان به مجموعه آموزش و پرورش استان کمک کردند و پیش‌بینی ما این است که میزان کمک‌های خیران تا پایان سال به ۳۵۰ میلیارد تومان برسد.



هزار و ۳۳۱ پروژه آموزشی با دستور رئیس‌جمهور به بهره‌برداری می‌رسد که سهم استان گلستان از

گام دوم نهضت توسعه عدالت در فضاهای آموزشی اظهار کرد: هم‌زمان با سراسر کشور، ۲

هم‌زمان با گام دوم نهضت توسعه عدالت در فضاهای آموزشی ۱۹۰ کلاس درس در قالب ۳۸ پروژه آموزشی با اعتبار بیش از ۴۵۰ میلیارد تومان در گلستان به بهره‌برداری رسید تا گامی تازه برای ارتقای زیرساخت‌های آموزشی و کاهش محرومیت در این استان برداشته شود. به گزارش ایرنا، آیین بهره‌برداری از فضاهای آموزشی و پرورشی در قالب گام دوم نهضت توسعه عدالت در فضاهای آموزشی با حضور برخط رئیس‌جمهور و با حضور مسوولان استان در سالن ورزشی شهید کاظمی گرگان برگزار شد و در این آیین ۱۹۰ کلاس درس با اعتباری بیش از ۴۵۰ میلیارد تومان در استان به بهره‌برداری رسید. این مراسم بخشی از برنامه هم‌زمان افتتاح پروژه‌های آموزشی و ورزشی در سطح کشور بود که در کنار ساخت مدارس جدید، به‌سازی کلاس‌های درس و توسعه فضاهای ورزشی با هدف ارتقای زیرساخت‌های آموزشی و بهبود دسترسی دانش‌آموزان به امکانات تحصیلی اجرا شد. مدیرکل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس گلستان در حاشیه این مراسم با اشاره به اجرای

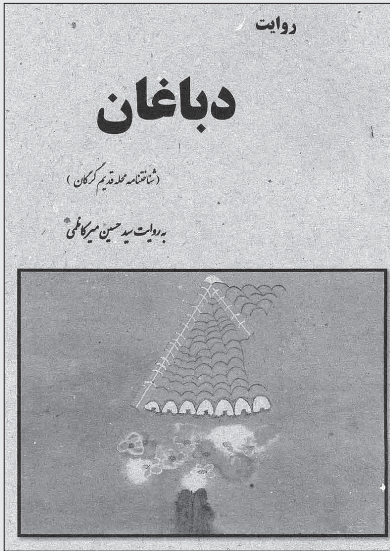
تقدیر استاندار گلستان از عملکرد سرپرست اداره کل صمت استان؛

دستاوردی در چهار ماه خدمت و تلاش مستمر

علی‌اصغر طهماسبی استاندار گلستان با اهداء لوح تقدیر به سرپرست اداره کل صمت استان، بر نقش تعهد سازمانی، هماهنگی بین‌دستگاهی و پیگیری

مستمر در پیشبرد برنامه‌های توسعه‌ای استان تأکید نمود. به گزارش روابط عمومی، فرهاد زارع، سرپرست اداره کل صنعت، معدن و تجارت گلستان، در پی عملکرد مطلوب، تعهد سازمانی، تعامل سازنده با دستگاه‌های اجرایی و تلاش مؤثر در پیشبرد برنامه‌های توسعه‌ای استان، مورد تقدیر علی‌اصغر طهماسبی، استاندار گلستان، قرار گرفت. این تقدیر در حالی صورت می‌گیرد که فرهاد زارع طی چهار ماه فعالیت در مسئولیت سرپرستی اداره کل صنعت، معدن و تجارت استان گلستان، با رویکرد پیگیری مستمر امور، هماهنگی بین‌دستگاهی و تلاش برای ارتقای سطح خدمات‌رسانی به مردم، در مسیر تحقق اهداف توسعه‌ای استان گام برداشته است. استاندار گلستان در لوح تقدیر صادرشده، ضمن تأکید بر اهمیت خدمت صادقانه به مردم، تعهد سازمانی و روحیه مسئولیت‌پذیری مدیران دستگاه‌های اجرایی، از تلاش‌ها و عملکرد سرپرست اداره کل صمت استان قدردانی کرده است.





در قالب شناخت‌نامه‌ای مستقل، سپس در شکل داستان و خاطره در نشریات و سرانجام گذرا در کتابی دیگر. ناگفته نماند که کتاب «محلای سبزه‌مشهد گرگان» نخستین کتابی بود که به معرفی محلات شهر گرگان می‌پرداخت و جزوه‌ی «روایت دباغان» نیز نخستین جزوه‌ای بود که به‌طور مستقل به معرفی یکی دیگر از محلات قدیمی این شهر اختصاص داشت. اولی را من نوشتم و دومی، حاصل همکاری من و دوست دیگرم.

پژوهشگر

را در قالب جزوه‌ای کوچک با عنوان «روایت دباغان؛ شناخت‌نامه‌ی محلای قدیم گرگان» چاپ کرد. این جزوه در بهار سال ۱۳۹۰ به کوشش انتشارات آژینه به چاپ رسید. هرچند نام من، روی جلد آن نوشته نشده است، اما در صفحه‌ی دوم، چنین نوشته بود: «با سپاس از محمد انصار پژوهشگر محترم به این سبب که مورد شناخت‌نامه محلای دباغان را پیش کشیدند بانی و انگیزه‌ای برای صاحب این قلم شدند تا از محله‌ام روایت کنم»

واقعیت این بود که من بخش مهمی از مقدمات انتشار جزوه، از جمله انجام مصاحبه‌ها، تایپ و تدوین مطالب، گردآوری عکس‌ها و فراهم کردن منابع مربوط به گفته‌ها، بر عهده‌ی من بود. در حقیقت، من زمینه‌ی اولیه‌ی شکل‌گیری این شناخت‌نامه را فراهم کردم و او نیز با خاطرات، دانسته‌ها و روایت‌های خود، به آن جان بخشید. ماجرا به انتشار جزوه‌ی «روایت دباغان» محدود نماند. چند سال بعد، او بخشی از مطالب آن را در قالب داستان و خاطره در نشریات «گلشن مهر» و «میرداماد» چاپ کرد. او در یکی از نوشته‌هایش چنین آورده است: «کتابچه روایت دباغان- شناخت نامه محلای قدیم گرگان، به روایت سیدحسین میرکاظمی در بهار سال ۱۳۹۰ توسط انتشارات آژینه با حرمت به مساعی محمد انصار نشر یافته است.»

افزون بر این، او کتاب دیگری با عنوان «تماشایی در من است» نوشت که انتشارات عینک آن را چاپ کرد. در این کتاب، نیز بخشی از مطالب همان جزوه‌ی «روایت دباغان» آمده است. بدین ترتیب، مطالبی که نخست در جریان گفت‌وگوها و پژوهش‌های مشترک گردآوری شده بود، در چند قالب و از چند مسیر به مخاطبان رسید: نخست

کنم. از این رو، تصمیم گرفتم خاطرات و دانسته‌های یکی از آگاهان این محله را ثبت و ضبط کنم. برای شناخت بهتر این محله، با سیدحسین میرکاظمی به گفت‌وگو نشستیم. او از گذشته‌ی دباغان، چیزهای خوبی می‌دانست که می‌توانست بخش مهمی از تاریخ این محله را روشن کند. گفت‌وگوهای ما، به تهیه‌ی متنی اولیه انجامید، اما کار به همین‌جا ختم نشد. بارها متن را بازبینی و اصلاح کردم؛ هر بار از آن نسخه‌ای چاپ می‌گرفتم و به او می‌دادم تا بخواند و نظر بدهد و هر آنچه را که از گذشته به یاد می‌آورد، به متن بیفزاید. این کار، شش ماه ادامه داشت. متن بارها افزایش یافت، اصلاح شد. هر بار که او نوشته‌ها را می‌خواند، خاطره‌ای تازه از گذشته به یاد می‌آورد یا نکته‌ای را می‌گفت که پیش‌تر در گفت‌وگوها بیان نشده بود. سرانجام، پس از ماه‌ها تلاش، مجموعه‌ای فراهم آمد که از نظر من، اثری ارزشمند و خواندنی بود. او از نتیجه‌ی کار، شگفت‌زده شده بود و شاید در آغاز تصور نمی‌کرد که گفت‌وگوها و خاطرات پراکنده‌اش، روزی به چنین نوشته‌ای تبدیل شوند. پس از آماده‌شدن متن، برای چاپ آن پیگیری‌هایی انجام دادم؛ اما تلاش‌هایم به نتیجه نرسید. از او خواستم اگر امکان دارد، برای چاپ اثر اقدامی کند، ولی او هم نتوانست راهی بیابد. این ناکامی برایم ناراحت‌کننده بود. از آنجا که بخشی از اطلاعات مربوط به دباغان را برای کتاب «محلای سبزه‌مشهد گرگان» نیاز داشتم، می‌خواستم بخش‌هایی از گفته‌های میرکاظمی را در آن کتاب بیاورم؛ ولی او نخواست زیرا دوست داشت کامل چاپ شود که این کار هم نمی‌شد در کتاب محلای سبزه‌مشهد انجام داد. بنابراین، آن بخش از کار، به همان شکل باقی ماند. تا اینکه او خودش اقدام کرد و مطالب

«

خاطرات روایت محلای دباغان



محمد انصار

محلای سبزه‌مشهد از محلات اصلی و قدیمی شهر گرگان است که خود چند محلای کوچک‌تر مانند سرچشمه، سرپیر، دباغان و ... داشت. هنگام نگارش کتاب «محلای سبزه‌مشهد گرگان»، لازم می‌دانستم درباره‌ی هر یک از این محلات فرعی، مطالبی گردآوری

رییس نظام مهندسی کشاورزی:

کشاورزی ایران ناگزیر از حرکت به‌سوی هوشمندسازی است

این برنامه با همکاری مرکز بین‌المللی مدیریت جامع حوزه آبخیز و منابع زیستی در مناطق خشک و نیمه‌خشک مستقر در سازمان منابع طبیعی و آبخیزداری کشور، سازمان یونسکو و شرکت دانش‌بنیان مهندسين مشاور نوآوران علوم مکانی پیشنهاد و برگزار شده است. آیدین کردنژادی افزود: آموزش مهارت‌های ژئوماتیک و فناوری‌های مکانی به نسل جوان، ترویج علم شهروندی و جمع‌پساری و تقویت حکمرانی داده‌محور از اهداف این برنامه است. وی توانمندسازی نسل آینده، آشنایی با فناوری‌های روز، زمینه‌سازی برای توسعه پلتفرم مکانی بومی متکی بر دانش بومی و شکل‌گیری شبکه‌ای از دانش‌آموزان علاقه‌مند را از دیگر محورهای آن برشمرد. رییس بخش منابع طبیعی مرکز تحقیقات، آموزش کشاورزی و منابع طبیعی گلستان، تقویت مسوولیت اجتماعی، گسترش همکاری‌های علمی و بین‌المللی، تولید داده‌های مکانی مشارکتی و افزایش ارتباط با جامعه محلی را از دستاوردهای این دوره برای مرکز و سازمان تات دانست و افزود: این برنامه می‌تواند الگویی برای اجرای دوره‌های مشابه در سطح ملی باشد. همچنین این دوره آموزشی نظری و عملی سامانه اطلاعات جغرافیایی (GIS) با حضور بیش از ۵۰ دانش‌آموز دختر زیر ۱۸ سال هنرستان کشاورزی رشد گرگان به مدت ۹۰ دقیقه برگزار و در پایان نیز گواهینامه شرکت در دوره، به دانش‌آموزان اهدا شد.



کرد. فاطمه شیخ گفت: اطلاعات درباره شرایط زمین، مخاطرات و بحران‌ها می‌تواند کشاورزان را در انتخاب محصول و تعیین زمان کاشت و برداشت متناسب با ویژگی‌های هر منطقه، کمک کند. وی افزود: دانش‌آموزان نیز می‌توانند در گردآوری داده‌های محلی مشارکت داشته باشند چون داده‌های مکانی علاوه بر کشاورزی، در موضوعاتی مانند سلامت و مسائل مرتبط با کشت و تغذیه گیاه کاربرد دارند. رییس بخش منابع طبیعی مرکز تحقیقات، آموزش کشاورزی و منابع طبیعی گلستان نیز در حاشیه این دوره آموزشی درباره چارچوب برگزاری دوره، گفت:

مسیر و به‌اشتراک‌گذاری اطلاعات کمک می‌کند که این کاربرد حتی در تاریکی شب نیز می‌تواند سودمند باشد. وی دوره آموزشی کنونی برای دانش‌آموزان هنرستان کشاورزی رشد گرگان را آغاز آشنایی دانش‌آموزان با مسیری گسترده در حوزه فناوری‌های مکانی توصیف کرد و گفت: متخصصان مرکز می‌توانند در ادامه آموزش، به آنان کمک کنند. معاون پژوهش و فناوری مرکز تحقیقات، آموزش کشاورزی گلستان نیز بر اهمیت همکاری میان آموزش و پرورش و مراکز تحقیقاتی و نقش داده‌های مکانی و پایگاه‌های اطلاعاتی در تصمیم‌گیری بهتر تاکید

رییس سازمان نظام مهندسی کشاورزی و منابع طبیعی کشور گفت: کشاورزی ایران ناگزیر از حرکت به‌سوی هوشمندسازی است و در این شرایط، بهره‌برداران هم برای فعالیت موثر به دانش تخصصی نیاز دارند. به گزارش روابط عمومی، حجت‌الله علی‌محمدی در حاشیه برگزاری دوره آموزشی نظری و عملی سامانه اطلاعات جغرافیایی GIS در هنرستان کشاورزی رشد گرگان، با اشاره به اهمیت کشاورزی در تامین امنیت غذایی، بر ضرورت به‌روزماندن دانش و مهارت‌ها در این بخش تاکید کرد. وی ادامه داد: حرکت به سوی کشاورزی دانش‌محور و هوشمند، ضرورتی برای تقویت امنیت غذایی بوده و آشنایی نسل جوان با فناوری‌های مکانی می‌تواند به تربیت نیروهای آگاه و توانمند در این حوزه کمک کند. علی‌محمدی، دانش‌آموزان امروز را کارشناسان آینده کشاورزی دانست و بیان کرد: سازمان نظام مهندسی کشاورزی و منابع طبیعی با رویکردی تخصصی فعالیت می‌کند و برای تقویت پیوند دانش با کشاورزی و تغییر نگاه به این بخش، از آشنایی و آموزش نسل جوان حمایت می‌کند. رییس مرکز تحقیقات، آموزش کشاورزی و منابع طبیعی گلستان نیز، GIS را دانشی کاربردی دانست که می‌تواند در زندگی روزمره و فعالیت گروه‌های مختلف به کار گرفته شود. قربانعلی روشنی گفت: GIS و داده‌های مکانی به به بهره‌برداران از جمله کشاورزان، زنبورداران و صیادان در ثبت موقعیت، یافتن

داستان کوتاه

عمه لقمان



داوود خان احمدی، آزادشهر

اگر نمی‌مرد یقیناً یک روز یقهام را می‌گرفت که برو ثبت احوال اسممو عوض کن. البته حق هم داشت بنده خدا. لقمان هم شد اسم که پدر بزرگ خدا پیامرز گذاشته بود روی عمه؟

حالا این اتفاق کی می‌افتاد؟ من که می‌گویم وقتی عمه دیگر از شوهر کردن ناامید می‌شود. آن وقت گیر می‌دهد که الا و بلا باید اسمم عوض شه. حالا چه جور شو خودت میدونی.

من هم در جوابش می‌گفتم: آخه عمه‌جان همه تورو با این اسم می‌شناسن. به جون خودم همین لقمان بودنته که معروفت کرده. توی این شهر به هر کی بگی عمه لقمان می‌شناسه.

نی قلیان را از لباس دور می‌کنند دود تنباکو خوانساری را می‌دهد توی صورتم و می‌گوید: بزمجه حالا منو دس می‌ندازی؟

می‌گویم نه جان عمه. دس انداختن کدومه؟ ببین اگه اسمت لقمان نبود چی می‌تونست باشه؟ بعد زل می‌زنم به چشم‌هاش که هان چی می‌تونست باشه؟

حالا نمی‌دانم همان‌جا بود که مهناز از دهانش بیرون پرید یا توی دادخواست همین جوری یک‌دفعه به ذهنم رسید، ولی هر طور بود اسمش شد مهناز و چند ماه بعد هم پاقدم اسم جدید باعث شد شوهر کند.

می‌گفت «من مثل انجیرک‌های بغل کوهم که میوه نمی‌دن. اگه میوه هم بدن کسی نمی‌تونه بچینندشون».

این جمله را نمی‌دانم قبل از شوهر کردنش گفت یا بعدش.

احتمال اینکه قیلش گفته باشد بیشتر است. چون اگر بعدش بود لابد من می‌گفتم: «کم لطفی می‌کنیدا عمه

تصاحب است: به دست آوردن چیزی که میل به آن، پیش از خواندنش شکل گرفته است.

البته هر کتابی چنین میلی بر نمی‌انگیزد. کتاب‌باز انتخاب می‌کند و گاهی کمبایی یک نسخه، دشواری یافتن آن یا ویژگی‌های مادی‌اش بر جذابیتش می‌افزاید. کتابی که سال‌ها در جست‌وجویش بوده‌ایم، با یافتن خود به حادثه‌ای عاطفی تبدیل می‌شود. در این نقطه، کتاب به فتیشی نزدیک می‌شود: شینی که ارزشش را نمی‌توان صرفاً با محتوایش توضیح داد، زیرا تاریخ مادی، کمبایی و میل معطوف به تصاحب نیز در آن سهم دارند. چرا دو نسخه از یک اثر، با محتوایی یکسان، برای کتاب‌باز ارزش یکسانی ندارند؟ پاسخ را باید در رابطه‌ای جست‌وجو کرد که میان فرد و شیء شکل گرفته است.

به همین دلیل، کتاب‌باز پس از خریدن کتاب‌های دلخواهش آنها را صرفاً در قفسه رها نمی‌کند. کتاب‌ها باید دیده و لمس شوند؛ گاهی باید بازشان کرد، چند صفحه ورق زد، به فهرست مطالب نگاهی انداخت و دوباره بست. این تورق ممکن است بیش از آنکه جست‌وجوی اطلاعات باشد، تجدید یک رابطه‌ی عاشقانه باشد. فهرست کتاب نیز در چنین لحظه‌ای فقط نقشه‌ی محتوای آن نیست، بلکه نشانه‌ای از جهانی است که اکنون در دسترس قرار گرفته است.

قفسه نیز بخشی از این تجربه است. کتاب‌ها باید جایی داشته باشند و در نظمی قرار بگیرند که نسبت میان آنها را آشکار کند. کتابخانه به این ترتیب به جهانی شخصی تبدیل می‌شود؛ جهانی که علاقی، خاطره‌ها و آرزوهای صاحبش در آن صورت مادی پیدا می‌کنند. با هر کتاب تازه، گویی حجمی به بدن استعاری عشق افزوده می‌شود. اما چگونه می‌توان این لذت را برای کسی توضیح داد

جان. پس این آقا ستار برگ چغندر؟ دیدی که پابره‌نه دودید تا اون بالای کوه و با هزار تا سلام و صلوات چیدت.»

بعد هم او پکی به قلیانش می‌زد و مثل همیشه دودش را فوت می‌کرد طرف انجیر سیاه بغل حوض و خیره می‌شد به رد سیاه دود.

یا قبلش اگر هم بود که... لابد من بغلش می‌کردم و لپاش را با آن خال گوشتی درشتش یکججا می‌پوسیدم... همین.

شاید اگر به دنیا می‌آمد چهل، چهل و پنج سالی داشت. کنار حوض می‌نشست و با دست حنا گرفته‌اش ماهی گلی‌ها را کیش می‌کرد تا دست گربه‌اش به ماهی‌ها برسد.

انجیری از توی ظرف مسی کنار دستش برمی‌داشتم و می‌گفتم: خب عمه جان از آقا ستار چه خبر؟

نی وافور را از کنج لیش می‌کشید بیرون دودش را قورت می‌داد و دستش را می‌کشید روی گردن گربه و می‌گفت: مرده‌شورشو بیرن.

پدرم چند سال قبل از اینکه بمیرد یک تابوت ساخته بود دو برابر تابوت‌هایی که غسل‌خانه‌ی شهر داشت.

پرسیدم چرا تابوت خصوصی؟

گفت: تو این تابوت‌ای کر و کثیف عمومی یک لحظه هم نمی‌تونم دوام بیارم.

که کتاب را صرفاً وسیله‌ای برای مطالعه و یادگیری می‌داند؟ تفاوت در آن است که برای کتاب‌باز، رابطه با کتاب پیش از خواندن آغاز می‌شود و به پایان خواندن نیز ختم نمی‌شود. او از داشتن کتاب لذت می‌برد، حتی اگر هنوز آن را نخوانده باشد. این لذت را نباید لزوماً با انباشت بی‌هدف یکی دانست؛ کتاب مطلوب، دست‌کم در تجربه‌ی آرمانی کتاب‌باز، باید بتواند روزی در جهان مطالعاتی او جای بگیرد، هرچند آن روز مدام به تعویق بیفتد.

اینجا به تناقض اصلی می‌رسیم: کتاب‌باز کتاب می‌خرد تا بخواند، اما اغلب خواندن را به آینده موکول می‌کند. او کتاب‌های حوزه‌های مورد علاقه‌اش را گرد می‌آورد و با دیدن مجموعه‌ای که در اختیار دارد، احساس می‌کند مقدمات مطالعه فراهم شده است. اکنون فقط باید آن لحظه‌ی ناب از راه برسد؛ لحظه‌ای که بتواند از شتاب زندگی فاصله بگیرد و به خواندن عمیق و پیوسته تن بدهد.

این وضعیت به کسی شباهت دارد که همه‌ی ابزارهای نجاری یا مکانیکی را فراهم کرده، کارگاهش را سامان داده و مواد لازم را خریده است، اما ساختن آن میز آرمانی یا تعمیر آن دستگاه را پیوسته به تعویق می‌اندازد. داشتن ابزارها، خود بخشی از لذت کار است؛ زیرا امکان عمل را حاضر و آماده نگه می‌دارد. کتاب‌ها نیز برای کتاب‌باز چنین وضعیتی دارند: آنها امکان مطالعه را در دسترس قرار می‌دهند، بی‌آنکه الزاماً به مطالعه‌ای بالفعل تبدیل شوند.

البته داشتن کتاب به معنای دانستن نیست. کتابخانه‌ای مملو از کتاب‌های نخوانده می‌تواند به توهم دانایی دامن بزند؛ گویی دسترسی به منابع، بخشی از دانش را نیز در اختیار ما گذاشته است. اما باید میان دانش بالفعل و احساس در



گفتم حالا چرا به این بزرگی؟ گفت: بعداً می‌فهمی پسر. عادتش بود. هر وقت جواب سوالی را نمی‌دانست یا نمی‌خواست جواب بدهد می‌گفت: بعداً می‌فهمی یا «حالا». دیگر چیزی نپرسیدم تا روزی که مرد. سر صبح بود که تمام کرد. یکی دو ساعتی طول کشید که فامیل عربده‌کشان رسیدند خانه‌ی ما. روحانی محل هم نیم‌ساعت بعدش برای مراسم کفن و دفن رسید و شروع کرد به بریدن پارچه‌ی تترون سفید. در حال بریدن پرسید میت وصیتی چیزی در رابطه با محل دفن و صوم و صلوات و غیره ذلک دارد یا خیر؟

آن‌جا بود که زن‌برادرم که قبلاً تمام صندوقچه‌ها و گاوصندوق پدر را کنکاش کرده بود کاغذی را می‌گذازد جلوی ملا.

او هم بعد از خواندن کاغذ سرش را بالا آورد و پرسید: پس آن جسد دیگر کجاست؟

همه با چشم‌های بیرون زده به هم نگاه کردیم و با هم گفتم: کدوم جسد؟

گفت: جسد عمه‌تان. اینجا نوشته جسد میت و خواهرش باید در یک تابوت قرار گرفته با هم دفن شوند.

زن برادرم که ظاهراً قبلاً از محتوای وصیت اطلاع داشت، عروسک پارچه‌ای پدر را گذاشت کنار کفن‌های بریده شده...

اختیار داشتن امکان دانش تفاوت گذاشت. کتاب‌باز ممکن است بداند که هنوز چیزی نخوانده، اما از اینکه منابع مورد نیازش را دارد احساس اطمینان کند.

آنچه در دست اوست، نه دانش، بلکه امکان دسترسی به دانش است؛ احساسی که از نظر معرفتی محدود، اما از نظر عاطفی واقعی است.

شاید راز لذت کتاب‌باز در فاصله‌ی میان امکان و تحقق نهفته باشد. خواندن عملی زمان‌مند است: باید کتابی را انتخاب کرد، از کتاب‌های دیگر چشم پوشید و زمانی مشخص را به آن اختصاص داد. اما کتابخانه‌ی نخوانده افقی گشوده و تقریباً بی‌انتهاست. هر کتاب وعده‌ی جهانی تازه‌ای را در خود نگه می‌دارد و تا زمانی که خوانده نشده، امکان‌هایش به تجربه‌ای مشخص محدود نشده‌اند. کتاب‌باز می‌تواند هم‌زمان به مسیرهای فکری متعددی بیندیشد، بی‌آنکه ناچار باشد همین حالا یکی را برگزیند. در این معنا، نخواندن همیشه نقطه‌ی مقابل خواندن نیست؛ گاهی نوعی زیستن در قلمرو امکان‌هاست.

با این حال، این تعویق خالی از تناقض نیست. اگر کتاب‌ها برای همیشه در قلمرو امکان باقی بمانند، آیا کتابخانه به موزه‌ای از وعده‌های تحقق نیافته تبدیل نمی‌شود؟ آیا عشق به بدن کتاب گاهی جای عشق به اندیشه‌ای را نمی‌گیرد که آن بدن امکان ظهورش را فراهم کرده است؟ نمی‌توان این پرسش را نادیده گرفت. همان‌طور که نباید کتاب را به ابزار انتقال محتوا تقلیل داد، نباید محتوای آن را نیز در لذت تصاحبش محو کرد. کتاب‌بازی هنگامی غنی‌تر می‌شود که میل به داشتن، امکان خواندن را زنده نگه دارد، نه اینکه جای آن را بگیرد.

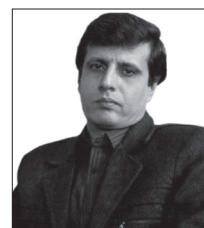
پس شاید پاسخ کتاب‌باز به این پرسش که «آیا همه‌ی کتاب‌هایی را که خریده‌ای، خوانده‌ای؟» با پرسشی دیگر آغاز شود: آیا هر چیزی را که دوست داشته‌ای، فقط برای استفاده از آن دوست داشته‌ای؟ آیا هر رابطه‌ای باید به نتیجه‌ای قابل اندازه‌گیری برسد تا ارزشمند باشد؟ شاید لذت را نه فقط در تحقق یک امکان، بلکه در انتظار و آمادگی برای تحقق آن نیز بتوان یافت.

کتاب‌باز همه‌ی کتاب‌هایش را نخوانده است؛ اما کتاب‌های نخوانده‌اش لزوماً انباشتی مرده نیستند. آنها در قفسه حضور دارند، ورق می‌خورند و وعده‌ی خواندنی را می‌دهند که هنوز آغاز نشده است. این وعده ممکن است روزی تحقق یابد یا برای همیشه به تعویق بیفتد. در هر دو حال، کتاب پیش از آنکه به موضوع مطالعه تبدیل شود، بخشی از زندگی عاطفی صاحبش شده است.

شاید عشق به کتاب از همین‌جا آغاز می‌شود: از جایی که کتاب دیگر فقط چیزی برای خواندن نیست، بلکه چیزی است که می‌توان با آن زندگی کرد؛ چیزی که دانشش لذت‌بخش است، خواندنش آرزوست و نخواندنش گاهی تعلیقی شیرین میان میل و تحقق پدید می‌آورد.

یادداشت

در ستایش کتاب‌بازی و لذت به تعویق انداختن خواندن



سینا جهان‌دیده

«آیا همه‌ی کتاب‌هایی را که خریده‌ای، خوانده‌ای؟» این پرسش برای بسیاری از عاشقان کتاب آشناست؛ پرسشی که از تصویری خاص درباره‌ی کتاب سرچشمه می‌گیرد: کتاب چیزی است برای خواندن، خواندن راهی است برای کسب دانش و خرید کتابی که هنوز خوانده نشده، نوعی اتلاف منابع. اما آیا می‌توان عشق به کتاب را به خواندن آن تقلیل داد؟ آیا کتاب فقط هنگامی ارزشمند می‌شود که محتوایش را دریافته باشیم؟

برای کتاب‌باز، کتاب پیش از آنکه حامل معنا باشد، حضوری مادی در جهان است. جلد، کاغذ، قطع، صحافی، وزن و حتی بوی آن در شکل‌گیری رابطه‌ای نقش دارند که نمی‌توان آن را به محتوای کتاب فروکاست. کتاب را می‌توان لمس کرد، ورق زد، تماشا کرد و در قفسه‌ای معین جای داد؛ حتی بی‌آنکه قصد خواندنش را داشته باشیم. کتاب در این رابطه فقط موضوع شناخت نیست، بلکه موضوع میل است.

از همین‌جایی می‌توان به استعاره‌ی بدنمندی رسید. همان‌طور که عشق را نمی‌توان به شناخت و ویژگی‌های معشوق محدود کرد، رابطه‌ی عاشقانه با کتاب نیز از محتوای آن فراتر می‌رود. کتاب‌باز گاهی کتابی را می‌خرد نه فقط برای آنچه از آن خواهد آموخت، بلکه برای حضور مادی‌اش در جهان شخصی خود. خریدن کتاب، در این معنا، نوعی

شعر گلستان

دو شعر تازه



سوده ممشلی، گنبد کاووس

برزخ زمستان

کینه را زیر فرش پنهان کن!
زیر راه پله، پشت گلدان ها..
زیر پیراهنت ببوشش و بعد
ببش با خودت به میدان ها...

هم بزن «چای کینه پهلوار»
سر بکش داغ تازه‌ی او را
تلخی کینه را دهان بگذار
بفشارش میان دندان‌ها

ردّ شلیک بغض همراهت
شاخه بالا و... دست کوتاهت
خشم بیدار تا سحرگاهت
«فاصله در میان طوفان‌ها»

طعنه‌ی نانچیب‌ها در گوش
خسته از لمس خنجر آغوش
شهر اشباح موحش مدهوش
سر فرو کرده در گریبان‌ها

کینه هم بستر شبانه‌ی تو
کینه هم صحبت یگانه‌ی تو
کینه را بی صدا بپوش و سپس
بگذر از برزخ زمستان‌ها...

آی دختر!

آی دختر! دگر چه امیدی؟!
دست بردار ازین خودآزاری!
شوق برداشت را بکش در خود،
بارور نیست آنچه می‌کاری!...

آی دختر! نگاه کن! پوچ است،
هر دو دستش... گلی نچیدی! نه؟!
آخرش هم غروب تلخی بود،
به طلوعی اگر رسیدی نه؟..

در عبورش شکوه بی رحمی‌ست
در شکوهش غرور غمگینی!
در غرورش دروغ‌عربانی،
جز فریبی ازو چه می‌بینی؟

سنگ کوبیده‌ای به آینه‌ات
با غمت هم سپاه بودی که!
روبه‌روی که با که جنگیدی؟
سر به سر اشتباه بودی که!

قلب امیدوار لعنتی‌ات!
آه... لعنت به قلب سرکش تو!
فکر آتش زدن به دریاهاست،
پر قنوس توی بالش تو...

فکر کردی جنون زمینت زد؟!
فکر کردی تمام شد دیگر...
گور روایت از تو خالی ماند،
تو نمردی!! تو زنده‌ای دختر!

شعر آخر



حمید رستمی، گرگان

شاعرنگاهی کرد دفتر را، این شعر-شعر آخرش- تک‌بود
در خاتم تقدیر خوش‌رنگی، نامش میان واژه‌ها حک بود
دیروز در تالار خوش‌نقشی، شعری که تقدیم فلانی! کرد
یک‌سکه و یک‌لوح شد آری، روزی همایون و
مبارک بود!

پروانه‌ی گل‌های تالاری، خوش‌عطر و شیک‌وپیک،
درباری

اهل سخن مداح! بود آری، شعرش پر از نسرین و
میخک بود

بالا تر از فهم چکاوک‌ها پر می‌زد او با سرعتی چون نور
در آسمان این عرصه‌ی پرواز، سیم‌رخ نه مانند
موشک بود

او غرق در اوهام خوش‌رنگش در شعرهای
صورتی‌رنگش

ناگاه بانگی خلوتش را خورد، بر خواب‌هایش مثل
بختک بود

فریاد "نان خشکی" از کوچه، او را به سمت پنجره‌هل داد
یک نوجوان و گاری کهنه، بارش گران تن‌پوشش
اندک بود

او کیسه‌های نان خشکش را با ناتوانی جابجا می‌کرد
در کارزار گاری و سرما، دستان او بسیار کوچک بود
آیا کسی از درد او نالید؟ یا شاعری شعری برایش گفت؟
او که تنش مثل نگاهش سرد، تقدیر او چون جامه‌اش
لک بود

بادی وزید و خاتمش افتاد... ترسید یادست و دلش لرزید
خود را در آینه تماشا کرد حالا ولی انگار در شک بود
عمری اسیر انجمن‌هایی، موهم، رنگارنگ و تو خالی!
عمری به جالیزادب گویی، دهقان که نه... مثل مترسک بود!
برگشت و دید آن روزهای دور، آن روزهای رنگی

و پرشور
عاشق نه، تنها یک قناری بود، شاعر نه، تنها یک
عروسک بود!

نابسامانی



یاسر قربانی، گرگان

خسته‌ام از خود که دائم راه من بی‌راه شد
چاله‌های پیش رویم، هر کدامش چاه شد
یوسفم را یازده گرگش، به چاه انداختند
در درون چاه طفلک، طعمه‌ی تمساح شد
هر زمان فرعون می‌تازید مثل شیر نر
آن عصای ازدها با اذن من، رویاه شد
آرشم از کوه بالا رفت و از اقبال ما
جان خود در تیر کرد و مرزها کوتاه شد
کاوه‌ی آهن‌گرم از ظلم ضحاک زمان
با درفش کاویانش توی مخفیگاه شد
هر زمان نام علی گفتم، غم همراه با
تیغ تیز این ملجم بر سرم همراه شد
ذهن من خسته‌ست از تکرار بی‌سامانی‌اش
از در هر منزلی رفتم، ندامتگاه شد

چراغ خانه



ابوئیس محمدی، گرگان

نشستی در دلم ای دلبر خوب تماشایی
برای من خداوندی که بی‌همتا و والایی
گواهی می‌دهم، این کفر نه که عین ایمان است
تو را من می‌پرستم، از تو می‌گیرم توانایی
نشستم روبرویت تو لباس آبی‌ات بر تن
شبیه ساحلم، تو هاله‌ای از ماه و دریایی
جهان کوچک‌تر از آن است تا آینه‌ات باشد
تو را در خواب باید دید ای بانوی رویایی
نگاهت مثل خورشید است، هستی می‌دمد در من
امان از لحظه‌هایی که مرا آهسته می‌پایی
چرا حاضر جوابی‌های تو اینقدر شیرین‌اند؟
تو چون گنجشک‌ها شیرین‌زبان و ناز و شیوایی
مرا با الکل و سیگار کاری نیست، تو مثل
نخ سیگار بعد یک شراب ناب، گیرایی
اگر این زندگی بد کرد، جای شکر آن باقی است
چراغ خانه‌ام هستی تو ای خورشید زیبایی

چند رباعی



رضا نجم‌الدین، گرگان

(۱)
ای ذره که در وجود خود بسط شدی
با ماه شب و ستاره یک دست شدی
دست من گم‌گشته به بازار بگیر
یکشب که توتلو خوران مست شدی

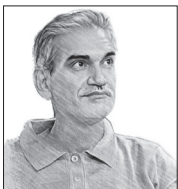
(۲)
بین منو حیوان که تفاوت خرد است
تکلیف به او نیست، به من خوب و بد است
تکلیف خرد داد که گوید به بشر
هر قبله شوی باز خرد ره بلد است

(۳)
گم کرده‌ی خود به دشت و صحرا می‌جست
در شیشه و شب صورت و معنا می‌جست
در بستر مرداب لجن‌زاری جست
ماهی که به دریا، ره دریا می‌جست

(۴)
من آیه‌ی رودابه و رستم خوانم
یوتاب سکندر کش کوهستانم
سردار خشایارم و دریابانم
طوفانم و در چادر شب حیرانم

(۵)
ای خلق خدا، صورت صامت و صدا
پیدا و نهان و جفت هم و ضد و جدا
گویم دلی شاد ازین باور خویش
دینم همه عشق به شما شد به خدا

رستم ز خودپرستی



محمد بوژمه‌رانی، گرگان

حرفی مرا نباشد جز ساغر و شرابم
از حال من چه پرسی؟ مست و خوش و خرابم
عمری گذشت، ما را در پیش عقل خودبین
چندی‌ست پر گشوده، دل سوی آفتابم
جان را قرار نبود جز در سرای جانان
آنکو به ناز چشمش برخاستم ز خوابم
دنیا و دین و عقبی رفت از پی نگاهی
فقرم بدید و آتش زد بر من و حجابم
چون روی او عیان شد رستم ز خودپرستی
در کوی می پرستی رفت از میان نقابم
با عشق پر کشیدم تا ماه روی دلبر
در چشم او بدیدم، او هست و من سرابم
با من سخن مگویند از روز رستخیزم
جز عشق او نیایی در دفتر حسابم
رازی نگفته دارم از روحی و دو پیکر
شاید که باز گویم ز آن نیمه‌ی کتابم
او من، من او، دو جانیم در وحدت و یگانه
او شهنشوار و پیشش من پای در رکابم
پُر گشته در سرایم عطر خوش وجودش
دوری ز آن همیشه حاضر بُود، عذابم



«آگهی ثبتی

آگهی تحدید حدود اختصاصی

تحدید حدود ششدانگ عرصه و اعیان یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۳۴۸۰ مترمربع دارای پلاک ۱۳۱۶ فرعی از ۳ اصلی واقع در اراضی اوزینه بخش ۳ حوزه ثبتی گرگان ملکی آقای غلامرضا کاظمی فرزند رضانعلی در ساعت ۹ صبح روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۹/۰۲ آدرس گرگان، اراضی زراعی اوزینه کدپستی ۴۹۱۱۱۱۱۱۱۱ به عمل خواهد آمد از این رو چنانچه مجاوری نسبت به حدود یا حقوق ارتفاقی حقی برای خود قائل است میتواند فقط تا سی روز از تاریخ تنظیم صورتمجلس تحدید حدود اعتراض خود را کتبا با ذکر شماره پلاک به اداره ثبت شهرستان گرگان تسلیم نموده و علاوه بر آن ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست به مرجع ذیصلاح قضایی تقدیم نماید در غیر اینصورت متقاضی ثبت یا نماینده قانونی وی می تواند بدادگاه مربوطه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید بدیهی است در صورت عدم وصول اعتراض اداره ثبت وفق مقررات مبادرت به صدور سند مالکیت خواهد نمود. ضمناً در صورتیکه روز تحدید حدود مصادف با تعطیلی گردد عملیات تحدید حدود در همان ساعت مندرج در آگهی و در اولین روز کاری بعد از تعطیلی صورت می پذیرد.

تاریخ انتشار دوشنبه: مورخ ۱۴۰۵/۰۷/۲۷

سیدعبسی میرکاظمی- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک منطقه دو گرگان از طرف مهناز جهانفر- شناسه آگهی ۲۳۰۰۷۵۸

آگهی تحدید حدود اختصاصی

۱-تحدید حدود ششدانگ اعیانی یک قطعه زمین مزروعی بانضمام ۳۱ سهم مشاع از ۳۶ سهم ششدانگ عرصه یک قطعه زمین مزروعی که ۵ سهم مشاع از ۳۶ سهم آن وقف است به مساحت ۱۷۹۹,۷۰ مترمربع دارای پلاک ۴۱۶ فرعی از ۹۰ اصلی واقع در اراضی کماسی بخش ۳ حوزه ثبتی گرگان ملکی آقای حسین علی صوفی فرزند عیسی در ساعت ۹ صبح ۲-تحدید حدود ششدانگ اعیانی یک قطعه زمین مزروعی بانضمام ۳۱ سهم مشاع از ۳۶ سهم ششدانگ عرصه یک قطعه زمین مزروعی که ۵ سهم مشاع از ۳۶ سهم آن وقف است به مساحت ۱۷۳۳,۳۶ مترمربع دارای پلاک ۴۱۹ فرعی از ۹۰ اصلی واقع در اراضی کماسی بخش ۳ حوزه ثبتی گرگان ملکی آقای حسین علی صوفی فرزند عیسی در ساعت ۹ صبح روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۹/۰۲ آدرس گرگان، اراضی زراعی کماسی کد پستی ۴۹۱۱۱۱۱۱۱۱۱ بعمل خواهد آمد از این رو چنانچه مجاوری نسبت به حدود یا حقوق ارتفاقی حقی برای خود قائل است میتواند فقط تا سی روز از تاریخ تنظیم صورتمجلس تحدید حدود اعتراض خود را کتبا با ذکر شماره پلاک به اداره ثبت شهرستان گرگان تسلیم نموده و علاوه بر آن ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست به مرجع ذیصلاح قضایی تقدیم نماید در غیر اینصورت متقاضی ثبت یا نماینده قانونی وی می تواند بدادگاه مربوطه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید بدیهی است در صورت عدم وصول اعتراض اداره ثبت وفق مقررات مبادرت به صدور سند مالکیت خواهد نمود. ضمناً در صورتیکه روز تحدید حدود مصادف با تعطیلی گردد عملیات تحدید حدود در همان ساعت مندرج در آگهی و در اولین روز کاری بعد از تعطیلی صورت می پذیرد.

تاریخ انتشار دوشنبه: مورخ ۱۴۰۵/۰۷/۲۷

سیدعبسی میرکاظمی- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک منطقه دو گرگان از طرف مهناز جهانفر- شناسه آگهی ۲۳۰۰۸۱۸

آگهی تحدید حدود اختصاصی

بدینوسیله اعلام میگردد به استناد ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف حدود ششدانگ یک قطعه باغ که مقدار ۸ سهم مشاع از ۱۲۰ سهم ششدانگ عرصه آن وقف است دارای پلاک ۸۹ فرعی از ۹۳ اصلی بخش ۲ ثبت منطقه یک گرگان به مساحت ۱۰۰۵ مترمربع بنام محسن حیدری نژاد فرزند فرزند محمدرضا نسبت به ششدانگ ساعت ۹:۰۰ روز یک شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۸/۲۴ در محل وقوع ملک واقع در گرگان اراضی نوچمن با کد پستی:..... بعمل خواهد آمد. از این رو چنانچه مجاوری یا هر شخصی نسبت به حدود یا حقوق ارتفاقی حقی برای خودقائل است میتواند فقط تا سی روز از تاریخ تنظیم صورتمجلس تحدید حدوداعتراض خود را کتبا با ذکر شماره پلاک فوق الذکر به اداره ثبت شهرستان گرگان تسلیم نموده و علاوه بر آن ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی، دادخواست خود را به مرجع ذیصلاح قضایی تقدیم نماید در غیر اینصورت متقاضی ثبت یا نماینده قانونی وی میتواند به دادگاه مربوطه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید. بدیهی است در صورت عدم وصول اعتراض اداره ثبت وفق مقررات مبادرت به صدور سند مالکیت خواهد نمود.

تاریخ انتشار:دوشنبه۱۴۰۵/۰۷/۲۷

جواد پورمند- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک منطقه یک گرگان از طرف غلامرضا قاسمی- شناسه آگهی ۲۳۰۰۲۱۳

آگهی تحدید حدود اختصاصی

تحدید حدود ششدانگ عرصه و اعیان یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۷۵۰ مترمربع دارای پلاک ۳۳۶ فرعی از ۴ اصلی واقع در اراضی باغ گلبن بخش ۳ حوزه ثبتی گرگان ملکی خانم معصومه امیری فرزند محمدرضا در ساعت ۹ صبح روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۹/۰۱ آدرس گرگان، اراضی زراعی باغ گلبن کدپستی ۴۹۱۱۱۱۱۱۱۱۱۱ به عمل خواهد آمد از این رو چنانچه مجاوری نسبت به حدود یا حقوق ارتفاقی حقی برای خود قائل است میتواند فقط تا سی روز از تاریخ تنظیم صورتمجلس تحدید حدود اعتراض خود را کتبا با ذکر شماره پلاک به اداره ثبت شهرستان گرگان تسلیم نموده و علاوه بر آن ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست به مرجع ذیصلاح قضایی تقدیم نماید در غیر اینصورت متقاضی ثبت یا نماینده قانونی وی می تواند بدادگاه مربوطه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید بدیهی است در صورت عدم وصول اعتراض اداره ثبت وفق مقررات مبادرت به صدور سند مالکیت خواهد نمود. ضمناً در صورتیکه روز تحدید حدود مصادف با تعطیلی گردد عملیات تحدید حدود در همان ساعت مندرج در آگهی و در اولین روز کاری بعد از تعطیلی صورت می پذیرد.

تاریخ انتشار دوشنبه:مورخ ۱۴۰۵/۰۷/۲۷

سیدعبسی میرکاظمی- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک منطقه دو گرگان از طرف مهناز جهانفر- شناسه آگهی ۲۳۰۰۲۲۰۳

آگهی تحدید حدود اختصاصی

بدینوسیله اعلام میگردد به استناد ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف حدود ششدانگ

کشمنج

یک قطعه زمین مزروعی دارای پلاک ۷۹۲ فرعی از ۱۷۵ اصلی بخش ۲ ثبت منطقه یک گرگان به مساحت ۱۲۵۰ مترمربع بنام خانم حدیثه حسینی حیدرآبادی فرزند سیدحسن نسبت به ششدانگ ساعت ۹:۰۰ روز شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۹/۱۴ در محل وقوع ملک واقع در گرگان اراضی زراعی حیدرآباد بعمل خواهد آمد. از این رو چنانچه مجاوری یا هر شخصی نسبت به حدود یا حقوق ارتفاقی حقی برای خود قائل است میتواند فقط تا سی روز از تاریخ تنظیم صورتمجلس تحدید حدود اعتراض خود را کتبا با ذکر شماره پلاک فوق الذکر به اداره ثبت شهرستان گرگان تسلیم نموده و علاوه بر آن ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست خود را به مرجع ذیصلاح قضایی تقدیم نماید در غیر اینصورت متقاضی ثبت یا نماینده قانونی وی میتواند به دادگاه مربوطه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید. بدیهی است در صورت عدم وصول اعتراض اداره ثبت وفق مقررات مبادرت به صدور سند مالکیت خواهد نمود.

تاریخ انتشار:دوشنبه۱۴۰۵/۰۷/۲۷

جواد پورمند- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک منطقه یک گرگان از طرف غلامرضا قاسمی- شناسه آگهی ۲۳۰۰۳۹۳

آگهی تحدید حدود اختصاصی

تحدید حدود ششدانگ یک قطعه زمین که در آن احداث بنا شده است به مساحت ۱۶۷.۲۹ مترمربع دارای پلاک ۵۰۰۴ فرعی از ۱۰۸ اصلی واقع در اراضی باکرمحله بخش ۳ حوزه ثبتی گرگان ملکی آقای حضرتقلی شوشتری فرزند علی در ساعت ۹ صبح روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۹/۰۴ آدرس گرگان، خیابان امام رضا کوچه ۶۴ کدپستی ۴۹۱۷۸۷۷۲۳۸ به عمل خواهد آمد از این رو چنانچه مجاوری نسبت به حدود یا حقوق ارتفاقی حقی برای خود قائل است میتواند فقط تا سی روز از تاریخ تنظیم صورتمجلس تحدید حدود اعتراض خود را کتبا با ذکر شماره پلاک به اداره ثبت شهرستان گرگان تسلیم نموده و علاوه بر آن ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست به مرجع ذیصلاح قضایی تقدیم نماید در غیر اینصورت متقاضی ثبت یا نماینده قانونی وی میتواند بدادگاه مربوطه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید بدیهی است در صورت عدم وصول اعتراض اداره ثبت وفق مقررات مبادرت به صدور سند مالکیت خواهد نمود. ضمناً در صورتیکه روز تحدید حدود مصادف با تعطیلی گردد عملیات تحدید حدود در همان ساعت مندرج در آگهی و در اولین روز کاری بعد از تعطیلی صورت می پذیرد.

تاریخ انتشار دوشنبه: مورخ ۱۴۰۵/۰۷/۲۷

سیدعبسی میرکاظمی- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک منطقه دو گرگان از طرف مهناز جهانفر- شناسه آگهی ۲۳۰۰۴۹۵

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

برابر رای شماره ۱۴۰۳۷/۴۱۳۷۰۰۸۰۰۳۱۲۰۰۸۰۰۵۲۰۱۴۰۵۲۰۶۲۵ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان آق قلا پرونده کلاسه ۱۴۰۳۱۱۴۴۱۲۰۰۸۰۰۰۵۲۲ تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی امید میرابی فرزند حلیم شماره شناسنامه و کدملی ۴۹۷۰۰۲۴۵۸۸ صادره آق قلا در ششدانگ یک قطعه زمین با بنای احدائی به مساحت ۴۹۳.۹۵ مترمربع مفروز و مجزی شده جزئی از پلاک ثبتی شماره ۱۳۵۷ فرعی از چهار اصلی واقع در آق قلا، اراضی قریه مرع شوره زار، بخش ۷ حوزه ثبت ملک شهرستان آق قلا از سهمی مالک رسمی آنآقربان میرابی تایید گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دونوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به 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 اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند.بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشارنوبت اول:دوشنبه۱۴۰۵/۰۷/۲۷

تاریخ انتشارنوبت دوم: سه شنبه: ۱۴۰۵.۰۸.۱۲

احمد نوبیان سرپرست اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا ازطرف علی برقی م الف:۷۷۷

آگهی تحدید حدود اختصاصی

تحدید حدود ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۶۸۳۵۳.۳۸ مترمربع دارای پلاک ثبتی شماره ۲۶۸ فرعی از ۱۳ اصلی واقع در اراضی یلمه سالیان بخش ۱۲ ثبت آق قلا ملکی قلیچ گری فرزند آنه دوردی بااستناد ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه اجرایی قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی در ساعت ۸ روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۵.۰۸.۱۸ در محل وقوع ملک واقع در اراضی یلمه سالیان، شهر آق قلا، روستای گری دوجی به عمل خواهد آمد. (چنانچه روز تحدید حدود به هر دلیلی از سوی دولت محترم تعطیل رسمی اعلام گردید عملیات تحدید در ساعت مقرر، روز بعد تعطیلی یا تعطیلات انجام خواهد شد.) از این رو چنانچه مجاوری نسبت به تحدید حدود یا حقوق ارتفاقی حقی بر خود قائل است می تواند از تاریخ تنظیم صورت مجلس تحدید حدود تا (۳۰) سی روز اعتراض خود را کتبا به ذکر شماره پلاک ثبتی به اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا تسلیم نموده و علاوه بر آن ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست به مرجع ذیصلاح قضایی تقدیم نماید. در غیر این‌صورت متقاضی ثبت یا نماینده قانونی وی می تواند به دادگاه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید. بدیهی است در صورت عدم وصول اعتراض اداره ثبت وفق مقررات مبادرت به صدور سند مالکیت خواهد نمود.

تاریخ انتشار:دوشنبه۱۴۰۵.۰۷.۲۷

احمدنوبیان سرپرست اداره ثبت اسناد و املاک آق قلام الف:۷۷۶

آگهی فقدان سند مالکیت

نظر به اینکه خانم مهناز وکیلی با ارائه دو برگ استشهادیه گواهی شده توسط دفتر ۹۸ آق قلا به شماره درخواست ۱۴۰۵۲۶۵۹۰۶۹۰۰۰۲۰۳ مورخه ۱۴۰۵.۰۷.۱۹ دفتر ۹۸ آق قلا ادعا نموده که سند مالکیت مقدار ۰.۷۵ دانگ مشاع از ششدانگ عرصه و اعیان یک قطعه زمین مزروعی به‌مساحت ۴۰۰۰ متر مربع دارای پلاک ثبتی شماره ۳۰۰ فرعی از ۱۲ اصلی بخش ۱۳ ثبت آق قلا بنام مهناز وکیلی فرزند محمد به شماره ملی ۲۲۶۹۴۰۱۶۶۲ متولد ۱۳۵۴ به شماره چاپی ۱۴۸۲۰۶ سری ب سال ۱۴۰۳ و از نوع کاداستری ۲۲۸۰۰۰۰۳۳۲۸۰۰۰۰۴۲۰۱۴۰۵۲۰۳۱۲۰۰ مسبوق به سابقه ثبت و صدور سند مالکیت بوده، که بعلت جابجایی مفقودگردیده، نامبرده تقاضای صدور سند

اطلاع رسانی» دوشنبه ۲۷ مهر ماه ۱۴۰۵ / سال بیست و هشتم /شماره ۳۲۷۴

مالکیت المثنی را از این اداره نموده است.از این‌رو بااستناد ماده ۱۲۰ اصلاحی آیین نامه قانون ثبت مراتب در یک نوبت آگهی می گردد تا هرکس نسبت به ملک مورد آگهی معامله دیگری انجام داده یامدعی 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 ارائه اصل سند مالکیت یا سند معامله تسلیم نمایند در غیر اینصورت پس از انقضای مدت مذکور برابر مقررات نسبت به صدور سند مالکیت المثنی اقدام خواهد شد.

احمد نوبیان سرپرست اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا ازطرف علی برقی م الف:۷۸۲

آگهی فقدان سند مالکیت

نظر به اینکه کریم پقه با ارائه دو برگ استشهادیه گواهی شده توسط دفتر ۲۰۶ آق قلا به شماره درخواست ۱۴۰۵۲۶۶۰۳۳۲۰۰۰۲۵۹ مورخه ۱۴۰۵.۰۷.۱۸ دفتر ۲۰۶ آق قلا ادعا نموده که سند مالکیت مقدار ۲۵۰۰۰ سهم مشاع از ۴۰۰۰۰ سهم ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به‌مساحت چهار هکتار متر مربع دارای پلاک ثبتی شماره ۱۸۴ فرعی از ۱۳ اصلی بخش ۱۳ ثبت آق قلا بنام کریم پقه فرزند محمد به شماره ملی ۴۹۷۹۷۸۲۳۸۸ متولد ۱۳۳۳ به شماره چاپی ۸۱۴۰۳ سری ج سال ۹۴ و از نوع کاداستری ۲۳۳۹۹۰۰۰۳۳۲۰۰۰۳۱۲۰۰۰۰۰۰ مسبوق به سابقه ثبت و صدور سند مالکیت بوده، که بعلت جابجایی مفقودگردیده، نامبرده تقاضای صدور سند مالکیت المثنی را از این اداره نموده است.از این‌رو بااستناد ماده ۱۲۰ اصلاحی آیین نامه قانون ثبت مراتب در یک نوبت آگهی می گردد تا هرکس نسبت به ملک مورد آگهی معامله دیگری انجام داده یامدعی 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 ارائه اصل سند مالکیت یا سند معامله تسلیم نمایند در غیر اینصورت پس از انقضای مدت مذکور برابر مقررات نسبت به صدور سند مالکیت المثنی اقدام خواهد شد.

احمد نوبیان سرپرست اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا ازطرف علی برقی م الف:۷۸۳

آگهی فقدان سند مالکیت

نظر به اینکه سلیمان توسلی با ارائه دو برگ استشهادیه گواهی شده توسط دفتر ۱۵۴ آق قلا به شماره درخواست ۱۴۰۵۲۶۶۵۹۰۶۹۰۰۰۱۳۵ مورخه ۱۴۰۵.۰۷.۲۲ دفتر ۱۵۴ آق قلا ادعا نموده که سند مالکیت ششدانگ عرصه و اعیان یک قطعه زمین بابنای احدائی به‌مساحت ۳۰۱.۵۰ متر مربع دارای پلاک ثبتی شماره ۲۵۴۱ فرعی از یک اصلی بخش ۷ ثبت آق قلا بنام سلیمان توسلی فرزند صفر به شماره ملی ۴۹۷۹۴۷۷۴۲۹ متولد ۱۳۴۳ ذیل ثبت ۶۱۳۸ صفحه ۲۲ جلد ۳۷ ثبت و شماره چاپی ۲۳۴۹۴۸ و از نوع دفترچه ایی مسبوق به سابقه ثبت و صدور سند مالکیت بوده، که بعلت جابجایی مفقودگردیده، نامبرده تقاضای صدور سند مالکیت المثنی را از این اداره نموده است. از این‌رو بااستناد ماده ۱۲۰ اصلاحی آیین نامه قانون ثبت مراتب در یک نوبت آگهی می گردد تا هرکس نسبت به ملک مورد آگهی معامله دیگری انجام داده یامدعی 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 ارائه اصل سند مالکیت یا سند معامله تسلیم نمایند در غیر اینصورت پس از انقضای مدت مذکور برابر مقررات نسبت به صدور سند مالکیت المثنی اقدام خواهد شد.

احمد نوبیان سرپرست اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا ازطرف علی برقی م الف:۷۸۱

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

برابر رأی شماره ۱۴۰۵۶۰۳۱۲۰۰۱۲۰۰۰۴۱۲ هیات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کاله تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای /خانم صلاح الدین برزین فرزند رحمانقلی به شماره شناسنامه ۰ صادره از در ششدانگ یک قطعه زمین با بنای احدائی به مساحت ۱۶۲,۴۲ مترمربع مفروز و مجزا شده از پلاک ۱۱۸۱ فرعی از ۲۱۳- اصلی واقع در بخش ۹ شهرستان کاله انتقال ملک بلاواسطه از مالک رسمی (رحمانقلی برزین) محرز گردیده است، لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: دوشنبه ۱۴۰۵/۰۷/۲۷

تاریخ انتشار نوبت دوم: چهارشنبه ۱۴۰۵/۰۸/۱۳

بهمن سارلی- رئیس ثبت اسناد و املاک کاله- م الف ۱۱۴۸۹

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

برابر رأی شماره ۱۴۰۵۶۰۳۱۲۰۰۱۲۰۰۰۴۱۳۰ هیات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کاله تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای /خانم حسن کوهستانی فرزند بابامحمد به شماره شناسنامه ۱۳۲ صادره از در ششدانگ یک قطعه زمین با بنای احدائی کاربری مسکونی به مساحت ۷۴,۳۸ مترمربع مفروز و مجزا شده از پلاک ۲۸۷ فرعی از ۲۱۳- اصلی واقع در بخش ۹ شهرستان کاله انتقال ملک مع الواسطه از مالک رسمی (درمحمد جامی) محرز گردیده است، لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: دوشنبه ۱۴۰۵/۰۷/۲۷

تاریخ انتشار نوبت دوم: چهارشنبه ۱۴۰۵/۰۸/۱۳

بهمن سارلی- رئیس ثبت اسناد و املاک کاله- م الف ۱۱۴۷۶

«

به بهانه روز پرستار و تشکر از فرشتگان سفید پوش

اگر مرهم نیستیم زخم تازه نزنیم!



ابراهیم مهدوی

روز پرستار را به همه پرستاران شریف و فداکار کشورم تبریک می‌گویم؛ اما باور دارم پرستاران بیش از تبریک، به درک، احترام و قدردانی واقعی ما نیاز دارند. پرستاری فقط یک شغل نیست؛ ترکیبی از دانش، مهارت، صبوری، مسئولیت‌پذیری و انسان‌دوستی است. پرستار با درد انسان‌ها سروکار دارد؛ با لحظه‌هایی که بیمار و خانواده‌اش نگران‌اند، با شب‌هایی که بسیاری از مردم در آرامش خانه استراحت می‌کنند و او در بیمارستان، کنار تخت بیماران، برای حفظ سلامت و جان انسان‌ها تلاش می‌کند. اما قصه پرستاری به پایان شیفت کاری ختم نمی‌شود. پرستاری که یک شب تا صبح بیدار مانده، خسته و کم‌خواب به خانه باز می‌گردد؛ شاید به‌جای تفریح و استراحت، فقط فرصتی برای تجدید قوا داشته باشد تا دوباره با توان و تمرکز کافی به محل کارش برگردد. با این حال، گاهی آنچه در محیط کار انتظارش را می‌کشد، نه تشکر و احترام، بلکه بی‌مهری، توهین، تهدید و حتی خشونت است. پرستار، مقصر درد و رنج ما نیست؛ بیایید کمی منصفانه‌تر به ماجرا نگاه کنیم. گاهی در پی یک نزاع خیابانی، درگیری خانوادگی یا چاقوکشی، افرادی مجروح می‌شوند و به اورژانس می‌رسند. طبیعی است که در آن لحظات، بیمار و همراهانش نگران باشند و انتظار رسیدگی سریع داشته باشند. این نگرانی قابل درک است؛ اما آیا اضطراب و نگرانی به ما اجازه می‌دهد به کسانی توهین کنیم که برای نجات جانمان تلاش می‌کنند؟ در اورژانس، بیماران متعددی حضور دارند و هرکدام ممکن است به رسیدگی فوری نیاز داشته باشند. اولویت‌بندی بیماران بر اساس شدت وضعیت پزشکی آنان انجام می‌شود، نه بر اساس صدای بلندتر، تهدید

بیشتر یا تعداد همراهان. اگر پرستار و پزشک با تهدید، ارعاب و درگیری مواجه شوند، امنیت محیط درمان به خطر می‌افتد و تمرکز آنان نیز ممکن است مختل شود. بیمارستان و درمانگاه باید پناهگاه انسان‌های آسیب‌دیده باشند، نه صحنه ادامه نزاع‌هایی که بیمار را به آنجا کشانده‌اند. کسی که در خیابان به دیگری آسیب می‌زند، نباید در بیمارستان خشم خود را متوجه کسی کند که می‌خواهد جان او یا دیگری را نجات دهد. از سوی دیگر، پرستار نباید به دلیل انجام وظیفه حرفه‌ای خود، گرفتار شکایت‌های بی‌اساس، تهدید یا رفت‌وآمدهای فرساینده قضایی شود. البته حق پیگیری قانونی برای بیماران و همراهانشان محفوظ است؛ همان‌طور که پرستاران نیز حق دارند در محیط کار از امنیت، احترام و حمایت قانونی برخوردار باشند.

پرستار به آرامش نیاز دارد تا آرامش ببخشد

پرستاران سال‌ها درس خوانده‌اند، آموزش دیده‌اند و تجربه اندوخته‌اند تا در لحظه‌های حساس، درست تصمیم بگیرند و به یاری بیماران بشتابند. آنان هم انسان‌اند؛ خسته می‌شوند، نگران می‌شوند، از بی‌مهری رنج می‌برند و به احترام و آرامش نیاز دارند. نباید از آنان انتظار داشته باشیم که در برابر هر توهین و تهدیدی سکوت کنند و در همان حال، با لبخند و آرامش به نجات دیگران ادامه دهند. البته قدردانی از پرستاران فقط وظیفه بیماران و همراهانشان نیست. مسئولان نظام سلامت نیز باید برای تأمین نیروی انسانی کافی، کاهش فشار کاری، پرداخت منصفانه، استراحت مناسب،

امنیت شغلی و حمایت قانونی از پرستاران تلاش کنند. نمی‌توان از پرستار انتظار فداکاری بی‌پایان داشت، اما به خستگی، مشکلات معیشتی و نیازهای حرفه‌ای او بی‌توجه بود. جامعه‌ای که از پرستار انتظار مراقبت دارد، باید مراقب خود پرستار هم باشد.

سخن پایانی: اگر مرهم نیستیم، زخم تازه نزنیم!

امروز، روز پرستار است؛ روزی برای یادآوری یک حقیقت ساده اما فراموش‌شده: قدردانی از پرستار، فقط گفتن «روزت مبارک» نیست؛ گاهی در یک رفتار محترمانه، یک تشکر صمیمانه، یک فرصت استراحت و حتی در نگفتن یک کلمه توهین‌آمیز خلاصه می‌شود. اگر نمی‌توانیم باری از دوش پرستاران برداریم، دست‌کم بار تازه‌ای بر دوششان نگذاریم. اگر نمی‌توانیم خستگی‌شان را برطرف کنیم، با بی‌مهری خستگی دیگری بر آنان نیفزاییم. اگر نمی‌توانیم مرهمی بر دردشان باشیم، زخم تازه‌ای بر روح و روانشان نزنیم. و اگر روزی گذرمان به بیمارستان و اورژانس افتاد، فراموش نکنیم کسی که در برابر ما ایستاده، نه دشمن ما، بلکه یکی از امیدهای ما برای بازگشت سلامتی است. به پسر عزیزم، احمد و هانی جان، و به همه پرستاران شریف و فداکار سرزمینم می‌گویم: روزتان مبارک! امیدوارم روزی برسد که قدرشناسی از پرستاران، از مرز تبریک‌های تقویمی فراتر برود و در رفتار روزمره ما، در امنیت محیط کارشان و در حمایت واقعی از حقوق و کرامت حرفه‌ای آنان دیده شود.

پاییز، فرصتی برای آشتی کودکان با طبیعت

زیستی است.

۶) الگوی رفتار؛ عادت‌های کوچک، تأثیر بزرگ

کودکان از رفتار والدین الگو می‌گیرند. استفاده از کیسه‌های پارچه‌ای، بطری‌های آب شخصی، خاموش کردن به‌موقع وسایل برقی و استفاده از روش‌های پاکیزه‌سازی کم‌ضرر، نمونه‌هایی از این عادت‌های تأثیرگذار هستند که آموزش مستقیم را برای کودک آسان می‌کنند.

۷) بازی شاد تفکیک زباله

تفکیک زباله را به یک بازی جذاب تبدیل کنید. با داشتن سطل‌های مجزا برای زباله‌های تر و خشک، از کودک بخواهید خودش تصمیم بگیرد هر وسیله به کدام سطل تعلق دارد. این بازی، علاوه بر آموزش، حس مسئولیت‌پذیری را در او تقویت می‌کند.

۸) لذت باغبانی و کاشت

پرورش گیاهان، حتی در مقیاس کوچک، به کودکان اهمیت رشد و زندگی را می‌آموزد. کاشت دانه در گلدان، مراقبت از آن و مشاهده رشدش، پیوند عمیقی بین کودک و طبیعت برقرار می‌کند و حس نگهداری و مسئولیت را در او بیدار می‌سازد.

۹) ساخت با وسایل دورریختنی

فعالیت‌های خودت بساز (DIY) با استفاده از مواد بازیافتی، هم سرگرمی جذابی است و هم به کودکان یاد می‌دهد که چگونه با خلاقیت، زباله‌ها را به وسایل کاربردی و زیبا تبدیل کنند. این کار، دیدگاه آن‌ها را نسبت به پایان یک وسیله تغییر می‌دهد.

۱۰) مصرف هوشمندانه: کمتر خرید کنیم، بیشتر استفاده کنیم

ترویج فرهنگ مصرف کمتر، اولویت دادن به نیاز واقعی، قرض دادن وسایل کم‌استفاده و استفاده بهینه از آن‌ها، گام‌های مهمی در جهت حفاظت از منابع هستند. این رویکرد به کودکان می‌آموزد که ارزش واقعی در داشتن وسایل زیاد نیست، بلکه در نگهداری و استفاده درست از آن‌هاست.



۳) جایگزینی حمل‌ونقل: پیاده‌روی و دوچرخه

برای مسافت‌های کوتاه، استفاده از پیاده‌روی یا دوچرخه به جای خودرو، نه تنها به سلامت جسمی کمک می‌کند، بلکه راهکاری مؤثر برای کاهش آلودگی هواست. توضیح ساده چرایی این انتخاب برای کودکان، درک آن‌ها را از اهمیت این موضوع افزایش می‌دهد.

۴) دنیای سرگرمی با رویکرد محیط زیستی

کودکان از طریق بازی، فیلم و داستان بهتر یاد می‌گیرند. انتخاب انیمیشن‌ها، قصه‌ها و بازی‌هایی که به موضوعاتی چون صرفه‌جویی، بازیافت و حفاظت از حیوانات می‌پردازند، می‌تواند یادگیری را برایشان جذاب‌تر کند. پرسیدن سؤالات ساده پس از تماشای این محتواها، درک آن‌ها را عمیق‌تر می‌کند.

۵) هر زباله، جای مشخص

آموزش تفکیک زباله از سنین پایین، یک عادت پایدار ایجاد می‌کند. به کودک یاد دهید که هر نوع زباله، سطل مخصوص به خود را دارد و نباید در هر جایی رها شود. این نظم‌پذیری، پایه‌ای برای مسئولیت‌پذیری محیط

نسلی دوستدار طبیعت هستند. بیایید از زیبایی‌های پاییز برای آموزش مهریانی با زمین استفاده کنیم و به فرزندانمان بیاموزیم که حفظ محیط زیست از همین کارهای کوچک و روزمره آغاز می‌شود.

۱) پیوند روزانه با طبیعت

هر روز فرصتی برای ارتباط با طبیعت است. با برنامه‌های ساده مانند رفتن به پارک، پیاده‌روی خانوادگی، دوچرخه‌سواری یا حتی جمع‌آوری زباله‌های اطراف، کودکان را با زیبایی و اهمیت محیط اطرافشان آشنا کنید. مهم این است که آن‌ها شاهد رفتار محترمانه شما با طبیعت باشند تا این الگو را در خودشان نهادینه کنند.

۲) صرفه‌جویی در آب و غذا

آموزش ارزش آب و غذا از سنین پایین، بسیار حیاتی است. تشویق کودکان به بستن شیر آب هنگام مسواک زدن، کنترل زمان آب‌تنی و مدیریت مواد غذایی برای جلوگیری از اسراف، به آن‌ها می‌آموزد که این منابع چقدر ارزشمندند و باید با دقت مصرف شوند.

درمان خانگی آنفولانزا با چند روش ساده

پیدا می کنند، به خصوص زمانی که اشتهاشان کم شده است. مقدار متعادل چنین خوراکی هایی لزوماً مسئله اصلی نیست اما نباید باعث شود وعده های غذایی و نوشیدنی های مناسب کنار گذاشته شوند. برای کودکان نیز بهتر است والدین به جای اینکه خوراکی شیرین را پاداش اصلی دوران بیماری قرار دهند، گزینه های مختلف و ساده ای مانند میوه، سوپ، نان، برنج یا غذاهای مورد علاقه کودک را در اختیار او بگذارند.

قهوه و نوشیدنی های کافئین دار انتخاب نخست نباشند

در دوران بیماری آب و دیگر مایعات ساده می توانند انتخاب های مناسب تری برای تامین نیاز بدن باشند. قهوه و نوشیدنی های حاوی کافئین نیز بهتر است جای آب و دیگر مایعات اصلی را نگیرند، به ویژه اگر فرد با نوشیدن آنها احساس ناخوشایندی پیدا می کند یا خوابش مختل می شود. استراحت بخش مهمی از مراقبت از فرد مبتلا به آنفولانزاست، بنابراین اگر فرد بیمار برای بهتر خوابیدن یا کاهش بی قراری به محیط آرام نیاز دارد، بهتر است مصرف نوشیدنی های محرک در ساعات پایانی روز محدود شود.

سه قانون ساده برای سفره روزهای بیماری

برای خانواده ای که یکی از اعضای آن به آنفولانزا مبتلا شده است، لازم نیست برنامه غذایی پیچیده ای طراحی شود. می توان سه اصل مایعات کافی، غذاهای ساده و توجه به اشتها بیمار را در نظر گرفت. اگر فرد اشتها دارد، می تواند وعده های معمول خود را با حجم کمتر ادامه دهد. اگر اشتهاش کم شده، وعده های کوچک تر و ساده تر انتخاب مناسبی هستند. اگر نوشیدن برایش دشوار است، می توان مایعات را در دفعات بیشتر و مقدار کمتر عرضه کرد. در کنار تغذیه، استراحت و کاهش تماس نزدیک با دیگر اعضای خانواده نیز اهمیت دارد.

چه زمانی غذا و مراقبت خانگی کافی نیست؟

تغذیه مناسب برای دوران بیماری مفید است اما نباید باعث شود علائم جدی نادیده گرفته شوند. کودکان خردسال، سالمندان، زنان باردار و افرادی که بیماری های زمینه ای دارند، در معرض خطر بیشتری برای عوارض شدید آنفولانزا هستند و در صورت بروز علائم باید زودتر با پزشک تماس بگیرند. تنگی نفس یا دشواری تنفس، ضعف شدید، ناتوانی در نوشیدن مایعات، نشانه های کم آبی، بدتر شدن وضعیت عمومی یا هر علامت شدید و غیر معمول، نیازمند ارزیابی پزشکی است. در چنین شرایطی نباید به سوپ، آبمیوه، دمنوش یا مکمل ها به عنوان جایگزین درمان پزشکی تکیه کرد. در نهایت مراقبت از فرد مبتلا به آنفولانزا در خانه بیشتر از آنکه به غذاهای عجیب و نسخه های پیچیده نیاز داشته باشد، به چند انتخاب ساده و منطقی از جمله آب و مایعات کافی، غذای سبک و قابل تحمل، استراحت و توجه به وضعیت عمومی بیمار وابسته است. خانواده ای که این اصول ساده را رعایت کند، می تواند دوران بیماری را برای فرد مبتلا قابل تحمل تر کند، بدون آنکه تغذیه را با ادعاهای درمانی و توصیه های غیر ضروری پیچیده کند.



به خوردن غذاهایی کند که دوست ندارد. اگر فرد برای مدت قابل توجهی قادر به خوردن یا نوشیدن نیست، موضوع دیگر صرفاً انتخاب غذا نیست و باید از نظر پزشکی بررسی شود.

ویتامین C مفید در رژیم غذایی

مرکبات، کیوی، فلفل دلمه ای و برخی سبزیجات از منابع ویتامین C هستند و می توانند در یک برنامه غذایی متعادل خانواده قرار بگیرند. اما نباید از این موضوع نتیجه گرفت که خوردن مقدار زیادی پرتقال یا مصرف مکمل ویتامین C، آنفولانزا را درمان می کند. بهتر است خانواده به جای تمرکز روی یک ماده غذایی، به الگوی کلی غذا خوردن توجه کند. در روزهای بیماری نیز اگر فرد بتواند مقدار مناسبی از میوه، سبزیجات، غلات و منابع پروتئین را متناسب با اشتها خود مصرف کند، انتخاب متعادل تری خواهد داشت. بنابراین اگر کودک بیمار تمایل دارد چند قاچ پرتقال یا یک عدد کیوی بخورد، می توان آن را در برنامه غذایی او قرار داد اما نباید انتظار داشت که این خوراکی جای استراحت یا مراقبت پزشکی را بگیرد.

غذاهای چرب و سنگین را موقتاً کمتر کنید

در روزهای بیماری، غذاهای بسیار چرب، سرخ کرده یا سنگین ممکن است برای بعضی افراد خوشایند نباشند، به خصوص اگر اشتها کم شده یا معده حساس است. به همین دلیل، انتخاب غذاهای ساده تر می تواند خوردن را آسان تر کند. برای مثال به جای یک وعده غذای سرخ کرده و پر حجم می توان مقدار کمی برنج با مرغ پخته، سوپ یا سیب زمینی آب پز را امتحان کرد. هدف ایجاد محدودیت غذایی سخت نیست، فقط بهتر است غذا با شرایط جسمی بیمار هماهنگ باشد. اگر فرد بیمار غذای مورد علاقه خود را می خواهد و آن غذا برایش قابل تحمل است، لازم نیست خانواده تمام مواد غذایی معمول را به دلیل ابتلا به آنفولانزا حذف کند. اصل مهم، تعادل و تحمل فرد است.

شیرینی زیاد جای غذای اصلی را نگیرد

بعضی افراد هنگام بیماری به خوردن بیسکویت، شکلات، کیک یا خوراکی های شیرین تمایل بیشتری

مختلف ممکن است برای بعضی افراد مناسب نباشند و در صورت مصرف دارو یا وجود بیماری زمینه ای، بهتر است درباره مصرف مداوم فرآورده های گیاهی با پزشک یا داروساز مشورت شود. در واقع هدف اصلی از چنین نوشیدنی هایی ساده است، کمک به دریافت مایعات و فراهم کردن گزینه ای است که بیمار بتواند آن را راحت تر مصرف کند.

سوپ یک غذای ساده برای روزهای بی اشتها

سوپ از غذاهایی است که معمولاً در روزهای بیماری راحت تر می توان آن را در وعده غذایی خانواده قرار داد. سوپ مرغ و سبزیجات، سوپ ساده برنج یا انواع سوپ های کم چرب می تواند هم مایع مورد نیاز بدن را تا حدی تامین کند و هم مقداری انرژی و مواد غذایی در اختیار فرد قرار دهند. برای مثال وقتی کودک بیمار اشتها ی زیادی ندارد، یک کاسه کوچک سوپ ساده ممکن است برایش قابل تحمل تر از یک بشقاب غذای سنگین باشد. می توان غذا را در حجم کم و در چند نوبت ارائه کرد و انتظار نداشت بیمار حتماً مثل روزهای عادی غذا بخورد. در مورد کودکان، اصرار و اجبار برای تمام کردن غذا نیز معمولاً کمکی به شرایط نمی کند. بهتر است والدین غذاهای ساده و قابل قبول را در اختیار کودک قرار دهند و در کنار آن، دریافت مایعات را جدی بگیرند.

غذای ساده انتخاب بهتری برای معده خسته است

گاهی در زمان آنفولانزا یا بیماری های تنفسی، فرد علاوه بر علائم معمول، دچار تهوع، دل درد یا حتی اسهال می شود. در چنین شرایطی غذاهای ساده تر می توانند انتخاب عملی تری باشند. غذاهایی مانند برنج ساده، نان، سیب زمینی پخته، موز یا سوپ سبک را می توان بر اساس تحمل و علاقه فرد در نظر گرفت. مهم این است که یک نسخه غذایی واحد برای همه وجود ندارد. ممکن است یک نفر سوپ را دوست داشته باشد و فرد دیگری در همان شرایط نان و پنیر یا مقدار کمی برنج را بهتر تحمل کند. خانواده باید به وضعیت و اشتها ی بیمار توجه کند، نه اینکه او را مجبور

وقتی سرماخوردگی و آنفولانزا سراغ یکی از اعضای خانواده می آید، بی اشتها ی و ضعف می تواند حتی خوردن یک وعده معمولی را دشوار کند. در این روزها انتخاب غذاهایی که سبک و قابل تحمل باشند اهمیت بیشتری پیدا می کند، اما چه چیزهایی می توانند انتخاب بهتری برای سفره بیمار باشند؟ به گزارش ایرنا زندگی، وقتی تب، بدن درد، بی حالی و بی اشتها یی سراغ یکی از اعضای خانواده می آید، غذا خوردن ممکن است به آخرین چیزی تبدیل شود که فرد بیمار به آن فکر می کند. با این حال، در روزهای بیماری، انتخاب نوشیدنی ها و غذاهای مناسب می تواند مراقبت در خانه را آسان تر کند. قرار نیست یک خوراکی خاص آنفولانزا را درمان کند اما دریافت مایعات کافی، استراحت و خوردن غذاهای ساده و قابل تحمل، بخشی از مراقبت از فرد بیمار است. در خانواده هایی که کودک، سالمند یا فردی با بیماری زمینه ای دارند، توجه به این موضوع اهمیت بیشتری پیدا می کند. البته تغذیه مناسب جای مراجعه به پزشک را نمی گیرد و اگر بیماری شدید باشد یا علائم نگران کننده ایجاد شود، نباید مراقبت پزشکی را به امید بهتر شدن با غذا و نوشیدنی به تأخیر انداخت.

مایعات را فراموش نکند

یکی از ساده ترین کارهایی که خانواده می تواند برای فرد مبتلا به آنفولانزا انجام دهد، فراهم کردن نوشیدنی در فاصله های مختلف روز است. تب و بی حالی ممکن است باعث شود فرد کمتر از معمول آب بنوشد و اگر هم زمان اشتها نداشته باشد، دریافت مایعات اهمیت بیشتری پیدا می کند. آب ساده، آب گوشت یا سوپ رقیق و دیگر نوشیدنی های ساده می توانند گزینه هایی برای تامین مایعات باشند. لازم نیست بیمار در یک نوبت مقدار زیادی نوشیدنی بخورد. اگر نوشیدن یک لیوان کامل برایش سخت است، می توان مقدار کمتری را در فاصله های کوتاه تر پیشنهاد کرد. یک نشانه ساده برای خانواده این است که به وضعیت عمومی بیمار توجه کند. تشنگی شدید، کاهش واضح ادرار، ضعف غیرعادی یا ناتوانی در نوشیدن به ویژه در کودکان و سالمندان می تواند نشانه ای باشد که نیاز به توجه پزشکی دارد. آبمیوه طبیعی می تواند برای فردی که میل به آب ساده ندارد، یکی از گزینه های نوشیدنی باشد. با این حال نباید تصور کرد که آب پرتقال، آب لیمو یا دیگر آبمیوه ها به تنهایی آنفولانزا را درمان می کنند. اگر آبمیوه در خانه تهیه می شود، بهتر است بدون افزودن مقدار زیادی شکر باشد. در کنار آن خود میوه نیز گزینه مناسبی است، زیرا علاوه بر آب، مواد غذایی دیگری هم دارد. نکته مهم این است که نوشیدنی اصلی فرد بیمار همچنان می تواند آب باشد و آبمیوه فقط یکی از انتخاب های ممکن باشد.

نوشیدنی های گرم برای زمانی که اشتها کم شده است

یک فنجان نوشیدنی گرم ممکن است برای فردی که گلودرد یا احساس ناخوشی دارد، خوشایند باشد. دمنوش های ساده و بدون کافئین، آب گرم یا سوپ رقیق می توانند در برنامه غذایی فرد بیمار قرار بگیرند؛ به خصوص زمانی که نوشیدن مایعات سرد برای او خوشایند نیست. با این حال، درباره دمنوش ها نیز بهتر است از عودهای درمانی فاصله بگیریم. گیاهان