

■ گلشن مهر شناسنامه گلستان است

■ سه شنبه ۱۵ مهر ماه ۱۴۰۴ / سال بیست و هفتم / شماره ۳۰۵۳ / صفحه ۲۵۰۰۰ تومانی

گلشن مهر

۲



بهشتی سازه گرگان، خداحافظ فوتسال



۲



تلاش دولت برای احیای روستاها و کاهش حاشیه‌نشینی



۳



نشاط پاییزی با صبحانه‌ای سالم و دلپذیر



کلیما؛ مردی روشن در تاریکی زمانه



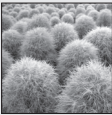
»»»

تحلیلی بر فیلم «جزیره» کیم کی-دوک
سفری در سکوت به دوزخ آبی جزیره



»»»

جارو سبزی سبز برای پایداری مراتع گلستان



»»»

یادداشت اول

پاسداشت نظم و انتظام

■ با مسوولیت سر دبیر

هفته نیروی انتظامی است، پلیس در دنیای امروز همواره مظهر آرامش و پشتیبانی از شهروندان است، به این خاطر قدردانی و پاسداشت اتسانهایی که همواره برای آب و خاک این کهن دیار تلاش می کنند فراتر از هر بینش و ایدئولوژی، یک رفتار جوانمردانه است، خصوصاً وقتی در جامعه ای مانند ایران با بسیاری از تناقض ها و بازنمایی های متفاوت زندگی می کنید اهمیت تلاش های این نهادها دوجندان می شود. ماه خوبی می دانیم انتظامات و حفظ نظم و آرامش تنها زمانی به دست تلاشگران انتظامی کشور محقق می شود که در پس آن تصمیمات سیاستگزاری های دقیق و به هنگامی انجام شده باشد، در این صورت وجدان عمومی شهروندان هم با دستگاه انتظامی همراهی خواهد کرد و هم پلیس خود را همراه و در کنار مردم تعریف می کند، اما آنچه که در سالهای اخیر دیده شده است، شوربختانه نادرست بودن بسیاری از سیاستگزاری هایی بوده است که ریشه در واقعیت جامعه امروز ایران نداشته است و از آنجا که هیچ دستگاهی برای انجام این سیاستها آمادگی نداشته است بنابراین بسیاری از آنها را برعهده نیروی انتظامی یا به عبارتی پلیس گذاشته اند و این باعث شده است که با گسترش مسوولیت چند دهگانه پلیس، نقش آن نهاد در حفظ امنیت و آرامش شهروندان تحت تاثیر قرار گیرد و از جانبی به اعتبار و جایگاه پلیس به عنوان ملجاء امنیت و آرامش در افکار عمومی لطمه وارد شود. سیاستگزاری ها و تصمیمات باید زمینه ارتقای جایگاه نهاد امنیت ساز را در جامعه فراهم نماید و از هر تصمیمی که وجدان عمومی شهروندان را تحت تاثیر قرار می دهد دوری شود زیرا امنیت بنیان زندگی ملنی است و در فقدان آن همه بخش های جامعه دچار لطماتی سنگین خواهند شد. عقلا، ثبت، رشد، ارتقا و توسعه ملاری در مدیریت دنیای امروز تنها از معبر رضایت شهروندان می گذرد و راههای دیگر به ابادانی نخواهد رسید، رضایت عمومی شهروندان شرط و ضامن ماندگاری است و بدون خواست عمومی مردم هیچ حاکمیتی کاری از پیش نخواهد برد، پس شایسته است قدر نیروهای زحمتکش انتظامی را بدانیم و با تصمیمات منطقی و سنجیده جایگاه این نهاد امنیت ساز را ارتقا دهیم.

اشاره: ۱۵ مهر ماه روز جهانی پنبه است. پنبه، این گیاه چندمنظوره و ارزشمند که هم منبع غذا، فیبر و سوخت و درآمد است، دوباره در کانون توجه کشاورزان، پژوهشگران، کارشناسان محیط‌زیست و کشاورزی قرار گرفته است. در حالی که امروز بیش از ۳۲ میلیون هکتار از اراضی جهان زیر کشت پنبه قرار دارد و بیش از ۲۵۰ میلیون نفر در زنجیره تولید تا فرآوری آن اشتغال دارند، کارشناسان بر این باورند که احیای این محصول می‌تواند در کنار رونق اقتصادی و اشتغالزایی، به کاهش فقر، حفظ خاک و سازگاری با تغییرات اقلیمی کمک کند. به این خاطر و اهمیت و ضرورت این گیاه ارزشمند گفت و گویی با دکتر اسدی پژوهشگر آب و خاک انجام داده ایم که می خوانید.

دکتر محمد اسماعیل اسدی، پژوهشگر ارشد بین‌المللی کشاورزی حفاظتی، در گفت‌وگو با گلشن مهر می‌گوید: پنبه گیاهی استراتژیک است که نه تنها منبع فیبر و دانه روغنی به شمار می‌آید، بلکه در نظام‌های کشاورزی حفاظتی، به‌ویژه در تناوب با غلات، نقش مهمی در افزایش



ماده آلی خاک و ترسیب کربن دارد. پنبه در واقع یک گیاه کم آب بر و سازگار با اقلیم است که می‌تواند به بهبود سلامت خاک و کاهش فرسایش کمک کند. به گفته دکتر اسدی، در دهه ۱۳۵۰ خورشیدی، استان گلستان (آن زمان بخشی از مازندران شرقی) بیش از ۱۸۰ هزار هکتار سطح زیرکشت پنبه داشت و به‌عنوان یکی از بزرگ‌ترین مراکز تولید «طلای سفید» کشور شناخته می‌شد. وی افزود: گلستان نه تنها خاک و اقلیم مناسب برای پنبه‌کاری دارد، بلکه پیشینه و فرهنگ تولید این محصول در میان کشاورزان منطقه وجود دارد. اکنون با بهره‌گیری از

روش‌های کشاورزی حفاظتی و بذره‌ای اصلاح‌شده مقاوم به تنش و دوره رشد کوتاه، می‌توان پنبه را دوباره به عنوان محور توسعه پایدار در این استان احیا کرد. امروزه تولید جهانی پنبه سالانه به بیش از ۱۲۰ میلیون بال (bales) یا ۳۶ میلیون تن می‌رسد و ارزش زنجیره جهانی آن از مزرعه تا صنعت نساجی بالغ بر ۵۰۰ میلیارد دلار برآورد می‌شود. پنبه علاوه بر نقش اقتصادی، یکی از معدود محصولات کشاورزی است که می‌تواند در قالب کشاورزی کربن‌پایین (Low Carbon Agriculture) جایگاه ویژه‌ای در کاهش گازهای گلخانه‌ای داشته باشد.

پروژه ملی نظام مراقبت اجتماعی دانش آموزان (نماد)

سهل انگاری والدین، کودکان را در معرض خطرات جدی قرار می دهد؛ وقتی خانه جای امن نیست مدرسه و طرح نماد به کمک می آیند.

بهشتی سازه گرگان، خدا حافظ فوتسال

اگر استانداری و مسئولان به قولشان عمل نکنند، با این وضعیت فقط تا پایان نیم فصل می توانیم دوام بیاوریم



ی عالی دولت، می توانید دستگاه های اجرایی و اقتصادی را تشویق به حمایت از تیم های ورزشی مطرح استان نمایید و حامیان بخش خصوصی ورزش را که جز عشق و علاقه چیزی عایدشان نمی شود حمایت کنید تا بتوانند به بهترین نحو تیمداری نموده و در خدمت ورزشکاران باشند. همکاران و همردیفان شما در استان های دیگر به بهترین شکل از تیم های ورزشی خود حتی در رده های پایین تر حمایت می کنند و منعی ندارند. آنگاه شما چگونه برای تهیه ی مبالغی ناچیز، به آن ها دریغ می ورزید؟ مالک بهشتی سازه باصراحت می گوید که شما از ایشان خواستید که تیم فوتسال را در استان نگه بدارد و قول دادی که حداقل ده میلیارد تومان از طریق چند شرکت و تشکیلات در اختیار او قرار دهید اما تاکنون ریالی پرداخت نشده است. تیم در شرایطی که به تازگی نتایج خوبی گرفته اما به علت ناتوانی مالی درحال از هم پاشیدگی است، تنها راه موجود فروش و انتقال این تیم به خارج از گرگان و استان می باشد. بدانید که چنانچه در چندروز آینده اقدامی نکنید باید گفت: خدا حافظ فوتسال بهشتی سازه که متاسفانه مسئولین استان فقط شعار دادند و دریغ از یک مورد حمایت عملی

است. اما بقیه فقط قول دادند و از عمل خبری نشد! بهشتی مدیرعامل تیم فوتسال بهشتی سازان در پایان اعلام کرد: همینجا در حضور خبرنگاران اعلام می نمایم که با این وضعیت نهایتا تا پایان نیم فصل دوام بیاوریم و دیگر توان ادامه فعالیت را نداریم و به اجبار هیچ راهی جز خروج تیم از استان باقی نمی ماند. با وجود اینکه دوست داشتم به فوتسال استان خودم بیشتر کمک کنم اما دیگه راهی باقی نمانده و من به تنهایی قادر به انجام این مهم نیستم. هرکس توانایی اش را دارد بفرماید این راه را ادامه دهد. قابل توجه مسئولین به اصلاح ورزش دوست که بعضا عکس های یادگاری هم با تیم ها می گیرید: استثنایی ترین فرصت داشتن یک تیم درلیگ برتر فوتسال ایران در گرگان، در حال از بین رفتن است. امر مهمی که باصرف سرمایه گذاری بخش خصوصی به سختی بدست آمده است، به علت عدم حمایت شما به راحتی در حال از دست دادن است. مطمئن باشید که به این سادگی ها امکان حضور یک تیم از این استان در لیگ برتر فوتسال فراهم نخواهد شد و به تعبیری شاید باید خوابش را دید. آقای استاندار: شما به عنوان متولی استان و نماینده

به شرط آنکه ده میلیارد تومان باقیمانده به موازات هزینه های ما با پیگیری های استاندار و توسط تشکیلات نامبرده شده فراهم و در اختیار تیم قرار بگیرد. موارد مطروحه طی صورت جلسه به آن ها ابلاغ شد که متاسفانه تاکنون که به پایان نیم فصل نزدیک شده ایم ریالی از طرف آن ها پرداخت نشده است! صد افسوس که این روزها بعضی از این آقایان از جمله معاون آقای استاندار جواب تلفن من را هم نمی دهند و به نظر من مسئولین این استان اعتقادی به داشتن تیم لیگ برتری فوتسال درگرگان و این استان ندارند و هدف گذاری بابت تیمی که در بالاترین سطح فوتسال ایران باعث شادی و شور و نشاط اجتماعی مردم می شود برایشان مهم نیست! البته در این بین آقای سنگدوینی نماینده ی مردم گرگان در مجلس خیلی از ما حمایت کرد و اگر حمایت های ایشان بابت گرفتن خوابگاه و بلیط پرواز نبود، هرگز قادر به ادامه ی کار نبودیم. و الان هم که تیم در بندرعباس است ایشان شخصا سر تمرینات تیم حاضر شده و تسهیلاتی را برایشان فراهم نموده است که جای تقدیر و سپاس دارد. همچنین برزمنی مدیر کل ورزش وجوانان نیز بابت خوابگاه و سالن ورزشی و موارد دیگر تیم را یاری کرده

پیام نیک - معجید بهشتی مدیر عامل تیم فوتسال بهشتی سازه ی گرگان با بیان مطلب فوق در جمع خبرنگاران افزود: پس از پنج سال تیمداری در فوتسال استان و باتحمل سختی های فراوان، تیم را از استان به لیگ دسته اول کشور رسانده و سرانجام به بالاترین سطح فوتسال ایران یعنی لیگ برتر باشگاهها رسیدیم. اما پیش از شروع لیگ برتر، شرکا از تیمداری و ورود به لیگ برتر انصراف دادند و موافق با ادامه ی فعالیت نبودند. به همین خاطر پیشنهاد دادند که تیم به تهران، قم یا مشهد انتقال داده شود و همه چیز برعهده ی من گذاشته شد. در آستانه ی خروج تیم از استان بودیم که از طرف استاندار تماس گرفته شد و مرا به استانداری احضار نموده و با حضور تعدادی از مسئولین جلسه برگزار شد. در آن جلسه که به ریاست استاندار طهماسبی و معاون اقتصادی ایشان کیان مهر شکل گرفت، ضمن تاکید بر حفظ تیم در استان، مقرر شد شرکت های پگاه، زمزم گرگان، اکساب، شهرداری و شورای شهر هرکدام مبالغی به تیم کمک نمایند تا بودجه ی سی میلیارد تومانی تیم تامین شود. هلدینگ بهشتی سازه تقبل نمود هجده میلیارد تومان در طول فصل هزینه نماید

تلاش دولت برای احیای روستاها و کاهش حاشیه نشینی

مسائل استان، تمرکز جمعیت در حاشیه شهرها و خالی شدن روستاهاست که سازمان ملی زمین و مسکن با برنامه ریزی برای تأمین زمین مناسب و ایجاد زیرساخت های لازم، در تلاش است تا مهاجرت معکوس را ترویج دهد و روستاها را به مراکز زندگی پایدار و جذاب تبدیل کند. بنیان بر ضرورت تأمین زیرساخت های کامل همزمان با ساخت مسکن تأکید کرد و افزود: در کنار تأمین زمین برای تولید مسکن، اجرای زیرساخت هایی نظیر آسفالت، جوی و جدول در فاز دوم پروژه ها در دستور کار قرار دارد. همچنین، در صورت نیاز به فضاهای تجاری، آموزشی، امنیتی یا مذهبی، این امکانات نیز به صورت هم زمان تأمین می شوند. وی در خصوص فضاهای آموزشی توضیح داد: تأمین زمین و ۵۰ درصد از منابع مالی برای احداث فضاهای آموزشی با همکاری سازمان ملی زمین و مسکن و سازمان نوسازی مدارس صورت می پذیرد و در حوزه امنیت نیز، تأمین زمین و ۴۰ درصد از هزینه های ساخت مراکز امنیتی توسط سازمان ملی زمین و مسکن و ۶۰ درصد توسط نیروی انتظامی تأمین خواهد شد. معاون وزیر راه افزود: برای تقویت حضور مردم در فعالیت های مذهبی، ساخت مساجد در این مناطق پیش بینی شده که منابع مالی آن به طور کامل توسط سازمان ملی زمین و مسکن تأمین خواهد شد.

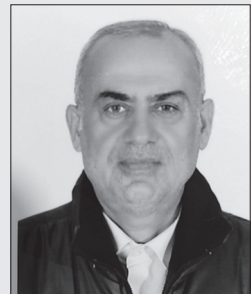


که این اقدامات در دولت چهاردهم با هدف کاهش دغدغه های مردم و تعدیل توزیع جمعیتی در دستور کار قرار دارد. معاون وزیر راه و شهرسازی با اشاره به چالش حاشیه نشینی در گلستان، اظهار کرد: یکی از مهم ترین

معاون وزیر راه و شهرسازی و مدیرعامل سازمان ملی زمین و مسکن به تشریح برنامه های جامع این وزارتخانه برای مقابله با چالش حاشیه نشینی و خالی شدن روستاها پرداخت و با تأکید بر تأمین زمین در چارچوب قوانین جهش تولید مسکن، جوانی جمعیت و ایثارگری گفت: این اقدامات، بخشی از تلاش های دولت چهاردهم برای کاهش فشار حاشیه نشینی و تقویت بافت روستایی در استان گلستان است. به گزارش روابط عمومی، علی نبیان در حاشیه مراسم افتتاح پروژه های مسکن گلستان، رویکرد یکپارچه وزارت راه و شهرسازی برای ایجاد زیرساخت های کامل و پایدار در شهرها و روستاها را تشریح کرد. وی افزود: سازمان ملی زمین و مسکن وظیفه خطیر تأمین زمین برای مردم بر عهده دارد و این سازمان در شهرها و بنیاد مسکن انقلاب اسلامی در روستاها، با هدف تأمین زمین و اجرای پروژه های ساخت وساز، در مسیر تحقق عدالت اجتماعی گام برمی دارند. نبیان در پاسخ به پرسش هایی درباره تمرکز جمعیت در حاشیه شهرها و مهاجرت از روستاها، برنامه های سازمان ملی زمین و مسکن را تشریح کرد و گفت: بر اساس قوانین بالادستی، از جمله قانون جهش تولید مسکن، قانون جوانی جمعیت و قانون ایثارگری، برنامه ریزی های جامعی برای تأمین زمین در شهرها و روستاها صورت گرفته



علت و معلول در کلام مولانا



محمدرضا ایزد

چون نمی‌داند دل داندۀای هست با گردنۀه، گردانندۀای چگونه ممکن است که قلب و عقل دانا نداند که

هر متحرکی نیاز به محرک دارد؟ عاقل می‌داند که هر اثری، صاحبی دارد و هر معلولی، علتی. آیا امکان دارد یک عاقل این را نداند که اشیاء به خودی خود بوجود نیامده‌اند؟. اینکه شخص تصمیم می‌گیرد که بر طریق صواب و نیکویی و ثواب رود و هنوز چند گام بر نداشته منحرف می‌شود، البته علتی دارد. علت آن این است که تصمیم او خالصانه و صادقانه نبوده و یا درجه ایمانش آنقدر زیاد نشده که تا بتواند جلوی وسوسه نفس اماره که همواره آن را به بدی و زشتی دعوت می‌کند، مقاومت کند لذا تن به خواہش‌های نفس اماره که بدی‌ها را زینت و رنگین می‌کند، می‌دهد و نمی‌تواند صادقانه و مومنانه در مقابل آن ایستادگی کند. پس ای سالک عوامل کژی و انحراف را در خود جستجو کن و به دوش این و آن ننذار و دست از توجیه و یا فرافکنی بردار. اگر ایمانت را قوی می‌توانی صادقانه بر تصمیمی که گرفته‌ای در مقابل وسوسه‌های جذاب نفس اماره ایستادگی کنی و به نفس مطمئنۀ برسی و اگر می‌خواهی بدانی آیا نفس اماره ات را مهار و کنترل و شکست داده‌ای در بعد از هر عمل به درونت توجه کن، اگر مورد سرزنش نفس لوامه ات قرار گرفتی و در درونت، احساس پشیمانی و ابراز ندامت کردی بدان که مغلوب نفس اماره شدی ولی اگر در بعد از هر عمل دچار وجد و نشاط درونی شدی و وجدانت آرام بود، بدان بر وجود تو نفس مطمئنۀ حاکم گشته است نه نفس اماره. چون نمی‌گویی که روز و شب به خود بی‌خداندی کی آید؟ کی رود؟ چرا نمی‌گویی که روز و شب، خود به خود و بدون خواست خالق متعال چگونه امکان دارد و پشت سرهم بیایند و بروند؟ یعنی تو فقط علل و اسباب ظاهری را می‌بینی و به این نکته واقف نیستی که همه‌ی اینها نخست حاکمیت خواست و اراده حضرت حق است یعنی او مسبب الاسباب است. گرد معقولات می‌گردد بین

این چنین بی‌عقلی خود ای مہین ای آدم حقیر اگر پیرامون معقولات می‌گردد چنین بی‌عقلی ای را در خود ببین، یعنی ای کسی که غرق در خرد وزری‌های کاذب و حرفه‌ای شده‌ای و خیال می‌کنی که با این عقل جزئی می‌توانی اسرار جهان را کشف کنی، تو چون مسبب الاسباب را نمی‌بینی در حقیقت فاقد عقلی. پس بدین ترتیب بی‌عقلی تو ثابت شد. خانه با بَنّا بُود معقول تر یا که بی بَنّا، بگو ای کم هنر ای کم هنر، ای بی عقل، بگو ببینم، آیا اگر خانه، بنایی داشته باشد عاقلانه تر است یا بدون بَنّا؟ وقتی که عقل تو نمی‌پذیرد که خانه‌ای ولو ساده و گلی بدون بنا ساخته شده باشد، چگونه می‌گویی این هستی پرشکوه، خالق‌ی ندارد؟ خط با کاتب بود معقول‌تر یا که بی‌کاتب؟ ببندیش ای پسر پسر جان مثال دیگر می‌زنم: خطی را که روی کاغذ می‌بینی، اگر به تو بگویند این خط را خطاطی نوشته به عقل نزدیک تر است یا بگویند نویسنده‌ای در کار نبوده و این خود به خود نوشته شده است؟ مسلماً می‌گویی خط بدون خطاط محال است. جهان هستی و جمیع کائنات آن مانند نقوش و خطوط زیبایی است که نقاش ازل و خطاط اجل آن را رسم کرده است. در جایی که خطی بر کاغذی بدون خطاط قابل تصویر نیست آیا می‌شود که خطوط آفرینش بدون خطاط پدید آید؟ شمع روشن بی ز گیرانندۀای یا بگیرانندۀای دانندۀای؟ مثال دیگر: شمع روشن آیا بدون روشن‌کنندۀ روشن می‌شود یا بوسیله روشن‌کنندۀای دانا؟ صنعت چوب ازکف شل ضریر باشد اولی‌ای یا به گیرایی بصیر؟ مثال دیگر: یک اثر زیبای هنری از دستی مغلوج و چشمی نابینا پدید می‌آید یا از دست فردی سالم و بینا؟

پس یقین در عقل هر دانندۀ هست اینکه با جُبُندۀه، جنبانندۀ هست پس هر آدم فهمیدۀای یقیناً این مطلب مسلم را از روی عقل در می‌یابد که هر متحرکی نیازمند محرکی است. از نظر عقلی و حکمی ثابت شده است که هر متحرکی نیازمند محرکی است و هیچ پدیدۀای نمی‌تواند خود محرک خود باشد. بنابراین زنجیرۀی محرک‌ها و متحرک‌ها سرانجام به محرکی ختم می‌شود که خود حرکتی ندارد زیرا دَورو تسلسل باطل است و به علاوه حرکت در پدیدۀهایی است که از نقص به سوی کمال می‌روند و چون علت العلل و یا محرک اول، کمال مطلق است نیازی به حرکت ندارد. این استدلال به ارسطو منسوب است. مصراع دوم مناسب است با آیۀ ۴ سوره حدید: و اوست یا شماء، هرچا که باشید. گر تو او را می‌بینی در نظر فهم کن آن را به اظهار اثر اگر تو نمی‌توانی محرک را با چشم خود عیناً مشاهده کنی، دست کم او را از روی آثاری که نمایان می‌کند، بشناس. در منطق صوری برهان بر دو نوع لَمّی و اِنّی تقسیم شده است. برهان لَمّی برهانی است که در آن از علت به معلول پی برده می‌شود. اما برهان اِنّی بر عکس برهان لمی است. یعنی از معلول به علت پی برده می‌شود. مصراع دوم ناظر به برهان انی است. عارفان بالله، خدا را به خدا می‌شناسند و آثار را حجاب او می‌دانند و این عالی‌ترین مرتبۀ خداشناسی است. تن به جان جنبید؛ نمی‌بینی تو جان لیک از جنبیدن تن، جان بدان برای مثال: جسم توسط روح به حرکت در می‌آید و تو نمی‌توانی روح را ببینی، اما باید از حرکت جسم به وجود روح پی ببری یا گرد و غبار و برگ و خاشاک که تکان می‌خورند، و به هوا می‌روند توسط باد است. تو باد را نمی‌بینی ولی باید بدانی گرد و غبار و برگ و خاشاک بدون علت از زمین به هوا نمی‌روند. پس بادی هست ولو اینکه آن را نبینی.

نشاط پاییزی با صبحانه‌ای سالم و دلپذیر

این دستورها نه‌تنها سریع‌اند بلکه تنوع طعمشان باعث می‌شود کودکان هم از صبحانه خسته نشوند.

دسرهای صبحگاهی برای جشن‌ها و مهمانی‌ها

پاییز فصل مهمانی‌های کوچک خانوادگی و دورهمی‌های دوستانه است. به همین دلیل برخی صبحانه‌ها بیشتر به دسر شباهت دارند و مناسب میزهای برانچ هستند. اسکون کرنبیری با روکش براق با رنگ و طعم ترش‌وشیرین، جلوه‌ای خاص به میز صبحانه می‌دهد. دونات با سس کارامل شور یا رول‌های شیرین کاراملی نیز گزینه‌هایی‌اند که به‌خوبی در مهمانی‌ها بدرخشند. این نوع دستورها هرچند کمی زمان‌برتر هستند، اما برای روزهای خاص ارزش امتحان کردن دارند و می‌توانند به سنتی دلپذیر در خانواده تبدیل شوند.

سلامت در کنار لذت

هرچند بسیاری از این دستورها پرکالری و شیرین‌اند، اما در میانشان انتخاب‌های سالم هم وجود دارد. مافین موزنینگ گلوری با ترکیب هویج، سیب، کشمش، مغزها و آرد کامل، یکی از مغذی‌ترین گزینه‌هاست. همچنین استفاده از سیب‌زمینی شیرین در خوراک پاییزی نه‌تنها رنگ زیبایی را به بشقاب می‌دهد بلکه ارزش غذایی بیشتری هم دارد. این تعادل میان غذاهای سالم و دسرهای خوش‌طعم به شما اجازه می‌دهد بدون غلب و جلدان از پاییز لذت ببرید.

نوشیدنی‌های مخصوص صبح‌های پاییزی

هیچ گزارشی درباره صبحانه‌های پاییزی بدون اشاره به لاته کدو کامل نیست. در این فهرست، دستور تهیه نسخه خانگی این نوشیدنی هم قرار دارد. ترکیب قهوه داغ با پوره کدو، دارچین و خامه زده شده، تجربه‌ای است که در هر جرعه حال‌وهوای پاییز را زنده می‌کند. علاوه بر آن، می‌توان اسموتی‌های میوه‌ای یا چای‌های ادویه‌دار را نیز به فهرست نوشیدنی‌های گرم این فصل اضافه کرد. با این تفاسیر میتوان گفت پاییز، فصلی است که هر صبح آن می‌تواند با یک تجربه جدید آغاز شود. از پنکیک‌های ساده تا خوراک‌های لایه‌ای پرملاّت، از دونات‌های شیرین تا مافین‌های مغذی. این دستورها نه‌تنها طعم پاییز را به خانه می‌آورند، بلکه فرصتی برای دورهمی، آرامش و آغاز روزی پرانرژی فراهم می‌کنند. مهم نیست روزتان چقدر شلوغ باشد؛ کافی است یکی از این ایده‌ها را انتخاب کنید تا پاییز را در هر لقمه بچشید.



بلغور جو یا ماست صبحانه اضافه کنید تا حس پاییز در سفره‌تان جاری شود.

ایده‌های نمکی و مقوی برای روزهای شلوغ

صبحانه همیشه شیرین نیست؛ بسیاری ترجیح می‌دهند روز خود را با یک غذای نمکی و پروتئینی آغاز کنند. در این میان، کروسن زامبون و پنیر یکی از سریع‌ترین و خوش‌طعم‌ترین گزینه‌هاست، همچنین تاکوی صبحانه با تخم‌مرغ، بیکن، آووکادو و پنیر، وعده‌ای پرانرژی است که می‌تواند حتی جایگزین شام در شب‌های پریاهوی فوتبالی باشد. برای خانواده‌های پرجمعیت، خوراک‌های لایه‌ای انتخابی ایده‌آل‌اند. خوراک لایه‌ای صبحانه با بیسکویت و سس سوسیس یا خوراک ترکیبی که در فر یا آرام‌پز آماده میشود با ترکیب تخم‌مرغ، سوسیس و سیب‌زمینی، غذاهایی هستند که از شب قبل آماده می‌شوند و صبح تنها کافی است آن‌ها را گرم کنید.

صبحانه‌های قابل حمل و مناسب مدرسه

یکی ازغدغه‌های خانوادۀها در فصل مدرسه، آماده کردن صبحانه‌ای سریع است. در این گزارش چند دستور ساده و کاربردی معرفی شده است: مافین نان میمونی که از خمیر آماده بیسکویت تهیه می‌شود و به‌صورت تکنفره مناسب بچه‌هاست. اوتمیل شبانۀ که شب قبل آماده می‌شود و صبح تنها کافی است از یخچال بیرون آورده شود. شیرینی بیکن، تخم‌مرغ و پنیر که با خمیر پفکی درست می‌شود و به‌راحتی در مسیر مدرسه یا محل کار می‌توان آن را خورد.

پاییز فقط فصل برگ‌های رنگارنگ و هوای خنک نیست؛ این فصل فرصتی تازه برای تغییر ذائقه و لذت بردن از صبحانه‌هایی است که هم انرژی‌بخش باشند و هم حال‌وهوای پاییز را به خانه بیاورند. درست انتخاب کردن وعده صبحانه در این روزها، نه تنها نشاط روزانه را افزایش می‌دهد، بلکه بخشی از سبک زندگی سالم و پرانرژی را شکل می‌دهد. به گزارش ایرنا زندگی، با شروع فصل پاییز، طعم‌ها و عطرهای تازه‌ای مهمان سفره‌های صبحگاهی می‌شوند، از دارچین و کدوخلوایی گرفته تا مربای سیب و انجیر و ارده شیرۀ. سایت معتبر The Pioneer Woman در گزارشی جامع، ایده‌ها و دستورهایی برای صبحانه‌های پاییزی معرفی کرده که می‌تواند هر روز این فصل را به تجربه‌ای خوش‌طعم و متفاوت تبدیل کند.

پاییز؛ فصل صبحانه‌های گرم و دلنشین

پاییز، فصل پوشیدن لباس‌های پشمی و نوشیدن قهوه‌ی داغ است؛ فصلی که عطر دارچین، سیب کاراملی و کدوخلوایی در خانه‌ها می‌پیچد. چه روز خود را با تماشای برگ‌ریزان آغاز کنید و چه در مسیر مدرسه یا کار باشید، یک صبحانه گرم می‌تواند انرژی و نشاطی دوچندان به شما بدهد. شیرینی کدوخلوایی؛ ستاره صبحانه‌های پاییزی. کدوخلوایی در این فصل به‌قدری محبوب است که تقریباً در هر گوشه‌ای از فهرست حضور دارد. کیک قهوه کدو با لایه‌ای از عسل شیرین و دارچین، صبحانه‌ای فوق‌العاده برای روزهای خنک است. مافین‌های کدو و شکلات چیپسی، رول‌های دارچینی کدو و حتی نان کدو با مغز تخمه کدو یا شکلات، نمونه‌هایی هستند که هم برای میز صبحانه و هم برای میان‌وعده بعدازظهر جذاب‌اند. علاقه‌مندان به غذاهای سریع هم می‌توانند پنکیک کدو یا اوتمیل شبانۀ با طعم لاته کدو را امتحان کنند؛ دستورهایی ساده که در کمترین زمان آماده می‌شوند و حس پاییز را در هر لقمه منتقل می‌کنند.

سیب و دارچین؛ ترکیب کلاسیک فصل پاییز

سیب در پاییز نمادی از تازگی و طراوت است. پنکیک سیب و دارچین با طعم ترش‌وشیرین سیب سبز و عطر گرم ادویه دارچین، انتخابی عالی برای صبح‌های خانوادگی است. همین ترکیب در قالب اوتمیل سیب و دارچین تنها در ۱۵ دقیقه آماده می‌شود و صبحانه‌ای سالم و مغذی فراهم می‌کند. علاوه بر این، رول‌های شیرین کاراملی با سیب و دونات‌های سیب با روکش دارچینی دستورهایی‌اند که بیشتر به دسر شبیه‌اند اما در برانچ‌های پاییزی به‌شدت محبوب‌اند. حتی اگر فرصت پخت ندارید، کافی است چند سیب تازه را به

صدای
مخاطبان

اکثر کشاورزان ضعیف هستند و دلالت و واسطه ها معمولا مفت بر هستند. حداقل کاری که می شود همیشه برای برد کشاورزان انجام داد این است که کود، سم و لوازم جانبی و وسایل کشاورزی را بطور تعاونی و دولتی واقعی در اختیار آنها گذاشت.

یادداشت اول

گسست

■ با مسوولیت سردبیر

یکی از مهمترین نکاتی که باید حکمرانان در هر جامعه ای به آن توجه داشته باشند مراقبت از گسست بین ملت و دولت است. مشروعیت و هویت هر دولتی به جایگاه آن دولت در میان ملتش بستگی دارد و زمانی ملتها دل به دولتها می سپارند که به آن: یاور، دوستند که دولتهای آنها دغاغنه

دو گانگی کشور در بازی های سیاسی عامدانه است و با کمال تاسف منافع ملی در عمل واژه ای فراموش شده است. دور از جون شما، همشون از گرونی دلار، تورم، تحریمها و حتی جنگ نیز بهره برداریهای لازم را دارن.



هم اکنون که تنش آبی گلستان را به بند کشیده مقدار برنج گلستان کمتر از دو استان قبلی نیست. در مازندران و گیلان هیچ کس ۵ هکتار زمین شالیزار ندارد. ولی در گلستان یک نفر بالای ۸۰ هکتار برنج همه ساله می کاره. پس ناترازی = با نا کارآمدی



سلام دوستان من کشاورزم، بهترین راه بهینه مصرف آب قطره ای کردن محصولات می باشد اونم دولت باید وامهای کم سود به کشاورزان بدهد تا این موارد را کشاورزان خریداری بکنند. منظورم لوازم لوله و امکانات برای قطره ای کردن. ممنون



سالهاست جنگل های درگیر انواع و اقسام آسیب ها و مرض هاست. ۵ سال قبل عرض شد این مرض روی درختان شصت کلا هست چیه ؟ عین لانه پرنده نابود کرده بود درخت رو گفت راهکار داره اما بودجه نداریم و.... حیف این درختان کهن چند میلیون ساله که نابود شد

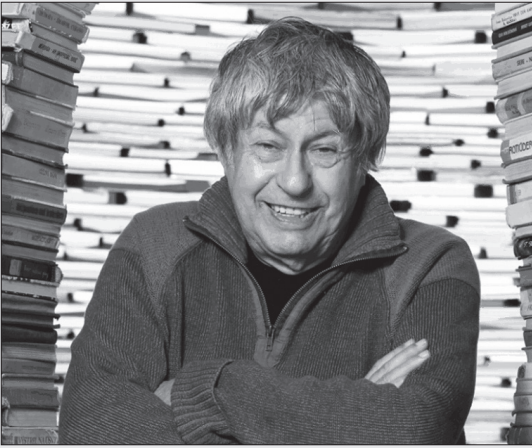


سلام. بنظرم تیتراژ «اقلیم» قربانی سیاست توسعه کشاورزی و خودکفایی گندم، درست تر هست. افزایش سطح زیر کشت گندم، جو، شالی... برخلاف سیاست توسعه صنعتی دوران گذشته.



سلام، مقاله آقای سید محسن حسینی رو خواندم. ایده کلی خوبه و راهکارهای محلی هم خوبه ولی متأسفانه نه آماری داریم نه هیچ برآورد هزینه ای. موضوع مهم تر کیفیت آب اصلا بررسی نشده. رواناب شهری که مستقیماً از خیابون و جوب میاد، پر از روغن موتور، فلزات سنگین و آلاینده هاست. اگه این آب بدون تصفیه مستقیم وارد آبخوان بشه، ممکنه مشکل بدتری از آبگرفتگی ایجاد کنه. تجربه شخصیم تو شرکت مشاور توی پروژه سایت استاندارد همین مشکل رو دیدیم - هزینه ناچیز بود ولی ریسک آلودگی زیاد. مثلاً بعضی کشورها این آبها رو ذخیره و برای پوشش گیاهی شهری استفاده میکنن. حالا داستان زیاده مثل هزینه محل ذخیره آب و...





مه‌آلود، ایوان به دیدار مادرش رفته باشد؛ بانویی استوار که سال‌ها برای او هم مادری کرد و هم پدری. زنی که حضورش در پس‌زمینه بیشتر آثار کلیما، همچون نوری خاموش اما پایدار، می‌درخشید. او بارها از مادرش نوشته بود، گاه در هیئت خاطره، گاه در پیکر راپران خاموش داستان‌هایش. و مادرش شاید آن جمله ماندگارش در داستان «سفرهای خطرناک من» را به ایوان دوباره بگوید: «جنگ چیز زشتی است...». آری، جنگ زشت است و چه تلخ که در جهانی چنین زخم‌خورده، یکی از زیباترین صدهای انسان‌دوستی و خرد را از دست دادیم و نیز صد البته باور دارم، جهان بی‌حضور نویسندگانی چون ایوان کلیما، اندکی خاموش‌تر، اندوه‌بارتر و بی‌پناه‌تر شد.

بر سر زمین و انسان سنگینی می‌کند، خبر درگذشت ایوان کلیما، نویسنده چک‌تبار و صدای ماندگار وجدان بیدار معاصر، اندوهی تازه بر دلم و دوستداران ادبیات و آزادی نشانده. برخلاف برخی از دوستانم که با خواندن «روح پراگ» با ایوان کلیما آشنا و مأنوس شدند، فصل آشنایی من با او از طریق رمان «در انتظار تاریکی، در انتظار روشنایی» آغاز شد؛ زمانی که برایم دروازه‌ای به جهان اندیشه، امید و اضطراب انسانی در عصر اختناق گشود و از همان‌جا این دوستی و انس با ادبیات کلیما ادامه یافت و آرام‌آرام بخشی از کتابخانه‌ام به آثار او اختصاص پیدا کرد و فرزند پراگ، در فهرست نویسندگان محبوبم جای گرفت، آن هم نه فقط به‌خاطر نثر شفاف و اندیشه ژرفش، بلکه به‌خاطر صداقتی که در روایت زیستن زیر سایه قدرت در آن به وضوح موج می‌زد. او نویسنده‌ای بود که در تاریکی‌های عصرش، به روشنی انسان باور داشت و از دل تجربه اردوگاه‌ها و سانسور و سکوت، کلمات را چون شمعی در دست گرفت و نشان داد که «ادبیات» هنوز می‌تواند پناهگاهی برای «انسان» بماند. کلیما همانند هم‌نسلاش همچون واسلاو هاول، میلان کوندرا و... شاهد شکستن رویاها و فرو ریختن آرمان‌های مردم سرزمینش بود، اما برخلاف بسیاری، ایمانش به انسان را از دست نداد و در نوشته‌هایش، عشق و آزادی هرچند در جهانی پُر از دیوار و سانسور و... هنوز ممکن بودند. افسوس که دیگر صدای او را نخواهیم شنید، اما میراثش «ایمان به انسان، در روزگار شقاوت» همچنان در میان سطرهایش زنده است. مرگ او لاقط برای من نه فقط پایان زندگی یک نویسنده، بلکه خاموش شدن یکی از آخرین صدهای راستین ادبیات اروپای مرکزی بود؛ صدایی که به ما یادآور می‌شد هنوز می‌توان انسان ماند، حتی در جهان جنگ و تهدید و تاریکی. راستی... اکنون شاید در آن دنیا و در سکوت و فضایی آرام و حتی



کلیما؛ مردی روشن در تاریکی زمانه

در جهان و زمانه‌ای که صدای جنگ، تهدید و تمامیت‌خواهی از هر سو بر می‌خیزد، ایوان کلیما به ما آموخت چگونه می‌توان در تاریکی همچنان روشن ماند. او رفت، اما در سطرهایش نوری به جا گذاشت که همچنان بر صفحه ادبیات روشن و پناه انسان در روزگار شقاوت خواهد ماند.

سید حسن حسینی‌نژاد- در روزهایی که از گوشه و کنار جهان، اخبار جنگ و تهدید به جنگ، فریاد می‌کشد و سایه تمامیت‌خواهان همچنان

حتما چنین مجلسی در جهت بند کردن مردم و زنجیر زدن بر دست و پای آنان عمل خواهد کرد. اگر بپذیریم در اسلام نیز مخاطب خداوند در آموزه های وحیانی، نیروهای درونی خداداد (از قبیل عقل، فطرت، غریزه، عاطفه، حس جستجوگری، خود خواهی و دیگر خواهی همزمان، نوع دوستی، صلح طلبی و ...) است، و خداوند خارج از وضعیت های وجودی انسان و اقتضاهای تغییر تاریخی-اجتماعی آنها در جهت تکامل پذیری، آموزه ای را مطرح نکرده است، در این صورت هر گونه قانون گذاری متضاد با خواست های عمیق تاریخی و اجتماعی که در متن جامعه با تعامل آزاد بین افراد در حوزه های گوناگون زندگی شکل گرفته و پیوسته تکامل می یابد، در واقع انحراف از اراده الهی نیز تلقی خواهد شد.

استاد علوم سیاسی دانشگاه

آزاد متغیر تاریخی و اجتماعی مردم در زندگی روزمره وابسته بوده و محصول آن به شمار می رود، جدا شود و قوانینی وضع کند که این آزادی اصیل تاریخی و اجتماعی تحت الشعاع قرار گیرد. نمایندگان مجلس اگر نتوانند در تصمیم های قانون گذاری، زیست جهان جامعه متغیر و متنوع را بازتاب دهند، و در مقابل، با اراده و خواست شخصی خود به قانون گذاری بپردازند، بی شک چنین قوانینی نه تنها تضمین کننده آزادی غیرقابل سلب، اصیل و اولیه مردم نخواهد بود، بلکه خود به عنوان عاملی بازدارنده از این جهت عمل خواهد کرد. مجلسی که دغدغه نداشته باشد در میان مردم و در متن جامعه، خرد جمعی افراد چگونه عمل می کند و چه نیازهای اصیلی از آنان را در اولویت قرار می دهد، و در نتیجه نتواند این خرد را در قالب قانون بازتاب دهد تا نظم دلخواه جامعه شکل بگیرد،



محمود شفیعی

یکی از نگرانی های اساسی در بحث آزادی فردی و اجتماعی این است که قانونگذاری مبتنی بر نظام نمایندگی، از زیست جهان جامعه که بر خرد



قانون گذاری و زیست جهان آزاد



تکمیل پروژه‌های گلستان مطالبه ملی است

از اولویت‌های این استان برشمرد و با اشاره به طرح‌های نیمه‌تمام راه آهن و محورهای مواصلاتی گفت: گلستان، استانی شایسته و لایق توجه ملی است و پروژه‌هایی که سال‌هاست در انتظار تکمیل‌اند، باید با عزمی ملی به سرانجام برسند تا مردم این خطه طعم واقعی پیشرفت را بچشند. معاون وزیر راه و شهرسازی هم در این دیدار با ارائه گزارشی از اقدامات وزارت راه و شهرسازی، از تعهد این وزارتخانه به توسعه متوازن سخن گفت و تأکید کرد: سیاست‌های جدید ما بر عدالت‌محوری استوار است و تأمین زمین برای مسکن، توسعه زیرساخت‌های حمل‌ونقل و اجرای پروژه‌های عمرانی در گلستان، با نگاهی به نیازهای واقعی مردم پیش می‌رود. علی بنیان همچنین از برنامه‌های متمرکز برای تسریع در ساخت مسکن و تکمیل زیرساخت‌های حیاتی استان خبر داد و نوید داد: گلستان در مسیر توسعه‌ای پویا قرار دارد.



نماینده ولی‌فقیه در گلستان از دغدغه‌های مردم این استان گفت و بر لزوم تحقق عدالت در توسعه زیرساخت‌ها و مسکن و تکمیل پروژه‌های بزرگ و زیرساختی بخش‌های گوناگون استان تأکید کرد. به گزارش روابط عمومی، آیت‌الله سیدکاظم نورمفیدی در دیدار با معاون وزیر راه و شهرسازی، مسکن را نه‌فقط یک سرپناه، بلکه بنیان آرامش خانواده‌ها دانست و اظهار کرد: بسیاری از جوانان به دلیل نبود مسکن، از تشکیل خانواده بازمانده‌اند که این معضل باید با جدیت و سرعت برطرف شود. وی با تأکید بر نقش فرهنگ در معماری زندگی مردم افزود: خانه‌ای که ساخته می‌شود، باید آینه‌ای از هویت و فرهنگ ساکنانش باشد چون وقتی خانواده‌ها در فضایی هم‌سو با ارزش‌هایشان زندگی کنند، آرامش و تعلق خاطر به زندگی‌شان بازمی‌گردد. نماینده ولی‌فقیه در گلستان، پروژه‌های زیرساختی را نیز

« آگهی ثبتی

آگهی اختصاصی موضوع ماده ۳ قانون وماده ۱۱۳
آیین نامه اجرایی تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی
و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۸۰۳۳۵۷، ۱۲۱۰، ۴۶۲۶، ۱۴۰۶ تاریخ ۶۲۳، ۴۰۴، ۱۴۰۶ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت بنی اراضی و ساختمان‌ها فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرسان آق قلا برپه‌نبد کلاس ۶۸، ۰۰۰۴۶، ۴۳۱۱۴۹ تصرفات مالکانه و بلاعارض متقاضی حاجی رحمن آل جلیل فرزند دوردی به شماره شناسنامه ۱۹۰۲ و کدملی ۴۹۷۹۵۸۱۶۷ صادره آق قلا در شش‌دانگ یک قطعه زمین با بنای احداثی به مساحت ۱۷۵۷،۷۰ متر مربع مفروز و مجزی شده جزئی از پلاک ثبتی شماره ۵ اصلی واقع در آق قلا، استان لرستان، فیه بمحداتی، بخش ۱۳ حوزه ثبتی ملک شهرسان آق قلا تأیید 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، طرف 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: سه شنبه ۱۴۰۶، ۰۷، ۱۵
تاریخ انتشارنوبت دوم: چهارشنبه ۱۴۰۶، ۰۷، ۳۰

مهمان جهانفر - رئیس ثبت اسناد و املاک آق قلا- م الف: ۸۱۰

آگهی اختصاصی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۱۳
آیین نامه اجرایی تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی
و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۸۰۰۳۹۸، ۱۴۰۶/۳۱۲۰/۱ تاریخ ۱۴۰۵/۰۵/۲۹ هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان آق قلا پرونده کلاس ۱۴۰۰۱۳۲، ۱۴۰۷/۴۱۱۴/۲ تصرفات مالکانه و بلاعارض متقاضی شدن دردی اسلامی فرزند عاشققلچ به شماره شناسنامه ۱۹۲۲ و کدملی ۹۷۹۶۹۹۸۴ صادره آق قلا در ششادانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۵۱۲/۳ متر مربع فروز و مجزی شده جزئی از پلاک ۴ ثبتی شماره یک اصلی واقع در آق قلا، ارضی قریه صحنه، بخش ۱۳ حوزه ثبتی ملک شهرستان آق قلا تأید گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دوتوب به فاصله ۱۵ روز آگاهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند تا 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: سه شنبه ۱۴۰۵/۰۷/۱۵
تاریخ انتشارنوبت دوم: چهارشنبه ۱۴۰۵/۰۷/۳۰

مهناز جهانفر-رئیس ثبت اسناد و املاک آق قلا- م الف: ۸۰۷

آگهی اختصاصی موضوع ماده ۳ قانون وماده ۱۱۳
آیین نامه اجرایی تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و
ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۳۳۱۲۰۰۸۰۰۳۱۲۱۴۰۶/۱۶ تاریخ ۱۴۰۴/۰۶/۱۶ احایات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان آق قلا پرونده کلاسه ۱۴۰۳۱۱۴۱۲۰۰۸۰۰۹۲۱ تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی محمد علی تمسکینی زاهدی فرزند محمد ابراهیم به شماره

آگهی مناقصہ عمومی

شهرداری گرگان در نظر دارد

نسبت به اجرای عملیات مرمت و بازسازی پیاده رو های سطح منطقه یک (با مشخصات بارگذاری شده در سامانه ستاد) با مبلغ برآورد اولیه ۱۷,۸۷۹,۵۲۷,۶۸۰ ریال (بدون تعدیل) بر مبنای فهرست بهاء و رسته کاری ابنیه - راه و باند از محل کد پروژه ۴۰۲۶۰۳ بودجه عمرانی شهرداری از طریق مناقصه عمومی اقدام نماید، لذا افراد و شرکت های واجد شرایط می توانند از تاریخ ۱۴۰۴/۰۷/۱۵ لغایت مورخه ۱۴۰۴/۰۸/۰۵ به سامانه ستاد آدرس اینترنتی www.setadiran.ir مراجعه نمایند.

مجید طاهری - شهردار گرگان - شناسه آگهی ۲۰۱۷۸۱۳

آگهی مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده سازمان نظام مهندسی ساختمان استان گلستان

در اجرای مواد ۵۲، ۵۳ و آیین نامه اجرایی قانون نظام مهندسی و کنترل ساختمان، نوبت اول مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده سازمان نظام مهندسی ساختمان استان گلستان در روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۸/۱۸ ساعت ۱۴ در محل سازمان نظام مهندسی ساختمان استان گلستان برگزار می شود. در صورت به حد نصاب نرسیدن نوبت اول، نوبت دوم مجمع روز چهارشنبه ۱۴۰۴/۰۸/۲۸ از ساعت ۱۴ الی ۱۷ در محل کانون طه گرگان (خیابان شهید رجایی - جنب استخر معلم) برگزار خواهد شد.

دستور جلسه:

– استقرار هیات رئیسه موقت

- پیشنهاد اصلاح بودجه سال ۱۴۰۴

– استقرار هیات رئیسه اصلی

– انتخاب بازرسان

- بررسی و تصویب تراز مالی سال ۱۴۰۳



♦ ۱۷۳۲۲۴۱۱۹۵

• ۱۷۳۲۲۴۴۳ • ۲

تحلیلی بر فیلم «جزیره» کیم کی-دوک

سفری در سکوت به دوزخ آبی جزیره



سید حمید شریف‌نیا

سکوت در فیلم «جزیره» کیم کی-دوک کیفیتی دارد که تنها فقدان صدا نیست، بلکه موجودیتی ملموس و زنده است. سکوتی است بافته شده از مهی که به آب می‌چسبد، از صدای برخورد موج با پلکان چوبی قایق‌ها، از ناله‌های خفه‌ای که در پناه‌وری منظره بلعبیده می‌شوند. این فیلم که در سال ۲۰۰۰ ساخته شد، اثری با زیبایی‌ای ژرف و آشفته‌کننده است که در این فضای مرزی بین صدا و سکوت، زیبایی و وحشی‌گری، میل و نابودی وجود دارد. این فیلم روایتی برای مصرف‌منفعلانه نیست، بلکه تجربه‌ای است برای غوطه‌وری — رؤیایی تب‌آلود که بر بوم آب نقاشی شده، جایی که کلبه‌های شناور ماهیگیری به جزیره‌های منزوی روان آدمی بدل می‌شوند، جزیره‌هایی که در دریای امیال نخستین سرگردانند. صحنه‌پردازی، اولین و قدرتمندترین شخصیت فیلم است. دریاچه‌ای آرام، با کوهستان‌هایی که قابش کرده‌اند، صحنه‌ای برای درامی خاموش از هستی فراهم می‌آورد. بر پهنه‌ای آرام آن، کلبه‌های ماهیگیری‌ای به رنگ‌های تند و بی‌پروا، چون گل‌هایی مصنوعی بر روی آب شناورند. این‌ها خانه نیستند؛ ایستگاه‌های موقتی هستند برای مردانی که برای ماهیگیری می‌آیند، اما در حقیقت، در جست‌وجوی فراری از زندگی خودشان هستند. رنگ‌های زرد، قرمز و سبز این کلبه‌ها، تضادی شدید و طعنه‌آمیز با رنگ‌پردازی مات و ملاتکولیک دریاچه و آسمان ایجاد می‌کنند. آن‌ها همچون زینت‌آلاتی ارزان‌قیمت‌اند، وعده‌های مصنوعی لذت بر پیکره‌ای آبی که همانند خود طبیعت، بی‌تفاوت است. مدیر این جهان، هی-جین است، زنی لال که بیش از آن که یک شخصیت باشد، نیرویی طبیعی است. او با قایقی کوچک در مسیرهای آبی حرکت می‌کند، طعمه و لوازم می‌فروشد و گاهی با بی‌تفاوتی که از هر نمایش احساساتی سردتر است، به ماهیگیران خدمات جنسی ارائه می‌دهد. هی-جین (با بازی خشمگین و شدید‌جونگ سوه) نگهبان این قلمرو آبی است، پری دریایی این عدن مدرن و آلوده. هاین-شیک (با بازی یو جی-ته) به این قلمرو پا می‌گذارد، مردی که چنان تسخیر گذشته شده که گویی خودش هم اکنون شیخ است. او با جمدانی پر از درد می‌آید، نه در جست‌وجوی تفریح، که در پی فنا. او از دست خودش فراری است و انزوای کلبه شناور، نوعی پناهگاه وارونه به او عرضه می‌کند. رابطه‌ای که بین این دو شخصیت خاموش شکل می‌گیرد، هسته مرکزی فیلم را می‌سازد. این رابطه، دواوستدی است که نه با کلمات، که

با کنش‌ها پیش می‌رود؛ دستور زبانی خشن و غالباً تکان‌دهنده از نیاز ارتباط آنان اولیه است: یک نگاه، یک حرکت، یک عمل قساوت‌آمیز که فریادی مستأصل برای پیوند را پنهان می‌کند. کیم کی-دوک استاد استعاره‌ی تصویری است و در «جزیره»، هر تصویر بار نمادین سنگینی را به دوش می‌کشد. خود عمل ماهیگیری به استعاره‌ای مرکزی بدل می‌شود. ماهیگیران ماهی‌ها را قلاب می‌زنند، آن‌ها را بر فلزی تیز می‌آویزند و نفس‌زنان از زیست‌بوم خود به دنیایی بیگانه می‌کشند تا در آن خفه شوند. این، آیین‌های تمام‌نما از وضعیت عاطفی خود شخصیت‌هاست. همه‌ی آنان توسط امیال، گذشته‌ها و تنهایی‌های خود قلاب شده‌اند، به فضاهای عاطفی‌ای کشانده می‌شوند که در آن نمی‌توانند نفس بکشند. هاین-شیک با احساس گناه خود قلاب شده؛ ماهیگیران با امیال ابتدایی خود قلاب شده‌اند؛ و هی-جین با وسواس خود نسبت به هاین-شیک قلاب شده است. فیلم ما را وا می‌دارد تا با این وحشی‌گری به ظاهر ساده رویرو شویم، بر خشونت‌ی که بر ماهی روا می‌شود درنگ کند و گذر از رنج موازی انسان‌ها را غیرممکن سازد. مشهورترین و پربحث‌ترین سکانس‌های فیلم، شامل اعمال خودآسیبی می‌شود که هم از نظر شاعرانه پرمعنا و هم از نظر تصویری به شدت صریح و هولناک هستند. پس از درگیریی خشن با پلیس، هاین-شیک می‌کوشد با قورت دادن چندین قلاب ماهیگیری به زندگی خود پایان دهد. این صحنه به شکلی عذاب‌آور طولانی می‌شود، تصویری بی‌پرده از مردی که می‌کوشد ابزارهای شکنجه‌ای را که محیط‌ش را تعریف می‌کنند، درون‌ریزی کند. این فریادی برای کمک نیست، بلکه نتیجه‌ای منطقی برای مردی است که احساس می‌کند از پیش تهی شده است. اما اوج واقعی تماتیک فیلم با پاسخ هی-جین فرا می‌رسد. وقتی او را در این حال می‌یابد، برای بردنش به بیمارستان عجله نمی‌کند. در عوض، در لحظه‌ای از صمیمیتی شگفت‌انگیز و مخوف، کار را به معنای واقعی کلمه به دست‌های خود می‌گیرد. او دستان خود را به دهان او، به عمق گلویش، فرو می‌برد تا قلاب‌ها را بیرون بکشد. این عمل، نهایی‌ترین بیان از پیوند وارونه آنان است. این کنش، در همان حال که هتک حرمت می‌کند، مایه‌ی نجات می‌شود؛ بازنمایی وارونه و هراس‌انگیزی از نجات دادن که در آن، جسدی به عمق جان دیگری می‌رود تا ابزار تباهی نفس را از بن‌ریشه بربکند. تماشای این صحنه بدون واکنشی غریزی ممکن نیست، با این حال، دیدن آن تنها به‌عنوان تاکتیکی تکان‌دهنده، به معنای از دست دادن اهمیت عمیق آن است. این نقطه پایان منطقی عشقی است که هیچ واژگانی ندارد. چگونه می‌توان نیازی همه‌گیر را بدون کلمات بیان کرد؟ از طریق کنش‌ها. و اگر احساسات، این‌چنین خام و دست‌نخورده باشند، واکنش‌ها نیز باید تا به همین پایه خام و بی‌پرده باشند. هی-جین به بوسیدن زخم‌ها قناعت نمی‌کند، درونشان می‌خزد. به تسلا‌ی آهسته بسنده نمی‌کند، بلکه عیناً و جسماً، با درد جاری در پیکر هاین-شیک گلاویز می‌شود. این، تمثیلی است مهیب و درعین‌حال بی‌چون‌وچرا توانا، از آن عمل جانکاه و گاه متجاوزانه‌ی فهمیدن واقعیِ همونوع و تلاش برای درمانش. کیم کی-دوک

این استعاره را حتی فراتر می‌برد، آن‌جا که هی-جین در صحنه‌ای دیگر از روی خشم حسادت‌آمیز، قلاب ماهیگیری را در عمیق‌ترین حریم تن خود فرو می‌کند. این شاید تصویر به‌چالش‌برانگیزترین صحنه در فیلمی پر از چنین تصاویری باشد — نمایشی بی‌پرده و تکان‌دهنده از این که چگونه میل زنانه و درد اغلب به هم پیوند خورده‌اند، و چگونه بدن می‌تواند به سلاحی علیه خود بدل شود. نمادگرایی رنگ در «جزیره» بی‌امان و درخشان است. هی-جین تقریباً همیشه پیراهنی به سبزی علف به تن دارد. او موجودی از این زیست‌بوم است، بخشی از اکوسیستم دریاچه. سبزی لباسش با جلبک‌های آب در می‌آمیزد و او را به‌عنوان روحی بنیادین نشانه می‌گذارد. در مقابل، هاین-شیک رنگ‌هایی مات بر تن می‌کند که وضعیت او به‌عنوان غریبه‌ای را نشان می‌دهد که از زندگی تهی شده است. خود کلبه‌ها در برابر رنگ‌های طبیعی و جلدی منظره، طغیانی از رنگ‌های مصنوعی هستند. این تقابل، مصنوعی بودن امیالی را برجسته می‌کند که درون آن‌ها بازی می‌شوند — رؤیاهای زودگذر و رنگارنگ مردانی که در هسته خود، خاکستری و تهی هستند. کاربردترین رنگ، قرمز خون است. در برابر سبزی آب و لباس هی-جین، سرخ خون به شکلی تکان‌دهنده زنده است. این رنگ خشونت، شور و خود زندگی است که با خشونت حضور خود را در جهانی از مرگ عاطفی اعلام می‌کند. وقتی خون در آب می‌چکد، به آرامی محو نمی‌شود؛ بلکه همچون گلی تیره می‌شکفت، لکه‌ای زیبا و مخوف. طراحی صدا، یا فقدان عمدی آن، شخصیتی دیگر در فیلم است. عدم وجود دیالوگ در بازه‌های طولانی، بیننده را وامی‌دارد تا به صداها، محیطی دریاچه گوش بسپارد: آب، باد، صدای چوب. این چشم‌انداز صوتی، فضایی تأمل‌برانگیز و در عین‌حال به شدت ناآرام می‌آفریند. وقتی صداها رخ می‌دهند تلاطم مضطرب مردی که در آب تفرقا می‌کند، قرقروی خفیه‌ی کسی که قلاب قورت می‌دهد، زنگ ناگهانی و تیز تلفن، همه مزاحمانی بی‌جا هستند. تلفن، نماد پیوند با جهان بیرون، همیشه صدایی ناخوانده است، یادآوری از واقعیت‌ها و مسئولیت‌هایی که این مردان می‌کوشند از آن بگریزند. لالی هی-جین یک ناتوانی نیست، بلکه انتخابی است، یا شاید شرط وجودش. او از نیاز به زبان فراتر رفته، به شیوه‌ای مستقیم‌تر، خشن‌تر و در نهایت صادقانه‌تر ارتباط برقرار می‌کند. «جزیره» پاسخ‌های آسان یا گره‌گشایی‌های اخلاقی ارائه نمی‌دهد. این فیلم در اعماق تیره‌ی روان آدمی سکنی گزیده است. رابطه بین هی-جین و هاین-شیک یک رمانس به معنای متعارف آن نیست. این پیوندی هم‌زیستانه بین دو ارگانیزم آسیب‌دیده است. عشق هی-جین مالکانه و سرسختانه است، عشقی که هاین-شیک را زخمی شده و وابسته به خود می‌پسندد تا سالم و مستقل. اعمال خشونت‌آمیز او اغلب با اعمال مراقبت دنبال می‌شود، مرزی بین سادیسم و فداکاری محو می‌کند. در یک صحنه، پس از تعاملی به ویژه خشن، او با مهربانی بدنش را می‌شوید. این نوسان بین قساوت و پرورش، ضربان قلب فیلم است. این نشان می‌دهد که در ابتدایی‌ترین سطح، عشق و درد نه متضاد، که همراهانی نزدیک هستند.

فرجام فیلم به اندازه تمام آنچه پیش از آن می‌آید، مبهم و شاعرانه است. پس از آخرین عمل خشونت‌بار که گویی ارواح خبیثه‌ی آنان را پاک می‌کند، هاین-شیک و هی-جین قایق خود را واژگون می‌کنند و زیر سطح آب ناپدید می‌شوند. برای لحظه‌ای، به نظر می‌رسد تسلیمی نهایی و تراژیک است. اما سپس، در وارونگی تصویری حیرت‌انگیز، آنان را از زیر آب می‌بینیم، بدن‌های درهم‌تنیده‌شان، از وزنه‌های ماهیگیری استفاده می‌کنند که زمانی نماد دردشان بود تا خود را به کف دریاچه محکم کنند. آنان در حال غرق شدن نیستند؛ در حال غوطه‌وری هستند. آنان انتخاب کرده‌اند که در جهان آبی خود بمانند، اما این بار در شرایط خود. آنان به موجوداتی از اعماق بدل شده‌اند که در نهایت توانسته‌اند در زیست‌بومی که زمانی خفه‌کننده بود، راهی برای نفس کشیدن بیابند. این تصویری از آرامشی ژرف است، که از رهگذر رنجی عظیم به دست آمده. آنان با عشق نجات نیافته‌اند؛ بلکه با آن دگرگون شده‌اند، به شکلی تازه از هستی جهش یافته‌اند. تماشای «جزیره» همزمان دافعه و جذب ایجاد می‌کند. این فیلمی است که ظرفیت هم‌لدی بیننده و تحمل او برای شعر تصویری زاده شده از خشونت را به چالش می‌کشد. کیم کی-دوک قصه‌ای پندآموز و راحت نیافریده، بلکه افسانه‌ای تاریک و مدرن خلق کرده است. این فیلم درباره زندان‌هایی است که برای خود برمی‌گزینیم، زبان‌های خاموشی که برای بیان ناگفتنی‌ها می‌پرورانیم و بهای مخوف و زیبای پیوند در جهانی از انزواست. همانند خود دریاچه، سطح فیلم به فریبندگی آرام است، اما اعماق آن از حقایق نخستین درباره میل، تنهایی و اراده‌ی سرسخت و غالباً ویرانگر برای زیستن موج می‌زند. این یک شاهکار است نه به این خاطر که آرامش می‌بخشد، بلکه از آن رو که جسارت نگاه کردن بی‌پلک زدن به مفاک قلب آدمی را دارد و در آنجا، در میان قلاب‌ها و خون، گونه‌ای عجیب و فراموش‌نشانی از رحمت را می‌یابد. «جزیره» پس از بیش از دو دهه، همچنان گواهی است بر قدرت سینما به‌عنوان رسانه‌ای صرفاً حسی و نمادین. این فیلم از چوب‌بست‌های شرح و دیالوگ چشم می‌پوشد تا زبانی را برگزیند که مستقیماً با ناخودآگاه سخن می‌گوید. جزایر شناور تنها یک صحنه نیستند؛ آنان قاره‌های منزوی روح ما هستند. قلاب‌های ماهیگیری تنها ابزار نیستند؛ آنان لبه‌های تیز خاطرات و امیال ما هستند که در گلویمان گیر می‌کنند. هی-جین تنها یک زن نیست؛ او نیروی رام‌نشده و غیراخلاقی طبیعت است که در درون و بیرون ما وجود دارد، نیرویی قادر به قساوتی ژرف و فداکاری ژرف. در پایان، شاید بزرگ‌ترین دستاورد «جزیره» پایبندی بی‌چون و چرای آن به دیدگاه منحصربه‌فرد خود باشد. این فیلمی است که از دسته‌بندی شدن سر باز می‌زند، تفسیر آسان را به مبارزه می‌طلبد و مدتی طولانی پس از محو شدن آخرین تصویر غوطه‌ور، در ذهن می‌ماند. این اثر هنری زیبا، مخوف و ضروری است، آوازی افسونگر از اعماق، که ما را به سوی آبی هم خطرناک و هم الهی می‌خواند.

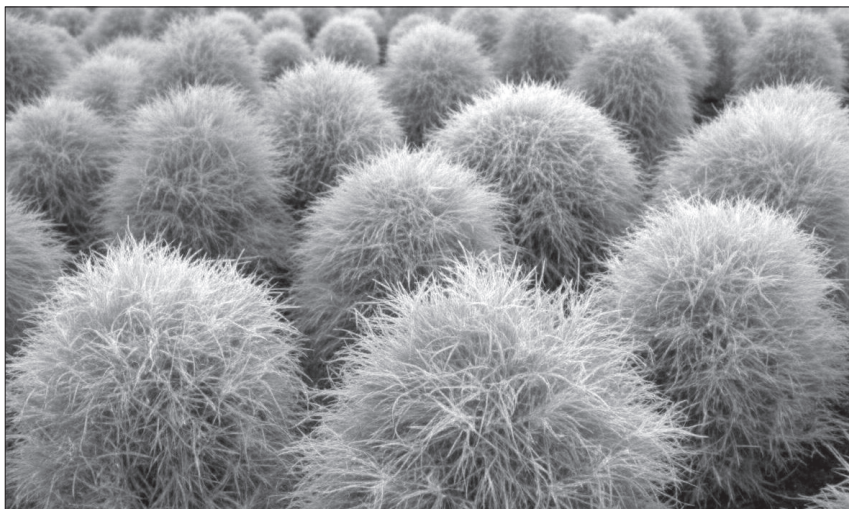
نویسنده و منتقد

جارو سیری سبز برای پایداری مراتع گلستان

با تولید آزمایشی ۵۰۰ اصله نهال کوشیا و کشت آن در مراتع، نتایج مثبتی به دست آورده و در سال جاری، تولید ۶ هزار اصله نهال را در دستور کار قرار داده است. عملکرد علوفه‌ای این گیاه در شرایط مختلف قابل توجه است: در شرایط دیم و خاک شور، ۲ تا ۳ تن علوفه خشک در هکتار، در شرایط آبیاری ۴ تا ۶ تن و در شرایط زراعی کامل ۸ تا ۱۰ تن در هکتار (پیش از گلدهی) تولید می‌شود که این ویژگی‌ها، همراه با مقاومت کوشیا به دمای منفی هشت درجه و تنش‌های محیطی، آن را به مکملی ایده‌آل برای تغذیه دام در مناطق خشک و نیمه‌خشک تبدیل کرده است.

ضرورت فرهنگ‌سازی و حمایت از کشت کوشیا

صابری با تأکید بر لزوم ترویج کشت کوشیا در میان کشاورزان و دامداران گلستان، اظهار کرد: گسترش این گیاه نیازمند فرهنگ‌سازی و حمایت از طریق خرید قراردادی توسط بخش خصوصی است و این اقدام، ضمن ایجاد فضای سبز و کاهش ریزگرد، ارزش اقتصادی قابل توجهی برای ساکنان منطقه به همراه خواهد داشت. برزعلی نیز افزود: توسعه کشت کوشیا نه تنها نیاز دامداران به علوفه را تأمین می‌کند، بلکه با بهبود پوشش گیاهی، فرسایش خاک را کاهش داده و به پایداری اکوسیستم‌های بیابانی و استپی کمک می‌کند. شناسایی و گسترش گیاهان هالوفیتی مانند کوشیا که توانایی رشد در شرایط شوری و خشکی را دارند، گامی مؤثر در راستای مقابله با بیابان‌زایی، حفاظت از خاک و افزایش تنوع گیاهی در گلستان است و این اقدامات، ضمن ایجاد اشتغال و تقویت اقتصاد ساکنان مناطق مرزی، می‌تواند از گسترش مناطق بیابانی در شمال استان جلوگیری کند.



نقش کوشیا در پایداری مراتع و اقتصاد دامداری
کارشناس مرتع اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری گلستان، کوشیا را گیاهی علوفه‌ای با ارزش توصیف کرد که در اکوسیستم‌های بیابانی و استپی مناطق ایرانی-تورانی رشد می‌کند. مسعود برزعلی اظهار کرد: این گیاه با استقرار سریع در خاک‌های شور، علاوه بر ایجاد پوشش محافظتی برای خاک، منبعی ارزشمند برای تغذیه دام به شمار می‌رود و با توجه به کمبود شدید علوفه در شمال گلستان و محدودیت منابع آب شیرین، توسعه کشت کوشیا امری ضروری است. اداره کل منابع طبیعی گلستان از سال گذشته

ارزشمند برای تأمین علوفه دام، اقتصاد دامداران منطقه را تقویت خواهد کرد. در حال حاضر، کشت کوشیا در ۱۰۰ هکتار از زمین‌های گلستان آغاز شده و پتانسیل گسترش تا هزار هکتار را دارد. این گیاه با استفاده از آب شور که در ۶۰ هزار هکتار از زمین‌های مستعد استان در دسترس است، می‌تواند به عنوان راهکاری کم‌هزینه و پایدار برای احیای مراتع و تولید علوفه مورد استفاده قرار گیرد. برداشت علوفه کوشیا از هر هکتار، با هزینه‌ای حدود ۱۰۰ میلیون ریال، درآمدی بالغ بر ۶۰۰ میلیون ریال برای کشاورزان به همراه دارد و این امر، کوشیا را به گزینه‌ای جذاب برای توسعه کشاورزی و دامداری در منطقه تبدیل کرده است.

استان گلستان، با مراتع گسترده و اراضی شور در مناطق شمالی خود، سال‌هاست با چالش‌هایی نظیر خشکسالی، ریزگردهای خارجی از صحرای قره‌قوم ترکمنستان و کاهش پوشش گیاهی دست‌وپنجه نرم می‌کند. اما در این میان، محققان کشاورزی و منابع طبیعی استان با معرفی گونه گیاهی کوشیا (جارو)، راهکاری نوین برای احیای مراتع، مقابله با بیابان‌زایی و تأمین علوفه پایدار برای دامداران ارائه کرده‌اند. به گزارش ایرنا، از مجموع ۸۱۴ هزار هکتار مراتع گلستان، حدود ۶۰ هزار هکتار (معادل ۶ درصد) به عنوان زمین‌های شور و قلیایی شناخته می‌شوند که این زمین‌ها به دلیل شوری خاک و کمبود آب شیرین، بازدهی پایینی دارند و طی سال‌های اخیر، بخش عمده مراتع استان به اراضی زراعی تبدیل شده است. این تغییرات، همراه با نامالایمات اقلیمی نظیر خشکسالی و ریزگرد، به کاهش شدید پوشش گیاهی و تنوع گونه‌ای در مراتع باقی‌مانده منجر شده با این حال، محققان مرکز تحقیقات، آموزش کشاورزی و منابع طبیعی گلستان با معرفی گونه‌های مقاوم مانند کوشیا، در تلاش‌اند تا این زمین‌های کم‌بازده را به فرصتی برای تولید پایدار و حفاظت از محیط‌زیست تبدیل کنند.

کوشیا؛ گیاهی مقاوم برای خاک‌های شور

محقق مرکز تحقیقات کشاورزی گلستان گفت: کوشیا (جارو) گیاهی بومی آسیا و اروپا با پراکنش طبیعی در مناطقی مانند بروجرد، سبزوار و بیرجند است و این گیاه یک‌ساله با توانایی تحمل شوری ۳۶ دسی‌زمنس بر متر، حتی در شرایط شوری بالای خاک قادر به جوانه‌زنی و رشد است. علیرضا صابری تأکید کرد: کوشیا با ایجاد پوشش گیاهی پایدار، نه تنها به مقابله با ریزگرد و فرسایش خاک کمک می‌کند، بلکه به عنوان منبعی

چگونه غذا را بی خطر یخ‌زدایی کنیم؟

است به سرعت بالای ۴۰ درجه فارنهایت برسد و باکتری‌ها شروع به تکثیر کنند. حتی اگر داخل غذا هنوز یخ‌زده باشد، سطح آن می‌تواند آلوده شود و خطر مسمومیت غذایی بالا رود. یخ‌زدایی در آب گرم یا داغ، استفاده از آب گرم یا داغ برای یخ‌زدایی مواد غذایی، روش دیگری است که برخی افراد برای سرعت بخشیدن به کار انتخاب می‌کنند. این روش می‌تواند باعث افزایش سریع دمای غذا شود و محیط مناسبی برای رشد باکتری‌ها فراهم کند. بنابراین، این روش به هیچ وجه توصیه نمی‌شود. استفاده از روش‌های غیر استاندارد: برخی افراد از دستگاه‌هایی مانند ماشین ظرفشویی یا محیط‌هایی مانند گاراژ برای یخ‌زدایی استفاده می‌کنند. این روش‌ها نه تنها ایمن نیستند، بلکه خطر ابتلا به مسمومیت غذایی را به شدت افزایش می‌دهند. مواد غذایی باید در محیطی کنترل‌شده و با دمای ایمن یخ‌زدایی شوند.

نکات تکمیلی برای یخ‌زدایی ایمن

تنظیم دمای یخچال و فریزر: یخچال باید روی ۴۰ درجه فارنهایت (۴ درجه سانتی‌گراد) و فریزر روی صفر درجه فارنهایت (۱۸- درجه سانتی‌گراد) تنظیم شود. استفاده از کیسه‌های مناسب: هنگام استفاده از آب سرد، مواد غذایی باید در کیسه‌های ضد نفوذ قرار گیرند. بخت فوری بعد از یخ‌زدایی: مواد غذایی یخ‌زده باید پس از یخ‌زدایی فوراً پخته شوند تا از رشد باکتری‌ها جلوگیری شود. بازگرداندن به فریزر: اگر بعد از یخ‌زدایی تصمیم به استفاده فوری ندارید، می‌توانید مواد غذایی را دوباره فریز کنید، به شرط آنکه در دمای ایمن نگه داشته شده باشند. آگاهی از زمان یخ‌زدایی: گوشت‌ها و مرغ‌های بزرگ نیازمند زمان بیشتری هستند، بنابراین برنامه‌ریزی از شب قبل توصیه می‌شود.

نتیجه‌گیری

یخ‌زدایی صحیح مواد غذایی نه تنها از رشد باکتری‌های مضر جلوگیری می‌کند، بلکه طعم و کیفیت غذا را نیز حفظ می‌کند. انتخاب روش مناسب یخ‌زدایی، برنامه‌ریزی درست و رعایت نکات ایمنی می‌تواند سلامت خانواده را تضمین کند. به یاد داشته باشید که روش‌های سریع اما غیر ایمن می‌توانند به بهای سلامتی شما و عزیزانتان تمام شوند. با رعایت این نکات ساده، می‌توان بدون نگرانی غذاهای یخ‌زده را آماده و مصرف کرد.



بنابراین، برنامه‌ریزی قبلی و قرار دادن مواد غذایی در یخچال از شب قبل بهترین راهکار است. یخ‌زدایی در آب سرد اگر زمان کمی دارید، استفاده از آب سرد می‌تواند گزینه مناسبی باشد. مواد غذایی باید در یک کیسه ضد نفوذ قرار گیرند تا با آب تماس مستقیم نداشته باشند. کیسه‌ها باید کاملاً بسته باشند و آب هر ۳۰ دقیقه یکبار تعویض شود تا دمای آن پایین بماند. مزیت این روش سرعت بیشتر نسبت به یخچال است و برای مواقعی که زمان کم دارید، مناسب است. با این حال، مواد غذایی باید فوراً پس از یخ‌زدایی پخته شوند تا از رشد باکتری‌ها جلوگیری شود. یخ‌زدایی در مایکروویو: مایکروویو یک راه سریع و کاربردی برای یخ‌زدایی مواد غذایی است. بسیاری از مایکروویوها دارای برنامه مخصوص Defrost هستند که برای یخ‌زدایی بدون پختن طراحی شده است. اما باید مراقب باشید، زیرا مایکروویو ممکن است برخی نقاط غذا را گرم کند و برخی نقاط هنوز یخ‌زده باقی بماند. بنابراین، پس از یخ‌زدایی با مایکروویو، مواد غذایی باید فوراً پخته شوند. این روش به ویژه برای مرغ، گوشت و سبزیجات کوچک مناسب است.

روش‌های خطرناک یخ‌زدایی

یخ‌زدایی در دمای اتاق: یکی از رایج‌ترین اشتباهات، قرار دادن مواد غذایی روی میز آشپزخانه برای یخ‌زدایی است. در این روش، دمای سطح مواد غذایی ممکن

با ورود فریزر به آشپزخانه‌ها، یخ‌زدایی مواد غذایی به یک کار روزمره تبدیل شده است. اما انجام نادرست این کار می‌تواند سلامت خانواده را به خطر بیندازد. دانستن روش‌های صحیح یخ‌زدایی، نکات کاربردی و اشتباهات رایج، کلید جلوگیری از مسمومیت غذایی و حفظ کیفیت غذاست. به گزارش ایرنا زندگی، سالیان سال است که فریزر در کنار یخچال به عضوی جدایی‌ناپذیر از آشپزخانه تبدیل شده و در کنار آن یخ‌زدایی مواد غذایی به یک کار معمول روزمره درآمده است. انجام نادرست یخ‌زدایی می‌تواند سلامت شما و خانواده‌تان را تهدید کند. بر اساس مقاله منتشرشده، روش‌های یخ‌زدایی ایمن و خطرناک متفاوت هستند و رعایت نکات ساده می‌تواند از بروز مسمومیت غذایی جلوگیری کند. در این گزارش، راهنمای جامع و کاربردی برای یخ‌زدایی مواد غذایی ارائه می‌شود تا بتوانید با خیال راحت غذاهای یخ‌زده را آماده و مصرف کنید.

اهمیت یخ‌زدایی ایمن

یخ‌زدایی مواد غذایی یک مرحله حیاتی در آماده‌سازی غذاست. مواد غذایی یخ‌زده اگر به طور صحیح یخ‌زدایی نشوند، به سرعت در دمای خطرناک بین ۴۰ تا ۱۴۰ درجه فارنهایت یا حدود ۴ تا ۶۰ درجه سانتی‌گراد قرار می‌گیرند و باکتری‌ها می‌توانند به سرعت تکثیر شوند. در چنین شرایطی حتی غذاهایی که تازه به نظر می‌رسند ممکن است آلوده باشند و مصرف آن منجر به مسمومیت غذایی شود. تحقیقات و توصیه‌های کارشناسان نشان می‌دهد: یخ‌زدایی نادرست یکی از رایج‌ترین دلایل مسمومیت غذایی در خانه است. بسیاری از افراد برای سرعت بخشیدن به کار، مواد غذایی را روی میز آشپزخانه یا در آب گرم قرار می‌دهند، در حالی که این کار می‌تواند خطرناک باشد.

روش‌های ایمن یخ‌زدایی

یخ‌زدایی در یخچال: ایمن‌ترین و ساده‌ترین روش برای نگهداری مواد غذایی است. در این روش، مواد غذایی به آرامی و با دمای زیر ۴ درجه سانتی‌گراد یخ‌زدایی می‌شوند و رشد باکتری‌ها به حداقل می‌رسد. این روش برای گوشت، مرغ، ماهی و سبزیجات منجمد مناسب است. مزیت اصلی این روش این است که مواد غذایی در دمای ایمن باقی می‌مانند و می‌توان چند روز پس از یخ‌زدایی، آن‌ها را مصرف کرد. تنها نقطه ضعف این روش زمان طولانی آن است: برای مثال، یک بسته گوشت بزرگ ممکن است ۲۴ ساعت یا بیشتر برای یخ‌زدایی نیاز داشته باشد.