

# گلشن

■ گلشن مهر شناسنامه گلستان است  
■ سه شنبه ۲۰ آبان ماه ۱۴۰۴ / سال بیست و هفتم / شماره ۳۰۷۷ / ۸ صفحه / ۲۵۰۰۰ تومان

۲

پتروشیمی گلستان وعده‌ای که در حال تحقق است

۲

فعالیت‌های خیریه قیمت خدمات ازدواج را کاهش می‌دهد

۳

گلستان تشنه مدیریت آبی «یادداشت»

سرای فرهنگ و رسانه برگزار می‌کند  
نشست بیست و یکم  
دوره‌های فرهنگی  
با یادی از مترجم و مصحح فقید بندرگری مرحوم

علی اکبر خداپرست

زمان: چهارشنبه ۲۱ آبان ۱۴۰۴، ساعت ۱۷  
مکان: بندرگز، سالن اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی

پوکی استخوان دشمن خاموش سالمندی

کاهش ۳.۵ درصدی پرداختی مستقیم مردم گلستان در بخش درمان

سروبالای صابر به خاک نشست

هنوز باور نکرده ایم

خشکسالی آمده است

ادامه در صفحه ۲

## یادی از علامه اقبال لاهوری

### ■ با مسئولیت سردبیر

هجدهم آبان ماه سالروز تولد یکی از شاعران و سیاستمداران فارسی زبان بود که تاثیر بسیاری بر مردم منطقه خود گذاشته است. محمد اقبال لاهوری که از شاعران و متفکران نامی قرن گذشته در زبان فارسی است را نمی توان به مثابه شاعران و یا متفکران دیگر دید. او علاوه بر اینکه شاعری چیره در زبان فارسی و گویا ارنو بوده است، صاحب اندیشه سیاسی و سیاستمداری پیگیر بود که خواسته های بسیاری برای مردمش در لاهور و شبه جزیره هند داشت، اقبال را می توان معمار تاسیس پاکستان دانست، او به همراه محمد علی جناح و چند تن دیگر به دنبال برابری برای همه ادیان و اقوام شبه جزیره هند بود و بر همین اساس بنیال کشوری برای مسلمانان بود تا از تبعیض و بی عدالتی دور باشد، اینکه آیا پاکستان امروز همان خواسته و نیت جناح و اقبال است درسی برای ماست تا بتوانیم گورستان های تاریخ مملو از کسانی است که نیت های والایی داشته اند اما از آن خواسته های سعادت و رفاه سر بر نیاورد. اقبال در اندیشه هایش که در اشعار فارسی او آمده است مانند همه متفکران دیگر کوشیده است در مواجهه با مسایل و مشکلات راه های برون شد را نشان دهد. اما بنیان فکری او بازگشت به روح خوی و درک پیام و اندیشه اسلام متناسب با زمانه بود. او هم مانند سید جمال به دنبال بیداری مسلمانان و شرقیان بود تا در برابر هیمنه غرب هویت خود را از دست نهند. اقبال در زیور عجم می سراید که: ای غنچه خوابیده چو نرگس نگران خیز کاشانه مارفت به تاراج غمان خیز از ناله مرغ چمن از بانگ افان خیز از گرمی هنگامه آتش نفسان خیز از خواب گران خواب گران خواب گران خیز .... و یا در غزل دیگری از جوانان می خواهد که در مسیری تعالی امیلوار باشند و می سرایند چون چراغ لاله سوزم در بیانان شما ای جوانان عجم جان من و جان شما می رسد مری که زنجیر غلامان بشکنند دیده ام از روزن دیوار زنلان شما او به اختیار آسان ها در عرصه زندگی باور داشت و می سرود که: نعره زد عشق که خونین جگری پیدا شد حسن لرزید که صاحب نظری پیدا شد فطرت آشفته که از خاک جهان مجبور خودگری خودشکنی خودنگری پیدا شد خبری رفت زگردون به شبستان اول حذر ای پردگیان پرده دری پیدا شد..... اقبال البته در مجموعه اشعارخود تلاش کرده است برخی مفاهیم سیاسی و اجتماعی مانند رابطه فرد و ملت و... را نیز تبیین نماید که چندان توفیق نیافت. محمد اقبال لاهوری اگر چه در ایران کمتر به او اقبال شده است اما یکی از شاعران و متفکران تاثیر گذار فارسی زبان در قرن گذشته است که شایسته توجه بیشتری است. روحش شاد

## ادامه تیر اول

اینجاست که علی‌رغم دستاوردهای علمی و معرفی شیوه‌های کشاورزی مقاوم به خشکی، بسیاری از کشاورزان به دلایل اقتصادی یا فرهنگی، حاضر به تغییر الگوی کشت خود نیستند. این مقاومت به ویژه در مورد

آب بر، به معنای کاهش درآمد و معیشت آنان خواهد بود. از طرفی، مسئله تغییرات اقلیمی و خشکسالی به سرعت تغییر نمی‌کند، و این موجب می‌شود که بسیاری از کشاورزان همچنان به روال گذشته ادامه دهند،



محصولاتی همچون برنج و گندم که به شلت به منابع آبی نیاز دارند، بیش از پیش مشهود است. بسیاری از کشاورزان احساس می‌کنند که تغییر به محصولات کم

با این امید که شرایط بهتر شود. از سوی دیگر، نبود برنامه‌ریزی‌های کلان و هماهنگی‌های لازم در سطح دولت و بخش کشاورزی، مانع از انجام اقدامات مؤثر

برای کاهش وابستگی به کشاورزی آب بر می‌شود. گرچه سیاست‌های مختلفی برای مقابله با بحران خشکسالی و کاهش مصرف آب در کشاورزی در نظر گرفته شده‌اند، اما این سیاست‌ها نتوانسته‌اند به شکل مؤثری در تغییر الگوی کشت در استان گلستان تأثیرگذار باشند. در حقیقت، در نبود مشوق‌های اقتصادی و تغییرات عمده در زیرساخت‌ها، کشاورزان انگیزه کافی برای تغییر به روش‌های کم آب بر و مقاوم به خشکی پیدا نمی‌کنند. بسیاری از کشاورزان گلستانی از نظر دسترسی به منابع اطلاعاتی و مشاوره‌های کشاورزی محدودیت‌هایی دارند. این محدودیت‌ها نه تنها در زمینه کشاورزی پایدار بلکه در زمینه استفاده بهینه از منابع آب نیز تأثیرگذار هستند. به همین دلیل، به نظر می‌رسد خشکسالی به عنوان یک بحران زیست‌محیطی، هنوز به عنوان یک عامل تهدیدکننده برای تغییرات ساختاری در کشاورزی گلستان مطرح نشده و جدی گرفته نمی‌شود. با این حال، شاید یکی از مهم‌ترین عوامل در عدم تغییر الگوی کشت، عدم آگاهی و ناآشنایی کشاورزان با تکنیک‌های نوین در کشاورزی مقاوم به خشکسالی باشد. کشاورزی مدرن، استفاده از محصولات مقاوم به خشکسالی، بهینه‌سازی مصرف آب و استفاده از سیستم‌های آبیاری هوشمند می‌تواند در این زمینه راه‌گشا باشند. اما برای این که این تحولات به واقعیت تبدیل شوند، نیاز به همکاری همه‌جانبه از سوی نهادهای دولتی، تشکل‌های غیردولتی بخش کشاورزی و خود کشاورزان وجود دارد.

**مهران قجری**- خشکسالی در سال‌های اخیر به یک بحران جهانی تبدیل شده است که بسیاری از کشورها را تحت تأثیر قرار داده و زندگی روزمره مردم را با چالش‌های بی‌شماری روبه‌رو کرده است. در ایران نیز این پدیده، به طور فزاینده‌ای احساس می‌شود. استان گلستان، با ویژگی‌های اقلیمی خاص خود و زمین‌های حاصلخیزش، یکی از مناطقی است که همواره در معرض تغییرات اقلیمی و بحران آب بوده و کشاورزی در این منطقه از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. اما با این وجود، شاهد این هستیم که خشکسالی نتوانسته به طور عمده و گسترده الگوی کشت را در این استان تغییر دهد. یکی از دلایل اصلی این امر، شاید ناتوانی یا عدم اراده لازم در راستای ایجاد تغییرات اساسی و مستمر در شیوه‌های کشت و کار و کشاورزی است. کشاورزان گلستانی، با وجود آگاهی از کمبود آب و وضعیت خشکسالی، همچنان به الگوهای سنتی خود پایبند هستند. این امر به دلایل مختلفی همچون فقدان زیرساخت‌های مناسب، نبود آموزش‌های نوین در زمینه کشاورزی پایدار و وابستگی اقتصادی به محصولات پرآب مانند برنج، ادامه می‌یابد. نکته جالب توجه

## پتروشیمی گلستان وعده‌ای که در حال تحقق است

گیری مراحل اجرا خواهیم بود. پروژه پتروشیمی گلستان که از سال ۱۳۸۵ با هدف احداث مجتمع عظیم برای تولید سالانه یک میلیون و ۵۰۰ هزار تن اوره و آمونیاک کلید خورد، پس از سال‌ها توقف ناشی از چالش‌های حقوقی، مالی و سرمایه‌گذاری، وارد فاز اجرایی جدی شد. این طرح که ابتدا با مشارکت سرمایه‌گذاران داخلی و خارجی پیش می‌رفت، در دهه ۹۰ به دلیل مشکلات سهام‌داری و عدم ایفای تعهدات متوقف گردید و تا پیش از روی کار آمدن دولت شهید رئیسی، پیشرفت فیزیکی آن زیر ۲۰ درصد باقی مانده بود. با حمایت‌های ویژه استانداری گلستان و پیگیری‌های مستمر وزارت نفت و دولت چهاردهم، گره‌های اصلی پروژه گشوده شده و شتاب اجرای آن به طور قابل توجهی افزایش یافته است. بیش از ۹۵ هزار سهامدار گلستانی که سال‌ها در انتظار تحقق این وعده ملی بودند، اکنون و با حمایت دولت چهاردهم، با اطمینان به حل کامل مشکلات و ورود پروژه به مدار تولید، آینده‌ای روشن‌تر برای استان پیش‌بینی می‌کنند.



معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری گلستان از شتاب گرفتن اجرای پروژه پتروشیمی شهید رئیسی خبر داد و گفت: این طرح پیشران توسعه استان است. به گزارش روابط عمومی، عبدالعلی کیان‌مهر در نشست با مدیرعامل شرکت پتروشیمی گلستان افزود: این پروژه علاوه بر تکمیل زنجیره ارزش صنعت پتروشیمی، زمینه ساز اشتغال گسترده توسعه صنایع پایین دستی و تقویت جایگاه گلستان در نقشه تولید ملی خواهد بود. وی خواستار تسریع فرآیندهای فنی و اداری تعیین جدول زمان بندی دقیق برای رفع موانع و پیگیری مستمر جلسات کارشناسی شد تا پروژه با حداقل تاخیر و حداکثر اثربخشی پیش برود. محمدرضا یزدانی کاشانی مدیرعامل شرکت پتروشیمی گلستان نیز گزارشی از اقدامات مهندسی تامین تجهیزات و تعاملات سرمایه‌گذاری ارائه کرد و گفت: با تلاش استاندار و همراهی مدیران، بخش قابل توجهی از گره‌های اجرایی در ماه‌های اخیر باز شده و با استمرار حمایت‌ها شاهد شتاب



ملی، هنرمندانی چون جهانگیر الماسی و معاونین وزارت کشور و وزارت ورزش برگزار خواهد شد. جلالی با استناد به تحقیقات مشترک با معاونت زنان دولت قبل تأکید کرد: از هفت هزار زوج خدمت‌گرفته، تاکنون هیچ مورد طلاق گزارش نشده است. رئیس مجمع ملی خیرین ازدواج جوانان کشور با اشاره به محدودیت‌ها گفت: در سال گذشته ۱۷ هزار زوج در سایت خیرین ازدواج‌دات‌کام ثبت‌نام کردند اما تنها به سه هزار نفر خدمت ارائه شد که با ساماندهی خیریه‌ها

رئیس مجمع ملی خیرین ازدواج جوانان کشور، از ارائه ۲۱ هزار خدمت ازدواج این مجمع تا پایان سال ۱۴۰۳ خبر داد و تأکید کرد: تمرکز بر ساماندهی فعالیت‌های خیریه، قیمت خدمات را برای زوجین کاهش می‌دهد. به گزارش روابط عمومی، حجت‌الاسلام محمدباقر جلالی با اعلام اینکه جهیزیه اولین خدمت مجمع محسوب می‌شود، افزود: از ۲۱ هزار خدمت، هفت هزار و ۷۰۰ مورد جهیزیه کامل و ناقص بوده همچنین ماه‌عسل برای زوجین به عنوان دومین خدمت ارائه شده و تا پیش از جنگ، هر هفته به طور متوسط ۱۱۴ جهیزیه توزیع می‌شد. وی تصریح کرد: پس از توقف موقت خدمات به دلیل شرایط جنگ، توزیع جهیزیه در هفته‌های اخیر از سر گرفته شده و آخرین برنامه‌ها در آبادان، پيشوا و کرمان اجرا شد. رئیس مجمع خیرین ازدواج با اشاره به وضعیت مناطق محروم اظهار کرد: جنوب کرمان از نظر فقر با سیستان و بلوچستان برابری می‌کند و امکانات مراکز شهرستان‌های آن گاهی پایین‌تر از روستاهای گلستان است. جلالی سهم استان گلستان را برجسته کرد و گفت: این استان با کمتر از سه درصد جمعیت کشور، ۱۰ درصد جهیزیه را دریافت کرده که پنج برابر نسبت جمعیتی است که در این راستا برنامه‌هایی در مینودشت، ترکمن، آق‌قلا و دوزین از جمله اهدای ۳۱۳ جهیزیه به نیت شهدای مدافع حرم ادا شد. وی از همایش خیرین در روز چهارشنبه ۲۱ آبان در گرگان خبر داد و گفت: این مراسم با حضور ۳۰۰ خیر استانی و

### فعالیت‌های خیریه

### قیمت خدمات ازدواج را

### کاهش می‌دهد



می توان از بحران عبور کرد. امروز زمان آن رسیده است که مسئولان ارشد استانی و شهرستانی، با نگاهی علمی و آینده نگر، مسیر کشاورزی گلستان را از مصرف گرایی آبی به سمت بهره‌وری پایدار هدایت کنند. ادامه وضع موجود، به معنای از بین رفتن تدریجی حیات کشاورزی و تهدید معیشت هزاران خانواده روستایی است.

کارشناس زراعت و اصلاح نباتات

در برخی مناطق بیابانی کشور با موفقیت اجرا شده، می‌تواند به‌عنوان یک راهکار علمی و بومی شده در دستور کار قرار گیرد. با این حال، آنچه بیش از کمبود آب خطرناک‌تر است، تلاوم بی‌برنامگی مدیریتی در حوزه کشاورزی استان است. هنوز هم تصمیم‌گیری‌ها بر مبنای الگوهای سنتی و کوتاه‌مدت انجام می‌شود، در حالی‌که تجربه جهانی نشان داده است تنها با تلفیق دانش مهندسی آب، فناوری‌های نوین آبیاری، و سیاست‌گذاری علمی در انتخاب الگوی کشت

ادامه دارد. این در حالی است که راهکارهای علمی و فناورانه برای نجات کشاورزی منطقه مدت‌هاست بر میز کارشناسان خاک می‌خورد و نیازمند تصمیمی قاطع از سوی مدیران استانی است. استان گلستان، به‌ویژه نواحی شرقی آن از جمله شهرستان گنبدکاووس، از مناطق خشک و نیمه‌خشک کشور به شمار می‌رود که سال‌هاست با چالش جدی کمبود منابع آبی روبرو است. در بسیاری از روستاهای نوار مرزی، مردم حتی از تأمین آب آشامیدنی نیز محروم‌اند و ناچارند آب مورد نیاز خود را از طریق تانکر تأمین کنند. این وضعیت در فصل تابستان به بحرانی تمام‌عیار تبدیل می‌شود و تبعات اجتماعی و اقتصادی گسترده‌ای بر جای می‌گذارد. با این شرایط، ادامه کشت محصولات پرمصرفی مانند شالی و برخی گیاهان جالیزی (از جمله هندوانه) نه تنها اقتصادی نیست، بلکه به تشدید بحران آبی و تخریب منابع خاک منجر می‌شود. تجربه و دانش روز کشاورزی نشان می‌دهد که در چنین مناطقی باید به‌سوی الگوی کشت سازگار با اقلیم حرکت کرد. استان گلستان ظرفیت بالایی برای توسعه کشت‌های دیم دارد. گیاهانی مانند گندم، جو و کلزا با نیاز آبی پایین و سیستم ریشه‌ای سطحی، می‌توانند از بارش‌های محدود سالانه بهره‌مند شوند و بازده قابل قبولی داشته باشند. در کنار آن، استفاده از روش‌های نوینی مانند خشک‌کاری شالی که در سال‌های اخیر



## گلستان تشنه مدیریت آبی



علی کیان

درحالی‌که استان گلستان، به‌ویژه منطقه گنبدکاووس، سال‌هاست با بحران شدید کم‌آبی دست‌وپنجه نرم می‌کند، همچنان الگوهای کشت پرمصرف و سنتی

## تأمین ۴۸۰ هکتار زمین گامی بلند در نهضت ملی مسکن

به‌عنوان یکی از موانع اصلی مطرح شده بود. طهماسبی با قدردانی از حمایت‌های ویژه معاون اول رئیس‌جمهور، به دستاوردهای اخیر اشاره کرد و گفت: در حالی که طی چهار سال گذشته تنها برای ۲ هزار و ۸۰۰ واحد مسکونی تسهیلات تأمین شده بود، در یک سال اخیر با تلاش‌های دولت، تسهیلات برای بیش از ۶ هزار واحد مسکونی فراهم شده است. وی با تأکید بر عزم جدی دولت در تحقق اهداف نهضت ملی مسکن، خاطرنشان کرد: گلستان با شتاب در اجرای این طرح، در زمره استان‌های پیش‌تاز کشور قرار دارد و با تأمین ۴۸۰ هکتار زمین در یک سال، گامی بلند در راستای تأمین سرپناه برای مردم برداشته است.



استاندار گلستان در نشست شورای عالی مسکن کشور به ریاست محمدرضا عارف، معاون اول رئیس‌جمهور و با حضور ویناری استانداران، گزارشی جامع از پیشرفت‌های چشمگیر این استان در اجرای طرح نهضت ملی مسکن از جمله تأمین ۴۸۰ هکتار زمین در یک سال ارائه کرد. به گزارش روابط عمومی، علی‌اصغر طهماسبی در این نشست با اشاره به محدودیت‌های قانونی ناشی از مصوبه مجلس مبنی بر ممنوعیت تغییر کاربری زمین‌های کشاورزی درجه یک و دو، این موضوع را چالشی کلیدی در مسیر توسعه طرح‌های مسکن در سال‌های گذشته توصیف کرد. وی افزود: این مسئله در جریان سفر رئیس مجلس به گلستان نیز



شرکت سرمایه‌گذاری  
مسکن شمال  
(سهایی خاص)

## آگهی مزایده عمومی (نوبت اول)



شرکت سرمایه‌گذاری  
مسکن شمال  
(سهایی خاص)

۵۰ درصد نقد در قالب چک رم‌زدار بانکی به تاریخ روز انعقاد قرارداد و مابقی در قالب حداکثر ۶ فقره چک صیادی ثبت شده در سامانه صیادی کشور در وجه مناقصه گزار به مدت ۶ ماهه شمسی بدون کارمزد. و مابقی در قالب حداکثر ۶ فقره چک صیادی ثبت شده در سامانه صیادی کشور در وجه مناقصه گزار به مدت ۶ ماهه شمسی بدون کارمزد.

موقعیت مکانی موضوع مزایده: استان گلستان، گرگان، سعدآباد، بلوار حکیم جورجانی، انتهای خیابان آتش نشانی، ضلع جنوبی استانداری گلستان متعلق به شرکت سرمایه‌گذاری مسکن شمال. مدت پیمان منوط به نحوه پرداخت تا حداکثر ۶ ماه از زمان انعقاد قرارداد.

### محل دریافت اسناد:

۱- **حضور:** مازندران - ساری، کیلومتر ۳ بلوار بهداد سلیمی (ساری به قائمشهر) - طبقه چهارم ساختمان شرکت سرمایه‌گذاری مسکن شمال، کد پستی ۴۸۴۹۱۶۱۱۴۷ - واحد بازرگانی - تلفن: ۰۹۳۵۴۳۰۲۲۰۱ در قبال ارائه فیش واریز نقدی به مبلغ ۳,۰۰۰,۰۰۰ ریال (سه میلیون ریال) به شماره حساب ۵۶۰۰۸۴۳۳۳۷۰۰ نزد بانک مسکن شعبه مرکزی ساری به نام شرکت سرمایه‌گذاری مسکن شمال (سهایی خاص)

۲- **الکترونیکی:** دریافت اسناد مزایده در بستر اینترنتی، از طریق ارسال نامه رسمی درخواست مزایده‌گر حاوی اطلاعات نشانی الکترونیک و یا شماره تلفن همراه معتبر به شماره تلفن همراه ۰۹۳۵۴۳۰۲۲۰۱ نشانی قبول پیشنهاد: مازندران - ساری، کیلومتر ۳ بلوار بهداد سلیمی (ساری به قائمشهر) - طبقه چهارم ساختمان شرکت سرمایه‌گذاری مسکن شمال، کد پستی ۴۸۴۹۱۶۱۱۴۷ - واحد اداری

مزایده‌گزار: شرکت سرمایه‌گذاری مسکن شمال (سهایی خاص)

موضوع مزایده‌ها: مزایده شماره ۱۴۰۴/۱۵۱ با موضوع فروش کل قطعات زمین تفکیک شده در مجتمع

ویلايي نياوران گرگان متعلق به شرکت سرمایه‌گذاری مسکن شمال

ضمانت شرکت در مزایده ۱۴۰۴/۱۵۱: شصت و دو میلیارد ریال مطابق اسناد مزایده

مدارک مورد نیاز جهت دریافت اسناد: ارائه معرفی نامه از مزایده‌گر

زمان دریافت اسناد: از تاریخ ۱۴۰۴/۰۸/۲۰ تا پایان وقت اداری (۱۶:۰۰) تاریخ ۱۴۰۴/۰۹/۰۴

زمان دریافت پیشنهاد: از تاریخ ۱۴۰۴/۰۸/۲۰ تا پایان وقت اداری (۱۶:۰۰) تاریخ ۱۴۰۴/۰۹/۰۸

پیشنهاد ها در ساعت ۱۴:۰۰ عصر مورخ ۱۴۰۴/۰۹/۰۹ بازگشایی و قرائت میگردد و حضور نماینده پیشنهاد دهندگان در جلسه بازگشایی پاکات، در قبال ارائه معرفی نامه کتبی از طرف مزایده‌گر، مجاز می‌باشد.

کلیه هزینه‌های برگزاری مزایده به عهده برنده مزایده می‌باشد و مزایده‌گزار در رد یا قبول هر یک یا تمام پیشنهاد ها بدون آنکه نیاز به ذکر دلیل باشد مخیر است.

به پیشنهاد های مشروط، مبهم، مخدوش و پیشنهاد هایی که با شرایط مندرج در آگهی اختلاف داشته باشد و یا بعد از موعد مقرر واصل گردد، مطلقاً ترتیب اثر داده نخواهد شد.

شرایط معامله در محل مزایده موجود است و پیشنهاد دهندگان می‌توانند یک نسخه از اسناد مزایده را دریافت، امضاء و به پیشنهاد خود ضمیمه نمایند.

نحوه پرداخت مبلغ توسط برنده مزایده به مزایده‌گزار: ۱- واریز نقدی کامل ۲- بصورت واریز حداقل

# سروبالای صابر

بهنام نیک پیام

## صابر فرزند صحرا در یک نگاه

۲۶ سال پیش در روستای قانقرمه ی آق قلا چشم به جهان گشود و کودکی اش را در کوچه پس کوچه های همین دیار گذراند. هنگامی که قد کشید و به پیرامونش نگاه کرد باتوپ و تور در زمین های خاکی و نامداران و ستارگان ترکمن صحرا آشنا شد. چهره های نامداری که بعضا فراتر از مرزهای کشور و گاه در جهان افتخار آفرینی کردند و همین الگوهای موفق، اورابه رشته ی والیبال راغب نمودند. صابریاوردیه والیبال سختی های فراوانی را تحمل نمود و برای رسیدن به موفقیت های ورزشی با تمام وجود بی وقفه تلاش کرد. خیلی زود در تیم های نوجوانان و جوانان و سپس امید و بزرگ سالان درخشید. در تیم ملی والیبال، لیگ برتر ایران، در جام باشگاه های آسیا و جهان در زمره ی بهترین ها شد. دریافت های خوب، اسپیک های پر قدرت و سرویس های انفجاری، چپ دست آق قلائی را به صابر دست طلایی ملقب نمود. به گفته ی بسیاری از کارشناسان او یک چپ دست تکنیکی با مهارت های فنی و درقواره ی بزرگان والیبال بود. در حالی که جامعه ی والیبال مترصد افتخار آفرینی های بیشتر و در تیم ملی و باشگاهی بود برخی اختلاف سلیقه ها و نگرش های متفاوت باعث محرومیتش از تیم ملی گردید! گرچه در مراحل بعد با بخشودگی همراه بود اما در نهایت منجر به کوچ صابریه خارج از کشور شد و او به عنوان لژیونریه تیم الریان قطر پیوست.

## گفت و گو با بزرگان

در روزی که هزاران ایرانی برای وداع و بدرقه ی او به آرامگاه ابدی به زادگاهش آمده بودند، در میان آن همه هیاهو گفت و گو با چهره های والیبال کاری بسیار سخت بود. اما به احترام این قهرمان ملی و این سرباز

گوی دیروز بود که جامعه ی ورزش و بویژه والیبال ایران در سوگ ستارگان نامدار آق قلا عاشقانه گریست. روزی که مربی سازنده و خوشنام والیبال ترکمن صحرا و دشت گرگان، خوشگلدی صحنه به همراه نابغه ی کم نظیر توپ و تور ایران غیاث الدین صحنه و پدیده ی جوان والیبال ایران میکائیل پلمه در یک سانحه ی رانندگی به سوی معبود پرکشیدند و آسمانی شدند. مصیبتی که قلب آحاد جامعه ی ورزش و مردم ورزش دوست ترکمن صحرا را به درد آورد و به اعتقاد بسیاری از کارشناسان، جای خالی شان به این زودی ها پر نخواهد شد. انگار تقدیر چنین است که هر زمان ستارگان آق قلائی در قامت ستاره ظاهر می شوند و مردم ایران از درخشش آن ها در میدانی ورزشی لذت می برند، متأسفانه باید شاهد حوادث تلخ و ناگواری باشیم که تاریخ ورزش ایران و ترکمن دیار، هرگز آن هارا فراموش نخواهد کرد. آن روز روستاهای صحنه و پلمه غرق در ماتم و عزا شد و اما امروز والیبال ایران همراه با روستای قانقرمه ی آق قلا در سوگ صابریاوردیه ملی پوش چپ دست ایران گریست. از روز ۲۵ مهر ۱۴۰۴ که صابر کاظمی در استخر باشگاه الریان قطر به عارضه ی مغزی دچار شد، جامعه ی ورزش کشور بخصوص علاقه مندان به والیبال، پیگیر حال او شدند و در همه حال دعا کردند که تندرستی اش را بدست آورد تا دوباره شاهد پروازهای دیدنی اش بر فراز تور باشند. متأسفانه اما هر روز وضعیت جسمانی اش وخیم تر شد و ضربان قلبش دیگر نتوانست و صد افسوس سرانجام ۱۳ آبان ۱۴۰۴ از سوی پزشکان ایرانی، مرگ او بطور قطعی اعلام شد. با اعلان خبر درگذشت صابر، موج وسیعی از غم و اندوه در بین دوستداران والیبال، چهره های ورزشی و ستاره های نامدار حاکم شد و هر کس به طریقی ممکن خود را در غم ملی پوش رعنا ایران شریک دانسته و با خانواده اش ابراز همدردی نمودند. از صبح چهارشنبه ۱۴ آبان ۱۴۰۴ طیف وسیعی از دست اندرکاران درگیر برنامه ریزی برای تشییع جنازه ی باشکوه این قهرمان ملی شدند. به محض رسیدن آمبولانس به آق قلا، دریای موج جمعیت عزادار، پیکر صابر را بر روی دستان خود چون برق و باد به حرکت درآورد و دیری نپایید که در ورودی روستای قانقرمه، صف چند کیلومتری ارادت مندان، پذیرای قهرمان دوست داشتنی خود شدند تا صابر به زادگاه خود برگشت اما نه با پای خود بلکه پیکر بی جان خاخرات دوران کودکی و نوجوانی اش را برای خانواده و بستگان تداعی کرد. ازدحام جمعیت به قدری بود که خودروها در صف چند کیلومتری آق قلا تا بعد از قانقرمه کل خیابان را مسدود نمودند و جای هیچگونه ترددی باقی نماند. پس از نماز میت، فشار بی حد و حصر جمعیت باعث شد که به سختی با یک خودروی وانت، پیکرش را برای خاک سپاری به سمت آرامستان روستا واقع در ضلع شرقی سوارکاری بردند تا آنجا در میان حزن و اندوه چند هزار ایرانی وطن دوست، قهرمان ملی کشورشان را به خاک بسپارند. از هر طیف و سلیقه ای آمده بودند. برای همه آن ها قهرمان افتخار آفرین وطن مهم بود که صد افسوس آخرین لحظه ها را با او وداع می کردند.



خوشگلدی صحنه، آق قلا دوری راهنمایی و متوسطه به مقام قهرمانی آموزشگاه های مازندران رساندیم و از آنجا ماموریت مادونفر آغاز شد و تازه متوجه شدیم که چه گنجینه هایی در این دیار وجود دارند. پتانسیل های مختلف کار کردم تا به دوره ی صابر کاظمی که رسید، من به عنوان مدیر فنی

از بازیکنان قدیمش ابراهیم سن سبلی و نورمحمد وکیلی ایستاده بود از او که شرایط روحی مناسبی هم نداشت تقاضا کردم از صابر کاظمی بگویم که این مربی کاربلد و دلسوز در رابطه با صابر و استعداد های والیبال ترکمن صحرا چنین گفت: از سال ۱۳۶۳ که به عنوان دبیر ورزش وارد آق قلا شدم و کارم را از روستا شروع کردم، طولی نکشید که با مرحوم

وطن، من نیز به عنوان سرباز قلم، خود را موظف به این وظیفه دانستم که شنیدن صحبت های تعدادی از این بزرگان والیبال باب آشنایی بیشتر با صابر خواهد شد. به رسم احترام، نخست به دیدار شعبان چهارنایی مربی و مدیری که به همراه مرحوم خوشگلدی صحنه نزدیک به سه دهه به والیبال آق قلا خدمت کرده است رفتم و در حالیکه بسیار متاثر در کنار دوتن

# به خاک نشست

خدمت والیبال کشور بود. از نظر اخلاق و معرفت هم هرچه بگویم قابل وصف نبود. اما چه کنیم که سرنوشت گاهی چنین می نویسد و باید پذیرفت. در ادامه قصد بر آن بود بافرهاد قایمی نیز هم صحبت شوم که به دلیل شرایط روحی نامناسب او میسر نشد. اما مصطفی کارخانه از مربیان و مدیران زحمتکش والیبال ایران درباره ی صابر گفت: در چند سفر که با صابر کاظمی همسفر بودم، در کنار توانایی های فنی به خصوصیات اخلاقی و معرفتی این جوان ملی پوش پی بردم که برایم جالب توجه بود و امروز وقتی که باین استقبال عظیم مردم ترکمن صحرا و ایران رویرشدم بیشتر به بزرگی اش پی بردم. همچنین علی اصغر مجرد، آرمین قلیچ نیازی، مجتبی میرزاجانپور و آرمین صالحی ملی پوشان والیبال ایران هر کدام ضمن ابراز تأسف شدید از فقدان صابر در کنار خصوصیات فنی، اخلاق و معرفتش را ستودند و نبودنش را ضایعه برای والیبال ایران دانستند. خیلی دوست داشتم با تعداد بیشتری از بزرگان و هم بازی های صابر کاظمی گفت و گو داشته باشم اما واقعا شرایط غیر عادی مراسم اجازه چنین کاری را نداد.

## در انتظار مراسم باشکوه

بدون اغراق باید گفت از گوشه و کنار ایران برای مراسم خاک سپاری صابر کاظمی به آق قلا و زادگاهش قانقرمه آمده بودند. هیچ دعوت نامه ای جز عشق و رزی نبود. تمام آن هایی که آمدند به عشق ایران و قهرمان ملی اش صابر کاظمی بود. همه آمده بودند تا آخرین تحریر ها و نت های موسیقی حزن انگیز پسر چپ دست دیار تر کمن صحرا را در سمفونی عاشقی بنوازند و پیام دلدادگی به قهرمان پرافتخار خویش را از سکوت صحرا به گوش عاشقان و خدمتگزاران به مردم ایران برسانند. برای چنین جوی معنوی و عاشقانه، انتظار جامعه ی ورزش این بود که مراسم نه در سطح یک شهرستان و یا یک استان، بلکه برنامه ها آنچنان که شایسته ی یک قهرمان ملی بود برنامه ریزی می شد. به قول یکی از کارشناسان زبده ی ورزشی، حضور پررنگ گروه های موزیک نیروی انتظامی و یارترش از لحظات نخست تا خاک سپاری و همچنین برنامه ریزی برای حضور پررنگ تر قهرمانان پیشین و فعلی در مراسم و استفاده از صحبت های ایشان و مسئولین محلی و کشوری و برنامه های پسندیده ی دیگر می توانست به عظمت و شکوه مراسم بیفزاید. گرچه حضور خودجوش مردم، باشکوه ترین استقبال را رقم زد اما شایسته تر آن بود که مسئولین شهرستان و استان با برنامه های درست تر عظمت و شکوه مراسم را دوچندان می کردند تا همگان بدانند که به همراه مردم، آنان نیز همواره قدرشناس قهرمانان افتخار آفرین خود هستند. امیدواریم که دیگر شاهد چنین مصیبت های دردناکی نباشیم. در عوض هر روز موفقیت های بزرگ مردم ایران و افتخار آفرینانشان را جشن بگیریم و در کنار هم برای ایران و سربلندی میهن مان بکوشیم.

بود تا او شایستگی هایش را به معرض نمایش گذاشته و پله های ترقی را یکی پس از دیگری طی نماید که بعدها همگان شاهد درخشش خیره کننده ی او در لیگ برتر کشور و یوروپ تیم ملی شاهد بودند که با وجود آسیب دیدگی اما با غیرت ایرانی، در میدان چه غوغایی بپا کرد. به نظر من صابر کاظمی می توانست به مدارچی برسد که در والیبال ایران کمتر کسی به آن دسترسی پیدا می کرد اما سرنوشت و دست تقدیر چیز دیگری نوشت و متأسفانه از وجود ارزشمندش محروم شدیم. پس از شنیدن صحبت های شعبان چارنایی باب گفت و گو با ابراهیم سن سبلی کامل ترین بازیکن نوجوانان جهان (در سال های نه چندان دور) را باز کردم و او نیز که در غم صابر سوگواری بود در مورد ویژگی های این قهرمان فقید گفت: صابر کاظمی از استعداد های کم نظیر والیبال ایران بود که به نظر من با پشتکار و تلاشی که داشت به بالاترین سطح والیبال می رسید. زیرا در کنار مهارت های فنی، اخلاق و معرفتش مثال زدنی بود. او هیچگاه فراموش نکرد که فرزند ترکمن صحرا است و همواره خود را بدهکار مردم دیارش می دانست. آنچه را که بازیکنان مطرح پیشتر از او نیز بدان پای بند بودند. از آنجا که جامعه ی والیبال مرابه عنوان یک والیبالیست چپ دست می شناسد من خودم نیز صابر کاظمی را به عنوان یک پدیده دست طلایی دوست داشتم و خیلی امیدوار بودم که شاهد درخشش و افتخار آفرینی های بیشترش در دنیای والیبال باشم اما صدمه حیف که نشد. نورمحمد و کیلی که خودش نیز از بازیکنان خوب و برجسته ی نسل طلایی آق قلا بود، درس و صابر کاظمی گفت: بازی های صابر را دنبال می کردم و از زمانی که مربی خوشنام خود شعبان چارنایی به عنوان مدیر فنی،



نور محمد و کیلی و شعبان چارنایی کاشف صابر کاظمی

استعداد و توانایی های صابر را کشف و حمایتش کرد، صابر جان راه خودش را پیدا کرد و با کوشش و تلاش بی وقفه، خودش را به عنوان پدیده به نسل فعلی معرفی نمود. او با تحمل سختی ها و مرارت های زیاد، در دره های مختلف درخشید و نظر مربیان را به خود جلب کرد. نه در باشگاهی بلکه در سطوح ملی نیز همواره به عنوان یک سرباز در

دراو نوعی استعداد های ناب و ذکاوت خاص دیدم که خود را مجاب کردم که تمام قد از وی حمایت نموده و رویه جلو تشویقش نمایم. زیرا در او آینده ای درخشان می دیدم و می دانستم که به یک چهره و ستاره در والیبال تبدیل خواهد شد. در اولین فرصت او را به منصور جزیده برای مسابقات انتخابی جوانان معرفی نمودم که همین ورود کافی



و استعداد یاب از طرف رئیس هیات والیبال ماموریت داشتم مسابقات نوجوانان و جوانان استان را پیگیری نمایم. صابر را در بازی های انتخابی نوجوانان استان زیر نظر گرفتم و برغم اینکه نتوانسته بود توانایی هایش را زیاد به نمایش بگذارد و رضایت مربیان را جلب نماید و از اردوی گرگان خط خورده بود،



# کاهش ۳.۵ درصدی پرداختی مستقیم مردم گلستان در بخش درمان



با پیشرفت فیزیکی قابل توجه در حال انجام است تا خدمات به بیماران، به‌ویژه در بخش کودکان، ارتقا یابد. به گفته هروی، بازسازی و نوسازی اورژانس بیمارستان طالقانی گرگان نیز در اولویت قرار گرفته، زیرا اورژانس به عنوان پیشانی بیمارستان، نقشی مهم در رضایتمندی بیماران و کادر درمان دارد. هروی از اجرای طرح‌های توسعه‌ای گسترده در حوزه درمان خبر داد و گفت: در گرگان و گنبد مراکز قلب باز فعال هستند و در بیمارستان پنج آذر گرگان مرکز درمان سرطان با دستگاه شتاب‌دهنده جدید در حال راه‌اندازی است که به‌زودی به شبکه خدمات بیماران سرطانی اضافه خواهد شد. وی افزود: در شهرستان‌هایی که فاقد بیمارستان هستند، کلینیک‌های تخصصی فعال شده‌اند؛ از جمله در گالیکش که خدمات تخصصی اطفال، زنان، روان‌پزشکی و داخلی ارائه می‌شود، همچنین امسال ۲۵ درصد افزایش در جذب نیروی متخصص داشتیم و بیش از ۱۰۰ مرکز درمان سرپایی جدید به شبکه خدمات اضافه شد. به گفته معاون درمان، برای نخستین بار خدمات درمانی ترک اعتیاد ویژه نوجوانان زیر ۱۸ سال نیز در بیمارستان شهدا فعال شده است. هروی با اشاره به مشکلات مالی حوزه درمان گفت: تاخیر در پرداخت مطالبات از سوی بیمه‌ها از مهم‌ترین چالش‌های کنونی است. آخرین دریافتی دانشگاه از بیمه‌ها مربوط به اسفند سال گذشته است و در حالی که پرداخت به پزشکان متخصص با تاخیر هفت‌ماهه انجام می‌شود اما با وجود این شرایط دشوار، خدمات درمانی در استان بدون وقفه ادامه یافته و حفظ وضعیت موجود با تلاش شبانه‌روزی مدیران و کارکنان حوزه سلامت امکان‌پذیر شده است.

علوم پزشکی گلستان با اشاره به توسعه زیرساخت‌ها گفت: در حال حاضر بیش از ۲۴۹ هزار و ۵۵۰ مترمربع پروژه عمرانی در حوزه درمان استان در حال اجراست که ۹۰ درصد آنها فعال است و این پروژه‌ها شامل ساخت بیمارستان‌ها، کلینیک‌های تخصصی و مراکز درمانی جدید است که با هدف جبران کمبود تخت و ارتقای کیفیت خدمات انجام می‌شود. وی افزود: بیمارستان‌های طالقانی گرگان و گنبدکاووس با قدمت بیش از ۸۰ سال نیازمند بازسازی هستند که هم‌اکنون ساخت ساختمان جایگزین بیمارستان طالقانی گرگان

کلیوی به صورت زنجیره‌ای به هم مرتبط‌اند و کنترل آنها با اصلاح سبک زندگی، تغذیه سالم، تحرک بدنی بیشتر و ارتقای سواد سلامت مردم امکان‌پذیر است. وی تصریح کرد: در چند سال گذشته، گلستان از نظر سرانه تخت بیمارستانی در میان استان‌های پایین جدول قرار داشت، اما طبق آخرین آمار سالنامه سلامت ۱۴۰۳، این شاخص به عدد ۱.۶۵ تخت به ازای هر هزار نفر رسیده در حالی‌که میانگین کشوری ۱.۷۶ است و با افتتاح بیمارستان‌های جدید، انتظار می‌رود این شاخص بهبود یابد. معاون درمان دانشگاه

معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی گلستان گفت: در شرایطی که تورم بخش درمان از تورم عمومی جامعه بالاتر است، دانشگاه علوم پزشکی گلستان با مدیریت منابع میزان پرداختی مستقیم مردم را به ۶.۵ درصد کاهش داد که این رقم در سال‌های گذشته بیش از ۱۰ درصد بود. به گزارش روابط عمومی، ناصر هروی با اشاره به سیاست‌های حمایتی حوزه درمان اظهار کرد: در بسیاری از خدمات بستری، جراحی و پاراکلینیکی، تعرفه‌ها برای بیماران تحت پوشش بیمه‌های پایه و تکمیلی ثابت مانده و افزایش نیافته تا فشار مالی به خانواده‌ها وارد نشود. معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی گلستان، افزود: در گلستان نیز با توجه به وضعیت اقتصادی و اجتماعی خاص استان، موضوع سلامت در اولویت نخست برنامه‌های دانشگاه علوم پزشکی قرار دارد. وی با اشاره به جایگاه گلستان در شاخص‌های توسعه‌ای کشور گفت: گلستان از نظر شاخص‌های رفاهی و اقتصادی در میان استان‌های هشتم و نهم کشور از نظر محرومیت قرار دارد، اما در حوزه سلامت، به‌ویژه در مناطق روستایی، وضعیت استان نسبت به میانگین کشوری مطلوب‌تر است. هروی افزود: در شاخص بار بیماری‌ها، مرگ و میر ناشی از بیماری‌های غیرواگیر و حوادث ترافیکی، گلستان در میان ۱۰ استان نخست کشور قرار دارد و بخش قابل توجهی از سال‌های از دست‌رفته عمر در استان به دلیل ابتلا به بیماری در سنین جوانی است و این مساله ضرورت توجه به پیشگیری را دوچندان می‌کند. معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی گلستان با تاکید بر اهمیت پیشگیری از بیماری‌ها گفت: دیابت، فشار خون و نارسایی

## آگهی تجدید مزایده عمومی واگذاری و فروش زمین با کاربری عمومی

(شماره مزایده مرجع ۱۹۰۱۵ مورخ ۱۱/۸/۱۴۰۴)

اداره کل راه و شهرسازی استان گلستان در نظر دارد زمین با کاربری عمومی متعلق به سازمان ملی زمین و مسکن بشرح ذیل طبق برنامه زمانی از طریق آگهی فراخوان مزایده عمومی واگذار نماید:

- زمان انتشار در سایت ۱۴۰۴/۰۸/۲۵ ساعت ۱۲
- تاریخ بازدید ۱۴۰۴/۰۹/۱۷ ساعت ۸ صبح لغایت ۱۲
- زمان بازگشایی ۱۴۰۴/۰۹/۲۶ ساعت ۸ صبح
- زمان اعلام به برنده ۱۴۰۴/۰۹/۲۹ ساعت ۱۲

لازم به ذکر است کلیه مراحل برگزاری مزایده (شامل دریافت اسناد مزایده، پرداخت تضمین شرکت در مزایده، پیشنهاد قیمت، بازگشایی پاکات، اعلام به برنده، واریز وجه مزایده و تحویل مال مورد مزایده) صرفاً از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت ([www.setadiran.ir](http://www.setadiran.ir)) می‌باشد. اصل تضمین شرکت در مزایده پس از بارگذاری در سایت و قبل از پایان مهلت پیشنهاد قیمت بایستی تحویل این اداره کل گردد. توصیه می‌گردد قبل از ارائه پیشنهاد، از ملک موضوع مزایده بازدید به عمل آید. سایر اطلاعات مورد نیاز در سامانه درج گردیده و جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۳۲۲۴۴۳۷۱ - ۰۱۷ (اداره پیمان و رسیدگی) تماس حاصل گردد.

### جدول ملک مورد مزایده واگذاری و فروش زمین با کاربری عمومی – (فروش بصورت نقد و اقساط می‌باشد)

| ردیف | نقطه | پلاک ثبتی                                                  | مساحت (مترمربع) | کاربری | محل وقوع ملک                      | قیمت کل         | نوع پرداخت               | توضیحات                                                |
|------|------|------------------------------------------------------------|-----------------|--------|-----------------------------------|-----------------|--------------------------|--------------------------------------------------------|
| ۱۱   | ۱۲   | ۵۵۵۰۰ مترمربع و مجری از ۳۵ فرعی از ۱۲۲ اصلی بخش ۲ گرگان    | ۱۳۳۷            | آموزشی | کرگان نوش جنب آبدان               | ۶۶.۸۵۰.۰۰۰.۰۰۰  | ادرسد نقد و اقساط ۱۰ساله | واگذاری بصورت قرارداد و به دارندگان موافقت اصولی استان |
| ۱۲   | ۱۳   | ۵۵۵۰۰ مترمربع و مجری از ۴۵۳ فرعی از ۱۲۲ اصلی بخش ۲ گرگان   | ۱۳۶۰            | آموزشی | کرگان نوش جنب آبدان               | ۶۸.۰۰۰.۰۰۰.۰۰۰  | ادرسد نقد و اقساط ۱۰ساله | واگذاری بصورت قرارداد و به دارندگان موافقت اصولی استان |
| ۱۳   | ۱۴   | ۵۵۵۰۰ مترمربع و مجری از ۴۵۳ فرعی از ۱۲۲ اصلی بخش ۲ گرگان   | ۸۵۰             | آموزشی | کرگان نوش جنب آبدان               | ۲۲.۵۰۰.۰۰۰.۰۰۰  | ادرسد نقد و اقساط ۱۰ساله | واگذاری بصورت قرارداد و به دارندگان موافقت اصولی استان |
| ۱۴   | ۱۵   | ۵۵۵۰۰ مترمربع و مجری از ۴۵۳ فرعی از ۱۲۲ اصلی بخش ۲ گرگان   | ۶۹۳             | آموزشی | کرگان نوش جنب آبدان               | ۲۲.۶۵۰.۰۰۰.۰۰۰  | ادرسد نقد و اقساط ۱۰ساله | واگذاری بصورت قرارداد و به دارندگان موافقت اصولی استان |
| ۱۵   | ۱۶   | ۵۵۵۰۰ مترمربع و مجری از ۴۵۳ فرعی از ۱۲۲ اصلی بخش ۲ گرگان   | ۲۰۶۷            | آموزشی | کرگان نوش جنب آبدان               | ۹۷.۱۲۹.۰۰۰.۰۰۰  | ادرسد نقد و اقساط ۱۰ساله | واگذاری بصورت قرارداد و به دارندگان موافقت اصولی استان |
| ۱۶   | –    | ۵۵۵۰۰ مترمربع و مجری از ۱۹۱ فرعی از ۱۱ اصلی بخش ۲ گرگان    | ۱۰۰۰            | آموزشی | گنبد آهنپای آرش نری               | ۱۹۲.۰۰۰.۰۰۰.۰۰۰ | ادرسد نقد و اقساط ۵ساله  | واگذاری بصورت قرارداد و به دارندگان موافقت اصولی استان |
| ۱۷   | –    | ۲۰۹۰۰ مترمربع و مجری از ۲۱۴ فرعی از ۱۱ اصلی بخش ۲ گرگان    | ۵۰۰۶۰           | درمانی | کدامه آهنپای سبک سبک              | ۲۱۰.۲۷۰.۲۰۰.۰۰۰ | ادرسد نقد و اقساط ۵ساله  | واگذاری بصورت قرارداد و به دارندگان موافقت اصولی استان |
| ۱۸   | –    | ۲۰۹۰۰ مترمربع و مجری از ۲۱۴ اصلی بخش ۲ گرگان               | ۵۰۰۶۷           | درمانی | کدامه آهنپای سبک سبک              | ۲۱۰.۲۱۵۴۰.۰۰۰   | ادرسد نقد و اقساط ۵ساله  | واگذاری بصورت قرارداد و به دارندگان موافقت اصولی استان |
| ۱۹   | ۲۳۷  | ۴۶۱۰۳ فرعی مغرور و مجری از ۲۲۲۲ فرعی از ۱ اصلی بخش ۲ گرگان | ۲۲۷۵.۱          | ورزشی  | گنبد خیابان باقرخان               | ۵۵۶.۷۷۰.۰۰۰.۰۰۰ | ادرسد نقد و اقساط ۷ساله  | واگذاری بصورت قرارداد و به دارندگان موافقت اصولی استان |
| ۲۰   | ۳۶   | ۲۱۸۵۰ مترمربع و مجری از ۱۲۵ فرعی از ۱۱۸ اصلی بخش ۲ گرگان   | ۵۳۰۴.۱۷         | ورزشی  | کدامه آهنپای سبک سبک مهر محمداباد | ۲۹۴.۳۸۰.۰۰۰.۰۰۰ | ادرسد نقد و اقساط ۱۰ساله | واگذاری بصورت قرارداد و به دارندگان موافقت اصولی استان |

شناسه آگهی ۲۰۴۹۱۴

| ردیف | نقطه | پلاک ثبتی                                               | مساحت (مترمربع) | کاربری | محل وقوع ملک        | قیمت کل            | نوع پرداخت               | توضیحات                                                |
|------|------|---------------------------------------------------------|-----------------|--------|---------------------|--------------------|--------------------------|--------------------------------------------------------|
| ۱    | ۱    | ۴۰۰۰ مترمربع و مجری از ۵۲ فرعی از ۱۲۲ اصلی بخش ۲ گرگان  | ۱۰۳۴            | آموزشی | کرگان نوش جنب آبدان | ۵۱.۷۰۰.۰۰۰.۰۰۰     | ادرسد نقد و اقساط ۱۰ساله | واگذاری بصورت قرارداد و به دارندگان موافقت اصولی استان |
| ۲    | ۲    | ۴۰۰۰ مترمربع و مجری از ۴۵۳ فرعی از ۱۲۲ اصلی بخش ۲ گرگان | ۹۴۱             | آموزشی | کرگان نوش جنب آبدان | ۲۷۰.۵۰۰.۰۰۰.۰۰۰    | ادرسد نقد و اقساط ۱۰ساله | واگذاری بصورت قرارداد و به دارندگان موافقت اصولی استان |
| ۳    | ۳    | ۴۰۰۰ مترمربع و مجری از ۵۲ فرعی از ۱۲۲ اصلی بخش ۲ گرگان  | ۹۱۶             | آموزشی | کرگان نوش جنب آبدان | ۴۵.۸۰۰.۰۰۰.۰۰۰     | ادرسد نقد و اقساط ۱۰ساله | واگذاری بصورت قرارداد و به دارندگان موافقت اصولی استان |
| ۴    | ۴    | ۴۰۰۰ مترمربع و مجری از ۴۵۳ فرعی از ۱۲۲ اصلی بخش ۲ گرگان | ۹۷۲             | آموزشی | کرگان نوش جنب آبدان | ۴۸.۶۰۰.۰۰۰.۰۰۰     | ادرسد نقد و اقساط ۱۰ساله | واگذاری بصورت قرارداد و به دارندگان موافقت اصولی استان |
| ۵    | ۵    | ۴۰۰۰ مترمربع و مجری از ۴۵۳ فرعی از ۱۲۲ اصلی بخش ۲ گرگان | ۱۸۲۹            | آموزشی | کرگان نوش جنب آبدان | ۹۱.۴۵۰.۰۰۰.۰۰۰     | ادرسد نقد و اقساط ۱۰ساله | واگذاری بصورت قرارداد و به دارندگان موافقت اصولی استان |
| ۶    | ۷    | ۴۰۰۰ مترمربع و مجری از ۴۵۳ فرعی از ۱۲۲ اصلی بخش ۲ گرگان | ۱۷۷۲            | آموزشی | کرگان نوش جنب آبدان | ۷۰.۸۸۰.۰۰۰.۰۰۰     | ادرسد نقد و اقساط ۱۰ساله | واگذاری بصورت قرارداد و به دارندگان موافقت اصولی استان |
| ۷    | ۸    | ۴۰۰۰ مترمربع و مجری از ۴۵۳ فرعی از ۱۲۲ اصلی بخش ۲ گرگان | ۳۴۵۱            | آموزشی | کرگان نوش جنب آبدان | ۱۶۵.۶۸۰۰۰.۰۰۰.۰۰۰  | ادرسد نقد و اقساط ۱۰ساله | واگذاری بصورت قرارداد و به دارندگان موافقت اصولی استان |
| ۸    | ۹    | ۴۰۰۰ مترمربع و مجری از ۴۵۳ فرعی از ۱۲۲ اصلی بخش ۲ گرگان | ۱۵۵۲            | آموزشی | کرگان نوش جنب آبدان | ۷۷.۶۰۰.۰۰۰.۰۰۰.۰۰۰ | ادرسد نقد و اقساط ۱۰ساله | واگذاری بصورت قرارداد و به دارندگان موافقت اصولی استان |
| ۹    | ۱۰   | ۴۰۰۰ مترمربع و مجری از ۴۵۳ فرعی از ۱۲۲ اصلی بخش ۲ گرگان | ۱۰۳۴            | آموزشی | کرگان نوش جنب آبدان | ۵۱.۷۰۰.۰۰۰.۰۰۰.۰۰۰ | ادرسد نقد و اقساط ۱۰ساله | واگذاری بصورت قرارداد و به دارندگان موافقت اصولی استان |
| ۱۰   | ۱۱   | ۵۵۵۰۰ مترمربع و مجری از ۵۲ فرعی از ۱۲۲ اصلی بخش ۲ گرگان | ۱۸۲۷            | آموزشی | کرگان نوش جنب آبدان | ۹۱.۳۵۰.۰۰۰.۰۰۰.۰۰۰ | ادرسد نقد و اقساط ۱۰ساله | واگذاری بصورت قرارداد و به دارندگان موافقت اصولی استان |

## پوکی استخوان دشمن خاموش سالمندی

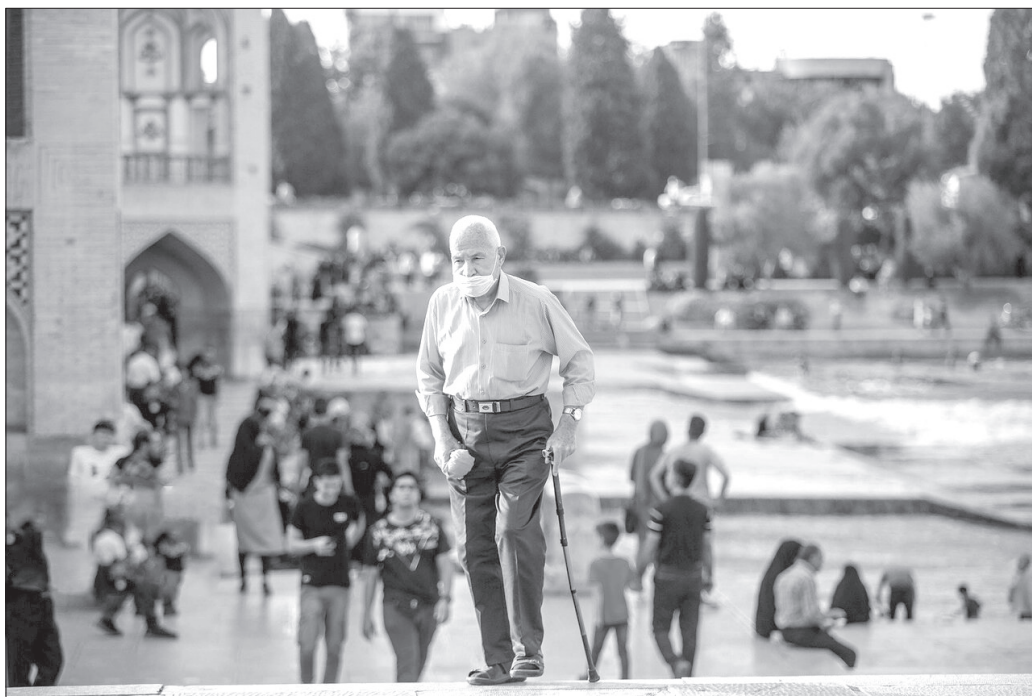
ورزش‌ها و نرمش‌های قدرتی متناسب با سن خود، تحت نظر کارشناس مربوطه، بهره ببرند. این رویکرد هم از آسیب حین فعالیت جلوگیری می‌کند، هم سلامتی جسمی را تقویت می‌کند و بیماری‌هایی مانند فشار خون و دیابت را کنترل کرده و در نهایت به پیشگیری از پوکی استخوان کمک می‌کند.

### پیاده‌روی روزانه؛ فواید و رعایت ایمنی برای سالمندان

این متخصص جراحی مغز و اعصاب و ستون فقرات، درباره فواید پیاده‌روی روزانه و نحوه انجام صحیح آن توضیح می‌دهد: پیاده‌روی روزانه باید مرتب و مستمر انجام شود و به‌عنوان یک فعالیت روزانه در نظر گرفته شود. فعالیت شدید و یک‌باره نمی‌تواند اثر پیشگیری‌کننده داشته باشد و حتی ممکن است به بدن آسیب برساند. او تأکید می‌کند: پیاده‌روی باید هر روز انجام شود و بسته به سن و شرایط فرد با سرعت مناسب باشد. شیب ملایم مشکلی ایجاد نمی‌کند، اما شیب تند، چه به‌صورت سربالایی و چه سرازیری، می‌تواند مضر باشد. انتخاب کفش مناسب نیز بسیار اهمیت دارد تا فشار به پاشنه و انگشتان پا کاهش یابد و مفاصل در امان بمانند. در صورتی که فرد دچار مشکلات کهنسالی است، استفاده از چوب یا عصا توصیه می‌شود؛ این اقدام به کاهش آسیب به مفاصل کمک قابل توجهی می‌کند.

### فیزیوتراپی و تمرینات خانگی برای سالمندان

طباطبایی آل‌طه درباره نقش فیزیوتراپی و تمرینات خانگی در پیشگیری از پوکی استخوان توضیح می‌دهد: فعالیت فیزیوتراپی به‌طور مستقیم برای جلوگیری از پوکی استخوان وجود ندارد. در واقع، اقدامات فیزیوتراپی و توان‌بخشی از طریق افزایش قوای عضلانی و افزایش دامنه حرکات باعث می‌شوند مفاصل آسیب نبینند و فرد فعالیت بدنی سالم‌تری داشته باشد. به این طریق، هم از آسیب مفاصل و هم از تشدید پوکی استخوان جلوگیری می‌شود. او تأکید می‌کند: فیزیوتراپیست به‌طور مستقیم عمل نمی‌کند، بلکه مانند یک معلم عمل می‌کند و سرمشق‌هایی در قالب ورزش‌ها و فعالیت‌ها ارائه می‌دهد. این اقدامات با کاهش درد به بیمار کمک می‌کند تا فعالیت بدنی خود را گسترش دهد و این فعالیت بدنی توسعه‌یافته باعث افزایش قوای جسمانی، هم از نظر قلبی-ریوی و هم از نظر عضلانی، می‌شود. این عوامل در مجموع به فرد کمک می‌کنند تا زمینه‌های بروز پوکی استخوان و تشدید آن را کنترل کند.



اشکال مختلف از جمله کشک، دوع، پنیر و ماست، نسبت به دیگر مواد غذایی کلسیم بیشتری دارند و مصرف منظم آن‌ها مؤثر است. او تأکید می‌کند: از سوی دیگر، مصرف موادی مانند نوشابه‌های گازدار به دلیل ترکیبات شیمیایی موجود در آن‌ها، جذب کلسیم توسط استخوان را مختل می‌کند و باید از آن پرهیز شود. نوشابه‌های گازدار برای رشد استخوان بسیار مضر بوده و می‌توانند زمینه‌ساز پوکی استخوان باشند؛ این خطر در سنین کودکی به یک شکل و در سن بزرگسالی به شیوه‌ای دیگر نمود پیدا می‌کند.

### فعالیت بدنی سالمندان؛ ضرورت و ایمنی

طباطبایی آل‌طه درباره باور برخی سالمندان مبنی بر پرهیز از فعالیت زیاد می‌گوید: فعالیت زیاد یک اصطلاح نسبی است؛ آنچه برای یک فرد زیاد محسوب می‌شود، ممکن است برای فرد دیگر کم باشد. اما آنچه مسلم است، انجام فعالیت روزانه مؤثر و مفید بر اساس سن، جثه و شرایط بدنی فرد اهمیت دارد. او ادامه می‌دهد: برای اینکه سالمندان بتوانند فعالیت بدنی داشته باشند و همزمان از آسیب به مفاصل جلوگیری کنند، تقویت قوای عضلانی ضروری است. هرچه بافت عضلانی سالم‌تر و قوی‌تر باشد، به حفظ استخوان‌ها و پیشگیری از آسیب مفاصل کمک می‌کند. توصیه ما این است که فعالیت بدنی را با ساده‌ترین حرکت‌ها، مانند پیاده‌روی، آغاز کنند و همزمان از

استخوان دارد. لذا زمانی فرد دچار علائم می‌شود که پوکی استخوان پیشرفته است. آگاه بودن از این موضوع که پوکی استخوان به یقین اتفاق خواهد افتاد، قبل از بروز علائم، باعث می‌شود اقدامات جدی‌تری برای پیشگیری انجام شود. او ادامه می‌دهد: ما نمی‌توانیم جلوی فرایند پیری یا یائسگی را بگیریم، اما می‌توان با فعالیت بدنی روزانه مؤثر، حداقل نیم ساعت در روز یا جمعا سه تا چهار ساعت در هفته، و رعایت رژیم غذایی مناسب که شامل مصرف کافی لبنیات باشد، از بروز یا شدت بیماری جلوگیری کرد. مشورت با پزشکان متخصص داخلی، پزشک خانواده یا متخصصین تغذیه نیز در این مسیر مؤثر است. او تأکید می‌کند: فعالیت بدنی ساده‌ای که سالمندان می‌توانند انجام دهند، پیاده‌روی است؛ زیرا باعث وارد آمدن وزن به پاها شده و به حفظ تعادل و استحکام عضلات کمک می‌کند. روش‌های مختلف انجام این فعالیت‌ها با توجه به سن و شرایط جسمانی وجود دارد که می‌توان با متخصصین طب ورزشی و پزشکان مشورت کرده و برنامه‌ای مناسب تدوین کرد تا ان‌شاءالله مؤثر واقع شود.

### اهمیت تغذیه در پیشگیری از پوکی استخوان

طباطبایی آل‌طه در توضیح نقش تغذیه در پیشگیری از پوکی استخوان می‌گوید: ترکیبات مواد غذایی اکثراً حاوی کلسیم هستند، اما آنچه سرشار از کلسیم بوده و می‌تواند به حفظ سلامت استخوان‌ها کمک کند، لبنیات است. لبنیات به

مردان دچار تغییرات هورمونی و یائسگی می‌شوند که این امر خود در شروع و تشدید بیماری پوکی استخوان مؤثر است. او تأکید می‌کند که تمامی این عوامل در کنار یکدیگر باعث می‌شود پوکی استخوان در سالمندان و به‌ویژه در بانوان، شایع‌تر باشد.

### علائم هشداردهنده پوکی استخوان و اهمیت تشخیص زودهنگام

طباطبایی آل‌طه در خصوص علائم هشداردهنده پوکی استخوان و نحوه تشخیص زودهنگام آن توسط خانواده‌ها توضیح می‌دهد: پوکی استخوان یک تهدید بالقوه است که در اکثریت مواقع، به‌ویژه در خانم‌هایی که بالای ۵۰ سال سن دارند، اتفاق می‌افتد. شدت و ضعف این بیماری می‌تواند با رعایت رژیم غذایی مناسب و فعالیت بدنی مؤثر کاهش یابد، اما تقریباً می‌توان گفت که برای افراد بالای ۵۰ سال، به‌ویژه بانوانی که فعالیت بدنی نامناسب و رژیم غذایی ناکافی دارند یا زمینه بیماری پوکی استخوان مشاهده می‌شود.

### ورزش‌های ساده برای حفظ تعادل و استحکام عضلات سالمندان

این متخصص جراحی مغز و اعصاب و ستون فقرات، در خصوص اهمیت فعالیت بدنی برای پیشگیری از پوکی استخوان و حفظ استحکام عضلات سالمندان می‌گوید: پوکی استخوان بیماری‌ای است که معمولاً به صورت مخفیانه و بسیار موزنی آغاز می‌شود و زمانی علائم آن بروز می‌کند که بدن بیشترین نیاز را به تراکم

به گفته یک متخصص مغز و اعصاب و ستون فقرات، پوکی استخوان یکی از بیماری‌های خاموش سالمندان است که اغلب بدون علائم اولیه بروز می‌کند و می‌تواند تعادل و کیفیت زندگی آنان را به‌طور جدی تحت تأثیر قرار دهد. با این حال، با رعایت یکسری روش‌های ساده اما مؤثر در سبک زندگی، سالمندان می‌توانند از بروز یا تشدید این بیماری پیشگیری کنند. به گزارش ایرنا زندگی، با افزایش سن، بدن ما به آرامی تغییر می‌کند و یکی از بخش‌هایی که بیشترین تأثیر را از گذر زمان می‌پذیرد، استخوان‌ها هستند. پوکی استخوان، بیماری خاموشی که اغلب تا مراحل پیشرفته علائمی ندارد، می‌تواند تعادل و کیفیت زندگی سالمندان را به‌طور جدی تحت تأثیر قرار دهد. اما خبر خوب این است که با پیشگیری مناسب، فعالیت بدنی و تغذیه صحیح می‌توان از بروز یا تشدید این بیماری جلوگیری کرد. در این گزارش، دکتر سعید طباطبایی آل‌طه، متخصص جراحی مغز و اعصاب و ستون فقرات، نکات کلیدی برای محافظت از استخوان‌ها و حفظ سلامت سالمندان را تشریح می‌کند.

### شیوع پوکی استخوان واقعیتهای خاموش و شایع

دکتر سعید طباطبایی آل‌طه، متخصص جراحی مغز و اعصاب و ستون فقرات، در خصوص شیوع پوکی استخوان در سالمندان توضیح می‌دهد: پوکی استخوان بیماری‌ای است که در تمام دنیا مخصوصاً سنین سالمندی است و هرچقدر سن متوسط جامعه افزایش پیدا می‌کند، این بیماری نیز بیشتر دیده می‌شود و در کشور ما نیز از این قاعده مستثنا نیست. این بیماری در سالمندان شایع‌تر است، زیرا پوکی استخوان یکی از اجزای طبیعی فرایند پیری است و همان‌طور که قسمت‌های مختلف بدن دچار اضمحلال و فرایند پیری می‌شوند، استخوان‌ها نیز تحت تأثیر این پدیده قرار می‌گیرند.

### پوکی استخوان در سالمندان و به‌ویژه در بانوان، شایع‌تر باشد

پوکی استخوان در خانم‌ها شایع‌تر است، زیرا آن‌ها میزان فعالیت بدنی محدودی دارند و زودتر در معرض فاکتورهای خطری قرار می‌گیرند که منجر به پوکی استخوان می‌شوند. به‌طور مثال، در کشور ما خانم‌ها کمتر در معرض نور مستقیم خورشید قرار می‌گیرند و فعالیت بدنی مؤثر کمتری دارند. همچنین به‌صورت طبیعی تمایل چندانی به مصرف مواد لبنی و مشتقات آن ندارند و فعالیت بدنی‌شان نیز عمدتاً محدود به فعالیت‌های خانگی است. از طرفی، خانم‌ها در سن پایین‌تری نسبت به