

کاشمش

روزنامه

■ گلشن مهر شناسنامه گلستان است

■ یکشنبه ۲۶ بهمن ماه ۱۴۰۴ / سال بیست و هفتم / شماره ۳۱۳۰ / ۸ صفحه / ۲۵۰۰ تومان

۲



رئیس جهاد کشاورزی استان خبر داد:
پایان زهکشی تا سال آینده

«»

۳



خلیج گرگان در خطر خشک شدن
ضرورت احیای یک مطالبه همیشگی

«»

۴



به یاد استاد پرویز کریمی
«یادداشت»

«»



از طعم تا خواص شگفت انگیز
تخمه کدو

«»



شهرداری گرگان با بردی قاطع
به صدر بازگشت

«»

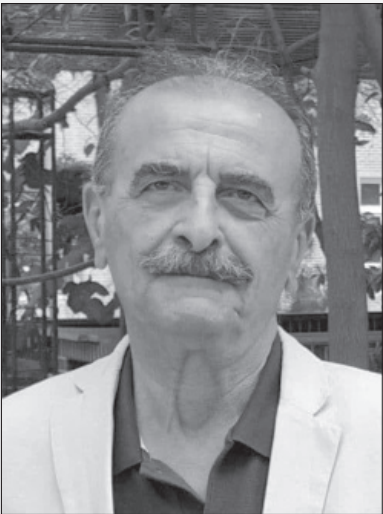


با دلنوشته دختر روستایی؛
نهضت مدرسه سازی را شروع کردیم

«»

بزرگداشت جواد پیشگر

شاعر صحنه های تئاتر



مهران مودنی– اردیبهشت سال جاری، پس از سال ها نمایشی صحنه‌ای از دکتر جواد پیشگر در تالار فخرالدین اسعد گرگانی روی صحنه رفت. استاد پیش‌کسوتی که با کوله‌باری از جوایز و افتخارات، به تازگی از کوچ چند ده‌ساله‌اش از تهران به زادگاهش بازگشته تا جان تازه‌ای در کالبد تئاتر گرگان بدمد و تجاریش را در اختیار هنرمندان این دیار بگذارد. پنج‌شنبه، ۱۸ دی‌ماه ۱۴۰۴ بزرگداشت این استاد نامدار در مؤسسه فرهنگی میرداماد برگزار شد که با حضور جمعی از هنرمندان، مسئولین و علاقه‌مندان حوزه فرهنگ و هنر استان همراه بود.

پیشگر شاعر

علی بابازیلی، پژوهشگر و صاحب امتیاز فصلنامه فرهنگی استارباد نخستین سخنرانی بود که پشت تربیون رفت. وی با زیر ذره‌بین بردن فعالیت‌های ادبی جواد پیشگر گفت: جای دارد از دست‌اندرکارانی که جلسات مشابیهی را برای تجلیل از چهره‌های تأثیرگذار استان برگزار کردند، تشکر کنیم. این قبیل اقدامات جزو وظایف ماست و جای دارد انجام پذیرد. اما درباره آقای پیشگر عزیز باید بگویم من می‌توانم ایشان را در دو قسمت بررسی کنم. یکی جنبه نمایشی ایشان در تئاتر و رادیو که بسیار پررنگ‌تر و شناخته‌شده‌تر است و دیگری، جنبه ادبی و شعری ایشان که مقداری در سایه قرار گرفته است. در کتاب «گلستان شاعران» که پنج سال پیش منتشر کردم و به معرفی شاعران معاصر گلستان پرداختم، آقای پیشگر جزو نسل دوم شعر نو و معاصر گرگان معرفی شدند که در اواخر دهه ۴۰ و اوایل دهه ۵۰ ظهور پیدا کردند. خوشبختانه ایشان سال ۱۳۹۷ هم مجموعه اشعارشان را تحت عنوان «خزری‌ها» منتشر کردند. آقای پیشگر در تمام فعالیت‌هایشان فردی کمال‌گرا هستند و وسواس بسیار زیادی روی تمام کارهایشان دارند. در تئاتر گرگان که عنوان می‌شود از سال ۱۳۴۷ به صورت حرفه‌ای در آمد و پیش‌کسوتان زیادی ظهور و بروز پیدا کردند، آقای پیشگر تفاوت بزرگی با اغلب هنرمندان

کردیم که مطمئن شدم فرد بسیار فرهیخته‌ای است. دوستی من با جواد از همان روز آغاز شد. تا اینکه در سال ۱۳۵۴ که به عنوان بازیگر استخدام شده و با هم همکار شدیم. جواد نخستین شخصی بود که از شهر گرگان به دانشکده هنرهای دراماتیک وارد شد. آرزوی همگی ما تحصیل در رشته تئاتر در دانشگاه بود. در حالی که جواد در این مورد پیشتاز بود و نخستین فردی بود که به طور آکادمیک وارد این عرصه شد و با بسیاری از اساتید برجسته تئاتر کشور آشنا شد و کار کرد. تمامی این افراد در روح و روان و میزان علم او تأثیرگذار بودند. هیچگاه در طول این ۵۱ سال چیزی جز صداقت از جواد ندیده‌ام. صداقت، تلاش و استمرار همیشه راهگشای جواد بوده است. وی بسیار پرکار و پرهیاهوست و هیچ‌وقت آرام و قرار ندارد. جواد بسیار خانواده‌دوست است و آن‌چنان به خانواده‌اش اهمیت می‌دهد که من لذت می‌برم. آن‌چنان خانواده‌او باصفاست که ما هرگز در طی این سالیان ندیده‌ایم گله کوچکی داشته باشد. از این جهت، باید به خانواده‌اش نیز تبریک گفت و از آن‌ها قدردانی کرد که تا این اندازه در رشد و تعالی بخشی به فکر و اندیشه او تأثیرگذار بوده‌اند. جواد در شرایطی دچار بحران شد که اگر هرکسی جای او بود، مسیر زندگی‌اش عوض می‌شد. او زمانی که دانشجوی تئاتر بود و فرزند نخستش به دنیا آمده بود، به دلایلی از بدنه فرهنگ و ارشاد اسلامی جدا شد. من اذعان می‌کنم که بنده، مرحوم قدرت‌اله صالحی و آقای علی‌اصغری که رئیس وقت فرهنگ و ارشاد گرگان بود، تلاش زیادی کردیم که جواد در بدنه این اداره باقی بماند. اما اراده دیگری بر اراده ما حاکم شد و این امر محقق نشد. ما ضرر کردیم. اما جواد نفع برد و با رفتنش به تهران، به فضیلت‌های تازه‌ای رسید. وی در آن دوران سخت با داشتن همسر و فرزند، بدون حقوق زندگی را با همت همسرش جلو برد و موفق شد زندگی شرافتمندانه‌ای در تهران بزرگ برای خودش دست و پا کند. جواد اهل جود، کرم و بخشش است.

ادامه در صفحه ۲

مدیران استانی و نگاه نمایشی به توسعه

■ با مسوولیت سردبیر

توسعه در ادبیات رسمی مدیران استانی، واژه‌ای پرکاربرد و پرزرق‌وبرق است؛ اما در عمل، اغلب به صحنه‌ای نمایشی تقلیل یافته که در آن کلنگ‌زنی، افتتاح و آمار نقش اول را بازی می‌کنند و نتیجه، پایداری و اثرگذاری در حاشیه می‌مانند. آنچه امروز در بسیاری از استان‌ها — و به‌ویژه استان‌های کمتر برخوردار — دیده می‌شود، نه توسعه واقعی، بلکه بازنمایی توسعه است؛ تصویری ظاهرا پرتحرک که پشت آن، پروژه‌های نیمه‌تمام، منابع هدررفته و مطالبات انباشته مردم پنهان شده است. نگاه نمایشی به توسعه، محصول ترکیبی از چند ضعف ساختاری است. نخست، غلبه منطق مناسبت‌محور بر برنامه‌محوری. دهه فجر، هفته دولت و سفرهای مقامات، به جای آنکه نقاط گزارش‌دهی از پیشرفت واقعی باشند، به موعد تعریف پروژه‌های تازه تبدیل شده‌اند. پروژه‌هایی که گاه حتی مطالعات فنی و اقتصادی آن‌ها کامل نشده، اما برای ثبت در آمار، شتاب‌زده وارد چرخه اجرا می‌شوند. دوم، آمارزدگی مدیریتی است. مدیر موفق، مدیری تلقی می‌شود که عدد بیشتری پروژه افتتاح کرده باشد، نه مدیری که یک پروژه پیچیده و حیاتی را به سرانجام رسانده است. در چنین فضایی، طبیعی است که پروژه‌های بزرگ، زمان‌بر و پرهزینه قربانی پروژه‌های کوچک، پراکنده و زودبازده ظاهری شوند؛ پروژه‌هایی که عکس دارند، اما اثر ماندگار نه. سوم، فقدان پاسخگویی پس از افتتاح است. با بریدن روبان، عملاً پرونده پروژه در ذهن مدیر بسته می‌شود؛ بی‌آنکه کسی بپرسد آیا این طرح به هدف اولیه خود رسیده؟ آیا بهره‌بردار دارد؟ آیا کیفیت اجرا قابل قبول است؟ نبود نظام ارزیابی پس از اجرا، نگاه نمایشی را تقویت و بازتولید می‌کند. نتیجه این رویکرد، انباشت پروژه‌های نیمه‌تمام، فرسایش اعتماد عمومی و اتلاف منابع محدود است. مردمی که سال‌ها وعده شنیده‌اند، دیگر با دیدن تابلوهای رنگارنگ قانع نمی‌شوند. توسعه واقعی، در زندگی روزمره مردم معنا پیدا می‌کند؛ در جاده‌ای که ایمن است، بیمارستانی که فعال است، شغلی که پایدار است و خدعاهاتی که بی‌وقفه ارائه می‌شود. استان‌ها بیش از هر چیز به مدیرانی نیاز دارند که جرئت نه گفتن به پروژه‌های نمایشی را داشته باشند؛ مدیرانی که به‌جای افزودن پروژه جدید به فهرست نیمه‌تمام‌ها، تکمیل طرح‌های موجود را افتخار بدانند. توسعه، صحنه‌نمایش نیست؛ فرآیندی پیچیده، زمان‌بر و مسئولیت‌آور است. تا زمانی که این واقعیت پذیرفته نشود، استان‌ها شاید در آمار بدرخشند، اما در واقعیت، همچنان درجا خواهند زد.

تابلوساز علی‌پور

مجری انواع تابلوهای تبلیغاتی...

گرگان ، بلوار مدرس ، نبش مدرس ۹



تماس: ۰۹۱۱۵۶۷۱۳۶۹



ادامه تیتراژ اول

به هیچ عنوان اهل حسادت نیست. دلداه، فرهیخته، والامقام و یک دوست صمیمی است. جواد دنیا را بسیار زیبا می‌بیند و ویژگی‌های اخلاقی و انسانی بارزی دارد.

پدری که برای لایایی شاملو می‌خواند

تیبیا پیشگر، فرزند جواد پیشگر درباره رفتارهای بارز وی به عنوان یک پدر گفت: همکارهای پدرم همیشه می‌گفتند همه سر کار از آقای پیشگر حساب می‌برند. اما ما چیز زیادی ندیدیم. وقتی در خانه شیطنت می‌کردیم، مادرم به ما می‌گفت: بایستید تا پدرتان بیاید. وقتی هم بابا می‌آمد و ماجرا را برایش می‌گفتم، نگاه خشمگینی به ما می‌انداخت و تمام کل خشم پدر در تربیت ما همین مقدار بود و با بزرگ‌تر شدن ما، حنایش دیگر رنگی نداشت. یعنی دیگر حساب نمی‌بردیم. فکر نمی‌کنم هیچ‌کس شعر شاملو را برای بچه‌هایش به عنوان لایایی بخواند. پدر ما برایمان شاملو می‌خواند. همیشه دست پدر کتاب دیدیم. همیشه یا می‌خواند و یا می‌نوشت. من و تارا نیز با کتاب بزرگ شدیم و باید حتماً قبل از خواب، چند ساعت کتاب می‌خواندیم. همیشه موسیقی خوب گوش می‌دادیم. وقتی ۷ سالم بود، پدر و مادرم کشف کردند که صدای خوبی دارم و تصمیم گرفتند مرا از ۱۳ سالگی به کلاس آواز بفرستند. بابا همیشه پیش از اینکه سر کار برود، مرا به کلاس آواز می‌رساند و ساعت ۹ شب دنبال من می‌آمد. فکر می‌کنم در نهایت وقتی من را روی صحنه تالار وحدت

دید، از نتیجه زحمت‌هایش احساس رضایت کرد. بابا به ما یاد داد که برای حل مشکلاتمان گفت‌وگو کنیم. من هم بسیار احساساتی بودم و با جمله دوم، اشکم در می‌آمد. به نظرم اخلاق بارز بابا این است که هنوز هم اگر حالش را بی‌پرسید، به شما می‌گوید عالی است. در زندگی هر کسی سختی و بالا و پایین‌های مالی بوده است. به خصوص در زندگی هنرمندان. اما بابا همیشه می‌گفت عالی است. به عنوان کلام آخر باید بگویم اگرچه که امروز برای تجلیل از پدرم اینجاییم، اما من فکر می‌کنم که صبوری، مهربانی و از خودگذشتگی مادرم شایسته تشویقی جانانه است. مادر و پدرم با هم زندگی‌شان را ساختند و به گمان من اگر صبوری مادرم نبود، بستری که پدر بتواند به علایقش برسد، فراهم نمی‌شد.

شاعر تئاتر

حسن رستماني، استاد پیش‌کسوت سینما و تئاتر درباره جواد پیشگر عنوان کرد: به نام نامی هنر و به نام صحنه که در آن زندگی، تفکر و پالایش و عشق جاری می‌شود. عشق به انسانیت انسان. خصلت درام درگیری و تضاد است که بر پایه دیالوگ بر صحنه شکل می‌گیرد و برون‌رفت آن شکفتن عشق است. عشق به انسان و زندگی. و خود نیز زندگی است. اگرچه زشت و زیبا را به نمایش در می‌آورد، اما فراز و فروزش شعر است؛ شعر زندگی و شعر چگونگی زیستن انسان. در این عرصه سالیان درازی است که دکتر جواد جان پیشگر عزیز، این یار دیرینه را دیده‌ام که پرومته‌وار در وادی نمایش صحنه، فیلم، رادیو و شعر و ادبیات چه عاشقانه شاعرانگی می‌کند. و ادای دینش را به مردمان جامعه، خردمندان و اندیشه‌ورزانه با اندیشه‌ورزی بذل عشق می‌کارد در پهن دشت هنر تا بالندگی انسان را به نمایش درآورد. تا دیگران زندگی و عشق راه آزادی و درد را با تمام وجود حس و لمس کنند. تلاشت را پاس می‌دارم ای همراه همیشه‌گی، ای

یاور جوانان عرصه نمایش این دیار، دکتر جواد پیشگر.

یادگار دوران طلایی تئاتر

رها شکری، بازیگر عرصه تئاتر که به تازگی در «داستان باغ وحش» با جواد پیشگر همکاری داشت، درباره او گفت: صحبت کردن در حضور این تعداد از اساتید و بزرگان نمایش جسارت است. من به عنوان یک بازیگر جوان این افتخار را داشتم که با آقای پیشگر آشنا شوم و از ایشان بیاموزم. من فکر می‌کنم ما امروز نه برای بزرگداشت ایشان، بلکه برای بزرگداشت تئاتر اینجا جمع شده‌ایم. جناب پیشگر بوی دوره‌ای از تئاتر را می‌دهند که تنفس در آن سال‌ها برای ما نسل جدید آرزوست. می‌گویند هنرمند آنی‌ست که حقایق را از دل سادگی بیرون بکشد. در آثار آقای پیشگر به خوبی می‌توان این را دید. دغدغه اصلی ایشان همیشه تئاتر بوده است و تئاتر یعنی دیالوگ. تئاتر یعنی صحبت کردن با یکدیگر و رسیدن به درک متقابل. در زیرلایه‌های آثار ایشان این موضوع به چشم می‌خورد. آقای پیشگر حتی در پشت صحنه هم همیشه با دست‌اندرکاران کار صحبت می‌کند و سوال می‌پرسد. این پرسشگری ذات ایشان است. آقای پیشگر همواره می‌پرسد و همیشه مطالعه و تحقیق می‌کند. در برخورد با ایشان، شما هیچگاه منتی نمی‌بینید. امکان ندارد کسی از جناب پیشگر کمک بخواهد و ایشان جواب نه بدهد. طوری که انگار ایشان نه در مقابل شما، بلکه در کنار شماست. به قول فروغ فرخزاد: کسی می‌آید، کسی می‌آید، کسی دیگر، کسی بهتر. اگر صادقانه بخواهم بگویم، گمان نمی‌کنم کسی بهتر از ایشان بیاید.

آرزوی هر فرزندی

تارا پیشگر، دیگر فرزند جواد پیشگر بود که در این مراسم پشت تربیون رفت و گفت: روزی که پدر از ما خواست تا در این مراسم صحبت کنیم، تصمیم گرفتم ابتدا نا از

رئیس جهاد کشاورزی استان خبر داد:

پایان زهکشی تا سال آینده



مهران مودنی- رئیس جهاد کشاورزی گلستان عنوان کرد: بدهی جهاد کشاورزی استان در آغاز فعالیت دولت سیزدهم حدود ۸۰۰ میلیارد تومان بود که تا شروع سال ۱۴۰۴، حدود ۳۵۰ میلیارد تومان از آن تسویه شد. این موضوع موجب زمینه‌سازی برای ادامه روند اجرای طرح‌های زیربنایی، از جمله زهکشی گردید. ابراهیم هزارجریبی، صبح سه‌شنبه، ۲۱ بهمن ۱۴۰۴ در جمع خبرنگاران گفت: حدود ۹۰ درصد پروژه‌های کشاورزی استان با سرمایه مردم و بخش خصوصی پیش می‌رود. از این رو، گلستان به یکی از استان‌های جذاب برای سرمایه‌گذاری در حوزه کشاورزی تبدیل شده است. رئیس جهاد کشاورزی گلستان در پاسخ به پرسش خبرنگار گلشن مهر درباره ارتباط افزایش کشت شالی و بحران آبی استان گفت: افزایش کشت شالی در الگوی کشت استان گلستان وجود دارد و معیار ما الگوی کشت است. در همین الگوی کشت، جهش تولید برنج وجود دارد. جهش تولید به معنای جهش عملکرد مطابق الگوی کشت در واحدهای مشخص شده است. این سخن به معنای افزایش سطح در آن حوزه نیست. وی افزود: قصد ستاد اجرایی فرمان امام این است که تولید برنج کشور را در

یک روستا یا یک منطقه را یکپارچه کنیم و از آن‌ها بخواهیم به‌صورت مشاعی کار کنند. فرهنگ‌سازی این مورد بسیار دشوار است. وی خاطرنشان کرد: نیاز است تا در حوزه بهره‌برداری با مردم صحبت کنیم. دولت این وظیفه را بر عهده دارد تا امکانات اعتباری و حقوقی را تعیین کند. سازمان ثبت اسناد مکلف است در صورتی که مردم تمایل به یکپارچه‌سازی زمین‌هایشان داشته باشند، به آن‌ها کمک کند. هزارجریبی اظهار داشت: تجمیع زمین ۱۰۰ زمین‌دار با ۱۰۰ سند مختلف کار سختی است. اگرچه که شاید مجموع زمین‌های آن‌ها از ۱۰۰ هکتار به ۱۱۰ هکتار افزایش یابد. سازمان ثبت اسناد موظف است به این امر کمک کند. اما چنین کاری نیاز به فرهنگ‌سازی دارد. وی در نهایت اضافه کرد: در حال حاضر، در حوزه نظام بهره‌برداری تصمیماتی در شرف اتخاذ هستند که هنوز به ما اعلام نشده است. تعهد زمانی مشخصی برای تجمیع اراضی مشخص نشده است. اگرچه که تعهد و برنامه هکتاری برای این امر مشخص شده است. این امر در حدود ۲ هزار هکتار در تعاونی‌های تولید صورت گرفته است. اما در حوزه مردمی، مسئله دشوار است.

وی ادامه داد: سدهای ما در سالی که گذشت آب زیادی نداشتند که کشت برنج را تأمین کنند. لذا کشت غیرعادی و غیراصولی برنج که موجب افزایش مصرف آب می‌شود به علت وجود چاه‌های غیرمجاز است. این یعنی افزایش کشت برنج طبق برنامه‌های الگوی کشت صورت می‌گیرد. اگرچه که عده‌ای هم شامل کشت خارج از برنامه می‌شوند.

استان‌های شمالی افزایش دهد. البته بیش‌ترین سهم را استان‌های مازندران و گیلان دارند. هزارجریبی خاطرنشان کرد: نباید به‌اشتباه تصور کنیم که افزایش تولید برنج به معنای افزایش مصرف آب است. ممکن است چاه‌های غیرمجاز عامل اصلی آن باشد که باید جلوی‌شان گرفته شود. چاه‌های مجاز آب را با پروانه در اختیار کشاورزان قرار می‌دهد.

خلیج گرگان در خطر خشک شدن

ضرورت احیای یک مطالبه همیشگی

دریاچه‌ها آثار منفی مختلفی از جمله آثار زیست محیطی دارد بنابراین احیای آنها باید در اولویت قرار گیرد. وی افزود: تالاب‌ها و دریاچه‌ها نقش حیاتی برای کشور دارند با این حال گاهی اهمیت این مسئله نادیده گرفته می‌شود. تاکنون درخصوص آبخیزداری و آبخوان‌داری برخورد شعاری شده که نتیجه آن هم شرایط امروز تالاب‌های کشور است. یک متخصص هیدرولوژی و کارشناس محیط زیست هم در این باره توضیح داد: در سال‌های گذشته، تلاش‌های موقتی انجام شد، اما این اقدامات به دلیل عدم برنامه‌ریزی برای لایروبی ۲۴ ساعته و عدم تخصیص اعتبار دائمی، نتیجه‌ای نداشتند. دکتر علی محمدی اظهار کرد: برای بازگرداندن تعادل اکولوژیکی خلیج گرگان، نیاز به یک برنامه لایروبی پایدار و مستمر با تخصیص اعتبار سالانه و دائمی است. براساس پیشنهاد کارشناسان، اجرای طرح لایروبی دائمی و ۲۴ ساعته با خرید تجهیزات پیشرفته و همکاری با وزارت نیرو، وزارت محیط زیست و سازمان آب منطقه‌ای گلستان، نیازمند تخصیص اعتبار سالانه و دائمی است که این اعتبار باید در بودجه سالانه دولت چهاردهم در نظر گرفته شود چرا که می‌تواند به ایجاد یک سیستم لایروبی پایدار و ۲۴ ساعته کمک کند. این طرح همچنین امکان ایجاد بیش از ۵۰۰ شغل مستقیم و غیرمستقیم در حوزه‌های لایروبی، مدیریت محیط زیست و گردشگری را فراهم می‌کند و این اشتغال‌زایی، به‌ویژه در مناطق روستایی و کم‌درآمد گلستان، به توسعه اقتصادی و کاهش ناترازی‌های سطحی کمک خواهد کرد. همچنین، با بازگشت جریان آب به خلیج گرگان، فرصت‌های جدیدی برای توسعه گردشگری فرهنگی و طبیعی در استان ایجاد خواهد شد که می‌تواند به جذب سرمایه‌گذاری خصوصی و افزایش درآمدهای محلی منجر شود. با توجه به اهمیت استراتژیک این اکوسیستم، اجرای این طرح نه تنها به حفظ محیط زیست استان کمک خواهد کرد، بلکه به توسعه پایدار و افزایش جذابیت گردشگری گلستان نیز خواهد انجامید.



آن باشند، گفت: علاج‌بخشی خلیج گرگان برای استان گلستان در اولویت است و باید همانند دغدغه‌ای که برای نجات دریاچه ارومیه وجود دارد، برای خلیج گرگان نیز در سطح ملی پیگیری شود. وی خطرات خشک شدن خلیج گرگان را برشمرد و تصریح کرد: پایداری علاج‌بخشی این تالاب از آن جهت حیاتی است که جلوی نابودی جنگل‌های هیرکانی شمال، بروز ریزگردها، نابودی باغات و مزارع و کاهش درآمد ساکنان منطقه را می‌گیرد، تغییر اقلیم در منطقه، این خطرات را دوچندان کرده و نیاز به اقدام فوری را بیشتر می‌کند.

لایروبی خلیج گرگان

معاون اول رئیس‌جمهور هم با انتقاد از برخورد شعاری با آبخیزداری و آبخوان‌داری، گفت: احیای خلیج گرگان و تالاب میانکاله برای کشورمان یک موضوع حیثیتی است. محمدرضا عارف با اشاره به اهمیت احیای تالاب‌ها، بیان کرد: خشک شدن تالاب‌ها و

استان، نه تنها به‌عنوان منبع طبیعی، بلکه به‌عنوان موتور اقتصادی و زیست‌محیطی، نقش حیاتی دارد. علی‌اصغر طهماسبی اظهار کرد: این اکوسیستم نه تنها به‌عنوان یک منبع طبیعی، بلکه به‌عنوان یک جاذبه گردشگری و منبع کشاورزی، اهمیت دارد. وی بیان کرد: نجات این پهنه آبی به دخالت همیشگی دولت با تخصیص اعتبار دائمی احتیاج دارد که اجرای آن نه تنها به بازگرداندن جریان آب به خلیج کمک خواهد کرد، بلکه به کاهش ۴۰ درصدی گرد و غبار، بازیابی زیست‌بوم‌های طبیعی و افزایش عملکرد کشاورزی در مناطق مجاور منجر خواهد شد. استاندار گلستان با اشاره به مصوبه نهاد ریاست جمهوری در تاریخ ۱۵ دی امسال مبنی بر استقرار دستگاه لایروبی در خلیج گرگان اظهار کرد: طبق این مصوبه، سازمان بنادر و کشتیرانی متعهد به اجرای این طرح شده اما تاکنون اقدام عملی ملموسی انجام نشده است. طهماسبی با تأکید بر اینکه ترک فعل فقط برای کارشناسان نیست و مدیران نیز باید پاسخگویی

خلیج گرگان که در گذشته با مساحت حدود ۴۰۰ کیلومتر مربع یکی از مهم‌ترین اکوسیستم‌های تالابی شمال کشور به شمار می‌رفت، اکنون در معرض خشک شدن گسترده قرار دارد و بیش از ۳۰ تا ۳۵ درصد مساحت آن خشک شده و پهنه آبی آن به کمتر از ۲۷۰ کیلومتر مربع رسیده که این وضعیت، ضرورت اقدام فوری، پایدار و همیشگی برای لایروبی دائمی، پمپاژ آب و تامین حق‌آبه را بیش از پیش برجسته می‌کند. به گزارش ایرنا، خشک شدن خلیج گرگان منجر به افزایش گرد و غبار با سطح میانگین ۳۵۰ میکرون در متر مکعب در گرگان، آق‌قلا بندرگز و حتی شهرهای مازندران شده که این رقم، چهار برابر استاندارد سازمان جهانی بهداشت (WHO) است و باعث افزایش ۲۵ درصدی موارد مراجعه به بیمارستان‌ها به دلیل بیماری‌های تنفسی (مانند آسم، بیماری‌های ریوی و التهاب ریه) در سال ۱۴۰۴ شده است. تخریب زیست‌بوم‌های طبیعی خلیج گرگان، منجر به نابودی جمعیت ماهی‌های آب شیرین (مانند ماهی کپور و ماهی سفید) و تالابی (مانند پرندگان آبی مهاجر) شده و بر اساس مطالعات، جمعیت ماهی‌های آب شیرین در این منطقه کاهش یافته که این کاهش، نه تنها به کاهش درآمد صیادان منجر شده، بلکه به نابودی یکی از منابع اصلی تغذیه در منطقه نیز انجامیده است. در سال‌های گذشته، دولت‌های پیشین با اجرای طرح‌های موقت لایروبی کانال‌های متصل به دریای خزر، تلاش کرده‌اند تا جریان آب را به خلیج بازگردانند که این تلاش‌ها به صورت موقتی جریان آب را به خلیج بازگرداند و بخشی از خشکی را به آب تبدیل کرد با این حال، این اقدامات به دلیل عدم برنامه‌ریزی برای لایروبی دائمی و ۲۴ ساعته، نتایج مطلوبی به‌دست نیاورده‌اند. کارشناسان محیط زیست تأکید می‌کنند که کانال‌های متصل به دریای خزر به‌سرعت دوباره پوشیده از گل و لای می‌شوند و برای جلوگیری از این امر، نیاز به تخصیص اعتبار دائمی و دخالت مستمر دولت وجود دارد. استاندار گلستان، این موضوع را به‌عنوان یک ضرورت اکولوژیکی و اقتصادی مطرح کرد و گفت: خلیج گرگان به‌عنوان یکی از اکوسیستم‌های منطقه‌ای

آگهی مناقصه عمومی

شهرداری گرگان در نظر دارد

نسبت به اجرای تکمیل میدان ضلع شمالی سوله شهر بازی هزارپیچ گرگان (با مشخصات بارگذاری شده در سامانه ستاد) با مبلغ برآورد اولیه ۱۱۶,۳۵۹,۸۷۳,۵۷۴ ریال (بدون تعدیل) بر مبنای فهرست بهاء و رسته کاری رتبه ۵ اینبه از محل کد پروژه ۶۰۱۰۱ بودجه عمرانی شهرداری از طریق مناقصه عمومی اقدام نماید، لذا افراد و شرکت های واجدا شرایط می توانند از تاریخ ۱۴۰۴/۱۱/۲۶ لغایت مورخه ۱۴۰۴/۱۲/۱۱ به سامانه ستاد آدرس اینترنتی www.setadiran.ir مراجعه نمایند.

مجید طاهری – شهردار گرگان – شناسه آگهی ۲۱۲۴۶۴۲

آگهی مناقصه عمومی

اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری استان گلستان در نظر دارد

مهلت دریافت اسناد از سامانه ستاد از تاریخ درج آگهی تا ساعت ۱۷ روز پنجشنبه مورخ ۱۴۰۴/۱۱/۳۰ آخرین مهلت تکمیل و ارسال پیشنهادات تا ساعت ۱۷ روز یکشنبه مورخه ۱۴۰۴/۱۲/۱۰ و تحویل اصل ضمانتنامه یا فیش واریزی بصورت فیزیکی به دبیرخانه اداره کل تا پایان وقت اداری همان روز می باشد.
- کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد تا ارائه پیشنهاد و بازگشایی پیشنهادات از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به نشانی www.setadiran.ir انجام خواهد شد.
- تضمین شرکت در مناقصه: بر اساس آیین نامه تضمین شماره ۱۳۴۰۲/۱۳۹۴/۹/۲۲ و اصلاحات بعدی
- سایر شرایط در اسناد مناقصه درج شده است و شرکت کنندگان می توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر به امور قراردادها مراجعه و یا تماس حاصل نمایند.

شناسه آگهی ۲۱۲۲۵۷۹

اجرای پروژه مندرج در جدول ذیل را با مشخصات و شرایط مندرج در اسناد مناقصه از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به نشانی www.setadiran.ir برگزار نماید. لذا از کلیه اشخاص حقیقی و حقوقی واجد شرایط قید شده در اسناد مناقصه دعوت به عمل می آید جهت اعلام آمادگی و شرکت در مناقصه در مهلت مقرر اقدام نمایند.

ردیف	موضوع و محل اجرا پروژه	مدت (ماه)	مبلغ برآورد کارشناسی (ریال)	مبلغ تضمین (ریال)
۱	اجرای عملیات مرمت بند خاکی حوزه چارلی شهرستان مراوه تپه به حجم ۷۹۱.۶۸ متر مکعب	۵	۲۸,۸۵۵,۸۰۸,۳۹۳	۱,۴۴۲,۷۹۰,۴۲۰



معاصر گرگان به پژوهش و تحقیق پرداخته و کتاب «گلستان شاعران» را در اسفند ۱۳۹۹ در ۶۱۴ صفحه در معرفی شاعران معاصر گرگان و گلستان منتشر ساخته و آثار دیگری نیز در خصوص تاریخ شعر معاصر گرگان دارد، به جد معتقد است که نام پرویز کریمی با شعر معاصر گرگان و گلستان، چنان پیوندی خورده است که هرگاه در محفلی صحبت از شعر گرگان و گلستان می شود، بی تردید نام پرویز کریمی از نخستین نام هایی است که به اذهان متبادر می شود، همچون درهم تنیدگی نام رستم و شاهنامه. یاد و نامش جادوانه باد که از تأثیرگذارترین چهره های معاصر گرگان در حوزه شعر و ادبیات بود و در انتخاب یکصد چهره ی برتر قرن در استان گلستان به انتخاب مدیرمسئول فصلنامه فرهنگی استارباد در سال ۱۴۰۰، نام او جزء شخصیت های حتمی و قطعی این فهرست قرار گرفته است. زندگی، پاک:

من نه در محضر طاغوت

سر فرود آوردم

و نه می خواهم

پلکانی باشم

زیر پاهای مستخرشدگان لاهوت

من فقط میخواهم

زندگی

مثل یک رود خروشان باشد

پاک و زلال

که اگر تشنه شدم

بتوانم از آن

قدحی بردارم

و اگر خسته شدم

ساحل امن و امانش

بستر خستگی ام باشد...

کو؟

(اسفند ۱۳۵۷ / منتشره در ماهنامه فردوسی

شماره ۲۲ - فروردین ۱۳۵۸)

*

به نگهبان مزرعه ام:

وقتی تو خواب بودی

یک مرد ناشناس

با یک علفتراش

آمد

تمام کاشته ها را

تراش داد.

چیزی به جا نمانده

که هی پارس می کنی.

از مجموعه شعر «پرچین»

پرویز کریمی، یار غار او بود و بیشترین سهم را در راه اندازی و چاپ این مجله داشت. مجله ای که شماره ی دوشم در بهار ۱۳۴۷ انتشار یافت و بعد به دلیل اختلافات منوچهر نوازش، مدیرمسئول روزنامه شمال ایران با پرویز رضایی و گروهش، به محاق رفت، اما تأثیر بسزایی در شعر و ادب و هنر و فلسفه معاصر گرگان گذاشت و نام گرگان را در میان شهرهای دارای جُنگ و مجله ادبی کشور، مطرح کرد. در نامه نگاری هایی که از پرویز کریمی به پرویز رضایی از آن دوره موجود است و در مجله استارباد نیز منتشر کرده ایم، می توان به دغدغه های کریمی برای هرچه بهتر شدن این نشریه و توزیع آن در سراسر گرگان و دشت و تهران و کشور، پی برد. در شکل گیری کانون نویسندگان و شاعران گرگان به همت سید حسین میرکاظمی نیز اگرچه پرویز کریمی، نقش کوتاه و کم رنگی داشت اما او نیز از بنیان گزاران این کانون در کنار سرمؤسس آن یعنی استاد میرکاظمی بود و در برنامه های شب های شعر و قصه کانون نیز به شعرخوانی می پرداخت. شعرهای کریمی نیز در مجله «کتاب فصل» کانون انتشار یافته است. در دومین اقدام مهمی هم که سید حسین میرکاظمی در انتهای دهه ی ۱۳۶۰ برای انتشار مجموعه ی «فصل گرگان» نمود، بازهم نام و شعر پرویز کریمی به چشم می خورد. کریمی همچنین در کنار پرویز رضایی در شب شعر فروغ فرخزاد که همان سال های ۱۳۴۶ یا ۱۳۴۷ به همت وی برگزار شد، حضوری پررنگ داشت. مرحوم استاد حبیب الله قلیش لی و جناب استاد کریم الله قائمی نیز در تنها عکس به یادگار مانده از این شب شعر، در کنار دو پرویز دیده می شوند. پس از شکل گیری انجمن شعر و ادب گرگان (مشهور به انجمن تالار) در سال ۱۳۶۴ که به همت مرحومان استاد حبیب الله قلیش لی و محمدرسول ساکن نویری به راه افتاد و چهره هایی چون مرحومان سید محمداکرم ملاح و علی اکبر ابراهیم زاده نیز از گردانندگان آن بودند و گاه استاد کریم الله قائمی، پرویز کریمی هم حضوری تقریباً پررنگ داشت و چند دهه ای از حضورش شاعران جوان تر سیراب شدند. پس از پرچین، از پرویز کریمی دو مجموعه شعر دیگر نیز منتشر شد: «طنین تندر» (که با مساعدت مرحوم استاد نصرت الله علیمی ۱۴۰۴-۱۳۱۴) انتشار یافت و «آبشار ابریشم» (که با همت اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان گلستان منتشر شد) و هردو مبتنی بر غزلسرایی های او بودند؛ انصافاً غزل هایش چیزی از شعرهای نو و سپیدش کم نداشت و حتی او را در سال های پس از انقلاب به غزلسرایی نزدیکتر دیدیم. انجمنی با نام سوشیانت نیز در سال های دهه ی هشتاد پا گرفت که پرویز کریمی از سردمداران آن بود. نویسنده که دو دهه است در تاریخ شعر و ادبیات

برای این موضوع است اما حالا که چند صباحی از فقدان او گذشته و از بد حادثه در بدترین زمان ممکن، یعنی در حوادث ناگوار سیاسی اجتماعای دی-ماه، از حصار پرچین زندگی اش پرید و رفت، فرصتی فراهم نشد تا از او بنویسیم و بگوئیم و بخوانیم؛ حالا که اندکی فضای پرتالهاب شهر و کشور از تب و تاب افتاده، به مهمترین نکات پیرامون تأثیرات پرویز کریمی بر جریانات شعری و ادبی معاصر گلستان اشاره می رود، باشد که روح نازنین اش در دیار دیگر، گلایه مند دوستان دور و نزدیک گذشته اش نباشد. پرویز کریمی از اواخر دهه ی ۱۳۳۰ تحت تأثیر ایرج کیانی، شاعر مشهور رشتی که کارمند یکی از بانک ها (به گمانم تجارت) در گرگان بود، به سرایش شعر نیمایی گرایید و چنان مجذوب این نحله ی شعری شد که ظرف دو دهه، نامش در سطح کشور نیز مطرح شد. او حتی با شاعرانی چون احمد شاملو، فریدون مشیری، نصرت رحمانی، مهدی اخوان ثالث و منوچهر آتشی کمابیش در ارتباط بود. در سه اثر پژوهشی مهم منتشره در باب تاریخچه شعر معاصر ایران به قلم استادان زنده یاد محمد حقوقی و محمدعلی سپانلو و نیز جناب شمس لنگرودی، نام او در کنار محمدمهدی مصلحی نازنین، تنها دو شاعر معاصر این خطه در آن کتاب هاست. بسیاری از شاعران نسل اول شعر نو و نیمایی در گرگان همچون مرحومان اوج علی محمدزاده (شاعر سربابی مقیم گرگان) ۱۳۹۳-۱۳۱۶، احیاء اشراقی دستگردی (شاعر شاهرودی تبار مقیم گرگان) ۱۳۷۴-۱۳۱۸، منوچهر رضایی ۱۳۸۵-۱۳۱۹، بهرام کاشانی راد ۱۳۸۶-۱۳۲۰، رحمت الله فرقانی فر ۱۳۷۳-۱۳۲۴، استاد حبیب الله قلیشلی ۱۳۹۵-۱۳۲۲ و علی اکبر ابراهیم زاده ۱۳۸۶-۱۳۲۲ در کنار شاعر مهاجر اهل قم ساکن گرگان، جناب استاد محمد جانفشان (ت ۱۳۲۲خ) از کسانی بودند که بعضاً یا تحت تأثیر معاشرت با او به شعر مدرن گرویدند یا اگرهم پیشینه ای در این راه داشتند، از مصاحبت با او، بهره ها جستند و شدند آن جماعتی که حالا پس از شش دهه، آنان را نسل اول شعر معاصر گرگان می دانیم. از مردان نسل اول شعر معاصر گرگان، به جز جناب جانفشان، استاد کریم الله قائمی (ت ۱۳۱۸خ) نیز در قید حیات است که عمر هردوشان دراز باد. - کریمی تنها شاعر معاصر گرگان است که پیش از انقلاب بهمن ۱۳۵۷، یک مجموعه از شعرهایش را به انتشار رسانید؛ باقی شاعران نسل نخست - به جز مرحوم ابراهیم زاده - یا تا پایان زندگی، کتابی منتشر نکردند یا بعضاً پس از درگذشت شان توسط دیگران به نشر رسید. کتاب شعر کریمی، «پرچین» نام داشت. مجموعه ای مترتب از اشعاری بسیار قوی، متفاوت و تأثیرگذار که تفاوت چندانی از لحاظ فرم و ساختار و محتوا با شعرهای شاعران تراز اول کشور نداشت، گرچه به آثار شاملو نزدیک تر بود. «پرچین» در بهار ۱۳۵۱ توسط نشر پندار و با کمک های جناب محمد محمدی (استاد آزمایشگاه پزشکی) که از دوستان نزدیک پرویز بود، به چاپ رسید. «پرچین» سرشار از شعرهای فوق العاده است و رویکرد اجتماعی بسیار قابل تأملی دارد که چاپش در آن دوره، در محافل ادبی گرگان و شمال ایران و حتی تهران، بسیار صدا به پا کرد. کتابی که میوه ای شیرین برای درخت نوپای ۱۵-۱۰ ساله ی شعر نو و نیمایی گرگان و دشت به حساب می آمد. او در پرچین، بسیاری از شعرهایش را به دوستان شاعرش تقدیم کرده است: به محمد جانفشان، به رحمت فرقانی، به پرویز رضایی، به منوچهر رضایی، بهرام کاشانی راد، اوج، احمد شاملو، زنده یاد فروغ فرخزاد، مهدی اخوان ثالث و... این تقدیمی ها برای شاعران گرگانی، انگیزه ی بیشتری برای شعرسرایی ایجاد کرد. در مهرماه ۱۳۴۶ که پرویز رضایی، نخستین مجله طور تاریخ مطبوعات گلستان را به ضمیمه روزنامه شمال ایران با عنوان «باران» منتشر کرد،

«

به یاد استاد پرویز کریمی

پیشگام نسل اول و جریان ساز شعر معاصر گرگان که سرانجام از «پرچین» شعرهایش پرید و رفت



علی بایزیدی

در یکی دو دهه ی اخیر از زنده یاد استاد پرویز کریمی بسیار نوشته ام، در گلشن مهر، در استارباد، در کتاب گلستان شاعران، و...؛ پیشگام شعر معاصر گرگان، نخستین تالی نیما و پیروانش، در شهر گرگان و دومین شاعر نوگرا در استان گلستان پس از مرحوم شهاب ابراهیم زاده (۱۳۸۱-۱۳۱۱خ) شاعر بندرگز دهه های ۲۰ و ۳۰. در نظرسنجی شاعران برتر استان گلستان در سده ی چهاردهم خورشیدی، که در سال ۱۴۰۰، از دوستان تن از اهالی ادبیات، فرهنگ، هنر و فعالان اجتماعی گرگان و گلستان داشتم و ۱۶۶ نفر از آنها در این نظرسنجی مشارکت کردند، پرویز کریمی با ۱۲۲ رأی برترین شاعر معاصر این دیار سرسبز و باستانی لقب گرفت؛ موضوعی که برای نویسنده از قبل هم قابل پیش بینی بود. در دومین شماره ی فصلنامه فرهنگی - هنری استارباد (تابستان ۱۳۹۴) نیز به پرونده ی مفصل زندگی، کارنامه و رزومه ی او پرداخته شد که درست یک دهه پیش از هجرتش بود و با توجه به گوشه نشینیها و کم رنگی هایی که در این یک دهه ی اخیر داشت و تنها در این فاصله، کتاب «آبشار ابریشم» را در سال ۱۳۹۸ منتشر کرد، و عملاً هیچ رویداد خاص دیگری پیرامون او شکل نگرفت، نتیجتاً آن پرونده، کامل ترین منبع شناخت نامه پرویز کریمی محسوب می شود؛ البته نه پیش و نه پس از آن نیز هیچگاه چنین مفصل به او پرداخته نشد. در بهمن سال ۱۳۹۳ که نویسنده هنوز ساکن شیراز بود، با پیشنهاد به احسان مکتبی، صاحب-امتیاز شاعرمسلک، فرهنگ دوست و فرهنگ پرور نشریه ی وزین گلشن مهر، برای ۷۵ سالگی اش جشن مفصلی در دفتر این روزنامه ترتیب داده شد که امثال مرحوم استاد حبیب الله قلیش لی و محمدمهدی مصلحی و علی مسعود هزارجریبی در آن حضور یافتند و اما خودش به دلیل تصادفی که چند روز پیش-تر برایش رخ داد نتوانست شرکت کند و پسرش به جای او در مراسم شرکت کرد و الحق و الانصاف، دکتر مکتبی نازنین و همکارانش در جریده ی خوش نام گلشن مهر، کاری کردند کارستان. قصد راقم از این یادداشت، پرداختن به جزئیات زندگی پرویز کریمی نیست زیرا همان طور که عنوان شد، شماره ی دوم مجله استارباد، مرجع بسیارخوبی

از طعم تا خواص شگفت‌انگیز تخمه کدو

از تخمه‌های بدون نمک یا کم‌نمک استفاده کنید.

۳. بهترین زمان مصرف: مصرف تخمه کدو عصرها مناسب است، هم مقدار انرژی لازم را فراهم می‌کند، هم به آرامش بدن قبل از خواب کمک می‌کند.

۴. نگهداری درست: تخمه کدو در صورت نگهداری اشتباه ممکن است طعم بدی پیدا کند. آن را در ظرفی درسته و در مکان خنک و خشک نگه دارید.

انواع مختلف تخمه کدو

بسته به نوع کدو، تخمه‌ها شکل و اندازه‌های متفاوتی دارند: تخمه کدو گوشتی: درشت، سفید و خوش‌خوراک / تخمه کدو ژاپنی: سبز رنگ، بدون پوست و سرشار از مواد مغذی / تخمه کدو مشهدی: کشیده و طعم‌دار / تخمه کدو اسپانیسی یا طعم‌داز: با طعم لیمو، گلپر، فلفل و غیره. تقریباً همه انواع آن سالم و مفید هستند و انتخاب بیشتر به ذائقه افراد بستگی دارد.

تخمه کدو در فرهنگ خوراکی ایرانی

تخمه‌ها، از جمله تخمه کدو، بخشی از فرهنگ تنقلات ایرانی هستند. در بسیاری از مناطق کشور هنگام شب‌نشینی، تماشای مسابقات ورزشی، دیدارهای خانوادگی و حتی در مراسم‌ها، یک ظرف تخمه روی میز دیده می‌شود. در شهرهایی مانند ارومیه، تبریز، مشهد و گرگان، تخمه‌فروشی‌ها بخش مهمی از بازارهای محلی هستند. بسیاری از مردم تخمه کدو را به عنوان سوغات نیز تهیه می‌کنند، به‌خصوص تخمه کدو گوشتی و ژاپنی که به‌خاطر طعم مخصوص، طرفداران زیادی دارند.

روش‌های سالم مصرف

چند روش ساده و سالم برای مصرف تخمه کدو وجود دارد، می‌توان آن را به‌صورت خام یا کم‌نمک خورد تا ارزش غذایی‌اش حفظ شود، یا پس از پوست‌گیری به انواع سالادها اضافه کرد. همچنین استفاده از مغز تخمه کدو در سوپ، نان‌های خانگی و حتی سالاد میوه، ارزش غذایی این غذاها را بالا می‌برد. یکی دیگر از شیوه‌های خوشمزه مصرف، مخلوط‌کردن تخمه کدو با بادام و کشمش است که یک میان‌وعده مقوی، سالم و مناسب برای تمام سنین به‌وجود می‌آورد.

آیا تخمه کدو برای کودکان مناسب است؟

در صورتی که کودک توانایی شکستن تخمه را داشته باشد، مصرف کم‌نمک و کنترل‌شده آن مشکلی ندارد. برای کودکان کوچک‌تر بهتر است مغز تخمه (بدون پوست) را آسیاب کرده و به ماست، فرنی یا سوپ اضافه کنید. این کار هم سالم است و هم سرشار از مواد مغذی مفید برای رشد.



تبدیل می‌شود، همان هورمونی که خواب را تنظیم می‌کند. خوردن مقدار کمی تخمه کدو در ساعات عصر می‌تواند به آرام‌تر شدن و خواب راحت‌تر کمک کند. تقویت سیستم ایمنی: وجود روی و آنتی‌اکسیدان‌های طبیعی در تخمه کدو باعث می‌شود مصرف آن در فصل‌های سرد، احتمال بیمار شدن را کاهش دهد. این تخمه به بدن کمک می‌کند با عوامل بیماری‌زا بهتر مقابله کند. تأثیر مثبت بر سلامت پروستات: تحقیقات علمی نشان داده‌اند که تخمه کدو می‌تواند در کاهش برخی مشکلات مرتبط با پروستات مؤثر باشد. وجود ترکیبات گیاهی به نام فیتواسترول‌ها نقش مهمی در این موضوع دارد. مصرف متعادل تخمه کدو در سنین میان‌سالگی توصیه می‌شود. کمک به سلامت قلب: چربی‌های مفید، پتاسیم و منیزیم موجود در تخمه کدو همگی برای سلامت قلب مؤثرند. این مواد به کاهش فشار خون، کنترل چربی‌های خون و بهبود عملکرد قلب کمک می‌کنند. مناسب برای پوست و مو: ویتامین E موجود در تخمه کدو یکی از بهترین آنتی‌اکسیدان‌ها برای پوست است. این ویتامین به کاهش التهاب، جلوگیری از پیری زودرس و تقویت فولیکول مو کمک می‌کند.

چند نکته مهم درباره مصرف تخمه کدو

با وجود تمام فوایدش، مصرف صحیح تخمه کدو نیز نکاتی دارد:

۱. زیاده‌روی نکنید: اگرچه چربی تخمه کدو سالم است، اما کالری نسبتاً بالایی دارد. زیاده‌روی می‌تواند باعث افزایش وزن شود. مصرف روزانه یک مشت کوچک کافی است.
۲. نوع کم‌نمک را ترجیح دهید: نمک زیاد باعث بالا رفتن فشار خون و آسیب به کلیه‌ها می‌شود. بهتر است

سرشار از پروتئین و انرژی سالم: حدود یک‌سوم وزن تخمه کدو از پروتئین تشکیل شده است. این مقدار برای یک تنقلات ساده کاملاً چشمگیر است. پروتئین به ساخت و ترمیم عضلات کمک می‌کند و مصرف مقدار کمی تخمه کدو می‌تواند انرژی خوبی برای بدن فراهم کند. چربی‌های مفید: چربی تخمه کدو از نوع چربی‌های غیر اشباع و سالم است. این چربی‌ها برخلاف چربی‌های ناسالم صنعتی، به سلامت قلب کمک می‌کنند و باعث احساس سیری بیشتری هم می‌شوند. منبع مهم مواد معدنی: تخمه کدو یکی از تنقلات سالم و مغذی است که سرشار از مواد معدنی مهمی مانند منیزیم، روی، آهن و فسفر است. منیزیم موجود در آن به آرام‌سازی عضلات و کنترل فشار خون کمک می‌کند، روی باعث تقویت سیستم ایمنی بدن می‌شود. آهن از خستگی و کم‌خونی جلوگیری می‌کند و فسفر نیز برای سلامت استخوان‌ها و دندان‌ها ضروری است. به همین دلیل مصرف متعادل تخمه کدو می‌تواند بخش مهمی از نیازهای روزانه بدن به این مواد معدنی حیاتی را تأمین کند. ویتامین‌های ارزشمند: ویتامین E و چند نوع از ویتامین‌های گروه B در تخمه کدو وجود دارد. این ویتامین‌ها به شادابی پوست، سلامت مو، عملکرد بهتر مغز و افزایش انرژی کمک می‌کنند.

فواید سلامتی و کاربردهای درمانی

تخمه کدو

تخمه کدو نه‌تنها یک تنقلات خوشمزه است، بلکه فواید درمانی قابل‌توجهی هم دارد. بسیاری از افراد آن را به‌عنوان یک مکمل طبیعی مصرف می‌کنند. کمک به آرامش و خواب بهتر: در تخمه کدو ماده‌ای به نام «تریپتوفان» وجود دارد. این ماده در بدن به «ملاتونین»

شاید فکر کنید تخمه کدو فقط یک خوراکی ساده برای دوره‌می‌هاست اما این دانه کوچک توانایی شگفت‌انگیزی در تقویت بدن دارد. وجود انواع ویتامین‌ها، چربی‌های مفید و املاح ضروری موجب شده تخمه کدو در میان پزشکان و متخصصان تغذیه نیز محبوب باشد. به گزارش ایرنا زندگی، تخمه کدو یکی از محبوب‌ترین و سالم‌ترین تنقلات در میان ایرانیان است، خوراکی کوچکی که از دل کدو به‌دست می‌آید اما خواص بزرگ و متنوعی دارد. بسیاری از ما طعم این تخمه را از دوران کودکی به‌خاطر داریم، از شب‌نشینی‌های خانوادگی تا شب‌های فوتبال و حتی دوره‌می‌های دوستانه، همیشه یک کاسه تخمه کدو در کنارمان بوده است. برخلاف ظاهر ساده‌اش، تخمه کدو سرشار از مواد مغذی، ویتامین‌ها و ترکیبات ارزشمندی است که می‌تواند به سلامت بدن کمک کند. در ادامه نگاهی جامع اما ساده و قابل‌فهم به این تنقلات جذاب می‌کنیم.

تخمه کدو چگونه به‌دست می‌آید؟

برای تهیه تخمه کدو، ابتدا انواع خاصی از کدو برداشت می‌شود. درون این کدوها دانه‌هایی وجود دارد که پس از خارج‌کردن، شست‌وشو و خشک‌کردن، آماده مصرف می‌شوند. برخی از این تخمه‌ها به‌صورت خام مصرف می‌شوند و برخی دیگر پس از بودادن با مقدار کمی نمک یا طعم‌دهنده، به شکل خوش‌طعم‌تر و تردتر در می‌آیند. تخمه کدو بسته به نوع کدو و روش فرآوری، اندازه‌ها و رنگ‌های مختلفی دارد. برخی تپیل و درشت، برخی کشیده و برخی صاف و نازک‌اند. تفاوت‌ها هرچند زیاد به‌نظر می‌رسد اما تمامی انواع آن از نظر تغذیه‌ای فواید مشترک و ارزشمندی دارند.

چرا تخمه کدو تا این اندازه محبوب

شده است؟

طعم ملایم، بافت لطیف، امکان بودادن با طعم‌های گوناگون و قابلیت مصرف آسان باعث شده تخمه کدو یکی از تنقلات پرتعداد باشد. این تخمه در مقایسه با بسیاری از خوراکی‌های دیگر، چربی سالم‌تر، مواد مغذی بیشتر و ضرر کمتری دارد. به همین دلیل، حتی در رژیم‌های غذایی سالم نیز جایگاهی برای آن در نظر گرفته می‌شود. علاوه بر این، تخمه کدو به‌خاطر خواص درمانی‌اش نیز معروف است. در طب سنتی ایران، از تخمه کدو به‌عنوان ماده‌ای آرام‌بخش، مقوی و مفید برای سلامت بدن یاد شده است. در طب مدرن هم تحقیقات زیادی خواص آن را تأیید کرده‌اند.

خواص تغذیه‌ای تخمه کدو

اگر بخواهیم تخمه کدو را از نظر تغذیه‌ای بررسی کنیم، باید آن را یک منبع کوچک اما فوق‌العاده غنی بدانیم.



دیدار معوقه دو تیم شهرداری گرگان و پاس کردستان از ساعت ۱۵ در سالن امام خمینی(ره) گرگان برگزار شد؛ مسابقه‌ای که با برتری مطلق شاگردان صالح مخدومی همراه بود. گرگانی‌ها از همان کوارتر نخست با ارائه بازی سرعتی و دفاع منسجم، اختلاف امتیاز قابل توجهی ایجاد کردند و در ادامه نیز اجازه خودنمایی به حریف ندادند تا در نهایت با اختلاف ۴۵ امتیاز و نتیجه ۱۰۳ بر ۵۸ زمین مسابقه را ترک کنند. این پیروزی قاطع باعث شد شهرداری گرگان ضمن کسب یک برد ارزشمند، جایگاه خود را در صدر جدول تثبیت کند و با روحیه‌ای مضاعف به ادامه رقابت‌ها بپردازد. نکته قابل توجه این دیدار، تغییر محل برگزاری آن بود. در حالی که پاس کردستان میزبان رسمی مسابقه محسوب می‌شد و طبق برنامه این بازی باید در کردستان برگزار می‌شد، به دلیل حضور تیم محبوب شهرداری گرگان در رقابت‌های سوپر لیگ غرب آسیا و با توافق دو باشگاه، این دیدار در گرگان برگزار شد.

شهرداری گرگان با بردی قاطع به صدر بازگشت

تیم بسکتبال شهرداری گرگان در دیداری معوقه از رقابت‌های لیگ، عصر پنجشنبه با نمایشی کم‌نقص و تهاجمی موفق شد پاس کردستان را با نتیجه پرگل ۱۰۳ بر ۵۸ شکست دهد. به گزارش مهر،

«آگهی ثبتی

آگهی تحدید حدود اختصاصی

تحدید حدود ششدانگ یک قطعه زمین با بنای احداثی به مساحت ۳۴۲ مترمربع دارای پلاک ۷۶۶ فرعی از ۲۶۱-اصلی واقع در اراضی لاملنگ بخش ۲ حوزه ثبتی گرگان ملکی خانم معصومه سیاهی فرزند غلامحسن ساعت ۹ صبح روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۴/۱۲/۲۶ در محل وقوع ملک واقع استان گلستان، شهرستان گرگان، انجیراب، خیابان پلیس، روبروی منبع آب بازدید به عمل خواهد آمد. از این رو چنانچه مجاوری نسبت به حدود یا حقوق ارتفاقی حقی برای خود قائل است میتواند فقط تا سی روز از تاریخ تنظیم صورتمجلس تحدید حدود اعتراض خود را کتبا با ذکر شماره پلاک به اداره ثبت شهرستان گرگان تسلیم نموده و علاوه بر آن طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست به مرجع ذیصلاح قضایی تقدیم نماید در غیر اینصورت متقاضی ثبت یا نماینده قانونی وی می تواند بدادگاه مربوطه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید. بدیهی است در صورت عدم وصول اعتراض اداره ثبت وفق مقررات مبادرت به صدور سند مالکیت خواهد نمود. تاریخ انتشار: یکشنبه مورخ ۱۴۰۴/۱۱/۲۶ جواد پورمند- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک منطقه یک گرگان از طرف غلامرضا قاسمی – شناسه آگهی ۲۱۴۲۷۱

آگهی تحدید حدود اختصاصی

تحدید حدود ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۸۲۵ مترمربع دارای پلاک ثبتی شماره ۷۴۹-فرعی از ۲- اصلی واقع در اراضی دوگونچی بخش ۶ آق قلا مورد تقاضای حمزه محمدی تجرودی فرزند علی باستناد تبصره ماده ۱۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه اجرایی قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی در ساعت ۹ روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۴.۱۲.۱۷ در محل وقوع ملک واقع در اراضی دوگونچی بخش ۶ شهر آق قلا بعمل خواهد آمد.(چنانچه روز تحدید حدود به هر دلیلی از سوی هیات محترم دولت تعطیل رسمی اعلام گردد عملیات تحدید در ساعت مقرر، روز بعد تعطیلی یا تعطیلات انجام خواهد شد. از این رو چنانچه مجاوری نسبت به تحدید حدود یا حقوق ارتفاقی حقی بر خود قائل است می تواند از تاریخ تنظیم صورت مجلس تحدید حدود تا (۳۰) سی روز اعتراض خود را کتبا با ذکر شماره پلاک ثبتی به اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا تسلیم نموده و علاوه بر آن طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست به مرجع ذیصلاح قضایی تقدیم نماید. در غیر این‌صورت متقاضی ثبت یا نماینده قانونی وی می تواند به دادگاه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید. بدیهی است در صورت عدم وصول اعتراض اداره ثبت وفق مقررات مبادرت به صدور سند مالکیت خواهد نمود. تاریخ انتشار: روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۴.۱۱.۲۶ مهنازجهانفر- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا-م الف:۱۲۶۹

آگهی تحدید حدود اختصاصی

تحدید حدود ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۲۳۰۵۸۳مترمربع دارای پلاک ثبتی شماره ۹۵۳ فرعی از یک اصلی واقع در اراضی صحنه بخش شش ثبت آق قلا مورد تقاضای یوسف ماهری فرزند محمد باستناد تبصره ماده ۱۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه اجرایی قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی در ساعت ۱۰:۳۰ صبح روز یکشنبه مورخه ۱۴۰۴.۱۲.۱۷ در محل وقوع ملک واقع در اراضی قریه صحنه، شهر آق قلا بعمل خواهد آمد. (چنانچه روز تحدید حدود به هر دلیلی از سوی دولت محترم تعطیل رسمی اعلام گردید عملیات تحدید در ساعت مقرر، روز بعد تعطیلی یا تعطیلات انجام خواهد شد). از این رو چنانچه مجاوری نسبت به تحدید حدود یا حقوق ارتفاقی حقی بر خود قائل است می تواند از تاریخ تنظیم صورت مجلس تحدید حدود تا (۳۰) سی روز اعتراض خود را کتبا به ذکر شماره پلاک ثبتی به اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا تسلیم نموده و علاوه بر آن طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست به مرجع ذیصلاح قضایی

تقدیم نماید. در غیر این‌صورت متقاضی ثبت یا نماینده قانونی وی می تواند به دادگاه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید. بدیهی است در صورت عدم وصول اعتراض اداره ثبت وفق مقررات مبادرت به صدور سند مالکیت خواهد نمود. تاریخ انتشار:یکشنبه۱۴۰۴.۱۱.۲۶

مهنازجهانفر- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا-م الف:۱۲۷۱

آگهی تحدید حدود اختصاصی

تحدید حدود ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۲۴۹۷.۴۷ مترمربع دارای پلاک ثبتی شماره ۹۵۲ فرعی از یک اصلی واقع در اراضی صحنه بخش شش ثبت آق قلامورد تقاضای یوسف ماهری فرزند محمد باستناد تبصره ماده ۱۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه اجرایی قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی در ساعت ۱۰ صبح روز یکشنبه مورخه ۱۴۰۴.۱۲.۱۷ در محل وقوع ملک واقع در اراضی قریه صحنه، شهر آق قلا بعمل خواهد آمد.(چنانچه روز تحدید حدود به هر دلیلی از سوی دولت محترم تعطیل رسمی اعلام گردید عملیات تحدید در ساعت مقرر، روز بعد تعطیلی یا تعطیلات انجام خواهد شد). از این رو چنانچه مجاوری نسبت به تحدید حدود یا حقوق ارتفاقی حقی بر خود قائل است می تواند از تاریخ تنظیم صورت مجلس تحدید حدود تا(۳۰) سی روز اعتراض خود را کتبا به ذکر شماره پلاک ثبتی به اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا تسلیم نموده و علاوه بر آن طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست به مرجع ذیصلاح قضایی تقدیم نماید. در غیر این‌صورت متقاضی ثبت یا نماینده قانونی وی می تواند به دادگاه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید. بدیهی است در صورت عدم وصول اعتراض اداره ثبت وفق مقررات مبادرت به صدور سند مالکیت خواهد نمود. تاریخ انتشار:یکشنبه۱۴۰۴.۱۱.۲۶

مهنازجهانفر- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا-م الف:۱۲۷۲

آگهی تحدید حدود اختصاصی

تحدید حدود ششدانگ یک قطعه زمین بابنای احداثی به مساحت ۴۸.۶۱مترمربع دارای پلاک ثبتی شماره ۱۸۸۲ فرعی از ۴ اصلی واقع در اراضی یلمه خندان بخش ۱۳ ثبت آق قلا ملکی جمال الدین گلی زاده فرزند مرد دردی باستناد تبصره ماده ۱۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه اجرایی قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی در ساعت ۸ صبح روز یکشنبه مورخه ۱۴۰۴.۱۲.۱۷ در محل وقوع ملک واقع در اراضی یلمه خندان، خیابان شهید رجایی، محله اتحاد، اتحاد ۲۰ بعمل خواهد آمد. (چنانچه روز تحدید حدود به هر دلیلی از سوی دولت محترم تعطیل رسمی اعلام گردید عملیات تحدید در ساعت مقرر، روز بعد تعطیلی یا تعطیلات انجام خواهد شد). از این رو چنانچه مجاوری نسبت به تحدید حدود یا حقوق ارتفاقی حقی بر خود قائل است می تواند از تاریخ تنظیم صورت مجلس تحدید حدود تا(۳۰) سی روز اعتراض خود را کتبا به ذکر شماره پلاک ثبتی به اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا تسلیم نموده و علاوه بر آن طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست به مرجع ذیصلاح قضایی تقدیم نماید. در غیر این‌صورت متقاضی ثبت یا نماینده قانونی وی می تواند به دادگاه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید. بدیهی است در صورت عدم وصول اعتراض اداره ثبت وفق مقررات مبادرت به صدور سند مالکیت خواهد نمود. تاریخ انتشار:یکشنبه۱۴۰۴.۱۱.۲۶

مهنازجهانفر- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا-م الف:۱۲۷۷

آگهی تحدید حدود اختصاصی

تحدید حدود ششدانگ یک قطعه زمین بابنای احداثی به مساحت ۱۴۴مترمربع دارای پلاک ثبتی شماره ۱۸۸۳ فرعی از ۴ اصلی واقع در اراضی یلمه خندان بخش ۱۳ ثبت آق قلا ملکی خانم عایشه کیهانی فرزند بای محمد باستناد تبصره ماده ۱۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه اجرایی قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی در ساعت ۸:۳۰ صبح روز

یکشنبه مورخه ۱۴۰۴.۱۲.۱۷ در محل وقوع ملک واقع در اراضی یلمه خندان، خیابان شهید رجایی، محله اتحاد، اتحاد ۲۰ بعمل خواهد آمد. (چنانچه روز تحدید حدود به هر دلیلی از سوی دولت محترم تعطیل رسمی اعلام گردید عملیات تحدید در ساعت مقرر، روز بعد تعطیلی یا تعطیلات انجام خواهد شد). از این رو چنانچه مجاوری نسبت به تحدید حدود یا حقوق ارتفاقی حقی بر خود قائل است می تواند از تاریخ تنظیم صورت مجلس تحدید حدود تا(۳۰) سی روز اعتراض خود را کتبا به ذکر شماره پلاک ثبتی به اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا تسلیم نموده و علاوه بر آن طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست به مرجع ذیصلاح قضایی تقدیم نماید. در غیر این‌صورت متقاضی ثبت یا نماینده قانونی وی می تواند به دادگاه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید. بدیهی است در صورت عدم وصول اعتراض اداره ثبت وفق مقررات مبادرت به صدور سند مالکیت خواهد نمود. تاریخ انتشار:یکشنبه۱۴۰۴.۱۱.۲۶

مهنازجهانفر- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا-م الف:۱۲۷۶

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 ۲۲۰۵۰۸۰۰۰۳۱۲۰۰۸۰۰۶۲۰۱۴۰۶ تاریخ ۱۴۰۴.۰۹.۲۳ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان آق قلا پرونده کلاسه ۷۰۲-۸۰۰۰۰۷۰۲۰۸۰۰۰۱۴۱۴۱۲۰۰۴۱۱۴۰ تصرفات مالکانه و بالامعارض متقاضی خانم مایسا تیرغم فرزند ایشان به شماره شناسنامه و کد ملی ۴۹۷۰۲۲۱۱۸۹ صادره آق قلا در ششدانگ یک قطعه زمین بابنای احداثی به مساحت ۲۴۲ مترمربع مغرور و مجزی شله جزئی از پلاک ثبتی شماره سه اصلی واقع در آق قلا، اراضی قریه سلخه، بخش هفت حوزه ثبتی ملک شهرستان آق قلا تایید گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دونوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، 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: یکشنبه۱۴۰۴.۱۱.۲۶

تاریخ انتشارنوبت دوم:دوشنبه۱۴۰۴.۱۲.۱۱

مهناز جهانفر- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک آق قلا-م الف:۱۲۶۳

آگهی تحدید حدوداختصاصی

تحدید حدود ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۲۳۷۶.۴۴ متر مربع دارای پلاک ۱۲۵۶ فرعی از ۱۹۱- اصلی واقع در اراضی نودیجه بخش ۲ حوزه ثبتی گرگان ملکی خانم معصومه میرزائی فرزند باقر ساعت ۱۰ صبح روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۴/۱۲/۲۵ در محل وقوع ملک واقع استان گلستان، شهرستان گرگان، روستای نودیجه،بعد از خط گاز، خیابان زراعی بازدید بعمل خواهد آمد از این رو چنانچه مجاوری نسبت به حدود یا حقوق ارتفاقی حقی برای خود قائل است میتواند فقط تا سی روز از تاریخ تنظیم صورتمجلس تحدید حدود اعتراض خود را کتبا با ذکر شماره پلاک به اداره ثبت شهرستان گرگان تسلیم نموده و علاوه بر آن طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست به مرجع ذیصلاح قضایی تقدیم نماید در غیر اینصورت متقاضی ثبت یا نماینده قانونی وی میتواند بدادگاه مربوطه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید بدیهی است در صورت عدم وصول اعتراض اداره ثبت وفق مقررات مبادرت به صدور سند مالکیت خواهد نمود

تاریخ انتشار: یکشنبه مورخ۱۴۰۴/۱۱/۲۶

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

آگهی ۲۱۱۶۵۲۰

» خلاصه عملکرد درآمدها و هزینه های سال مالی شش ماهه۱۴۰۴ «									
ارقام به هزار									
درآمدها و منابع تامین اعتبار و تخصیص					عملکرد هزینه های جاری و عمرانی				
کد	شرح	مبلغ مصوب۱۴۰۴	عملکرد۶ماهه	کد	شرح	مبلغ مصوب۱۴۰۴	عملکرد ۶ماهه	طبقه بندی	طبقه بندی
۱۱۰۰۰۰	درآمد های ناشی از عوارض عمومی	۱۸,۷۳۶,۲۹۵,۰۰۰	۶,۵۸۲,۶۳۴,۵۶۵	۱	جبران خدمات کارکنان	۴,۶۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱,۸۸۹,۲۵۳,۲۶۶		
۱۲۰۰۰۰	درآمدهای عوارض اختصاصی شهرداری	۳۹۳,۸۰۰,۰۰۰	۲۳۲,۱۰۸,۱۸۸	۲	استفاده از کالاو خدمات	۷,۳۱۲,۲۴۰,۰۰۰	۱,۳۷۶,۱۲۷,۵۲۳		
۱۳۰۰۰۰	بهاء خدمات ودرآمدهای موسسات انتفاعی شهرداری	۳۱۱,۷۰۵,۰۰۰	۲۱۵,۳۶۹,۴۳۷	۳	هزینه های تامین مالی	۱۴۰,۰۰۰,۰۰۰	۶۰,۷۸۲,۴۴۷		
۱۴۰۰۰۰	درآمد حاصله از وجوه واموال شهرداری	۱,۹۸۴,۵۰۰,۰۰۰	۳۴۷,۲۲۳,۹۳۵	۴	کمک های بلاعوض	۴۹۷,۳۱۰,۰۰۰	۳۵,۴۲۸,۵۹۴		
۱۵۰۰۰۰	کمک های اعطائی دولت وسازمانهای دولتی	۱۴۰,۰۰۰,۰۰۰	۱۲,۷۵۰,۰۰۰	۵	رفاه اجتماعی	۵,۶۷۱,۸۰۰,۰۰۰	۲,۵۱۱,۴۴۲,۸۹۲		
۱۶۰۰۰۰	اعانات وهادایا ودارائی ها	۵,۰۳۳,۷۰۰,۰۰۰	۲,۸۹۳,۳۲۷,۶۳۷	۶	سایر هزینه ها	۷۷۸,۶۵۰,۰۰۰	۳۰۴,۹۵۳,۴۴۱		
جمع کل درآمدها		۲۶,۶۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱۰,۲۸۳,۴۱۳,۷۶۲	تملك دارائی های سرمایه ای		۱۵,۲۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۳,۴۶۳,۶۹۷,۸۲۶		
۲۰۰۰۰	منابع حاصل از واگذاری دارایی سرمایه ای	۷,۹۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۳,۶۱۰,۸۹۹,۲۸۴	تملك دارای های مالی		۵۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۵۶,۶۰۳,۷۳۶		
۳۰۰۰۰۰	جمع کل منابع حاصل از واگذاری دارایی مالی	۵۰۰,۰۰۰,۰۰۰	-	تبصره پرداخت بدهی های قطعی شده		۳۰۰,۰۰۰,۰۰۰	-		
جمع کل منابع شهرداری		۳۵,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱۳,۸۹۴,۳۱۳,۰۴۶	جمع کل مصارف شهرداری		۳۵,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۹,۶۹۸,۲۸۹,۷۲۵		



مجید طاهری- شهردار گرگان- شناسه آگهی ۲۱۲۵۹۸۹



با دلنویسته دختر روستایی؛

نهضت مدرسه سازی را شروع کردیم

فردای ایران در برابر تحولات جهانی مقاوم خواهد شد.

برای عدالت آموزشی گلابه نمی کنیم

مشاور نوجوان استاندار گلستان هم در این نشست با تشریح ظرفیت های تحول آفرین نسل نو در این استان، بر لزوم تبدیل مطالبه گری به مشارکت فعال در فرایندهای تصمیم گیری تاکید کرد. مهدی ممشلو با اشاره به تاکید رئیس جمهور مبنی بر اولویت دار بودن عدالت آموزشی، اظهار کرد: در سایه نگاه ویژه دولت چهاردهم و هدایت استاندار گلستان، نهضت مدرسه سازی به یک حرکت عظیم اجتماعی تبدیل شده و بیل ها و کلنگ ها در شهرها و روستاهای ما شعری حماسی می سرایند. این دانش آموز نخبه با بیان اینکه نوجوانان گلستان دیگر مخاطب منفعل نیستند، تصریح کرد: به عنوان حلقه وصال نسل خود با دولت، آموخته ایم که اگر قرار است ایران بهتر شود، باید از شهر و محله خودمان شروع کنیم و در این میان، مشارکت مستقیم نسل جدید در تصمیم گیری های استانی، یک ابتکار مدیریتی نو است که گلستان را در آستانه تحولی بزرگ قرار داده است. ممشلو با ارائه آمارهای دقیق از وضعیت آموزش استان، گفت: با وجود اینکه ۷۴ درصد مدارس کشور به شبکه آموزشی متصل شده اند، این رقم در گلستان به ۵۸ درصد رسیده و ما نمی توانیم از دانش آموزانی با ۳۹ درصد جمعیت روستایی انتظار رقابت با شهرنشینان را داشته باشیم در حالی که از کلاس های هوشمند محرومند.

هنرستان های ما با تکیه بر نیروی انسانی به

قطب تولید و امید تبدیل شدند

نماینده معلمان گلستان هم در این نشست با ارائه گزارشی از تحولات هنرستان های استان گلستان، بر لزوم تغییر پارادایم آموزشی از مدرک گرایی به مهارت افزایی و کارآفرینی تاکید کرد. زینب کاویان با بیان اینکه هنرستان های گلستان دیگر نقطه مسئله دار آموزش نیستند، اظهار کرد: فرزندان نوجوان ما که بیش از ۷۰ درصد آن ها از خانواده های کم برخوردار و روستا زاده هستند، به پایگاهی برای ساخت آینده استان تبدیل شده اند. این معلم هنرستان گلستان با تشریح مدل جدید آموزشی در استان، گفت: مدل آموزش را تغییر دادیم و به سمت آموزش پروژه محور، مسئله محور و کارآفرینانه منطبق بر بوم رفتیم چرا که باور داریم مدرسه باید مسائل واقعی منطقه را بشناسد و آموزش ابزاری برای کاهش فقر و ایجاد امید باشد. وی افزود: هنرستان های گلستان به عنوان الگوی موفق کشور در مناطق محروم شناخته می شوند که نشانه ای روشن است که اگر به مدرسه اختیار، برنامه و معلم توانمند بدهیم، حتی در محروم ترین نقاط هم می شود توسعه را ساخت.



درس ساخته شده که نشان می دهد دولت در کنار مردم آمده تا با هم افزایی، اعتبارات خوبی را اختصاص دهد.

مطالبات جامعه فرهنگیان گلستان در سه

محور کلیدی

نماینده معلمان استان گلستان هم در این دیدار با تاکید بر لزوم اولویت بندی آموزش و پرورش در بودجه ریزی، خواستار تامین معیشت شایسته، ارتقای منزلت اجتماعی فرهنگیان و بهبود زیرساخت های مدارس شد. زهرا رضایی نیا با قدر دانی از حمایت های دولت چهاردهم در پرداخت به موقع حقوق و پاداش بازنشستگان، اظهار کرد: معلمی شغل انبیاست و فرهنگیان این مرز و بوم با وجود تمام سختی ها و چالش ها، با عشق و تعهد در سنگر مدرسه حضور یافته و افتخارات علمی فرزندان ایران در عرصه های بین المللی را رقم زده اند. وی با بیان اینکه پس از ۴۷ سال از عمر با برکت انقلاب، خوشبختانه آموزش و پرورش به اولویت نخست دولت تبدیل شده است، تصریح کرد: برای تضمین تداوم این مسیر، انتظار داریم آموزش و پرورش صرفا یک بخش اداری نباشد، بلکه در عمل نیز «اولویت نخست» دولت محسوب شود. این نماینده فرهنگی با اشاره به طرح ملی «معلم طرح محتوای فناوریانه»، گفت: معلمان باید به کارشناسان عملیاتی سواد رسانه ای، هوش مصنوعی و امنیت سایبری تبدیل شوند تا دانش آموزان مصرف کننده صرف فناوری نباشند، بلکه تولیدکننده راهبردهای ملی باشند. رضایی نیا با بیان اینکه معلمان بزرگترین سرمایه انسانی کشور هستند، خاطرنشان کرد: اگر امروز تمرکز دولت بر سرمایه گذاری در حوزه آموزش و فناوری باشد،

کنار مردان، گفت: در بین زنان ترکمن یک سنت دیرینه وجود دارد که هنگام ساخت خانه اقوام، با اهدای روسری و پارچه و لباس های تازه به آن ها تبریک می گویند اما تا حالا این مورد در ساختمان های دولتی اتفاق نیفتاده بود تا اینکه، خانم های روستا در یک اتفاق غافلگیرکننده به مدرسه آمدند و صدها روسری و پارچه و لباس تازه به عنوان تبریک به ساختمان جدید مدرسه هدیه کردند.

تقدیم مدرسه به نام «مادر»

یک خیر مدرسه ساز و فرهنگی بازنشسته گلستان گفت: سال ها پیش با مشورت دوستانم تصمیم گرفتیم در روستای «کنگاور» که سال های ۶۳ و ۶۴ در آن معلم بودم، یک مدرسه بسازیم چرا که در آن زمان دختران به دلیل شرایط فرهنگی و ترکیبی بودن کلاس ها با پسران، با مشکلاتی برای ادامه تحصیل مواجه بودند؛ لذا یک مدرسه سه کلاسه زیبا ساختیم. جمشید نجاری با بیان اینکه نام این مدرسه را «مادر» گذاشتیم، تصریح کرد: گفتم نام مدرسه فقط «مادر» باشد، چون مثل مادر من، میلیون ها مادر در این سرزمین وجود دارند که تلاش کردند تا فرزندانشان خدمتگزار مردم شوند یا در راه کشور به شهادت رسیدند و به همین دلیل، این مدرسه تقدیم به همه مادران سرزمینم ایران است. نجاری با اشاره به مشارکت خیرین در ساخت مدارس، خطاب به رئیس جمهور گفت: مردم ایران از دیرباز سخاوتمند بوده اند و حضور گسترده آن ها در امر ساخت و ساز فضاهای آموزشی بی نظیر است. وی افزود: از بهمن پارسال تاکنون ۷۴ مدرسه با ۳۳۹ کلاس

مدیران پروژه مردمی ساخت دبستان «مختوم قلی» برگزیده دیدار با رئیس جمهور با بیان اینکه روستای فراقی همچون نگینی در آغوش آرامگاه مختومقلی فراغی شاعر نامدار ترکمن قرار دارد، روایتی کم نظیر از عشق خودجوش مردم به آموزش را تشریح کرد. به گزارش ایرنا، الله قلی غراوی در جلسه نهضت توسعه عدالت فضاهای آموزشی گلستان با حضور رئیس جمهور خطاب به دکتر پزشکیان اظهار کرد: شما هر جا رفتید از این نهضت گفتید و خودتان مایه گذاشتید. ما نیز در دورترین نقطه استان گلستان، با توکل به خدا و اعتماد به مردمی که تنها دارایی شان باور و امید بود، ایده زیبای شما را به اجرا درآوردیم و ساخت یک مدرسه ۱۰ کلاسه با متراژ ۱۵۰۰ مترمربع را در روزهای پایانی این حماسه به سرانجام رساندیم. این فرهنگی و مدیر پروژه با بیان خاطره ای از شکل گیری این پروژه گفت: یکی از پزشکان خیر روستا مدرسه ای برای دانش آموزان دبیرستانی احداث کرده بود و با نزدیک شدن افتتاحیه، خوشحالی بیداد می کرد، اما من نگران حال دل دانش آموزان ابتدایی بودم و نگاه های حسرت آمیز آن ها که نمی توانستند وارد مدرسه جدید شوند، آرام می داد. غراوی افزود: در روز افتتاحیه، از «مهسا» یکی از دانش آموزان با استعداد پایه چهارم خواستم دلنوشته ای بخواند که آن دانش آموز کوچک چنان زیبا و تاثیرگذار خواند که همه حضار منقلب شدند و دخترک هم در پایان درخواست کرد مدرسه ای برای خود و دوستانش ساخته شود. وی ادامه داد: تا آن لحظه به ذهن کسی خطور نکرده بود که می توانیم با هم مدرسه بسازیم اما آنقدر حرف دل دخترک زیبا بود که بی اختیار همه قدم پیش گذاشتند و این گونه جرقه نهضت ملی در میان اهالی زده شد و سپس یک ماه زحمت کشیدیم و تمام ظرفیت های روستا را دعوت کردیم و تصمیم گرفتیم هر کس با توجه به بضاعت خودش قسمتی از کار را بر عهده بگیرد. غراوی با تاکید بر اینکه نقشه مدرسه ۱۰ کلاسه توسط نوسازی تهیه شده بود، گفت: باور کنید بدون یک ریال پول نقد کار را شروع کردیم و مردم فقط تعهد کرده بودند و حمایت ها در حد قول بود اما نترسیدیم و شروع کردیم. این خیر مدرسه ساز، یکی از این روایت ها را این گونه توضیح داد: نزدیکانم بابت منابع مالی نگران بودند و تعهدها پرداخت نشده بود. در یکی از روزها قرار بود یک تریلی سیمان دریافت کنم اما عصر و شب گذشت و من واریزی نداشتم. ساعت ۱۲ شب به راننده زنگ زدم که شرمند شدم، اما راننده گفت: «اگر ناراحت نمی شوید من این بار را جای دیگر تخلیه می کنم، اما حتما فردا شب برایتان می آورم» خدا را شکر فردا یک خیر، مبلغ را واریز کرد و بار جدید را گرفتیم. مدیر پروژه مردمی با اشاره به حضور چشمگیر زنان روستا در

مدیرکل آموزش و پرورش گلستان خبر داد:
تمام مطالبات معلمان پرداخت شد

و موسساتی نیز در این امر به ما یاری خواهند رساند. نظری در باب دانش آموزان بازمانده از تحصیل عنوان کرد: از بین حدودا ۴ هزار دانش آموز بازمانده از تحصیل، ۵۵۶ نفر با همکاری بهزیستی، کمیته امداد، بسیج، شوراها، دهیاران و ائمه جمعه به تحصیل بازگشتند. در تلاشیم تا ۳ هزار و ۵۰۰ نفر باقی مانده را نیز به مدارس بازگردانیم. وی خاطرنشان کرد: ما معتقدیم هر دانش آموز باید حداقل یک مهارت فنی، اجتماعی یا هنری را بداند. امسال با رشد ۲،۵ درصدی آموزش فنی و حرفه ای گلستان، این رقم به ۴۹،۵ درصد رسیده است. نظری با زیر ذره بین بردن امکانات رفاهی مدارس کم برخوردار ادامه داد: در حال حاضر هیچ مدرسه ای از خشت یا گل در استان گلستان نداریم. تا پیش از این ۲ مدرسه کانکسی داشتیم که دیگر وجود ندارند. اما تعداد کلاس های کانکسی استان بالغ بر ۱۰۰ بود که خوشبختانه امروز با همت مردم و خیرین به ۸۵ کلاس تقلیل یافته است. امیدواریم که در سال آینده بتوانیم جشن برچیده شدن کلاس های کانکسی را بگیریم.

مهران موذنی- مدیرکل آموزش و پرورش گلستان عنوان کرد: تمام مطالبات معلمان از سالیان دور تا به امروز که بیش از ۴۰ مورد بوده، پرداخت شده است. هیچ معلمی امروز از آموزش و پرورش طلب ندارد. قدرت اله نظری، عصر چهارشنبه، در حضور خبرنگاران گفت: پرداخت حق التدریس معلمان بدون هیچ تاخیری پرداخت شده است. این در حالی است که تا پیش از این، این مبلغ تا مدت ها با تاخیر پرداخت می شد. به طوری که بنده تا کنون به خاطر ندارم که حق التدریس ماه به ماه پرداخت شده باشد. وی درباره فراهم کردن مسکن معلمان اظهار داشت: بین وزارت آموزش و پرورش و راه و شهرسازی تفاهم نامه ۴۰۰ هزار نفری فرهنگیان منعقد شده است. بنابر آن تا در سال اول ۲۰۰ هزار معلم فاقد مسکن شناسایی شوند. تا کنون ۴ هزار معلم برای دریافت مسکن ثبت نام کرده اند. مدیرکل آموزش و پرورش گلستان افزود: ۵۴ مدرسه به عنوان پایگاه های شناسایی کودکان بازمانده از تحصیل در نظر گرفته شده اند. شرکت ها