

■ **تعرض به جنگل
های هیرکانی و جنگلبانان
توسط سوداگران چوب و
اراضی ملی در حالی به
داستان تلخ و ادامه داری
در مازندران تبدیل شده
است که تهیه سریال ۲۶
قسمتی دامون در عرصه
های طبیعی جنوب بابل
تلنگری بر ضرورت حفظ
گونه های گیاهی این
خطه از شمال کشور به
خصوص درخت «سرخدار»
محسوب می شود.**

۲

«دامون» تلنگری برای حفظ نگین هیرکانی

**هنرمندی نباشد تولید محتوا از
آسمان نمی بارد**

۵

**چطور می توان فرزندان را به
فعالیت های خیریه ترغیب کرد؟**

۴

**عملکرد شهرداری در اجرای پروژه های
بزرگ قابل دفاع نیست**

۳

مدیرعامل شرکت گاز مازندران خبر داد:

آغاز قطع گاز ویلاهای خالی از سکنه در مازندران

کرد: مشترکان پرمصرف با صرفه جویی بیشتر در مصرف شرکت گاز را یاری کنند و در حال حاضر روزانه ۳۰ میلیون متر مکعب مصرف گاز در مازندران است که این میزان رو به افزایش بوده و همه مشترکان لازم است صرفه جویی در مصرف گاز را جدی بگیرند.

جوادی به بازدید از کنتورهای گاز ویلاهای خالی از سکنه اشاره کرد و یادآور شد: با تعهد مالک و استفاده از گاز در صورت سکونت، گاز وصل می شود.

واحدهای مسکونی خالی از سکنه به ویژه ۲۵۰ هزار ویلایی که در مازندران وجود دارد و به طور معمول نیمه دوم سال بدون این که ساکنی داشته باشند گاز مصرف می کنند، یکی از عوامل مصرف بی رویه و هدررفت این سوخت هستند که با قطع گاز این واحدهای مسکونی خوش نشینی، گامی برای پیشگیری از این اسراف برداشته شده است. فرا رسیدن روزهای سرد سال و افزایش مصرف گاز هر سال احتمال افت فشار گاز در برخی مناطق مازندران را بالا می برد. مازندرانی ها به ویژه در بعضی مناطق این استان مانند آمل طی سال های اخیر بارها افت فشار گاز را تجربه کرده اند و



مدیرعامل شرکت گاز مازندران گفت: قطع گاز ویلاهای خالی از سکنه و پرمصرف خانگی استان باهدف مدیریت مصرف انرژی شروع شد. مازندران با نزدیک به یک میلیون و ۴۸۰ هزار مشترک خانگی از استان های پرمصرف انرژی گاز کشور در بخش مصارف خانگی به شمار می آید.

جریان مصرف گاز در این استان همواره با فراگیری برف و باران و سرمای زیر صفر درجه در مناطق مختلف کشور تحت الشعاع قرار می گیرد. چراکه شبکه گاز مازندران بیشترین فاصله را از منابع گازی کشور دارد و به همین



در مازندران هم تعدادشان بسیار زیاد است می تواند به کاهش مصرف گاز و افزایش پایداری شبکه کمک کند. بر اساس آمارهای رسمی دست کم ۲۵۰ هزار واحد مسکونی خوش نشینی یا همان ویلاهایی که بخش مهمی از سال خالی هستند در مازندران وجود دارد که بسیاری از این واحدها در روزهای سرد سال با این که خالی از سکنه هستند، به دلیل روشن بودن سامانه های گرمایشی گاز مصرف می کنند. شرکت گاز مازندران چند سال است که با شناسایی برخی از این واحدها گاز آن ها را قطع می کند تا از هدررفت گاز در این وحدهای بدون ساکن جلوگیری کند. این اقدام امسال هم به گفته سرپرست شرکت گاز مازندران در دستور کار قرار دارد و آغاز شده است.

امسال نیز این نگرانی برای بسیاری از مشترکان وجود دارد که در روزها و شب های سرد سال با همین چالش مواجه شوند. با انجام اقدامات زیرساختی در چند سال گذشته، میزان احتمال افت فشار در این استان کاهش یافته و مشترکان کمتری با این مشکل مواجه شده اند. اما علاوه بر اقدامات زیرساختی برای افزایش ظرفیت گازرسانی شبکه در مازندران، گام هایی نیز برای پیشگیری از مصرف بی رویه و مازاد هم برداشته شده است.

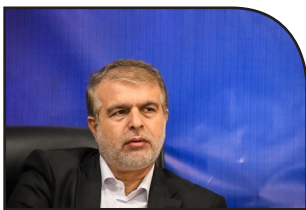
پیشگیری از هدررفت گاز و رعایت نکات مربوط به مصرف بهینه این سوخت برای پایداری شبکه در روزهای سرد سال صرفا به درست مصرف کردن گاز در واحدهای مسکونی و رعایت دمای محیط خانه محدود نمی شود. بلکه قطع کردن گاز واحدهای مسکونی خالی از سکنه ای که از قضا



**مشترکان پرمصرف با
صرفه جویی بیشتر در
مصرف شرکت گاز را یاری
کنند و در حال حاضر
روزانه ۳۰ میلیون متر
مکعب مصرف گاز در
مازندران است که این
میزان رو به افزایش بوده
و همه مشترکان لازم است
صرفه جویی در مصرف گاز
را جدی بگیرند.**

رئیس کل دادگستری مازندران:

دستگیری ۱۰ متهم ایجاد شبکه افساد فی الارض در آمل



رئیس کل دادگستری مازندران گفت: ۱۰ متهم در زمینه ایجاد شبکه افساد فی‌الارض از طریق تشکیل شبکه کلاهبرداری در آمل دستگیر شدند. عباس پوریانی اظهار کرد: در پی شکایت چند تن از شهروندان، گزارش حفاظت و اطلاعات دادگستری مازندران و پلیس اطلاعات و امنیت عمومی استان و سرپازان گمنام امام زمان (عج) در اداره کل اطلاعات استان، مبنی بر وقوع جرایم مختلف و تخلفات یک شبکه کلاهبرداری در آمل، پیگیری موضوع در دستورکار ویژه دادستانی شهرستان آمل قرار گرفت.

رئیس کل دادگستری مازندران افزود: در تحقیقات ابتدایی مشخص شد، شخصی با همکاری افراد دیگر از جمله برادرش در قالب فعالیت در نمایشگاه خودرو و بنگاه معاملات املاک جهت قانون جלוه دادن فعالیت‌های خود با اخذ، چک، سفته، وکالت در فروش اموال و اقرار نامه مالی، اموال بسیاری از مردم را برای خود، بستگان یا افرادی که با وی همکاری داشتند، تملک کرده است.

پوریانی ادامه داد: با توجه به وقوع جرایم متعدد در این رابطه و ایجاد نارضایتی شدید عمومی، دستور جلب متهمان از سوی دادسرای آمل صادر و در این راستا حجم انبوهی چک، سفته، اسناد و مدارک و خودروهای گران قیمت نیز کشف و ضبط شد. رئیس کل دادگستری مازندران تاکید کرد: یکی از افراد بازداشت شده، وکیل دادگستری است که وفق گزارش واصل شده و اظهارات متهم، جهت قانونی جלוه دادن رفتار متهمان، افراد مذکور را راهنمایی و همراهی کرده و وکالت آنها را در وصول وجوه چک یا استرداد خودروهایی که در قالب اجاره به شرط تملک به مردم داده شده، پذیرفته است.

پوریانی اظهار کرد: ۱۰ متهم مذکور به اتهام افساد فی‌الارض از طریق شبکه کلاهبرداری و ورود خسارت عمده به اموال مردم و همچنین عضویت در شبکه کلاهبرداری با صدور قرار بازداشت موقت به زندان معرفی شدند.

نظارت بر پارک های حیات وحش

وظیفه محیط زیست است



مدیرکل حفاظت محیط زیست مازندران نظارت و پایش پارک های حیات وحش را از وظایف این اداره کل دانست و گفت: با هر گونه تخلفی برخورد می شود. عطاالله کاویان در گفت وگو با خبرنگار مهر درباره مجموعه تفریحی الیمالات نور افزود: این مجموعه در قالب منطقه نمونه گردشگری، شامل پهنه آبی سد و اراضی پیرامونی آن، که در خارج از مناطق چهارگانه تحت مدیریت محیط زیست استان قرار گرفته است، به استناد قانون تعیین حریم دریاچه‌های احداثی در پشت سد‌ها و آئین نامه اجرایی در سال ۱۳۹۹ طی قرارداد ۲۵ ساله با شرکت آب منطقه‌ای استان (۶ سال ساخت و ۱۹ سال بهره برداری)، با هدف بهره برداری از منافع دریاچه سد و اراضی پیرامونی، شکل گرفت. وی افزود: نکته مهم در این خصوص، آن است که مجموعه سد خاکی الیمالات و عرصه‌های پیرامونی آن مجموعاً به مساحت ۲۱ هکتار، تحت مدیریت آب منطقه‌ای استان قرار دارد، کاملاً نفیس کشی شده و توسط سیم خاردار از عرصه‌های جنگلی مجاور جدا شده و «پارک وحش مایا» نیز در پلان پیشنهادی آن، پیش بینی شده بود.

گزارش



«دامون» تلنگری برای حفظ نگین هیرکانی

■ تعرض به جنگل های هیرکانی و جنگلبانان توسط سوداگران چوب و اراضی ملی در حالی به داستان تلخ و ادامه داری در مازندران تبدیل شده است که تهیه سریال ۲۶ قسمتی دامون در عرصه های طبیعی جنوب بابل تلنگری بر ضرورت حفظ گونه های گیاهی این خطه از شمال کشور به خصوص درخت «سرخدار» محسوب می شود.

● به گزارش **جوبیار**، سریال ۲۶ قسمتی دامون که به سفارش شبکه یک سیما ی جمهوری اسلامی ایران فیلم برداری آن در جنگلهای جنوب بابل آغاز شد، مسعود فرخنده نویسندگی، تهیه و کارگردانی آن را بر عهده دارد.

این سریال که ۹۰ درصد از فیلم برداری آن انجام شد مصایب تخریب جنگل‌های هیرکانی و قاچاق چوب را به نمایش خواهد گذاشت. سریال دامون قاچاق چوب درخت بسیار نادر «سُرخدار» که در معرض انقراض قرار دارد را تولید می کند و سال آینده از شبکه اول سیما پخش می شود.

در این سریال «مازیار» جنگلبان وظیفه شناسی است که بین وظیفه کاری در برخورد با سوداگران چوب های نادر جنگلی و خانواده قرار می گیرد و در این مسیر چالش های برای وی ایجاد می شود.

دامون در منطقه ای فیلم برداری می شود که انبوهی از درختان هیرکانی از جمله بزرگترین درخت سرخدار جنگل‌های هیرکانی ایران در جنوب بابل موجود است.

این درخت سرخدار که داری ۳۰ متر ارتفاع و ۱۹۳ سانتی متر قطر دارد عمر آن به یکهزار و ۲۰۰ سال می رسد و در یک منطقه صعب العبور و در کنار یک پرتگاه در جنگلهای هیرکانی جنوب بابل قرار دارد. این درخت با نام علمی «Taxus baccata» گونه‌ای درخت با برگ های سوزنی از تیره سرخداران است که از نظر تنوع زیستی و حفظ ذخائر ژنتیکی و بوم‌شناسی از گونه‌های منحصر به فرد و مهم منطقه هیرکانی و باقی مانده از دوران سوم زمین‌شناسی محسوب می شود. سرخدار، درختی سوزنی برگ، سایه پسند و دارای پوست فلس‌دار است که چوب درون آن به رنگ قرمز شاه بلوطی و برگ‌های آن دائمی و همیشه سبز است و در قسمت پایینی درخشان و براق به نظر می رسد و نیاز به خاک مرطوب دارد. بلندی درخت به ۹ تا ۳۰ متر و قطر آن به سه متر می‌رسد. رشد سرخدار بسیار کند و رویش ارتفاعی آن سالانه ۱۰ سانتی متر

است. میوه نوع ماده این درخت به رنگ قرمز و نوع نر آن به رنگ زرد است که هر دو غیر سمی هستند.

بذر سرخدار توسط پرندگان از جمله قرقاول پخش می‌شود و سنجاب‌ها نیز به انتشار بذر این درخت کمک می‌کنند. بر اساس مطالعات فسیل‌شناسی، دیرینگی درختان سرخدار بیش از ۱۹۰ میلیون سال تخمین زده می شود.

گفته می شود انسان‌های ماقبل تاریخ این درخت را می‌شناختند و از برگ آن نوعی ماده سمی تهیه و برای آلوده کردن نیزه‌هایشان استفاده می‌کردند.

در تمام انواع سرخدار، ماده‌ای به نام « تاکسول » وجود دارد که از آن داروی ضد سرطان می‌سازند. در دانشگاه «کالیفرنیا» گونه‌ای از سرخدار را به همین منظور پرورش می‌دهد و هنگامی که به ارتفاع یک تا ۵/۱ متر رسید، آن را قطع می‌کنند.

دوستداران محیط زیست بر این باورند برای حفظ جنگل‌های هیرکانی باید کارهای فرهنگی به صورت جدی در دستور کار قرار گیرد که ساخت سریال ۲۳ قسمتی دامون می تواند برای حفظ این میراث کهن اثر بخش باشد.

ظرفیت ممتاز رسانه ها به همراه مدارس، مساجد و حسینیه ها در بیان اهمیت جنگل‌های هیرکانی دارای جایگاه ممتازی است و این درخت های بی‌نظیر برای ادامه حیات بشر و ممانعت از تغییرات اقلیمی و گرمایش زمین اثر گذار است.

مدیرکل صدا و سیما ی مازندران بعد از نشست با عوامل این سریال اظهار کرد: سریال ۲۶ قسمتی دامون که به سفارش شبکه اول سیما تهیه می شود برای حفظ جنگل‌های هیرکانی در سطح ملی جریان ساز است.

هادی ابراهیمی گفت: سریال دامون در قالب قصه‌ای زیبا ظلم های که توسط سوداگران چوب به این جنگل وارد می شود را به درستی به نمایش می‌گذارد.

وی با بیان این مطلب که ۹۰ درصد فیلم



بذر سرخدار توسط پرندگان از جمله قرقاول پخش می‌شود و سنجاب‌ها نیز به انتشار بذر این درخت کمک می‌کنند. بر اساس مطالعات فسیل‌شناسی، دیرینگی درختان سرخدار بیش از ۱۹۰ میلیون سال تخمین زده می‌شود.

دوران جنگل های خیزی بوده که دست نخورده باقی مانده است.

این مقام مسوول تصریح کرد: امروز همه ما باید قردران دلسوزانی باشیم که از تمام ظرفیت موجود به خصوص ظرفیت و اثر بخشی فرهنگ و هنر برای حفظ جنگل‌های هیرکانی تلاش می کنند.

استان مازندران حدود ۲ میلیون و چهار هزار هکتار مساحت دارد که از این مقدار حدود یک میلیون و ۷۰۰ هزار هکتار آن عرصه های طبیعی شامل جنگل و مرتع است.

برای حفاظت و مدیریت عرصه های طبیعی مازندران ۲ اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری در ساری و نوشهر فعالیت دارند که منطقه ساری حدود ۷۱ درصد و نوشهر حدود ۲۹ درصد این عرصه ها را مدیریت می کند.

در مجموع حدود ۵۴ درصد از عرصه های جنگلی شمال کشور را در اختیار دارد و همچنین نیمی از جنگل های هیرکانی ثبت شده در سازمان جهانی یونسکو در جغرافیای مازندران واقع است. مازندران حدود ۴۶۰ هزار هکتار اراضی کشاورزی و باغی دارد که در آنها سالانه بیش از هفت میلیون تن محصول تولید می شود. این استان در تولید ۱۵ نوع از محصولات کشاورزی و باغی هم رتبه اول تا سوم کشور را دارد، ظرفیت این شرایط در حالی است که تغییر غیرمجاز کاربری اراضی کشاورزی و باغی در مازندران همچنان از چالش‌های مهم این استان محسوب می‌شود.

برداری این سریال به پایان رسیده است، اظهار کرد: ۱۰ درصد باقی مانده این سریال طبق برنامه فیلم برداری آن انجام خواهد شد.

مدیرکل صدا و سیما ی مازندران ادامه داد: این سریال نگاه مدیران استانی و ملی را نسبت به جنگلهای هیرکانی این سرمایه ملی تغییر خواهد داد.

ابراهیمی با اشاره به این نکته که در این سریال آداب و رسوم این خطه از شمال کشور هم به نمایش گذاشته خواهد شد، ادامه داد: سریال دامون یک کار ارزشمند در راستای فرهنگ سازی در جهت حفظ جنگل خواهد بود.

وی تصریح کرد: همه باید تلاش کنیم تا با استفاده از ظرفیت رسانه ها حفظ جنگل این میراث کهن به یک دغدغه جدی از سوی همه اقشار جامعه تبدیل شود. بزرگترین سُرخدار هیرکانی

در این پیوند رئیس منابع طبیعی بابل پیش تر اظهار کرد: تهیه فیلم دامون در شهرستانی که بزرگترین درخت سرخدار هیرکانی در آن واقع شده است یک اتفاق مبارک است.

حسین پورحسین اظهار کرد: این درخت سرخدار که ۳۰ متر ارتفاع و ۱۹۳ سانتی متر قطر دارد عمر آن به بیش از یک هزار سال می رسد در یک منطقه صعب العبور و در کنار یک پرتگاه در جنوب بابل قرار دارد.

وی ادامه داد: این درخت سُرخدار در یک حوزه ابریز ۱۰۰ هکتاری از یک توده بازمانده

تعرّف‌های اعمال می‌شود، افزود: در حوزه تولید با توجه به اینکه سوخت‌های فسیلی مشکلاتی برای محیط زیست دارد و هم در تولید گران تمام می‌شود، موضوع مهم انرژی‌های خورشیدی در اولویت وزارت نیرو قرار دارد و به تبع آن شرکت توزیع برق غرب مازندران نیز اقدامات موثری در این خصوص انجام داده است. بابایی از مذاکرات با اداره کل منابع طبیعی غرب مازندران در خصوص اختصاص زمین در بالادست برای تابش بهتر نور خورشید خبر داد و گفت: برای ورود سرمایه‌گذاران به

این بخش مذاکرات خوبی صورت گرفته است و نتایج قابل قبولی بدست آمده است. مدیرعامل شرکت توزیع برق غرب مازندران تصریح کرد: بر اساس قوانین، ادارات و نهادهایی که مشمول ماده ۵ خدمات کشوری می‌شوند الزام شده‌اند تا ظرف مدت چهار سال ۲۰ درصد از انرژی آنها باید از انرژی‌های تجدید پذیر تأمین شود. بابایی با اشاره به رایزنی‌های مناسب در این خصوص و برگزاری همایش‌های مختلف، یادآور شد: استفاده از انرژی خورشیدی در تمام ادارات ۱۰ امور و ستاد



این سریال که

۹۰ درصد از

فیلم برداری

آن انجام شد

مصایب تخریب

جنگل‌های

هیرکانی و

قاچاق چوب

را به نمایش

خواهد گذاشت.

سریال دامون

قاچاق چوب

درخت بسیار

نادر «سُرخدار»

که در معرض

انقراض قرار دارد

را تولید می کند

و سال آینده از

شبکه اول سیما

پخش می شود.

غرب مازندران در قالب ۶۰ کیلو وات تا ۵۰ درصد افتتاح شده است و ماه آینده کلیه امور انجام خواهد شد.

وی با بیان اینکه اقدامات خوبی از سوی برخی شهرداری‌ها از جمله کلارآباد و چمستان جهت پیوستن به انرژی خورشیدی شده است، ابراز امیدواری کرد: با همکاری شهرک‌های صنعتی و دستگاه‌های خدمات رسان همچون کمیته امداد امام خمینی و بهزیستی شاهد استفاده بیشتر از انرژی خورشیدی به عنوان یک انرژی پاک باشیم تا به تولید و رفع ناترازی کمک کند.

عملکرد شهرداری در اجرای پروژه‌های بزرگ قابل دفاع نیست



رئیس کمیسیون عمران شورای اسلامی شهر گرگان با اشاره به اجرانشدن پروژه بی‌آرتی (اتوبوس تندرو) به دلیل مخالفت برخی اعضای شورای شهر گفت: عملکرد شهرداری در اجرای پروژه‌های بزرگ مانند شهربازی مدرن و بازار موزه هفت شهر قابل دفاع نیست.

گرگان ظرفیت‌های خدادادی زیادی مانند پارک جنگلی الگندره، جنگل ناهارخوران و روستای زیارت و منطقه گردشگری هزارپیچ دارد که می‌توان با اجرای پروژه‌هایی مانند احداث هتل، اقامتگاه، شهربازی و تله کابین پای گردشگران را به این شهر باز کرد اما با وجود وعده اجرای این پروژه‌ها از سوی اعضای شورای اسلامی شهر در دوره‌های گوناگون، مردم گرگان هنوز طعم شیرین تحقق این پروژه‌ها را نچشیدند.

در حالی که اعضای شورای اسلامی شهر گرگان در دوره ششم با شعار «خدمت و تحول در توسعه و آبادانی گرگان» پا به میدان خدمت گذاشتند اما دستگیری ۲ عضو شورای شهر و تعدادی از مدیران شهری گرگان به اتهام تخلفات مالی در ابتدای فعالیت دوره ششم، این شهر را با حواشی زیادی رو به رو کرد با این وجود اعضای شورای اسلامی شهر گرگان فارغ از این اتفاق، عملکرد خود را قابل قبول می‌دانند و معتقدند شهرداری و شورای شهر در این دوره به مناطق کم‌برخوردار و حاشیه‌نشین شهر توجه ویژه‌ای داشته است.

شورای شهر اسلامی گرگان در دوره ششم با فراز و فرودهای فراوان به خط پایان فعالیت خود نزدیک می‌شود همین مساله بهانه‌ای برای گفتگوی ما با «میسسی مهری»، رئیس کمیسیون توسعه و عمران، حمل‌ونقل شهری و معماری و شهرسازی شورای اسلامی شهر گرگان شد.

ایرنا:مهم‌ترین اقدامات عمرانی دوره ششم شورای اسلامی شهر گرگان و شهرداری گرگان در چه بخش‌هایی بود؟

مهری: یکی از مهم‌ترین مسائلی که امسال در بودجه شهرداری گرگان در نظر گرفته شد اختصاص هزار میلیارد ریال برای پروژه‌های عمرانی در مناطق کم‌برخوردار شهر بود. با توجه به تاکید رهبر معظم انقلاب مبنی بر رونق و جهش تولید با مشارکت مردم، شهرداری و شورای اسلامی شهر گرگان می‌توانستند تعرفه عوارضی را متناسب با تورم تا ۴۴ درصد افزایش دهند اما لایحه تعرفه عوارضی فقط با ۱۰ درصد افزایش مصوب شد. برای اولین بار در لایحه بودجه شهرداری گرگان برای ساختمان‌های خیرساز در حوزه‌های مختلف بهداشتی، ورزشی و غیره تخفیف ۹۰ درصدی اعمال شد، همچنین کاهش نرخ بهای اتوبوس شهری از دیگر اقدامات ما بود که بلیت بسیاری از مسیره‌ها با کاهش قیمت همراه شد.

رفع مشکل ۳۰ ساله تعاونی مسکن میثاق فرهنگیان در منطقه هزارپیچ گرگان، اختصاص ۲ هزار و ۱۰۰ میلیارد ریال اعتبار برای محلات

کم‌برخوردار در سال ۱۴۰۲، بالای۶هزار متری سرانه فضای سبز، ساخت پنج زمین فوتبیل چمن مصنوعی، خرید ۶۱ اتوبوس و تقویت سامانه حمل و نقل عمومی برای کاهش مشکل ترافیک در این دوره شورای شهر گرگان اجرا شده است.

از ۶۱ دستگاه اتوبوس خریداری شده، تاکنون ۲۱ دستگاه تحویل داده شد، ۲۰ دستگاه اتوبوس نیز نوسازی شد و در حال حاضر ۹۰ دستگاه اتوبوس در حال خدمات‌رسانی به مردم استان است.

تخفیف ۱۰۰ درصدی عوارض ساختمانی برای بافت‌های فرسوده و محله‌های کم‌برخوردار و تخفیف ۵۰ درصدی عوارض عوارض نوسازی و هزینه‌های فنی و کارشناسی از دیگر اقدامات شورای اسلامی شهر گرگان در دوره ششم است.

تعیین تکلیف زمین‌های فاقد سند برای صدور پروانه یکی دیگر از مهم‌ترین اقدامات این دوره شورای شهر گرگان است و شهرداری گرگان با همکاری دادگستری، برای زمین‌های بدون سند مالکیت به ویژه در حاشیه شهر و مناطق کم‌برخوردار گرگان پروانه صادر کرد.

مردم محلاتی مانند کوی عرفان، انجیراب، چناران و بخشی از قلعه‌حسن به دلیل نداشتن سند و صادر نشدن پروانه مجبور به انجام ساخت و ساز غیرمجاز می‌شدند که باعث ایجاد بافت‌های حاشیه‌ای و ساختمان‌های غیرمستحکم شد و به نظر می‌رسد اجرای این طرح‌های از بروز چنین آسیب‌هایی در شهر جلوگیری خواهد کرد.

تبدیل وضعیت ۳۰۰ نفر از نیروهای شهرداری

گرگان، تصویب شیوه‌نامه ورزشی و کمک به مساجد و هیات‌های مذهبی، ساخت آرامستان جدید در ابتدای ورودی جاده آق‌قلا با ۱۲۷ میلیارد ریال اعتبار با پیشرفت فیزیکی ۸۰ درصد و افتتاح آن تا پایان بهمن امسال،

ساخت ایستگاه آتش‌نشانی شماره هشت در محدوده چناران، اوزینه و بنفش‌تپه گرگان با ۶۵ درصد پیشرفت فیزیکی، بازگشایی کمربندی

گرگان با ۲ هزار و ۵۰۰ میلیارد ریال اعتبار از جمله دیگر اقدامات این دوره شورای شهر گرگان است.

همچنین امسال در ۱۱۰ هزار مترمربع از منطقه یک، در ۱۰۰ هزار مترمربع از منطقه ۲ و در ۱۱۱ هزار مترمربع از منطقه سه مرمت و لکه‌گیری

آسفالت انجام شده است.

در مجموع کل اقدامات انجام‌شده در بخش آسفالت، گراویل و زیرسازی از ابتدای سال ۱۴۰۳

تاکنون در گرگان بالغ بر هزار و ۱۶۰ میلیارد ریال بوده و تولید آسفالت شهرداری گرگان در سال ۱۴۰۳ به ۲۰ هزار تن و تولید پالاز به ۳۸



در حالی که اعضای شورای اسلامی شهر گرگان در دوره ششم با شعار «خدمت و تحول در توسعه و آبادانی گرگان»، پا به میدان خدمت گذاشتند اما دستگیری ۲ عضو شورای شهر و تعدادی از مدیران شهری گرگان به اتهام تخلفات مالی در ابتدای فعالیت دوره ششم، این شهر را با حواشی زیادی رو به رو کرد با این وجود اعضای شورای اسلامی شهر گرگان فارغ از این اتفاق، عملکرد خود را قابل قبول می‌دانند و معتقدند شهرداری و شورای شهر در این دوره به مناطق کم‌برخوردار و حاشیه‌نشین شهر توجه ویژه‌ای داشته است.

هزار متر رسید.

مناسب‌سازی ۱۷ پارک محله‌ای برای معلولان جسمی و حرکتی از دیگر خدمات این دوره شورای اسلامی شهر و شهرداری گرگان به شهروندان بود، همچنین ۲۰ پارک محله‌ای نیز برای مناسب‌سازی در دست مناقصه است.

ایرنا: پروژه شهربازی مدرن گرگان به کجا رسید؟

مهری: حدود سه هزار و ۵۰۰ میلیارد ریال اعتبار در این دوره شورای اسلامی شهر گرگان برای پروژه شهربازی مدرن اختصاص پیدا کرد، شهربازی مدرن یک ابرپروژه است و از مسوولان استانی، نمایندگان مجلس و فرماندار گرگان خواستیم برای تکمیل این پروژه سرمایه‌گذار معرفی کنند.

براساس برنامه‌ریزی انجام‌شده تا پایان اردیبهشت سال آینده مرحله اول شهربازی مدرن شامل سورتمه ریلی و سوله سروشیده راه‌اندازی خواهد شد و ۵۷۰ میلیارد ریال اعتبار برای سورتمه ریلی اختصاص پیدا کرده است، براساس برنامه، پروژه شهربازی مدرن گرگان به سه مرحله تقسیم شده که مرحله اول شامل ساخت سورتمه ریلی و فضای سروشیده و بازی‌ها و سرگرمی‌های قسمت ورودی شهربازی

است و در مرحله دوم ساخت هتل، رستوران و پذیرایی و مرحله سوم ساخت چرخ و فلک و سایر بخش‌های شهربازی مدرن در دستور کار قرار می‌گیرد.

از همان روز نخست ورود به شورای شهر گرگان اعلام کردم که ابرپروژه شهربازی مدرن گرگان با ۱۸ هکتار فضا برای تکمیل نیاز به جذب سرمایه‌گذار دارد و از مسوولان دعوت کردیم برای تکمیل این پروژه و بهره‌برداری از مراحل بعدی کمک کنند.

هنوز نمی‌توان تاریخ دقیقی از بهره‌برداری نهایی از پروژه شهربازی گرگان اعلام کرد.

بخشی از زمین‌های مربوط به پروژه شهربازی مدرن گرگان مدعیانی داشت که با ورود رئیس کل دادگستری گلستان و دادستان مرکز استان این مشکل در حال برطرف‌شدن است.

ایرنا: شاید یکی از اقداماتی که برای مردم

گرگان قابل‌لمس نباشد اجرای پروژه‌های

بزرگ عمرانی در شهر است، گرچه شهربازی

مدرن گرگان یک ابرپروژه است اما دیگر

پروژه‌ای در این ابعاد در گرگان اجرا نشد.

علت چیست؟

مهری: با توجه به شرایط کشور به ویژه در حوزه ساخت و ساز و افزایش قیمت مصالح در حوزه‌های مختلف عمرانی، شورای شهر گرگان برای رونق ساخت و ساز تعرفه عوارضی را افزایش نداده است.

از سویی دیگر نگاه دیگر دوره ششم شورای اسلامی شهر گرگان، اجرای ریزپروژه‌ها در محلات بود که این پروژه‌ها به خوبی در حال انجام است اما به خوبی از سوی روابط عمومی شهرداری گرگان اطلاع‌رسانی نشد.

ایرنا: شهرداری گرگان امسال به سن ۱۰۰ سالگی می‌رسد به نظر شما گرگان در این یک قرن چقدر به توسعه‌یافتگی نزدیک شد؟

مهری: گرگان در بین شهرهای شمال کشور از لحاظ توسعه‌یافتگی و پیشرفت شرایط مناسبی دارد.

روند پیشرفت ۲۰ سال گذشته شهرداری گرگان خوب بوده اما رشد گرگان در مقایسه با برخی از شهرهای کویری مانند یزد و قم

که ساختار مذهبی و اعتقادی دارند مطلوب نیست و علت موفقیت این شهرها نیز اتحاد و

همبستگی در مدیریت واحد شهری و یکپارچگی مسوولان این استان‌ها برای اجرای پروژه‌های بزرگ شهری است.

ایرنا: یکی از مشکلات گرگان که به شدت

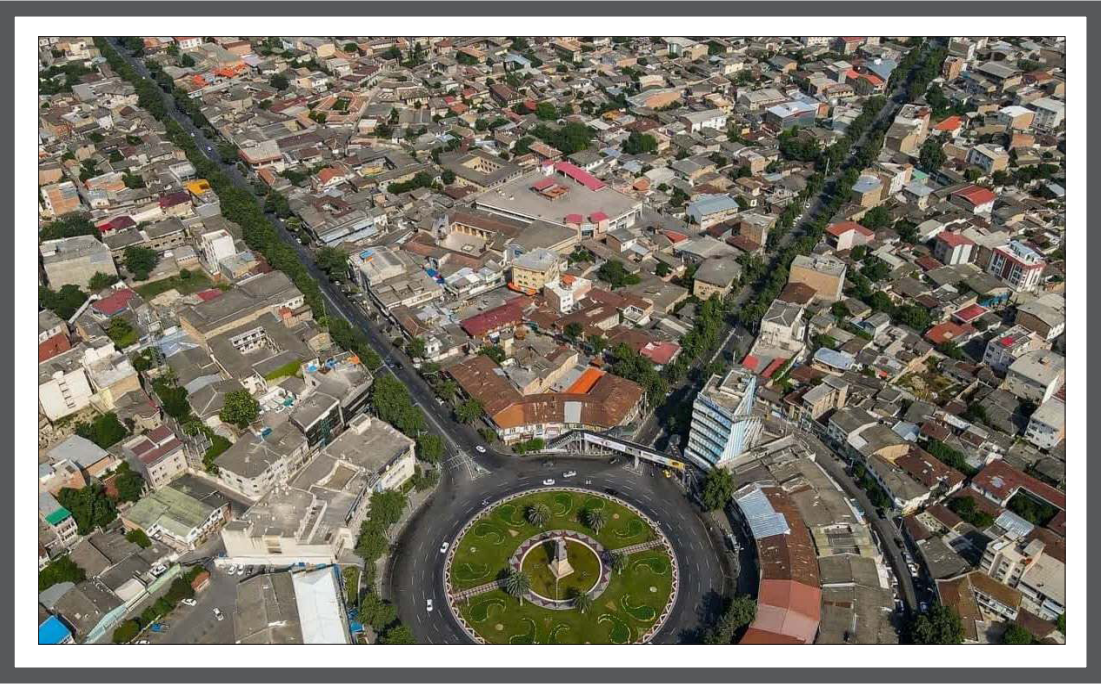
برای مردم این شهر آزاردهنده است ترافیک

است که موجب نارضایتی مردم شده و

معتقدند تاکنون راهکار اثربخشی برای حل

این معضل اندیشیده نشده است، شما در این

خصوص چه نظری دارید؟



مهری: در ابتدای ورود به دوره ششم شورای اسلامی شهر گرگان، طرحی را اعلام کردم که برای حل معضل ترافیک، سهم سیستم حمل و نقل عمومی در شهر بیشتر شده و بی‌آرتی در گرگان راه‌اندازی شود.

گرچه تاکنون برای کاهش معضل ترافیک با خرید اتوبوس یک گام برداشته شد اما اگر بی‌آرتی و سیستم انبوه‌بر شمالی و جنوبی و شرقی و غربی در گرگان راه‌اندازی شود بیش از ۶۰ درصد مشکل ترافیک این شهر حل خواهد شد.

برای راه‌اندازی بی‌آرتی می‌توان از ظرفیت سرمایه‌گذار استفاده کرد و با وجود آنکه در سال اول فعالیت این دوره شورای شهر یک سرمایه‌گذار با شرایط خوب متقاضی راه‌اندازی پروژه بی‌آرتی گرگان بود اما از سوی دیگر اعضای شورای شهر مورد استقیال قرار نگرفت.

در دوره ششم شورای اسلامی شهر گرگان بحث‌های کارشناسی به شکل محدود انجام می‌شود و برای اجرای این طرح‌ها نیز انسجام لازم وجود ندارد.

ایرنا: علت اصلی نبود این اتحاد و اجماع بین اعضای شورای شهر گرگان چیست؟

مهری: پروژه بی‌آرتی یکی از پروژه‌های بزرگ در شهر گرگان است و از آنجا که برخی پروژه‌های بزرگ مانند شهربازی مدرن و بازار موزه هفت شهر در دوره قبلی شورای اسلامی شهر گرگان نتوانست موفق عمل کند همین مساله برخی از اعضای شورای شهر گرگان را برای اجرای پروژه بی‌آرتی دچار تردید کرد اما در واقع هیچ نگرانی برای اجرای این پروژه وجود ندارد و حتی حوزه شرقی و غربی گرگان برای اجرای این پروژه، نیاز به تعریض و تملک ندارد.

ایرنا: یکی از اقدامات جنجالی شورای شهر گرگان، پس گرفتن اختیارات تفویض شده به شهردار بود که پس از این اتفاق، شهردار برای اجرای بسیاری از طرح‌ها و برنامه‌های خود باید مصوبه شورای شهر را اخذ کند.

مهری: همیشه در جمع‌های شورایی، برخی در اکثریت و عده‌ای نیز در اقلیت قرار می‌گیرند اما در این بین هدف اصلی یعنی خدمت به مردم نباید فراموش شود، واگذاری اختیاری که به شهردار داده شد تا پایان آبان ماه سال ۱۴۰۳ بود اما گروه اکثریت شورای اسلامی شهر گرگان برای این تصمیم دلایلی داشتند که برخی از آنها منطقی است.

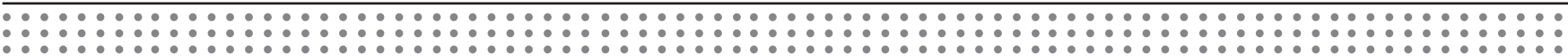
برخی از اعضای شورای شهر معتقدند شهردار

گرگان گزارش مربوط به تفویض اختیارات را

ارائه نکرده که همین مساله و شاید برخی علل

دیگر موجب بروز این اتفاق و بازپس‌گیری

تفویض اختیار از شهردار شده است.



صدور سند زمین کشاورزی، ارتباطی با مالیات و یارانه ندارد



مرتبط ارایه دهنده خدمات به کشاورزان را از جمله برتری‌های صدور سند مالکیت کشاورزی برشمرد.

به گفته معاون توسعه و ساماندهی مدیریت

امور اراضی جهادکشاورزی گلستان در این استان ۵۶۰ هزار هکتار زمین کشاورزی قابلیت دریافت سند مالکیت وجود دارد.

به گزارش ایرنا، در گلستان سالیانه نزدیک به پنج میلیون تن انواع محصول کشاورزی شامل کشاورزی، دامی، باغی و صید و ماهیان پرورشی تولید می‌شود.

بهرمبرداران کشاورزی گلستان در تولید ۱۵ محصول راهبردی شامل تولید دانه‌های روغنی کلزا، سویا و آفتابگردان، هلو، توتون و گوشت مرغ رتبه اول، گندم، چغندرقد

و خرمالو مقام دوم، شلتوک (برنج) پیله تر ابریشم، میگو و پنجه رتبه سوم، ماهیان پرورشی و خاویاری رتبه چهارم و جو و زیتون رتبه پنجم کشوری را در اختیار دارند.

کشاورزی برای ۱۲۴ هزار و ۱۳۵ هکتار پیشرو دریافت سند زمین کشاورزی در گلستان هستند و کشاورزان آق‌قلا و گمیشان در رده‌های بعدی قرار دارند.

معاون توسعه و ساماندهی مدیریت امور اراضی گلستان ادامه داد: کشاورزان استان می‌توانند مدارک ادعای مالکیت زمین کشاورزی خود را در سامانه سحاک (سامانه خدنگاری اراضی کشاورزی) ثبت کنند تا پس از بررسی کارشناسان، نسبت به صدور سند مالکیت کشاورزی اقدام شود.

وی ادامه داد: بعد از ثبت در سامانه سحاک، کشاورزان ۲ سال فرصت دارد مدارک مالکیت خود را در این سامانه وارد کرده و پیگیر صدور سند مالکیت باشد.

افسری نداشتن اختلاف مالکیت، هویت‌دارشدن زمین‌های کشاورزی، افزایش بهره‌وری در تولید محصولات کشاورزی، اجرای طرح یکپارچه‌سازی زمین کشاورزی و برخورداری از بسته‌های تشویقی دستگاه‌های

معاون توسعه و ساماندهی مدیریت امور اراضی گلستان با اشاره به اجرای طرح صدور سند مالکیت کشاورزی گفت: بر خلاف باور برخی کشاورزان، صادرشدن این سند مالکیت، ارتباطی با گرفتن مالیات از بهره‌برداران و یا قطع‌شدن یارانه آنان ندارد.

آرزو افسری گفت‌وگو با خبرنگار ایرنا به صدور سند تک برگ مالکیت برای نزدیک به ۶۰ درصدی زمین‌های کشاورزی دارای شرایط استان اشاره کرد و افزود: گسترش این باور اشتباه در کشاورزان موجب کاهش همکاری آنان برای دریافت سند زمین‌های کشاورزی شده است.

وی اظهار کرد: طبق گزارش اداره کل ثبت اسناد گلستان تاکنون برای ۳۳۲ هزار و ۸۰۶ هکتار از زمین‌های کشاورزی استان در قالب ۳۰ هزار و ۱۳۰ قطعه سند مالکیت تک برگ کشاورزی صادر شد.

وی خاطرنشان کرد: بهره‌برداران شهرستان گنبدکاوس با دریافت سند تک برگ

خبر

تصویب اعتبار ۲۴۷

میلیاردی برای طرح ایجاد

تأسیسات فاضلاب رشت



مدیرعامل شرکت آب و فاضلاب گیلان گفت: اعتبار ۲۴۷ میلیارد تومانی برای طرح ایجاد تأسیسات فاضلاب رشت بین شهرداری و شرکت آب و فاضلاب گیلان تصویب شده است.

علیرضا غیائی در گفتگو با خبرنگار مهر ضمن ارائه توضیحاتی در خصوص عملکرد امور آبفای شهرستان رشت در حوزه فاضلاب اظهار کرد: در سال جاری اعتبار مصوب طرح ایجاد تأسیسات فاضلاب رشت مطابق بودجه ابلاغی ۱۴۷ میلیارد تومان بوده که با پیگیری‌های صورت گرفته، افزایش بودجه مصوب به میزان ۱۰۰ میلیارد تومان از محل اعتبارات توازن منطقه‌ای محقق شده و مبلغ اعتبارات مصوب طرح به ۲۴۷ میلیارد تومان افزایش داشته است.

وی افزود: همچنین دریافت تسهیلات به میزان ۲۶۷ میلیارد تومان از یک بانک و در قالب تسهیلات ماده ۵۶ در مرحله مبادله تهاقم نامه می‌باشد.

غیائی تصریح کرد: شرکت آب و فاضلاب گیلان در حال پیگیری تخصیص ۱۰۰ درصدی اعتبارات مصوب و تحقق دریافت تسهیلات ماده ۵۶ می‌باشد.

وی ادامه داد: همچنین در حال حاضر در حوزه جمع آوری فاضلاب بهداشتی رشت یک هزار و ۳۳۰ میلیارد تومان قرارداد فعال در دست اجرا می‌باشد،

که به زودی با پیشرفت و اتمام این پروژه‌ها شاهد رفع بسیاری از مشکلات و معضلات فاضلاب در سطح شهر رشت خواهیم بود.

غیائی همچنین افزود: با اجرا و تکمیل پروژه‌های در دست اجرا

در شهر رشت، در بازه زمانی ۳ ماه آینده، بخش عمده‌ای از افت فشار

آب شرب در مناطقی از شهر مرتفع خواهد شد.

۶ پست برق در گیلان

احداث می‌شود



مدیرعامل برق منطقه ای گیلان گفت: ۶ پست برق با همکاری و تعامل دستگاه‌های اجرایی در نقاط مختلف استان احداث می شود.

به گزارش خبرنگار مهر، محمود دشت بزرگ صبح چهارشنبه در گفتگو با رسانه‌ها اظهار کرد: مقرر شده تا دستگاه‌های اجرایی استان با شرکت برق منطقه‌ای گیلان جهت ساخت ۶ پست برق همکاری نمایند تا با

هم‌افزایی، موجب تسریع در روند اجرای

پروژه‌ها و کاهش هزینه‌ها شوند.

دشت بزرگ با اشاره به نیاز روزافزون استان به توسعه زیرساخت‌های انرژی برق، گفت: ایجاد ساختارهای برق نظیر پست‌ها نه بر اساس سلیقه و منافع شخصی، بلکه بنا به ضرورت و نیاز شبکه باید در منطقه خاصی احداث شوند در واقع نیاز شبکه، محدوده جانمایی و محل احداث اینگونه ساختارها را مشخص کرده و ناچار به احداث این ساختارها در منطقه خاصی خواهیم بود.

مدیر عامل شرکت برق منطقه‌ای گیلان با اشاره به اینکه احداث ساختارهای برق بسیار هزینه‌بر و زمان‌بر بوده و از این حیث منحصر به فرد می‌باشند، افزود: انتظار می‌رود دستگاه‌های اجرایی استان در زمینه احداث ساختارهای عام‌المنفعه برق، حمایت و همکاری نزدیک داشته باشند تا در زمینه تأمین انرژی برق هیچ محدودیت و مانعی برای سرمایه‌گذاری سرمایه‌گذاران در استان وجود نداشته باشد.

خبر

هنرمندی نباشد تولید

محتوا از آسمان نمی بارد



رئیس هیات مدیره کانون تهیه کنندگان رسانه‌های دیداری ابراز امیدواری کرد که تولیدات نمایش خانگی به‌طور کامل با معیارهای پاک و اصولی پیش بروند و در عین حال جذابیت خود را از دست ندهند.

به گزارش ایسنا مهدی فرعی، عضو مجمع تبلیگران ستار و ریسی هیات مدیره کانون تهیه‌کنندگان رسانه‌های دیداری درباره ارزیابی عملکرد سازمان تنظیم مقررات رسانه‌های صوت و تصویر فراگیر در سال‌های اخیر، گفت: اکثر قریب به اتفاق آثاری که این روزها در شبکه نمایش خانگی مشاهده می‌کنیم و برای عموم مردم جذاب هستند، مشکلی از نظر مجوز ندارند و مورد تایید این سازمان هستند. بنابراین تجربه تولید نمایش خانگی نشان‌دهنده حضور مؤثر ستار در این حوزه است. تهیه‌کننده «سوءخ» درباره نقش ستار در تأمین سلامت محتوایی شبکه نمایش خانگی با هدف فراهم کردن امکان استفاده خانواده‌ها از سریال‌ها و برنامه‌های نمایش خانگی نیز بیان کرد: بحث سلامت محتوا نکته بسیار بااهمیتی است. بر کسی پوشیده نیست که ستار در تأمین سلامت محتوای نقاش بسزایی دارد. این نهاد نظارتی از مرحله تصویب فیلمنامه و تولید، نظارت خود را آغاز کرده و به سلامت محتوا توجه می‌کند و در مرحله صدور مجوز انتشار نیز به همین وظیفه خود ادامه می‌دهد.

فرجی خاطرنشان کرد: آنها که در ایران زندگی می‌کنند و با فرهنگ ایرانی-اسلامی رشد یافته‌اند، در تولید آثار خود محدودی را رعایت می‌کنند. به عبارت دیگر اگر آنها به صورت کاملآ بی‌قید و بند به تولید محتوا نمی‌پردازند. بنابراین نظرات ساترا و همچنین رویکرد اسلامی ایرانی تولیدکنندگان برنامه‌های شبکه نمایش خانگی در کنار هم، نقش مهمی در وضعیت فعلی شبکه نمایش خانگی دارد و امروز می‌توانیم به تالیف آسوده‌تر به تماشای آثار نمایش خانگی بنشینیم و امیدواریم این روند ادامه یابد و تولیدات نمایش خانگی به‌طور کامل با معیارهای پیک و اصولی پیش بر روند بر این نکته تأکید دارم که این تولیدات نباید جذابیت خود را از دست بدهند.

وی در برابره مقبولیت سأترا در جامعه هنری و سینمایی هم اظهار موافقت کرده و گفته: «تلفرهما و سراترایهای خانگی موقت، پهنابندین و واقع سأترا نیز موقت تر است، پهنابنارین، سأترا تمایل ندارد که خود را تاام بگذارد و از موقتیت بارمانند. این سأترا نامی مناسب را برای تقویت ایدین و تعاملات پهنابندین و نیز لزوم نزدیکی دیدگاهها تاکید کنیم، در نهایت، باید دوستی و رفاقی میان تولیدکنندگان و اشرار جناب و سالمی با کمترین میزان اشکال تولید کنیم.

او اضافه کرد: واقعیت این است که ساستارها به عنوان یک نهاد نظارتی، یکی از مهم‌ترین اهداف و مأموریت‌های خود را تولید و انتشار محتوای سالم و قابل قبول، مطابق با فرهنگ غنی مردم ایران قرار داده است. اگر پلتفرم‌ها به این توجهات عمل کنند و فرایند سالم‌سازی را درون خود ایجاد نمایند، طبیعی است که در مراحل تولید و انتشار، آسیب کمتری منوجه محتوا خواهد شد. اگر ساستارها مجبور به انتخاب میان جذابیت و محتوای سالم باشند، طبیعی است که اولویت اولش حفظ سلامت محتوا خواهد بود که ممکن است به آسیب دیدن مجامع محصول منجر شود. بهترین راه برای تضمین این امر این است که خود پلتفرم‌ها در مراحل فیلم‌نامه‌نویسی، تولید و انتشار، به ضوابط نظارتی توجه کنند و محصول را با تضمین و سلامت بیشتری برای انتشار آماده کنند. یونسکو برای توپیم از بهترین اسنادی ملی و کشوری دعوت تکریم است این آموزش‌ها را ارائه دهند و بدین ترتیب کیفیت کار افزایش یابد و در عین حال جذابیت محتوا نیز حفظ شود. برگزاری جلسات آموزشی کارگانه و ورکشاپ‌ها از طریق آشنایی تهیه‌کنندگان می‌تواند برای پلتفرم‌ها بسیار مؤثر باشد.

فیلم مستند
«دره پروانه‌ها»
به نویسندگی و
کارگردانی کاوه
بهرامی مقدم و
به تهیه کنندگی
«بنیاد فرهنگی
شیون فومنی» فیلم
مستند پرتز شیون
فومنی، درباره
افکار، اندیشه‌ها،
شخصیت ادبی
و سیر و سلوک
فردی و اجتماعی
شاعر و ترانه‌سرای
است که در
بخش مسابقه
ملی هجدهمین
جشنواره بین‌المللی
فیلم مستند ایران
«سینما حقیقت» به
نمایش درمی‌آید.

باری تازه‌ترین
فیلم مستندی که
در خصوص شاعر
معاصر، زنده‌یاد
شیون فومنی
ساخته شده است،
فیلمی است با نام
«دره پروانه‌ها»،
به کارگردانی کاوه
بهرامی‌مقدم، که به
همت بنیاد فرهنگی
شیون فومنی تهیه
شده است. فیلمی
سراسر چشم‌نواز،
زیبا، و به شدت
اثربخش، که مخاطب

را از همان ابتدا،
با تصویری بکر
از طبیعتی ساده
اما در عین حال
حیرت‌انگیز مواجه
می‌کند؛ اصلی‌ترین
ویژگی «دره
پروانه‌ها»، در قیاس
با سایر فیلم‌هایی
از این دست،
برجسته‌بودن
شخصیت آن برای
مخاطب نیست،
تا بیننده را زیر
سیطره خود داشته
باشد، بلکه از همان
نخست‌نشان
می‌دهد که وابسته
صرف به شخصیت
مرکزی فیلم نیست.

A color photograph of a middle-aged man with dark, wavy hair and a prominent dark mustache. He is smiling and looking directly at the camera. He is wearing a light blue or grey turtleneck sweater. The background is a blurred green, suggesting foliage or trees.

نمایش رنج انسان به زبان شاعرانه!

- محمدصادق رئیس، شاعر، منتقد ادبی به بهانه اکران فیلم مستند پرتره شیون فومنی، شاعر گیلایی با عنوان «دره پروانه‌ها» درباره این مستند نوشته است:
- شیون فومنی صدای فروخورده انسان کار و رنج و فقر است حالا «دره پروانه‌ها» نمایش همین رنج‌هاست؛ تصویر مردمان خسته و وامانده که زندگی بر آنان تحمیل کرده، و آنک از زبان شاعری رنج کشیده جاری شده است.

جزء لانینگ آثار سینمایی مستند است. برای این تصور هنکامی بیشتر می‌شود که موضوع فیلم «شخصیت‌محور» بوده باشد. آنگاه اثر مستند بر لبه تئیی بُرّان خواهد ایستاد، چراکه کوچک‌ترین لغزش به هر سوس، توانایی جبران‌ناپذیر در پی خواهد داشت. با استناد به آثار سینمایی مستندی که ساخت زندگی، آثار و شخصیت شاعر یا نویسندهای ساخته شده است، ناخواسته فیلم به سمتی پیشی رفته است که مخاطب با خطوط به‌هم‌پیوسته‌ای از تصاویر و صحنه‌هایی روبه‌رو شده که صرفاً به بیان خاطرها و نظرات دیگران اکتفا شده است. البته چمسا با فرمی کامل و یکدست، و نیز با رعایت تمام عناصر لازم در کمپوزیشن است.

باری تازه‌ترین فیلم مستندی که در خصوص شاعر معاصر، زنده‌یاد شیون فومنی ساخته شده است، فیلمی است با نام «دره پروانه‌ها» که به کارگردانی کاوه ابراهیمی مقدم، که به همت یاد فرهنگی شیون فومنی تهیه شده است، فیلمی سراسر چشم‌نواز، زیبا و به شدت اثرگذار، که مخاطب را از همان ابتدا با تصویری بکر از طبیعتی ساده در عین حال حیرتانگیز مواجه می‌کند؛ اصلی‌ترین ویژگی «دره پروانه‌ها»، در قیاس با سایر فیلم‌هایی از این دست، برجسته‌بودن شخصیت آن برای مخاطب نیست، تا بیننده را زیر سیطره خود داشته باشد، بلکه از همان نخست نشان می‌دهد که وابسته صرف به شخصیت مرکزی فیلم نیست. قلم به ذات است و نگار آن نیست که مخاطب چه میزان شناخت با شخصیت یا موضوع اثر دارد، مقصود من این است که حتی اگر مخاطب دارای شناخت از شخصیت محور فیلم نداشته باشد، خود اثر در تمایس سکان‌ها به به شناخت زوایای مختلف شخصیت می‌پردازد؛ لایه‌های ریز و پنهان شخصیت، زندگی و آثار وی را به تصویر می‌کشد. انتخاب تصاویر و بُرش شعرها و نظر صاحب‌نظران در رابطه با شخصیت فیلم، به گونه‌ای در کنار هم قرار گرفته‌اند که یک پیوستگی عمیق و هارمونی بی‌نظیر در روند صحنه‌ها پدید آورده‌اند. بیرون میان تصاویر بکر

به گزارش ایسنا، میراحمد سیددفتری نژاد متخلص به شیون فومنی از شاعران نام‌آشنای گیلانی است که شهربور ۲۶ سال پیش (۱۳۷۷) پس از یک دوره بیماری مزمن کلیوی و انجام پیوند کلیه در یکی از بیمارستان‌های تهران از دنیا رفت. شیون فومن به عنوان یکی از شاعران موفق روزنیا که حوزه شعر بومی و محلی، گویش گیلکی را که داشت در حلقه فارموشی قرار می‌گرفت اشاعه داد و از سوی دیگر در حوزه شعر فارسی با انتشار مجموعه‌های شعر فارسی و ارائه قالب‌های معمول و مرسوم شعر فارسی از شاعران تأثیرگذار و توانای شعر معاصر به شمار می‌رود. محمد شمس لنگرودی هم درباره ارزش شعر ادبی شعر شیون گفته بود: «شیون چون نوادر زمانی که زندگی جاری است و تا همیشه روزگار ماندگار خواهد بود. شیون جزو معدود شاعرانی است که در دل مردم زیست و به شعر فارسی از کرد و با توجه به نوآوری‌هایش در مرسوم فارسی از چهره‌های مایان ادب معاصر است.»

شعرهای شیون فومنی هوای شمال دارد زیر
بهومی‌گرایی از عناصر سبکی اوست، یکی از
محصولات نوگرایی نیمایی که شاعر را با محیط
خوبش پیوند می‌دهد.

فیلم مستند «دره پروانه‌ها» به نویسندگی کارگردانی کاوه بهرامی مقدم و تهیه‌کنندگی «نیاد فرهنگی شیون فومنی» فیلم مستند پرتره شیون فومنی، درباره افکار، اندیشه‌ها، شخصیت ادبی و سیر و سلوک فردی و اجتماعی شاعر و مترجم‌سازی است که در بخش مسابقه ملی و هجدهمین جشنواره بین‌المللی فیلم مستند ایران «سینما شاعر» به نمایش درمی‌آید. محمداصداق رئیسی، شاعر، منتقد ادبی و مترجم از یادداشتی با عنوان «مایش تاریخ زنجاره» درباره مستند «دره پروانه‌ها» ساخته کاوه بهرامی مقدم نوشته است: «ساسا هنگامی که از فیلم مستند سخن به میان می‌آید، تصور نخست آن خواهد بود که با بیان واقع‌آهاری و رویه‌رو ستم که صرفاً به‌صورت تصویری آن کرد تا ساعت‌های تیر و پنج به خود بگیرد، اگرچه استاندارد به امر واقع

شعرهای شیون فومنی هوای
شمال دارد زیرا بومی‌گرایی از
عناصر سبکی اوست، یکی از
محصولات نوگرایی نیمایی که
شاعر را با محیط خویش پیوند
می‌دهد.



به سکناس، توالی به‌هم‌پیوسته همین مصیبت جاری در جامعه است که در بستر سوررئال در منظر بیننده می‌نشیند.

«در پروانه‌ها» نمایش تاریخ رنج‌هاست. همان‌گونه که شیون به زبان شعر به تصویر می‌کشد رنج‌ها را همان‌گونه که از مردمان به گل‌نشته سرزمین‌اش می‌نوسید، تا شاعران و صاحب‌نظرانی که ادعان دارند به عظمت کاری که شیون در شعر فارسی و مدخلی خود انجام داده. آنجا که برای شیون نه قالب شعری مهم بود نه زبان رسمی یا زبان بومی. آنجا که مضمون تعیین‌کننده بوده، و انسان و زندگی، که جاری بوده، و زندگی که جاری است در رنج مردمان، مردمان خسته سرزمین من. مردمان رنج و اگر خستگی مردمانی که اما خود در تاریکی استاداند تا چراغ خانه را روشن نگه بدارند.

«در پروانه‌ها» یک همدان‌پنداری بزرگ تاریخ-جامعی ایران است که اسوه همواره و پیوسته به آن درگیر بوده است. جنباب آنکه به‌هم‌پیوسته این اثر، به نمایش فراتر رفتن از قاعده‌های مألوف و معهود را به معنای می‌گذارد و نشان داده است که یک اثر مستند از چه قابلیت‌هایی برخوردار است.

«است»

«مردم به‌رامی مقدم» مدیر تصویربرداری، تدوین، صداگذاری و «حامد فومنی» در بخش پژوهش و گفتارشناسی از عوامل اصلی این فیلم مستند هستند

از جغرافیای شمال، زادگاه شاعر، و ماهیهای مطهر و انتخابشده، منتج به یک برآیند شمانی از موضوع می‌شود. انتخاب تصاویر با دقت تمام بر پایه تفکر و بافت زبانی شعرها و اساس زندگی شاعر، همراه با گزینش نماههای دقیق و مرتبط با فضاهای شعر، فیلم را به یک اثر برجسته سینمایی بدل کرده است. به طوری که علیرغم زمان نسبتاً بلند فیلم، مخاطب لحظهای احساس کسالت یا ملال نخواهد داشت، بلکه پیوستگی تصاویر به شکلی است که از دست دادن چمنهای در هر کجای فیلم، باعث انقطاع درک مفهومی می‌شود. در این وضعیت است که بیننده، تصویر به تصویر، کلمه به کلمه، نظر به نظر، پی به بزرگی و عظمت آسان‌شاعری می‌برد که تاکنون از شناخت وی غافل مانده است.

شاعری که به جبر زمانه چندان به وی پرداخته نشده است. شاعری که رنج و مصیبت مردمان می‌کشد. زمانه مانده از جامعه را به تصویر نمی‌بیند. زمانه واماندگان است. صدای فروخورده انسان کار و رنج و فقر است. انسانی که قوت شبانه خود را از تلاطم دریا و نزاع جنگل و شالیزار بدست می‌آورد. «دره پروانه‌ها» نمایش همین رنج‌هاست. تصویر مردمان خسته و وامانده که زندگی بر آنان تحمیل کرده، و آنک از زمان شاعری رنج کشیده جاری شده، رنجی که جامعه بر او و مردمانش روا داشته. برای فیلمی، سکانس

ی‌داحمد موسویان تهیه‌کننده «عصر خانواده» سالمندی در چهارشنبه‌ها هستند.

وی در توضیح بیشتر درباره اینکه چرا یک روز به روز مادری اختصاص پیدا نکرد، داشت، بیان کرد: ما کمتر درباره نقش و جایگاه پدر صحبت کرده‌ایم و از همین رو تصمیم گرفتیم یک روز را تحت عنوان «روز پدری» اختصاص دهیم تا به این مین موضوع پرداخته شود. از طرفی مادری و مادران‌دگی موضوعی است که در کل برنامه وجود دارد.

تهیه‌کننده برنامه «عصر خانواده» در ادامه توضیح داد: برنامه با حضور مجریان مختلف روی آنتن می‌رود. مجریان این فصل از برنامه محیا اسناوندی، قدسیه صالحی، فاطمه تقوایی، حسام نام‌آور هستند و اینگونه نیست که صرفاً یک مجری اصلی داشته باشیم.

سیداحمد موسویان تهیه کننده «عصر خانواده» درباره فصل جدید این برنامه که از ابتدای آذر از شبکه دو سیما روی آنتن رفته است، بیان کرد: این برنامه در فصول و زمان‌های مختلف روی آنتن رفته است و اکنون فصل جدید این برنامه با فضای جدید و موضوعات متنوع به مخاطبان ارائه می‌شود.

وی افزود: فصل جدید برنامه از شنبه تا چهارشنبه و حوالی ساعت ۱۸، پخش می‌شود. هر روز یک موضوع خاص را پوشش می‌دهیم. و تلاش کرده‌ام تا برنامه را به محتوای متفاوت و جذاب‌تر از قبل به پخش برسد.

موسویان همچنین اشاره کرد که موضوعات مختلف روزانه برنامه شامل توسعه فردی در روزهای شنبه، ازدواج در یکشنبه‌ها، فرزندآوری در دوشنبه‌ها، روز پدر در سه‌شنبه‌ها و روز



تهیه کننده فصل جدید «عصر خانواده» از جزییات این برنامه که از ابتدای آذر با ساختار جدید روی آنتن رفته است، گفت.

پخش فصل جدید «عصر خانواده» با کمپین ازدواج و نکات آموزشی

پدری بود یک گنده با حضور یک روان‌شناس و چند دانشجو داشتیم که درباره نحوه رفتار با پدر و ارتباط با او صحبت کردند و این موضوع مورد بحث قرار گرفت.

موسویان درباره آموزش های برنامه در هر بخش عنوان کرد: هر روز در برنامه بخش هایی با موضوعات آموزشی متنوع نیز گنجانده می شود. این آموزش ها شامل نگهداری از گل های آپارتمانی، بازی با کودکان و آموزش های آشپزی است. ما سعی می کنیم هر روز به یک موضوع روتین و کاربردی بپردازیم که مخاطبان بتوانند از آن استفاده کنند و بخشی از زندگی روزمرشان باشد

اشاره کرده و گفت: این برنامه یک کار تیمی است و تیمی حدود ۱۰ نفره به سرپرستی حبیبه یوسفی، پژوهشگر و سرمدیر برنامه، در این پروژه فعالیت دارند.

موسویان در مورد نحوه پرداخت به موضوعات مختلف گفت: ما یک موضوع ثابت داریم اما نحوه پرداخت به آن متفاوت است به عنوان مثال، در روز فرزندپروری، اگر موضوع بحث سقط جنین باشد، ما به سراغ متخصصان این حوزه می‌رویم و در کنار آن هم‌تانی‌ای دعوت می‌کنیم که تجربه مشابهی داشته‌اند همچنین در این بخش مربی بازی داریم که بازی‌های مختلفی را برای تعامل بهتر والدین با کودکان آموزش می‌دهد.

وی ادامه داد: هر قسمت از برنامه حدود ۱۰ دقیقه است، به طور مثال، دیروز که روز

خبر

اثرات ضد لیشمانیایی بالقوه نانو ذرات روی سنتز شده با استفاده از عصاره گیاه اسطوخدوس



دانشیار دانشگاه علوم پزشکی لرستان اثرات ضد لیشمانیایی بالقوه نانو ذرات روی سنتز شده با استفاده از عصاره گیاه اسطوخدوس به روش میکروویو را تشریح کرد.

حسین محمودوند بیان کرد: لیشمانیوز جلدی از بیماری‌های مهم انگلی است که در مناطق مختلف گرمسیری و نیمه گرمسیری جهان ازجمله ایران انتشار دارد.

وی ادامه داد: سازمان جهانی بهداشت تعداد افراد در معرض خطر را ۳۵۰ میلیون نفر و تعداد افراد آلوده به بیماری را ۱۲ میلیون نفر برآورد کرده است که هرساله بیش از یک میلیون ۵۰۰ هزار مورد جدید به آن اضافه می شود.

محمودوند گفت: در حال حاضر جهت درمان لیشمانیوز جلدی از ترکیبات ظرفیتی آنتی موان نظیر، پنتوستام (سدیم استیویوگلوکونات)، گلوکانتیم (مگلوئیم آنتی موات)، پنتامیدین و آموژتریسین B استفاده می‌شود که ترکیبات آنتی موان از سال ۱۹۱۱ اساس درمان لیشمانیوز را تشکیل و از داروهای ردیف اول درمان این بیماری محسوب می شوند.

وی افزود: استفاده از این ترکیبات دارای محدودیت‌هایی از قبیل طولانی بودن دوره درمان، گران بودن داروها، عدم پاسخ درمانی در حدود ۱۵ - ۱۰ درصد موارد و داشتن سمیت شدید بر روی قلب، کبد و کلیه‌ها است.

دانشیار دانشگاه علوم پزشکی لرستان اظهار کرد: از این رو در حال حاضر تحقیقات وسیعی بر روی روش‌های درمانی لیشمانیوز در حال انجام است. او بیان کرد: نانوتکنولوژی کاربرد علم برای کنترل مواد در سطح مولکولی بوده و نقش بسیار مهمی در تحقیقات مدرن دارد و تواناترین تکنولوژی است که می‌تواند در همه‌ی حوزه‌ها مانند داروشناسی، الکترونیک، سلامت، غذا و تغذیه، علم زیست پزشکی، دارو و انتقال زن، صنعت شیمیایی، علم انرژی، لوازم آرایش، سلامت محیطی، مکانیک و صنایع فضایی به‌کاربرده شود.

دانشیار دانشگاه علوم پزشکی لرستان گفت: نانوتکنولوژی همچنین برای درمان بیماری‌ها، سرطان، آلرژی، دیابت و التهاب به کار می‌رود.

وی با بیان اینکه سنتز نانو ذرات فلزی با استفاده از عصاره گیاهان ازجلاظ اقتصادی روش مقرون‌به‌صرفه‌ای است، اضافه کرد: بنابراین این روش را می‌توان به‌عنوان یک روش اقتصادی ارزشمند جهت تولید نانو ذرات فلزی در مقیاس بزرگ به کار گرفت.

این عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی لرستان گفت: نانوذره روی نیز یکی از نانو ذرات پر کاربرد بوده که دارای خواص فیزیکی و شیمیایی مناسب است که می‌توان به پایداری شیمیایی بالا، ثابت دی‌الکتریک پایین، فعالیت کاتالیزوری بالا، جذب نور فروسرخ و فرابنفش و از همه مهم‌تر خاصیت ضد میکروبی اشاره کرد.

وی ادامه داد: با توجه به مطالعات قبلی که نشان‌دهنده فعالیت و اثرات ضد میکروبی این نانو ذرات است و با در نظر گرفتن این موضوع که تاکنون مطالعه مستندی در مورد فعالیت ضد لیشمانیایی نانو ذرات روی سنتز شده با گیاه اسطوخدوس بر روی گونه‌های لیشمانیایی انجام‌نشده، بر آن شدیم که برای اولین بار اثرات ضد لیشمانیایی نانوذره روی سنتز شده به روش سبز را به‌عنوان یک طرح تحقیقاتی مورد بررسی قرار دهیم.

او گفت: نتایج مطالعه ما در شرایط بیرون تنی (Invitro) و همچنین مدل‌های حیوانی (In vivo) نشان داد که این نانو ذرات سنتز شده با استفاده از میکروویو، به خصوص در ترکیب با گلوکانتیم، دارای پتانسیل بالایی برای ارائه به‌عنوان یک داروی جدید برای درمان لیشمانیوز پوستی است. دانشیار دانشگاه علوم پزشکی لرستان افزود: درحالی‌که تحریک تولید نیتریک اکسید (NO) و مهار آلودگی در ماکروفاژها به‌عنوان مکانیسم‌های عمل اصلی این نانو ذرات گزارش شدند. با این حال، بررسی‌های تکمیلی برای مشخص شدن مکانیسم‌های دقیق‌تر و همچنین ایمنی این عوامل ضروری به نظر می‌رسد.

ملاحظات فرزندآوری در مبتلایان اچ آی وی/ ایدز

«عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی کردستان با اشاره به احتمال انتقال اچ‌آی‌وی در دوران بارداری، بر لزوم درمان ضد رتروویروسی، مراقبت‌های ویژه و آگاهی مادران از خطرات این ویروس در دوران بارداری و پس از زایمان تاکید کرد و روش‌های پیشگیری و درمان را برای کاهش این خطرات توضیح داد.

می‌گیرد.

آیا بارداری در دوران ایدز موجب آسیب جسمی به جنین می‌شود؟

سهرابی درباره خطرات احتمالی برای مادران مبتلا به اچ‌آی‌وی صحبت کرد و گفت: یکی از این خطرات تضعیف سیستم ایمنی است که ناشی از کاهش تعداد سلول‌های ایمنی CD۴ در بدن است. این وضعیت می‌تواند سیستم ایمنی را ضعیف کرده و در دوران بارداری تشدید شود، به طوریکه مادر را در معرض خطر بالاتری برای ابتلا به عفونت‌های دیگر قرار دهد. وی افزود: از دیگر خطرات برای مادران افزایش احتمال ابتلا به عفونت‌ها است. زنان مبتلا به اچ‌آی‌وی بیشتر از سایرین در معرض عفونت‌های ویروسی، قارچی و باکتریایی قرار دارند، که این عفونت‌ها در دوران بارداری می‌تواند تهدیدات جدی برای سلامتی مادر ایجاد کند.

علامت ایدز در حاملگی چیست؟

سهرابی به علائم بالینی ابتلا به ویروس اچ‌آی‌وی در زنان باردار اشاره کرد و گفت: این علائم مشابه علائم عمومی این بیماری در سایر افراد است، اما در دوران بارداری ممکن است تغییراتی در شدت و فراوانی برخی از این علائم مشاهده شود.

وی افزود: علائم بالینی اصلی شامل تب و تعریق شبانه، خستگی مفرط و ضعف، کاهش وزن غیرقابل توضیح، تورم غدد لنفاوی است که ممکن است در گردن، زیر بغل یا



از دیگر خطرات برای مادران افزایش احتمال ابتلا به عفونت‌ها است.

زنان مبتلا به اچ‌آی‌وی بیشتر از سایرین در معرض عفونت‌های ویروسی، قارچی و باکتریایی قرار دارند، که این عفونت‌ها در دوران بارداری می‌تواند تهدیدات جدی برای سلامتی مادر ایجاد کند.

که این یافته‌های «تحول‌آفرین» حاصل ۲۰

سال تحقیق روی ویتامین ث هستند.

مختصان در آیووا پس از آزمایش‌های بسیار روی ویتامین ث در آزمایشگاه دریافتند که استفاده از دزهای بسیار بالای ویتامین ث در کشتن سلول‌های سرطانی به طرز چشمگیری موثر است. دکتر کالن توضیح داد: ما متوجه شدیم که در این دزهای بالا، اسکوربات (ویتامین ث) در واقع هیدرورژن پراکسید تولید می‌کند و این هیدرورژن پراکسید است که سلول‌های سرطانی را می‌کشد. به گفته این متخصص، به نظر می‌رسد بیمارانی که در مرحله دوم این کارآزمایی مورد تایید سازمان غذا و داروی ایالات متحده به آن‌ها ویتامین ث هم تزریق شد، شیمی‌درمانی را بهتر تحمل کردند. او افزود: بنابراین، آن‌ها توانستند داروهای شیمی‌درمانی را برای مدت زمان طولانی‌تر و با دزهای بالاتر دریافت کنند که این هم به کشتن سلول‌های تومور کمک می‌کند.

دکتر کالن اشاره کرد که ویتامین ث داخل وریدی ممکن است به مبارزه با انواع دیگر سرطان‌ها نیز کمک کند و همکاران او اکنون در حال تحقیق برای درمان سرطان ریه و سرطان مغز با این روش هستند. به باور متخصصان، این نتیجه به طور بالقوه پیشرفتی بزرگ برای بیماران مبتلا به سرطان محسوب می‌شود و به نظر می‌رسد که از طریق «هم‌افزایی با

کشاله ران بزرگ و دردناک شوند. همچنین، عفونت‌های مکرر از جمله عفونت‌های قارچی دهانی و واژینال، عفونت‌های تنفسی و پوستی، جوش‌ها و ضایعات پوستی، مشکلات گوارشی مانند اسهال مکرر، تهوع و استفراغ که در دوران بارداری ممکن است تشدید شود و در نهایت سردرد و دردهای عضلانی از دیگر علائم شایع به شمار می‌روند.

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی کردستان در ادامه به روش‌های پیشگیری از انتقال اچ‌آی‌وی به مادر و کودک اشاره کرد و گفت: زوج‌هایی که قصد بچه‌دار شدن دارند، باید از خطرات آن آگاه باشند و بدانند که هرچند اقدامات بسیار مؤثری برای کاهش انتقال اچ‌آی‌وی از مادر به کودک وجود دارد، اما هیچگاه نمی‌توان این خطر را به طور کامل از بین برد.

سهرابی ادامه داد: چنانچه با وجود مشاوره‌های انجام شده، زوجین همچنان بر بارداری اصرار داشته باشند، توصیه می‌شود که به مراکزی ارجاع شوند که تجربه بیشتری در این زمینه دارند، یا پزشک درمانگر از مشاوره این مراکز بهره‌برداری کند. پیش از اقدام به بارداری، زوج یا زوجین مبتلا به اچ‌آی‌وی (چه زن، چه مرد یا هر دو) باید درمان ضد رتروویروسی را دریافت کرده و ۴ تا ۶ ماه پس از شروع درمان، بار ویروسی آن‌ها چک شود. در نهایت، پیش از اقدام به بارداری، باید اطمینان حاصل شود که



بار ویروسی در آن‌ها غیرقابل شناسایی است. عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی کردستان ادامه داد: هنگامی که زن مبتلا به اچ‌آی‌وی است و همسرش سالم است، بهترین روش برای بارداری «Intra uterine artificial insemination» یا تلقیح مصنوعی داخل رحمی است.

بنابر اعلام وزارت بهداشت، وی افزود: در صورتی که مرد مبتلا به اچ‌آی‌وی و زن سالم باشد، ایمن‌ترین روش استفاده از اهدای اسپرم است. در صورتی که زوجین اهدای اسپرم را نپذیرند، می‌توان از روش درمان مرد مبتلا و پیشگیری از انتقال ویروس به زن استفاده کرد. به این صورت که قبل از اقدام به بارداری، مرد مبتلا به درمان ضد رتروویروسی بپردازد، ۴ تا ۶ ماه پس از شروع درمان، بار ویروسی او چک شود و در نهایت، قبل از اقدام به بارداری، اطمینان حاصل شود که بار ویروسی او غیرقابل شناسایی است.

سهرابی در پایان بیان کرد: زمانی که هر دو زوج مبتلا به اچ‌آی‌وی باشند، هر دو باید تحت درمان ضد رتروویروسی قرار گیرند. پس از غیرقابل شناسایی شدن ویروس در هر دو، تنها در زمان تخمک‌گذاری زن، می‌توان از کاندوم استفاده نکرد.

افزایش شانس زنده ماندن مبتلایان به سرطان پیشرفته پانکراس با یک ویتامین



محدودیت‌های کارآزمایی از جمله حجم نمونه کوچک (۳۴ بیمار) و نبودن تنوع در گروه تحت مطالعه را هم تایید می‌کنند و می‌گویند برای تایید نتایج، اجرای کارآزمایی مرحله سوم ضروری است.

آن‌ها تاکید کردند که هرچند این آزمایش نتایج‌ای «بسیار خوب» داشت، اما «معجزه درمان سرطان» نیست. بلکه دقیقاً چیزی است که به آن نیاز داریم: پیشرفت‌های مثبت و تدریجی در مبارزه با سرطان.

گونه‌های فعال اکسیژن ایجاد می‌کند که سلول‌های سرطانی را به‌خوبی از بین می‌برند، طبق گفته دکتر کالن، برای ادامه تحقیقات، به حمایت چند میلیون دلاری یک شرکت داروسازی نیاز است تا فاز ۳ کارآزمایی انجام شود. او به بیماران مبتلا به سرطان که می‌خواهند ویتامین ث داخل وریدی تزریق کنند، توصیه کرد با متخصص سرطان خود مشورت کنند.

استراوس و نویسندگان مطالعه برخی از

چه مواد غذایی‌ای به غلبه بر خستگی کمک می‌کنند؟

به مبارزه با گرسنگی، مدیریت وزن بدن و جلوگیری از خستگی است. انواع خام و بدون نمک بادام، آجیل برزیلی، بادام هندی، فندق و گردو را به عنوان میان‌وعده به رژیم غذایی خود اضافه کنید.

موز

موز سرشار از پتاسیم، فیبر، ویتامین‌ها و کربوهیدرات‌هایی است که انرژی را افزایش می‌دهند.

دانه‌ها

مانند آجیل، دانه‌ها نیز ممکن است به لطف کربوهیدرات، چربی‌های سالم و فیبر منبع مناسبی برای انرژی طولانی‌مدت باشند. برای افزایش سطح انرژی خود، افزودن دانه‌های چیا، کدو تنبل، دانه آفتابگردان و بذر کنار را به اسموتی‌ها، سالادها و ماست در نظر بگیرید.

رژیم غذایی خود اضافه کنید شامل موارد زیر است:

پروتئین‌های حیوانی مانند مرغ، تخم مرغ، بوقلمون و ماهی‌های چرب

پروتئین‌های گیاهی مانند حبوبات، توفو و محصولات سویا

غلات کامل و کربوهیدرات‌های پیچیده

کربوهیدرات‌ها یک درشت مغذی مهم هستند. آنها منبع اصلی انرژی برای بدن محسوب می‌شوند. این مواد سرشار از فیبر مفید هستند، به آرامی از سوی بدن هضم می‌شوند و باعث حفظ طولانی‌مدت انرژی می‌شوند. به جای نان سفید، پاستا، کیک و نوشیدنی‌های شیرین شده با شکر، کربوهیدرات‌های پیچیده مانند میوه‌ها، سبزیجات و غلات کامل را انتخاب کنید.

آجیل

آجیل یک منبع غذایی عالی برای کمک

انجمن قلب آمریکا توصیه می‌کند مصرف کافئین خود را به کمتر از ۱۰۰ میلی‌گرم در روز برسانید.

نوشیدن آب، قهوه سیاه بدون کافئین و چای شیرین‌نشده بهترین گزینه برای جلوگیری از خستگی است.

پروتئین‌های بدون چربی

پروتئین‌های بدون چربی بخش مهمی از یک رژیم غذایی متعادل را تشکیل می‌دهند و ممکن است به مبارزه با خستگی از طریق حفظ توده عضلانی، جلوگیری از سوء تغذیه، کاهش التهاب سیستماتیک، کند کردن فرایند

توصیه‌ها بر این است که مردان بالغ روزانه حداقل ۵۶ گرم پروتئین و زنان بالغ ۴۶ گرم پروتئین مصرف کنند.

برخی از پروتئین‌های بدون چربی که باید به



خستگی را تشدید کنند.

نوشیدنی‌های بدون کافئین

کافئین در حد اعتدال خوب است. در واقع، برخی تحقیقات نشان می‌دهد که خواص آنتی‌اکسیدانی و ضد التهابی آن می‌تواند به مبارزه با بیماری‌های مزمن کمک کند. با این حال، نوشیدن بیش از حد کافئین منجر به خستگی شدید، سردرد و مشکلات خواب می‌شود.

تحقیقات نشان می‌دهد دُر بالای «ویتامین ث» می‌تواند، پیشرفت جدیدی در درمان سرطان باشند.

به گزارش ایسنا، دانشگاه «آیووا» نتایج مرحله دوم یک کارآزمایی تصادفی را منتشر کرده است که تاثیر اضافه کردن ویتامین ث با در بالا به درمان‌های شیمی‌درمانی داخل وریدی برای بیماران مبتلا به سرطان پانکراس یا لوزالمعده را بررسی می‌کند.

مختصان دریافتند که تجویز ۷۵ گرم ویتامین ث سه بار در هفته، «نرخ بقای کلی» بیماران مبتلا به سرطان پانکراس از نوع متاستاتیک در مراحل پیشرفته را دو برابر کرد و از هشت ماه به ۱۶ ماه رساند.

نرخ بقای کلی (Overall Survival Rate) به درصد افرادی اطلاق می‌شود که از زمان تشخیص یا آغاز درمان یک بیماری خاص زنده می‌مانند. این معیار معمولاً برای اندازه‌گیری اثربخشی درمان‌ها یا پیش‌بینی آینده بیماران استفاده می‌شود.

طبق این مطالعه که در مجله «ردوکس بیولوژی» (Redox Biology) منتشر شد، «نرخ بقای بدون پیشرفت» هم از چهار ماه به شش ماه افزایش یافت. به این معنی که از رشد یا گسترش بیماری برای مدت بیشتری جلوگیری شد.

«جوزف کالن»، محقق اصلی و استاد جراحی و پرتودرمانی سرطان از دانشگاه آیووا، می‌گوید

هر آنچه ما در طول روز می‌خوریم – میوه یا شیرینی – به انرژی برای بدن تبدیل می‌شود. در حالی که همه غذاها و نوشیدنی‌ها انرژی بدن را تامین می‌کنند اما در ارائه انرژی پایدار به بدن برابر نیستند. در واقع مصرف بسیاری از غذاها گرچه شما را در کوتاه‌مدت پرانرژی می‌کند، ولی به سرعت عامل ایجاد خستگی و خرتگی می‌شود.

برای جلوگیری از این روند باید سرآغ گزینه‌های غذایی سالم بروید.

غذاهای فراوری نشده

انتخاب غذاهای فراوری نشده ممکن است به شما کمک کند برای مدت طولانی‌تری احساس انرژی کنید. غذاهای بسیار فراوری‌شده حاوی مواد نگهدارنده، افزودنی‌ها، سدیم، چربی ترانس و قندهای اضافه شده هستند. ترکیبات موجود در غذاهای فوق‌فراوری‌شده ممکن است باعث التهاب بیشتر در بدن شده و احساس

خبر

کار سخت جوادی برای دفاع از عنوان قهرمانی



قهرمان المپیک پاریس اعلام کرد، هر چند رقابت سنگینی را در دسته ۸۹ کیلوگرم قهرمانی جهان بحرین در پیش دارد اما مدال طلا به بلغارستان می‌رسد.

به گزارش ایسنا، کارلوس ناسار وزنه‌بردار ۲۰ ساله بلغارستان که قهرمان المپیک پاریس در دسته ۸۹ کیلوگرم شد، چهارشنبه‌شب روی تخته قهرمانی جهان می‌رود. او تاکنون نتوانسته است در دسته ۸۹ کیلوگرم طلای جهان را بگیرد.

ناسار در آخرین رقابتش به عنوان یک جوان ۲۰ ساله احتمالا دوباره ستاره خواهد بود با این حال رقبایش را نباید دست کم گرفت. میرمصطفی جوادی از ایران و رو کوانگ رول از کره شمالی مدعیان اصلی کسب مدال در بحرین به حساب می‌آیند. البته دارندگان نقره و برنز المپیک پاریس جیسون لویز از کلمبیا و آنتونینو پیرولاتسو از ایتالیا در این مسابقات غایب هستند. میرمصطفی جوادی در غیاب ناسار در سال ۲۰۲۳ به مدال طلای قهرمانی جهان عربستان دست یافت اما در المپیک پاریس پنجم شد.

ناسار در جدیدترین گفت‌وگویش بیان کرد: با نتایجی که تاکنون گرفته‌ام، مثل همیشه انتظارات کل مردم بلغارستان زیاد است و امیدوارم باز هم خدا یا ما باشد. انگیزه من مانند گذشته عالی است و هر رقابتی برای من موفقیت و افتخار است.

او ادامه داد: برخی از رقبای اصلی من در پاریس شرکت نخواهند کرد و برخی دیگر نیز نتوانستند در المپیک شرکت کنند و در قهرمانی جهان حضور دارند بنابراین رقابت سنگینی خواهد بود. مطمئنم تمام تلاشم را می‌کنم تا مدال طلا به بلغارستان برسد.

اتاناس لیتکوف ماسازور ناسار نیز گفت: او همیشه برای طلا آماده است و آمادگی دارد تا دوباره همه را شکست دهد. ناسار برای ثبت رکورد جدید جهانی تلاش خواهد کرد.

مهاجمان آکبند پرسپولیس!



تیم فوتبال پرسپولیس تاکنون مهاجمان خارجی زیادی جذب کرده ولی بیشتر آنها نتوانستند آطور که هواداران توقع دارند، ظاهر شوند و در امر گلزنی ناکام بودند.

به گزارش ایسنا، تیم فوتبال پرسپولیس تا پایان هفته یازدهم رقابت‌های لیگ برتر با ۲۰ امتیاز در رده سوم جدول لیگ برتر قرار دارد.

پرسپولیس در این فصل از رقابت‌های لیگ برتر لوکس ژوانورا در خط حمله خود دراختیار دارد که چندان برای سرخ‌ها موفق نبوده است. در کنار ژوانو، علی علیپور و عیسی آل‌کثیر هم حضور دارند ولی آنها هم نتوانستند عملکرد خوبی در امر گلزنی داشته باشند. در بیشتر بازی‌های پرسپولیس در این فصل شاهد گلزنی مدافعان و هافبک‌ها بودیم و مهاجمان این تیم آمار قابل قبولی نداشتند.

در دوره‌های مختلف لیگ برتر، پرسپولیس برای بهبود شرایط و بالا رفتن روند گلزنی‌اش از مهاجمان خارجی استفاده کرده اما بیشتر آنها در امر گلزنی ناکام بودند. پرسپولیس در سال‌های اخیر در جذب مهاجم خارجی ضعیف عمل کرده است. گادوین منشا، ایمون زاید، جری بنگستون و لوکادیا بوجیم و مهاجمان هستند که بین مهاجمان خارجی بیشترین گل را برای پرسپولیس به ثمر رسانده‌اند. البته اگر بخواهیم عملکرد مهاجمان خارجی پرسپولیس نسبت به بازی‌های انجام داده را بررسی کنیم، یورگن لوکادیا عملکرد مناسبی داشته و در ۹ بازی ۶ گل به ثمر رسانده است. لوکادیا با وجود آنکه بدن آماده‌ای نداشت ولی راه گلزنی را خوب بلد بود.



می‌گویند اول کارت بکشید بعد تمرین کنید!

● آزاده زمانپور با بیان اینکه لیگ بسکتبال زنان سطح بالایی ندارد به تیم نداشتن اصفهان در لیگ برتر اشاره کرد و گفت: تصمیمات مغرضانه و سوگیرانه‌ای که سال‌های پیش برای باشگاه‌های بزرگی مثل سپاهان و ذوب آهن گرفته می‌شد، باعث شده هیچ باشگاهی حاضر به تیمداری نباشد.



بدهد و لیگ پویا تری بسازد؟ من هنوز ندیده‌ام.

او در مورد رقابت سه تیم برتر جدول رده‌بندی که هر کدام ۱۱ امتیاز دارند، گفت: ناگفته نماند که هرمزگان هم تیم خوبی است و مقابل تیم‌های گروه بهمن و آکادمی سحر خوب کار کرده است اما فکر می‌کنم رقابت بین سه تیم اول جدول است. به هر حال همه تلاش می‌کنند. تیم سحر دو بازیکن آمریکایی خیلی خوب دارد و مقابل این تیم بازی سختی داشتیم. گروه بهمن هم بازیکنان با تجربه‌ای دارد و به نظرم این تجربه باعث پیروزی مقابل ما شد. البته من بازیکنانی مثل کیمیا یزدیان‌تهانی، شیدا شجاعی و فرناز خدامرادی دارم اما تیم ما تجربه بهمن را ندارد. با این حال وظیفه من است که به تیم کمک کنم تا در کورس قهرمانی بماند. تمام تلاش‌مان را می‌کنیم و امیدوارم نتیجه خوب حاصل شود.

نفت نمی‌تواند بازیکن خارجی بگیرد

زمانپور در پاسخ به این سوال که قصد جذب بازیکن خارجی دارید، گفت: متأسفانه با توجه به مقررات پالایشگاه نفت آبادان امکان جذب بازیکن خارجی وجود ندارد. تلاش‌هایی امسال در این زمینه شد اما نتیجه مثبتی نداشت. پیش‌بینی این است که از سال آینده امکان جذب بازیکن خارجی فراهم شود. او در پایان گفت: مربیان و باشگاه‌ها از سازمان لیگ انتظار دارند بعد از هر مسابقه، ارزیابی درستی از عملکرد داران داشته باشد. اشتباهات دآوری همیشه وجود دارد اما نباشد اشتباهات بارها و بارها تکرار شود.

کردم و شرایط الان برایم دردناک است. سپاهان قدرت بسکتبال ایران بود، چرا نباید تیم‌داری کند و کسی به دانش نمی‌رسد. مسئولان استان اصفهان باید کاری کنند اما می‌گویند باید خودمان باشیم. در باشگاه‌ها نفوذ کنیم و بار فنی آن را داشته باشیم. در غیر این صورت اصلا تیم نباشد. همین باعث شده که بسکتبال به این سمت برود. تنها نماینده استان اصفهان در لیگ یک بازی می‌کند که آن هم پدریزگ و دایی یکی از بازیکنان کارخانه داشت. صحبت کردیم که به عنوان اسپانسر به لیگ بیایند اما همان هم از طرف استان حمایت نمی‌شود. می‌گوئیم چند سانس سالن برای تمرین به تیم بدهید اما می‌گویند اول کارت بکشید. پس خانه بسکتبال برای چیست؟ برای این است که خودتان کسب درآمد کنید؟

زمانپور افزود: چرا نماینده لیگ استان را حمایت نمی‌کنید و چند سانس تمرینی به آن نمی‌دهید؟ اسپانسر فقط یک حامی مالی است که آورده‌ایم تا بچه‌ها در لیگ بازی کنند. شما باید حمایت کنید. هیچ چیزی از اصفهان که قطب بسکتبال ایران بوده، باقی نمانده است و برای کسی هم مهم نیست. رقابت بین سه تیم اول است

این مربی در واکنش به اینکه بار بسکتبال زنان ایران به نوعی روی دوش بازیکنان هم نسل دلارام و کیلی و معصومه اسماعیل‌زاده است، گفت: این بازیکنان با شخصیتی که دارند، بسکتبال را حفظ کرده‌اند اما اگر کنار بروند، نمی‌دانم نسل جوان جای آنها را می‌گیرند یا نه. بازیکنی مثل فرناز خدامرادی پدیده است اما تا به پختگی برسد، زمان می‌برد. در کنارش قرار است بازیکن ۱۸، ۱۹ ساله‌ای بیایند که آینده بسکتبال ما را نجات

مربیان هیچ کاری نمی‌کنند. بازیکن‌ها هم انگیزه زیادی ندارند. یک سری بازیکن بین تیم‌های بزرگ تقسیم می‌شوند و لیگ را جلو می‌برند. الان باید ببینیم از تیم ملی جوانان پدیده‌هایی بیرون می‌آیند که به سوپر لیگ کمک کنند یا نه. تعدادی از بازیکنان تیم ملی جوانان در سوپر لیگ پخش شده‌اند اما اثر خاصی از آنها نمی‌بینیم. امیدوارم نسل جدید جایگزین خوبی برای نسل‌های قبلی باشد اما به نظرم بار این کار به دوش مربیان است که آنها را به لحاظ فنی پرورش بدهند. برای باشگاه‌های اصفهانی تصمیمات مغرضانه گر فتند

او در مورد بیرون ماندن برخی از بازیکنان از لیگ و پیوستن برخی دیگر به لیگ دسته یک به دلیل نبود اسپانسر، گفت: از شهر خودم اصفهان شروع می‌کنم که چرا نباید در سوپر لیگ تیم‌داری کند. شفاف می‌گویم تصمیمات مغرضانه و سوگیرانه‌ای که سال‌های پیش برای باشگاه‌های بزرگی مثل سپاهان و ذوب‌آهن گرفته می‌شد، باعث شده که هیچ باشگاهی حاضر به تیمداری نباشد.

این مربی در پاسخ به اینکه چه تصمیماتی گرفته می‌شد، اظهار کرد: تصمیماتی برای کادر فنی تیم گرفته می‌شد. حتی از طرف هیات استان فشار می‌آمد که مهره‌هایی در باشگاه‌ها باشند. در نتیجه فقط هزینه داده شد و خروجی نداشت. الان ما بازیکن خوبی در سطح استان نداریم. بازمانده‌هایش آن‌ها نیست. خداوردیان و معصومه اسماعیل‌زاده هستند که سال‌ها در تیم ملی زحمت کشیده‌اند اما دیگر کسی نمانده است.

برای تمرین در خانه بسکتبال اول باید کارت کشید

او ادامه داد: ۱۴ سال در سپاهان اصفهان بازی

۶ هفته از لیگ برتر بسکتبال زنان ایران گذشته است و در حال حاضر تیم‌های آکادمی سحر، گروه بهمن و پالایش نفت آبادان با ۱۱ امتیاز به ترتیب رتبه اول تا سوم جدول رده‌بندی را به خود اختصاص داده‌اند.

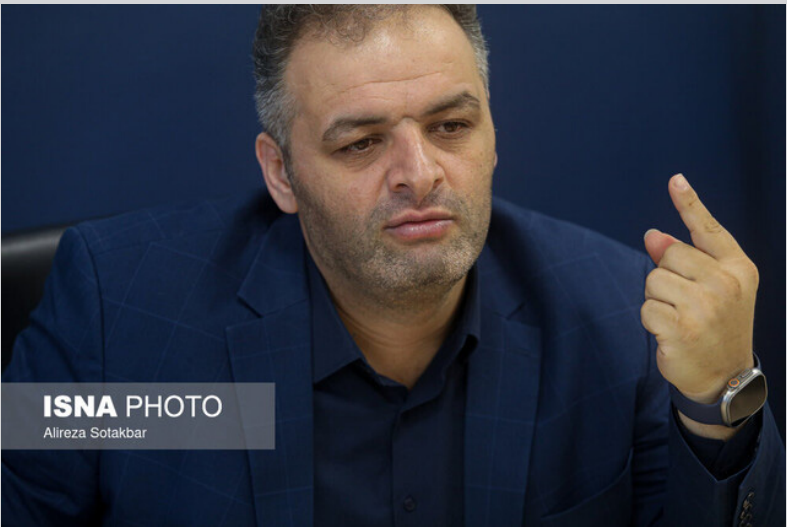
لیگ کیفیت بالایی ندارد

آزاده زمانپور، سرمربی نفت در مورد سطح لیگ برتر به ایسنا گفت: لیگ در دو، سه سال اخیر واقعا کیفیت بالایی ندارد و چالش برانگیز نیست. شاید از ابتدا دو، سه تیم برتر مشخص باشند و تیم‌های ششم، هفتم و هشتم هم خیلی کیفیت بالایی ندارند. البته بازیکنان جوانی دارند اما شاید در سطح سوپر لیگ نباشند. سوپر لیگ باید حداقل با هشت تیم انجام شود و آنها به نوعی تیم‌های سوپر لیگ را پر می‌کنند.

او در مورد عملکرد تیم پالایش نفت آبادان بیان کرد: از عملکرد تیم تا به الان راضی هستم. متأسفانه بازی گذشته مقابل تیم بهمن را از دست دادیم. در آن مسابقه گارد اصلی‌مان مصدوم شد. مطمئنم اگر آن‌ها می‌شدیم اما با آسیب نمی‌دید، برنده بازی می‌شدیم اما با بدشانسی بزرگی رویرو شدیم و این بازیکن را از دست دادیم. بنابراین تمام برنامه‌ریزی‌هایمان برای آن بازی بهم خورد. از طرفی شوک خیلی بزرگی ابتدای بازی به تیم وارد شد که خیلی نگران کننده بود و بچه‌ها خیلی دیر تمرکزشان را به دست آوردند.

زمانپور در پاسخ به این سوال که به نظر شما دلایل کیفیت پایین لیگ زنان ایران چیست، بیان کرد: دلایل زیادی وجود دارد؛ اسپانسرهای قوی چند سال است که کناره‌گیری می‌کنند، در نتیجه مربیان انگیزه کار کردن را از دست می‌دهند و بازیکن‌سازی نمی‌شود. از طرفی هیچکس برای علم و سود

هر ۸ وزن جدید وزنه‌برداری المپیک می‌شوند؟



ISNA PHOTO
Alireza Sotakbar

می‌شود.

دسته‌های وزنی جدید در بخش مردان شامل ۶۰ کیلوگرم، ۶۵ کیلوگرم، ۷۱ کیلوگرم، ۷۹ کیلوگرم، ۸۸ کیلوگرم، ۹۸ کیلوگرم، ۱۱۰ کیلوگرم و ۱۱۰+ کیلوگرم است.

سجاد انوشیروانی در گفت‌وگو با ایسنا درباره‌ی تغییر اوزان وزنه‌برداری و تاثیر آن بر روی وزنه‌برداری ایران بیان کرد: با توجه اینکه کمیت در وزنه‌برداری دچار مشکل است، تنوع وزنی را کاهش دادند و از طرفی می‌خواهند تمام اوزان در المپیک بعدی باشد. اوزان جدید برای ما خیلی تاثیر ندارد. در اوزان بالا می‌توانیم نماینده داشته باشیم اما در سه وزن پایین کارمان سخت است.

او ادامه داد: وزنه‌برداری که در دسته ۸۱ کیلوگرم بودند، می‌توانند به دسته ۷۹

کیلوگرم بروند. وزنه‌برداران ۸۹ کیلوگرم به ۸۸ کیلوگرم می‌روند. وزنه‌برداران ۹۶ کیلوگرم هم در دسته ۹۸ کیلوگرم می‌توانند وزنه بزنند. وزنه برداران ۱۰۲ کیلوگرم شاید با صلاح‌دید کادرفنی به ۹۸ یا به ۱۱۰ کیلوگرم بروند. وزنه‌برداران ۱۰۹ کیلوگرم در دسته ۱۱۰ کیلوگرم شرکت می‌کنند و برایشان بهتر است. تغییر اوزان هم برای فوق سنگین هیچ تفاوتی ندارد.

انوشیروانی در مورد برنامه فدراسیون برای اوزان سبک گفت: برای سبک وزن‌ها برنامه داریم و می‌خواهیم یکی، دو سال آنها را در اردو نگه داریم و سیستم تغذیه مجزا داشته باشند. هفت، هشت استعداد داریم و می‌خواهیم روی آنها کار کنیم.

او در پاسخ به این پرسش که در کنگره فدراسیون جهانی در مورد تعیین اوزان المپیک صحبت نشد؟ تصریح کرد: فکر

می‌کنم برای المپیک آینده تمام این هشت وزن باشند و تنها تعداد سهمیه را برای کشورها مشخص کنند. احتمالا تنها در یک وزن اجازه حضور دو وزنه‌بردار را خواهند داد. فعلا در حد گفت‌وگو در کنگره بود و هنوز فدراسیون جهانی با IOC تصمیم‌گیری نکرده است.

انوشیروانی در پاسخ به این پرسش که به همراه رئیس کمیته ملی المپیک ایران جلسه‌ای با رئیس فدراسیون جهانی نداشتند؟ گفت: آقای خسروی‌وفا برای مراسم افتتاحیه دعوت شده بود و زحمت کشید و هدایای نفیسی هم آورد. جلسه گذاشتیم از آقای جلود رئیس فدراسیون جهانی دعوت کردیم به ایران بیایند و اگر شرایط فراهم شود، مجموعه فدراسیون و خوابگاه‌ها که بازسازی شدند، با حضور آقای جلود افتتاح خواهند شد.

از تیراندازی منجر به قتل تا توقیف خودروی هنجارشکن در مازندران

گلوله قرار گرفته و پس از اعزام به بیمارستان فوت کرد. فرمانده انتظامی شهرستان گلوگاه ادامه داد: مأموران با اقدامات اطلاعاتی پس از شناسایی قاتل و هماهنگی مراجع قضائی وی را در مخفیگاهش دستگیر و یک قبضه سلاح شکاری مربوطه که در عمل مجرمانه از آن استفاده شده بود را کشف کردند. سرهنگ کلوانی با اشاره به اینکه متهم علت و انگیزه قتل را اختلافات و درگیری شخصی اعلام کرد، بیان کرد: متهم پس از تشکیل پرونده جهت سیر مراحل قانونی راهی مراجع قضائی شد.

فرمانده انتظامی گلوگاه از تیراندازی منجر به قتل و دستگیری قاتل جوانی ۲۹ساله لحظاتی پس از ارتکاب به جرم در آن شهرستان خبر داد. سرهنگ محمود کلوانی در تشریح جزئیات این خبر در جمع خبرنگاران، اظهار کرد: در پی اعلام مرکز فوریت های پلیسی ۱۱۰ مبنی بر یک فقره تیراندازی در یکی از مناطق شهرستان گلوگاه بلافاصله مأموران انتظامی به محل اعزام شدند.

وی افزود: مأموران در تحقیقات بیشتر متوجه شدند بر اثر این تیراندازی، جوانی ۲۹ساله از اهالی آن محل مورد اصابت

در همان لحظه‌ی

نخست که او را

می‌بینی، چیزی

را می‌فهمی و به

خود می‌گویی: من

دوستش دارم؛

چون در دنیا،

هیچ چیزی شبیه او

نیست.

کتاب النگوی یاقوت
الکساندر گوپربین



● گزارش تصویری

تک درختان تنها در طبیعت مازندران

درخت یکی از آفرینش های خداوندی است که یا دستی آن را در دل خاک می کارد و یا بر اثر عوامل طبیعی در جایی دور از دسترس و دخالت مستقیم انسان می رویند. درختانی که برای همه موجودات مفید و سرپناه هستند.