

<div><div> </div></div>	 <div><div> </div></div>	<div><div> </div></div>	 <div><div> </div></div>
<p>روی خط اینترنت</p>			
<p>نوشیدنی معجزه گر!</p>			
<p>تحقیقات حاکی از این حقیقت است که جای سبز تاثیر به سزایی در پیشگیری از سرطان ، مبارزه با بیماری های قلبی، کاهش کلسترول، سوخت چربی ، پیشگیری از دیابت و سکنه و سکنه و تعویق انداختن اختلال مشاعر دارد. بعلاوه ثابت شده است که جای سبز حاوی آنتی اکسیدان ها و ترکیبات مفید برای حفظ سلامتی است. آنتی اکسیدان های قدرتمند جای سبز متخصصان تاکنون در مورد فواید بالقوه جای سبز به عنوان یک داروی ضد سرطان و تضمین کننده سلامت قلب تحقیقات زیادی انجام داده اند . این مرتبه باید گفت که عدم افراق در مورد فواید این گیاه سخت استایه گزارش گروه ترجمه سلامت نیوز،یکی از مهمترین آنتی اکسیدان های موجود در جای سبز کانتیجینها می باشند. این نوع از آنتی اکسیدان ها قادر به از بین بردن رادیکال های آزادی هستند که حضورشان به سیستم DNA ضربه زده و منجر به سرطان، ایجاد لخته خون و تصلب شرایین می گردد. البته باید گفت که انواع انگورها، توت ها و شکلات های تیره حاوی چنین ترکیبات پرتوانی می باشند.</p> <p>منبع سایت اطلاع رسانی گمیشان : http://www.gomishan.com</p>			
<p>۶۰ بار دستگیری مادر بزرگ ۸۶ ساله !</p>			
<p>پلیس ایالت ایلینوی، برای شصتین بار پیرزن ۸۶ ساله‌ای را که بیش از نیم قرن است از مغازه‌ها زدوی می‌کند، دستگیر کرده‌به گزارش واحد مرکزی خبر، این بار «الا اورکو» قصد داشت یک گرم ضد چروک، چند قوطی کنسرو ماهی آزاد، چند بسته باتری، چند گرم صورت و چند بسته قهوه به ارزش ۲۵۰ دلار از یک فروشگاه سرقت کند.زمانی که الا این کالاها را در زیر لباس خود جاسازی کرده و با ظاهری کاملا عادی قصد خروج از مغازه را داشت، یکی از مشتریان متوجه وی شد.خانم اورکو پس از دستگیری با داشتن حق آزادی به شرط پرداخت وثیقه ده هزار دلاری به زندان فرستاده شد.علاوه بر این، قاضی دادگاه پیشنهاد کرده این پیرزن سارق در صورت آزادی با کمک ابزار الکترونیکی به طور دائمی تحت نظر گرفته شود.به گفته پلیس، الا اورکو سرقت از فروشگاه‌ها را از سال ۱۹۵۶ آغاز کرده و نخستین بار در همان سال به علت یک زدوی کوچک و سپس در سال ۱۹۵۸ به خاطر یک زدوی بزرگ، دستگیر شد.سپس معقد است وی به این ترتیب برای خود خود حرفه‌ای دست و پا کرده است. منبع سایت تابناک : www.tabnak.ir</p>			
<p>آب سوختی جدید برای خودروها!</p>			
<p>این خودرو بسیار شبیه یک خودروی ۴ درب معمولی است، اما تنها زمانی متوجه تفاوت فاحش آن با سایر نمونه‌های مشابه خواهید شد که با این خودرو سفر کنید.اولین چیزی که پس از خروج از پارکینگ توجه شما را جلب خواهد کرد، بدون‌شک شتاب بکثوات این خودرو است. شگفتی مهیوت‌کننده دیگر آن نیز به هنگام حرکت مشخص می‌شود: این خودرو کاملا بی‌صداست. در حالی که شما بزرگراه را با حداکثر سرعت ممکن پشت سر می‌گذارید، تنها صدایی که به گوش می‌رسد، صدای اسپکاک چرخ‌ها با زمین و برخورد باد با شیشه‌های خودرو است.خانم کارترین دانلودی، مدیرعامل سازمان مشارکتی پیل‌های سوختی کالیفرنیا در گفتگو با بی‌بی‌سی می‌گوید: «این خودرو با استفاده از انرژی الکتریکی حرکت می‌کند، اما شباهتی به نمونه‌های دیگری که با باتری‌های الکتریکی کار می‌کنند و نیازمند شارژ هستند، ندارد. در این خودرو از نوعی پیل سوختی استفاده شده که می‌تواند پیوسته، انرژی الکتریکی را از هیدروژن ذخیره شده درون پاک خودرو تولید کند. این پیل سوختی در واقع ابزار مبدلی است که هیدروژن را به انرژی الکتریکی تبدیل می‌کند.»جالب است بدانید تنها محصول جانبی این فعل و انفعال آب است. یعنی ما در آینده با خودروهایی سبز سبز مواجه خواهیم بود.</p> <p>منبع سایت خبر آنلاین : http://www.khabaronline.ir</p>			
<p>اولین قربانی آنفولانزای خوکی در ایران</p>			

داستان ناوهای گمیشان (۵)

براساس خاطراتی از خدر خزین تاجر بین المللی گمیشانی

قلاب!

– سلام، جناب آقای دکتر سخاوتی.
– سلام، جناب آقای خزین، چشم ما روشن.

– آمدم، که پدرم را با شما آشنا بکنم، چون پدرم

از دیدن دوستانم بی‌نهایت خوشحال می‌شوند.

– سلام، پدر جان، حالتون چطوره، بفرمایید

بنشینید، بفرمائید.

با آقای دکتر سخاوتی که متخصص چشم بودند در زمان سرپرستی ایستگاه کرمان آشنا شدم، زمانی که پزشکان، طرح یک ماه به نقاط محروم و دور افتاده داشتند،

– خوب آقای خزین، پدرتون چند سال دارند؟

– آقای دکتر، پدرم فارسی، روسی کامل می‌دانند،

از خودشون سنوالم کنید!

– پدر جان، چندت سال داری؟

– الان درست روی ۹۰ سال هستم، ۵ پادشاه را دیدم، وقتی مظفردالدین شاه تاجگذاری کرد، من پنج ساله بودم!

– خوب پدر جان، بیایید بنشینید، پشت این دستگاه، پس از معاینه گفتند:

– پدر جان، چشم راست شما، قبالا عمل شده؟ چهار تا بخیه دار!

– بله، آقای دکتر، اگر وقت شو داری، برایتان تعریف می‌کنم.

– پدر جان من که از خدام، شما آخرین مریض من هستید، وقت هم بسپار.

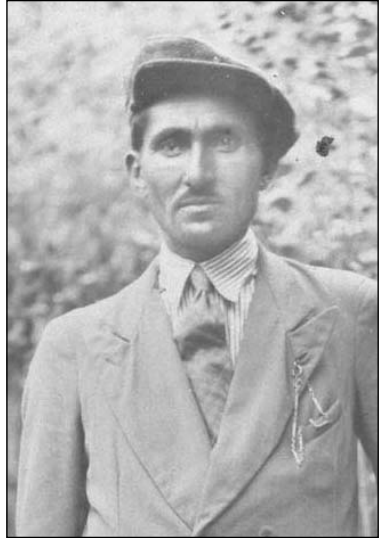
– درست ۱۹ سالم بود که پس از پایان بازار مکاره در شهر«نژنی نووی گورده»، به دعوت یکی از تجّار

مسکو، به نام نیکلای پتروویچ به مسکو رفتم، شهر مسکو بزرگترین شهر روسیه و پایتخت آن می‌باشد،

که در کنار رودخانه مسکو قرار دارد. بنیانگذار آن شاهزاده یوری دولگوراک«یوری دراز دست» در سال

۱۱۴۷ می‌باشد، که محبسه هم او را در خیابان اصلی شهر«توورسکایا» ساخته‌اند.

نیکلای پتروویچ به من اجازه نداد که بروم هتل و مستقیم برد منزل خودش، او دارای همسر و دو فرزند دختر ۶ و ۸ ساله بود، روزی که رسیدم مسکو، روز جمعه بود، شب با من منزل استراحت کرده و فردای آنروز به اتفاق خانواده‌اش به تماشای آثار باستانی و دیدنی مسکو رفتم، که اکثراد اطراف میدان «کراسوی پولوشاده» میدان زیبا که بعدا پس از انقلاب بلشویکی به «کراسنی پولوشاده» میدان سرخ معروف



در روی کشتی که روی رودخانه مسکو در حرکت بود صرف کردیم.

صبح روز یکشنبه، که تفریح اکثر مردم مسکو، ماهیگیری بود، به اتفاق خانواده نیکلای برای رفتن به ماهیگیری آماده می‌شدیم که خواهر آقای نیکلای به نام ناتاشا که تقریبا هم سن و سال من بود آمدند و همگی به ویلای آقای نیکلای که در ۲۹ کیلومتری غرب مسکو و کنار رودخانه قرار داشت رفتم. آقای نیکلای و همسرش برای تهیه ناهار آماده شدند و بچه‌ها هم مشغول بازی با تاپ و سرسره داخل ویلا شدند من مانده بودم و خواهر نیکلای! یعنی، ناتاشا!

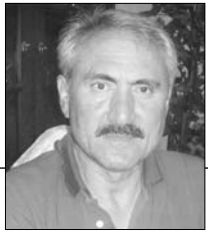
ناتاشا به من پیشنهاد کرد که ابتدا قایق سواری کنیم و سپس از روی قایق به داخل رودخانه نهدیم و بیاندازیم، چاره‌ای جز قبول نداشتیم، ابتدا پارو زدیم و حدود ۲ تا ۳ کیلومتر از ویلا دور شده و از روی قایق

شهردار گرگان:

گرگان امروز حاصل تلاش موثر بازنشستگان در جهت توسعه شهر است



شهرداری داشته باشند و ادامه داد: خودم نیز درمدت کمتر از دو سال آینده به شما ملحق خواهم شد.
کریمی، احترام به پیشکسوتان را از اولی ترین مباحث دینی و اخلاقی ذکر کرد و اظهار داشت: نحوه برخورد ما باید به گونه ای باشد که انتظار داریم در آینده با ما آنگونه برخورد شود.
شهردارگرگان، با تبریک سالروز میلاد حضرت علی



شد، بود. آقای نیکلای درحالیکه اشاره می‌کرد به بنایی، گفت:

– این کاخ کرملین است، کاخ کرملین را قلب مسکو می‌نامند، که در قرن چهاردهم در زمان شاهزاده«ایوان کالیته» پایه‌های این کاخ شروع شده و در نیمه دوم قرن پانزدهم به شکل امروزی بپایان رسیده است.

پس از دیدن دانشگاه بزرگ مسکو«ام-گ-او» که در سال ۱۷۵۵ و بالشوی تاتر«تاتر بزرگ» که در سال ۱۸۲۵ ساخته شده‌اند، دیگر شب شده بود و شام را خوردیم.

– لودی... لودی... پاموگیته... پاموگیته... «مردم، مردم، کمک کنید، کمک کنید»

که با داد و فریاد ناتاشا، گویا از ویلاهای

اطراف از جمله آقای نیکلای رسیده و مرا به بیمارستان«گلانژنوی» یعنی بیمارستان چشم برده بودند. وقتی چشم باز کردم، آقای نیکلای و ناتاشا را با چشم چپ دیدم، که بالای سرم خندان ایستاده‌اند، پیش خودم گفتم، که من یک چشمم را از دست دادم، آنها خندان و شاد هستند و با ناراحتی گفتم:

– خدا را شکر، حداقل با یک چشم می‌توانم

ببینم، چشم راستم را که از دست داده‌ام!

که ناگهان نفر سومی که داخل اتاق بوده آمد جلو و معلوم بود که دکتر است و با لبخند گفت:

– خیر، شما هر دو چشم را دارید، شاید هم این چشم شما که ما قلاب را در آورده و بخیه کردیم از اون یکی چشم هم بهتر ببیند! و به خاطر همین است که همه شاد و خندان هستیم.

در اینجا بود که آقای دکتر سخاوتی، گرم شنیدن سخنان پدرم بود ادامه داد:

– پدر جان، حتما حواست به خانم ناتاشا بوده!

که قلاب رفته توی چشمت!

پدر، جز لبخند شیرین، چیزی تحویل آقای دکتر سخاوتی ندادند و آقای دکتر ادامه دادند:

– بله پدر جان، گذشته از شوخی، من هم معاینه کردم، متوجه شدم که دید چشم راست شما از دید چشم چپتان در این سن ۹۰ سالگی بهتر است. پدرم، در اواخر سال ۱۳۷۴ پس از ۹۹ سال زندگی به دیار باقی شتافتند و در آخر عمر هم دید چشم راست او طبیعی بود ولی چراغ چشم چپ او را ازیت می‌کرد... روشش شاد.

اولین نشریه رسمی استان گلستان



آدرس : گرگان – چهارراه میدان – خ. سرخواجه – بازار بزرگ موبایل (پاداش) طبقه اول / واحد یک / تلفن ۲۲۵۵۱۴۴ – ۰۱۷۱۱ کد پستی: ۹۹۷۵۵ – ۴۹۱۸۶ پست الکترونیک : sahra_gazeti@yahoo.com چاپ : گرگان – مختومقلی فراغی

اخبار

چند پروژه درمانی تامین اجتماعی در گرگان به بهره برداری رسید.

چند پروژه مدیریت درمان تامین اجتماعی گلستان در مراسمی با حضور دکتر زینلی مدیرکل درمان غیر مستقیم سازمان تامین اجتماعی کشور و شماری از مسئولان استانی و شهرستانی در گرگان به بهره برداری رسید. به گزارش ایرنا بهره برداری از چهار تخت NICU و هشت تخت POST CCU در بیمارستان تامین اجتماعی حکیم جرجانی گرگان و آغاز به کار ساختمان جدید کلینیک داندانپزشکی تامین اجتماعی با ۹ یونیت جدید دندانپزشکی از جمله پروژه هایی است که در گرگان مورد افتتاح شد.

گلستان کمبود پزشک متخصص دارد.

مدیرکل درمان تامین اجتماعی گلستان گفت: کمبود پزشک در برخی تخصص ها در استان وجود دارد که این امر ارائه خدمات مطلوب به هم استانی ها را با مشکل روبرو کرده است. به گزارش خبرنگار مهر، احمد نصرتی در دیدار با نماینده گرگان و آق قلا در مجلس افزود: مشکل تعرفه و این که بیمارستان های درجه یک و عادی تامین اجتماعی باید با نرخ تعرفه دولتی خدمات عالی خود را ارائه دهند از دیگر مشکلات است. وی اظهار داشت: از سوی دیگر مشکل قانونی انعقاد قرارداد بیمه های تکمیلی یا سازمان باعث شده که نارضایتی هایی در خدمت گیرندگان ایجاد شود. نصرتی بیان داشت: به رغم وجود منابع انسانی، تجهیزات، تحولات و پیشرفت های مناسب و بهره مندی از سیستم های مدیریت تجزیهات، مشکلاتی بر سر راه این خدمتگزاران وجود دارد که باید رفع شود.

برگزاری دوره آموزشی آمادگی

جسمانی در زندان گرگان

اداره زندان گرگان از برگزاری یک دوره کلاس آموزشی ورزش صبحگاهی و آمادگی جسمانی ویژه مددجویان زندانهای استان گلستان در این واحد خبر داد.

این کلاس جهت آشنایی بیشتر مددجویان و شرکت کنندگان با روشهای مختلف ورزش و نیز مواردی همچون تغذیه، روانشناسی، روان درمانی برگزار شده است.

به گزارش روابط عمومی زندان گرگان این کلاس با همکاری سعید کمالی مدرس و عضو کمیته استعدادیابی پیکر سنجی از سازمان جهانی ISAK ، متدسیلو،متدلوزی تمرین، تمرینات ایی از استرالیا و آمریکا و مربی بدنساز تیم های ملی و سوپر لیگ در رشته های مختلف با حضور کارشناس تربیت بدنی اداره کل و کارشناسان ورزشی و مسئولین فرهنگی زندان ها برگزار شد. این کلاس با حضور مددجویان ورزشکار و مربیان ورزشی رشته های مختلف به مدت دو روز به صورت تئوری و عملی در سالن اجتماعات این واحد برگزار شد.

براساس این گزارش، کلاس عملی این دوره در هواخوری اندرزگاه ها عمومی و همراه با اجرای ورزش صبحگاهی و تمرینات یوگا برگزار شد که با استقبال خوب مددجویان همراه بود . شرکت کنندگان در این کلاس گواهی آموزش دریافت می کنند. توجه به ورزش در بازسازی رفتار زندانی ها تاثیر بسزایی دارد.

افتتاح ۴ مرکز آموزش توانبخشی

روزانه در شهرستان گرگان

چهارشنبه ۷ مردامه، ۴ مرکز آموزشی توانبخشی روزانه با حضور باقری- مدیرکل بهزیستی گلستان،گرزین- فرماندار گرگان،ثانی- رئیس اداره بهزیستی شهرستان گرگان و دکتر ناصری نماینده مردم گرگان وآق قلا در شهرستان گرگان افتتاح شد.

۱- مرکز جامعه خدمات درمانی (دلارام)

روائی مومن با ظرفیت ۵۰ نفر

۲- مرکز خدمات آموزش درمانی(پارام)

خدمات:ارائه خدمات به بیماران اوتیسم با ظرفیت ۳۰ نفر

۳- مرکز خدمات جسمی- حرکتی روزانه(باجی)

خدمات: کار درمانی و فیزیوتراپی به معلولین جسمی – حرکتی با ظرفیت ۵۰ نفر

۴- مرکز تربیت شنیداری(گویا))

خدمات: تربیت شنیداری به کودکان کم شنوا و ناشنای زیر ۶ سال

کارگاه آموزشی مدیریت مصرف بهینه

برق در علی آبادکتول برگزار شد



«شهابی» معاونت امور برق شرکت توزیع نیروی برق استان گلستان دراین کار گاه گفت: مدیریت مصرف برق مجموعه ای از فعالیتها به هم پیوسته بین مصرف برق و مشترکین است که به منظور بهینه سازی و منطقی کردن مصرف بوده بدون اینکه از رفاه مشترکین کاسته شود. در این کارگاه یکروزه، مصرف انواع وسایل برقی منزل و زمان نحوه صحیح بکارگیری از آنها به جهت کاهش هزینه های خانواده و ایجاد سرمایه بزرگ برای توسعه کشور از سوی کارشناسان مطرح گردید. کارگاه آموزشی مدیریت مصرف بهینه برق با همکاری امور بانوان فرمانداری علی آبادکتول و شرکت توزیع نیروی برق استان گلستان برگزار و پایان بسته آموزشی مصرف بهینه برق به شرکت کنندگان داده شد.