

تشریح آخرین وضعیت روستاییان زلزله زده آذربایجان شرقی در گفت‌وگو با «ایران»

کانکس که جای خانه را نمی گیرد

تبریز- وحید خوش زرع خبرنگار

نگرانی‌های زلزله‌زدگان شهرستان‌های میانه و سراب در زمستان بیشتر شده؛ کانکس هرچند دیوار و پنجره و سقف دارد، اما بدیهی است که خانه را نمی‌گیرد، بویژه در سرمای استخوان سوز منطقه «ترک» پس از وقوع زلزله ۵.۹ ریشتری ۱۷ آبان امسال در «ترک» آذربایجان شرقی (نزدیکی سراب و میانه)، مردم منطقه با مشکلات زیادی مواجه شده‌اند.

غضنر واحدی، یکی از روستاییان منطقه زلزله زده سراب با اشاره به اینکه وام‌های بنیاد مسکن برای ساخت خانه کافی نیست، می‌گوید: درست است که کارهای زیادی برای اسکان موقت و بازگشت زندگی به روستاهای زلزله‌زده انجام شده، اما بی‌پولی باعث شده توانایی خانه‌های خود را تکمیل کنیم. با وجود اینکه وسایل گرمایشی در کانکس داریم، اما به علت سرما و برف شدید منطقه، کانکس‌ها همچنان سرد هستند و امان ما را بریده است.

حسین زنوزی، ساکن روستای زلزله‌زده «ورنکش» که از طریق کوه «بز قوش» با دو شهرستان میانه و سراب هم مرز است نیز می‌گوید: درست است که مسئولان در حال رسیدگی به مشکلات ما هستند، اما با توجه به سرمای هوا سرعت عمل کم است، روزی که هوا سرد است و نیاز به مسئولان برای رسیدگی به اموری چون کمبود سوخت و مایحتاج داریم، آنان کمتر مشاهده می‌شوند.

حسین عباسی، ۶۵ ساله نیز که در یکی از کانکس‌های سفید در گوشه‌ای از خیابان این روستا اسکان داده شده، از دغدغه‌های ساکنان «ورنکش» می‌گوید: «مردم به خاطر سردسیر بودن منطقه و شروع سرما از اسکان موقت گابیه‌د دارند و باید شرایط اسکان دائم هرچه زودتر برای آنان فراهم شود. همچنین مسئولان تلاش کنند تا قبل از پایان سال، بازسازی خانه‌های ویران شده به اتمام برسد.»

اما شرایط در روستای «تیرشاب» در دهستان حومه بخش مرکزی شهرستان سراب متفاوت است، چراکه در این روستا تلاش بر این است که زلزله‌زدگان هر چه



گردشگری زیر کرسی

از طبیعت گردی زمستانی تا آسودن زیر کرسی و قصه خوانی یلدایی در اقامتگاه‌های سنتی

گردشگری چهار فصل در خراسان شمالی

پریسا عظیمی خبرنگار

مسئولان گردشگری در خراسان شمالی می‌گویند از وقتی اقامتگاه‌های سنتی در روستاهایی که قابلیت جذب گردشگر دارند راه‌اندازی شده، گردشگری در این استان هم چهار فصل شده است. زندگی در روستا در هر فصلی حال و هوای خودش را دارد. چه کسی است که در زمستان از تماشای برف‌های نشسته بر کوه‌ها و بام خانه‌ها و گذر از کناره رودها و چشمه‌های یخ‌زده و آسودن زیر کرسی و قصه خوانی‌های یلدایی و خوردن انواع آش‌ها و غذاهای سنتی لذت نبرد؟ بهار و تابستان که جای خود دارد، فصل شگفتن طبیعت است و زندگی و نشاط در باغ‌ها و کوجه باغ‌ها.

مسئولان استانی خراسان شمالی حالا با افتخار می‌گویند اغلب روستاهای این استان برای ساخت اقامتگاه‌های بوم‌گردی مورد توجه سرمایه‌گذاران قرار گرفته و از طرفی به دلیل دارا بودن آداب و سنن گوناگون، تنوع غذا و لباس‌های محلی گردشگران زیادی را جذب کرده است. روستای «مردکانلو» در ۳۰ کیلومتری شهرستان قاروج و روستای نمونه گردشگری «رویین» از توابع شهرستان اسفراین از روستاهای خراسان شمالی هستند که در راه‌اندازی اقامتگاه‌های سنتی و جذب گردشگران از سایر روستاهای این استان موفق‌تر بوده‌اند.

خانه‌های روستای مردکانلو با یافت سنتی و مصالح بومی منطقه به‌صورت پلکانی ساخته شده و مقصد مناسبی برای گردشگرانی است که قصد سفر دارند. از جاذبه‌های گردشگری نزدیک به این اقامتگاه می‌توان به چشمه‌ها و طبیعت سرسبز روستا، قلعه قدیمی،

سنتی از مواد طبیعی است، به همین خاطر غذاها سرشا از انرژی و مقوی است.

آش یارمه، نان محلی قطاب، شله‌مانش بجنوردی، قزوئو بجنورد یا آب شکک، زیره تو (کاجی بجنوردی)، آش قلیله، اجزیا اشکنه، آش جوشواره، دزنی یا آش دندونی و دیمه دُنی که به آش امام معروف است و در روز عاشورا پخته می‌شود و قابلی (نوعی پلو بجنوردی) از جمله غذاهای محلی این استان هستند که حیدری می‌گوید: اغلب این غذاها در اقامتگاه‌های بوم‌گردی استان پخته و سرو می‌شوند.

وی می‌افزاید: ارائه برنامه موسیقی سنتی مربوط به هر روستایی که اقامتگاه در آن برپاست از دیگر برنامه‌های‌مان است. مثلاً در روستای کرمانج که اقامتگاه بوم‌گردی داریم میهمانان با موسیقی سنتی کرمانجی یا غذاهای محلی روستای کرمانج آشنا می‌شوند.

«ساسان ابراهیمی»، کارشناس اکوتوریسم و بوم‌گردی اداره کل میراث فرهنگی خراسان شمالی هم در گفت‌وگو با «ایران» با اشاره به مزایای این اقامتگاه‌ها، می‌گوید: این خانه‌ها مملو از خدماتی چون آشنایی با فرهنگ بومی، زندگی نوام با آداب، سنن و داستان‌های محلی و غذاهای لذیذ با مواد بومی است که معمولاً همراه با شنیدن موسیقی محلی عرضه می‌شود و در عین حال هزینه اقامت در آنها ارزان‌تر از واحدهای اقامتی رسمی در شهرهاست.

به گفته وی، در روستاهایی که این نوع اقامتگاه‌ها است، آداب و رسوم و سنن، صنایع دستی و محصولات باغی و کشاورزی همان روستا به گردشگران شناسانده می‌شود. همچنین میهمانان می‌توانند طعم غذاهای محلی روستا را نیز تجربه کنند. تاکنون ۳۲ اقامتگاه بوم‌گردی در بیش از ۲۰ روستای ۸ شهرستان استان بنا شده و مورد استقبال به لحاظ جذب گردشگر و سرمایه‌گذار شده است؛ در واقع به نوعی با افزایش صدور مجوز در این زمینه مواجه بودیم وهستیم. این کارشناس اکوتوریسم و بوم‌گردی اداره کل میراث فرهنگی خراسان شمالی درباره روستاهایی که با این هدف انتخاب می‌شوند، می‌گوید: روستای مورد نظر باید به لحاظ گردشگری، طبیعت بکر مانند چشمه سار و آبشار داشته باشد، راه دسترسی به روستا مناسب و بافت روستایی هم حفظ شده باشد و فرهنگ و سننش باقیان باشد.

وی با بیان اینکه اقامتگاه‌ها به دو صورت راه‌اندازی می‌شود، ادامه می‌دهد: برخی از خانه‌ها شخصی است که مالک درخواست تبدیل خانه‌اش به اقامتگاه بوم‌گردی را می‌دهد که با نظارت کارشناس‌های ما در صورت امکان، بازسازی و تبدیل به بوم‌گردی می‌شود. تعدادی دیگر هم هستند که مالک از صفر شروع به ساخت می‌کند. در این مورد اگر مالک یا سرمایه‌گذار به مشورت ما اقدام به این کار کند از وی حمایت خواهیم کرد. زیرا گاهی مواقع یک روستا قابلیت گردشگری زیادی ندارد، اما مالک اصرار به این کار دارد، ما نیز مانعش نمی‌شویم، اما در قبال آن تسهیلاتی هم نمی‌گیرد. ابراهیمی درباره نحوه ارائه تسهیلات به متقاضیان

▪ پنجشنبه ۱ اسفند ۱۳۹۸

▪ سال بیست‌وششم

▪ شماره ۷۲۸۴



۳۰

حدود ۲۰ واحد کانکس مجهز به حمام و سرویس بهداشتی به روستاهای زلزله‌زده شهرستان‌های میانه و سراب ارسال شده و ۱۵ واحد نیز با هماهنگی امام جمعه میانه ارسال شده بود که مقرر شده تا ۲۰ واحد هم تا پایان هفته توسط مس سونگون به این روستاها ارسال شود.

هنربر بیان می‌دارد: مقرر شده بود تا ساکن‌های دائمی در بهمن ماه افتتاح شود، اما تأکید شد، افتتاح پس از اتمام اولین اسکان دائم انجام شده و زلزله‌زدگان به محض آماده شدن میهمانان روستایشان در منازل شان مستقر و لوازم معیشتی برای آنان تأمین شود.

محمدرضا منشیخی، فرماندار میانه نیز می‌گوید: از بنیاد مسکن خواسته شده تا کارشناسان این اداره ضمن انجام اموری چون ارزیابی، تشکیل پرونده و معرفی به بانک‌ها، در افتتاح مراجهان در دستادهای مستقر در مناطق زلزله‌زده اهتمام‌ویژه به خرج دهند. علیرضا کریمی، معاون توسعه مدیریت و منابع سازمان منطقه آزاد ارس هم با بیان اینکه برخی خانوارها در مناطق زلزله‌زده با وجود تسهیلات اعطایی دولت، توانایی تکمیل واحدهای خود را ندارند، از کمک این سازمان در این زمینه خبر داد.

این اقامتگاه‌ها، تصریح می‌کند: تسهیلاتی که به مالکان می‌دهیم در دو حالت است: بخشی برای تبدیل است که در قالب تکمیل، تجهیز و توسعه است. در این زمینه براساس نیازی به بازسازی خانه، وام می‌دهیم. بخشی هم که برای ساخت است به این شکل است که سرمایه‌گذار باید ابتدا آورده داشته باشد و ما هم به اود صورتی که در روستاهای مورد نظر ما اقدام به ساخت اقامتگاه کند وام می‌دهیم. اما اگر در روستایی که از نظر ما جنبه گردشگری نداشته باشد متقاضی اصرار به ساخت کند، مانع‌شان نمی‌شویم اما تسهیلاتی هم نمی‌دهیم.

کارشناس اکوتوریسم و بوم‌گردی اداره کل میراث فرهنگی خراسان شمالی تأثیر این اقامتگاه‌ها بر رونق گردشگری مخصوص گردشگری روستایی را چشمگیر می‌داند و ادامه می‌دهد: حتی از استان‌های همجوار هم برای اقامت در این بوم‌گردی‌ها پذیرش داریم.

بیشتر استان‌هایی که جنگل و طبیعت سرسبز دارند برای تفریح و گردشگری به روستاهای ما می‌آیند و در این اقامتگاه‌ها چند روزی میهمان می‌شوند. برای جذب میهمان بیشتر، مدیران و کارکنان اقامتگاه‌ها را آموزش می‌دهیم. حتی برای مردم روستا سعی می‌کنیم این فرهنگ را جا بیندازیم که با خوشرویی از میهمان‌ها استقبال کنند و با فروش محصولات لبنی، باغی و صنایع دستی درآمذایی هم داشته باشند. وی هزینه این اقامتگاه‌ها را در مقایسه با قیمت هتل‌ها قابل تأمل بیان می‌کند و می‌گوید: قیمت‌های اقامتگاه‌ها زیر نظر کمیسیون نرخ‌گذاری انجمن حرفه‌ای اقامتگاه‌های بوم‌گردی تعیین می‌شود. در مجموع هزینه کردن در این اقامتگاه‌ها هم کمتر است و هم مقرون به صرفه است.

وی خراسان شمالی را از جمله استان‌های معروفی می‌داند که به لحاظ بهره بردن از فرهنگ و تاریخ غنی و آداب و رسوم متنوع از اقوام مختلف، طبیعت بکر و روستاهای نمونه گردشگری مورد استقبال گردشگران داخلی و خارجی قرار گرفته است. به اعتقاد این کارشناس اکوتوریسم و بوم‌گردی یکی از نقاط دیدنی این استان «روناز زاها‌ی» آن است که با بعضی از شهرها برپا می‌شود. به گفته ابراهیمی در شهر بجنورد روزهای چهارشنبه، بازاری به‌نام همین روز بپای می‌شود که در آن اقوام مختلف فارس، بلوچ، کرد، ترکمن و تات به فروش محصولات باغی و لبنی و صنایع دستی مناطق خود مشغولند و در واقع به نوعی برابری اقوام به چشم می‌آید.

آینه خانه مفخم موزه اسناد و نسخه خطی، خانه تاریخی جاجریم‌ها، مجموعه سبزه میدان، شهر تاریخی بلقیس، قلعه صعلوک، غارهای دستکند، هنانه، چارتاقی تیموری، رباط قُلی، حمام تاریخی جاجریم (موزه گرمابه و تاریخ شهر جاجریم)، قلعه جلال الدین اثر تاریخی سده ششم، آتشکده اسپاخو، بش قارداش و روستاهای توریستی اسفیدان، گریوان، رویین و منطقه حفاظت شده و نمونه گردشگری گلپل از جمله نقاط دیدنی و جاذبه گردشگری این استان است.

ایران زمین

ماجرای کوهی که آب شد

کاهش وزن با نسخه بومی در گیلان

هادی انواری خبرنگار

سال ۱۳۸۴ است، به زحمت خودش را تکان می‌دهد تا از پنجره بیرون را تماشا کند. مثل همیشه باران می‌بارد! مثل همیشه مادرش را صدا می‌زند تا صبحانه‌اش را بیاورند، باز هم مثل همیشه روی تشکی که حالا دیگر مثل یک تخته چوب شده خودش را حرکت می‌دهد تا بتواند صبحانه بخورد. خوردن برایش لذت بخش است، اما مکافات رسیدن به نوالت مثل کابوس است!

درباره حدود ۲۰۰ کیلوگرم صحبت می‌کنیم؛ اسمش رضاست. یک نوجوان در روستایی بین رشت و انزلی. خبرنگاری از وجودش با خبر می‌شود، یک سوره خوب برای رسانه‌هاست. ترین‌ها همیشه پر طرفدار هستند، به سراغش می‌آیند و از چاق‌ترین نوجوان جهان پرده‌برداری می‌کنند. یک خبر، تعداد زیادی بازدید و تمام! باز هم فردا صبح رضا باید بیدار شود، از پنجره باران ببیند و مادرش را صدا بزند. همین روزها بود که افشین پورمحمد، همشهری رضا خبر را می‌بیند. او مربی بدنسازی است، کمی آن طرف‌تر از رضا، اما از رضا خبر نداشت.

▪ وانت نداشتیم!

از اینجا به بعد را افشین پورمحمد که «آقا افشین» صدایش می‌زندند تعریف می‌کند: «رفتم سراغش و پیدایش کردم، دیدم یک نوجوان است که نمی‌تواند حرکت کند، با مادرش صحبت کردم، گفتم رضا را به باشگاه بیاورید که ورزش را کم کنیم. اما نمی‌شد، وسیله نداشتیم.» رضا آنقدر بزرگ بود که حداقل یک وانت پیکان برای جابه‌جایی‌اش لازم بود. سال ۸۴ او و رضا نمی‌توانست به باشگاه بیاید.



۳۰

شش سال همین‌طور می‌گذرد، شش سال هر روز تکراری: بیدار شدن، پنجره بارانی؛ البته بعضی وقده‌ها هم آفتابی، اما چه فرق دارد؟ برای کسی که نمی‌تواند از خانه بیرون برود؟

باشگاه افشین در خشکیبجار نزدیک کته سر بود، سال ۹۰ که شد، یک شب چند نفر از بچه محل‌های رضا که شاگردان افشین بودند، به زحمت رضا را تا باشگاه حمل می‌کنند. افشین می‌گوید: «یک شب دیدم رضا را آوردند، سنگین‌تر شده بود، روی باسکول که رفت ۲۱۷ کیلو بود. تصمیم گرفته بود ورزش را پایین بیاورد، من هم دیگر خودم وسیله داشتم و نیاز به کرایه وانت نبود. گفتم وزن‌ت را پایین می‌آورم.»

▪ ۲۰۰۱ و حالا ۱۲۰

افشین حدود ۳۰ سال مربی بدنسازی بوده، خودش می‌گوید: «کاهش وزن برای من همیشه یک امر متفاوت بود. دوست داشتم درباره این موضوع مطالعه کنم. هرچند در منطقه محرومی زندگی می‌کنیم، از همان ۲۰-۲۰ سال قبل شروع کرده بودم برای کاهش وزن‌های ۱۰ یا ۲۰ کیلو، اما رضا فرق داشت.» بله؛ رضا طبیعتاً فرق داشت، از کودکی به بیماری هورمونی دچار بود. رضا می‌گوید به خاطر وضعیت جسمی نتوانسته به مدرسه برود، هنوز هم بی سواد است، می‌گوید پیکار و همین حالا هم دوست ندارد باسواد شود. آقا افشین درباره رضا می‌گوید: «کار با رضا سخت بود، وقتی یک نفر باسواد است، مطالعه‌ای دارد، راحت‌تر می‌شود با او کنار آمد. برای رضا اول از پیاده روی شروع کردم. ماه‌های اول فقط در باشگاه آرام آرام راه رفت، چون قبلاً راه نمی‌رفت.» رضا برای افشین فقط یک شاگرد نبود، به قول خودش «رضا یک کوه بود که باید خرد می‌شد.» افشین اعتقاد دارد: «آدم‌هایی که خیلی چاق هستند اول مسأله روحی دارند. به‌خاطر افسردگی ناشی از چاقی به خوردن روی می‌آورند، پس باید مربی با آنها صحبت کند. هر روز با رضا چند ساعت حرف می‌زدم.»

▪ مربی آن نسل قدیم

اینجا در خشکیبجار خبری از باشگاه‌های چندطبقه تهران نیست. نه رینگ پیاده روی هست، نه استخر و جکوزی در طبقه منفی یک، نه دستگاه‌های عجیب و غریب! افشین می‌گوید: «هیچ‌کس با تردمیل لاغر نشده، اینها تبلیغات تجاری است، یک نفر یقه‌ای نمی‌کند که با دستگاه لاغر شده باشد. پورمحمد می‌گوید: حدود ۱۰ ماه هر روز رضا را به باشگاه می‌آورد برای تمرینات به‌همراه یک رژیم غذایی. درباره رژیم غذایی‌اش می‌گوید: «من اعتقاد دارم تمامی چیزهایی که برای انسان نیاز است، خداوند در طبیعت گنجانده، اما اینجا- گیلان- غذاهای طبیعی و بومی داریم. مثل ترش‌تره، خورشت باقالی و... به همین‌ها می‌توان وزن را کم یا زیاد کرد، آن هم بدون مصرف دارو.»

در مورد کار او، رضا بهتر می‌گوید: «بعضی وقت‌ها شب به خانه‌مان زنگ می‌زد و احوال‌م را می‌پرسید که یک وقت خارج از رژیم غذایی چیزی نخورم.» این سبک پیگیری این روزها طرفدار ندارد، لاقل در پایتخت! خیلی از مربی‌ها اگر کاری هم بکنند، قطعاً فلاکت‌ورش را می‌فرستند.

▪ کمپ لاغری ابتکاری

بعد از ۱۰ ماه افشین دیگر رضا را به باشگاه می‌آورد و کار شبانه روزی می‌شود! افشین درباره این دوره می‌گوید: «دو ماه آخر رضا را آوردم و باشگاه و ۲۴ ساعت زیر نظر داشتمش، متأسفانه امکاناتی مثل سونیت و... اینجا نداشتیم.» امروز در دنیای ما چاقی دست کمی از سایر بیماری‌ها ندارد. چیزی مثل اعتیاد است. برای همین در خیلی از کشورها، چیزی به‌نام «کمپ کاهش وزن» به راه افتاده است، نمونه‌اش در همین کشور همسایه ترکیه هم وجود دارد، کمپ لاغری خاتم شیدا! افشین اما در یک شهرستان کوچک، با یک باشگاه با ابتدایی‌ترین وسایل، چیزی شبیه کمپ لاغری راه انداخت. با همین سیستم هم توانست چاق‌ترین پسر دنیا را که بی‌سواد هم بود ۱۷۵ کیلوگرم لاغر کند. ماجرا به اینجا ختم نشد، بعد از رضا، سید محمد حسین سید محمدی، جوانی که او هم ناراحتی هورمونی داشت سراغ افشین می‌آید. اقم به رشت مهاجرت کرده بودند و باید برای کاهش وزن عمل می‌کرد، اما خود را به‌دست مربی می‌سپارد. سال ۹۷ تا ۲۱۳ کیلو می‌آید و سال ۹۸ با ۹۴ کیلو برمی‌گردد. افشین درباره محمد حسین می‌گوید: «کار با او راحت‌تر بود، چون تحصیلات داشت و راحت می‌شد با او حرف زد.»

▪ ۱۵۰ کیلو راحت است

افشین می‌گوید: «با تجربه‌ای که حالا دارم، دیگر کاهش وزن ۱۳۰ یا ۱۵۰ کیلو به‌نظم ساده است.» او تلاش‌هایی هم برای راه‌اندازی کمپ کاهش وزن کرده اما به دلیل استقبال نکردن مسئولان محلی تاگام مانده است. او تاگام مانده در حالی که می‌تواند با احداث یک کمپ در همان گیلان، برای ناکام‌ماندگان روستایی باشد. می‌گوید: «چند بار به‌طور شفاهی به مسئولان منطقه آزاد گفتم که ظرفیت راه‌اندازی چیزی مشابه ترکیه هست، من رکورددار کاهش وزن هستم، اما متأسفانه توجهی نشد!»