

در زندگی سه گزینه بیشتر ندارید:  
تسلیم شوید، بیخیال شوید یا سفت تلاش کنید.

انتصابات

صفحه ۲

جناب آقای ولی اله رامنه...

«نکته‌های نگارشی» ۸۲

درست بنویسیم

صفحه ۲

قس علی‌هذا، قریب‌الوقوع، کائنات، کریم‌المنظر، مرضی‌الطرفین

اخبار موسسه

صفحه ۲

بازدید مدیر عامل آب منطقه‌ای تهران و معاونان ایشان از باغ گیاه‌شناسی ملی ایران  
بازدید نمایندگان محترم مردم تهران در مجلس شورای اسلامی از باغ گیاه‌شناسی ملی ایران  
برنامه روز ملی مزرعه با موضوع زراعت چوب صنوبر  
شبکه آزمایشگاهی مؤسسه تحقیقات جنگلها و مراتع کشور

صفحه ۳

صفحه ۴

صفحه ۵

صفحه ۷

صفحه ۷

صفحه ۸

صفحه ۸

صفحه ۹

معرفی کتاب

من به دنیا اومدم

یک فنجان اندیشه

اخبار علمی

۷ مهارت مهم زندگی که باید بیاموزیم

بحران آب را جدی بگیریم



ایران به تنهایی حدود ۳۴ درصد از تمام مصرف آب در منطقه خاورمیانه را به خود اختصاص می‌دهد و ۶۰ درصد از نیاز ایران به آب هم از سفره‌های آب زیرزمینی تامین می‌شود. تکان‌دهنده‌تر اینکه میزان برداشت از این منابع آب زیرزمینی در ایران، ۳ برابر سریع‌تر از میزان بازیابی این منابع است.

حدود ۷۷ درصد از مساحت ایران، «اضافه برداشت» بسیار شدید از منابع آبی رخ می‌دهد و این موجب افزایش شوری خاک در سراسر کشور و افزایش تناوب موارد فرونشست خاک در دشت‌های ایران هم شده است.

بالاترین افت در ذخایر آبی در حوضه آبریز «کویر نمک» رخ داده که حدود ۲۶ درصد از جمعیت ایران را هم در خود جای داده است. ذخایر آب در این حوضه آبریز، در بازه ۱۴ ساله مورد مطالعه، حدود ۲۰ کیلومتر مکعب کاهش پیدا کرده‌اند.

## بازدید مدیر عامل آب منطقه‌ای تهران و معاونان ایشان از باغ گیاه‌شناسی ملی ایران



در روز چهارشنبه دوم تیر ۱۴۰۰ نشستی با حضور آقایان مهندس رضاپور مدیرعامل آب منطقه‌ای تهران، مهندس قربانیان معاون حفاظت، مهندس کریم‌خانی معاون برنامه‌ریزی، مهندس شهریار مدیر سدها و نیروگاه‌ها و مهندس عابدی از مدیران آب منطقه‌ای تهران و آقای دکتر جلیلی و آقایان مهندس عراقی و مهندس خدایی در مؤسسه تحقیقات جنگلها و مراتع کشور برگزار شد. در شروع نشست رئیس مؤسسه به معرفی مجموعه باغ گیاه‌شناسی و توضیحاتی در خصوص اهمیت آن پرداخته و با ذکر اینکه این مجموعه علمی پژوهشی که در آثار ملی کشور ثبت شده و یکی از گنجینه‌های منحصر به فرد در حفظ ذخایر گیاهی کشور است و پس از نیم قرن از تأسیس آن بیش از ۴۰۰۰ گونه و رقم گیاهی از رویشگاه‌های کشور و سایر نقاط دنیا در آن کاشته شده و در معرض دید آحاد مردم قرار گرفته است.

دکتر جلیلی همچنین اشاره کردند که آبیاری گیاهان باغ گیاه‌شناسی یکی از کارهای دشوار و ظریفی است که بخش زیادی از انرژی و هزینه‌ها را به خود اختصاص می‌دهد. تنوع گیاهی بالا، وسعت زیاد، حفظ و نگهداری و آبیاری این گنجینه بزرگ گیاهی را با چالش بزرگی روبرو کرده است. روند افت سطح آب‌های زیرزمینی در محدوده باغ گیاه‌شناسی ملی ایران که از سال‌ها پیش با آهنگ کندی شروع شده بود از سال ۱۳۸۶ شدت بیشتری پیدا کرده است.

در این نشست بر ضرورت تأمین آب از سایر منابع برای حفظ و نگهداری گیاهان باغ گیاه‌شناسی بعنوان یک سرمایه ملی برای کشور تأکید شد تا بتوان شاهد حفظ و گسترش این مجموعه ارزشمند و ذی‌قیمت برای ایران شد.

## انتصابات

جناب آقای ولی اله رامته، طی حکمی از سوی رئیس محترم مرکز تحقیقات و آموزش کشاورزی و منابع طبیعی مازندران به سمت «سرپرست معاونت پژوهشی مرکز تحقیقات و آموزش کشاورزی و منابع طبیعی مازندران» منصوب شدند.

## «نکته‌های نگارشی» ۸۲

### درست بنویسیم

قس علی‌هذا، قریب‌الوقوع، کائنات، کریم‌المنظر، مرضی‌الطرفین

\*\*\*\*\*

### نکته مهم

کاربرد درست واژگان و تعبیر نقش به‌سزایی در ساده‌سازی مکاتبات ایفا می‌کند و موجب انتقال راحت‌تر مفهوم جمله می‌شود، پس بهتر است در نامه‌نگاری‌های اداری از این عبارتها و جملات استفاده کنیم.

- نظر شما را به نامه‌های گذشته معطوف می‌دارد. ✓ نظر شما را به نامه‌های گذشته جلب می‌کند.

- به دلیل ضیق وقت مدارک خود را با پست پیشتاز ارسال کنید. ✓ به دلیل زمان اندک مدارک خود را با پست پیشتاز ارسال کنید.

- شرایط نام‌نویسی متعاقباً اعلام می‌شود. ✓ شرایط نام‌نویسی پس‌از این اعلام می‌شود.

معادل فارسی مصوب	واژه بیگانه
معیار	استاندارد
گردش	تور
شرایط مناسب	اکازیون

که منجر به تخریب طبیعت می‌شود اعلام نمودند و توجه قانونگذاران را به جلوگیری از تغییر کاربری اراضی عرصه‌های طبیعی و تخریب سرزمین برای بهره‌برداری از معادن و ... جلب نمودند و در ادامه با تشریح وضعیت تغییر اقلیم در ایران و جهان و برخی اقدامات نادرست مثل برداشت بی‌رویه از آبهای زیرزمینی، عدم رعایت حقایق تالابها و ... وضعیت بحرانی آب در کشور را مورد تحلیل قرار دادند و بر تلاش برای تغییر رویکرد توسعه در کشور و جداکردن معیشت مردم از منابع پایه و روی آوردن به موضوعاتی مثل توسعه گردشگری تاکید کردند.

با توجه به اهمیت نقش قوه مقننه، در جهت‌گیری تصویب قوانین و تعیین جهت‌گیری توسعه، تاکید ویژه در اهمیت اکوسیستم‌های طبیعی ایران، حفظ گونه‌های گیاهی و تنوع ژنتیکی کشور تاکید داشتند که باید در پیگیری برنامه‌های عمرانی و توسعه کشور مد نظر قرار گیرد.

ایشان با بیان وظایف موسسه در عرصه‌های منابع طبیعی شامل مطالعات و تحقیقات پیرامون شناخت، حفاظت، احیا، مدیریت و بهره‌برداری پایدار برای ایجاد ارزش افزوده و گزارش برخی از نتایج ارزشمند تحقیقات موسسه از جمله برنامه‌های گیاهان دارویی و زراعت چوب پرداختند.

در حوزه گیاهان دارویی مطالعات فلور و پراکنش گیاهان دارویی در کشور، استخراج و شناسایی مواد موثره، اهلی کردن و توسعه کشت گیاهان دارویی مد نظر بوده و در ادامه تحقیقات موسسه دو پروژه بزرگ در شورای عالی اقتصاد مقاومتی مصوب شده و توسط موسسه در حال اجراست.

در پروژه اول تولید بذر، نهال و نشاء از ارقام اصلاح شده بومی و انحصاری گیاهان دارویی، ۵۰ رقم از گیاهان دارویی بومی و انحصاری ایران در سطح ۱۰ هکتار در حال تولید است که با اولین تولید بذر اصلاح شده در سال آتی، امکان کشت بیش از ۲۰ هزارهکتار گل محمدی دیم و بیش از ۳۱۰۰ هکتار از سایر گیاهان دارویی با ارقام اصلاح شده میسر خواهد شد.

و در پروژه دوم تحت عنوان استاندارد کردن فرایند تولید با هدف تکمیل حلقه‌های پسین زنجیره گیاهان دارویی، استانداردسازی فرایند تولید برخی محصولات نسبتاً متداول در کشور مثل اسانس و عرقیات از گیاهان دارویی انجام می‌شود. این کار با ایجاد پایلوت‌هایی در سطح نیمه صنعتی برای تولید اسانس استاندارد از گل محمدی و سایر گیاهان معطر و همچنین عرقیجات استاندارد با کیفیت و بازار پسندی صادراتی بالا و ترغیب صنایع داخلی برای اصلاح سیستم‌های صنعتی خود و تولید فراورده‌های باکیفیت و دارای ارزش افزوده مناسب در حال اجراست.

در زمینه زراعت چوب با تشریح نیاز صنایع چوب و کاغذ کشور به مواد اولیه سلولزی، تحقیقات موسسه برای تعیین سطح فعلی زراعت چوب در کشور و پتانسیل توسعه آن مطرح و به تولید قلمه از ارقام



در خاتمه این نشست دکتر جلیلی به همراه مهندس خدایی و مهندس عراقی میزبان مهمانان مدیریت آب منطقه‌ای تهران برای بازدید از مجموعه باغ گیاه‌شناسی بودند.

### بازدید نمایندگان محترم مردم تهران در مجلس شورای اسلامی از باغ گیاه‌شناسی ملی ایران



به گزارش روابط عمومی مؤسسه تحقیقات جنگلها و مراتع کشور، در روز دوشنبه ۱۴ تیر ۱۴۰۰ شمسی، حجت الاسلام سیدرضا تقوی، نماینده محترم ولی فقیه در وزارت جهاد کشاورزی و ریاست مجمع نمایندگان تهران به همراه خانم زهره سادات لاجوردی و آقایان، بیژن نوباوه وطن، سید مصطفی میرسلیم، ابوالفضل عمویی، غلامحسین رضوانی و سیدعلی یزدی‌خواه از اعضای محترم مجمع نمایندگان محترم مردم تهران در مجلس شورای اسلامی، از باغ گیاه‌شناسی ملی ایران بازدید بعمل آوردند.

در این برنامه با حضور و همراهی آقای دکتر عادل جلیلی، رئیس مؤسسه تحقیقات جنگلها و مراتع کشور، ضمن بازدید از بخش‌های مختلف باغ گیاه‌شناسی ملی ایران، پیرامون مسائل روز کشور در حوزه‌های مرتبط با منابع طبیعی و محیط زیست کشور بحث و تبادل نظر بعمل آمد.

آقای دکتر جلیلی ضمن تشریح رویشگاه‌های اصلی کشور شامل رویشگاه هیرکانی، ایران و تورانی و صحاراسندی و تاریخ تکاملی آنها و همچنین وجود گیاهان ارزشمند و انحصاری در اقلیم‌های مختلف کشور و اشاره به نقش زیست محیطی آنها، رویکرد مهم کشور را در حفاظت از منابع طبیعی و عدم صدور مجوز برای دخالت‌های انسانی



ابتدا آقای دکتر موموندی مدیر دفتر ترویج دانش و فناوری کشاورزی در ارتباط با اهمیت روز مزرعه به عنوان یک روش ترویجی مطالبی را ارائه نمود و خاطر نشان کرد زراعت چوب علاوه بر اشتغال‌زایی و تولید سرمایه برای کشاورزان سبب حفاظت از منابع حیاتی جنگل‌ها می‌شود.

سپس آقای دکتر پورمقدم مدیر طرح توسعه زراعت چوب کشور با اشاره به توقف برداشت از جنگل‌ها در برنامه ششم، توسعه زراعت چوب در عرصه‌های ملی، دولتی و اراضی شخصی و مستثنیات ضروری دانست و خاطر نشان کرد پتانسیل‌یابی عرصه‌های کشت چوب، تولید و تامین نهال استاندارد و ارائه کمک‌های فنی و تخصصی از وظایف سازمان جنگل‌ها، مراتع و آبخیزداری است.

آقای دکتر کلاگری رئیس بخش صنوبر و درختان سریع‌الرشد مؤسسه تحقیقات جنگل‌ها و مراتع کشور مطالبی در ارتباط با آخرین یافته‌های علمی و تحقیقاتی در زمینه معرفی ارقام پرمحصول صنوبر، پروژه‌های مربوط به پایش کمی و کیفی وضعیت صنوبرکاری‌های کشور و نیز پتانسیل‌یابی اراضی مستعد توسعه زراعت چوب ارائه نمودند.

آقای مهندس الماسی رئیس سازمان جهاد کشاورزی استان گیلان با اشاره به جایگاه این استان از نظر سطح صنوبرکاری و نیز تعدد کارخانجات و صنایع چوب در کشور، تأکید نمودند اجرای طرح‌های زراعت چوب زمینه‌های لازم را برای توسعه بخش صنعت چوب فراهم می‌نماید. همچنین ۲۸ درصد نیروی فعال استان در زمینه کشاورزی و منابع طبیعی اشتغال دارند.

در این وبینار، آقای عباس مهرپور صنوبرکار برگزیده در بخش زراعت چوب از شهرستان صومعه‌سرا مطالبی در ارتباط با افزایش عملکرد اقتصادی مزرعه ۱۱ هکتاری خود از نظر استفاده از ارقام شناسنامه دار صنوبر، روش‌های به‌زراعی مناسب و نیز کشت تلفیقی صنوبر با محصولات زراعی مطالبی را ارائه نمودند.

در پایان جلسه پرسش‌هایی در ارتباط با مسائل مربوط به کاشت صنوبر، فروش چوب و تسهیلات مربوطه توسط شرکت‌کنندگان از استان‌های مختلف مطرح و پاسخ‌های لازم توسط مسئولین ذیربط ارائه گردید.

مناسب صنوبر و درختان سریع‌الرشد با عملکرد بالاتر تولید چوب در هکتار توسط مؤسسه پرداختند. ایشان همچنین به تهیه و تدوین طرح توسعه زراعت چوب و تصویب آن در سازمان برنامه اشاره کردند که با توجه به نیاز جنگل‌های هیرکانی به حفاظت و قانون استراحت جنگل و ممنوعیت برداشت چوب از جنگل، این برنامه باید هر چه سریعتر توسط سازمان جنگل‌ها، مراتع و آبخیزداری کشور با مشارکت همه دست‌اندرکاران اجرایی شود.

در بخش دیگر از گزارش، به ابر چالش‌های مهم محیط‌های طبیعی ایران اشاره داشتند و توجه به بعضی از پدیده‌ها از جمله پدیده تغییر اقلیم و بحران آب به عنوان کلیدی‌ترین پدیده‌هایی که می‌توانند روند توسعه در کشور را تحت تأثیر قرار دهد.

در ادامه با معرفی انتشارات مؤسسه به عنوان بزرگترین ناشر در حوزه منابع طبیعی، به چاپ ۷ مجله علمی-پژوهشی مؤسسه اشاره کردند و مجله طبیعت ایران را به عنوان مجله‌ای برای مردم و همچنین تصمیم‌سازان کشور برای نگرش کلان به موضوعات حاکم بر منابع طبیعی کشور بیان نمودند.



بعد از گزارش دکتر جلیلی، نمایندگان محترم از بعضی از قطعات باغ گیاه‌شناسی ملی ایران از جمله قطعات هیمالیا، هیرکانی، البرز جنوبی و اروپا بازدید داشتند و تک‌تک نمایندگان محترم تهران در مجلس شورای اسلامی، پشتیبانی از فعالیت‌های این مجموعه علمی خصوصاً باغ گیاه‌شناسی ملی ایران تأکید داشتند.

### برنامه روز ملی مزرعه با موضوع زراعت چوب صنوبر

روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۰/۰۴/۱۶ روز ملی مزرعه با موضوع زراعت چوب صنوبر با مشارکت سازمان جنگل‌ها، مراتع و آبخیزداری کشور، مؤسسه تحقیقات جنگل‌ها و مراتع کشور، دفتر ترویج دانش و فناوری کشاورزی، سازمان جهاد کشاورزی استان گیلان، مرکز تحقیقات و آموزش کشاورزی و منابع طبیعی استان گیلان، اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری استان گیلان و نیز با حضور بهره‌برداران و کارشناسان بصورت مجازی برگزار گردید.



## شبکه آزمایشگاهی مؤسسه تحقیقات جنگلها و مراتع کشور

شبکه آزمایشگاهی مؤسسه تحقیقات جنگلها و مراتع کشور به عنوان متولی انجام فعالیت‌های آزمایشگاهی و پژوهشی در حوزه منابع طبیعی در سرتاسر کشور، همکاری گسترده‌ای با دانشگاه‌ها و سایر مراکز تحقیقاتی داخل و خارج کشور دارد. با توجه به ماهیت تحقیقاتی و پژوهشی آزمایشگاه‌های مؤسسه تحقیقات جنگلها و مراتع کشور، ارائه خدمات متنوع آزمایشگاهی، خدمات مشاوره‌ای و بازدید علمی و آموزشی به متقاضیان از مهم‌ترین و اصلی‌ترین اهداف و فعالیت‌های آن می‌باشد که با دارا بودن تجهیزات آزمایشگاهی مناسب و کارشناسان با دانش فنی به روز و منحصر به فرد، آماده ارائه خدمات تخصصی به اعضای هیئت علمی، دانشجویان تحصیلات تکمیلی، شرکت‌های دانش بنیان، مراکز صنعتی و کلیه متقاضیان می‌باشد.



## شبکه آزمایشگاهی مؤسسه تحقیقات جنگلها و مراتع کشور

مشتمل بر ۲۲ آزمایشگاه تخصصی آماده ارائه خدمات آزمایشگاهی در حوزه‌های زیر می‌باشد:

۱. اندازه‌گیری ویژگی‌های فیزیکی و شیمیایی خاک، کمی‌سازی و تعیین سرعت آستانه فرسایش بادی، بررسی توزیع اندازه ذرات فرسایش یافته، تعیین ارتفاع آبرودینامیکی زبری خاک، بررسی فرسایش و تولید رسوب ناشی از قدرت جریان رواناب
۲. آزمون‌های چرخش نوری، ضریب شکست، چگالی نسبی، اندازه‌گیری موادباقیمانده پس از تبخیر و ارزیابی آمیختگی در اتانول
۳. استخراج، آنالیز، شناسایی و اندازه‌گیری ترکیب‌های اسانس‌ها، روغن‌ها و عصاره‌های گیاهان دارویی (GC/MS و GC, HPLC)
۴. تبادلات بذر، انجام آزمون‌های تکنولوژی و تشخیص سلامت بذرهای جنگلی، مرتعی و دارویی و آزمون‌های خوشخوراکی با NIR
۵. سنجش صفات بیوشیمیایی، فیزیولوژیکی، ژنتیکی و سیتوژنتیکی گیاهان و تهیه پروتکل کشت بافت گونه‌های گیاهی
۶. ارزیابی، اندازه‌گیری و تجزیه خواص آناتومیکی، فیزیکی، شیمیایی، حفاظتی، مکانیکی چوب، کاغذ و فرآورده‌های آن
۷. سنجش ویژگی‌های زیستی خاک، تکثیر میکروارگانیسم‌های مهم خاک و تولید مایه تلقیح
۸. انجام آزمون‌های فیزیولوژیکی، بیوشیمیایی، مولکولی، ژنتیکی و سیتوژنتیکی
۹. بررسی بیولوژی و اکولوژی عوامل بیماری‌زا و آفات گیاهی
۱۰. پایش آفات و بیماری‌های فضاها سبز شهری
۱۱. انجام مطالعات آناتومی گیاهی

از سایت شبکه آزمایشگاهی مؤسسه تحقیقات جنگلها و مراتع کشور دیدن فرمایید.

[Labsnet.rifr-ac.ir](http://Labsnet.rifr-ac.ir)

تلفن: ۰۲۱-۴۴۷۸۷۲۸۲-۵

فکس: ۰۲۱-۷۲۹۵۷۲۴۶

ایمیل: [nrln@rifr-ac.ir](mailto:nrln@rifr-ac.ir)

صفحه اینستاگرام: Labsnet\_rifr

به اطلاع کلیه متقاضیان خدمات تخصصی آزمایشگاهی می‌رساند، با توجه به هزینه‌های بالا در تحقیقات و فعالیت‌های پژوهشی، شبکه آزمایشگاهی فناوری‌های راهبردی (معاونت علمی ریاست جمهوری)، به منظور دسترسی سریع‌تر و ساده‌تر محققان و همچنین توسعه فعالیت‌های پژوهشی، حمایت‌های مالی زیر را ارائه می‌کند:

۵۰ درصد تخفیف تا سقف ۱۰۰ میلیون ریال اعتبار ویژه اعضای هیئت علمی

۵۰ درصد تخفیف تا سقف ۴۰ میلیون ریال اعتبار ویژه دانشجویان تحصیلات تکمیلی

۲۰ درصد تخفیف تا سقف ۵ میلیون ریال اعتبار ویژه اعضای جدید باشگاه مشتریان

**طرح تخفیف ویژه سال ۱۴۰۰**  
**شبکه آزمایشگاهی فناوری‌های راهبردی**

تا پایان شهریور ماه  
**۱۰۰ میلیون ریال اعتبار**  
ویژه اعضای هیئت علمی  
**۵۰ درصد تخفیف**

تا پایان شهریور ماه  
**۴۰ میلیون ریال اعتبار**  
ویژه دانشجویان تحصیلات تکمیلی  
**۵۰ درصد تخفیف**

تا پایان شهریور ماه  
**۵ میلیون ریال اعتبار**  
ویژه اعضای جدید باشگاه مشتریان  
**۲۰ درصد تخفیف**

۰۲۱-۴۴ ۷۸ ۷۲ ۸۲ - ۵  
۰۲۱-۷۲ ۹۵ ۷۲ ۴۶  
nrln@rifr-ac.ir  
labsnet\_rifr

[labsnet.rifr-ac.ir](http://labsnet.rifr-ac.ir)

بنابراین با توجه به اینکه شبکه آزمایشگاهی مؤسسه تحقیقات جنگلها و مراتع کشور، مشتمل بر ۲۲ آزمایشگاه تخصصی، ارائه دهنده بیش از ۳۰۰ نوع خدمات آزمایشگاهی به دانشگاه‌ها، مراکز تحقیقاتی، شرکت‌های خصوصی، محققان و دانشجویان در سراسر کشور می‌باشد، تمامی متقاضیان خدمات تخصصی آزمایشگاهی می‌توانند کلیه درخواست‌های خود را از شبکه آزمایشگاهی مؤسسه تحقیقات جنگلها و مراتع کشور با تخفیف‌های فوق دریافت نمایند.

شبکه آزمایشگاهی مؤسسه تحقیقات جنگلها و مراتع کشور از اعضای قطعی و فعال شبکه آزمایشگاهی فناوری‌های راهبردی (معاونت علمی ریاست جمهوری) می‌باشد



### تولدتان مبارک و برایتان سلامتی و آرامش آرزو مندیم.

نام	نام خانوادگی	روز / ماه	محل خدمت / بخش / گروه
سپهلا	اشراقی	۵/۱	بخش گیاهشناسی
محمد	قارلقی	۵/۱	بخش گیاهشناسی
سعید	ناظریه	۵/۱	بخش مرتع
رحمان	محمد قاسمی	۵/۱	بخش گیاهشناسی
فرهاد	خاکساریان	۵/۲	بخش بیابان
طاهره	انصافی مقدم	۵/۳	بخش بیابان
سجاد	جهان بخش	۵/۳	باغ گیاهشناسی
مسعود	محمودیان	۵/۴	اداری و مالی
میثم	انصاری	۵/۴	بخش زیست فناوری
علیرضا	محمودی مراد	۵/۴	گروه بانک ژن
حاجلی	رحمانی	۵/۵	ایستگاه البرز
جواد	متمدی	۵/۶	بخش مرتع
مهديه	آقامحمدی	۵/۷	بخش گیاهشناسی
نیلوفر	زارع	۵/۷	بخش مرتع
سید اسمعیل	سیدیان	۵/۷	گروه بانک ژن
سیدرضا	صفوی	۵/۷	بخش گیاهشناسی
سعید	افشاری	۵/۱۰	مدیریت امور مالی
محسن	کالاگری	۵/۱۰	گروه صنوبر
زینب	علی نژاداصل	۵/۱۵	امور پژوهش
فرحناز	رشیدی	۵/۱۷	بخش جنگل
سمانه	سماوات	۵/۱۸	گروه حفاظت و حمایت
سعیده	ناطقی	۵/۲۰	بخش مرتع
رستم	خلیفه زاده	۵/۲۲	بخش مرتع
داود	بیات ترک	۵/۲۲	گروه حفاظت و حمایت
زینب	شیری	۵/۲۳	امور مالی
محمد	عطائی	۵/۲۶	اداره امور اداری
ساره سادات	کاظمی	۵/۲۶	بخش گیاهشناسی
علی اصغر	واحدی	۵/۳۰	بخش صنوبر
مریم	پالیزدار	۵/۳۱	باغ گیاهشناسی



## معرفی کتاب

### می توان زیبا دید می توان زیبا زیست

به اطرافتان نگاه کنید. مستقیم و از رو به رو. برای زندگی در دنیای امروز باید قوی باشید. بدون قدرت، خیلی زود از پا درمی آید. آنچه همه ما باید بیاموزیم این است که چگونه ابزار لازم برای زندگی کردن و بالاتر از آن غلبه بر مشکلات و شرایط را پیدا کنیم. وقتی زندگی سخت می شود شما هم کمر بندهایتان را محکم تر کنید. چرا سختی ها انسان را رها نمی کنند؟ می توان گفت نظام دنیا این چنین است. زیرا فقط در مقابله با سختی ها و مشکلات است که قدرت انسان ها فرصت ظهور پیدا می کند. من معتقدم که هدف خدا توانا کردن، آموختن و رشد دادن انسان برای پیدا کردن لیاقت زندگی ابدی است. «خدا مرا نیرومند خلق کرده است و من نیز خود را همین گونه می پندارم، مخلوقی با قدرت. با کمک خدا، من نیرومندم و آنچه که برای این زندگی لازم است را در اختیار دارم. خدا با تو را به خاطر این قدرت سپاس می گزارم.»

۱ وینسنت پیل

### از دولت عشق

هر فرد که خوشبخت شود برای اطرافیانش خوشبختی می آورد. قسمت کردن آنچه دارید با دیگران آغاز افزایش مالی است. زخم ها و آزارهای گذشته و حال را ببخشایید، فقط به خاطر خودتان و گرنه روحتان می فرساید و به تباهی کشیده می شود. اگر به دیگری نفرت بورزید، با حلقه های کیهانی به او متصل می شوید و به بند او در می آید

۱ کاترین پاندر

### بینوایان

مسرتی که ما به دیگران تلقین می کنیم، واجد این لطف است که دور از آنکه مانند هر پرتو دیگر ضعیف شود، با درخشندگی بیشتری به خودمان بازگردد.

۱ ویکتور هوگو

معرفی این بخش توسط سرکار خانم مریم معصوم تمیمی همکار محترم واحد امور پژوهش صورت می گیرد.



### فرونشست زمین در ایران، ۱۴۰ برابر حد بحران جهانی



زمانی که یک سفره آبی زیرزمینی خالی می شود، زمین آن قسمت مانند اسفنجی خشک، جمع می شود و در آن حفره ای ایجاد می گردد که دیگر حتی با تزریق آب نیز قابل برگشت نیست. در واقع آن بخش از زمین دیگر مرده به حساب می آید. با افزایش برداشت از آب های زیرزمینی، فرونشست زمین پدیده تقریباً نوظهوری شده که بیش از ۱۵۰ کشور، از جمله ایران با آن درگیر هستند. بر اساس اعلام مجامع بین المللی، فرو نشست سالانه ۴ میلیمتر از زمین حد بحرانی است، درحالیکه در حدفاصل بین دشت فسا و جهرم، شاهد فرونشست زمین تا ۵۴ سانتیمتر، یعنی چیزی حدود ۱۴۰ برابر حد بحران هستیم.

باز هم یک رکورد جهانی، آنهم با یک فاصله ۱۴۰ برابری!!

### تخریب دولتی و حکومتی در حوزه محیط زیست



عیسی کلانتری، معاون رییس جمهوری و رییس سازمان حفاظت محیط زیست گفت: مشکل اصلی کشور ما این است که بیشترین تخریب در حوزه محیط زیست توسط دستگاه های دولتی و حکومتی صورت می گیرد و مسئولان دوایر حکومتی، متخلفان اصلی این بخش محسوب می شوند، چون به محیط زیست نگاه ابزاری دارند. وی راهبرد اصلی کشور را توسعه پایدار و حفظ حقوق نسل های آینده دانست و گفت: موضوعات محیط زیستی و معضلات این بخش باید به دغدغه همگانی تبدیل شود. پس چرا ما همیشه فکر می کنیم، مسئولان از این همه تخریب بی اطلاع هستند!؟

### یک فنجان اندیشه



۲۷۶- هر کس به اندازه ایمانش از خدا کمک می گیرد.

۲۷۷- شرط اول دوستی، اعتماد است، گام اول دشمنی، شک.

۲۷۸- شک و تردید همچون سرطان است، اگر زودتر تصمیمی برایش نگیری، به تمام فکر و روح تو سرایت خواهد کرد.

۲۷۹- تو منحصر به فردی، بنابراین راه خوشبختی و کمال تو نیز منحصر بفرد است، به دنبال تقلید از دیگران مباش.

۲۸۰- تنها کسانی موفق می شوند که راه خاص خود را بیابند، هیچکس با تقلید از دیگران به کمال نمی رسد.

نویسنده: دکتر فاضل حمید بهنام

### اخبار علمی

#### ظرفیت آب کشور ۷۵ درصد تقلیل یافته



عیسی کلانتری معاون رئیس جمهوری و رییس سازمان حفاظت محیط زیست گفت: کسانی که سخن از تامین غذا برای ۵۰۰ میلیون نفر در کشور می زنند، معلوم است هیچ اطلاعی از ظرفیت و منابع کشور ندارند. وی اضافه کرد: تا ۳۰ سال پیش، ۱۳۰ میلیارد مترمکعب آب تجدیدپذیر در کشور داشتیم که اکنون این رقم به کمتر از ۹۰ میلیارد مترمکعب رسیده، از طرفی سرانه هر ایرانی از آب شیرین در ۴۰ سال گذشته، ۲ هزار و ۳۰۰ مترمکعب بود که اکنون این رقم به کمتر از هزار متر مکعب کاهش پیدا کرده است. در شرایط کنونی ۷۰ درصد مردم کشور با کمتر از ۶۵۰ مترمکعب آب در سال، زندگی می کنند.

احتمالاً کسانی که با این شرایط آب، می خواهند برای ۵۰۰ میلیون نفر غذا تامین کنند، باید ریاضی دوره دبستان را دوباره مرور کنند.



ما نیستند، باید آنها را با موارد سالم‌تر و مناسب‌تر، جایگزین کنیم و زندگی خود را تغییر دهیم.

#### ۴- چگونه با افراد ارتباط برقرار کنیم

اگر در کودکی خجالتی و درونگرا تربیت شویم، این باعث می‌شد که از محافل اجتماعی دوری کنیم و تجارب و فرصت‌های فراوانی را از دست بدهیم. ما اگر بلد نیستیم باید بیاموزیم که چگونه با مردم ارتباط برقرار کنیم و با آنها همدلی کنیم. ما اگر بلد نیستیم باید بیاموزیم چگونه مخالفت کنیم بدون اینکه مجادله و نزاع ایجاد شود.

#### ۵- چگونه انتقادپذیر شویم

از کودکی به ما می‌آموزند هیچ انتقادی را نپذیریم. به همین دلیل وقتی کسی از ما انتقاد می‌کند، تمامیت وجود ما زیر سوال می‌رود و احساس بی‌لیاقتی می‌کنیم و فکر می‌کنیم به اندازه کافی خوب نیستیم. تا وقتی که بدنبال تمجید دیگران هستیم و تا زمانی که می‌خواهیم کمبودی که در درون خود احساس می‌کنیم را با تمجید جبران کنیم، همیشه توسط دیگران کنترل خواهیم شد و احساس آزادی نخواهیم کرد. ما باید یاد بگیریم هرچه را که بلد هستیم و در توان ما است، انجام دهیم و از انتقاد مردم نترسیم.

#### ۶- چگونه بتوانیم "نه" بگوییم

ما در کودکی می‌آموزیم که برای بدست آوردن دل دیگران "نه" نگوییم. ما باید یاد بگیریم چگونه "نه" بگوییم و از زندگی خود دفاع کنیم. نه گفتن از وقت و انرژی ما محافظت می‌کند. موفق‌ترین افراد جهان از وقت خود بسیار محافظت می‌کنند و می‌دانند تنها سرمایه‌ای که دارند، وقت است.

#### ۷- چگونه قاطع باشیم

ممکن است از کودکی ما را به گونه‌ای تربیت کرده باشند که نتوانیم با سرعت و قاطعیت تصمیم‌گیری کنیم. طبیعی است که هر چقدر تصمیم‌گرفتن ما بیشتر طول بکشد، رسیدن به مقصد هم دیرتر خواهد بود. به همین دلیل بسیار مهم است که یاد بگیرد چگونه قاطع باشیم. ما باید باور کنیم که هر انتخاب شامل هزینه و فرصت است و ما اگر بخواهیم از هزینه فرار کنیم، فرصت‌ها را هم از دست خواهیم داد.

شماره ۱۵۹. سال چهاردهم تیر ۱۴۰۰  
<http://kwcmag.com>

#### خبرنامه داخلی

مؤسسه تحقیقات جنگل‌ها و مراتع کشور

مدیرمسئول: مریم خدابخش،

تهیه و تنظیم: فیروزه حاتمی

Rifria1971@gmail.com

#### ۷ مهارت مهم زندگی که باید بیاموزیم



ما معمولاً مهارت‌های زندگی خود را از والدین، معلمان، کتاب‌ها و وسایل ارتباط جمعی بدست می‌آوریم. بعضی از مهارت‌ها در طول زندگی نیاز به بازنگری و نوآموزی دارد و بعضی هم جدید و نوظهور هستند. پس بهتر است خودمان سعی کنیم تا آموزش‌های غلط سنتی خود را تغییر دهیم. در اینجا ۷ تا از مهم‌ترین آموختنی‌ها که منجر به موفقیت و رشد در زندگی می‌شود را معرفی می‌کنیم.

#### ۱- چگونه خوشبخت باشیم

از کودکی به ما می‌آموزند "خوشحال بودن" مهم است. اما ممکن است هیچ کس به ما نیاموزد که چگونه خوشبخت باشیم. خوشبختی مانند پروانه‌ای است که هرچه بیشتر آن را تعقیب کنیم، از ما بیشتر فرار می‌کند و اگر هم بدست آید ممکن است زیر انگشتان ما، له شود. اما اگر بیاموزیم که مرتب بدنبال پروانه خوشبختی ندویم و آرام بگیریم و محو تماشای زیبایی‌ها شویم و از صدای طبیعت لذت ببریم، ممکن است خود پروانه بیاید و آرام روی شانه ما بنشیند.

#### ۲- چگونه بی‌باک باشیم

از کودکی یک لیست بزرگ از اما و اگر را جلو ما می‌گذارند. این لیست به ما اجازه نمی‌دهد به سرعت وارد عمل شویم و ما را وادار می‌کند تا اقدامات خود را به تعویق بیندازیم. این روش ما را از پیشرفت در کارهایمان باز می‌دارد. برای غلبه به این حالت ما نیاز به شجاعت داریم. شجاعت هم چیزی نیست که با آن متولد شده باشیم و یک شبه بتوانیم آن را کسب کنیم. باید یاد بگیریم از اینکه چیزهایی را ممکن است از دست بدهیم نترسیم و بیاموزیم، در تصمیم‌گرفتن سریع و قاطع باشیم.

#### ۳- چگونه نرم افزار مغز خود را تغییر دهیم

از دوران کودکی اعتقادات و رفتارهای زیادی در ناخودآگاه ما ریشه می‌دواند و رشد می‌کند که ما در بزرگسالی همچنان آنها را تکرار می‌کنیم تا مانند یک نرم‌افزار وارد ناخودآگاه ما شود. این نرم‌افزار اغلب بسیار شبیه ناخودآگاه خانواده و اجتماع اطراف ما می‌شود. اگر برنامه‌نویسی مغز ما، روزگار دلچسپی را برای ما رقم نمی‌زند، باید این برنامه را تغییر دهیم. ما باید بیاموزیم در مورد نحوه رفتار و افکار خود و شیوه پاسخگویی خود نسبت به شرایط و مشکلات بازنگری کنیم. اگر الگوهای از پیش تعیین شده ذهن ما در خدمت