اس ام اس

### 



sms چشم های همیشه خیس اشک دوری را پنهان مي كنه بي وفا آنقدر پياز پوست نكن.

sms از شیرجه جانانه شما به سمت گوشی متشکرم. هست مخن گفتن نوعی احتیاج است و گوش دادن هنر. ه شادمانی درخانه ای است که مهر و محبت درآن

از لحظه ای که عدم اعتماد شروع می شود، صمیمیت

ems اگه تو دنیا هیچی نداشته باشی مطمئن باش سه چیز مال توست: خدای مهربون، آرزوهای قشنگ و قلب

وms اگه روزگار بی رحمه، تو مهربون باش، اگه آفتاب مي سوزونه تو سايبون باش، حالا كه سرما كمين كرده، کنار باغچه واسه گل های نیمه جون تو باغبون

وست داشتن کسی را که سزاوار دوست داشتن داشتن داشتن داشتن داشتن است نیست اسراف در محبت است.

وms یادت باشد آن چه در دنیا شاهد آن هستید حاصل اعتقادی است که نسبت به آن دارید. sms درهنگام بروز مشکل به دنبال علت باشیم نه فرد

و و دارد و بازنده به ایش رو دارد و بازنده بهانه. sms جاده خوشبختی در دست تعمیر است، دور بزن برگرداین اسمش تقدیر است.

وms نیکوکار اگر به دار آویخته شود هم زنده است و

بد کار اگر زنده هم باشد مرده است. وms بخت اگرخوابیده باشد چون گدایی عار نیست،

اگر بیدار باشد پادشاهی کار نیست. وسی هیچ چیز لذیذتر ازآن نیست که ثمره کارخود را

وسی با ستمکاران حتی اگر دوست گرامی تو باشند

مسعود قانعی فرد فرماندار شهرستان بستک به همراه

ناصر شریفی معاون فرماندار شهرستان بستک و

استادی و رئیس تربیت بدنی شهرستان بستک با

حضور در ورزشگاه کوخرد و محل تمرینات

فوتبالیست های کوخرد با جمعی از ورزشکاران دیدار

در این دیدار که جهت بررسی مسائل و مشکلات

ورزشکاران و فوتبالیست های کوخرد برگزار شده

با توجه به حضور تیم کوخرد در لیگ دسته دوم

جلسه کمیته برنامه ریزی به ریاست مسعود قانعی فرد

فرماندار شهرستان بستک ، با حضور شریفی معاون

فرماندار شهرستان و جمعی از مسئولین دستگاههای

در ابتدای جلسه، مسعود قانعی فرد فرماندار

شهرستان بستک از کلیه ادارات خواست تا تمامی

اعتباراتی که به این شهرستان تخصیص یافته است را

جذب و در جهت تکمیل پروژه های عمرانی بر اساس

اولویت ها هزینه نمایند و اولویت بندی را بر اساس

شاخص های علمی، جمعیتی عنوان نمود و خواستار

شورای وررش خوحرد ورزشکاران این منطقه را نبود زمین چمن برای بازی

# اطلاعیہ و شروط یک آقا برای ازدواج

ارْ کلیه دوشیرْ گان قدیلند ریباروی واجد شرایط ریر تقاما داریم تقامانامه های خود را چهت رپودن دل بنده به صورت پیغام در قسمت نظرات یا به وسیله ایمیل به نشائی بنده

بدیهی است پس از انچام بررسی های کامل، نام افراد دارای صلاحیت به وسیله همین تریبون اعلام خواهد شد نْكُنَّه؛ ما تو كارمون پارتى بارى نداريم، يعنى لطفًا از قرار دادن پول نقد در نامه یا پیغام خود بپرهیر ید و هی نگید ما فُاميل قُلاني هستيم.

(. سنْ بالاتر ازْ ۱۸ سال و کمتر ازْ ۲۲سال باشد. ۲. قد کمتر از ۱۶۵ سائتیمتر و بالاتر از ۱۲۵ سائتیمتر نیاشد. ٣. افراد خيلي تركه اي و زيادي چاق قابل پِذيرشْ نيستند. (پچوڻ من حوصله رڙيم چاقي و کلاس لاغري ندارم)

٤. هر وقت من خواستم ميريم هر رستورائي كه من كفتم. آبِگُوشْت، کوفّت، کله پاچه و میرر(اقاسمی با کلی سیرترشی

۵. اهل کادو څریدن و هر روز لاو ترکوندن نیستم ۶ اگر حُدای تُکرده، رُیانم الل، حُدا اون روز رو نیاره که ارْدواچ کردم و ویال گردنم شدی، مامانم اینا و مامانت اینا نداریم.

٧. عمراً تَقْقُه بِدم. چِهارده تَّا هم بِيشَّتْر مهر ثمي كُنْم. ٨. باید یک جایی کار کٹی، یک کاری هم واسه عصر من گیر میاری چون حوصله مسافرکشی و رانندگی ندارم 9. پاپات پاید پولدار پاشه تا من در صورت لرُوم پتونم پتیغمش.

۱)، موهای وروزی نباید داشته باشی، پیون نرم کننده ایرانی به نظر شما شرطی مونده ؟

شرايط يذيرش

حُوشُم تُمياد.

و لاستیک میٹری، ڈودت می شوری، ( (. په مامانت ميگي سيسموڻي حُوبٍ ڀياره.

۱۲. باید خُوشُکل باشی چون پول واسه لوارْم آرایش بِحْری،

فرمانداربستك:

اختصاص بیش از 60 درصد اعتبارات عمرانی "بستک" به روستاها

استان ، نبود جایگاه رختکن در ورزشگاه ،نبود نور

"استادی" رئیس تربیت بدنی شهرستان بستک

نیزخواستار توجه بیشتر به ورزشکاران کوخردی شد

و گفت: باتوجه به حضور این تیم به عنوان تنها نماینده ی شهرستان بستک در لیگ دسته دوم استان خواستار

در این دیدار فرماندار شهرستان بستک نیز گفت:

فرماندار شهرستان بستك:

در سال ۸۷ اعتباری بالغ بر ۸٦ میلیارد ریال به "بستك" اختصاص یافته است

و آخرین سال از ریاست جمهوری دکتر احمدی نژاد اشاره کرد و از تمامی دستگاههای اجرایی خواست

پروژه های نیمه تمام جهت بهره برداری در سالروز

پیروزی انقلاب و هفته دولت شدند فرماندار بستک در

ادامه بهره برداری از پروژه های نیمه تمام را گامی

مهم در جهت رفع مسائل و مشكلات قلمداد نمود

و استفاده از سرمایه گذران بخش خصوصی را

یکی از راهکارهای توسعه این شهرستان عنوان

بستک به روستاها اختصاص داده شده است و با موفق ترخواهیم شد.

وى در ادامه با اشاره به به سى امين سالگرد انقلاب اين شهرستان اشاره كرد و گفت: نسبت به سال گذشته

تا تمام سعی و تلاش خود را در آماده سازی پروژه های عمرانی شهر و روستا ،۳۲ میلیارد ریال

حل سريع مشكلات ورزشكاران شد

کافی و فنس کشی عنوان کرد و خواستار بررسی و

## تمام جوانان بندری خانہ دار می شوند !!!

عرضع به عضورمبار کتان که در طی چند هفته اخیر این جمله مبارک" تمام جوانان بندری خانه دار می شوند" را زيار شنيره ايم . در وهله اول به غور مي گوييم به به و چه چه عهب تربیر فررمندانه و با درایتی است که اینگونه جوانان اعم از مرد و زن را فانه دار می کنند و غافل از اینکه بابا،خدا پدر و مادرتان را بیامرزد هنوز پدران و مادران و پدربزرگان و مادربزرگان این جوانان امروزی 🛚 منظورمسئولان عزیز ممترم و مهربان تر از پدر این است که نسلهای دیروز و پس پریروز بوده اند هنوز مستاجرند که به زودی با این وضعیت تورم و بیکاری و هزار مشکل آخر چگونه ممکن است که یک شبه ۲/۳ جمعیت کشور ریز و درشت ریگر پیش پای جوانان، تمام آنها بغل دست که تماماً جوانان برومند بی خانه هستند خانه دار شوند؟؟ 🛚 مادرشان به شغل شریف خانه داری مشغول خواهند شر ما هم مثل شما در این یاسخ مانده بوریم که ظریفی از راه بله این است تدبیر فردمندانه و در ایت و مدیریت!! رسیر و با فنره زیر کانه ای گفت: بابا جان ، عزیز دل بابا من هم مثل شما هاج واج مانره بورم که چگونه بفندم با شما مفهوم را غوب نگرفته ایر ! بنده هم مثل شما و آنها بگریم ، در ست است یا غلط غلاصه غنده ای انگشت به دهان ماندم که یعنی چه ؟ چرا مفهوم را از سر درد و بیهالی کردم رفتم دنبال کار نگرفته ام که ظریف خنره بلنر تری کرر و گفت: خورم!



برابر باع جمادي الاول 1429

### كاريكاتور هفته



الانْ شَيشُه اي هرّار تّومنْ شّده. ۱)<sup>د</sup> موهای څرمایی و مشکی رو ترچیه میدم. ۱۶ اگه سر کار بری یا کاری داشته باشی نباید دیرتر از ۵

١٧. اڑ الان پاید کلاس آیروپیک بری تا چندسال دیکه بد هیکل نْشَّى، پولشَّم ازْ بِإِبَاتٌ بِكْبِير. منْ ١٠ سال ديكُهُ زُنْ چِاقَ

٨١. بايد قال قهوه بلد باشي بگيري، چوڻ من دوست دارم. ۱۹. مائتوى تنگ ئمى يوشى. ۲۰. دوستات رو هم هر روز نمیاری خُونُه.

۱۰. پول اصْافَى ندارم بابت پوسُّک کامل بچه بدم. میری کهنه ۲۱. یک ماشین طُرفشویی هم قاطی چاهار ت بدار، دوست ندارم يوستم خُرابِ بِشُّه،

۲۲ لاڙم ٿيسٿ واسه يک څونه ۵۰مٽري، ڄاهاڙ څونه ۲۰۰مٽري

حالا در حُدمتيم.....

توجه به این درصد بسیار خوب به امید خدا مشکلات

اساسىي ورزش شهرستان برطرف خواهد شد

فرماندار بستك ميزان اعتبارات امسال شهرستان

بستک را هشت میلیارد و ۲۰۰ میلیون تومان

عنوان نمود و گفت: مهمترین زمینه هایی که اعتبار

اختصاص یافته است ؛ آب ، راه روستایی ، مسکن و

آموزش و پرورش است .وی در ادامه قول پیگیری

مسائل و مشكلات موجود در ورزش كوخرد را داد و

گفت: نیروهای جوان سرمایه های امروز و فردای ما

وی افزود: از این میزان اعتبارات ۳۷ درصد از

حمل و نقل ، ۲۷ درصد کشاورزی و آموزش و پرورش

و همچنین ٥ درصد نیز به میراث فرهنگی و گردشگری

لازم به ذکرمی باشد مسئولین ادارات و دستگاههای

اجرایی پروژه های اجرایی سال ۸۷ خود را در

این کمیسیون مطرح که پس از بحث و تبادل نظر بر

اساس اولویت های اعلام شده تصویب گردید .

سردار دانشمند در پایان اظهار امیدواری نمود: ما

باید در اهدافمان با بصیرت و آگاهی حرکت کنیم. در

این راه مقاوم، استوار و محکم دربرابر دشمنان ایستادگی

لاوان برگزار شد گفت: در این زمان تشخیص راه درست

مهم است درصورت عدم تشخیص دین راه انقلاب

وآیندگان صدمات بزرگی خواهند خورد

وى تصريح كرد دشمنان دراوايل انقلاب با ترور

شخصيتهاى مهم كشورمان مثل مطهرى سعى در توقف

کنیم همچنان سردار دانشمند درهمایش بزرگ که درجزیر

۲ درصد افزایش را در برداشته است

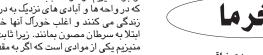
اختصاص بافته است.

### خرما

#### خوردنیهای شفابخش-مهدی نراقی

خرما درختی است که پای در آب و سر در آتش دارد او، مدافع سرسخت بدن ، در برابر بیماری سرطان است. رو مصادی سرست به مقدار فسفر و کاسیمی است که مقدار فسفر و کاسیم آن درست به مقدار فسفر و کاسیمی است که به طور طبیعی در بدن ما وجود دارد . خرما دارای ویتامین " آ " است و بطوری که می دانید این ویتامین مخصوص رشد است و همین ویتامین است که برای نگهداری کلسیم در بدن برای تعادل اعصاب و تغذیه

فسفري كه در خرما وجود دارد، سلولهاي عصبي را سرزنده نگه می دارد و این ماده حیاتی است که چاره و درمان موتّر تمام کمبودهای بدن می باشد . بر طبق تحقيقات علمي كه اخيرا به عمل آمده است، معلوم شده است كه احتياج انسان به آهن ٩ درصد



و قوای عصبی و عمومی بدن را افزایش می دهد .

گاهی کلیه ها نمی توانند از ورود قند به خون جلوگیری کنند و در نتیجه بیماری "دیابت" پیدا می شود در این صورت یک رگه منیزیم می تواند جریان کارها را به سیر طبیعی خود سوق



و درمان آن اثر كاملى دارد .

ميوه خرما از آن بهره كافي مي برد.



آهن رفع مي شود و چنانچه مي دانيد آهن نيرو دهنده گلبولهای قرمز خون است و چون خرما دارای مقدار زیادی آهن است در جلوگیری از کم خونی و یا معالجه

وجود منیزیم در خرما سبب شده است صحرانشیناز که در واحه ها و آبادی های نزدیک به درختان خرما زندگی می کنند و اغلب خوراک آنها خرما است از منیزیم یکی از موادی است که اگر به مقدار کافی در غذا بأشد مصونیت در مقابل سرطان ایجاد

ماده گرانبهای منیزیم علاوه بر این که در مقابل سرطان مصونيت مي دهد خودش هم "كاتاليزور" است و این "کاتالیزور"برای اصول تغذیه ما لازم است زیرا منیزیم انرژی عضلاتی را تقویت می کند منيزيم با فسفر تقويت كننده أعمال فكرى ما نيز هستند . این نکته را هم ناگفته نگذاریم که منیزیم برای پروستات و کلیه ها هم ماده غذایی گرانبهایی

بدن خواهد كرد . خرما بايد تازه و طبيعي باشد.

خرمایی که تخمیر شده یا با مواد شیمیایی شسته

باشند براى سلامتى خوب نيست و حتى الامكان بايد

خرمای تازه و طبیعی مصرف کرد .کسانی که دچار



میلی گرم در هر روز است . با تجزیه ای که در خرما به عمل آورده اند ثابت شده است که در هر صد گرم خرما ۱۳/۱ تا ۵ میلی گرم آهن وجود دارد . پس با مصرف مقداری کمی خرما، احتیاج بدن به

کم خونی شده اند می توانند در جاهایی که درختان خرما وجود دارد رژیم خرما بگیرند و به جای هر وجود منيزيم در خرما نيز قابل توجه است ... معمولا غذایی روزی نیم کیلو خرما بخورند و چنانچه این کار را یک ماه ادامه دهند، کم خونی آنها برطرف خواهد برای یک کیلو خرما یک متر مکعب آب لازم است در مناطقی که درختان خرما می روید کمیاب است و شد و دارای رنگ و رخسار سالم و شادابی خواهند سرشار از املاح معدنی مخصوصا منیزیم است که

### تلفن های ضروری شرکت آب منطقه ای استان.....

شرکت آب و فاضلاب استان.....ت۸۰۰۸٦

شركت آب وفاضلاب روستا يي .....٣-٣٣٣٨٠٠٢

پلیس.....پلیس دفتر نظارت همگانی(نیروی انتظامی) ......۱۹۷ ستاد خبری ..... اورژانس.....ا ١١٥ اطلاعات قطارهای مسافری.....ا خرابي تلفن..... اطلاعات تلفن.....ا اتفاقات برق ..... اتفاقات آب غرب .....-۲-۱۰۰۱،۰۰ سا زما ن آموزش و پرورش.....٥-۳٣٣٩٠٠١ آموزش و پرورش ناحیه ۲.....۸-۲۲٤۷۷٤۷ آمورش وپرورش ناحیه(۱)..... شرکت برق منطقه ای .............. ٥-٣٣٣١٧٠٠-شرکت مخابرات هرمزگان..... ۲٦٦٩٥٤٤ اداره کل تامین اجتماعی استان..... ۲۲٤۲٤۹۰ سازمان انتقال خون ..... اداره کل نوسازی مدارس.....۲-۲۸۳۳ اداره کل فنی و حرفه ای استان..... ۱۹۸۸۸۸۰ صدا و سیما ی خلیج فارس.....مدا و سیما ی خلیج فارس اطلاعات پرواز..... ۱۹۸۰۲۲۸ شرکت توزیع نیروی برق...... ۳-۱٤۱۷۰ه سازمان جهاد کشاورزی..... ۲-۱۹۲۰ تا اداره کل استاندارد..... شهرداری بندرعباس......۳-۲۲۲۳۰۲۱ مركز مخابرات امام خميني...... اداره کل راه و ترابری استان..... ۳۳۳۲۰۹۱-۳۳۳۲۰ دانشگاه هرمزگان...... ۳۳۳٤۰۱۲٤ شورای اسلامی شهر بندرعباس..... ۲۲٤٦٣٩٠ سازمان مسكن و شهرسازي ..... تا کسیرانی بندرعباس.....تا کسیرانی بندرعباس خدمات بار فرودگاه بندرعباس......نار فرودگاه بندرعباس بیمارستان خلیج فارس ..... ۹-۱۹۷۰۲۸ بیمارستان شهید محمدی.....۸-۳۳٤۷۰۰۱ بیمارستان امام رضا......م-۳۳۳۲۰۰۳ بيمارستان شريعتي ..... تاکسی تلفنی هرمزگان ..... تاكسى تلفنى توران سفر ..... تاکسی تلفنی بندر تاز.....تاکسی تلفنی بندر تاز تاکسی تلفنی امید......است تاکسی تلفنی امید تاكسى تلفنى عدالت...... تاكسى تلفنى

تاکسی تلفنی همراه ....... ۱۵۸۶۲۰۰۰ تاکسی تلفنی نادر گشت بندر.....تاکسی تلفنی نادر گشت بندر.... تاكسى تلفنى آريا.....تاكسى تلفنى آريا....

#### رعایت عدالت در توزیع اعتبارات در جهت رسیدن به وی در ادامه به میزان اعتبارات تخصیص یافته به توسعه متوازن شدند. مسئول بسيج دانش آموزي اسلام به زن عزت داد

هرمزگان در جمع ده ها تن از سئولین عقیدتی سیاسی گفت: دین اسلام به زن عزت داد و افکار جاهلیت درمورد

وی درادامه گفت: ماانقلاب کردیم تا آن چیزهایی که در دوران طاغوت به آن ارزش قائل مي شدند را بي ارزش كنيم وآن چيزهايي كه بي ارزش حساب مي كردند

دین است دینی که پیامبر به ارمغان آورد درس جوانمردی به همه آموخت و دشمن از اسلامی بودن ما وحشت دارد

سرهنگ سلامتی مسئول بسیج دانش آموزی استان آنها نمی خواهند مردم ما بیدار باشند و باعث بیداری عقب نشینی کردند. جهانی شوند و همین مساله آنهارا نگران کرده است و همین امر سبب شده که آمریکا به عراق - افغانستان و

جدیدترین اخبار

استان ،ایران ودنیا

مثل حجاب به آن آرزش دادیم . وی در بخش دیگری گفت: در این زمان بحث ها برسر

دیگر کشورها لشکرکشی کند تا اسلام ناب محمدی را درادامه این همایش بزرگ، جانشین فرماندهی منطقه

مقاومت بسیج استان با تاکید بر اینکه ما باید گذشته انقلاب را مرور کنیم و جهت استمرار این انقلاب کوشا باشیم تصریح کرد: استکبار جهانی دست از سرما بر نمى دارد اماباً وجود بسيجيان سلحشور و مردم دلاور آمریکا و دیگر کشورها سرافکنده و در برابر انقلاب این انقلاب را داشتند.

جذاب ترین مطالب خواندنی

www.daryanews.ir

یایگاه اطلاع رسانیdaryanews.irشما را بادنیایی از اطلاعات وداده ها آشنا می سازد