طالع بيني

♦ فروردين

♦ اردیبهشت

نکرده اند.

مي تواند مفيد واقع شود.

را عوض كنيد.

اگرمی خواهید تغییری ایجاد کنید تنها یک تغییر

ایده ها و افکار جالبی دارید، سعی نکنید

آن ها را پنهان کنید. تنهایی برای مدتی کم هم

۱ افراد نزدیک به شما سعی دارند تغییراتی ایجاد

کنند. شروعی جدید و پایانی جدید ایجاد کنند

اما در حال حاضر برای گفتن این مطلب به آنها

طبيعت مفيد شما اخيراً مورد آزمايش قرار گرفته

است اما از آنجایی که می دانید همسرتان و

همكاران همه تحت فشار بوده اند، بنابراین انتقادی

آیا هنوز مخفیانه با دوست خود در ارتباط هستید؟مخفی نگه داشتن آن کاملاً سخت

است. لازم است که مدت بیشتری آن را مخفی

نگه دارید. اما امشب می توانید لحظات خوبی

زندگی اجتماعی شما مورد توجه است و از

بودن با دوستتان و دیگر روابط اجتماعی

لذت خواهید برد. بسیاری از شما شیرهای مجرد برخوردی جالب، با کسی خواهید داشت که باعث می شود تپیدن قلب شما سریع تر

يك نفربى طاقت است و مرتبأ از شما درخواست انجام کاری را می کند. حتی اگر سعی هم بکنید

نمی توانید همه آن را انجام دهیدوسعی کنید کارهای مهم و نکات ریزرا فراموش نکنید

مخصوصاً در کارهای اداری و رسمی اگر

امروز دوست دارید که این طرف و آن طرف

بروید و اگر بتوانید از جایی برای اولین بار

ديدار كنيد، بسيار لذت خواهيد برد. سعى كنيد

کسی را برای همراهی انتخاب کنید که در این صورت أز وجود هم واقعاً كيف خواهيد

امروز مورد تحسین زیادی قرار می گیرید و البته لیاقتش را هم دارید.از اینکه

احساس تان را بیان کنید سود می برید زیرا

افراد زیادی هستند که منتظرند احساسات

به نظر می رسد مسایل مالی شما در حال بهبود

است. این امکان دارد پولی باشد که شما برایش

شما از ستاره های اقبال خود برای بهتر کردن

باید منتظر بمانید و ببینید که آیا این رابطه به رابطه ای جدید

تبدیل می شود یا این که این امر تنها یک احساس زودگذر

فراموش كنيد دچار مشكل مي شويد و باعث خجالت تان

همچنین شما از صحبت با شخصی که گذشته و یا فرهنگی کاملاً متضاد با شما دارد، بسيار لذت مي بريد و أن ها مطالبي را مي گویند که شما را به فکر به فرو خواهد برد. شما امروز بسیار

روشنفكر شده ايد و اين كاملاً نمايان است.

كه از نظر شما اشتباه است.

کار اشتباهی است. سعی کنید صحبت را برای فردا بگذارید و دوباره تلاش کنید به آنها نزدیک شوید.

اکنون زمانی است که باید علیه بی عدالتی در زندگی احساسی

و بزرگتر از آن در دنیا، صحبت کنید. اکنون

زمانی است که باید از تمام باورها و اعتقاداتتان حمایت

را در کنار هم باشید.

🧳 فیزیکی چیزمهمی نیست می توانید روش زندگی

### **کوتاه از ورزش استان**

شماره ۶۴۵

### بمناسبت میلاد دخت نبی اکرم (ص) برگزار شد مسابقات دارت بانوان كاركنان شهرداري

💻 یک دوره مسابقات دارت بانوان کارکنان شهرداری بمناسبت روززن و ولادت دخت نبى اكرم ، فاطمه زهرا (س) در خانه تکواندو برگزار گردید . "حمید سنگی" ،مسئول برگزاری مسابقات گفت: این مسابقات با حضور ۳۵ شرکت کننده . . شهرداری و سازمان های تابعه توسط فهیمه نوابی و آرمین جهانگرد داوری شد. وی افزود: پس از رقابتی نزدیک، به ۸ نفر از برترین ها توسط "جعفر غلامزاده سرپرست سازمان فرهنگی ورزشی شهرداری و "حبیب بهادری" معاونت ورزش جوايز نفيسي اهدا گرديد . نفرات برتر از اين مسابقات به شرح ذیل می باشد: فاطمه پژوم از شهردای منطقه یک، فاطمه ذاكرى شهردارى منطقه يك، فرحناز نوابي از شهردارى مرکزی ،مرضیه عوض پور از سازمان فرهنگی ورزشی شهرداری، نیرخانی،سمیرا رودباری،آسیه عباسی،طاهره رودباری،نیزنفرات پنجم تا هشتم شدند.

#### برگزاری مسابقات انتخابی رشته تکواندو

■ مسابقات انتخابي تكواندو در رده سنى نوجوانان ،جهت برگزار شد که آقایان میلاد ادیب زاده ،سجاد ابراهیم زاده،مسعود خسروی ،حسام روانبخش ،مجید تفضلی،رضاً روانبخش و عليرضا محمودي أز شركت آبفا هرمزگان توانستند به دور بعد راه یابند. گفتنی است ؛ این سری از مسابقات دوازدهم تیرماه سالجاری در شهرستان ساری برگزار می شود. شایان ذکر است ؛ در همین رشته مسابقاتی در خانه تكُواندو برگزار شد و همچنین در رده سنی نونهالان، تكواندوكاران جهت حضور در المپياد ايرانيان عازم

#### یك سری مسابقات ورزشی در زندان بندرعباس ىرگزار شد

ابراهیم زراعی از پرسنل این سازمان نیز شده اند .

### توسط سازمان ملى جوانان استان افتتاح شد

# نمایشگاه اطلاع رسانی اوقات فراغت جوانان

نمايشگاه جامع اطلاع رساني اوقات فراغت جوانان استان با حضور "پرآور" معاون سیاسی امنیتی استانداری، دستگزین رئیس سازمان بنیاد شهید و امور ایثارگران ، سردار "دشتی" فرمانده انتظامي استان، "پاكدامن" مديركل امور اجتماعي استاندارى ، "دريانورد" رئيس سازمان ميراث فرهنگی ،گردشگری و صنایع دستی ، "عمرانی رئیس سازمان آموزش و پرورش هرمزگان و "عسكرى زاده "رئيس سازمان ملى جوانان استان در مجتمع ستاره شهر بندرعباس افتتاح شد . معاون سیاسی امنیتی استاندار هرمزگان در اینِ مراسم با قدردانی از سازمان ملی جوانان هرمزگان در برپایی این نمایشگاه ؛ تصریح کرد: نمایشگاه جامع اطلاع رسانی اوقات فراغت جوانان ، اولین نمایشگاه برای اطلاع رسانی در زمینه غنی سازی اوقات فراغت در سطح استان می باشد که با تلاشهای رئیس سازمان ملى جوانان تشكيل شده است. "پرآور" افزود: در سالهای گذشته جوانان از

بربامه های اوقات فراغت اطلاع نداشتند که باعث مدر رفتن هزینه های صرف شده او قات فراغت توسط دستگاههای اجرایی می شد. وى گفت: غنى سازى اوقات فراغت فقط وظيفه

یک دستگاه اجرایی نیست و بایستی جوانان ودستگاههای مختلف اجرایی همگام با یکدیگر در جهت تحقق اهداف دولت در این زمینه حرکت

"پرآور"بر اطلاع رسانی بیشتر در زمینه برگزاری این نمایشگاه و ارائه برنامه های جدید و متنوع غَني سازى اوقات فراغت تاكيد كرد. وي همچنين با گرامیداشت هفتم تیر سالروز شهادت شهید بهشتی و ۷۲ تن یار انقلابی وی ؛ تصریح کرد:

در حال حاضر استکبار، ترور هویت جوانان را

جایگزین ترور شخصیت ها نموده است . رئیس سازمان ملی جوانان استان نیز در این مراسم با اشاره به پیمایش و نظر سنجی صورت گرفته در بخش اوقات فراغت جوانان تصريح كرد: طبق أين تحقيق ٧٥ درصد جوانان استان با دستگاههای متوالی اوقات فراغت آشنا نبودند و ٦١ درصد هم از نوع برنامه هاى اجرايي اوقات فراغت که توسط بخش خصوصی و دولتی اجرا می شود اطلاعی نداشتند ." مهدی عسکری زاده " هدف از برگزاری این نمایشگاه را اطلاع رسانی به جوانان در زمینه دستگاههای متولی اوقات

خصوصی را جمع آوری نموده است با تیراژپنج هزار نسخه در شش پایگاه در سطح

فراغت و برنامه های آنان و ارزیابی میزان حضور دستگاههای دولتی و بخش خصوصی در غنی سازی اوقات فراغت جوانان استان اعلام کرد.وی گفت: در این نمایشگاه دوره های کوتاه مدت آموزشی در بخشهای مختلف نیز برگزار می شود. عسکری زاده افزود: ستاد ساماندهی اوقات فراغت استان در این پیمایش؛ پایگاههااوقات فراغت، رشته های آموزشی، مکان، مربی، شهریه و برنامه زمانبندی اجرایی بخش دولتی و وى گفت: نتايج اين پيمايش درنشريه "تابستانه"

تعدادى از نخبكان برتر نيز با سران سه قوه ملاقات خواهند داشت .وي از برگزاري جشنواره "اتفاق" وى با اشاره به تشكيل اولين "اتاق فكر" استان در سازمان ملی جوانان هرمزگان تصریح کرد: امسال فدراسیون های تخصصی نیز تشکیل می شود. معاون فرهنگی سازمان ملی جوانان استان نیز در گفتگو با "دریا" گفت: این نمایشگاه در راستای تحقق هدف توسعه امور جوانان ماده ۱۱۲ قانون برنامه چهارم توسعه تشکیل شده

شهر بندرعباس و پنج هزار نسخه در سطح استان بوسيله سازمانهاى مردم نهاد توزيع مى شود . عسکری زاده " افزود: شورای عالی جوانان نه برنامه جهت استاندارد سازی برنامه های غنی سازی اوقات فراغت با عناوین فرهنگ و هنر، ورزش ، کتاب و کتابخوانی ،مهارت آموزش ، گردشگری ، گفتگوی جوان ،بسیج سازندگی،اردوهای هجرت و اختراعات و ابتكارات را مصوب نموده است که نه دستگاه اجرایی متولی این برنامه هاهستند . وی با اشاره به تقدیر از برترین های این نمایشگاه در مراسم اختتامیه این نمایشگاه تصریح نمود: بزودی از نخبگان استان در حوزه های مختلف از جمله کشاورز نمونه ، جوان سرپرست خانواده آسیب دیده اجتماعی نخبگان المپیادها،علمی،ورزشی،هنری،صنعت و... تجليل مي شود . "عسكري زاده "افزود: در نیمه اول سال جاری با هدف تقدیر از برترین های تشکلهای غیر دولتی و تولیدات برتر خبر

شنبه ۸ تیرماه ۱۳۸۷



است. "مهین زارع" افزود: این نمایشگاه با ۲٦ غرفه در مجتمع ستاره شهر بندرعباس واقع در میدان شهربانی تا یازدهم تیرماه جاری ،صبح و عصر پذیرای علاقمندان خواهد بود.



## بمناسبت هفته قوه قضائيه

💻 به گزارش روابط عمومی اداره کل زندانهای استان واحد تربیت بدنی زندان بندرعباس در راستای برنامه عملیاتی کمیته کاهش آسیب رفتارهای پرخطر به مناسبت هفته قوه قضائیه اقدام به برگزاری یک دوره مسابقات گل فنی ویژه مددجویان با حضور ٦ تیم ٥ نفره به صورت دوره ای ویرد ۱۰۰۰ کری و . در بند ٤ نمود که پس از انجام ۱۲ بازی تیم پیروزی و طوفان به ترتیب به مقام اول و دوم دست یافتند .

### صعود كوهنوردان تعاون روستائى استان به قله درفك گيلان

 به گزارش روابط عمومی سازمان تعاون روستایی استان گروه کوهنوردان سازمان تعاون روستایی هرمزگان بمناسبت هفته جهاد کشاورزی موفق به صعود از قله ۲۷۳۳ متری درفک در استان گیلان شدند این گروه نیز قبلا علاوه بر صعود به قلل درون استاني موفق به صعود قلل ساير استان ها نظیر شیرکوه یزد،زردکوه بختیاری و قله دنا به سرپرستی

## حضور مقتدرانه تیم قایقرانی هرمزگان در المپیاد ایرانیان

روی آب بندرعباس ؛تیم قایقرانی هرمزگان متشکل از سيزده نفر در المپياد ايرانيان حضور مى يابند بر پایه این گزارش ، با برگزاری مسابقه انتخابی از بین شهرستانهای بندرلنگه ، میناب ،بندرعباس و بخش هرمز در مجموع ۱۳ نفر عازم این مسابقات می شوند . در این گروه اعزامی در رده سنی نوجوانان آقایان کا نفر از تیم های بندرلنگه، بندرعباس و هرمز انتخاب شدند و در رده سنی نوجوانان بانوان نیز ٤ نفر انتخاب شدند. همچنین در رده جوانان و امید ده نفر از تیم بانوان نیز در این دوره از مسابقات حضور دارند . این نفرات با برپایی اردوی آمادگی جهت حضور مقتدرانه در المپیاد ایرانیان روزانه به مدت دو ساعت در پیست شماره ۱ بندرعباس پاروکشی استقامتی و سرعتی به تمرین می پردازند و در کنار تمرین پارویی در هر جلسه به طول ۱۶ الی ۱۵ کیلومتر تمرینات بدنسازی نیز در دستور کار دارند . این گروه در رشته کایاک تک نفره ،دو نفره و چهارنفره

به گزارش روابط عمومی هیئت قایقرانی و اسکی

به رقابت می پردازند. "مجید فیروزی" رئیس کمیته آبهای آرام هیئت قایقرانی در این رابطه گفت: با توجه به پیشرفت چشمگیری که در مدت زمانی محدود با پشتکار و همت ورزشکاران شاهد آن بودیم در رده نوجوانان به یک مقام و رده سنی جوانان در رشته كاياك جزو فيناليست ها خواهيم شد.وى حضور قایقرانان رشته کانو را در این دوره کسب تجربه ورزشکاران دانست وافزود: در رشته قایق کانو قایقرانان تجربه کمتری دارند و حضور قایقرانان برای مسابقات آتی تاثیرگذار است. رئیس کمیته آبهای آرام آقایان هیئت قایقرانی اظهار امیدواری کرد: بتوانیم نام هرمزگان در کشور خوش بدرخشد و این دور از انتظار نیست . "آرزو پاسلار" رئیس کمیته آبهای آرام بانوان هیئت قایقرانی نیز تمرینات تیم قایقرانی استان را خوب ارزيابي كرد و گفت: با توجه به تلاش قايقرانان و تجربه حضور در مسابقات کشوری و کسب مقامات ارزنده امیدواریم بتوانیم یک بار دیگر ورزشکاران هرمزگانی حضوری مقتدرانه در این دوره مسابقات را

تجلیل از بانوان ورزشکار به مناسبت میلاد فاطمه زهرا(س) و روز زن

به اثبات برسانند . وى سطح مسابقات اين دوره را بالا ارزیابی کردو اظهار داشت: شرکت ورزشکاران پیشکسوت تیم ملی رقابت را حساس تر کرده است ولی امیدواریم مدال های این دوره را به استان بیاوریم. لازم به ذکراست ؛ المپیاد ایرانیان از مسابقات معتبر کشوری است که از اهمیت خاصی برخوردار است و تیم قایقرانی استان در اولین دوره مسابقات موفق به کسب مقام هایی شد . از سویی تمرینات مستمر قايقرانان استان زير نظر استاد حسن اوف مربى تاجيكستاني نويد بالا رفتن سطح تخصصي و حضور مقتدرانه را می دهد.ورزشکاران رشته قایقرانی خواستار حمایت های بی دریغ مسئولین تربیت بدنی در توسعه و تجهيز پيست قايقراني شدند تا اين اطمینان را در برگزیده شدن نفرات برتر قایقرانان استان در این دوره از مسابقات بدهند.مسابقات قايقراني المپياد ايرانيان از او اسط تيرماه جاري آغاز و تا اواخر مردادماه در مجموعه دریاچه آزادی تهران

## تجليل از قهرمانان تيم فوتبال منطقه ويژه خليج فارس

به گزارش خبرنگار "دریا"، طی مراسمی ویژه در شب ولادت حضرت زهرا (س) از "عباس سرخاب سرمربي تيم فوتبال منطقه ويژه خليج فارس و بازیکنان این تیم به دلیل صعود مقتدرانه این تیم به ليگ دسته اول كشور تجليل شد.

بنابر این گزارش ،همچنین در این مراسم که با حضور مهندس صاحب محمدی استاندار و "راستی" فرماندار،دکتر "رضایی" مدیرعامل منطقه ویژه فولاد خلیج فارس ، "مرشدی" مدیرکل تربیت بدنی استان "گودرزی" مدیرکل دفتر امور بانوان و در فرهنگسرای طوبی برگزار گردید به مناسبت بزرگداشت مقام زن با اهداء جوایزی از بانوان شاغل

در منطقه ویژه فولاد قدردانی شد. گفتنی است ؛ دراین مراسم مهندس صاحب محمدی استاندار هرمزگان ضمن گرامیداشت روززن از تلاش و همت قهرمان فوتبال استان و كادر فني بويژه عباس سرخاب سرمربی تیم فوتبال منطقه ویژه خلیج فارس که در کسب این افتخار بی ادعا نقش مهمی را ایفا داشتند قدردانی و تشکر نمود. همچنین وی افزود: استان هرمزگان به لطف خدا و همت شمامردم دهه شكوفايي را آغاز كرده ودر حال تبديل کشور می باشد و پیش بینی می شود که طی چند سال آینده استانی صنعتی و با شکوفایی اقتصادی پیش رو داشته باشیم.

وى خاطرنشان ساخت ؛ با توسعه و پيشرفت در زمینه صنعتی در این استان زمینه حمایت از تیم های ورزشى نيز به مراتب بيشتر خواهد شد و با توجه به اینکه جوانان ما دارای استعدادها و ظرفیت های نهفته بوده که با تلاش و حمایت ما به شکوفایی خواهند رسید ، با تمام توان خود از آنها در طی مدارج ترقى و صعود به قله افتخارات حمايت مى

در ادامه دكتر رضايي مديرعامل منطقه ويژه فولاد خلیج فارس در خصوص نگرش و نظام مدیریتی این منطقه اظهار داشت: این منطقه با داشتن اندام

هواداران این تیم تقدیر و تجلیل نمود.

های نیرومند حسی وظیفه گرفتن اطلاعات و ابزار وتعامل با محيط را مي باشد و مديريت حاكم بر آن ،مديريتي تيم (گروهي) اطلاعات مدار، اخلاق محور ، مشترى محور و كارمحور بوده كه توانسته اصل یادگیری را در شرکت فولاد حاکم قرار دهد. وی با ترسیم آینده ای روشن برای استان گفت: با تولید یک و نیم تن فولاد که تا پایان سالجاری به بهره برداری خواهد رسید ،۱۵ میلیارد تومان ارز وارد کشور خواهد شد که پیامد آن می تواند منجر به پیشرفت ورزش و فرهنگ صنعتی استان همچنین به قطب ٰبزرگ فولاد ، ٱلومينيوم ،نفتُ و گردشگري ٪ راهْيَابي تيم فوتبال منطقه ويژه به ليگ برتر كشْوُر شود. وی در پایان از سرمربی تیم فوتبال منطقه ویژه خلیج فارس و بازیکنان این تیم همچنین

با همت معاونت پرورشی و تربیت بدنی و گروه تربیت بدنی و تندرستی سازمان آموزش و پرورش برگزار

طی مراسمی از قهرمانان و حماسه سازان برتر ورزش دانش آموزی استان در محل سالن کنفرانس کانون غدیر شهرستان بندرعباس به صورت با شکوه تجلیل شد . در این مراسم "علیرضا باقری" رئیس گروه تربیت بدنی و تندرستی سازمان ضمن عرض خیر مقدم به حاضرین در مراسم از تمامی دانش آموزان ، مربیان و سرپرستانی که در سال گذشته مسابقات قهرمانی کشور را با موفقیت پشت سر گذاشته و مقامهای برتر را کسب کرده بودند تُقدير وتشكر كرد.

در ادامه این همایش "غلامرضا خداپرستی معاونت هماهنگی، پرورشی و تربیت بدنی سازمان آموزش و پرورش استان گفت: ما استانی هستیم سرشار از استعداد ولی باید با برنامه جلو برويم تا اين استعدادها بيشتر شكوفا شود.وي گُفت: سالهای بعد ما باید تعداد دانش آموزان مدال آور را به ۳۰۰ نفر برسانیم و همینطور سالهای دیگر این تعداد را زیاد كنيم. "خداپرستى" افزود: هم شما بايد بيشتر تلاش كنيد و هم ما باید خدمتگزار بهتری برای شما باشیم که بتوانیم گامهای بلندی را در عرصه ورزش دانش آموزی استان

برداريم . باید دنبال مکانهایی در استان بگردیم که همین جا مسابقات و اردوها را برگزار كنيم و دوستان سعى دارند از اين وضع موجود آنچه كه بهتر است انتخاب كنند و در اختیار شما قرار دهند .



در پایان این مراسم از تعداد ٤٠ دانش آموز دختر و پسر در هر سه مقطع و تعداد ۱۱ نفر مربی و سرپرست که در مسابقات کشوری سال ۸۶ رتبه های اول تا سوم تیمی و انفرادی را کسب کرده بودند هدایایی به رسم یادبود از طرف معاونت پرورشی و تربیت بدنی اهدا شد .

اندوختن باشد باشيد.

دى ماهى هاى تنها و مجرد مى توانند عشق خود دی مهی سی سه و بر بی ر باشد. می توانید کمی محافظه کار باشید، اماً اکذون شخصی با فرهنگی کاملاً متفاوت توجه شما را به خود جلب دوست دارید افکارتان را وسعت دهید و چه کاری بهتر از

این که به کسی نزدیک شوید که از آن طرف دریاها آمده

كار كرده ايد و يا بادورده باشد.

اوضاع تان متشكر خواهيد بود.

و بحث با یک شریک که بیشتر میل دارد پول خرج کند تا به فکر

اگر پنهانی نقشه ای برای دارایی خود كشيده ايد به هوش خودتان اعتماد كنيد. به هر حال اگر در این موضوع دوستان نیز دخالت داشته اند فراموشش کنید زیرا عواقب بدی را در پی خواهد داشت . با این همه این حادثه بد موجب نمی شود که شما با دوست

به خصوصی که می دانید صد در صد می توانید به او اعتماد كنيد قطع رابطه كنيد . تنها اين كار را با تفريح قاطي

مزاج ها تقریباً در محل کار و کار خانه ترسان شده اند این علایق خودتان است که تا جائیکه مي توانيد آرام بآشيد شما كاملاً در شاختگي مهارت دارید. زمانی که هر چیزی را با پا پرتاب می کنید

و این حالا بهترین کارهای شماست. وقتی که همه چیز به هم ریخته شد می توانید نمایان شوید که همه حسن شما را

مصرف کمتر چربی ها ، غذاها را به صورت کبابی ، تنوری ، بخاریز یا آب پز مصرف کنیل مرکز بهداشت استان هرمزگان