



چهارم

خرما

■ خرما یکی از میوه هایی است که مقدار فسفر و کلسیم آن درست به مقدار فسفر و کلسیمی است که به طور طبیعی در بدن ما وجود دارد. خرما دارای ویتامین A است و بطوری که می داندین این ویتامین مخصوص رشد است و همین ویتامین است که برای نگهداری کلسیم در بدن

برای تعادل اعصاب و تغذیه بدن لازم است .فسفری که در خرما وجود دارد، سلولهای عصبی را سرزنده نگه می دارد و این ماده حیاتی است که چاره و درمان موثر تمام کمبودهای بدن می باشد.

بر طبق تحقیقات علمی که اخیرا به عمل آمده است ، معلوم شده است که احتیاج انسان به آهن ۹ درصد 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 ۱/۸ تا ۲/۶ میلی گرم آهن وجود دارد. پس با مصرف مقداری کمی خرما، احتیاج بدن به آهن رفع می شود و چنانکه می دانید آهن نیرو دهنده گلبولهای قرمز خون است و چون خرما دارای مقدار زیادی آهن است در جلوگیری از کم خونی و یا معالجه و درمان آن اثر گاملی دارد.

وجود منیزیم در خرما نیز قابل توجه است . معمولا برای یک کیلو خرما یک متر مکعب آب لازم است در مناطقی که درختان خرما می روید کمیاب است و سرشار از املاح معدنی مخصوصا منیزیمو است که میوه خرما از آن بهره کافی می برد. وجود منیزیم در خرما سبب شده است صحرانشینان که در واحه ها آبادی های نزدیک به درختان خرما زندگی می کنند و اغلب خوراک آنها خرما است از ابتلا به سرطان مصون بمانند زیرا ثابت شده است منیزیم یکی از موادی است که اگر به مقدار کافی در غذا باشد مصونیت در مقابل سرطان ایجاد می کند. ماده گرانبهای منیزیم علاوه بر این که در مقابل سرطان مصونیت می دهد خودش هم "کاتالیزور" است و این "کاتالیزور" برای اصول تغذیه ما لازم است زیرا منیزیم انرژی عضلاتی را تقویت می کند و قوای عصبی و عمومی بدن را افزایش می دهد. منیزیم با فسفر تقویت کننده اعمال فکری ما نیز هستند. این نکته را هم ناگفته نگذاریم که منیزیم برای پروستات و کلیه ها هم ماده غذایی گرانبهایی است .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 دهد اشخاصی که به بیماری دیابت مبتلا شده اند خرما برای آنها شیرینی طبیعی است و چون دارای ویتامین ب ۲ نیز هست ، غذا را خیلی زود جذب بدن خواهد کرد.

خرما باید تازه و طبیعی باشد. خرمایی که تخمیر شده یا با مواد شیمیایی شسته باشند برای سلامتی خوب نیست و حتی الامکان باید خرمای تازه و طبیعی مصرف کرد. کسانی که دچار کم خونی شده اند می توانند در جاهایی که درختان خرما وجود دارد رژیم خرما بگیرند و به جای هر غذایی روزی نیم کیلو خرما بخورند و چنانچه این کار را یک ماه ادامه دهند، کم خونی آنها برطرف خواهد شد و دارای رنگ و رخسار سالم و شادابی خواهند شد.

(آگهی تحدید حدود اختصاصی)پلاک ۱۹/۱۲۸-اصلی قطعه یک پخش دو

نظر به اینکه تحدید حدود عمومی شش‌دانگ یکپایخانه به مساحت ۲۴۲/۴ مترمربع تحت پلاک ۱۹/۱۲۸ -اصلی قطعه یک پخش دو واقع در روستای درگیر بنام آقای معین پوری فرزند آجی که به علت عدم حضور متقاضی و یا نماینده قانونی وی و میسر نبوده و اجرا ماده ۱۵ قانون ثبت نیز به عمل نیامده است لذا بنا به درخواست مالک و برابر ماده ۱۴ ثبت عملیات تحدید حدود پلاک فوق‌الذکر در روز ۸/۷/۸۷ ساعت ۷/۵ صبح در محل اظهار خواهد شد بدینوسیله به عموم مالکین و مجاورین اخطار می‌شود که روز مقرر در آگهی در محل حضور بهم رسانند بدیهی است در صورت عدم حضورتحدید حدود به‌معرفی مالک یا نماینده قانونی آنان انجام خواهد شد لذا طبق ماده (۲۰)قانون ثبت‌مجاورى که نسبت به حدود یا حقوق ارتفاقی حقى برای خود قائل است مى‌تواند طرف مدت سى روز از تاریخ تنظیم صورت مجلس تحدید حدود بوسیله اداره ثبت به‌مرجع صلاحیتدار عرض حال دهد ضمناً برابر ماده ۸۶ آئین‌نامه قانون ثبت اعتراض باید کتبی و مستقیماً به این اداره تسلیم گردد و معترض باید طرف مدت یک‌ماه از تاریخ تنظیم اعتراض به‌مرجع ثبتی دادخواست به‌مرجع نصلاح قضایی تقدیم نماید در غیر این صورت متقاضی ثبت یا نماینده قانونی وی مى‌تواند به دادگاه مربوطه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید .

علی محمودی

سرپرست ثبت اسناد و املاک بندر عباس



مفقودی

کارت معافیت از خدمت اینجناب امراله پشکویی فرزند خسرو به شش ۳۱۳۷ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد

طرح جایگزینی درختان مقاوم در برابر "جاروک" لیموترش

مصوبه دولت ، طلسم " جاروی جادوگر " را می شکند

برنامه جامع مدیریت بیماری جاروک جادوگر لیموترش با ۵۶ پروژه تحقیقاتی پیگیری می شود که ۳۵ پروژه آن در حال اجرا می باشد که در آن جنبه های مختلف این بیماری از قبیل پایه های مقاوم ، کنترل ناقل و قرنطینه بیماری و همچنین پروژه های حذف و جایگزینی و آموزش و اطلاع رسانی پیش بینی شده است .

۲۹ درصد باغات استان هرمزگان می باشد. مهندس "عامری" افزود: در سال گذشته ۲۶ هزار اصله نهال های سالم و گواهی شده ارقام مقاوم جهت جایگزینی بین باغداران توزیع گردید که امسال در نظر است عملیات حذف و جایگزینی با جدیت بیشتر و در سطح وسیعتری ادامه یابد . وی تصریح کرد: در سال گذشته همچنین با اعتباری معادل ۵ میلیون و ۲۶۶ریال عملیات حذف و جایگزینی باغات آلوده در سطح ۷۲۷ هکتار از باغات شهرستان رودان میناب و بندرعباس انجام شده است.

همچنین از اعتبارات بند "ل" تبصره ۲ و بند "د" تبصره ۲ تعداد ۶۷۹ نفر از کشاورزان جهت اخذ تسهیلات در قالب کمک های فنی و اعتباری حذف و جایگزینی باغات در سطح ۲هزار و ۸۵۹ هکتار معرفی گردیده اند که تاکنون ۲۰۰ نفر از کشاورزان از تسهیلات مذکور جهت حذف و جایگزینی باغات در سطح ۸۸۳ هکتار اقدام نموده اند . عامری در ادامه با اشاره به تدوین برنامه جامع مدیریت بیماری جاروک جادوگر

لیموترش با ۵۶ پروژه قرار گرفته است. وی اظهارامیداری می شود که ۲۵ پروژه آن در حال اجرا می باشد که در آن جنبه های مختلف این بیماری از قبیل پایه های مقاوم ، کنترل ناقل و قرنطینه بیماری و همچنین پروژه های حذف و جایگزینی و آموزش و اطلاع رسانی

۲۹ درصد باغات استان هرمزگان می باشد. مهندس "عامری" افزود: در سال گذشته ۲۶ هزار اصله نهال های سالم و گواهی شده ارقام مقاوم جهت جایگزینی بین باغداران توزیع گردید که امسال در نظر است عملیات حذف و جایگزینی با جدیت بیشتر و در سطح وسیعتری ادامه یابد . وی تصریح کرد: در سال گذشته همچنین با اعتباری معادل ۵ میلیون و ۲۶۶ریال عملیات حذف و جایگزینی باغات آلوده در سطح ۷۲۷ هکتار از باغات شهرستان رودان میناب و بندرعباس انجام شده است.

همچنین از اعتبارات بند "ل" تبصره ۲ و بند "د" تبصره ۲ تعداد ۶۷۹ نفر از کشاورزان جهت اخذ تسهیلات در قالب کمک های فنی و اعتباری حذف و جایگزینی باغات در سطح ۲هزار و ۸۵۹ هکتار معرفی گردیده اند که تاکنون ۲۰۰ نفر از کشاورزان از تسهیلات مذکور جهت حذف و جایگزینی باغات در سطح ۸۸۳ هکتار اقدام نموده اند . عامری در ادامه با اشاره به تدوین برنامه جامع مدیریت بیماری جاروک جادوگر

لیموترش با ۵۶ پروژه قرار گرفته است. وی اظهارامیداری می شود که ۲۵ پروژه آن در حال اجرا می باشد که در آن جنبه های مختلف این بیماری از قبیل پایه های مقاوم ، کنترل ناقل و قرنطینه بیماری و همچنین پروژه های حذف و جایگزینی و آموزش و اطلاع رسانی

۲۹ درصد باغات استان هرمزگان می باشد. مهندس "عامری" افزود: در سال گذشته ۲۶ هزار اصله نهال های سالم و گواهی شده ارقام مقاوم جهت جایگزینی بین باغداران توزیع گردید که امسال در نظر است عملیات حذف و جایگزینی با جدیت بیشتر و در سطح وسیعتری ادامه یابد . وی تصریح کرد: در سال گذشته همچنین با اعتباری معادل ۵ میلیون و ۲۶۶ریال عملیات حذف و جایگزینی باغات آلوده در سطح ۷۲۷ هکتار از باغات شهرستان رودان میناب و بندرعباس انجام شده است.

همچنین از اعتبارات بند "ل" تبصره ۲ و بند "د" تبصره ۲ تعداد ۶۷۹ نفر از کشاورزان جهت اخذ تسهیلات در قالب کمک های فنی و اعتباری حذف و جایگزینی باغات در سطح ۲هزار و ۸۵۹ هکتار معرفی گردیده اند که تاکنون ۲۰۰ نفر از کشاورزان از تسهیلات مذکور جهت حذف و جایگزینی باغات در سطح ۸۸۳ هکتار اقدام نموده اند . عامری در ادامه با اشاره به تدوین برنامه جامع مدیریت بیماری جاروک جادوگر

لیموترش با ۵۶ پروژه قرار گرفته است. وی اظهارامیداری می شود که ۲۵ پروژه آن در حال اجرا می باشد که در آن جنبه های مختلف این بیماری از قبیل پایه های مقاوم ، کنترل ناقل و قرنطینه بیماری و همچنین پروژه های حذف و جایگزینی و آموزش و اطلاع رسانی

■ بر اساس آخرین ردیابی های انجام شده توسط نیرو های بسیج سازندگی حدود ۴۶۰ هزار اصله درخت لیموترش به این بیماری مبتلا بوده که معادل ۲۹ درصد باغات استان هرمزگان می باشد .



■ **مدیر حفظ نباتات سازمان جهاد کشاورزی**

پیش بینی شده است . مهندس "عامری" همچنین اظهار داشت: تیم های تحقیقاتی متشکل از محققان برجسته با تلاش شبانه روزی از تمامی ظرفیتهای و امکانات برای یافتن راهکارهای مناسب فعالیت دارند و مسئولان و بخشهای فنی و اجرایی نیز دغدغه ای جز مرتفع نمودن این مشکل ندارند و در حال حاضر حل مشکل جاروک لیمو ترش بعنوان اولویت نخست تحقیقات کشاورزی در کشور قرار گرفته است. وی اظهارامیداری کرد: با اتخاذ تدابیری به مهمترین نیاز تحقیقاتی این بیماری یعنی دستیابی به لیمو ترش مقاوم به بیماری دست یابیم و اجرای موفقیت آمیز برنامه جامع مدیریت بیماری جاروک جادوگر لیموترش دست یابیم.



نمایشگاه های از غدیر تا عاشورا

عرضه : انواع وسایل عزاداری و تعزیه خوانی

پلاکارد -پرچم -نوار کاست -Cd-vcd-mp۳ عزاداری ومداحی و تعزیه خوانی -طبل -سج -شیپور- وسایل تعزیه خوانی شمشیر - علم - لباس - خنجر - کلاه خود وغیره

نسخه های تعزیه خوانی

انواع نوارو cd عزاداری و تعزیه خوانی استان هرمزگان

ویژه هیئتها ؛ حسینیه ها و دستجات عزاداری

آدرس : بندرعباس - پارک شهیددباغیان جنب مسجد پیامبر اعظم(ص)

تلفن تماس: ۰۹۱۷۷۶۰۴۰۳۲-۰۹۱۷۷۶۰۴۱-۳۳۵۳۰۴۱

مجموعه فرهنگی مذهبی خامس آل عبا



■ **روابط عمومی**

اداره کل شیلات

هرمزگان

با مصرف آبزیان

در کاهش هزینه ها

از بروز انواع استرس های عصبی جلوگیری کنید