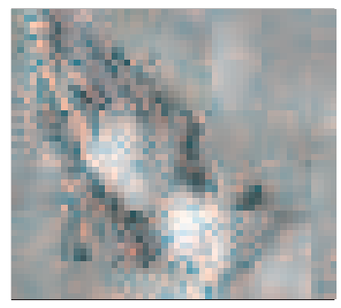
نیایش

خدایم به من اخم کرده ، دعاهایم هم راه او را گم کرده اند، امیدم به ناامیدی مبدل شده، نور سپیدش رنگارنگ شده و من در خم کمان رنگین کمان انوارش مبهوت مانده ام ، سردی نگاهش عذابم می دهد ، سیر نگاهم را همسوی وجود بی وجودش می کنم ولی باز سکون درسکوت خداییش نمایان و علایم سقوط در تیرس راه بیراه ام آشکار می شوند . ارزان صدای بی نوایی همراه سکوتم شده و با ایما به چیزی اشارت می کند ، آه از نهاد بیمارم بر می خیزد انگار پیامی با ندایی همراه شده و در توبره ای حقیر و بی مقدار به سویم می آیند گره از گره توبره می گشایم لرزان دل بی صبرم در لرزش دستم آهنگ غم سر می دهد ،
وای برتو میوه ممنوعه را خورده ای ؟
اللهم اغفر کل ذنب اذنبته

اصغر دادی زاده تیابی



خواص گیاه آلوئه ورا (صبر زرد)

آلوئه ورا نام گیاهی است از راسته مارچوبه ای ها (Asparagales) ، تیره سریشیان (Asphodelaceae) این گیاه بومی آفریقای شمالی است. صبر زرد بی ساقه است البته برخی از آنها دارای ساقه ای بسیار کوتاه هستند.فواید گیاه آلوورا (صبر زرد) بر پوست :: ۱ - مفید برای پوستهای خشک ۲ - کمک در بهبود سوختگی، گزش حشرات، تاولها و واکنشهای حساسیتی -۳ کمک به حفظ سلامت پوست ۴- کمک به حفظ قوام پوست ۵- روغن آلوئه ورا می تواند پوست خشک را براق و درخشنده کند -۶ کمک به درمان اگزما، سوختگی، پسوریازیس، التهابهای پوستی و زخمها ۷- کاربرد عالی در حفظ رطوبت پوست و افزایش خاصیت انعطاف پذیری با اکسیژن رسانی به سلولهای که باعث افزایش استحکام و قدرت بافت سازی می شود . ۸- عصاره آن در محصولات آرایشی به عنوان کرمهای ضد چروک، ماسکهای پوستی، رژلب استفاده می شود .۹ -کمک به جلوگیری از پیری پوست ۱۰ -کمک به برطرف کردن لکهای تیره پوست و کاهش پیگمانهای پوستی،این گیاه در ساخت ژل- کرم، نوشیدنی، کپسول، محلول و عصاره است. آلوئه ورا شامل ۷۵ ماده مغذی مثل ویتامین ها، شکر، کلسیم، سدیم، نیتروژن، آمینواسید، آنزیم، اسید و مواد معدنی است .

روی خط مشاوره

انتخاب همسر و عوامل موثر در این انتخاب

برای یک انتخاب خوب نوجوان و یا فردی که می خواهد ازدواج کند باید ابتدا خود را بشناسد و بداند که کیست . نیازها ، توانمندی ها ، حالات روحی و روانی، جسمی خود را مورد کنکاش و ارزیابی قرار دهد . انسان با انتخاب همسر در سعادت و بدبختی خود نقش اساسی دارد، هیچ انتخابی در انسانها پس از انتخاب عقیده و مکتب به اهمیت و حساسیت انتخاب همسر لذا تا آنجا که ممکن است دقت باید کرد مشورت وتحقیق باید کرد . بسیاری از مسائلی که در زندگی مشترک بوجود می آید ریشه در "انتخاب غلط همسر" دارد .

برنامه ریزی برای ازدواج موفق :

بسیاری از طلاقها و جدایی ها به این دلیل رخ می دهد که زوجها برای ازدواج آماده نیستند .

معمولا بیشتر وقت خود را صرف برگزاری مراسم عقد و عروسی می کنند و وقت کمتری برای تحقیقات نشان می دهد ازدواجی می تواند موفق باشد که در آن زوجین دیدگاه روشن و شفافی از فلسفه زندگی و خانواده داشته باشند و اهداف برایشان روشن باشد و کاملا از نقاط قوت و ضعف خود آگاه باشند و برای درک بیشتر یکدیگر تلاش نمایند .

عوامل موثر در انتخاب همسر

۱ - **عامل سن** : یکی از بنیانی ترین عامل برای پیوند زناشوئی به حساب می آید.بیشتر اوقات افرادی با هم پیوند زناشویی می ببندند که از لحاظ سنی به هم نزدیک باشند . فاصله زیاد سنی که به شکاف سنی تعبیر می شود به استواری و پایداری کانون خانوادگی کمکی نمی کند و حیات زندگی درمعرض تهدید قرار می هد .

امروزه این واقعیت را باید پذیرفت که فاصله سنی زوجین با خود فاصله عمیق اجتماعی بین زوجین را به همراه دارد و از این رو احتمال آسیب رسیدن به سلامت و دوام خانواده بسیار افزایش می یابد .

چند نکته برای شیک پوشی

همه انسان ها شیک پوشی ، زیبایی و بهتر شدن را دوست دارند . قواعدی که در زیر می آید به شما کمک می کند تا شیک پوش تر باشید .

۱ - همیشه لباس های خود را به گونه ای انتخاب کنید که کاملا اندازه شما و مناسب با محلی باشد که به آن جا می روید .

۲ - در هنگام پوشیدن لباس ، با رنگ بازی کنید ، برای پیراهن و کت یا مانتو و روسری خود از رنگ هایی استفاده کنید که به هم نزدیک باشند ، از یک طیف رنگی باشند یا همدیگر را به زیبایی تکمیل کنند .

۳ - درانتخاب لباس ، از لباس های رو به لباس های زیر برسید، مثلا اول از کت و شلوار شروع کنید ، بعد پیراهن و سرانجام کفش و کمربند و ... به همین ترتیب آنها را با هم ست کنید . ٤ - خانم ها بهتر در انتخاب رنگ روسری ،شال ، و مقنعه خود از قواعد تناسب بین رنگ پوست و چشم ،با پارچه مورد نظر خود استفاده کنند. مثلا روسری ،مقنعه یا شال با رنگ های تیره صورت را لاغرتر و کشیده نشان می دهد و در نتیجه این رنگ ها برای صورت های تو پر و گونه های برجسته مناسب ترند .

٥ - آقایان برای خوش تیپ تر شدن بهتر است به جزییاتی مانند ساعت مچی ، کیف پول و ساعت دستی نیز توجه کافی داشته باشند . اگر قصد خرید ساعت را دارید توصیه می کنیم ساعتی با بنده نقره یا استیل را انتخاب کنید . اگر چرم را ترجیح می دهید از یک طرح محکم و مردانه استفاده کنید . رنگ کیف پول یا کیف دستی شما بهتر است با کفش و کمربند تان هماهنگی داشته باشد و حتی الامکان از کیف پول های کوچک تر استفاده کنید.

چله نشینی شاد

آزاد از پشیمانی

سخن امروز :

امروز را مانند آخرین روز عمرم زندگی خواهم کرد . در گران بهاترین روز هستی ام ، شیره ی زندگانی ام را در شیشه ای خواهم ریخت و در آن را مهر و موم خواهم کرد . طوری که قطره ای از آن بر زمین نچکد. امروز حتی لحظه ای را در تاسف بخت بد و ناکامی های گذشته تلف نخواهم کرد . چرا که از یاد آوری ناملایمات و پریشان حالی گذشته ، کاری ساخته نیست خواهد گشت ؟ خیر . دیروز برای من مرده و مدفون شده است . من نمی توانم بیش از این درباره ی دیروز بیندیشم .

پیام امروز :

فردا از انجام ندادن چه کاری پشیمان خواهیم شد ؟ پنج سال بعد به چه کاری افسوس می خوریم که همین حالا آن را انجام نمی دهیم ؟ پشیمانی ، علاجی ندارد ، ولی می توان به راحتی جلوی آن را گرفت و زمان این کار همین حالا ست . سوزناک ترین شکل پشیمانی این است که برای فرصت های از دست رفته افسوس بخوریم . با بیشترین بهره از امروز ، می توان جلوی پشیمانی را گرفت . «کنفوسیوس » معتقد است :« اگر به خطا رفتی ، از برگشتن مترس !»خالصانه و صادقانه ، تمام کوشش خود را صرف زندگی کنیم و از بروز یاس و ناامیدی جلوگیری کنیم. با نگاهی به آینده ، کاملاً در زمان حال زندگی کنیم . زمان خود را با نگرانی در مورد فردا هدر ندهیم . بکوشیم آن گونه زندگی کنیم که فردا را به بهترین شکل ممکن بسازیم . یک راه شکل دادن آینده ، قدر دانی و لذت از این دنیای پر از زیبایی است که به ما تعلق دارد.فکر کنیم ماچقدر ویژه هستیم که بایستی چنین لذتی را در اختیار داشته باشیم. رویاها، مخصوص ما هستند که می توانیم از آن ها پیروی کنیم. موفقیت از ان ماست که می توانیم آن را به دست آوریم. زندگی از آن ماست .دنیای پیرامون ما برای این است که آن را تجربه کرده ، با آن مقابله کرده و آن را ساخته و پرداخته کنیم. سواری ، رایگان نیست ؛ کوشش خالصانه ای می طلبد ، در عین حال زندگی پر از درخشان ترین احتمالاتی است که می توانیم تصور کنیم .

راهکار امروز :

۱ - کارهای مهم را همین حالا انجام دهید تا کار به اضطرار نکشد.

۲ - عادت به بعد موکول کردن کارها، امکان موفقیت را از شما می گیرد.۳ -چرا کاری را که می توانید هم اکنون بکنید،انجام نمی دهید ؟ چرا می گذارید کار آن قدر سنگین شود که شما را زیر بار خود له کند .٤ - « یک سفر هزار مایلی با برداشتن قدم اول شروع می شود . » این قدم را هم اکنون بر دارید .٥ - خود را از قید و بند رها کنید . آن وقت خواهید دید که اعتماد به نفس و بینشی در شما ایجاد می شود که محدودیت های گذشته تان را در هم می شکند . « رابینز » ٦ - چون راه رفتن آموختم ، به دویدن پرداختم . « نیچه »

با کلام بزرگان

★ به همه عشق بورز، به تعداد کمی اعتماد کن، و به هیچکس بدی نکن " .
شکسپیر

★ " چنان باش که بتوانی به هر کس بگوئی مثل من رفتار کن.
کانت

★ " برای پیشرفت و پیروزی سه چیز لازم است اول پشتکار دوم پشتکار، سوم پشتکار " .
لردآدیبوری

★ " برگ در هنگام زوال می افتدمیوه در هنگام کمال می افتدبنگر که چگونه می افتی چون برگی زرد و یا سیبی سرخ " .
کنفسیوس"

★ " تجربه نامی است که تمام افراد بر روی اشتباهات خود می گذارند " .
اسکاروایلد

★ " جام عمر را جز با می دلدادگی به خرد و دانش پر مکن " .
اردبزرگ

★ " اگر هدف روح ما یک پارچه شدن باشد، پیوسته شرایطی را فرا می خوانیم که برای دستیابی به این ویژگی بدان نیاز داریم. هرچه بخشهای بیشتری از وجود خود را پذیرا و مالک شویم ، افراد سالمتر و مناسب تری در زندگی ما پدیدار می گردند " .
دبی فورد

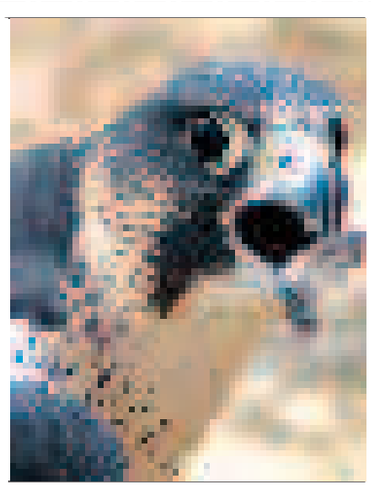
★ " تمامی گناهان ، نهانی صورت می گیرد آن لحظه ای که درک کنیم خداوند حق بر افکار ما گواه است ، شاید رها و آزاد شویم " . **مهاتما گاندی**

★ " دعا اتحاد آگاهانه با شعور کیهانی است. دعا التماس، زاری نیست، بلکه همدلی و یگانگی با خداست " .
جولیا ستن سیرز

★ " در این جهان عمل کنید و فقط شنونده باقی بمانید " .
رساله یعقوب

★ " تنها مادر و پدر خواست های فرزند را بی هیچ چشم داشتی بر آورده می سازند " . **اردبزرگ**

بزرگترین شاهین بومی ایران و زنگ خطر انقراض



شاهین این پرنده بومی ایران در هر سال یک تا ٦ تخم می گذارد و ۲۸ تا ۳۲ روز طول می کشد تا جوجه ها سر از تخم در آورند درتمام این مدت ماده روی تخم ها می خوابد و پرنده نر غذای ماده را تامین می کند. در سال های اول باروری تعداد تخم ها از سالیان آخر باروری بیشتر است در سالهای آخر دیده شده که پرنده یک تخم می گذارد و به دلیل کهولت سن آن تخم هم تبدیل به جوجه نمی شود.

فصل جفت گیری این پرنده از اواسط اسفندماه تا اوایل فروردین ماه است که البته ممکن است با توجه به شرایط آب و هوایی تا ۱۵ روز نوسان داشته باشد درفصل جفت گیری این شاهین بزرگ لانه سازی نمی کند بلکه از لانه هایی استفاده می کند که پرندگان دیگر ساخته اند استفاده می کند این پرنده از لانه هایی که روی صخره ها و پرتگاه ها ، درختان ، ساختمان های بلند دکل های برق دیواره های بلند معادن شن و ماسه ، کناره های رودخانه گاهی اوقات روی زمین وجود دارند استفاده می کند .

امروزه دلایل متعددی برای کاهش نسل این پرنده شکاری وجود دارد: اولین آسیب را کشاورزی مکانیزه برای تمامی پرندگان شکاری ایجاد کرد و این پدیده به عنوان یک آفت بسیار مهم شخم زدن و مسموم کردن پستانداران کوچک انواع گونه های را در استپ ها کاهش داد واز بین رفتن استپ های وسیع زیستگاه عمده بالابان ها را نابود کرده و با ورود آفت کش ها و سموم به چرخه فعالیت های کشاورزی آسیب جدی به این پرنده وارد شد امروز این بالابان به صورت جمعیت های پراکنده و جدا از یکدیگر به زندگی خود ادامه می دهند و همین امر سبب شده که این پرندگان مورد شکار انسانها قرارگیرد در حالیکه بر اساس کنوانسیون بین المللی حفاظت از پرندگان شکاری که ایران نیز جزو این کنوانسیون است کشور ما به دلیل قرار گرفتن درمسیر مهاجرت پرندگان شکاری منعقد شده که از صید و قاچاق پرندگان جلوگیری کرده و در حفاظت آنها تلاش شود به علت دشتهای بسیار وسیع در شمال و جنوب کشور و شرق محل مناسبی برای زیست و بقای گونه های متعدد این پرندگان با ارزش وجود دارد که نقش پرندگان شکاری از نظر اکولوژیک در طبیعت بسیار مهم بوده و در رأس هرم غذایی قرار دارند و صیادان مختلف از مناطق جنوبی کشور و کشورهای عربی اقدام به صید این پرندگان نادر و فروش آن به کشورهای حاشیه خلیج فارس می کنند.

امید است مسئولین استان اینکه از انقراض نسل پرندگان جلوگیری بعمل آید و لزوم حفاظت از پرندگان شکاری باشد .

گردآورنده : عبدالحسین اسد پور

معرفی پرندگان

لوری قرمز و آبی :

نام علمی آن Eos histrio و نام انگلیسی آن RED BLUE LORY است

رنگ آمیزی :
این پرنده در رنگهای مختلف دیده می شود . پرنده ای که در باغ وجود دارد دارای سری قرمز است که قرمزی آن تا ناحیه شانه و سینه ادامه دارد. دم قرمز و انتهای آن سیاه رنگ است . بالهای سبز تیره که با پرهای قرمز و زرد آذین شده است.

اندازه :
حدود ۲۵سانتیمتر است .

تغذیه : این پرنده شهد خوار است زبانش تغییر ساختمانی پیدا کرده است و می تواند از درختان شهد دار استفاده نماید . همچنین از دانه های گرده و حشرات نیز تغذیه می کند . تولید مثل : پرنده ماده دو تخم می گذارد و به مدت ٢٤ روز روی آن می خوابد .

زیستگاه طبیعی :

در جنگلهای استرالیا و هندوستان زندگی می کند. پراکنش در ایران : بصورت آزاد دیده نمی شود .

لوری رنگین کمان :

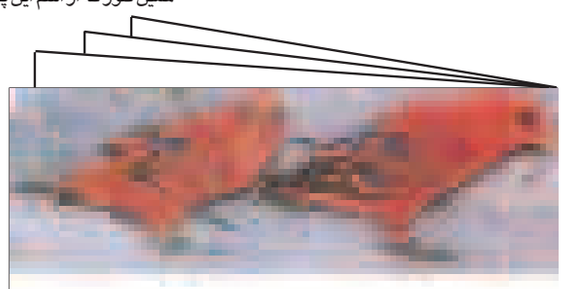
نام علمی آن Trichoglossus haematodus نام انگلیسی آن RAINBOW LORY است.

رنگ آمیزی :
همین طور که از اسم این پرنده مشخص است دارای رنگهای مختلف و مخلوط می باشد . سر سبز تیره با منقاری قرمز ، در پس سر لکه زرد رنگی دیده می شود . سطح سینه ای قرمز با لکه های سیاه و سطح شکمی سبز تیره است . بالهای سبز با لکه های زرد، سطح زیزین دم زرد و قهوه ای است . اطراف چشم حلقه قرمز رنگی دیده می شود .

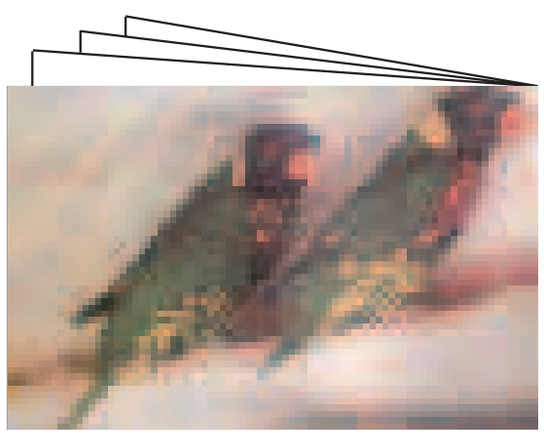
اندازه :
دم نسبتاً بلند است . از سر تا دم حدود ۲۵ سانتیمتر می باشد .

تغذیه :
شهد ، دانه گرده ، دانه های آبدار و لارو حشرات.

زیستگاه طبیعی : در استرالیا و هندوستان زندگی می کند .
پراکنش در ایران بصورت آزاد وجود ندارد .



لوری قرمز و آبی :



آگهی تغییرات شرکت ساختمانی ساروج سازه بسنک سهامی خاص به شماره ثبت ۱۱۴۷۶ و شناسه ملی ۱۰۸۰۰۱۳۸۷۵۳

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۳۸۹/۰۱/۲۵ تصمیمات ذیل اتخاذ شد .
۱ - نشانی شرکت از استان هرمزگان واحد بندرعباس به استان هرمزگان واحد بسنک وبه نشانی جدید استان هرمزگان شهر بسنک - خیابان امام خمینی روبروی بانک ملی مرکزی ساختمانی محمد رحیمی انتقال یافت و ماده مربوطه در اساسنامه بشرح فوق اصلاح گردید .
در تاریخ ۱۳۸۹/۰۲/۰٤ ذیل دفتر ثبت شرکتها و موسسات غیر تجاری ثبت و مورد تایید و امضاء قرار گرفت . ۸۷۰۰م/ الف

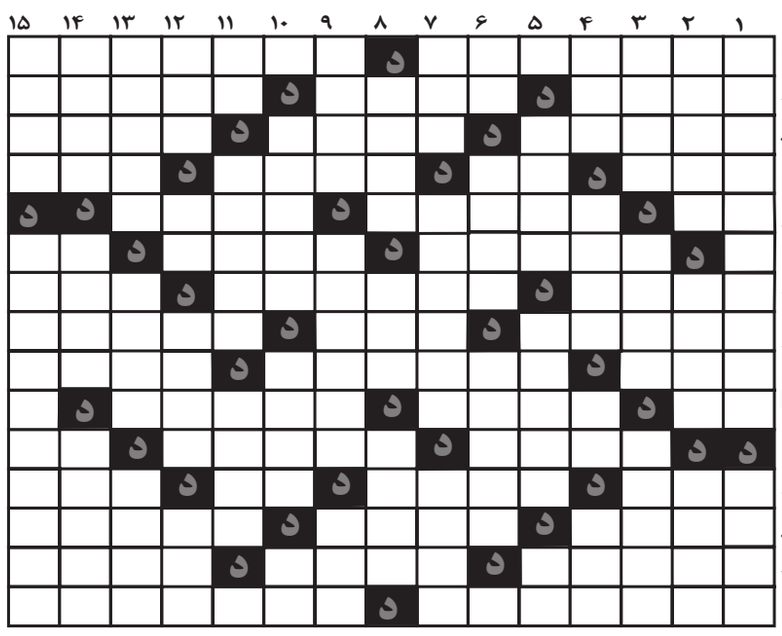
مسئول ثبت شرکتها و موسسات غیر تجاری واحد ثبتی بندرعباس

مبلمان پاسارگاد

عرضه کننده انواع مبلمان -سرویس خواب -سرویس نوزاد و نوجوان،میز نهار خوری - میز کامپیوتر و میز LCD

نشانی: بندرعباس - بلوار پاسداران (مابین یادبود و سه راه ۲۲ بهمن) روبروی بانک ملی
تلفن: ۰۹۱۷۷۶۱۰۳۲۲-۵۵۵۸۳۱۷

جدول ۹۹۱



افقی :

۱ - اثری از شیخ بهایی - نوعی ویروس رایانه ای که فایل های com را آلوده می کند
۲ - خدمتکار مرد - ادب آموخته - شهری در استان مازندران
۳- دندان های نیش - پرنده خوش خوراک - اشرار
٤ - از عناصر اربعه - سرما - از گازها - شبانگاه
٥ - ماهی کنسروی - شبه جزیره اروپایی - از میوه ها
٦ - مایه دارویی - حساب - بغل و آغوش
۷ - حقه ، کلک - دوران تحول اروپا - یک چهارم
۸ - وابسته - نوعی دسر - دارایی ها
۹ - قسمتی از پا - مخترع برق - حرکت زیر حرف
۱۰- پسوند نسبت - گل وسط دو آجر - پنهان شدن
۱۱ - دچار اختلال ، در هم ریخته - نوعی نان - عدد ورزشی
۱۲ - گوی نقره ای پوش شب - شهری در استان کرمان - حرف جمع - جوانمرد
۱۳ - کبوتر دشتی - رهیده از آفات - روزنه و رخنه
١٤ - شهر بلغارستان - شهر کانال ها - زیر سرخفته
۱۵ - پایتخت بنین - اثری از اوهنری امریکایی

عمودی :

-۱ شاخه ای از فلسفه که به مطالعه منشأ طبیعت ، قلمرو و ابعاد گوناگون دانش ، ملاک داوری در مورد حقیقت و جهان وخارج و ... می پردازد - نزدیک بین
۲ - کشور مجسمه ادیسیون - از گازهای بی بو - احصائیه
۳ - سخن زشت - کاغذ فروش - استادی ، تبحر
٤ - پشت و عقب - جست و جو - مغز استخوان - فهرست غذا
٥ - نوعی خار - ممکن - شهر کندی
۷ - برهنه - بیماری تورم پرده های مغز - مارکی بر خودروهای سنگین
۸ - باران پیاپی - نرم و روان - صفت بهشت
۹ - بزرگی ، عظمت - کوهی در استان سمنان - گوسفند ماده
۱۰ - پخش صوت جیبی - زبده - خوشاو آفرین
۱۱ - مخفف اره - دریاچه ای در افریقا - ایوان
۱۲ - اثری از ناخالصی در آن دیده نمی شود - جنبش خفیف - کافی - بیماری مسری
۱۳ - هر لحظه چیزی خواهد - جمع رئیس - گریختن
١٤ - پایه و شالوده - بسیار بزرگ - اثری از شاتوبریان فرانسوی
۱۵ - حنا - فیلمی از حمید رضا آشتیانی پور

شرکت کهکشان شبکه

بلافاصله پس از صرف غذا دندان ها و دهان خود را بشوئید تا کمتر احساس کنید به کشیدن سیگار بعد از غذا نیاز دارید

روابط عمومی وامور بین الملل دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی هرمزگان