

یک متخصص طب ورزشی :

تجهیزات ورزشی پارک‌ها ، استاندارد نیستند

ماساز درمانی در کاهش و کنترل بیماری‌های روانی موثر است . یک کارشناس طب ورزشی عنوان کرد: تجهیزات ورزشی که به منظور ترویج ورزش همگانی در پارک‌ها نصب شده‌اند، استاندارد نیستند. دکتر احمد مشجدی در گفت‌وگو با ایسا ، ضمن اشاره به این مطلب که تجهیز پارک‌ها به وسایل ورزشی باید به صورت علمی‌تر و کارشناسی‌تری انجام شود، اظهار کرد: شهرداری به عنوان متولی ورزش همگانی، تلاش میکند برای ورود ورزش به زندگی همه افراد جامعه ، فرهنگ سازی کند که تجهیز پارک‌ها به وسایل ورزشی نیز در همین راستا صورت پذیرفت . ولی باید گفت که این امر شتاب زده انجام شده و با اشکالات همراه است. وی ادامه داد : علاوه بر استاندارد نبودن ، شیوه نامه استفاده صحیح از وسایل ورزشی در هیچ مکانی در نزدیکی آنها نصب شده و بسیاری از افرادی که با این وسایل ورزش میکنند از کاربرد و چگونگی استفاده از آنها آگاه نیستند ، دبیر انجمن پزشکان ورزشی ایران، بالا بردن کیفیت دستگاههایی که در پارک‌ها نصب شده‌اند و قرار دادن شیوه نامه استفاده از آنها را از جمله اقدامات شهرداری در راستای اصلاح این طرح عنوان کرد و گفت : جایگزینی تجهیزات قبلی با تجهیزات بهتر به صورت تدریجی انجام می‌شود . عضو هیات علمی باشگاه چاقی شهرداری تهران در پاسخ به این پرسش که آیا تانکون آسیبی که ناشی از استفاده از این دستگاهها باشد گزارش شده است یا خیر گفت: آسیب وجود داشته اما به این خاطر که فرد آسیب دیده در مکان ورود آسیب، خدمات دریافت نم‌کند. ، ماساز درمانی در کاهش و کنترل بیماری‌های روانی موثر است دبیر انجمن پزشکان ورزشی ایران عنوان کرد: ماساز درمانی به دو منظور صورت می‌پذیرد. نخست به قصد درمان و به دنبال آسیب‌ها، اسپاسم‌های عضلانی ، مشکلات ناحیه اسکلتی عضلانی و تغییر آن انجام می‌شود و دیگر به منظور رسیدن به آرامش بوده و جنبه روانی دارد . وی ادامه داد : از نظر علمی و پزشکی ثابت شده که ماساز درمانی می‌تواند در کاهش و کنترل بیماری‌های روانی موثر واقع شود ، ضمن آن که در پیشگیری و درمان بسیاری از بیماری‌ها هم نقش دارد. دکتر مشجدی، ماساز درمانی را در ساندن آمادگی جسمانی فرد به سطح مطلوب موثر دانست.



**آوای**
**۲۲۴۳۷۳۴**
**دربا**
**۲۲۴۶۳۸۴**

کمیسئون ماده‌واحدە

❖ کمیسئون ماده واحده منبع طبیعی دلیل عدم حضور قاضی ماهابست که اجرا نشده است و پیگیری ها نیز بدون تأثیر بوده است. اگرچه اداره منابع طبیعی بندرعباس آماده‌است‌که وضعیت‌زمین‌ما را مشخص نماید ولی می گویند بدلیل حضور نداشتن قاضی در این کمیسئون ، قادر نیستیم که کمیسئون برگزار شود . از مسئولان مختلف می خواهیم این مشکل روستائیان حوزه مرکز استان را مرتفع نمایند.

**مورد تلفنی**

**شکر کیلویی ۲۰۰۰تومان**

❖ در بعضی از سوپرمارکتهای شهر شکر کیلویی ۲۰۰۰ هزار تومان به فروش می رسد این در حالی است که در بازار و بعضی از مغازه ها کیلویی ۱۵۰۰تومان است. چرا سازمان بازرگانی نسبت به این دو نرخ یبون که متاسفانه در سراسر شهر به چشم می خورد اقدامی نمی کند. مغازه ها ۵۰ درصد به قیمت هر کالا افزوده اند به بهانه کرایه راه و دوری مسافت و ... مصرف کننده بی‌نوا با در آمد ثابت چگونه می تواند از پس این هزینه ها بر آید ؟

جوابیه

احتراما بازگشت به درج مطلبی در خصوص یکی از پروژه های در دست اجرای این اداره کل تحت عنوان (مسیر فرودگاه بندرلنگه از مغازه ماند) در صفحه ۳ اثر جریده به تاریخ های ۲۲/۰۸/۱۳۹۰ / خرداد / ۱۳۹۰ لطفا دستور فرمائید جوابیه این اداره کل را وفق قانون مطبوعات در آن روزنامه درج نمایند؛ عملیات اجرایی فاز اول این پروژه در سال ۸۸ به بهره برداری رسیده است و به علت ناتمام بودن پروژه، اداره کل پیشنهاد ادامه آن را ارائه نمود که کار اجرایی فاز دوم از سال ۸۹الینا سال ۸۹ شروع شده است و در حال حاضر محور مذکور آماده بخش آسفالت می باشد. متاسفانه عدم تشخیص اعتبار مناسب ، اجرای کار را در مقاطعی با مشکل مواجه نموده ولی به رغم همه این مشکلات ، طرح مذکور کمتر از یک ماه آینده به بهره برداری خواهد رسید. در خصوص آسیب دیدن آسفالت فاز اول، بررسی های لازم صورت خواهد گرفت و در صورت نیاز ، نسبت به ترمیم اقدام خواهد شد.

روابط عمومی اداره کل راه و ترابری استان هرمزگان

جوابیه

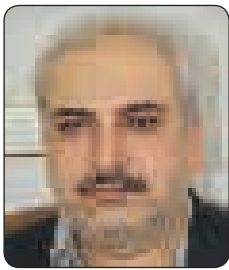
احتراما در پاسخ به گزارش مردمی مندرج در روزنامه دریا شماره ۱۴۴۲ مورخ ۱۳۹۰/۰۲/۲۹،مبنی بر کثرتروشی سیلندر گاز در دام تعطیل در جایگاه‌ها به استحضار می‌رساندکه گزارش های‌واصله به اداره‌مشارکت‌های مردمی این سازمان‌اعم از تماس تلفنی با تلفن ۱۲۴و گزارش حضوری در مشارکت‌های مردمی سازمان بازرگانی ثبت و مورد پیگیری قرار می‌گیرد و در خصوص تماس این شهروندان گرامی نیز به اطلاع می‌رساند که در خرداد ماه تعداد ۵ پرونده مربوط به خودروهای مختلف محل گاز در جایگاه‌ها تشکیل و به تعزیرات حکومتی ارسال گردیده است. در پایان ضمن تشکر از این شهروند عزیز به اطلاع کلیه شهروندان محترم می‌رساند تلفن ۱۲۴ اداره مشارکت های مردمی این سازمان به‌صورت ۲۴ ساعته آماده دریافت گزارشات مردمی در خصوص تخلف واحدهای صنعتی می‌باشد و یادریافت کد رهگیری از اداره مشارکت ها می‌تواند پیگیر شکایت خود باشند.

روابط عمومی سازمان بازر گانی هرمزگان

یک کارشناس طب ورزشی عنوان کرد: تجهیزات ورزشی که به منظور ترویج ورزش همگانی در پارک‌ها نصب شده‌اند، استاندارد نیستند. دکتر احمد مشجدی در گفت‌وگو با ایسا ، ضمن اشاره به این مطلب که تجهیز پارک‌ها به وسایل ورزشی باید به صورت علمی‌تر و کارشناسی‌تری انجام شود، اظهار کرد: شهرداری به عنوان متولی ورزش همگانی، تلاش میکند برای ورود ورزش به زندگی همه افراد جامعه ، فرهنگ سازی کند که تجهیز پارک‌ها به وسایل ورزشی نیز در همین راستا صورت پذیرفت . ولی باید گفت که این امر شتاب زده انجام شده و با اشکالات همراه است. وی ادامه داد : علاوه بر استاندارد نبودن ، شیوه نامه استفاده صحیح از وسایل ورزشی در هیچ مکانی در نزدیکی آنها نصب شده و بسیاری از افرادی که با این وسایل ورزش میکنند از کاربرد و چگونگی استفاده از آنها آگاه نیستند ، دبیر انجمن پزشکان ورزشی ایران، بالا بردن کیفیت دستگاههایی که در پارک‌ها نصب شده‌اند و قرار دادن شیوه نامه استفاده از آنها را از جمله اقدامات شهرداری در راستای اصلاح این طرح عنوان کرد و گفت : جایگزینی تجهیزات قبلی با تجهیزات بهتر به صورت تدریجی انجام می‌شود . عضو هیات علمی باشگاه چاقی شهرداری تهران در پاسخ به این پرسش که آیا تانکون آسیبی که ناشی از استفاده از این دستگاهها باشد گزارش شده است یا خیر گفت: آسیب وجود داشته اما به این خاطر که فرد آسیب دیده در مکان ورود آسیب، خدمات دریافت نم‌کند. ، ماساز درمانی در کاهش و کنترل بیماری‌های روانی موثر است دبیر انجمن پزشکان ورزشی ایران عنوان کرد: ماساز درمانی به دو منظور صورت می‌پذیرد. نخست به قصد درمان و به دنبال آسیب‌ها، اسپاسم‌های عضلانی ، مشکلات ناحیه اسکلتی عضلانی و تغییر آن انجام می‌شود و دیگر به منظور رسیدن به آرامش بوده و جنبه روانی دارد . وی ادامه داد : از نظر علمی و پزشکی ثابت شده که ماساز درمانی می‌تواند در کاهش و کنترل بیماری‌های روانی موثر واقع شود ، ضمن آن که در پیشگیری و درمان بسیاری از بیماری‌ها هم نقش دارد. دکتر مشجدی، ماساز درمانی را در رساندن آمادگی جسمانی فرد به سطح مطلوب موثر دانست.

دکتر "بابایی" رئیس پزشکی قانونی هرمزگان:

## مراجعين پزشکی قانونی از خسارت دیدگان تصادفات هستند



مرگ‌هایی که به نوعی ممکن است ادعاهایی بر روی آنها باشد برای رفع سازمانی وابسته به قوه قضائیه است که کار کارشناسی پزشکی را

این مقام مسئول اضافه کرد : در محروهای تصادفات، نزاع ، نقص عضو ، روانشناسی ، آزمایشهای مختلف اعم از تست اتستیا، مشروبات الکلی و حاملگی و تشریح علتهای فوت (کالبد گشایی) را بر عهده دارد.

به گزارش خبرنگار روزنامه «دریا» دکتر بابایی در آستانه فرارسیدن هفته قوه قضائیه ضمن گرامیدانست یاد وخاطره شهدای هفتم تیر این الله بخشی و ۷۲ تن از بارشاران و تیریک این هفته به همکاران دستگاه قضائی استان در جمع خبرنگاران افزود: بیشترین مراجعه کنندگان به پزشکی قانونی در هرمزگان کسانی هستند

که در تصادفات وتزاع متحمل ضرر وزیان گشته اند و برای معاینات و اخذ طول درمان برای تعیین دیه به این مرکز می آیند . همچنین ما در بحث تشریح علت فوت و کالبد گشایی نیز مراجعه کننده قابل ملاحظه ای داریم .

وی هجین یاد آور شد : مرگهای طبیعی در صورت عدم وجود شاکتی خصوصی الزامی ندارد که توسط نیروی انتظامی و یا بیمارستانها به پزشکی قانونی ارجاع شود و خود این مراجع بایستی تشخیص دهند که تنها مرگهای غیر منظره و غیر طبیعی و یا قابل بحث با وجود شاکتی را به این مرکز ارجاع دهند .

دکتر «بابایی» در ادامه اظهار داشت:

**رئیس کانون بازنشستگان صندوق تأمین اجتماعی:**

## اعمال افزایش حقوق بازنشستگان از مردادماه

حقوق بازنشستگان تأمین اجتماعی مانند ماه‌های قبل پرداخت می‌شود و از مرداد میزان افزایش و مابه‌التفاوت آنها پرداخت می‌شود.

**منطقه ویژه اقتصادی بندر شهید رجایی**

اداره کل بنادر و دریانوردی استان هرمزگان

## سراغوان اعطای محور آموزشی

**قابل توجه شرکته‌ا و موسسات آموزشی فعال در استان هرمزگان**

اداره آموزش بندر شهیدرجایی (اداره کل بنادر ودریانوردی استان هرمزگان ) در راستای برون سپاری فعالیت‌های آموزشی خود جهت برگزاری دوره های آموزشی تخصصی بویژه دوره های راهبردی تجهیزات استراتژیک بندری و شرکت های کارگزار ترابری دریایی و بندری ، در نظر دارد جهت بهره مندی از توانایی شرکته‌ا و موسسات آموزشی موجود در استان ، مجوز برگزاری دوره های مذکور را به شرکتهای واجد شرایط اعطاء نماید . لذا کلیه شرکتهایی که متقاضی برگزاری دوره های مذکور می باشند، جهت اخذ مجوز مطابق با دستورالعمل ها و رویه های جاری ذیربط و شرایط اختصاصی ، به اداره آموزش اداره کل بنادر و دریانوردی به آدرس ذیل مراجعه نمایند .

**آدرس :** بندرعباس – مجتمع بندری شهید رجایی – شهرک شهید رجایی –اداره آموزش – تلفاکس ۵۱۱۱۳۳۲-۰۷۶۱

**آدرس الکترونیکی :** (سایت بندر ) http :// shahidrajaeport.pmo.ir

**حداقل شرایط اخذ مجوز:**

- تأسیس و ثبت شرکت دارای مجوز ارایه خدمات آموزشی
- رعایت قوانین ، مقررات ، آیین نامه ها ودستورالعمل های سازمان بنادر و دریانوردی و کلیه قوانین استخدامی ، مالیاتی و کار و تامین اجتماعی کشور
- داشتن گواهینامه سیستم استاندارد کیفیت
- فضا و امکانات کمک آموزش مناسب (طبق دستورالعمل آموزشی سازمان بنادر ودریانوردی)
- بکارگیری کادر اداری و آموزشی حسب ضوابط و شرایط عمومی و اختصاصی

❖ **روابط عمومی اداره کل بنادر و دریانوردی استان هرمزگان**

**برگزاری جشن «روز پدر» در فضا!**

شش مرد حاضر در ایستگاه فضایی بین‌المللی نه تنها فضاشورد ، بلکه پدرانی مهربان هستند که روز پدر را در فاصله ۳۵۶ کیلومتری از زمین در فضا جشن گرفتند .

به گزارش (ایسا) ساکنان ایستگاه فضایی که از طریق اینترنت و ایمیل ، ویدئوکنفرانس و تلفن با پروتوکل اینترنتی در تعطیلات و مناسبت‌های خاص با زمین ارتباط برقرار می‌کنند ، امروز یکشنبه نیز به مناسبت روز پدر با زمین تماس داشتند . ساکنان ایستگاه که در حال حاضر رون گاران و مایک فوسوم ، فضاوردان ناسا ، ساتوشی فوروکاوا ، فضاورد ژاپنی و الکساندر ولکوف ، الکساندر ساموکوتیانف و آندره یوریسکو روس هستند روی هم رفته ۱۲ فیزند و حداقل یک نوه در زمین دارند .

برخی از این فرزندان نیز در زمان پرواز پدرانشان با فضاییهای سایوز در تاریخ هفتم ژوئن به سوی ایستگاه فضایی به تماشا نشسته بودند .

فضانوردان علاوه بر تماس‌های تلفنی با ایمیل می‌توانند عکس‌ها و پیام‌های خود را از طریق اینترنت بر روی سایت توییتر بگذارند .



محمد نصوری

**هر چند نگرش تک بعدی به عناصر پایه حیاتی نمی‌تواند راهبردهای همه‌جانبه‌را در اداره امور موضوعات اجتماعی و اقتصادی به همراه داشته باشد.**

اما برای احیا و تقویت فرهنگ رشد، ضرورت امر ایجاب می‌نماید تا برنامه‌های اجرایی کارآمد و اثر بخش از دیدگاه استراتژیک ، توام با آموزش بنظور ترغیب و تشویق مردم برای مشارکت در تنظیم الگوهای علمی اقدام و همراه با اعمال اصلاحات مورد نیاز ، رشد اقتصادی ناشی از بهره‌مندی منابع پایه‌ماننده آب و خاک و هوا با کمترین آثار سوء و بروز تبعات منفی حاصل گردد .

نظریه به اینکه فرهنگ مصرف باعث فقدان منابع آبی و تخریب تدریجی و افزایش آلودگی آن در بسیاری از سطوح جغرافیایی و گسترش فزاینده فعالیت‌های اقتصادی همراه با ازدیاد جمعیت تسوام با مکان‌گزینی نا به چا زنگ خطر بسیار جدی برای نسل‌های فعلی و آتی می‌باشد .

دیری نخواهد گذشت که آسیب‌پذیری به آبادی‌ها، روستاها و شهرک‌های بزرگ اقتصادی همراه با ازدیاد جمعیت خطر بسیار جدی برای نسل‌های فعلی و آتی می‌باشد .

لذا ضرورت این امر ایجاب می‌نماید تا تدابیر جدی در دستور کار مدیریت استراتژیک برای دستیابی رویه مناسب در نظر گرفته شود . تا حداقل برای دو یا سه‌دهه آینده با اعمال‌روش منطقی چالش‌های خسارت‌زای زیست محیطی پیش روبهانه گردد .

یکی از ترندهای موثر ارتقاء سطح آگاهی در جهت محافظت ، بهداشت ، مصرف‌بهینه برای مشارکت پیش از پیش مردم در زمینه اثر بخشی مطالعات و اجرای پروژه‌های اجتماعی می‌باشد .

اجرائی با توجه به اسناد فرادست و فرودست می‌باشد .

**۳**
**انتخاب**
**سال**
**شماره**
**۱۲۴۵**
**چهارشنبه**
**۱ تیر ۱۳۹۰**
**۱۹ رجب ۱۴۳۲**
**۲۲ ژوئن ۲۰۱۱**

**دربا**

## تلاش پایدار

❖ **دیری نخواهد گذشت که آسیب‌پذیری به آبادی‌ها، روستاها و شهرک‌های بزرگ و کوچک سبب تحمل خسارات جبران‌ناپذیری خواهد شد**

نظر به اینکه حل مشکلات ایجابی انسان و طبیعت بکارگیری شیوه‌های مدیریتی دانا محور بر پایه اصول درست علمی میسر بوده و این امر با توجه به علاقمندی انسان برای دستیابی به رفاه نسبی در قالب استفاده صحیح از طبیعت و منابع پایه‌امکان پذیر می‌باشد .

بدین لحاظ هنگامیکه بحث از حضور و مشارکت مردم پیش می‌آید ، چنانچه مورد انتظار است که این حضور بایستی با درایت و هوشمندانه در راستای منافع عمومی صورت پذیرد و خصلت‌های منفعت‌طلبانه صرف در فضای ناپایدار اقتصادی علیرغم همه تلاش‌هایی که برای زمینه‌سازی فعالیت‌ها اصلاحات مورد نیاز ، رشد اقتصادی ناشی از بهره‌مندی منابع پایه‌ماننده آب و خاک و

هوا با کمترین آثار سوء و بروز تبعات منفی حاصل گردد .
نظریه به اینکه فرهنگ مصرف باعث فقدان منابع آبی و تخریب تدریجی و افزایش آلودگی آن در بسیاری از سطوح جغرافیایی و گسترش فزاینده فعالیت‌های اقتصادی همراه با ازدیاد جمعیت تسوام با مکان‌گزینی نا به چا زنگ خطر بسیار جدی برای نسل‌های فعلی و آتی می‌باشد .

دیری نخواهد گذشت که آسیب‌پذیری به آبادی‌ها، روستاها و شهرک‌های بزرگ اقتصادی همراه با ازدیاد جمعیت خطر بسیار جدی برای نسل‌های فعلی و آتی می‌باشد .
لذا ضرورت این امر ایجاب می‌نماید تا تدابیر جدی در دستور کار مدیریت استراتژیک برای دستیابی رویه مناسب در نظر گرفته شود . تا حداقل برای دو یا سه‌دهه آینده با اعمال‌روش منطقی چالش‌های خسارت‌زای زیست محیطی پیش روبهانه گردد .
یکی از ترندهای موثر ارتقاء سطح آگاهی در جهت محافظت ، بهداشت ، مصرف‌بهینه برای مشارکت پیش از پیش مردم در زمینه اثر بخشی مطالعات و اجرای پروژه‌های اجتماعی می‌باشد .
اجرائی با توجه به اسناد فرادست و فرودست می‌باشد .

مرکز لیزر بارسان

مرکز تخصصی لیزرهای پوست ، مو و زیبایی

دکتر سیم‌ا اعلامی هرنندی

متخصص پوست ، مو ، زیبایی و لیزر

مدرسین : مجاوره ابراهیمی ، ماحدیان بزرنگان بارسان

تلفن : ۲۲۴۷۷۹۵ و ۲۲۳۳۹۸۱

فرمان موهای زائد ، رفع پرمویی و رفع موهای ناخوشایست صورت ونواحی مختلف بدن در خانمها و آقایان با استفاده از دستگاه Alexandrite Laser –cynosure که پیشرفته ترین سیستم لیزر اختصاصی رفع مو می باشد .

رفع ناو و ناخالصیهای صورت و بدن ، رفع انواع خالهای صورت ، پیوند جاتی های مومومی ، پیوند افتادگی ، شلی و چروکهای پوست صورت و نواحی مختلف بدن ( کرف ، سینه ، شکم ، بازوها ) و نیز پیوند ترقه‌های پوست شکم با استفاده از سیستم رادیو فرکانسی ( RF ) .

مشاوره در زمینه لیزر و خدمات زیبایی و نیز انجام لیزر و RF : صبح و عصر

آگهی مناقصه نوبت دوم

**شهرداری بستک در نظر دارد با استناد مجوز شورای اسلامی شهر فعالیت های پشتیبانی شامل جمع آوری و حمل زباله ، نگهداری از پارکها ، امور حمل‌ونقل ، ماشین نویسی و سرایداری را به شرکت های واجد شرایط و دارای صلاحیت کار از وزارت کار وامور اجتماعی واگذار نماید.**

**متقاضیان می توانند حداکثر ۱۰ روز از چاپ آگهی نوبت دوم به شهرداری بستک مراجعه و اسناد لازم را دریافت نمایند .**

**سایر اطلاعات و جزئیات مربوط به معامله در اسناد مناقصه مندرج است .**

**شهرداری در رد یا قبول هر یک از پیشنهادات مختار است .**

شهرداری بستک

دکتر مرآت زکریایی - آفران امام‌زادهی - سید بابا محمدعلی - دکتر علیرضا شایگان - دکتر علیرضا شایگان - دکتر علیرضا شایگان - دکتر علیرضا شایگان

تلفن : ۲۲۴۷۷۹۵ و ۲۲۳۳۹۸۱

مدرسین : مجاوره ابراهیمی ، ماحدیان بزرنگان بارسان

تلفن : ۲۲۴۷۷۹۵ و ۲۲۳۳۹۸۱

آب‌تن سائل

سای فایز

تولید بتن آماده

با رعایت استانداردهای آیین‌نامه بتن ایران ( آبا )

سبب انتقال بتن خودتراکم ( بتن ) - طرح انتقال بتن گشتی ( بتن ) - بتن با بتن - بتن با بتن - بتن با بتن - بتن با بتن

تلفن : ۲۲۴۷۷۹۵ و ۲۲۳۳۹۸۱

مدرسین : مجاوره ابراهیمی ، ماحدیان بزرنگان بارسان

تلفن : ۲۲۴۷۷۹۵ و ۲۲۳۳۹۸۱

تلفن : ۲۲۴۷۷۹۵ و ۲۲۳۳۹۸۱

مدرسین : مجاوره ابراهیمی ، ماحدیان بزرنگان بارسان

تلفن : ۲۲۴۷۷۹۵ و ۲۲۳۳۹۸۱

مدرسین : مجاوره ابراهیمی ، ماحدیان بزرنگان بارسان