معرفی سایت

دایناسورهای الفبایی

با انواع مختلف دایناسور آشنا شوید . در این سایت ، پنجاه نوع دایناسور بر اساس حروف الفبا معرفی شده اند و شرحی درباره ابعاد بدن و نحوه زندگی آنها آمده است . قابل توجه کسانی که دوست دارند نامهای سخت و عجیب را حفظ کنند .

www.trib.cim/DINO

درباره دایناسورها

این سایت آموزشی - سرگرم کننده ، برای دانش آموزان سنین مختلف ساخته شده است تا به شکلی ساده به اطلاعات مورد نیاز درباره دایناسورها دسترسی پیدا کنند . تمام ماجرا از این سئوال شروع می شود : دایناسور چیست ؟

www.Enchantedlearning.com/subjects/dinosaurs

سفر به اعماق

با زندگی دریایی آشنا شوید . گشتی در این ساحل زیبا بزنید و ۱۷۰ نوع حیوان دریایی مختلف را در آکواریوم آن ببینید . می توانید با کیکو،نهنگ معروف و هنرپیشه فیلم "ویلی آزاد" هم در این سایت دیدار کنیسد . مطمئن باشید که اصلا خیس نمی شوید .

www.aquaium.org

سرگرمیهای اسبی

کسانی که عاشق اسب هستند حتما باید سری به این سایت بزنند . کشف حقایقی درباره اسبها ، خواندن قصه زندگی اسبها ی کوتوله (پونی)،حل معما ، پاسخ به پرسش و عضو شدن درباشگاه ، از کارهایی است که می توانید در این سایت انجام دهید .

www.horsefun.com

دنیای شگفت حشرات

به دنیای شگفت انگیز حشرات خوش آمدید . این صفحه بخشی است از یک دایره المعارف بزرگتر و فقط درباره انواع حشرات است . اگر از خزنده های بی مهره چندش آور ، یا عنکبوتهای هشت پای وحشتناک و هزار پاها و... خوشتان می آید ، بفرمائید تو !

www.ex.ac.uk/~gjlramel/welcome.html

سایتهای مناسب برای کودکان

پدر و مادر ها با ورود به این سایت می توانید با خیال راحت ،برای فرزندان خود ، سایتهای مناسبی پیدا کنند و آنها را در مسیر درست گردش در اینترنت قرار دهند .

www.safesurf.com/kidswave.htm

قصه های پدر بزرگ

در این سایت همیشه لبخندی در انتظار شماست . همراه با داستانهای بامزه ، شعرهای ساده و تصاویر شگفت انگیز پدر بزرگ منتظر شماست و مطمئن باشد وقتی پیش او هستید خندان خواهید بود.

www.night.net/tucker

بزرگترین اعداد اول

اعدادی که به جز خودشان و یک ،بر هیچ عدد دیگری قابل قسمت نیستند ، عدد اول نام دارند . در این سایت می توانید با تاریخچه کشف اعداد اول آشنا شوید و ببینید که بزرگترین اعداد اولی که دانشمندان تا کنون کشف کرده اند کدامها هستند .

www.utm.edu/research/primes/largest.html

مایکروسافت ،کاربران رایانه ای خود را به استفاده از سرویس های اینترنتی خودتشویق می کند

همه چیز با مایکروسافت

سیمانتك یکی از بزرگترین شرکتهای تولید کننده محصولات امنیتی و ضد ویروسی است که در بین کاربران اینترنتی و رایانه ای بسیار شناخته شده است . این شرکت در کنار فعالیت روی تولید نرم افزارها و سیستم های ضد ویروسی و امنیتی ، از یك بخش مونتورینگ قدرتمند با نام "شبکه هوشمند جهانی " نیز برخوردار است و بسیاری از فعالیت های اینترنتی در سطح جهان را تحت نظر دارد . این شبکه از حدود چهل هزار سنسور که در حقیقت نسخه های نرم افزاری شرکت سیمانتك هستند ،تشکیل شده است که فعالیت های کاربران را دربیش ار ۱۸۰ کشور تحت کنترل دارند .

فعالیت بیش از ۱۲۰ میلیون کاربر رایانه ای ،سرور ، در گاه و غیر در سراسر دنیا ،از طریق این سنسورها به سرورهای اصلی این شبکه هوشمند مخابره می شوند و این گستردگی ،شبکه هوشمند شرکت سیمانتك را به یکی ازبزرگترین شبکه های مونیتورینگ در سراسر دنیا تبدیل کرده است .

هدف اصلی این شرکت از راه اندازی این سیستم مونیتورینگ ،به روزرسانی اطلاعات امنیتی تیم های تحقیقاتی خود در جهت ارتقاء سیستم های امنیتی و محصولات شرکت است . اما یکی از موارد حائز اهمیت در این شرکت ،تدوین یک گزارش شش ماهه از وضعیت امنیتی شبکه است و هر ساله این دو گزارش در اختیار سازمان های امنیتی و رایانه ای و همچنین خبرگزاری ها قرار می گیرد .

چندی پیش دوازدهمین گزارش شرکت سیمانتک تحت عنوان " تهدیدات امنیت شبکه اینترنت"منتشر شد که این گزارش به فعالیت های خرابکارانه ٦ ماهه اول سال ۲۰۰۷ می پردازد در کنار این شبکه هوشمند،شرکت سیمانتک از یک فناوری پیشرفته دیگر با نام شبکه کاوشگر (Probe Network)سود می برد که یک سیستم امنیتی بوده و از طریق دریافت نامه های الکترونیکی خاصی ، وضعبت هرزنامه ها و فعالیت های فریبکارانه هکرها را در سرویس های پست الکترونیکی کنترل می کند .

آنچه در گزارشات اخیر شرکت سیمانتک به چشم می خورد ، چندان خوشایند نیست . تحقیقات نشان می دهد که فعالیت های تخریبی هکرها در طول یک سال گذشته رنگ و بوی تازه ای به خود گرفته است .

دیگر از آن ویروس های بی ارزش قدیمی که حداکثر خطر آن نشستن بر روی سیستمFAT رایانه کاربر و از بین بردن اطلاعات او بود ، خبری نیست . سیمانتک ،همانند بسیاری از شرکت های تولید کننده نرم افزارهای ضد ویروسی معتقد است تعداد ویروس های اینترنتی کاهش پیدا کرده اند و به جای آن جرائم اینترنت افزایش پیدا کرده اند .

نکته قابل توجه در مورد ۲۰ فعالیت تخریبی برتر در بین سایرین در طول شش ماهه اخیر این است که در ٦٥ درصد از این فعالیت ها ، سرقت اطلاعات شخصی کاربر هدف اصلی حمله اینترنتی به شمار می رفته است و در ۸۵ درصد از آنها ، هکرها توانسته اند به کلمه کاربری و رمز عبور

هدف اصلی این شرکت از راه اندازی این سیستم مونیتورینگ ،به روز رسانی اطلاعات امنیتی تیم های تحقیقاتی خود در جهت ارتقاء سیستم های امنیتی و محصولات شرکت است

کاربر دست پیدا کنند .

آنچه بیش از همه به چشم می آید این است که انگیزه های مالی بیشترین تاثیر را در این حملات داشته اند و به این علت حساب های مالی و اعتباری و بانک های آنلاین بیش از همه مورد حمله کاربران سودجو قرار گرفته اند .

نکته دیگری که می توان از گزارش شرکت سیمانتک نتیجه گرفت ، گسترش فعالیت های فیشینگ در سراسر شبکه است . در این فعالیتها از طریق ابزارهای مختلف ، کاربران را فریب می دهند و آنها را به سایت های جعلی هدایت می کنند و یا اطلاعات حساب های مالی آنها را به سرقت می برند .

تحقیقات نشان می دهد که این عملیاتهای فریبنده در اینترنت به دلیل تنوع و سادگی کار و همچنین فراوانی کاربران بی تجربه ، نیاز به مهارت خاصی ندارد و هر کاربری که می تواند آن را انجام دهد .

این دسته از کاربران تازه کار و بی تجربه را بیشتر کاربران خانگی ، کودکان و نوجوانان تشکیل می دهند که از نظر امنیتی چندان توجیه نیستند و هنوز با خطرات موجود در این دنیای مجازی آشنا نشده اند . تحقیقات شرکت سیمانتک نشان می دهد که هدف هکرها در حدود ۹۵ درصد از حملات خود در طول یک ماه گذشته ، کاربران رایانه های خانگی بوده است که این مقدار نسبت به سال گذشته حدود ۸ درصد افزایش یافته است .

اما مسیر حملات در طول شش ماه گذشته هم کمی تغییر کرده است .

مرور گرها و بخصوص plug-ins های مرور گرهای جدید ، مهمترین کانال برای نفوذ هکرها به شمار می رود .

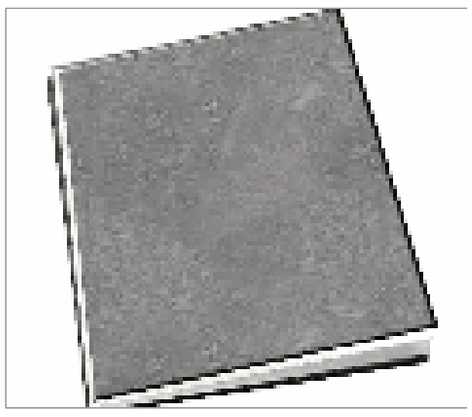
بررسی سیمانتک به این نکته اشاره می کند که به طور متوسط مرورگرهای اینترنتی ، در قسمتplug-insخود بیند ۷۰ تا ۲۳۰ نقطه آسیب پذیر دارند که این مورد در مرورگرهایی چون فایر فاکس و اینترنت اکسپلورر هم صادق است .

یک نظرسنجی:

گسترش اینترنت در ژاپن سبب دوری مردم از کتاب شده است

نظرسنجی روزنامه ژاپنی "ماینیچی" نشان می‌دهدکه گسترش استفاده از شبکه اینترنت و تلفن همراه در ژاپن که توسط آنها می‌توان به‌طور رایگان و سریع اطلاعات را بدست آورد، سبب دور شدن مردم این کشور از خرید و خواندن کتاب و مجلات شده است.

به گزارش روزنامه "ماینیچی"، در این نظرسنجی ۸٦درصد از پاسخ دهندگان ژاپنی گفته اند که آنها معتقدند که گسترش استفاده از شبکه اینترنت و تلفن همراه در میان شهروندان ژاپنی، دوری آنها از کتاب و مجله را به دنبال داشته است. به گزارش ایرنا به نقل از ماینیچی، در این نظرسنجی حدود ۱۰درصد دیگر از پاسخ دهندگان ژاپنی نیز، رابطه گسترش استفاده از شبکه اینترنت و تلفن همراه با دور شدن مردم از کتاب و مجله را رد کرده اند. روزنامه ماینیچی این نظرسنجی را از میان بیش از دو هزار و ٦۰۰زن و مرد ژاپنی بالغ در سراسر این کشور و به‌طور پرسشنامه‌ای انجام داده است. در ژاپن مشترکین تلفن همراه این امکان را دارند که اطلاعات موجود در برخی کتاب‌ها و مجلات را از طریق صفحه نمایشگر تلفن همراه مطالعه کنند. در دهه‌های گذشته هر گاه افراد با قطارهای درون شهری در ژاپن تردد می‌کردند، با مسافرینی روبرو می‌شدند که کتاب، مجله و یا روزنامه در دست داشتند و در حال مطالعه بودند. اما در سال‌های اخیر این پدیده کمتر شده و به ویژه نسل جوان این کشور بجای کتاب، تلفن همراهی را در دست دارند که قابل اتصال به شبکه اینترنت است. به‌گفته دست اندرکاران این موضوع سبب شده‌است تا فروش شرکت‌های انتشاراتی در ژاپن در سال‌های اخیر با کاهش همراه باشد.



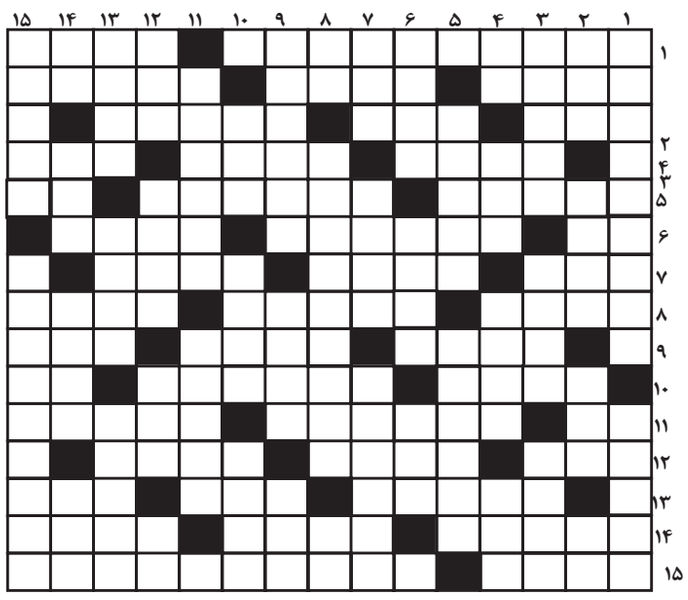
ایستگاه فضایی صاحب "اتاق" جدید شد !

فضانوردان شاتل دیسکاوری ماموریت مهم افزایش فضای داخلی ایستگاه فضایی بین المللی را با موفقیت آغاز کردند.

به گزارش خبرگزاری مهر، در این بخش از ماموریت شاتل دیسکاوری، اسکات پاراژینسکی و داگ ویلاک طی تلاشی ٦ ساعته مدل ١٤ تنی را با استفاده از بازوی روباتیکی از سکوی باری شاتل جدا و در جایگاهی موقت قرار دادند. قرار است طی ٥ پیاده روی فضایی این مدل اروپایی موسوم به "Harmony " در مقر اصلی خود نصب شود."Harmony " ساخت ایتالیا بوده و حدود ۱۸ درصد بر فضای مورد استفاده ساکنان ایستگاه فضایی می افزاید. این نخستین گسترش ایستگاه فضایی از سال ۲۰۰۱ میلادی به این سو بوده است.

بر اساس گزارش بی.بی.سی، با استفاده از این فضای جدید امکان حرکت بین سه آزمایشگاه علمی یعنی آزمایشگاه فعلی Destiny آمریکا، مدل کلومبوس آژانس فضایی اروپا که به زودی به فضا پرتاب می شود و واحدهای آزمایشگاهی Kibo ژاپن در ایستگاه فضایی بین المللی ممکن می شود.

جدول ..... (۳۵۱)



افقی:

۱- ازمکاتبات ادبی که تقلید دقیق از طبیعت را توصیه می کند-سخن چین
۲- حیله و نیرنگ -نوعی طلاق-عهده دار شدن امری
۳- بسیار کوچک - دارای حرارت -شکایات
٤- سئوال -آنچه اسیران برای رهایی از خود بپردازند -محنت
٥- اصیل و پاک نژاد بودن -با کسی رفت و آمد داشتن -دهان
٦- چله کمان -ره آورد سفر -رب النوع عشق در نزد یونانیان قدیم
۷- دارایی و ثروت - گریه وزاری -نهضت"میزا کوچک خان"
۸- جدید و تازه -شهری و بندری معروف در هندوستان در کنار خلیج "بنگال"-خوشگل
۹- ورم -هجران -برداشت محصول
۱۰- از صحابه گرانقدر حضرت رسول اکرم (ص)- دلنگان -تصدیق آلمانی
۱۱- پیشتاز سه رقمی ها- از شهری به شهر دیگر رفتن -شیر درنده
۱۲- حرکت به شیوه کرم - انزجار -شجر
۱۳- شاعر نامدار عهد "سامانیان "-بازیکن افسانه ای فوتبال برزیل و ملقب به "مرواریدسیاه "-یک حرف وسه حرف
١٤- اسباب بازی دختر بچه ها- از القاب امام زمان (عج)-پایتخت "غنا"
۱٥- ویران کننده - سرپرست کاروان .

عمودی:

۱- کتابی از "جلال آل احمد"نویسنده فقید معاصر کشورمان -عبادتگاه راهب
۲- پاسخ مثبت - گیتی - دشمن-خدای باستان
۳- چابک و تندرو -افسار -دشمن - سرسخت
٤-نوعی کاغذ -پول حرام -کبوتر چاهی -سوگند
٥- بسط وتوسعه -زرنیخ سفید که کاربرد صنعتی دارد
٦- اسب سرخ رنگ با خال های سفید -فیلمی به کارگردانی "داریوش مهرجویی"-کرانه آسمان
۷- شیشه آزمایشگاهی -از طوایف خونخوارتاریخ-به وسیله کانال "سوئز "از آسیا جدا می شود
۸- حرف دهن کجی - از شهرهای مهم "آلمان"-آهوی مشک
۹- عضوی در بدن پرندگان -نان خرد شده در آبگوشت -انبار الکتریکی
۱۰-از نام های خورشید-اسبابی که عروس به خانه داماد می برد -غذایی ایرانی و خوشمزه
۱۱- دزد ناشی به آنجا می زند - شهری در ساحل رود "نیل"
۱۲- راندن و دور کردن -هیچ وقت -قیمت -یک و یک
۱۳- زبردست -نوزاد -دهمین خلیفه عباسی
١٤-خاندان -دم وبازدم-جلاد"استالین"- عقاید
۱٥- مطلبی را از زبانی به زبان دیگر ترجمه می کند -درجه دار ی در نیروی دریایی

حرف اول را کامپیوتر می زند

در اینجا کامپیوتر پابه پای مسئولان مدرسه و دانش آموزان در تمام عرصه هاحضور دارد و در مسیر طبیعی انجام امور قرار گرفته است . در این مجتمع نه تحصیل بدون آموختن مهارت های کامپیوتری امکان پذیر است نه تدریس. حتی اولیای دانش آموزان هم باید سررشته ای از کامپیوتر داشته باشند .

در این مدرسه در کنار تدریس دروس مصوب با سواد کاربری رایانه آشنا می شوند و مهارت هایICDL را می آموزند . در دوره دبیرستان سواد دانش آموزان فراتر از کاربری کامپیوتر رفته و با شبکه و مبانی برنامه نویسی آشنا می شوند . در این مقطع کلاس های فوق برنامه ای هم وجود دارد که دانش آموزان می توانند در این کلاس ها نرم افزارهای مورد علاقه شان را به صورت تخصصی بیاموزند .

آموزش و پرورش،مهارت های کامپیوتری هم به صورت جدی آموزش داده می شود و جزو سر فصل های اصلی است . در مقطع دبستان، دانش آموزان با کمک بازی آموزش می بینند . یعنی بدون اینکه درگیر فشار درس و کلاس شوند به وسیله بازی های آموزشی مهارت های لازم را فرا می گیرند . در کلاس پنجم دانش آموزان با نرم افزار لوگو کار می کنند . در این نرم افزار بچه ها با لاک پشتی آشنا می شوند که باید به او آموزش بدهند و ضمن آموزش به این لاک پشت ، خودشان هم آموزش می بینند، به کمک این نرم افزار دانش آموزان مفاهیم مهمی از ریاضی و برنامه نویسی را یاد می گیرند .در مقطع راهنمایی دانش آموزان همچنین یک کارگاه آموزشی به نام اتاق هوشمند وجود دارد که در این کارگاه دانش آموزان با ابزارهای تکنولوژی که در زندگی روزمره وارد شده ،مثل تلفن همراه،حسگرها و کارت های هوشمند،آشنا می شوند . در کنار کلاس های آموزش رایانه به دانش آموزان ، کلاسهایی هم برای کادر اجرایی،آموزشی مدرسه و اولیای دانش آموزان وجود دارد . در این کلاسها معلمان و کادر اداری بسته به نیاز و متناسب با مسئولیتی که به عهده دارند ،دوره هایی را می گذرانند . اولیای دانش آموزان هم برای ارتقای سطح اطلاعات در علوم کامپیوتر و توانایی بهتر در هدایت دانش آموزان در کلاس های آموزشی شرکت می کنند .

مدرسه ای از نوع صفر و یک

تا همین چند سال پیش بایک اتاق ،چند تا نیمکت چوبی ، یک تخته سیاه و چند تایی هم گچ سفید کلاس درس راه می افتاد . ولی حالا با پیش رفت تکنولوژی و ظهور آن در عرصه های مختلف زندگی انسان دیگر مدرسه ها هم به تدریج از شکل سنتی خارج می شوند و شکل تازه ای می یابند . کامپیوتر، یکی از جلوه های مهم تکنولوژیست که این روزها جزءلاینفک زندگی بشر شده و به دنیای آموزش راه پیدا کرده است.در کشور ما هم برخی از مدرسه ها خود را با این جریان هم سو کرده اند و پا به پای آموزش الکترونیک در دنیا ،به مدرسه های صفر و یکی تبدیل شده اند . یکی از این مدارس موسسه فرهنگی "روزبه" نام دارد. این مدرسه، که نام آن از نام استاد "رضا روزبه" آموزگاری دانشمند و پرتلاش گرفته شده ،از سال ٦۸ فعالیتش را آغاز کرده و تلاش می کند تا در کنار آموزش برنامه های مدون آموزش و پرورش دانش آموزان را با جلوه های تکنولوژی آشنا کند .

طالع بینی

◆ فروردین

روابطتان به خوبی و آرامی پیش می رود. بدون شک می توانید یک نفس راحت بکشید و بدور ازهر مشغله فکری به کارهای روزمره تان ادامه می دهید و سعی می کنید مشکلاتتان را خودتان با خونسردی تمام حل نمایید .

◆ اردیبهشت

لحظات خوبی در انتظار شماست.از لحاظ کاری طرفداران زیادی دارید و از بودن در کنار دوستان و کودکان و مشتاقان ورزش لذت می برید.اکنون زمانی است که موانع را از سر راه بر می دارید و به دنبال اهدافتان می روید.

◆ خرداد

راحت تر می توانید منظورتان را بیان کنید و نشان دهید که واقعاً چه احساسی دارید و همین طور از نظر ذهنی تیز می تواند منظورتان را بگویید. از بیان کردن ایده هایتان درمحل کار نترسید زیرا مطمئن باشید دیگران از آنها استقبال می کنند. اگر به سفر روید بسیار مفید و لذت بخش خواهد بود مخصوصا اگر در این سفر خانواده یا دوستان شما را همراهی نمایند و نهایت استفاده را از این فرصت پیش آمده ببرید .

◆ تیر

معمولاً عصبانی نمی شوید اما یکی از آشنایان سعی دارد عصبانی تان کند. نمی توانید در محل کار با آنها بحث کنید اما کار آنها را فراموش نمی کنید. علت رفتارشان را توضیح می دهند، متعجب می شویدز یرا اصلا فکرش را نمی کردید کسی اینقدر با هم رابطه صمیمانه داشته اید چنین نیتی را داشته باشد .

◆ مرداد

امروز قدرت اراده شیر منشانه شما بسیار بالاست و تصمیم دارید در هر کاری که انجام می دهید موفق شوید. دیگر مردم تنها می توانند عقب ایستاده و شما را تحسین کنند ولی مطمئن شوید که احساس ترس و ضعف را به آنها انتقال ندهید. این که شما به علت قدرت بالای استقلال در بحث ها برنده شوید یک مطلب است و این که با ریاست مآبی، آنها را وادار به پذیرش مطلب کنید، مساله ای کاملاً متفاوت است !

◆ شهریور

می توانید تصمیمات مهمی برای خانه و زندگی بگیرید.درحال حاضر اراده قوی دارید.اگر تصمیم دارید خانه را عوض کنید از فردی که به او اعتماد دارید کمک بگیریدالبته سلیقه هیچ کس را به اندازه سلیقه خود قبول ندارید .

◆ مهر

اگر چه زمان هایی وجود دارد که مایل هستید هیچ کاری انجام نداده و تصمیم جدی اتخاذ نکنید،اکنون بسیار متفاوتید و احساس می کنید که بسیار جدی و مصمم هستید.یک چیز دیگر این که وقتی نسبت به چیزی ذهنیتی می سازید، به هیچ وقت نمی خواهید آن را تغییر دهید.این عالی است در صورتی که همه با فکر شما موافق باشند ولی در غیر این صورت اگر بخواهید دیگران را با فکر خود همراه سازید،احساسات و تفکرات بدی را راجع به خود برخواهید انگیخت.

◆ آبان

امروز به همه دلداری می دهید بنابراین در پایان لازم است کسی این تنش و استرس شما را کم کند.بهتر است قبل از این که به خاطر چیزی خودتان را ناراحت کنید کمی در موردش فکر کنید.

◆ آذر

گرچه فکر می کنید که از دیگران بهتر می فهمید، ولی امروز از تحمیل عقایدتان به دیگران دوری کنید چون آنها به آسانی تسلیم نمی شوند و ممکن است به شما اتهام دگم بودن بزنند که برای بار اولشان نخواهد بود. ممکن است بهتر باشد که با دیگران همکاری کنید و انرژیهای خود را با آنها هم ارتعاش کنید تا این که با آنها بجنگید.

◆ دی

امروز بین مسئولیت های شخصی شما و آرزوهای شغلی تان درگیری و تضاد وجود دارد. شاید لازم باشد یک گام به عقب برگردید و موقعیت را بررسی کنید. اگر احساس می کنید زندگی تان تعادلش را از دست داده است اکنون زمان آن است که تعادل را برقرار کنید. واگرنه خودتان را مریض و خسته می کنید.

◆ بهمن

امروز باید تلاش کنید تا همه چیز متناسب باشند و در چیزی افراط نشود.شخصی سعی دارد احساستان را جریحه دار کند یا عصبانیتان کند تا دعوا را بیندازد.اگر برای لحظه ای از آن شرایط و اوضاع کناره بگیرید و آرام شوید متوجه می شوید که آرام کردن عصبانیت بسیار مفید می باشد.در نتیجه آن شخص هم بعد از عکس العمل شما متوجه کار خود خواهد شد و در پی اصلاح رفتار خود بر خواهد آمد . و این باعث می شود که شما دوستان خوبی برای یکدیگر شوید .

◆ اسفند

چیزی را که به نظر می رسید از دست شما رفته است دوباره به نظر می رسد که به چنگ آورید.خودتان نیز این موضوع را بعید می دانستید . حال که ان را یافته اید این بار باید با مهارت تمام آن را حفظ کنید و در پی نگهداری آن باشید. و ورق هایتان را خیلی نزدیک به قفسه سینه بازی کنید.

پایگاه اطلاع رسانی دریانیوز

• جدیدترین اخبار • تازه ترین مطالب

www.daryanews.ir

روغن های مایع به دلیل داشتن چربی غیر اشباع برای مصرف، بهتر از روغن جامد هستند مثل روغن ذرت ، آفتابگردان ، زیتون ، کانولا (گلزا) و سویا

اداره روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی هرمزگان - کمیته اطلاع رسانی و آموزش همگانی سلامت