■ سید محمد بنی هاشمی گفت : رشد وجایگاه فعلی فوتبال استان در کشور نسبت به سالیان گذشته بر هیچ کس پوشیده نیست ومردم بهترین شاهدان برفعالیتهای مجموعه فوتبال هرمزگان می توانند باشند .

درباره ورزش

کم آبی در ورزش

■ آتوسا قاسمی نژاد دهکردی

هنگام ورزش آب زیادی به دلیل عرق ریزی و تنفس از دست می رود. به ازای هر هزار کیلو کالری مصرفی تقریبا یک لیتر آب باید دریافت شود.

با بیشتر شدن شدت ورزش، طولانی شدن مدت آن و زیادتر شدن دما و رطوبت، دفع آب بیشتر می شود. اگر آب از دست رفته جبران نشود عملکرد دچار اختلال خواهد شد. اگر آب دفعی معادل ۱ تا ۲ در صد وزن بدن باشد، عملکرد هوازی را به خطر می اندازد.

شواهدی نشان دهند، این حد کاهش آب، به هنگام ورزش‌های غیر هوازی یا قدرتی که آثار منفی به جای می گذارند، ناچیزند. جدول زیر اثرات فیزیولوژیکی کاهش وزن بدن معادل ۳ تا ٤ درصد بر اثر کم آبی هنگام ورزش را نشان می دهد.

اطمینان از جذب آب کافی

بهترین نشانه کاهش در جریان یک فعالیت بدنی، وزن کردن بدن است. در حقیقت، تقریبا ۱۰۰ در صد از کاهش وزن به هنگام یک جلسه تمرین ورزشی، ناشی از کاهش آب است. بنابراین مقدار آب مورد نیاز برای جایگزین کردن آب از دست رفته، به‌طور قطع معادل با تفاوت وزن بدن قبل و بعد از تمرین است.

اگر ورزشکاری پس از ورزش به میزان ۱۸۰۰ گرم سبکتر شده باشد این بدان معنی است که او به مصرف حداقل ۱۸۰۰گرم آب و قبل از تمرین بعدی نیاز دارد و اگر به میزان دو درصد از وزن بدنش کم شده باشد نباید به او اجازه شرکت در تمرینات بعدی را داد.

ورزشکاران را تشویق کنید تا وزن خود را به طور مرتب کنترل کنند.

تنها تشنگی نشانه کم آبی بدن نیست. در بسیاری موارد ورزش واقعا واکنش تشنگی را مختل می کند. به هنگام ورزش شما مقدار زیادی آب را قبل از احساس تشنگی از دست می دهید و قبل از اینکه به‌طور کامل کم آبی شما جبران شود، احساس تشنگی از بین می رود. بنابراین برای تامین نیازتان به آب نمی‌توانید به حس تشنگی اکتفا کنید. به عنوان یک ورزشکار، لازم است که به‌طور آگاهانه بیش از آنچه دوست دارید آب بنوشید، به‌ویژه زمانی که در گرما ورزش می کنید.

توصیه‌هایی به ورزشکاران درباره مایعات:

■ دو ساعت قبل از تمرین یا مسابقه حدود ۵۰۰ میلی لیتر مایعات بنوشید.

■ به هنگام ورزش هر ۱۵ تا ۲۰ دقیقه یک بار، ۱۵۰تا ۳۰۰ میلی لیتر آب بنوشید.

■ هنگام ورزش احساس تشنگی ملاک درستی مبنی بر نیاز ورزشکار به آب نیست، احساس تشنگی هنگام ورزش، ممکن است معرف کاهش دو درصدی وزن بدن باشد.

■ مصرف نوشیدنی‌های حاوی کربوهیدرات و الکترولیت به میزان مطلوب در حین تمرینات و یا مسابقات طولانی تر از یک ساعت ادامه دارند.

■ در طول تمرین سخت که بیشتر از یک ساعت طول می کشد، توصیه می شود به ازای هر یک ساعت تمرین، ۳۰ تا ٦۰ گرم کربو هیدرات مصرف شود تا اکسیداسیون کربو هیدرات حفظ شده و خستگی به تعویق افتد.

■ استفاده از محلول هیدراسیون حاوی سدیم (۰/۵ تا ۰/۷ گرم در هر لیتر آب)در طول تمرینات بیشتر از یک ساعت توصیه می شود، زیرا ممکن است در افزایش ذایقه موثر بوده و ضمن افزایش بازجذب آب و احتمالا از احساس آبزدگی در افراد خاصی که بیش از حد مایعات می نوشند، جلوگیری کند.

■ مایعاتی که معطر، تا حدودی نمکدار، سرد (۱۰ تا ۱۲ درجه سانتیگراد)یا شیرین هستند، ممکن است نوشیدن ارادی را تحریک کند.

■ پس از ورزش، به ازای هر کیلوگرم کاهش وزن ناشی از فعالیت، ۱۲۵۰ تا۱۵۰۰ میلی لیتر مایعات بنوشید تا ادرار دفعی نیز جبران شود.

■ سدیم، پتاسیم و کلر، الکترولیتهای عمده‌ای هستند که در قالب عرق دفع می شوند. الکترولیت ها می توانند با مصرف یک نوشیدنی ورزشی مناسب یا اضافه کردن اندکی نمک به وعده غذایی پس از ورزش و مصرف غذاهای غنی از پتاسیم، برای مثال موز، پرتقال، میوه های مرکباتی بیشتر سبزی‌ها، جبران شوند.

گروه کوهپیمایی سلامت ارتفاعات "بونه" را فتح نمود

در یک حرکت فرهنگی ورزشی گروه کوهپیمایی " سلامت " دانشگاه علوم پزشکی بندرعباس با شعار ورزش کوهپیمایی، " سلامتی روح و جسم " توانستند ارتفاعات کوه بونه را فتح نمایند.

سرپرست گروه کوهنوردی سلامت هرمزگان هدف از این صعود را گسترش ورزش های همگانی دانست و افزود : با حمایت مسئولین دانشگاه و استقبال بسیار خوب ورزش دوستان گروه کوهپیمایی در دانشگاه تشکیل شده است که می تواند با ایجاد انگیزه و ترویج ورزش، سلامتی روح و جسم را در بین کارکنان تضمین نماید.

نصرت ا... عبداللهی عنوان کرد : با توجه به شرایط آب و هوایی مناسب در فصل پاییز تمرین خوبی برای یک صعود زمستانه خواهد بود و هدف از برگزاری این صعود آشنایی گروه با موقعیت کوه های استان و برخورداری از طبیعت بکر ارتفاعات کوه بونه و بالا بردن روحیه شادی و نشاط در بین کارکنان دانشگاه که خود متولی سلامت هستند می باشد.

قلعه کوه بونه (تشگر - هماگ) با ارتفاع ۳۲٦۷ متر در فاصله ۹۰ کیلومتری شهر بندرعباس در شمال روستای درگز و آبگرم زاکین قرا ردارد مسیر حرکت گروه روستای درگز، باغات زاکین، چشمه های باغ زاکین و در ادامه کوه بونه و ارتفاعات آن بود، منطقه بونه دارای پوشش گیاهی بادام وحشی، گونه غالب کاج، سرو، زیتون وحشی، و شمشاد است که گیاهان دارویی همچون گلدر، بومادران، پونه کوهی، اسفند محمدی، کلپوره، آویشن، مورخوش و زیره کوهی را در خود دارد.

اعضاء گروه : نصرت ا... عبداللهی (سرپرست) محمد طارمی) مربی (علیرضا بهاری، مسعود پیری زاده) راهنما (سید ساداتی - علی شیخی - شجاع سلجوقی - قنبر محمد حسینی - رضا معظم - سیفوری - محسن بیلری - مرتضی عامری و فاطمه زارع

اولین المپیاد ورزشی کارگران در کشور برگزار شد

اولین المپیاد ورزشی کارگران ،با هدف حفظ و سلامت کارگران و ارتقاء روحیه همکاری جهت کیفیت کار مطلوب و شایسته دراستان تهران برگزارشد.

مسابقات در چهار رشته (ورزشی تنیس روی میز، دوومیدانی ، کاراته و شنای) برگزار گردید .

تعداد تیم های شرکت کننده دراین دوره از مسابقات ٦۹ تیم وبه شرح ذیل می باشد. در رشته تنیس روی میز ۱٦ تیم ، با تعداد ٦٦ نفر در رشته دوومیدانی ۱۷ تیم با تعداد٦۹نفر در رشته کاراته نیز ۱۷ تیم با تعداد۷۵ نفر در رشته شنا ۱۹ تیم با تعداد ۱۲٦ نفر ورزشکار در این المپیاد شرکت نمودند .

در این راستا ورزشکاران کارگر استان هرمزگان در رشته دوومیدانی مقام سوم تیمی را از بین ۱۷ تیم شرکت کننده کسب نمودند و موفق به دریافت کاپ ومدال برنز گردیدند.

شایان ذکراست؛ برگزاری مسابقات مذکور هم به صورت تیمی و هم انفرادی بوده علیهذا بصورت انفرادی نیز بانوان کارگر استان در رشته دوامدادی مقام دوم کشور را کسب نمودند و موفق به دریافت مدال نقره شدند .

در رشته شنا نیز در رده سنی ۳۰سال (انفرادی) به دریافت مدال برنز نائل گردیدند و در رشته کاراته (کاتا) به کسب مدال نقره دست یافتند این درحالی است که در رشته کاراته (کمیته) موفق به کسب مقام سوم و مدال برنز را به خصوص اختصاص دادند . لازم به ذکر می باشد،تیم تنیس روی میز خواهران کارگر استان موفق به کسب رتبه ۸ کشوری گردید.

مدرسه راهنمایی باقرالعلوم مقام اول مسابقات شطرنج "بندرعباس" را کسب کرد

مسابقات شطرنج مقاطع راهنمایی با حضور ۱۰ تیم در محل نمازخانه مدرسه راهنمایی نمونه جامعه الصادق برگزار که این نتایج حاصل گردید: در رده تیمی مدرسه راهنمایی باقرالعلوم با ۱۱ امتیاز مقام اول راکسب کرد ومدارس راهنمایی شهید حقانی وشهید سایانی با ۱۰ و۹ امتیاز به ترتیب مقامهای دوم سوم را کسب کردند همچنین در رده انفرادی بنیامین علیزاده از باقر العلوم محمدرضا شکاری از شهید حقانی رضا انصاری راد از باقرالعلوم سجاد استادی ار شهید سایانی علی عاشور نژاد از مدرسه مدنی حسن پیشدار از مدرسه علی امیرزاده فرزاد ذوالفقاری از جامعه الصادق فیاض باقر زاده همایی از دانشمند مقام های اول تا هشتم را کسب کردند شایان ذکراست که داوری این مسابقات به عهده آقایان حسین ملیوار وحید دهقانی ، مهدی فاخر ، عبدالمجید درویش زاده ومحمد حسن صداقت بوده است .

"بنی هاشمی" خواستار حمایت بیشتر رسانه ها از فوتبال هرمزگان شد

برخی افراد سبب ایجاد تفرقه وکمرنگ نمودن فعالیتهای فوتبال هرمزگان می شوند. دبیر روابط عمومی هیئت فوتبال استان بابیان این مطلب افزود : افرادی باکارها وصحبتهای پوچ خود در رسانه ها سعی در جهت کمرنگ نمودن وسیاسی جلوه دادن فعالیتهای فوتبال استان هستند .

سید محمد بنی هاشمی گفت : رشد وجایگاه فعلی فوتبال استان در کشور نسبت به سالیان گذشته بر هیچ کس پوشیده نیست ومردم بهترین شاهدان برفعالیتهای مجموعه فوتبال هرمزگان می توانند باشند . وی گفت : به رغم مشکلات فراوان که هیئت فوتبال استان در سالیان گذشته با آن روبرو بود اما با برنامه ریزی های انجام گرفته فوتبال استان توانست در جایگاه نسبتا خوبی درلیگ های مختلف کشوری وصعود تیم ها به لیگ بالاتر کشوری قرار گیرد .

وی افزود : حمایت رسانه ها اعم از خبر گزاری ها ورسانه های مکتوب از فوتبال هرمزگان یکی از عوامل تاثیرگذار در رشد وبالندگی فوتبال در استانمان بود وی در ادامه افزود : متاسفانه در چند ماه گذشته برخی افراد با سوء استفاده ازرسانه ها خواسته اند که وحدت ویکبارچگی بین فوتبال هرمزگان ورسانه که از عوامل موثر در رشد آن بوده است را از بین ببرند اما این وحدت مطمئنا پر رنگ تر از گذشته خواهد بود ورسانه ها نباید بگذارند که این وحدت ویکدلی از بین برود دبیر روابط عمومی هئیت فوتبال هرمزگان در پاسخ به این سوال که علت عدم پخش دیدارهای آلومینیم هرمزگان از شبکه استانی خلیج فارس چیست تصریح کرد : رایزنیهای مختلف وجلسات مختلفی را با صدا وسیما در خصوص بخش مستقیم به مسابقات داشته ایم که مهیا سازی وهماهنگی های پخش مستقیم برعهده هیئت فوتبال می باشد که رسالت خود را انجام داده اما درخصوص پرداخت هزینه ها به صدا سیماو باشگاه مستلزم است که در صورت تمایل به پخش هزینه را پرداخت نماید.

در غیر اینصورت صدا وسیما مسابقه را پخش نمی نماید شهرداری بندرعباس باصدا وسیمای مرکز خلیج فارس توافق وقرارداد امضاء نموده است اما آلومینیم علیرغم پیگیریهای بعمل آمده از سوی روابط عمومی تاکنون قرار دادی به امضاء نرسانده است .

وی در ادامه گفت : این روابط عمومی بنا به رسالت خود باوجود تماسهای فراوان از سوی فوتبال استان هرمزگان که علت عدم پخش را جویا می شدند همچنین پیگیر مسئله پخش تلویزیونی این مسابقات می باشد که در صورت توافق این مسابقات نیز پخش خواهدشد.

سید محمد بنی هاشمی در پایان خواستار حمایت بیشتر رسانه ها از فوتبال وتیم های کشور شد وگفت : درآینده ای نزدیک جلسه هم اندیشی رسانه ها نیز با حضور مدیران عامل باشگاه ها جهت همدلی وهمیاری وحمایت بیشتر از نمایندگان فوتبال هرمزگان در لیگ های کشوری در هئیت فوتبال استان برگزار خواهد شد.

برگزاری اولین دوره مسابقات بسکتبال لیگ برتر بانوان در "بندرعباس"

اولین دوره رفت مسابقات بسکتبال لیگ برتر بانوان باشگاههای کشور در سالن برق منطقه ای از تاریخ ۲۹ آبان لغایت اول آذر با حضور تیم های آرارات تهران ، نفت تهران ، صدرا شیراز ، پادیسان گنبد ، دماوند تهران و شهرداری بندرعباس برگزار می گردد.

به گزارش روابط عمومی سازمان فرهنگی ورزشی شهرداری بندرعباس این مسابقات پس ازانصراف دانشگاه آزاد تهران با حضور ۱۳ تیم در دو گروه برگزار می شود.

فاطمه کهورزاده سرپرست تیم بسکتبال بانوان شهرداری بندرعباس گفت : این تیم که در سال گذشته در لیگ دسته یک کشور حضور داشت توانست به سوپر لیگ صعود نماید وهم اکنون نیز دروضعیت مطلوبی به سر می برد .

همچنین دور دوم در شیراز ودر ۱٤ و ۱۵ آذر ماه با شرکت هر دو گروه برگزار می گردد .

بلقیس عادلی وفوزیه پلاسی زاده بعنوان سرمربی ومربی تیم را همراهی می کند.

برنامه بازیها بدین صورت است که:روز چهارشنبه ۲۹ آبان شهرداری بندرعباس به مصاف آرارات تهران می رود شرکت نفت تهران با دماوند تهران وصدرا شیراز با پادیسان گنبد دیدار می کند.

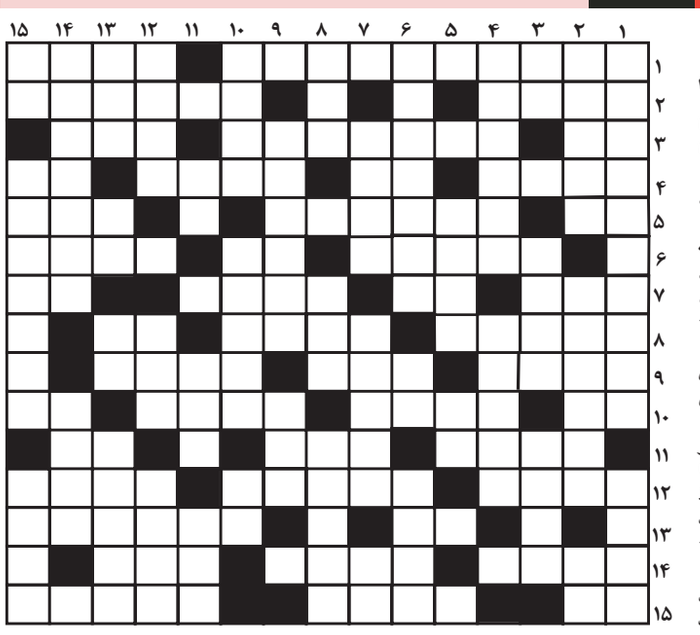
در روز پنجشنبه ۳۰ آبان صدرا شیراز با شرکت نفت تهران به رقابت می پردازد ، دماوند تهران با همشهری خود آرارات دیدار می کند وشهرداری بندرعباس پذیرای پادیسان گنبد است ودر روز جمعه اول آذرماه آرارات تهران با پادیسان گنبد ، شهرداری بندرعباس با شرکت نفت تهران وصدرا شیراز با دماوند تهران به رقابت می پردازد

راهیابی تیم های منتخب جناح و کهتویه به نیمه نهایی فوتبال "جناح"

تیمهای بهزیستی کمشک - بهزیستی جناح - گازال جناح ونصر کهتویه به مرحله نیمه نهایی مسابقات فوتبال دسته اول بخش جناح راه یافتند. کتابی رئیس هیئت فوتبال بخش جناح گفت مرحله دوم این مسابقات که از تاریخ ۱۹ مهرماه درمحل زمین ورزشی تلاش جناح باحضور ۱۰ تیم در دوگروه ۵ تیمی با همدیگربه رقابت پرداختند که درنهایت تیمهای بهزیستی کمشک - گازال جناح - بهزیستی جناح ونصر کهتویه به مرحله نیمه نهایی این دوره از مسابقات راه یافتند .

جدول ۷۱۰

طراح : حمید راه گل از بندرلنگه



افقی

۱- نویسنده کتاب دیوار- نویسنده کتاب آدم آدم است
۲- یکی از ماه های رومی-روغنی بر دست و پا
۳- جفت ماده -نویسنده کتاب هرگز نمیر مادر با حرفی جابجا - ماده بیهوش کننده
٤- بالا پوش زمستانی - پسوند شباهت - مرد راست گو و درست کردار-ریشه
۵-صد متر مربع - کشف کردن - اجاره خانه
٦- شلوار - عز م و قصد -اسب سفید
۷- طریق -نفس خسته - بازرگان -در بازی می زنند
۸-اسبابی برای اندازه گیری اجسام - خرگوش - برادر پدر
۹-مرض روانی - نوعی پارچه - پیمان
۱۰-بس و کافی - پا را در آن می گذارند و سوار می شوند -خورآک پرندگان - آخر
-۱۱ آرام و آهسته - شهر آرزوها - اشاره بدور
۱۲-پیشگیر -گیاهی - لقب حضرت موسی (ع)
۱۳-حرف صریح - جایگاه مغان به گفته حافظ
۱٤- ستاره پروین - آحاد - محل پرتاب
۱۵- درخت انگور پیامبران -نام ادیسون -

عمودی

۱- نویسنده کتاب امیل - حوضی دربهشت
۲-بزرگان- جمع دو قاره - گلی خوشبو با چند رنگ
۳- رمق آخر - کوهی در ایران - بخشیده شده از طرف خداوند
٤-دلسوز بیمارستان - دوستان
۵- قله کوه و موج - مرتجع لاستیکی
٦-شهری در فارس - ویتامینی است - فاتح شده
۷- نام دخترانه خارجی- خان و صاحب - شخص
۸- فلزی است - سبز خوردن چند رنگ - آهو و جیران
۹-نصف جهان - وسیله و ابزار
۱۰- متد و روال -وادار شده - تابستان عزیز است
۱۱- دریا - همت و آهنگ - رها نشده
۱۲- آب دهان - بهشت - برادر شیرازی
۱۳- نوعی شیرینی تر - اندک - ابر نزدیک زمین- بانک عکس
۱٤- نوعی خوراک با شیر - کرم خوک
۱۵- ماهی کنسروی - سر سلسله افشاریه - فاسق

طالع بینی

فروردین
به سختی کار می کنید اگر چه خیلی خسته می شوید اما بعد از مدتی طولانی نتیجه اش را می بینید. دیگران از کار شما قدردانی می کنند.

اردیبهشت
کمی خستگی در محل کار بر سلامتی شما اثر می گذارد.به نظر می رسد یکی از همکاران تان نیروی فیزیکی شما را نادیده می گیرید.شاید به این خاطر که شما با آنها موافق نیستید. بهتر است عصبانیت خود را کنترل کنید و طوری رفتار کنید که انگار این شخص وجود ندارد.

خرداد
به سختی می توانید لحظه ای در یک جا بمانید و تمایل دارید تغییرات زیادی ایجاد کنید. به دنبال اهدافی هستید که مدت هاست تمایل دارید آن ها را به دست آورید.

تیر
اگر به پیشنهاد سیاره ای دیروز گوش کرده باشید صبح باید لبخندی بر لب از خواب بیدار شوید. اگر گوش نکرده باشید با عصبانیت و بدخلقی بیدار می شوید و مجبورید همه مشکلات را بپذیرید.

مرداد
امروز کمی بی حوصله اید و قدر فرصت هایی که به سادگی برای تغییر اوضاع پیش می آید را می دانید. در هر حال انجام این کار بستگی به میزان کار شما و نظر دیگر همکارانتان دارد. ولی شما امروز به سادگی بر سر هر موضوعی، از کوره در می روید. به خودتان محبتی نکنید و تا آن جا که می توانید استراحت کنید. اگر با هرگونه ویروسی مواجه شدید، بهترین کاری که می توانید انجام دهید این است که کارهای لازم برای پیش گیری از بیماری را انجام دهید.

شهریور
همسرتان مثل همیشه زیاد با شما صحبت نمی کند.به تصورات تان اجازه ندهید بی وقفه کار کنند.سرتان را به کار خودتان مشغول کنید و اجازه ندهید فکرهای بد کنید.

مهر
امروز مراقب خود باشید چون خیلی زود احساس خستگی و کسالت خواهید کرد.این امر به خصوص زمانی به چشم می خورد که شما زیر بار مسوولیت ها و کارهای زیادی باشید و یا این که شخصی نسبت به شما رفتار دوستانه ای نداشته باشد.بهترین کاری که برای جلوگیری از این حالت می توانید بکنید این است که خود را مشغول کاری کنید که هم به انجام دادن آن افتخار می کنید و هم با انجام آن تایید دیگران را جلب می کنید که این امر موجب اعتماد به نفس بیشتر شما می شود.

آبان
امروز ارزش زیادی برای خود قائل هستید.در انتظار پیشرفت زیادی باشید.همسرتان ابراز احساسات زیادی به شما خواهد کرد.اگر کسی از شما کمک بخواهد یا برعکس آماده ارائه دادن می باشید.

آذر
زمان هائی هست که می توانید هم به مسایل زمینی و زندگی خود اهمیت بدهید و متوجه آنها باشید و هم سرتان در آسمانها باشید و به مسایل معنوی اهمیت بدهید. امروز خیلی بطور ایده آلیستی به همه چیز و همه کس فکر می کنید ولی در عین حال می دانید که توقع تان را نباید بطور غیر واقعی زیادی بالا ببرید. ایده خوبی نیست که درحال حاضر کم خوابی داشته باشید چون زمانی است که نیاز دارید به سلامت جسمانی خود برسید.

دی
خطری برایتان وجود دارد. چون همه سرشان شلوغ است و حواسشان نیست. به خاطر داشته باشید که اگر تمام کارهایی را که باید امروز انجام می دادید انجام ندهید دنیا به پایان نمی رسد. تنها به آرامی کارها را انجام دهید.

بهمن
بهمنی عزیز عنصر شما هواست یعنی گاهگاهی پیش می آید که نمی توانید فعالیت های مغزیتان را متوقف کنید و به خودتان اجازه بدهید تا بجای تفکر بر اساس احساسات عمل کنید.اگر بتوانید این دو را با هم ترکیب کنید می توانید مشکلات را با سرعت نور حل کنید و به سرعت پیشرفت کنید.

اسفند
شما معمولاً آنچنان متین هستید که اگر زمانی برای دفاع کسی را گاز بگیرید انگار که شوک رخ داده است خوب شما می توانید در معرض یک موقعیت خلق بد قرار گرفته باشید اما اگر در آن هنگام خراب بوید)در وضع عادی نبودید(عذرخواهی کنید.

مژدگانی

یک دستگاه خودروی پژو ۴۰۵ نقره ای مدل ۸۵ به شماره پلاک ۶۶۴س۲۶ایران-۶۵ شماره شاسی ۱۴۲۹۵۶۹۶ و شماره موتور ۱۲۴۸۵۰۱۳۶۵۳ به سرقت رفته است .از کسانی که از محل اختفای این خودرو به نحوی اطلاع دارند خواهشمند است با شماره تلفن ۰۹۱۳۳۴۷۶۷۱۷ تماس گرفته و مژدگانی دریافت نمایند .

آگهی تاسیس موسسه خیریه هیات امنای وحدت روستای پاتل بنوبند

موسسه فوق در تاریخ ۱۳۸۷/۰۸/۲۲ تحت شماره ۵۰۰ در این اداره به ثبت رسیده و در تاریخ ۱۳۸۷/۰۸/۲۷ از لحاظ امضاء ذیل دفاتر تکمیل گردیده و خلاصه آن به شرح زیر جهت اطلاع عموم در روزنامه رسمی آگهی می شود .۱ موضوع موسسه : اجرای کلیه برنامه های بهزیستی در شاخه های امور اجتماعی ،پیشگیری ،تشکیل کلاسهای مهد کودک و آموزش پیش دبستانی ،اجرای برنامه های مربوط به جوانان و نوجوانان روستایی و پر کردن اوقات و تشکیل تیم های ورزشی ، تحت پوشش قرار دادن خانواده های نیازمند و پیشگیری از معلولیت و آسیبهای اجتماعی ، توسعه و ارائه خدمات فرهنگی ،آموزشی ورزشی بر اساس مجوز شماره ۳۰/٦/۱۰/۱۰۱۱۱ از سازمان بهزیستی استان هرمزگان . ۲ - مدت موسسه : از تاریخ ثبت به مدت نامحدود ۳ - مرکز اصلی موسسه : ۱ -۳ -استان هرمزگان -شهر بندرعباس دهستان تازیان روستای پاتل بنوبند ٤ -: سرمایه موسسه : مبلغ ۱/۰۰۰/۰۰۰ریال می باشد ۵-اولین مدیران موسسه : ۱-۵ -آقای مجید نیک روش به سمت نائب رئیس هیئت مدیره ۲ -۵ -آقای محمد چوپان زاده به سمت عضو هیئت مدیره ۳-۵-آقای فاروق سالاری شهروئی به سمت عضو هیئت مدیره ٤ -۵ -آقای ایوب بیدجام به سمت عضو هیئت مدیره (بعنوان عضو علی البدل) ۵-۵-آقای محسن نیک روش به سمت عضو هیئت مدیره (بعنوان عضو علی البدل) ٦-۵ -آقای اکبر چوپان زاده به سمت منشی هیئت مدیره ۷ -۵ -آقای علی بیدجام به سمت خزانه دار ۸ -۵ -آقای فاروق سالاری شهروئی به سمت مدیر عامل به مدت نامحدود انتخاب گردیدند. ٦ - دارندگان حق امضاء:کیه اسناد و اوراق بهادار و تعهد آور با امضا مدیر عامل و مهر شرکت معتبر است ۷-اختیارات مدیر عامل: مطابق اساسنامه می باشد . ۸-بازرس اصلی وعالی البدل : ۱-۱-آقای صالح رئیسی شهروئی به عنوان بازرس اصلی ۲-۲-آقای مهرداد میری شهرویی به عنوان بازرس علی البدل

اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری واحد ثبتی بندرعباس
تاریخ:۱۳۸۷/۸/۲۷شماره:۴۶۷۵ م الف

مواد غذایی فاسد شدنی پس از تهیه باید هر چه زودتر مصرف گردند
از نگهداری آنها به مدت طولانی و خارج از یخچال خود داری نماییم
روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی هرمزگان - کمیته آموزش همگانی سلامت