■ گزارشات فراوانی ازوالدین و متخصصین وجودداردکه حاکی ازآن است که حذف مواد غذایی از رژیم غذایی کودک باعث پیشرفت چشمگیرو بهبود رفتاری شده است.

آوای دریا ۲۲۴۳۷۳۴ ۲۲۴۶۳۸۴

☎ اواخر سال گذشته اورژانس بزرگ بندرعباس افتتاح شد که در بخش درمانی اتفاق میمونی به حساب می آید . ای کاش مسئولان مربوطه برای سالن انتظار آن هم فکری می کردند . در حال حاضر مردم در پشت درب اورژانس و در گرما تجمع می کنند و فضای نامطلوبی را ایجاد می کنند. امیدواریم که هر چه سریعتر سالن انتظار این اورژانس نیز احداث شود .

رحیمی

☎ برخی از مطب های پزشکان در دو راهی ایسینی بندرعباس دارای درب و پنجره زنگ زده ، سقف و دیوار رنگ و رو رفته و ... است . چرا پزشکان این مطلب ها به این مسائل که ارتباط مستقیمی با بهداشت محیط کار، آن هم یک مکان بهداشتی دارد توجه نمی کنند . جالب اینجا است که ان مطب ها روزانه پذیرای دهها مریض هم هستند .

یکی از اهالی محله

☎ می خواستم به مسئولان آب و استان عرض کنم که امسال که سال اصلاح الگوی مصرف نامگذاری شده است؛ جهت جلوگیری از هدر رفتن آب در استان با توجه به خشکسالی های چند ساله اولاً سیستم فرسوده آبرسانی را ترمیم کنند و از طرفی دیگر اتفاقات آب نیز جهت رفع شکستگی ها مشکلات مربوطه ، سریعتر و در کوتاهترین زمان ممکن اقدام نمایند .

احمد پور

☎ واقعاً تا کی بایستی وضعیت نرخ تا کسی در بندرعباس نابسمان باشد و رانندگان به دلخواه از مردم کرایه بگیرند . از پارک شهر تا بیمارستان شهید محمدی و از پارک شهر تا فلکه برق را رانندگان این مسیر ۲۰۰ تومان می گیرند و وقتی که اعتراض می کنیم می گویند باید دویست تومان بدهی و به هر جایی هم که می خواهی شکایت کن . این گستاخی راننده نشانه ضعف نظارت تاکسیرانی است که باعث شده خودسرانه عمل کند و از هیچ نهادیهم هراس نداشته باشند . بالاخره چاره ای برای این نابسامانی ها بیندیشید و این وضعیت را سامان دهید .

چند مورد تلفنی

☎ نگارخانه خیابانی که در فلکه شهربانی به نمایش گذاشته اقدامی بسیار جالب توجه می باشد .نمایش و معرفی زیبائیهای طبیعی و مناطق گردشگری استان در قالب تصاویر و عکسهایی زیبا و گیرا آن هم در یک مکان عمومی جدا قابل تقدیر و تحسین دارد . از مسوولین مربوطه به خاطر این کار قشنگ تشکر می کنیم .

سعیدی

☎ آب روستای حسن لنگی مدتی است که گل آلود و دارای املاح زیادی است . این اتفاق باعث نارضایتی اهالی این روستا شده است چون با وجود این وضعیت ،استفاده این آب مقدور نیست . از مسئولین تقاضا داریم به وضع این آب رسیدگی کنند .

جمعی از اهالی

☎ دانشگاه پیام نور میناب به دلیل دور بودن از شهر، نیازمند داشتن سرویس ایاب وذهاب است . به خصوص در روزهای تعطیل و هنگام غروب برای بازگشت به خانه با مشکل مواجه هستیم .از مسئولین شهرداری و دانشگاه خواستاریم این مشکل را مرتفع سازند تا با خیالی آسوده به تحصیل مشغول شویم .

چند تن از دانشجویان

☎ در پلیس راه بندرعباس -میناب ، باند برگشت در روستای با غو ، روزهای تعطیل یک مسیر برای عبور خودروها باز است و یک مسیر دیگر را مسدود می کنند در هنگام غروب که عده زیادی از روستاهای اطراف می خواهند به بندر عباس بار گردند ، در این محل مدتی را معطل می شوند و معلوم نیست این کار برای چیست؟ لطفا رسیدگی شود .

کمالی

☎ مدتی است که به علت خرابی تلفن به ۱۱۷ اطلاع داده ایم و حتی برای رفع خرابی حضوری به مخابرات مراجعه کرده ایم ولی حالا که نزدیک به سه هفته از آن زمان می گذرد هنوز برای رفع خرابی اقدامی صورت نگرفته است . مسئول این تاخیر کیست و چه کسی می خواهدجوابگو باشد ؟

یك شهروند

☎ تقاطع خیابان درخت سبز وبلوار جمهوری در اکثر مواقع به دلیل گره خوردن خودروها بین یکدیگر دارای ترافیک سنگینی می شود و رانندگان برای اینکه سریعتر عبورکنند به طور ناگهانی وارد تقاطع می شوند و اکثر مواقع سرباز راهنمایی در محل حضور ندارد یا آنقدر گره ترافیکی در این محل کور می شود که بازسازی راه به سختی انجام می شود. از مسئولین راهنمایی و رانندگی درخواست داریم فکری به حال این تقاطع کنند تا از هدر رفتن وقت مردم جلوگیری شود .

گوهری

☎ چند شب پیش از چهار راه مرادی عبور می کردم . متوجه شدم زمانی که چراغ راهنمایی برای عبور خودروها سبز شده خودرویی باسرعت برای گردش به چپ اقدام نمود وخودورهایی که مسیر آنها مستقیم بود حرکت کردند که نزدیک بود با هم برخورد کنند و به همین دلیل رانندگان دو خودرو وسط تقاطع از خودرو ها پیاده شدند وبعد از بحث لفظی با هم درگیر شدند جالب اینکه هم ماموران راهنمایی و رانندگی وهم ماموران نیروی انتظامی در محل حضور داشتند ونظاره گر این صحنه بودندوبه خود زحمت نمی دادند برای خاتمه این موضوع اقدام کنند چرا نیروی انتظامی وراهنمایی ورانندگی که وظیفه آنها جلو گیری از نزاع وایجاد ترافیک است این قدر خونسرد فقط نظاره گر باید باشند وهیچ اقدامی انجام ندهند ؟ !

یك شهروند

درمان های رژیمی و دارویی کودکان اتیسم

■ اتیسم یک اختلال نافذ رشد با نشانه های متفاوت است که ناتوانایی هایی در زمینه های مختلف از قبیل مهارتهای ارتباط اجتماعی، مهارتهای حرکتی درشت و ظریف و حتی گاهی مهارتهای ذهنی ایجاد می کند. اتیسم طیفی از اختلالات است. در اصطلاح کلی ، به این معنی است که فرد می تواند دارای یک اتیسم خفیف یا خیلی شدید باشد. در بالاترین انتهای طیف سندرم آسپرگر وجود دارد، که بعضی از اوقات سندرم پروفسور کوچک نامیده می شود. پایین ترین انتهای طیف اغلب اتیسم کلاسیک نامیده می شود که معمولا همراه با عقب ماندگی ذهنی است. در بین این طیف انواع اختلالات نافذ رشد شامل سندرم رت اختلال فروپاشنده دوران کودکی، اختلال نافذ رشدغیر اختصاصی (NOS-PDD) وجود دارد.

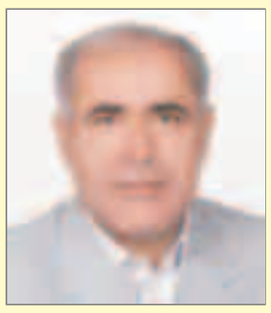
ازآنجایی که اتیسم یک طیف ازبیماری های مشابه است نمی توان گفت که یک درمان خاص برای همه ی این طیف می توانند موثرباشد .

ولی به هرحال متخصصین و خانواده ها به این نتیجه رسیده اندکه بااستفاده از چند روش درمانی و یا ترکیبی ازآنها می توان به کودکان اتیستیک کمک کردتا رفتارهای اختلالی آن ها بهتر شده وعملکرد کلی آن هاپیشرفت کنند.

این ترکیب درمانی می تواند ترکیبی از روش های روان شناسی ودارویی باشد . تا کنون دارویی یافت نشده است که از بروز اتیسم جلوگیری کندویا اینکه آن را درمان کند ولی متخصصین و خانواده ها به تجربه دریافتندکه بعضی ازداروهای استفاده شده در بیماری های دیگر، در بهبودبعضی ازاختلالات اتیسم موثر می باشد.

همچنین مشاهده شده است که تغییرات رژیم غذایی وافزودن برخی ازبیماری ها وموادمعدنی می توانددر بهبود برخی از اختلالات اتیسم موثرباشد . افزودن برخی از ویتامین ها مانند B۱۲،B٦ وهمچنین حذف برخی ازمواد مانند گلوتن وکازنین از رژیم غذایی یک کودک می تواند در بهبود عملکرد سیستم گوارشی،آلرژی ها و رفتارهای کودک تاثیرمثبت داشته باشدتعدادی ازداروهای بیماریهای دیگروجوددارندکه درموردبعضی از کودکان اوتیستک اثرات مثبت نشان داده اند .

این داروهامعمولا در درمان بیش فعالی ، اختلالات توجه ونگرانی درکودکان اوتیستک موثر بوده اند در اصل می توان گفت: هدف از استفاده داروردر کودکان اوتیستک کاهش رفتارهای اختلالی درجهت استفاده بهتروبیشترکودک ازجلسات درمانی می باشد سعی کنیددر صورتی که متخصصین برای کودک شما داروتجویز می کنند این سئوالات را از آنهابپرسید



■ عباس درستی - مدیر آموزش وپرورش استثنایی استان هرمزگان

آیا این داروواثرات جانبی برای کودک شمادارد؟

چه مقداردرطی روزاستفاده شود؟به چه نحوبایداستعمال شود؟دردرازمدت چه تاثیراتی خواهدداشت؟چه کسی و چگونه تاثیرات این دارودر کودک بررسی خواهد کرد؟ آیااستفاده این داروهمزمان با سایر داروها و ویتامین هامشکلی نخواهد داشت؟به هرحال به خاطر داشته باشید.

استفاده از هر دارو برای کودکان اوتیستک بایدحتما زیرنظرمتخصص انجام شده اثرات آن به دقت تحت بررسی باشدشایدبتوان گفت: یکی از بیشترین ویتامین های استفاده شده برای کودک اوتیستک ویتامین B باشداین ویتامین در ساختن آنزیم هایی که برای فعالیت خود به آنها احتیاج داردموثراست . در۱۸تحقیقی که در مورد این ویتامین انجام شده نشان داده شده است.

حدود نیمی از کودکانی که از این ویتامین در رژیم غذایی آنان بیشتر شده بود تاثیرات مثبتی درآنها بوجودآورده بودکه این تاثیرات شامل بهبود رفتار بهبودتماس چشمی، توجه بیشتر وافزایش توانایی یادگیری در این کودکان بود در بعضی کودکان روغن جگر ماهی که حاوی مقادیر زیادی ویتامین ها D،A می باشد تاثیرات خوبی درافزایش تماس چشمی و بهبود رفتاری داشته است ویتامین C نیز در عملکرد بهتر مغز تاثیر دارددرصورتی که قصداستفاده از ویتامین ها را برای کودک خود دارید می بایست با دکتر متخصص خود مشورت نمایید و در صورت لزوم آزمایشاتی را انجام دهید تا مطمئن شوید استفاده ی بیش ازحد معمول این ویتامین ها اثرات جانبی و مخرب بر روی کودک شما نخواهد داشت برخی از کودکان اوتیستک در مورد بعضی ازمواد غذایی حساسیت هایی از خودنشان می دهند ممکن است این حساسیتها و آلرژی به صورت رفتارهای اختلالی درکودک بروز کند .

گزارشات فراوانی از والدین و متخصصین وجود دارد که حاکی از آن است که حذف مواد غذایی ازرژیم غذایی کودک باعث پیشرفت چشمگیر و بهبود رفتاری شده است.

در برخی ازکودکان اوتیستک مشاهده شده است که پروتنین های نظیرگلوتن و کازلین به خوبی شکسته نمی شوند و باعث بروز مشکلاتی درکودک می شوند . حذف این پروتنین ها درکودکان می تواند موجب رفع اختلالات گوارشی و در نتیجه رفتارهای اختلالی ناشی ازآن نیزگردد .

گلوتن درغلات وکازنین در لبنیات وجود دارد . باید توجه داشت در صورت وجود این مشکل در کودک شما نباید غلات و لبنیات از رژیم غذایی کودک حذف شود زیرا ممکن است این قطع ناگهانی خود باعث بروز مشکلات بیشتری شود .

برای این منظور بهتراست با یک متخصص تغذیه مشورت شود تا نحوه ی حذف این مواد و تغییر مناسب رژیم غذایی به شما آموزش داده شود.

بشاش ،اخمو

محمد رضا اسماعیلی

■ اسلام روی گشاده را یکی از حسن های مؤمن ذکر می کند، شاید شما هم جزء افرادی باشید که با دیگران در صورتی می توانید ارتباط برقرار کنید که فرد مورد نظر شما چهره بشاش و با نشاط داشته باشد و همچنین شاید افرادی را دیده اید که همیشه اخمو و عبوس هستند چین و چروک ناشی از اخم از چهره شان پاک نمی شود نوع رفتار می تواند مراودات ما را استحکام بخشد و یا باعث از هم پاشیدن ارتباط ما با دیگران باشد قطعاً شما بارها این سخن را شنیده اید که می گویند فلانی انگار همیشه از همه طلبکار است، در پشت این سخن حقیقتی نهفته است و آن اینکه رفتارما حتی نوع نگاه ما می تواند یک فردی را جذب و یا فردی را از ما بیزار کند.

امام علی (ع) می فرماید : لبخند آدمی به روی برادر مؤمنش حسنه است این جمله زیبا در اصل به ما این نکته را گوشزد می کند که مواظب باشیم که در برخورد با دیگران رفتاری را از خود بروز ندهیم که باعث آزار و آذیت فرد مقابل ما شود. لبخند و تبسم در مواجهه با دیگران آنقدر در اسلام ارزش دارد که برای لبخندی که در چهرهٔ مؤمنی در برخورد با مؤمنی دیگر نقش می بندد، ثواب حسنه نوشته می شود پیامبر اکرم(ص) هیچگاه اخمو دیدهٔ نشده است لبخند و تبسم بر چهره نازنین آن حضرت نقش می بست عایشه می گوید : پیامبر در عالم خواب هم متبسّم بود هیچگاه ژولیده به دیدار دوستانش نمی رفت بیشترین هزینه زندگی رسول خدا به خرید عطر اختصاص داشت با چهره ای شاد و با نشاط و سر و روی نیکو و آراسته نزد اصحاب و یارانش حاضر می شدند. امروزه بسیاری از دانشمندان می گویند قرن حاضرقرن مشکلات روحی است بعضی از افراد ندانسته افسرده می شود، افسردگی با ارتباطی که در آن صمیمیت و محبت جاری باشد بر طرف می شود چهره هائی که به زیور لبخند و اخلاق خوش آراسته باشد برای انسان آرام بخش است.اگر هر فرد در برخورد با دیگران با چهرهٔ شاد برخورد کند ناخودآگاه این شادی در وی نیز جاری خواهد شد جامعه ما نیازمند به انتشار خوبی های نشاط آور دارد باید پیام خوبی و بزرگواری که از آن انرژی مثبت تولید می شود ارمغان زندگی ما باشد . خداوند سعادت بندگانش را خواسته از میان این همه مخلوق بی شمار فقط از آفرینش انسان خودش را تحسین فرمود از روح خودش در انسان دمید او را جانشین خود بر روی زمین قرار داد، فراوان به بشر برای نزدیک نشدن و پرهیز از بدی ها هشدار داد. تا به امروز علم و تجربه هم ثابت کرد هرچه را خدا حلال کرد به نفع انسان بوده و هر آنچه حرام فرمود ضررش برای جسم و روح بشر غیر قابل انکار است. فاجعه مصرف مشروبات الکلی در مراسم عروسی بندر عباس در سال گذشته و کشته و نابینا شدن جمع زیادی از میهمانان عروسی خاطرتان هست عروسی با نشاط بخاطر انجام کار حرام به عزا و ماتمی بزرگ تبدیل شد. زندگی با نشاط حقیقی تنها در پرتو ایمان و صمیمیت ومهر ورزی به بندگان خدا بدست می آید. انسان اخمو و عبوس با خودش هم قهر است قبل از هر چیز به روان خویش ضربه می زند خداوند صدها نعمت به ما عنایت فرموده که قدر آنها را نمی دانیم از آنچه داریم راضی نیستیم از اندک چیزهایی که داریم دل نگران و بی تابیم اسلام عزیز از مسلمان خوشگویی، خوشخویی و خوشرویی می خواهد چهره ای پر نشاط می خواهد. چهره بشاش روح انسان را زنده می کند و اعتماد به نفس انسان را زیاد می کند راست گفته اند که لبخند زبان مشترک همه ی انسانها است .

تاریخچه ی عدد صفر

یکی از معمول ترین سئوالهائی که مطرح می شود این است که چه کسی صفر را کشف کرد؟ البته برای جواب دادن به این سئوال بدنبال این نیستیم که بگوئیم شخص خاصی صفر را ابداع و دیگران از آن زمان به بعد از آن استفاده می کردند. اولین نکته شایان ذکر در مورد عدد صفر این است که این عدد دو کاربرد دارد که هر دو بسیار مهم تلقی می شود یکی از کاربردهای عدد صفر این است که به عنوان نشانه ای برای جای خالی در دستگاه اعداد (جدول ارزش مکانی اعداد) بکار می رود. بنابراین در عددی مانند ۲۱۰٦ عدد صفر استفاده شده تا جایگاه اعداد در جدول مشخص شود که به طور قطع این عدد با عدد ۲۱٦ کاملاً متفاوت است. دومین کاربرد صفر این است که خودش به عنوان عدد بکار می رود که ما به شکل عدد صفر از آن استفاده می کنیم. هیچکدام از این کاربردها تاریخچه پیدایش واضحی ندارند.

در دوره اولیه تاریخ کاربرد اعداد بیشتر بطور واقعی بوده تا عصر حاضر که اعداد مفهوم انتزاعی دارند. به طور مثال مردم دوران باستان اعداد را برای شمارش تعداد اسبان، بکار می برند و در اینگونه مسائل هیچگاه به مسئله ای برخورد نمی کردند که جواب آن صفر یا اعداد منفی باشد. بابلیها تا مدتها در جدول ارزش مکانی هیچ نمادی را برای جای خالی در جدول بکار نمی بردند.

می توان گفت از اولین نمادی که آنها برای نشان دادن جای خالی استفاده کردن گیومه (") بود. مثلاً عدد"٦ ۲۱ نمایش دهنده ۲۱۰٦ بود. البته باید در نظر داشت که از علائم دیگری نیز برای نشان دادن جای خالی استفاده می شد ولیکن هیچگاه این علائم به عنوان آخرین رقم آورده نمی شدندبلکه همیشه بین دو عدد قرار می گیرند به طور مثال عدد "۲۱٦ را با این نحوه علامت گذاری نداریم. به این ترتیب به این مطلب پی می بریم که کاربرد اولیه عدد صفر برای نشان دادن جای خالی اصلاً به عنوان یک عدد نبوده است. البته یونانیان هم خود را از اولین کسانی می دانند که درجای خالی ،صفر استفاده می کردند اما یونانیان دستگاه اعداد (جدول ارزش مکانی اعداد) مثل بابلیان نداشتند. اساساً دستاوردهای یونانیان در زمینه ریاضی بر مبنای هندسه بوده و به عبارت دیگر نیازی نبوده است که ریاضی دانان یونانی از اعداد نام ببرند زیر آنها اعداد را بعنوان طول خط مورد استفاده قرار می دادند.

البته بعضی ازریاضی دانان یونانی ثبت اطلاعات نجومی را بر عهده داشتند. در این قسمت به اولین کاربرد علامتی اشاره می کنیم که امروزه آن را به این دلیل که ستاره شناسان یونانی برای اولین بار علامت ۰ را برای آن اتخاذ کردند، عدد صفر می نامیم. تعداد معدودی از ستاره شناسان این علامت را بکار بردند و قبل از اینکه سرانجام عدد صفر جای خود را بدست آورد، دیگر مورد استفاده قرار نگرفت و سپس در ریاضیات هند ظاهر شد. هندیان کسانی بودند که پیشرفت چشمگیری در اعداد و جدول ارزش مکانی اعداد ایجاد کردند هندیان نیز از صفر برای نشان دادن جای خالی در جدول استفاده می کردند. اکنون اولین حضور صفر را به عنوان یک عدد مورد بررسی قرار می دهیم اولین نکته ای که می توان به آن اشاره کرد این است که صفر به هیچ وجه نشان دهنده یک عدد بطور معمول نمی باشد. از زمانهای پیش اعداد به مجموعه ای از اشیاء نسبت داده می شدند و در حقیقت با گذشت زمان مفهوم صفر و اعداد منفی که از ویژگیهای مجموعه اشیاء نتیجه نمی شدند، ممکن شد. هنگامیکه فردی تلاش می کند تا صفر و اعداد منفی را بعنوان عدد در نظر بگیرید با این مشکل مواجه می شود که این عدد چگونه در عملیات محاسباتی جمع، تفریق، ضرب و تقسیم عمل می کند. ریاضی دانان هندی سعی بر آن داشتند تا به این سئوالها پاسخ دهند و در این زمینه نیز تا حدودی موفق بوده اند . این نکته نیز قابل ذکر است؛ که تمدن مایاها که در آمریکای مرکزی زندگی می کردند نیز از دستگاه اعداد استفاده می کردند و برای نشان دادن جای خالی صفر را بکار می برند. بعدها نظریات ریاضی دانان هندی علاوه بر غرب، به ریاضی دانان اسلامی و عربی نیز انتقال یافت. فیبوناچی، مهمترین رابط بین دستگاه اعداد هندی و عربی و ریاضیات اروپا می باشد.

از چهره های پیروز

سویی چیرو هوندا متولد روستا

گردآورنده :عباس تقی پور

او در سال ۱۹۰٦ در روستا به دنیا آمد . هوندا مطالعه اش را به مجله ای به نام دنیا ی چرخ ها محدود کرد .

روزی هنگام ورق زدن آن مجله چشمش به یک آگهی استخدام افتاد. شرکت آرتی به یک شاگرد تعمیر کار نیاز داشت . او از آن شرکت تقاضای کارکرد که موافقت شد ۲۰ سال بود که مدیر به او پیشنهاد داد شعبه ای از شرکت در دهکده اش ایجاد کند .

نیز کارکند بعد از بهبودی از بیماری به کارخانه بازگشت و موسسه تحقیقاتی هوندا را ایجاد کرد .

دستورالعملهای هوندا برای موفقیت

۱- همواره بلند نظر و با نشاط باشید.

۲- به نظر های معقول اهمیت دهید . به اندیشه ها تازه توجه داشته باشید و اوقات خود را صرف بهبود تولید کنید .

۳- کارتان را دوست داشته باشید و بکوشید تا آنجا که ممکن است کار را برای خود دلپذیر کنید .

۴ - بی وقفه تلاش کنید تا آهنگی موزون و آرام به کار خود بدهید .

۵ - ارزش تحقیق و تلاش را در نظر داشته باشید .

۶-ما قادر به کنترل باد و باران و سایر تغییرات هوا نیستیم اما می توانیم با به کاربردن بادبان ها در مسیر مورد نظرمان ، جریان یابیم .

۷ -اکنون بر سر ۲ راهی حساسی قرار دارید گذشته را فراموش کنید .الان که هستید ؟درباره این که چه کسی بوده اید فکر نکنید تصمیم گرفته اید چه کسی شوید؟

اصرار خانواده

گردآورنده :عباس تقی پور

دختر در گوشه ای از دادگاه نشسته بود تا نوبتش بشود ٦ ماه بیشتر نبوده که عروس شده بود آمده بود تا از همسرش جدا شود .

داماد گویا دختری دیگر را دوست داشت اماخانوده اش مخالف و اصرار داشتند که باید با دختر یکی از دوستان پدر ازدواج کند .

تمام مراسم به خوبی گذشت اما یکماه بعد از ازدواج پروانه متوجه شد که فرزاد همیشگی نیست .تماس مشکوکی به او می شد .یواشکی صحبت می کرد .

تصمیم گرفت فرزاد را مدتی کنترل کند ، به همراه یکی از دوستانش او را تعقیب کرد . او با دختر دیگری ارتباط داشت وقتی که موضوع مشخص شد،فرزاد گفت :با اصرار خانواده ام با تو ازدواج کردم هیچ علاقه ای به تو نداشتم و ندارم و من فکرم جای دیگری است . اگر تحمل نداری می توانی از هم جدا شویم . به همین راحتی ٦ ماه پس از ازدواج آمده بودند تا جدا شوند .

تلفن های ضروری

شرکت آب منطقه ای استان	۳۳۵٤۱۱۵
شرکت آب و فاضلاب استان	۳۳۵۰۵۸٦
شرکت آب وفاضلاب روستا یی	۳۳۳۸۰۰۲-۳
آتش نشانی	۱۲۵
پلیس	۱۱۰
دفتر نظارت همگانی(نیروی انتظامی)	۱۹۷
ستاد خبری	۱۱۳
اورژانس	۱۱۵
اطلاعا ت قطارهای مسافری	۱۳۹
خرابی تلفن	۱۱۷
اطلاعات تلفن	۱۱۸
اتفاقات برق	۱۲۱
اتفاقات آب غرب	۵۵٦۱۰۰۱-۲
سازمان آموزش و پرورش	۳۳۳۹۰۰۱-۵
آموزش و پرورش ناحیه۲	۲۲٤۷۷٤۷-۸
آموزش وپرورش ناحیه(۱)	۲۲۲۳۵۳۷
شرکت برق منطقه ای	۳۳۳۱۷۰۰-۵
شرکت مخابرات هرمزگان	٦٦٦۹۵٤٤
اداره کل تامین اجتماعی استان	۲۲٤۲٤۹۵
سازمان انتقا ل خون	۲۲۲۸۰۳۲
اداره کل نوسازی مدارس	۳۳۳٤۳۸۱-۲
اداره کل فنی وحرفه ای استان	٦٦٦۸۹۸۱-٤
صدا وسیما ی خلیج فارس	۳۳۳۰۰۲۰ -۲۳
اطلاعات پرواز	٦٦٦۵۸۲۸
شرکت توزیع نیروی برق	۵۵٦٤۱۷۰-۳
سازمان جهاد کشاورزی	٦٦٦۲۵٤۱-٦
اداره کل استاندارد	۳۳۳۸۰۵۳
شهرداری بندرعباس	۲۲۲۳۰۲۱-۳
مرکزمخابرات امام خمینی	۵۵٦۲۲۲۳
اداره کل راه وترابری استان	۳۳۳۲۵۹۱-۳
دانشگاه هرمزگان	۳۳۳٤۰۱۲٤
شورای اسلامی شهر بندرعباس	۲۲٤٦۳۹۰
سازمان مسکن وشهرسازی	۳۳۳۱۹۵۵
تا کسیرانی بندرعباس	٤۳۷۰۰۰۱ - ٤
خدمات بار فرودگاه بندرعباس	٦٦٦۵۸۰۵
بیمارستان خلیج فارس	٦٦۷۰۲۸۵-۹
بیمارستان شهید محمدی	۳۳٤۷۰۰۱-۸
بیمارستان امام رضا	۳۳۳٦۰۰۳-۵
بیمارستان شریعتی	۳۳۳۲٤۲٤
تاکسی تلفنی هرمزگان	۲۲۲۰۱۱۰
تاکسی تلفنی توران سفر	۳۳٤۵۰۵۰
تاکسی تلفنی بندر تاز	۳۳۳۵۳۲۲
تاکسی تلفنی امید	۳۳٤۸۰٤۰
تاکسی تلفنی عدالت	۳۳٤۸۸۱۰
تاکسی تلفنی همراه	۵۵٦٤۸٤۲
تاکسی تلفنی نادر گشت بندر	۳۳٤۳۱۹۷
تاکسی تلفنی آریا	۷٦٦۰٤٤۰
تاکسی بیسیم بندرعباس	۱۳۳
بیمارستان صاحب الزمان (عج)	۵۵٦٤۵۰۱-٤
سازمان بازرگانی رسیدکی به شکایات مردمی	۱۲٤

قابل توجه کلیه صیادان سخت کوش استان هرمزگان

■ ممنوعیت صیدمیش ماهی از۱۵ مرداد ۸۸ تا پایان شهریور ۸۸

■ استفاده از تورهای منوفیلا منت از اول فروردین سال ۸۸ در کلیه مناطق وبخش های صیادی استان هرمزگان بر اساس مصوبه کمیته مدیریت صید استان ممنوع می باشند

اداره کل شیلات هرمزگان به منظور حفاظت و صیانت از آبزیان نابالغ ، ممنوعیت صید گونه های حساس اقتصادی و روشهای صید را در سال ۸۸ به شرح ذیل اعلام می دارد :

لازم به ذکر است که با متخلفین برابر قانون حفاظت از منابع آبزیان جمهوری اسلامی ایران برخورد می گردد

اداره امور صیادان شیلات هرمزگان