با این روش‌ها سن خود را کاهش دهید!

■ پیری زودرس و پیرترشدن از سن واقعی، هشداری برای افزایش سن بدن است؛ اما با راه‌هایی می‌توان سن بیولوژیکی بدن را کاهش داد.

تحقیقات جدید نشان می‌دهد که افراد مبتلا به بیماری روانی از نظر جسمی بزرگ‌تر از سن خود هستند. پیری زودرس ممکن است ناشی از انزوای اجتماعی، سبک زندگی ناسالم و استرس مزمن باشد. از این رو، درمان بیماری‌های روانی و حفظ عادات سالم می‌تواند روند پیری را کُند کند.

گروه بهداشت و سلامت–سن تقویمی، تنها یک عدد است و معیار درستی برای اثبات پیری و جوانی افراد نخواهد بود، زیرا بدن ما با سرعت‌های متفاوتی پیر می‌شود. برای مثال، ۷۰ سالگی هر فردی با فرد دیگر می‌تواند بسیار متفاوت به نظر برسد. برخی افراد ممکن است در دهه ۷۰ سالگی سالم و سرپا به نظر برسند، درحالی‌که برخی دیگر نیاز به کمک داشته باشند.

ازنظر علمی ثابت‌شده که هر فردی، دو سن دارد؛ سن تقویمی و سن بیولوژیکی. سن بیولوژیکی مهم‌تر از سن تقویمی افراد است زیرا سن بیولوژیکی با توجه به سبک زندگی، تغذیه و بیماری‌های افراد نشان می‌دهد که بدن ازنظر سلامتی در مقایسه با سن تقویمی چگونه پیر شده است؛ همچنین دانستن سن بیولوژیکی می‌تواند به ما کمک کند تا درک دقیق‌تری از وضعیت سلامتی خود داشته باشیم.

برابر بودن سن بیولوژیکی با سن واقعی، می‌تواند به این معنی باشد که بدن با سرعت مناسبی پیر می‌شود. اگر سن بیولوژیکی کمتر از سن واقعی باشد، به این معنی است که بدن کندتر از سن واقعی پیر می‌شود. اگر سن بیولوژیکی بیشتر از سن واقعی باشد، ممکن است به این معنی باشد که آسیب زیادی به سلول‌ها وارد شده است و بدن سریع‌تر از سن واقعی پیر می‌شود.

بااین‌حال، باید توجه داشت که عوامل مختلف می‌تواند تأثیر نامطلوبی بر سن بیولوژیکی داشته باشد؛ ازجمله: فقدان فعالیت بدنی و ورزش، رژیم غذایی ناسالم که سرشار از قند است و منجر به افزایش وزن می‌شود و بیماری‌هایی مانند دیابت، فشارخون بالا و بیماری‌های روانی.

بیماری روانی باعث پیری زودرس می‌شود

تحقیقات جدید نشان می‌دهد که افراد مبتلا به بیماری روانی ازنظر جسمی بزرگ‌تر از سن خود هستند. پیری زودرس ممکن است ناشی از انزوای اجتماعی، سبک زندگی ناسالم و استرس مزمن باشد. از این رو، درمان بیماری‌های روانی و حفظ عادات سالم می‌تواند روند پیری را کُند کند. بر اساس تحقیقات ارائه‌شده در کنگره روان‌پزشکی اروپا در سال ۲۰۲۳، افراد دارای سابقه بیماری‌های روانی مانند اضطراب، افسردگی یا اختلال دوقطبی، دارای نشانگرهای زیستی بودند که نشان می‌داد آن‌ها از سن واقعی خود پیرتر هستند. به‌عنوان‌مثال، افراد مبتلا به اختلال دوقطبی دارای نشانگرهای خونی بودند که نشان می‌داد آن‌ها حدود دو سال از سن تقویمی خود بزرگ‌تر بودند. محققان برای تعیین سن بیولوژیکی، متابولیت‌های خون بیش از صد هزار ساکن بریتانیا را تجزیه‌وتحلیل کردند. متابولیت‌ها، ترکیبات آلی کوچکی هستند که توسط متابولیسم انسان مانند گلوکز، کلسترول و اسیدهای آمینه ایجاد می‌شوند. غلظت برخی از متابولیت‌ها در جریان خون باگذشت زمان افزایش می‌یابد، درحالی‌که برخی دیگر کاهش می‌یابد و محققان را قادر می‌سازد از آن‌ها به‌عنوان معیار سن استفاده کنند. با این روند، محققان دریافتند افرادی که ازنظر روانی بیمار هستند دارای مشخصات متابولیتی فراتر از سال‌های زندگی خود هستند.

چرا افراد مبتلا به بیماری روانی زودتر پیر می‌شوند؟

بیماری روانی از راه‌های مختلفی می‌تواند بر بدن تأثیر بگذارد. مثلاً افراد مبتلا به اختلالات روانی اغلب به دلیل شرایط زندگی نامطمئن دچار کاهش امید به زندگی می‌شوند. انگ پیرامون بیماری روانی نیز می‌تواند منجر به انزوای اجتماعی و حتی خشونت شود که این مسئله بر سلامت کلی تأثیر منفی می‌گذارد. علائم بیماری روانی همچنین می‌تواند در توانایی فرد برای حفظ عادات سالم اختلال ایجاد کند. افرادی که بیمار روانی هستند، بیشتر سیگار می‌کشند و کمتر از رژیم غذایی مغذی و ورزش منظم استفاده می‌کنند.

درنهایت، خود بیماری تأثیر فیزیکی دارد. اضطراب و افسردگی، گردش هورمون‌های استرس را در جریان خون افزایش می‌دهد و منجر به التهاب مزمن می‌شود و به بیماری‌های مرتبط با افزایش سن کمک می‌کند.

پیری زودرس، نتیجه قطعی بیماری روانی نیست

افراد مبتلا به اختلالات روانی می‌توانند برای سالم ماندن و کند کردن روند پیری اقداماتی انجام دهند. اولین و مهم‌ترین مسئله، درمان سلامت روان است. تشخیص، درمان و در صورت لزوم، دارو می‌تواند کیفیت زندگی افراد مبتلا به بیماری‌های روانی را بهبود بخشد و فشاری را که بیماری روانی بر بدن وارد می‌کند، کاهش دهد.

نشان داده‌شده است که مدیتیشن و ذهن آگاهی منظم نیز علائم روانی اضطراب و افسردگی را کاهش می‌دهد. علاوه بر این‌ها، گاهی علائم تحت کنترل را می‌توان با تغذیه مناسب، فعالیت بدنی، ترک سیگار و ایجاد سبک زندگی سالم کاهش داد. همه این تمرینات هم برای سلامت جسمی و هم برای سلامت روانی مفید است.

چطور سن بیولوژیکی خود را کاهش دهیم؟

سن بیولوژیکی به‌نوعی تعیین‌کننده میزان سلامتی بدن شماست؛ بنابراین، فارغ از اینکه مبتلا به اختلال روانی یا بیماری خاصی باشید یا خیر، لازم است تا اقداماتی را در جهت بهبود سن بیولوژیکی خود انجام دهید. همچنین اگر با محاسبه سن بیولوژیکی خود از طریق آزمایش خون یا سایر روش‌های خانگی، متوجه شدید که سن بدنتان بالاتر از سن واقعیتان است، نگران نشوید. عدد بیولوژیکی بدنتان در نوسان است و با انجام اقدامات زیر می‌توانید آن را کاهش دهید:

ورزش کنید

حرکت منظم روزانه و ورزش حتی فقط ۱۵ تا ۲۰ دقیقه در روز می‌تواند تفاوت قابل توجهی ایجاد کند.

از عادات غذایی سالم پیروی کنید

سعی کنید غذاهایی مانند میوه‌ها و سبزیجات، لوبیا، لبنیات کم‌چرب و غلات پر فیبر را به رژیم غذایی خود اضافه کنید. همچنین سعی کنید با برنامه‌ریزی و رعایت آن، وعده‌های غذایی خود را در زمان مناسب میل کنید.

پرهیز از غذاهای حاوی مواد نگهدارنده و افزودنی، مواد غذایی بسته‌بندی‌شده، غذاهای روغنی و سرخ‌شده، غذاهای پر کربوهیدرات و غذاهای شیرین و نمکی بسیار کمی دارند و برای سلامت ما مضر هستند. آن‌ها همچنین منجر به بسیاری از بیماری‌های مزمن می‌شوند که می‌توانند تأثیر منفی بر سن بیولوژیکی ما داشته باشند.

سیگار را ترک کنید

سیگار کشیدن می‌تواند تا ۳ سال، سن بدن شما را افزایش دهد. سعی کنید مصرف روزانه خود را کاهش دهید و از کشیدن سیگار خودداری کنید.

خواب و استراحت کافی داشته باشید

کمبود خواب با شرایط سبک زندگی مانند دیابت، فشارخون بالا و حتی بیماری‌های سلامت روان مانند افسردگی مرتبط است و می‌تواند منجر به احساس خستگی دائمی شود. کمبود خواب و بی‌خوابی همچنین می‌تواند یک تا دو سال سن بیولوژیکی را افزایش دهد.

استرس را از خودتان دور کنید

یکی دیگر از عوامل مهم در سن بیولوژیکی، سطح استرس است. استرس مزمن، پیری زودرس را تسریع می‌کند. استرس، تلومرهای DNA که نقش حیاتی در طول عمر انسان دارند را کوتاه می‌کند و خطر ابتلا به سیستم ایمنی ضعیف و بسیاری از بیماری‌های مزمن را افزایش می‌دهد.

کاهش استفاده از ابزارهایی که EMF تابش می‌کنند

ابزارهایی مانند تلفن همراه، هدفون، کامپیوتر یا لپ‌تاپ و سایر دستگاه‌ها مانند ماکروویو، تلویزیون‌های هوشمند، وای‌فای و غیره، تشعشعاتی را منتشر می‌کنند که می‌تواند برای بدن ما مضر باشد. خوابیدن با تلفن همراه یا استفاده از هدفون می‌تواند تأثیر مخربی بر سن بیولوژیکی شما داشته باشد؛ بنابراین، استفاده خود را از چنین ابزارهایی محدود کنید. در نهایت اگر به‌خوبی از بدن خود مراقبت کنید، غذای خوب بخورید، روزانه ورزش کنید، از اعتیادهای غیرضروری اجتناب کنید و سبک زندگی سالمی را در پیش بگیرید، ممکن است شانس افزایش سن بیولوژیکی خود را داشته باشید.

رژیم غذایی سرشار از اُمگا۳ روند بیماری ALS را کُند می کند

گروه بهداشت و سلامت– تحقیقات جدید نشان می دهد که مصرف اسیدهای چرب اُمگا ۳ مانند روغن دانه کتان و گردو ممکن است به کاهش سرعت عملکرد فیزیکی ناشی از «اسکلروز جانبی آمیوتروفیک» (ALS) کمک کند. ALS (که قبلاً به عنوان بیماری لو گریگ شناخته می‌شد) یک بیماری عصبی پیشرونده است که سلول‌های عصبی در مغز و نخاع را تحت تأثیر قرار می‌دهد. افراد مبتلا به ALS توانایی شروع و کنترل حرکت عضلات را به مرور زمان از دست می‌دهند. متوسط طول عمر پس از تشخیص دو تا پنج سال است. محققان خاطرنشان کردند که روند آهسته تر علائم نیز ممکن است بقا را برای افراد مبتلا به ALS افزایش دهد. دکتر «جتیل جورنویک»، استادیار اپیدمیولوژی از دانشگاه هاروارد و محقق ارشد، گفت: «ارتباطی که مطالعه ما بین رژیم غذایی و ALS نشان داده است جذاب است و نشان می‌دهد که افراد مبتلا به ALS ممکن است از ترکیب اسیدهای چرب امگا ۳ در رژیم غذایی خود بیشتر سود ببرند.» علاوه بر گردو و روغن دانه کتان، منابع خوبی از اسیدهای چرب اُمگا ۳ شامل روغن کلزا و تخم کدو تنبل است.

محققان دریافتند که مصرف بیشتر اسید چرب امگا ۶ نیز می‌تواند مفید باشد. برای مطالعه ارتباط بین رژیم غذایی و ALS، محققان به مدت ۱۸ ماه ۴۴۹ نفر مبتلا به ALS را دنبال کردند. میانگین سنی شرکت کنندگان ۵۸ سال بود. حدود ۲۸ ٪ در پایان دوره مطالعه فوت کردند. محققان با تجزیه و تحلیل اسیدهای چرب امگا ۳ در خون شرکت کنندگان، آنها را به چهار دسته از پایین‌ترین تا بالاترین گروه تقسیم کردند. شرکت کنندگان همچنین در ۱۲ جنبه عملکرد بدنی از جمله بلع، صحبت کردن، جویدن، توانایی استفاده از عضلات در دست، بازوها، پاها و نیم تنه و عملکرد تنفسی مورد آزمایش قرار گرفتند. نمرات کل بین صفر و ۴۸ متغیر بود و نمرات بالاتر نشانگر عملکرد بهتر و علائم با شدت کمتر بود. یک اسید چرب اُمگا ۳ به نام اسید آلفالینولنیک مفیدترین اسیدچرب بود که در دانه‌های کتان، گردو، چیا، و بسیاری از روغن‌های گیاهی رایج یافت می‌شود. شرکت کنندگان که بیشترین میزان اسید آلفا لینولنیک را داشتند، در شروع مطالعه به طور متوسط ۳۸.۳ امتیاز داشتند. افراد دارای کمترین مقدار آن، میانگین نمره شأن ۳۷.۶ بود. تعداد کمتری از این گروه که دارای بیشترین میزان اسید آلفالینولنیک بودند در طول مطالعه درگذشتند. سطح بالاتری از اسید چرب امگا ۳ به نام اسید ایکوزاپنتانوئیک نیز با خطر کمتر مرگ در طول دوره مطالعه همراه بود. این اسید را می‌توان در مکمل‌های چربی ماهی و روغن ماهی یافت. براساس این گزارش، یک اسید چرب اُمگا ۶ به نام اسید لینولئیک که در روغن‌های گیاهی، آجیل، گوشت، دانه‌ها و تخم مرغ یافت می‌شود، هم با بهبود بقای بیماران همراه بود.

آیا منیزیم به کاهش وزن کمک می کند؟

گروه بهداشت و سلامت– تحقیقات نشان می‌دهد که منیزیم برای تنظیم قند خون در افراد دارای اضافه وزن یا چاق مفید است. یک مطالعه در سال ۲۰۱۳ نشان داد که مصرف مقادیر بالاتر منیزیم به کنترل بهتر سطح انسولین و گلوکز خون کمک می‌کند. این مطالعه نشان داد که منیزیم به نفخ و نگه داشتن آب بدن کمک می‌کند. مطالعه ای در سال ۲۰۱۶ نشان می‌دهد منیزیم در تنظیم سطح گلوکز خون نقشی موثر دارد. به این ترتیب می‌تواند در لاغری افراد نقش مهمی داشته باشد. منیزیم استرس و اضطراب را کاهش می‌دهد و به این ترتیب با کاهش هورمون اضطراب که باعث ذخیره چربی می‌شود، وزن کاهش خواهد یافت. منیزیم یک عامل کمکی برای تولید ATP است. ATP آنزیمی است که انرژی درون و بین سلول‌ها را منتقل می‌کند. منیزیم با ATP در حکم یک باتری سلولی عمل خواهد کرد و انرژی مواد غذایی را در اختیار سلول‌ها می‌گذارد. منیزیم در سهولت انقباض و انبساط قلب موثر است. به این ترتیب می‌توانید ورزش برای کاهش وزن را با خیال راحت انجام دهید. منیزیم با تاثیر بر خلق و خو و جلوگیری از افسردگی می‌تواند در لاغری افراد موثر باشد. با این حال، پزشکان هشدار می‌دهند که مصرف منیزیم به تنهایی برای کاهش وزن موثر نیست. از نظر آنان بهترین استراتژی شما برای کاهش وزن طولانی مدت شامل محدود کردن کالری، خوردن یک رژیم غذایی رنگارنگ سالم و ورزش منظم است.

آگهی تصمیمات شرکت حافظ گستر کیش (سهامی خاص)
ثبت شده به شماره ۱۳۷۷۴ و شناسه ملی ۱۴۰۰۸۰۷۸۱۳۷
به استناد صورتجلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۳/۱۱ واستعلام به عمل امده از مدیریت محترم بازرگانی سازمان به شماره ۱۴۰۱/۳۸۰۱۳۳۱۵ مورخ ۱۴۰۲/۰۳/۱۱، موضوع شرکت بشرح ذیل تغییر یافت: «خرید و فروش و واسطه گری و مشاوره در زمینه املاک در جزیره کیش، پیمانکاری درامور ساخت و ساز و بازسازی ساختمان، عقد قرار داد با موسسات وشرکتهای دولتی وخصوصی داخلی و خارجی، اخذ وام و تسهیلات از بانکهای دولتی و خصوصی.» و در نتیجه ماده مربوطه در اساسنامه به نحو فوق اصلاح گردید.
شیما فرج زاده–سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت پترو دانا کاسپین کیش (با مسئولیت محدود)
ثبت شده به شماره ۱۰۸۷۳ و شناسه ملی ۱۴۰۰۳۶۷۸۶۴۹
به استناد صورتجلسه مجمع عموی فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۲/۲۸ خانم سارا عبدالوهابی به شماره ملی ۰۴۴۰۰۳۲۲۱۰ دارنده ۵۰۰,۰۰۰ ریال سهم الشرکه طی سند صلح به شماره ۱۱۴۳۵ مورخ ۱۴۰۲/۰۲/۲۷ دفترخانه اسناد رسمی ۱۳۴۴ تهران کلیه سهم الشرکه خود به خانم سوزان لیاقتی به شماره ملی ۰۰۴۰۷۵۹۷۸۴ واگذار و از شرکت خارج و منبعد هیچگونه حق و سمتی در شرکت ندارد.
شیما فرج زاده–سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت بازرگانی تجارت گستر نیک اختر کیش (با مسئولیت محدود)
ثبت شده به شماره ۱۴۲۱۰ و شناسه ملی ۱۴۰۰۹۷۴۴۸۴۵
به استناد صورتجلسات مجمع عمومی عادی بهطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۲/۳۰ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید.
۱–خانم معصومه صوری به شماره ملی ۰۰۷۸۷۳۴۵۷۶ به سمت مدیر عامل و رئیس هیئت مدیره، آقای سید حسین خواسته به شماره ملی ۰۰۵۸۱۴۹۹۵۳ به سمت عضو هیئت مدیره، آقای محسن صوری به شماره ملی ۰۰۸۰۳۰۱۹۵۹ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره برای مدت نامحدود انتخاب شدند.
۲–کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهد آور از قبیل چک، سفته، بروات و عقود اسلامی با امضای دونفر از اعضای هیئت مدیره همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.
شیما فرج زاده–سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی اصلاحی تغییرات شرکت زلال مهر کیش (سهامی خاص)
ثبت شده به شماره ۸۰۴۸ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۹۳۱۲۶۵
پیرو آگهی تغییرات منتشره در روزنامه رسمی به شماره پیگیری ۲۲۷۶۵ مورخ ۱۴۰۲,۰۲,۳۱، «آقای ابراهیم رستمی» صحیح می باشد، لذا مراتب بنحو فوق اصلاح گردید.
شیما فرج زاده–سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تأسیس شرکت ارمه بتن مروارید سیاه کیش (با مسئولیت محدود)
ثبت شده به شماره ۱۴۷۵۱ و شناسه ملی ۱۴۰۱۲۳۰۰۰۸۷
نظر به استعلام به عمل امده از مدیریت محترم بازرگانی سازمان بر اساس بند ۶ ماده ۷ ضوابط ثبت شرکتها به شماره ۱۴۰۲/۳۸۰۱۴۷۸ ومورخ ۱۴۰۲/۰۱/۱۹ وخلاصه اساسنامه و اظهار نامه شرکت فوق که در تاریخ ۱۴۰۲/۰۳/۱۳ تحت شماره ۱۴۷۵۱ در این اداره به ثبت رسیده جهت اطلاع عموم به شرح ذیل در روزنامه رسمی و کثیرالانتشار آگهی میشود.
۱–موضوع شرکت: انجام کلیه امور عمرانی ساختمانی و پیمانکاری نوسازی و مدیریت پیمان و تاسیساتی ساختمان و نقشه برداری و اخذ تسهیلات بانکی موضوع فعالیت پس از اخذ مجوز از مراجع ذیصلاح و در چارچوب قوانین ومقررات سازمان منطقه ازاد کیش.
۲–مرکز اصلی شرکت: جزیره کیش، بازارشارستان، طبقه دوم، واحد ۱۴۳، کدپستی ۷۹۴۱۷۳۸۰۲۸
۳–میزان سرمایه شرکت ۱۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال
۴–مدت اعتبار شرکت: از تاریخ ثبت به مدت نامحدود.
۵–مدیران شرکت: آقای علی اکبر قوامی فرد به شماره ملی ۴۶۵۰۶۳۱۳۸۶ به سمت مدیر عامل و عضو هیئت مدیره، خانم فاطمه ارغند به شماره ملی ۴۶۵۰۷۴۱۲۱۱ به سمت رئیس هیئت مدیره برای مدت نامحدود انتخاب شدند.
۶–دارندگان حق امضاء: کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهد اور شرکت از قبیل چک، سفته، بروات و عقود اسلامی و قراردادهاو سایر اوراق عادی و اداری با امضاء آقای علی اکبر قوامی فرد همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.
شیما فرج زاده–سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت فرم آفرین زیلان کیش (سهامی خاص)
ثبت شده به شماره ۱۴۲۷۴ و شناسه ملی ۱۴۰۰۹۹۱۹۰۲۱
به استناد صورتجلسات مجمع عمومی فوق العاده و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۱/۱۵ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:
۱– آقای محمد قجری بردر به کدملی ۰۸۲۸۲۵۵۴۴۱ به سمت مدیر عامل و عضوء هیئت مدیره ،و آقای احمد قجری بردر به کد ملی ۲۰۰۲۷۰۳۹۵۷ به سمت رئیس هیئت مدیره و اقای مهدی قجری بردر با کدملی ۰۹۴۰۱۰۵۷۶۴۱ به سمت نائب رئیس هیئت مدیره برای مدت دو سال ذانتخاب شدند.
۲–کلیه اسناد واوراق بهادار و تعهد آور بانکی از قبیل چک،سفته و بروات و عقود اسلامی و سایر اوراق عادی و اداری با امضاء منفرد هریک از اعضای هیئت مدیره به تنهایی همراه مهر شرکت معتبر می باشد .
۳–آقای سیاوش پور خسرو با کد ملی ۱۷۵۷۰۷۳۵۱۵ به عنوان بازرس اصلی رو آقای اسماعیل فروتن با کدملی ۵۱۵۹۷۹۶۲۴۱ به عنوان بازرس علی البدل برای مدت یکسال مالی انتخاب شدند.
۴–روزنامه کثیرالانتشاراقتصاد کیش جهت درج آگهی های شرکت انتخاب گردید.
شیما فرج زاده–سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تأسیس شعبه شرکت خارجی فالکون کوبایی اینتر پرایز اف زد اِ منطقه آزاد کیش (با مسئولیت محدود)
ثبت شده به شماره ۱۴۸ و شناسه ملی ۱۴۰۱۲۱۷۷۱۱۸
با عنایت به استعلام اخذ مدیریت بازرگانی بر اساس بند ۶ ماده ۷ ضوابط ثبت شرکتها به شماره ۱۴۰۱/۳۸۰۱۲۰۳۱۷ مورخ ۱۴۰۱/۱۲/۱۳ و نظر به تبصره یک ماده ٤ ضوابط ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و و معنوی در مناطق آزاد تجاری، صنعتی جمهوری اسلامی ایران شعبه شرکت خارجی فوق در تاریخ ۱۴۰۲/۰۲/۰۶ تحت شماره ۱۴۸ در دفترثبت شعبه شرکتهای خارجی این اداره به ثبت رسیده و خلاصه مشخصات ان به شرح ذیل برای اطلاع عموم آگهی می شود:
۱–نام شرکت: فالکون کوبایی اینتر پرایز اف زد اِ منطقه آزاد کیش ۲–موضوع شرکت: تولید و خرید و فروش کالاهای مرتبط با صنایع نفت و گاز و پتروشیمی.
۳–مرکز اصلی شرکت: امارات متحده عربی –شارجه – منطقه آزاد حمریه –ساختمان های اداری p۲ –واحد شماره E۱۲F-۲۶.
٤–اقامتگاه شرکت در منطقه: جزیره کیش –فاز ۵ منطقه صنعتی –انتهای خیابان کار یکم –پلاک ۲۸ کدپستی ۷۹٤۱۸۹۸٤۸۱.
۵–تابعیت شرکت: امارات متحده عربی.
٦–سرمایه شرکت در تاریخ ثبت در ایران: ۳۵,۰۰۰ درهم امارات.
۷–تاریخ و محل ثبت شرکت در کشور اصلی: امارات متحده عربی –شارجه –منطقه آزاد حمریه ۱۳۹٦/۰۵/۱۵
۸–نام و نشانی نماینده شرکت در ایران: خانوم ونوس رفیعی به شماره ملی ۲۹۹۱٤٤۲۸۳۲ به نشانی: تهران، قیطریه خیابان خراسانی –نبش کوچه شب چراغ –پلاک ۱۹.
۹–نام ونشانی نمایندگانی که حق امضاء دارند: خانم ونوس رفیعی به شماره ملی ۲۹۹۱٤٤۲۸۳۲ به نشانی :تهران، قیطریه خیابان خراسانی –نبش کوچه شب چراغ –پلاک ۱۹.
شیما فرج زاده–سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شعبه شرکت خارجی بانک تجارتی ایران و اروپا
ثبت شده به شماره ٤۱ و شناسه ملی ۱٤۰۰۰۱۰۹۹٦۰
به استناد اصل و ترجمه رسمی صورتجلسه شماره ۲۲۸٤۹۲ مورخ ۱٤۰۱/۱۰/۰۱ (برابر با ۲۲دسامبر ۲۰۲۲) و تایید یه بانک مرکزی به شماره ۰۲/٤۱٦۱۱ مورخ ۱٤۰۲/۰۲/۲۷ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید.
۱–اقای محمد دارابی با کد ملی ۲۸۹۹۷۳٦۱۳۲ به عنوان رئیس منطقه ای و مدیر شعبه تهران و جزیره کیش انتخاب گردید.
۲–تمامی اسناد قانونی و چک های صادره، ممهور به مهر بانک و با دو امضای دارندگان حق امضاء گروه الف و یا امضای یکی از دارندگان حق امضاء گروه ب، برای شعب تهران و جزیره کیش بانک تجارتی ایران و اروپا هامبورگ، معتبر می باشد.
شیما فرج زاده–سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت بنتون اینترنشنال کیش (سهامی خاص)
ثبت شده به شماره ٦۱۱۵ و شناسه ملی ۱۰۸٦۱۵۵۹٤۷۵
به استناد صورتجلسات مجمع عمومی عادی سالیانه و هیئت مدیره مورخ ۱٤۰۱/۰۲/۰٤ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:
۱–صورت دارائی و دیون و ترازنامه و حساب سود و زیان شرکت برای سال مالی منتهی به ۱٤۰۰/۱۰/۱۰ به تصویب رسید.
۲–آقای مائورو فاوا با کد فراگیر ۱٦۸۰٤۲٦۳۰۱٤۰، آقای سید امیر علی علوی با کد ملی ۰۰٦٤٤۱۷٦۱۱ به سمت اعضای هیئت مدیره برای مدت دوسال انتخاب شدند.
۳–به استناد صورتجلسه هیئت مدیره مذکور :آقای مائورو فاوا با کد فراگیر ۱٦۸۰٤۲٦۳۰۱٤۰ به سمت مدیر عامل و نایب رئیس هیئت مدیره آقای سید امیر علی علوی با کد ملی ۰۰٦٤٤۱۷٦۱۱ به سمت رئیس هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب شدند.
٤–کلیه چکها،سفته ها،بروات ،قراردادهاو سایراسنادی که برای شرکت ایجاد تعهد یا از شرکت سلب حق نمایند تا مبلغ ۷۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال منفردا "توسط هر یک از آقایان سید امیر علی علوی یا مائورو فاوا و مهر شرکت و برای مبالغ مازاد بر ۷۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال توسط آقای مائورو فاوا به تنهایی همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.
۵–موسسه حسابرسی و خدمات مدیریت سامان پندار (حسابداران رسمی) با شناسه ملی ۱۰۱۰۰۵۲۵۰٦۹ به عنوان بازرس اصلی و آقای محمد بنیادی با کد ملی ۱٦۷۲۲۰۷۵۰۹ به عنوان بازرس علی البدل برای مدت یکسال انتخاب شدند.
٦–روزنامه کثیر الانتشار اقتصاد کیش جهت درج آگهی شرکت انتخاب گردید.
۷–اختیارات هیئت مدیره مندرج در بندهای ۱،۲،٤،٦،۷،۸،۹،۱۰ و ۱۳ ازماده ٤۰ اساسنامه به مدیر عامل تفویض گردید.
شیما فرج زاده–سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت مدیریت ثروت آروین برتر کیش (سهامی خاص)
ثبت شده به شماره ۱۳۵۳۹ و شناسه ملی ۱٤۰۰۷۳٤٦٤٤۱
به استناد صور تجلسات مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده و هیئت مدیره مورخ ۱٤۰۱/۱۲/۰۸ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:
۱–آقای نوید خیر مقدم به کد ملی ۳۷۲۰۵۳٤۹۹۵ به سمت مدیرعامل و عضوء هیئت مدیره، وخانم ساقی ناخدا به کد ملی ۱۷۵۳۵۲۸۵۳٤ به نمایندگی از شرکت بلدر آراد کیش به شناسه ملی ۱۰۹۸۰۱۵۸۷۳۲ به سمت رئیس هیئت مدیره و خانم کیمیا سلیمان زاده با کد ملی ۳۵۸۰۸۱۲۹۱۲ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره برای مدت دوسال انتخاب شدند.
۲–کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهد آور بانکی از قبیل چک،سفته،بروات وعقود اسلامی با امضای رئیس هیئت مدیره و نائب رئیس هیئت مدیره همراه با مهر شرکت و سایر اوراق عادی و اداری با امضای مدیر عامل یا یکی از اعضای هیئت مدیره همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.
شیما فرج زاده–سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

بیمه آسیا
وحیده امیرزاده مشاور بیمه ای شما ۰۹۱۲۲۱۱۸۶۳۲ موبایل و واتس آپ