چطور دست از گله و شکایت بردارم؟

گاهی اوقات ممکن است با رخ دادن یک اتفاق بد، نسبت به هر چیزی احساس گله و شکایت داشته باشیم که این احساس به مرور زمان برای همیشه قابل ترک می باشد.

گذشته هرگز قابل تغییر نیست و نگرانی از آینده و شکایت از زندگی بیهوده است پس بهتر است در زمان حال زندگی کنید و خود را با شرایط کنونی وفق دهید. افکار منفی را شناسایی و تغییر مثبت را جایگزین آنها کنید. به همه چیزهایی فکر کنید که می توانند در یک روز جدید روی دهد.

فریده پناه

گروه بهداشت و سلامت-همه افراد در زندگی خود خطا و اشتباهاتی را انجام می‌دهند. انسان‌های موفق از اشتباهات خود درس می‌گیرند و هرگز با فکر کردن بیش از حد به اشتباهات و گله و شکایت از خود مسیر موفقیت را ناهموار نمی‌سازند.

گذشته هرگز قابل تغییر نیست و نگرانی از آینده و شکایت از زندگی بیهوده است پس بهتر است در زمان حال زندگی کنید وخود را با شرایط کنونی وفق دهید. قضاوت و کنترل امور را کنار بگذارید و با انجام روش‌هایی که در این بخش آورده‌ایم انتقاد بیمورد از خود را متوقف کنید و انتقاد سازنده داشته باشید.

نگرش مثبت داشته باشید

طرز تفکر خود را تغییر دهید. اگرچه گفتن این کار بسیار راحت‌تر از انجام آن است اما با اندکی تلاش می‌توان به آن دست یافت پس یک تغییر مثبت در مورد چگونگی درک مشکلات درخود ایجاد کنید. به عنوان مثال اگر در رابطه با تربیت فرزند و شغل استرس دارید باید بپذیرید که زندگی با همه اینها همراه است و هیچ کس و هیچ موقعیتی "کامل" نیست پس شرایط را آنطور که هست بپذیرید و به جلو حرکت کنید.

سازگار باشید

نکته‌ای که در زندگی وجود دارد و باید به آن توجه داشت این است که هیچ چیز ثابت باقی نمی‌ماند و تغییر خود به خود صورت نمی‌گیرد. برخی از رویدادهای زندگی به طور قابل توجهی غم انگیز است پس طبیعی است که زمانی را به ناراحتی از وضعیت خود سپری کنید اما نباید تمام زمان خود را صرف فکر کردن به مشکلات کنید.

پذیرش یک موقعیت به شما در سازگاری با تغییرات زندگی کمک می‌کند پس به موارد مثبت در یک موقعیت حتی کوچک بیاندیشید و به جای یک مانع غیرقابل دفاع، دنبال یک فرصت باشید.

هوشیارتر باشید

گذشته هرگز قابل تغییر نیست و نگرانی از آینده و شکایت از زندگی بیهوده است پس بهتر است در زمان حال زندگی کنید وخود را با شرایط کنونی وفق دهید. افکار منفی را شناسایی و تغییر مثبت را جایگزین آنها کنید.

به همه چیزهایی فکر کنید که می‌توانند در یک روز جدید روی دهد. گرچه ممکن است کلیشه‌ای به نظر برسد اما یاد بگیرید که همه آنچه زندگی ارائه می‌دهد خوب و بد را با کمال مهربانی بپذیرید، حتی شرایط بد تغییر خواهند کرد و نگرش‌های آگاهانه‌تری مانند صبر را به شما می‌آموزند.

قاطع باشید

ترک یک عادت بد مانند شکایت، به معنای پایین آوردن شخصیت خود نیست. ابراز وجود روشی است که به دیگران می‌گوید نیازهای شما چیست و چگونه می‌توان آنها را برآورده کرد. اعتماد به نفس را از طریق زبان بدن به راحتی منتقل کنید.

صاف بایستید، محکم دست بدهید و همیشه به چشم افراد نگاه صریح و روشن صحبت کنید، افراد باید حرف شما را درک کنند. از همزبانی، با افرادی که ممکن است به بحث‌های ناجور و غیرمولد منجر شود، خودداری کنید پس باید محکم باشید و آنچه را که می‌خواهید به وضوح بیان کنید.

کمتر قضاوت کنید

این مورد شامل حال خودتان هم می‌شود. همه اشتباه می‌کنند و انتقاد از آنها منجر به گله می‌شود پس بهتر است قضاوت و کنترل امور را کنار بگذارید. کنترل هر موقعیتی به سادگی غیرممکن و گاهی اوقات بهتر است استرس را کاهش داده و به راحتی با انجام آن عواقب را تغییر دهید.

نقاط قوت خود را برای بالا بردن اعتماد به نفس ذکر و در یک روز بهتر نقاط ضعف خود را لیست کرده و آنها را نادیده بگیرید و از خود و دیگران تعریف کنید.

مسئولیت پذیر باشید

اشتباهات خود را بپذیرید چرا که این اقدام اولین قدم برای مسئولیت پذیری، احترام به خود است پس باید شروع به تفکر و تصمیم گیری کنید. افرادی را در زندگی خود حفظ کنید که به شما احترام می‌گذارند و از موفقیت شما خوشحال می‌شوند.

منتقدان را کنار بگذارید تا در جایی دیگر شکایات خود را بیان کنند و از طریق جلب افرادی که به شما احترام می‌گذارند به طور طبیعی احترام بخود و اطرافیانتان باز گردانید.

رو به جلو حرکت کنید

اجازه ندهید موانع زندگی شما را از حرکت به جلو باز دارد. مطمئناً افراد و موقعیت‌هایی وجود دارند که شما را آزار می‌دهند اما نباید بهانه‌ای برای منفی نگری باشد. به یاد داشته باشید هر موقعیتی خواهد گذشت و مشکلات نمی‌توانند برای همیشه دوام داشته باشند. بیشتر مشکلات موقتی و زودگذر هستند و درک این موضوع کلید حرکت به جلو است بنابراین خودرا باور و سپس افکار منفی را رها کنید.

هر چند وقت یک بار خود را تخلیه کنید

نادیده گرفتن مداوم افکار منفی می‌تواند موجب افزایش آنها شود. اگر واقعاً شرایط و دوران سختی را سپری می‌کنید، احساسات خود را با یک دوست نزدیک یا یکی از اعضای خانواده به اشتراک بگذارید یا به یک مشاور مراجعه کنید.

یوگا را امتحان کنید

یوگا راهی عالی برای ورزش، آرامش و افزایش هوشیاری است که بر تنفس، حرکات و مدیتیشن تاثیر می‌گذارد و به شما کمک می‌کند ذهن و بدن خود را کنترل کنید. ذهن ما اغلب در یک میلیون جهت کار می‌کند که با انجام این تمرینات می‌توان آرامش و افکار مثبت داشته باشید.

سپاسگزار باشید

لیستی از چیزهایی که به خاطر آنها سپاسگزار هستید، تهیه کنید. اندکی صبر و به همه چیزهای بزرگ و افراد شگفت انگیز زندگی خود فکر کنید و لیستی از همه آنها تهیه و از خداوند به خاطر داشتن همه آنها سپاسگزاری کنید.

تغییری باشید که می‌خواهید در جهان مشاهده کنید

بار دیگر که در کنار دوستان، خانواده یا همکاران و دریک موقعیت گله هستید موضوع بحث را تغییر داده و جوری صحبت کنید تا گله و شکایات متوقف شوند.

آنچه را که شما را خوشحال می‌کند بیابید

این لیست می‌تواند پر از سرگرمی‌هایی باشد که از آنها لذت می‌برید اما برخی اوقات به درون نگری عمیق‌تری نیاز دارید. آیا مدام از شغل خود شکایت دارید؟ شاید وقت آن رسیده است که تصمیم جدی برای تغییر شغل بگیرید. کشف کنید که بزرگترین گله‌های شما از چیست و ببینید آیا می‌توانید شرایط را برای خوشحال زیستن تغییر دهید.

مراقب خود باشید

استرس و سبک زندگی امروزه اغلب می‌تواند زندگی ما را تحت تاثیر قرار دهد و روحیه هرکسی را از بین ببرد.

بنابراین برای خودتان وقت بگذارید. تماشای فیلمی که دوست دارید، حمام گرم، رفتن به کلاس ورزش، مانیکور یا انجام هر کاری که باعث آرامش و انرژی تان می‌شود را حتما در برنامه روزانه خود بگنجانید چرا که می‌تواند شما را در یک ذهنیت جدید قرار دهد.

کدام نوشیدنی ها می توانند آب بدن را به خوبی تامین کنند؟

گروه بهداشت و سلامت- لیموناد یکی از نوشیدنی‌های تابستانی است که می‌تواند سریعاً هم دمای داخلی بدن را پایین بیاورد و هم باعث پیشگیری از کم‌آبی بدن شود.

مهم‌ترین توصیه تغذیه‌ای در وضعیت گرمای شدید هوا، حفظ آب بدن است. نوشیدن آب ساده می‌تواند ساده‌ترین راه برای دستیابی به این هدف مهم باشد، اما بعضی افراد و مخصوصا خانم‌های باردار، سالمندان، کودکان و نوجوانان نمی‌توانند به‌طور مدام در طول روز آب بنوشند.

توصیه ما به این افراد، این است که به‌منظور پیشگیری از کم‌آبی بدن، گاهی اوقات نوشیدنی‌های پیشنهادی زیر را جایگزین آب کنند تا بتوانند هرروز مایعات کافی به بدنشان برسانند.

۱. لیموناد

لیموناد یکی از نوشیدنی‌های کلاسیک تابستانی است که می‌تواند سریعا هم دمای داخلی بدن را پایین بیاورد و هم باعث پیشگیری از کم‌آبی بدن شود. لیموناد بدون شکر، مقادیر قابل توجهی از ویتامین C را هم به بدن می‌رساند و به بهبود عملکرد دستگاه گوارشی در گرم‌ترین روزهای سال کمک می‌کند.

۲. شربت تخم ریحان

از دیگر نوشیدنی‌های پیشنهادی برای روزهای گرم سال به‌منظور کاهش دمای داخلی بدن، شربت تخم ریحان یا شربت تخم شربتی است. تخم ریحان حاوی ترکیباتی است که می‌توانند به پایین آوردن دمای داخلی بدن کمک کنند و علاوه بر پیشگیری از کم‌آبی بدن، نقش مثبتی هم در حفظ تعادل آب و الکترولیت‌های بدن در روزهای گرم سال دارند.

۳. آبمیوه‌های خانگی و طبیعی

از دیگر پیشنهادهای تغذیه‌ای برای تامین آب و الکترولیت‌های ضروری برای بدن در گرم‌ترین روزهای سال و کاهش دمای عمومی بدن، نوشیدن آبمیوه‌های طبیعی و خانگی فصل است.

شما می‌توانید برای میان‌وعده عصرگاهی، نصف لیوان آب انگور، آب هندوانه، آب طالبی، پوره هلو یا پوره آلو را با نصف لیوان آب سرد ترکیب و مصرف کنید. این کار علاوه بر تامین ویتامین‌ها و املاح ضروری برای بدن، به حفظ سلامت سیستم ایمنی در گرم‌ترین روزهای سال و پیشگیری از مشکل کم‌آبی بدن هم کمک می‌کند.

۴. آب طعم‌دار

اگر نمی‌توانید در روزهای گرم سال از آب ساده استفاده کنید، نوشیدن آب طعم‌دار را به شما پیشنهاد می‌کنیم.

برای تهیه آب طعم‌دار می‌توانید چند برگ از سبزیجات معطر مانند نعناع یا ریحان را به یک پارچ آب ساده بیفزایید و تکه‌هایی از میوه‌های فصل مانند توت فرنگی، لیمو ترش، آلبالو، گیلاس، انگور یا هلو را هم داخل آب بیندازید. با این کار می‌توانید طعم آب را به‌طور کلی تغییر بدهید و درنتیجه تمایل بیشتری به نوشیدن آب پیدا کنید.

اسپرسو برای مقابله با کدام بیماری مفید است؟

گروه بهداشت و سلامت- نتایج مطالعات جدید نشان می دهد که ترکیبات موجود در اسپرسو ممکن است به مقابله با ابتلاء به بیماری آلزایمر کمک کند.محققان دانشگاه ورونا ایتالیا دریافتند که ترکیبات موجود در قهوه اسپرسو می تواند به مهار پروتئین کلیدی مؤثر در ابتلاء به آلزایمر کمک کند.

در این مطالعه بر روی پروتئین‌های تاو متمرکز شد. هنگامی که پروتئین‌ها شروع به انباشته شدن می‌کنند یا در هم می‌پیچند، با افزایش خطر ابتلاء به بیماری آلزایمر مرتبط هستند.نتایج مطالعه جدید نشان داد که ترکیبات موجود در اسپرسو ممکن است به مقابله با ابتلاء به بیماری آلزایمر کمک کند. محققان دانشگاه ورونا ایتالیا دریافتند که ترکیبات موجود در قهوه اسپرسو می‌تواند به مهار پروتئین کلیدی مؤثر در ابتلاء به آلزایمر کمک کند. در این مطالعه بر روی پروتئین‌های تاو متمرکز شد. هنگامی که پروتئین‌ها شروع به انباشته شدن می‌کنند یا در هم می‌پیچند، با افزایش خطر ابتلاء به بیماری آلزایمر مرتبط هستند. این پروتئین بر عملکرد بخشی از مغز مبتلایان به آلزایمر و سایر بیماری‌ها از جمله پارکینسون در گروهی به نام تائوپاتی تأثیر می‌گذارد.

آگهی تاسیس شرکت ماکان گاز مایع کیش(سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۴۷۷۲ و شناسه ملی ۱۴۰۱۲۳۷۹۹۴۴

نظر به استعلام به عمل آمده از مدیریت بازرگانی سازمان بر اساس بند۶ ماده ۷ ضوابط ثبت شرکت ها به شماره ۱۴۰۲/۳۸۰۱۱۹۳۸ مورخ ۱۴۰۲/۰۲/۱۷ وخلاصه اساسنامه و اظهارنامه شرکت فوق که در تاریخ ۱۴۰۲/۰۴/۱۴ تحت شماره ۱۴۷۷۲ در این اداره به ثبت رسیده جهت اطلاع عموم بشرح ذیل در روزنامه رسمی و کثیرالانتشار آگهی میشود.

۱-موضوع شرکت: ارائه خدمات فنی و مهندسی صنایع نفت و گاز ،تولید و توزیع گاز طبیعی مایع (LNG)و تبدیل و بهینه نمودن ودوگانه سوز نمودن سیستم سوخت در تجهیزات و ماشین آلات ، فعالیت در این امور از جمله تشکیل شرکت و مشارکت در سرمایه گذاری برای فعالیت های مذکور ،مبادلات به خرید و فروش کالا و خدمات مربوط به موضوع شرکت در داخل و خارج کشور ، اخذ تسهیلات مالی و اعتباری بانک ها و مؤسسات اعتباری ،اخذ نمایندگی و ایجاد شعب و اعطای نمایندگی در داخل و خارج کشور ، انجام کلیه موضوعات شرکت عنداللزوم پس از اخذ مجوزهای لازم از مراجع ذیصلاح و در چاچوب قوانین و مقررات سازمان منطقه آزاد کیش.

۲-مرکز اصلی شرکت: جزیره کیش ، بلوار ایران خیابان وصال ۱، ساختمان ایران، طبقه اول،واحد۶ پلاک EX۴۸، کد پستی ۷۹۴۱۶۹۴۴۴۴

۳- میزان سرمایه شرکت:سرمایه شرکت ۴۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال سرمایه منقسم به ۱۰۰۰ سهم با نام عادی ۴۰,۰۰۰ ریالی که تماما به موجب گواهی شماره ۱۴۰۱/۱۵۰۲/۱۱۲۱ مورخ ۱۴۰۱/۱۰/۱۸ بانک آینده شعبه کیش به حساب شرکت واریز گردیده است.

۴-مدت اعتبار شرکت: از تاریخ ثبت به مدت نامحدود.

۵- مدیران شرکت: خانم نگین بوربور جعفری با کد ملی ۰۴۴۰۶۷۱۴۹۳ به سمت مدیر عامل (خارج از اعضاء و سهامداران) ، آقای مهام مومنی با کد ملی ۲۷۵۴۲۴۸۱۷۱ به نمایندگی از شرکت هیربد نیرو به شناسه ملی ۱۰۱۰۴۶۲۳۶۳۳ به سمت رئیس هیئت مدیره و آقای روح اله مقدسی با کد ملی ۲۱۸۱۵۳۲۱۹۲ به نمایندگی از شرکت پویا گاز مایع اروند به شناسه ملی ۱۴۰۰۸۹۴۶۱۴۳ به سمت عضو هیئت مدیره ، آقای محمدرضا غروی با کد ملی ۴۷۲۰۵۳۶۵۹۱ به نمایندگی از شرکت کارا انرژی اپیک به شناسه ملی ۱۴۰۰۵۳۸۵۸۸۵ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب شدند.

۶-دارندگان حق امضاء: کلیهاسناد و اوراق بهادار و بانکی با امضاء دو عضو از سه عضو هیئت مدیره همراه با مهر شرکت معتبر خواهد بود و سایر نامه های اداری با امضاء خانم نگین بوربور جعفری و یا یکی از اعضای هیئت مدیره و مهر شرکت معتبر
می باشد.

۷-اختیارات مدیر عامل:طبق مفاد اساسنامه.

۸- اولین بازرسان: خانم آزاده معصومی به شماره ملی ۴۵۰۱۱۰۸۳۹۸ بعنوان بازرس اصلی و آقای علی شریفی به شماره ملی ۰۰۱۳۴۵۷۱۹۵ بعنوان بازرس علی البدل برای مدت یکسال انتخاب شدند.

۹-روزنامه کثیرالانتشار ابرار بعنوان روزنامه کثیرالانتشار جهت درج آگهی های شرکت انتخاب گردید.

شیما فرج زاده-سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت بلدر آراد کیش(سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۸۵۴۳ و شناسه ملی ۱۰۹۸۰۱۵۸۷۳۲

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۱/۲۸ موارد فوق به شرح ذیل به موضوع شرکت الحاق گردید.

اخذ تسهیلات اعتباری از بانک ها و موسسات و اشخاص حقیقی و حقوقی در راستای موضوع فعالیت شرکت، صدور تایید و قبول و اخذ ضمانتنامه و تعهد نامه ، انجام مراحل تاسیس شرکتها صنعتی و معدنی پیمانکاری و ساختمانی مرتبط با موضوع اساسنامه ، خرید و فروش سهام کلیه شرکتها اعم از سهامی خاص و سهامی عام یا تاسیس شرکتهای جدید با مشارکت اشخاص حقیقی و حقوقی ، خرید، نوسازی،بازسازی و تغییر ساختار در انواع شرکتها و بنگاه های اقتصادی مرتبط با موضوع فعالیت شرکت، انجام مطالعات و بررسی های اقتصادی فنی مدیریتی و نظارت و اجرای طرح ها و پروژه های ساختمانی در داخل و خارج از کشور برای اشخاص حقیقی و حقوقی و همچنین مشارکت مستقیم یا غیر مستقیم در آنها ، ارائه خدمات مورد درخواست سازندگان و یا متقاضیان ساخت و ساز داخلی و خارجی در حدود موضوع اساسنامه، مشارکت در بنگاه ها و پروژه های نیم ساخته و انجام طرح های توسعه ، پروژه های مذکور ، انجام فعالیت های مجاز خدماتی ، پیمانکاری ،بازرگانی به صورت مستقیم یا غیر مستقیمبه منظور انجام موضوعات فوق ،طراحی و توسعه پروژه های نیمه تمام ساختمانی اعم از (مسکونی اداری تجاری و تفریحی) ، برگزاری سمینار همایش و دوره آموزشی جهت تبادل نظر و انتقال دانش و مهارتهای حرفه ای در حوزه ساختمان(در صورت ضرورت قانونی پس از اخذ مجوزهای لازم از مراجع ذیصلاح،برپایی تورهای آموزشی جهت بازدید از پروژه های ساختمانی در داخل و خارج از کشور ، انتشار اوراق مشارکت طبق ضوابط و مقررات مراجع ذیربط ، مشارکت در ساخت پروژه های گردشگری (از قبیل هتل ها و مراکز بوم گردی و...)انجام هرگونه فعالیت در حوزه گردشگری اعم از فعالیت های فرهنگی ،تجاری و مشارکت در ساخت هتل ها و مجموعه های اقامتی و گردشگری در داخل و خارج از کشور، برپایی تورهای فرهنگی ، تاریخی ،سیاحتی و اکوتوریسم ،بهره برداری از مجموعه های گردشگری و اقامتی،کلیه موارد فوق پس از اخذ مجوز از مرتجع ذیصلاح و در چارچوب قوانین و مقررات سازمان منطقه آزاد کیش 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 تأسیس شرکت بازرگانی یکتا صنعت طعام کیش (با مسئولیت محدود)

ثبت شده به شماره ۱۴۷۸۴ و شناسه ملی ۱۴۰۱۲۴۲۸۳۶

نظر به استعلام عمل آمده از مدیریت محترم بازرگانی سازمان بر اساس بند۶ ماده ۷ ضوابط ثبت شرکتها به شماره ۱۴۰۲/۳۸۰۱۵۱۰۵ مورخ ۱۴۰۲/۰۴/۱۸ و خلاصه اساسنامه و اظهارنامه شرکت فوق که در تاریخ ۱۴۰۲/۰۴/۳۱ تحت شماره ۱۴۷۸۴ در این اداره به ثبت رسیده جهت اطلاع عموم بشرح ذیل در روزنامه رسمی و کثیرالانتشار آگهی میشود.

۱- موضوع شرکت: بازرگانی و تجارت از داخل و خارج واردات و صادرات از شرکت های داخلی و خارجی و اخذ اعطای نمایندگی از شرکت های داخلی و خارجی و تامین نیرو انسانی مرتبط با موضوع شرکت ترخیص کالا از گمرکات داخلی و خارجی شرکت در مزایده ها و مناقصات دولتی و بخش خصوصی اخذ وام ارزی و ریالی و تسهیلات بانکها دولتی و خصوصی و خارجی و موسسات مالی و اعتباری انجام هرگونه معاملات مجاز در ارتباط با فعالیت تجاری خدماتی و بازرگانی با موضوع شرکت تهیه و طبخ و توزیع غذا با دریافت مجوزات مربوط .واردات و صادرات مواد غذایی اعم از گوشت و مرغ و سایر اقلام غذایی متعارف جامعه پس از اخذ مجوزات از اداره مربوطه.

۲- مرکز اصلی شرکت: جزیره کیش ،میدان سیری، خیابان پردیس،ساختمان گنجینه ۲، طبقه همکف ، واحد ۱۱ ، کد پستی ۷۹۴۱۸۹۷۲۷۵

۳- میزان سرمایه شرکت: ۳۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال

۴-مدت اعتبار شرکت: از تاریخ ثبت به مدت نامحدود

۵- مدیران شرکت: خانم غزل یکتاراد به شماره ملی ۵۲۱۰۰۰۶۸۸۳ به سمت مدیر عامل ، آقای محسن بهرامی به شماره ملی ۳۲۴۱۱۷۵۱۳۸به سمت رئیس هیئت مدیره برای مدت نامحدود انتخاب شدند.

۶-دارندگان حق امضاء: کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهد آور شرکت از قبیل چک، سفته، عقود اسلامی و سایر نامه های عادی اداری و سایر مکاتبات عادی اداری شرکت با امضاء آقای محسن بهرامی 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 تعاونی انبوه سازی مسکن سلام

ثبت شده به شماره ۱۰۳۸ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۲۶۸۱۰

به استناد صورتجلسات مجمع عمومی عادی سالیانه و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۱/۳۰ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید.

۱- آقای پیمان مریخ بیات به شماره ملی ۰۰۴۶۷۱۰۰۱۹ به سمت مدیر عامل برای مدت دوسال،خانم سودابهسعادتی به شماره ملی ۴۱۳۲۴۶۱۳۶۱ به سمت رئیس هیئت مدیره ، خانم ملیکا مریخ بیات به شماره ملی ۰۰۱۵۲۷۵۸۳۳ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره،خانم لاله باقی زاده به شماره ملی ۰۰۶۴۴۵۲۳۶۰ به سمت عضو علی البدل هیأت مدیره و آقای پیمان مریخ بیات به شماره ملی ۰۰۴۶۷۱۰۰۱۹ به سمت منشی هیات مدیره برای مدت سه سال انتخاب گردیدند.

۲- کلیه اسناد و اوراق عادی و تعهد آور و بهادار از قبیل چک و سفته و قراردادها با امضای مدیر عامل یا هریک از اعضای هیئت مدیره به تنهایی همراه با مهر تعاونی معتبر می باشد.

۳-آقای محمد مرتضی زاده خامنه به شماره ملی ۰۰۴۶۶۶۲۸۹۸ بعنوان بازرس اصلی و آقای سید فرهاد خلیلیان به شماره ملی ۰۰۵۶۸۱۰۱۵۶ بعنوان بازرس علی البدل برای مدت یک سال انتخاب شدند.

۴- بند ۹ ماده ۴۰ و مواد ۴۱ و ۴۳ اساسنامه تعاونی کلیه اعضای هیأت مدیره کلیه حقوق و اختیارات خود در تعاونی را به آقای پیمان مریخ بیات بعنوان نماینده تام الاختیار هیأت مدیره جهت تقدیم و طرح انواع دعاوی حقوقی و کیفری و داوری و صلح و سازش از طرف تعاونی در کلیه مراجع قضائی و قانونی ، با حق حضور در جلسات رسیدگی مربوطه و دفاع از حقوق تعاونی با حق انتخاب وکیل و توکیل به غیر از اختیارات خود را تفویض نمودند.

شیما فرج زاده-سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت کیش الیت (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۸۹۸ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۲۵۴۱۰

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۴۰۲/۰۱/۲۸ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱- ترازنامه و صورتهای مالی، حساب سود و زیان منتهی به سال ۱۴۰۱ به تصویب رسید.

۲- خانم الهه آرمان به شماره ملی ۰۷۹۳۳۸۶۴۹۷ به عنوان بازرس اصلی و خانم سپیده آذردار به شماره ملی ۰۰۶۷۳۵۹۷۵۲ بعنوان بلزرس علی البدل برای مدت یک سال مالی انتخاب شدند.

شیما فرج زاده-سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت عقیق بی همتای کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۲۸۰۳ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۴۴۴۱۹

به استناد صورتجلسات مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۱۶ و مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۱/۱۱/۲۰ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱-آقای سهراب شرفی به شماره ملی ۰۶۲۱۴۳۱۹۲۳ به سمت مدیر عامل و عضو هیئت مدیره ، خانم اکرم دهقانی به شماره ملی ۰۶۲۵۵۹۹۷۷ به سمت رئیس هیئت مدیره، خانم مهکیا شرفی به شماره ملی ۱۷۴۴۰۶۰۵۵۱ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب شدند.

۲- کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهد آور تجاری و بانکی از قبیل چک ، سفته، بروات قراردادها و عقود اسلامی با امضای مدیر عامل به تنهایی همراه با مهر شرکت و سایر اوراق عادی و اداری با امضای هریک از اعضای هیئت مدیره همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.

۳-خانم فرزانه پور محمودیان به شماره ملی ۱۸۳۰۰۸۲۶۳۹ بعنوان بازرس اصلی و خانم فاطمه مقتدر قلعه جوقی به شماره ملی ۰۰۷۹۰۱۷۵۱۷ به عنوان بازرس علی البدل برای مدت یک سال مالی انتخاب شدند.

۴-روزنامه کثیرالانتشار اقتصاد کیش جهت درج آگهی های شرکت انتخاب گردید.

۵-مرکز اصلی شرکت از آدرس قبلی به نشانی:جزیره کیش میدان ساحل،جنب بازار زیتون،هتل پارسیان،طبقه همکف،غرفه ۱۴،کد پستی ۷۹۴۱۸۹۵۷۹۸ 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