

گروه بهداشت و سلامت - تقریباً همه خانم‌ها می‌دانند که گرگرفتگی گرمای زیادی است که هر زمانی می‌تواند تمام بدن را در برگیرد و شب و روز هم ندرارد. گرمای خفگی‌کننده که از سینه شروع می‌شود و به سمت سر و پاها می‌رود و شمارا خیس از عرق می‌کند به‌افت طبیعی استروژن مربوط است که از پیامدهای اجتناب‌ناپذیر ورود به پیش از یائسگی و یائسگی است. بدتر اینکه گرگرفتگی‌هاو تعریق‌های می‌توانند با علامت‌های ناراحت‌کننده دیگری نیز همراه باشند، مثل نوسانات خلقی. خیلی از خانم‌ها (تقریباً ۷۵ درصد) گرگرفتگی‌هایی را تجربه می‌کنند که می‌توانند تا چهار دقیقه طول بکشند. عواملی مثل مصرف غذاها و استرس هیجانی می‌تواند باعث بروز گرگرفتگی شود.

علت‌های گرگرفتگی چیست؟
علت دقیق گرگرفتگی هنوز کاملاً شناخته شده نیست. اما تئوری که وجود دارد آن را به کاهش طبیعی سطح استروژنی مرتبط می‌داند که منجر به اختلالات در تنظیمات دمای بدن می‌شود. به عبارتی دیگر بدن شما یک آستانه دمایی خاص دارد و وقتی دمای بدن بالاتر یا پایین‌تر از آن می‌رود، عرق می‌کند یا سردتان می‌شود. بافت طبیعی سطح هورمون‌ها طی یائسگی، انواع اتفاق‌های بیولوژیکی بدن تحت‌تأثیر قرار می‌گیرند، از جمله نحوه تنظیم دمای بدن.

بدن رخ می‌دهد؟
شما می‌دانید گرگرفتگی چطور است؛ اما پشت ماجرا چه اتفاقی می‌افتد که باعث داغ‌شدن و عرق و احساس ناراحتی شما می‌شود؟ همان‌طور که گفتیم مسئله مربوط به آستانه دمای بدن شماست. وقتی دمای بدن شروع به

بالا رفتن می‌کند، مسیرهای بیولوژیکی مرتبط با تنظیم دما به رکها پیام گذاشتن می‌دهند تا شما بتوانید این گرمای زیاد را از طریق پوست خود دفع کنید و بدین ترتیب سر تا پا خیس از عرق می‌شوید. همان‌طور که می‌بینید درست است که گرگرفتگی خوشایند نیست؛ اما در واقع شیوه بدن شما برای برقراری تعادل دمایی است.

آیا گرگرفتگی ممکن است دورهای متوقف شود؛ اما دوباره شروع شود؟

البته؛ شروع و توقف گرگرفتگی‌ها زمان‌های گوناگونی دارد و لزوماً بر اساس فاز پیش از یائسگی یا یائسگی رخ نمی‌دهد. به عبارتی دیگر، گرگرفتگی‌ها و تعریق‌های شبانه می‌توانند علت‌های گوناگونی داشته باشند و طی یائسگی بارها شروع و متوقف شوند.

در سبک زندگی مثل خوردن غذاهای مناسب (مثلاً رژیم غذایی مدیترانه‌ای)، فعالیت بدنی، مدیریت استرس، خواب باکیفیت، ارتباط قوی با بدن و پیداکردن عوامل گرگرفتگی می‌تواند این علائم را تسکین دهد.

چگونه گرگرفتگی را زودتر رفع کنید؟

بگذارید روراست باشیم؛ وقتی گرگرفتگی شروع می‌شود، انرژی‌تان را می‌گیرد. وقتی داغ و خیس از عرق هستید، مجبورید کارتان و امور خانه و رسیدگی به تکالیف بچه‌ها را فراموش کنید، چه برسد به خرید و مهمانی ... این امواج گرما که پیش‌بینی نشده به شما حمله می‌کنند و تمام بدنتان را در برمی‌گیرند، چه از پاهایتان شروع شوند و چه از سر و سینه‌تان، واقعاً غیرقابل تحمل‌اند. متأسفانه شما نمی‌توانید گرگرفتگی خود را فوراً برطرف کنید. شروع گرگرفتگی‌ها به معنی شروع واردشدن بدنتان به دوران یائسگی است و همان‌طور که می‌دانید

گروه بهداشت و سلامت - مصرف بیش از حد کافئین باعث بروز آثار ناخوشایند متعددی مانند عصبانیت و آشفتگی می‌شود؛ بنابراین باید منابع پیدا و پنهان آن را شناخت. دریافت بیش از حد کافئین باعث بروز آثار ناخوشایند متعددی مانند عصبانیت، آشفتگی، اضطراب، بی‌خوابی، تحریک دستگاه گوارش، اسهال و یائسگی می‌شود. با این حال شاید برخی افراد به شکل آگاهانه مصرف مواد غذایی که از وجود کافئین

مرتبط با افت طبیعی سطح استروژن و پروژسترون در بدن شماست؛ اما شما مجبور نیستید این گرگرفتگی‌ها را تحمل کنید. بلکه می‌توانید با چندترفند قبل آماده‌باشید تا وقتی گرگرفتگی شروع می‌شود بهتر بر آن غلبه کنید. شما می‌توانید با چند تغییر در سبک زندگی خود از سطح استروژن بدنتان پشتیبانی کنید تا بدنتان بهتر بتواند تعادل لازم را برقرار کرده و گرگرفتگی‌ها و تعریق‌های شبانه‌تان را به حداقل برسانید.

خودتان را در معرض هوای سرد قرار دهید

شوخ نمی‌کنیم. طبیعی است که لباس‌ها را از تنتان خارج کنید و زیر دوش آب سرد بپرید اما شاید همیشه

هم امکان چنین کاری را نداشته باشید. ششامی‌توانید پیش‌بینی کنید چه زمانی دچار گرگرفتگی می‌شوید، بنابراین بهتر است علاوه بر این گیاهان دیگری هم هستند که با سازوکارهای متفاوتی در بدن شما اثر خود را می‌گذرانند و می‌توانند تسکین‌دهنده علائم یائسگی باشند.

دوگن گواچی
ماکا
دانه کنان
شیرین بیان
چینسنگ
استر سنجان و اکترول کنید
برای بعضی از خانم‌ها استرس می‌تواند باعث گرگرفتگی شود. خیلی از استرس‌های روزمره اجتناب‌ناپذیرند و وقتی ضربان قلب شما را بالا می‌برند و داغ می‌شوید و عرق می‌کند. اما باید به آرامش‌تان در حال بالاترفتن است.

چندلیباس بیوشید
لباس‌های آزاد و خنکی بیوشید که امکان چندلایه پوشیدن را به شما می‌دهد. به‌محض اینکه متوجه شدید دمای بدنتان در حال بالاترفتن است

پنهان شناسل موارد زیر هستند که در صورت بروز مشکلات پیش‌تر گفته شده باید در مصرف آن‌ها دقت کنید:

شکلات تیره - شکلات تیره اگرچه به دلیل خواص آنتی‌اکسیدانی بالایش مفید است، اما می‌تواند مقادیر قابل توجهی کافئین هم داشته باشد. کافئین اسید معده را افزایش می‌دهد و مصرف بیش از حد مواد غذایی حاوی

می‌توانید لایه بالایی لباس‌تان را کم کنید تا پوستان نفس بکشد. اگر دوباره سردتان بشود هم می‌توانید دوباره لایه‌ها را اضافه کنید.

از مکمل‌های غذایی گیاهی استفاده کنید

معروف است که گیاهانی مثل کوهوش سیاه، ریواس و شیدر قرمز برای تسکین علائم یائسگی مثل گرگرفتگی و تعریق شبانه و نوسانات خلقی مفیدند. این گیاهان حاوی ترکیبات فعالی‌اند که بر بیوشیمی بدن اثر گذاشته و علائم یائسگی را تعدیل می‌کنند. مثلاً شیدر قرمز دارای فیتواستروژن‌هایی است که در بدن شبیه استروژن عمل می‌کنند. اما پیدا کردن این گیاهان شاید کار ساده‌ای نباشد؛ بنابراین

تحقیقات نشان می‌دهد خانم‌هایی که اضافه‌وزن دارند بیشتر دچار گرگرفتگی می‌شوند. زیر چربی اضافی بدن می‌تواند در توانایی بدن برای تنظیم دما اختلال ایجاد کرده و بدن را در معرض افزایش دما قرار دهد.

می‌شوید و بی‌خوابی و تعریق اجازه استراحت باکیفیت به شما نمی‌دهد پس حتماً راه‌حلی پیدا کنید. اتاق خواب شما باید خنک و کاملاً تاریک دیگری هم هستند که با سازوکارهای متفاوتی در بدن شما اثر خود را می‌گذرانند و می‌توانند تسکین‌دهنده علائم یائسگی باشند.

دوگن گواچی
ماکا
دانه کنان
شیرین بیان
چینسنگ
استر سنجان و اکترول کنید
برای بعضی از خانم‌ها استرس

می‌تواند باعث گرگرفتگی شود. خیلی از استرس‌های روزمره اجتناب‌ناپذیرند و وقتی ضربان قلب شما را بالا می‌برند و داغ می‌شوید و عرق می‌کند. اما باید به آرامش‌تان در حال بالاترفتن است.

برخی مواد غذایی دارای کافئین پنهان هستند

کافئین زیاد، ممکن است باعث وخامت زخم معده در افراد مبتلا به این بیماری شود. همچنین بیماران مبتلا به فلاکس معده باید مصرف مواد غذایی حاوی کافئین زیاد را محدود کنند. به افراد مضطرب نیز توصیه می‌شود مصرف این شکلات‌ها را محدود کنند. **قرص‌های لاغری:** قرص‌های چربی‌سوز اغلب دارای کافئین هستند. در مصرف این گونه

بهداشت و سلامت

احساس استرس و بی‌قراری کردید، از روش‌های مدیریت استرس استفاده کنید تا به بدنتان در مقابله بهتر با استرس کمک نماید. یک نفس عمیق بکشید و از خودتان بپرسید: آیا لازم است برایش وقت و انرژی صرف کنم؟

قوی‌تر کردن ارتباط با بدنتان و انجام تمرینات جسمی ذهنی مثل مدیتیشن و تای چی به‌صورت روئین روزانه نه‌تنها به‌سلامتی شما کمک می‌کنند؛ بلکه برای کاهش علائم یائسگی نیز خوب است.

به خواب باکیفیت اهمیت دهید

همه‌ما می‌دانیم که یکی از لازمه‌های سلامتی و تندرستی خواب است. اگر شب‌ها این پهلو به آن پهلو

تحقیقات نشان می‌دهد خانم‌هایی که اضافه‌وزن دارند بیشتر دچار گرگرفتگی می‌شوند. زیر چربی اضافی بدن می‌تواند در توانایی بدن برای تنظیم دما اختلال ایجاد کرده و بدن را در معرض افزایش دما قرار دهد.

می‌شوید و بی‌خوابی و تعریق اجازه استراحت باکیفیت به شما نمی‌دهد پس حتماً راه‌حلی پیدا کنید. اتاق خواب شما باید خنک و کاملاً تاریک دیگری هم هستند که با سازوکارهای متفاوتی در بدن شما اثر خود را می‌گذرانند و می‌توانند تسکین‌دهنده علائم یائسگی باشند.

دوگن گواچی
ماکا
دانه کنان
شیرین بیان
چینسنگ
استر سنجان و اکترول کنید
برای بعضی از خانم‌ها استرس می‌تواند باعث گرگرفتگی شود. خیلی از استرس‌های روزمره اجتناب‌ناپذیرند و وقتی ضربان قلب شما را بالا می‌برند و داغ می‌شوید و عرق می‌کند. اما باید به آرامش‌تان در حال بالاترفتن است.

برخی مواد غذایی دارای کافئین پنهان هستند

کافئین زیاد، ممکن است باعث وخامت زخم معده در افراد مبتلا به این بیماری شود. همچنین بیماران مبتلا به فلاکس معده باید مصرف مواد غذایی حاوی کافئین زیاد را محدود کنند. به افراد مضطرب نیز توصیه می‌شود مصرف این شکلات‌ها را محدود کنند. **قرص‌های لاغری:** قرص‌های چربی‌سوز اغلب دارای کافئین هستند. در مصرف این گونه

می‌توانید لایه بالایی لباس‌تان را کم کنید تا پوستان نفس بکشد. اگر دوباره سردتان بشود هم می‌توانید دوباره لایه‌ها را اضافه کنید.

از مکمل‌های غذایی گیاهی استفاده کنید

معروف است که گیاهانی مثل کوهوش سیاه، ریواس و شیدر قرمز برای تسکین علائم یائسگی مثل گرگرفتگی و تعریق شبانه و نوسانات خلقی مفیدند. این گیاهان حاوی ترکیبات فعالی‌اند که بر بیوشیمی بدن اثر گذاشته و علائم یائسگی را تعدیل می‌کنند. مثلاً شیدر قرمز دارای فیتواستروژن‌هایی است که در بدن شبیه استروژن عمل می‌کنند. اما پیدا کردن این گیاهان شاید کار ساده‌ای نباشد؛ بنابراین

تحقیقات نشان می‌دهد خانم‌هایی که اضافه‌وزن دارند بیشتر دچار گرگرفتگی می‌شوند. زیر چربی اضافی بدن می‌تواند در توانایی بدن برای تنظیم دما اختلال ایجاد کرده و بدن را در معرض افزایش دما قرار دهد.

می‌شوید و بی‌خوابی و تعریق اجازه استراحت باکیفیت به شما نمی‌دهد پس حتماً راه‌حلی پیدا کنید. اتاق خواب شما باید خنک و کاملاً تاریک دیگری هم هستند که با سازوکارهای متفاوتی در بدن شما اثر خود را می‌گذرانند و می‌توانند تسکین‌دهنده علائم یائسگی باشند.

دوگن گواچی
ماکا
دانه کنان
شیرین بیان
چینسنگ
استر سنجان و اکترول کنید
برای بعضی از خانم‌ها استرس می‌تواند باعث گرگرفتگی شود. خیلی از استرس‌های روزمره اجتناب‌ناپذیرند و وقتی ضربان قلب شما را بالا می‌برند و داغ می‌شوید و عرق می‌کند. اما باید به آرامش‌تان در حال بالاترفتن است.

برخی مواد غذایی دارای کافئین پنهان هستند

کافئین زیاد، ممکن است باعث وخامت زخم معده در افراد مبتلا به این بیماری شود. همچنین بیماران مبتلا به فلاکس معده باید مصرف مواد غذایی حاوی کافئین زیاد را محدود کنند. به افراد مضطرب نیز توصیه می‌شود مصرف این شکلات‌ها را محدود کنند. **قرص‌های لاغری:** قرص‌های چربی‌سوز اغلب دارای کافئین هستند. در مصرف این گونه

گرگرفتگی در خانم‌ها و آنچه باید بدانند!

■ متأسفانه ششامی‌توانید گرگرفتگی خود را فوراً برطرف کنید. شروع گرگرفتگی‌ها به معنی شروع واردشدن بدنتان به دوران یائسگی است و همان‌طور که می‌دانید مرتب بافت طبیعی سطح استروژن و پروژسترون در بدن شماست؛ اما شما مجبور نیستید این گرگرفتگی‌ها را تحمل کنید. بلکه می‌توانید با چندترفند از قبل آماده‌باشید تا وقتی گرگرفتگی شروع می‌شود بهتر بر آن غلبه کنید.



سالم نگه می‌دارد و حالتان را از درون خوب می‌کند. وقتی وزن سالمی دارید، هورمون‌هایتان نیز متعادل‌اند و انرژی خوبی دارید و هیچ چیزی نمی‌تواند متوقف‌تان کند. حتی یائسگی!

یادداشت کنید
خیلی‌از کارهای روزانه بدون اینکه متوجه باشید می‌تواند باعث شوند بیشتر گرگرفتگی و تعریق شبانه و دیگر علائم یائسگی را تجربه کنید. به عادت‌های خود توجه کنید، آیا بعد از خوردن غذاهای تند و ادویه‌دار یا نوشیدن نوشیدنی‌های گرم بیشتر عرق می‌کنید؟ اگر به الگوها و عادت‌های روزانه خود و اینکه چه زمان‌هایی معمولاً گرگرفتگی دارید توجه کنید، می‌توانید علت‌های آن را بهتر کنترل کنید

۴۵ دقیقه در روز و حداقل پنج روز در هفته کافی است. بهترین ورزش ورزشی است که از آن لذت می‌برید، چه پیاده‌روی و شنا و یوگا و چه بسکتبال و والیبال، ورزشی را انتخاب کنید که بتوانید به‌طور منظم و پیوسته انجامش دهید. خوب است تمرینات سبک که وزنه را نیز در روئین ورزشی خود جا دهید تا عضلات خود را حفظ کنید.

وزن سالمی را حفظ کنید
تحقیقات نشان می‌دهد خانم‌هایی که اضافه‌وزن دارند بیشتر دچار گرگرفتگی می‌شوند. زیرا چربی اضافی بدن می‌تواند در توانایی بدن برای تنظیم دما اختلال ایجاد کرده و بدن را در معرض افزایش دما قرار دهد. حفظ وزن سالم و تناسب‌اندام فقط جنبه زیبایی ندارد؛ بلکه شما را

کنید. به این ترتیب جای شما حاوی میزان بسیار کمی کافئین خواهد بود.



وجود داشته و قرار است با خوردن آن چقدر کالری وارد بدن شما شود.

چای سرد - این نوع چای در هر بطری حاوی ۳۰ میلی‌گرم کافئین است. تمام انواع چای حاوی کافئین هستند. کافئین موجود در چای می‌تواند بسیار سریع انتشار یابد، اما به راحتی می‌توان کافئین چای را با روش زیر از بین برد:

چای را به مدت ۳۰ ثانیه در کمی آب داغ دم کنید، سپس دم کرده اولیه را دور بریزید. دوباره همان چای را دم

آگهی تصمیمات شرکت مهرگان گستر کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۲۸۴ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۳۸۲۲۸ به استناد صورت جلسات مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۳/۲۷ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱- آقای عیسی محرمخانی به‌کد ملی ۴۱۰۶۵۹۹۶۸ به‌سمت‌مدیرعامل و عضو هیئت مدیره، آقای پژمان محرمخانی به‌کد ملی ۰۰۱۳۶۲۲۸۶۲ به‌سمت‌رئیس هیئت مدیره و خانم اکرم فدینایی به‌کد ملی ۵۳۸۸۹۹۸۳۲۳ به‌سمت‌نائب رئیس هیئت مدیره برای مدت دوسال انتخاب شدند.

۲- کلیه اسناد و اوراق بهادار و بانکی از قبیل چک، سفته، بروات و عقود اسلامی با امضای منفرد مدیر عامل یا رئیس هیئت مدیره همراه با مهر شرکت و همچنین سایر اوراق عادی و اداری با امضای مدیرعامل همراه با مهر شرکت معتبر می‌باشند.

۳- آقای محمد حسام طلعو علی‌باکد ملی ۰۰۵۸۸۳۷۱۴۰ بعنوان بازررس اصلی و آقای حسین محمدی طامه‌باکد ملی ۱۲۹۹۹۳۸۱۸ بعنوان بازررس علی‌البدل برای مدت یکسال مالی انتخاب شدند.

سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیت‌های صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت شدا کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۱۴۳ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۲۷۸۵۰ به استناد صورت جلسات مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲۰۰۰۹ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱- آقای محمد حسین پاکدامن باکد ملی ۰۰۷۱۷۳۳۴۱۸ به‌سمت مدیرعامل (خارج از اعضا)، آقای سید منصور میر باقری باکد ملی ۱۷۵۳۳۴۳۰۷۷ به‌سمت رئیس هیئت مدیره، خانم فرشته مهدوی باکد ملی ۰۰۷۰۲۰۲۰۲۶ به‌سمت اعضای هیئت مدیره برای مدت دوسال انتخاب شدند.

۲- کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور بانکی از قبیل چک، سفته، بروات، و عقود اسلامی و سایر اوراق عادی و اداری با امضای مدیرعامل یا رئیس هیئت مدیره همراه با مهر شرکت معتبر می‌باشند.

۳- خانم هره‌کشورز حدادبه‌شماره ملی ۰۰۱۳۱۳۷۹۶۵ بعنوان بازررس اصلی و خانم سحر نقیبه زاده به‌شماره ملی ۰۰۲۳۳۶۸۶۲۳ به سمت بازررس علی‌البدل برای مدت یک سال مالی انتخاب شدند.

سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیت‌های صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت توآر اینسپکشن اند کوالیتی سرو و سیز کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۸۳۸ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۶۶۶۷۱ به استناد صورت جلسه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۵/۰۷، کلیه اسناد قانونی و اوراق بهادار و تعهدآور از قبیل چک، سفته، بروات و قرار دادها و عقود اسلامی با امضای مدیرعامل همراه با مهر شرکت معتبر می‌باشند.

سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیت‌های صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تغییرات شرکت هژیر سازه ایده آل کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۳۸۹۶ و شناسه ملی ۱۴۰۰۵۷۶۶۷۰ به استناد صورت جلسات مجمع عمومی عادی سالیانه و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۴/۱۱ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱- آقای داروش دوانی زاده باکد ملی ۰۰۱۱۲۶۶۱۱۳۵۰ آقای مسعود یوسفی باکد ملی ۳۸۵۱۷۹۲۵۷، آقای مجتبی طیبی فرد باکد ملی ۱۹۷۲۹۹۹۲۸۰، به‌سمت اعضای هیئت مدیره برای مدت دوسال انتخاب شدند.

۲- به استناد صورت جلسه هیئت مدیره مذکور: آقای مجتبی طیبی فرد با کد ملی ۱۹۷۲۹۹۹۲۸۰ به‌سمت مدیرعامل و عضو هیئت مدیره، آقای داریوش دوانی زاده باکد ملی ۰۰۱۱۲۶۶۱۱۳۵۰ به‌سمت رئیس هیئت مدیره، آقای مسعود یوسفی باکد ملی ۳۸۵۱۷۹۲۵۷ به‌سمت نائب‌رئیس هیئت مدیره برای مدت دوسال انتخاب شدند.

۳- کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور بانکی از قبیل چک، سفته، بروات، قرار دادها و عقود اسلامی و سایر نامه‌های عادی و اداری به امضای مدیرعامل یا رئیس هیئت مدیره هر کدام به‌تئهایی همراه با مهر شرکت معتبر می‌باشند.

۴- آقای ناصر فتاح مدرس باکد ملی ۱۱۴۶۳۳۸۹۷۱۱ بعنوان بازررس اصلی و خانم پرستو جعفری باکد ملی ۰۰۴۹۹۵۹۸۹۰۵ بعنوان بازررس علی‌البدل برای مدت یکسال انتخاب شدند.

۵- روزنامه‌کثیرالانتشار اقتصاد کیش جهت درج آگهی‌های شرکت انتخاب گردید.

سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیت‌های صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت هلدینگ هزاره کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۳۹۸۹ و شناسه ملی ۱۴۰۰۸۹۶۰۹۶۴ به استناد صورت جلسات مجمع عمومی فوق‌العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۶/۱۴ به موضوع شرکت موارد ذیل الحاق گردید:

«تهیه، تولید، توزیع، خرید و فروش، پخش، عرضه، بسته‌بندی و واردات و صادرات کلیه مواد غذایی مجاز: انجام کلیه فعالیت‌ها در زمینه تهیه، تولید، بسته‌بندی، توزیع و پخش، خرید و فروش، صادرات و واردات تجهیزات و ملزومات مجاز، احداث و راه‌اندازی خطوط تولید، متناژ، تأمین تجهیزات و دستگاه‌های مورد نیاز صنایع مختلف، مشارکت با اشخاص حقیقی و حقوقی، داخلی و خارجی در پروژه‌های صنعتی و تجاری و بازرگانی، برگزاری و شرکت در کلیه همایشها، نمایشگاه‌ها، سمینارها و کنفرانس‌های مختلف داخلی و خارجی با اخذ مجوزهای لازم در قالب قوانین و مقررات جاری کشور و سازمان منطقه آزاد کیش.» و در نتیجه ماده مربوطه در اساسنامه بنحو فوق اصلاح گردید.

سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیت‌های صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت درنای مهاجر کیش (با مسئولیت محدود)

ثبت شده به شماره ۱۳۸۴۵ و شناسه ملی ۱۴۰۰۵۷۰۷۷۶۰ به استناد صورت جلسه مجمع عمومی فوق‌العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۶/۰۳ موارد ذیل به موضوع شرکت الحاق گردید:

«ایجاد، احداث، توسعه و مدیریت نواحی و شهرک‌های صنعتی غیر دولتی و کلیه فعالیت‌های مرتبط با این پس از کسب مجوزهای لازم، احداث تیر و گاه‌های تجدیدپذیر انرژی برق، ایجاد، احداث و مشارکت در ساخت مجتمع‌های درمانی، پزشکی و بیمارستانی، شرکت در مناقصات داخلی و بین‌المللی، ساخت و اجرای پروژه‌های پیمانکاری در حوزه‌های راه و ساختمان، حمل و نقل، نفت و گاز و پتروشیمی و خدمات، ایجاد پارک‌های علمی و فناوری و تلمیس و مشارکت در کلیه شرکت‌های دانش‌بنیان تأسیس شعب و نمایندگی مربوطه به موضوع فعالیت‌های شرکت در داخل و خارج از کشور و جذب سرمایه از محل منابع داخلی و خارجی، تأسیس شرکت‌های حمل و نقل زمینی و هوایی.. کلیه موارد پس از اخذ مجوزهای لازم از مراجع ذیصلاح در چارچوب قوانین و مقررات جاری کشور و مناطقی آزاد.» و در نتیجه ماده مربوطه در اساسنامه بنحو فوق اصلاح گردید.

سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیت‌های صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت خطوط کشتیرانی راه شیری کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۸۷۳۵ و شناسه ملی ۱۰۹۸۰۱۷۸۷۵۰ به استناد صورت جلسه مجمع عمومی فوق‌العاده مورخ ۱۴۰۱/۱۲/۰۸ مبلغ ۵۰٪ سرمایه تعهدی شرکت به موجب گواهی بانکی شماره ۰۸۶۸۸۹/۹۲ مورخ ۱۴۰۱/۱۲/۰۸ بانک تجارت شعبه مرکزی کیش از سوی سهامداران به حساب شرکت واریز گردید و در نتیجه ماده مربوطه در اساسنامه بشرح ذیل اصلاح گردید:

«سرمایه شرکت مبلغ ۶۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال منقسم به ۶۰۰ سهام با نام عادی ۱۰۰۰۰۰ ریالی می‌باشند که تماماً پرداخت گردیده است»

سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیت‌های صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت سپید پرواز مجل کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۷۳۸۵ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۷۲۱۲۳ به استناد صورت جلسه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۶/۱۱، کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور بانکی از قبیل چک، سفته، بروات و عقود اسلامی و سایر نامه‌های عادی و اداری با امضای مدیرتضی اریهم رئیس هیئت مدیره و وحید شکوری تیریزی مدیرعامل همراه با مهر شرکت معتبر می‌باشند.

سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیت‌های صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش