از سلامت قلب تا بهبود خلق‌وخو با منیزیم

منیزیم عملکردهای حیاتی زیادی در بدن دارد؛ اما آن‌قدرها که باید درموردش گفته نمی‌شود. منیزیم کمک می‌کند سیستم‌های بدنتان به‌درستی کار کنند.

کمبود منیزیم می‌تواند باعث افت عملکرد ورزشی شود. پایین‌بودن سطح منیزیم بدن موجب گرفتگی‌ها و آسیب‌های عضلانی می‌شود. زیرا منیزیم به ریلکس شدن و ترمیم عضلات بعد از ورزش کمک می‌کند. مطالعه‌ای دریافت مصرف مکمل منیزیم باعث بهترشدن عملکرد شناگرها در رقابت‌ها و مسابقات می‌شود.

فریده پناه

گروه بهداشت و سلامت- این ماده مغذی بیش از ۳۰۰ فرایند گوناگون در بدن را تنظیم می‌کند و تقریباً بر هر چیزی اثر می‌گذارد. بیشتر افراد به اهمیت مصرف منیزیم توجهی ندارند و بیشتر به مواد مغذی دیگری که معروف‌ترند می‌پردازند. دریافت منیزیم کافی کمک می‌کند سطح انرژی خوبی داشته باشید، خوابتان باکیفیت باشد، خلق‌وخوی بهتری داشته باشید و خیلی چیزهای دیگر.

منیزیم پشتیبان سلامت قلب

منیزیم بهترین دوست سیستم قلب و عروق شماست و کمک می‌کند ضربان قلبتان منظم باشد و فشار خونتان در سطح نرمالی حفظ شود. منیزیم، کلسترول بد و تری‌گلیسیرید را کاهش می‌دهد و کلسترول خوب را بالا می‌برد. این ترکیب منحصربه‌فرد، فواید بی‌نظیری برای سلامت قلب و عروق شما دارد. مطالعه‌ای نشان داد مصرف منیزیم می‌تواند ریسک بیماری‌های قلبی کرونری را ۲۲ درصد و ریسک بیماری قلبی ایسکمی را ۱۰ درصد کاهش بدهد. شواهدی نیز وجود دارد که منیزیم ریسک آریتمی‌های مضر را پایین می‌آورد.

کاهش اضطراب و حامی سلامت روان

منیزیم یک ماده معدنی مهم برای خلق و خوست، چون در ساختن فرارسان‌های عصبی مثل سروتونین نقش دارد. منیزیم به تنظیم فرارسان‌های عصبی مؤثر در خلق‌وخو کمک می‌کند. برخی مطالعات نشان می‌دهند مصرف مکمل منیزیم به کاهش اضطراب و علائم افسردگی کمک می‌کند و عاملی برای خواب بهتر است.

چیزی که می‌دانیم:

. مطالعات ارتباط پایین‌بودن سطح منیزیم در بدن و ریسک بیشتر اضطراب و افسردگی را نشان داده‌اند؛ اما رابطه علت و معلولی آنها مشخص نیست.

. چند مطالعه کوچک دریافته‌اند مصرف مکمل منیزیم باعث کاهش علائم اضطراب می‌شود؛ اما هنوز به تحقیقات گسترده‌تری نیاز است.

. یک سری از یافته‌ها نشان داده‌اند مصرف مکمل منیزیم می‌تواند علائم افسردگی را کاهش بدهد، خصوصاً اگر همراه با مصرف داروهای ضدافسردگی باشد.

تولید انرژی

منیزیم برای تبدیل غذایی که می‌خوریم به انرژی ضروری است. بدون منیزیم کافی، بدن ما نمی‌تواند به‌درستی از اکسیژن استفاده کند و تولید انرژی در بدنمان دچار اختلال خواهد شد. پس عجیب نیست که کمبود منیزیم باعث افت سطح انرژی ما شود.

حالا توضیح می‌دهیم که چرا پایین‌بودن سطح منیزیم در بدن باعث می‌شود احساس خستگی بکنید. وقتی غذا می‌خورید، کالری‌های غذا به‌واسطه یک سری از واکنش‌های شیمیایی تجزیه می‌شوند و این واکنش‌ها نیاز به آنزیم‌ها و فاکتورهایی برای عملکرد درست دارند. منیزیم کمک می‌کند آنزیم‌هایی که انرژی را از غذا می‌گیرند و به سلول‌ها می‌رسانند فعال شوند، در واقع درست مثل یک استارت برای راه‌افتادن انرژی سلولی و روند درست مصرف انرژی توسط سلول‌ها. بدون منیزیم این آنزیم‌ها نمی‌توانند کار خود را درست انجام بدهند و ما احساس خستگی و بی انرژی بودن می‌کنیم. فراتر از اینها، منیزیم به بدن کمک می‌کند طی متابولیسم انرژی، بدن ما بهتر از اکسیژن استفاده کند. منیزیم حامی عملکرد بهینه میتوکندری‌هاست که منبع انرژی در درون سلول‌ها هستند. وقتی میتوکندری‌ها بتوانند اکسیژن‌ها را به‌درستی به کار ببرند، سطح انرژی شما نیز بهینه خواهد بود. پس اگر می‌بینید اغلب احساس خستگی دارید یا وسط روز انرژی کم می‌آورید، بهتر است مصرف منیزیمتان را بیشتر کنید. شارژکردن ذخایر منیزیم بدن می‌تواند مثل سوخت‌رسانی به موتور بدنتان باشد. منیزیم یک ماده مغذی اساسی برای بقا و دوام است، اما یادتان باشد خستگی می‌تواند علت‌های بسیار زیادی داشته باشد، پس بهتر است با پزشک مشورت کنید تا با او علت‌های ممکن احساس خستگی خود را بررسی نمایید.

تقویت استخوان‌ها

بیش از ۶۰ درصد منیزیم در بدن ما در استخوان‌های ما ذخیره می‌شوند. ازاین‌رو منیزیم با کلسیم و ویتامین D در جهت سلامت استخوان‌ها همکاری می‌کند. اما چرا منیزیم این‌قدر برای سلامت استخوان مهم است؟ استخوان‌های ما طی فرایندی مداوم به نام بازسازی قوی می‌شوند. بافت قدیمی استخوان تخریب می‌شود و بافت جدید شکل می‌گیرد تا جایگزین آن شود. منیزیم از دو طریق به بازسازی استخوان کمک می‌کند. اول اینکه منیزیم به تنظیم هورمون‌های کنترل‌کننده متابولیسم استخوان کمک می‌نماید و زمینه را برای کلسیم و ویتامین D جهت استخوان‌سازی فراهم می‌کند. منیزیم حتی تحریک‌کننده سلول‌های مسئول تشکیل استخوان جدید (اوستئوبلاست) می‌باشد. بدون منیزیم کافی، استخوان‌های ما به‌مرورزمان ضعیف و شکننده می‌شوند. زیرا کمبود منیزیم فرایند بازسازی استخوان را مختل می‌کند. اگر بافت قدیمی استخوان تخریب شود بدون اینکه استخوان جدید به‌اندازه کافی شکل بگیرد، چه اتفاقی خواهد افتاد؟

وقتی برای مدت طولانی منیزیم کافی به بدن نمی‌رسانید، استخوان‌ها تدریجاً ضعیف‌تر و شکننده‌تر می‌شوند و نتیجه آنی می‌شود که اصلاً خوشایند نیست. طی سال‌ها، عدم مصرف کافی منیزیم، تراکم معدنی استخوان کاهش می‌یابد و این اتفاق می‌تواند در نهایت منجر به پوکی استخوان و ایجاد حفره‌هایی در بافت استخوان شود و استخوان به‌راحتی بشکند. به طور خلاصه، منیزیم به استخوان‌های ما قدرت لازم برای مقاوم‌بودن را می‌دهد. اسکلت ما به این ماده معدنی نیاز دارد تا تراکم خود را حفظ کند و بتواند در برابر ضربه‌هایی که به آن وارد می‌شود تاب بیاورد.

منیزیم در تنظیم قند خون نقش دارد

منیزیم به انتقال گلوکز به سلول‌ها برای تأمین انرژی کمک می‌کند. منیزیم کافی در بدن می‌تواند جلوی افت‌وخیزهای ناگهانی قند خون را در افراد مبتلا به دیابت یا پیش دیابت بگیرد. چگونه:

. منیزیم برای انتقال گلوکز به سلول‌ها ضرورت دارد و می‌تواند آنزیم‌هایی را که به گیرنده‌های انسولین در غشا سلولی اجازه کار می‌دهند فعال نماید تا به‌درستی با انسولین جفت شوند و به گلوکز اجازه ورود به سلول بدهند.

. سطح پایین منیزیم می‌تواند منجر به مقاومت به انسولین، اختلال در ترشح انسولین و بالارفتن قند خون شود. این اتفاق، ریسک پیش دیابت و دیابت را افزایش می‌دهد.

. افرادی که دیابت دارند اغلب سطح منیزیم بدنشان پایین است. افزایش دفع منیزیم از ادرار که در هایپرگلیسمی رخ می‌دهد، کمبود منیزیم را تشدید می‌نماید.

. دریافت منیزیم کافی می‌تواند جلوی افت‌وخیزهای خطرناک قند خون را بگیرد، خصوصاً در افرادی که پیش دیابت یا دیابت دارند.

پشتیبانی از عملکرد ورزشی

منیزیم با بهینه‌کردن سطح انرژی بدن، کمک به عملکرد عضلات و استفاده درست از اکسیژن (فاکتورهای مهم در موفقیت‌های ورزشی) به شما قدرت می‌دهد. منیزیم در داخل سلول‌ها، آنزیم‌های تبدیل‌کننده مواد مغذی به سوخت سلولی را فعال می‌کند. همچنین منیزیم می‌تواند این قدرت را به عضلات بدهد تا اکسیژن را به بهترین شکل به کار ببرند. عضلاتی که به‌خوبی از اکسیژن استفاده می‌کنند، قوی‌ترند و زودتر هم ریکاوری می‌شوند. کمبود منیزیم می‌تواند باعث افت عملکرد ورزشی شود. پایین‌بودن سطح منیزیم بدن موجب گرفتگی‌ها و آسیب‌های عضلانی می‌شود. زیرا منیزیم به ریلکس شدن و ترمیم عضلات بعد از ورزش کمک می‌کند. مطالعه‌ای دریافت مصرف مکمل منیزیم باعث بهترشدن عملکرد شناگرها در رقابت‌ها و مسابقات می‌شود. به‌طورکلی منیزیم یک حامی بیولوژیکی مهم برای عملکرد عضلات و مصرف اکسیژن و انرژی طی ورزش است.

در پایان

منیزیم این ماده مغذی نه‌چندان معروف دارای عملکردهای گوناگونی در بدن است که همه آنها اهمیت ویژه‌ای دارند. اسفناج و دیگر سبزی‌های برگی، مغزها، حبوبات و غلات کامل منابعی از منیزیم غذایی هستند. مواد غذایی منیزیم‌دار را بخشی از رژیم غذایی روزانه خود کنید تا بدنتان عملکرد خوبی داشته باشد و احساس تندرستی و سلامتی کنید.

با وجود روان‌زخم‌ها قدرتمند شوید

گروه بهداشت و سلامت- تروما یا روان‌زخم، واژه‌ای ناملموس اما محسوس است؛ روان‌زخم‌ها بر اثر تجربه اتفاقات ناخوشایند در زندگی و برای توصیف طیف وسیعی از موقعیت‌ها استفاده می‌شود.

تروما یا روان‌زخم، واژه‌ای ناملموس اما محسوس است؛ روان‌زخم‌ها بر اثر تجربه اتفاقات ناخوشایند در زندگی و برای توصیف طیف وسیعی از موقعیت‌ها استفاده می‌شود. این مفهوم در طول سال‌ها برای افراد مختلف معانی مختلفی داشته است. تجربه‌های زخم روان ممکن است به دوران کودکی برگردد و زندگی فرد را تحت تأثیر قرار دهد. خاطرات و تجربیاتی که هنوز در ذهن فرد گیر کرده‌اند و با یاد آن‌ها به‌هم می‌ریزد یا از موقعیت‌هایی خاص اجتناب می‌کند تا از آسیب روانی مجدد دور بماند، احتمالاً روان‌زخم‌هایی حل‌نشده دارد.

با روان‌زخم‌ها چه باید کرد؟

زندگی به‌طور مداوم و هم‌زمان پر از حوادث شگفت‌انگیز و وحشتناک روزمره است. هرکدام از این اتفاقات کافی است تا بر نحوه نگاه ما به جهان و بر خودمان تأثیر بگذارند. ما نمی‌توانیم دنیا را کنترل کنیم و هرگز نتوانسته‌ایم؛ اما به نظر می‌رسد که می‌توانیم به سهم خود مثبت یا منفی نگاه کنیم. زبان و تفکر همان چیزی است که می‌تواند فرد زخم‌خورده را سالم کند یا فرد سالم را زخم‌خورده. به‌عبارتی، باید افکار خود را مدیریت کنیم که البته گاهی اوقات آسان نیست و نیاز به تلاش یا حتی روان‌درمانی دارد.

بیرون‌آمدن از مه

تروما ممکن است شدید یا هیچ باشد. شاید جسمی، ذهنی، معنوی، ساخته دست بشر یا یک پیشامد باشد. ممکن است قدرت‌بخش یا مخرب باشد؛ هر دو یا هیچ‌کدام.

معمولاً زندگی با یک آسیب روانی اغلب سخت‌تر از خود آن رویداد آسیب‌زا می‌شود. افکار حاصل از تروما فرد را به هم می‌ریزند. او جواب را نمی‌داند و کسی هم نمی‌تواند پاسخ سؤالات او باشد.

از طرفی خود آسیب دیدنی نیست؛ انگار شخص را در مه فرو برده باشند. برای بیرون آمدن از مه باید از دنیای ذهن بیرون آمد و ارتباط با دنیای واقعی تقویت شود. تنها جایی که بهبودی رخ می‌دهد، در افکار است.

چگونه با تروما قدرتمند شویم؟

در درجه اول از دست‌دادن حس کنترل است که به مارپیچ منجر می‌شود.

هیچ یک از ما واقعاً به اندازه‌ای که فکر می‌کنیم روی چیزها کنترل نداریم. اما مهم روایتی است که می‌سازیم. اگر قرار باشد آسیب‌هایی که در زندگی می‌بینیم، صرفاً ما را از پا دربیاورد، رشد از معنا می‌افتد. گواه این سخن دیدن کسانی است که توانسته‌اند با وجود آسیب‌های جسمی یا طی دوران جنگ و اسارت یا جانبازی، به راه خود ادامه دهند و به‌واسطه همین اتفاق، زندگی خود را به‌گونه‌ای کنترل کنند که آن رویدادهای منفی را در یک نور مثبت و داستانی شگفت‌انگیز و موفق قرار دهند. اینکه با وجود سختی‌ها، بتوانند چشم‌انداز زندگی خود را به یک ارزش مثبت برای کشور، خانواده و خودشان سازمان دهند.

ما همه بر نحوه مشاهده داستان زندگی‌مان کنترل داریم و می‌توانیم داستانمان را با وجود «تروما» خوب رقم بزنیم.

آگهی تصمیمات شرکت سرمایه گذاری آینده ساز کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۱۳۰ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۲۷۷۲۹

به استناد صورت جلسه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲،۰۲،۰۴ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید :

۱- آقای محمد حاجعلی باکد ملی ۰۰۷۳۲۰۹۴۸۱ به سمت مدیر عامل خارج از اعضای هیئت مدیره و آقای عبدالمجید ظفرمند باکد ملی ۰۰۳۲۹۱۴۱۸۰ به‌سمت قائم‌مقام مدیر عامل، آقای محمد نیکفر باکد ملی ۰۰۴۶۳۴۴۳۵۷ به‌نمایندگی از صندوق حمایت و باز نشستگی آینده‌ساز با شناسه ملی ۱۰۱۰۰۱۶۷۰۱۰ به سمت رئیس هیئت مدیره، آقای سید مجید صانعی موسوی باکد ملی ۰۴۵۲۸۰۱۶۶۴ به‌نمایندگی از شرکت کیش بتون جنوب (سهامی خاص) با شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۲۹۲۹۶ به سمت نائب رئیس هیئت مدیره، آقای مهدی عسکری مهدی آبادی باکد ملی ۰۴۵۲۵۶۴۷۰۰ به‌نمایندگی از شرکت توسعه سلامت نگر آینده ساز (سهامی خاص) با شناسه ملی ۱۴۰۰۸۲۵۸۷۷۲ به‌سمت عضو هیئت مدیره تا پایان دوره تصدی هیئت مدیره انتخاب گردیدند.

۲- کلیه اسناد و اوراق مالی و تعهدآور شرکت با امضاء مدیر عامل به‌اتفاق امضاء هریک از اعضا هیئت مدیره با مهر شرکت و در غیاب مدیر عامل با امضاء قائم‌مقام مدیر عامل به‌اتفاق امضاء هریک از اعضا هیئت مدیره و مهر شرکت و سایر مکاتبات و اوراق با امضاء مدیر عامل و در غیاب ایشان با امضاء قائم مقام مدیر عامل یا رئیس هیئت مدیره همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.

۳- هیئت مدیره اختیارات بند های ۱،۴،۷،۸،۹،۱۰،۱۱،۱۳ از ماده ۴۰ اساسنامه را به مدیر عامل تفویض اختیار نمود.

رضا والی پور- سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت خدمات فنی پرسیا کیش (با مسئولیت محدود)

ثبت شده به شماره ۱۰۴۱۱ و شناسه ملی ۱۴۰۰۳۵۵۰۵۴۹

به استناد صورت جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۲،۰۷،۲۲ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱- آقای وانگ جون فنگ به شماره پاسپورت PE ۲۱۶۳۳۸۰ (خارج از شرکاء) به‌سمت مدیر عامل و عضو هیئت‌مدیره، آقای بین شی جیانگ به‌شماره فراگیر PE ۲۱۰۸۵۲۹ (خارج از شرکاء) به‌سمت رئیس هیئت‌مدیره و عضو هیئت‌مدیره برای مدت نامحدود انتخاب شدند.

۲- کلیه اوراق و اسناد تعهدآور از قبیل چک، سفته، بروات و عقود اسلامی با امضاء مدیر عامل یا رئیس هیئت مدیره هریک به‌تنهایی همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.

رضا والی پور- سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت پارس حامی کیش (بامسئولیت محدود)

ثبت شده به شماره ۹۳۸۵ و شناسه ملی ۱۴۰۰۰۰۳۱۸۴۴

به استناد صورت جلسات مجمع عمومی فوق العاده و مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۲،۰۷،۰۳ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱- شرکت بلدر آرادکیش به شناسه ملی ۱۰۹۸۰۱۵۸۷۳۲ با نمایندگی آقای محمدامین فرج پور باکد ملی ۲۹۸۰۰۳۵۰۰۹ دارنده ۸۵۰،۸۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال با دریافت کلیه سهم الشرکه خود از صندوق شرکت، از شرکت خارج و منبعد هیچگونه حق و سمتی در شرکت ندارند. و آقای ناصر مسافرزاده باکد ملی ۱۹۵۰۳۸۲۸۲۶ دارنده ۵۳،۹۵۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال سهم الشرکه با دریافت مبلغ ۵۰،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال از سهم الشرکه خود از صندوق شرکت، سرمایه خود را به مبلغ ۳،۹۵۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال کاهش داد و در نتیجه سرمایه شرکت از مبلغ ۹۱۰،۸۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال به مبلغ ۱۰،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال کاهش یافت و در نتیجه ماده مربوطه در اساسنامه بنحو فوق اصلاح گردید.

۲- شرکت کارمانیا نوین پندار کیش با شناسه ملی ۱۴۰۰۸۲۹۹۷۷۱ با نمایندگی آقای امین مهربانی باکد ملی ۲۲۹۵۳۳۴۱۵۲ به‌سمت مدیر عامل و عضو هیئت مدیره، آقای ناصر مسافرزاده باکدملی ۱۹۵۰۳۸۲۸۲۶ به سمت رئیس هیئت مدیره، خانم طوفان خسروی نیا باکد ملی ۱۹۱۱۱۴۰۹۶۵ به سمت نائب رئیس هیئت مدیره برای مدت نامحدود انتخاب شدند.

۳- کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور از قبیل چک، سفته، بروات و عقود اسلامی با امضای مدیر عامل و نائب رئیس هیئت مدیره همراه با مهرشرکت و سایر مکاتبات عادی و اداری با امضای مدیر عامل یا هریک از اعضای هیئت مدیره همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.

رضا والی پور- سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی افزایش سرمایه شرکت خدمات مسافرتی و گردشگری توشه آفرین کیش (با مسئولیت محدود)

ثبت شده به شماره ۱۴۷۳۰ و شناسه ملی ۱۴۰۱۲۱۶۴۰۹۰

به استناد صورت جلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۲،۰۶،۲۰، آقای موحد خدامرادی به کد ملی ۳۷۹۰۴۴۲۲۰۸ با پرداخت مبلغ ۲۵۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال به صندوق شرکت در ردیف شرکاء قرار گرفت و در نتیجه سرمایه شرکت از مبلغ ۵۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال به مبلغ ۷۵۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال افزایش یافت و ماده مربوطه در اساسنامه بنحو فوق اصلاح گردید.

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

آگهی تأسیس شرکت پارسیان تکتاز خودرو کیش (بامسئولیت محدود)

ثبت شده به شماره ۱۴۸۴۱ و شناسه ملی ۱۴۰۱۲۶۱۸۴۱۵

باعنایت به استعلام اخذشده از مدیریت بازرگانی سازمان منطقه آزاد کیش براساس بند ۶ ماده ۷ ضوابط ثبت شرکتها به شماره ۱۴۰۲،۳۸۰۱۸۶۴۸ مورخ ۱۴۰۲،۰۷،۰۳، خلاصه اساسنامه و شرکت نامه شرکت فوق که در تاریخ ۱۴۰۲،۰۷،۱۲ تحت شماره ۱۴۸۴۱ در این اداره به‌ثبت رسیده جهت اطلاع عموم بشرح ذیل در روزنامه رسمی و کثیر الانتشار آگهی میشود.

۱- موضوع شرکت : واردات و صادرات و خرید و فروش انواع خودرو سبک و سنگین ایرانی و خارجی و قطعات یدکی خودرو و ایجاد و برپایی نمایشگاه اتومبیل و مراجعه به‌گمرکات و ترخیص خودرو و ثبت سفارش و انجام کلیه مراحل و تشریفات قانونی در کلیه وزارتخانه ها و سازمانها و نیز ایجاد شعب در کلیه شهرستان ها و کشور های خارجی و شرکت در مزایده و مناقصه های داخلی و خارجی انعقاد قرارداد با اشخاص حقیقی و حقوقی داخلی و خارجی و اخذ دریافت وام و تسهیلات ریالی و ارزی از بانکها و موسسات مالی و اعتباری و صندوق های قرض الحسنه داخلی و خارجی و اخذ و دریافت ضمانت نامه های بانکی و گشایش اعتبارات اسنادی.

۲- مرکز اصلی شرکت : جزیره کیش، شهرک صنعتی ۲، قطعه EX۱۹، طبقه همکف، واحد ۲، کد پستی : ۷۹۴۱۶۵۸۵۳۰.

۳- میزان سرمایه شرکت : مبلغ ۲،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال.

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

۵- مدیران شرکت : آقای امیرمحسن کاشف اقبال به‌شماره ملی ۰۰۱۶۹۲۵۴۹۱ به‌سمت مدیر عامل و عضو هیئت مدیره و خانم مونا توکلی به‌شماره ملی ۰۰۷۲۱۲۹۸۹۱ به‌سمت رئیس و عضو هیئت مدیره برای مدت نامحدود انتخاب شدند.

۶- دارندگان حق امضاء : کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور شرکت از قبیل چک، سفته، بروات، قراردادها، عقود اسلامی و سایر نامه های عادی و اداری با امضای مدیر عامل یا رئیس هیئت مدیره هریک به‌تنهایی همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.

رضا والی پور- سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تصمیمات شرکت زلال مهر کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۸۰۴۸ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۹۳۱۲۶۵

به استناد صورت جلسه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۱/۱۲/۰۸ اختیارات مندرج در بند ۱۳ ماده ۴۰ اساسنامه بشرح ذیل : اقامه هرگونه دعوی و دفاع از هرگونه دعوی یا تسلیم به دعوی با انصراف از آن اعم از حقوقی و کیفری با داشتن تمام اختیارات مراجعه به امر دادرسی از حق پژوهش، فرجام مصالحه، تعیین وکیل، سازش ادعای جعل نسبت به سند طرف و استرداد سند تعیین داور با یا بدون اختیار صلح و بطور کلی استفاده از کلیه حقوق و اجرای کلیه تکالیف ناشیه از قانون داوری تعیین وکیل برای دادرسی و غیره با یا بدون حق توکیل و توکیل در توکیل ولو کرارا» تعیین مصدق و کارشناس اقرار خواه در ماهیت دعوی و خواه به امری که کاملاً قاطع دعوی باشد دعوی خسارت استرداد دعوی جلب شخص ثالث و دفاع از دعوای ثالث اقدام به‌دعوای متقابل و دفاع از آن تامین مدعی به تقاضای توقیف اشخاص و اموال از دادگاه های اعطای مهلت برای پرداخت مطالبات شرکت درخواست صدور برگ اجرائی و تعقیب عملیات اجرائی و اخذ محکوم چه در دادگاه و چه در ادارات و دوائر ثبت اسناد به مدیر عامل تفویض اختیار 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 ۱۲۸۴۵ و شناسه ملی ۱۴۰۰۵۷۰۷۷۶۰

به‌استناد صورت جلسات مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۶/۰۵ و مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۲،۰۶،۰۶ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید :

۱- آقای محمود لطیفی پور باکد ملی ۰۳۲۱۲۴۷۰۳۵، دارنده ۱۰۰،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال سهم الشرکه با دریافت کلیه سهم الشرکه خود از صندوق شرکت از شرکت خارج و منبعد هیچگونه حق و سمتی در شرکت ندارد و در نتیجه سرمایه شرکت از مبلغ ۱،۱۰۰،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال به مبلغ ۱،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال کاهش یافت و ماده مربوطه در اساسنامه به نحو فوق اصلاح گردید.

۲- آقای محمد نیکخواه باکد ملی ۱۲۶۱۷۲۲۴۸۵ به سمت مدیر عامل و رئیس هیئت مدیره و آقای سید محمدرضا کاظمی طباطبایی باکد ملی ۱۱۸۹۵۷۶۵۰۳ به سمت عضو هیئت مدیره برای مدت نامحدود انتخاب شدند.

۳- کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهداور شرکت از قبیل چک، سفته، بروات، و عقود اسلامی با امضای (رئیس هیئت مدیره) آقای محمد نیکخواه همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.

رضا والی پور- سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تغییرات شرکت آرمین پاسارگاد کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۳۵۶۵ و شناسه ملی ۱۴۰۰۷۴۰۱۱۶۲

به‌استناد صورت جلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۲،۰۷،۰۱، مرکز اصلی شرکت از آدرس قبلی به نشانی :جزیره کیش، مجتمع خدماتی شقایق، طبقه اول، شماره ۲۶، کد پستی : ۷۹۴۱۶۶۵۱۰۵ تغییر یافت و در نتیجه ماده مربوطه در اساسنامه بنحو فوق اصلاح گردید.

رضا والی پور- سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

آگهی تغییرات شرکت آلپا تجارت بین الملل کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۹۱۱۴ و شناسه ملی ۱۴۰۰۰۰۸۹۱۵۸

به‌استناد صورت جلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۲،۰۶،۰۱، مرکز اصلی شرکت از آدرس قبلی به نشانی :جزیره کیش، مجتمع تجاری سارینا یک، طبقه ۷، واحد ۷۱۴، کد پستی : ۷۹۴۱۸۹۷۱۶۶ تغییر یافت و در نتیجه ماده مربوطه در اساسنامه بنحو فوق اصلاح گردید.

رضا والی پور- سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیتهای صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش

اقتصاد کیش روزنامه
پرتیراژترین و با سابقه ترین نشریه جزیره کیش
گسترده ترین شبکه اطلاع رسانی داخلی منطقه آزاد کیش
۴۴۴۲۴۹۶۹
۴۴۴۲۴۹۹۹