

◀ **فریده پناه**

گروه بهداشت و سلامت – احتمالاً برای خیلی از ما این لحظه آشناست، کلی کار داریم و برای انجام آنها دست‌دست می‌کنیم، گاهی هم خستگی را بهانه می‌کنیم و حتی نای بلندشدن از جای‌مان را هم نذاریم! اصطلاحش را هم از زمان کودکی تا به الان زیاد شنیده‌ایم، ”تنبلی“! از کمک نکردن بـه امور خانه گرفته تا انجام تکالیف مدرسه و ...
تنبلی با ما بزرگ شده است. عدم اشتیاق برای شغلی که دارید، فهرست کارهای زیادی که باید انجام بدهید، حتی یک بیماری زمینه‌ای پزشکی تنها برخی از مواردی هستند که می‌توانند در تمایل شما برای انجام کارها اختلال ایجاد کنند. این گزارش به کمک شما می‌آید تا به شما بگوید چطور میشو د تنبلی را متوقف کرد تا بهره‌وری بیشتری داشته باشید.

چطور و رومان به تنبلی برسد؟

گاهی اوقات زور تنبلی به اراده ما می‌چرد و خاک‌مان می‌کند، در این صورت افرادی پیدا می‌شود که حتی با بهره‌وری بالا ممکن است انجام کارهای روزمره برایش چالش برانگیز باشد! در اینجا چند نکته یادآوری می‌شود که به شما کمک می‌کند تا از شر تنبلی خلاص شوید و به عبارتی بهره‌وری‌تان را درک کنید.

اهداف خود را قابل مدیریت کنید
گاهی ما از کار و شغلمان توقع زیادی داریم، اهداف غیرمنطقی تعیین می‌کنیم و با خفه کردن خود در شغل باعث فرسودگی شغلی می‌شویم و همین امر خستگی، از دست دادن علاقه و انگیزه و اشتیاق به فرار را در فرد ایجاد می‌کند.

خب صبر کنید، راه‌حل ساده است! اهدافی که از شغل‌تان دارید را با تعیین اهداف کوچکتر و دست‌یافتنی جایه‌جا کنید، این کار باعث می‌شود در عین حال که فشار کمتری در کار تحمل می‌کنید،

گروه بهداشت و سلامت – وشبخانه اکثر متخصصان پوست چند نکته اصلی در مورد استفاده از ضدآفتاب را برای این نکته‌داشتن پوست شما از تابش خیررکننده و بی‌امان خورشید توصیه می‌کنند.

طبق گفته آکادمی پوست آمریکا (AAD)، یکی از مهم‌ترین نکاتی که باید بدانید، این است که از چه مقدار ضدآفتاب باید استفاده کنید. اگرچه

امید و انگیزه بیشتری برای انجام آن داشته باشید! یعنی همان چیزی که دشمن تنبلی است.

از خودتان انتظار نداشته باشید که کامل باشید
امسان از کمال‌گرایی! انگار باید همه‌چیز در بهترین حالت ممکن خودش رخ بدهد، همه انسان‌ها باید تمامی صفات خوب را داشته باشند و به‌الان زیاد شنیده‌ایم، ”تنبلی“! از کمک نکردن بـه امور خانه گرفته تا انجام تکالیف مدرسه و ...
تنبلی با ما بزرگ شده است. عدم اشتیاق برای شغلی که دارید، فهرست کارهای زیادی که باید انجام بدهید، حتی یک بیماری زمینه‌ای پزشکی تنها برخی از مواردی هستند که می‌توانند در تمایل شما برای انجام کارها اختلال ایجاد کنند. این گزارش به کمک شما می‌آید تا به شما بگوید چطور میشو د تنبلی را متوقف کرد تا بهره‌وری بیشتری داشته باشید.

تعریف و تشویق جای نقد و تنبیه!
خودگویی منفی که همان نقدمنفی از خود است می‌تواند تلاش‌های شما را در هر جنبه‌ای از زندگی‌تان از مسیر خارج کند. لازم هم نیست جای دوری بروید، همین که به خودتان بگویید فردی تنبل هستید، نوعی خودگویی منفی است. باید تمرین کنید که این نوع صداها را در خودتان متوقف کنید، این کار را می‌توانید با کم کردن نقدهای بی‌رحمانه از خودتان شروع کنید و به جنبه‌های مثبت زندگی فکر کنید.

ایجادبرنامه در ست و منطقی
برنامه‌ریزی برای اینکه چطور کاری را انجام دهید، می‌تواند رسیدن به آنرا آسان‌تر کند. نکته‌ای که در ایس مرحله مهم است، واقع بینی در کار است! «سنگ بزرگ علامت نژدن

بیشتر مردم می‌دانند که کرم ضدآفتاب را باید تکرار کرد اما دانستن مقدار استفاده از آن، بخش جدایی‌ناپذیر این معادله است – به‌خصوص به این دلیل که فرایند استفاده در فرمول‌های مختلف متفاوت است. آکادمی پوست آمریکا براساس یک قانون کلی برای لوسیون‌ها و کرم‌ها، توصیه می‌کند که دستورالعمل حدود ۳۵ گرم یا مقدار کافی از کرم ضد آفتاب را دنبال کنید و سپس با توجه به

دشمن تنبلی است.

حس نیست!»، «حال و حوصله ندارم» این‌ها را می‌گوید و در حالی که بالش را بغل کرده به پهلو می‌چرخد.
علاوه بر آن، انجام یک کار خوب می‌تواند به شما برای ادامه راه انگیزه بدهد. تمام دستاوردهای خود را در هر کاری که انجام می‌دهید، چه در محل کار و چه در خانه، یادداشت کنید. این یک راه عالی برای تقویت اعتماد به نفس و مثبت ماندن برخورد کنید، می‌تواند به راحتی از آن عبور کند.

«پس در مورد اینکه مقدر زمان، تلاش و عوامل دیگر برای رسیدن به هدفتان و ایجاد یک برنامه عمل‌نیاز است، واقع بین باشید. داشتن یک برنامه، به فر د جهت گیری و اعتماد به نفسی می‌دهد که حتی اگر در طول مسیر به مانه برخورد کنید، می‌تواند به راحتی از آن عبور کند.

از نقاط قوت تا مرور موفقیت‌های خود
هنگام تعیین اهداف یا آماده شدن برای مقابله با یک کار، لحظه‌ای به نقاط قوت خود فکر کنید. سعی کنید آنها را در جنبه‌های مختلف یک کار استفاده کنید تا به شما در انجام کارها کمک کند. تحقیقات نشان داده است که تمرکز بر نقاط قوت بهره‌وری، احساسات مثبت و مشارکت در کار را افزایش می‌دهد.

اندازه بدن خود، آن را تنظیم نمایید. مقدار مورد نیاز کرم ضد آفتاب در هر نوبت معمولاً برای پوشاندن آن نواحی از سر تا پای بدن که در معرض آفتاب است، کافی به نظر می‌رسد. آفشانه‌های ضد آفتاب معمولاً نسبت به لوسیون‌ها دردر کمتری دارند اما این بدان معنی

بهداشت و سلامت

راه‌هایی برای نجات از با تلاق تنبلی



گاهی اوقات زور تنبلی به اراده ما می‌چرید و خاک‌مان می‌کند، در این صورت افرادی پیدا می‌شود که حتی با بهره‌وری بالا ممکن است انجام کارهای روزمره برایش چالش برانگیز باشند! در اینجا چند نکته یادآوری می‌شود که به شما کمک می‌کند تا از شر تنبلی خلاص شوید و به عبارتی بهره‌وری‌تان را درک کنید.

علاوه بر آن، انجام یک کار خوب می‌تواند به شما برای ادامه راه انگیزه بدهد. تمام دستاوردهای خود را در هر کاری که انجام می‌دهید، چه در محل کار و چه در خانه، یادداشت کنید. این یک راه عالی برای تقویت اعتماد به نفس و مثبت ماندن برخورد کنید، می‌تواند به راحتی از آن عبور کند.

از حواس پرتی دوری کنید
علاقه‌مان را داریم که وقتی نمی‌خواهیم

بسیاری از مردم بر این باورند که درخواست کمک نشانه ضعف است، اما کمک نخواستن می‌تواند شما را برای شکست آماده کند. یک مطالعه در سال ۲۰۱۸ نشان داد که افرادی که از همکاران کمک نمی‌خواهند به احتمال زیاد در شغل خود نارضی هستند و عملکرد شغلی کمتری دارند. آنها همچنین توسط کارفرمایان خود کمتر مورد

چند نوبت در روز از ضدآفتاب استفاده کنیم؟

است که هنگام استفاده از آن، باید مراقب باشید تا مقدار اس‌پی‌اف آکادمی پوست آمریکاسانی که کرم ضدآفتاب استفاده می‌کنند، بنابر اعلام آکادمی پوست آمریکاسانی که کرم ضدآفتاب استفاده می‌کنند، باید پس از میزبان پوشش لازم برای اثربخشی یک ضدآفتاب آفشانه‌ای به دست‌کم شش ثانیه افشانه در هر نقطه نیاز دارد - تقریباً

به سرگرم‌کننده
همه‌ما از کارهای خسته‌کننده فراری هستیم، مثلاً تمیز کردن خانه، مرتب کردن کمد لباس و کتابخانه و یا شستن ظرف‌ها می‌تواند سرگرم‌کننده نباشد؛ اما با راه‌کارهایی می‌توانید آنها را لذت بخش تر کنید. گوش دادن به موسیقی یا پادکست را امتحان کنید یا برنامه‌های رژیم غذایی و تناسب اندام را در گوشی نصب کنید تا ببینید در حین انجام این کارها چه مقدار کالری می‌سوزانید و مقدر به هدف تناسب اندامتان نزدیک شده‌اید.

دانن پاداش به خود
انجام یک کار به خودی خود یک پاداش است، اما برخی از افراد توسط پاداش‌های بیرونی شومحال و هدایت می‌شوند. روی چیزهایی تمرکز کنید که از انجام کاری به دست می‌آورید مثل نزدیک شدن به از تقای شغلی و به خودتان برای کاری که به خوبی انجام داده‌اید پاداش دهید. پایان یک پروژه بزرگ را با یک شنب بیرون از خانه جشن بگیرید یا پس از یک روز تمیز کردن خودتان را به یک غذای محبوب دعوت کنید.

چگونه تنبلی را با زندگی سالم شکست دهیم؟

بعضی وقت‌ها تغذیه ناسالم و نداشتن رژیم غذایی درست شما را از فردی پر انرژی تبدیل به یک آدم خسته و تنبل می‌کند.ایجادبرخی تغییرات سالم می‌تواند بهترین راه برای غلبه بر تنبلی باشد. در اینجا یکسری راهکار گفته میشود که انجام آن می‌تواند بر غلبه بر تنبلی موثر باشد.

غذاهای پر پروتئین بخورید:
غذاهای پر پروتئین این کار را انجام می‌دهند، مانند: ماست یونانی، بادام‌ها، تخم‌مرغ، تن ماهی و ...
از مصرف غذاهای شکرین و پرچرب خودداری کنید:
تغذیه و بهره‌وری با هم مرتبط هستند. غذاهایی که انرژی شما را تخلیه می‌کنند دوری کنید زیرا دیر هضم هستند یا باعث افزایش قند خون می‌شوند. این

این روش (افشانه کردن) می‌تواند به پوشش ناهموار و محافظت نشدن پوست منجر شود. توصیه می‌شود با استفاده از چوب‌هایی که اغلب برای مالیدن کرم روی صورت استفاده می‌شود، مقدار سخاوتمندانه‌ای از آن را دست‌کم دو بار روی تمام صورت بمالید و بسیار مهم است که گوش‌ها و پلک‌هایتان را هم از قلم‌نیندازید. آکادمی پوست آمریکا در مورد

شامل: غذاها و نوشیدنی‌های حاوی قند بالا، کربوهیدرات‌های تصفیه شده، مانند نان سفید و پاستا و غذاهای سرخ شده و فست فود
ورزش کنید؛ فقط چند دقیقه ورزش می‌تواند سطح انرژی را افزایش دهد، خلق و خوسی را بهتر کند و اضطراب، استرس و افسردگی را کاهش دهد، برای مبارزه با این احساس تنبلی، با یک پیاده روی کوتاه یا دوچرخه سواری شروع کنید.

بخوابید و استراحت کنید:
کارهای زیادی وجود دارد که می‌توانید برای خواب بهتر در شب انجام دهید – دوری از تماشای صفحه‌نمایش درست قبل از خواب تا محدود کردن زمان چرت در طول روز، سعی کنید هر شب خوابی و آمادگی برای مقابله با روز پینش رود داشته باشید.

استرس را مدیریت کنید:
استرس می‌تواند شما را از درون حالی کند، بنابراین از نظر ذهنی و جسمی بیش از حد خسته شده‌اید و نمی‌توانید کاری انجام دهید. یافتن راهبردهایی برای مقابله با استرس می‌تواند به بهبود خلق و خوی شما کمک کند و انرژی و انگیزه برای انجام کارها را به شما بازگرداند.

وقت گذاشتن با عزیزان، کاشتن گل و گیاه و مراقبت از آنها در خانه، نقاشی و رنگ‌آمیزی می‌تواند ایده‌های خوبی در این زمینه باشد.

آب همره ا داشته باشید؛
فوباید نوشیدن آب بی پایان است و بسیاری از آنها می‌توانند به مبارزه با تنبلی کمک کنند. هیدراته ماندن می‌تواند سطح انرژی و عملکرد مغز را افزایش دهد، همچنین به حداکثر رساندن عملکرد فیزیکی کمک می‌کند. اگر احساس تنبلی می‌کنید، چند جرعه آب نیز می‌تواند به شما کمک کند.

سسیگار را ترک کنید؛
افزایش سطح انرژی به لطف گردش خون و اکسیژن بهبود یافته تنها مورد از مزایای ترک سیگار است. ترک سیگار می‌تواند سیستم ایمنی شما را تقویت

اس‌پی‌اف و ویژگی‌هایی که باید در کرم‌های ضدآفتاب به‌دنبال آن باشید، توصیه می‌کند ضدآفتابی را انتخاب کنید که اس‌پی‌اف دست‌کم ۳۰ یا بالاتر داشته باشد و در برابر اشعه‌های یووی‌ای (UVA) و یووی‌بی (UVB) با طیف وسیع محافظت کند و تا ۱۵ و ۳۰ دقیقه قبل از بیرون رفتن از خانه، آن را استفاده کنید. آکادمی پوست آمریکا در مورد مقصی شده باشد.

کند، زندگی جنسی شما را بهبود بخشد و خطر ابتلا به چندین بیماری جدی را کاهش دهد. ترک سیگاری می‌تواند دشوار باشد، اما پزشک می‌تواند به شما کمک کند تا یک برنامه کاری شخصی سازی کنید

چگونه تنبلی را از یک وضعیت پزشکی تشخیص دهیم
گاهی اوقات تنبلی نیست، بلکه نشانه‌ای از یک بیماری زمینه‌ای است که ممکن است جلوی انجام کارهای روزمره‌تان را بگیرد؛ اگر متوجه شدید که علاقه خود را به انجام کارهایی که معمولاً از آنها لذت می‌برید از دست داده‌اید و انرژی را کم‌تر لازم برای انجام کارها را ندارید، با یک پزشک صحبت کنید

شرایط سلامت روان
بسیاری از بیماری‌های روانی می‌توانند علائمی مانند بی‌انگیزگی، خستگی مزمن و کناره گیری اجتماعی ایجادکنند که ممکن است تنبلی اشتباه بگیرد. این شرایط عیار تندا ز افسردگی، اضطراب، اختلال عاطفی فصلی (SAD)، اختلال دو قطبی، اختلال استرس پس از سانحه (PTSD) و اختلال استرس حاد.

شرایط پزشکی
تنبلی گاهی اوقات می‌تواند به شرایط پزشکی مربوط باشد و این باعث تغییراتی در سطوح انرژی شما شود که نمی‌توانید عملکرد عادی‌تان را انجام دهید. مثل: کم خونی، کمبود ویتامین، اختلالات تیروئید، قند خون پایین، دیابت، بیماری آلدسون، سندرم خستگی مزمن، بیماری قلبی و سرطان. تنبلی همیشه چیز بدی نیست و همه سسزاور یک روز آرام هستند. فهمیدن اینکه چگونه از تنبلی خودداری کنید ممکن است به سزادگی یک تغییر در سبک زندگی سالم باشد و اگر در یافتن انرژی و تمایل به انجام بیشتر کارها مشکل دارید، با یک پزشک صحبت کنید تا مشخص شود که آیا یک بیماری زمینه‌ای ممکن است مسئول تنبلی باشد یا نه!

که دست‌کم هر دو ساعت یک‌بار در بیرون از خانه حتی زمانی که هوا ابری است، ضدآفتاب خود را تجدید کنید. اگر شما می‌کنید یا عرق می‌کنید، باید ضدآفتاب خود را تجدید کنید. اگر استفاده از آن مستلخ یا دریا خارج می‌شوید، باید کرم بزنید. همچنین قبل از اینکه بیرون بروید، مطمئن شوید که تاریخ‌مصرف کرم ضدآفتاب شما منقضی نشده باشد.

آکهی تصمیمات شرکت مرکز آموزش هوانوردی پاریس کیش (سهامی خاص)

تثت شده به شماره ۸۳۲۴ با شناسه ملی ۱۰۸۶۱۹۸۸۶۴

به استناد صور تجلسات مجمع عمومی فوق العاده و مجمع عمومی سالیانه و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۳/۰۱ و تأنیدیه سازمان هواپیمایی کشوری به شماره ۱۰۲۳۳۲۱۹ مورخ ۱۴۰۲/۰۷/۱۶ و شماره ۲۴۱۲۰۲۲۹۳۹۷ مورخ ۱۴۰۲/۰۶/۲۲ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱- آقای محمد مهدی شرفیغان البرززی با کد ملی ۰۰۴۹۸۹۸۵ به سمت مدیرعامل (خارج از سهامداران)، آقای احمد رحمانی با کد ملی ۶۶۴۹۱۰۳۹۱ به سمت عضو هیئت مدیره، خانم مهرنوش رحمانی با کد ملی ۰۷۸۳۵۱۹۴۴ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره، آقای حسن رحمانی با کد ملی ۶۶۴۹۷۳۸۵۳ به سمت عضو هیئت مدیره برای دو سال انتخاب.

۲- کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهد آور بانکی از قبیل چک، سفته، پروات، و عقود اسلامی با امضای رئیس هیئت مدیره همراه با مهر شرکت و سایر اوراق عادی و اداری و امضای مدیر عامل همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.

۳- سخنام مهناز جلالی با کد ملی ۰۱۱۳۷۵۸۷۶ بعنوان بازرس اصلی و خانم فاطمه جهانبخش با کد ملی ۰۱۷۶۷۱۶۱۲ بعنوان بازرس علی البدل برای مدت یکسال مالی انتخاب شدند.

۴- اقامتگاه قانونی شرکت: جزیره کیش بلوار ایران، خیابان آتش نشانی، قطعه ۵۸ - EX-، طبقه اول، واحد دوم، کد پستی ۷۹۴۱۶۵۸۳۱۷ انتقال یافت و ماده مربوطه در اساسنامه بنحو فوق اصلاح گردید.

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

آکهی تصمیمات شرکت تک تکنولوژی کیش (سهامی خاص)

تثت شده به شماره ۷۴۲ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۷۲۴۷۸

به استناد صور تجلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۴۰۲/۰۴/۲۷ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱- ترازنامه و حساب سود و زیان سال مالی منتهی به ۱۴۰۱/۱۲/۲۹ به تصویب رسید.

۲- مؤسسه حسابرسی و خدمات مدیریت نو اندیشان با شناسه ملی ۰۱۰۰۲۰۰۵۲۴ بعنوان بازرس اصلی و آقای محسن علی آقاجان با کد ملی ۱۲۸۷۱۳۴۹۶۳ بعنوان بازرس علی البدل برای مدت یک سال انتخاب شدند.

۳- روزنامه کثیرالانتشار اطلاعات جهت درج آگهی های شرکت انتخاب گردید.

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

آکهی تصمیمات شرکت بازار گانی یونس کیش (با مسئولیت محدود)

تثت شده به شماره ۸۹۱۸ و شناسه ملی ۱۰۹۸۰۱۹۷۱۱۷

به استناد صور تجلسات مجمع عمومی فوق العاده و مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۵/۲۴ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱- آقای ایمان یونس پور با کد ملی ۳۴۱۰۱۷۰۲۰۰ دانه ۵۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال با دریافت کلیه سهم الشرکه خود از صندوق شرکت، از شرکت خارج و متعبد هیچگونه حق و ستمی در شرکت ندارد. خانم مریم سپهری راد با کد ملی ۳۴۲۱۸۲۱۳۱۳ دانه ۵۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال سهم الشرکه با دریافت کلیه سهم الشرکه خود از صندوق شرکت، از شرکت خارج و متعبد هیچگونه حق و ستمی در شرکت ندارد در نتیجه سرمایه شرکت از مبلغ ۲،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال به مبلغ ۱،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال کاهش یافت در نتیجه ماده مربوطه در اساسنامه بنحو فوق اصلاح گردید.

۲- آقای ابراهیم یونس پور به شماره ملی ۳۴۲۱۷۱۹۱۷۹ به سمت مدیرعامل و عضو هیئت مدیره و آقای کیوان یونس پور به شماره ملی ۳۴۱۰۳۱۲۴۶۶ به سمت رئیس هیئت مدیره برای مدت نامحدود انتخاب شدند.

۳- کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهد آور شرکت از قبیل چک، سفته، پروات و عقود اسلامی با امضای مدیرعامل به تنهایی همراه با مهر شرکت و سایر نامه های عادی و اداری و امضای رئیس هیئت مدیره به تنهایی همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.

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

آکهی تصمیمات شرکت اوراسیا نمونه کیش (سهامی خاص)

تثت شده به شماره ۱۰۳۴۵ و شناسه ملی ۱۴۰۰۳۱۷۱۶۴

به استناد صور تجلسه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۵/۱۰ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱- خانم فاطمه طرزی با کد ملی ۰۷۹۴۸۶۸۰۵۳ به نمایندگی از شرکت توسعه نفت و گاز صبا از روند با شناسه ملی ۱۴۰۰۴۶۷۸۷۰ به سمت مدیرعامل و نایب رئیس هیئت مدیره تا پایان دوره تصدی هیئت مدیره انتخاب شدند.

۲- کلیه اسناد و اوراق تعهد آور شرکت، قراردادها، چکها، پروات و سفته ها با امضای مدیرعامل و رئیس هیئت مدیره با مهر شرکت، در غیاب رئیس هیئت مدیره با امضای مدیرعامل و یکی از اعضاء با مهر شرکت و در غیاب مدیرعامل با امضای رئیس هیئت مدیره و یکی از اعضاء با مهر شرکت، معتبر بوده و سایر اوراق تجاری، مکاتبات اداری و غیره با امضای مدیر عامل یا یکی از اعضاء هیئت مدیره و با مهر شرکت معتبر خواهد بود.

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

آکهی تصمیمات شرکت نیل سان کیش (سهامی خاص)

تثت شده به شماره ۸۶۴ و شناسه ملی ۱۰۹۸۰۱۶۶۷۵۴

به استناد صور تجلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۴۰۲/۰۳/۱۷ و تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱) صورتهای مالی شرکت شامل صورت سود و زیان صورت وضعیت مالی و صورت تغییرات در حقوق مالکانه و صورت جریان های نقدی برای سال مالی منتهی به ۱۴۰۱/۱۲/۲۹ به تصویب رسید.

۲) مؤسسه حسابرسی اصول نگر آریا با شناسه ملی ۱۰۱۰۳۵۵۹۰۲۴ بعنوان بازرس قانونی و حسابرس مستقل اصلی و مؤسسه حسابرسی هویشار ممیز با شناسه ملی ۱۰۱۰۰۳۴۹۶۵ بعنوان بازرس قانونی و حسابرس مستقل علی البدل برای سال مالی منتهی به ۱۴۰۲/۱۲/۲۹ انتخاب شدند.

۳) شرکت مهندسی و ساخت تأسیسات دریایی ایران با شناسه ملی ۱۰۱۰۱۴۰۲۸۵۰، شرکت سرمایه گذاری مهندسی و ساخت تأسیسات دریایی ایران با شناسه ملی ۱۰۱۰۱۹۵۶۹۰۲، شرکت اکتشاف و تولید تأسیسات دریایی با شناسه ملی ۱۰۱۰۳۳۹۴۰۸، شرکت ارتباطات پرشینا با شناسه ملی ۱۰۱۰۲۶۳۱۴۰۹، شرکت خدمات دریایی سکان ارونلد کیش با شناسه ملی ۱۰۹۸۰۱۰۴۸۹۰ به سمت اعضای هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب گردید.

۴) روزنامه کثیرالانتشار اطلاعات جهت درج آگهی های شرکت انتخاب گردید.

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

آکهی تصمیمات شرکت بازار گانی و ساختمانی آینده ساز کرانه کیش (سهامی خاص)

تثت شده به شماره ۱۳۳۳۹ و شناسه ملی ۱۴۰۰۷۶۰۰۲۰۴

به استناد صور تجلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۴۰۲/۰۴/۱۰ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱- ترازنامه، حساب سود و زیان و صورتهای مالی منتهی به ۱۴۰۱/۱۲/۲۹ به تصویب رسید.

۲- مؤسسه حسابرسی رازدار با شناسه ملی ۱۰۱۰۰۱۲۹۰۸۶ بعنوان حسابرس مستقل و بازرس قانونی اصلی و مؤسسه حسابرسی فریوران راهبرد با شناسه ملی ۱۰۸۶۱۸۷۳۱۱۹ بعنوان بازرس علی البدل برای مدت یکسال انتخاب شدند.

۳- روزنامه کثیرالانتشار اطلاعات جهت درج آگهی های شرکت برای مدت یکسال انتخاب گردید.

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

پرتیراژترین و با سابقه ترین نشریه جزیره کیش

گسترده ترین شبکه اطلاع رسانی داخلی منطقه آزاد کیش

روزنامه

۴۴۴۲۴۹۶۶۹

۴۴۴۲۴۹۹۹۹