

فهرست پناه

برای شمایین که سبک‌گاری نیستید کاربرد ی ندارد.

**گروه بهداشت و سلامت** - خوشبختانه می‌توانید با یک سری تغییرات در عادات خود مشکل بی‌خوابی‌تان را حل کنید. فقط کافی است ۳۰روز بر ابراهکارهایی که توصیه می‌کنیم متمرکز باشید.

**اول متعدد شوید که قصد دارید وضعیت خوابتان را بهتر کنید**

ابتدا باید با خودتان روراست باشید و ببینید تا چه اندازه جدی هستید و متعهد می‌شوید که وضعیت خواب خود را بهبود دهید و از مشکل بی‌خوابی خود را نجات دهید. آیا قادرید چند انتخاب سخت انجام دهید؟

آیا در زمان و شرایط خوبی در زندگی‌تان هستید که تمرکزتان را روی خوابتان بگذارید و حد و مرزهای لازم را وضع کنید؟ آیا می‌توانید این فرایندها را تساهل‌نمایش ببینید؟ آیا کلا به دنبال بهتر کردن کیفیت زندگی‌تان هستید؟ اگر آماده‌اید و می‌توانید وضعیت خواب خود را بهتر کنید پس فرصتی بهتر از این وجود ندارد و شما آماده تغییر هستید. فکر نکنید یک‌شبه تغییری ایجاد می‌شود، پس زود ناامید نشوید و دست از تلاش برندارید. به‌مرور زمان متوجه تغییر خواهید شد و بهتر شدن وضعیت و کیفیت خوابتان ارزش این استمرار و تلاش را خواهد داشت.

برنامه‌ای که به شما ارائه می‌دهیم طی یک دوره یک‌ماهه انجام می‌شود و طی این سری روز، کارهای متفاوتی قرار است انجام دهید. مثلا طی هفته اول بیشترین تمرکز روی بهبود محیط خواب است.

**روز اول:** رأس ساعت مشخصی از خواب بیدار شوید. یک برنامه خواب منظم داشته باشید و هر روز حتی آخر هفته‌ها و روزهای تعطیل هم سر همین ساعت مشخص بیدار شوید. پس ساعتی را انتخاب کنید که برای شما مناسب‌ترین باشد.

**روز دوم:** تمام وسایل الکترونیکی را از اتاق خوابتان بیرون ببرید: تلویزیون و رایانه و تلفن همراه و حتی فرستنده وای‌فای.

**روز سوم:** اجازه ورود حیوانات خانگی را به اتاق خوابتان ندهید. هر چند این حیوانات خیلی دوست دارند با شما بخوابند اما می‌توانند با مو و رفتارهای

**گروه بهداشت و سلامت** - وقتی بعضی مواد غذایی به دندان می‌چسبند و توسط باکتری‌های عامل پوسیدگی در دهان مصرف شده‌و اسید تولید می‌شود، این اسید موجب پوسیدگی دندان‌ها خواهد شد. شاید همیشه وقتی در مورد پیشگیری از پوسیدگی دندان صحبت می‌شو، منتظر شنیدن نکاتی در مورد مسواک زدن و نخ دندان کشیدن باشید، اما نوع مواد غذایی مصرفی روزانه مانیز

**گروه بهداشت و سلامت** - وقتی بعضی مواد غذایی به دندان می‌چسبند و توسط باکتری‌های عامل پوسیدگی در دهان مصرف شده‌و اسید تولید می‌شود، این اسید موجب پوسیدگی دندان‌ها خواهد شد. شاید همیشه وقتی در مورد پیشگیری از پوسیدگی دندان صحبت می‌شو، منتظر شنیدن نکاتی در مورد مسواک زدن و نخ دندان کشیدن باشید، اما نوع مواد غذایی مصرفی روزانه مانیز

بر کاهش یا تشدید پوسیدگی دندان‌ها نقش دارند. وقتی بعضی مواد غذایی به دندان می‌چسبند و برای مدتی می‌مانند و توسط باکتری‌های عامل پوسیدگی در دهان مصرف شده‌و اسید تولید می‌شود که این اسید موجب آسیب به دندان‌ها و پوسیدگی می‌شود. هر ماده غذایی که کربوهیدرات، خصوصا قند و شکر داشته باشد و چسبنده هم باشد مثل کرaker، چیپس، شکلات و شیرینی، میوه‌هایی مثل موز و کشمش و... مسبب اصلی پوسیدگی دندان است. در بین میوه‌ها نیز هر چه میوه آبدارتر باشد احتمال چسبندگی کمتر است و در نتیجه کمتر باعث پوسیدگی می‌شود؛ مثلا هندوانه در مقابل موز باعث پوسیدگی کمتری می‌شود. پس این باور که گاز زدن سیب مثل موز عمل می‌کند و دندان‌ها را تمیز می‌کند کاملا اشتباه است و همین سبب اگر

**توصیه‌ها و برنامه‌های جامع برای بهبود خواب شما؛**

# چگونه در عرض ۳۰ روز بی‌خوابی را درمان کنید!

■ شاید بعد از مدتی تحمل مشکل بی‌خوابی و شب‌ها این پهلو به آن پهلو شدن و صبح به‌سختی از خواب بیدار شدن و طی روز خواب‌آلوده بودن به این نتیجه رسیده باشید که باید برای رفع مشکل بی‌خوابی‌تان به دنبال یک راه‌حل اساسی باشید. اگر به این نتیجه رسیدید پس خوب است بدانید یکی از بهترین تصمیم‌های زندگی خود را گرفته‌اید که بر همه جنبه‌های زندگی‌تان اثر می‌گذارد. حالا از کجا باید شروع کنید؟



خود مشکلاتی برای خوابتان ایجاد کنند

**روز چهارم:** مشخص کنید به چند ساعت خواب نیاز دارید. شاید به هشت ساعت خوابی که اغلب توصیه می‌شود نیاز داشته باشید یا کمتر و بیشتر. **روز پنجم:** مشخص کنید برای شما مناسب‌ترین زمان رفتن به رختخواب چه ساعتی است. بعضی افراد راحت‌ترند که شب زودتر بخوابند و صبح زودتر از خواب بیدار شوند. عده‌ای به‌طور ذاتی شب‌ها دیرتر می‌خوابند و این‌طور راحت‌ترند. اما

به‌طور کلی همیشه بهتر است طبق ریتم طبیعی شبانه‌روزی بدن‌تان پیش بروید. **روز ششم:** کسر خوابتان را جبران کنید. اگر مدتی است به‌اندازه کافی نخوابیده‌اید پس حالا وقت آن است که کمبود خواب خود را جبران کنید. می‌توانید مدت‌زمان خوابتان را بیشتر کنید، چرت بزیند و یاد بگیرید از کافئین هوشمندانه‌تر استفاده کنید.

**روز هفتم:** تفاوت بین خواب‌آلوده بودن و خسته بودن را درک کنید. شاید ندانید تفاوت‌های مهمی بین این دو وجود دارد که به‌بیدار کردن راه‌حل

کائانو (البته منظور چای بدون قند و محصولات قندی و شکلات تلخ است) در حفظ مینای دندان موثرند. مصرف برخی ویتامین‌ها و اصلاح از طریق رژیم غذایی برای سلامت دندان و لثه ضروری هستند و کمبود آن‌ها خصوصا در کودکان باعث اختلال در بیرون زدن و رشد دندان‌ها و حتی اختلال در عملکرد غدد بزاقی می‌شود. به‌طور مثال کمبود پروتئین، کلسیم، ویتامین D و ید در کودک باعث تاخیر در جوانه زدن دندان‌های می‌شود و در کودکی که مبتلا به کم خونی فقر آهن است، رشد

کند دندان‌ها دور از انتظار نیست. **نقش ویتامین C، فولات و روی در انسجام لثه**

بنابر اعلام دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، کمبود مواد مغذی ویتامین C، فولات و روی ما را مستعد بیماری‌های دهان و لثه مثل عفونت‌ها و رشد دندان‌ها و حتی اختلال در عملکرد غدد بزاقی می‌شود. به‌طور مثال کمبود پروتئین، کلسیم، ویتامین D و ید در کودک باعث تاخیر در جوانه زدن دندان‌های می‌شود و در کودکی که مبتلا به کم خونی فقر آهن است، رشد

**آگهی تصمیمات شرکت پترو پارس ایران (سهامی خاص)**

ثبت شده به شماره ۱۳۳۰ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۱۰۸۲۹۲۲۰ به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۶/۰۱ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید: ۱- صورتهای مالی سال مالی منتهی به ۲۰۲۲/۱۲/۳۱ میلادی به تصویب رسید. ۲- سازمان حسابرسی با شناسه ملی ۱۰۱۱۳۶۳۳۲۲ به‌عنوان بازرس قانونی اصلی و حسابررس مستقل و آقای فرهاد صادقی با کد ملی ۰۰۷۱۵۸۹۲۷۸ به‌عنوان بازرس علی‌البدل برای سال مالی منتهی به ۱۴۰۲/۱۲/۳۱ اتخاذ شدند. ۳- روزنامه کثیرالانتشار اطلاعات جهت درج آگهی‌های شرکت انتخاب گردید. **رضا والی‌پور - سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیت‌های صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش**

**آگهی تصمیمات شرکت الماس نابانک کیش (سهامی خاص)**

ثبت شده به شماره ۱۱۱۰۸ و شناسه ملی ۱۴۰۰۴۶۳۳۸۶۳ به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۶/۱۴ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید: ۱- موسسه حسابرسی و خدمات مدیریت ارقام نگر آرا با شناسه ملی ۱۰۱۰۶۱۷۶۳۲۲ به‌عنوان حسابررس و خانم منصوره رمضان زاده یزدی با کد ملی ۰۹۲۰۱۸۶۹۱۲ به‌عنوان بازرس علی‌البدل برای سال مالی منتهی به ۱۴۰۲/۱۲/۲۹ اتخاذ شدند. ۲- روزنامه کثیرالانتشار خراسان جهت درج آگهی‌های شرکت انتخاب گردید. **رضا والی‌پور - سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیت‌های صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش**

**آگهی تصمیمات شرکت کاوشگران همراه کیش (سهامی خاص)**

ثبت شده به شماره ۱۳۳۳ و شناسه ملی ۱۴۰۰۴۶۶۶۰۹۶ به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۴۰۲/۰۴/۲۹ موسسه حسابرسی عامر مشاور تهران به شناسه ملی ۱۰۱۰۰۵۶۶۲۹۸ به‌عنوان بازرس اصلی و موسسه حسابرسی مطلب زاده و همکاران به شناسه ملی ۱۴۰۰۶۶۷۵۹۹۷ به‌عنوان بازرس علی‌البدل برای مدت یکسال انتخاب شدند. **رضا والی‌پور - سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیت‌های صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش**

**آگهی تصمیمات شرکت گنجینه آتیه کیش (سهامی خاص)**

ثبت شده به شماره ۱۰۶۹۱ و شناسه ملی ۱۴۰۰۳۳۵۲۸۲۰ به استناد صورتجلسه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۷/۱۵ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید: ۱. آقای صادق اسماعیلی با کد ملی ۰۹۴۶۸۲۱۷۲ به نمایندگی از شرکت گنجینه آتیه با شناسه ملی ۱۰۳۳۰۵۲۵۱۱۷ به سمت مدیر عامل و عضو هیئت مدیره، آقای محمد انصافی با کد ملی ۱۶۵۲۹۸۵۰۳۳۳ به نمایندگی از مؤسسه صندوق ذخیره کارکنان شهرستان تهران با شناسه ملی ۱۰۱۰۳۶۵۲۴۱۹ به سمت رئیس هیئت مدیره، آقای عباس دین محمدی با کد ملی ۰۰۸۰۱۱۷۳۷۶۳ به نمایندگی از شرکت گوهر پاران خدمات پویا با شناسه ملی ۱۰۳۳۰۲۴۸۴۴۸ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره تا پایان دوره تصدی هیئت مدیره انتخاب شدند. ۲. کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور شرکت از قبیل چک، سفته، بروات، قراردادهای وام و تعهد اسلامی با امضاء مدیرعامل و یکی از اعضای هیئت مدیره متفقا، به همراه مهر شرکت و در غیاب مدیرعامل، با امضای رئیس هیئت مدیره و یکی از اعضای هیئت مدیره متفقا، همراه با مهر شرکت و اوراق عادی و اداری با امضای مدیرعامل همراه با مهر شرکت معتبر می‌باشد. **رضا والی‌پور - سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیت‌های صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش**

**آگهی تصمیمات شرکت توسعه تجارت پترو امید کیش (سهامی خاص)**

ثبت شده به شماره ۹۲۶۵ و شناسه ملی ۱۰۹۸۰۲۲۷۳۱۶ به استناد صورتجلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۷/۱۰ ماده ۵۱ اساسنامه بشرح ذیل اصلاح گردید: «سال مالی شرکت از اول آذر ماه هر سال آغاز و روز آخر آبان ماه سال بعد به پایان می‌رسد.» و در نتیجه ماده مربوطه در اساسنامه به نحو فوق اصلاح گردید. **رضا والی‌پور - سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیت‌های صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش**

**آگهی تصمیمات شرکت توسعه نوین همراه کیش (سهامی خاص)**

ثبت شده به شماره ۱۳۸۳۸ و شناسه ملی ۱۴۰۰۸۳۳۵۰۷۶ به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور سالیانه مورخ ۱۴۰۲/۰۴/۲۹ موسسه حسابرسی عامر مشاور تهران با شناسه ملی ۱۰۱۰۰۵۶۶۲۹۸ به‌عنوان بازرس اصلی و موسسه حسابرسی مطلب زاده و همکاران با شناسه ملی ۱۴۰۰۶۶۷۵۹۹۷ به‌عنوان بازرس علی‌البدل برای مدت یکسال مالی انتخاب شدند. **رضا والی‌پور - سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیت‌های صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش**

**فکر نکنید یک‌شبه تغییری ایجاد می‌شود، پس زود ناامید نشوید و دست از تلاش بردارید. به‌مرور زمان متوجه تغییر خواهید شد و بهتر شدن وضعیت و کیفیت خوابتان ارزش این استمرار و تلاش را خواهد داشت.**

رویتین به‌دندان پیام می‌دهد که باید برای خواب آماده شود. **روز نهم:** نزدیک به زمان خواب چای ننوشید. **روز یازدهم:** مصرف کافئین را محدود کنید. شما نباید چهار تا شش ساعت قبل از زمان خواب کافئین بخورید. **روز دوازدهم:** سیگار را کنار بگذارید و خوابیدن را شروع کنید! سیگار از چند راه خوابتان را مختل می‌کند. نیکوتین یک محرک است و به دلیل اینکه اعتیادآور است ممکن است باعث شود به دلیل هوس نیکوتین از خواب بیدار شوید. اثرات تنفسی سیگار هم باعث خروپف و آپنه خواب می‌شوند. **روز سیزدهم:** در زمان مناسبی ورزش کنید. ورزش کردن می‌تواند به خواب بهتر کمک کند؛ اما ورزش‌های سنگین و پُر شدت قبل از زمان خواب، اثر منفی بر خواب می‌گذارد.

**روز چهاردهم:** نزدیک به زمان خواب مایعات مصرف نکنید تا طی شب به‌خاطر دستشویی رفتن بیدار شوید. **روز پانزدهم:** از سوزش سردل پیشگیری کنید. سوزش معده شب‌ها نه‌تنها خوابتان را مختل می‌کند؛ بلکه نسبت به رفلاکس طی روز خطرات بیشتری برای سلامت می‌دارد. شام سبک بخورید، زودتر شام بخورید و قبل از خواب ریزه‌خواری نکنید. همچنین با چند بالش، سر و شانه‌هایتان را چین‌خوردگی‌ها را بپوشانید. **روز شانزدهم:** شب‌ها بیدار در رختخواب دراز نکشید. اگر در عرض ۱۵ تا ۲۰ دقیقه به خواب نرفتید، بهتر

است از رختخواب بیرون بیایید و کمی فعالیت‌های آرامش‌بخش انجام دهید تا خوابتان بگیرد. **روز هفدهم:** با کمک تکنیک‌های ریلکسیشن، استرس خود را مدیریت کنید. اگر در زمان خواب یا استرس و اضطراب درگیرید، پس نیاز به روش‌هایی مثل نوشتن و مدیتیشن دارید تا آرام شوید. **روز هجدهم:** اگر فکر و خیال مانع خوابتان است، بنویسید. لیستی از نگرانی‌ها و مشغله‌های فکری‌تان تهیه کنید. ذهن شما با نوشتن آرام و سرسامان می‌گیرد و می‌توانید ریلکس شوید. **روز نوزدهم:** به‌جای اینکه سعی کنید بخوابید، تمرکزتان را روی استراحت کردن بگذارید. شاید صبح‌ها بی‌دلیل زود بیدار شدن یا طی شب بی‌دلیل از خواب بیدار شدن برای شما تبدیل به یک الگوی نرمال شده‌باشد. شما باید به استراحت کردن فکر کنید نه به خوابیدن.

**روز بیستم:** طی روز چرت نزنید. معمولا روزها چرت‌زدن باعث شب‌هایی خواب‌ناشن می‌شود. **روز بیست و یکم:** از تخت و رختخوابتان فقط برای خوابیدن استفاده کنید و فقط وقتی قصد استراحت و خواب دارید سرآش می‌شوید. **روز بیست و دویم:** از جهت اختلالات خلقی و وضعیت خود را بررسی کنید، مثل اضطراب و افسردگی. کم‌کیفیت بودن خواب می‌تواند علامت یک اختلال خلقی باشد. تشخیص و درمان مناسب می‌تواند کیفیت خواب و زندگی‌تان را تغییر دهد. **روز بیست و سوم:** نیسست که نیازی به مکمل ویتامین C برای حفظ سلامت لثه‌ها باشد بلکه مصرف روزانه منابع غذایی

این ویتامین هستند.

آن نیل‌از بدن را تأمین می‌کند. لفلل دلمه‌ای، کبوی و پرتقال از منابع عالی این ویتامین هستند.

آن نیل‌از بدن را تأمین می‌کند. لفلل دلمه‌ای، کبوی و پرتقال از منابع عالی این ویتامین هستند.

آن نیل‌از بدن را تأمین می‌کند. لفلل دلمه‌ای، کبوی و پرتقال از منابع عالی این ویتامین هستند.

آن نیل‌از بدن را تأمین می‌کند. لفلل دلمه‌ای، کبوی و پرتقال از منابع عالی این ویتامین هستند.

آن نیل‌از بدن را تأمین می‌کند. لفلل دلمه‌ای، کبوی و پرتقال از منابع عالی این ویتامین هستند.



**آگهی تصمیمات شرکت مجتمع تفریحی و تجاری تهران قدیم کیش (سهامی خاص)**

ثبت شماره به شماره ۹۳۰۶ و شناسه ملی ۱۴۰۰۱۰۰۶۳۷ به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۶/۲۰ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید: ۱. سازمان حسابرسی با شناسه ملی ۱۰۱۰۱۱۳۶۳۳۲۲ به‌عنوان بازرس قانونی اصلی و حسابررس مستقل و آقای رضاناظری با کد ملی ۰۴۹۶۹۹۱۲۳۳۸ به‌عنوان بازرس علی‌البدل برای سال مالی منتهی به ۱۴۰۱/۱۲/۲۹ اتخاذ شدند. ۲. روزنامه کثیرالانتشار اطلاعات جهت درج آگهی‌های شرکت انتخاب گردید. **رضا والی‌پور - سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیت‌های صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش**

**آگهی تصمیمات شرکت سینار کیش (با مسئولیت محدود)**

ثبت شده به شماره ۸۱۳۰ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۹۶۱۹۸۹ به استناد صورتجلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۵/۳۱ موارد ذیل به موضوع شرکت الحاق گردید: «ساخت و توسعه و راهبری پارکینگ‌های فرودگاهی و عمومی، توسعه، تجهیز و بهره‌برداری از اماکن تشریفات ویژه فرودگاهی و عمومی، بسته بندی تخصصی بار، بهره‌برداری از اماکن تجاری و غیرتجاری فرودگاهی کلیه موارد پس از اخذ مجوز های لازم از سازمان هواپیمایی کشوری و مناطق آزاد و مراجع ذیصلاح در چارچوب قوانین و مقررات جاری کشور.» و در نتیجه ماده مربوطه در اساسنامه به نحو فوق اصلاح گردید. **رضا والی‌پور - سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیت‌های صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش**

**آگهی انحلال شرکت آتی سامان کیش (سهامی خاص)**

ثبت شده به شماره ۶۶۶۶ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۶۹۵۲ به استناد صورتجلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۷/۰۵، شرکت، مذکور منحل اعلام و آقای جواد رستمی به شماره ملی ۰۰۷۶۱۸۶۷۳۳ به سمت مدیر تصفیه برای مدت دو سال انتخاب گردیدند. ضمنا محل تصفیه به نشانی: تهران، سازمان برنامه‌شمالی، معبر ماقبل آخر خیابان منوچهری شرقی، معبر آخر کوچه یازدهم، پلاک ۳، طبقه ۱، کد پستی ۱۴۸۳۹۵۵۹۳ می‌باشد. **رضا والی‌پور - سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیت‌های صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش**

**آگهی تصمیمات شرکت پتر و انرژی ایرانیان مهر کیش (با مسئولیت محدود)**

ثبت شده به شماره ۱۴۰۸۵ و شناسه ملی ۱۴۰۰۹۳۳۳۰۰۱ به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۷/۱۲ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید: ۱- آقای علیرضا صادقی اشک‌شهر با کد ملی ۰۰۱۵۸۵۵۷۵۹ به سمت مدیرعامل و عضوه هیئت مدیره (خارج از شرکت)، خانم معصومه کاظمی با کد ملی ۰۰۵۲۴۴۱۲۱۱ به سمت رئیس و عضوه هیئت مدیره (خارج از شرکت)، کلیه اوراق و اسناد بهادار و تعهدآور شرکت از قبیل چک، سفته، بروات، قرارداد اسلامی و عقود اسلامی و سایر اوراق و مراسلات عادی و اداری با امضای مدیرعامل و رئیس هیئت مدیره همراه با مهر شرکت معتبر می‌باشد. **رضا والی‌پور - سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیت‌های صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش**

**آگهی تغییرات شرکت گروه پارت تکنیک کیش (با مسئولیت محدود)**

ثبت شده به شماره ۴۰۷۵ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۵۷۰۹۳ به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۷/۲۴ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید: ۱- آقای محمد حسن سالاری قلعه‌نو با کد ملی ۰۰۳۲۵۶۵۰۱۵۱ به سمت مدیرعامل و عضوه هیات مدیره، آقای نادر قادری با کد ملی ۰۰۴۱۷۸۷۵۴۴ به سمت رئیس هیئت مدیره و آقایان محمدعلی قره باغی با کد ملی ۰۰۴۱۷۰۱۵۹۳۳ و محمد رضا قادری با کد ملی ۰۰۵۰۲۷۷۱۶۲ به سمت اعضای هیات مدیره برای مدت نامحدود 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 و یک نفر از اعضای هیات مدیره همراه با مهر شرکت و در غیاب مدیرعامل با امضای دو نفر از اعضای هیات مدیره همراه با مهر شرکت معتبر می‌باشد. **رضا والی‌پور - سرپرست اداره ثبت شرکتها و مالکیت‌های صنعتی و معنوی منطقه آزاد کیش**

**آگهی تصمیمات شرکت خدمات فن آوری اطلس پارسیان کیش (سهامی خاص)**

ثبت شده به شماره ۱۲۰۱۷ و شناسه ملی ۱۴۰۰۴۷۵۷۱۱۰ به استناد صورتجلسه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۶/۱۶، مرکز اصلی شرکت از آدرس قبلی به نشانی: جزیره کیش، فاز ۲، صحنه ۱۱۲، بلوار ایران، میدان اقتصاد، ساختمان سپهر، طبقه ۱، واحد ۲۰۸، کد پستی ۷۹۶۱۶۵۸۱۱ تغییر یافت. **رضا والی‌پور - 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