نقش ورزش منظم در پیشگیری از سکته‌ها؛

۶۰۰۰ قدم پیاده‌روی روزانه کافی است

■ مدیر دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت با بیان اینکه فعالیت بدنی متوسط اما منظم، برای سلامت قلب و سوخت‌وساز بدن بسیار اهمیت دارد، در عین حال گفت: پیشگیری از پوکی استخوان نه تنها برای زنان بلکه برای مردان جوان و میانسال از دیگر مزایای فعالیت بدنی منظم محسوب می‌شود.

فریده پناه

گروه بهداشت و سلامت- دکتر فرشید رضایی با بیان اینکه سلامت خانواده در کانون توجه مسئولان بهداشت کشورها قرار دارد، اظهار کرد: مسئولان بهداشت کشورها با توجه به جهان پرتلاطم و پر استرس امروز به ویژه با معضلات زندگی شهرنشینی و هیاهوی تکنولوژی در جهان بر سلامت خانواده تاکید ویژه دارند.

ورزش منظم از ستون‌های سبک زندگی سالم

وی ادامه داد: مسئولان بهداشت کشورها، سبک زندگی را توصیه می‌کنند که به حفظ و بهبود سلامتی جسم و ذهن خانواده‌ها منجر شود. ورزش کردن و فعالیت بدنی منظم از ستون‌های مهم در سبک زندگی سالم به حساب می‌آید.

اهمیت فعالیت بدنی متوسط اما منظم در پیشگیری از سکته‌ها و پرفشاری خون

مدیر دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت با بیان اینکه فعالیت بدنی متوسط اما منظم، برای سلامت قلب و سوخت‌وساز بدن بسیار اهمیت دارد، افزود: فعالیت بدنی متوسط اما منظم برای پیشگیری از سکته‌ها و شرایط زمینه‌ساز سکته مانند پرفشاری خون و دیابت نقش مهمی دارد. ورزش و فعالیت بدنی افراد نه تنها در سلامت جسم بلکه در سلامتی ذهن و سلامت معنوی فرد نیز اثرگذار است.

رضایی ادامه داد: شاعران و ادیبان پارسی‌زبان بر نقش فعالیت بدنی، جسم ورزیده و آثار آن بر سلامت معنوی تاکید کرده‌اند؛ به طور مثال، فردوسی در بیتی «ز نیرو بود مرد را راستی» سروده است. ابعاد مزایای فعالیت بدنی به سلامت معنوی، ذهنی و جسمی محدود نمی‌شود و با بهبود روابط اجتماعی و دور کردن افراد از انزوا، افزایش مردم‌داری و فداکاری به ارتقاء سلامت اجتماعی نیز منجر می‌شود.

مزایای فعالیت بدنی منظم

مدیر دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت ادامه داد: اگر بخواهیم مزایای فعالیت بدنی منظم را برشماریم لیستی طولانی و ارزشمند مواجه می‌شویم. به طور مثال، پیشگیری از بیماری‌های مزمن مانند سرطان، پیشگیری از سکته‌های قلبی و مغزی، بهبود روند بیماری‌های مزمن مانند دیابت، بهبود سیستم ایمنی بدن، تقویت روابط اجتماعی و افزایش طول عمر جزو مزایای فعالیت بدنی منظم به حساب می‌آید.

اگر بخواهیم مزایای فعالیت بدنی منظم را برشماریم لیستی طولانی و ارزشمند مواجه می‌شویم. به‌طور مثال، پیشگیری از بیماری‌های مزمن مانند سرطان، پیشگیری از سکته‌های قلبی و مغزی، بهبود روند بیماری‌های مزمن مانند دیابت، بهبود سیستم ایمنی بدن، تقویت روابط اجتماعی و افزایش طول عمر جزو مزایای فعالیت بدنی منظم به حساب می‌آید.

پیشگیری از پوکی استخوان از مزایای فعالیت بدنی منظم

وی افزود: پیشگیری از پوکی استخوان نه تنها برای زنان بلکه برای مردان جوان و میانسال از دیگر مزایا فعالیت بدنی منظم محسوب می‌شود. تقویت عضلات و تاندون‌ها و در نتیجه حفظ سلامت مفاصل کلیدی بدن مانند زانو، افزایش طول عمر، کاهش افسردگی و استرس جزوه مزایای فعالیت بدنی منظم هستند.

رضایی با بیان اینکه فعالیت بدنی منظم بر کاهش وزن اثرگذار است، خاطرنشان کرد: دستیابی به وزن مناسب از دیگر مزایای فعالیت بدنی منظم به حساب می‌آید. دستیابی به وزن مناسب با تغذیه مناسب و سالم، به صورت بهتر قابل دستیابی است. مدیر دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت با بیان اینکه فعالیت بدنی در واقع مانند سپری برای محافظت از سلامت خانواده‌ها و جامعه عمل می‌کند، افزود: فرهنگ ورزش همگانی یک سرمایه ملی به حساب می‌آید.

۶۰۰۰ قدم پیاده‌روی روزانه کافی است

وی درباره میزان پیاده‌روی روزانه گفت: مطالعات جدید نشان می‌دهند ضرورتی ندارد روزانه ۱۰ هزار قدم پیاده‌روی کرد؛ ۶۰۰۰ قدم برای پیاده‌روی روزانه کافی است. نتایج این مطالعه یک خبر خوب برای افراد بالای ۶۰ سال است که در گذشته همواره نگران بودند توانایی پیاده‌روی ۱۰ هزار قدم را ندارند. ۶۰۰۰ قدم معادل ۳ کیلومتر پیاده‌روی است. همچنین افرادی که کمتر از ۶۰ سال دارند، می‌توانند در صورت امکان از ۶۰۰۰ قدم روزانه نیز فراتر رفته و تا ۸۰۰۰ قدم پیاده‌روی روزانه داشته باشند. مدیر دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت درباره سوزاندن کالری یک قوطی نوشابه اظهار کرد: سوزاندن انرژی نهفته در هر قوطی نوشابه نیازمند یک کیلومتر پیاده‌روی است که حدود ۲۰۰۰ قدم می‌شود.

سلامتی را قدم بزن

رضایی با بیان اینکه برنامه «پیاده‌روی همگانی» با شعار «سلامتی را قدم بزن» از برنامه‌های وزارت بهداشت طی سه سال اخیر محسوب می‌شود، افزود: برنامه پیاده‌روی همگانی مشارکت سازمان‌ها و خانواده‌ها در هر فصل برگزار می‌شود. تمام افراد می‌توانند در این پویش جمعی به میزان ۳ تا ۴ کیلومتر همگام یکدیگر شوند و در ترویج فعالیت بدنی و ورزش همگانی نقش داشته باشند. برنامه پیاده‌روی سلامتی را قدم بزن در تمام فصول سال در تمام شهرها و روستاها برگزار می‌شود. برآوردها حاکی از آن است حدود ۱۵۰ هزار نفر در این پویش شرکت کرده‌اند.

چند واقعیت درباره غذاهای فرآوری شده...!

گروه بهداشت و سلامت- نرخ هشداردهنده چاقی در آمریکا نشان می‌دهد اغلب مردم در این کشور، اعتیاد مرگباری به مصرف غذاهای فوری و فرآوری شده -سرشار از قند و کربوهیدرات - دارند. متخصصان افزایش بیماری‌های خود ایمنی را نتیجه مصرف غذاهای فوری (فست فود) می‌دانند. ویژگی‌های اعتیادآور فست فودها نه تنها باعث افزایش سطح چاقی و سایر بیماری‌های مرتبط با رژیم غذایی نامناسب در جهان می‌شود بلکه عملکرد ایمنی و هورمون‌ها را مختل می‌کند و در صورت استفاده مدام، از طول عمر افراد مصرف‌کننده کم می‌کند.

کووید ۱۹ علاقه زیادی به کربوهیدرات دارد

متخصصان معتقدند غذاهای ناسالم هم مثل سیگار باید برچسب ناسالم داشته باشند؛ یعنی همان‌طور که مردم از عاقبت کشیدن سیگار توسط برچسب‌هایی که روی آنها چسبانده می‌شود، آگاه می‌شوند برای خوردن غذاهای ناسالم هم باید هشدار را دریافت کنند. تحقیقات اخیر نشان داده است مصرف‌کنندگان رژیم غذایی گیاهی در مقایسه با افرادی که گوشت در رژیم غذایی خود دارند ۷۳ درصد کمتر به کرونا مبتلا می‌شوند. شاید به این دلیل که ویروس‌ها از افزایش قند خون ناشی از برخی کربوهیدرات‌ها تقویت می‌شوند. دکتر «نیکول سافیر» معتقد است چاقی، دیابت نوع ۲، فشار خون بالا و سایر بیماری‌های مرتبط با رژیم غذایی بد، همگی شرایطی هستند که ما را مستعد ابتلا به بیماری‌های عفونی نظیر کرونا می‌کنند.

رژیم غذایی غربی منجر به افزایش بیماری در جهان شده است

جدای از چاقی و بیماری‌های قلبی، فست‌فودها ارتباط بسیار واقعی و نگران‌کننده‌ای با خودایمن‌تر شدن بیماری‌ها در سطح جهان دارند.

«جیمز لی»، دانشمند موسسه «فرانسیس کریک» اخیرا گفته است تعداد موارد خود ایمنی حدود ۴۰ سال پیش در غرب روندی صعودی را آغاز کرد، درست زمانی که رستوران‌های زنجیره‌ای مثل مک‌دونالد فراگیر شده بود. حالا این روند در کشورهایی آغاز شده که پیش‌تر هیچ‌گاه سابقه نداشته است؛ مناطقی مثل آسیا و خاورمیانه.

فست فود و حمله به سیستم ایمنی بدن

دو ماده نگهدارنده شیمیایی، ترت بوتیل هیدروکینون و پرفلوئوروآلکیل یا مواد پلی فلوراکیل در بیش از ۱۲۰۰ غذای از پیش بسته‌بندی شده در ایالات‌متحده شناسایی شده است. چه به‌عنوان یک ماده تولیدی و یا یک محصول جانبی بسته‌بندی‌شده است.

مطالعاتی وجود دارد که نشان می‌دهد هر دوی این مواد می‌توانند عملکرد سیستم ایمنی بدن را سرکوب کنند. درحالی‌که پرفلوئوروآلکیل مشخصاً یک عامل خطر برای سرطان بیماری‌های تیروئید، کاهش باروری و وزن کم هنگام تولد هم شناخته می‌شود. ترت بوتیل هیدروکینون هم با افزایش آلرژی‌های غذایی مرتبط است.

غذاهای ناسالم به هورمون‌ها اجازه نمی‌دهند کار خود را به‌درستی انجام دهند

به گزارش ایندیپندنت، مطالعه‌ای که اخیرا منتشر شد شواهد بیشتری از وجود مواد نگهدارنده در غذاهای فست فود را ارائه کرد. این گروه از مواد شیمیایی روان‌کننده را می‌توان تقریباً در محصولاتی که در قفسه فروشگاه‌ها وجود دارند پیدا کرد. از صابون‌ها تا مواد غذایی و حتی پلاستیک‌ها. این ماده برای انعطاف‌پذیری بیشتر مواد مختلف مانند پلاستیک و در دز کم استفاده می‌شود و به‌ظاهر بی‌ضرر است؛ اما مقدار زیاد این مواد شیمیایی می‌تواند با فعالیت هورمون‌ها در انسان و حیوانات تداخل ایجاد کند. این مواد شیمیایی که با نام فتالات‌ها شناخته می‌شوند برای رشد کودکان مشکلات جدی ایجاد می‌کنند و همچنین تحقیقات ثابت کرده خطر ابتلا به آسم، چاقی و ناباروری را افزایش می‌دهند.

مقاومت در برابر تنقلات فرآوری شده غیرممکن است

متخصصان علوم غذایی دهه‌ها را به ساختن تنقلات بسته‌بندی‌شده و سایر مواد اولیه بسیار فرآوری‌شده اختصاص داده‌اند که دقیقا همان طعمی را که ما دوست داریم داشته باشد؛ بنابراین جای تعجب نیست که چرا کنار گذاشتن آنها این قدر سخت است. در سال ۲۰۱۹ یک مطالعه برجسته نشان داد افرادی که از رژیم غذایی فرآوری‌شده استفاده می‌کنند به‌طور متوسط ۵۰۸ کالری بیشتر در مقایسه با کسانی که بر غذاهای گیاهی تأکید دارند دریافت می‌کنند که باعث شده متخصصان امکان اعتیادآور بودن این غذاها را بررسی کنند. متخصصان دقیقاً نمی‌دانند علت چیست اما به نظر می‌رسد غذاهای فرآوری شده یا غذای فوری جذابیت بیشتری برای مصرف به‌خصوص در میان وعده‌ها دارند. «کوین هال» از موسسه ملی دیابت و بیماری‌های گوارشی و کلیوی گفت ممکن است به ویژگی‌های بافتی فست‌فودها مربوط باشد که باعث می‌شود سریع‌تر خورده شوند. اگر خیلی سریع غذا می‌خورید احتمالا به دستگاه گوارش خود زمان کافی نمی‌دهید تا به مغزتان سیگنال دهد که سیر هستید. در نتیجه ممکن است به راحتی پرخوری کنید.

چربی خوب حافظه را سالم نگه می‌دارد و چربی بد آن را از بین می‌برد

طبق یک مطالعه، غذاهای بسته بندی شده با مواد نگهدارنده می‌توانند نقص حافظه ناگهانی و قابل توجهی در سالمندان ایجاد کنند. متخصصان دریافتند تنقلات مملو از مواد شیمیایی مانند چیپس و فست‌فود ممکن است مستقیماً بر مرکز حافظه یعنی مغز و همچنین آمیگدال تاثیر بگذارد که ترس و احتیاط را تنظیم می‌کند و عملکرد آن را مختل کند. در مقابل غذاهای سرشار از اسیدهای چرب و امگا۳ مانند ماهی و آجیل می‌تواند عملکرد حافظه را بهبود ببخشد.

شکر ذهن شما را به هم می‌ریزد

یک مطالعه روی ۸۰۰۰ بزرگسال نشان داد مردانی که به‌طور متوسط روزانه حدود ۶۷ گرم قند مصرف می‌کنند، ۲۳ درصد بیشتر در معرض ابتلا به افسردگی هستند که این در نتیجه التهاب است.

غذاهای ناسالم به طرز ترسناکی ماندگارند

فست فودها واقعاً یک شاهکار مهندسی شیمی هستند، زیرا آزمایش‌های بسیاری تأیید کرده‌اند که آنها می‌توانند سال‌ها در قفسه‌ها باقی بمانند و با این ویژگی، چه کسی می‌داند چقدر در بدن ما باقی می‌ماند؟!

محصولات فرآوری شده ممکن است شما را کور کند!

۱۷ ساله قربانی اختلال در مصرف این محصولات شد. این مشکل در بزرگسالان یا نوجوانانی دیده می‌شود که تنها یک رژیم غذایی ناسالم را دنبال می‌کنند و از مصرف دیگر مواد مورد نیاز بدن اجتناب می‌کنند، بدون اینکه نگران پیامدهای آن باشند. این نوجوان فقط سوسیس، گوشت فست فودی، نان سفید و سیب‌زمینی سرخ‌شده را در همه اشکال مصرف می‌کرد. او دچار کمبود شدید ویتامین‌های B۱۲ و D بوده و درنتیجه دچار آسیب عصب بینایی شد. نمره بینایی او به ۲۰/۲۰۰ کاهش یافت حدود سه سال پیش یک نوجوان و از نظر پزشکی نابینا اعلام شد.

آگهی تأسیس شرکت ایلیا تندر کیش (با مسئولیت محدود)

ثبت شده به شماره ۱۴۹۱۲ و شناسه ملی ۱۴۰۱۳۰۵۰۱۰۷

با عنایت به استعلامات اخذ شده از مدیریت بازرگانی سازمان منطقه آزاد کیش بر اساس بند ۶ ماده ۷ ضوابط ثبت شرکتها به شماره نامه ۱۴۰۲/۳۸۰۱۱۴۱۳۵ مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۲۷ و سرپرست مدیریت حمل و نقل عمومی شرکت عمران ، آب و خدمات منطقه آزاد کیش به شماره نامه ۱۴۰۲/۸۳۴/۲/۶۶۳۹۰ مورخ ۱۴۰۲/۰۶/۱۸ ، خلاصه اساسنامه و اظهارنامه شرکت فوق که در تاریخ ۱۴۰۲/۱۱/۱۱ تحت شماره ۱۴۹۱۲ در این اداره به ثبت رسیده جهت اطلاع عموم بشرح ذیل در روزنامه رسمی و کثیرالانتشار آگهی میشود.

۱- موضوع شرکت: اجاره خودرو بدون راننده و با راننده ، واردات و خرید و فروش خودرو و قطعات و لوازم یدکی خودرو، اخذ وام و تسهیلات و ضمانت نامه بانکی ، ترخیص خودرو و قطعات و لوازم یدکی خودرو از گمرکات داخلی و خارجی و اخذ مجوزهای لازم از مراجع ذیصلاح در چارچوب قوانین و مقررات جاری کشور و مناطق آزاد.

۲- مرکز اصلی شرکت: جزیره کیش، بلوار ایران، قطعه EX۲۰، طبقه دوم، واحد ۲۱ ، کدپستی ۷۹۴۱۶۵۸۱۱۴

۳- میزان سرمایه شرکت: مبلغ ۱۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال.

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

۵- مدیران شرکت: آقای محمدحسن فلکه به شماره ملی ۰۴۵۲۲۹۵۷۱۸ به سمت مدیرعامل و عضو هیئت مدیره و آقای خانم سیده سمیه میرعلی مرتضائی به شماره ملی ۰۰۶۶۰۰۳۱۰۵ به سمت رئیس و عضو هیئت مدیره و خانم نگاه ملالی به شماره ملی ۰۰۱۰۴۹۲۲۶۷ به سمت عضو هیئت مدیره برای مدت نامحدود انتخاب شدند.

۶- دارندگان حق امضاء: کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور و تجاری و بانکی شرکت از قبیل چک، سفته، بروات، قراردادها ،عقود اسلامی و مکاتبات عادی و اداری با امضای مدیر عامل به تنهائی همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.

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

آگهی تأسیس شرکت صلصال نقش کیش (با مسئولیت محدود)

ثبت شده به شماره ۱۴۹۱۱ و شناسه ملی ۱۴۰۱۳۰۵۴۵۱۴

با عنایت به استعلام اخذ شده از مدیریت بازرگانی سازمان منطقه آزاد کیش بر اساس بند ۶ ماده ۷ ضوابط ثبت شرکتها به شماره ۱۴۰۲/۳۸۰۱۱۳۷۷۷ مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۲۰ ، خلاصه اساسنامه و شرکت نامه شرکت فوق که در تاریخ ۱۴۰۲/۱۱/۱۰ تحت شماره ۱۴۹۱۱ دراین اداره به ثبت رسیده جهت اطلاع عموم بشرح ذیل در روزنامه رسمی و کثیرالانتشار آگهی میشود.

۱- موضوع شرکت: واردات و صادرات و خرید و فروش و تولید و توزیع و پخش کلیه کالاهای مجاز بازرگانی. ترخیص کالاها از گمرکات داخلی و خارجی. اخذ و اعطای نمایندگی و ایجاد شعب در داخل و خارج از کشور. اخذ وام و تسهیلات و ضمانت نامه های بانکی.

۲- مرکز اصلی شرکت: جزیره کیش، میدان سنایی، مجتمع بیست،طبقه دوم ، واحد ۲۱۶ (طبق سند واحد ۶۱) ، کدپستی ۷۹۴۱۷۶۳۰۸۴

۳- میزان سرمایه شرکت: مبلغ ۱۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال.

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

۵- مدیران شرکت: خانم پروین صلصالی به شماره ملی ۱۲۸۳۵۷۶۵۵۴ به سمت مدیرعامل و عضو هیئت مدیره، آقای محمود نقشینه به شماره ملی ۱۲۸۴۶۱۷۹۱۲ به سمت رئیس و عضو هیئت مدیره، خانم پریسا نقشینه به شماره ملی ۱۲۷۲۳۷۰۱۰۰ به سمت نائب رئیس و عضو هیئت مدیره و خانم پری ناز نقشینه به شماره ملی ۱۲۷۴۰۴۰۱۶۷ به سمت عضو هیئت مدیره برای مدت نامحدود انتخاب شدند.

۶- دارندگان حق امضاء: کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور و تجاری و بانکی شرکت از قبیل چک، سفته ، بروات ، قراردادها ، عقود اسلامی و مکاتبات عادی و اداری با امضای مدیر عامل به تنهایی 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 دیدبان سیرهندورابی کیش (با مسئولیت محدود)

ثبت شده به شماره ۱۱۹۵۱ و شناسه ملی ۱۴۰۰۴۶۹۳۴۸۲

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۱۶ و تائیدیه رئیس اداره صدور مجوزهای گردشگری به شماره ۱۴۰۲/۳۸۰۱۱۳۵۲۵ مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۱۸ ، مرکز اصلی شرکت از آدرس قبلی به نشانی جدید: جزیره کیش، نوار ساحلی میدان آبشار، بازار تجاری تفریحی میکامال، طبقه همکف، واحد G-۳۵۴، کد پستی ۷۹۴۱۸۷۸۲۱۹ انتقال یافت و در نتیجه ماده مربوطه در اساسنامه به نحوه فوق اصلاح گردید.

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

آگهی تصمیمات شرکت صنایع دانا شیمی کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۴۲۴۹ و شناسه ملی ۱۴۰۰۹۸۷۲۳۵۱

به استناد صورتجلسات مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده ۱۴۰۲/۰۹/۲۰ و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۲۹ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱- آقای امیرحسین اسدی به کد ملی ۰۰۶۹۷۸۵۹۰۲ به نمایندگی از شرکت نفت و گاز دانا کیش به شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۳۷۴۲۱ به سمت مدیرعامل و نائب رئیس هیئت مدیره، آقای آیدین ختلان به کد ملی ۰۰۶۲۱۶۴۵۶۲ به نمایندگی از شرکت سرمایه گذاری دانا کیش به شناسه ملی ۱۴۰۰۶۲۹۴۲۶۵ به سمت رئیس هیئت مدیره و آقای علی ولایی به کد ملی ۰۰۱۸۸۴۰۸۶۸ به نمایندگی از شرکت خدمات انرژی دانا کیش به شناسه ملی ۱۰۹۸۰۱۷۹۴۳۰ به سمت عضو هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب شدند.

۲- کلیه اوراق و اسناد تعهدآور شرکت از قبیل چکها ،سفته، برات، اسناد بانکی، مالی، اعتباری و قراردادها با امضای متفق دو نفر از اعضای هیات مدیره همراه با مهر شرکت و امضای سایر اوراق عادی ، جاری و مکاتبات با امضای مدیرعامل یا یکی از اعضاء هیات مدیره همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.

۳- هیات مدیره اختیارات مندرج در بندهای ۱، ۴، ۶ و ۱۳ از ماده ۴۰ اساسنامه را به مدیرعامل تفویض نمود.

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

آگهی تصمیمات شرکت فرزانگان کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۲۲۰۵ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۳۸۴۵۶

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۱۶ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱. موسسه حسابرسی آتیه اندیش نمودگر با شناسه ملی ۱۰۱۰۳۲۹۷۹۶۵ بعنوان بازرس اصلی و موسسه حسابرسی و خدمات مدیریت رهیافت و همکاران با شناسه ملی ۱۰۳۸۰۰۷۶۴۶۰ بعنوان بازرس علی البدل برای مدت یک سال مالی منتهی به ۱۴۰۲/۱۲/۲۹ انتخاب شدند.

۲. صورتهای مالی و یادداشت های پیوست منتهی به سال مالی ۱۴۰۱/۱۲/۲۹ به تصویب رسید.

۳. روزنامه کثیرالانتشار جهان صنعت جهت درج آگهی های شرکت انتخاب گردید.

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

آگهی افزایش سرمایه شرکت دوستداران آینده ساز کیش (سهامی عام)

ثبت شده به شماره ۱۳۸۴۲ و شناسه ملی ۱۴۰۰۸۳۵۷۶۹۰

به استناد صورتجلسات مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۱/۱۱/۲۵ و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۰۱ و نامه سازمان بورس و اوراق بهادار به شماره ۱۲۲/۱۴۶۲۹۷ مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۱۱ ، سرمایه شرکت از مبلغ ۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال به مبلغ ۳۴۳۶۰۸۸۰۰۰۰۰ ریال منقسم به ۳۴۳۶۰۸۸۰۰ سهم با نام ۱۰۰۰ ریالی (از طریق مطالبات حال شده مبلغ ۱۹۷۲۲۶۰۰۰۰۰۰ ریال و واریز نقدی مبلغ ۹۶۳۸۲۸۰۰۰۰۰ ریال طی گواهی های بانکی شماره ۱۸/۰۲/۹۴۱۱۶۱ مورخ ۱۴۰۲/۰۶/۰۴ و شماره ۸۰/۱۰۵۸/۱۷۹ مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۰۱) افزایش یافت و در نتیجه ماده مربوطه در اساسنامه به نحو فوق اصلاح گردید.

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

آگهی تصمیمات شرکت نیک کاران صالح کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۲۰۹۰ و شناسه ملی ۱۴۰۰۴۸۲۷۴۹۱

به استناد صورتجلسات مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۰۳ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱) آقای صالح نژادحسینی لیلان به شماره ملی ۵۰۷۰۰۴۱۱۴۲، آقای محمدحسین نژادحسینی لیلان به شماره ملی ۵۰۷۰۲۶۲۶۳۷ و خانم فاطمه سرور به شماره ملی ۵۰۷۰۱۰۳۶۵۲ به سمت اعضای هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب شدند.

۲) آقای حبیب الله سلیمانی دیزیچه به شماره ملی ۵۴۱۹۴۶۵۳۲۹ بعنوان بازرس اصلی و آقای مرتضی محمودی به شماره ملی ۲۵۳۰۱۱۳۰۸۴ بعنوان بازرس علی البدل برای مدت یکسال مالی انتخاب شدند.

۳) روزنامه کثیرالانتشار اقتصاد کیش جهت درج آگهی های شرکت انتخاب گردید.

۴) خانم فاطمه سرور به شماره ملی ۵۰۷۰۱۰۳۶۵۲ به سمت مدیرعامل و عضو هیات مدیره، آقای صالح نژادحسینی لیلان به شماره ملی ۵۰۷۰۰۴۱۱۴۲ به سمت رئیس هیئت مدیره، آقای محمدحسین نژاد حسینی لیلان به شماره ملی ۵۰۷۰۲۶۲۶۳۷ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب شدند.

۵) کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور شرکت از قبیل چک، سفته،بروات و عقود اسلامی با امضای مدیر عامل یا رئیس هیئت مدیره هر یک به تنهایی همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.

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