

فریده باه

گروه بهداشت و سلامت – زردآلو یکی از میوه‌های بسیار پرطرفدار است که در فصل تابستان به بازار می‌آید. این میوه خوشمزه و خوش‌خوراک را می‌توان به صورت خشک‌شده یا به‌اصطلاح، برگه زردآلو هم مصرف کرد.

حدود یک دوم فینجان آن دارای ۱۵۳ کالری انرژی، ۴۰ گرم کربوهیدرات، ۶ گرم فیبر، ۶ گرم پروتئین، ۱۳ درصد پتاسیم و ۵۸ درصد ویتامین A است. سایر میوه‌هایی که می‌توان آنها را خشک و استفاده کرد شامل سیب، آلو، موز، توت، کیوی، انجیر، انبه، هلو، گلابی، آناناس، توت‌فرنگی، خرمالو و همچنین گوجه‌فرنگی می‌شوند. میوه‌های خشک را می‌توان برای مدت زمان طولانی نگهداری کرد بنابراین این محصولات جایگزین مناسبی برای میوه تازه در خارج از فصل آن است، مثل مصرف آلو یا البالو خشک

در زمستان.

میوه تازه بخوریم یا خشک‌شده؟

میوه‌های خشک‌شده برای مصرف در شرایط خاصی مانند تغییر فصل یا استفاده در ورزش‌هایی مانند کوهنوردی که امکان حمل بار زیاد وجود ندارد، مفید هستند.

آیا خشک کردن میوه‌ها باعث کاهش ارزش تغذیه‌ای آنها می‌شود؟

به‌کارگیری فرایند حرارتی باعث کاهش فعالیت برخی از ویتامین‌ها مانند ویتامین C و رنگدانه‌های مفید

میوه های خشک جایگزین چیپس و پفک

■ **میوه‌های خشک‌شده برای مصرف در شرایط خاصی مانند تغییر فصل یا استفاده در ورزش‌هایی مانند کوهنوردی که امکان حمل بار زیاد وجود ندارد، مفید هستند.**

در میوه‌هایی می‌شود. با وجود این، کاهش ارزش تغذیه‌ای میوه‌ها به روش و سرعت خشک‌کردن بستگی دارد. پدیهی است ارزش تغذیه‌ای میوه‌های تازه به مراتب بیشتر از میوه‌های خشک است. حرارتی که برای خشک کردن میوه‌ها استفاده می‌شود تا حدود زیادی باعث از بین رفتن ویتامین C موجود در آنها می‌شود.

کالری میوه‌های خشک بیشتر است یا تازه؟

فراموش نکند کالری میوه خشک در وزن یکسان بیشتر از میوه‌های تازه است. از آنجا که

مواد غذایی مفید برای داشتن کبدی سالم

کبد همچنین به سیستم ایمنی بدن برای مقابله با عفونت‌ها، بیرون کردن باکتری‌ها از خون و ایجاد صفرا که برای هضم غذاها ضروری است، هم کمک می‌کند. مشکلات کبدی می‌توانند اثری باشند یا در صورت آلوده شدن بدن به ویروس یا موادمشیمیایی مضر اتفاق بیفتند.

بدرفزاری با کبد احتمال چاقی مفرط، بیماری‌های قلبی-عروقی، خستگی مزمن، سردرد، مشکلات گوارشی، آلرژی‌ها و بسیاری بیماری‌های دیگر را افزایش می‌دهد.

با اینکه سیستم ایمنی بدن از ما در برابر خطرات محافظت می‌کند، اما این کبد است که از سیستم ایمنی بدن ما مواجه با پرکار شدن محافظت می‌کند.

خودداری از مصرف بی‌اندازه دخانیات، الکل، قهوه و قند سفید و انجام تمرینات ورزشی سبک و نوشیدن مقدار زیادی آب به سالم نگه داشتن کبد کمک می‌کند.

مواد غذایی مفید برای سلامت کبد:

سیب: سیب به کبد کمک می‌کند

آنزیم‌هایی که می‌تواند سموم را از بدن بیرون کنندو فعال سازد. همچنین سرشار از آلپسین و سلنیوم می‌باشد که دو ماده طبیعی برای پاکسازی کبد هستند.

گریپ‌فروت:

خوردن میوه گریپ‌فروت یا نوشیدن آب آن به کبد برای بیرون کردن مواد سرطان‌زا و سمی از بدن کمک می‌کند. این میوه همچنین سرشار از ویتامین C و آنتی‌اکسیدان است.

چغندر:

چغندر سرشار از فلاوونوئیدهای گیاهی است که به بهبود عملکرد کلی کبد کمک می‌کند.

سبزیجات برگار:سبزیجاتی مثل اسفناج و کاهو توانایی خنثی سازی فلزات، موادمشیمیایی آفت‌کش‌هایی را دارند که ممکن است همراه با مواد غذایی وارد بدن ما شوند و بعنوان مکاینزی محافظتی برای کبد عمل می‌کنند.

چای سبز:

چسای سبزی سرشار از آنتی‌اکسیدان‌هایی معروف به کاتچین است که گفته می‌شود عملکرد کبد را تقویت می‌کند.

بهداشت و سلامت

مواد مغذی موجود در میوه‌های تازه است.

برگه‌ها و میوه‌های خشک‌شده جایگزین مناسبی برای چیپس و پفک هستند؟

میوه‌های خشک منبعی غنی از ویتامین‌های B۶،B۳،B۲،A،B۱ و پانتوتینک اسید و نیز املاحی مثل کلسیم، آهن، منیزیم، فسفر، پتاسیم، سدیم، مس و منگنز هستند که به‌راحتی هضم و باعث تصفیه خون و پاکسازی معده و روده می‌شوند.

به دلیل وجود همین خواص است که میوه‌های خشک و برگه‌ها را می‌توان به‌عنوان یکی از میان‌وعده‌های سالم، مغذی و مفید برای تمام گروه‌های سنی معرفی کرد.

این محصولات، می‌توانند جایگزین خوبی برای چیپس و پفک به‌خصوص در کودکان باشند چراکه میوه‌های خشک‌شده در صورت مناسب بودن کیفیت، هم ارزش تغذیه‌ای به مراتب بالاتری از چیپس و پفک و هم خواص حسی جذاب و

آووکادو:

افزودن آووکادو به رژیم غذایی می‌تواند به بدن برای تولید نوعی آنتی‌اکسیدان که نام گلو تاتیون کمک کند که به کبد برای تصفیه مواد مضر کمک می‌کند.

سبزیجات خانواده کلم:

سبزیجاتی مثل بروکلی و کلم بروکسل میزان گلوکوزینولات در بدن را افزایش می‌دهد که به تولید سرشار از ویتامین C و آنتی‌اکسیدان است.

چغندر:

چغندر سرشار از فلاوونوئیدهای گیاهی است که به بهبود عملکرد کلی کبد کمک می‌کند.

زردچوبه:

زردچوبه که بعنوان ادویه در غذاها استفاده می‌شود، به بدن در هضم چربی‌ها و تحریک تولید صفرا کمک می‌کند. همچنین می‌تواند بعنوان یک تصفیه‌ساز طبیعی برای کبد عمل کند.

گردو:

گردو سرشار از گلو تاتیون و اسیدهای چرب امگا۳ می‌باشد که به محافظت از کبد در طول فرآیند پاکسازی کمک می‌کند.

مقبولی از نظر مصرف‌کننده به‌خصوص بچه‌ها دارند. می‌توانید انواع میوه‌های خشک را آرام آرام جایگزین چیپس و پفک در برنامه غذایی خودتان و فرزندان‌تان کنید البته به‌شرطی که حد تعادل را در مصرف آنها در نظر بگیرید.

فله‌ای بخرمی یا بستنی‌شده؟

در میوه‌های خشک موجود در بازار، مواد خاصی وجود دارند که برای بدن مضر هستند. معمولا میوه‌هایی که خارج از منزل و در صنعت یا مغازه‌ها خشک می‌شوند، برای تثبیت رنگ، مشتقات سولفیدی اضافه می‌کنند که این مشتقات می‌توانند باعث ایجاد مشکل برای افراد مبتلا به آسم و بیماری‌های تنفسی

شوند. علاوه بر این، برگه‌های زردآلو، هلو، قیسی و ... که به صورت صنعتی خشک نمی‌شوند ممکن است در شرایط نامناسب و در معرض گرد و غبار و بدون رعایت اصول بهداشتی خشک شوند.

به همین دلیل در نوع فله‌ای آن شاهد وجود شن و سنگریزه داخل آنها هستیم. به این ترتیب، مصرف میوه‌های بسته‌بندی‌شده و دارای مهر استاندارد و مجوزهای بهداشتی به انواع فله‌ای آنها برتری دارد.

هنگام خریدن برگه و میوه‌های خشک حاضری باید به چه نکته‌هایی توجه کنیم؟
نوعی می‌شود میوه‌های خشک بسته‌بندی‌شده که روی بسته آنها پروانه ساخت وزارت بهداشت، نشان استاندارد و تاریخ تولید و مصرف درج‌شده باشد، خریداری و مصرف کنید.



شناخت مزاج افراد، بهترین راه درمان چاقی

گروه بهداشت و سلامت –عضو هیات علمی دانشکده طب ایرانی و مکمل دانشگاه علوم پزشکی شهید، چاقی را یکی از مشکلات شایع در دنیاى امروز دانست و گفت: چاقی نه تنها بر ظاهر افراد تأثیر می‌گذارد، بلکه می‌تواند منجر به بروز بیماری‌های مختلف مانند دیابت، فشار خون بالا، بیماری‌های قلبی و مشکلات مفصلی شود. دکتر صادق شکرى یابان اینکه از دیدگاه طب ایرانی چاقی می‌تواند به دلیل افزایش کمیت و یا تغییر در کیفیت متعادل اخلاط تولید شده در بدن باشد، خاطر نشان کرد: عدم رعایت سبک زندگی سالم مانند مصرف بی‌رویه غذاهای پائلی یا انواع اسفید، شیرینی‌ها و غذاهای چرب، کم تحرکی، استرس و اختلال در عملکرد دستگاه گوارش، از عوامل مؤثر در بروز چاقی است و راهکارهای طب ایرانی برای کنترل وزن، بسته به نوع مزاج یا به‌پیمار و مشکلات زمینهای همراه متفاوت است.

وی، کاهش میزان غذای مصرفی و محدود کردن کربوهیدرات‌ها و چربی‌ها را بر اساس شاخص توده بدنی بسیار مهم دانست و افزود: مصرف سبزیجات و میوه های تازه مانند کرفس، هویج، نعناع، ریحان و میوه هایی مانند سیب و گلابی به دلیل داشتن فیبر بالا، به بهبود هضم و اجابت مزاج منظم و کاهش اشتها کمک می‌کنند. عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید، استفاده از گیاهان دارویی را منوط به دانستن مزاج بیمار و همچنین صلاح‌دید پزشک متخصص عنوان کرد و گفت: انجام بادکش گرم، روغن مالی موضعی، ماساژ و اعمال پدای می‌تواند در کاهش چربی های موضعی اثر گذار باشد. همچنین داشتن فعالیت ورزشی منظم به بهبود جریان خون، افزایش حرارت بدن و کاهش رطوبت اضافی کمک می‌کند. شکرى با اشاره به تأثیر تغییرات پایدار در سبک زندگی به عنوان یکی از بهترین عوامل کنترل وزن و پیشگیری از چاقی، خاطر نشان کرد: طب ایرانی با تأکید بر تعادل بدن و استفاده از روشهای طبیعی، می‌تواند به افراد در رسیدن به وزن ایده آل کمک کند. وی تأکید کرد: قبل از شروع هر گونه برنامه کاهش وزن، بهتر است با یک پزشک متخصص مشورت کنید تا برنامه متناسب با شرایط بدنی فراد ارائه شود. این متخصص طب سنتی در پایان کاهش وزن را یک فرآیند تدریجی دانست و صبر و پشتکار را از عوامل مهم عنوان کرد و گفت: با رعایت توصیه‌های طب ایرانی و داشتن سبک زندگی سالم، می‌توان به وزن مناسب و سلامت کلی بدن دست یافت.

نوشیدن چقدر قهوه می‌تواند «مفید» باشد؟

گروه بهداشت و سلامت –بر اساس اعلام سازمان غذا و داروی ایالات متحده، ۴۰۰ میلی گرم کافئین در روز برای اکثر بزرگسالان «بی‌خطر» است، به گفته متخصصان، بسیاری از تحقیقات به این نتیجه رسیدند که اثرات مثبت قهوه بر سلامتی در صورت نوشیدن «متعاد» آن پدیدار می‌شود که به طور کلی بین ۲ تا ۳ فنجان قهوه در روز است.

که سه فنجان قهوه در روز می‌نوشیدند، در مقایسه با افرادی که کمتر از یک فنجان در روز می‌نوشیدند، بیش از ۴۸ درصد کاهش یافت. مطالعه‌ای دیگر در سال ۲۰۲۲ میلادی نیز نشان داد که بیشترین کاهش نرخ مرگ و میر زودرس برای کسانی دیده شده که ۳ تا ۴ فنجان قهوه در روز می‌نوشند. دیگر نکته جالب مطالعه، تأیید این موضوع بود که «قهوه آساند شده» (۳۷ درصد) در مقایسه با «قهوه فوری» (۱۱ درصد) نقش مؤثرتری در کاهش خطر مرگ زود هنگام دارد

آکهی افزایش سرمایه شرکت آریا اکسون کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۱۰۷۷ و شناسه ملی ۱۴۰۰۳۸۶۰۱۴۴

به استناد صور تجلسات مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۳/۰۶/۲۰ و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۱۶، سرمایه شرکت از مبلغ ۱,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال به مبلغ ۱۵۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال منقسم به ۱۵,۰۰۰ سهم با نام عادی ۱,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریالی از طریق پرداخت نقدی افزایش یافت (مبلغ ۱۴۹,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال به موجب گواهی بانکی شماره ۰۲۵۸.۰۰۰۰۰۰۰۰۰ مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۱۵ بانک آینده شعبه تهران اقدسیه واریز گردید) و در نتیجه ماده مربوطه در اساسنامه به نحو فوق اصلاح گردید.

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

آکهی تصمیمات شرکت مجتمع های توریستی و رفاهی آبادگران ایران کیش (سهامی عام)

ثبت شده به شماره ۵۱۰ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۲۱۵۵۲

به استناد صور تجلسات مجمع عمومی عادی سالیانه و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۳/۱۰/۲۹، و تأییدیه فرابورس ایران به شماره ۱۳۰۷۱۰۱۲۱۷۶ مورخ ۱۴۰۳/۱۰/۲۴ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید: ۱-ترازنامه و حساب سود و زیان (صورت های مالی) سال مالی منتهی به ۱۴۰۳/۰۶/۳۱ به تصویب رسید. ۲-آقای محمد صالحی یکتا با کد ملی ۰۹۳۷۸۲۶۰۶۵ به سمت مدیر عامل، آقای علی نژاد خیزاب با کد ملی ۰۹۳۲۸۲۹۹۰۲ به سمت رئیس هیئت مدیره، آقای علیرضا اسکندرنیا با کد ملی ۰۹۲۳۷۹۳۱۶۱ به نمایندگی از شرکت سلازه شرق (سهامی خاص) با شناسه ملی ۱۰۳۸۰۱۹۱۱۲۳۲ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره، آقای علی اکبر رنگیان طهرانی با کد ملی ۰۹۳۷۴۸۱۱۴۳ به نمایندگی از شرکت آسفالت طوس (سهامی خاص) با شناسه ملی ۰۹۱۸۶۱۶۷۸۵۳۹ به سمت عضو هیئت مدیره، آقای عباسعلی سمانی با کد ملی ۰۹۰۸۷۴۵۰۶۵ به سمت عضو اصلی هیئت مدیره، آقای محمد فقیه زاده با کد ملی ۰۹۳۱۲۸۹۵۲۱ به سمت عضو اصلی هیئت مدیره، آقای محمد صالحی یکتا با کد ملی ۰۹۳۷۸۲۶۰۶۵ و خانم ندا اسکندرنیا با کد ملی ۰۹۴۶۰۷۱۰۳۹ به عنوان عضو علی البدل هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب شدند. ۳-کلیه اوراق و اسناد تعهد آور از قبیل چک، سفته قرارداد و نظایر آن با امضاء همراه با مهر شرکت و در غیاب ایشان نایب رئیس هیئت مدیره همراه با مدیر عامل یا یکی از اعضای هیئت مدیره متفقاً همراه با مهر شرکت معتبر خواهد بود. مکاتبات عادی و اداری با امضای مدیر عامل یا رئیس هیئت مدیره همراه با مهر شرکت معتبر می باشد. ۴-موسسه حسابرسی ارکان سیستم با شناسه ملی ۱۰۱۰۰۵۳۰۰۵۴ به عنوان بازرس اصلی و موسسه حسابرسی و خدمات مدیریت رهیافت و همکاران با شناسه ملی ۱۰۳۸۰۰۷۶۴۶۰ به عنوان بازرس علی البدل برای سال مالی منتهی به ۱۴۰۳/۰۶/۳۱ ۵-روزنامه کثیر الانتشار خراسان جهت درج آکهی های شرکت انتخاب گردید. ۶-حدود اختیارات مدیر عامل طبق مفاد اساسنامه شرکت و مصوبات هیئت مدیره می باشد.

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

آکهی تأسیس شرکت تجارت خودرو ساهوردی کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۵۱۲۶ و شناسه ملی ۱۴۰۰۱۴۲۰۵۲۷۶

با عنایت به استعلام اخذ شده از مدیریت بازرگانی سازمان منطقه آزاد کیش بر اساس بند ۶ ماده ۷ ضوابط ثبت شرکت ها به شماره نامه ۰۹۳۰۱۲۰۹۳۰ مورخ ۱۴۰۳/۱۱/۱۵، خلاصه اساسنامه و اظهارنامه شرکت فوق که در تاریخ ۱۴۰۳/۱۱/۲۷ ۱۴۰۳ شماره ۱۵۱۲۶ در این اداره به ثبت رسیده جهت اطلاع عموم بشرح ذیل در روزنامه رسمی و کثیر الانتشار آکهی می شود. ۱-موضوع شرکت: واردات و صادرات انواع خودروهای خارجی و داخلی و تجهیزات و لوازم یدکی مربوطه و توزیع و پخش آنها، دریافت و اعطاء نمایندگی داخلی و خارجی ایجاد تعمیرگاه های مجاز و واردات ماشین آلات سنگین راه سازی و کشاورزی و واردات قطعات مورد نیاز آن ها و قبول سفارشات و شرکت در مناقصات داخلی (دولتی و خصوصی) و اخذ وام از بانک ها و موسسات دولتی و مالی و اعتباری داخلی و خارجی پس از اخذ مجوزهای لازم از مراجع ذیصلاح مطابق با قانون و مقررات جاری کشور و مناطق آزاد. ضمناً کلیه موضوعات مندرج در اساسنامه صرفاً، جهت ثبت موضوع می باشد و هر گونه (صورت های مالی) اخذ شده جهت اطلاع لازم از مراج ذیصلاح می باشد. ۲-مدت شرکت: از تاریخ ثبت به مدت نامحدود. ۳-مرکز اصلی شرکت: کیش – بازار هرمز – غرفه ۵۲۱ (شماره ۱۰۱/۱۰۱/۹۹/۹۸) طبقه همکف، کد پستی ۱۶۵۸۶۸۴۷۹۴ شعبه: ندارد. ۴-سرمایه شرکت:مبلغ:۱,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال منقسم به ۱۰۰ سهم با نام ۱,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریالی که طی گواهی شماره ۱۳۲. ۴۷۹۴. ۰۱۳ مورخ ۱۴۰۳/۱۱/۰۲ بانک کشاورزی شعبه کیش پرداخت گردید. ۵-مدیران شرکت: آقای محمدرضا شاهوردی با شنامه ملی ۴۰۶۰۰۴۳۰۶۰ به سمت مدیر عامل و عضو هیئت مدیره ، آقای امیر رضا شاهوردی با شماره ملی ۴۱۲۰۵۹۶۳۲۱ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره و آقای علیرضا شاهوردی با شماره ملی ۴۱۳۰۵۲۴۹۰۹ به سمت رئیس هیئت مدیره و آقای علیرضا شاهوردی با شماره ملی ۴۱۳۰۵۲۴۹۰۹ به سمت رئیس هیئت مدیره و برای مدت دو سال انتخاب شدند. ۶-حارانندگان حق امضاء: اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور و تجاری و بانکی شرکت از قبیل چک، سفته و بروات و عقود اسلامی و قراردادهای و مکاتبات عادی و اداری با امضا منفرد رئیس هیئت مدیره همراه با مهر شرکت معتبر می باشد. ۷-اختیارات مدیر عامل: طبق اساسنامه شرکت. ۸-بازرس اصلی و علی البدل: آقای احمداحمدنسب به شماره ملی ۵۸۶۰۰۷۹۰۴۴ به سمت بازرس اصل و آقای حسن زارعی به شماره ملی ۵۸۶۰۰۹۹۴۱۰۰ به سمت بازرس علی البدل برای مدت یک سال مالی انتخاب گردید. ۹-روزنامه اقتصاد کیش بعنوان روزنامه کثیر الانتشار جهت نشر آکهی های شرکت انتخاب گردید.

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

آکهی تصمیمات شرکت اجاره اتومبیل بدون راننده نیکو پارس کیش (با مسئولیت محدود)

ثبت شده به شماره ۱۴۳۲۳ و شناسه ملی ۱۴۰۰۱۲۶۹۰۸۵۱

به استناد صور تجلسات مجمع عمومی فوق العاده و مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۳/۱۱/۱۵ و تأییدیه مدیر حمل و نقل عمومی منطقه آزاد کیش به شماره ۱۲۱۱۸۵ مورخ ۱۴۰۳/۳۸/۱۱ مورخ ۱۴۰۳/۱۱/۱۷ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید. ۱-آقای میثم توتلی تور آتخ با کدملی ۰۰۳۳۱۱۰۴۵۰ دارنده ۵,۰۰۰,۰۰۰ ریال سهم الشرکه طی سند صلح به شماره ۲۱۱۷۵ مورخ ۱۴۰۳/۱۱/۱۴ دفترخانه اسناد رسمی ۱۰۱ کیش با صلح کلیه سهم الشرکه خود معادل ۵,۰۰۰,۰۰۰ ریال را به آقای مهرداد فرخ با کد ملی ۰۰۱۳۲۵۳۳۶۰ انتقال داد و از شرکت خارج و منبهد هیچگونه حق و سمتی در شرکت ندارد. ۲-خانم زینب محمودیان ستا با کد ملی ۰۰۲۲۱۴۵۲۱۸ دارنده ۵,۰۰۰,۰۰۰ ریال سهم الشرکه طی سند صلح به شماره ۲۱۱۷۵ مورخ ۱۴۰۳/۱۱/۱۴ دفترخانه اسناد رسمی ۱۰۱ کیش با صلح کلیه سهم الشرکه خود معادل ۵,۰۰۰,۰۰۰ ریال را به خانم فرشته فتاحی با کد ملی ۰۰۸۴۶۱۹۲۸۱ انتقال داد و از شرکت خارج و منبهد هیچگونه حق و سمتی در شرکت ندارد. ۳-آقای مهرداد فرخ با کدملی ۰۰۱۳۲۵۳۳۶۰ به سمت مدیر عامل، خانم فرشته فتاحی با کد ملی ۰۰۸۴۶۱۹۴۸۱ به سمت رئیس هیئت مدیره برای مدت نا محدود انتخاب شدند. ۴-کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهد آور و تجاری و بانکی شرکت از قبیل چک، سفته، بروات و عقود اسلامی و قراردادهای با امضای منتق رئیس هیئت مدیره و مدیر عامل همراه با مهر شرکت و مکاتبات عادی و اداری با امضاء منفرد هر یک از اعضای هیئت مدیره همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.

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

آکهی تصمیمات شرکت اجاره خودرو پارت اوتانا کیش (سهامی خاص)

ثبت شده به شماره ۱۴۸۲۰ و شناسه ملی ۱۴۰۰۱۲۵۴۶۱۳۳

با عنایت به تأییدیه اداره حمل و نقل به شماره نامه ۱۲۰۳۸۰۱۲۰۳۸۰ مورخ ۱۴۰۳/۱۱/۱۴ و به استناد صور تجلسات مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۳/۰۶/۱۵ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید: ۱-آقای هادی عاقلی گرگری به شماره ملی ۵۰۵۹۶۹۰۹۲۱ به نمایندگی از شرکت پارت تراب کیش به شناسه ملی ۱۰۹۸۰۲۰۴۵۷۶ به سمت مدیر عامل و رئیس هیئت مدیره، آقای قادر عاقلی گرگری به شماره ملی ۵۰۵۹۷۱۳۱۵۶ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره و آقای یاسر گرگری به شماره ملی ۰۷۸۵۵۶۱۳۹ به سمت عضو هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب شدند. ۲-کلیه اسناد و اوراق غیر تعهدی و اداری با امضاء منفرد مدیر عامل و کلیه اسناد و اوراق تعهدی یا مهر شرکت و امضا دو نفر از اعضا هیئت مدیره معتبر می باشد. ۳-موسسه حسابرسی ارقام نگر آریا به شناسه ملی ۱۰۱۰۰۶۱۶۷۳۲۲ به سمت حسابرس و بازرس اصلی و خانم ترکس نجیبی به شماره ملی ۰۰۸۲۲۰۹۹۹۵ به سمت بازرس علی البدل برای مدت یک سال مالی انتخاب شدند.

رضا والی پور – رئیس 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

۴۴۴۲۴۹۶۹
۴۴۴۲۴۹۹۹

اقتصاد کیش