سردردها و میگرن‌های تابستانی

■ **احتمال سردرد طی ماه‌های تابستان بیشتر می‌شود. بر اساس مطالعه‌ای جدید، هر ۱۲ درجه سانتیگراد افزایش دما می‌تواند احتمال ابتلای شما به سردرد را در کوتاه‌مدت حدود ۷ و نیم درصد بالاتر ببرد.**

فریده پناه

گروه بهداشت و سلامت–گرما، کم‌آبی بدن، تغییرات آب‌وهوا و تغییرات فشار بارومتریک از اصلی‌ترین عواملی هستند که طی تابستان می‌توانند منجر به سردرد شوند؛ اما بعضی از فاکتورها در سبک زندگی نیز در این مسئله دخالت دارند، مثلاً خوردن یک سری از غذاها می‌تواند احتمال سردرد را افزایش دهد.

گرما، سردرد و آب‌وهوا

طی ماه‌های تابستان، گرما می‌تواند محرکی برای هم سردرد و هم میگرن باشد. در برخی از نواحی کشور که فشار بارومتریک می‌تواند دچار تغییرات ناگهانی شود، افراد مکرراً سردرد را تجربه می‌کنند و این یکی از شایع‌ترین و همیشگی‌ترین عوامل دخیل در سردردهای میگرنی است. گاهی یک سردرد می‌تواند به دلیل گرمازدگی رخ دهد که با علائم زیر مرتبط است:

. سرگیجه
. گرفتگی و سفتی عضله
. بی‌حسی در صورت و گردن
. خستگی
. تهوع و استفراغ
. سرما و رنگ‌پریدگی پوست
. نبضی که تند و ضعیف می‌زند
. ضعف یا خستگی
. عرق زیاد
. تشنگی زیاد

در مورد سردردهای تابستانی که با گرمازدگی ارتباطی ندارند، علائم ممکن است فقط شامل دردی گنگ یا ضربه‌ای در سرتان، خستگی، حساسیت به نور و دهیدراسیون شود. اگر دچار گرمازدگی شُدید باید سریع‌تر تحت درمان قرار بگیرید؛ زیرا گرمازدگی می‌تواند منتهی به سکته گرمایی شود.

تسکین سردردهای مرتبط با آب‌وهوای گرم

برای افرادی که مستعد سردردها و میگرن‌های ناشی از گرما هستند، راه‌هایی وجود دارد تا این دردها را تسکین دهند. کار عاقلانه این است که در روزهای خیلی گرم کمتر بیرون بروید. عینک آفتابی و ضدآفتاب و کلاه لبه‌پهن را فراموش نکنید. اگر لازم است ورزش کنید سعی کنید در محیط داخل که تهویه و کولر دارد این کار را انجام دهید. آشامیدن نوشابه‌های ورزشی که حاوی الکترولیت و آب فراوان هستند کمک می‌کند بدنتان هیدراته بماند. بعضی از عصاره‌های گیاهی، کمپرس سرد، دم‌نوش گیاهی سرد (بدون کافئین) و داروهای ضدالتهاب غیراستروئیدی می‌توانند به کاهش شدت سردردتان کمک کنند.

ورزش و سردرد های تابستانی

گرما و ورزش اغلب ترکیبی هستند که زمینه را برای سردرد فراهم می‌کنند؛ اما اگر مجبورید ورزش کنید می‌توانید کارهایی انجام دهید تا دچار سردرد نشوید. به‌طورکلی وقتی ورزش می‌کنید، رگ‌های خونی‌تان گشاد می‌شوند. اگر تمرینات ورزشی‌تان شدید باشد این اتفاق می‌تواند منجر به سردرد شود. توصیه می‌کنیم در هوای خیلی گرم فعالیت‌های ورزشی سنگین انجام ندهید. اما یک راه دیگر هم این است که "گرم‌کردن" را جدی بگیرید و با انجام تمرینات کششی به‌عنوان گرم کردن و سپس کمی پیاده‌روی تند، بدنتان را کاملاً آماده کرده و از سردرد جلوگیری کنید.

اهمیت هیدراته ماندن بدن برای پیشگیری از سردردهای تابستانی

یک اصل کلی این است که شما باید در طی روز حداقل هشت لیوان آب بنوشید که چیزی حدود دو لیتر می‌شود؛ اما طی روزهای گرم تابستان وقتی که فعالیت بدنی دارید لازم است این میزان را به دو و نیم لیتر برسانید. وقتی بدنتان دهیدراته یا کم‌آب می‌شود، مغز نیز کم‌آب و چروک شده و از جمجمه فاصله می‌گیرد و در نتیجه سردرد ایجاد می‌شود. وقتی آب می‌نوشید و بدن را هیدراته می‌کنید، مغز به وضعیت نرمال خود برگشته و سردردتان برطرف می‌شود.

آلودگی هوا، آلرژن‌ها و سردردهای تابستانی

طی ماه‌های تابستان عوامل دیگری هم وجود دارند که می‌توانند موجب سردرد شوند، مثل آلودگی هوا و آلرژن‌ها. انواع آلاینده‌ها در هوا معمولاً طی روزهای گرم تابستان افزایش می‌یابند؛ چون رفت‌وآمدهای مردم و استفاده از وسایل نقلیه بیشتر می‌شود. سرب، مونوکسید کربن، دی‌اکسید نیتروژن، دی اکسید سولفور و ذراتی بخصوص همگی طی ماه‌های گرم تابستان بیشتر می‌شوند و می‌توانند شما را دچار سردرد کنند. سردردهای ناشی از آلودگی هوا معمولاً شدیدند و گاهی به حدی می‌رسند که فرد را ناتوان کرده و به‌شدت آزار می‌دهند، زیرا این سردردها اغلب میگرنی‌اند. آلودگی هوا ریه‌ها و چشم‌ها را تحریک کرده و موجب سردردهای بسیار بدی می‌شود. سردردهای آلرژیک دارای علائم منحصربه‌فردی‌اند. گاهی فرد دردی را تجربه می‌کند که در نواحی سینوس‌ها و یا قسمت‌های دیگری از صورت است. سردردهای شدیدتر می‌توانند کوبشی و یک طرف صورت و گاهی همراه با تهوع باشند که اغلب نشانه میگرن هستند.

غذاها و سردردهای تابستانی

طی ماه‌های تابستان احتمالاً افراد بیشتری پیک‌نیک می‌روند و کباب درست می‌کنند. بعضی از غذاهای تابستانی می‌توانند موجب سردرد شوند. مثلاً هات‌داگ می‌تواند به دلیل نیتراتی که دارد باعث سردرد شود. نیترات به‌طورکلی در برخی از غذاها به مقدار کم وجود دارد؛ اما حساسیت افراد نسبت به این ماده شیمیایی متفاوت است. گوشت‌های فراوری شده اغلب مقداری نیترات دارند. در این شرایط بهتر است غذاهای نیترات دار مصرف نکرده و غذاهای سالم‌تری مثل سالاد را جایگزین کنید. به‌جای خیارشور از سبزی‌های تازه استفاده کنید، پنیر کهنه نخورید و از گیاهان تازه بیشتر استفاده کنید.

> **برای تسکین سردرد ناشی از آفتاب‌سوختگی، اغلب درمان‌های سرد می‌توانند تسکین‌دهنده باشند، مثلاً کمپرس سرد، دوش آب سرد و نوشیدن آب و مایعات.**

آفتاب‌سوختگی و سردرد

وقتی دچار آفتاب‌سوختگی می‌شویم فکر می‌کنیم اتفاق خاصی نیفتاده و در عرض چند روز خوب خواهد شد. اما آفتاب‌سوختگی در برخی از موقعیت‌ها می‌تواند شدیدتر باشد. مثلاً وقتی شنا می‌کنید اگر ضدآفتاب نزنید، شدیدتر آفتاب‌سوخته خواهید شد. آفتاب‌سوختگی می‌تواند نسبتاً سریع اتفاق بیفتد؛ در عرض ۱۰ تا ۱۵ دقیقه زیر آفتاب بودن. بعضی از علائم آفتاب‌سوختگی شدید شامل موارد زیر می‌شود:

. حساس شدن و تاول‌زدن پوست
. احساس درد و گزگز در ناحیه سوختگی
. سردرد و تب و لرز
. تهوع، سرگیجه و دهیدراته شدن بدن

نوع سردردی که همراه با آفتاب‌سوختگی شدید است می‌تواند گاهی تمام سر را در بر بگیرد و ناتوانتان کند. برای تسکین سردرد ناشی از آفتاب‌سوختگی، اغلب درمان‌های سرد می‌توانند تسکین‌دهنده باشند، مثلاً کمپرس سرد، دوش آب سرد و نوشیدن آب و مایعات.

پیشگیری از سردردهای تابستانی

سردرد اغلب طی اواخر بهار و تابستان شایع‌تر است. با نوشیدن آب زیاد، هیدراته نگه‌داشتن بدن، کمتر در معرض نور خورشید قرار گرفتن، توجه بیشتر به تغذیه سالم و متعادل و فشار زیاد به بدن واردنکردن می‌توانید احتمال سردردهای شدید تابستانی را کمتر کنید. اما حتی با این مراقبت‌ها نیز سردردهای میگرنی همچنان ممکن است روی بدهند. لازم است داروی مسکن غیرتجویزی مثل استامینوفن، ایبوپروفن، ناپروکسن و یا آسپرین داشته باشید. اگر میگرن دارید و سردردهایتان اغلب شدیدند و مکرراً درگیرتان می‌کنند می‌توانید با مشورت پزشک یک رویکرد درمانی پیشگیرانه را انتخاب کنید تا تکرار سردردهایتان کم و کمتر شود.

رابطه افزایش عمر با نجات کره زمین

گروه بهداشت و سلامت–یک مطالعه بزرگ تأیید می‌کند که یک رژیم غذایی مبتنی بر گیاهخواری که برای نجات کره زمین طراحی شده است، عمر مردم را نیز افزایش می‌دهد. محیط زیست یکی از مهم‌ترین دغدغه های همه آدم هاست. این روزها آلودگی محیط زیست، تقویت آن و دغدغه مند کردن آدم ها نسبت به حفظ آن از مهم ترین مسائل اهالی و فعالان این حوزه است. یکی از راه های توجه به کره زمین و محیط پیرامون ما، جلوگیری از آسیب های ناشی از حضور بشر در آن است. به گزارش «خبرگزاری مهر» به نقل از مدیسن نت، دکتر «والتر ویلت»، استاد اپیدمیولوژی و تغذیه در دانشگاه هاروارد و محقق ارشد، می‌گوید: «تغییر نحوه غذا خوردن می‌تواند به کُند کردن روند تغییرات آب و هوایی کمک کند. و آنچه برای کره زمین سالم‌تر است برای انسان نیز سالم‌تر است.» این رژیم که به عنوان رژیم سلامت سیاره‌ای (PHD) شناخته می‌شود، بر غذاهای گیاهی با حداقل میزان فرآوری تاکید دارد، در حالی که مصرف متوسط گوشت و غذاهای لبنی در آن مجاز است. مطالعه جدید از داده‌های سلامتی بیش از ۲۰۰۰۰۰ مرد و زن استفاده کرد که تا ۳۴ سال تحت نظر بودند. محققان دریافتند افرادی که رژیم غذایی آنها بیشتر با رژیم PHD مطابقت دارد، ۳۰ درصد کمتر در معرض خطر مرگ زودهنگام در مقایسه با افرادی که رژیم غذایی آنها کمترین تطابق را دارد، بودند. این مطالعه نشان داد که این موضوع برای هر علت اصلی مرگ نظیر سرطان، بیماری قلبی و بیماری ریوی صادق است. هیچ یک از شرکت کنندگان در ابتدا بیماری مزمن حادی نداشتند. آنها پرسشنامه‌های غذایی را هر چهار سال یکبار تکمیل کردند و بر اساس دریافت ۱۵ گروه غذایی از جمله سبزیجات، مرغ، غلات کامل و آجیل امتیازدهی شدند. این مطالعه نشان داد افرادی که عادات غذایی آنها تطابق بیشتری با PHD داشت، تأثیر مثبت بیشتری بر محیط زیست نیز داشتند. در مقایسه با آنهایی که کمترین میزان پایبندی را داشتند، تأثیر آنها شامل ۲۹ درصد کاهش انتشار گازهای گلخانه‌ای بود. به گفته محققان، استفاده کمتر از زمین برای تولید مواد غذایی، کلیدی برای ترویج جنگل‌کاری مجدد است. جنگل‌کاری مجدد کلید کاهش سطح گازهای گلخانه‌ای است که به تغییرات آب و هوایی دامن می‌زند. ویلت در بیانیه خبری هاروارد گفت: «یافته‌ها نشان می‌دهند که سلامت انسان و سیاره چقدر به هم مرتبط هستند. تغذیه سالم باعث افزایش پایداری محیطی می‌شود که به نوبه خود برای سلامت و رفاه هر فرد روی زمین ضروری است.»

تماشای تلویزیون پیری سالم را مختل می‌کند؟

گروه بهداشت و سلامت–تماشای تلویزیون وسوسه‌انگیز است اما نتایج تحقیقات کنونی نشان می‌دهد که نشستن برای تماشای تلویزیون تهدیدی در پیری سالم محسوب می‌شود. تحقیق کنونی داده‌های ۲۰ ساله بیش از ۴۵ هزار فرد شرکت‌کننده در تحقیق سلامت پرستاران را مورد بررسی قرار داد. همه آنان در سال ۱۹۹۲ حداقل ۵۰ سال سن داشتند و هنگام شرکت در تحقیق بیماری مزمن نداشتند. محققان عادات سبک زندگی مانند زمان نشستن در محل کار، نشستن در خانه و تماشای تلویزیون، همچنین ساعاتی که در خانه یا در محل کارشان ایستاده و نشسته بودند را دنبال کردند. همه این داده‌ها با اطلاعاتی در مورد اینکه آنان در طول زمان چقدر سالم پیر شده بودند، مقایسه شد. در این تحقیق، چه چیزی «پیری سالم» را تعریف کرد؟ به گفته گروه دانشگاه هاروارد T.H. دانشکده بهداشت عمومی چان، زندگی تا ۷۰ سال به علاوه نداشتن بیماری مزمن عمده، عدم اختلال در حافظه و به‌طور کلی سلامت جسمی و روانی خوب پیری سالم است. محققان دریافتند فعالیتی مانند تماشای تلویزیون در حالت نشسته، به‌خصوص ناسالم به نظر می‌رسد. گروه به سرپرستی دکتر مولین وانگ، دانشیار پزشکی بخش اپیدمیولوژی در دانشگاه هاروارد اظهار کرد جایگزینی زمان تماشای تلویزیون با فعالیت بدنی سبک، فعالیت بدنی متوسط تا شدید، یا خواب (در شرکت‌کنندگانی که خواب ناکافی داشتند) با احتمال بهتر پیری سالم مرتبط بود. به‌طور دقیق‌تر، اگر هر ساعت روزانه تماشای بی‌تحرک تلویزیون با فعالیت بدنی «سبک» در خانه جایگزین می‌شد (به عنوان مثال، کارهای معمول خانه)، شانس فرد برای زندگی سالم را بیش از ۸ درصد و تا ۷۰ درصد افزایش می‌داد. نتایج نشان داد اگر ساعت تماشای تلویزیون با فعالیت بدنی نسبتا شدید مانند تمرین ورزشی جایگزین شود، احتمال پیری سالم تا ۲۸ درصد افزایش می‌یابد. حتی افرادی که کمتر از هفت ساعت خواب توصیه شده در شبانه‌روز می‌خوابند، اگر هر روز یک ساعت بیشتر بخوابند، به جای یک ساعت وقت صرف تماشای تلویزیون از روی مبل‌شان، از پیری سالم بهره‌مند می‌شوند. دکتر اندرو فریمن، مدیر پیشگیری و سلامت قلب و عروق اظهار کرد به نظر می‌رسد تماشای تلویزیون موردی به خصوص ناسالم باشد و فقط مشکل آن بر عدم تحرک متمرکز نشده است. فریمن خاطرنشان کرد: وقتی مردم جلوی تلویزیون می‌نشینند، معمولا همه این فعالیت‌های همراه دیگر موارد مانند مصرف غذای ناسالم، صرف شام در مقابل تلویزیون و ناتوانی در برقراری ارتباط با دیگران را به همراه دارد و حتی می‌تواند خواب را مختل کند اما ورزش از هر روشی که بتوانید انجام دهید می‌تواند همه چیز را تغییر دهد. فریمن که در این تحقیق جدید شرکت نداشت در این مورد گفت موارد ذکرشده واقعا راه باورنکردنی برای کاهش خطرات قلبی عروقی و فشار خون است. پیشنهاد من این است که اگر فضای لازم را دارید، در محل کار از میز ایستاده و در صورت امکان حتی میز تردمیل استفاده کنید، اگر بیش از ۳۰ دقیقه در یک زمان نشسته‌اید که به نظر من خیلی طولانی‌تر است سعی کنید کمی حرکت داشته باشید.

آگهی تصمیمات موسسه مجتمع مسکونی سایه جزیره کیش

سازمان منطقه آزاد کیش

ثبت شده به شماره ۳۳۰ و شناسه ملی ۱۴۰۱۰۱۵۴۸۶۹

به استناد صورتجلسات مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۱۹ و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۲۰ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱–آقای مجید کامرانی جویمند با کد ملی ۰۰۵۲۱۹۴۰۶۱ به سمت مدیرعامل (خارج از اعضاء)،

آقای حسین شادمان فر با کد ملی ۰۰۴۰۸۴۸۶۱۲ به سمت رئیس هیئت مدیره، آقای کاوه پرویز با کد ملی ۴۵۹۱۳۵۸۷۱۲ به سمت نائب رئیس هیئت مدیره، آقای مجتبی سجادی با کد ملی ۱۲۹۰۸۹۶۳۵۶ به سمت خزانه دار، آقایان سید محمد مهدی میری با کد ملی ۰۰۱۱۹۷۳۰۴۸ و بهروز کشاورز نیک با کد ملی ۲۳۰۰۹۸۶۵۵۸ به سمت اعضای هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب شدند.

۲–کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور موسسه از قبیل چک، سفته، بروات، قراردادها و عقود اسلامی و هرگونه سندی که برای موسسه ایجاد تعهد نماید با امضاء دو نفر از اعضای هیئت مدیره مشترکا» همراه با مهر موسسه معتبر می باشد.

کالیه مکاتبات عادی و اداری و دستورالعمل های موسسه با امضای دونفر از اعضای هیئت مدیره با مهر موسسه معتبر می باشد.

۳–آقای مهرزاد اسفندیاری به شماره ملی ۲۲۹۰۹۸۰۰۱۳ بعنوان بازرس اصلی و آقای محمد رضا امیر فریدی به شماره ملی ۰۰۵۳۲۱۱۵۵۳ بعنوان بازرس علی البدل برای مدت یک سال انتخاب شدند.

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

آگهی کاهش سرمایه شرکت سرمایه گذاری ایران و چین پاسارگاد کیش (با مسئولیت محدود)

سازمان منطقه آزاد کیش

ثبت شده به شماره ۸۹۸۷ و شناسه ملی ۱۰۹۸۰۲۲۶۲۸۰

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۱۲، آقای رضا گلوی به شماره ملی ۳۶۷۲۷۶۹۹۲۴ دارنده مبلغ ۱۵۵۶۸۸۰۰۰۰۰۰ 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 ۳۵۵۶۸۸۰۰۰۰۰۰ ریال به مبلغ ۲۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال کاهش یافت و ماده مربوطه در اساسنامه به نحو فوق اصلاح گردید.

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

آگهی تصمیمات شرکت آینده ساز کیهان کیش (سهامی خاص)

سازمان منطقه آزاد کیش

ثبت شده به شماره ۱۴۳۳۵ و شناسه ملی ۱۴۰۱۰۱۰۸۵۷۲

به استناد صورتجلسه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۰۴ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱) آقای مهدی فغفوری به شماره ملی ۰۰۶۸۳۳۹۷۱۲ به نمایندگی از شرکت سرمایه گذاری آینده ساز کیش سهامی خاص با شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۲۷۷۲۹ به سمت مدیرعامل و عضو هیئت مدیره، آقای فرامرز عظیمی به شماره ملی ۰۰۳۷۲۸۴۶۴۹ به نمایندگی از شرکت سبک سازه پارس سهامی خاص با شناسه ملی ۱۰۳۲۰۰۳۷۲۵۰ به سمت رئیس هیئت مدیره و آقای میرسیاوش اسبقی به شماره ملی ۲۸۰۲۵۹۳۲۳۴ به نمایندگی از شرکت توسعه سلامت نگر آینده ساز سهامی خاص با شناسه ملی ۱۴۰۰۸۲۵۸۷۷۲ به سمت نائب رئیس هیئت مدیره تا پایان دوره تصدی هیئت مدیره انتخاب شدند.

۲) کلیه اسناد و اوراق مالی و تعهدآور شرکت با امضای مدیرعامل به اتفاق امضاء یکی از اعضاء هیئت مدیره و مهر شرکت و مکاتبات عادی و اداری با امضای منفرد مدیرعامل همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.

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

آگهی تصمیمات شرکت پیمان ساتراپ کیش (سهامی خاص)

سازمان منطقه آزاد کیش

ثبت شده به شماره ۱۰۱۲۷ و شناسه ملی ۱۴۰۰۲۲۷۴۲۱۱

به استناد صورتجلسات مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۰۲ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱–آقای علیرضا خالقی با کد ملی ۰۰۶۰۳۸۴۱۰۷ به سمت مدیرعامل و عضو هیئت مدیره، خانم احترام سادات ارشی با کد ملی ۰۰۷۲۹۵۶۵۶۹ به سمت رئیس هیئت مدیره، آقای سید امیرعباس ارشی با کد ملی ۰۰۸۱۷۵۷۸۷۵ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب شدند.

۲–کلیه اسناد و اوراق و بهادار و تعهدآور بانکی از قبیل چک، سفته، بروات و عقود اسلامی و سایر اوراق عادی و اداری با امضای مدیرعامل آقای علیرضا خالقی با همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.

۳–آقای امیر مطلبی با کد ملی ۰۰۵۹۹۳۹۶۹۹ بعنوان بازرس اصلی و آقای سجاد محمدپور با کد ملی ۱۷۲۰۰۴۳۱۷۵ بعنوان بازرس علی البدل برای مدت یکسال مالی انتخاب شدند.

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

آگهی تصمیمات شرکت راش عمران کیش(سهامی خاص)

سازمان منطقه آزاد کیش

ثبت شده به شماره ۵۲۷ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۵۲۱۷۲۳

به استناد صورتجلسه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۱۵، هیئت مدیره اختیارات مندرج در بند ۱۳ از ماده ۴۰ اساسنامه را بشرح ذیل به مدیرعامل آقای سید علیرضا شاهمرادی تفویض اختیار نمود:

اقامه هرگونه دعوی و دفاع از هرگونه دعوی یا تسلیم به دعوی یا 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 یا با 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 کاملا قاطع دعوی باشد دعوی خسارت استرداد دعوی جلب شخص ثالث و دفاع از دعوای ثالث اقدام به دعوای متقابل و دفاع از آن تامین مدعی به تقاضای توقیف اشخاص و اموال از دادگاههای اعطای مهلت برای پرداخت مطالبات شرکت درخواست صدور برگ اجرائی و تعقیب عملیات اجرائی و اخذ محکوم به چه در دادگاه و چه در ادارات و دوائر ثبت اسناد.

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

آگهی تصمیمات شرکت پیروزان تک کیش (سهامی خاص)

سازمان منطقه آزاد کیش

ثبت شده به شماره ۷۹۴۵ و شناسه ملی ۱۰۸۶۱۹۰۸۳۳۱

به استناد صورتجلسات مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۰۱ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱) آقای حسن محرمخانی با کد ملی ۵۳۸۸۵۴۵۸۹۱ به سمت مدیرعامل و عضو هیئت مدیره، خانم الهام مهر علیان با کد ملی ۱۲۸۳۴۳۸۱۹۴ به سمت رئیس هیئت مدیره، آقای محمدرضا شرافت با کد ملی ۱۱۱۱۸۰۹۷۷۱ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب شدند.

۲) کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور و تجاری بانکی شرکت از قبیل چک، سفته، بروات، قراردادها، عقود اسلامی مکاتبات عادی و اداری و نقل و انتقال اسناد و ترخیص خودرو با امضاء مدیرعامل به تنهایی همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.

۳) آقای گشتاسب کشاورزی با کد ملی ۶۲۹۹۶۷۷۵۹۷ بعنوان بازرس اصلی و آقای امید اسدی با کد ملی ۱۲۹۰۵۳۶۶۴۳ بعنوان بازرس علی البدل برای مدت یکسال مالی انتخاب شدند.

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

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

آگهی تصمیمات شرکت قاموس نورد ایمن دریای کیش (سهامی خاص)

سازمان منطقه آزاد کیش

ثبت شده به شماره ۱۴۲۲۶ و شناسه ملی ۱۴۰۰۹۷۹۷۳۹۷

به استناد صورتجلسات مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۴/۰۱ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱–آقای احسان شکوهی راد با کد ملی ۶۱۳۹۹۴۸۶۲۲ به سمت مدیرعامل و عضو هیئت مدیره، خانم رباب شادمان اسکوئی با کد ملی ۱۳۷۶۶۶۲۸۷۶ به سمت رئیس هیئت مدیره، خانم نسرین ابراهیمی با کد ملی ۰۳۷۱۲۹۶۹۶۱ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب شدند.

۲–کلیه اسناد و اوراق تعهدآور صادره شرکت با امضای مدیرعامل و یکی از اعضای هیئت مدیره با مهر شرکت و در غیاب مدیرعامل با امضای دو عضوء هیات مدیره همراه با مهر شرکت و اوراق و نامه های عادی با امضای هر یک از اعضای هیات مدیره معتبر می باشد.

۳–مطابق با وظایف و حدود اختیارات تفویض شده هیات مدیره به مدیرعامل، مدیرعامل مجری مصوبات هیات مدیره می باشد.

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

آگهی تصمیمات شرکت سنجاقک گشت کیش (با مسئولیت محدود)

سازمان منطقه آزاد کیش

ثبت شده به شماره ۱۲۳۸۹ و شناسه ملی ۱۴۰۰۵۱۷۷۲۰۰

به استناد صورتجلسات مجمع عمومی فوق العاده و مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۲۶ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید:

۱–خانم سیده مریم موسوی به شماره ملی ۰۰۱۳۴۰۹۶۹۷ دارنده مبلغ ۵۰۰۰۰۰ ریال سهم الشرکه و شرکت فن آوری دوستداران آتیه نگار کیش با شناسه ملی ۱۴۰۰۹۶۲۸۳۲۸ دارنده مبلغ ۱۰۰۰۰۰۰ ریال سهم الشرکه با دریافت کلیه سهم الشرکه های خود از صندوق شرکت، از شرکت خارج و منبعد هیچگونه حق و سمتی در شرکت ندارند و در نتیجه سرمایه شرکت از مبلغ ۳۵۰۰۰۰۰ ریال به مبلغ ۲۰۰۰۰۰۰ ریال کاهش یافت و ماده مربوطه در اساسنامه به نحو فوق اصلاح گردید.

۲–آقای مسعود قجه یگانه به شماره ملی ۴۱۳۲۴۹۲۵۴۰ به سمت مدیرعامل و نائب رئیس و عضو هیئت مدیره و آقای معین قجه یگانه به شماره ملی ۴۱۲۰۱۱۶۴۹۲ به سمت رئیس و عضو هیئت مدیره برای مدت نامحدود انتخاب شدند.

۳–کلیه قراردادها و اسناد رسمی و اوراق بهادار و تعهدآور شرکت از قبیل چک، سفته، بروات و عقود اسلامی با امضای مدیرعامل به تنهایی همراه با مهر شرکت معتبر می باشد.

رضا والی پور – رئیس 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