ترکیب خوراکی قدرتمند برای درد آرتریت

■ عسل و دارچین به طور معمول به عنوان افزودنی های شیرین به دستور پخت ها و نوشیدنی های گرم شناخته می شوند، اما ممکن است چیزی بیش از طعم خوب ارائه دهند.

فریده پناه

گروه بهداشت و سلامت– از آنجایی که عسل و دارچین دارای خواص آنتی اکسیدانی و ضد التهابی هستند، ممکن است بتوانند به افراد مبتلا به آرتریت نیز کمک کنند.

فواید برای بیماران آرتریت

در طول تاریخ و تا به امروز، دارچین به عنوان درمانی برای بسیاری از بیماری ها در نظر گرفته شده است. از آن برای تسکین فشار خون بالا، دندان درد، آرتریت و موارد دیگر استفاده می شود. عسل قرن هاست که برای اهداف دارویی استفاده می شود و به داشتن تعدادی اسید آمینه، مواد معدنی، ویتامین ها و آنزیم ها مشهور است. پژوهش ها همچنین نشان می دهند که عسل ممکن است برخی خواص ضد التهابی داشته باشد.

گفتنی است؛ التهاب مفصل یا آرتریت (به انگلیسی: Arthritis) به برافروختگی مفصل که با ورم و درد و محدودیت حرکت همراه است، گفته می‌شود. عسل و دارچین همچنین در طب سنتی هندی آیورودا برای مواردی مانند کاهش وزن و سوء هاضمه استفاده می شوند. آیورودا که به معنای «دانش زندگی» است، به تعادل در ذهن، بدن و روح اعتقاد دارد. همچنین بر این اصل استوار است که بیماری بر اساس عدم تعادل در بدن، استرس یا آگاهی فرد است.

دارچین

دارچین ادویه ای شیرین و دارای بسیاری از ترکیبات است که به بهبود سلامت کلی انسان کمک می کنند. این ادویه دارای مواد مغذی زیادی مانند فیبر، کلسیم، آهن، منیزیم، فسفر، روی و بسیاری دیگر است. با ترکیبات آنتی اکسیدانی خود مانند سینامالدئید و اسید سینامیک، شناخته شده است که از آسیب سلولی در بدن جلوگیری می کند.

دارچین معجزه گر

دارچین از پوست درخت دارچین به دست می آید. انواع مختلفی از دارچین وجود دارند که از نقاط مختلف جهان می آیند. ریشه، میوه، گل و برگ درختان دارچین برای ادویه، پخت و پز و اهداف دارویی استفاده می شده است. برخی از مواد مغذی آن شامل کلسیم، پروتئین، آهن، ویتامین D و پتاسیم می شود.

یک قاشق چایخوری دارچین حاوی ۲،۱ گرم کربوهیدرات، ۶،۴ کالری، ۱،۴ گرم فیبر، و ۰،۱ گرم پروتئین است. این ادویه ای فاقد کلسترول، چربی، سدیم و قند است.

دارچین همچنین به دلیل خواص آنتی اکسیدانی و ضد التهابی قوی خود ممکن است به بیماران مبتلا به آرتریت کمک کند. پژوهش ها نشان داده اند که دارچین بیشترین فعالیت آنتی اکسیدانی را در بین ۲۶ ادویه دارد. برخی از مواد آنتی اکسیدانی موجود در پوست دارچین عبارتند از:

پروسیانیدین: این ماده به طور معمول در میوه ها و سبزیجاتی مانند انواع توت، پرتقال، انگور، آناناس، هویج، بادنجان و مغزدانه هایی مانند بادام هندی، بادام و گردو یافت می شود. پروسیانیدین ها همچنین دارای خواص ضد التهابی هستند.

کاتچین: این ماده به دلیل خواص آنتی اکسیدانی خود از آسیب سلولی جلوگیری می کند. پژوهش ها همچنین نشان داده اند که این ویژگی می تواند از تجزیه غضروف در بدن جلوگیری کند. افزون بر این، مطالعات نشان می دهند که ترکیبات فلاونوئیدی متعدد در دارچین دارای خواص ضد التهابی هستند.

> **در طول تاریخ و تا به امروز، دارچین به عنوان درمانی برای بسیاری از بیماری ها در نظر گرفته شده است. از آن برای تسکین فشار خون بالا، دندان درد، آرتریت و موارد دیگر استفاده می شود. عسل قرن هاست که برای اهداف دارویی استفاده می شود و به داشتن تعدادی اسید آمینه، مواد معدنی، ویتامین ها و آنزیم ها مشهور است.**

روزانه چه مقدار دارچین برای درد آرتریت مصرف کنیم؟

پژوهشگران دریافته اند که مکمل دارچین می تواند یک درمان بالقوه برای بهبود علائم بالینی در افراد مبتلا به آرتریت روماتوئید و التهاب باشد. با این وجود، پیش از آغاز مصرف دارچین برای بهبود علائم خود، با یک متخصص مراقبت های بهداشتی مشورت کنید.

عسل

عسل محصولی طبیعی است که از زمان های قدیم برای اهداف تغذیه ای و دارویی استفاده می شده است. عسل همچنین به عنوان درمانی جایگزین برای شرایط بالینی توصیف شده است.

یک قاشق غذاخوری عسل دارای ۶۴ کالری و ۱۷ گرم کربوهیدرات، ۱۷ گرم قند، ۱۱ میلی گرم پتاسیم و ۱ میلی گرم کلسیم است. این ماده غذایی فاقد کلسترول، گلوتن، سدیم و چربی است. در صورت استفاده متعادل، عسل می تواند جایگزینی سالم برای شکر باشد. خواص اصلی آنتی اکسیدانی عسل از فلاونوئیدها و پلی فنول ها سرچشمه می گیرد. این دو دارای ترکیباتی هستند که مسئول اثرات ضد التهابی عسل هستند. مطالعه ای نشان داد که عسل دارای اثر ضد التهابی است و می تواند برای درمان التهاب مزمن و حاد استفاده شود. در کنار عسل، سرکه سیب یکی دیگر از موارد محبوب برای استفاده چند منظوره از جمله درمان برخی از بیماری ها است. در شرایطی که به صورت خوراکی و موضعی استفاده می شود، پژوهش های کافی برای نشان دادن اینکه سرکه سیب می تواند به آرتریت کمک کند، وجود ندارند.

خطرات و عوارض جانبی

اگرچه شناخته شده است که دارچین و عسل هر دو به بهبود آرتریت کمک می کنند، اما خطراتی نیز وجود دارند. عسل می تواند به دلیل محتوای کالری و قند خود موجب افزایش وزن شود. همچنین، شناخته شده است که موجب افزایش قند خون می شود. از سوی دیگر، دارچین کاسیا حاوی کومارین است و در صورت مصرف زیاد می تواند موجب آسیب کبد و کلیه شود.

آماده سازی

روش های زیادی برای گنجاندن عسل و دارچین در رژیم غذایی و سبک زندگی شما وجود دارد. افزودن آن به جو دوسر، چای یا اسموتی ها گزینه بسیار خوبی است. دارچین و عسل همچنین افزودنی های خوبی برای دستور پخت های ناهار، شام و میان وعده ها هستند. پیش از استفاده از عسل و دارچین چه به صورت غذایی و چه به صورت مکمل بهتر است ابتدا با یک پزشک یا متخصص تغذیه مشورت کنید. عسل و دارچین برای اهداف بسیاری استفاده می شوند. چه به یک چای یا دستور پخت اضافه شوند، اینها برخی از مواد پر استفاده شناخته شده در خانه ها هستند. همچنین پژوهش هایی در مورد اهداف دارویی و فواید آنها وجود دارند. اگر به دنبال درمان های اضافی برای کمک به بهبود آرتریت هستید، چه درمان های طبیعی، دارو یا پماد، پیروی از دستورالعمل ها و پیشنهادات یک متخصص مراقبت های بهداشتی مهم است. آنها می توانند به شما در تصمیم گیری درست کمک کنند.

آیا ویتامین C در زمان بیماری به ما کمک می کند؟

گروه بهداشت و سلامت– ویتامین C از سیستم ایمنی ما حمایت می کند، به بدن کمک می کند تا زخم‌ها را التیام بخشد، از مفاصل ما محافظت می کند و نقش مهمی نیز در تشکیل کلاژن دارد.

ویتامین C یک آنتی اکسیدان است که به محافظت از سلول‌های بدن در برابر رادیکال‌های آزاد کمک می کند. رادیکال‌های آزاد زمانی تولید می‌شوند که بدن شما در معرض مواد سمی و سرطانی مانند دود سیگار و اشعه‌های خورشید قرار گیرد.

با وجود تمام این مزایا، شواهد محدودی برای حمایت از این تصور وجود دارد که مصرف دزهای اضافی ویتامین C می تواند به طور موثری از سرماخوردگی‌های معمولی جلوگیری کند.

برای اکثر مردم، مصرف مکمل خوراکی ویتامین C روزانه از طریق قرص، پودر نوشیدنی یا آدامس ممکن است چندان مفید نباشد زیرا ممکن است آن را به طور طبیعی از رژیم غذایی خود دریافت کنید. بدن ما ویتامین C را به تنهایی تولید نمی‌کند اما بسیاری از غذاهایی که می‌خوریم، حاوی این ویتامین است.

ممکن است با شنیدن نام ویتامین C ابتدا مرکبات به ذهنمان خطور کند اما غذاهایی مانند سیب زمینی، اسفناج، گوجه فرنگی، انواع توت‌ها و سایر میوه‌ها و سبزیجات با رنگ روشن هم سرشار از این ویتامین هستند. برخلاف تصور رایج، فلفل دلمه‌ای نارنجی سه برابر بیشتر از یک پرتقال ویتامین C دارد.

دریافت روزانه میوه و سبزیجات بسیار مهم است اما بسیاری از مردم در ایالات متحده این کار را نمی‌کنند. کمی ویتامین C افزوده شده در واقع ممکن است به این افراد کمک کند. با این حال در بیشتر موارد اگر بتوانید به مقدار کافی میوه و سبزیجات در رژیم غذایی خود دسترسی داشته باشید و آنها را بخورید، کافی است.

برخی از افراد ممکن است فکر کنند که در صورت احساس بیماری باید دز مصرف مکمل‌های ویتامین C را دو برابر کنند اما مصرف بیشتر آن همیشه چیز خوبی نیست. مصرف بیش از حد ویتامین C می‌تواند عوارض جانبی ایجاد کند که ممکن است احساس شما را بدتر کند مانند تهوع، استفراغ، گرفتگی معده، نفخ، خستگی، سوزش سر دل، سردرد، برافروختگی پوست و حتی سنگ کلیه در برخی افراد. اطمینان حاصل کنید که بیش از دز توصیه شده روزانه یعنی ۵۰۰ میلی گرم مصرف نکنید.

سطوح بالای ویتامین C می‌تواند با انواع مختلف داروها و نتایج برخی از آزمایشات پزشکی مانند غربالگری خون یا گلوکز تداخل ایجاد کند. استفاده از ویتامین C در حین مصرف داروهای ضد بارداری خوراکی می‌تواند سطح استروژن شما را افزایش دهد. برای بیمارانی که تحت شیمی درمانی قرار می گیرند، استفاده از آنتی اکسیدان هایی مانند ویتامین C ممکن است اثر داروهای شیمی درمانی را کاهش دهد.

به طور کلی، مصرف ویتامین C به شکل غذا بهترین راه برای بهره مندی از مزایای آن است اما مصرف ویتامین C اضافی به ویژه برای کسانی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند، مضر نخواهد بود. برخی تحقیقات محدود نشان می‌دهند که ویتامین C ممکن است از طول مدت فعالیت یک ویروس مانند سرماخوردگی جلوگیری کند

کاهش فشار خون فقط با ۵ دقیقه ورزش روزانه

گروه بهداشت و سلامت– مطالعه‌ای جدید نشان می دهد حتی فقط ۵ دقیقه ورزش شدید در روز به کاهش فشار خون کمک می کند. تجزیه‌و تحلیل داده‌های نزدیک به ۱۵ هزار نفر نشان می‌دهد چند دقیقه دویدن، دوچرخه‌سواری، بالا رفتن از پله‌ها یا پیاده‌روی سریع تاثیر مثبتی بر فشار خون دارد. افزایش فعالیت تا ۲۰ دقیقه، خطر ابتلا به بیماری قلبی را به میزان قابل توجهی کاهش می‌دهد. «مارک همر»، استاد پزشکی ورزش در دانشگاه کالج لندن می گوید: ورزش، مهم‌ترین عامل مرتبط با فشار خون است. افراد مبتلا به فشار خون بالا بیشتر در معرض خطر ابتلا به سکته مغزی قرار دارند. به گزارش مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌های آمریکا، در سال ۲۰۲۲ میلادی عامل اولیه مرگ ۶۸۵ هزار و ۸۷۵ نفر در ایالات متحده، فشار خون بالا بوده‌است. فشار خون حدود نیمی از آمریکایی‌ها بالاست و مشخصه آن، فشار خون سیستولیک (عدد بالایی) بیش از ۱۳۰ یا فشار خون دیاستولیک (عدد پایین) بیش از ۸۰ است. اغلب دستورالعمل‌های بهداشتی توصیه می کنند که افراد بزرگسال ۱۵۰ دقیقه ورزش متوسط تا شدید داشته باشند. همر و همکارانش داده‌های ۶ مطالعه قبلی را که در آن شرکت‌کنندگان یک روز کامل از ردیاب‌های حرکتی استفاده می‌کردند با یکدیگر ترکیب کردند تا تاثیر ورزش بر فشار خون را بررسی کنند. میانگین سنی ۱۴ هزار و ۷۶۱ شرکت‌کننده در این پژوهش‌ها، ۵۴ سال و تعداد زن و مرد تقریبا برابر (۵۳ درصد زن) بود.

شرکت‌کنندگان به طور متوسط ۷ ساعت از روز را خوابیدند، ۱۰ ساعت بی تحرک یا در حالت نشسته بودند، سه ساعت در حالت ایستاده، یک ساعت به‌آهستگی و یک ساعت به‌سرعت پیاده‌روی کردند و ۱۶ دقیقه هم به ورزش سریع مشغول بودند. طبق نتایج به‌دست‌آمده، ۵ دقیقه ورزش فشار خون سیستولیک را ۰.۶۸ و فشار خون دیاستولیک را ۰.۵۴ کاهش داد و وقتی مدت ورزش ۱۵ دقیقه بیشتر شد، فشار سیستولیک هم بیشتر کاهش یافت. همچنین وقتی شرکت‌کنندگان به جای ۲۱ دقیقه کم‌تحرکی یا ۲۶ دقیقه آهسته راه رفتن، ۲۰ دقیقه تمرین بدنی شدید داشتند، ۲ نقطه بهبود در فشار خون سیستولیک به وجود آمد. متخصصان با توجه به نتایج تحقیقات قبلی تاکید کردند که کاهش ۲ نقطه فشار خون سیستولیک، خطر بیماری قلبی و مرگ ناشی از سکته مغزی را ۷ تا ۱۰ درصد کاهش می‌دهد. به گفته متخصصان، این شواهد جدید با تایید مطالعات گذشته نشان می‌دهد که حتی تحرک کم می‌تواند تاثیر قابل توجهی بر سلامت قلب و عروق داشته باشد. به گفته متخصصان، تمرین بدنی ۵ تا ۱۰ دقیقه در روز نقطه شروع مناسبی است و تاثیر معناداری بر فشار خون می گذارد. از آنجایی که افراد همیشه از مشغله کاری و کمبود زمان برای ورزش گله می کنند، می توانند در این مدت زمان کوتاه، بدون نیاز به تجهیزات ورزشی، بر فشار خون و در نهایت سلامت کلی بدن تاثیر مثبت بگذارند.

آگهی تصمیمات شرکت بین المللی تأمین کالای پارسیان کیش (سهامی خاص)

سازمان منطقه آزاد کیش

ثبت شده به شماره ۸۹۲۹ با شناسه ملی ۱۰۹۸۰۱۵۶۸۵۷

با عنایت به صورتجلسات مجمع عمومی عادی سالیانه و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۱۰ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید. ۱- آقای محمد خواجه نژاد با کد ملی ۰۰۴۶۸۱۶۰۱۱ به سمت مدیر عامل و عضو هیئت مدیره ، آقای محمد علی مهدی پور با کد ملی ۳۲۵۵۷۵۳۸۸۰ به سمت رئیس هیئت مدیره ، آقای محمدرضا درویشی با کد ملی ۱۲۸۷۰۴۹۱۷۶ به سمت نائب رئیس هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب شدند. ۲- کلیه اسناد و اوراق بهادار بانکی و تعهدآور از جمله ،چک سفته برات و سایر اوراق تجاری با امضای ثابت مدیر عامل به اتفاق یکی دیگر از اعضا هیئت مدیره همراه با مهر شرکت و سایر اوراق و نامه های اداری و عادی و مراسلات با امضای مدیر عامل همراه با مهر شرکت معتبر میباشد. ۳- هیئت مدیره اختیارات بندهای ماده ۴۰ اساسنامه را به شرح ذیل به مدیر عامل تفویض نمود. « ۱- نمایندگی شرکت در برابر اشخاص و کلیه ادارات دولتی و موسسات خصوصی ۲- تصویب آئین نامههای داخلی شرکت به پیشنهاد مدیر عامل ۳- ایجاد و حذف نمایندگی یا شعبه ها در هر نقطه ای از ایران ۴- نصب و عزل کلیه مأموران و کارکنان شرکت و تعیین شغل و حقوق و دستمزد و انعام و ترفیع و تنبیه و تعیین سایر شرایط استخدام و معافیت و خروج آنها از خدمت و مرخصی و بازنشستگی و مستمری وراث آنها ۵- افتتاح حساب و استفاده از آن بنام شرکت نزد بانکها و مؤسسات ۶- دریافت مطالبات شرکت و پرداخت دیون آن از اصل و بهره متفرعات ۷- تعهد ، ظهرنویسی ،قبولی پرداخت و واخواست اوراق تجارتی ۸- عقد هر نوع قرارداد و تغییر و تبدیل و یا فسخ و اقامه آن در مورد خرید و فروش و معاوضه اموال منقول و غیر منقول و ماشین آلات و مناقصه و مزایده و غیره که جزء موضوع شرکت باشد بالجمله انجام کلیه عملیات و معاملات مذکور در ماده (۳) این اساسنامه ۹- - مبادرت به تقاضا و اقدام برای ثبت هر گونه علامت تجاری ۱۰- به امانت گذاردن هر نوع اسناد و مدارک و وجوه در صندوقهای دولتی و خصوصی و استرداد آنها ۱۱- تحصیل اعتبار از بانکها و شرکتها و موسسات و هر نوع استقراض و اخذ وجه به هر مبلغ و به هر مدت و به هر میزان بهره و کارمزد و یا هر گونه شرایطی که مقتضی باشد ۱۲- اقامه هر گونه دعوی و دفاع از هر گونه 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 با یا بدون اختیار صلح و به طور 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 ودفاع از دعوی 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 چه در دادگاه و چه در ادارات و دوائر ثبت اسناد ۱۳- تعیین میزان استهلاکها ۱۴- تنظیم خلاصه صورت دارائی و قروض شرکت هر شش ماه یک بار و تحویل آن به بازرس شرکت ۱۵- پیشنهاد تقسیم سود بین صاحبان سهام ۱۶- پیشنهاد اصلاح اساسنامه در مواقعی که مفید تشخیص داده شود.»

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

آگهی تصمیمات شرکت سیلند اینجینیرینگ اند ول سرویسز آسیا کیش (سهامی خاص)

سازمان منطقه آزاد کیش

ثبت شده به شماره ۸۵۴۰ و شناسه ملی ۱۰۹۶۰۰۲۲۳۳۳

با عنایت به صورتجلسات مجمع عمومی عادی سالیانه و هیات مدیره مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۱۶ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید : ۱- ترازنامه و سود و زیان منتهی به ۱۴۰۲/۱۰/۱۰ به تصویب رسید. ۲- آقای شهریار صفی نژاد با کد ملی ۰۴۹۱۱۶۹۹۳۰ به سمت مدیر عامل و عضو هیئت مدیره ، آقای سید ابوالفضل دهکردی با کد ملی ۰۰۴۵۳۷۱۶۳۶ به سمت رئیس هیئت مدیره آقای سجاد شجاعی با کد ملی ۰۰۷۵۲۶۳۹۳۹ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره و آقای محمدرضا یزدانی با کد ملی ۱۲۹۱۰۰۹۳۶۱ و آقای هدایت الفتی با کد ملی ۴۰۷۲۴۰۱۷۰۶ به نمایندگی از شرکت پترو البرز مهر کیش به شناسه ملی ۱۰۹۶۰۰۲۲۳۲۹، به سمت اعضای هیات مدیره برای مدت دو سال انتخاب شدند. ۳- کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور شرکت از قبیل چک، سفته، بروات قراردادها و عقود اسلامی با امضای هر یک از آقایان شهریار صفی نژاد و یا آقای سید ابوالفضل دهکردی به اتفاق آقای محمدرضا یزدانی همراه با مهر شرکت و کلیه اسناد تعهدآور شرکت تا سقف ۱،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال با امضای منفرد مدیر عامل و یا آقای سیدابوالفضل دهکردی و یا آقای محمدرضا یزدانی همراه با مهر شرکت معتبر می باشد. ۴- مؤسسه حسابرسی تدوین و همکاران (حسابداران رسمی) با شناسه ملی ۱۰۱۰۰۵۲۷۳۳۹ بعنوان بازرس اصلی و حسابرس و آقای محمد خسروشاهی با کدملی ۱۳۷۹۰۸۳۳۲۱ بعنوان بازرس علی البدل برای مدت یکسال انتخاب شدند. ۵- اختیارات مندرج در ماده ۴۰ اساسنامه را بشرح ذیل به مدیر عامل تفویض نمود : « ۱) نمایندگی شرکت در برابر اشخاص و کلیه ادارات دولتی و موسسات خصوصی ۲) تصویب آیین نامه های داخلی شرکت به پیشنهاد مدیر عامل . ۳) ایجاد و حذف نمایندگی یا شعبه ها در هر نقطه ای از ایران ۴) نصب و عزل کلیه ماموران، کارکنان شرکت و تعیین شغل و حقوق و دستمزد و انعام و ترفیع، تنبیه و تعیین سایر شرایط استخدام ، معافیت و خروج آنها از خدمت ، مرخصی و بازنشستگی و مستمری وراث آنها ۵) افتتاح حساب و استفاده از آن بنام شرکت نزد بانکها و مؤسسات ۶) دریافت مطالبات شرکت و پرداخت دیون آن از اصل و بهره متفرعات ۷) تعهد ، ظهرنویسی ، قبولی، پرداخت و واخواست اوراق تجارتی ۸)عقد هر نوع قرارداد و تغییر و تبدیل و یا فسخ و اقامه آن در مورد خرید و فروش و معاوضه اموال منقول و غیرمنقول و ماشین آلات و و مزایده و غیره که جزء موضوع شرکت باشد بالجمله انجام کلیه عملیات و معاملات مذکور در مناقصه ماده ۳ این اساسنامه ۹)مبادرت به تقاضا و اقدام برای ثبت هرگونه علامت تجارتی ۱۰) به امانت گذاردن هر نوع اسناد و مدارک و وجوه در صندوقهای دولتی و خصوصی و استرداد آنها ۱۱) تحصیل اعتبار از بانکها و شرکتها و مؤسسات هر نوع استقراض و اخذ وجه به هر مبلغ و به هر مدت و به هر میزان بهره و کارمزد و یا هر گونه شرایطی که مقتضی باشد. ۱۲) 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 نسب به سند طرف و استرداد سند تعیین داور با یا 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 شخصی 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 اجرایی و تعقیب عملیات اجرایی و اخذ محکوم چه در دادگاه و چه در ادارات و دوائر ثبت اسناد ۱۳) تعیین میزان استهلاکها ۱۴) تنظیم خلاصه صورت دارایی و قروض شرکت هر شش ماه یکبار و تحویل آن به بازرس شرکت ۱۵) پیشنهاد تقسیم سود بین صاحبان سهام ۱۶) پیشنهاد اصلاح اساسنامه در مواقعی که مفیدی تشخیص داده شود . ۶- روزنامه کثیر الانتشار اطلاعات جهت درج آگهی های شرکت انتخاب گردید.

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

آگهی تصمیمات شرکت هواپیمایی درویشی کیش (سهامی خاص)

سازمان منطقه آزاد کیش

ثبت شده به شماره ۱۰۹۳۰ و شناسنامه ملی ۱۴۰۰۳۷۱۸۰۹۷

به استناد صورتجلسات مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۲۵ و تائیدیه سازمان هواپیمایی کشوری به شماره ۲۴۱۲۰۲۴۷۱۷۰ مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۰۳ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید : ۱- آقای آرش جهانی به کدملی ۰۴۵۱۳۵۰۴۷۲ به نمایندگی از شرکت پیشتازان سفر آسمان پاژ به شناسه ملی ۱۴۰۰۵۷۵۴۲۹۷ به سمت مدیرعامل و عضو هیئت مدیره ، آقای اصغر درویشی به کدملی ۰۶۵۰۱۶۱۳۲۷ به نمایندگی از شرکت پویا بنیان قشم به شناسه ملی ۱۴۰۰۵۶۹۲۷۱۷ به نمایندگی از شرکت خدمات مسافرت هوائی و جهانگردی مجلل درویشی پاژ به شناسه ملی ۱۴۰۰۴۳۲۸۱۰۸ به سمت نائب رئیس هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب شدند . ۲- کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور بانکی از قبیل چک ، سفته، بروات، عقود اسلامی با امضاء منفرد رئیس هیئت مدیره همراه با مهر شرکت و یا با امضاء مشترک مدیرعامل و یکی از اعضای هیأت مدیره همراه با مهر شرکت و نامه های عادی و اداری و اسناد غیر تعهدآور با امضای مدیرعامل همراه با مهر شرکت معتبر می باشد. ۳- هیئت مدیره اختیارات مندرج در بند ۱۳ ازماده ۴۰ اساسنامه را به مدیرعامل تفویض اختیار نمود .

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

آگهی تصمیمات شرکت آذر سیویل کیش (سهامی خاص)

سازمان منطقه آزاد کیش

ثبت شده به شماره ۱۱۸۴۹ و شناسنامه ملی ۱۴۰۰۴۶۲۹۶۸۰

به استناد صورتجلسات مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۱۴ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید: ۱- آقای مهدی اوستان با کدملی ۱۵۰۲۲۴۷۷۶۳ به سمت مدیرعامل و رئیس هیئت مدیره ، خانم شادی فخری اهر با کدملی ۱۳۸۱۸۸۶۹۱۴ به سمت نائب رئیس هیئت مدیره، آقای یاشار فخری اهر با کدملی ۰۹۴۱۹۸۱۰۴۵ به سمت عضو هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب شدند . ۲- کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور بانکی از قبیل چک ، سفته ، بروات ، عقود اسلامی و سایر اوراق عادی و اداری با امضای آقای مهدی اوستان به تنهائی همراه با مهر شرکت معتبر می باشد. ۳- آقای جلال ستاروند با کدملی ۱۵۸۰۲۶۱۰۲۷ بعنوان بازرس اصلی و آقای محسن زیلایی رباط با کدملی ۱۸۴۱۸۷۴۸۲۵ بعنوان بازرس علی البدل برای مدت یک سال انتخاب شدند . ۴- روزنامه کثیر الانتشار اقتصادکیش جهت درج آگهی های شرکت انتخاب گردید .

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

آگهی تصمیمات شرکت انبوه سازان رومینا پارس کیش (سهامی خاص)

سازمان منطقه آزاد کیش

ثبت شده به شماره ۹۷۰۳ و شناسنامه ملی ۱۴۰۰۰۲۱۸۸۷۸

به استناد صورتجلسات مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده و هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۰۸ تصمیمات ذیل اتخاذ گردید: ۱- آقای میررسول سیدخباز با کدملی ۱۴۶۵۱۶۸۵۱۶ به سمت مدیرعامل و عضو هیئت مدیره، آقای سیناشیخ محمدی با کدملی ۰۰۲۰۰۰۶۱۸۷ به سمت رئیس هیئت مدیره و خانم مرجان درویش با کدملی ۰۰۷۲۴۶۸۵۵۶ به سمت نائب رئیس هیئت مدیره برای مدت دو سال 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 منفرد رئیس هیئت مدیره همراه با مهر شرکت و همچنین کلیه مکاتبات اداری با امضای رئیس هیئت مدیره یا مدیرعامل همراه با مهر شرکت معتبر می باشد. ۳- روزنامه کثیر الانتشار اطلاعات جهت درج آگهی های شرکت انتخاب گردید .

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

آگهی تصمیمات شرکت کیش سازان (سهامی خاص)

سازمان منطقه آزاد کیش

ثبت شده به شماره ۳۶۷ و شناسنامه ملی ۱۰۸۶۱۵۲۰۱۲۹

به استناد صورتجلسه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۲۵؛ آقای امید قادری با کدملی ۳۸۳۰۱۵۵۷۹۴ به نمایندگی از شرکت فن‌آوری اوج اندیشه به شناسه ملی ۱۴۰۰۵۴۳۰۰۶۷ به سمت عضو هیأت مدیره تا پایان دوره تصدی انتخاب شدند.

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

آگهی تصمیمات شرکت صنایع دانا شیمی کیش (سهامی خاص)

سازمان منطقه آزاد کیش

ثبت شده به شماره ۳۶۷ و شناسنامه ملی ۱۰۸۶۱۵۲۰۱۲۹

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۲۵؛ مؤسسه حسابرسی رایمند و همکاران با شناسه ملی ۱۰۱۰۰۵۰۵۹۹۹ بعنوان حسابرس مستقل و بازرس اصلی و آقای محمد مهدی زادگان با کدملی ۰۰۴۳۳۵۴۴۴۰ بعنوان بازرس علی البدل برای مدت یکسال (برای سال مالی ۱۴۰۲) انتخاب گردیدند

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