نگاهی به بیماری‌های فصل سرد و راه‌های پیشگیری از آن

تارا وحیدی

بخش پایانی

خیلی از تخت‌های بیمارســـتانی از افرادی پر شـــده که دچار سینه‌پهلو شده‌اند و برخی از آنها نیز در بخش آی‌ســـی‌یو بستری و در معرض خطر مرگ هستند که می‌توانستند با یک واکسن بموقع این بیماری را رفع کنند.

افراد بالای ۶۰ سال، خانم‌های باردار، افراد دارای نارسایی کلیه، بیماران دارای بیماری‌های قلبی و عروقی و همچنین ایدز باید قبل از شـــروع فصل سرد سال این واکسن را می‌زدند. خیلی از اینها دچار بیماری آنفلوآنزا می‌شوند و عوارض این بیماری در این گروه‌های حساس بیشتر از افراد سالم است.

بهترین کار برای پیشگیری از این بیماری‌ها رعایت بهداشت فردی و اجتماعی است. بچه‌های بیمار از رفتن به مدرسه و کارمندان بیمار از رفتن به محل کار باید امتناع کننـــد تا ضمن بهبودی زودتر خود، از انتقال بیماری به سایرین جلوگیری شود.

این افراد باید ازدســـت دادن، روبوسی، بغل کردن و دست زدن به لوازم مشترک خودداری کنند، ضمن اینکه دفع بهداشتی ترشحات مخاطی از بینی با دستمال کاغذی و به‌صورت بهداشتی باید انجام شود.

شست‌وشوی مکرر دست با آب و صابون باعث قطع روند انتقال ویروس در فصل زمستان و از یک فردبه‌فرد دیگر می‌شود. تمام اعضای خانواده در صورت وجود فردی که این بیماری را دارد باید شست‌وشـــوی دست را انجام دهند. به نفع شماست که در این فصل سرد سال اطلاعات عمومی خود را در مورد بروز بیماری‌های ویژه فصل و نیز راهکارهای مهار آنها را بالا ببرید.

سرپرست امور خدمات سرپایی و بستری سازمان غذا و دارو: بیماری‌های فصول سرد ویروسی هستند و به آنتی‌بیوتیک نیازی ندارند. مصرف خودسرانه و غیرمنطقی آنتی‌بیوتیک‌ها ممکن است به عوارض جانبی، افزایش هزینه‌ها، مقاومت میکروبی (بی‌اثر شدن آنتی‌بیوتیک‌ها در درمان بیماری‌های عفونی) و در مواردی، عواقب جدی برای بیمار منجر شود.

اطلاعات عمومی درباره بیماری‌های فصل

بارش برف احتمال ســـکته قلبی را بیشتر می‌کند. یافته‌های جدید نشان می‌دهد فصل زمستان، سرمای هوا و افزایش فشار اتمسفر با بروز بیماری‌های قلبی ارتباط مستقیم دارد؛ هر درجه، ۷ دهم درصد.

شلغم پخته بهترین صبحـــــانه در فصل زمستان اســـت، زیرا بدن را تمیز و مواد ســـمی را از بدن خارج می‌کند و از مبتلا شـــدن به بیماری‌های ویروسی شما را در امان نگه می‌دارد.

برف‌وباران دارای دوز بالایی از آلاینده‌های خودروها، سرب، ســـولفات‌ها، نیترات‌ها، فرمالدئید و جیوه است، خوردن چنین برف آلوده‌ای منشأ هزاران بیماری خواهد بود و حتی برای کســـانی که به فاویســـم مبتلا هستند (به‌ویژه کودکان و ســـالمندان) می‌تواند مرگبار باشـــد! ضمناً برف آب بـــدن را از بین می‌برد و باعث یخ‌زدگی و RSV، بر اهمیت رعایت نکات ضروری در پیشگیری و درمان این بیماری‌ها تأکید و اظهار می‌دارد: «این بیماری‌ها ویروسی هستند و به آنتی‌بیوتیک نیازی ندارند. مصرف خودســـرانه و غیرمنطقی آنتی‌بیوتیک‌ها ممکن است به عوارض جانبی، افزایش هزینه‌ها، مقاومت میکروبی (بی‌اثر شدن آنتی‌بیوتیک‌ها در درمان بیماری‌های عفونی) و در مواردی، عواقب جدی برای بیمار منجر شود.»

وی می‌افزاید: «درمان موارد خفیف تا متوســـط این بیماری‌ها عموماً حمایتی است. استراحت کافی، مصرف مایعات فراوان مانند آب، چای کم‌رنگ و ســـوپ رقیق، و اســـتفاده از داروهای بدون نسخه (OTC) با مشورت پزشک یا داروساز می‌تواند در کاهش علائم مؤثر باشد.»

سرپرست امور خدمات سرپایی و بستری سازمان غذا و دارو بیان می‌کند: «در صورت بروز علائم شدید؛ مانند تب بالا، لرز شدید، درد عضلانی یا تنگی نفس، مراجعه به پزشـــک در ۲۴ ساعت ابتدایی بروز علائم بسیار مهم اســـت تا تشخیص و درمان ســـریع‌تر انجام شود و روند بهبودی تسهیل شود.»

ذوقی خاطرنشـــان می‌کند: «رعایـــت توصیه‌های پیشـــگیری نیز بسیار ضروری است. شست‌وشوی مکرر دســـت‌ها با آب و صابون، استفاده از محلول ضدعفونی الکلی، پرهیز از تماس نزدیک با افراد بیمار، تهویه مناسب فضاهای بسته، رعایت فاصله اجتماعی و پوشاندن دهان و بینی هنگام سرفه یا عطسه از جمله اقداماتی هستند که می‌توانند به طور قابل‌توجهی از گسترش بیماری‌ها جلوگیری کنند.»

بیماری‌هایی که در سرما تشدید می‌شوند

به نظر شـــما سرما باعث چه بیماری‌هایی می‌شود؟ ســـرما علاوه‌بر ایجاد بیماری‌های مختلف، بیماری‌های زمینه‌ای و مزمن را شدت می‌بخشد و افراد بیمار عوارض و علائم بیشتری را از خود نشان می‌دهند، به‌عنوان نمونه به چند مورد از آنها اشاره می‌کنیم. مثلاً سرما باعث تنگ‌تر شدن رگ‌ها و عروق خونی می‌شود، در نتیجه افراد مبتلا به بیماری‌های قلبی ریســـک بیشتری را در این فصول خواهند داشـــت. شواهد و آمار پزشکی نیز مؤید افزایش میزان سکته‌های قلبی در فصل زمستان است.

تنگی عروق خونی خود زمینه‌ساز افزایش فشارخون در افراد مســـتعد فشـــار بالا اســـت، پس اگر فشارخون دارید در فصول ســـرد سال بیشتر آن را چک کنند و از دم‌نوش‌های توصیه شده برای تنظیم فشارخون در حد بهینه استفاده کنید.

مهار ســـرماخوردگی از رعایت بهداشت فردی تا نوشـــیدن دم‌نوش‌ها

میرزا کریم عبداللهی، کارشـــناس طب ســـنتی به گزارشـــگر کیهان می‌گوید: «ســـینوزیت نیز در فصول ســـرد سال عوارض بیشتری خواهد داشت. بادهای سرد زمســـتان و یا قرار گرفتن در باران می‌تواند سینوس‌ها را تحریک کرده و سردردهای شدید را ایجاد کند. التهاب‌ها و عفونت‌های سینوســـی در اثر سرما بیشتر خواهد شد، بخورهای گیاهی مانند اکالیپتوس راهکار مناسبی برای کاهش دردهای سینوسی خواهد بود. دردهای سینوسی با ماساژ شقیقه با روغن بنفشه تسکین پیدا می‌کند.»

این کارشـــناس طب ســـنتی در ادامـــه می‌افزاید: «حساسیت‌های فصلی از جمله آسم و تنگی نفس به علت ســـرمای بیشتر هوا در این فصل بیشتر گزارش می‌شود. سرمای هوا با انسداد مسیرهای تنفسی نفس‌کشیدن را برای افراد با مشکلات آسم سخت‌تر خواهد کرد. خشکی پوست نیز از دیگر حساسیت‌های فصلی است که بیشتر در فصل زمســـتان گزارش می‌شود. خشکی لب به علت نازکی پوست لب از شایع‌ترین مشکلات خشکی پوست در زمستان است. مصرف به‌اندازه آب و مایعات راهکار مناسبی برای حل این مشکل خواهد بود. انواع دم‌نوش‌های گیاهی نیز پیشـــنهاد خوبی برای حل مشکلات خشکی پوست است. اســـتفاده مداوم انواع مرطوب‌کننده پس از هر بار حمام یا شستشوی دست‌ها در بسیاری از افراد مفید بوده است، شما نیز حتماً این روتین پوستی را رعایت کنید تا مشکلات خشکی پوست کمتری در زمستان داشته باشید.»

وی در ادامه می‌گوید: «دردهای مفصلی از مهم‌ترین مشـــکلات افراد مبتلا به آرتروز اســـت. بسیاری از افراد مبتلا به آرتروز گزارش کرده‌اند که میزان این دردها در فصول سرد سال بیشتر می‌شود. نوشیدن مایعات کافی و غذاهای مناسب و ورزش بهترین پیشنهادها برای کنترل این دردهای عضلانی و مفصلی خواهد بود. نکته منفی در مورد این بیماری عدم درمان کامل علائم آن است و با اتخاذ بهترین روش‌ها فقط می‌توان شدت علائم را کاهش داد.

نوشیدن آب کافی و دم‌نوش‌های گرم انتخاب مناسبی برای کنترل دردهای این بیماری مزمن است. دم‌نوش‌های گرم مانند دارچین و زنجبیل با گرم نگه داشته کردن بدن میزان ورم و درد مفاصل را خیلی کمتر خواهند کرد.

دم‌نوش‌هـــا و گیاهان دارویی ضدالتهاب نیز انتخاب عالی برای کاهش این دردها به مقدار زیادی هســـتند. زنجبیل از بهترین گیاهان دارویی ضدالتهابی برای کاهش علائم دردهای آرتروز است. مصرف زنجبیل تازه در کنار وعده‌هـــای غذایی و یا تهیه دم‌نوش زنجبیل پیشـــنهاد بسیاری از متخصصین طب سنتی است. ماساژ با روغن زنجبیل نیز انتخاب خوبی برای کاهش این دردها است.

دم‌نوش آویشن علاوه بر خواص ضدباکتری و ویروسی خودانتخابی عالی برای کاهش دردهای آرتروزی اســـت. بســـیاری از افراد از این دم‌نوش برای تســـکین دردهای مفصلی خود استفاده نموده و بهترین جواب‌های ممکن را گرفته‌اند.»

سرما و بیماری‌های خودایمنی

متخصصین ثابت کرده‌اند که بسیاری از بیماری‌های خودایمن مانند لوپوس و ام اس در هوای ســـرد تشدید می‌شـــوند. افراد با این بیماری‌ها بهتر اســـت کمتر در مجاورت هوای خیلی سرد باشند و کارهای خود را ترجیحاً در آب‌وهوای مناسب‌تر انجام بدهند. افراد معمولی بر اثر مکانیزم‌های تنظیمی خود به‌راحتی می‌تواند دمای بدن را در محدوده مناســـبی تنظیم کند؛ ولی این تنظیم در افراد با بیماری‌های خودایمن سخت‌تر است. اگر بیماری خودایمن فرد کنترل شده و تخت نظر باشد کنترل دما در سرما بهتر انجام خواهد گرفت.

آیا تابه‌حال شنیده‌اید که بعضی افراد در هوای سرد درجه‌هایی از افسردگی را تجربه می‌کنند. روزهای سرد سال از آنجا که با روزهای کوتاه و کم‌نور شناخته می‌شوند روی خلق‌وخـــوی افراد خیلی تأثیـــر دارد. مثلاً ممکن است فردی را بشناسید که در فصول گرم سال بشاش و خوش‌برخورد است؛ ولی در فصول سرد سال بیشتر دوست دارد تنها و در منزل باشد.

این درجه‌هایی از افسردگی فصلی است، در چنین مواقعی مصرف مقدار کافی ویتامین D و نوشیدن مایعات کمک زیادی خواهد کرد.

ابتدا از راهکارهای ساده و ابتدایی شروع می‌کنیم، در مواجه با ســـرما حتماً از پوشش مناسب استفاده نمایید. پوششتان در چنین مواقعی نه کم و نه خیلی زیاد باشد، پوشش اضافی نیز به علت عرق کردن زیاد باعث سرمای بیشتر بدن خواهد شد.

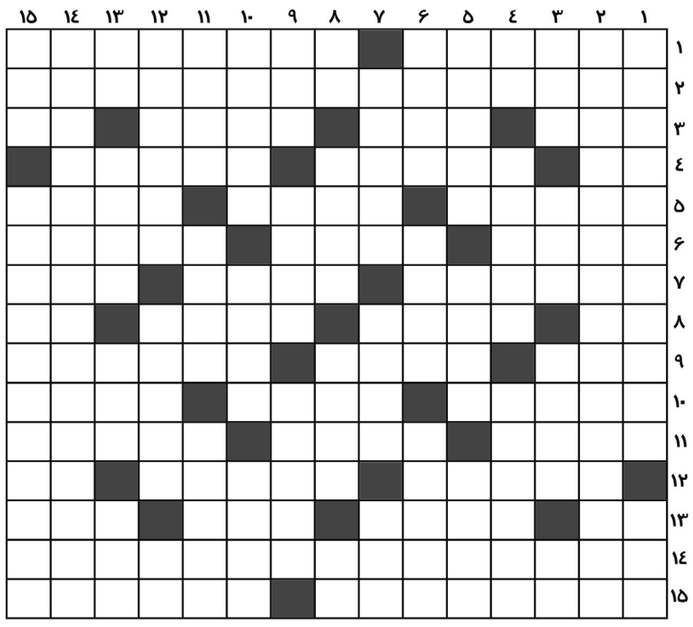
گرمی‌جات حتماً بدن شما را در مقابل بیماری‌های مختلف فصل ســـرما ایمن‌تر خواهد کـــرد، مانند انواع مغزی‌جات مانند گردو و کشـــمش. نوشیدنی‌های گرم مانند قهوه و نســـکافه نیز پیشنهادهای خوبی هستند. گیاهان دارویـــی و دم‌نوش‌های گیاهی به علت افزایش سیستم ایمنی گزینه مطلوب‌تری برای این منظور هستند.

دم‌نوش‌های با طبع گـــرم قطعاً جواب بهتری در اکثریت افراد خواهد داشـــت، دم‌نوش‌های بادرنجبویه، ســـنبل‌الطیب، گل‌گاوزبـــان، به‌لیمـــو، بابونه بهترین انتخاب‌های ممکن گیاهی هســـتند و بسیاری از افراد از مصرف این دم‌نوش‌ها در فصول ســـرد بهترین نتایج درمانی را گرفته‌اند. در انتخاب دم‌نوش‌های گیاهی بهتر است دم‌نوش‌هایی با خواص ضدالتهابی، آنتی‌اکسیدان و سرشار از ویتامین C را انتخاب نمایید تا سیستم ایمنی بدنی شما را در مقابل بسیاری از عفونت‌های ویروسی و باکتریایی این فصل ایمن نماید. دم‌نوش پونه کوهی، بابونه، چای ترش و نعناع فلفلی از بهترین دم‌نوش‌های مورد استفاده برای این منظور است.

یک کارشناس طب سنتی: دردهای مفصلی از مهم‌ترین مشکلات افراد مبتلا به آرتروز است. بسیاری از افراد مبتلا به آرتروز گزارش کرده‌اند که میزان این دردها در فصول سرد سال بیشتر می‌شود. نوشیدن مایعات کافی و غذاهای مناسب و ورزش بهترین پیشنهادها برای کنترل این دردهای عضلانی و مفصلی خواهد بود. نکته منفی در مورد این بیماری عدم درمان کامل علائم آن است و با اتخاذ بهترین روش‌ها فقط می‌توان شدت علائم را کاهش داد.

جدول شماره ۱۲۹۶۹

بدون نقطه کور



افقی:

۱- لبخند زدن- این واقعه در پنجاه سال اخیر بیش از پنج بار در افغانســـتان روی داده است ۲- پانزده حرف ازاین بیت فردوســـی را درین ردیف جای دهید: زتابش سد بهره شد لاجورد/ ســـپرده هوا را به زنـــگار و گـــرد ۳- گذرگاه- آینـــده- احتمال وقـــوع خطـــر در کار- نوعی خودروی مســـافربر ۴- از ویتامین‌ها- پیشوند دو ســـال پیش- برجی در تهران ۵- بیمار- نیاز پرندگان- بنویســـید الـــدق! ۶- آزردگی- طلق نســـوز- وصف بهترین چای ایرانـــی ۷- آب و هوای کوهستانی- وسیله ارتباطی- عید اسلامی ۸- چوبدستی چاروادار- گلی با ریشه پیازگونه- زوجـــه ابراهیـــم(ع)- تکیـــه به جـــای راحت ۹- نهی شاعرانه از آمدن- ماه سرد- رباینده طلا ۱۰- به کمال رســـانیدن- محل عبور از عرض رود- از توابع نطنز ۱۱- نمونه ناقص- دیلم برای تکان دادن اجســـام سنگین- دستاورد، نوآوری ۱۲- شـــهری در مســـیر کرمان بـــه چابهار- بازسازی- قانون صریح ۱۳- مایع هستی‌بخش- جزیره متعلق به کویت- ضمیر اشاره در تهران- محافظ نسترن و نسرین ۱۴- پانزده حرف از این بیت ســـعدی را درین ردیف جای دهید: عشق من بر گل رخسار تو امروزی نیست / دیرسالی ست که من بلبل این بستانم ۱۵- نشانه داشتن دانشنامه دکترا- منظره، چشم‌انداز.

عمودی:

۱- نبایـــد با هم بافته شـــوند- امت‌ها ۲- این بیت محمـــد تقی بهار را درین ستون جای دهید (پانزده حرف): از سیم به ســـر یکی کله خود / ز آهن به میان یکی کمر بند ۳- درخت‌انداز بی‌رحم- شرمنده- سلاله خلفای سفاک- آغوش ۴- از اعداد- بخشی از کولرهای آبی- دســـتکاری خطرناک ۵- نیاز اساسی زنان- پذیرنده- چهار عربی ۶- آقا در فارسی قدیم- فلز لوله‌ای‌شکل توپر- اولین رهبر الجزایر پس از اســـتقلال ۷- کلاهبرداری- جمیع افراد- فضایی در خانه‌ها ۸- آب‌بند- نوعی موشک- کمـــی و کمیابی- صـــدای دهن‌کجی ۹- ترک تکلم و معاشرت با کسی- گاه با آه می‌آید- ژرف نگری ۱۰- نوعی اطعام به دیگـــران- آفریننده، خالق- مقامی در آتشـــکده ۱۱- عارضـــه‌ای در موی سر- وصف کالای بی‌ارزش- نزدیک‌تر از آن‌ســـو ۱۲- باید مراقب این درویش خطرنـــاک بود!- راننـــده لوکوموتیو- نشانه صفت برتر ۱۳- گروه خونی اکثر ایرانیان- هزار هـــزار- فرصت‌طلب- دوران‌دهنده به گلوله ۱۴- پانزده حرف از این بیت سعدی را درین ستون جای دهید: باش تا جان برود در طلب جانام/ که بـــه کاری به ازین بـــاز نیاید جانم ۱۵- ظـــرف زمان و مـــکان- کتابی از لرمانتف ادیب دوران روسیه تزاری.

آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص ایران‌پتک به شناسه ملی ۱۰۱۰۰۹۸۷۳۴۶ و به شماره ثبت ۵۳۶۰۵

به استناد صورتجلسه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۱۷ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: آقای امیرحســـین رمضانی قمی به شـــماره ملی ۰۰۳۶۰۴۶۸۸۴ به سمت مدیرعامل تا تاریخ ۱۴۰۴/۰۸/۱۷ خانم عطیه رمضانی قمی به شـــماره ملی ۰۰۶۴۱۷۸۰۸۰ به سمت عضو اصلی هیئت مدیـــره تا تاریخ ۱۴۰۴/۰۸/۱۷ آقای محمدرضا رمضانی قمی به شـــماره ملی ۰۰۶۴۴۱۲۷۹۹ به ســـمت رئیس هیئت مدیره تـــا تاریخ ۱۴۰۴/۰۸/۱۷ خانم هانیه رمضانی قمی به شماره ملی ۰۴۵۳۶۰۴۴۷۱ به سمت عضو اصلی هیئت مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۰۸/۱۷ آقای محمدحسن رمضانی قمی به شماره ملی ۰۴۵۳۶۴۷۲۷۸ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۰۸/۱۷ انتخاب گردیدند. کلیه اســـناد و اوراق بهادار و تعهدآور شـــرکت از قبیل چک، ســـفته ، بروات ، قراردادهاو عقود اســـلامی و همچنین اوراق عادی و اداری با ۲ امضاء مدیرعامل و یک نفر از اعضاء هیات مدیره و یا امضای دو نفر از اعضای هیات مدیره به همراه مهر شرکت معتبر می‌باشد.

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور
اداره ثبت شرکت ها و مؤسسات غیرتجاری تهران

آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص بازرسی مهندسی و کنترل کیفیت سنجش گستر دانا به شناسه ملی ۱۰۱۰۲۳۸۴۲۸۷ و به شماره ثبت ۱۹۶۵۶۶

به اســـتناد صورتجلسه هیئت‌مدیره مورخ ۱۴۰۱/۰۵/۰۵ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: شرکت حمل‌ونقل آزادگان بـــه شناســـه ملی ۱۰۱۰۱۲۵۹۳۳۰ و بـــه نمایندگی ذبیح اله جعفری طائمه به شـــماره ملی ۳۹۳۲۸۵۲۸۳۴ به ســـمت عضو اصلی هیئت‌مدیره و نائب رئیس هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۵/۰۵ شـــرکت گروه طلیعه سبز جهان به شناسه ملی ۱۰۱۰۲۸۵۳۶۵۰ و به نمایندگی مسعود نوراحمدی به شـــماره ملی ۱۹۳۰۶۰۸۰۷۱ به ســـمت عضو اصلی هیئت‌مدیره و مدیرعامل تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۵/۰۵ موســـسه فرهنگی خدمات مســـافرت هوایی گردشـــگری و زیارتـــی ثامن‌الائمه به شناســـه ملی ۱۰۲۶۰۱۳۵۷۲۵ و به نمایندگی بهمن خوشـــمهری آزاد به شماره ملی ۱۵۵۱۹۱۲۹۳۷ به سمت عضو اصلی هیئت‌مدیره و رئیس هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۵/۰۵ کلیه اوراق و اســـناد بهادار و تعهدآور شرکت از قبیل چک سفته برات قراردادها و عقود با امضاء ثابت مدیرعامل به همراه مهر شرکت (آقای حســـن امیری اســـطلخ جانی) و یا یکی از اعضا هیئت‌مدیره همراه با مهر شـــرکت و اوراق عادی و مکاتبات اداری با امضاء مدیرعامل همراه با مهر شرکت معتبر خواهد بود.

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور
اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری تهران

آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص بازرسی مهندسی و کنترل کیفیت سنجش گستر دانا به شناسه ملی ۱۰۱۰۲۳۸۴۲۸۷ و به شماره ثبت ۱۹۶۵۶۶

به اســـتناد صورتجلســـه مجمع عمومی عادی به‌طور فوق‌العاده مورخ ۱۴۰۱/۰۵/۰۵ تصمیمات ذیل اتخاذ شـــد ترازنامه و حســـاب ســـود و زیان ســـال مالی منتهی به ۱۴۰۰/۱۲/۲۹به تصویب رسید. اعضای هیئت‌مدیره برای مدت دوسال انتخاب شدند: موسسه فرهنگی خدمات مسافرت هوایی گردشگری و زیارتی ثامن‌الائمه به شناسه ملی ۱۰۲۶۰۱۳۵۷۲۵ شـــرکت گروه طلیعه ســـبز جهان (سهامی خاص) به شناسه ملی ۱۰۱۰۲۸۵۳۶۵۰ شـــرکت حمل‌ونقل آزادگان (ســـهامی خاص) به شناسه ملی ۱۰۱۰۱۲۵۹۳۳۰ آقای مهدی شریفی به شماره ملی ۰۰۷۲۸۳۱۰۲۲ به سمت بازرس علی‌البدل تا پایان سال مالی موسسه حسابرسی نیک‌اندیشان افضل حسابداران رسمی به شناسه ملی ۱۴۰۱۰۷۷۶۵۴۷ به ســـمت بازرس اصلی تا پایان سال مالی انتخاب گردیدند. روزنامه کثیرالانتشار کیهان جهت نشر آگهی‌های شرکت تعیین گردید.

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور
اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری تهران

آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص پشتیبانی ایثار به شناسه ملی ۱۰۱۰۱۷۲۹۶۸۳ و به شماره ثبت ۱۲۹۶۳۴

به استناد صورتجلسه هیئت‌مدیره مورخ ۱۴۰۱/۰۵/۰۴ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: شرکت مهندسی آماد بهینه ســـاز به شناســـه ملی ۱۰۱۰۲۲۵۱۷۳۸ به نمایندگی حمیدرضا سلطانی به شماره ملی ۰۰۷۲۹۷۵۵۳۹ به سمت رئیس‌هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۵/۰۴ شرکت خدماتی تحقیقاتی ساتر سبز به شناسه ملی ۱۰۱۰۲۲۶۲۳۹۱ و به نمایندگی محمد تقوی به شماره ملی ۰۹۱۹۸۶۲۴۰۳ به سمت نایب‌رئیس هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۵/۰۴ شرکت گروه طلیعه سبز جهان به شناسه ملی ۱۰۱۰۲۸۵۳۶۵۰ به نمایندگی محمد حســـن نوری زادگان به شماره ملی ۰۰۳۵۲۱۸۳۸۱ به سمت مدیرعامل و عضو هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۵/۰۴ انتخاب گردیدند. کلیه اوراق و اسناد بهادار و تعهدآور شرکت از قبیل چک سفته برات قراردادها و عقود با امضاء ثابت مدیرعامل به همراه مدیر مالی (آقای ســـعید غلامی) و یا یکی از اعضا هیئت‌مدیره همراه با مهر شـــرکت و اوراق عادی و مکاتبات اداری با امضاء مدیرعامل همراه با مهر شرکت معتبر خواهد بود.

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور
اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری تهران

آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص آلارمکو به شناسه ملی ۱۰۱۰۱۲۷۹۷۹۶ و به شماره ثبت ۸۳۳۶۸

بـــه اســـتناد صورتجلســـه هیئت‌مدیـــره مـــورخ ۱۴۰۲/۱۲/۲۲ تصمیمـــات ذیـــل اتخاذ شـــد آقای محمود تبریزیان به شماره ملی ۰۰۴۴۲۷۳۰۰۲ به ســـمت رئیس هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۱۲/۲۲و بـــه ســـمت عضـــو اصلـــی هیئت‌مدیره تـــا تاریخ ۱۴۰۴/۱۲/۲۲ آقای مجید تبریزیان به شماره ملی ۰۰۴۴۳۵۳۲۷۸ به ســـمت نایب‌رئیس هیئت‌مدیره تـــا تاریـــخ ۱۴۰۴/۱۲/۲۲و به ســـمت عضو اصلی هیئت‌مدیره تـــا تاریـــخ ۱۴۰۴/۱۲/۲۲ آقای ایرج خزانه دارلو به شماره ملی ۰۰۴۵۳۶۷۴۹۳ به سمت عضو اصلی هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۱۲/۲۲و به سمت مدیرعامل تا تاریخ ۱۴۰۴/۱۲/۲۲ آقای ارشیا تبریزیان به شـــماره ملی ۰۴۵۳۴۴۶۵۲۳ به سمت عضو اصلـــی هیئت‌مدیره تا تاریـــخ ۱۴۰۴/۱۲/۲۲ انتخاب گردیدند مقرر شـــد کلیـــه چکها و بروات و اوراق بهادار و همچنین کلیه اســـنادی که به نحوی برای شرکت تعهد آور باشد با امضاء دو نفر از چهار نفر به همراه مهر شرکت معتبر می‌باشد.

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور
اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری تهران

آگهی تغییرات موسسه غیرتجاری بنیاد تعاون بسیج به شناسه ملی ۱۰۱۰۱۳۶۵۱۱۴ و به شماره ثبت ۶۰۴۳

به اســـتناد صورتجلســـه مجمع عمومی عادی به‌طور فوق‌العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۲۳ تصمیمات ذیل اتخاذ شـــد آقـــای حمید رضـــا محمـــد تقـــی زاده با کد ملـــی ۰۳۲۰۰۵۰۸۲۳ بـــه عنـــوان مدیرعامـــل و رئیـــس هیئت‌مدیـــره- آقـــای علی نصر با کد ملـــی ۱۲۸۳۳۶۰۹۱۸ به عنوان نایب‌رئیس هیئت‌مدیره- آقـــای شـــهرام جعفـــری با کد ملـــی ۳۵۵۹۷۰۷۶۹۲ بـــه عنـــوان عضـــو هیئت‌مدیـــره و قائم‌مقـــام مدیرعامـــل- آقـــای علی اصغر داورزنـــی با کد ملی ۰۷۹۴۴۱۱۲۵۸ بـــه عنـــوان عضـــو هیئت‌مدیـــره- آقـــای حیـــدر بابا احمدی بـــا کد ملی ۶۳۲۹۸۲۱۱۶۱ بـــه عنـــوان عضـــو هیئت‌مدیره بـــرای مدت دو ســـال انتخـــاب گردیدنـــد. موســـسه حسابرســـی ودجـــا شناســـه ملی ۱۴۰۰۳۵۸۵۵۵۱ به ســـمت بازرس اصلی و آقای اســـماعیل اســـلامی با کد ملی ۰۰۵۵۴۹۲۵۷۶ به‌عنوان بازرس علی‌البدل برای یک ســـال مالی انتخاب گردیدنـــد کلیه اوراق و اسناد تعهد آور از جمله قراردادها با امضـــاء مدیرعامـــل و یکی از اعضـــاء هیئت‌مدیره با مهر بنیاد و در غیـــاب مدیرعامل با امضاء برادر شـــهرام جعفری و یکی از اعضـــای هیئت‌مدیـــره همراه با مهر بنیاد و اسناد مالی از جمله چکها بـــا امضـــای مدیرعامل و معـــاون مالی بنیـــاد و در غیاب مدیرعامل با امضای برادر شهرام جعفری و معـــاون مالی همراه با مهر بنیاد معتبر می‌باشد و سایر اوراق عـــادی و اداری با امضای مدیرعامل یا قائم‌مقام وی همراه با مهـــر بنیاد معتبر می‌باشـــد. ترازنامه برای سال مالی منتهی به ۱۴۰۱/۱۲/۲۹ تصویب گردید. روزنامه‌هـــای کیهان جهت درج آگهی‌هـــای بنیاد تعاون بســـیج تعیین گردید.

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور
اداره ثبت شرکت‌ها و مؤسسات غیرتجاری تهران

آگهی تغییرات شرکت تعاونی طرح توسعه منطقه‌ای جیلارد دماوند به شناسه ملی ۱۰۱۰۰۰۶۹۹۵۰ و به شماره ثبت ۵۰۵

به استناد صورتجلسه هیئت‌مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۴/۲۵ و مجوز شماره ۰۲۲/۱۰۷/۱۹۳۹۱۹ مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۳۰ اداره تعـــاون،کار و رفـــاه اجتماعی شهرســـتان دماوند تصمیمـــات ذیل اتخاذ شـــد آقای ســـیدجواد میربابائی به شـــماره ملی ۰۴۳۹۰۹۳۸۰۵ به ســـمت نایب‌رئیس هیئت‌مدیره آقای ســـیدحجت اله نوربخش ســـلطانی به شماره ملی ۰۴۳۹۶۷۲۷۳۲ به سمت رئیس هیئت‌مدیره آقای رضا موثق به شماره ملی ۰۴۳۹۶۷۵۵۷۱ به سمت عضو اصلی هیئت‌مدیره آقای ســـید مســـلم دادصفت به شـــماره ملی ۰۴۳۹۶۹۳۸۶۱ به سمت مدیرعامل و عضو اصلی هیئت‌مدیره و آقای ســـید جلیل جلیلی به شماره ملی ۰۴۳۹۰۱۹۷۵۳ به سمت منشی هیئت‌مدیره برای مدت ۳ ســـال انتخاب گردیدند حق امضای کلیه مدارک مالی اعم از چک، ســـفته، اوراق و اسناد بهادار و بانکی با امضای آقایان سیدمســـلم دادصفت (مدیرعامل) و سید حجت‌اله نوربخش سلطانی (رئیس هیئت‌مدیره) یا سید جـــواد میربابائی (نائب رئیس هیئت‌مدیره) به همراه مهر شـــرکت معتبر می‌باشـــد. همچنین اوراق و اسناد عادی و اداری با امضای سید مســـلم دادصفت (مدیرعامل) به همراه مهر شرکت معتبر می‌باشد.

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان تهران
مرجع ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری دماوند

شرایط و فرم اشتراک نشریات کیهان در شهرستان‌ها سال ۱۴۰۳

متقاضیـــان محتـــرم می‌تواننـــد بـــا توجه به جدول زیر نســـبت به انتخـــاب هر یک از نشـــریات مورد علاقه و واریز مبلغ اشـــتراک به **شـــماره کارت ۶۱۰۴۳۳۸۹۸۷۹۴۸۷۷۱** بانـــک ملـــت بـــه نـــام چـــاپ و انتشـــارات کیهـــان و ارســـال اصل فیـــش بانکـــی همراه با فـــرم تکمیل‌شـــده ذیل به **صندوق پستی ۱۱۳۶۵/۳۶۳۱** با پست سفارشی نسبت به برقراری اشتراک خود اقدام نمایند.

نوع نشریه	یکساله (ریال)	شش ماهه (ریال)	سه ماهه (ریال)
روزنامه کیهان	۴۰/۵۶۰/۰۰۰	۲۲/۸۰۰/۰۰۰	۱۱/۴۰۰/۰۰۰
روزنامه کیهان انگلیسی	۱۶۵/۶۰۰/۰۰۰	۸۲/۸۰۰/۰۰۰	۴۱/۴۰۰/۰۰۰
روزنامه کیهان عربی	۱۶۵/۶۰۰/۰۰۰	۸۲/۸۰۰/۰۰۰	۴۱/۴۰۰/۰۰۰
مجله کیهان ورزشی	۴۱/۶۰۰/۰۰۰	۲۰/۸۰۰/۰۰۰	۱۰/۴۰۰/۰۰۰
مجله زن روز	۴۱/۶۰۰/۰۰۰	۲۰/۸۰۰/۰۰۰	۱۰/۴۰۰/۰۰۰
مجله کیهان بچه‌ها	۲۰/۸۰۰/۰۰۰	۱۰/۴۰۰/۰۰۰	۵/۲۰۰/۰۰۰
مجله کیهان فرهنگی	۳/۲۰۰/۰۰۰	———	———

توجه:
۱- کپی فیش بانکی و قبض سفارشی را تا پایان مدت اشتراک حتما نزد خود نگهداری نمائید.
۲- قبض پرداختی را می‌توانید به شماره ۰۹۱۲۷۹۳۲۵۶۸ با ذکر مشخصات در کانال تلگرام قرار داده و به امور مشترکین اطلاع دهید.
۳- در صورت تغییر قیمت نشریات و یا هزینه پستی، معادل مبلغ پرداخت‌شده، نشریه مورد تقاضا ارسال می‌گردد.
۴- مجموعه روزنامه‌های کیهان فارسی، کیهان انگلیسی و کیهان عربی در طول هفته در یک روز ارسال می‌شود.
۵- ارسال از طریق پست عادی قابل پیگیری نیست و موسسه هیچ‌گونه مسئولیتی در تاخیر یا عدم تحویل آن ندارد.
۶- در صورت تمایل به اشتراک چند نشریه، برای هر کدام فیش بانکی جداگانه تهیه فرمائید.
۷- همچنین برای اشتراک نشریات کیهان می‌توانید به دفاتر کیهان در سراسر کشور مراجعه فرمائید.

فرم تقاضا

نام: ..... نام خانوادگی: ..... نوع نشریه: ..... تعداد نسخه: ..... مدت: ..... ماه
مبلغ پرداختی: ..... ریال شماره فیش بانکی: ..... تلفن: ..... تلفن همراه: .....
آدرس: .....
کد پستی: ..... پست الکترونیکی: .....

واحد آبونمان
روابط بین‌الملل موسسه کیهان

تلفن: ۳۵۲۰۲۲۷۸-۰۲۱ نمابر: ۳۳۹۱۰۹۲۲-۰۲۱