نگاهی به بیماری‌های فصل پاییز و راه‌های مقابله با آن

بخش دوم

رویارویی با خس‌خس تنفسی تا افسردگی روحی

یک پزشک عمومی: افرادی که به دلیل ماهیت کارشان در خانه هستند یا در فصل سرد کمتر در معرض آفتاب قرار می‌گیرند، با کاهش چشمگیر ویتامین دی در بدن روبه‌رو می‌شوند. حدود ۳۵ درصد از بزرگسالان به کمبود ویتامین دی دچار هستند.

پاییز ازجمله فصل‌هایی‌ست که افراد به بیشترین بیماری‌های فصلی مبتلا می‌شوند. بادهای خنک، کاهش دما و باران بیشتر در فصل پاییز باعث ضعف سیستم ایمنی بدن می‌شود. ممکن است هر فرد دیگری تحت‌تأثیر این تغییرات آب‌وهوایی قرار بگیرد، اما گروه‌های حساس ازجمله سالمندان و نوزادان بیشتر در معرض آسیب قرار دارند.

اغلب افراد از چنین علائمی اطلاع نداشته و در صورت مواجهه، آن را یک سرماخوردگی ساده می‌دانند و نسبت به مصرف خودسرانه داروها اقدام می‌کنند. به همین دلیل متخصصان توصیه می‌کنند که افراد با بیماری‌های شایع در فصل پاییز آشنایی کامل داشته باشند تا در صورت روبه‌روشدن با این علائم به پزشک مراجعه کرده و با انجام درمان‌ها در زمان مناسب، دوران نقاهت را زودتر پشت سر بگذارند.

بیماری‌های شایع در فصل پاییز

بزرگ‌ترین محرک‌های آلرژی در پاییز هاگ‌های کپک هستند. گرچه در ماه‌های مرطوب تابستان مایت‌های گردوغبار رایج هستند، اما اولین باری که در پاییز بخاری خود را روشن می‌کنید، ممکن است باعث انتشار این هاگ‌ها در هوا شود. از علائم آلرژی در فصل پاییز می‌توان به آبریزش یا گرفتگی بینی، آبریزش و خارش چشم، عطسه‌کردن، از دست دادن موقت بویایی، خارش سینوس‌ها یا گلو، سردرد، گلودرد، خرناس، خستگی، گرفتگی گوش و سرفه‌کردن اشاره کرد. برای پیشگیری از بیماری‌های شایع در فصل پاییز باید شیشه‌های ماشین و خانه خود را بسته نگه دارید. همچنین درخصوص وضعیت هاگ‌ها در منطقه زندگی خودتان تحقیق کنید. در اثر التهاب یا ویروسی در گوش میانی، عفونت گوش ایجاد می‌شود و احتمال بروز آن در فصل پاییز بیشتر از فصل‌های دیگر است. همچنین آن‌ها می‌توانند ناشی از بیماری‌های دیگری همچون سرماخوردگی، آلرژی و آنفلوانزا باشند. عفونت گوش در کودکان شایع‌تر بوده و از بیماری‌های شایع در فصل پاییز به شمار می‌رود. علائم این بیماری شامل گوش‌درد، استفراغ، اسهال، ازدست‌دادن شنوایی در گوش آسیب‌دیده، لطافت در لمس، سرگیجه و احساس بیماری است. برای جلوگیری از این بیماری باید در محیط‌های عاری از دود بمانید و مطمئن شوید که در خانه شما کسی سیگار نمی‌کشد. همچنین از گذاشتن پنبه‌ای در گوش خود به‌شدت خودداری کنید. دست‌هایتان را به طور کامل شسته و سایر اقدامات بهداشتی را انجام دهید.

در هوای سردتر ممکن است در گلو احساس خراش یا درد کنید که باعث گلودرد می‌شود. می‌توان گفت گلودرد از مهم‌ترین بیماری‌های شایع در فصل پاییز است. علائم گلودرد مانند علائم آلرژی، سرماخوردگی و آنفلوانزا است. از مهم‌ترین علائم گلودرد صدای خشن، مشکل در بلع، از دست دادن اشتها، غدد متورم در گردن، خارش و آبریزش چشم، لرز، دردهای عضلانی و بدن و گرفتگی بینی است. سریع‌ترین و مهم‌ترین راه برای جلوگیری از گلودرد این است که نوشیدنی‌ها، غذاها یا ظروف خود را با دیگران به اشتراک نگذارید و از مکان‌های شلوغ خودداری کنید. همچنین دست‌های خود را شسته و دهان خود را بپوشانید.

کمبود ویتامین دی

ویتامین دی برای سلامت جسم و روان ضروری بوده و می‌تواند رشد و قدرت مناسب استخوان‌ها را فراهم کند. ازآنجایی‌که در فصل زمستان و پاییز افراد کمتر در معرض نور خورشید قرار می‌گیرند، احتمال ابتلای به کمبود ویتامین دی نیز در آنها بیشتر است؛ بنابراین کمبود ویتامین دی یکی از بیماری‌های شایع در فصل پاییز است.

علائم کمبود ویتامین دی، ابتلای مکرر به عفونت، کمردرد و درد استخوان‌ها، خستگی، افسردگی، ریزش مو و بهبود کند زخم‌ها است. برای پیشگیری از ابتلا به کمبود ویتامین دی توصیه می‌شود تا بیشتر در معرض آفتاب قرار گرفته و از غذاهای غنی از مواد مغذی مانند ماهی چرب، قارچ، غذای دریایی و غیره استفاده کنید. همچنین مکمل ویتامین دی مصرف کرده و از لامپ‌های یو وی استفاده شود. آیا ویتامین دی کافی به بدنتان می‌رسانید؟ پاسخ کارشناسان این است که میلیون‌ها نفر ویتامین دی کافی به بدنشان نمی‌رسانند. افرادی که روزانه در خانه یا سایر فضاهای سرپوشیده مشغول به کار هستند، از دریافت این ویتامین محروم‌اند.

دکتر صادق ارشادی پزشک عمومی در این باره می‌گوید: «ما خیلی بیرون از خانه و در فضای آزاد نمی‌رویم. قرارگرفتن در معرض آفتاب، رژیم غذایی مناسب و عملکرد پوست بدن شما به فعال‌سازی ویتامین دی کمک می‌کند. بدین ترتیب، افرادی که به دلیل ماهیت کارشان در خانه هستند یا در فصل سرد کمتر در معرض آفتاب قرار می‌گیرند، با کاهش چشمگیر ویتامین دی در بدن روبه‌رو می‌شوند. حدود ۳۵ درصد از بزرگسالان به کمبود ویتامین دی دچار هستند.»

وی در ادامه می‌افزاید: «نقش اصلی ویتامین دی کمک به بدن برای حفظ کلسیم و استخوان است؛ اما پژوهش‌های جدید نشان می‌دهد که در جاهای دیگر بدن نیز نقش‌های مهمی ایفا می‌کند. بسیاری از مطالعات جدیدتر حاکی از آن است که کمبود ویتامین دی باعث کاهش انرژی و بدشدن خلق‌وخو می‌شود که این تغییرات احتمالاً با اختلال عاطفی فصلی همراه است. داده‌های جدید درباره اختلال عاطفی فصلی یا افسردگی در ماه‌های زمستان منطقی به نظر می‌رسد، زیرا بسیاری از افراد به‌ویژه در نیمه شمالی در کشور آمریکا در معرض آفتاب کمتری قرار دارند.»

از دکتر ارشادی سؤال می‌کنم: «چگونه می‌توان میزان جذب یا دریافت ویتامین دی را افزایش داد؟» وی می‌گوید: «بهترین راه جبران کمبود ویتامین دی قرارگرفتن در معرض آفتاب و داشتن رژیم غذایی مناسب است. البته کرم یا اسپری ضدآفتاب را فراموش نکنید. حدود ۵۰ تا ۹۰ درصد ویتامین دی از طریق پوست و با جذب نور خورشید به دست می‌آید. بقیه نیز در غذاهای سرشار از ویتامین دی یا غنی‌شده با این ویتامین مانند شیر، ماست و ماهی‌های چرب خاص یافت می‌شود. مکمل‌های ویتامین دی و روغن کبد ماهی نیز به افزایش میزان ویتامین دی در بدن کمک می‌کنند، ولی باید با راهنمایی و توصیه پزشک مصرف شوند.»

اختلال عاطفی فصلی

اختلال عاطفی فصلی، نوعی افسردگی است که در فصل خاصی بروز کرده و باگذشت فصل آن این بیماری از بین می‌رود. گاهی اختلال عاطفی فصلی به‌عنوان افسردگی زمستانی هم شناخته می‌شود، چون معمولاً علائم این نوع بیماری در فصل پاییز شدیدتر و مشهودتر هستند.

علائم اختلال عاطفی فصلی مشابه علائم افسردگی طبیعی است. علائم بیماری اختلال عاطفی فصلی شامل روحیه ضعیف، تحریک‌پذیری، مشکلات خواب و خواب زیادی داشتن، ولع مصرف قند و افزایش وزن، ازدست‌دادن لذت یا علاقه به فعالیت‌های عادی روزمره، احساس بی‌حالی و خواب‌آلودگی در طول روز، احساس ناامیدی، گناه و بی‌فایده‌بودن است. اختلال عاطفی یکی دیگر از بیماری‌های شایع در فصل پاییز است.

الهام اتحادی یک روان‌شناس توضیح می‌دهد: «در بسیاری از مطالعات به نقش درمانی ویتامین دی در بهبود نشانه‌های افسردگی پرداخته‌اند. نتایج بسیاری از آنها، حاکی از وجود ارتباط معنادار بین سطوح پایین ویتامین دی با افزایش ریسک افسردگی بوده است و نتایج نشان می‌دهند که مصرف مکمل ویتامین دی می‌تواند نقش مؤثری در بهبود نشانه‌های افسردگی از قبیل خلق‌وخوی افسرده و پایین‌بودن سطح انرژی بدن داشته باشد.» وی در ادامه می‌افزاید: «طبق یافته‌ها نوردرمانی نیز می‌تواند تولید ویتامین دی را در این بیماران افزایش داده و سبب بهبود خلق‌وخوی این افراد شود. این مسئله احتمالاً نقش مهم کمبود ویتامین دی را در پیشرفت افسردگی نشان می‌دهد. البته درمان این اختلال بنا به تشخیص پزشک متخصص می‌تواند نوردرمانی، مکمل یاری با ویتامین دی، داروهای ضدافسردگی، مشاوره یا ترکیبی از این موارد باشد. در روزهایی که ما مجبور هستیم در خانه بمانیم و از نور خورشید بی‌بهره‌ایم، مصرف منابع غنی از ویتامین دی مانند برخی ماهی‌های چرب، روغن ماهی، تخم‌مرغ، برخی قارچ‌ها و... و همچنین دریافت مکمل آن، می‌تواند سلامت روان ما را بهبود ببخشد و می‌توان از آن به‌عنوان یک راه‌حل ساده و ارزان برای بسیاری از افرادی که در معرض خطر افسردگی و احتمالاً اختلالات روانی هستند، بهره برد.»

بیماری‌هایی به جز سرماخوردگی و آنفلوانزا

سینوزیت ناشی از التهاب بافتی است که سینوس‌ها، حفره‌های اطراف مجرای بینی را می‌پوشانند. سینوزیت در هوای سرد شایع‌تر بوده و از بیماری‌های شایع در فصل پاییز به شمار می‌رود. هوای سرد سبب تشدید درد همراه با سردردهای سینوسی می‌گردد. علائم این بیماری حساسیت زیر چشم یا روی پل بینی، ترشحات بینی که تغییر رنگ داده، دندان‌درد، تب و گرفتگی بینی است. شما می‌توانید برای جلوگیری از این نوع بیماری مایعات زیاد مصرف کنید تا ترشحات بینی رقیق‌تر شود. همچنین با اسپری‌های بینی خود را نمکی مرطوب نگه دارید. نورو‌ویروس یکی دیگر بیماری‌های شایع در فصل پاییز است که باعث التهاب معده شده و بسیار مسری است. این بیماری از فصل پاییز تا فصل زمستان در نوسان کامل باقی می‌ماند. نورو‌ویروس می‌تواند از طریق غذاهای آلوده به‌ویژه غذاهای دریایی یا از فردی به فرد دیگر منتقل شود. علائم این بیماری شامل اسهال، احساس بیماری، درد یا گرفتگی شکم، تهوع و استفراغ و درد عضلانی است. برای رفع این بیماری بهتر است بعد از استفاده از توالت و قبل از خوردن یا تهیه غذا دست‌های خود را به‌خوبی شست‌وشو دهید. هنگامی که بیمار هستید بهتر است از درست‌کردن غذا خودداری کرده و از دیگران مراقبت نکنید. همچنین غذاهای دریایی را به طور کامل بپزید، چون نورو‌ویروس می‌تواند در دمای بیش از ۱۴۰ درجه فارنهایت نیز زنده بماند.

از بیماری‌های شایع در فصل پاییز برونشیت حاد است. برونشیت حاد التهاب لوله‌های برونش است که هوا را وارد ریه‌ها می‌کند. معمولاً این بیماری توسط یک ویروس ایجاد شده و اغلب بعد از سرماخوردگی، آنفلوانزا یا گلودرد رخ می‌دهد. علائم برونشیت حاد خس‌خس سینه، سفتی یا گرفتگی قفسه سینه، بدن‌درد، تنگی نفس، سرفه‌ای که مخاط سبز، شفاف یا زرد ایجاد می‌کند، گلودرد و لرز است. بهتر است برای جلوگیری از این بیماری از کشیدن سیگار خودداری کنید. همچنین از چیزهایی مانند حیوانات خانگی، بخار و یا گردوغبار که سبب تحریک ریه‌ها و گلوی شما می‌شوند، دوری کنید. به طور منظم دستگیره درها و سایر سطوحی که لمس می‌شوند، ضدعفونی شوند.

هوای مرطوب و سرد با خشک‌کردن مجاری تنفسی می‌تواند خطر حملات آسم را افزایش دهد. آنفلوانزا و سرماخوردگی که یک مورد رایج در هوای سرد هستند، دیگر محرک‌هایی هستند که در طول پاییز باعث تشدید آسم می‌شوند. از علائم بیماری آسم می‌توان به درد یا سفتی قفسه سینه، خس‌خس سینه، تنگی نفس، سرفه و مشکل در صحبت کردن و خوابیدن اشاره کرد.

برای پیشگیری از این بیماری باید از محرک‌های آسم دوری کنید. همچنین سیگار را ترک کرده و در محیط‌های عاری از دود بمانید. سعی کنید تنفس خود را کنترل کرده و در صورت مشکل در تنفس از داروهای استنشاقی سریع تسکین‌دهنده استفاده کنید. ناگفته نماند که آسم یکی دیگر از بیماری‌های شایع در فصل پاییز است.

یک روان‌شناس: بسیاری از مطالعات به نقش درمانی ویتامین دی در بهبود نشانه‌های افسردگی پرداخته‌اند. نتایج بسیاری از آنها، حاکی از وجود ارتباط معنادار بین سطوح پایین ویتامین دی با افزایش ریسک افسردگی بوده است و نتایج نشان می‌دهند که مصرف مکمل ویتامین دی می‌تواند نقش مؤثری در بهبود نشانه‌های افسردگی از قبیل خلق و خوی افسرده و پایین بودن سطح انرژی بدن داشته باشد.

آسم یکی از بیماری‌های شایع در فصل پاییز است. هوای مرطوب و سرد با خشک‌کردن مجاری تنفسی می‌تواند خطر حملات آسم را افزایش دهد. از علائم بیماری آسم می‌توان به درد یا سفتی قفسه سینه، خس‌خس سینه، تنگی نفس، سرفه و مشکل در صحبت کردن و خوابیدن اشاره کرد.

آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص کار و تصویر صنعت به شناسه ملی ۱۰۱۰۰۵۴۴۵۸۲ و به شماره ثبت ۱۴۵۷۹

به استناد صورتجلسه هیئت‌مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۲/۰۶ تصمیمات ذیل اتخاذ شد آقای هرمان جوزف کنرادی به شماره فراگیر ۷۲۷۵۶۴۷۱ به سمت نایب‌رئیس هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۰۲/۰۶ و به سمت مدیرعامل تا تاریخ ۱۴۰۴/۰۲/۰۶ آقای برنداستفان اشمیتز به شماره فراگیر ۹۱۷۰۹۰۷۱ به سمت رئیس هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۰۲/۰۶ خانم بریگیت مارگرت جینه وندیپوت به شماره فراگیر ۹۱۷۰۹۲۰۴ به سمت عضو اصلی هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۰۲/۰۶ انتخاب گردیدند. هیئت‌مدیره به اتفاق آراء اعضای حاضر مقرر داشت که کلیه چک‌ها، سفته‌ها، بروات، قراردادها و به‌طور کلی اسنادی که برای شرکت ایجاد تعهد یا از شرکت سلب حق می‌نماید توسط مدیرعامل شرکت با حق توکیل به غیر امضاء و به مهر شرکت ممهور خواهد شد.

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

آگهی تغییرات شرکت مهندسی و تامین پترو امین ارشد خوشنام با مسئولیت محدود به شماره ثبت ۵۰۸۲۹۹ و شناسه ملی ۱۴۰۰۶۷۰۲۵۸۵

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی شرکا مورخ ۱۳۹۷/۱۰/۰۱ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: محل شرکت در واحد ثبتی تهران به آدرس: شهرستان تهران، بخش مرکزی، شهر تهران، توحید، کوچه شهید محمود طاهر نیا، بن بست معصومی، پلاک ۱۳، طبقه دوم، واحد غربی کد پستی ۱۴۵۷۸۹۳۵۷۱ تغییر یافت و ماده مربوطه در اساسنامه اصلاح گردید. موضوع شرکت به شرح ذیل تغییر یافت و ماده مربوطه در اساسنامه اصلاح گردید. امور پیمانکاری، مشاوره، تامین کالا و خدمات در صورت نیاز پس از اخذ مجوزهای لازم.

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

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

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی به‌طور فوق‌العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۲۳ تصمیمات ذیل اتخاذ شد آقای حمید رضا محمد تقی زاده با کد ملی ۰۳۲۰۰۵۰۸۲۳ به عنوان مدیرعامل و رئیس هیئت‌مدیره- آقای علی نصر با کد ملی ۱۲۸۳۳۶۰۹۱۸ به عنوان نایب‌رئیس هیئت‌مدیره- آقای شهرام جعفری با کد ملی ۳۵۵۹۷۰۷۶۹۲ به عنوان عضو هیئت‌مدیره و قائم‌مقام مدیرعامل- آقای علی اصغر داورزنی با کد ملی ۰۷۹۴۴۱۱۲۵۸ به عنوان عضو هیئت‌مدیره- آقای حیدر بابا احمدی با کد ملی ۶۳۲۹۸۲۱۱۶۱ به عنوان عضو هیئت‌مدیره برای مدت دو سال انتخاب گردیدند. موسسه حسابرسی ودجا شناسه ملی ۱۴۰۰۳۵۸۵۵۵۱ به سمت بازرس اصلی و آقای اسماعیل اسلامی با کد ملی ۰۰۵۵۴۹۲۵۷۶ به‌عنوان بازرس علی‌البدل برای یک سال مالی انتخاب گردیدند کلیه اوراق و اسناد تعهد آور از جمله قراردادها با امضاء مدیرعامل و یکی از اعضاء هیئت‌مدیره با مهر بنیاد و در غیاب مدیرعامل با امضاء برادر شهرام جعفری و یکی از اعضای هیئت‌مدیره همراه با مهر بنیاد و اسناد مالی از جمله چکها با امضای مدیرعامل و معاون مالی بنیاد و در غیاب مدیرعامل با امضای برادر شهرام جعفری و معاون مالی همراه با مهر بنیاد معتبر می‌باشد و سایر اوراق عادی و اداری با امضای مدیرعامل یا قائم‌مقام وی همراه با مهر بنیاد معتبر می‌باشد. ترازنامه برای سال مالی منتهی به ۱۴۰۱/۱۲/۲۹ تصویب گردید. روزنامه‌های کیهان جهت درج آگهی‌های بنیاد تعاون بسیج تعیین گردید.

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

آگهی تغییرات شرکت صنایع همراه رسا سهامی خاص به شماره ثبت ۴۹۷۹۹ و شناسه ملی ۱۰۱۰۰۹۴۹۷۱۵

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۴۰۲/۰۴/۲۸ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: آقای محمد کبیری به شماره ملی ۰۰۵۸۴۷۵۸۸۵ به عنوان بازرس اصلی و آقای توکل نظری به شماره ملی ۵۸۸۹۵۹۲۳۰۰ به عنوان بازرس علی‌البدل تا پایان سال مالی انتخاب گردیدند. ترازنامه و حساب سود و زیان منتهی به سال مالی ۱۴۰۱ به تصویب رسید. روزنامه کثیرالانتشار کیهان جهت نشر آگهی‌های شرکت تعیین گردید.

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

تأسیس مؤسسه غیرتجاری مجمع خیرین یاریگران زندگی عام‌المنفعه در تاریخ ۱۴۰۲/۱۰/۱۷ به شماره ثبت ۵۶۸۰۱ به شناسه ملی ۱۴۰۱۲۹۵۱۶۵۹

ثبت و امضا ذیل دفاترتکمیل گردیده که خلاصه آن به شرح زیر جهت اطلاع عموم آگهی می‌گردد. نام: مجمع خیرین یاریگران زندگی عام‌المنفعه مؤسسه غیرتجاری موضوع فعالیت: کلیه فعالیتهای مجمع غیرسیاسی و غیرانتفاعی غیردولتی بوده و در موضوع امور اجتماعی با رعایت کامل قوانین و مقررات جمهوری اسلامی ایران و این اساسنامه فعالیت خواهد نمود. به موجب مجوز از اداره کل وزارت کشور برابر با شماره مجوز ۱۴۳۷۷۷ در تاریخ ۱۴۰۲/۰۷/۱۵ در استان مربوطه این آگهی به ثبت رسید. مدت فعالیت: از تاریخ ثبت به مدت نامحدود مرکز اصلی: استان تهران، شهرستان تهران، بخش مرکزی، شهر تهران، پونک، بلوار امام حسن مجتبی(ع)، بزرگراه شهید آیت‌الله اشرفی اصفهانی، پلاک -۲۰، طبقه همکف کدپستی ۱۴۶۹۹۱۵۸۳۴ دارایی شخصیت حقوقی ۱۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال نقدی مدیران آقای حمیدرضا شاه حسینی به شماره ملی ۰۰۳۳۰۰۶۲۸۸ به سمت عضو مجمع عمومی هیئت امناء به مدت نامحدود و به سمت عضو علی‌البدل هیئت‌مدیره به مدت ۲ سال آقای حبیب‌اله نیکنام به شماره ملی ۰۰۴۸۰۲۳۵۰۷ به سمت عضو مجمع عمومی هیئت امناء به مدت نامحدود و به سمت عضو اصلی هیئت‌مدیره به مدت ۲ سال آقای احمد خاقانی پور به شماره ملی ۰۰۴۸۱۲۳۸۱۱ به سمت عضو مجمع عمومی هیئت امناء به مدت نامحدود و به سمت عضو اصلی هیئت‌مدیره به مدت ۲ سال و به سمت خزانه دار به مدت ۲ سال آقای حسن حمزه زاده به شماره ملی ۰۳۲۱۳۸۸۶۵۸ به سمت عضو مجمع عمومی هیئت امناء به مدت نامحدود و به سمت عضو اصلی هیئت‌مدیره به مدت ۲ سال و به سمت مدیرعامل به مدت ۲ سال آقای سیداحسان مصطفوی نژاد به شماره ملی ۰۹۳۸۱۰۰۹۴۷ به سمت عضو مجمع عمومی هیئت امناء به مدت نامحدود آقای علیرضا نبی به شماره ملی ۰۹۴۲۶۸۳۳۱۵ به سمت عضو مجمع عمومی هیئت امناء به مدت نامحدود و به سمت عضو اصلی هیئت‌مدیره به مدت ۲ سال و به سمت نایب‌رئیس هیئت‌مدیره به مدت ۲ سال آقای رمضانعلی سنگدوینی به شماره ملی ۲۱۲۲۱۱۹۱۳۶ به سمت عضو مجمع عمومی هیئت امناء به مدت نامحدود و به سمت عضو علی‌البدل هیئت‌مدیره به مدت ۲ سال آقای محمدعلی روحی فردپور به شماره ملی ۳۸۷۱۰۰۸۱۴۱ به سمت عضو مجمع عمومی هیئت امناء به مدت نامحدود و به سمت عضو اصلی هیئت‌مدیره به مدت ۲ سال و به سمت رئیس هیئت‌مدیره به مدت ۲ سال آقای ارازمحمد کر به شماره ملی ۴۹۷۹۳۶۱۶۶۸ به سمت عضو مجمع عمومی هیئت امناء به مدت نامحدود دارندگان حق امضا: کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور با امضاء مدیرعامل و خزانه‌دار، و در غیاب خزانه‌دار با امضاء رئیس هیئت مدیره و با مهر مجمع معتبر خواهد بود. بازرسان آقای سیداحسان مصطفوی نژاد به شماره ملی ۰۹۳۸۱۰۰۹۴۷ به سمت بازرس اصلی به مدت ۱ سال آقای ارازمحمد کر به شماره ملی ۴۹۷۹۳۶۱۶۶۸ به سمت بازرس علی‌البدل به مدت ۱ سال روزنامه کثیرالانتشار کیهان جهت درج آگهی‌های مؤسسه تعیین گردید. ثبت موضوع فعالیت مذکور، به منزله اخذ و صدور پروانه فعالیت نمی‌باشد.

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

آگهی تغییرات موسسه غیر تجاری انجمن سرطان‌های دستگاه ادراری تناسلی به شناسه ملی ۱۴۰۱۰۳۳۹۰۲ و به شماره ثبت ۵۱۶۴۱

به استناد صورتجلسه هیئت‌مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۲/۳۰ به موجب مجوز از اداره کل (اداره کل سازمان‌های مردم نهاد) وزارت کشور برابر با شماره مجوز ۱۸۲۷۹۵ در تاریخ ۱۴۰۲/۰۹/۰۱ تصمیمات ذیل اتخاذ شد اعضای هیئت مدیره برای مدت ۲ سال انتخاب گردیدند آقای محسن آیتی به کد ملی ۰۸۸۸۹۷۷۶۷۰ به‌عنوان رئیس هیئت مدیره آقای محمدعلی سامت به کد ملی ۴۳۲۱۹۹۸۵۸۱ به‌عنوان نایب‌رئیس هیئت مدیره آقای حسن فکور مطلق به کد ملی ۰۰۳۹۰۹۲۳۳۲ به‌عنوان عضو اصلی هیئت مدیره و خزانه‌دار آقای سید علی مؤمنی به کد ملی ۰۰۶۲۷۲۳۸۹۸ به‌عنوان عضو اصلی هیئت مدیره آقای محمدرضا نوروزی به کدملی ۴۳۲۳۳۲۵۸۵۱ به‌عنوان عضو اصلی هیئت مدیره و مدیرعامل کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور با امضای مدیرعامل و خزانه دار و در غیاب خزانه دار با امضای رئیس هیئت مدیره و با مهر انجمن معتبر خواهد بود.

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

آگهی تغییرات شرکت با مسئولیت محدود مهندسی و تامین پترو امین ارشد خوشنام به شناسه ملی ۱۴۰۰۶۷۰۲۵۸۵ و به شماره ثبت ۵۰۸۲۹۹

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی فوق‌العاده مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۲۶ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: موضوع فعالیت شرکت به شرح ذیل تغییر یافت و ماده مربوطه دراساسنامه اصلاح گردید. انجام امور مهندسی و طراحی و مشاوره مهندسی و نظارت در مراحل طراحی پایه و تفصیلی و مهندسی خرید و مهندسی ساخت. تامین کالا داخلی و خارجی و انجام امور بازرگانی اعم از خرید و فروش و واردات و صادرات کالاها و قطعات مجاز. ساخت و مدیریت ساخت و نصب و راه‌اندازی و بهره‌برداری و انجام تعمیرات و بازرسی‌های دوره‌ای در پروژه‌های نفت و گاز و پتروشیمی و تجهیزات مرتبط، صنایع و کارخانه‌های صنعتی، معادن و صنایع معدنی و استخراج و استحصال فلزات و تجهیزات مورد نیاز، آب و فاضلاب، صنایع نیروگاهی، صنایع و تجهیزات حمل‌ونقل و ساختمانی و صنایع وابسته به آنها از طریق مشارکت با موسسات و شرکتهای داخلی و خارجی و اخذ نمایندگی آنها و همچنین اخذ وام و تسهیلات بانکی و گشایش اعتبارات در صورت لزوم در صورت ضرورت قانونی انجام موضوعات پس از اخذ مجوزهای لازم.

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

شرایط و فرم اشتراک نشریات کیهان در تهران سال ۱۴۰۴

متقاضیان محترم می‌توانند با توجه به جدول زیر نسبت به انتخاب هر یک از نشریات مورد علاقه و واریز مبلغ اشتراک به **شماره کارت ۶۱۰۴۳۳۸۹۸۷۹۴۸۷۷۱** بانک ملت به نام چاپ و انتشارات کیهان و ارسال اصل فیش بانکی همراه با فرم تکمیل شده 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	۴۵/۰۰۰/۰۰۰	۲۲/۵۰۰/۰۰۰	۱۱/۲۵۰/۰۰۰
روزنامه کیهان انگلیسی	۱۶۵/۰۰۰/۰۰۰	۸۲/۵۰۰/۰۰۰	۴۱/۲۵۰/۰۰۰
روزنامه کیهان عربی	۱۶۵/۰۰۰/۰۰۰	۸۲/۵۰۰/۰۰۰	۴۱/۲۵۰/۰۰۰
مجله کیهان ورزشی	۲۸/۶۰۰/۰۰۰	۱۴/۳۰۰/۰۰۰	۷/۱۵۰/۰۰۰
مجله زن روز	۲۸/۶۰۰/۰۰۰	۱۴/۳۰۰/۰۰۰	۷/۱۵۰/۰۰۰
مجله کیهان بچه‌ها	۱۴/۳۰۰/۰۰۰	۷/۱۵۰/۰۰۰	۳/۵۷۵/۰۰۰
مجله کیهان فرهنگی	۲/۲۰۰/۰۰۰	———	———

توجه:
۱- اشتراک عزیزانی که فرم درخواست آنها تا دهم هر ماه به امور مشترکین برسد از اول ماه بعد برقرار می‌شود.
۲- یک نسخه از کپی فیش بانکی و قبض سفارشی را تا پایان مدت اشتراک حتما نزد خود نگهداری نمائید.
۳- در صورت تغییر قیمت نشریات و یا هزینه پستی، معادل مبلغ پرداخت‌شده، نشریه مورد تقاضا ارسال می‌گردد.
۴- در صورت تمایل به اشتراک چند نشریه، برای هر کدام فیش بانکی جداگانه تهیه فرمائید.
۵- قبض پرداختی را می‌توانید به شماره **۰۹۱۲۷۹۳۲۵۶۸** با ذکر مشخصات در کانال تلگرام قرار داده به امور مشترکین اطلاع دهید.

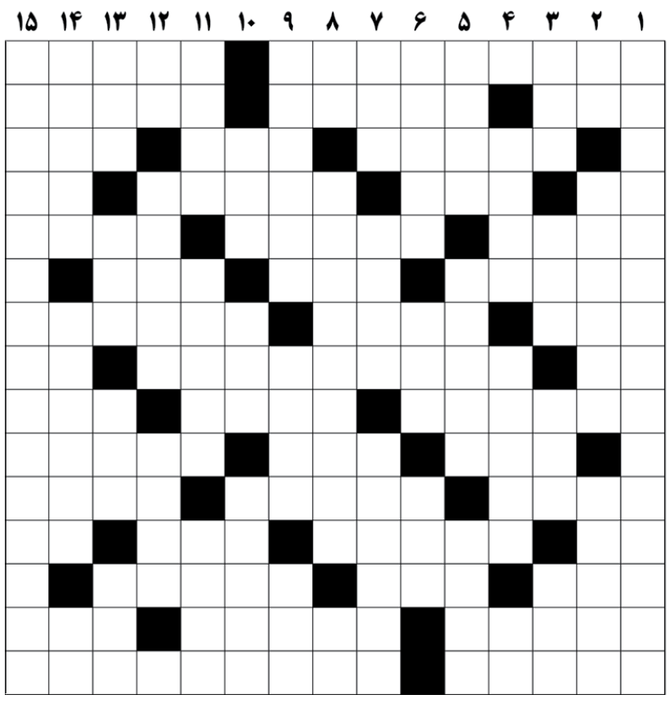
فرم تقاضا

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

امور مشترکین
موسسه کیهان

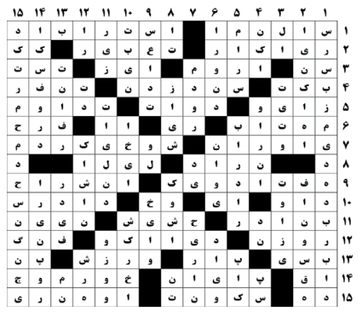
تلفن: ۳۵۲۰۲۲۷۸-۰۲۱ نمابر: ۳۳۹۱۰۹۲۲-۰۲۱

جدول شماره ۱۳۱۶۹



افقی:

۱- مثنوی عرفانی از عطار- نوآوری ۲- از هفت‌سین پرخاصیت- رعایت آداب و رسوم- مؤدب و فرهیخته ۳- از عنکبوتیان- پرخاش و نهیب- یاری‌دهنده ۴- سنگ آسیا- نام زنانه- دارویی سیاه برای حفظ اجساد مردگان- این... آن؟ ۵- قاضی ورزشی- سبزی خوشبو- دچار اختلال ۶- عیب‌ها- اولین سلسله پادشاهی ایران- فیلم مهرجویی ۷- جانور صحرا- مرطوب- اسبی که سرکشی می‌کند ۸- فهم بی‌پایان- سخت‌ترین عقوبت‌ها- نشان مفعولی ۹- آمادگی پذیرش کاری را داشتن- لطافت- پایین رفتن آب دریا ۱۰- ذره باردار- حبس برای تمام عمر- دانه دانه ۱۱- جمع ادیب- همانندی- هدیه دادن ۱۲- مخفف شاه- مشاور- متضاد سریع- منقار کوتاه ۱۳- شکلک- دیوار بلند- وسیله رفت و روب ۱۴- رودها- از گیاهان دارویی- نوعی آینه بزرگ و بلند ۱۵- مقابل قشلاق- گفتن سخنان بیهوده و بی‌معنی.

عمودی:

۱- آبروی غزل ایران مؤلف تذکره خلوت انس ۲- نت آخر- انتظار طولانی- اعشاری ۳- ترمز چهارپا- پسوند شباهت- صدای بوق اتومبیل- از القاب اشرافی ۴- بسیار سرد- تخته ضخیم بلند- علامت جمع ۵- عنکبوت سمی- ... بر لب جوی و گذر عمر ببین- بخشی از خانه ۶- نوعی کفش سنتی- زمان معین- سلطان جنگل ۷- تکرار حرف اول- همه، اکثریت- نوعی استفاده و در نهایت سوءاستفاده! ۸- درختچه گرمسیری- از آثار دیدنی اصفهان- دو یار هم‌قد ۹- داستان ایرانی- نوعی حلوا- بخش، عضو ۱۰- مکمل گل و پروانه- جشن- اندازه حرکت ۱۱- هوائی با احتمال بارندگی- دریوزه‌گری- مادر حضرت مهدی(عج) ۱۲- حرف همراهی- فرمانروایی- چشم روشنی ۱۳- جانور اهلی- جانور حرام‌گوشت- شأن و شوکت- مقابل فنا ۱۴- انسانیت- قیمت داشتن- ماه سرد ۱۵- شاعر و ترانه‌سرای معاصر مؤلف مجموعه شعر تاوان کلمات.