

باید ها ونباید های

استفاده از ظروف تفلون

پخت و پز در ظروف تفلون با دمای مناسب و شرایط ایده آل مانع تجزیه مواد ظرف و آسیب آن به بدن می شود

بهداشت



امروزه قابلمه و تابه های نجسب برای پخت و پز روزانه در بیشتر منازل استفاده می شود. مهم ترین ویژگی این ظروف این است که سرخ کردن مواد غذایی را آسان کرده و از آن جا که مصرف غذاهای سرخ کردنی زیاد شده اقبال از این نوع ظرف ها هم بیشتر شده است. اما محققان نظرات ضد و نقیضی در این باره دارند، برخی منابع علمی و دانشمندان ادعا می کنند این ظروف، مضر و با بیماری هایی مانند سرطان مرتبط هستند، در حالی که برخی دیگر اصرار دارند که پخت و پز با ظروف نجسب کاملاً ایمن است. ادامه مطلب را در این زمینه مطالعه کنید.

تفلون چیست؟

ماده ای به نام پلی تترافلوئورو اتیلن (PTFE) که به نام تفلون شناخته می شود، سطح ظروف تفلون را می پوشاند. تفلون ماده شیمیایی مصنوعی است که از اتام های کربن و فلوئور تشکیل شده و در برابر گرما مقاوم است و هیچ چیز به آن نمی چسبد اما به هر حال یک ماده شیمیایی است که اگر در بدن تجمع پیدا کند باعث آسیب به اعضای بدن می شود.

۷ نکته ۱ قبلاً از ماده شیمیایی به نام اسید پرفلورو کتانوئیک (PFOA) استفاده می شد، اما امروزه از آن استفاده نمی شود. بیشتر PFOA روی قابلمه ها و تابه ها در دمای بالا در طول فرایند تولید سوخته می شد.

خطرات ماده تفلون قدیمی

این ماده با برخی مشکلات سلامتی مانند؛ افزایش کلسترول خون، اختلالات تیروئید، بیماری مزمن کلیه، بیماری کبد، کاهش پاسخ

به واکسن ها، فشار خون بالا و سرطان بیضه و برخی از سرطان ها، ناباروری و وزن کم هنگام تولد هم ارتباط نشان داده است.

خطرات دمای زیاد برای انواع تفلون

در دمای بالاتر از ۳۰۰ درجه سانتیگراد، پوشش تفلون روی ظروف نجسب شروع به شکستن و مواد شیمیایی سمی در هوا آزاد می کند. بیشتر این مواد شیمیایی، ترکیبات حاوی فلوئور و سمی است.

انفلوآنزای تفلون!

وقتی دمای ظروف تفلون به دمای ۳۶۰ درجه برسد، حداقل شش گاز سمی آزاد می شود. استنشاق این بخارات، ممکن است منجر به تب پلیمری شود که به آنفلوآنزای تفلون هم معروف است و علائم موقتی شبیه آنفلوآنزای مانند لرز، تب، سردرد و بدن درد دارد.

خطر ترکیب فلوئور در تفلون

ترکیبات فلوئوری در بافت های انسان تجمع پیدا می کند و برخی مطالعات نشان داده اند که با بیماری های کبدی و سرطان ارتباط

ترفند

فوت و فن تهیه سوپ جو خوشمزه، خوراک روزهای سرد

قارچ را درون تابه بریزید.

۵- بر اثر حرارت به قارچ شوک وارد می شود و دیگر سیاه نخواهد شد. قارچ را در آیکش بریزید تا روغن از آن جدا شود.

۶- سینه مرغ را ریش ریش کنید و دیگر مواد مثل هویج و قارچ را به همراه نمک و فلفل در قابلمه بریزید.

۷- در مرحله آخر دو پیمانه شیر را به سوپ اضافه کنید.

۸- در صورت تمایل می توانید برای لعاب دار شدن سوپ یک تا دو قاشق سوپ خوری آرد در سوپ



بریزید. اما در غیر این صورت هم اگر جو خوب پخته شود، سوپ حتما لعاب خواهد داشت.

۹- کسانی که خامه را در سوپ دوست دارند، می توانند خامه را خوب هم بزنند تا تقریباً به شکل یک مایه رقیق در بیاید. آن وقت با خامه می توانید به هر شکلی که دوست دارید سوپ را تزئین کنید.

۱۰- جعفری خرد شده را در مرحله سرو غذا روی آن بریزید. اگر زودتر در سوپ بریزید رنگ آن تیره می شود و غذا را قدری زشت جلوه می دهد.

بانوان

پزشکی

بعد از سزارین چگونه بخوابیم؟

بعد از سزارین، برای التیام زخم و بهبودی پس از جراحی به استراحت بیشتری نیاز دارید. درست خوابیدن هر گونه فشار را در محل جراحی کاهش می دهد و باعث بهبود سریع تر زخم ها می شود. همچنین به شما کمک می کند تا راحت از رختخواب بلند شوید و با کاهش ناراحتی، تنفس بهتر و خواب راحت تری داشته باشید. در ادامه به نحوه خوابیدن درست پس از سزارین می پردازیم.

● به پشت بخوابید

در بیشتر موارد، این وضعیت برای چند روز و چند هفته اول پس از سزارین است. وقتی به پشت می خوابید هیچ فشاری روی برش وارد نمی شود. همچنین می توانید برای راحتی بیشتری بالش زیر زانو قرار دهید. هنگام بلند شدن از این حالت، بهتر است به پهلو بغلتید و سپس بنشینید و در صورت نیاز بایستید.

● به پهلو بخوابید

این وضعیت پس از زایمان راحت تر است. هیچ فشاری روی محل برش ایجاد نمی شود و در هنگام بلند شدن از تخت درد کمتری را متحمل می شوید. خوابیدن به سمت چپ به بهبود جریان خون و هضم بهتر غذا کمک می کند. شما می توانید از بالش برای وضعیت بهتر شکم و باسن خود استفاده کنید.

● تمرکز روی بالاتنه بدن

بالاتنه خود را با چند بالش نگه دارید تا تمام بدن بالا بیاید. این وضعیت به تنفس بهتر کمک می کند و همچنین خواب شما راحت تر می شود.

● عمودی

اگر هیچ یک از وضعیت های بالا برای شما جواب نداد، می توانید در حالی که روی یک مبل یا صندلی نشسته اید، بخوابید و چندین بالش را برای حمایت شکم قرار دهید. این وضعیت برای یک خواب کوتاه است، اما کار شمارا در هنگام شیر دادن یا بیدار شدن راحت تر می کند.

اخبار کوتاه

آیا واکسن ضد زگیل تناسلی مفید است؟

زنائی که قبل از ۳۰ سالگی واکسن HPV یا همان واکسن ضد زگیل تناسلی زده اند، ۸۷ درصد کمتر از نسل قبل خود که این واکسن را نزده اند دچار سرطان دهانه رحم شده اند. تزریق این واکسن از بروز عفونت های زگیل که ظرفیت ایجاد سرطان دارند جلوگیری می کند. گارداسیل ۹ با پوشش دادن ۹ سویه ویروس HPV بهترین واکسن در این زمینه محسوب می شود.

کاهش خطر ابتلا به آلزایمر با نوشیدن قهوه

نوشیدن مقادیر زیاد قهوه، احتمال ابتلا به بیماری آلزایمر را کاهش می دهد. محققان دانشگاه ادیت کوان استرالیا معتقدند: «مصرف بیشتر قهوه با کند کردن روند تجمع پروتئین آمیلوئید در مغز، عاملی کلیدی در ایجاد بیماری آلزایمر، مرتبط است. این نوشیدنی می تواند به ویژه برای افرادی که در معرض خطر زوال شناختی هستند اما هیچ علامتی ندارند، مفید باشد. اگر متوسط فنجان قهوه ای که در خانه تهیه می شود ۲۴۰ گرم باشد، افزایش آن به دو فنجان در روز می تواند به طور بالقوه زوال شناختی را تا ۸ درصد پس از ۱۸ ماه کاهش دهد».

چرا نباید هر روز دوش بگیریم؟

دوش گرفتن بیش از اندازه علاوه بر این که پوست را خشک می کند، ممکن است از توانایی دستگاه ایمنی برای محافظت از ما در برابر ویروس بکاهد. شست وشو و اسکراب زیادی پوست می تواند این لایه محافظ را از بین ببرد. برای هضم غذا خون باید به شکل مناسبی به سمت معده جریان پیدا کند. دوش گرفتن باعث افت دمای بدن می شود، امری که دستگاه گوارش بدن را سردرگم می کند. انجام مکرر این کار ممکن است به دستگاه گوارش صدمه بزند و باعث بالا رفتن وزن تان شود.

برگ سبز برلیانس H330 مدل ۹۵ رنگ سفید به شماره انتظامی ۱۱۲ ایران ۷۷۸ ه ۸۲ شماره شاسی NAPH330AAG1007734 شماره موتور BM15L6F031368 بنام جواد پاینده دهنو مفقود اعلام اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۶۶	دفترچه ثبت ساعت اتوبوس به نام غلامرضا ابراهیمی جری فرزند برات محمد به شماره ملی ۶۳۵۹۳۸۴۰۰۰ مفقود شده واز درجه اعتبار ساقط است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۴۴
---	--

برگ سبز خودرو جک J5 مدل ۹۶ رنگ سفید به شماره انتظامی ۱۳۴ ایران ۹۵۹ ه ۶۶ شماره شاسی NAKNG7242HB139204 شماره موتور 4G93DDAH034741 بنام محمد ضمیری فروزنی مفقود اعلام اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۲۶	برگ سبز لیفان X50 به شماره انتظامی ۱۲۴ ایران ۳۶۷ ه ۴۴ شماره موتور LF479Q2B2160890400 شماره شاسی NAKSG4529GB106363 بنام ایوب قرایی مفقود و فاقد اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۸
برگ سبز خودرو جک H330 مدل ۹۵ رنگ سفید به شماره انتظامی ۱۱۲ ایران ۷۷۸ ه ۸۲ شماره شاسی NAPH330AAG1007734 شماره موتور BM15L6F031368 بنام جواد پاینده دهنو مفقود اعلام اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۶۶	برگ سبز خودرو سوارا سایا ۱۳۳SE مدل ۱۳۹۶ به شماره پلاک ۲۴۱ ط ۶۲۲ ایران ۴۲ شماره موتور M13/5803462 شماره شاسی M13/5803462 بنام حسن چنان سر مفقود گردیده اعتبار ندارد ب/۱۴۰۰۴۹۲۴۴
برگ سبز خودرو رانا TU5 مدل ۹۵ به شماره انتظامی ۱۲۶ ایران ۴۱۶ ه ۴۲ شماره شاسی NAAU01SE7GT136699 شماره موتور 163B0235953 بنام مهدی منوچهری خسروی مفقود اعلام اعتبار است ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۱۶	برگ سبز تاراکنور کشاورزی جاندیر نیب ۲۰۴۰ مدل ۱۳۶۰ به رنگ سبز روغنی به شماره پلاک ایران ۱۲-۱۵۹۰۴۳ شماره موتور ۵۹۹۴۸۶ و شماره شاسی ۴۸۹۵۶۰ به نام غلام مولا عبدالحی سعد آبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۸
برگ سبز و گارت خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۶ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۱۱۸ ط ۱۱ و شماره موتور ۱۸۷۱۶۳۹ و شماره شاسی ۸۱۴۱۲۲۸۶۳۰۴۲۴۲ بنام مهدی منوچهری خسروی مفقود اعلام اعتبار می باشد ب/۱۴۰۰۴۹۲۴۴	برگ سبز خودرو پژو دوگانه سوز ۱۳۳SE مدل ۱۳۹۶ به شماره انتظامی ایران ۷۴-۶۹۱ سی ۶۳ و شماره شاسی NAAAN21VE3JH344038 شماره موتور 124K1218272 به علت فقدان اسناد فروش (سند کمپانی) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد طرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط و مقررات اقدام خواهد شد. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۴
آگهی دعوت به مجمع عمومی عادی سالانه و مجمع عمومی فوق العاده (نوبت دوم) شرکت کارخانجات نساجی شهربان فردوس (سهامی خاص) شماره ثبت ۹۷ و شناسه ملی ۱۰۳۶۰۰۵۴۸۱ با توجه به عدم حصول حد نصاب قانونی در جلسه نوبت اول مجمع عمومی عادی و مجمع عمومی فوق العاده در تاریخ ۱۴۰۰/۰۹/۰۳، جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه (نوبت دوم) سالیان مالی منتهی به ۹۸/۱۲/۲۹ (که بعلت کرونا سال گذشته برگزار نشد) و سال منتهی به ۹۹/۱۲/۲۹ با تأخیر برگزار می شود ساعت ۱۶:۰۰ تا ۱۸:۰۰ و جلسه مجمع عمومی فوق العاده (نوبت دوم) ساعت ۱۸:۰۰ تا ۲۰:۰۰ روز چهارشنبه مورخه ۹۴/۰۹/۱۴ در محل هیئت ابوالفضل شهرستان فردوس برگزار می شود، از کلیه صاحبان سهام دعوت می شود در جلسه مذکور با همراه داشتن کارت ملی و کارت حضور در جلسه با رعایت همه پروتکل های بهداشتی به ویژه زدن ماسک شرکت فرمایند. الف: دستور جلسه مجمع عمومی عادی سالانه: ۱- استماع گزارش هیأت مدیره و بازرس شرکت ۲- تصویب صورتهای مالی سال ۱۳۹۸ و سال ۱۳۹۹ ۳- انتخاب هیأت مدیره برای مدت دو سال ۴- انتخاب بازرس اصلی و علی البدل برای مدت یک سال ۵- تعیین روزنامه رسمی کثیرالانتشار جهت درج آگهی های شرکت ۶- تصویب نحوه تقسیم سود سهام ۷- سایر مواردی که در صلاحیت مجمع عمومی عادی باشد ب: دستور جلسه مجمع عمومی فوق العاده: ۱- استماع گزارش هیأت مدیره و بازرس ۲- اتخاذ تصمیم در مورد تغییر در کس سهام و ابطال برگه های قبلی ۳- تصمص گیری در مورد سهامداری که مشخصاتشان ناقص است. ۵- سایر مواردی که در صلاحیت مجمع عمومی فوق العاده باشد. از سهامداران این گرامی تقاضا می شود با ارائه کارت ملی یا وکالت نامه (عادی یا محضری) به منظور دریافت کارت ورود به جلسه به دفتر شرکت به نشانی: فردوس، خیابان امام خمینی، کوچه شهید متولی حبیبی، پلاک ۵، طبقه دوم و شماره تلفن ۰۵۶-۳۲۷۲۸۱۰۱ مراجعه فرمایند. همچنین سهامدارانی که متقاضی عضویت در هیئت مدیره و بازرس می باشند با در دست داشتن مدارک هویتی تک تک روز قبل از برگزاری مجمع جهت ثبت نام به دفتر شرکت مراجعه فرمایند. توجه ۱: سهامداران با اشخاصی که وکالت دارند با ارائه مشخصات موکل و برگ وکالت نامه (محضری یا عادی) جهت دریافت تأییدیه در وقت اداری به دفتر شرکت مراجعه فرمایند. توجه ۲: ترانزنامه ها و گزارش های بازرس برای مجامع عمومی عادی و فوق العاده در محل دفتر شرکت جهت ملاحظه سهامداران آماده می باشد.	برگ سبز تاراکنور کشاورزی جاندیر نیب ۲۰۴۰ مدل ۱۳۶۰ به رنگ سبز روغنی به شماره پلاک ایران ۱۲-۱۵۹۰۴۳ شماره موتور ۵۹۹۴۸۶ و شماره شاسی ۴۸۹۵۶۰ به نام غلام مولا عبدالحی سعد آبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۸
برگ سبز خودرو رانا TU5 مدل ۹۵ به شماره انتظامی ۱۲۶ ایران ۴۱۶ ه ۴۲ شماره شاسی NAAU01SE7GT136699 شماره موتور 163B0235953 بنام مهدی منوچهری خسروی مفقود اعلام اعتبار است ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۱۶	برگ سبز تاراکنور کشاورزی جاندیر نیب ۲۰۴۰ مدل ۱۳۶۰ به رنگ سبز روغنی به شماره پلاک ایران ۱۲-۱۵۹۰۴۳ شماره موتور ۵۹۹۴۸۶ و شماره شاسی ۴۸۹۵۶۰ به نام غلام مولا عبدالحی سعد آبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۸
برگ سبز و گارت خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۶ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۱۱۸ ط ۱۱ و شماره موتور ۱۸۷۱۶۳۹ و شماره شاسی ۸۱۴۱۲۲۸۶۳۰۴۲۴۲ بنام مهدی منوچهری خسروی مفقود اعلام اعتبار می باشد ب/۱۴۰۰۴۹۲۴۴	برگ سبز تاراکنور کشاورزی جاندیر نیب ۲۰۴۰ مدل ۱۳۶۰ به رنگ سبز روغنی به شماره پلاک ایران ۱۲-۱۵۹۰۴۳ شماره موتور ۵۹۹۴۸۶ و شماره شاسی ۴۸۹۵۶۰ به نام غلام مولا عبدالحی سعد آبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۸
برگ سبز و گارت خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۶ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۱۱۸ ط ۱۱ و شماره موتور ۱۸۷۱۶۳۹ و شماره شاسی ۸۱۴۱۲۲۸۶۳۰۴۲۴۲ بنام مهدی منوچهری خسروی مفقود اعلام اعتبار می باشد ب/۱۴۰۰۴۹۲۴۴	برگ سبز تاراکنور کشاورزی جاندیر نیب ۲۰۴۰ مدل ۱۳۶۰ به رنگ سبز روغنی به شماره پلاک ایران ۱۲-۱۵۹۰۴۳ شماره موتور ۵۹۹۴۸۶ و شماره شاسی ۴۸۹۵۶۰ به نام غلام مولا عبدالحی سعد آبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۸
برگ سبز و گارت خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۶ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۱۱۸ ط ۱۱ و شماره موتور ۱۸۷۱۶۳۹ و شماره شاسی ۸۱۴۱۲۲۸۶۳۰۴۲۴۲ بنام مهدی منوچهری خسروی مفقود اعلام اعتبار می باشد ب/۱۴۰۰۴۹۲۴۴	برگ سبز تاراکنور کشاورزی جاندیر نیب ۲۰۴۰ مدل ۱۳۶۰ به رنگ سبز روغنی به شماره پلاک ایران ۱۲-۱۵۹۰۴۳ شماره موتور ۵۹۹۴۸۶ و شماره شاسی ۴۸۹۵۶۰ به نام غلام مولا عبدالحی سعد آبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۸
برگ سبز و گارت خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۶ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۱۱۸ ط ۱۱ و شماره موتور ۱۸۷۱۶۳۹ و شماره شاسی ۸۱۴۱۲۲۸۶۳۰۴۲۴۲ بنام مهدی منوچهری خسروی مفقود اعلام اعتبار می باشد ب/۱۴۰۰۴۹۲۴۴	برگ سبز تاراکنور کشاورزی جاندیر نیب ۲۰۴۰ مدل ۱۳۶۰ به رنگ سبز روغنی به شماره پلاک ایران ۱۲-۱۵۹۰۴۳ شماره موتور ۵۹۹۴۸۶ و شماره شاسی ۴۸۹۵۶۰ به نام غلام مولا عبدالحی سعد آبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۸
برگ سبز و گارت خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۶ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۱۱۸ ط ۱۱ و شماره موتور ۱۸۷۱۶۳۹ و شماره شاسی ۸۱۴۱۲۲۸۶۳۰۴۲۴۲ بنام مهدی منوچهری خسروی مفقود اعلام اعتبار می باشد ب/۱۴۰۰۴۹۲۴۴	برگ سبز تاراکنور کشاورزی جاندیر نیب ۲۰۴۰ مدل ۱۳۶۰ به رنگ سبز روغنی به شماره پلاک ایران ۱۲-۱۵۹۰۴۳ شماره موتور ۵۹۹۴۸۶ و شماره شاسی ۴۸۹۵۶۰ به نام غلام مولا عبدالحی سعد آبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۸
برگ سبز و گارت خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۶ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۱۱۸ ط ۱۱ و شماره موتور ۱۸۷۱۶۳۹ و شماره شاسی ۸۱۴۱۲۲۸۶۳۰۴۲۴۲ بنام مهدی منوچهری خسروی مفقود اعلام اعتبار می باشد ب/۱۴۰۰۴۹۲۴۴	برگ سبز تاراکنور کشاورزی جاندیر نیب ۲۰۴۰ مدل ۱۳۶۰ به رنگ سبز روغنی به شماره پلاک ایران ۱۲-۱۵۹۰۴۳ شماره موتور ۵۹۹۴۸۶ و شماره شاسی ۴۸۹۵۶۰ به نام غلام مولا عبدالحی سعد آبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۸
برگ سبز و گارت خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۶ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۱۱۸ ط ۱۱ و شماره موتور ۱۸۷۱۶۳۹ و شماره شاسی ۸۱۴۱۲۲۸۶۳۰۴۲۴۲ بنام مهدی منوچهری خسروی مفقود اعلام اعتبار می باشد ب/۱۴۰۰۴۹۲۴۴	برگ سبز تاراکنور کشاورزی جاندیر نیب ۲۰۴۰ مدل ۱۳۶۰ به رنگ سبز روغنی به شماره پلاک ایران ۱۲-۱۵۹۰۴۳ شماره موتور ۵۹۹۴۸۶ و شماره شاسی ۴۸۹۵۶۰ به نام غلام مولا عبدالحی سعد آبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۸
برگ سبز و گارت خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۶ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۱۱۸ ط ۱۱ و شماره موتور ۱۸۷۱۶۳۹ و شماره شاسی ۸۱۴۱۲۲۸۶۳۰۴۲۴۲ بنام مهدی منوچهری خسروی مفقود اعلام اعتبار می باشد ب/۱۴۰۰۴۹۲۴۴	برگ سبز تاراکنور کشاورزی جاندیر نیب ۲۰۴۰ مدل ۱۳۶۰ به رنگ سبز روغنی به شماره پلاک ایران ۱۲-۱۵۹۰۴۳ شماره موتور ۵۹۹۴۸۶ و شماره شاسی ۴۸۹۵۶۰ به نام غلام مولا عبدالحی سعد آبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۸
برگ سبز و گارت خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۶ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۱۱۸ ط ۱۱ و شماره موتور ۱۸۷۱۶۳۹ و شماره شاسی ۸۱۴۱۲۲۸۶۳۰۴۲۴۲ بنام مهدی منوچهری خسروی مفقود اعلام اعتبار می باشد ب/۱۴۰۰۴۹۲۴۴	برگ سبز تاراکنور کشاورزی جاندیر نیب ۲۰۴۰ مدل ۱۳۶۰ به رنگ سبز روغنی به شماره پلاک ایران ۱۲-۱۵۹۰۴۳ شماره موتور ۵۹۹۴۸۶ و شماره شاسی ۴۸۹۵۶۰ به نام غلام مولا عبدالحی سعد آبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۸
برگ سبز و گارت خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۶ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۱۱۸ ط ۱۱ و شماره موتور ۱۸۷۱۶۳۹ و شماره شاسی ۸۱۴۱۲۲۸۶۳۰۴۲۴۲ بنام مهدی منوچهری خسروی مفقود اعلام اعتبار می باشد ب/۱۴۰۰۴۹۲۴۴	برگ سبز تاراکنور کشاورزی جاندیر نیب ۲۰۴۰ مدل ۱۳۶۰ به رنگ سبز روغنی به شماره پلاک ایران ۱۲-۱۵۹۰۴۳ شماره موتور ۵۹۹۴۸۶ و شماره شاسی ۴۸۹۵۶۰ به نام غلام مولا عبدالحی سعد آبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۸
برگ سبز و گارت خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۶ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۱۱۸ ط ۱۱ و شماره موتور ۱۸۷۱۶۳۹ و شماره شاسی ۸۱۴۱۲۲۸۶۳۰۴۲۴۲ بنام مهدی منوچهری خسروی مفقود اعلام اعتبار می باشد ب/۱۴۰۰۴۹۲۴۴	برگ سبز تاراکنور کشاورزی جاندیر نیب ۲۰۴۰ مدل ۱۳۶۰ به رنگ سبز روغنی به شماره پلاک ایران ۱۲-۱۵۹۰۴۳ شماره موتور ۵۹۹۴۸۶ و شماره شاسی ۴۸۹۵۶۰ به نام غلام مولا عبدالحی سعد آبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۸
برگ سبز و گارت خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۶ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۱۱۸ ط ۱۱ و شماره موتور ۱۸۷۱۶۳۹ و شماره شاسی ۸۱۴۱۲۲۸۶۳۰۴۲۴۲ بنام مهدی منوچهری خسروی مفقود اعلام اعتبار می باشد ب/۱۴۰۰۴۹۲۴۴	برگ سبز تاراکنور کشاورزی جاندیر نیب ۲۰۴۰ مدل ۱۳۶۰ به رنگ سبز روغنی به شماره پلاک ایران ۱۲-۱۵۹۰۴۳ شماره موتور ۵۹۹۴۸۶ و شماره شاسی ۴۸۹۵۶۰ به نام غلام مولا عبدالحی سعد آبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۸
برگ سبز و گارت خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۶ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۱۱۸ ط ۱۱ و شماره موتور ۱۸۷۱۶۳۹ و شماره شاسی ۸۱۴۱۲۲۸۶۳۰۴۲۴۲ بنام مهدی منوچهری خسروی مفقود اعلام اعتبار می باشد ب/۱۴۰۰۴۹۲۴۴	برگ سبز تاراکنور کشاورزی جاندیر نیب ۲۰۴۰ مدل ۱۳۶۰ به رنگ سبز روغنی به شماره پلاک ایران ۱۲-۱۵۹۰۴۳ شماره موتور ۵۹۹۴۸۶ و شماره شاسی ۴۸۹۵۶۰ به نام غلام مولا عبدالحی سعد آبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۸
برگ سبز و گارت خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۶ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۱۱۸ ط ۱۱ و شماره موتور ۱۸۷۱۶۳۹ و شماره شاسی ۸۱۴۱۲۲۸۶۳۰۴۲۴۲ بنام مهدی منوچهری خسروی مفقود اعلام اعتبار می باشد ب/۱۴۰۰۴۹۲۴۴	برگ سبز تاراکنور کشاورزی جاندیر نیب ۲۰۴۰ مدل ۱۳۶۰ به رنگ سبز روغنی به شماره پلاک ایران ۱۲-۱۵۹۰۴۳ شماره موتور ۵۹۹۴۸۶ و شماره شاسی ۴۸۹۵۶۰ به نام غلام مولا عبدالحی سعد آبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۸
برگ سبز و گارت خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۶ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۱۱۸ ط ۱۱ و شماره موتور ۱۸۷۱۶۳۹ و شماره شاسی ۸۱۴۱۲۲۸۶۳۰۴۲۴۲ بنام مهدی منوچهری خسروی مفقود اعلام اعتبار می باشد ب/۱۴۰۰۴۹۲۴۴	برگ سبز تاراکنور کشاورزی جاندیر نیب ۲۰۴۰ مدل ۱۳۶۰ به رنگ سبز روغنی به شماره پلاک ایران ۱۲-۱۵۹۰۴۳ شماره موتور ۵۹۹۴۸۶ و شماره شاسی ۴۸۹۵۶۰ به نام غلام مولا عبدالحی سعد آبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۸
برگ سبز و گارت خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۶ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۱۱۸ ط ۱۱ و شماره موتور ۱۸۷۱۶۳۹ و شماره شاسی ۸۱۴۱۲۲۸۶۳۰۴۲۴۲ بنام مهدی منوچهری خسروی مفقود اعلام اعتبار می باشد ب/۱۴۰۰۴۹۲۴۴	برگ سبز تاراکنور کشاورزی جاندیر نیب ۲۰۴۰ مدل ۱۳۶۰ به رنگ سبز روغنی به شماره پلاک ایران ۱۲-۱۵۹۰۴۳ شماره موتور ۵۹۹۴۸۶ و شماره شاسی ۴۸۹۵۶۰ به نام غلام مولا عبدالحی سعد آبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۸
برگ سبز و گارت خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۶ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۱۱۸ ط ۱۱ و شماره موتور ۱۸۷۱۶۳۹ و شماره شاسی ۸۱۴۱۲۲۸۶۳۰۴۲۴۲ بنام مهدی منوچهری خسروی مفقود اعلام اعتبار می باشد ب/۱۴۰۰۴۹۲۴۴	برگ سبز تاراکنور کشاورزی جاندیر نیب ۲۰۴۰ مدل ۱۳۶۰ به رنگ سبز روغنی به شماره پلاک ایران ۱۲-۱۵۹۰۴۳ شماره موتور ۵۹۹۴۸۶ و شماره شاسی ۴۸۹۵۶۰ به نام غلام مولا عبدالحی سعد آبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ب/۱۴۰۰۴۹۲۳۸
برگ سبز و گارت خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۶ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۱۱۸ ط ۱۱ و شماره موتور ۱۸۷۱۶۳۹ و شماره شاسی ۸۱۴۱۲۲۸۶۳۰۴۲۴۲ بنام مهدی منوچهری خسروی مفقود اعلام اعتبار می باشد ب/۱۴۰۰۴۹۲۴۴	برگ سبز تاراکنور کشاورزی جاندیر نیب ۲۰۴۰ مدل ۱۳۶۰ به رنگ سبز روغنی به شماره پ