آشپزی من

تنقلات

برشته کردن تخمه هندوانه به روش مامان‌ها

مواد لازم
- تخمه هندوانه یک کیلوگرم
- نمک به میزان لازم
- گلپر و آب لیمو به اندازه دلخواه

روش تهیه

۱- تخمه‌ها را در آب و نمک به مدت ۵ تا ۶ ساعت خیس می‌کنیم.

۲- سپس در آبکش می‌ریزیم تا آب اضافه آن گرفته شود و بعد روی سینی پهن می‌کنیم تا کمی خشک شود.

۳- بعد از مدتی آن‌ها را در نمک داغ می‌ریزیم و مرتب هم می‌زنیم تا بو داده شود.

۴- اکنون تخمه‌ها را در الک می‌ریزیم تا نمک آن جدا شود.

۵- تخمه‌ها را در تابه می‌ریزیم و دوباره کمی تفت می‌دهیم و بعد آب لیمو به آن اضافه می‌کنیم و هم می‌زنیم.

۶- تا تخمه‌ها نم‌دار هستند پودر گلپر را اضافه و خوب مخلوط می‌کنیم و در آخر روی سینی یا یک پارچه پهن می‌کنیم تا خشک شود.

داده تصویری

شماره پیامک زندگی سلام
۲۰۰۰۹۹

۷ اصل برای تهیه قهوه

برای آماده کردن یک فنجان قهوه خوشمزه و آرامش‌بخش، نیاز به مهارت‌هایی دارید که حرفه‌ای‌ها به آن مسلط هستند

تغذیه

مهین رمضانی | خبرنگار

نوشیدن یک فنجان قهوه خوش‌بو و مطبوع که هم خستگی را از تن به در کند و هم علتی باشد برای این که برای چند دقیقه آرام بنشینی و در انتظار کمی سرد شدن قهوه خودت را در کاناپه فرو ببری تا در هوای سرد این روزها احساس گرمای بیشتری داشته باشی؛ بهانه خوبی است برای این که روش صحیح درست کردن قهوه را دوباره مرور کنیم.

۱ کیفیت و نوع مصرف

کیفیت دانه‌های قهوه، تازه بودن و نحوه برشته کردن آن برای آماده کردن این نوشیدنی مهم است. باید همیشه قهوه را تازه و به میزان نیاز تهیه کنید و از نوشیدن قهوه مانده خودداری کنید. به زمان مصرف قهوه توجه داشته باشید. این که شما قهوه را به عنوان نوشیدنی صبحگاهی می‌خواهید یا یک فنجان کاپوچینو برای عصر یا یک شات اسپرسو برای سر شب که قوای خود را تازه کنید.

۲ درست آسیاب کنید

دستگاه‌های آسیاب مخصوص قهوه این خوبی را دارد که دانه‌های قهوه در آن همه به یک اندازه خرد می‌شوند اما در آسیاب‌های معمولی آشپزخانه ممکن است برخی دانه‌ها کمتر از بقیه خرد شوند و یکدستی لازم را نداشته باشند. اندازه دانه‌های آسیاب شده قهوه بر مزه قهوه تاثیر می‌گذارد. اگر دانه‌های قهوه را زیاد آسیاب کنید تلخ‌مزه می‌شود و اگر حس می‌کنید بی‌مزه است، معلوم است دانه‌ها درشت خرد شده‌اند. اگر در منزل آسیاب قهوه ندارید، توصیه می‌شود هنگام خرید قهوه از فروشنده بخواهید که بر اساس روشی که قهوه تهیه می‌کنید، آن را برایتان آسیاب کند. چون اندازه آسیاب کردن دانه قهوه با شیوه تهیه آن ارتباط دارد. مثلا درجه آسیاب در قهوه فرانسه که با فرنچ پرس درست می‌کنید و کلا همه انواع روش‌های فیلتری باید متوسط و درموکاپات یا قهوه روی گاز و دستگاه‌های اسپرسوساز کاملا ریز باشد. هرچه دانه‌های قهوه یکدست‌تر آسیاب شوند، قهوه بهتری دم خواهد شد.

۳ از تمیزی دستگاه مطمئن شوید

پس از آسیاب کردن دانه‌های قهوه و پیش از هر کاری مطمئن شوید که تمامی وسایل تهیه قهوه تمیز است. آن‌ها را با آب بشویید و با دستمال کامل خشک کنید.

دقت کنید که قهوه آسیاب شده که مانده باشد عطر و طعم خوبی ندارد و از طرفی پس‌مانده‌های قهوه در دستگاه، طعم قهوه جدید را تلخ و ترشیده می‌کند.

اگر می‌توانید قهوه تازه روست‌شده یا بسته‌های کوچک قهوه برای مصرف یک هفته تا دو هفته خریداری کنید.

۴ کیفیت آب را نادیده نگیرید

آبی که برای دم کردن قهوه به کار می‌برید در کیفیت نهایی بسیار اهمیت دارد. اگر مزه آب شیر را دوست ندارید از آب معدنی یا آب فیلتر شده استفاده کنید. آب‌های شهری می‌تواند مزه قهوه را بد کند. بگذارید چند ثانیه آب شیر برود و بعد قوری را پر کنید. یادتان باشد برای دم کردن قهوه بهتر است از آب سرد استفاده کنید. همچنین آب مقطر، آب مناسبی برای قهوه نیست.

۵ نسبت قهوه و آب

در ازای هر یک تا دو قاشق غذاخوری قهوه آسیاب شده، باید چیزی حدود ۱۷۰ میلی‌لیتر آب استفاده کرد اما اگر از دستگاه‌های قهوه‌ساز استفاده می‌کنید، می‌توانید با پیمانه و درجه‌ها این مقدار را محاسبه کنید.

۶ درجه حرارت آب

برای تهیه قهوه به روش دستی- قطره‌ای یا فرنچ پرس باید از آب نزدیک به نقطه جوش استفاده کنید تا عصاره قهوه به خوبی استخراج شود. اگر آب به اندازه کافی داغ نباشد، تلخی و طعم واقعی قهوه بیرون نمی‌آید و اگر بیش از حد داغ باشد از کیفیت مزه قهوه کاسته خواهد شد. اگر از روش‌های دستی استفاده می‌کنید، بگذارید آب به دمای جوش برسد؛ حرارت زیر آب را خاموش و یک دقیقه صبر کنید و سپس آن را روی قهوه آسیاب شده بریزید تا دم بکشد.

۷ زمان دم کردن

یکی دیگر از موارد مهم در دم کردن یک قهوه خوب، مدت زمان درگیر بودن آب با دانه‌های قهوه است. در سیستم‌های قطره‌چکانی، مدت زمان گذشتن آب از روی قهوه، تقریبا ۵ دقیقه است. اگر از روش‌های دستی قطره‌ای- فیلتری استفاده می‌کنید، ۲ تا ۴ دقیقه زمان لازم دارید اما زمان استخراج اسپرسو بسیار کوتاه است؛ حدود ۲۰ تا ۳۰ ثانیه.

پیشنهاد| قبل از نوشیدن قهوه، گرمای فنجانش را بین دست‌های‌تان حس کنید، آن را بو کنید و اجازه دهید گرمای بخار آن صورت‌تان را نوازش دهد و آن را با لذت بنوشید.

پزشکی

بانوان

ورزش و کاهش سلولیت در زنان

سلولیت نوعی چربی است که به شکلی متفاوت روی پوست نمایان می‌شود و به شکل پوست پرتقال یا تورفتگی‌های سطحی خودش را نشان می‌دهد در خانم‌ها به دلیل این که حجم چربی آن‌ها بیشتر است، سلولیت به میزان بیشتری وجود دارد.

این سلولیت‌ها در نواحی مثل ران و باسن دیده می‌شود.

در خانم‌های جوان هم سلولیت دیده می‌شود ولی میزان آن در افرادی که سن بالاتری دارند، به دلیل نازک شدن پوست و از دست دادن عضله بیشتر است.

کارهای زیادی وجود دارد که می‌توانید برای کاهش سلولیت انجام دهید. یکی از این روش‌ها ورزش کردن و داشتن رژیم غذایی سالم است.

چگونه ورزش کنیم؟

معمولا بهترین نوع ورزش برای خلاص شدن از شر سلولیت، ورزش هایی است که ضربان قلب شما را بالا ببرد. مجموعه فوق العاده‌ای از تمرینات وجود دارد که مکان‌هایی را که سلولیت دارند صاف می‌کند. این تمرینات حرکاتی هستند که روی عضله‌سازی نواحی پشت پا و عضلات سرینی کار می‌کنند. برای کسب بهترین نتیجه، باید چند روز در هفته ورزش کنید.

البته برخی از ورزش‌های آسان مثل پیاده‌روی، دوچرخه سواری و یوگا هم می‌توانند به از بین بردن سلولیت روی پاها کمک کنند. مهم‌ترین نکته داشتن ورزش‌های منظم و عضله‌ساز است که باید به صورت مرتب انجام شود.

تازه‌ها

دانشمندان ژاپنی مدعی ساخت واکسن «سلول‌های پیری» شدند

گروهی از محققان ژاپنی مدعی ساخت واکسن پیری شده‌اند. آن‌ها می‌گویند: «واکسنی ساخته‌اند که می‌تواند سلول‌های موسوم به زامبی (سلول‌های پیری) را از بین ببرد. شمار این سلول‌ها با افزایش سن بیشتر می‌شود و با صدمه‌زدن به سلول‌های نزدیک‌شان بیماری‌های مختلفی از جمله سفتی عروق را به وجود می‌آورد.» سلول‌های پیری به آن دسته از سلول‌هایی گفته می‌شود که دیگر تقسیم نمی‌شود و از بین نمی‌رود. این سلول‌ها با ترشح موادی که موجب التهاب می‌شود به سلول‌های پیرامون خود آسیب می‌زند. آن‌ها پروتئین موجود در این سلول‌ها را شناسایی کرده و بر اساس آمینو اسید سازنده این پروتئین واکسن خود را ساخته‌اند. واکسن ژاپنی‌ها به بدن کمک می‌کند پادتن‌هایی بسازد که به سلول‌های پیری می‌چسبد و مورد هدف گلبول‌های سفید قرار می‌گیرد. **منبع: شرق**

تاثیر سیگار الکترونیکی بر سلامت مردان

یک مطالعه اخیر محققان آمریکایی نشان داد مردانی که به طور روزانه از سیگارهای الکترونیکی استفاده می‌کنند، ۲۲۰ درصد بیشتر از دیگران در معرض ابتلا به ناتوانی جنسی هستند. این مطالعه که در "مجله پزشکی پیشگیرانه آمریکایی" منتشر شد، داده‌های ۱۳ هزار مرد را نشان داد که آن‌ها بیشتر احتمال دارد اختلال نعوظ یا مشکلات را گزارش کنند.

پاسپورت عراقی اینجانب بنام سعد طاهر ثامر العبودی مفقود شده و فاقد اعتبار است از یابنده تقاضا می شود به کنسولگری عراق تحویل نماید. ۱۴۰۰۰۵۲۱۹۰/م

پروانه نظام مهندسی معماری
شماره عضویت ۱۹۱۰۲۰۲۱۸ و شماره پروانه اشتغال ۱۹۱۰۰۰۰۹۲۱ اینجانب محمد کازرونی مفقود و فاقد اعتبار است. ۱۴۰۰۵۰۷۲۹/ر

آگهی ابلاغ اجرائیه پرونده اجرایی کلاسه ۱۴۰۰۰۰۱۱۷ واحد اجرای اسناد رسمی اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان جغتای
بدینوسیله به خانم رقیه یزدانی فرزند نوروز علی بشماره ملی ۰۷۵۹۳۹۳۲۸۱ احدی از ورثه مرحوم علی اکبریزدانی مدیون پرونده اجرایی کلاسه فوق الذکر که برابر گزارش شماره ۱۴۰۰۰۵۸۰۷۱۴۱۰۰۴۲۴۹ - ۱۴۰۰/۰۹/۱۶ واحد اجرای اسناد رسمی شهرستان بجنورد شناخته نگردیده ابلاغ می گردد که خانم صغرا راه چمنی فرزند محمد بابت وصول مهریه موضوع لازم الاجرای سند ازدواج ۱۲۹۴-۱۳۶۳/۰۷/۲۳ دفتر خانه ازدواج شماره سه جغتای علیه ورثه مرحوم علی اکبر یزدانی برابر گواهی حصر وراثت شماره ۱۴۰۰۲۷۳۹۰۰۰۱۵۵۲۵۰۴ - ۱۴۰۰/۰۸/۰۴ قاضی حوزه ده شورای حل اختلاف شهرستان جاجرم که شما احدی از آنان میباشید درخواست صدور اجرائیه نموده که پس از تشریفات قانونی اجرائیه صادر و بکلاسه فوق در اینواحد اجراء مطرح می باشد لذا طبق ماده ۱۸ آئین نامه اجرائی مفاد اسناد رسمی بشما ابلاغ می گردد از تاریخ انتشار این آگهی که تاریخ ابلاغ اجرائیه محسوب است و فقط یک نوبت در روزنامه خراسان کشوری درج و منتشر می گردد ظرف مدت ده روز نسبت به تعین تکلیف بدهی مرحوم علی اکبر یزدانی بابت مهریه همسرشان اقدام و در غیر این صورت بدون انتشار آگهی دیگری عملیات اجرائی طبق مقررات علیه شما و سایر ورثه تعقیب خواهد شد.
حمید رضا آریان پور ۱۴۰۰۵۱۹۰۱/ط
رئیس اداره ثبت اسناد واملاک شهرستان جغتای

سند کمپانی و برگ سبز و پلاک خودرو موتورسیکلت هوندا سحر ۱۲۵ سی سی شماره انتظامی ۷۶۲-۵۲۴۱۷ شماره موتور 157FMI065850 شماره تنه MIRCG8308354 بنام علیرضا اسکندریان مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۰۵۲۰۹۳/ف

برگ سبز و سند سواری هاچ بک ام وی ام مدل ۹۳ به شماره پلاک ۳۶ ایران ۷۱۴ س ۲۸ و شماره موتور MVM477FJAD015882 و شماره شاسی NATFBAMD0D1013460 به نام وحید پوررضا به شماره ملی ۰۹۳۷۸۰۲۶۴ مفقود و فاقد اعتبار است. ۱۴۰۰۵۱۸۹۸/ش

برگ سبز و کارت تیبا صندوقدار مدل ۱۴۰۰
به شماره انتظامی ایران ۹۵- ۲۸۹ل ۹۸
شماره موتور M15/9243415
شماره شاسی NAS811100M5745398
بنام هادی رستمی مفقودو فاقد اعتباراست. ۱۴۰۰۵۱۸۸۰/ف

برگ سبز و کارت ماشین پژو ۲۰۶ مدل ۸۲ نقره ای شماره انتظامی ایران ۷۴ - ۹۳۵ ب ۱۵ شماره شاسی 0082638939 شماره موتور 10FSQ54501878 بنام مریم رهنما مفقود و اعتبار ندارد ۱۴۰۰۵۱۹۳۰/ف

برگ سبز وسند کمپانی خودرو سواری پژو پارس مدل ۱۳۹۵ به رنگ سفید روغنی به شماره موتور 424K0805705وشماره شاسی NAAN21VEXGK به شماره پلاک ۳۲ایران ۳۶۴ل ۸۹متعلق به عباس ساعی همت آبادی مفقودواعتبار ندارد ۱۴۰۰۵۲۱۳۸/ش

برگ سبز وبرگ کمپانی (سند مالکیت) وکارت موتور سیکلت پیشتاز CG۱۲۵ مدل ۱۳۸۷ به رنگ قرمز به شماره پلاک ۸۷۶۷۲-۷۶۱وش موتور *0729844PT157FMI وش تنه (شاسی) 125A8792517***NEGبه نام دوران اشکیلی مفقود واعتبار ندارد. ۱۴۰۰۵۲۰۳۹/ش

برگ سبز آزادی موتور سیکلت از پارکینگ و کپی مدارک به شماره موتور 156 *12156339* FMI و به شماره شاسی 125P8969576***NB3 به پلاک 764_25712به رنگ نقرای متعلق به برات احمد آبادی مفقود و اعتبار ندارد. ۱۴۰۰۵۲۱۴۰/ش

برگ سبز خودرو پژو آردی
به شماره انتظامی ایران ۱۲-۲۴۸ ب ۶۲
شماره موتور ۱۱۷۸۳۰۲۸۰۵۲
شماره شاسی ۸۳۱۲۸۵۸۵
بنام زهره مبارکی مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۰۵۲۰۱۲/ف

سند کمپانی و برگ سبز وانت مزدا دوکابین B2000I مدل ۸۵ شماره انتظامی ایران ۳۶ - ۷۴۵ ط ۶۴
شماره موتور ۵۱۴۱۲۵
شماره شاسی NAG08NPED53783
بنام فاطمه رستگار مقدم مقراطی مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۰۵۱۸۵۳/ف

برگ سبز تراکتور کشاورزی ITM تیپ ۲۸۵ مدل ۸۳ به شماره پلاک ۹۵۷-۱۲ ک ۱۷ وشماره موتور ۱۱۵۵۴N وشماره شاسی G09171 به نام حسن دهقان پور مفقود شده وفاقد اعتبار است. ۱۴۰۰۵۲۱۱۸/ش

برگ سبز تیبا ۹۷
به شماره انتظامی ۵۳۹ ی ۹۹ ایران ۷۴
شماره شاسی NAS811100J5805376
شماره موتور M15/8629767
بنام علیرضا پورعفتیان مقدم مفقودو اعتبارندارد. ۱۴۰۰۵۱۹۱۹/ف

برگ سبز و سند کمپانی خودرو پژو ۲۰۶ هاچ بک
مدل۹۵سفید شماره انتظامی ایران ۱۲-۷۹۶ب ۹۷
شماره شاسی NAAP03EE7GJ807990
شماره موتور 165A0043324 به نام محمد سلطانی
مفقود و فاقد اعتباراست. ۱۴۰۰۵۲۱۹۶/ق

برگ سبز خودرو لیفان ۸۲۰ قهوه ای مدل۹۷
به شماره انتظامی 948ل67 ایران 12 و شماره موتور (LF489Q171190418)و شماره شاسی (NAKNH462XJB105968)به نام امیر جاوید عربشاهی مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۰۵۱۹۱۲/ر

برگ سبز پراید مدل۱۳۸۶ به رنگ سبز زیتونی متالیک به شماره موتور: 2164790 و شماره شاسی:S1412286626289 و شماره پلاک ایران ۳۲ - ۲۱۲ن ۶۲به نام حسین زارع مرغزاری مفقود و از اعتبار ساقط میباشد ۱۴۰۰۵۲۱۵۳/ش

برگ سبز و کارت پراید صبا ۷۸
شماره انتظامی ایران ۳۶- ۷۳۵ ص ۵۹
شماره موتور ۰۰۱۳۰۴۵۸
شماره شاسی S1412278610567
بنام رسول منصوری گرو مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۰۵۲۰۳۴/ف

سند مالکیت برگ سبز وفاکتور فروش خودرو وانت پیکان مدل ۱۳۸۸ به رنگ سفید -روغنی به شماره موتور11487068829وش شاسی NAAA36AA99G811540 وشماره پلاک۹۵ ایران۸۸۵ س۲۹متعلق به مریم دهواری کهن ملامفقود گردیده و اعتبار ندارد. ۱۴۰۰۵۲۰۸۱/ش

برگ سبز خودرو پراید
به شماره انتظامی ۳۲ ایران ۵۵۷ ص ب۷۸
شماره شاسی S1442280158807
شماره موتور 00248419 بنام سعید فاتحی
مفقود و فاقد اعتباراست. ۱۴۰۰۵۱۹۸۴/ف

اینجانب مسلم بیات مالک خودرو پژو ۴۰۵ به شماره انتظامی ۳۶-۶۴۳ل۵۵ وشماره شاسی ۱۲۴۸۳۰۸۵۶۷۳ وشماره موتور ۸۳۷۰۲۳۰۸ به علت فقدان کارت شناسایی وبرگ سبز واسناد فروش تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هرکس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف 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 مقرراقدام خواهد شد ۱۴۰۰۵۱۸۸۳/ش

اینجانب حیدر داغستانی مالک خودرو سواری پژو405 GLX مدل ۱۳۸۰ به شماره پلاک ۱۸ج۸۱۸ ایران۴۵ وشماره موتور 22528010029وشماره شاسی 0080310500 به علت فقدان اسناد فروش تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکوررانموده است. لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت۱۰ روز به دفترحقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع درپیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید.بدیهی است پس از انقضای مهلت مذکور طبق ضوابط اقدام خواهد شد. ۱۴۰۰۵۲۰۷۵/ش

اینجانب علی اسماعیلی پور سیداباد مالک خودرو پژو پارس XU7 مدل ۱۳۹۳ رنگ خاکستری متالیک به شماره انتظامی ایران ۷۴-۴۸۸و۵۹ و شماره شاسی NAAN01CA3ER173299 و شماره موتور 124K0556341 بعلت فقدان اسناد فروش (سندکمپانی، برگ سبز) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است.لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف 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 مقرر اقدام خواهد شد. ۱۴۰۰۵۱۹۰۸/ط

برگه سبز آزادی موتور سیکلت از پارکینگ و کپی مدارک به شماره موتور 156 *12156339* FMI و به شماره شاسی 125P8969576***NB3 به پلاک 764_25712به رنگ نقرای متعلق به برات احمد آبادی مفقود و اعتبار ندارد. ۱۴۰۰۵۲۱۴۰/ش

اینجانب هدا نظری پور مالک خودرو پژو ۴۰۵ جی ال ایکس ۱۸۰۰ آی مدل ۱۳۸۴ رنگ نقره ای متالیک
به شماره انتظامی ایران ۴۲-۸۹۶ج۴۱و شماره شاسی ۱۴۲۶۳۵۱۵ و شماره موتور ۱۲۴۸۴۱۶۷۷۵۲ بعلت فقدان اسناد فروش (سندکمپانی، برگ سبز) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است.لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف 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 مقرر اقدام خواهد شد. ۱۴۰۰۵۲۰۱۳/ط

اینجانب علی اسماعیلی پور سیداباد مالک خودرو پژو پارس XU7 مدل ۱۳۹۳ رنگ خاکستری متالیک به شماره انتظامی ایران ۷۴-۴۸۸و۵۹ و شماره شاسی NAAN01CA3ER173299 و شماره موتور 124K0556341 بعلت فقدان اسناد فروش (سندکمپانی، برگ سبز) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است.لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف 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 مقرر اقدام خواهد شد. ۱۴۰۰۵۱۹۰۸/ط

آگهی مناقصه نوبت اول
شهرداری طبس در نظر دارد برابر بند اول صورتجلسه شماره ۴۲۶ شورای محترم اسلامی شهر،و صورتجلسه هیئت عالی معاملات شهرداری به شماره ۱۴۷۷۱ مورخ ۱۴۰۰/۰۸/۲۰ **اجرای خدمات شهری ،امور اداری و اجرایی** را از طریق مناقصه عمومی واگذار نماید. لذا واجدین شرایط شرکت در مناقصه می توانند از تاریخ انتشار نوبت دوم این آگهی به مدت ۱۰ روز جهت دریافت برگ شرایط مناقصه به سایت شهرداری به آدرس www.tabas.ir و یا امور قراردادهای شهرداری مراجعه و یا با شماره تلفن ۰۵۶۳۲۸۲۵۰۰۳ تماس حاصل فرمایند.
محمد نصیری -شهردار طبس ۱۴۰۰۵۰۸۹۸/ج

آگهی دعوت از بستانکاران
به اطلاع عموم بستانکاران شرکت شایان پوشش نیشابور (سهامی خاص) به شماره ثبت ۱۱۵۸ و شناسه ملی ۱۰۳۸۰۱۲۰۴۳۴ که به موجب دادنامه شماره ۹۵۰۹۹۷۵۱۹۷۷۰۰۹۵۵ مورخ ۱۳۹۵/۱۱/۱۲ صادره از طرف مقام محترم قضایی شعبه دوم دادگاه عمومی حقوقی نیشابور ورشکسته شناخته و تاریخ توقف آن ۱۳۸۹/۱۲/۲۹ اعلام گردیده آگهی می دهد ۱- به استناد به ماده ۴۶۲ قانون تجارت کلیه بستانکاران و کسانیکه هرگونه ادعایی از شرکت ورشکسته فوق دارند باید اصل یا سواد مصدق مدارک خود را از تاریخ این آگهی ظرف مدت۲ ماه برای اشخاص مقیم داخل کشور و حداکثر ظرف مدت ۳ ماه برای اشخاص مقیم خارج کشور (وفق ماده ۴ نظام نامه امور ورشکستگی قانون تجارت) به دفتر مدیر تصفیه تسلیم نمایند.بدیهی است شرکت و مدیر تصفیه در مورد هرگونه ادعای احتمالی که خارج از مدت فوق منعکس گردد مسئولیتی نخواهد داشت۲- کسانیکه به شرکت فوق الذکر بدهی دارند باید ظرف مدت مذکور خود را معرفی و بدهی خود را بپردازند. طبق ماده ۲۴ قانون تصفیه امور ورشکستگی بدهکاران متخلف از این وظیفه به جریمه نقدی معادل بیست و پنج درصد دین محکوم خواهند شد دادگاهها می توانند علاوه بر جریمه نقدی بدهکاران مذکور را به حبس از سه تا شش ماه نیز محکوم نمایند.۳- کسانیکه به هر عنوان اموال شرکت ورشکسته نامبرده را در اختیار دارند مکلفند ظرف مدت دو ماه از انتشار این آگهی اموال را تحت اختیار مدیر تصفیه بگذارند در غیر اینصورت هر حقی که نسبت به آن مال دارند از آنان سلب خواهد شد مگر عذر موجهی داشته باشند ضمنا مجمع عمومی بستانکاران پس از شناسایی بستانکاران شرکت به آدرس مدیر تصفیه در محل نیشابور میدان امام خمینی – کوچه میخک – ساختمان آفرینش – طبقه سوم دفتر حسابداری دادگرحساب تشکیل می گردد. شماره تماس ۰۹۱۵۳۵۱۰۰۸۴ (در سطر سوم منتشر شده نوبت اول مورخ ۱۴۰۰/۰۷/۲۴ تاریخ توقف ۱۳۹۸/۱۲/۲۹ چاپ شده که صحیح آن ۱۳۸۹/۱۲/۲۹ می باشد)
تاریخ انتشار نوبت اول ۱۴۰۰/۰۷/۲۴ –تاریخ انتشار نوبت دوم ۱۴۰۰/۰۸/۲۴ –تاریخ انتشار نوبت سوم ۱۴۰۰/۰۹/۲۴
مدیر تصفیه شرکت درحال تصفیه شایان پوشش نیشابور (سهامی خاص) – علی شوروزی ۱۴۰۰۴۰۳۲۲/ش