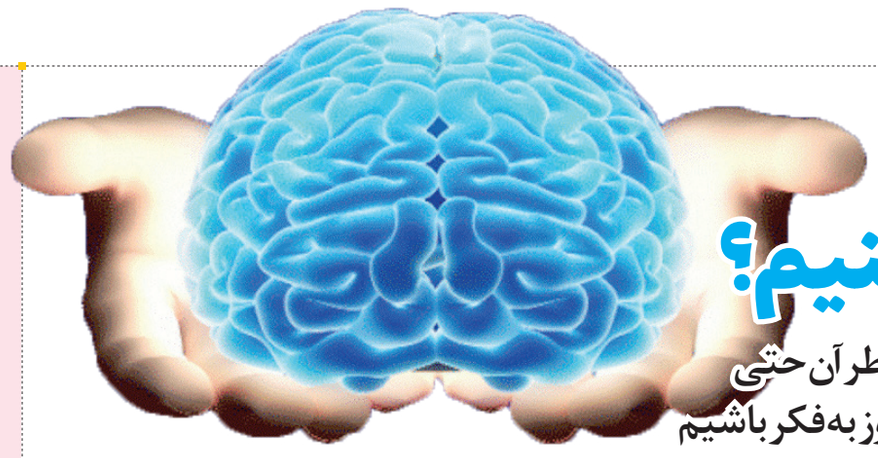
# چگونه از فرد مبتلا به آلزایمر مراقبت کنیم؟



## یک میلیون ایرانی به آلزایمر مبتلا هستند و خطر آن حتی در کمین دهه شصتی‌هاست، پس از همین امروز به فکر باشیم

پزشکی

**به تازگی معصومه صالحی، مدیر عامل انجمن دمانس و آلزایمر ایران گفته است که: «هم اکنون پیش بینی می‌شود که یک میلیون نفر در ایران مبتلا به آلزایمر باشند و همزمان با افزایش میزان سالمندی متأسفانه افزایش ابتلا به بیماری آلزایمر را هم شاهد خواهیم بود. امروز دهه شصتی‌های ما به سمت سالمندی در حرکت هستند و باید فضا را به گونه‌ای آماده کنیم که سالمندی تهدید نباشد.» از آن جا که رشد جمعیت سالمندی در کشور رو به افزایش است و این بیماری باعث زمین گیر شدن افراد در مراحل پیشرفته می‌شود، می‌تواند فشار اجتماعی، اقتصادی و روانی بر خانواده وارد کند؛ آن هم خانواده‌هایی که فرزندان زیادی ندارند و همه مشکلات بر دوش یک یا دو فرزند بسیار سنگینی می کند. به بهانه این خبر درباره این که آلزایمر چرا به وجود می‌آید، چطور باید از آن پیشگیری کرد، خانواده‌ها چطور از بیمار مبتلا به آلزایمر مراقبت کنند؟ مطلبی را آماده کرده‌ایم که در ادامه می‌خوانید:**

**آلزایمر چیست؟**

آلزایمر یا بیماری فراموشی، یک نوع اختلال عملکرد مغزی است که در اثر آن به تدریج توانایی های ذهنی بیمار تحلیل می‌رود. یک هشتم از افراد دارای ۶۵ سال و بیشتر، این حالت مخرب زوال عقل را دارند.

**۲ علامت هشداردهنده**

**✓ حافظه و گفتار**

حافظه بلندمدت معمولا دست نخورده باقی می ماند اما حافظه کوتاه مدت مختل می شود. این بیماری گفتار را هم مختل می کند.

**✓ از دست رفتن حافظه و تغییر رفتار**

آلزایمر می تواند سبب تغییرات رفتار و پریشانی شود. بی ثباتی خلقی و لغزش در قضاوت هم عوارض رایج آن است.

**اتفاقی که برای مغز می افتد**

آلزایمر سبب مرگ سلول های عصبی و از بین رفتن بافت ها در سرتاسر مغز می شود. بعضی اوقات علایم به سرعت تشدید و در عرض چند سال، منجر به زوال حافظه شدید و پریشانی می‌شود.

**آلزایمر و تغییر زندگی روزمره**

آلزایمر روی تمرکز اثر می گذارد و فرد مبتلا نمی‌تواند کارهای عادی مانند آشپزی و پرداخت صورت حساب را انجام دهد. بنابراین باید به او کمک کنید تا کارهای روزانه اش را انجام دهد و به عبارتی از پیشرفت بیماری پیشگیری کنید. از جمله کارهایی که می‌توانید انجام دهید عبارت است از:

۱- ورزش کمک به کند شدن روند آلزایمر می کند. فعالیت بدنی می تواند به بیمار کمک کند تا حدودی قدرت ماهیچه ای و هماهنگی خود را حفظ کند. ورزش می تواند به تقویت خلق او کمک کند و از احساس اضطراب او بکاهد. فعالیت‌هایی مانند پیاده روی، باغبانی یا حتی تا کردن لباس ها می تواند بهترین راه های دادن حس آرامش به فرد باشد.

۲- اگر از فرد مبتلا به آلزایمر مراقبت می کنید از او بخواهید تا بعضی از کارها را خودش انجام دهد. نوشتن محتویات کابینت ها روی آن ها و یادداشت کردن کارهای روزانه می تواند به او کمک کند.

۳- اگر دارو مصرف می کند یک جعبه دارو برای قرار دادن داروهای هفت روز او تهیه کنید تا آن ها را اشتباه مصرف نکند.

۴- افراد مبتلا به آلزایمر اغلب می فهمند که چه اتفاقی بر ایشان می افتد. این اتفاق ممکن است آن ها را شرمنده یا مضطرب کند؛ بنابراین مراقب علایم افسردگی آن ها باشید.

۵- بیشتر افراد مبتلا به آلزایمر می خواهند تا جایی که امکان دارد در منزل خود بمانند. اگر این افراد در پوشیدن لباس و استفاده از سرویس بهداشتی به تنهایی، دچار مشکل باشند، یک کمک کار یا پرستار در خانه می‌تواند در زمینه بهداشت شخصی و دیگر کارهای روزمره به آن ها کمک کند.

۶- وقتی یک عضو خانواده مبتلا به آلزایمر باشد، کودکان ممکن است احساس آشفتگی، ترس و حتی بی میلی داشته باشند. به کودکان بفهمانید که این احساسات طبیعی هستند و به سوالات آن ها درباره این بیماری صادقانه پاسخ دهید.

**پیشگیری از آلزایمر**

تحقیقاتی در این زمینه در حال انجام است. به ظاهر رژیم غذایی و ورزش از اهمیت بالایی برخوردار هستند. مطالعات نشان می دهد افرادی که رژیم غذایی مدیترانه ای غنی از سبزیجات، ماهی و حبوبات را در برنامه غذایی خود گنجانده اند و فعالیت بدنی زیادی دارند کمترین احتمال ابتلا به آلزایمر را دارند.

بدانیم

### به بهانه روز کره بادام زمینی با خواص آن بیشتر آشنا شویم

## فواید و ارزش غذایی کره بادام زمینی

کره بادام زمینی مقدار زیادی پروتئین، ویتامین های ضروری و مواد معدنی مانند منیزیم، پتاسیم و روی دارد. در ادامه به مواد مغذی این کره خوشمزه و فواید آن اشاره می کنیم:

**پروتئین** | هر دو قاشق غذاخوری کره بادام زمینی حدود ۷ گرم پروتئین دارد. پروتئین ها انرژی بدن را تامین می کنند و در هر گرم ۴ کالری دارند.

**منیزیم** | هر دو قاشق غذاخوری کره بادام زمینی، حاوی ۵۷ میلی گرم منیزیم است. منیزیم در بیش از ۶۰۰ واکنش در بدن نقش دارد و به عنوان یک کوفاکتور یا مولکول کمکی در واکنش های بیوشیمیایی عمل می کند.

**فسفر** | هر دو قاشق غذاخوری کره بادام زمینی حاوی حدود ۱۰۷ میلی گرم فسفر است که به بهبود و عملکرد فعالیت مغز کمک می کند.

**روی** | دو قاشق غذاخوری کره بادام زمینی حدود ۰/۸۵ میلی گرم روی را برای بدن فراهم می کند که برای تقویت سیستم ایمنی بدن، سنتز پروتئین و تشکیل DNA ضروری است.

**ویتامین B-3** | هر دو قاشق غذاخوری کره بادام زمینی حاوی ۴/۲۱ میلی گرم نیاسین است که به بهبود هضم و عملکرد عصبی تولید انرژی کمک می کند.

**ویتامین B-6** | هر دو قاشق کره بادام زمینی با داشتن ۰/۱۷ گرم ویتامین B برای سلامت قلب و سیستم ایمنی ضروری است.

کره بادام زمینی کالری، چربی اشباع شده و سدیم بالایی دارد، نباید در مصرف آن زیاده روی کرد، با این حال با رعایت اعتدال در مصرف می‌توان از مزایای آن بهره برد، از جمله:

✓ کاهش وزن
✓ تقویت و بهبود سلامت قلب
✓ بدن سازی
✓ مدیریت سطح قند خون
✓ جلوگیری از دیابت نوع ۲
✓ کاهش خطر سنگ صفرا
✓ تقویت سطوح انرژی
✓ کاهش آلرژی
✓ حفظ سلامت پوست

**عوارض مصرف بی رویه کره بادام زمینی**

هر ماده غذایی مفید اگر به صورت زیاد مصرف شود نه تنها برای سلامت بدن مفید نیست بلکه عوارضی هم به دنبال دارد. کره بادام زمینی هم از این قاعده مستثنا نیست. از جمله می توان به این موارد اشاره کرد:

۱- واکنش های آلرژی رایج ترین آثار جانبی کره بادام زمینی هستند. علاوه بر این، کره بادام زمینی فراوری شده ممکن است حاوی اسیدهای چرب ترانس دار بیشتری باشد که خطر بیماری های عفونی را افزایش می دهد.

۲- با مصرف بیش از حد کره بادام زمینی ممکن است منجر به سالمونلوز (عفونت سالمونلوز از خوردن غذای آلوده در اثر عفونت باکتری سالمونلا ایجاد می شود.) شود، که ممکن است با علایمی مانند گرفتگی شکم، اسهال و استفراغ همراه باشد.

۳- مقدار کالری بالای کره بادام زمینی ممکن است به اضافه وزن و چاقی شما منجر شود.

بانوان

سلامت

## فینگر فود برای بچه‌ها

فینگر فودها غذاهایی به اندازه لقمه هستند که به راحتی قابل بلعیدن اند. چندین متخصص پیشنهاد می کنند به محض این که کودک شروع به خوردن غذاهای جامد کرد، غذاهای انگشتی را در برنامه غذایی او اضافه کنید.

خوردن غذاهای انگشتی به کودکان کمک می کند تا مهارت های حرکتی و هماهنگی چشم و دست را بهبود دهند.

**نکات مهم در دادن فینگر فود به کودکان**

✓ غذا را به قطعات کوچک و به اندازه لقمه خرد کنید.
✓ غذاهای بیشتری با بافت های متفاوت ارائه دهید.
✓ غذاهای دارای بافت گلوله ای و چسبناک مانند کره یا کره آجیل را به کودکان ندهید این غذاها به کام، لثه ها و زبان کودک می چسبد و خطر خفگی را افزایش می دهد.
✓ هرگز کودک را در حالی که خودش غذا می خورد بدون مراقبت رها نکنید و حتما به روند غذا خوردن او نظارت کنید.

**بهترین غذاهای انگشتی برای کودکان**

**سیب‌زمینی** | تکه‌های نازک سیب زمینی و سیب‌زمینی بخارپز، پخته و برشته، غذای مناسبی برای کودکان هستند. می توانید آن ها را با ماست سرو کنید.

**هویج** | نوارهای هویج پوست کنده و بخارپز، برشته یا پخته شده، فینگر فود مناسبی برای کودکان است. همان طور که کودک بزرگ تر می شود، می توانید مکعب های هویج خرد شده و بخارپز شده را برای جویدن به کودک خود بدهید.

**موز** | موز رسیده دارای بافت نرم و لطیفی است که مصرف آن برای کودکان آسان است. کودکان می توانند برش های نازک و لقمه ای موز را با دست بخورند. همچنین می توانید یک کاسه پوره موز برای آن ها سرو کنید.

**سیب** | برش های سیب خام خطر خفگی دارد. بهتر است سیب را بخارپز کنید. پوست آن را بگیرید و سپس آن را برش دهید تا به عنوان فینگر فود سرو شود.

داده تصویری

**سند کمپانی خودرو لیفان ۸۲۰ مدل ۹۶**
به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۶۵۳م ۶۱ و شماره موتور LF489Q170490468 و شماره شاسی NAKNH4626HB103682 به نام مرضیه رمضانی
**مفقودو فاقد اعتبار می باشد**/۱۴۰۰۵۸۷۶/پ

**برگ سبز پژو پارس tu5 مدل ۹۳**
**به شماره انتظامی ایران ۳۶-۴۹۴ ط ۴۱**
**شماره شاسی** NAAN11FC5EK687798
**شماره موتور** 139B0069899 **به نام مهران بهروش**
**مفقودو فاقد اعتباراست** ۱۴۰۰۵۸۶۲۰/ف

برگ سبز خودرو MVM550
شماره انتظامی ایران ۱۲ - ۶۹۸ ق ۳۵
شماره موتور MVM484FCAFF000947
شماره شاسی NATGCARK3F1000908
بنام مرتضی امامی مفقود و فاقد اعتبار است
۱۴۰۰۵۸۶۱۰/ف

برگ سبز خودرو پراید به شماره انتظامی ۳۲-۴۵۱ی۶۸ وشماره شاسی S1442278149958 وشماره موتور ۱۰۲۰۱۲ به نام طلعت شور گشتی مفقود شده وفاقد اعتبار است.
۱۴۰۰۵۸۸۰۰/ش

**برگ سبز و سند پراید مدل ۸۸ مشکی روغنی تیپ**GTXI
**شماره انتظامی ۴۲ ایران ۷۵۶ ج ۷۲**
**شماره شاسی** S1412288999741
**شماره موتور** 3007582 **به نام احمد اخگری طرقی**
**مفقودو اعتبارندارد** ۱۴۰۰۵۸۶۲۷/ف

برگ سبز و کارت خودرو پراید صبا نوک مدادی مدل ۸۷
به شماره انتظامی ایران ۳۶-۶۲۷ هـ ۹۹
شماره شاسی S1412287566325
شماره موتور ۲۶۸۴۸۳۰
بنام علی حاجی زاده شارک مفقود و فاقد اعتبار است
۱۴۰۰۵۸۶۰۰/ف

**برگ سبز، کارت سوخت و کارت خودرو پژو پارس مدل ۱۳۹۳** به شماره انتظامی ۳۶ - ۸۲۴ ص ۲۷ و شماره موتور ۱۲۴K۰۴۰۹۴۹۰ و شماره شاسی NAAN۰۱CA۵EH۱۱۹۹۳۱ به نام حجت ا... محمدی مفقود و فاقد اعتبار می باشد.
۱۴۰۰۵۸۸۴۱/ف

**آگهی مزایده اموال منقول نوبت اول**
به موجب اجرائیه صادره از سوی شعبه اول دادگاه عمومی کلات ثبت به کلاسه ۸۰۱/۰۰۰۰۵۸ محکوم علیه شرکت آرنیکا پردازش آرتین نوآور محکوم به تادیه ۴۰۳/۹۳۸/۸۸۸ ریال در حق محکوم له علی اکبر قنبرپور دربندی و پرداخت ۲۰/۱۹۶/۹۴۴ ریال حق الاجرای دولتی گردیده است . با توجه به امتناع محکوم علیه از تادیه بدهی حسب تقاضا و ارائه محکوم له یک دستگاه ATM (خودپرداز) مدل NCR متعلق به محکوم علیه توقیف و توسط کارشناس رسمی دادگستری مورد بازدید واقع و نظریه بدین شرح ارائه نموده است : مدل دستگاه NCR سری ۵۸۸۶ است و کیس دستگاه از نوع pivat case و نرم افزار معمولی است . در حال حاضر دستگاه خاموش و بدون استفاده است و بر روی دستگاه و قطعات خاک زیادی نشسته است . تسمه ها نیازمند تعویض و قطعات نیازمند سرویس می باشند . سوئیچ بانکی قطع شده است . با توجه به شرایط دستگاه شامل مشکل نرم افزاری دستگاه و عدم سازگاری اجزا و عوامل موثر دیگر و نیاز به سرویس کلی دستگاه ، ارزش دستگاه ۲۴۵/۰۰۰/۰۰۰ (دویست و چهل و پنج میلیون ریال) ارزیابی می گردد . مقرر است دستگاه مذکور از طریق مزایده حضوری ، در مورخه روز چهار شنبه ۱۴۰۰/۱۱/۲۰ از ساعت ۱۰ الی ۱۱ صبح در محل دفتر اجرای احکام مدنی دادگستری کلات و با حضور نماینده محترم دادسرای عمومی و انقلاب کلات فروخته شود . شرکت در مزایده برای عموم آزاد است . طالبین به خرید می توانند پنج روز قبل از موعد مزایده با هماهنگی واحد اجرا از مال توقیفی دیدن نموده و از وضعیت و مشخصات کامل ملک اطلاع حاصل نمایند . چنانچه روز مزایده مصادف با تعطیل رسمی غیر مترقبه باشد ، روز اداری بعد از تعطیلی در همان ساعت و مکان مزایده برگزار می شود . مزایده از قیمت کارشناسی شروع و به کسی که بالاترین قیمت را پیشنهاد نماید واگذار خواهد شد . ده درصد بهای مال طی چک تضمین شده بانک ملی در وجه اجرای احکام مدنی دادگستری کلات و یا نقدا بابت تضمین شرکت در مزایده و قبل از آن از شرکت کنندگان اخذ و مابقی ظرف یک ماه از برنده مزایده وصول خواهد شد . در صورت امتناع برنده از تودیع مابقی ، وجه ماخوذه پس از کسر هزینه های مزایده به نفع دولت ضبط خواهد شد .
**مدیر اجرای احکام مدنی دادگستری شهرستان کلات - غلامیان**
۱۴۰۰۵۸۷۹۲/ش

**برگ سبز خودرو پژو ۴۰۵ نقره ای - متالیک مدل ۹۴** به شماره شاسی NAAM11BE5FK736866 به شماره موتور 124K0761741 به نام رضا مبتدی فریمانی به شماره ملی 0848473639 و شماره پلاک ایران ۴۲-۳۳۵ب۱۳ مفقود گردیده واعتبارندارد.
۱۴۰۰۵۸۷۸۷/ف

**برگ سبز خودرو مزدا دوکابین مدل ۹۶**
به شماره انتظامی ۳۲ایران ۶۲ه۷۱۶
و شماره موتور E2G1A0372 و شماره شاسی NAGP2PC32HA265245 به نام کبری جوادیان کاخکی
**مفقود وفاقد اعتبار می باشد** ۱۴۰۰۵۸۷۰۸/پ

**سند کمپانی وبرگ سبز وانت زامیاد رنگ آبی** به شماره انتظامی ۳۲-۷۱۴ب۵۹ وشماره موتور ۶۳۷۴۲۲ وشماره شاسی NAZPL140BC0352194 به نام محمد شریفان مفقود شده وفاقد اعتبار است.
۱۴۰۰۵۸۸۰۳/ش

**برگ سبز و سند خودروی سیستم زامیاد تیپ** Z24NIBM مدل ۱۴۰۰ رنگ آبی- روغنی به شماره موتور M24860553M و به شماره شاسی NAZPL140BM0605599 و به شماره انتظامی ۸۱۹ل۶۶ ایران ۴۲ به نام صغری قانعی کارگر مفقود و از درجه اعتبار ساقط است.
۱۴۰۰۵۸۷۸۸/ش

**برگ سبز تراکتور ۲۸۵**
**به شماره انتظامی ۱۶۵ ک ۱۳ ایران ۱۲**
**شماره شاسی** 13533J **شماره موتور** LSW00585X
**بنام حامد حبیبی مفقودو اعتبارندارد.**
۱۴۰۰۵۸۵۸۹/ف

**برگ سبز خودرو نیسان به نام حسین عابد هی هی**
به شماره انتظامی 32ط979 ایران 32
و شماره موتور 374690 و شماره شاسی J057429
مفقود و فاقد اعتبار است.
۱۴۰۰۵۸۷۶۷/ر

کارت مشخصات و برگ سبز خودرو پراید صبا
**شماره انتظامی ایران ۱۲ - ۸۴۱ ی ۴۱**
شماره شاسی ۱۴۱۲۲۷۹۶۷۶۹۱۰
شماره موتور ۰۰۲۰۳۹۷۸
بنام عظیم شفیعی شورآب مفقود و فاقد اعتبار است.
۱۴۰۰۵۸۵۴۴/ف

**برگ سبز و کارت خودروپراید هاچ بک مدل ۸۷**
به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۶۳۸ن۶۵
و شماره موتور ۲۵۲۶۰۹۷ و شماره شاسی S1442287196387 به نام رضوان نجیب کاریزکار
**مفقود و فاقد اعتبار می باشد**/۱۴۰۰۵۸۷۳/پ

**پروانه بهره برداری واحد پرورش مرغ گوشتی**
به کد شناسایی ۱۲۹۲۰۱۰۶۵۱۰۰۴۷۳ و شماره ابلاغیه ۰۲۰/۳۱۸ مورخ ۱۳۹۱/۱/۱۰ به نام حسن نامی مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد
۱۴۰۰۵۸۷۹۸/چ

**برگ سبز خودرو سواری پژو** tu5 PARS **مدل ۱۴۰۰** با شماره پلاک ایران ۲۶ ۳۴ط۷۲۵ شماره موتور ۱۳۹b۰۲۴۶۳۸۳ شماره شاسی NAAN11FE6MK139340 به نام محدثه شریعتی مفقود و اعتبار ندارد.
۱۴۰۰۵۸۷۸۲/و

**برگ سبز و سند خودروی سیستم زامیاد تیپ** Z24NIBM مدل ۱۴۰۰ رنگ آبی- روغنی به شماره موتور M24860553M و به شماره شاسی NAZPL140BM0605599 و به شماره انتظامی ۸۱۹ل۶۶ ایران ۴۲ به نام صغری قانعی کارگر مفقود و از درجه اعتبار ساقط است.
۱۴۰۰۵۸۷۸۸/ش

**برگ سبز و سند خودرو پژو روآ مدل ۸۵**
به شماره انتظامی ۳۲ایران ۸۲۹و۷۳
و شماره موتور ۱۱۶۸۵۰۲۰۷۵۹
و شماره شاسی ۱۵۴۱۸۳۴۱ به نام شعله شاکری
**مفقودو فاقد اعتبار می باشد**/۱۴۰۰۵۸۷۱۲/پ

**برگ سبز خودرو مزدا دوکابین مدل۹۶**
به شماره انتظامی ۳۲ایران ۶۲ه۷۱۶
و شماره موتور E2G1A0372 و شماره شاسی NAGP2PC32HA265245 به نام کبری جوادیان کاخکی
**مفقود وفاقد اعتبار می باشد** ۱۴۰۰۵۸۷۰۸/پ

**برگ سبز و سند کمپانی خودرو پراید مدل ۱۳۸۵** به شماره انتظامی ایران ۳۲-۷۷۹ط ۸۶ به شماره موتور ۱۴۱۰۸۲۲ وشماره شاسی S1412285754167 به نام محسن حسن فخر آبادی مفقود شده وفاقد اعتبار است.
۱۴۰۰۵۸۸۱۱/ش

**کارت کامیون کشنده دانگ فنگ مدل ۱۳۹۵ سفید**
**به شماره انتظامی ۴۲ ایران ۴۵۳ ع ۳۵**
**شماره شاسی** NADG3DV2XGH617355
**شماره موتور** ISLE3753078171057
**بنام جواد محمدنژاد مفقودو اعتبارندارد**
۱۴۰۰۵۸۷۵۰/ف

**اسناد مالکیت کامیون کشنده ایویکو مدل ۱۹۹۲**
به شماره انتظامی ۵۴ ایران ۴۷۲ع۲۲ و شماره موتور ۲۸۵۷۵۶ و شماره شاسی ۱۳۳۶۹۵
به نام محمد رضا محمودی
**مفقود و فاقد اعتبار می باشد** ۱۴۰۰۵۸۸۳۶/پ

**برگ سبز و سند خودرو پراید صبا مدل ۱۳۹۳** به شماره انتظامی ۳۶ - ۸۲۴ ص ۲۷ و شماره موتور ۱۲۴K۰۴۰۹۴۹۰ و شماره شاسی NAAN۰۱CA۵EH۱۱۹۹۳۱ به نام حجت ا... محمدی مفقود و فاقد اعتبار می باشد.
۱۴۰۰۵۸۸۴۱/ف

**برگ سبز خودرو پژو ۴۰۵ نقره ای - متالیک مدل ۹۴** به شماره شاسی NAAM11BE5FK736866 به شماره موتور 124K0761741 به نام رضا مبتدی فریمانی به شماره ملی 0848473639 و شماره پلاک ایران ۴۲-۳۳۵ب۱۳ مفقود گردیده واعتبارندارد.
۱۴۰۰۵۸۷۸۷/ف

**برگ سبز و سند خودرو پژو روآ مدل ۸۵**
به شماره انتظامی ۳۲ایران ۸۲۹و۷۳
و شماره موتور ۱۱۶۸۵۰۲۰۷۵۹
و شماره شاسی ۱۵۴۱۸۳۴۱ به نام شعله شاکری
**مفقودو فاقد اعتبار می باشد**/۱۴۰۰۵۸۷۱۲/پ

**برگ سبز خودرو مزدا دوکابین مدل۹۶**
به شماره انتظامی ۳۲ایران ۶۲ه۷۱۶
و شماره موتور E2G1A0372 و شماره شاسی NAGP2PC32HA265245 به نام کبری جوادیان کاخکی
**مفقود وفاقد اعتبار می باشد** ۱۴۰۰۵۸۷۰۸/پ

**برگ سبز و سند کمپانی خودرو پراید مدل ۱۳۸۵** به شماره انتظامی ایران ۳۲-۷۷۹ط ۸۶ به شماره موتور ۱۴۱۰۸۲۲ وشماره شاسی S1412285754167 به نام محسن حسن فخر آبادی مفقود شده وفاقد اعتبار است.
۱۴۰۰۵۸۸۱۱/ش

**برگ سبزخودرو به نام رضا عیدی ثانی**
شماره انتظامی ایران ۱۲ ۸۵ن ۴۷۹
و شماره موتور ۱۲۴۸۵۲۱۶۰۵۹
و شماره شاسی ۱۹۳۸۷۹۲۰
مفقود و فاقد اعتبار است.
۱۴۰۰۵۸۷۶۵/ر

**آگهی دعوت مجامع عمومی فوق العاده ( نوبت سوم )**
**و عادی بطور فوق العاده ( نوبت دوم )**
**شرکت تعاونی مسکن المهدی پرسنل منطقه انتظامی درگز به شماره ثبت ۱۱۷**
جلسات مجامع عمومی فوق العاده و عادی بطور فوق العاده درتاریخ های ذیل د رمحل : سالن اجتماعات اداره ارشاد اسلامی درگز جنب مصلی نمازجمعه با دستور جلسه های ذکر شده تشکیل می گردد از اعضای تعاونی دعوت می شود با همراه داشتن مدارک عضویت و کارت شناسائی معتبر راس ساعت مقرر دراین جلسات حضور بهم رسانند
زمان برگزاری مجمع فوق العاده : روز یک شنبه مورخ ۱۴۰۰/۱۱/۱۷ ساعت ۱۵:۳۰
دستور جلسه مجمع فوق العاده : ۱- تصویب تمدید مدت فعالیت شرکت .
زمان برگزاری مجمع عادی بطور فوق العاده :
روز یک شنبه مورخ : ۱۴۰۰/۱۱/۱۷ ساعت ۱۶:۳۰
دستورجلسه مجمع عادی بطور فو ق العاده
۱-استماع گزارش هیات مدیره و بازرسان
۲-تصویب ترازنامه وصورت های مالی سالهای ۱۳۹۶ الی ۱۳۹۹
۳-تصویب بودجه پیشنهادی سال مالی ۱۴۰۰
۴-انتخابات هیات مدیره جدید
۵-انتخابات بازرسان جدید
۶-تصویب اجرای طرح تهیه مسکن ملی
۷-تعیین روزنامه کثیر الانتشار جهت درج آگهی شرکت
**یادآوری**
۱- از اعضای محترمی که تمایل به کاندیدشدن درسمت های هیات مدیره و یابازرسی شرکت تعاونی رادارند دعوت می شود حداکثرظرف مدت یک هفته از تاریخ انتشار این آگهی از ساعت ۱۶ تا ۱۹ به محل دفتر شرکت به ادرس درگز – بولوار امام ر ضا ، روبروی اداره ثبت اسناد ، پلاک ۲۸۸ – طبقه همکف مراجعه و فرم مربوطه راتکمیل نمایند.
۲-اعضا محترم می توانندحق رای و حضورخود درمجمع عمومی رابه موجب وکالتنامه کتبی به فرد دیگری واگذار نمایند دراین صورت هرعضو علاوه بررای خود حداکثر تا ۳ رای با وکالت و غیر عضو فقط یک رای وکالتی می تواند داشته باشد هریک از اعضا می تواند جهت اخذ ورقه ورود به جلسه مجمع و اعطای وکالت به همراه نماینده خود با داشتن مدارک شناسایی معتبر درتاریخ های ۱۴۰۰/۱۱/۱۴ و ۱۴۰۰/۱۱/۱۶ از ساعت ۱۶ الی ۱۹ به محل دفتر شرکت مراجعه نمایند.
**هیات مدیره**
۱۴۰۰۵۸۷۹۴/ش