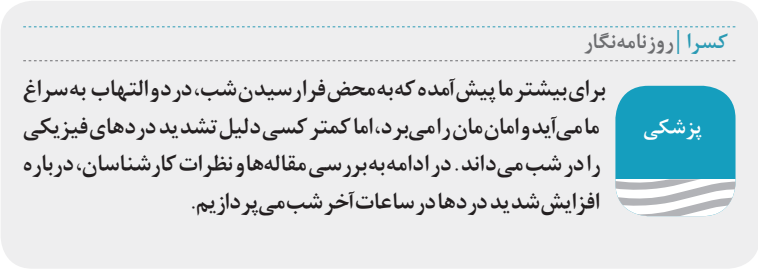


دردهای بی‌وقفه شب

تضعیف سیستم ایمنی، فعال تر شدن میکروب‌ها و ویروس‌ها، اختلالات روان‌شناختی، پر خونی و ایستایی جریان عروقی می‌تواند از دلایل بروز بیشتر درد و التهاب در شب باشد



کسرا | روزنامه‌نگار

پزشکی

برای بیشتر ما پیش آمده که به محض فرار سیدن شب، در دو التهاب به سراغ ما می‌آید و امان‌مان را می‌برد، اما کمتر کسی دلیل تشدید دردهای فیزیکی را در شب می‌داند. در ادامه به بررسی مقاله‌ها و نظرات کارشناسان، درباره افزایش شدید دردها در ساعات آخر شب می‌پردازیم.

• اوج درد در ساعت ۳ بامداد

فرایندهای بیولوژیکی که به عنوان ریتم شبانه‌روزی (circadian rhythms) شناخته می‌شوند، به گونه‌ای در بدن تنظیم می‌شوند که در زمان‌های دقیقی در طول روز، بالا و پایین و سپس توسط ساعت داخلی بدن هدایت می‌شوند. لنس کریگسفلد، زیست‌شناس دانشگاه کالیفرنیا می‌گوید که این ریتم شبانه‌روزی تقریباً هر سیستم‌بدنی تأثیری می‌گذارد و تمام جنبه‌های فیزیولوژی و رفتار ما را کنترل می‌کند. این تیم تحقیقاتی تأثیر این ریتم‌ها بر دردها را استفاده از یک محرک حرارتی در دناک و کوتاه نشان دادند. به این شکل که طی فرایند آزمایش، در دناشی از این محرک در شرکت‌کنندگان در حوالی ساعت ۳ بامداد به اوج خود می‌رسید و

در حدود ساعت ۳ بعد از ظهر کمترین میزان درد حس می‌شد. همچنین این تحقیق نشان داد که فاکتور ریتم شبانه‌روزی مخصوص محرک‌های دردناک است چرا که در بخش دیگری از آزمایش، داوطلبان با شرایطی که در آن دما به آرامی بالا می‌رفت روبه‌رو شدند. در این آزمایش، افزایش آرام‌دما تا زمانی که فرد گرم‌تر تشخیص دهد ولی در آستانه دردناک نباشد، ادامه داشت و جالب است بدانید که در چنین فرایندی هیچ الگوی ریتمیکی در خصوص افزایش دما دیده‌نشد.

• ارتباط کمبود خواب و درد

از طرفی از آن جایی که شرکت‌کنندگان اجازه خواب در طول شب را نداشتند، محققان می‌توانستند ارتباط بین افزایش درد با کمبود خواب را بررسی کنند. قبل از انتشار این تحقیق،

نظریه غالب درباره افزایش حساسیت به درد در شب با فاکتور کمبود خواب در ارتباط بود. اما محققان در این مقاله جدید نشان دادند که هر گونه افزایش حساسیت به درد به دلیل کمبود خواب به صورت خطی با بیشتر شدن فشار خواب، افزایش می‌یابد. در واقع این الگو از ساعت ۴ صبح به بعد با کاهش قابل مشاهده که توسط سیستم شبانه‌روزی هدایت می‌شود در تضاد است.

• تضعیف سیستم ایمنی تا اختلالات

روان‌شناختی

دکتر ایرج خسرو نیا، متخصص بیماری‌های داخلی و رئیس انجمن متخصصان داخلی ایران می‌گوید: «بیماری در هر ساعتی از شبانه‌روز اتفاق می‌افتد ولی علایم بعضی از بیماری‌ها مانند بیماری‌های میکروبی و ویروسی در شب‌ها بیشتر بروز می‌کند. از آن‌جا که جریان خون در شب‌ها آهسته‌تر می‌شود سلول‌های دفاعی در خون کاهش می‌یابد و همین عامل تضعیف سیستم ایمنی می‌تواند باعث فعال تر شدن میکروب‌ها و ویروس‌ها در بدن شود. گاهی علایمی هم هستند که علت خاصی برای آن‌ها یافت نمی‌شود. یکی از مهم‌ترین آن‌ها دردهای شبانه‌است. در دی که احتمالاً ریشه در بعضی



از اختلال‌های عصبی، روانی دارد. یعنی بیمار دچار اختلال روان‌شناختی است که با تظاهرات جسمی توأم است. این تظاهرات معمولاً شب‌ها که فرد مشغول کاری نیست شدت می‌گیرد و روزها کاهش می‌یابد.»

• ایستایی جریان عروقی، دلیل التهاب

درب‌شب

دکتر شهلا ابوالقاسمی، فوق تخصص روماتولوژی و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی آزاد اسلامی می‌گوید: «معمولاً بیماری‌های التهابی هنگام شب کمی بیشتر ظاهر می‌شوند. اغلب انسان‌ها در ساعات تاریک هوا، در حال استراحت هستند پس بدن حرکت کمتری دارد و تخلیه عروق و لنف هم به آرامی صورت می‌گیرد. بهترین مثال، درباره بیماران مبتلا به روماتیسم و آرترروز است. بیماران مبتلا به روماتیسم روزها در دندان‌دلی شب‌ها از شدت درد نمی‌توانند بخوابند. علت اصلی این ماجرا، پر خونی و ایستایی جریان عروقی یا لنفی ناشی از بی‌حرکتی اعضای است که باعث می‌شود فاکتورهای التهابی در بافت توقف کنند و آهسته‌تر از محل التهاب خارج شوند.»

کنتل عدس یک غذای خوشمزه پاییزی

• طرز تهیه:

۱- ابتدا عدس را تمیز کنید و بشویید، سپس داخل یک قابلمه مناسب بریزید. اکنون سبب زمینی ها را پوست و به صورت تکه های درشت خرد کنید.
۲- سبب زمینی ها را به همراه سه لیوان آب درون قابلمه بریزید. اکنون قابلمه را روی حرارت بگذارید و اجازه دهید آب درون قابلمه خشک شود و عدس و سبب زمینی به طور کامل بپزد.
۳- پس از این که سبب زمینی و عدس پخته شدند، آن ها را درون یک کاسه مناسب بریزید و با گوشت کوب به خوبی له کنید تا یکدست شوند. اکنون پیاز رانده و پس از گرفتن آب اضافی آن به مواد داخل کاسه اضافه کنید.
۴- سیر را رنده و به همراه گوشت چرخ کرده، تخم مرغ و مقداری نمک، فلفل سیاه و زردچوبه به مواد دیگر اضافه کنید. اکنون آرد سوخاری را کم

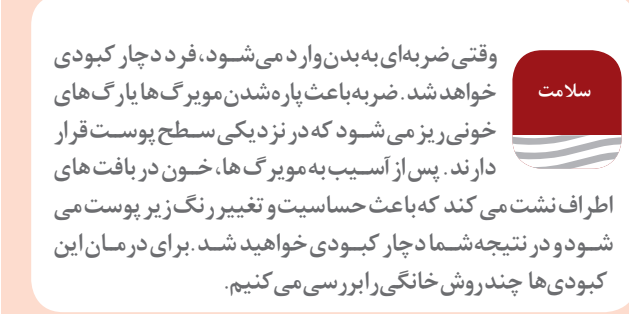
کم اضافه و مواد را مخلوط کنید تا بافت مایه کنتل منسجم شود.
۵- توجه داشته باشید که ممکن است به آرد سوخاری بیشتری نیاز باشد. اکنون مایه کنتل را به مدت ۱۵ دقیقه درون فضای آشپزخانه استراحت دهید، سپس یک تابه مناسب روی حرارت بگذارید.
۶- در این مرحله مقداری روغن به تابه اضافه کنید و اجازه دهید روغن داغ شود. اکنون دست هایتان را خیس کنید و به اندازه یک نارنگی از مایه کنتل بردارید و آن را به صورت گرد در آورید.
۷- مایه کنتل را با کف دست کمی تخت کنید و درون روغن داغ قرار دهید تا یک طرف کنتل سرخ شود. پس از این که یک طرف کنتل سرخ شد، آن را برگردانید تا طرف دیگر آن به خوبی سرخ شود.
۸- تمام مایه کنتل را سرخ کنید، سپس روی دستمال حوله ای قرار دهید تا روغن اضافی آن گرفته شود.



مواد لازم برای ۴ نفر

- عدس: ۲ لیوان
- سبب زمینی: ۲ عدد
- پیاز: یک عدد
- تخم مرغ: ۳ عدد
- گوشت چرخ کرده (اختیاری):
- ۲۰۰ گرم
- سیر: یک حبه
- آرد سوخاری: ۲ قاشق غذاخوری
- نمک و فلفل سیاه: به مقدار کافی
- زردچوبه و روغن: به مقدار کافی

روش های خانگی درمان کبودی



وقتی ضربه‌ای به بدن وارد می‌شود، فرد دچار کبودی خواهد شد. ضربه باعث پاره شدن مویرگ‌ها یا رگ‌های خونی می‌شود که در نزدیکی سطح پوست قرار دارند. پس از آسیب به مویرگ‌ها، خون در بافت‌های اطراف نشت می‌کند که باعث حساسیت و تغییر رنگ زیر پوست می‌شود و در نتیجه شما دچار کبودی خواهید شد. برای درمان این کبودی‌ها چند روش خانگی را بررسی می‌کنیم.

- ❖ **یخ درمانی** | بلافاصله پس از آسیب، روی محل ضربه یخ نگه‌دارید تا جریان خون در اطراف آن کاهش یابد. خنک کردن رگ‌های خونی می‌تواند میزان خونی را که به بافت اطراف نشت می‌کند، کاهش دهد. این مسئله می‌تواند از آشکار شدن کبودی جلوگیری کند و تورم را کاهش دهد.
- ❖ **گرمای** | گرمای پاک‌سازی خون محبوس شده پس از ایجاد کبودی کمک می‌کند. استفاده از گرم‌ما همچنین می‌تواند به شل شدن عضلات منقبض و تسکین درد کمک کند. می‌توانید از پد گرم‌کننده یا کیسه آب گرم استفاده کنید.
- ❖ **فشرده‌سازی** | ناحیه کبود شده را در یک باند الاستیک ببندید. این کار بافت‌ها را فشرده و به جلوگیری از نشت رگ‌های خونی کمک می‌کند.
- ❖ **تغییر ارتفاع** | طوری بنشینید که ناحیه کبود شده کمی بالاتر از حد معمول باشد. این به تسکین درد و تخلیه مایع از ناحیه کبودی کمک می‌کند.
- ❖ **کرم ویتامین K** | ویتامین K یک ماده مغذی ضروری است که به لخته شدن خون کمک می‌کند. برای رفع کبودی حداقل دو بار در روز کرم ویتامین K را به آرامی روی کبودی بمالید.
- ❖ **آلوئه‌ورا** | آلوئه‌ورا گزینه مناسبی برای کاهش درد و التهاب است. می‌توانید آن را به صورت موضعی در ناحیه آسیب دیده بمالید.
- ❖ **ویتامین C** | ویتامین C دارای خواص ضد التهابی است و می‌تواند برای بهبود زخم استفاده شود. همچنین برای رفع کبودی از ژل‌ها، کرم‌ها یا سرم‌هایی استفاده کنید که حاوی ویتامین C هستند. در کنار این موارد، می‌توانید این ویتامین را به عنوان مکمل مصرف کنید یا مقدار زیادی میوه و سبزیجات تازه بخورید.
- ❖ **آناناس** | بروملین مخلوطی از آنزیم‌های موجود در آناناس است. بروملین می‌تواند به کاهش شدت کبودی و کاهش التهاب کمک کند. می‌توانید آناناس بخورید یا مکمل‌های بروملین را مصرف کنید.
- ❖ **کامفری** | کامفری گیاهی است که اغلب برای درمان بیماری‌های پوستی و التهاب استفاده می‌شود. نتایج تحقیقات نشان داده است که Comfrey cream دارای قدرت درمانی است که برای درمان کبودی استفاده می‌شود. شما باید چندبار در روز کرم را روی کبودی خود بمالید. همچنین می‌توانید با استفاده از برگ‌های خشک شده کمپرس درست کنید.

تازه ها

حسگرهای پوشیدنی هوشمند

محققان آکادمی ایدن (Eden) به تازگی حسگر ارزان قیمت جدیدی را برای نظارت بر تنفس، ضربان قلب و آمونیاک در تی شرت‌ها و ماسک‌های صورت طراحی کرده‌اند. از جمله کاربردهای این حسگرهای می‌توان به نظارت بر ورزش، خواب و استرس تا تشخیص و نظارت بر بیماری از طریق تنفس و علایم حیاتی اشاره کرد.
فهد الشبونا (Fahad Alshabouna) نویسنده این مطالعه می‌گوید: «حسگرهای ما کاربردهای بسیاری دارند. تولید آن‌ها نسبتاً آسان است و با تولید انبوه آن‌ها می‌توان نسل جدیدی از پوشیدنی‌ها را ایجاد کرد. حتی می‌توان در آینده از این حسگرها برای تشخیص بیماری‌ها و درمان، نظارت بر بدن در هنگام ورزش، خواب و استرس استفاده کرد.»
محققان این حسگرها را در یک ماسک صورت برای نظارت بر تنفس، یک تی شرت برای نظارت بر فعالیت قلب و برای نظارت بر گازهایی مانند آمونیاک (بخشی از تنفس که می‌تواند برای تشخیص عملکرد کبد و کلیه استفاده شود) طراحی کردند. حسگرهای ساخته شده از PECTEX با دمای ۳۰ درجه از طریق ماشین لباس شویی قابل شست و شو هستند و نسبت به رشته‌های رسانای نقره‌ای موجود در بازار شکستی نر بوده و رسانایی الکتریکی بیشتری دارند.

برگ سبز و سند کمپانی خودرو برابند مدل ۸۵	برگ سبز خودرو ۱۵00CC همتاز مدل ۹۴
شماره انتظامی ایران ۱۲-۹۵۹۱-۶۵	رنگ قرمز رزشکی به شماره انتظامی ۷۷۲۸۱۵۸۷
شماره موتور ۱۶۳۵۸۹۲	به شماره پشته ۱50E9422۱37
شماره شاسی S14۱228524026۱	به شماره موتور 014۹NBF205628
بنام علیرضا علیراده ز زمهری مفقود و فاقد اعتبار است	محمّد باقر خلیلی مفقود و فاقد اعتبار است
۱۳۰۱۸۹۳۰۲/۱۲/۱۲	۱۳۰۱۸۹۳۰۲/۱۲/۱۲

آکبى مزایده	آکبى مزایده اموال غیر منقول (اسناد دهم)
هیئت تصفیه تعاونی مسکن افسران و کارمندان لشکر ۷۷ به شناسه ملی ۰۷۹۱۳۱۰۱۴۰۸ در راستای امر تصفیه اقدام به فروش یک قطعه زمین از اموال شرکت به شرح ذیل می نمایند.	آکبى مزایده اموال غیر منقول (اسناد دهم)
۱- قطعه زمین به مساحت ۲۱۷۰ مترمربع دارای کاربری تجاری محله و فاقد پروانه تجاری به پلاک ثبتی ۸۲۹۵۰ (اصلاحیه مکرر ۱۲۴۱۴) فرعی از ۱۱۹۶۵ فرعی از ۱۱۹۶۵ از ۱۷۵ اصلی بخش ۱۰ مشهد به آدرس مشهد قاسم آباد شهرک لشکر فلاچی ۸ حداقل بلوار چهارده معصوم و فلاچی ۸/۷ که از سمت شمال به طول ۲۰ متر به خیابان ۱۲ متری فلاچی ۸/۷، از شرق به طول ۱۰۸/۵۰ متر به پلاک ۱۱۹۶۶، از جنوب به طول ۲۰ متری خیابان ۲۵ متری، از غرب به طول ۱۰۸/۵۰ متر به خیابان ۱۸ متری متصل می باشد.	به موجب پرونده اجرائی کلاسه ۱۰۹۰۰۰۴۶- یک قطعه ابار ثمن انواع ملک فوق پلاک ثبتی ۱۸۶۵ فرعی از ۱۳۰ اصلی، مفروز و مجزا شده از ۱۴۴۳ فرعی از اصلی مذکور بخش ۷ ناحیه ۰۰ حوزه ثبت ملک چناران استان خراسان رضوی به مساحت ۸/۲۴ متر مربع به حدود : شمالاً - بطولهای ۱۱/۱۰ و ۱۴/۰ و ۱۴/۰ و ۴/۰ و ۲/۲ متر دیوار و پنجره است به صحن حیاط شرقاً : - ۱- بطول ۴/۵۵ متر دیوار و ریست برآه پله دوم بطول ۱/۶۰ متر درب و دیوار ریست برآه پله سوم بطول ۲ متر دیوار ریست به پلاک ۱۴۴۴ فرعی جنوب شرقاً بطول ۲ متر دیوار ریست استرانی که به قی تفکیکی غرباً بطول ۶/۳۰ متر دیوار بدیوار به پلاک ۵۲۴ فرعی مالکیت: - حسن ولی زاده هیرانلو فرزند گل محمد (مدیون) بعنوان بانک شریک دانگ اعیان).
۲- امکان اخذ اسلخدام و مجوز دیوار کشی از شهرداری وجود ندارد.	۲- شش دانگ اعیانی یک دستگاه آبگرماتان به مساحت ۹۶/۱۱ متر مربع واقع در طبقه زیرزمین طبق پلان زیر زمین ۵۲۴۶ فرعی از ۴۲۸ فرعی از ۱۲۳ اصلی بخش ۷ مشهد حوزه ثبتی چناران به مساحت ۱۷/۲۹ متر مربع فضای زیر پله دوم زیر زمین ۱۰ که اختصاصی این طبقه است با حق استفاده از پشت بام شامل صحن حیاط ۲۴ متر مربع و راه پله در طبقه زیر زمین ۱۷/۲۹ متر مربع در طبقه همکف و طبقه اول ۱۷/۲۹ متر مربع و ۱۲/۴۷ متر مربع در صند اجاره و ترابریست که به نام اعرار و استیجاری به موجب سند رهشی ۱۵۰۶۰۸/۱۲/۷۸۱۲ دفتر ۲۸ شهید و رعایت شرط مندرج در سند اجاره و ترابریست که به نام اعرار و استیجاری به موجب سند رهشی محمد ذیل صحنه ۱۷ دفتر ۱۴ به شماره ۲۴۹۵۰ ثبت و سند شماره ۱۶۹۸۲ صادر و تسلیم شده است دیوار به مساحت ۵۵۴ متر مربع که شمالی است به ۸/۲ متر حدود است و به پله دوم به طول ۳۰/۴ متر دیوار به طول ۷۵/۱۷ متر دیوار بدیوار پلاک ۱۴۴۴ فرعی جنوب به طول ۹۰/۸ متر دیوار به پنجره است به خیابان غرباً به طول ۳۰/۱۴ متر دیوار به دیوار به پلاک ۵۲۴ فرعی حقوق ارتقا قی طبق عنوان ملک ابار ثمن ها و نحوه اجرائی آن مرقوم است که طبق نظر کارشناس رسمی با مشخصات ذیل ارزیابی واقع گردیده است:
۳- امکان اخذ سند تک برگ میسر نمی باشد.	پلاک ثبتی ۱۸۶۵ فرعی از ۱۲۰- اصلی بخش ثبتی ۷ واقع در چناران
۴- فروش زمین مذکور به صورت و کالتی است و امکان تنظیم سند قطعی برای هیئت تصفیه نمیشاد لذا با توجه به موقعیت مکانی و جغرافیایی و متراژ عرصه و شرایط کاربری و شرایط زمین مطابق با نظریه کارشناسی ارزش شش دانگ عرصه مذکور ۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال برآورد و مزایده از قیمت ارزیابی شده شروع و به شخصی که بالاترین قیمت را پیشنهاد نماید واگذار خواهد شد.	در مورد کارشناسی به آدرس چناران -بلوار شهید خوشرو - شهید خوشرو ۱- منزل دوم سمت راست -شش دانگ اعیان یک واحد ابار ثمنان مسکونی کوچک به مساحت ۳۸/۲۴ متر مربع در طبقه همکف یک ساختمان دو طبقه ۴ سقف دارای حال ابدار خانه و حمام و توالی می باشد.
۵- متقاضیان شرکت در مزایده می توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر ۵ روز قبل از تاریخ شروع مزایده به آدرس مشهد، قاسم آباد، شهرک لشکر، فاطمیه ۱۰، مجموعه ورزشی شهدا و ابتکارگران، دفتر شرکت تعاونی مسکن افسران و کارمندان لشکر ۷۷ در حال تصفیه مراجعه تا نسبت به بازدید از زمین اقدام نمایند.	سازه ساختمان نیمه فلز با سقف طاق ضربی و نمای اجری با بدنه داخلی و سقف گچ سفید و درب و پنجره فلزی با قدمت حدود ۲۰ سال و دارای امتیازات آب و برق و گاز میباشد.
۶- ضمناً حداقل ۱۰ درصد بهای مورد مزایده نقدا و فی المجلس از برنده مزایده وصول خواهد شد و الباقی مبلغ تا نصف مبلغ کارشناسی ظرف بیست روز می بایست به حساب شرکت واریز گردد که پس از واریز نصف مبلغ و کالت کاری به برنده مزایده اعطا می گردد. الباقی مبلغ نهایتاً ظرف شش ماه از تاریخ تنظیم و کالت کاری و طی چک معتبر می بایست با شرکت تسویه حساب گردد که پس از تسویه حساب کامل، و کالت بلاعزل نقل و انتقال به برنده مزایده اعطا می گردد.	بنابر اظهارات ساکنین واحد تا پایان مرداد ماه سال ۱۴۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال رهن و اجاره ماهیانه حدود ۸۰۰/۰۰۰ ریال در تصرف غیر میباشد.
۷- ضمناً مزایده راس ساعت ۱۰ صبح روز ۰۳/۰۸/۱۴۰۱ در محل مشهد، قاسم آباد، شهرک لشکر، فاطمیه ۱۰، مجموعه ورزشی شهدا و ابتکارگران آغاز و ۱۵ دقیقه نخست جلسه اعلام قیمت از خریداران اخذ خواهد شد و در صورت تأخیر هیچگونه اعتراضی از داوطلبین پذیرفته نخواهد شد.	لذا با توجه به مراتب فوق ارزش کل منافع شش دانگ عرصه و اعیان ملک مذکور با توجه به موقعیت مکانی، کاربری، قدمت ساختمان حدود ۸۰۰ریعه، شش هندسی، عمر، دسترسی و مصالح به کار رفته، مساحت عرصه و اعیانی، فارغ از هرگونه دیونی که ممکن است به اشخاص حقیقی و حقوقی وجود داشته باشد به مبلغ ۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال معادل یکصد و پنجاه میلیون تومان برآورد و ارزیابی می گردد.
۸- هزینه آگهی مزایده از برنده مزایده وصول خواهد شد.	پلاک های فوق از ساعت ۹ الی ۱۲ روز شنبه مورخ ۱۳۰۱/۰۷/۱۴ در اداره ثبت اسناد و املاک چناران واقع در چهارراه دولت از طریق مزایده به فروش می رسد .مزایده از مبالغ فوق شروع و به بالاترین قیمت پیشنهادی نقدا فروخته می شود . لازم به ذکر است پرداخت بدی‌های مربوط به آب، برق، گاز اعم از حق اشتراک و مصرف در صورتی که مورد مزایده دارای ائنه ای باشد و نیز بدی‌های مالیاتی و عوارض شهرداری و غیره تا تاریخ مزایده اعم از اینکه رقم قطعی آن مشخص شده یا نشده باشد به عهده برنده مزایده است و نیز در صورت وجود مزاد، وجوه پرداختی بابت هزینه های فوق از محل مزاد به برنده مزایده مسترد خواهد شد و نیم عشره حق مزایده نقدا وصول میگردد ضمناً متناهی روز مزایده تعطیل رسمی گردد. مزایده روز اداری در تعطیلی در همان ساعت و مکان مقرر برگزار خواهد شد.
هیئت تصفیه تعاونی مسکن افسران و کارمندان لشکر ۷۷. پ. ث. ع	مرتضی و لایتنی -رئیس ثبت اسناد و املاک چناران
۱۳۰۱۸۹۳۳/۱۲/۱۲	۱۳۰۱۸۹۳۳/۱۲/۱۲

برگ سبز خودرو برابند مدل ۱۳۲ به شماره انتظامی ایران ۱۲۶ ایران ۸۷۵ ۱۸۵	برگ سبز خودرو نیبا مدل ۱۴۰۱
و شماره موتور ۴۷۷۲۹۰۱ و شماره شاسی ۵۲۲۰۰۹۰۰۶۱۳۱۴۰۵	شماره انتظامی ایران ۱۲-۳۶۶ ۱۱
هادی عادل رستخیز مفقود و فاقد اعتبار است	شماره موتور M15954522۱
۱۳۰۱۸۹۳۰۲/۱۲/۱۲	شماره شاسی NAF821۱00N۱052875
	بنام محمدرضا ششایی مفقود و فاقد اعتبار است
	۱۳۰۱۸۹۳۰۲/۱۲/۱۲

آکبى فقدان سند مالکیت	آکبى فقدان سند مالکیت
آقای محمد میری با ارائه دو برگ استشهادیه و تقاضای کتبی جهت دریافت سند مالکیت نامنتی اول به این اداره مراجعه و مدعی است سند مالکیت ثبت ۲۵۰ سهم شماع از است ۱۶۳۹۱۰۰ شش دانگ پلاک ۵۲۵۵ فرعی از ۲۲۶ اصلی بخش ۷ چناران بعلت سهل انگاری مفقود شده است و برابر سیستم جامع املاک تمامت مورد نظر ذیل دفتر الکترونیک وجود سند مالکیت نزد خود می باشد باید طرف مدت ۱۰ روز پس از انتشار آگهی به این اداره مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا سند معامله تسلیم شده تسلیم نماید در غیر اینصورت پس انتهای مهلت مقرر و عدم ارسال اعتراض سند مالکیت المنفی طبق مقرات صادر و به متقاضی تحویل خواهد شد.	و شماره موتور ۴۷۷۲۹۰۱ و شماره شاسی ۵۲۲۰۰۹۰۰۶۱۳۱۴۰۵
مرتضی و لایتنی -رئیس ثبت اسناد و املاک چناران	۱۳۰۱۸۹۳۰۲/۱۲/۱۲
۱۳۰۱۸۹۳۰۲/۱۲/۱۲	

آگهی دعوت مجمع عمومی سالیانه نوبت اول بطور فوق العاده

شرکت تعاونی مصرف فرهنگیان در گز

احتراماً بدینوسیله به اطلاع اعضای محترم شرکت تعاونی مصرف فرهنگیان در گزمی رساند، جلسه مجمع عمومی عادی نوبت اول بطور فوق العاده روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۸/۰۸ ساعت ۱۱ صبح در محل دفتر کار شرکت تشکیل می گردد استندعا دارد بادر دست داشتن دفترچه عضویت در محل مذکور حضور بهم رسانند.

در صورتیکه حضور عضوی در جلسه مقدور نمی باشد می تواند ظرف مدت ۷ روز از تاریخ انتشار آگهی به دفتر شرکت مراجعه و نمایندند تام الاختیار خود را با وکالت نامه کتبی جهت اعمال حق رای به شرکت معرفی نماید .بیادآوری می شود هر عضو حداکثر می تواند وکالت ۳ نفر از اعضاء تعاونی و غیر عضو می تواند فقط وکالت ۱ نفر عضو تعاونی را قبول کند .

دستور جلسه

۱- استماع گزارش کتبی هیات مدیره و بازرش شرکت

۲- طرح تصویب صورتهای مالی سال ۱۳۹۸ و ۱۳۹۹ و ۱۴۰۰ (ترازنامه ، سودو زیان ، عملکرد و تقسیم سود ویژه)

۳-انتخاب اعضای اصلی و علی البدل هیات مدیره برای مدت ۳ سال و انتخاب بازرش اصلی و علی البدل برای مدت ۱ سال مالی

۴- طرح و تصویب بودجه پیشنهادی برای سال ۱۴۰۱

افرادی که متقاضی کاندیداتوری سمت هیات مدیره و بازرش می باشند می توانند ظرف مدت یک هفته از تاریخ انتشار آگهی یا ارائه مدارک لازم اصل و کپی شناسنامه ، کارت ملی ، مدرک تحصیلی (دپلم و بالاتر) دو قطعه عکس ، تکمیل فرم کاندیداتوری و گواهی عدم سوء پیشینه به دفتر شرکت واقع در خیابان کلات ۲ نبش چهارراه سپاه مراجعه و ثبت نام نمایند .

هیات مدیره شرکت تعاونی مصرف فرهنگیان شهرستان درگز