مصائب داشتن رژیم افراطی

آنورکسیا یا بی‌اشتهایی عصبی یک بیماری است که به دلیل ترس از اضافه‌وزن و تبلیغ زیاد حول بحث مد لینگ در ایران می‌تواند گریبان برخی را بگیرد

زینب سادات کسنوی | روزنامه نگار

پزشکی

کافی است سری به دنیای برخی از دختران نوجوان بزنید و کمی با آن‌ها هم کلام شوید، تا متوجه شوید که خیلی از این دخترها رویای داشتن اندامی شبیه به مدل‌ها را دارند. آن‌ها دوست دارند مشابه معیارها به نظر برسند و از آن جایی که معیار زیبایی (نه سلامتی!) در جهان، مدل‌ها هستند، این نوجوانان با گرفتن رژیم‌های سخت و طاقت فرسا سعی در شبیه شدن به مدل مورد علاقه خود را دارند اما کمتر کسی به این فکر می‌کند که داشتن وزن مد لینگ می‌تواند چه اثرات مخربی بر سلامتی‌اش داشته باشد.

قد و وزن مد لینگ

سال‌ها پیش هیچ قانون وزنی برای مدل شدن وجود نداشت. هرچه لاغرتر بودید احتمال این که مدل موفق‌تری باشید بیشتر بود و شاید همین امر باعث شد از سال‌ها پیش همه به سمت لاغری افراطی پیش بروند. همچنان استاندارد مشخصی برای قد و وزن مدل‌ها وجود ندارد و این استاندارد در هر کشوری معمولا متفاوت است. برای مثال در اروپا قد مدل‌های زن ۱۷۹ سانتی متر، میانگین وزن آن‌ها ۵۰ کیلوگرم، بالاتنه بین ۸۵ تا ۹۰ سانتی متر، دور کمر زیر ۶۲ سانتی متر است. این میانگین برای مدل‌های مرد، ۱۸۰ تا ۱۸۸ سانتی متر قد و وزنی بین ۶۴ تا ۷۵ کیلوگرم و دور سینه بین ۳۸ تا ۴۲ است. برای مثال «کارا دلوین» دارای قد ۱۷۳ و وزن ۵۱ کیلوگرم و «بلا حدید» قد ۱۷۵ و وزن ۵۰ است. این در حالی است که شاخص توده بدنی این مانکن‌ها آن‌ها را لاغر یا کم‌وزن نشان می‌دهد. در کشور ما هم با افزایش فعالیت مدل‌ها در شبکه‌های اجتماعی و توجهی که به آن‌ها می‌شود استانداردهایی برای وزن مدلینگ شکل گرفت. در فضای مجازی یا سالن‌های زیبایی این طور القا می‌شود که قد فرد هر چقدر بود وزنش باید منهای ۱۲۰ قد باشد تا وزن مناسب مدلینگ را داشته باشد. به طور مثال یک نفر با قد ۱۷۰ باید ۵۰ کیلو باشد.

آنورکسیا یا بیماری مانکن‌ها

یکی از بیماری‌هایی که معمولا مانکن‌ها یا کسانی که دوست دارند شبیه مانکن‌ها شوند و به آن دچار می‌شوند بیماری آنورکسیاست که به بیماری مانکن هم شهرت دارد.

آنورکسیا چیست؟

بی‌اشتهایی عصبی یا آنورکسیا در پی ترس از چاق شدن در افرادی که به دنبال مدل شدن هستند اتفاق می‌افتد. این بیماری یکی از انواع اختلال در غذا خوردن است که با وزنِ کمِ غیرطبیعی، ترس شدید از افزایش وزن و تصور نادرست از وزن مشخص می‌شود. افراد مبتلا به بی‌اشتهایی عصبی برای کنترل وزن خود تلاش زیادی می‌کنند به طوری که این تلاش در زندگی آن‌ها اختلال ایجاد می‌کند.

از محدود کردن غذا تا اجبار به بالا آوردن

برای ادامه روند کاهش وزن یا جلوگیری از افزایش وزن، افراد مبتلا به بی‌اشتهایی عصبی معمولا مقدار غذای مصرفی خود را به شدت محدود می‌کنند. ممکن است آن‌ها با القای استفراغ بعد از غذا خوردن یا با استفاده نادرست از ملین‌ها، دیورتیک‌ها یا تنقیه، کالری دریافتی خود را محدود کنند. آن‌ها همچنین ممکن است با ورزش شدید سعی در کاهش وزن داشته باشند. برای این افراد مهم نیست که چقدر وزن کم کرده‌اند، آن‌ها همچنان از افزایش وزن می‌ترسند.

مشکلات سلامتی در آنورکسیا

این بیماری می‌تواند عوارض زیر را به دنبال داشته باشد

- ✓کم‌خونی
- ✓مشکلات قلبی مانند افتادگی دریچه میترال، ریتم غیرطبیعی قلب یا نارسایی قلبی
- ✓پوکی استخوان و افزایش خطر شکستگی
- ✓تحلیل عضلات
- ✓قطع عادت ماهانه در خانم‌ها
- ✓کاهش تستوسترون در مردان
- ✓مشکلات گوارشی، مانند یبوست، نفخ یا حالت تهوع
- ✓اختلالات الکترولیتی، مانند پایین بودن پتاسیم، سدیم و کلر خون
- ✓مشکلات کلیوی

درمان بی‌اشتهایی عصبی

به طور کلی، درمان بی‌اشتهایی عصبی به کمک روان‌پزشک و متخصص تغذیه انجام می‌شود.

با حمام پا، خستگی در کن!

معرفی چند گیاه آرامش دهنده برای رفع خستگی روزانه پا

سلامت

در روزهایی که ساعت‌های طولانی مشغول کار بوده‌اید یا برای رسیدگی به کارهایتان باید این‌ور و آن‌ور می‌رفتید یک حمام پا می‌تواند به معنای واقعی خستگی‌تان را بشوید و ببرد. برای حمام دادن پا تنها به یک ظرف بزرگ آب گرم و گیاه مدنظر نیاز دارید. در این مطلب چند گیاه را معرفی می‌کنیم که حمام دادن پاهایتان با آن‌ها آرامش‌بخش است.

نعناع فلفلی| حمام نعناع فلفلی می‌تواند خارش پا، التهاب و تحریکات پوستی را تسکین دهد، بوی ناخوشایند پاها را که ناشی از استفاده از کفش و جوراب در طول روز است از بین ببرد. برای این حمام یک دوم فنجان نعناع فلفلی را در آب داغ بریزید و هر وقت دما به حد قابل تحملی رسید پاهایتان را در آن قرار دهید و بعد از ۱۵ دقیقه آن‌ها را خشک کنید.

مریم گلی| برای حمام پا با مریم گلی، یک مشت از برگ‌های این گیاه را درون تشت آب گرم بریزید و پاهایتان را درون آن بگذارید. بعد از ۲۰ دقیقه پاها را خشک کنید و جوراب بپوشید. حمام پا تهیه شده با مریم گلی برای تسکین پادردناشی از کفش تنگ و ناراحت، ساعت‌ها سرپا ایستادن و زیاد راه رفتن بسیار مفید است.

بابونه| برای حمام پای بابونه ابتدا باید عصاره آن را تهیه کنید. برای این کار یک فنجان آب و بابونه را ۱۵ دقیقه بجوشانید و بعد دروان کوچکی که پر از آب گرم است بریزید. حالا پاهایتان را در آن قرار دهید و به مدت یک ربع به شکل دورانی ماساژ دهید. این حمام پا برای رفع خستگی کسانی که بیماری مزمن دارند، استفاده می‌شود.

جوش‌شیرین| شاید اسم کوکتل پدیکور و بمب‌های حمام را شنیده یا ویدئوهای آن را دیده باشید. در این ویدئوها طرف یک کوکتل را در ظرف آب گرمی که پاها درون آن است می‌اندازد و کوکتل شبیه یک قرص جوشان می‌جوشد و حباب‌های آب بالا می‌آیند. در بیشتر این کوکتل‌ها از جوش‌شیرین که ضدقارچ است استفاده می‌شود و می‌تواند جلوی رشد بیشتر قارچ را بگیرد. برای این حمام پا به یک چهارم فنجان جوش‌شیرین، یک قاشق روغن حامل مثل روغن جوجوبا و ۴ قطره اسانس روغنی لیمو نیاز دارید.

نکته‌ها| حساسیت پوستی خود به گیاه انتخابی‌تان برای حمام پا را در نظر بگیرید. اگر خراشیدگی یا زخم بازی روی پوست دارید بهتر است از حمام پا استفاده نکنید.

منبع: تبیان

بیشتر بدانیم

آیا استفاده از گوش پاک کن ضرر دارد؟

بیشتر افراد بعد از حمام یا استخر برای خارج کردن آب یا جرم اضافه از گوش خود به سراغ گوش پاک کن می‌روند، اما آیا استفاده مداوم از گوش پاک کن لازم است و به سلامت گوش ما صدمه نمی‌زند؟

جرم گوش محافظ آن است

جرمی که داخل گوش وجود دارد ماده‌ای است که وظیفه محافظت از کانال و پرده گوش از اجسام خارجی و حشرات را بر عهده دارد. بعضی افراد برای نظافت گوش از گوش پاک کن استفاده و آن را به سختی داخل گوش می‌کنند تا جرم داخل آن خارج شود، کانال گوش به گونه‌ای ساخته شده که جرم به صورت اتوماتیک در آن ساخته می‌شود و پس از انجام وظیفه جرم آن خود به خود از گوش خارج می‌شود.

آسیب به ساختار گوش میانی

فرو بردن بیش از حد گوش پاک کن در گوش، می‌تواند به ساختارهای گوش میانی شما آسیب برساند. یکی از آسیب‌های شایع گوش مربوط به استفاده از گوش پاک کن و در نهایت پارگی پرده گوش است.

احتمال از دست دادن شنوایی و عفونت

گوش پاک کن می‌تواند جرم گوش را به سمت پرده گوش فشار دهد و خطر از دست دادن شنوایی را به دنبال داشته باشد. از سوی دیگر، در صورتی که به هر دلیلی، عفونتی در داخل مجرای گوش وجود داشته باشد، استفاده از گوش پاک کن می‌تواند باعث بدتر شدن عفونت شود و در نتیجه کم شنوایی را در پی داشته باشد.

آشپزی من

ترفند

روش‌هایی برای مزه‌دار کردن جوجه کباب

آب لیمو و نمک

برای طعم‌دار شدن باید جوجه را به روغن آغشته کنید تا کامل چرب شود. سپس نمک را به جوجه اضافه کنید و ورز دهید، بعد آب لیموترش را به جوجه اضافه کنید و ورز دادن را ادامه دهید. بگذارید مواد حدود ۲ ساعت در یخچال بماند تا کاملا به خورد جوجه‌ها برود.

پیاز را خلالی خرد کنید

برخی افراد برای طعم‌دهی بیشتر یا پوشش بیشتر جوجه از پیاز رنده یا پوره شده استفاده می‌کنند اما این روش کاملا غلط است. زیرا اگر پیاز را رنده کنید و به جوجه‌ها اضافه کنید تکه‌های پیاز رنده شده به جوجه‌ها می‌چسبد و هنگام کباب کردن جوجه این تکه‌های پیاز سریع‌تر از جوجه می‌سوزند. بهترین کار این است که پیازها را به صورت خلالی خرد کنید.

زعفران

برخی افراد زعفران را آخر کار به جوجه اضافه می‌کنند که این باعث می‌شود زعفران به خورد جوجه‌ها نرود. برای این که زعفران بسیار غلیظ‌تر و خوش رنگ‌تر شود باید زعفران را با یخ دم کنید. سپس زعفران دم شده را به جوجه‌های خام که هنوز هیچ چیزی به آن اضافه نکرده‌اید اضافه کنید و ورز دهید تا کاملا زعفران به خورد جوجه‌ها برود. پس از ورز دادن حدود یک ساعت به جوجه‌ها استراحت دهید تا کاملا زعفران را به خود جذب کند.

سند کمپانی و برگ سبز و پلاک موتورسیکلت آفتاب مدل ۹۰ به شماره پلاک ایران ۷۶۶-۷۴۴۹۷ به شماره موتور 156FM1T*20116543 به شماره شاسی NDZ***125A9002339 بنام مجتبی اسماعیلی مفقود وفاقد اعتبار است م/۱۴۰۱۰۰۲۳۸۰

برگ سند کمپانی و فاکتور فروش خودروی mvm مدل ۱۳۹۳ به شماره موتور MVM484FAFD026859 و شماره شاسی NATGBAXK2D1026869 مفقود و فاقد اعتبار است. ر/۱۴۰۱۰۰۲۲۶۲

برگ سبز و سند خودرو کامیونت نیسان بنام ناهید فاتحی به شماره انتظامی ۹۵ ب ۳۴۲ ایران ۱۲ و شماره موتور ۴۰۴۳۵۴ و شماره شاسی K1۱۶۶۸۳ مفقود و فاقد اعتبار می باشد ب/۱۴۰۱۰۰۲۳۴۳

برگ سبز خودرو ۱۳۲ مدل ۹۰ شماره انتظامی ایران ۷۴ -۲۹۵ م ۸۵ شماره موتور ۴۴۳۹۴۱۶ شماره شاسی S1422290312495 بنام مصطفی رسولی مفقود و فاقد اعتبار است ر/۱۴۰۱۰۰۲۲۷۷

برگ سبزپراید 111 شماره انتظامی ۱۳۶ ایران ۲۱۷ ص ۵۱ و شماره موتور 4383864 و شماره شاسی S5430090076864 به نام سعید قاسمیان خادر مفقود و فاقد اعتبار است. ر/۱۴۰۱۰۰۲۳۲۸

سندکمپانی-کارت مشخصات-برگ سبز-کارت سوخت موتور سیکلت تریل جهان همتا فلات به شماره انتظامی ۷۷۴-۶۴۳۸۲ و شماره موتور 0249NBF600059 و شماره تنه 249G9503545 بنام حسن کرمی مفقود و فاقد اعتبار است ف/۱۴۰۱۰۰۲۲۵۰

برگ سبز خودروی MVM مدل ۱۳۹۶ به شماره انتظامی ۴۵ ط ۳۳۵ ایران ۱۰ و شماره شاسی NATEBAPM1H1006837 و شماره موتور MVM371FBHG007073 بنام داریوش زراعتی مفقود وفاقد اعتبار میباشد ب/۱۴۰۱۰۰۲۳۴۲

سند کمپانی فوتون ۶ تن مدل ۸۷ رنگ سفید به شماره شاسی NADV9JE637E018765 به شماره موتور HC531275PA15 بنام معصومه سعادتی و میثم سعادتی مفقود و فاقد اعتبار است م/۱۴۰۱۰۰۲۱۲۲

برگ سبز و کارت خودرو پراید نقره ای مدل ۸۴ شماره انتظامی ۷۴-ایران ۸۷۱ د ۷۵ شماره شاسی S1412284518938 شماره موتور ۰۱۱۳۹۴۵۷ به نام حمید گلباریان طرقی مفقود و اعتبار ندارد. ر/۱۴۰۱۰۰۲۳۳۷

برگ سبز پراید وانت مدل ۹۳ رنگ سفید شماره انتظامی ۳۶ ایران ۵۱۳ س ۶۳ شماره شاسی NAS451100D4903589 شماره موتور 5035600 بنام رضا الله زاده مفقود وفاقد اعتبار است ف/۱۴۰۱۰۰۲۲۷۱

اصل صورتجلسه وتعرفه واگذاری شرکت آبادانی ومسکن الهیه خراسان به شماره برگه ۱۱۹۹ به میزان سهم مشاع ۶۸.۹۲ مترمربع به نام محمداسماعیل سابقی به شماره ملی ۰۹۳۳۸۳۱۸۲۱ مفقودگردیده است ب/۱۴۰۱۰۰۲۳۲۷

برگ سبز خودرو ماتیز به نام امین نجفیان به شماره انتظامی ۴۲ ایران ۸۲۹ س ۳۸ و شماره موتور ۵۲۹۸۸۸ و شماره شاسی IR791550۱۹۷۷۹ مفقود و فاقد اعتبار می باشد ب/۱۴۰۱۰۰۲۲۵۷

اینجانب راضیه صلاحی مالک خودروپژو پارس مدل ۹۴ به شماره انتظامی ۱۴۲ ایران ۱۱۲ ی ۳۹۵ به شماره شاسی NAAN01CAE4FH261797 و شماره موتور 124K0693705 به علت فقدان اسناد فروش سند کمپانی-برگ سبز-کارت مشخصات-بیمه نامه-کارت سوخت تقاضای رونوشت المثنی سند 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 ف/۱۴۰۱۰۰۲۲۴۹

برگ سبز و سند کمپانی ماشین اچ سی کراس - دانگ فنگ مدل ۹۶ به شماره پلاک ۷۴-۶۹۷ هـ ۴۵ به شماره موتور FA173B0024121 به شماره شاسی NAAE4CFZ6HX036993 بنام ام لیلی سکوتی القندیس مفقود و فاقد اعتبار است م/۱۴۰۱۰۰۲۳۴

برگ سبز و سند خودرو پژو آر دی آی ۱۶۰۰ مدل ۸۳ به شماره پلاک ۱۲-۱۲۶ ص ۳۹ به شماره موتور ۱۱۷۸۳۰۲۹۱۹۳ مفقود و فاقد اعتبار است شاسی ۸۳۱۲۹۶۱۹ م/۱۴۰۱۰۰۲۲۵۴

سند کمپانی، برگ سبز و کارت و بیمه نامه موتورسیکلت کوثر مدل ۹۰ به شماره پلاک ۸۵۷-۳۵۹۸۷ به شماره موتور ۲۰۰۹۰۲۷۵۶ به شماره شاسی ۹۰۱۹۳۸۲ بنام محمدجواد فروغی تبریزی مفقود و فاقد اعتبار است م/۱۴۰۱۰۰۲۲۹۹

برگ سبز، سند کمپانی، کارت و بیمه نامه و پلاک خودرو نیسان پاترول مدل ۱۹۸۳ به شماره پلاک ایران ۳۲-۴۸۴ ق ۱۱ به شماره موتور ۵۶۴۲۶۹ به شماره شاسی ۷۰۳۴۹۹ بنام زهره پرندوش مفقود و فاقد اعتبارست م/۱۴۰۱۰۰۲۳۰

برگ سبز، کارت خودرو و سند کمپانی خودرو کیا اپتیما با شماره انتظامی ۹۱۳ ص ۷۲ ایران ۷۴ و شماره موتور G4NGHH017666 و شماره شاسی KNAGU41EBJ5028940 به نام سید جلال یعقوبی مفقود و فاقد اعتبار است. ر/۱۴۰۱۰۰۲۳۲۶

اینجانب الهه طوسی مالک خودرو سمند سورن به شماره انتظامی ۱۲-۷۳۳ و ۴۹ به شماره موتور ۱۲۴۸۷۲۶۲۵۴۸ و شماره شاسی NAACC1CF29F415350 به علت فقدان اسناد فروش (سند کمپانی، برگ سبز کارت خودرو) 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 م/۱۴۰۱۰۰۲۲۸۸

برگ سبز خودرو پژو پارس مدل ۸۵ به شماره پلاک ۴۳-۹۸۸ و ۸۱ به شماره موتور ۱۲۴۸۵۰۷۳۰۴۳ به شماره شاسی ۱۹۳۵۸۸۴۱ بنام مسعود عبدا... زاده حلاج مفقود و فاقد اعتبار است م/۱۴۰۱۰۰۲۳۳۱

برگ سبز سواری هاچ بک QUIK-MT به شماره انتظامی ۷۴-۸۵۴ط۷۴ وشماره موتور M159127723 و شماره شاسی NAPX212AAM1028203 به نام مالک سلطانی کاظمی مفقود شده وفاقد اعتبار است. ش/۱۴۰۱۰۰۲۳۴۵

گواهینامه، کارت بانک سینا و ملت، کارت ملی، کارت خودرو تاکسی پژو ۴۰۵، دفترچه تاکسیرانی و بیمه خودرو از شرکت دانا، تماما به نام محمدحسین دارشدر به کد ملی ۶۳۵۹۳۴۷۶۸۷ مفقود شده و فاقد اعتبار است. م/۱۴۰۱۰۰۲۳۱۷

سند کمپانی و برگ سبز خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۹ به شماره پلاک ایران ۳۶-۶۸۵ ب ۲۶ به شماره موتور ۳۸۴۳۹۵۷ به شماره شاسی S1412289691622 مفقود و فاقد اعتبار است م/۱۴۰۱۰۰۲۲۹۰

برگ سبز پژو 405 مدل ۸۹ به شماره انتظامی ایران ۷۸- ۲۵۶ ب ۹۹ و شماره موتور 12489017006 و شماره شاسی NAAM01CA2AE206550 به نام محمد جواد توانا شعرباف مفقود و فاقد اعتبار است. ر/۱۴۰۱۰۰۲۲۱۱

برگ سبز سمند LX EF7 CNG مدل ۱۳۹۶ رنگ سفید با شماره انتظامی ایران ۸۴-۱۹۷ ص ۸۷ و شماره شاسی NAACJ1JE7HF263100 و شماره موتور 147H0251897 به نام صدیقه رئیسی گودوئی مفقود و فاقد اعتبار میباشد. ط/۱۴۰۱۰۰۲۳۵۴

برگ سبز پراید SE۱۴۱ سفید رنگ مدل ۹۵ شماره انتظامی ۳۶ ایران ۲۲۴ س ۳۷ و شماره موتور M13/5597537 و شماره شاسی NAS411100G1222080 به نام زهره غلامی مفقود و فاقد اعتبار است. ر/۱۴۰۱۰۰۲۲۲۹

اینجانب محمدامین باقری بروانی مالک خودرو پژو ۴۰۵ نقره ای ۹۵ به شماره انتظامی ۱۴۶ ج ۶۴ ایران ۷۵ به شماره شاسی NAAM11VE7GK456271 و شماره موتور 124K0845763 به علت فقدان اسناد فروش سند کمپانی و برگ سبز تقاضای رونوشت المثنی سند 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 تقاضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد . ف/۱۴۰۱۰۰۲۲۷۲

اینجانب محمد تقی اسماعیل آبادی مالک خودرو پژو ۴۰۵ مدل ۸۳ مشکی به شماره انتظامی ۷۴-ایران ۸۴۲ ل ۳۳ به شماره شاسی ۸۳۰۱۱۵۹۴ و شماره موتور ۱۲۴۸۳۰۲۰۹۸۴ به علت فقدان اسناد فروش سند کمپانی تقاضای رونوشت المثنی سند 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 تقاضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ف/۱۴۰۱۰۰۲۱۸۴

برگ سبز (شناسنامه مالکیت) و سند کمپانی سمند ال ایکس سفید مدل 1388 به شماره انتظامی 74 ایران 719 س 81 و شماره موتور 12488022832 و شماره شاسی NAAC91CC09F198485 بنام غلامعلی جنتی طاهرآباد مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ل/۱۴۰۱۰۰۲۲۷۳

اصل صورتجلسه وتعرفه واگذاری شرکت حمل و نقل پردیس ترابر طوس به شماره ثبت ۳۹۶۷ و شناسه ملی ۱۴۰۰۲۰۳۳۷۱۶ بدینوسیله از کلیه سهامداران محترم شرکت فوق الذکر دعوت می گردد که در جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده ساعت ۱۰ صبح روز شنبه مورخ ۱۴۰۱/۱۱/۰۱ که در محل شهرستان نیشابور، کیلومتر ۶ جاده نیشابور- سبزوار جنب شرکت رنا برگزار می گردد حضور بهم رسانند.
دستورات جلسه: انتخاب مدیران، انتخاب بازرس، انتخاب روزنامه کثیرالانتشار
تاریخ انتشار ۱۴۰۱/۱۰/۲۰
هیئت مدیره شرکت ش/۱۴۰۱۰۰۲۳۵۲

برگ سبز خودرو تیبا بنام حسن شاکری به شماره انتظامی ۷۴ ایران ۸۷۳ ب ۴۵ و شماره موتور M15/8318057 و شماره شاسی NAS812100G5704712 مفقود و فاقد اعتبار می باشد ب/۱۴۰۱۰۰۲۲۷۴

برگ سبز خودرو تویوتا یاریس مدل ۱۴۰۰ به شماره پلاک ایران ۴۰-۲۲۶ص ۲۶ وشماره موتور M159203590 و شماره شاسی NAPX212AAM1046519 به نام حسین حیدری مفقود شده وفاقد اعتبار است. ش/۱۴۰۱۰۰۲۳۱۰