آن‌چه باید درباره سرماخوردگی دانش‌آموزان بدانیم

با توجه به حضور بچه‌ها در مدرسه و سرد شدن هوا، راه‌های پیشگیری و درمان سرماخوردگی کودکان در مدرسه را بررسی کرده‌ایم

پزشکی

علیرضا کاردار - روزنامه‌نگار - هر سال با بازگشایی مدارس، شاهد افزایش بیماری دانش‌آموزان هستیم. دلیل عمده این اتفاق ورود تعداد زیادی کودک و نوجوان به محیطی معمولا بسته است که توجه زیادی به بهداشت خود نداشته و همزمان می‌شود با آغاز فصل سرد سال و شیوع آنفلوآنزا یا همان سرماخوردگی. دو سه سال قبل به دلیل همه‌گیری کرونا و مراقبت دقیق تر مردم و البته غیرحضوری بودن مدارس، شاهد شیوع بالای آنفلوآنزا بین دانش‌آموزان نبودیم. اما امسال باید بیشتر مراقب این موضوع باشیم. معمولا کودکان در سن دبستان ممکن است تا ۱۲ بار در سال مبتلا به سرماخوردگی بشوند. در این مطلب به نکات مهمی اشاره می‌کنیم تا والدین، مربیان، کادر آموزشی و خود دانش‌آموزان را از پیشگیری و البته درمان به موقع سرماخوردگی در مدارس آگاه‌تر کنیم.

علایم سرماخوردگی را جدی بگیرید

به‌طور کلی باید از بچه‌ای که علایم تنفسی دارد معاینه کامل و شرح‌حال دقیق گرفت تا مشخص شود که آیا سابقه مواجهه با فرد بیمار را داشته یا نه. اگر دانش‌آموز تب طولانی داشته و بی‌حال باشد یا هر علامت غیرمعمول نشان دهد، باید نگران شده و آنفلوآنزا و کرونا هر دو را مدنظر قرار داد. خانواده‌ها نباید نگران عطسه بچه‌ها باشند. اما اگر همراه با عطسه، تب یا سرفه هم اضافه شد باید به پزشک مراجعه کرد. اگر بچه‌ای فقط تب داشته باشد هم احتمال سرماخوردگی وجود دارد، اما غیر از این بیماری‌های دیگری مثل عفونت‌های ادراری و ابتلا به سایر ویروس‌ها هم وجود دارد. بنابراین دادن مصرف خودسرانه آنتی‌بیوتیک و استامینوفن اکیدا ممنوع است.

والدین مراقب باشند!

سرماخوردگی‌های ساده معمولا ۳ تا ۵ روز بیشتر طول نمی‌کشد و در صورت استراحت سریع بهبود می‌یابد. خوردن سوپ و مایعات، آب‌میوه‌ها و میوه‌های دارای ویتامین C مانند پرتقال، لیموشیرین و... می‌تواند در درمان سریع سرماخوردگی موثر باشد. خانواده‌ها از خوراندن شربت‌های آنتی‌هیستامین و داروهای ضدسرفه بدون نظر پزشک به فرزندان خودداری کنند. به‌علاوه این که برای پایین آوردن تب کودکان از روش‌های خودسرانه استفاده نکنند، چرا که این مواد باعث پایین آمدن ناگهانی دمای بدن کودک می‌شود و این اختلاف دمای ناگهانی می‌تواند آسیب‌های مغزی برای فرد به وجود آورد.

کادر مدارس توجه کنند!

اگر دانش‌آموزی را مشاهده کردید که تب، سرفه، آبریزش بینی، عطسه، گرفتگی بینی یا علایم دیگر شبیه به سرماخوردگی دارد، فوری به خانواده‌اش اطلاع دهید تا او را از مدرسه خارج کنند و نزد پزشک ببرند. علاوه بر این، اگر در خانواده‌ای یک نفر مبتلا است، دانش‌آموز سالم آن خانواده هم نباید به مدرسه برود، چون می‌تواند ناقل خاموش ویروس باشد. بهتر است همه دانش‌آموزان به‌خصوص افرادی که مشکوک به بیماری هستند از ماسک استفاده کنند. کلاس‌های درس هم باید مجهز به فن مکانیکی یا تهویه مناسب باشد.

دانش‌آموزان دقت کنند!

دانش‌آموزان در مدارس باید از بطری آب شخصی استفاده کنند و بهداشت فردی را رعایت کنند. شست‌وشوی صحیح دست‌ها مهم‌ترین سد دفاعی در برابر ابتلا به بیماری‌های واگیردار است. هنگام سرفه و عطسه، با دستمال بینی خود را بپوشانید و فاصله فیزیکی مناسب و ایمن را با دیگران رعایت کنید. همچنین باید مراقب دانش‌آموزان کوچک‌تر بود تا مداد و دیگر وسایل خود یا همکلاسی‌اش را به دهان نبرد. فراموش نکنید که بیشتر ویروس‌ها از طریق چشم، دهان و بینی وارد بدن می‌شوند، به همین دلیل لمس صورت راه اصلی ابتلا به سرماخوردگی است. با توجه به این که عرضه خوراکی‌های غیربهداشتی، فله‌ای و مضر در بوفه مدارس ممنوع است، باید از دست به دست کردن مواد غذایی و ساندویچ خانگی خودداری شود. دانش‌آموزان باید از خرید مواد غذایی فروشندگان دوره‌گرد خودداری کنند. همچنین آب میوه و سبزیجات مانند آب هویج در خارج از منزل مصرف نشود.

تغذیه دانش‌آموزان

آب، سیستم بدن را شست‌وشو می‌دهد و باعث خروج سموم از بدن می‌شود، اما به منظور تامین آب بدن، مصرف زیاد آب میوه‌های مصنوعی به هیچ‌وجه توصیه نمی‌شود. مواد طبیعی موجود در گیاهان هم باعث افزایش ویتامین‌های بدن می‌شود؛ بنابراین نباید از مصرف سبزیجات سبز تیره، قرمز و زرد مانند اسفناج، کاهو، هویج، گوجه‌فرنگی و سیر در برنامه غذایی غافل شد. فراموش نکنید که مصرف لبنیات به تقویت سیستم ایمنی همه افراد و بویژه کودکان و نوجوانان کمک می‌کند. کودکان در سن مدرسه باید زود بخوابند و استراحت کافی داشته باشند. همچنین باید نظم غذایی مناسب داشته، صبحانه کامل خورده باشند و ناهار و شام را به‌هنگام نوش جان کنند.

دانستنی ها

خوراکی‌هایی که بدن با افزایش سن به آن‌ها نیاز دارد

با افزایش سن که بدن شروع به از دست دادن بسیاری از مواد معدنی می‌کند، می‌توانید برای جذب آن‌ها اقدام کنید. این روند از دست دادن مواد معدنی بدن، می‌تواند علت بیماری‌های مزمنی از قبیل پوکی استخوان، بیماری‌های عصبی، تضعیف سیستم ایمنی بدن، کاهش حافظه، آلزایمر، عفونت‌ها و التهاب باشد. به گزارش «دویچه وله» به نقل از نشریه پزشکی WebMD، فهرستی از مواد مغذی معدنی و ویتامین‌ها که بدن شما با افزایش سن، بیشتر به آن‌ها نیاز پیدا می‌کند، معرفی شده است:

کلسیم| فقر این ماده معدنی باعث می‌شود استخوان‌های شما راحت‌تر بشکنند، به‌خصوص برای زنان پس از یائسگی. کلسیم به عملکرد عضلات، اعصاب، سلول‌ها و رگ‌های خونی کمک می‌کند.

ویتامین B12| به تولید خون و سلول‌های عصبی کمک می‌کند. شما آن را به‌طور طبیعی از غذاهای حیوانی مانند گوشت، ماهی، تخم‌مرغ و لبنیات دریافت می‌کنید. مکمل‌ها و غذاهای غنی‌شده با ویتامین B12، مانند غلات صبحانه، منابع دیگر هستند.

ویتامین D| بدن شما برای جذب کلسیم به آن نیاز دارد. بنابراین برای کمک به جلوگیری از پوکی استخوان آن‌ها را در کنار هم مصرف کنید. ویتامین D همچنین به عضلات، اعصاب و سیستم ایمنی کمک می‌کند تا به‌درستی کار کنند. بدن با افزایش سن، کمتر قادر به تبدیل اشعه خورشید به ویتامین D است. دریافت این ویتامین از غذاها سخت‌تر است، اما ماهی‌های چرب مانند سالمون و ساردین منبع خوبی هستند.

ویتامین B6| بدن شما از آن برای مبارزه با میکروب‌ها و تولید انرژی استفاده می‌کند. با افزایش سن به ویتامین B6 بیشتری نیاز دارید. برخی از مطالعات ارتباط بین سطح بالای B6 خون در افراد مسن و حافظه بهتر را یافته‌اند. نخود یک منبع آسان و ارزان است. جگر، ماهی‌های چرب و غلات صبحانه غنی‌شده هم همین‌طور هستند.

پروبیوتیک‌ها| آن‌ها را غذاهای تخمیرشده مانند ماست یا کلم‌ترش یا از مکمل‌ها می‌توانید دریافت کنید. پروبیوتیک‌ها می‌توانند به مشکلات گوارشی مانند اسهال یا سندرم روده تحریک‌پذیر کمک کنند و حتی ممکن است در برابر آلرژی نقش محافظت کننده داشته باشند.

امگا ۳| این اسیدهای چرب، «ضروری» نامیده می‌شوند؛ زیرا بدن شما نمی‌تواند آن‌ها را بسازد و برای چشم، مغز و سلول‌های اسپرم مهم هستند. همچنین می‌توانند در برابر بیماری‌های مرتبط با افزایش سن مانند آلزایمر، آرتریت و دژنراسیون ماکولا محافظت کنند. بهتر است امگا ۳ خود را از غذاهایی مانند ماهی چرب، گردو، روغن کانولا یا بذر کتان دریافت کنید.

بیشتر بدانیم

سندروم گوش شناگر چیست و چه خطراتی دارد؟

گاهی بعد از شنا آب در مجرای گوش، گذر گاهی که قسمت بیرونی گوش را به پرده گوش متصل می‌کند، گیر می‌کند. در این مطلب به نقل از ایندیپندنت به این موضوع پرداختیم که چرا آب در گوش گیر می‌کند، چه پیامدهایی دارد و چگونه آن را خارج کنیم؟

محلی برای باکتری‌ها

به گفته دی میسون، استادیار گوش و حلق و بینی در دانشکده پزشکی دانشگاه کارولینای شمالی، «اگر مجرای گوش کوچک‌تری داشته باشید، آب راحت‌تر در گوشتان می‌ماند. اما ممکن است آب پشت جرم گوش نیز گیر کند که معمولا به توقف رشد باکتری‌ها کمک می‌کند و گوش را در پی‌اچ (pH یا میزان اسیدی) سالم حدود ۵ تا ۵.۷ نگه می‌دارد».

اگر چنین شود، تجمع آب و از دست دادن جرم گوش سبب ایجاد محیط مرطوب و قلیایی‌تری می‌شود که رشد باکتری یا مخمر را موجب می‌شود. در نتیجه، وضعی به نام گوش شناگر یا اوتیت خارجی به‌وجود می‌آید که در آن مجرای گوش قرمز و متورم می‌شود. اوتیت خارجی همیشه به‌علت وجود آب در گوش نیست، اما این عامل خطر اصلی است.

در صورت حبس شدن آب در گوش چه باید کرد؟

دی میسون توصیه می‌کند: «ساده‌ترین راه این است که سشوار را روی درجه کم بگذارید و سپس به آرامی گوش را خشک کنید. همچنین، می‌توانید قطره‌های خشک‌کن بدون نسخه بخرید.» او در ادامه افزود: «اگر خیلی به شنا کردن علاقه دارید و متوجه شدید که مستعد عفونت گوش هستید، گوشی‌های مخصوص شنا بخرید تا آب وارد گوشتان نشود.» مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌های آمریکا استفاده از کلاه مخصوص شنا را نیز برای جلوگیری از ورود آب به گوش هنگام شنا توصیه می‌کند. این مرکز توصیه می‌کند پس از شنا کردن یا دوش گرفتن، گوش‌ها را با حوله خشک و سر را به جلو و عقب خم کنید تا آب اضافی از گوش‌ها خارج شود. در صورت مشاهده علایم خفیف گوش شناگر، مانند خارش و قرمزی در مجرای گوش یا ناراحتی که با کشیدن یا فشار دادن گوش خارجی بدتر می‌شود، به پزشک مراجعه کنید.

تازه ها

خواب خوب دشمن پیری!

از مزیت‌های خواب شبانه بسیار شنیده‌ایم، اما شاید کمتر از تاثیر آن بر روند پیری بدانیم. به گزارش نیویورک‌پست، استراحت کافی برای حفظ زیبایی و سلامت مفید است. نتایج پژوهش جدید در گرجستان نشان می‌دهد، داشتن برنامه خواب ثابت و منظم، بر کند کردن روند پیری بیولوژیکی موثر است. با توجه به نتایج این پژوهش که ماه گذشته در ژورنال «اسلیپ هلت» منتشر شد، «افراد با الگوهای خواب نامنظم، در مقایسه با افرادی که برنامه خواب منظمی داشتند، سن بیولوژیکی بیشتری را نشان دادند.» هدف این آزمایش، اندازه‌گیری سرعت پیری بدن از طریق بررسی سن سلول‌هاست. محققان دانشگاه آگوستا در این پژوهش، به الگوهای خواب بیش از شش هزار شرکت‌کننده در نظرسنجی ملی سلامت و تغذیه ایالات متحده، طی سال‌های ۲۰۱۱ تا ۲۰۱۴ پرداختند. در این نظرسنجی، شرکت‌کنندگانی که میانگین سنی ۵۰ سال داشتند، به مدت چهار تا هفت روز از رد یاب خواب استفاده کردند که میزان زمان خواب و سایر نشانگرها، مانند منظم بودن ثبت می‌کرد. شرکت‌کنندگان همچنین به پرسش‌نامه‌ای درباره عادت‌های سبک زندگی خود پاسخ دادند. افرادی که زمان خواب و میزان خواب‌شان در طول هفته نسبت به آخر هفته تفاوت زیادی داشت، بالاترین سن بیولوژیکی را نشان دادند. محققان دریافتند سن بیولوژیکی افرادی که برنامه خواب انعطاف‌پذیرتر و متغیری دارند، ۹ ماه بیشتر از افرادی است که برنامه منظمی دارند. نویسندگان این پژوهش اعلام کردند: «بر اساس محاسبه نشانگرهای بالینی، سه الگوریتم بی‌نظمی بیشتر در خواب، جبران خواب و «جت‌لگ» اجتماعی، پیری بیولوژیکی پیشرفته‌تر را به همراه دارد.» کمبود مداوم خواب، بر سلامت قلب نیز تاثیر می‌گذارد، زیرا با تحت تاثیر قرار دادن هورمون‌های استرس، باعث افزایش فشار خون می‌شود. آن‌ها معتقدند از آن‌جا که تغییر مداوم در نظم خواب، عامل رفتاری قابل اصلاح است، مداخله با هدف افزایش نظم در الگوهای خواب می‌تواند رویکرد جدید برای افزایش طول عمر باشد.

آشپزی من

ترفند

تکنیک طلایی برای اندازه بودن نمک خیارشور

شاید برای شما سوال باشد نمک لازم برای ظرف خیارشور چقدر است تا خوشمزه باشد و خراب نشود؟ برای این کار یک تکنیک طلایی به نام «تخم مرغ شناور» وجود دارد که گام به گام اجرا می‌کنیم:

۱ اول مقدار آبی را که برای خیارشور لازم داریم در یک قابلمه می‌ریزیم و روی حرارت قرار می‌دهیم تا به جوش آید. بعد از این که آب به جوش آمد، حرارت را خاموش می‌کنیم و صبر می‌کنیم تا آب کاملا سرد شود.

همان طور که می‌دانید برای خیارشور نمی‌توانیم از آب شیر استفاده کنیم چون موجب کپک زدن و فاسد شدن خیارشور خواهد شد.

۲ آب خنک شده را در دبه پلاستیکی یا ظرف شیشه‌ای می‌ریزیم و مقداری نمک اضافه می‌کنیم و هم می‌زنیم تا نمک در آب حل شود. سپس یک تخم مرغ را تمیز می‌شوییم و آن را در محلول آب و نمک می‌اندازیم. توجه کنید سعی کنید از تخم مرغ تازه برای این کار استفاده کنید.

۳ اگر تخم مرغ در ته ظرف محلول آب و نمک قرار گرفت نمک محلول کم است و باید مقداری نمک اضافه کنید. اما اگر تخم مرغ روی سطح ظرف محلول آب و نمک قرار گرفت، نمک محلول زیاد است و باید مقداری آب جوشیده سرد شده اضافه کنید. اگر هم تخم مرغ در وسط محلول آب نمک شناور ماند، نمک محلول شما کاملا عادی و اندازه است.

اصل برگ سبز خودرو پیکان وانت بشماره انتظامی ۳۲ ایران ۸۸۱ و ۹۵ بشماره موتور ۱۱۴۸۷۰۲۵۶۶۲ و شماره شاسی NAAAA۴۶AA۹۸G۰۲۴۵۹۲ مدل ۱۳۸۷ به مالکیت **زهرا شه بخش** مفقود گردیده واز درجه اعتبار ساقط میباشد. ۳۷۰۳۶

برگ سبز سواری پژو ۴۰۵GLX مدل ۱۳۸۹ به شماره پلاک ۸۱۴ص ۷۲-ایران ۵۲ و به شماره موتور ۱۲۴۸۹۰۶۹۳۹۳ و به شماره شاسی NAAM۰۱CA۹AR۵۲۰۳۵۱ به نام **رضا شبانی** مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

برگ سبز خودرو پراید ۱۳۱ مدل ۹۴ ش پلاک ایران ۳۶- ۹۳۱ ص ۱۳ ش موتور NAS۴۱۱۱۰۰F۱۱۲۵۳۷۰ ش شاسی ۵۳۴۸۱۷۷ بنام **امین نظری** مفقود شده و فاقد اعتبار است ۳۷۰۷۶

برگ سبز موتور سیکلت شوکا اسکوتر مدل ۹۰ قرمز به شماره انتظامی ۷۷۶-۸۲۶۳۷ به شماره موتور NCS۰۱۳۹۹۵ و شماره شاسی NCS***۱۲۵S۹۰۳۰۶۶۰ بنام **جعفر صادقی نیا** مفقود وفاقد اعتبار است ۳۷۰۷۱

اصل سند کمپانی خودرو سونا تا ۲۴۰۰ بشماره انتظامی ۷۴ ایران ۷۸۷ و شماره موتور G۴KC۷۶۷۰۰۲۵ و شماره شاسی KMHEU۴۱CP۸A۴۲۵۱۸۳ مدل ۲۰۰۸ به مالکیت **محسن رمضانی شورستانی** مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط میباشد. ۳۷۰۳۸

برگ سبز خودرو ۲۰۶ آریان سفید روغنی مدل ۸۹ به شماره انتظامی ۴۲ ایران ۹۵۹ ط ۳۹ و شماره موتور ۱۳۳۸۹۰۰۴۷۱۴ و شماره شاسی NAAP۴۱FD۰A۱۲۸۳۶۷۱ بنام **حمید رضایی** مفقود و فاقد اعتبار است. ۳۷۰۵۴

برگ سبز و کارت پراید ۱۴۱ به ش پلاک ایران ۳۲-۹۴۵ط۱۹ به ش موتور ۱۶۰۴۳۲۶ به ش شاسی S۱۴۸۲۲۸۵۱۶۷۲۵۸ بنام **حاتم وکیلی** مفقود و فاقد اعتبار است ۳۷۰۵۸

اصل برگ سبز و سند خودرو پژو ۲۰۶ بشماره انتظامی ۷۵ ایران ۹۶۶ ب ۴۲ بشماره موتور ۱۳۰۸۵۰۴۳۷۷۳ و شماره شاسی ۱۰۸۷۰۱۳۴ مدل ۱۳۸۵ به مالکیت **حسام یزدی یحیی آبادی** مفقود گردیده واز درجه اعتبار ساقط میباشد. ۳۷۰۶۹

برگ سبز پراید ۱۳۱ مدل ۱۳۹۶ سفید روغنی ش انتظامی ایران ۷۴ - ۵۳۴ د ۱۹ ش موتور M۱۳/۵۹۱۲۷۲۷ ش شاسی NAS۴۱۱۱۰۰H۲۳۷۴۸۸۰ بنام **هادی سراوانی** مفقود و از درجه اعتبار ساقط است ۳۷۱۲۹

برگ سبز موتورسیکلت تیزپرتوس مشکی مدل ۱۳۹۱ پلاک ۷۶۷-۱۱۷۳۸ ش موتور ۱۲۵N۴N۲۰۰۴۰۶۰ ش شاسی ۱۲۵N۴۱۳۶۷۴۰***N۳N بنام **رضا هوشدار نسب** مفقود شده و فاقد اعتبار است ۳۷۰۷۹

اصل برگ سبز ۴۱۵ ب ۵۲ ایران ۷۴ انتظامی بشماره موتور ۵۲۲۶۴۸۵ و شماره شاسی NAS۴۱۱۱۰۰E۳۶۹۰۳۳۷ مدل ۱۳۹۳ به مالکیت **سعید ولی نیا** مفقود واز درجه اعتبار ساقط میباشد. ۳۷۱۰۶

اصل برگ سبز و سند کمپانی خودرو تیبا ۲ بشماره انتظامی ۳۶ ایران ۲۱۴ ه ۷۹۰ بشماره موتور M۱۵۹۱۷۷۴۱۹ و شماره شاسی NAS۸۲۱۱۰۰M۱۳۰۸۴۲۴ مدل ۱۴۰۰ به مالکیت **عزت بندار رضوانی** مفقود گردیده واز درجه اعتبار ساقط میباشد. ۳۷۱۲۷

برگ سبز پژو ۴۰۵GLX-XU۵ مدل ۱۳۹۵ ش انتظامی ۳۶ - ۵۶۳ و ۵۸ ش موتور ۱۲۴K۰۸۴۹۶۸۹ ش شاسی NAAM۱۱VE۲GK۴۵۷۱۶۵ به نام **الهه عباس زاده نامقی** مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ۳۷۱۱۸

برگ سبز ، کارت خودرو و کارت سوخت روا مدل ۸۶ شماره پلاک ایران ۳۶ ـ ۷۵۴ن ۲۷ شماره موتور ۱۱۶۸۶۰۲۵۵۸۷ شماره شاسی ۶۱۳۴۱۵۵۷ بنام **فاطمه بخشی ازغندی** مفقود شده و فاقد اعتبار است ۳۷۱۳۰

برگ سبز خودرو پراید ۱۳۱ مدل ۹۴ ش پلاک ایران ۳۶- ۹۳۱ ص ۱۳ ش موتور NAS۴۱۱۱۰۰F۱۱۲۵۳۷۰ ش شاسی ۵۳۴۸۱۷۷ بنام **امین نظری** مفقود شده و فاقد اعتبار است ۳۷۰۷۶

اصلاحیه آگهی مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده شرکت تعاونی تولیدی توزیعی کارکنان فنی توس نیرو نوبت اول به شماره ثبت ۷۹۹۷ چاپ شده در تاریخ ۱۴۰۲/۷/۸ به شماره آگهی ۳۶۷۸۸ در روز شنبه ۱۴۰۲/۸/۱۳ برگزار خواهد شد.
هیات مدیره ۳۷۰۷۲

مدرک فارغ التحصیلی اینجانب **فاطمه اسلامی خادر** فرزند محمد حسن به شماره شناسنامه ۷۷۱۶۲ صادره از مشهد در مقطع کاردانی رشته متصدی امور آموزشی صادره از دانشگاه فرهنگیان شهید هاشمی نژاد مشهد با تاریخ صدور ۱۳۸۸/۰۶/۲۶ مفقود گردیده است و فاقد اعتبار می‌باشد. از یابنده تقاضا می‌شود مدرک را به دانشگاه فرهنگیان شهید هاشمی نژاد مشهد به نشانی: مشهد، میدان تلوزیون، ابتدای رضاشهر، پردیس دانشگاه هاشمی نژاد اداره امور دانش آموختگان ارسال نماید. ۳۷۰۸۲

برگ سبز موتورسیکلت شوکا اسکوتر مدل ۹۰ قرمز به شماره انتظامی ۷۷۶-۸۲۶۳۷ به شماره موتور NCS۰۱۳۹۹۵ و شماره شاسی NCS***۱۲۵S۹۰۳۰۶۶۰ بنام **جعفر صادقی نیا** مفقود وفاقد اعتبار است ۳۷۰۷۱

مجوز فعالیت دفتر مهندسی طراحی شماره ۶۶۸ با شماره مجوز ۱۹-۰۰۲۵۴۳۱-۰۰۰۶۶۸-۵ و با مسئولیت آقای **مهندس محمد کارگزاری** مفقود شده و فاقد اعتبار است ۳۷۰۹۳

برگ سبز(سند مالکیت) خودرو کیا سورنتو مدل ۲۰۱۱ مشکی به شماره انتظامی: ۳۲ایران ۲۴۵ ۰۲۱۹ شماره موتور: G۶DCAS۵۹۹۲۸۴ و شماره شاسی: KNAKU۸۱۲۸B۵۱۱۸۴۳۴ مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد.۳۷۰۹۲

برگ سبز، سند کمپانی و کارت پراید مدل ۸۶ به ش پلاک ایران ۱۲-۱۷۸ د ۲۷ به ش موتور ۱۸۹۸۶۷۳ به شاسی S۱۴۱۲۲۸۶۳۰۱۲۶۷ بنام **فاطمه جدیدی خالق آبادی** مفقود و فاقد اعتبار است ۳۷۰۸۸

دعوتنامه مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده
شرکت تعاونی مصرف فرهنگیان بردسکن (نوبت اول)

به اطلاع کلیه اعضا می رساند مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده نوبت اول این شرکت تعاونی در روز چهارشنبه مورخه ۱۴۰۲/۸/۳ ساعت ۴ بعد از ظهر در محل دفتر فروشگاه فرهنگیان برگزار می گردد.هر عضو میتواند وکالت ۱عضو دیگر را داشته باشد.دفتر فروشگاه روز چهارشنبه مورخه ۱۴۰۲/۷/۲۶ جهت تایید وکالتنامه ها در ساعات کاری تعیین می گردد. کلیه اعضایی که مایل می باشند به عنوان بازرس کاندیدا شوند ،می توانند مدارک خود را در ساعات کاری تا۵روز پس از انتشار آگهی به دفتر فروشگاه تحویل نمایند.

دستور جلسه:
۱-استماع گزارش هیات مدیره وبازرسین مربوط به سالهای ۱۴۰۰و۱۴۰۱
۲-تصویب تراز واسناد مالی شرکت در سال ۱۴۰۰ و۱۴۰۱
۳-گزارش بودجه ۱۴۰۱وتصویب بودجه سال ۱۴۰۲
۵-انتخاب بازرسین اصلی وعلی البدال برای ۱سال مالی
۶-تصمیم گیری در مورد سود شرکت در سال ۱۴۰۰ و۱۴۰۱

شرکت تعاونی مصرف فرهنگیان بردسکن
۳۷۱۶۵