# بالا گرفتن تب بیماری‌ها در سرمای زمستان

بخش دوم

## نگاهی به بیماری‌های فصل سرد و راه‌های پیشگیری از آن

**نشستن کنار آتش و خوردن چای داغ در هوای سرد فصل‌های پاییز و زمستان، از تفریحات آرامش‌بخشی است که حتماً تجربه آن را داشته‌اید، اما حفظ سلامت جسمی در این ماه‌های زمستانی و سرد، می‌تواند یک چالش باشد. بسیاری از افراد هوای سرد را عامل بیماری‌های فصول سرد می‌دانند. درحالی‌که هوا مستقیماً مسئول ایجاد بیماری نیست. درواقع ویروس‌های بیماری‌زا، در دماهای پایین به‌راحتی تکثیر پیدا می‌کنند. علاوه‌بر این، قرار گرفتن در معرض هوای سرد و خشک ممکن است بر سیستم ایمنی بدن تأثیر منفی بگذارد.**

چرا در هوای سرد شیوع برخی بیماری‌ها افزایش می‌یابد؟ نظریه‌های مختلفی وجود دارد که بیان می‌کنند چرا برخی بیماری‌های فصول سرد شیوع بیشتری دارند. برخی از آنها عبارت‌اند از:

تأثیر منفی هوای سرد بر سیستم ایمنی بدن: بسیاری از محققان بر این باورند که قرار گرفتن در معرض هوای سرد می‌تواند بر پاسخ ایمنی بدن تأثیر منفی بگذارد. این موضوع مقابله با عوامل بیگانه را دشوار می‌سازد.

در فصل‌های پاییز و زمستان، به دلیل کاهش قرار گرفتن در مقابل آفتاب، بدن ویتامین D کمتری دریافت می‌کند. تحقیقات نشان می‌دهد که ویتامین D نقش اساسی در حفظ سیستم ایمنی بدن دارد؛ بنابراین ویتامین D در ماه‌های زمستان کمتر بر سیستم ایمنی بدن تأثیر می‌گذارد.

باریک شدن رگ‌های خونی: نفس کشیدن در هوای سرد و خشک، باعث تنگ شدن رگ‌های خونی موجود در دستگاه تنفسی فوقانی می‌شود. این کار برای حفظ گرما صورت می‌گیرد. این موضوع از رسیدن سلول‌های سفید خون به غشای مخاطی برای مبارزه با میکروب‌ها جلوگیری می‌کند. در نتیجه میکروب‌ها راحت‌تر وارد بدن می‌شوند.

گسترش ویروس‌ها: ویروس‌هایی که مسئول بیماری‌های فصول سرد هستند، در آب‌وهوای سرد بیشتر تکثیر پیدا می‌کنند و در هوای سرد زنده می‌مانند. این ویروس‌ها به گرمای هوا حساس هستند و با افزایش دما از بین می‌روند، به همین دلیل در فصول گرم کمتر شایع هستند.

وی در ادامه متذکر می‌شود: «بسیاری از افراد برای کاهش درد و تب، به داروهای تسکین‌دهنده خفیف مثل استامینوفن روی می‌آورند. برای تسکین علائم در کودکان می‌توانید با مشورت پزشک از داروهای بدون نسخه ضددرد مانند استامینوفن و ایبوپروفن استفاده کنید؛ اما باید توجه داشته باشید هرگز به کودکان یا نوجوانان آسپرین ندهید، زیرا مصرف آسپرین در ریه آنها می‌تواند منجر به التهاب کبد و مغز و بروز سندرم ریه شود.»

این پزشک در تکمیل صحبت‌هایش می‌گوید: «استرپتوکوک گلو یک عفونت در گلو و لوزه‌ها است که توسط باکتری‌هایی به نام استرپتوکوک گروه A ایجاد می‌شود. تشخیص گلودرد ساده از استرپتوکوک گلو دشوار است. بااین‌حال گلودرد معمولاً نیازی به درمان و مصرف دارو ندارد. می‌توانید با تمیز نگه داشتن دستان و قرنطینه اعضای خانواده که به این بیماری واگیر مبتلا هستند، از ابتلا به استرپتوکوک پیشگیری کنید. اگر فکر می‌کنید گلودرد دارید، فوراً به پزشک مراجعه کنید. شما باید یک دور آنتی‌بیوتیک برای کاهش علائم، جلوگیری از انتشار باکتری به دیگران و در نهایت درمان بیماری کاملاً مصرف کنید.»

### بیماری‌های پوستی در فصل سرد

از آنجا که رطوبت محیط در زمستان کم است، به احتمال زیاد خشکی پوست خشک را تجربه خواهید کرد. این وضعیت بیشتر در دست‌ها و پاها یا اندام‌های دیگر دیده می‌شود. ترک‌خوردگی پوست شدید می‌تواند بسیار دردناک باشد. حتی منجر به عفونت شود. بیشتر موارد خشکی پوست به‌خوبی به شیوه‌های عادی و داروهای خانگی پاسخ می‌دهد. اگر علی‌رغم بهترین تلاش‌ها، پوست شما بهبود نیافت یا خشکی پوست با قرمزی همراه بود و یا خشکی و خارش در خواب اختلال ایجاد کرد، شما از خاراندن زخم، دست بردارید. اگر شما دارای نواحی بزرگی از پوسته‌پوسته شدن و لایه‌برداری پوست هستید، به پزشک مراجعه کنید.

دکتر بیتا رسول‌زاده، متخصص پوست درباره راه‌های پیشگیری و درمان خشکی پوست به گزارشگر کیهان می‌گوید: «در صورت ایجاد زخم باز یا قرمزی یا اختلال در خواب به دلیل شدید شدن علائم، باید برای پوست خشک و ترک‌خورده خود به پزشک مراجعه کنید. برای اصلاح خشکی پوست، آن را مرطوب نگه دارید. از دوش گرفتن شدید یا قرار گرفتن در معرض آب گرم خودداری کنید. در هوای سرد تا آنجا که ممکن است پوست خود را بپوشانید.»

این دکتر پوست درباره عارضه تب‌خال توضیح می‌دهد: «تب‌خال، تاول کوچک یا گروهی از تاول‌ها است که می‌تواند روی لب‌ها یا اطراف دهان ایجاد شود. این زخم‌ها می‌توانند دردناک و آزاردهنده باشند و ممکن است در ماه‌های زمستان به دلیل نقص در سیستم ایمنی بدن حتی بدتر هم باشند. نور شدید خورشید یا بیماری دیگری مانند سرماخوردگی می‌تواند باعث ایجاد تب‌خال شود. همچنین می‌توانند ناشی از استرس، کمبود خواب یا تغییرات هورمونی نیز باشند. به‌اندازه کافی استراحت کرده و سعی کنید استرس خود را در طول فصل از بین ببرید. لب‌های خود را مرطوب نگه دارید. اگر زخمی شدید دارید، از یک درمان موضعی استفاده و سریع‌تر آن را تمیز کنید.»

### نوروویروس

از آنجا که زمستان زمان دور هم جمع شدن است، احتمالاً شما با گروه‌های زیادی تماس و مکالمه زیادی خواهید داشت. نوروویروس یک بیماری بسیار مسری است که از طریق مواد غذایی و سطوح آلوده پخش می‌شود. با توجه به افزایش معاشرت‌های زمستانی که اتفاق می‌افتد، جای تعجب نیست که این بیماری در زمستان بسیار شیوع دارد.

با توجه به گفته مراکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها، اگر دچار بیماری نوروویروس شدید، می‌توانید میلیون‌ها ذره از ذرات نوروویروس را که بدون میکروسکوپ نمی‌توانید ببینید، بسازید. تنها چند ذره نوروویروس می‌توانند دیگران را بیمار کنند.

درحالی‌که هیچ واکسنی برای پیشگیری از نوروویروس وجود ندارد، می‌توانید با شستن کامل دست‌ها به طور منظم، به‌خصوص بعد از خوردن و یا آماده‌سازی غذا تلاش کنید. درد مفاصل یکی دیگر از دردهای شایع زمستان به‌ویژه در سالمندان است. اگر از آرتروز رنج می‌برید، ممکن است درد شما در ماه‌های سرد بدتر شوند. طبق بررسی صورت‌گرفته بر روی شرکت‌کنندگان مبتلا به آرتروز ۶۷ درصد بیماران به آب‌وهوا حساس بوده و در سرما بیشتر احساس درد مفصل می‌کنند. این ممکن است به دلیل تغییر فشارسنجی باشد که با شروع حرکت هوای سرد رخ می‌دهد.

صادق احمدیان، ارتوپد ضمن بیان مطالب بالا برایمان تبیین می‌کند: «متأسفانه هیچ راهی برای در امان ماندن کامل از سرما در ماه‌های زمستان وجود ندارد. بااین‌حال شما می‌توانید با فعالیت مانند ورزش و با مدیریت وزن خود، درد مفاصل را کاهش دهید. به مصرف داروهای تجویز شده ادامه دهید، در طول فصل مثبت بمانید و سیگار نکشید.» این ارتوپد در ادامه می‌افزاید: «یکی از بیماری‌های فصل زمستان رینود نوعی اختلال نادر است که باعث می‌شود انگشتان دست یا پا در معرض هوای سرد تغییر رنگ داده و احساس خود را از دست بدهند. این وضعیت می‌تواند ناخوشایند باشد. قرار گرفتن در معرض طولانی‌مدت در هوای سرد می‌تواند باعث شدیدتر شدن علائم می‌شود، می‌تواند با کاهش جریان خون در اندام‌ها، درد ضربانی و اسپاسم ایجاد کند.

درحالی‌که بیماری رینود آزاردهنده است، برای اکثر افراد، بیماری رینود جدی و خطرناک نیست، اما می‌تواند کیفیت زندگی شما را تحت‌تأثیر قرار دهد. برای پیشگیری از بروز این علائم ناراحت‌کننده، به‌خصوص دست‌ها و پاهای خود را گرم نگه دارید. از جوراب‌های ضخیم، دستکش و ماسک صورت استفاده کنید. سعی کنید از فعالیت‌های طولانی‌مدت در فضای باز در زمستان اجتناب کنید.»

### ارتباط ویتامین‌ها و بیماری‌های زمستانی

بسیاری از این بیماری‌های زمستانی به علت کمبود مواد معدنی یا ویتامین رخ می‌دهد؛ ازاین‌رو با مصرف ویتامین‌ها، می‌توان انرژی موردنیاز بدن را تأمین و از بروز این بیماری‌ها پیشگیری کرد:

**ویتامین سی:** شروع زمستان همراه با عفونت‌هایی مانند سرماخوردگی، سرفه، تب و آنفلوآنزا است. این در حالی است که مصرف ویتامین سی منجر به تقویت سیستم ایمنی بدن و کاهش طول دوره این بیماری‌ها می‌شود. ویتامین سی نوعی آنتی‌اکسیدان است که باعث کاهش التهاب در بدن نیز می‌شود. در زمستان می‌توانید ویتامین سی موردنیاز خود را از طریق مصرف مرکبات، سبزی‌های تیره‌رنگ و مکمل‌های این ویتامین دریافت کنید.

**ویتامین دی:** اگرچه مصرف ویتامین دی در تمام طول سال موردنیاز است، اما در فصل زمستان و با مایل شدن نور خورشید، نیاز شما به این ویتامین بیشتر می‌شود. در طول زمستان احتمال بروز دردهای استخوانی و مفصلی به دلیل عدم تابش کافی نور خورشید بیشتر است. به گفته متخصصان تمام بزرگسالان زیر ۷۰ سال باید روزانه ۶۰۰ واحد بین‌المللی ویتامین دی مصرف کنند و حداقل ۳۰ دقیقه در معرض نور مستقیم خورشید باشند.

**ویتامین ای:** مصرف این ویتامین برای کمک به حفظ سلامت پوست ضروری است و از خشکی پوست در زمستان جلوگیری می‌کند. گوشت و ماهی، اسفناج، بروکلی، بادام سرشار از این ویتامین هستند.

**ویتامین ب کمپلکس:** تمام ویتامین‌های گروه ب را در زمستان به میزان کافی مصرف کنید. این ویتامین‌ها کربوهیدرات را به انرژی تبدیل می‌کند تا چربی‌ها و پروتئین‌ها برای سوخت، مصرف شود. به همین دلیل است که با مصرف ویتامین ب به‌ویژه ویتامین ب ۱۲ افسردگی و اضطراب ناشی از کوتاه شدن روزها در زمستان را کاهش می‌یابد.

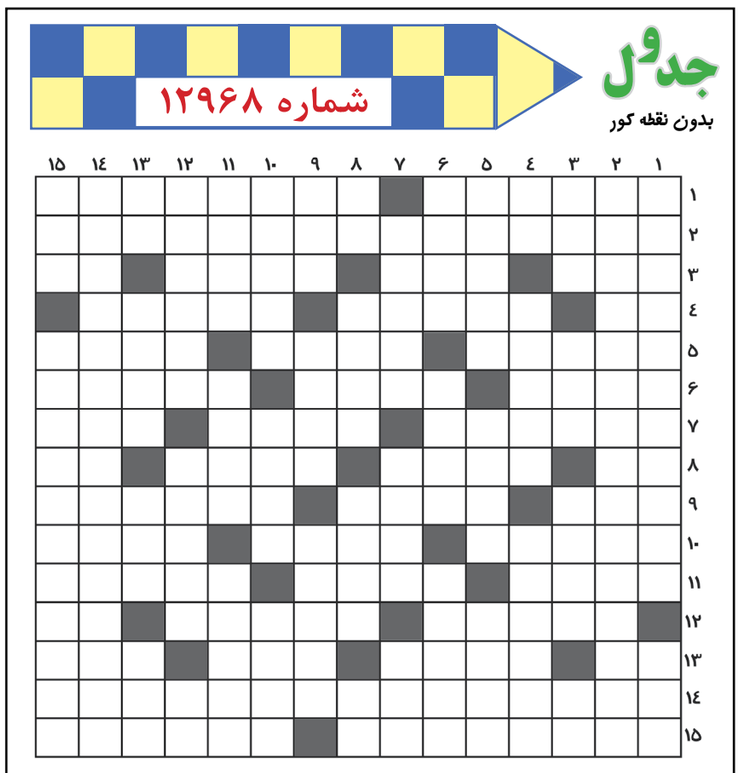
**امگا ۳:** این یک ویتامین نیست؛ اما نقش مهمی در فصل زمستان برای سلامت شما دارد. اسیدهای چرب امگا ۳ سطح چربی خوب خون یا اچ دی ال را حفظ می‌کنند. بسیاری از افراد در طول زمستان دچار بیماری‌های مفصلی می‌شوند و این در حالی است که مصرف امگا ۳ منجر به کاهش درد و سفتی مفصلی که از نشانه‌های آرتروز و آرتریت روماتوئید است می‌شود.

**بسیاری از بیماری‌های زمستانی به علت کمبود مواد معدنی یا ویتامین رخ می‌دهد؛ ازاین‌رو با مصرف ویتامین‌ها، می‌توان انرژی موردنیاز بدن را تأمین و از بروز این بیماری‌ها پیشگیری کرد.**

**یک متخصص پوست: نور شدید خورشید یا بیماری‌های دیگری مانند سرماخوردگی می‌توانند باعث ایجاد تب‌خال شوند. همچنین می‌توانند ناشی از استرس، کمبود خواب یا تغییرات هورمونی نیز باشند. به‌اندازه کافی استراحت کرده و سعی کنید استرس خود را در طول فصل از بین ببرید. لب‌های خود را مرطوب نگه دارید. اگر زخمی شدید دارید، از یک درمان موضعی استفاده و سریع‌تر آن را تمیز کنید.**

## جدول شماره ۱۲۹۶۸

بدون نقطه کور

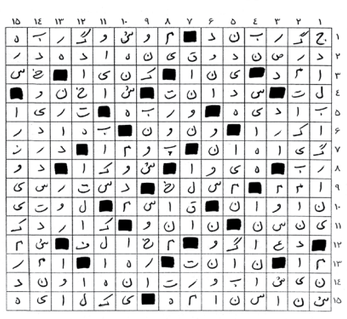


### افقی:

۱- باغ خاطره‌انگیز در آتن باستان- اثری از ایبسن نروژی ۲- پانزده حرف از این بیت فضولی بغدادی را درین ردیف جای دهید: وگر سالها گوهر تابناک/ فتد خوار و بی‌قدر بر روی خاک ۳- دسته نظامی- شهری در نزدیکی بندر لنگه- کاغذ تقویت‌شده- جنس قوی‌تر ۴- پای کشتی‌گیران- فقیر- صنعتی در شعر و شاعری ۵- وسیله‌ای در طباخی و شیرینی‌پزی- ابزار بدن‌سازی- املای قدیم خندق بلا ۶- باید دست به قلم باشد- از اجزای سالاد- پیمان‌سپرده ۷- نام دیگر هلند- سبزیدن گیاه- مدح و ستایش ۸- خوب مرباپزان- اثری از ژان ژاک روسو- برکت داشتن- ضدهیچ ۹- لقب معصوم(ع)- ظرف مرکب- هندسه‌دان مشهور باستان ۱۰- اولین دارنده امتیاز استخراج نفت ایران- سوار- گیاهی با خواص طبی ۱۱- ادیب نوبل‌گرفته دانمارکی- جسم - خرس زیبای چینی ۱۲- رسوا- این شیوه موسیقی در آلمان و اتریش به اوج رسید- تلخ ۱۳- رنگ فرانسوی- بنویسید کوجم! - خانه شاعرانه- جدا ۱۴- پانزده حرف ازین بیت فردوسی را درین ردیف جای دهید: نگهدار شاهان ایران منم! / به هر جای پشت دلیران منم ۱۵- اثری از ایوان تورگنیف روس- در انتظار شاه شدن.

### عمودی:

**۱- اسکلت- درخور، درست ۲- پانزده حرف ازین بیت فردوسی را درین ستون جای دهید: چو نزدیکتر گشت آواز داد/ چنین گفت کای مرد دهقان نژاد ۳- کوهستان مشهور اروپا- صومعه- کاشف میکروب طاعون- دریای عرب ۴- از اعداد- اولین رهبر الجزایر مستقل- نانوای متخصص ۵- عنوان قدیم وزارت دارایی- جنس کلاه عشایر- اهل زادگاه نیما ۶- واحد نظامی- لقب حکام دست‌نشانده عثمانی در مصر- پنج عدد ۷- درگاهی در سینماها- وصف خروس جنگی درجه یک- کمک ۸- بن مصدر دادن- علم مرتبط با ارقام- مالیات فرنگی- قدم یک پا ۹- خجلت- سبلت، موی بالای لب- منسوب به فرشتگان پاک! ۱۰- پارچه‌ای نخی- خراب - توان و قدرت ۱۱- سرباز دریانورد- در فارسی قدیم خوراس یا خورآیان می‌گفتند- گاه با پیر می‌آید ۱۲- افتخار- نمک مرکب از کلر، اکسیژن و یک فلز- شکوه‌گر جدایی‌ها ۱۳- رودی در فرانسه- از منافقان دوران امام علی(ع)- نویسنده کتاب چنگیزخان - گوش ۱۴- پانزده حرف ازین بیت مسعود سعد سلمان را درین ستون جای دهید: محبوس چرا شدم نمی‌دانم/ دانم که نه دزدم و نه عیارم ۱۵- نیرنگ- می‌تواند تولیدکننده بهترین نیروهای کار برای آینده کشور باشند.**




**آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص ایران‌پتک به شناسه ملی ۱۰۱۰۰۹۸۷۳۴۶ و به شماره ثبت ۵۳۶۰۵**

به استناد صورتجلسه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۱۷ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: آقای امیرحسین رمضانی قمی به شماره ملی ۰۰۳۶۰۴۶۸۸۴ به سمت مدیرعامل تا تاریخ ۱۴۰۴/۰۸/۱۷ خانم عطیه رمضانی قمی به شماره ملی ۰۰۶۴۱۷۸۰۸۰ به سمت عضو اصلی هیئت مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۰۸/۱۷ آقای محمدرضا رمضانی قمی به شماره ملی ۰۰۶۴۴۱۳۷۹۹ به سمت رئیس هیئت مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۰۸/۱۷ خانم هانیه رمضانی قمی به شماره ملی ۰۴۵۳۶۰۴۴۷۱ به سمت عضو اصلی هیئت مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۰۸/۱۷ آقای محمدحسن رمضانی قمی به شماره ملی ۰۴۵۳۶۴۷۲۷۸ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۰۸/۱۷ انتخاب گردیدند. کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور شرکت از قبیل چک، سفته ، بروات ، قراردادهاو عقود اسلامی و همچنین اوراق عادی و اداری با ۲ امضاء مدیرعامل و یک نفر از اعضاء هیات مدیره و یا امضای دو نفر از اعضای هیات مدیره به همراه مهر شرکت معتبر می‌باشد.

**سازمان ثبت اسناد و املاک کشور**
**اداره ثبت شرکت ها و مؤسسات غیرتجاری تهران**

**آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص بازرسی مهندسی و کنترل کیفیت سنجش گستر دانا به شناسه ملی ۱۰۱۰۲۳۸۴۲۸۷ و به شماره ثبت ۱۹۶۵۶۶**

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی به‌طور فوق‌العاده مورخ ۱۴۰۱/۰۵/۰۵ تصمیمات ذیل اتخاذ شد ترازنامه و حساب سود و زیان سال مالی منتهی به ۱۴۰۰/۱۲/۲۹به تصویب رسید. اعضای هیئت‌مدیره برای مدت دوسال انتخاب شدند: موسسه فرهنگی خدمات مسافرت هوایی گردشگری و زیارتی ثامن‌الائمه به شناسه ملی ۱۰۲۶۰۱۳۵۷۲۵ شرکت گروه طلیعه سبز جهان (سهامی خاص ) به شناسه ملی ۱۰۱۰۲۸۵۳۶۵۰ شرکت حمل‌ونقل آزادگان (سهامی خاص ) به شناسه ملی ۱۰۱۰۱۲۵۹۳۳۰ آقای مهدی شریفی به شماره ملی ۰۰۷۲۸۳۱۰۲۲ به سمت بازرس علی‌البدل تا پایان سال مالی موسسه حسابرسی نیک‌اندیشان افضل حسابداران رسمی به شناسه ملی ۱۴۰۱۰۷۷۶۵۴۷ به سمت بازرس اصلی تا پایان سال مالی انتخاب گردیدند. روزنامه کثیرالانتشار کیهان جهت نشر آگهی‌های شرکت تعیین گردید.

**سازمان ثبت اسناد و املاک کشور**
**اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری تهران**

**آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص پشتیبانی ایثار به شناسه ملی ۱۰۱۰۱۷۲۹۶۸۳ و به شماره ثبت ۱۲۹۶۳۴**

به استناد صورتجلسه هیئت‌مدیره مورخ ۱۴۰۱/۰۵/۰۴ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: شرکت مهندسی آماد بهینه ساز به شناسه ملی ۱۰۱۰۲۲۵۱۷۳۸ به نمایندگی حمیدرضا سلطانی به شماره ملی ۰۰۷۲۹۷۵۵۳۹ به سمت رئیس‌هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۵/۰۴ شرکت خدماتی تحقیقاتی ساتر سبز به شناسه ملی ۱۰۱۰۲۲۶۲۳۹۱ و به نمایندگی محمد تقوی به شماره ملی ۰۹۱۹۸۶۲۴۰۳ به سمت نایب‌رئیس هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۵/۰۴ شرکت گروه طلیعه سبز جهان به شناسه ملی ۱۰۱۰۲۸۵۳۶۵۰ به نمایندگی محمد حسن نوری زادگان به شماره ملی ۰۰۳۵۲۱۸۳۸۱ به سمت مدیرعامل و عضو هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۵/۰۴ انتخاب گردیدند. کلیه اوراق و اسناد بهادار و تعهدآور شرکت از قبیل چک سفته برات قراردادها و عقود با امضاء ثابت مدیرعامل به همراه مدیر مالی (آقای سعید غلامی ) و یا یکی از اعضا هیئت‌مدیره همراه با مهر شرکت و اوراق عادی و مکاتبات اداری با امضاء مدیرعامل همراه با مهر شرکت معتبر خواهد بود.

**سازمان ثبت اسناد و املاک کشور**
**اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری تهران**

**آگهی تغییرات موسسه غیرتجاری بنیاد تعاون بسیج به شناسه ملی ۱۰۱۰۱۳۶۵۱۱۴ و به شماره ثبت ۶۰۴۳**

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی به‌طور فوق‌العاده مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۲۳ تصمیمات ذیل اتخاذ شد آقای حمید رضا محمد تقی زاده با کد ملی ۰۳۲۰۰۵۰۸۲۳ به عنوان مدیرعامل و رئیس هیئت‌مدیره- آقای علی نصر با کد ملی ۱۲۸۳۳۶۰۹۱۸ به عنوان نایب‌رئیس هیئت‌مدیره- آقای شهرام جعفری با کد ملی ۳۵۵۹۷۰۷۶۹۲ به عنوان عضو هیئت‌مدیره و قائم‌مقام مدیرعامل- آقای علی اصغر داورزنی با کد ملی ۰۷۹۴۴۱۱۲۵۸ به عنوان عضو هیئت‌مدیره- آقای حیدر بابا احمدی با کد ملی ۶۳۲۹۸۲۱۱۶۱ به عنوان عضو هیئت‌مدیره برای مدت دو سال انتخاب گردیدند. موسسه حسابرسی ودجا شناسه ملی ۱۴۰۰۳۵۵۵۵۵۱ به سمت بازرس اصلی و آقای اسماعیل اسلامی با کد ملی ۰۰۵۵۴۹۲۵۷۶ به‌عنوان بازرس علی‌البدل برای یک سال مالی انتخاب گردیدند کلیه اوراق و اسناد تعهد آور از جمله قراردادها با امضاء مدیرعامل و یکی از اعضاء هیئت‌مدیره با مهر بنیاد و در غیاب مدیرعامل با امضاء برادر شهرام جعفری و یکی از اعضای هیئت‌مدیره همراه با مهر بنیاد و اسناد مالی از جمله چکها با امضای مدیرعامل و معاون مالی بنیاد و در غیاب مدیرعامل با امضای برادر شهرام جعفری و معاون مالی همراه با مهر بنیاد معتبر می‌باشد و سایر اوراق عادی و اداری با امضای مدیرعامل یا قائم‌مقام وی همراه با مهر بنیاد معتبر می‌باشد. ترازنامه برای سال مالی منتهی به ۱۴۰۱/۱۲/۲۹ تصویب گردید. روزنامه‌های کیهان جهت درج آگهی‌های بنیاد تعاون بسیج تعیین گردید.

**سازمان ثبت اسناد و املاک کشور**
**اداره ثبت شرکت‌ها و مؤسسات غیرتجاری تهران**

**آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص آلارمکو به شناسه ملی ۱۰۱۰۱۲۷۹۷۹۶ و به شماره ثبت ۸۳۳۶۸**

به استناد صورتجلسه هیئت‌مدیره مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۲۲ تصمیمات ذیل اتخاذ شد آقای محمود تبریزیان به شماره ملی ۰۰۴۴۲۷۳۰۰۲ به سمت رئیس هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۱۲/۲۲و به سمت عضو اصلی هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۱۲/۲۲ آقای مجید تبریزیان به شماره ملی ۰۰۴۴۳۵۳۲۷۸ به سمت نایب‌رئیس هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۱۲/۲۲و به سمت عضو اصلی هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۱۲/۲۲ آقای ایرج خزانه دارلو به شماره ملی ۰۰۴۵۳۶۷۴۹۳ به سمت عضو اصلی هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۱۲/۲۲و به سمت مدیرعامل تا تاریخ ۱۴۰۴/۱۲/۲۲ آقای ارشیا تبریزیان به شماره ملی ۰۴۵۳۴۴۶۵۲۳ به سمت عضو اصلی هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۴/۱۲/۲۲ انتخاب گردیدند مقرر شد کلیه چکها و بروات و اوراق بهادار و همچنین کلیه اسنادی که به نحوی برای شرکت تعهد آور باشد با امضاء دو نفر از چهار نفر به همراه مهر شرکت معتبر می‌باشد.

**سازمان ثبت اسناد و املاک کشور**
**اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری تهران**

**آگهی تغییرات شرکت تعاونی طرح توسعه منطقه‌ای جیلارد دماوند به شناسه ملی ۱۰۱۰۰۰۶۹۹۵۰ و به شماره ثبت ۵۰۵**

به استناد صورتجلسه هیئت‌مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۴/۲۵ و مجوز شماره ۰۲۲/۱۰۷/۱۹۳۹۱۹ مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۳۰ اداره تعاون،کار و رفاه اجتماعی شهرستان دماوند تصمیمات ذیل اتخاذ شد آقای سیدجواد میربابائی به شماره ملی ۰۴۳۹۰۹۳۸۰۵ به سمت نایب‌رئیس هیئت‌مدیره آقای سیدحجت اله نوربخش سلطانی به شماره ملی ۰۴۳۹۶۷۲۷۳۲ به سمت رئیس هیئت‌مدیره آقای رضا موثق به شماره ملی ۰۴۳۹۶۷۵۵۷۱ به سمت عضو اصلی هیئت‌مدیره آقای سید مسلم دادصفت به شماره ملی ۰۴۳۹۶۹۳۸۶۱ به سمت مدیرعامل و عضو اصلی هیئت‌مدیره و آقای سید جلیل جلیلی به شماره ملی ۰۴۳۹۰۱۹۷۵۳ به سمت منشی هیئت‌مدیره برای مدت ۳ سال انتخاب گردیدند حق امضای کلیه مدارک مالی اعم از چک، سفته، اوراق و اسناد بهادار و بانکی با امضای آقایان سیدمسلم دادصفت (مدیرعامل) و سید حجت‌اله نوربخش سلطانی (رئیس هیئت‌مدیره) یا سید جواد میربابائی (نائب رئیس هیئت‌مدیره) به همراه مهر شرکت معتبر می‌باشد. همچنین اوراق و اسناد عادی و اداری با امضای سید مسلم دادصفت (مدیرعامل) به همراه مهر شرکت معتبر می‌باشد.

**اداره کل ثبت اسناد و املاک استان تهران**
**مرجع ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری دماوند**

**شرایط و فرم اشتراک نشریات کیهان در تهران سال ۱۴۰۳**

متقاضیان محترم می‌توانند با توجه به جدول زیر نسبت به انتخاب هر یک از نشریات مورد علاقه و واریز مبلغ اشتراک به **شماره کارت ۶۱۰۴۳۳۸۹۸۷۹۴۸۷۷۱** بانک ملت به نام چاپ و انتشارات کیهان و ارسال اصل فیش بانکی همراه با فرم تکمیل شده ذیل به **صندوق پستی ۱۱۳۶۵/۳۶۳۱** با پست سفارشی نسبت به برقراری اشتراک خود اقدام نمایند.

| نوع نشریه | یکساله (ریال) | شش ماهه (ریال) | سه ماهه (ریال) |
|---|---|---|---|
| روزنامه کیهان | ۴۲/۰۰۰/۰۰۰ | ۲۱/۰۰۰/۰۰۰ | ۱۰/۵۰۰/۰۰۰ |
| روزنامه کیهان انگلیسی | ۱۶۲/۰۰۰/۰۰۰ | ۸۱/۰۰۰/۰۰۰ | ۴۰/۵۰۰/۰۰۰ |
| روزنامه کیهان عربی | ۱۶۲/۰۰۰/۰۰۰ | ۸۱/۰۰۰/۰۰۰ | ۴۰/۵۰۰/۰۰۰ |
| مجله کیهان ورزشی | ۲۸/۰۸۰/۰۰۰ | ۱۴/۰۴۰/۰۰۰ | ۷/۰۷۰/۰۰۰ |
| مجله زن روز | ۲۸/۰۸۰/۰۰۰ | ۱۴/۰۴۰/۰۰۰ | ۷/۰۷۰/۰۰۰ |
| مجله کیهان بچه‌ها | ۱۴/۰۴۰/۰۰۰ | ۷/۰۲۰/۰۰۰ | ۳/۵۱۰/۰۰۰ |
| مجله کیهان فرهنگی | ۲/۱۶۰/۰۰۰ | ——— | ——— |

توجه:
۱- اشتراک عزیزانی که فرم درخواست آنها تا دهم هر ماه به امور مشترکین برسد از اول ماه بعد برقرار می‌شود.
۲- یک نسخه از کپی فیش بانکی و قبض سفارشی را تا پایان مدت اشتراک حتما نزد خود نگهداری نمائید.
**۳- در صورت تغییر قیمت نشریات و یا هزینه پستی، معادل مبلغ پرداخت‌شده، نشریه مورد تقاضا ارسال می‌گردد.**
۴- در صورت تمایل به اشتراک چند نشریه، برای هر کدام فیش بانکی جداگانه تهیه فرمائید.
۵- قبض پرداختی را می‌توانید به شماره **۰۹۱۲۷۹۳۲۵۶۸** با ذکر مشخصات در کانال تلگرام قرار داده به امور مشترکین اطلاع دهید.

**فرم تقاضا**

نام: ..... نام خانوادگی: ..... نوع نشریه: ..... تعداد نسخه: ..... مدت: ..... ماه
مبلغ پرداختی: ..... ریال شماره فیش بانکی: ..... تلفن: ..... تلفن همراه: .....
آدرس: .....
کد پستی: ..... پست الکترونیکی: .....
شماره اشتراک: .....

امور مشترکین
موسسه کیهان
تلفن: ۳۵۲۰۲۲۷۸-۰۲۱ نمابر: ۳۳۹۱۰۹۲۲-۰۲۱