خبرها از عالم علم

این خوراکی ها را بخورید دیرتر پیر می شوید

پیری یک سِیر طبیعی و اجتناب‌ناپذیر است. در حالی که تبلیغات سعی می‌کنند پیری را امری توقف‌پذیر جلوه دهند، باید گفت هیچ راه واقعی برای انجام این کار وجود ندارد. اما خوشبختانه با ایجاد تغییراتی در رژیم غذایی و سبک زندگی می‌توان از سرعت پیری کاست و بر میزان سلامت کلی افزود. برخی عادات غذایی وجود دارد که با به‌کارگیری آنها علاوه بر اینکه می‌توان خطر ابتلا به بیماری‌ها را کاهش داد، بلکه می‌شود روند پیری را هم کندتر کرد.

به گزارش خبرآنلاین، تمرکز بر کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های مختلف در هر سنی مهم است، اما نکاتی وجود دارد که به ما می‌گوید چرا ۵۰ سالگی، سن مهمی برای اتخاذ عادات غذایی سالم است. به طور کلی، افزایش سن، یک ریسک فاکتور برای انواع بیماری‌ها محسوب می‌شود. به عنوان مثال، احتمال حملات قلبی برای مردان بعد از ۴۵ سالگی و برای زنان بعد از ۵۵ سالگی افزایش می‌یابد. سن عاملی است که به طور مستقیم بر خطر بیماری قلبی تأثیرگذار است.

علاوه بر این، مطالعات نشان می‌دهد که داشتن قلب سالم در دهه ۵۰ زندگی، به کاهش خطر ابتلا به زوال عقل در سال‌های بعد کمک می‌کند. واضح است که تمرکز بر خطر ابتلا به بیماری، بخش مهمی از کند کردن روند پیری در ۵۰ سالگی است و خبر خوب این است که حفظ عادات غذایی سالم راهی عالی برای انجام این کار است.

برای اینکه بدانید کدام عادات غذایی در کند کردن روند پیری بعد از ۵۰ سالگی مفید هستند، این مطلب را تا انتها بخوانید.

◆ دریافت فیبر کافی

دریافت فیبر کافی در رژیم غذایی روزانه، بخصوص در سنین بالا، بسیار مهم است زیرا می‌تواند به کاهش خطر بیماری قلبی، دیابت نوع ۲، فشار خون بالا و حتی سرطان کمک کند. فیبر می‌تواند این تأثیر را از طریق کاهش استرس اکسیداتیو و نشانگرهای التهابی در بدن داشته باشد (که هر دو نشانگرهایی هستند که به طور طبیعی با افزایش سن ایجاد می‌شوند).

◆ مصرف مقدار زیاد پروتئین

به طور کلی، توده عضلانی بدن پس از ۳۰ سالگی تحلیل می‌رود و احتمالاً تا ۶۰ سالگی درصد بسیار کمی عضله در بدن باقی خواهد ماند. به منظور جلوگیری از کاهش توده عضلانیِ مرتبط با افزایش سن، مهم است که از دوران جوانی روی عضله‌سازی تمرکز کنید. رژیم غذایی سرشار از پروتئین در کنار تمرینات مقاومتی برای حفظ و رشد ماهیچه‌های سالم مفید است. به دلیل کاهش بالقوه توده عضلانی، با افزایش سن، نیاز به پروتئین بیشتر می‌شود. برای دریافت پروتئین کافی در رژیم غذایی خود، از منابع کم‌چربی مانند مرغ، تخم مرغ، آجیل و ماست یونانی استفاده کنید.

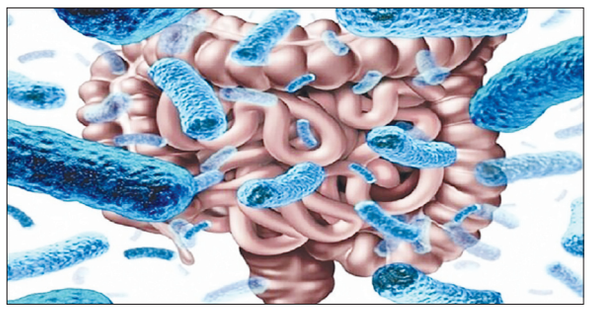
◆ دریافت چربی‌های سالم

همانطور که ذکر شد، خطر ابتلا به بیماری قلبی در سنین ۴۵ تا ۵۵ سالگی افزایش می‌یابد. با این اوصاف، یکی از زمینه‌های مفید برای حفظ سلامت در ۵۰ سالگی اطمینان از داشتن قلب سالم است. یکی از راه‌های این کار، گنجاندن چربی‌های سالم مانند اسیدهای چرب امگا ۳ در رژیم غذایی روزانه است.

◆ مصرف بیشتر غذاهای گیاهی

تحقیقات متعددی نشان داده‌اند که پیروی از یک رژیم غذایی گیاهی در طول زندگی، باعث کند شدن روند پیری در چندین دوره می‌شود.

«ورزش» موثر بر سلامت روده



نتایج تحقیقات نشان می‌دهد ورزش بر سلامت کلی روده تأثیر می‌گذارد و به عنوان مثال با افزایش سن، بهترین ورزشی که می‌توان برای کاهش یا پیشگیری از یبوست انجام داد، فعالیت‌های هوازی مانند پیاده‌روی، دوچرخه‌سواری، دویدن و شنا است و برخی از حرکات یوگا نیز باعث تحریک هضم می‌شوند.

به گزارش ایسنا، به طور حتم ورزش علاوه بر اینکه برای قلب، عضلات و سلامت روان مفید است، همچنین برای روده‌ها نیز مفید است. ورزش بر سلامت کلی روده شما تأثیر می گذارد، که چیزی بیش از هضم روزانه را شامل می‌شود. در اینجا سه دلیل وجود دارد که چرا ورزش برای سلامت روده عالی است.

«میکروبیوم روده» نام انواع میکروارگانیسم‌هایی است که در دستگاه گوارش، عمدتاً در روده‌ها زندگی می‌کنند. این میکروب‌ها، از جمله باکتری‌های مفید و مضر، بر همه چیز، از هضم غذا گرفته تا خطر طولانی‌مدت بیماری و روند بهبودی یا بدتر شدن بیماری تأثیر می‌گذارند. بدیهی است که آنچه می‌خورید و می‌نوشید بر میکروبیوم تأثیر می‌گذارد اما ورزش کردن نیز اثرگذار است.

مطالعات نشان داده‌اند که ورزشکاران و همچنین افرادی که به طور منظم فعال هستند، میکروبیوم‌های روده سالم‌تری نسبت به افراد کم‌تحرک دارند.

محققان معتقدند ورزش نه تنها تعداد میکروب‌های مفید را در میکروبیوم افزایش می‌دهد، بلکه تنوع میکروبیوم را نیز افزایش می‌دهد که تعداد انواع مختلف میکروب‌هایی است که در آنجا زندگی می‌کنند. نشان‌داده شده است که افراد با میکروبیوم‌های متنوع‌تر ممکن است خطر ابتلا به بیماری‌هایی مانند بیماری التهابی روده و حتی دیابت را کاهش دهند.

اگر تا به حال ناراحتی ناشی از یبوست را احساس کرده‌اید، ممکن است متوجه شده باشید که تحرک و حتی پیاده‌روی ساده می‌تواند به عملکرد سیستم بدن کمک کند؛ چراکه ورزش ماهیچه‌های روده را تحریک می‌کند و «زمان انتقال» مدفوع را کاهش می‌دهد. این مدت زمانی است که مدفوع از بدن عبور می‌کند. مدفوع‌هایی که سریع‌تر از طریق روده حرکت می‌کنند، نرم‌تر و راحت‌تر دفع می‌شوند.

بنا بر اعلام دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، اگرچه تمرینات قدرتی نیز مهم است اما با افزایش سن، بهترین نوع ورزشی که می‌توان برای کاهش یا پیشگیری از یبوست انجام داد، فعالیت‌های هوازی مانند پیاده‌روی، دوچرخه‌سواری، دویدن و شنا است. برخی از حرکات یوگا نیز باعث تحریک هضم می‌شوند.

طبق تحقیقات، ورزش می‌تواند بر کاهش خطر ابتلا به سرطان معده، روده بزرگ و مری تأثیر بگذارد. این ممکن است به این دلیل باشد که ورزش هضم را سرعت می‌بخشد و دستگاه گوارش را کمتر در معرض مواد سرطان‌زا احتمالی موجود در غذاها و نوشیدنی‌هایی که مصرف می‌کنید، قرار می‌دهد. ورزشکاران که به صورت منظم فعالیت دارند همچنین ممکن است در معرض خطر کمتری برای بیماری التهابی روده و دیورتیکولوز باشند، اگرچه تحقیقات بیشتری در این مورد نیاز است.

البته بدیهی است که یک تمرین نمی‌تواند میکروبیوم روده شما را بهبود بخشد، از یبوست جلوگیری کند یا بیماری را رفع کند. در یک مطالعه، افرادی که شروع به ورزش کردند، تغییرات مثبتی در میکروبیوم‌های خود داشتند. اما این تغییرات تا حد زیادی زمانی که افراد از ورزش کردن دست کشیدند، ناپدید شدند. بنابراین سعی کنید ورزش را جزئی از برنامه روزانه خود قرار دهید.

راه‌های بیشتری برای تقویت سلامت روده‌تان وجود دارد؛ از جمله غذاهای گیاهی فراوان (مانند میوه‌ها و سبزیجات) بخورید، غذاهای فرافرآوری شده را محدود کنید، پروبیوتیک مصرف کنید و از مصرف بیش از حد آنتی‌بیوتیک خودداری کنید.

از سوی سازمان غذا و دارو؛

اسامی فرآورده‌های آرایشی غیرمجاز اعلام شد

روابط عمومی سازمان غذا و دارو اسامی فرآورده‌های آرایشی غیرمجاز را اعلام کرد.

به گزارش مهر، روابط عمومی سازمان غذا و دارو، محلول آرایش پاک کن با نام تجاری RACO، محصول ادوپرفیوم با نام تجاری Happy Day هپی دی، انواع فرآورده‌های مراقبت از پوست از جمله ژل کنترل کننده چربی صورت و شوینده صورت با نام تجاری NEUTROGENA را غیر مجاز معرفی کرد.

بنا بر اعلام روابط عمومی سازمان غذا و دارو همچنین محصولات بالم مرطوب کننده و محافظ لب با نام تجاری BYPHASSE، سرم ضدآکنه با نام تجاری LINDA، سرم لیفت کننده پوست با نام تجاری BYPHASSE غیر مجاز هستند.

روابط عمومی سازمان غذا و دارو با اعلام اینکه سطح عرضه در تیررس نظارت‌های همیشگی سازمان غذا و دارو ست از مردم خواست برای حفظ سلامت جامعه در صورت مواجه با محصولات نامبرده موضوع را به معاونت‌های غذا و داروی دانشگاه‌های علوم پزشکی اطلاع دهند.

خبر پزشکی

دست و پاهایتان مرتب خواب می رود؟ بخوانید!

خواب رفتن دست و پا ممکن است به عنوان احساس سوزش، گزگز یا سوزن‌سوزن شدن توصیف شود و با بی‌حسی، درد یا ضعف در این اندام‌ها همراه باشد.

به گزارش خبرآنلاین، عوامل و شرایط مختلفی می‌تواند باعث گزگز در دست یا پا شود؛ که شایع‌ترین آنها عبارتند از:

◆ نوروپاتی دیابتی

نوروپاتی در اثر آسیب به اعصاب رخ می‌دهد. نوروپاتی دیابتی زمانی اتفاق می‌افتد که آسیب عصبی ناشی از دیابت باشد. این وضعیت می‌تواند پاها و گاهی اوقات بازوها و دست‌ها را درگیر کند.

◆ کمبود ویتامین

دریافت کافی ویتامین‌های B۱۲، B۶، E، B۱ و B۹ یا فولات برای سلامت اعصاب اهمیت دارد. کمبود این ویتامین‌ها در رژیم غذایی می‌تواند باعث آسیب عصبی شود و به صورت گزگز در دست یا پا ظاهر شود.

◆ نارسایی کلیه

نارسایی کلیه سبب تجمع مایعات و مواد زائد در بدن و در نهایت منجر به آسیب عصبی می‌شود. گزگز ناشی از نارسایی کلیه، اغلب در پاها رخ می‌دهد.

◆ آرتریت روماتوئید

آرتریت روماتوئید یک بیماری خود ایمنی است که باعث تورم و درد در مفاصل می‌شود. اغلب در مچ دست و بالاتر اتفاق می‌افتد، اما می‌تواند سایر قسمت‌های بدن از جمله مچ و ساق پا را نیز درگیر کند. التهاب ناشی از این بیماری می‌تواند به اعصاب فشار وارد کند و منجر به گزگز شود.

◆ ام اس

مولتیپل اسکلروزیس (MS) یک بیماری خود ایمنی است که در آن سیستم ایمنی به پوشش محافظ اعصاب حمله می‌کند و منجر به آسیب عصبی می‌شود. احساس بی‌حسی یا خواب رفتن بازوها، پاها و صورت یکی از علائم رایج ام اس است.

◆ لوپوس

لوپوس یک بیماری خود ایمنی است که طی آن سیستم ایمنی به بافت‌های بدن حمله می‌کند و قادر است سیستم عصبی را تحت تاثیر قرار دهد. سوزن سوزن شدن در دست‌ها یا پاها می تواند ناشی از فشرده‌شدن اعصاب مجاور به دلیل التهاب یا تورم ناشی از لوپوس باشد.

◆ قرار گرفتن در معرض سموم

بودن در معرض سموم شیمیایی برای سیستم عصبی مضر است و می‌تواند سبب سوزن سوزن شدن دست‌ها یا پاها شود.

◆ کم‌کاری تیروئید

اگرچه نادر است، اما کم‌کاری شدید تیروئید گاهی اوقات می‌تواند به اعصاب آسیب برساند و منجر به احساس گزگز یا بی‌حسی اندام‌ها شود. مکانیسم چگونگی وقوع این اتفاق ناشناخته است.

هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۴۰۲۶۰۳۲۷۰۰۰۰۴۱۹۶ – ۱۴۰۲/۱۲/۰۳ هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف و ضعیت ثبتی ارا ضی و ساختمانهای فاقد سند ر سمی م ستقر در واحد ثبتی شهر ستان طارم تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم زهرا بهرامی فرزند علیر ضا بـ شماره شنا سنامه ۵۳۹۰۰۴۴۴۳۶ صادره از طارم به شماره ملی ۵۳۹۰۰۴۴۴۳۶ در شـ شـدانگ یک باب عمارت به مساحت ۴۰۰/۱۹ مترمربع از مالکیت رسمی ابراهیم بهرامی واقع در بخش هـ شت زنجان شهر ستان طارم شهر آبیر پلاک ۱۴۶ – ا صلی را نموده ا ست. لذا به منظور اطلاع عمومی مراتب در دو نوبت به فا صله ۱۵ روز آگهی می شود درصورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند، می توانند در شهرها از تاریخ انتشار اولین آگهی و در روستاها از تاریخ الصاق آگهی در روستا به مدت دو ماه اعتراض خود را به اداره ثبت محل تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قـ ضایی تقدیم نمایند و گواهی تقدیم دادخوا ست را به اداره ثبت محل تحویل نمایند. بدیهی است درصورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار اول ۱۴۰۳/۰۶/۰۱
تاریخ انتشار دوم ۱۴۰۳/۰۶/۱۷
رئیس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان طارم – سیدرضا شفیعی
۸۳۸/۰۳–ش

اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک دماوند
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سندرسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۳۶۰۳۰۱۰۵۸۰۰۳۴۲۴ مورخ ۱۴۰۳/۰۴/۰۴ هیات اول مو ضوع قانون تعیین تکلیف و ضعیت ثبتی ارا ضی و ساختمانهای فاقد سند ر سمی م ستقر در واحدثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای ناصر اعوانی فرزند محمد تقی بشماره شناسنامه ۴۹۰ صادره از سمنان به مقدار ۱۷۷۷۶/۷۱ مترمربع مشاع از شـشـدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۲۱۳۴۰۶ مترمربع پلاک ۷۳۷ فرعی از ۹۳ اصلی واقع در سربندان خریداری برابر مبایعه نامه عادی از مالک رسمی آقای ابوالقاسم راد محمدی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب دردونوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود درصورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند ازتاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دوماه اعتراض خودرا به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یکماه از تاریخ تـ سلیم اعتراض دادخوا ست خودرا مراجع قـ ضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشارنوبت اول: ۱۴۰۳/۰۶/۱۷
تاریخ انتشار نوبت دوم:۱۴۰۳/۰۷/۰۱
رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند– علی یوسفی ایدلو
م/الف ۳۸۰

اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک دماوند
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سندرسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۳۶۰۳۰۱۰۵۸۰۰۱۵۰۷ مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۲۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف و ضعیت ثبتی ارا ضی و ساختمانهای فاقد سند ر سمی م ستقر در واحدثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای اکبر محمد نظری فرزند حسین بشماره شناسنامه ۵۵۴۵۸ صادره از تهران در ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به م ساحت ۵۸۹/۲۵ مترمربع پلاک ۲۵۰۴ فرعی از ۱۸۹ صلی واقع درهمند آبِ سرد خریداری برابر مبایعه نامه عادی مع الواسطه ازنسق آقای احمداکبراشرفی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب دردونوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود درصورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند ازتاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دوماه اعتراض خودرا به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خودرا مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشارنوبت اول: ۱۴۰۳/۰۶/۱۷
تاریخ انتشار نوبت دوم:۱۴۰۳/۰۷/۰۱
رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند– علی یوسفی ایدلو
م/الف ۳۸۱

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان قزوین
اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک منطقه یک قزوین
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شـ ماره ۱۴۰۳۶۰۳۰۹۰۰۱۰۰۳۴۵۲ مورخ ۱۸ / ۰۵ / ۱۴۰۳ کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۹۰۰۱۰۰۶۳۳ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند ر سمی م ستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک منطقه یک قزوین تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی شرکت توزیع نیروی برق استان قزوین به شماره شناسه ملی ۱۰۸۶۱۴۱۱۷۴۱ در ششدانگ یک باب پست برق به مساحت ٤٤ متر مربع پلاک شماره ۲۲۹۲ – اصلی واقع در قزوین بخش ۳ حوزه ثبت ملک منطقه یک قزوین (مبایعه نامه عادی خریداری از مالک اولیه مرحوم حبیب اله خلیل خانی) محرز گردیده است . لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فا صله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که ا شخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقا ضی اعترا ضی دا شته با شند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض ، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۷ / ۰۶ / ۱۴۰۳
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۰۲ / ۰۷ / ۱۴۰۳
۱۷۸۱۹۲۳.م.الف **رئیس ثبت اسناد و املاک – شعبان عسگری**

آگهی دعوت از بستانکاران (نوبت سوم)
شرکت منحله نارین تن آذین با مسئولیت محدود
به شماره ثبت ۳۰۸۵۱٤ به شناسه ملی ۱۰۱۰۳٤٦٦٦۰٤ در حال تصفیه

در اجرای ماده ۲۱۵ اصلاحیه قانون تجارت از کلیه بستانکاران شرکت منحله نارین تن آذین با مسئولیت محدود به شماره ثبت ۳۰۸۵۱٤ به شناسه ملی ۱۰۱۰۳٤٦٦٦۰٤ در حال تصفیه که آگهی انحلال آن در صفحه ۳۷ روزنامه رسمی کشور به شماره ۲۳۰۳۳ مورخ ٤ /۲/ ۱٤۰۳ درج گردیده است دعوت به عمل می آید تا ظرف مدت یکسال از تاریخ انتشار آگهی نوبت اول با ارائه مدارک مثبته ادعای خود به مدیر تصفیه خانم سهیلا برزگر به شماره ملی ۰۰٤۸۹۷۰۸۱٦ به شماره همراه ۰۹۳۱۲۰٤۷٦۰٤ مستقر در آدرس استان تهران، شهرستان تهران، بخش مرکزی، شهر تهران، شهیدرجایی، خیابان ش علی اصغرنصراله زاده مهرآبادی، خیابان شهید علی رضایی عدل(ستاره) ، پلاک ۲، طبقه همکف کدپستی ۱۸۱٦۷۳٤۷٦٤ مراجعه نمایند. بدیهی است شرکت و مدیر تصفیه در مورد هرگونه ادعای احتمالی که خارج از مدت فوق به شرکت منعکس گردد مسئولیتی نخواهد داشت.
مدیر تصفیه شرکت منحله نارین تن آذین (با مسئولیت محدود) در حال تصفیه – سهیلا برزگر
۱۶۵۰

آگهی دعوت از بستانکاران (نوبت دوم)
شرکت منحله یام سامانه آریا با مسئولیت محدود
به شماره ثبت ۳٦٦۱۸۵ به شناسه ملی ۱۰۱۰٤۱۰۷۹٦۳ در حال تصفیه

در اجرای ماده ۲۱۵ اصلاحیه قانون تجارت از کلیه بستانکاران شرکت منحله یام سامانه آریا با مسئولیت محدود به شماره ثبت ۳٦٦۱۸۵ به شناسه ملی ۱۰۱۰٤۱۰۷۹٦۳ در حال تصفیه که آگهی انحلال آن در صفحه ٤۱ روزنامه رسمی کشور به شماره ۲۳۰۵۵ مورخ ۳۱ /۲/ ۱٤۰۳ درج گردیده است دعوت به عمل می آید تا ظرف مدت یکسال از تاریخ انتشار آگهی نوبت اول با ارائه مدارک مثبته ادعای خود به مدیر تصفیه آقای مهدی خیراله بیاتیانی به شماره ملی ۲۰۰۳۰۰۷۷۰۹ به شماره همراه ۰۹۱۲۳۰۱۵۷۸۹ مستقر در آدرس استان تهران، شهرستان تهران، بخش مرکزی، شهر تهران، اوقاف، کوچه شهید حمزه دهقان، کوچه شهید محمد باقری (مهر)، پلاک ٦۳، طبقه ۱، واحد شرقی کدپستی ۱٦۸٦٦۱٦٦٦۱ مراجعه نمایند. بدیهی است شرکت و مدیر تصفیه در مورد هرگونه ادعای احتمالی که خارج از مدت فوق به شرکت منعکس گردد مسئولیتی نخواهد داشت.
مدیر تصفیه شرکت منحله یام سامانه آریا (با مسئولیت محدود) در حال تصفیه – مهدی خیراله بیاتیانی
۱۶۲۹

آگهی دعوت از بستانکاران (نوبت دوم)
شرکت منحله کوشا تک پیشگامان فرتاک با مسئولیت محدود
به شماره ثبت ۱۴۸۳ به شناسه ملی ۱۴۰۰۶۹۱۱۲۰۳ در حال تصفیه

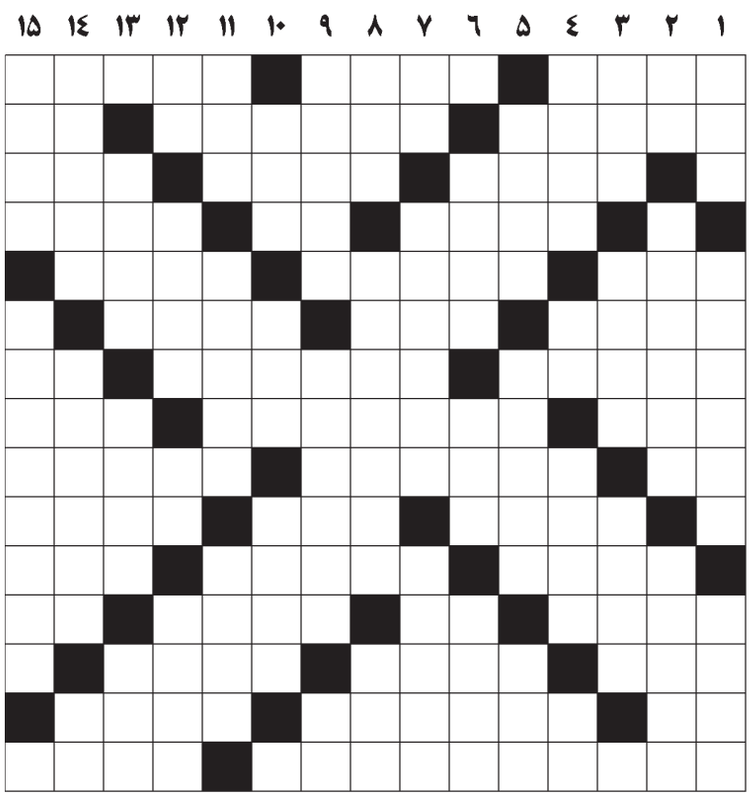
در اجرای ماده ۲۱۵ اصلاحیه قانون تجارت از کلیه بستانکاران شرکت منحله کوشا تک پیشگامان فرتاک با مسئولیت محدود به شماره ثبت ۱٤۸۳ به شناسه ملی ۱٤۰۰٦۹۱۱۲۰۳ در حال تصفیه که آگهی انحلال آن در صفحه ۱۵۳ روزنامه رسمی کشور به شماره ۲۳۰٦۷ مورخ ۱٦ /۰۳/ ۱٤۰۳ درج گردیده است دعوت به عمل می آید تا ظرف مدت یکسال از تاریخ انتشار آگهی نوبت اول با ارائه مدارک مثبته ادعای خود به مدیر تصفیه آقای سیامک کوشائی به شماره ملی ۰۰۶۳۳۲۹۹٦٤ به شماره همراه ۰۹۱۲۳۸۵۸۸۹۲ مستقر در آدرس استان تهران، شهرستان قدس، بخش مرکزی، شهر قدس، محله، خیابان گلبرگ شمالی، بلوار امام زاده، پلاک ۱۱۱، طبقه همکف به کد پستی ۳۷۵٤۱٤۵۳٤٦ مراجعه نمایند. بدیهی است شرکت و مدیر تصفیه در مورد هرگونه ادعای احتمالی که خارج از مدت فوق به شرکت منعکس گردد مسئولیتی نخواهد داشت.
مدیر تصفیه شرکت منحله کوشا تک پیشگامان فرتاک (با مسئولیت محدود) در حال تصفیه – سیامک کوشائی
۱۶۲۸

آگهی دعوت از بستانکاران (نوبت دوم)
شرکت منحله صبحانه روز خندان با مسئولیت محدود
به شماره ثبت ۵۱۲۱۰۳ به شناسه ملی ۱۴۰۰۶۸۹۶۰۷۵ در حال تصفیه

در اجرای ماده ۲۱۵ اصلاحیه قانون تجارت از کلیه بستانکاران شرکت منحله صبحانه روز خندان با مسئولیت محدود به شماره ثبت ۵۱۲۱۰۳ به شناسه ملی ۱٤۰۰٦۸۹٦۰۷۵ در حال تصفیه که آگهی انحلال آن در صفحه ٤۳ روزنامه رسمی کشور به شماره ۳۲۸۵٤ مورخ ۱٦ /٦/ ۱٤۰۲ درج گردیده است دعوت به عمل می آید تا ظرف مدت یکسال از تاریخ انتشار آگهی نوبت اول با ارائه مدارک مثبته ادعای خود به مدیر تصفیه آقای امیر خندان سیان به شماره ملی ۰٤۸۰٤۰۷۷۳۸ به شماره همراه ۰۹۳۹٤۳۸٤٤۹۹ مستقر در آدرس استان تهران، شهرستان ری، بخش مرکزی، شهر ری، صفائیه، ۸٤، کوچه شهیدحسین صادق زاده، کوچه شهید حسن خلجیان، پلاک ۰، طبقه همکف کدپستی ۱۸٦۳٦٦٦۱۱۵ مراجعه نمایند. بدیهی است شرکت و مدیر تصفیه در مورد هرگونه ادعای احتمالی که خارج از مدت فوق به شرکت منعکس گردد مسئولیتی نخواهد داشت.
مدیر تصفیه شرکت منحله صبحانه روز خندان (با مسئولیت محدود) در حال تصفیه – امیر خندان سیان
۱۶۲۷

جدول

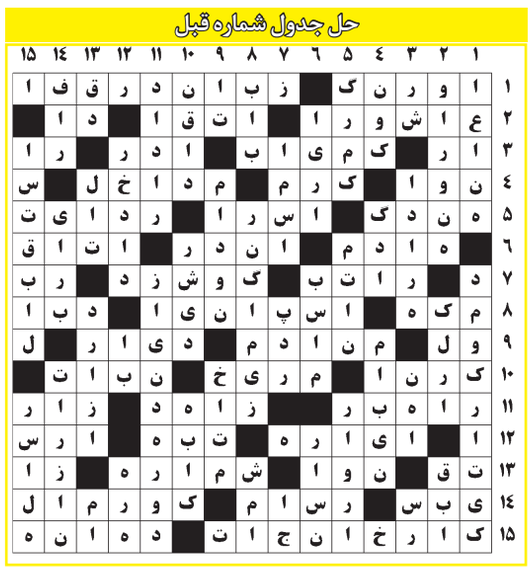
۷۵۶۵



افقی

۱-حمد و ثنا - وسیله کار مقنی - درخت بید
۲-کشتی بان - دلباخته شمع - طلایه ارقام ۳-در دیر ساکن است- غریبه نیست- زینتگر ۴-بها بازار - امید است هیچ زنی سر آن نرود - جهانگرد ۵-سبزی غده یی - ترجمه - خوراک معین شده ۶-دربند کردن - پرورش یافتن - پیشرفت پایه پایه ۷-کجرو و گمراه - چنین مردی نمیرد هرگز - کشیدنی الک دولک
۸-پشیمانی - ارمغان آب- نوبت باردهی درخت
۹-رود اروپایی - شیرین گفتار - سلول ۱۰-زمین لم یزرع - کشف زایدلر - دفع آفات نباتی میکنند
۱۱-از ضربه می‌بینند - گزارش و خبرچینی - ماندگی ۱۲-انسان در برابر خداوند - شبیه و مانند - مجبور است- یک تنهای بی میان ۱۳-پول خرد اسپانیا - مورد احتیاج - سرپرست خانواده
۱۴-کلام شبانی -نایب وزیر مختار -واحد پول روسیه
۱۵-علم روانشناسی - از درختان پرشاخ و برگ

عمودی

۱-مجلس آمریکایی - امید است اخترتان همیشه چنین باشد - انباشته و انبوه
۲-عضو رفتار - بیم داشتن - تباه ۳-بازپسین - ریز نمرات یک پرسش- کینه توز است و بد باطن ۴-از درختان پرشاخ و برگ- مفعول بی واسطه - از فرآورده های لبنی - محصول صابون ۵-خوارتر - دوزخ و جهنم - آسمون جل معروف۶-خارج است- اشرف مخلوقات- از زوجات حضرت ابراهیم ۷-عضوی در صورت- با اسم و رسم - بر کس مگویید ۸-دیوار کوتاه - تازه خانمان - اسباب خانه ۹-یادآوری کردن - مخترع اتوبوس برقی - از طاقچه‌ها ۱۰-مادر ترک زبان - جوهر مازو - خاک
۱۱-سازنده عمارت- تا نیفتد دوست قدر دوست کی داند؟ - اصل و نسب۱۲-یک تنهای بی میان - تسمه و دوال - دوسنگ آسیا - گرز آهنین ۱۳-پسر فریدون - ابرو در هم کشیده - همیشه برقرار است۱۴-کجرو و گمراه - از رنگهای میوه‌یی - گل ته جوی ۱۵-عقد ازدواج - خوان خوار دریاها

حل جدول شماره قبل