خبرها از عالم علم

آسم می‌تواند به حافظه کودک آسیب برساند

یک مطالعه جدید نشـان داده است که بیماری آسم با مشکلات حافظه در کودکان مرتبط است.

به گزارش مهر به نقل از مدیسـن نـت، همچنین محققان دریافتند که شروع زودرس آسم ممکن است نقص حافظه بالقوه را در کودکان بدتر کند.

به گفته محققان، این اولین مطالعه‌ای است که چنین ارتباطی را نشان می‌دهد.

«سـیمونا گتی»، محقق ارشد و استاد روانشناسی در مرکز ذهن و مغز دانشـگاه کالیفرنیا، می‌گوید: «این مطالعه بر اهمیت توجه به آسم به عنوان منبع بالقوه مشکلات شناختی در کودکان تأکید می‌کند.»

گتی در ادامه افزود:«ما آگاه هستیم که بیماری‌های مزمن، نه تنها آسم، بلکه دیابت، بیماری‌های قلبی و سایر موارد ممکن است کودکان را در معرض خطر افزایش مشکلات شناختی قرار دهند. ما باید عواملی را که ممکن است خطرات را تشدید کنند یا در برابر آن محافظت کنند، درک کنیم.»

برای این مطالعه، محققان داده‌های بیش از ۲۰۰۰ کودک ۹ و ۱۰ ساله مبتلا به آسم را تجزیه و تحلیل کردند.

گتی گفـت: «دوران کودکی دوره بهبود سـریع حافظه و به طور کلی‌تر شناخت است.در کودکان مبتلا به آسم، این بهبود ممکن است کندتر باشد.»

تیم او دریافت که کودکان مبتلا به آسـم نمرات پایین‌تری در آزمون‌های حافظه اپیزودیک، نوع خاصی از حافظه مرتبط با تجربیات و احساسات، داشتند.

در یک نمونه کوچک‌تر شـامل حدود ۵۰۰ کودک که به مدت دو سال تحت نظر بودند، محققان دریافتند کودکانی که آسم شأن زودتر شروع شده بود نیز در طول زمان رشد حافظه آهسته تری داشتند.

تیم تحقیق گفت این رشـد کُند حافظه در دوران کودکی ممکن است عواقب بلندمدتی داشته باشد.

آنها اشـاره کردند که آسـم در افراد مسن با خطر بیشـتر زوال عقل و بیماری آلزایمر مرتبط است.

محققان حدس می‌زنند که این مشـکلات حافظه ممکن است ناشی از التهاب طولانی مدت ناشـی از آسم یا اختلالات مکرر در اکسیژن رسانی به مغز در اثر حملات آسم باشد.

ایـن تیم خاطرنشـان کرد: «تحقیقـات روی موش‌های آزمایشـگاهی همچنین نشـان داده اسـت که داروهای رایج آسم می‌توانند بر هیپوکامپ، ناحیه‌ای در مغز که نقش اساسی در حافظه دارد، تأثیر بگذارند.»

سالمندان مجاز به مصرف چند تخم‌مرغ در روز هستند؟

تخم مرغ سرشـار از مواد مغذی مانند ویتامین A، سلنیوم و انواع ویتامین‌های B است، با این حال، اگر در سن ۵۰ سالگی هستید شاید بخواهید بدانید که روزانه بایـد چه تعداد تخم مرغ مصـرف کنید یا اصلا مصرف روزانه تخم مرغ در این سنین خوب است یا خیر؟

به گزارش ایسـنا، تخم مرغ اغلب به‌عنوان غذایی فوق‌العاده معرفی می‌شود و به نقل از برخی سایت‌های سـلامت، تخم مرغ، سـالم‌ترین غذایی اسـت که روی زمین پیدا می‌کنید.

تخم مرغ سرشـار از مواد مغذی مانند ویتامین A، سلنیوم و انواع ویتامین‌های B است، با این حال، اگر در سن ۵۰ سالگی هستید شاید بخواهید بدانید که روزانه بایـد چه تعداد تخم مرغ مصـرف کنید یا اصلا مصرف روزانه تخم مرغ در این سـنین خوب اسـت یا خیر؟ یا بایـد تخم مرغ به غذایی تبدیل شـود که سـنجیده و گاهی اوقات آن را مصرف کرد.

هنگامی که افراد به سـن ۵۰ سـالگی می‌رسـند، بسیاری از کارشناسان تغذیه توصیه می‌کنند که برخی از غذاهـا را محدود یا حذف کنند.به‌عنوان مثال توصیه شده است افراد ۵۰ ساله و بالاتر، غذاهای شور، شیرین و بیش از حد فرآوری شده را حذف یا بسیار کم مصرف کننـد یـا در مورد مضـرات مصرف نان سـفید حاوی کربوهیدرات «بد» و ماکارونی با آرد سفید هشدار داده شده است.

اما آیا تخم مرغ در دسته غذاهایی قرار می‌گیرد که باید مراقب مصرف آن بود؟ خیر، برعکس، تخم‌مرغ‌ها به دلیل ارزش تغذیه‌ای خود امتیاز بالایی دریافت می‌کند بـه این معنی که لزوما باید آنهـا را در هر وعده غذایی مصرف کرد.مانند همه مواد غذایی سالم، تخم مرغ نیز در کنار سـایر غذاهای حاوی مواد مغـذی قرار دارد و بر اسـاس منوها و دستور العمل‌های مورد علاقه آن را مصرف کنید.

◇ مصرف حداقل یک تخم مرغ در روز برای بهبود سلامت کلی مناسب است

نتایج تحقیق سال ۲۰۲۳ نشان داد مصرف حداقل یک تخم مرغ در روز برای بهبود سـلامت کلی مناسب است. محققان خاطرنشـان کردند از دیدگاه تغذیه‌ای، هفت تا ۱۴ عـدد تخم مرغ در هفته برای رژیم غذایی متنوع و متعادل می‌تواند برای اکثر افراد از نظر افزایش

میزان مـواد مغذی و ارائه پروتئین بـا کیفیت بالا که می‌تواند از توده بدون چربی بدن محافظت کند و آن را بهبود بخشد، مفید است.

هلث گزارش کرد، تونی کاستیلو، متخصص تغذیه ورزشـی اظهار کرد تعداد مناسب تخم مرغ بعد از سن ۵۰ سالگی از فردی به فرد دیگر متفاوت است. بر اساس گفته انجمن قلب آمریکا، افراد سـالم می‌توانند به‌طور متوسـط هفت تخم مرغ در هفته را به‌عنوان بخشـی از رژیم غذایی سـالم برای قلـب در نظر بگیرند، با این حـال، وی ۲ اخطار در این مورد داد. برای افراد مسـن با کلسـترول طبیعی، ۲ عدد تخم مرغ در روز به‌عنوان بخشی از الگوی غذایی سالم برای قلب قابل قبول است. در مورد گیاهخـواران، آنها آزادند که مصرف تخم مرغ خود را افزایش دهند، اما اعتدال مصرف کلیدی است.

اگرچه رژیم‌های غذایی سنگین تخم‌مرغ نیز وجود دارد، اما فاقد بعد غذایی خواهند بود و این نوع رژیم‌های محدودکننده فاقد فیبر مناسب برای هضم هستند.

در حالی که نیازی نیست فقط به این دلیل که تولد ۵۰ سـالگی خود را جشن گرفتید، مصرف تخم مرغ را کم کنید، اما به این معنی نیسـت کـه باید تخم مرغ را بدون بررسـی مجدد گاهی مصرف کنید زیرا ممکن اسـت باعث ایجاد مشکل شـود. همانطور که کلینیک مایو اعلام کرد آلرژی به تخم مرغ (هر چند غیرمعمول) ممکن اسـت برای افراد در مراحل بعدی زندگی اتفاق بیفتد. بنابراین، بهتر است مراقب علائمی مانند ناراحتی معده یا بثورات موضعی خفیف باشید که نشان می‌دهد ممکن است به تخم مرغ حساسیت داشته باشید.

به همین ترتیب، توجه داشته باشید که نحوه پختن تخم مرغ‌ها برای دریافت بیشـترین تاثیر مثبت از آنها ضروری اسـت. سوزان کمپبل، متخصص تغذیه، درباره موارد مربوط به نحوه تهیـه بهتر تخم مرغ می‌گوید از افزودن چربی حیوانی اضافی مانند کره و مواد دیگر به دلیل محتوای چربی اشـباع شده خودداری شود. او به جـای آنها، چربی‌هایی مانند روغن زیتون یا روغن‌های گیاهـی را توصیه کرد به ایـن ترتیب، می‌توانید ارزش غذایی هر تخم مرغی کـه مصرف می‌کنید را با حذف چربی‌های اشباع شـده، بدون اینکه خود را در معرض خطر قرار دهید، دریافت کنید.

◇ تخم‌مرغ چه میزان کلسترول دارد؟

مدیکال نوشـت، انجمـن قلب آمریـکا (AHA) ادعا کـرد یک تخم مرغ بزرگ حـاوی ۱۸۶ میلی‌گرم کلسـترول غذایی است. دسـتورالعمل‌های غذایی این منبع مورد اعتماد آمریکایی‌ها توصیه کرد افراد با حفظ رژیـم غذایی متعادل، مصرف کلسـترول خود را تا حد امـکان پایین نگه دارند. اگرچه تخم مرغ ممکن اسـت حاوی مقدار نسـبتا بالایی کلسـترول باشـد، اما تاثیر عمده‌ای بر سـطح کلسترول ندارد. سـفیده تخم مرغ حاوی هیچ گونه کلسـترولی نیسـت، بنابراین ممکن است گزینه سالم‌تری باشد.

نتایـج تحقیقات گسـترده نشـان داد که مصرف تخم مرغ خطـر بیماری قلبی را در شـرکت‌کنندگان ایـن تحقیق افزایش نداد و برای افرادی که کلسـترول بالا دارند یا کسـانی که در معرض خطر بیماری قلبی هستند، لازم نیسـت تا زمانی که پزشک به‌طور خاص توصیـه کند، از خوردن تخم مـرغ اجتناب کنند. البته بدانیـد که احتمال ابتلا به مسـمومیت غذایی ناشـی از مصـرف تخم مـرغ خام وجـود دارد. بـا این حال، مسمومیت غذایی با افزایش استانداردهای بهداشتی و ایمنی غذایی کمتر رایج خواهد بود.

هیچ‌وقت برای تغییر در رژیم غذایی دیر نیسـت و کلید پیری سالم پاسخگویی به نیازهای در حال تغییر بدن در هر مرحله از زندگی است و با تمرکز بر غذاهای مناسـب، از وعده‌هـای غذایی غنی از مـواد مغذی در دوران کودکی گرفته تا فیبر و هیدراتاسـیون در سنین بالا به طور قابل توجهی بر سلامت و رفاه طولانی‌مدت تاثیر خواهد گذاشت.

خبر پزشکی

سرد مزاج‌ها در فصل سرما چه غذاهایی مصرف کنند؟

متخصص طب‌سـنتی درخصوص تغذیه در فصل پاییز توضیحاتی ارائه داد.

مریـم مقیمـی متخصـص طب سـنتی در گفت‌وگو بـا مهر راجع به بایدهـا و نبایدهای مـواد غذایی در فصول سرد گفت: به طور کلی تغذیه در فصول سـرد اخلاط و مواد زائد در بدن تجمع پیدا می‌کنند و دفع آن برای افراد سخت می‌شود. توصیه می‌کنیم برای دفع بهتر، افراد صبح ناشتا حتماً یک استکان آب‌جوش مصرف کنند.

وی ادامه داد: افرادی که در فصول سـرد از آب‌جوش استفاده می‌کنند کمتر دچار یبوست می‌شوند.آب‌جوش برای دفع اخلاط و مواد در بدن کمک کننده اسـت به خصوص برای افرادی که سـابقه یبوسـت و بواسیر دارند، بهترین درمان است.

متخصص طب‌سنتی همچنین افزود: مزاج پاییز و زمستان سرد و خشک اسـت. افراد سـعی کنند از غذاهایی با مزاج سـرد و خشک استفاده نکنند. خـوردن غذاهای شـور و تند، آب یـخ برای تمامی افراد منع شـده و برای کمک به گوارش و سیسـتم ایمنی بدنشـان بهتر اسـت بیشـتر از شلغم و ترب که از صیفی‌جات هسـتند به صورت پخته و در سـوپ و آش استفاده شود.

مقیمی اذعان کرد: در خصوص مصرف میوه‌ها، مصرف میوه‌هایی مانند نارنگی، کیوی که مزاج آن‌ها سـرد است برای افرادی که مشکلات گوارشی ندارند منعی ندارد اما افرادی که مشـکلات گوارشی و دچار معده درد، نفخ هسـتند نباید از این میوه‌ها استفاده کنند؛ اگر هم خواستند استفاده کنند حتماً با مصلح آن (عسل، زنجبیل) و در مقدار بسیار کم مصرف کنند.

آسان‌ترین راهکار کاهش استرس و اضطراب

محققـان مـی گویند تنفس عمیـق می‌تواند راهی موثـر برای کاهش اسـترس در محل کار باشـد، اما در حین کار، بسیاری از مردم به نحوه دم و بازدم فکر نمی‌کنند.

به گزارش مهر به نقل از آسوشیتدپرس، این گزارش می‌افزاید: کارمندان پشت میزنشـین که پشت رایانه نشسـته‌اند، به راحتی می‌توانند نفس‌های عمیق بکشـند. کارمندانی کـه روز را روی پاهای خود در خرده‌فروشـی یا مراقبت‌های بهداشـتی سـپری می‌کنند، ممکن اسـت بیش از آن مشغول باشند که بتوانند روی تنفس تمرکز کنند.

اما دلیل خوبی وجود دارد که به یاد داشـته باشـید مکث کنید تا نفس عمیق بکشید. به گفته انجمن قلب آمریکا، استرس مزمن و کنترل نشده، که خطر بیماری قلبی و سکته را افزایش می‌دهد، می‌تواند به اندازه دود سیگار برای سلامتی مضر باشد.

محققـان می‌گویند: «تحقیقات نشـان می‌دهد کـه تمرین‌های تنفس عمیـق می‌تواند فشـار خون فرد را کاهش داده و اضطـراب را کاهش دهد. تنفـس عمیق رایگان اسـت، می‌تواند در هر مکانی انجام شـود و نیازی به نیم ساعت وقت گذاشتن برای مدیتیشن ندارد. یک یا دو دقیقه نفس عمیق می‌تواند به آرام کردن افکار کمک کند.

آگهی قانون تعیین تکلیف وضعیت اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

نظر به دستور مواد ۱ و ۳ قـانون تعیـین تکلیـف وضـعیت اراضـی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مصوب ۱۳۹۰,۹,۲۰ و برابـر رای شـماره ۲۱۹۵...۱۴۰۳ مورخه ۱۴۰۳,۰۸,۱ هیات موضوع ماده یک قانون مذکور تصرفات آقای کاظم قاسمی رزگی فرزند محمد در ششدانگ یک بـاب ساختمان به مساحت ٦٤٠,٩٠ متر مربع قسمتی از پلاک ١٢٦ اصلی واقع در اراضی طوس خراسان رضوی بخـش ۱۰ مشـهد از محـل مالکیـت محمد سرباز تائید گردیده است. لذا بـه موجـب مـاده ۳ قـانون تعـین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سـند رسـمی و مـاده ماده ۱۳ آئین نامه مربوطه این آگهی در دو نوبت بـه فاصـله ۱۵ روز از طریق روزنامه محلی و کثیر الانتشار و در شهرها منتشـر و در روسـتاها رای هیات الصاق تا در صورتیکه اشخاص ذینفع به آرای اعـلام شـده اعتراض داشته باشند از تاریخ انتشـار اولـین آگهـی و در روسـتاها از تاریخ الصاق در محل تا دو ماه اعتراض خود را بـه اداره ثبـت محـل وقوع ملک تسلیم و رسید اخذ نمایند. معترض باید ظـرف یـک مـاه از تاریخ تسلیم اعتراض مبادرت به تقدیم دادخواست به دادگـاه عمـومی محل نماید و گواهی تقدیم دادخواست به اداره ثبت محل تحویل دهـد که در این صورت اقدامات ثبت موکول به ارائه حکـم قطعـی دادگـاه است و در صورتیکه اعتراض در مهلت قانونی واصل نگردد یا معترض؛ گواهی تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محـل را ارائـه نکنـد اداره ثبت مبادرت به صدور سند مالکیت می نماید و صـدور سـند مالکیـت مانع از مراجعه متضرر به دادگاه نیست.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۸/۱۲
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۲۸ , ۱۴۰۳,۰۸
میم الف ۱۲۰۵/۳۸۵٤–ش **رئیس اداره ثبت اسناد و املاک منطقه ۲ مشهد – بشیر پاشایی**

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 ١٤٠٣٦٠٣٢٩٠١٢٠٠٥٤٤٩ مورخ ٠١ / ٠٨ / ١٤٠٣ هیات اول/ دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضـی و سـاختمانهای فاقـد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک گرمسار تصرفات مالکانه بلا معارض متقاضی آقای/ خانم میثم علی بیگی فرزند موسی بشـماره شناسـنامه ٤٦٠٠٠٣٤٣٩٢ کد ملی ٤٦٠٠٠٣٤٣٩٢ صادره از سمنان در ششدانگ یک باب دامداری به مساحت ٢٨٧,٤١ متر مربع پـلاک ٢ فرعـی از ٥ اصـلی واقـع در غیاث آباد شهرستان گرمسار خریداری از مالک رسمی آقای/ خانم با توجه به کد ٩٧٧ مجموعه بخشنامه های ثبتی مع الواسـطه از معصـومه ترابـی محـرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ١٥ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو مـاه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک مـاه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نماینـد. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصـول اعتـراض طبـق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ١٢ /٠٨ / ١٤٠٣
تاریخ انتشار نوبت دوم: ٢٨ / ٠٨ / ١٤٠٣
١٨١٧٤٣١/١٢٠٢–ش **حسین چلوئی رئیس ثبت اسناد و املاک**

آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص مهندسی راهکارهای فراگیر آرمان پویان به شناسه ملی ۱۴۰۱۳۰۷۷۱۶۰ و به شماره ثبت ۳۰۵۱

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عـادی بطـور فـوق العـاده مـورخ ١٤٠٣/٠٦/٣١ تصمیمات ذیل اتخاذ شد آقای محمدمهدی اخترداتش به شماره ملی ٠٠١٧٧٩٩٣١٧ به سمت بازرس علی البدل تا پایان سال مالی آقای حسـن طغرانگـار بـه شـماره ملـی ٤٢٨٤٧٠٩١٠٠ به سمت بازرس اصلی تا پایان سال مالی انتخاب گردیدند.

٣٧١–د **اداره کل ثبت اسناد و املاک استان تهران**
مرجع ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری پردیس (۱۸۲۵۶۶۰)

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 ١٤٠٣٦٠٣٢٩٠١٢٠٠٥٥١٦ مـورخ ٠٥ / ٠٨ / ١٤٠٣ هیـات اول/ دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقـد سـند رسـمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک گرمسار تصرفات مالکانه بلا معـارض متقاضـی آقای / خانم محمد عسگری فرزنـد علـی اکبـر بشـماره شناسـنامه ٧٠٧٣ کـد ملـی ٠٠٧٤٨٢٣٨٩٢ صادره از تهران در ششدانگ یک قطعه زمین محصور جهت الحاق بـه پلاک ٣٨ / ٥٤ به مساحت ٨١٨,٧٨ متر مربع پـلاک ١ فرعـی از ٥٤ اصـلی واقـع در روستای قشلاق آقا اسماعیل شهرستان گرمسار خریداری از مالک رسمی آقای /خـانم خریداری مع الواسطه از قهرمان میراخوری با حقوق ارتفاقی این قطعه فاقد راه عبـور و جهت الحاق به پلاک ٣٨ / ٥٤ می باشد را محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ١٥ روز آگهی می شود در صورتی کـه اشـخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسـید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را بـه مراجـع قضـایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصـول اعتـراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد

تاریخ انتشار نوبت اول:٢٨ / ٠٨ / ١٤٠٣
تاریخ انتشار نوبت دوم: ١٤ / ٠٩ / ١٤٠٣
١٨٢٧٧٨٤.م.الف/١٢٧٩–ش **حسین چلوئی رئیس ثبت اسناد و املاک**

آگهی رای هیات قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر آراء صادره هیات تعیین تکلیف مستقر در ثبت اسناد و املاک شهرستان سـنندج تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضیان ذیل تایید گردیده لذا بـدین وسـیله مشخصـات املاک در دو نوبت به فاصله ١٥ روز جهت اطلاع عموم در روزنامه آگهی مـی گـردد در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضیان اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی و در روستاها از تاریخ الصاق در محل تا مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم نمایند و پس از اخذ رسید ظرف یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مرجع قضایی تقدیم نموده و گواهی اخذ و تحویل اداره ثبت نماینده بدیهی است در صورت انقضای و مدت مـذکور و عـدم وصول اعتراض سند مالکیت به مقررات صادر خواهد شد صدور سند مالکیـت مـانع مراجعه متضرر به دادگاه نیست.

١- ششدانگ یک قطعه ب باغ به نام خانم لیلا امینی فرزند محمد صادره سـنندج بـه مساحت ٦ دانگ ٣٠٠٠ متر مربع پـلاک ٣ فرعـی از ١١٦١ اصـلی بخـش ١ منطقـه ٢ سنندج جز نسق زارعانه شماره ٤٦٦٠٦ مورخ ١٣٥٢/٥/١ به نام آقایان محمود و محمد و جمال و عبدالله امینی

تاریخ انتشار نوبت اول: ١٤٠٣/٠٨/٢٨
تاریخ انتشار نوبت دوم: ١٤٠٣/٠٩/١٣
٥٣٣٩.م.الـف/١٢٨٥–ش **هیوا احمدیان رئیس ثبت اسناد و املاک منطقه دو سنندج**

اخطاریه

آقای یوسف قربانی عطاء آبادی فرزند اسماعیل با شماره ملی ٠٣٨٥٠٥٠٨٦٠ به اطلاع می رساند نظر به اینکه به موجب دادنامـه شـماره ١٤٠٣٢٦٣٩٠٠٠٢٠٩٥٩٦٩ مورخه ١٤٠٣/٦/٢١ صادره از شعبه سوم دادگاه عمومی حقوقی خمین مبنی بر الزام به طلاق زوجه خود خانم زهرا عسگری فرزند غلامعباس شده ایـد و حکـم بـه مرحلـه اجراء رسیده است لذا به شما ابلاغ می گردد ظرف یک هفتـه از تـاریخ انتشـار ایـن آگهی جهت ثبت طلاق در این دفترخانه حاضـر شـوید در غیـر ایـن صـورت برابـر مقررات نسبت به طلاق زوجه شما اقدام خواهد شد.

١٢٨٦/٠٣–ش **سردفتر ازدواج و طلاق ۲ خمین – حسین مرادی**

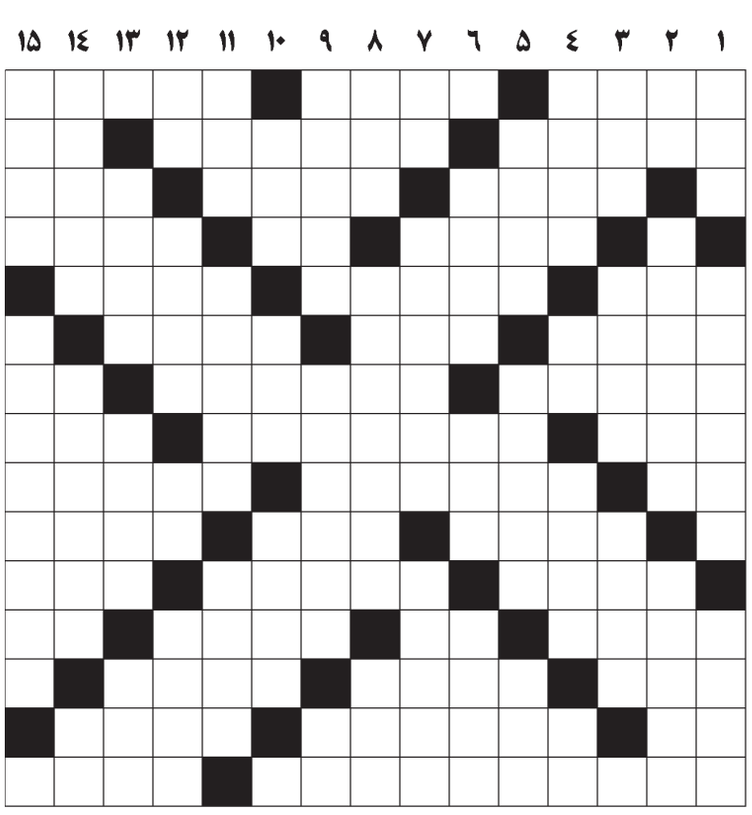
آگهی تغییرات شرکت با مسئولیت محدود مهرگان سازه اجرا به شناسه ملی ۱۴۰۰۷۷۸۱۴۷۴ و به شماره ثبت ۵۳۰۱۲۸

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی فوق العاده مـورخ ١٤٠٣/٠٨/١٤ تصمیمات ذیل اتخاذ شد تعداد اعضاء هیأت مدیره بـه ٧ نفرکـاهش یافت و ماده مربوطه اساسنامه اصلاح گردید.

٣٨٣–د **سازمان ثبت اسناد و املاک کشور**
اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری تهران (۱۸۲۷۰۸۳)

جدول

۷۶۱۶



افقی

۱-دانشمند ستاره شـناس- آتش خانه حمام - عبادتگاه ترسـا ۲-انبوهی - همیشه یابنده - گل سرخ ۳-هدف تیر انداز - هواپیمای جنگنده - نماز بموقع ۴-دهانه اسب- مظهر روشنایی - واحد پول کانادا ۵-درخت خانه - رودی در اروپا - نیابت کردن و ایسـتادن به جای کسی ۶-رب لنوع یونانی - تیز و قاطـع - واحد پول میانمـار ۷-حاصل کتابت- از گلهای همیشـه سبز گلدانی - بریدن و قطع کردن ۸-طلایی رنگ- بی صبر و ناشـکیبا - خودپسندی ۹-مساوی اسـت- از سنگهای سخت بلوری شکل - فرزنـد ادم ۱۰-حاصـل سـوختگی - واحدی در بـرق - روزی دهنده ۱۱-سرسـرا و دهلیز - خواب ترسـناک- پدر پـدر ۱۲-خیر و برکـت- مروارید درشـت- خشـک- آخرین نازی ۱۳-بشـر - عضو پیچ پیچ بدن - سرپرسـت خانواده ۱۴-مفعول بی واسـطه - تلاش بیش از حدش باعث از پا افتادنش خواهد شد -از گل های بهاری ۱۵-لوازم و داروهایی که همه باید در منزل داشته باشند که به داد بیمار برسند تا دکتر بیاید - پایتخت همسایه شرقی

عمودی

۱-از اناجیل چهارگانه - وسـیله تصویربرداری - بچه‌دان و مشیمه ۲-یکی از دو جنس- برش مطبوعاتی - بی نشـان اسـت و ناشناس۳-رباینده - کثرت آمدو شـد - خوگرفتن ۴-تمام‌کننده - بیماری ریوی - نقاش اسـپانیولی - عدد شروع بـازی ۵-جوانمرد و بزرگـوار - صاحب فن - فراخی روزی ۶-پهلو و کنار - خوردن - کج و خمیده ۷-یکدندگی کودکانه - خطیب انقلابی فرانسـوی - از شـهرهای استان گلستان ۸-از شهرهای جنوب شرق کشور - کنایه از کار ناپایدار و بی اساس اسـت- واهمه ۹-کم تجربه - کار رادار است- چیز ۱۰-خوی و عادت- مرزبان - از صفات باریتعالی ۱۱-عار نیسـت- جناح چپ لشکر - شهر بلقیس۱۲-حرف نفی عربی - فرومایگی - واحد سـطح - ریخته‌گر ۱۳-ادوات و تجهیزات- سرخش سر سبز بر باد دهد - سرباز زدن ۱۴-خانه زیرزمینی - اسباب و وسایل عروس- نوعی از کاغذ ۱۵-آسیب و گزند - کنیه مبارکه حضرت رسول (ص)

حل جدول شماره قبل

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	ا	ز	و	ف	■	م	س	ل	خ	■	س	ت	ا	و	ه
۲	ج	ا	ر	و	ب	■	ن	ک	ر	ا	ن	ی	■	ا	ی
۳	د	■	ق	ر	ا	ر	■	د	و	ش	ا	■	ک	ل	ک
۴	■	ن	■	د	ر	ا	ک	■	ا	د	■	ز	ل	ا	ل
۵	ن	ا	د	■	ز	م	ی	ا	ر	■	ژ	ی	ا	ن	■
۶	ر	ک	ا	ب	■	ش	ن	ل	■	ک	ن	ا	ه	■	ب
۷	د	ا	د	ر	س	■	ه	م	ا	و	ر	د	■	ه	ی
۸	ب	و	ا	■	ا	ن	ج	ا	م	ن	ا	■	ج	و	د
۹	ا	ت	■	ا	س	ت	و	ا	ر	■	ل	ا	ب	ل	ا
۱۰	ن	■	ج	ب	ا	ن	■	ت	ی	ب	■	ت	ی	ن	ر
۱۱	■	ط	ن	ی	ن	■	ش	ا	ک	ا	ر	■	ن	ا	ب
۱۲	ر	ا	و	ک	■	ن	ف	■	ا	ب	ا	د	■	ک	ا
۱۳	ا	و	ب	■	ک	م	ا	س	■	ا	ب	ا	ر	■	ش
۱۴	س	و	■	ب	د	ن	ه	ا	د	■	و	ب	ا	ل	■
۱۵	خ	س	ی	د	ر	م	ی	ق	ا	ت	■	ا	ج	ر	ا