اعصاب و روان

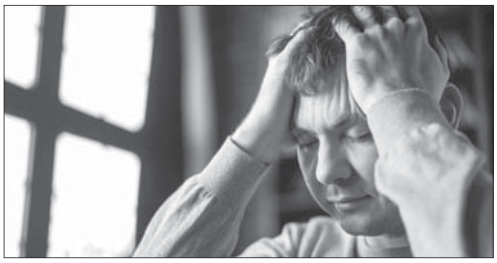
ارتباط کابوس‌های شبانه با عادات غذایی بد

مطالعـه‌ای جدید به سرپرسـتی پروفسـور «توره نیلسـن» از دانشـگاه مونترال با بررسـی بیش از ۱۰۰۰ دانشـجو در کانادا، نشـان می‌دهد که عواملی چون عادات غذایـی، حساسـیت‌های فردی به برخی مـواد خوراکی و زمان خوردن غذا می‌توانند در کیفیت خواب شبانه و حتی کابوس دیدن نقش داشته باشند.

در این مطالعه حدود ۲۵ درصد از شـرکت‌کنندگان گفتند که خوردن برخی غذاهـا پیش از خواب باعث بدتر شـدن کیفیت خواب آن‌ها می‌شـود؛ کمـی بیش از ۲۰ درصـد هـم ادعا کردند کـه برخی غذاها خـواب آن‌ها را بهبود می‌بخشـد. از میان افرادی که گزارش دادند پس از خوردن برخی غذاها بیشـتر کابـوس می‌بینند، ۳۱ درصد علت کابوس دیدن را مصرف دسرها و خوراکی‌های شیرین می‌دانسـتند، ۲۲ درصـد لبنیات مانند پنیـر، ۱۶ درصد گوشـت و ۱۳ درصد غذاهای تند را عامل می‌دانسـتند.در این میان شـایع‌ترین وضع پزشـکی که با کیفیت خواب مرتبط دانسـته شد، مشـکل تحمل نکردن لاکتوز بود. به طوری که از میان افرادی که باور داشـتند رژیم غذایی‌شان باعث بیشتر کابوس دیدن می‌شود، ۳۰ درصد دچار مشکل عدم تحمل لاکتوز بودند.

نیلسـن در بیانیه‌ای که همراه با این مطالعه منتشر شـد، گفت: کابوس‌ها در افرادی که مشکل تحمل نکردن لاکتوز داشـتند یا علائم گوارشـی شـدیدی داشتند که خوابشـان را مختل می‌کرد، بدتر بود. این منطقی اسـت؛ چون می‌دانیم سـایر حس‌ها و دریافت‌های جسـمانی هم می‌توانـد بر روی دیـدن تاثیر بگذارنـد.برای نمونه، یک فراتحلیل (متاآنالیز) در سـال ۲۰۲۴ نشـان داد که انواع تجربیات حسی از جمله صداها، بوها، نورهای چشمک‌زن، فشـار فیزیکی و درد، هنگامی که فرد خواب اسـت و این محرک‌ها به او داده می‌شود، می‌توانند وارد رویای او شوند. متخصصان می‌گویند کابوس‌های مرتبط با غذا ممکن اسـت به افسـردگی و اضطراب هم مربوط باشـند. علائمی مانند نفخ، دل‌پیچه و گاز ناشی از تحمل نکردن لاکتوز مستقیما بر حس‌روحل روحی فرد اثر می‌گذارند که این تاثیر می‌تواند به خواب هم منتقل و باعث خواب بد دیدن شود!این مقاله نشان داده بود زمانی که گرفتگی‌های شکمی در شدیدترین حالت هسـتند مثلا در دوران قاعدگی، رویاها از نظر حسی شدیدتر و با تعارض‌های بیشتری همراهند. برخی مطالعات قبلی نیز نشان داده‌اند شام دیروقت یا ریزه‌خواری تا قبل از خواب که معمولا با عادت شبزنده‌داری مرتبط است، خود به‌تنهایی با افزایش کابوس دیدن ارتباط دارند.

نشانه‌های اختلال استرس پس از سانحه



یک متخصص روانپزشـکی با تاکیـد بر ضرورت درمان مبتلایان اختلال اسـترس پس از سانحه، گفت: مبتلایان این اختلال، همیشـه در حالت آماده‌باش به سـر می‌برند، گویی منتظر خطر هسـتند و نمی‌توانند احسـاس آرامش کننـد، مدام مضطرب هسـتند و به سـختی به خواب فرو می‌روند و به طـور کلی بی‌قرار و ناآرام هستند.

دکتر شـیوا ایلیایی - عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با اشاره به اینکه در زندگی روزمره، هرکسـی ممکن اسـت با حوادث طاقت فرسا، ترسـناک و یا خارج از کنترل روبه‌رو شود، اظهار کرد: ممکن اسـت هر فـردی در زندگی خـود حداقل یک بار سـانحه رانندگـی را تجربه کند و یـا قربانی تجاوز و یا شـاهد حادثه‌ای دردناک باشـد. وی افزود: پلیس، آتش‌نشـان‌ها و کارکنان آمبولانس‌ها به احتمال بیشتر با چنین حوادثی روبه‌رو می‌شـوند، آنها اغلب مجبورند با حوادث ترسـناک مقابله کنند حتی در برخی موارد سربازان ممکن است هدف تیر یا انفجار قرار گیرند و یا شاهد کشته و مجروح شدن دوستان‌شان باشند.

***اختلال استرسی پس از حادثه چیست؟**

عضو هیئت علمی دانشـگاه علوم پزشـکی شهید بهشتی با اشاره به اینکه اغلب مردم، بعد از مدتی بدون هیچ کمکی با اتفاقات سـخت کنار می‌آیند، خاطرنشان کرد: در بعضی افراد تجربیات تلخ واکنشـی را ایجاد می کند که ممکن اسـت برای ماه‌ها یا سـالها طول بکشد که این واکنش را اختلال اسـترسـی پـس از حادثه یا اختصارا (PTSD) می‌گوینـدوی درباره این‌که چگونه اختلال استرس پس از سانحه آغاز می‌شود، توضیح داد: PTSD می‌تواند پس از هر حادثه تلخ آغاز شود، یک حادثه تلخ، حادثه‌ای اسـت که ما در آن احساس خطر می‌کنیم، زندگی‌مان در معرض تهدید اسـت یا شـاهد مردن و یا مجروح شدن دیگران باشیم.به گفته ایلیایی، حوادث شـدید جادهای، درگیری‌های نظامی، تجاوزها (تجاوز جنسـی، حمله فیزیکی، سوءاسـتفاده، دزدی و زورگیری)، گروگان گرفته شـدن، حملات تروریستی، اسـیر جنگی بـودن، حوادث ناگـوار طبیعی یا حاصل دست بشر، داشتن بیماری‌های لاعلاج و یا حتی شنیدن حـوادث غیر منتظره و یا مرگ ناگهانی یک دوسـت یا فامیل می‌تواند آغازگر PTSD باشد.

این متخصص روانپزشـکی دانشـگاه با بیان این موضـوع کـه دوری گزینـی و بی‌تفاوتـی، همچنین تاخیر چند هفته‌ای و یا چندماهه شروع شود، گفت: این نشانه‌ها معمولا در بازه زمانی بین دو تا شش ماه پس از حادثه ناگوار ظاهر می‌شوند. وی تاکید کرد: احساس غم عمیق، افسردگی، اضطراب، احساس گناه و یا عصبانیت از جمله نشانه‌های ابتلا به PTSD هستند.

ایلیایی با بیان این موضوع که به غیر از احساسات قابل درک، سـه نوع عمده علائم دیگر هم در مبتلایان به اختلال مذکور وجـود دارد، توضیح داد: در وضعیتی که کابوس حادثه مداوم در ذهن فرد تکرار شـود و این حالت به صورت چندبـار در طی روز و یا در خواب رخ دهد، این کابوس ها آن چنان واقعی به‌نظر می‌رسند که فرد احسـاس می‌کند واقعا آن حادثه در حال رخ دادن اسـت و حتی در برخی موارد ممکن اسـت احسـاسات (تـرس و تعریق) و یا حواس فیزیکی (اعم از شـنوایی، بویایـی و درد) که اتفاق افتاده بود را دوباره احسـاس کند. عضو هیئت علمی دانشـگاه علوم پزشـکی شهید بهشتی خاطرنشـان کرد: اتفاقات معمولی ممکن است باعث یادآوری حادثه تلخ شود، به عنوان مثال، اگر شما یک حادثه رانندگی را در هوای بارانی تجربه کرده باشید به محض این که هوا بارانی شود ممکن است آن حادثه تلخ برای شما تداعی شود.

ایـن متخصص روانپزشـکی بـا اشـاره به این موضـوع کـه دوری گزینـی و بی‌تفاوتـی، همچنین دوباره زنده کردن خاطرات ممکن اسـت بسیار افسرده کننده باشـد، تاکید کرد: ممکن اسـت فردی که دچار اختلال PTSD اسـت، بخواهد به آن بی توجهی کند یا به طور مثال خود را با سـرگرمی‌ها، زیاد کار کردن، حـل کردن جدول و معمـا، دوری از مکان‌ها و افرادی که حادثه تلخ را یادآوری می‌کنند، دور کند، ولی بدون شک بی‌تفاوتی به اطراف و تلاش برای عادی جلوه دادن شرایط می‌تواند در آینده چالش‌های جدی‌تری به وجود بیاورد.

وی با تاکید بر این موضوع که مبتلایان به PTSD همیشه در حالت آماده باش به سر می‌برند، گفت: گویی که این افراد منتظر خطر هسـتند و نمی‌توانند احساس آرامـش کننـد، مدام مضطرب هسـتند و به سـختی به خـواب فرو می‌روند و به طور کلـی بی‌قرار و نا آرام هسـتند. واکنش احسـاسـی، دردهای عضلانی، اسهال، ضربان قلب نامنظم، سـردرد، تـرس و حملات پانیک، افسـردگی، مصرف مواد مخدر و انواع مسکن‌ها از دیگر علامت های ابتلا به PTSD اسـت که دکتر ایلیایی به آن اشـاره کرد و در پاسخ به این سوال که آیا هر کسی بعد از یک حادثه دچار PTSD می‌شـود، گفت: خیر، اما تقریبا بیشـتر افراد نشانه‌های PTSD را در طی ماه اول بعد از سوانح شدید تجربه می‌کنند این واکنش‌های استرسی حاد باعث فهم تجربیات تلخ می‌شود، بنابراین، اغلب افـراد پس از چند هفته به آرامی با اتفاقات پیش آمـده کنار می‌آیند و علائم اسـترس به مـرور از بین می‌رود، اما نکته اینجاست که وقتی علائم طولانی شود تبدیل به اختلال PTSDمی‌شود.

***PTSD درمان می‌شود**

وی بـه مبتلایان به PTSD توصیه کرد: خودتان را به خاطر PTSDعلامت نکنید، علائم PTSDنشانگر ضعف نیست، این نشانه‌ها، علامت‌هایی طبیعی در افراد طبیعی به حوادث تلخ هستند. بنابراین احساسات‌تان را در خودتان نگه ندارید و اگر دچار این اختلال شدید با یک پزشک متخصص مشورت کنید، چرا که درمان‌ها بسیار موفقیت آمیز است.

وی افزود: انتظار نداشـته باشـید که خاطرات بد سریعا از بین بروند، آنها ممکن است برای مدتی با شما باشـند، زیاد از حد از خودتان انتظار نداشته باشید، به خودتان رفق بدهید تا تطابق به آنچه اتفاق افتاده است رخ دهد.وی در ادامه به انواع روش های درمانی PTSD اشـاره کرد و افزود: این بیماری دو درمان جسـمانی و روانشناسی دارد به این شکل که همه روان درمانی‌های مؤثـر بر PTSD، بر آن حادثه تا گوار که علائم را ایجاد کرده اند تمرکز می کنند به بر روی زندگی گذشته تان، شما نمی توانید آنچه را اتفاق افتاده است تغییردهید و یا فراموش کنید اما شـما مـی توانید یاد بگیرید طور دیگری دربـاره آن، درباره جهـان و درباره زندگی تان فکـر کنید. فردی که از اختلالات ناشـی از یک حادثه ناگوار رنج می برد باید قادر باشد آنچه را که اتفاق افتاده تا آنجایی که ممکن اسـت بدون اینکه دچار وحشت و اضطراب شود به خاطر آورد، این درمان ها به میزان قابل توجهی از کمک خواهد کرد.

وی با اشـاره به درمان هـای دارویی در مبتلایان به PTSD خاطرنشـان کـرد: این درمان هـا که باید تحت نظارت پزشک متخصص انجام شود، باعث کنترل اضطراب ناشـی از PTSD می شـود، در مجموع همه درمـان ها به فرد کمـک می کند تا راهـی آرامش (Relaxing) و کنترل استرس را یاد بگیرید.

تازه های درمان

کاهش ۲۲ درصدی خطر آلزایمر با دوچرخه‌سواری منظم

طبـق نتایج منتشـر شـده به نظر می‌رسـد دوچرخه‌سـواری منظـم، خطر ابتلا بـه زوال عقل را ۱۹ درصـد و خطر ابتلا به الزایمـر را ۲۲ درصد کاهش می‌دهد.محققان خاطرنشـان کردند که نتایج همچنین نشـان می‌دهد که دوچرخه‌سـواری حتی ممکن است به افزایش اندازه ناحیه‌ای از مغز که برای حافظه مهم است، کمک کند.

دکتـر «لیـرون سـینوایی»، مدیـر خدمات سـالمندان در مرکز سـلامت نورث‌دل در نیویورک، گفت: «دوچرخـه‌سواری یک تمرین با شدت متوسط تا زیاد است و همچنین به تعادل نیاز دارد. این ورزش بـه عملکرد پیچیده‌تری از مغز نسـبت به پیاده‌روی نیاز دارد، به همین دلیل است که شاید کاهش‌دهنده بهتری برای خطر زوال عقل باشد.»

برای ایـن مطالعه، محققـان داده‌های مربوط به تقریبـا ۴۸۰ هزار نفر شـرکت‌کننده در بیوبانک بریتانیا، یک مطالعه سـلامت طولانی‌مدت از افرادی که در انگلسـتان، اسکاتلند و ولز زندگی می‌کنند، را تجزیـه و تحلیل کردند.به عنوان بخشـی از مطالعه، شرکت‌کنندگان به انواع حمل و نقلی که اغلب برای رفت و آمد استفاده می‌کردند، اشاره کردند. در طول یک دوره پیگیری ۱۳ سـاله، بیـش از ۸۸۰۰ نفر از شـرکت‌کنندگان به زوال عقـل و نزدیک به ۴۰۰۰ نفر به الزایمر مبتلا شـدند.نتایج نشان داد که خطر ابتـلا بـه زوال عقـل و آلزایمر در بیـن افرادی که دوچرخه‌سـواری می‌کردند یا دوچرخه‌سواری را در کنار سایر اشـکال سـفر مانند پیاده‌روی، رانندگی یـا اسـتفاده از حمل و نقل عمومی قـرار می‌دادند، کمتر بود.

آگهی موضوع ماده۳ قانون و ماده۱۳آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شـماره ۱۴۰۴۶۰۳۱۱۰۰۳۰۰۰۶۹۰ هیـات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و سـاختمان های فاقد سـند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مصمنی تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای مجید یزدانی نسـب فرزند موسی به شماره شناسنامه ۵۸۵ صادره از دهدشت درشـدانگ یکباب خانه که ۱/۵ دانگ مشاع از شـشدانگ عرصه در مالکیت موقوفه بوشهری می باشد به مساحت شـشدانگ ۲۴۰/۲۶ مترمربـع پلاک ۳۵۵۰ فرعی از ۵۵ اصلی مفروز و مجزی شـده از پلاک ۱۹۴۶ فرعـی از ۵۵ اصلی قطعه ۹ واقع در بخـش ۷ فارس خریداری از مالک رسـمی آقای نصـرت الله کیانی محرز گردیده اسـت لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسـبت به صدور سـند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشـار اولیـن آگهی به مدت دوماه اعتراض خود را به این اداره تسـلیم و پس از اخذ رسـید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواسـت خود را به مراجع قضایی تقدیم نماید. بدیهی اسـت در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سـند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۴/۳
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۴/۱۸

۱۹۵/م.الف–رئیس ثبت اسناد و املاک ممسنی–فرامرزی

آگهی موضوع ماده۳ قانون و ماده۱۳آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شـماره ۱۴۰۴۶۰۳۱۱۰۰۳۰۰۰۶۹۰ هیـات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و سـاختمان های فاقد سـند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مصمنی تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی اعتراض حضرت امام (ره) به شناسه ۱۴۰۰۳۱۲۷۶۱۲ صادره در شـدانگ یک قطعه زمین مزروعی که ۱/۵ دانگ مشـاع از شـشدانگ عرصه در مالکیت موقوفه بوشهری می باشد به مساحت شـدانگ ۱۲۳۷۰ مترمربع پلاک ۴۰۳ فرعی از ۶۸ اصلی مفروز و مجزی شـده از پلاک ۶۸ اصلـی قطعه ۹ واقع در بخش ۷ فارس خریداری از مالک رسـمی سـتاد اجرائـی فرمان امام (ره) محرز گردیده اسـت لذا بـه منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسـبت به صدور سـند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشـار اولین آگهی به مدت دوماه اعتـراض خود را به این اداره تسـلیم و پس از اخذ رسـید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواسـت خود را به مراجع قضایی تقدیم نماید. بدیهی اسـت در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سـند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۴/۳
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۴/۱۸

۱۹۷/م.الف–رئیس ثبت اسناد و املاک ممسنی–فرامرزی

آگهی موضوع ماده۳ قانون و ماده۱۳آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شـماره ۱۴۰۴۶۰۳۱۱۰۰۳۰۰۰۶۹۱ هیـات اول موضـوع قانـون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و سـاختمان های فاقد سـند رسـمی مسـتقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مصمنی تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم لیلا لشـکری فرزند شیرزاد به شماره شناسنامه ۲۳۸۰۲۲۷۴۶۲ صادره از مسمنی درشـدانگ یکباب خانه که ۱/۵ دانگ مشاع از شـشدانگ عرصه در مالکیت موقوفه بوشهری می باشد به مساحت شـدانگ ۳۰۰ مترمربع پلاک ۷۵۴۲ فرعی از ۵۵ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۵۵ اصلی قطعه ۹ واقع در بخش ۷ فارس خریداری از مالک رسـمی ورثه احمد کیانی محرز گردیده اسـت لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسـبت به صدور سـند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشـار اولین آگهی به مدت دوماه اعتـراض خود را به این اداره تسـلیم و پس از اخذ رسـید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواسـت خود را به مراجع قضایی تقدیم نماید. بدیهی اسـت در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سـند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۴/۳
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۴/۱۸

۱۹۹/م.الف–رئیس ثبت اسناد و املاک ممسنی–فرامرزی

آگهی موضوع ماده۳ قانون و ماده۱۳آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شـماره ۱۴۰۳۶۰۳۱۱۰۰۳۰۰۰۹۱۶ هیـات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و سـاختمان های فاقد سـند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مصمنی تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضـی آقای علـی اصغر عزیزی فرزند نگهدار به شـماره شناسـنامه ۲۳۸۰۱۴۲۹۰۴ صـادره از کازرون درشـدانگ غارس یک قطعه باغ که شـدانگ عرصه درمالکیت موقوفه قائدشمس الدین یا امیر قرار گرفته به مساحت شـدانگ عرصه ۸۲۱ مترمربع پلاک ۱۴۸۳ فرعی از ۳۴۰ اصلی مفروز و مجزی شـده از پلاک ۳۴۰ اصلی قطعه ۹ واقع در بخش ۷ فارس خریداری از مالک رسمی قائدشمس الدین یاامیر محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سـند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشـار اولین آگهی به مدت دوماه اعتراض خود را به این اداره تسـلیم و پس از اخذ رسـید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسـلیم اعتراض دادخواسـت خود را به مراجع قضایی تقدیم نماید. بدیهی اسـت در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۴/۳
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۴/۱۸

۱۹۴/م.الف–رئیس ثبت اسناد و املاک ممسنی–فرامرزی

تاسیس شرکت

تاسیس شرکت سهامی خاص پخش مها ارگ درتاریخ ۱۴۰۴/۰۴/۰۷ به شماره ثبت ۶۵۱۹۱ به شناسـه ملی ۱۴۰۱۴۵۵۱۸۳۰ ثبت و امضا ذیل دفاترتکمیل گردیده که خلاصه آن به شـرح زیر جهت اطلاع عموم آگهی میگردد. موضوع فعالیـت :خرید، فـروش، بازاریابی غیرهرمی و غیر شـبکه ای، توزیع و پخش انواع مواد غذایی بسـته‌بندی و فلهای شـامل خشـکبار، لبنیات، گوشت، مواد پروتئینی، کنسرو، نوشیدنی‌ها، شیرینی، شکلات، فرآورده‌های آردی، حبوبات، برنج، ادویه‌جات، چاشنی‌ها و سـایر محصولات مجاز خوراکی در سطح کشور، اخذ نمایندگی رسمی از شرکت‌های تولیدکننده داخلی و خارجی در زمینه مواد غذایی و محصولات مرتبط و اعطای نمایندگی به اشخاص حقیقی و حقوقی در سراسر کشور، واردات و صادرات مواد غذایی مجاز و فرآورده‌های بسته‌بندی شده با رعایت ضوابط بهداشـتی و گمرکی و اخذ مجوزهای لازم از مراجع ذی‌صلاح، انجام کلیه فعالیت‌های لجسـتیکی و انبارداری مرتبط با نگهداری، بسته‌بندی، توزیع مواد غذایی از جمله راه‌اندازی سیسـتم توزیـع مبورگی، راه‌اندازی انبار، ارائه خدمات مشـاوره‌ای در زمینه فروش، بازاریابی غیرهرمی و غیر شبکه ای و بزندینگ مواد غذایی به تولیدکنندگان و فروشـگاه‌ها، مشارکت در مناقصات و مزایدات دولتی و خصوصی مربوط به تامین، پخش یا فروش مواد غذایی، تاسیس شـعب، دفاتر فروش و نمایندگی در سراسر کشور جهت گسترش دامنه فعالیت شـرکت، اخذ وام، تسهیلات، اعتبارات ارزی و ریالی از کلیه بانک‌ها و مؤسسات مالی و اعتباری مجاز کشـور بـامنظور توسعه فعالیت‌های شرکت، انعقاد قرارداد با کلیه اشخاص حقیقی و حقوقی، داخلی و خارجی در ارتباط با موضوع فعالیت شـرکت، فعالیت مجاز در زمینه بازرگانی، بسته‌بندی و بازارسانی مواد غذایی، با رعایت قوانین و مقررات جاری کشـور. درصورت لزوم پس از اخذ مجوزهای لازم از مراجع ذیربط جهت فعالیت : از تاریخ ثبت به مدت نامحدود مرکز اصلی : اسـتان فارس، شهرستان شیراز، بخش مرکزی، شهر شـیراز، نشاط، خیابان شـهید عبائیان، بن بسـت ابن ۱/۱شـهید عبائیان ، پلاک ۰، ساختمان بهمن، طبقه ۶، واحد ۱۱ کدپسـتی ۷۱۳۴۸۳۵۶۴۷ سرمایه شخصیت حقوقی عبارت اسـت از مبلغ ۱۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال نقدی منقسم به ۱۰۰۰ سهم ۱۰۰۰۰ ریالی تعداد ۱۰۰۰ سهم آن با نام عادی مبلغ ۱۰۰۰۰۰۰۰ ریال توسط موسسین طی گواهی بانکی شـماره ۰۴۳،۴۹۱۸،۶۰ مورخ ۱۴۰۴/۰۳/۲۷ نزد بانک کشاورزی شـعبه خیابان سـعدی با کد ۴۹۱۸ پرداخت گردیده اسـت اعضا هیئت مدیره خانم مهین نظام لنگه به شـماره ملی ۲۲۹۵۰۵۵۵۴۳ بـه سـمت رئیس هیئت مدیره به مدت ۲ سـال خانم فاطمه میری به شـماره ملی ۲۲۹۵۶۲۹۲۴۱ بـه سـمت نایـب رئیس هیئت مدیره به مدت ۲ سـال و به سـمت مدیرعامل به مدت ۲ سـال آقای عمار میری به شـماره ملی ۲۲۹۷۰۳۵۸۵۴۲ بـه سـمت عضو اصلی هیئت مدیره به مدت ۲ سـال دارندگان حق امضا : کلیه اوراق و اسـناد بهادار و تعهد آور شرکت از قبیل چک، سفته، بروات، قراردادها عقود اسلامی و همچنین کلیه نامه های عادی و اداری با امضا مدیرعامل همراه با مهر شـرکت معتبر می باشـد. اختیارات مدیر عامل : طبق اساسـنامه بازرسان خانم شعله دهقان به شـماره ملی ۲۲۸۱۰۲۴۱۰۵ به سمت بازرس اصلی به مدت ۱ سال خانم سنا احمدی به شـماره ملی ۲۲۸۳۶۳۸۹۶۸ به سمت بازرس علی البدل به مدت ۱ سـال روزنامه کثیر الانتشار افسـانه جهت درج آگهی های شرکت تعییـن گردید. ثبت موضوع فعالیت مذکور به منزله اخذ و صدور پروانه فعالیت نمی باشد.

شناسه آگهی: ۱۹۶۱۵۵۳

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان فارس– اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری شیراز

آگهی فقدان سند مالکیت بخش ۱۵ فارس

آزیتا شمشـیری قورت با تسلیم دبورگ استشـهادیه که در دفتر اسـناد رسمی شـماره ۲۳۷ آباده تنظیم گردیده است مدعی است که تعداد یک جلد سند مالکیت مربوط به شـشدانگ آپارتمان پلاک ۹۹۵۱/۱۵۳۷ واقع در بخش ۱۵ فارس شهرسـتان آباده که به نام یک دانگ مشـاع از شـشدانگ اعیان به شماره سند ۶۳۱۴۸۸ صادر و به علت جابه جایی مفقود شده و نامبرده تقاضای صدور سند مالکیت المثنی را نموده مراتب طبق مـاده ۱۲۰ اصلاحی آیین نامه قانون ثبت آگهی می شـود که هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای کرده و یا مدعی وجود سـند مالکیت نزد خود می باشد باید تا ده روز پس از انتشار آگهی به ثبت مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارایه اصل سـند مالکیت یا خلاصه معامله تسـلیم نماید اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسـید یا در صورت اعتراض اصل سـند ارایه نشـود اداره ثبت المثنی سـند مالکیت را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد.

تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۴/۱۸

۱۳۴/م.الف–رئیس واحدثبتی حوزه ثبت ملک آباده– هدایت فروغی

آگهی فقدان سند مالکیت بخش ۴ شیراز

حسب درخواست آقای حمیدرضا نظری با تسلیم دو برگ استشهادیه که در دفترخانه ۵۹ شیراز تنظیم شده است مدعی است که تعداد یک جلد سند مالکیت مربوط به پلاک ۸۶۷/۲۹ واقع در بخش سه شیراز که به شماره مستند انتقال ۱۳۹۱۶۸-۱۴۰۱/۲/۲۵ دفترخانه ۱۰۶ شیراز یک دانگ مشـاع از شـشدانگ اعیان به شماره سند ۶۳۱۴۸۸ سری ب ۱۴۰۰ به شماره دفتر الکترونیک ۱۴۰۱۲۰۳۱۱۰۳۶۰۰۲۰۰۴ ثبت که به دلیل جابجایی مفقود گردیده و نامبرده تقاضای صدور سند المثنی نموده مراتب طبق اصلاحیه تبصره یـک ماده ۱۲۰ قانون ثبت آگهی می شـود که هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای کرده و یا مدعی وجود سـند مالکیت نزد خود می باشد تا ده روز پس از انتشار آگهـی به ثبت محل مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارایه اصل سـند مالکیت با خلاصه معامله تسلیم نماید و اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسـید و یا در صورت اعتراض اصل سند ارایه نشود اداره ثبت المثنی سند مالکیت را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد.

تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۴/۱۸

۳۰۹۴/م.الف–مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز ناحیه ۴– زارع شیبانی

آگهی موضوع ماده۳ قانون و ماده۱۳آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۴۶۰۳۱۱۰۰۳۰۰۱۰۰۱ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و سـاختمان های فاقد سـند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مصمنی تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای سـیدعلی اصغر حسـینی فرزند سیدنظام به شماره شناسـنامه ۴۵ صادره از نورآباد درشـدانگ یکباب خانه که ۱/۵ دانگ مشـاع از شـشدانگ عرصه در مالکیت موقوفه بوشـهری می باشد به مسـاحت شـدانگ ۲۱۹/۴۰ مترمربع پلاک ۵۵۶ فرعی از ۴۸ اصلی مفروز و مجزی شـده از پلاک ۴۸ اصلی قطعه ۹ واقع در بخش ۷ فارس خریداری از مالک رسـمی آقای احمد قاسمی فرزند برزو محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شـود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سـند مالکیت متقاضی اعتراض داشـته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دوماه اعتراض خود را به این اداره تسـلیم و پس از اخذ رسـید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسـلیم اعتراض دادخواسـت خود را به مراجع قضایی تقدیم نماید. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۴/۳
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۴/۱۸

۱۹۲/م.الف–رئیس ثبت اسناد و املاک ممسنی–فرامرزی

آگهی موضوع ماده۳ قانون و ماده۱۳آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شـماره ۱۴۰۴۶۰۳۱۱۰۰۳۰۰۰۶۸۹ هیـات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و سـاختمان های فاقد سـند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مصمنی تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی سـتاد اجرایی فرمان حضرت امام (ره) به شناسه ۱۴۰۰۴۱۲۷۶۱۲ صادره در شـدانگ یک قطعه زمین مزروعی که ۱/۵ دانگ مشـاع از شـشدانگ عرصه در مالکیت موقوفه بوشـهری می باشد به مساحت شـدانگ ۸۰۴۰ مترمربع پلاک ۴۰۴ فرعی از ۶۸ اصلی مفروز و مجزی شـده از پلاک ۶۸ اصلـی قطعه ۹ واقع در بخش ۷ فارس خریداری از مالک رسـمی سـتاد اجرائـی فرمان امام (ره) محرز گردیده اسـت لذا بـه منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسـبت به صدور سـند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشـار اولین آگهی به مدت دوماه اعتـراض خود را به این اداره تسـلیم و پس از اخذ رسـید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواسـت خود را به مراجع قضایی تقدیم نماید. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سـند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۴/۳
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۴/۱۸

۱۹۸/م.الف–رئیس ثبت اسناد و املاک ممسنی–فرامرزی

آگهی موضوع ماده۳ قانون و ماده۱۳آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شـماره ۱۴۰۳۶۰۳۱۱۰۰۳۰۰۰۹۱۸ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و سـاختمان های فاقد سـند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مصمنی تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم انیس خاکیان فرزند کورش به شـماره شناسـنامه ۲۳۸۰۰۹۷۱۱۹ صادره از نورآباد درشـدانگ یکباب دامداری که ۱/۵ دانگ مشـاع از شـشدانگ عرصه در مالکیت موقوفه بوشهری می باشد به مساحت شـدانگ ۶۵۳/۵۳ مترمربع پـلاک ۹۴ فرعی از ۵۷ اصلی مفروز و مجزی شـده از پلاک ۵۷ اصلی قطعه ۹ واقع در بخش ۷ فارس خریداری از مالک رسـمی آقای مجید امیری محرز گردیده اسـت لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شـود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می توانند از تاریخ انتشـار اولین آگهی به مدت دوماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواسـت خود را به مراجع قضایی تقدیم نماید. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۴/۳
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۴/۱۸

۲۰۰/م.الف–رئیس ثبت اسناد و املاک ممسنی–فرامرزی