خبر پزشکی

مهم ترین خواص قارچ؛از جوان سازی پوست تا کاهش استرس

قـارچ یکی از پرخاصیت ترین مواد غذایی اسـت که به علت کم کالری بـودن و خـواص متعـددش در اغلب رژیم هـای لاغری و سـلامتی جای مخصوصی دارد.

بـه گزارش انتخـاب یکی از مهم ترین ویژگی های قارچ این اسـت که بسیار کم کالری است و البته کمتر فردی به این سبزی جذاب آلرژی دارد. قارچ را می توان به شـکل خام، پخته یا کبابی شده مصرف کرد و در نتیجه کاربردهای غذایی متعددی دارد.

جالب اسـت بدانید اخیرا گروهی از پژوهشـگران دریافتـه اند که قارچ خواص جوانسازی و حفظ جوانی هم دارد و می تواند کمک کند افراد سالهای بیشتری را با پوست سالم و شفاف سر کنند. درواقع ترکیب رادیکال های آزاد و آنتی اکسیدانها به جوانسازی پوست کمک می کند.

جالب است بدانید مصرف منظم قارچ استرس را کاهش می دهد و البته از زوال عقل پیشـگیری می کند. از دیگر خـواص قارچ می توان به خواص مهم این گیاه برای کبد اشـاره کرد. با همه این ها در هنگام مصرف قارچ به این موارد دقت کنید:

_ قـارچ ها را برای شستشـو داخل آب نیندازید چـون آب زیادی را به خود جذب می کند.

_"قـارچ بـرای پخت به زمان زیادی نیاز نـدارد و بعد از چند دقیقه آب می شود پس زیاد در معرض حرارت قرارش ندهید.

_ سعی کنید حتی الامکان قارچ را پخته، خام یا کبابی میل کنید و در روغن سرخش نکنید.

_ از مصرف قارچ های کیلویی و باز اجتناب کنید و همیشه از قارچ های استاندارد و بسته بندی شده استفاده کنید.

_ به تاریخ مصرف روی بسـته های قارچ دقت کنید و از قارچ هایی که تاریخشان گذشته استفاده نکنید.

_ تشـخیص سمی یا غیر سـمی بودن قارچ ها کار بسیار دشواری است پس سـعی کنیـد از کندن و مصرف قـارچ های کوهی که نمی شناسـید خودداری کنید.

نشانه‌های اولیه سرطان گلو

در شـرایطی کـه سـرطان گلـو می تواند هر فـردی را تحت تاثیر قرار دهـد، افراد سـیگاری یـا آنهایی که به ویروس پاپیلومای انسانی مبتلا هستند، در معرض خطر بیشـتری برای ابتلا به این بیماری قرار دارند.

توجه به نشـانه های اولیه سرطان گلـو، هماننـد دیگـر انواع سـرطان از اهمیـت ویـژه ای برخوردار اسـت زیرا تشـخیص زودهنگام می تواند احتمال موفقیت درمان را هرچه بیشتر افزایش دهد.

بـه گزارش عصـر ایران بـه نقل از "استپ تو هلث"، سـرطان گلو سلامت حلق، حنجـره، مری، یا لـوزه ها را در نتیجه رشـد سـلولی غیـر طبیعی در معرض خطر قرار می دهد.

در شـرایطی کـه سـرطان گلـو مـی تواند هر فـردی را تحت تاثیر قرار دهـد، افراد سـیگاری یـا آنهایی که به ویروس پاپیلومای انسانی مبتلا هستند، در معرض خطر بیشـتری برای ابتلا به این بیماری قرار دارند.

در حـال حاضـر، سـرطان گلو به عنـوان یکـی از خطرناک‌تریـن انـواع سـرطان در نظر گرفته می شـود زیرا از علائم آشـکار چندانی برای تشخیص زودهنـگام برخـوردار نیسـت و علائم ممکن است با بیماری های دیگر اشتباه گرفته شوند. از این رو، در ادامه با برخی از سیگنال های هشدار دهنده اولیه که می توانند برای تشخیص زودهنگام این بیماری مورد توجه قرار بگیرند، بیشـتر آشنا می شویم.

گرفتگی صدا یا تغییرات عجیب در صدا

رشـد سـلولی غیر طبیعـی در گلو می تواند در تارهای صوتی آغاز شـود. بر همین اساس، یکی از نخستین نشانه های سرطان گلو تغییر مشهود در تن صدای فرد است.

گرفتگـی طولانی مـدت صدا برای بیش از سـه هفته یـا تغییر ناگهانی در صدا دلایل کافی برای مراجعه به پزشک برای بررسـی دقیق‌تر شـرایط هستند. گاهی اوقات، ممکن است یک عفونت یا مشکلات مرتبط با سیگار کشیدن زمینه ساز این شرایط شـده باشند، اما امکان بروز مسـاله ای جدی‌تر مانند سـرطان نیز وجود دارد.

احساس درد در گلو

در نظر گرفتن یک گلو درد ساده به عنوان نشانه یا علامتی از سرطان دشوار است. اغلب، این ناراحتی به واسطه یک عفونت ناشـی از بیماری تنفسی شکل می گیرد.

با این وجود، گلو درد پایدار یا آنچه متناوب به نظر می رسد باید زنگ خطر را بـه صدا درآورده و در پی شناسـایی دلیل این شرایط باشید.

ظهـور تومورهـا در منطقـه گلـو می تواند موجب عود این نشـانه شـود. همچنین، ممکن اسـت هنـگام بلع یا فریاد زدن درد تشدید شود.

بوی بد دهان

اگر با بوی بد دهان مواجه هسـتید و با رعایت بهداشـت دهان و دندان نیز تغییری در این شرایط ایجاد نمی شود، این می تواند نشانه ای از بروز مساله ای جدی‌تر باشد. اگرچه نباید خیلی سریع نتیجـه گیری کـرده و نگران سـرطان شوید، اما نباید آن را نیز نادیده بگیرید.

بیمـاران مبتلا به سـرطان گلو به طور معمول با دشـواری در کنترل بوی بـد دهان و نفس خود مواجه هسـتند. این شـرایط حتی پس از مسواک زدن یـا اسـتفاده از محصـولات بهداشـت دهـان و دندان نیز همچنان پایدار باقی می ماند.

دشواری در تنفس

دشـواری در تنفـس کـه بـه نام تنگی نفس (Dyspnea) نیز شـناخته می شـود می تواند یکی از نشـانه های اولیه سـرطان گلو باشـد. این شـرایط ممکن اسـت به بـروز یک انسـداد در دستگاه تنفسی اشاره داشته باشد.

دشـواری در تنفـس مـی تواند به واسـطه یک عفونت شدید شکل گرفته باشـد، اما می تواند نشـانه ای از وجود تومورها نیز باشد.

تورم در گردن

تـورم گردن مـی تواند بـه دلایل مختلفی شکل بگیرد. سرطان گلو یکی از دلایل نگران کننده تورم گردن است زیـرا تومور مـی تواند به غـدد لنفاوی اطراف گلو گسترش یابد.

این نشانه دلیل خوبی برای مراجعه فوری به پزشـک اسـت زیرا مـی تواند نشـانه ای از وخیم‌تـر شـدن شـرایط سرطان باشد.

نیاز مداوم به سرفه

بیماران مبتلا به مشکلات تنفسی یا آلرژی ها به طور معمول با سـرفه مکرر در نتیجـه واکنـش سیسـتم ایمنی به وجود عامل خارجی مواجه هستند.

زمانی کـه مشـکلی در گلو وجود دارد، این شرایط می تواند حالت مزمن بـه خود بگیـرد.در ابتدا، ممکن اسـت سـرفه ای خشـک به نظر برسـد که با سـوزش و تحریک همراه است. سپس، زمانـی که تومور رشـد می کنـد، این شـرایط می تواند موجب بـروز زخم یا خونریزی شود.

تنفس پر سر و صدا

زمانـی که در مراحل اولیه به تومور رسیدگی نشود، سلول های سرطانی به تقسیم شـدن ادامه داده و موجب درد شدید در اطراف بافت ها می شوند.

در نتیجـه، تکثیـر سـلول هـای سـرطانی مـی تواند موجب بـروز یک انسداد در دستگاه تنفسی شود که ایجاد صدا هنگام تنفس را به همراه دارد.

ایـن سـر و صـدا بـه نام سـوت تنفسـی حنجره ای شـناخته می شود و تنگی فضای بین تارهای صوتی دلیل شـکل گیری آن اسـت.در صورت عدم درمـان زودهنگام، سـرطان مـی تواند موجب انسداد کامل و در نتیجه خفگی و مرگ شود.

دشواری در بلع

بیشتر بیماران مبتلا به سرطان گلو به واسطه دشواری در بلع با کاهش وزن چشمگیر مواجه می شوند.

ظهـور تومور موجب باریک شـدن دهانه مری شـده و گیر کـردن غذا در این اندام را به همراه دارد. این شـرایط به نوبه خود موجب ضعف ماهیچه ای و افزایش عود بازگشت اسید معده به مری می شود. پس از شناسـایی این علائم، مراجعه فوری به پزشک اهمیت دارد.

پزشک پس از معاینه و ارزیابی علائم شما، ممکن است آزمایش اندوسکوپی یا آزمایش های دیگر برای تایید تشخیص را تجویـز کنـد. از این رو، نشـانه ها و علائم اولیه سرطان گلو را نادیده نگرفته و در کوتاه‌ترین زمان ممکن به پزشـک مراجعه کنید. این اقدام می تواند تفاوت بین مرگ و زندگی را مشخص کند.

خبر

تأثیر نور خورشید بر سلامت روان

پزشـکان و متخصصان سـلامت در پاسـخ به این پرسـش که "آیا نور طبیعی بر سـلامت روان تاثیر دارد؟" متذکر شده‌اند که میزان مشخصی از نور خورشید می‌تواند این اثربخشی را داشته باشد.

به گزارش ایسـنا، متخصصان ابتدا از محیط‌های کار شروع کرده‌اند چرا که افراد بیشـتر زمان خود را در این مکان‌های بسـته و سرپوشـیده سپری می‌کنند. در مطالعه‌ای که سال ۲۰۱۴ انجام شد وضعیت سلامت دو گروه از کارمندان مورد بررسی قرار گرفت. گروهی که در دفتر کارشان پنجره وجود داشت و گروهی که در محیط‌های بدون پنجره فعالیت داشتند.

آنها مشـاهده کردند گروه نخسـت در مقایسـه با افرادی که در محیط کارشـان پنجره وجود ندارد الگوی خواب بهتر و آرامش بیشتری دارند. قرار گرفتن در معرض نور خورشـید در طول روز و نور کمتر در شـب به تنظیم ساعت زیستی کمک می‌کند.

متخصصان آمریکایی اظهار داشتند: شواهد متعددی در مورد فوائد قرار گرفتـن در معرض نور خورشـید به ویژه در طـول روز و بهبود خلق و خو، افزایش سطح هوشیاری و متابولیسم وجود دارد.

کارمندان از جمله گروه‌هایی هسـتند که بیشـتر در معرض خطر قرار دارند زیرا معمولا مدت زمان بیشـتری را در فضای بسته و بدون دسترسی به نـور طبیعی یا حتی نور مصنوعی می‌گذراننـد. نتایج این مطالعه حاکی از آن اسـت کـه قرار گرفتـن در معرض نور در طول روز تاثیر بیشـتری بر سلامتی دارد.

به گزارش مدیکال دیلی، همچنین نور طبیعی در مقایسه با نور مصنوعی فوائد بیشتری به همراه دارد که یکی از معمول‌ترین آن‌ها تامین ویتامین D از طریق قرار گرفتن در معرض آفتاب اسـت. علاوه بر این، بسـیاری از افراد احسـاس می‌کنند ساعاتی را که در فضاهای باز می‌گذارنند آرامش بیشتر و خلق و خوی بهتری دارند.

فواید مصرف اسید فولیک برای حفظ سلامت زنان

اسید فولیک شکلی از ویتامین B است که برای زنان، بخصوص در زمان بارداری یا در سنین باروری، مهم است.

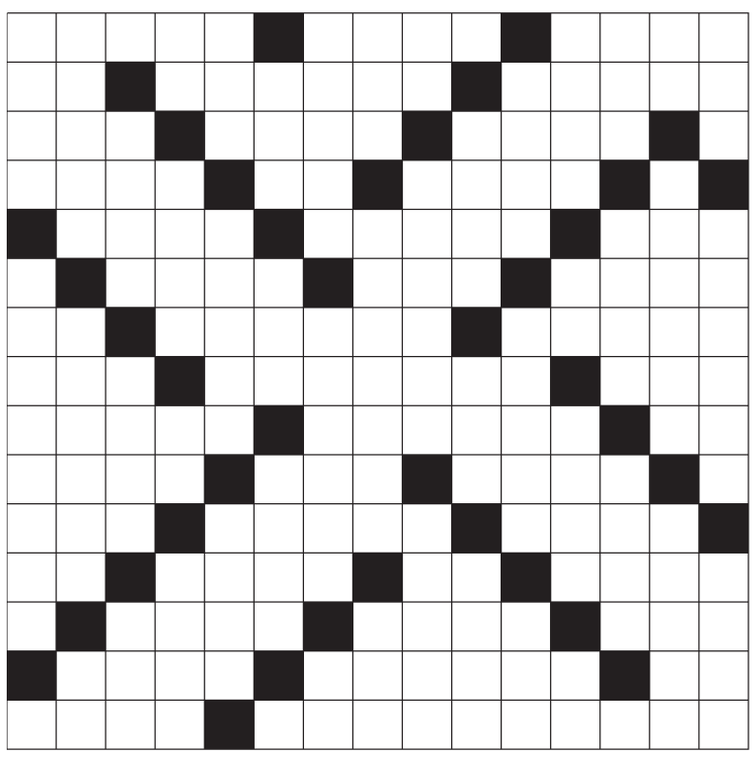
به گزارش مهر، مصرف اسـید فولیک به پیشگیری از نقایص مادرزادی هنـگام تولـد در مورد مغـز و نخاع موسـوم به نقایص لولـه عصبی کمک می کند. این ویتامین به شـکل مکمل موجود اسـت و بـه طورطبیعی در سـبزیجات برگدار سـبز، پرتقال و لوبیا یافت می شـود. همچنین در مواد خوراکی تصفیه شده نظیر نان ها، پاستا و غلات هم یافت می شود.

طبق اعلام اداره سـلامت زنـان، مصرف حدود ۴۰۰ میکروگرم اسـید فولیک در روز به زنان توصیه می شـود و زنان باردار باید روزانه بین ۴۰۰ تا ۸۰۰ میکروگرم مصرف کنند.

علاوه بـر حفاظت در مقابل نقایص هنگام تولد، اسـید فولیک از آنمی یا کم خونی که در زنان در سـن باروری بسـیار شـایع است، نیز پیشگیری می کند.

جدول

شماره ۶۰۲۵



افقی

۱-اسـتان گل و بلبل - از گلهـای زیبا - اولاد پیامبرند ۲-سـدی در شمال شـرق تهران - مشابه زعفـران - بی صـدا می کشـد ۳-نویسـنده - از زوجات حضرت ابراهیم - نیروگاه شمالی ۴-داستان انگلیسی - حرف همراهی - بی پول و تهیدست۵-به رخ کشیدن نیکویی - شادی به غم دشمن - رهایی و رسـتگاری ۶-بی‌خبر نیسـت- خانه شاه نشین - شهر بلقیس۷-شیر درنده - ساربان - دوش و شانه ۸-نخست- هر نوع غذایی که قابل خوردن باشد - از آتش به هوا خیزد ۹-دوستی و محبت- یکی پس از دیگری - پرفروغ است۱۰-از ظروف مطبخ - زینتگر - پایتخت توگو ۱۱-دم بریده - از شـهرهای استان فارس- ناسزا نیست۱۲-از اقیانوسها - گویش زیادی - آواز دهنده غیبی - چیز ۱۳-درخت خانه - فرمان توقف- لفافه زخم ۱۴-عزیز عرب- حکیم و دانشمند - پایتخت همسـایه شـرقی ۱۵-سیاست برتری و تفوق نظامیان در شوونات مملکتی - رویاننده

عمودی

۱-پیکان و جهت نما - زیبا چون قمر - نانخورش۲-اسـب آذری - شـهری از استان پرباران - خط و زبانی قدیمی ۳-چرک زخم - دوراندیشی - اصل و نسب۴-جادوگر - حرف جمع - سوک و عزا - قیمت بازاری ۵-ورزش سبک- یکی از آلات پرسیم موسیقی - هنر ۶-دارویی خوشبو مانند مشک- پول خرد پاکستان - امضای گذرنامه ۷-قورباغه - بیگانه است- گرفتن و به اسیری بردن ۸-نوعی خون آشام - آسایشـگاه خفته - خواهر و برادر واقعی ۹-اصالت و پاک نژادی - کنایه ازآماده و مهیا - آخرین نازی ۱۰-شکن پوست- سرشوی گیاهی - روشهای نیکو ۱۱-خانه بزرگ- کفن دزدی و شکافتن گور - پرده در است۱۲-نفس بلند - از پیشه وران - دودمان - صاحب هنر ۱۳-بی پول و تهیدست- بوق و شیپور - کدو در گویش تازی ۱۴-خاموش کردن - از یاد رفته - عقل خالص۱۵-خرمافروش- فیزیکدان معروف آلمانی و مخترع میزان الحراره جیوه‌ای

حل جدول شماره قبل

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

آگهی تغییرات شرکت پویان راه زاگرس شرکت سهامی خاص به شماره ثبت ۱۸۵۹۵ و شناسه ملی ۱۴۰۰۴۵۲۱۳۸۵

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۳۹۷/۱۰/۰۱ تصمیمات ذیل اتخاذ شد : ۱ـ اعضای هیات مـدیره عبارتند از: آقای سعید فتاحی به شـماره ملی۳۳۵۰۰۰۶۸۳۳به - خانم سمیه فتاحی مزرالله به شماره ملی۳۳۵۰۰۳۱۹۷۸ - آقای امیر حشمتی دادگر به شماره ملی۳۳۵۹۷۴۱۲۶۹ برای مـدت دو سـال انتخـاب شـدند. ۲_ خـانم بتـول امیریـان بـه شـماره ملی۳۳۵۸۵۱۷۱۳۶به عنوان بازرس اصلی و آقای رامین امیریان به شماره ملی۳۲۵۶۸۸۲۸۰۳ به عنوان بازرس علی البدل برای مـدت یک سال مالی انتخاب شدند.

۳۶۷۰-ش **اداره کل ثبت اسناد و املاک استان کرمانشاه**
اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری کرمانشاه (۳۴۲۷۲۹)

آگهی تغییرات شرکت پویان راه زاگرس شرکت سهامی خاص به شماره ثبت ۱۸۵۹۵ و شناسه ملی ۱۴۰۰۴۵۲۱۳۸۵

به استناد صورتجلسه هیئت مدیره مورخ ۱۳۹۷/۱۰/۰۱ تصـمیمات ذیل اتخاذ شد : ۱ - الف : ۱ـ خانم سمیه فتاحی مزرالله به شماره ملی۳۳۵۰۰۳۱۹۷۸ به سمت رئیس هیـات مـدیره ۲- آقـای امیـر حشمتی دادگر به شماره ملی۳۳۵۹۷۴۱۲۶۹ به سمت نایب رئـیس هیات مدیره ۳- آقای سعید فتاحی به شماره ملی۳۳۵۰۰۰۶۸۳۳ به سمت مدیر عامل به مدت دو سال انتخـاب گردیدنـد. ب : کلیـه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور شرکت و اوراق عادی واداری بـا امضاء مدیر عامل (سعید فتاحی) همـراه بـا مهـر شـرکت دارای اعتبار می باشد.

۳۶۷۲-ش **اداره کل ثبت اسناد و املاک استان کرمانشاه**
اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری کرمانشاه (۳۴۲۷۳۳)

آگهی تغییرات شرکت مهندسین مشاور طرح توسعه محور شرکت سهامی خاص به شماره ثبت ۲۸۷۱۴ و شناسه ملی ۱۰۳۸۰۴۳۹۸۴۰

به استناد صورتجلسه هیئت مدیره مورخ ۱۳۹۷/۰۹/۲۶ تصـمیمات ذیل اتخاذ شد : آقای سید محمد باقر مجتهد سیسـتانی کـد ملـی ۰۹۴۴۶۵۹۴۸۹به سمت رئیس هیئت مدیره آقای سید سعید مجتهد سیستانی کد ملی ۰۹۴۴۶۵۹۴۸۹به سمت مـدیرعامل وعضـوهیئت مدیره آقای حامد حسین رئوف ملایری کد ملی ۰۹۳۷۷۹۴۰۱۵به سمت عضو هیئت مدیره آقای سید وحید مجتهد سیستانی کـدملی ۰۹۴۴۹۶۵۶۱۱ به سمت نائب رئـیس هیئـت مـدیره بـرای مـدت دوسال انتخاب شدند ب : کلیه اسناد و اوراق بهـادار و تعهـدآور شرکت به امضاء منفرد مدیرعامل ، رئیس هیئت مـدیره یـا نائـب رئیس هیئت مدیره همراه با مهر شرکت دارای اعتبار می باشد.

۳۶۷۵-ش **اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی**
اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری مشهد (۳۴۳۶۱۸)

آگهی تغییرات شرکت شرکت شهر صنعتی کرمانشاه شرکت سهامی خاص به شماره ثبت ۳۷۵ و شناسه ملی ۱۰۶۶۰۰۱۴۳۶۱

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عـادی بطـور فـوق العـاده مـورخ ۱۳۹۷/۱۰/۰۸ تصمیمات ذیل اتخاذ شد : ۱ - اعضاء هیئـت مـدیره بـه قرار ذیل انتخاب گردیدند: الف-آقای احـد چگینـی بـا شـماره ملـی ٤٣٢٢٠٦٨٣٢٤ بنمایندگی از شهرداری الوند به شماره ثبت ۰۹۰۰۲۵۹ و شناسه ملی ١٤٠٠١٩١٣٧١٩ ب-آقای احمـد گراونـد بـا شـماره ملـی ٤١٩٩٤٨١٢٦٥٠ بنمایندگی از شرکت کشت و صنعت آدینه بـه شـماره ثبت ٤٩١٣٠٣ و شناسه ملی١٤٠٠٥٨١٥٩٤٤ ج-آقای محمد شهبازی بـا شماره ملی٤٢٨٠٩٦٧٥٤٧ بنمایندگی از شهر صنعتی البرز به شماره ثبت ۲۱۰ و شناسه ملی١٠١٠٠٤٥٦٩٤٣ دـآقای سید مرتضی شفیعی با شماره ملی ٤٣٢٢٠٥٣٩٥٥ بنمایندگی ازظرف شهرداری قزوین به شماره ثبت ۱۱۱۱۱۱ و شناسه ملی ١٤٠٠٠٢٠٢٩٦٧ ه-آقای عباس الوندی فـر بـا شماره ملی ٤٣٢٤٠٨٢٣١٦ بنمایندگی از سازمان مدیریت حمـل و نقـل شـهرداری الونـد بـه شـماره ثبـت ٤٦٤٥١/١/٣/٣٤ وشناسـه ملی١٤٠٠٣٠٨٩٢٩٧ بعنوان اعضای هیات مدیره بـرای مـدت دو سـال انتخاب شدند. ۲- موسسه حسابرسی قواعد ثبت شده بشماره ۲۰۵۱۶ و شناسه ملی١٠١٠٣٢٢٥١٠٦ بعنوان بازرس اصلی و آقای توحید مـرادی بعنوان بازرس علی البدل برای مدت یکسال انتخاب شدند. ۳-روزنامـه کثیر الانتشار آفرینش جهت نشر آگهی های شرکت انتخـاب گردیـد. - روزنامه کثیرالانتشار اطلاعات ، آفرینش ، آفرینش جهت درج آگهیهای شرکت تعیین شد.

۳۶۷۱-ش **اداره کل ثبت اسناد و املاک استان کرمانشاه**
اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری کرمانشاه (۳۴۲۷۳۰)

آگهی تغییرات شرکت شرکت شهر صنعتی کرمانشاه شرکت سهامی خاص به شماره ثبت ۳۷۵ و شناسه ملی ۱۰۶۶۰۰۱۴۳۶۱

به استناد صورتجلسه هیئت مدیره مورخ ۱۳۹۷/۱۰/۰۶ تصمیمات ذیـل اتخاذ شـد : ۱- آقـای احـد چگینـی بـا شـماره ملـی ٤٣٢٢٠٦٨٣٢٤ بنمایندگی از شهرداری الوند به شماره ثبت ۰۹۰۰۲۵۹ و شناسـه ملـی ١٤٠٠١٩١٣٧١٩بسمت رییس هیات مدیره. ۲-آقـای احمـد گراونـد بـا شماره ملی ٤١٩٩٤٨١٢٦٥٠ بنمایندگی از شرکت کشت و صنعت آدینه به شماره ثبت ٤٩١٣٠٣ و شناسـه ملـی١٤٠٠٥٨١٥٩٤٤ بسـمت نایـب رییـس هیـات مـدیره . ۳-آقـای محمـد شـهبازی بـا شـماره ملی٤٢٨٠٩٦٧٥٤٧ بنمایندگی از شهر صنعتی البرز به شماره ثبت ۲۱۰ و شناسه ملی١٠١٠٠٤٥٦٩٤٣بسمت عضـو هیـات مـدیره ٤ـآقای سـید مرتضی شـفیعی بـا شـماره ملـی ٤٣٢٢٠٥٣٩٥٥ بنماینـدگی ازطـرف شـهرداری قـزوین بـه شـماره ثبـت ۱۱۱۱۱۱ و شناسـه ملـی ١٤٠٠٠٢٠٢٩٦٧بسمت عضو هیات مدیره. ۵-آقای عباس الوندی فر بـا شماره ملی ٤٣٢٤٠٨٢٣١٦ بنمایندگی از سازمان مدیریت حمـل و نقـل شـهرداری الونـد بـه شـماره ثبـت ٤٦٤٥١/١/٣/٣٤ وشناسـه ملی١٤٠٠٣٠٨٩٢٩٧ بسمت عضو هیات مدیره ٦- آقای فرامرز مرادی به شماره ملی۳۳٤۱۱۰۰۸۳ خارج از هیات مـدیره بـه سـمت مـدیرعامل. همگی برای مدت ۲سال انتخاب و مقـرر گردیـد کلیـه اسـناد و اوراق بهاداراز قبیل چک ،سفته و برات با امضای مدیر عامل و رییـس هیـات مدیره ودر غیاب رییس هیات مدیره نایب رییس هیات مدیره ودر غیاب مدیرعامل با امضای رییس و نایب رییس هیات مـدیره همـراه بـا مهـر شرکت ونیز کلیه مکاتبات عادی و اداری و عقد قراردادها و وکالتنامـه های حقوقی برای وکلای شرکت با امضای مدیر عامل همـراه بـا مهـر شرکت انجام پذیرد .

۳۶۷۳-ش **اداره کل ثبت اسناد و املاک استان کرمانشاه**
اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری کرمانشاه (۳۴۲۷۳۴)