راه‌های مقابله با سرمازدگی

سرمازدگی یکی از بیماری‌هایی است که شما را در روزهای سرد تهدید می‌کند، با علایم این بیماری و روش‌هایی برای پیشگیری از آن آشنا می‌شویم

زینب سادات کسنوی | روزنامه‌نگار

سلامت

این روزها سرمای بی‌سابقه و به دنبال آن معضل نبود سوخت، به یکی از بزرگ‌ترین مشکلات در کشور تبدیل شده و ممکن است مشکلاتی چون سرمازدگی را برای افراد به دنبال داشته باشد. در ادامه به بررسی و شناخت سرمازدگی و روش‌هایی برای پیشگیری از آن و گرم کردن بدن بدون نیاز به سوخت و افزایش گرما می‌پردازیم.

سرمازدگی یا هیپوترمی چیست؟

سرمازدگی معمولاً در اثر آسیب دیدن اندام‌های بدن و اختلال در کارکرد آن‌ها در اثر کاهش دما ایجاد می‌شود. کاهش دمای بدن منجر به کاهش متابولیسم گلوکزی می‌شود. به این ترتیب بدن در حالت اسیدوز متابولیک قرار می‌گیرد.

در صورت بروز چنین شرایطی پیشگیری از پیشرفت این بیماری و درمان به موقع آن یکی از نکات ضروری است؛ چرا که کنترل نداشتن به موقع می‌تواند منجر به عواقب جبران ناپذیری همچون مرگ شود.

علایم سرمازدگی

بروز سرمازدگی معمولا با برخی از علایم و نشانه‌ها همراه است.

-سردی شدید پوست
-احساس لرزش در بدن
-تغییر رنگ پوست به قرمز، سفید، آبی یا خاکستری مایل به زرد
-تغییر در رنگ ناخن‌ها
-سفتی پوست یا مومی شکل شدن آن
-احساس سفتی در عضلات و مفصل‌ها
-تاول زدن پوست
-احساس کرختی و بی‌حسی
-سوزن سوزن شدن پوست
-تورم پوست
-تغییر وضعیت روانی و نداشتن آگاهی به مکان و زمان
-بی‌تفاوتی یا پرخاشگری غیرعادی به دنبال کرختی بدن
- سردی غیرعادی پوست ناحیه شکم

راه‌های پیشگیری از سرمازدگی

لایه لایه بپوشید

همه می‌دانند که وقتی در هوای سرد بیرون می‌روید، باید لباس گرم بپوشید، اما شما می‌توانید به جای پوشیدن یک ژاکت ضخیم چند لایه نازک روی هم بپوشید. با این کار لایه‌ها بدن شما را عایق می‌کند و تنظیم دمای بدن آسان‌تر خواهد شد. همچنین گرم نگه داشتن پاها باعث می‌شود تمام بدن شما گرم شود. برای احساس گرمای بیشتر، یک جفت جوراب پشمی بپوشید.

از خوردن یک کاسه سوپ لذت ببرید

علاوه بر گرم کردن فضای خانه خود، می‌توانید خودتان را از داخل گرم کنید. در روزهای سرد از وعده‌های غذایی گرم مانند یک کاسه سوپ استفاده کنید. پختن سوپ معمولاً کمی طول می‌کشد و قابلمه‌ای که روی اجاق گاز است گرما هم در آشپزخانه ایجاد می‌کند.

از دستگاه بخور استفاده کنید

هوای مرطوب معمولاً کمی گرم‌تر از هوای خشک است. گرما در ماه‌های سردتر می‌تواند رطوبت هوای داخل خانه را از بین ببرد. برای متعادل کردن هوای خانه، استفاده از دستگاه بخور را هم در نظر بگیرید.

از کیسه آب گرم استفاده کنید

کیسه‌های آب گرم نسبتاً ارزان هستند و در روزهای سرد می‌توانند تفاوت زیادی در گرم شدن ایجاد کنند. هنگامی که نشسته یا دراز کشیده‌اید، از یک کیسه آب گرم روی دست‌ها و پاهای خود استفاده کنید.

حرکت کنید

تحرک باعث تولید گرما در بدن می‌شود. راه‌های زیادی برای بالا بردن دمای بدن با تحرک وجود دارد. به‌عنوان مثال، می‌توانید خانه را تمیز کنید، ورزش کنید، وسایل خراب داخل خانه را تعمیر کنید یا یک بازی انجام دهید.

یک اتاق را گرم کنید

سعی کنید اتاقی که بیشتر وقت خود را در آن می‌گذرانید، مانند اتاق نشیمن یا اتاق خواب، در صورت امکان حداقل تا ۱۸ درجه سانتی گراد گرم کنید. به یاد داشته باشید که رادیاتورها را در راهروها یا اتاق‌هایی که استفاده نمی‌شوند خاموش کنید و درها را ببندید تا گرما را در مناطق خاصی حبس کنید.

درزها را بگیرید

اگر پنجره‌های خانه شما دوجداره نیست می‌توانید با استفاده از درزگیرها یا پتو مانع از ورود هوای سرد به خانه شوید. همچنین می‌توانید پرده‌های خود را در طول روز جمع کنید تا نور و گرما وارد خانه شود و قبل از تاریک شدن هوا آن‌ها را بکشید تا گرما هدر نرود.

بیشتر بدانیم

توصیه‌های هلال احمر درباره گازگرفتگی با منوکسیدکربن

گردش هوا

با توجه به هشدار هواشناسی و پیش بینی کاهش دما در بیشتر نقاط کشور و به دنبال آن افزایش استفاده از وسایل گرمایشی همچون بخاری های گازی، نفتی، شومینه، پکیج، آبگرمکن، موتورخانه و ... احتمال مسمومیت با گاز منوکسید کربن، زیاد است. بنابراین اگر از این وسایل استفاده می کنید باید حتما یک راه برای گردش هوا در نظر بگیرید.

ایمن بودن وسایل

بی احتیاطی و ناآگاهی در راه اندازی وسایل گرمایشی موجب می شود که این وسایل به درستی کار نکنند و نادرست بودن کارکرد آن بسیار خطرناک است. از هموطنان درخواست می‌شود از ایمن بودن وسایل گرمایشی خود اطمینان حاصل کنند.

ضعف، بی حالی و مرگ

منوکسید کربن گازی بی رنگ و بی بوست و علایم مسمومیت با این گاز شامل ضعف و بی حالی، سردرد، سرگیجه، تهوع و استفراغ، ایجاد حالت دوبینی و کاهش سطح هوشیاری است و چنان چه افراد در این محیط قرار گیرند دچار حالت تشنج و بیهوشی و حتی کما یا مرگ می شوند.

فردا را به فضای باز ببرید

اگر با فردی که دچار مسمومیت با گاز منوکسید کربن شده است، مواجه شدید، ضمن تماس فوری با اورژانس و آتش نشانی باید او را از محل خارج و به فضای باز منتقل کنید.

منبع: مهر

غذای اصلی

آشپزی من

آش زمستانی مخصوص روزهای سرد

مواد لازم:

- ماش: ۳ چهارم پیمانه
- برنج: یک پیمانه
- شلغم: ۵ عدد متوسط
- سبزی آش: ۱۰ قاشق غذاخوری سرپر
- تمرهندی: یک چهارم یک بسته
- پیاز: ۲ عدد
- نعناع خشک: به مقدار لازم
- پیاز داغ برای تزیین: به مقدار لازم
- پای مرغ یا استاک مرغ: به مقدار لازم
- نمک، فلفل سیاه، فلفل قرمز و پودر سیر: به مقدار لازم

طرز تهیه:

۱- ابتدا برنج را بشویید و بگذارید تا خیس بخورد. ماش را هم پاک کنید و برای چند ساعت بگذارید تا خیس بخورد. سبزی آش را تمیز کنید، بشویید و بگذارید تا خشک شود. سپس آن را خرد کنید.

۲- پیاز را بشویید و نگینی به صورت درشت خرد کنید و داخل قابلمه تفت دهید.

۳- زردچوبه، فلفل سیاه، فلفل قرمز و کمی پودر سیر، ماش و برنج را اضافه کنید. اکنون در صورت تمایل پای مرغ یا یک عدد استاک مرغ را داخل آب جوش حل و به مواد اضافه کنید و اجازه دهید تا ماش و برنج پخته شود.

۴- وقتی برنج خوب پخته شد سبزی آش را اضافه کنید و هم بزنید. بعد از اضافه کردن سبزی، شلغم‌ها را بشویید و پوست کرده، مکعبی خرد کنید. اکنون شلغم‌ها را داخل آش بریزید و اجازه دهید تا آش جا بیفتد.

۵- وقتی همه مواد آش خوب پخته شد، تمر هندی را در مقداری آب جوش حل و خوب صاف کنید و به همراه کمی پیاز داغ داخل آش بریزید.

۶- در ظرف دیگر کمی روغن بریزید و نعناع را اضافه کنید و هم بزنید. سپس سریع زیر حرارت را خاموش کنید تا نعناع‌ها نسوزد. مقداری از نعناع داغ را داخل آش بریزید و بعد از ۱۰ دقیقه از روی حرارت بردارید.

برگ سبز خودرو پراید ۱۳۲ SE مدل ۹۵
به شماره انتظامی ۳۶-۲۶۱ ه ۴۹ به شماره موتور ۵۵۲۶۵۱۶ به شماره شاسی NAS۴۲۱۱۰۰G۱۱۹۰۸۶۱ بنام مریم غلام پور
مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۰۰۲۵۶۸/م

برگ سبز –بیمه نامه–کارت خودرو پراید صبا مدل ۸۹
سفید شماره انتظامی ۴۲ ایران ۳۸۷ ج ۷۹
شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۹۸۱۰۴۷۸ شماره موتور 3826717 بنام کمال ملا نوری شمس
مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۰۰۲۴۶۸/ف

برگ سبز ناکسی سمند تیپLX مدل ۹۴ زرد خورشیدی
بانوار شطرنجی شماره انتظامی ۱۲ ایران ۸۲۳ ت ۷۵
شماره شاسی NAACJ۱JEXFF۵۰۵۹۸۷ شماره موتور 147H0138867 بنام محمد اکبری نژاد
مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۰۰۲۴۹۷/ف

برگ سبز خودرو ۲۰۶SDTU۵
به شماره انتظامی ۲۶-۱۲۶ ج ۵۵
شماره موتور: ۱۷۴B۰۰۲۶۳۰۱
شمار شاسی: NAAP۴۱FE۵HJ۰۳۷۱۵۲
به نام حسین روحانی مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۰۰۲۴۴۸/ف

سند کمپانی و برگ سبز خودرو پراید مدل ۷۷
به شماره پلاک ۱۲-۳۳۴ و ۹۹ به شماره موتور ۰۰۰۵۴۳۴۳ به شماره شاسی S۱۴۱۲۲۷۶۵۴۴۱۷۹
بنام نسرین بهشتی ارچنگان
مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۰۰۲۴۲۸/ف

سند کمپانی و برگ سبز خودرو ایکس ۶۰ مدل ۹۲
مشکی متالیک به شماره پلاک ۱۲-۷۴۷ ص ۴۸ به شماره موتور LFB۴۷۹Q۱۲۱۲۰۱۸۰۹ به شماره شاسی NAKSG۴۳۱۶DB۱۰۵۰۰۳
مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۰۰۲۴۸۰/م

برگ سبز خودرو وانت مزدا بنام محمد علی دهقانی سانیج
به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۶۶۹ س ۶۵
و شماره موتور ۲۳۲۷۰۱
و شماره شاسی ۷۷۱۶۰۰۰۹۱۵
مفقود و فاقد اعتبار می باشد ۱۴۰۱۰۰۲۵۰۲/ب

پروانه نظام کاردانی
اینجانب رضا معززی فر
به شماره ۱۱۹۳۱۰۰۰۶۱۵
مفقود و فاقد اعتبار است.
۱۴۰۱۰۰۱۵۰۹/ر

برگ سبز خودروی پراید مدل ۱۳۷۷ به شماره انتظامی ایران ۳۲-۹۸۷ط۶۴ وشماره موتور ۰۰۱۳۲۷۸۸ وشماره شاسی S۱۴۱۲۲۷۸۶۱۱۴۶۱به نام علی اصغر فرقانی
مفقود شده وفاقد اعتبار است. ۱۴۰۱۰۰۲۴۳۳/ش

برگ سبز وانت زامیادمدل ۱۳۹۵ رنگ آبی
به شماره موتور Z۲۴۷۲۱۲۷۱Z و شماره شاسی NAZPL۱۴۰BG۰۴۵۶۱۰۸ به شماره پلاک ایران ۴۲ – ۲۷۲ ب ۴۸ به نام حسین عابدی فرزند رضابه شماره ملی ۰۸۴۹۴۹۲۹۳۹ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط است. ۱۴۰۱۰۰۲۴۴۰/ش

سند کمپانی و برگ سبز پراید ۱۱۱
و شماره انتظامی ایران ۳۶-۶۲۶ج۶۳و شماره موتور 5472452 **و شماره شاسی** 431100F5842594 **به نام مسعود زعفرانیه**
مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۰۰۲۴۵۲/ف

برگ سبز –سند کمپانی و کارت مشخصات خودروپراید SE ۱۳۱ مدل ۹۴ به شماره انتظامی ۷۴ ایران ۱۹۸ ق ۶۷
و شماره موتور 5497079 و شماره شاسی NAS۴۱۱۱۰۰F۳۴۵۰۳۷ بنام سید مهدی ناصری بایگی مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۰۰۲۴۵۳/ف

برگ سبز خودرو پراید بنام سید سروش صامدی
به شماره انتظامی ۷۴ ایران ۳۹۲ ص ۳۴
و شماره موتور M۱۳/۵۹۸۱۵۸۱
و شماره شاسی NAS۴۱۱۱۰۰H۱۰۵۶۳۹۷
مفقود و فاقد اعتبار می باشد ۱۴۰۱۰۰۲۳۷۶/ب

کارت پراید ۱۱۱ مدل ۱۳۹۲ به شماره انتظامی ۷۶۴ س ۸۲ ایران ۷۴ و شماره شاسی NAS۴۳۱۱۰۰D۵۷۴۷۵۳۳ و شماره موتور 4917530 بنام زهرا صفرائی مفقود و فاقد اعتبار می باشد . ۱۴۰۱۰۰۲۴۷۴/ف

کارت وبرگ سبز خودرو 207i MT بنزین مدل ۱۴۰۱ رنگ سفید ۸۲ط۳۵۷–ایران ۲۶
شماره شاسی NAAR۰۳FE۷NJ۹۳۷۱۵۷ شماره موتور 178B0108386 به نام نسیم قلی زاده
مفقود شده و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۰۰۲۴۸۳/ف

برگ سبز و سند خودرو روآ بنام تکتم داوری
به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۸۶۹ ن ۶۸
و شماره موتور ۱۱۶۸۶۰۰۷۸۲۱
و شماره شاسی ۶۱۳۲۵۶۱۷
مفقود و فاقد اعتبار می باشد ۱۴۰۱۰۰۲۴۴۱/ب

سند کمپانی وسنددفتر خانه رسمی تویوتا باریس
مدل ۲۰۱۴ شماره انتظامی ۱۲ ایران ۱۳۴ ط ۲۵
شماره موتور 1NZFE۹۳۰۸۳۲ شماره شاسی MR۲BT۹F۳۴E۱۰۷۸۶۸۴ بنام محمد توکلی فریمانی مفقود وفاقد اعتبار است ۱۴۰۱۰۰۲۴۹۴/ف

برگ سبز و سند کمپانی پراید ۱۳۱ مدل ۸۷ نقره ای شماره انتظامی ۱۲-ایران ۲۴۱ و ۱۳
شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۷۵۳۱۸۱۰ شماره موتور 2595310 به نام رشید کلاته
مفقود و اعتبار ندارد. ۱۴۰۱۰۰۲۴۳۵/ف

کارت سواری پژو هاچ بک ۲۰۷مدل ۱۴۰۱ به شماره پلاک ۶۹ ایران ۱۹۶ ط ۸۱ و شماره موتور 178B0087488 و شماره شاسی NAAR۰۳FE۸NJ۲۷۳۳۶۸ به نام احمد میر شکاری به شماره ملی ۴۸۶۹۸۹۳۵۸۴ مفقود و فاقد اعتبار است. ۱۴۰۱۰۰۲۴۸۶/ش

سند کمپانی و برگ سبز پراید ۱۱۱
و شماره انتظامی ۳۶-۶۲۶ج۶۳و شماره موتور 5472452 **و شماره شاسی** 431100F5842594 **به نام مسعود زعفرانیه**
مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۰۰۲۴۵۲/ف

اینجانب علیرضا خزایی مالک خودرو پیکان وانت مدل ۸۱ به شماره انتظامی ۳۶-۲۹۱ و ۶۴ به شماره شاسی ۰۰۸۱۹۱۷۸۹۸ و شماره موتور ۱۱۵۱۸۱۷۸۰۷ به علت فقدان اسناد فروش سند کمپانی، برگ سبز، کارت خودرو و بیمه نامه تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد.
۱۴۰۱۰۰۲۳۹۸/م

اینجانب محمد جواد آردی مشهدی
مالک خودرو پژو۴۰۵ جی ال ایکس آی
شماره انتظامی ایران۱۲- ۶۷۹ ی ۴۶
به شماره شاسی۸۲۰۱۵۵۱۸
و شماره موتور ۲۲۵۶۸۲۱۴۶۵۱
به علت فقدان اسناد فروش (سند کمپانی) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است. لذا چنانچه هرکس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف ده روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع درپیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد.
۱۴۰۱۰۰۲۴۸۸/م

اینجانب شمسی لعل عیدی مالک خودرو پژو پارس مدل ۸۸ سفید به شماره انتظامی ایران ۱۲-۴۷۲ ط ۶۳ به شماره موتور ۱۲۴۸۸۰۴۱۶۴۸ و شماره شاسی NAAN۰۱CA۴۹K۷۵۳۸۰۶ به علت فقدان اسناد فروش (سند کمپانی) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هرکس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد.
۱۴۰۱۰۰۲۴۷۲/م

((تجدید فراخوان سرمایه گذاری))

شهرداری فریمان در نظر دارد برابر مصوبه شماره ۶/۶۶۱ مورخ ۱۴۰۰/۱۲/۱۶ شورای اسلامی شهر فریمان در راستای تحقق اهداف توسعه ی شهری ، ایجاد منابع درآمدهای پایدار ونیز توسعه ی گردشگری در سطح شهر فریمان با استفاده از توان بخش خصوصی، پس از شناسایی و ارزیابی سرمایه گذاران حقیقی و حقوقی واجد صلاحیت و دارای تخصص و تجربه به منظور مشارکت در پروژه های پیشنهادی ذیل در قالب قراردادهای سرمایه گذاری اقدام نماید. لذا متقاضیانی که تمایل به شرکت در این فراخوان را دارند می توانند بسته های پیشنهادی خود را به صورت پاکت در بسته با ذکر مشخصات و شماره تماس به واحد دبیرخانه شهرداری تسلیم نموده و رسید اخذ نمایند.

لازم بذکر است پیشنهادات واصله در کمیسیون عالی سرمایه گذاری شهرداری بازگشایی و پس از ارزیابی لازم و بررسی ویژگی های مالی هر پروژه بر اساس معیارهای مدنظر شهرداری از منتخبین جهت ارائه ی توضیحات تکمیلی در خصوص پیشنهاد ارائه شده دعوت حضوری به عمل آمده و در نهایت پس از جمع بندی کمیسیون عالی حداکثر ظرف یک هفته پس از روز بازگشایی نظر خود را اعلام نموده و نسبت به انعقاد تفاهم نامه ی سرمایه گذاری اقدام خواهد شد.

آخرین مهلت تحویل پاکات از تاریخ چاپ آگهی تا پایان وقت اداری روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۱/۱۱/۱۱

ضمناً جهت کسب اطلاعات بیشتر و پاسخگویی به هرگونه سئوال و بمنظور هماهنگی بابت مسائل فنی پروژه ها از طریق شماره تلفن ۳۴۶۲۳۳۶۴ -۰۵۱ واحد امور سرمایه گذاری و یا واحد گردشگری شهرداری فریمان پیگیری نمایید.

ر	پروژه پیشنهادی	آدرس
۱	مجموعه گردشگری سد فریمان	سد فریمان
۲	پایانه مسافربری(ایجاد مجتمع تجاری)	فریمان -حاشیه میدان الغدیر
۳	رباط تاریخی فریمان (کاروانسرای قدیم)	فریمان-خیابان امام خمینی – بلوار کشاورز
٤	احداث جایگاه CNG	فریمان -حاشیه میدان الغدیر(پایانه مسافربری)
۵	مجتمع گردشگری سایت ۵ هکتاری	حاشیه جاده منتهی به سد فریمان
۶	مجتمع تجاری	فریمان- خیابان امام خمینی

شرایط تجدید فراخوان:

۱- به پیشنهادات مبهم ، مخدوش و فاقد مشخصات ترتیب اثر داده نخواهد شد و باطله محسوب می گردد.

۲-ارائه ی پیشنهاد به شهرداری هیچگونه حقی را برای متقاضی ایجاد نخواهد نمود .

۳- هیات عالی سرمایه گذاری در رد یا قبول هر یک از پیشنهادها مختار است .

۴-متقاضیانی که پیشنهاد آنان مورد تأیید کمیسیون عالی سرمایه گذاری قرار گیرد بایستی اسناد مثبته و تضامین لازم مبنی بر داشتن بنیه ی سرمایه گذاری را در مراحل بعدی و قبل از انعقاد تفاهم نامه ی اولیه به شهرداری ارائه نماید.

۵- متقاضیانی که سابقه ی فعالیت مثبت و موفق در موضوع پیشنهادی سرمایه گذای داشته باشند در اولویت انتخاب خواهند بود.

ابوالقاسم عظیمی شهردار فریمان

۱۴۰۱۰۰۱۱۵۴/ش

اینجانب سید مهدی فکری بایگی مالک خودرو پژو ۲۰۶
به شماره موتور 165A0182113 و شماره شاسی NAAP۰۳EEQLJ۱۷۲۷۶۶
به علت فقدان اسناد فروش تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است. لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروهای مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انتقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی نوبت دوم

جلسه مجمع عمومی نوبت دوم هیئت در حال تصفیه فرهنگیان شماره ۲ قوچان راس ساعت ۱۵ الی ۱۸ در محل مسجدالحسین فرهنگیان ۲ در تاریخ ۱۴۰۱/۱۱/۲۰ برگزار می گردد.

لذا از کلیه اعضای محترم دعوت بعمل می آید در این جلسه حضور بهم رسانند.

هیئت تصفیه

۱۴۰۱۰۰۲۴۴۶/ش

برگ سبز و کارت خودرو سواری ساینا مدل ۱۴۰۱ به شماره انتظامی ایران ۱۲-۶۱۴ ق ۸۵ به شماره موتور M۱۵/۹۶۴۴۰۷۶ به شماره شاسی NAS۸۳۱۱۰۰N۵۷۹۸۲۰۹ بنام میعاد توکلیان جاغرق مفقود شده و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۰۰۲۵۲۸/م