

نکاتی مهم درباره استفاده از ضدآفتاب ها

گروه سلامت - یک متخصص پوست و مو نکاتی مهم را درباره استفاده از کرم های ضدآفتاب مطرح کرد. دکتر «فهیمه عبدالهی‌مجد» با بیان این که برخی از افراد علاقه‌ای به استفاده از ضد آفتاب‌های رنگی ندارند و تصور می‌کنند کرم‌های ضد آفتاب رنگی، همان کرم پودرهایی هستند که نمی‌توانند اثر محافظتی چندانی در برابر نور آفتاب داشته باشند، گفت: بهتر است بدانید که قدرت اثر ضد آفتاب‌های رنگی و ساده، هیچ تفاوتی با هم ندارد و این رنگدانه‌ها، تنها برای جلب نظر مشتری و زیباتر جلوه داده شدن پوست به برخی از کرم‌های ضد آفتاب اضافه می‌شود. متخصص پوست و موی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با بیان این که ضد آفتاب ماده‌ای ضروری برای پوست به‌ویژه زمانی که درمعرض تابش نور خورشید در فصل‌های گرم سال هستید، محسوب می‌شود، اظهار کرد: پزشکان استفاده از ضدآفتاب را به تمام گروه‌های سنی توصیه می‌کنند. وی با تاکید براین که استفاده از ضدآفتاب، مهم ترین راهکار مراقبت از پوست است، گفت: اگرچه استفاده از کرم‌های ضد آفتاب در تمام ایام سال توصیه می‌شود، اما مصرف آن در روزهای گرم و آفتابی سال، ضروری است. وی درباره ضرورت استفاده از ضدآفتاب برای کودکان بالای شش ماه نیز گفت: ضد آفتاب‌هایی مخصوص کودکان وجود دارد که استفاده از آن در زمان قرارگرفتن کودک در معرض آفتاب و به خصوص مسافرت به شهرهای

ساحلی توصیه می‌شود. این عضو هیئت‌علمی دانشگاه با تاکید براین که بررسی‌ها نشان می‌دهد کرم‌های ضد آفتاب نقش موثری در کاهش پیری زودرس پوست، ابتلا به سرطان پوست و بروز کک و مک‌های پوستی دارند در افراد دارند، عنوان کرد: استفاده از ضدآفتاب در افرادی که سابقه خانوادگی سرطان‌های پوستی دارند نیز باید موضوعی جدی تلقی شود. وی با تاکید بر این که SPFمخفف Sun Protection Factor به معنای «میزان محافظت از نور خورشید» است، توضیح داد: این اصطلاح میزان محافظت کرم ضدآفتاب از پوست دربرابر اشعه‌های سوزاننده نور خورشید را نشان می‌دهد. دکتر «عبدالهی‌مجد» گفت: ضد آفتاب‌ها باید با پوست و شرایط هر فردی متناسب باشد. وی با تاکید بر این که در مورد ضدآفتاب‌ها برند اصلا مهم نیستند و مارک‌های ساخت داخلی را هم می‌توان به راحتی استفاده کرد، توضیح داد: مهم این است که ضدآفتاب با پوست هماهنگی داشته باشد به این معنی که اگر پوست شما چرب است ضدآفتاب باید فاقد چربی باشد یا اگر پوست شما خشک یا مختلط باشد باید از ضدآفتاب مخصوص استفاده شود. وی با بیان این که خیلی از افراد به بهانه چرب بودن کرم‌های ضد آفتاب و ابتلا به آکنه بر اثر استفاده از آن‌ها، دور این محصولات را خط می‌کشند و سلامت پوست‌شان را به خطر می‌اندازند، ادامه داد: این در حالی است که چنین افرادی می‌توانند بدون دغدغه از محصولات

خوب است بدانیم

چند پرسش و پاسخ درباره رنگ گوشت قرمز و مرغ

نیست. تغییر رنگ برای محصول تازه طبیعی است. با از آن را می‌توان پس از کشتار دام و طیور در بافت‌ها یافت. رنگ همچنین تحت تأثیر سن حیوان، گونه، جنس، رژیم غذایی و حتی تمرینات ورزشی است. رنگ گوشت حیوانات مسن تر تیره تر خواهد بود زیرا سطح میوگلوبین با افزایش سن افزایش می‌یابد. ماهیچه‌های تمرین شده همیشه رنگ تیره‌تری دارند، به این معنی که همان حیوان می‌تواند رنگ‌های متفاوتی در ماهیچه‌هایش داشته باشد. علاوه بر این، رنگ گوشت و مرغ می‌تواند با نگهداری در خرده فروشی و در خانه تغییر کند. هنگامی که به‌طور ایمن گوشت و مرغ تازه طبیعی است.

- آیا تغییر رنگ نشان دهنده فساد گوشت است؟**
- تغییر رنگ به تنهایی به معنای خراب شدن محصول نیست. تغییر رنگ برای محصول تازه طبیعی است. با از آن را می‌توان پس از کشتار دام و طیور در بافت‌ها یافت. رنگ همچنین تحت تأثیر سن حیوان، گونه، جنس، رژیم غذایی و حتی تمرینات ورزشی است. رنگ گوشت حیوانات مسن تر تیره تر خواهد بود زیرا سطح میوگلوبین با افزایش سن افزایش می‌یابد. ماهیچه‌های تمرین شده همیشه رنگ تیره‌تری دارند، به این معنی که همان حیوان می‌تواند رنگ‌های متفاوتی در ماهیچه‌هایش داشته باشد. علاوه بر این، رنگ گوشت و مرغ می‌تواند با نگهداری در خرده فروشی و در خانه تغییر کند. هنگامی که به‌طور ایمن گوشت و مرغ تازه طبیعی است.

- چه چیزی باعث تفاوت رنگ مرغ آسیاب شده خام می‌شود؟**

رنگ مرغ آسیاب شده با توجه به قسمتی که آسیاب می‌شود متفاوت است. صورتی تیره تر به این معنی است که گوشت تیره‌ی بیشتری استفاده شده است و صورتی روشن تر به این معنی است که گوشت سفید بیشتری در آن گنجانده شده است (یا پوست شامل آن می‌شود). مرغ آسیاب شده می‌تواند فقط حاوی گوشت ماهیچه و پوست یا چربی چسبیده به نسبت کل پرندۀ باشد.

مفقودی

کارت دانشجویی زهرا سلطانی بناوندی به شماره ۴۰۲۱۲۲۲۰۱۱۸ رشته مهندسی کامپیوتر دانشگاه کوثر بجنورد مفقود و اعتبار ندارد.
۱۳۰۳/۰۳/۱۷۷۹

آگهی ابلاغ اجرائیه قرارداد بانکی کلاسہ پروندہ ۱۴۰۳۰۴۰۷۱۴۱۰۰۰۲۷۷

بدین وسیله به خانم فاطمه ایزدی نام پدر: قربان محمد تاریخ تولد: ۱۳۵۳ / ۰۱ / ۰۲ شماره ملی: ۰۶۸۱۳۷۸۵۹۱ شماره شناسنامه: ۶۲۳ به نشانی: بجنورد لنگر(متن سند) ابلاغ می‌شود که بانک ملی شعبه خیابان شهید صفا بجنورد جهت وصول مبلغ ۳۹۰ / ۳۸۵ / ۱۰۲ ریال (صد دو میلیون و سیصد و هشتاد و پنج هزار و سیصد و نود ریال) تا تاریخ ۰۴ / ۰۲ / ۱۴۰۳ و به انضمام خسارت تأخیر متعلقه واز تاریخ مذکور تا روز تسویه کامل بدهی طبق مقررات علیہ شما اجرائیه صادر نموده و پرونده اجرائی به کلاسہ ۱۴۰۳۰۴۰۷۱۴۱۰۰۰۲۷۷ با شماره بایگانی ۲۸۹ / ۴۰۳۰۰۰۱۴۰۳ در این اداره تشکیل شده و طبق گزارش مورخه ۱۵ / ۰۲ / ۱۴۰۳ مأمور مربوطه ابلاغ به شما به علت عدم شناسائی نشانی میسر نگردیده است . لذا بنا به درخواست بستانکار به شرح وارده به شماره ۱۴۰۳۰۵۰۷۱۴۱۰۰۰۲۷۱۴۰۳ / ۰۳ / ۲۴ طبق ماده ۱۸ – آئین نامه اجرا مفاد اسناد رسمی فقط یک مرتبه در یکی از روزنامه های الکترونیکی کثیرالانتشار آگهی میشود و چنانچه ظرف مدت ۱۰ روز از تاریخ این آگهی که روز ابلاغ محسوب می‌گردد ، نسبت به پرداخت بدهی خود اقدام ننمایید ، عملیات اجرائی جریان خواهد یافت.

۱۳۰۳۰۳/۱۷۷۹

آگهی برگزاری انتخابات اتحادیه صنفی کشاورزی همکن زراعت و باغبانی شهرستان جاجرم

به اطلاع کلیه اعضای محترم نظام صنفی کشاورزی جاجرم دارای پروانه کسب معتبر زراعت و باغبانی می‌ رساند انتخابات اتحادیه صنفی کشاورزی شهرستان جاجرم در روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۴/۱۰ از ساعت ۸ صبح لغایت ساعت ۱۱ در محل ساختمان جهاد کشاورزی شهرستان جاجرم برگزار می‌گردد، لذا با در دست داشتن مدارک ذیل در محل اخذ رای حاضر و نسبت به انتخاب اعضای هیئت مدیره و بازرس اتحادیه مذکور از بین داوطلبین واجد شرایط اقدام نمایید.

۱- اصل کارت ملی/ شناسنامه

۲- اصل پروانه فعالیت یا پروانه کسب معتبر از نظام صنفی کشاورزی شهرستان جاجرم

هیات اجرایی برگزاری انتخابات اتحادیه های صنفی کشاورزی شهرستان جاجرم

دعوتنامه تشکیل مجمع عمومی عادی نوبت اول شرکت تعاونی مصرف فرهنگیان شیروان به شماره ثبت ۱۰۸۶۰۲۹۰۷۹۱ و شناسه ملی ۱۰۸۶۰۲۹۰۷۹۱

جلسه مجمع عمومی عادی نوبت اول شرکت تعاونی مصرف فرهنگیان شیروان بصورت حضوری راس ساعت ۹ صبح روز شنبه ۱۴۰۳/۰۵/۰۶ در محل سالن غدیر واقع در انتهای خ سعدی کد پستی۱۴۹۱۵۹۴۱۶۱۶۹۴۶ برگزار میگردد از اعضا محترم شرکت دعوت میشود جهت اخذ تصمیم نسبت به موضوعات ذیل با همراه داشتن دفترچه عضویت و کپی کارت ملی در موعد مقرر حضور به هم رسانند و یا وکیل نماینده خود را کتبا جهت حضور معرفی نمایند به اطلاع میرساند به موجب اصلاحیه ماده ۱۹ آئین نامه مجامع عمومی تعداد آراء و کالتی هر عضو حداکثر ۱ رای خواهد بود.
ضمنا تاریخ اخذ و کالت از مورخه ۱۴۰۳/۰۴/۰۴ تا مورخه ۱۴۰۳/۰۳/۱۱ در محل شرکت تعاونی مصرف فرهنگیان با حضور وکیل و موکل به همراه دفتر چه عضویت و کپی کارت ملی می باشد.

دستور جلسه: ۱-استماع گزارش هیات مدیره و بازرسین شرکت از عملکرد سال ۱۴۰۱

۳-طرح و تصویب بودجه پیشنهادی سال ۱۴۰۲ و ۱۴۰۳

۵-تصمیم گیری در خصوص خرید وسیله نقلیه جدید برای شرکت

تاریخ انتشار:۱۴۰۳/۰۴/۰۲

هیات مدیره شرکت تعاونی مصرف فرهنگیان شیروان



فاقد چربی که به وفور هم در بازار وجود دارند، استفاده کنند. این متخصص پوست و مو، ویژگی یک کرم ضدآفتاب مناسب را ایجاد یک لایه روی پوست که بتواند اشعه‌های UVA و UVB را دفع کند و در عین حال رطوبت پوست را حفظ کند دانست و ادامه داد: ضدآفتاب رنگی و غیر رنگی هیچ تفاوتی ندارد و ضدآفتاب‌های رنگی هیچ عارضه‌ای روی پوست به‌جای نمی‌گذارند. دکتر «عبدالهی‌مجد» درباره رنگی صحیح استفاده از ضد آفتاب نیز تاکید کرد: حدوداً بین ۱۵ تا ۳۰ دقیقه طول می‌کشد تا کرم ضد آفتاب اثر کند، بنابراین پیش از آن که از خانه بیرون بروید، از ضد آفتاب استفاده کنید. یک کرم ضد آفتاب همیشه باید به عنوان آخرین مرحله از روتین مراقبت از پوست شما باشد بنابراین هر کرم مراقبتی دیگری، مثل کرم آبرسان یا مرطوب کننده‌ای که استفاده می‌کنید باید زیر لایه ضد آفتاب شما قرار گیرد. وی ادامه داد: اگر بدن یا صورت شما خیس شد یا اگر بیرون از خانه در معرض نور شدید خورشید هستید، هر ۸۰ دقیقه کرم ضد آفتاب خود را تمدید کنید و برای پوست اطراف چشم که حساس‌تر است نیز می‌توانید از عینک‌های آفتابی استفاده کنید. این عضو هیئت‌علمی دانشگاه خاطرنشان کرد: افرادی که ساعات طولانی خارج از منزل هستند یا تعریق زیادی دارند بهتر بعد از غذا در دو تا سه ساعت، ضد آفتاب خود را تجدید کنند.

علت تیرگی استخوان در طیور پخته شده چیست؟

تیره شدن استخوان ها و گوشت اطراف استخوان ها عمدتا در جوجه های گوشتی جوان ۶ تا ۸ هفته) رخ می دهد. از آن جایی که استخوان ها به طور کامل کلسیفیه یا سفید نشده اند، رنگدانه های مغز استخوان از طریق استخوان ها و به ناحیه اطراف نفوذ می کند. یخ زدگی نیز می تواند به این تیرگی کمک کند. این یک موضوع زیبایی شناختی است و ایمنی نیست. زمانی که تمام قسمت ها به حداقل دمای داخلی ایمن ۱۶۵ درجه فارنهایت که با داماسنج مواد غذایی اندازه گیری می شود رسیده باشند، خوردن گوشت بی خطر است.

مرغ پخته شده ایمن چهرنگی است؟

رنگ مرغی که بدون خطر پخته شده باشد می تواند سفید تا صورتی تا قهوه ای مایل به زرد متفاوت باشد.

برای ایمنی هنگام پخت مرغ، از داماسنج مواد غذایی برای بررسی دمای داخلی استفاده کنید. برای یک مرغ یا بوقلمون کامل، دمای داخلی را در داخلی

ترین قسمت ران و بال و ضخیم ترین قسمت سینه بررسی کنید. همه گوشت ها از جمله هر گوشتی که صورتی باقی می ماند به محض این که همه قسمت ها به حداقل ۱۶۵ درجه فارنهایت برسند همان طور که با داماسنج غذا اندازه گیری می شود برای خوردن بی خطر هستند.

چرا بعضی از مرغ های پخته شده صوری هستند؟

مرغ کبابی یا دودی شده در فضای باز می تواند صورتی باشد، حتی زمانی که تمام قسمت ها به دمای بالای ۱۶۵ درجه فارنهایت رسیده باشند که با داماسنج مواد غذایی اندازه گیری می شود. ممکن است یک لبه صورتی رنگ در حدود نیم اینچ در اطراف بیرون محصول پخته شده وجود داشته باشد. مرغ دودی که به صورت تجاری تهیه می شود معمولا صورتی است زیرا با طعم دود طبیعی و دود مایع تهیه می شود.

سلامت

شنبه ۲ تیر ۱۴۰۳ ۱۵ ذی الحجه ۱۴۴۵ شماره ۴۱۰۴

سلامت نامه

پیشگیری از حداقل ۴۰ درصد سرطان‌ها با اقدامات اولیه



معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی در خصوص سرطان های شایع مردان مطالبی را مطرح کرد. دکتر «محمد رضا اکبری» با بیان این که سرطان یک معضل بهداشت عمومی، اقتصادی و اجتماعی در قرن بیست و یکم است، گفت: یک‌پنجم مردم دنیا در طول زندگی خود به سرطان مبتلا می‌شوند و عامل تقریباً یک‌ششم مرگ‌ها و یک‌چهارم مرگ‌های ناشی از بیماری‌های غیرواگیر در جهان است. وی افزود: در گروه سنی ۳۰ تا ۶۹ سال، سرطان موجب سه مرگ زودرس از هر ۱۰ مرگ می‌شود. علاوه بر این که سرطان یک مانع مهم برای افزایش امید زندگی به شمار می‌رود، هزینه‌های کلان اقتصادی و اجتماعی را موجب می‌شود که با توجه به نوع سرطان، جنس و موقعیت جغرافیایی متفاوت است. وی با اشاره به این که پیشگیری از سرطان یکی از مهم‌ترین چالش‌های سلامت بوده و نقش مهمی در مقابله با سرطان دارد، خاطرنشان کرد: حداقل ۴۰ درصد از تمام سرطان‌ها با اقدامات پیشگیری اولیه مؤثر قابل‌پیشگیری است و با تشخیص زودهنگام تومورها، مرگ‌های ناشی از سرطان می‌تواند کاهش یابد. دکتر «اکبری» به عوامل خطر سه سرطان شایع پروستات، معده و مثانه در مردان پرداخت و عنوان کرد: سرطان پروستات دومین سرطان جهان و اولین سرطان شایع در ایران است. علل ایجاد کننده سرطان پروستات کاملا شناخته شده است؛ اگرچه تعدادی از عوامل، خطر ابتلا به این سرطان را افزایش می‌دهند. وی بیان کرد: عوامل خطر سرطان پروستات در مردان شامل سن، سابقه خانوادگی، رژیم غذای، مواد شیمیایی و چاقی است و مطالعات اخیر، احتمال بین چاقی و سرطان پروستات را نشان می‌دهند. یک رژیم غذایی متعادل و فعالیت بدنی منظم می‌تواند خطر ابتلا به سرطان پروستات را کاهش دهد. وی با بیان این که ارتباط بین مصرف مواد غذایی مختلف و سرطان پروستات مورد مطالعه قرار گرفته‌اند، اعلام کرد: نتایج این مطالعات نشان می‌دهند مصرف گوجه‌فرنگی (عمدتا به‌صورت پخته) با کاهش خطر سرطان پروستات همراه بوده است. مصرف گوشت قرمز و گوشت‌های فراوری شده، هم چنین مصرف غذاهای سرخ‌کردنی و چربی زیاد در رژیم غذایی موجب افزایش خطر سرطان پروستات می‌شود. وی سرطان معده را چهارمین سرطان جهان و سومین سرطان شایع مردان در ایران ذکر و تصریح کرد: بیشترین مرگ ناشی از سرطان‌ها در ایران مربوط به این سرطان است و سن، عفونت با هلیکوباکتری پیلوری، اضافه‌وزن و چاقی، رژیم غذایی، مصرف سیگار و سابقه خانوادگی از عوامل بروز این سرطان در مردان هستند. معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی با اشاره سرطان مثانه در مردان، گفت: سرطان مثانه، نهمین سرطان دنیا و پنجمین سرطان شایع مردان در ایران است. این سرطان، یکی از پرجالش‌ترین و گران‌ترین سرطان‌ها در تشخیص و درمان است. تشخیص آن عمدتا بر مبنای سبب تن سوکویی است که روشی تهاجمی و گران است. وی همچنین دخانیات، سابقه خانوادگی، مواجهات شغلی در محل کار و رژیم غذایی را عوامل خطر سرطان مثانه ذکر کرد و گفت: دخانیات مهم‌ترین عامل خطر برای سرطان مثانه است که تقریباً ۵۰ درصد موارد را تشکیل می‌دهد. آمین‌های معطر و هیدروکربن‌های آروماتیک چندحلقه‌ای در دود تنباکو با ایجاد سرطان مثانه مرتبط هستند. خطر این سرطان با طول مدت و شدت استعمال سیگار افزایش می‌یابد. دکتر «اکبری» تاکید کرد: قرارگرفتن در معرض دود دست‌دوم تنباکو نیز با افزایش خطر سرطان مثانه همراه است.

دعوتنامه تشکیل مجمع عمومی عادی

تاریخ انتشار:۱۴۰۳/۰۴/۰۲

جلسه مجمع عمومی عادی شرکت تعاونی مسکن کارگران مجتمع فولاد اسفراین به شماره ثبت:۱۲۵ و شناسه ملی تعاونی: ۱۰۸۶۰۲۹۱۴۵۲ در روز یکشنبه مورخ ۲۴/۰۴/۱۴۰۳ راس ساعت ۱۴:۰۰ در محل دفتر شرکت به آدرس خراسان شمالی ،شهرستان اسفراین، بخش مرکزی ،دهستان روثین،آبادی شهرک صنعتی اسفراین،کوچه ندارد،جاده بجنورد،پلاک ۰،کیلومتر ۱۰ اسفراین،طبقه همکف کد پستی ۹۶۶۹۱۸۱۲۴ برگزار می گردد.
از کلیه داوطلبان اعضای شرکت تعاونی دعوت می شود جهت اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات ذیل با در دست داشتن ورقه سهم،کارت و یا دفترچه عضویت راس ساعت و موعد مقرر در محل مذکور حضور بهم رسانند و یا وکیل / نماینده خود را کتبا جهت حضور معرفی نمایند. (ضمنا به اطلاع می رساند که به موجب ماده ۱۹ آئین نامه نحوه تشکیل مجامع عمومی:تعداد آراء و کالتی هر شخص (عضو و غیر عضو) تنها یک رای خواهد بود و اعضای متقاضی اعطای نمایندگی می بایست به همراه نماینده خود از تاریخ ۱۴۰۳/۰۴/۱۰ لغایت تاریخ ۱۴۰۳/۰۴/۱۷ در محل دفتر مسکن کارگران مجتع فولاد اسفراین(آقای محمد ابراهیم نعمتی)(حضور موکل و وکیل الزامی می باشد) حاضر تا پس از احراز هویت و تایید وکالت،برگه ورود به مجمع را دریافت دارند) ضمنا داوطلبان عضویت در هیئت مدیره یا بازرسی موظفند،حداکثر یک هفته از تاریخ انتشار آگهی یا صدور دعوتنامه تشکیل مجمع عمومی عادی،فرم داوطلبی را تکمیل و به همراه مدارک مربوطه به هیئت مدیره تحویل نمایند.

۲-انتخاب بازرسان اصلی و علی البدل برای یک سال مالی

۳-بررسی تصویب آئین نامه اجرایی نحوه برگزاری مجامع عمومی

هیات مدیره

دعوت نامه تشکیل مجمع عمومی عادی (نوبت اول)

تاریخ انتشار:۱۴۰۳/۰۴/۰۲

جلسه مجمع عمومی عادی شرکت تعاونی مصرف کارکنان شبکه بهداشت و درمان بجنورد به شماره ثبت ۴۱۳ و شناسه ملی تعاونی ۱۰۸۶۰۳۰۱۲۰۰ در روز پنجشنبه ۰۴/۰۵/۱۴۰۳ راس ساعت یک بعدازظهر در محل تالار بیمارستان امام رضا (ع) به آدرس بیمارستان امام رضا (ع) برگزار میگردد.
از کلیه داوطلبان اعضای شرکت تعاونی دعوت میشود جهت اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات ذیل با در دست داشتن دفترچه عضویت راس ساعت و موعد مقرر در محل مذکور حضور بهم رسانند و یا وکیل /نماینده خود را کتبا جهت حضور معرفی نمایند. ضمنا به اطلاع می رساند که به موجب ماده ۱۹ آئین نامه نحوه تشکیل مجامع عمومی تعداد آراء و کالتی هر عضو حداکثر سه رأی و هر شخص غیر عضو تنها یک رأی خواهد بود و اعضای متقاضی اعطای نمایندگی می بایست به همراه نماینده خود از تاریخ ۱۴۰۳/۰۴/۱۰، لغایت ۱۴۰۳/۰۴/۱۷ در محل دفتر کار شرکت حاضر تا پس از احراز هویت و تایید و کالت برگه ورود به مجمع را دریافت دارند. ضمنا داوطلبان عضویت در سمت هیئت مدیره یا بازرسی موظفند حداکثر یک هفته از تاریخ انتشار آگهی یا صدور دعوت نامه مجمع عمومی عادی فرم داوطلبی را تکمیل و به همراه مدارک مربوطه را به هیئت مدیره تحویل نمائید.

دستور جلسه:

۱ - گزارش هیئت مدیره از عملکرد سال ۱۴۰۲

۳- طرح و تصویب صورت های مالی ۱۴۰۲ شامل عملکرد، سود و زیان،ترازنامه

۵-انتخاب بازرس / بازرسان اصلی و علی البدل برای مدت یکسال مالی

هیئت مدیره شرکت تعاونی مصرف کارکنان شبکه بهداشت و درمان بجنورد