

تاریخ	۶
بهمن	۱۴۰۰
چهارشنبه	



هر شماره؛ معرفی یک بیماری و پیشگیری و درمان آن

این شماره: تأثیرات ورزش

سلامت

صفحه	۶
شماره	۳۲۸۲
سال	بیست و هشتم

جلوگیری از پیری به کمک آنزیمی که با ورزش کردن فعال می شود



پژوهشگران آمریکایی در بررسی جدیدی که روی موش ها انجام شد، نشان داده اند که ورزش کردن می تواند عضلات را تا ۱۰ درصد جوان تر کند.

پژوهشگران آمریکایی در بررسی جدیدی که روی موش ها انجام شد، نشان داده اند که ورزش کردن می تواند عضلات را تا ۱۰ درصد جوان تر کند.

به گزارش ایرنا و به نقل از نیواطلس، پژوهش هایی که در سال های اخیر انجام شده اند، به روشن کردن راه های سودمندی کمک می کنند که ورزش به واسطه آنها می تواند بر روند پیری تأثیر بگذارد و به مقابله با از دست دادن بینایی، آسیب قلبی و همچنین، ترمیم عضله بپردازد. یک پژوهش جدید از طریق آزمایش هایی که روی موش های مسن انجام شده اند، داده هایی را به این مجموعه اطلاعات اضافه کرده است.

این اطلاعات پس از یک رژیم شدید تناسب اندام، ویژگی موش هایی را که هشت هفته جوان تر بودند، در مقایسه با گروه کنترل شده غیرفعال نشان دادند.

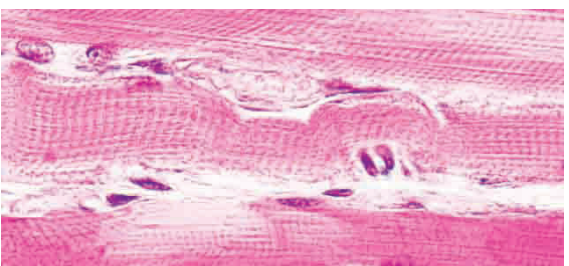
این پژوهش، روی یک فرآیند بیولوژیکی موسوم به متیلاسیون DNA (DNA methylation) متمرکز است که طی آن، خوشه هایی از اتم های موسوم به گروه های متیل با مولکول DNA تعامل می یابند و بیان ژن های ما را تغییر می دهند. این فرآیند، تحت تأثیر طیف وسیعی از عوامل محیطی مانند رژیم غذایی و استرس قرار می گیرد و به همین دلیل، یک مکانیسم اپی ژنتیک مرتبط با پیری در نظر گرفته می شود. متیلاسیون DNA با بالا رفتن سن، افزایش می یابد.



پروفسور تونی تیگانیس (Tony Tiganis)، سرپرست این پروژه گفت: افزایش گونه های فعال اکسیژن در اثر ورزش کردن، واکنش هایی را هدایت می کند که برای بهبود سلامت ضروری هستند.

همچنین آزمایش ها نشان دادند که غلظت NOX۴ در عضلات اسکلتی، به طور مستقیم با افزایش سن و کاهش حساسیت به انسولین مرتبط است. این نتایج، مشابه پژوهش های منتشر شده در ماه گذشته هستند که نشان داده اند چگونه یک عصاره گیاهی می تواند با تقلید از یک عامل رشد عضلات اسکلتی که در افراد چاق کاهش می یابد، با مقاومت به انسولین مقابله کند.

دانشمندان باور دارند که NOX۴ را می توان با داروهایی که فعالیت آن را تقویت می کنند و سلامت متابولیک را در افراد مسن حفظ می کنند، هدف قرار داد. همچنین آنها تصور می کنند که راه حل مورد نیاز را می توان در طبیعت یافت اما پیش از تبدیل آن به درمان، کار زیادی برای انجام دادن وجود دارد.



کوبین موراگ، پژوهشگر دانشگاه آرکانزاس(UARK) آمریکا و از اعضای این گروه پژوهشی گفت: تغییرات متیلاسیون DNA طی عمر، به شوی های سیستماتیک اتفاق می افتد. این تغییرات تا جایی است که



آگهی مزایده اموال غیر منقول

برابر آیین نامه اجرای مفاد اسناد رسمی و به موجب پرونده اجرائی کلاسه ۱۴۰۰۴۰۱۱۱۸۸۰۰۰۲۵۲ و شماره پایگانی ۱۴۰۰۰۰۲۵۹ این اداره، له خانم رودابه رهنمائی علیه هیبت اله مسیحی موضوع سند ازدواج شماره ۶۹۵۵-۹۸/۰۸/۰۹-۶۸/۰۸/۰۹ دفترخانه ازدواج ۵۴ کازرون، موازی هزارو هشتصد و نوزده سهم شمع از دو هزار و چهارصد و سه سهم سهام ششادنگ عرصه و اعیان یک باب خانه به پلاک ثبتی ۱۶۱ فرعی از ۸۷۹/ اصلی واقع در قطعه ۲ بخش ۷ فارس کازرون که بنا به اظهار کارشناس رسمی دادگستری، مساحت عرصه ۲۳۳/۸۵ متر مربع و اعیانی مسکونی ۷۰ متر مربع با مصالح آجر و سیمان و سقف تیرچه بلوک دارای امتیاز آب- برق - گاز و تلفن می باشد و سند مالکیت به شماره سریال ۲۹۸۹۸۸ الفف ۸۲ صادر گردیده است محدود به این حدود: شمالا طول بطول ۲۴/۴۵ متر به پلاک ۸۷۹/۲۴۴ دوم بطول ۱۹/۵۰ متر به دیوار پلاک ۸۷۹/۱۴۷ سوم بطول ۷/۲۰ متر به باقیمانده شرقا: بطول ۲۲/۸۳ متر دیوار به دیوار پلاک ۸۷۹/۱۳۲ جنوبا اول بطول ۱۷ متر و اراضی باقیمانده پلاک ۸۷۹ دوم بطول ۲/۲۷ متر به باقیمانده پلاک مزبور غربا در سه قسمت که دوم جنوبی است بطول های ۱۹/۴۷ متر و ۳۰۳۸ متر به دیوار پلاک ۸۷۹/۲۴۳ سوم بطول ۳/۲۵ متر درب و دیوار است به کوچه مالکیت آقای هیبت اله مسیحی فرزنده مراد قلی به شماره شناسنامه ۳۶۹ و شماره ملی ۳۳۷۰۵۸۵۲۳ متولد ۱۳۴۲/۱۲/۰۱ که پلاک مزبور توسط کارشناس رسمی دادگستری ارزیابی و در قبال طلب بستانکار و نیم عشر اجرائی و حق حراج از ساعت ۹ الی ۱۲ روز یکشنبه مورخه ۱۴۰۰/۱۱/۲۴ در محل اجرای ثبت اسناد کازرون از طریق مزایده به فروش می رسد. مزایده از مبلغ ۱/۸۱۹/۳۲۴/۴۷۴ ریال شروع و به بالاترین قیمت پیشنهادی از طرف خریدار نقدا فروخته خواهد شد و چنانچه روز مزایده مصادف با تعطیل رسمی غیر متربحه گردد، روز اداری پس از تعطیل در همان محل و ساعت انجام می شود و حقوق دولتی و حق مزایده طبق مقررات وصول خواهد شد.بدهی های احتمالی و سایر هزینه های قانونی دیگر که تعلق بگیرد مشخص نیست و چنانچه از این بابت تا روز فروش بدهی داشته باشد به عهده برنده مزایده خواهد بود. لازم به ذکر است شخصی که میخواهد به عنوان خریدار در مزایده شرکت نماید، می بایست قبل از برگزاری مزایده نسبت به واریز ۱۰٪ مبلغ پایه مزایده به حساب سپرده اداره ثبت اسناد اقدام نماید. (این آگهی در یک نوبت در روزنامه طلوع چاپ کازرون منتشر و در معابر عمومی نیز الصاق می گردد.)

تاریخ انتشار: ۱۴۰۰/۱۱/۰۶

۳۷۵۳۶ ۴۰۰ م الف

داود انصاری - رئیس ثبت اسناد و املاک کازرون

آگهی مناقصه عمومی خرید ، نصب و تکمیل سیستم و جانمایی دوربین های مدار بسته اماکن شهرداری

صدر ۱۴۰۰-۳۵

نوبت اول: ۱۴۰۰ / ۱۱ / ۰۶

نوبت دوم: ۱۳ / ۱۱ / ۱۴۰۰

شهرداری صدرا درنظر دارد مناقصه عمومی خرید ، نصب و تکمیل سیستم و جانمایی دوربین های مدار بسته اماکن شهرداری صدرا بر اساس برآورد و مشخصات قیدشده دراسناد مناقصه، از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید . کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد مناقصه تا ارائه پیشنهاد مناقصه گران و بازگشایی پاکت ها از درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس WWW.SETADIRAN.IR انجام خواهد شد و لازم است مناقصه گران در صورت عدم عضویت قبلی ، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضاءالکترونیکی راجعت شرکت در مناقصه محقق سازند.

- ۱- برآورد اولیه کل : ۰۰۰ / ۸۰۶ / ۰۹۰ / ۱۰ ریال می باشد.
- ۲- تامین اعتبار از محل منابع داخلی می باشد.
- ۳- مبلغ تضمین شرکت در مناقصه ۰۰۰ / ۰۰۰ / ۵۰۵ ریال می باشد که به صورت ضمانت نامه بانکی با اعتبار حداقل ۳ ماهه یا فیش واریزی نقدی به حساب ۱۰۰۸۳۰۶۷۰۰۸۸ بانک شهر شعبه صدرا به نام سپرده شهرداری صدرا باشد .
- ۴- مبلغ خرید اوراق مناقصه ۱۵۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال به حساب ۱۰۰۸۰۵۸۹۱۴۱۲ نزد بانک شهر در سامانه ستاد ایران می باشد
- ۵- سپرده نفرات اول، دوم و سوم در صورتی که حاضر به انعقاد قرارداد نشوند به نفع شهرداری ضبط خواهد شد.
- ۶- هزینه درج آگهی نوبت اول و دوم بر عهده برنده مناقصه می باشد.
- ۷- شهرداری در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادات مختار خواهد بود.
- ۸- سایر شرایط و جزئیات در اسناد مناقصه مندرج است .
- ۹- تاریخ انتشار مناقصه درسامانه تدارکات الکترونیکی دولت روز چهارشنبه تاریخ ۱۴۰۰ / ۱۱ / ۰۶ می باشد .
- ۱۰- آخرین زمان دریافت اسناد مناقصه از سایت تا ساعت ۱۹ عصر روز چهارشنبه مورخ ۱۳ / ۱۱ / ۱۴۰۰می باشد .
- ۱۱- آخرین زمان ارائه پیشنهادات و ثبت اسناد و مدارک در سامانه تا ساعت ۱۹ روز یکشنبه مورخ ۲۴ / ۱۱ / ۱۴۰۰ می باشد.
- ۱۲- زمان بازگشایی پاکت ها ساعت ۱۱ صبح روز دوشنبه مورخ ۲۵ / ۱۱ / ۱۴۰۰می باشد.

مقتضیان می بایست مدارک مربوط به پاکتهای الف - ب - ج در سامانه بارگذاری نمایند، شهرداری از دریافت حضوری پاکت طبق قانون ، معذور می باشد و فقط اصل ضمانت نامه را پس از بارگذاری در سایت ستاد (پاکت الف) به صورت فیزیکی تا ساعت ۱۰ روز دو شنبه مورخ ۲۵ / ۱۱ / ۱۴۰۰ در پاکت سربرسته و با درج کامل مشخصات شرکت و شماره تماس به واحد حراست شهرداری صدرا به آدرس زیر تحویل نمایند . آدرس : استان فارس -شهرصدرا-بلوار پاسداران ساختمان مرکزی شهرداری صدرا-کد پستی ۷۱۹۹۴۳۳۸۶۹ شماره تماس۰۷۱-۳۶۴۱۰۳۳۴ واحدقراردادها اطلاعات تماس سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه :مركز تماس ۴۱۹۳۴ - ۰۲۱دقتر ثبت نام ۸۸۹۶۹۳۷

۳۷۵۳۳ ۱۲۶۵۰۷۱

بهزاد پرنیان - شهردار صدرا

روزنامه طلوع آگهی و مشترک می پذیرد

۳۲۳۴۴۷۷۲ - ۰۷۱