آرمان ملی
armanmeli.ir
سال هشتم
شماره ۲۴۱۱
دوشنبه
۰۱ • ۰۴ • ۱۴۰۵
۰۷ محرم ۱۴۴۷ / ۲۲ ژوئن ۲۰۲۶

گزارش

چگونه هوای گرم باعث سردرد می‌شود؟

خستگی گرمایی، شکل خفیف بیماری ناشی از گرماست که می‌تواند بعد از چندین روز تماس با گرمای شدید و عدم جایگزینی مایعات کافی رخ دهد. پزشکان می‌گویند اگرچه گرما به خودی خود باعث سردرد نمی‌شود اما اثرات آن بر بدن می‌تواند عامل بروز سردرد باشد. سردرد ناشی از گرما می‌تواند به صورت درد مبهم در دو طرف سر احساس شود و ممکن است با فعالیت بدنی، تشدید شود. این امر می‌تواند به دلایل مختلفی از جمله کم‌آبی بدن، قرار گرفتن بیش از حد در معرض آفتاب یا فعالیت بدنی شدید در گرما رخ دهد. این مقاله به نقل از سایت تخصصی «ول هلث» توضیح می‌دهد که چگونه شرایط محیطی در هوای گرم می‌تواند باعث سردرد شود و همچنین شرح مختصری می‌دهد بر علائم سردرد ناشی از گرما و نحوه درمان آن. چندین عامل مرتبط با گرما در بدن و محیط شما می‌تواند منجر به سردرد شود.

کم‌آبی بدن

بسیاری از مردم مشتاقانه منتظر ماه‌های گرم‌تر تابستان هستند زیرا می‌توانند فعالیت‌ها و ورزش‌های بیشتری را در فضای باز انجام دهند. با این حال، گرما جنبه‌های منفی نیز دارد. عدم نوشیدن مایعات کافی در هوای گرم می‌تواند شما را دچار سردرد ناشی از کم‌آبی کند. کم‌آبی بدن باعث کاهش مایعات در بافت‌های بدن و مغز شما می‌شود و موجب می‌شود بافت‌های مغز کوچک و از جمجمه دور شوند و این وضعیت منجر به درد عصبی می‌شود. نوشیدن مایعات می‌تواند سطح مایعات را به حالت عادی بازگرداند و اغلب سردرد را تسکین می‌دهد.

نور خورشید

در برخی موارد، قرار گرفتن در معرض نور خورشید می‌تواند باعث سردرد شود. وضعیت «فتوفوبیا» زمانی است که فرد ناراحتی و حساسیت غیرطبیعی به نور دارد. این یک علامت عصبی است که به دلیل مشکلات انتقال اطلاعات بین چشم و مغز اتفاق می‌افتد. بخشی از چشم که نور را به مغز منتقل می‌کند با بخشی از چشم که به شما در دیدن کمک می‌کند متفاوت است. به همین دلیل، حتی یک فرد نابینا نیز می‌تواند دچار سردرد ناشی از فتوفوبیا شود.

فشار بارومتریک

فشار بارومتریک، سطح فشار هوا در جو است. رعد و برق‌های تابستانی از علل شایع تغییرات فشار بارومتریک هستند. تحقیقات نشان داده است که حتی کاهش اندک در فشار اتمسفر می‌تواند باعث سردرد شود.

فعالیت بدنی

سردرد می‌تواند در اثر فعالیت بدنی در هوای خیلی گرم ایجاد شود که منجر به گرمازدگی می‌شود.

کنترل فشار خون با تغذیه

رژیم غذایی شما نقش محوری در تعیین سطح فشارخون‌تان.دارد. پزشکان تاکید دارند با متعادل کردن مصرف مواد غذایی غنی از پتاسیم، منیزیم و ویتامین D، در کنار محدود کردن میزان مصرف نمک و کافئین، می‌توانید فشار خون را به طور موثر کنترل کرده و سلامت کلی خود را بهبود ببخشید.

نمک

در حالی که متخصصان تغذیه و سلامت همجنان در مورد نقش دقیق نمک در بالا بردن فشار خون بحث می‌کنند، واضح است که مصرف نمک و فشار خون با هم مرتبط هستند. شواهد قوی نشان می‌دهد برخی افراد ممکن است به طور غیرطبیعی به نمک حساس باشند و مصرف نمک، آنها را در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به بیماری قلبی قرار دهد. بتابراین هوشیار بودن در مورد میزان مصرف نمک می‌تواند به کاهش خطر فشار خون بالا با کنترل آسان تر فشار خون کمک کند.

کافئین

کافئین موجود در چای، قهوه، کاکائو و برخی از نوشابه‌ها، به عنوان یک محرک عمل می‌کند و به طور موقت ضربان قلب و فشار خون را افزایش می‌دهد. با این حال، مصرف منظم قهوه با فشار خون بالای طولانی مدت مرتبط نیست. بسیاری از مطالعات نشان داده‌اند که نوشیدن مداوم قهوه با فشار خون بالا مرتبط نیست و در بسیاری از موارد، مصرف منظم قهوه در واقع ممکن است خطر ابتلا به فشار خون بالا را کاهش دهد.

اسید فولیک

فولات، یک نوع ویتامین B موجود در سبزیجات، مرکبات و لوبیا و اسید فولیک موجود در غلات و نان غنی‌شده ممکن است به کاهش فشار خون کمک کتند. ذز حدود ۸۰۰ میکروگرم در روز می‌تواند از فشار خون بالا به ویژه در زنان حلوگیری کند. یک مطالعه در سال ۲۰۱۵ نشان داد که اسید فولیک باعث بهبود گشاد شدن رگ‌های خونی در بزرگسالان مسن‌تر می‌شود اما در افراد جوان تر این طور نیست.

پتاسیم

پتاسیم یک الکترولیت کلیدی در مواد غذایی مانند سیب‌زمینی، ماست و آووکادو است. بسیاری از پزرگسالان که روزانه به ۴۷۰۰ میلی‌گرم پتاسیم نیاز دارند، کمبود آن را احساس می‌کتند. مصرف کم پتاسیم می‌تواند فشار خون و خطر سکته مغزی را افزایش دهد. پتاسیم با تغییر پیام‌های شیمیایی، به شل شدن رگ‌های خونی کمک می‌کند. خوردن انواع غذاهای کامل مانند میوه‌ها، سبزیجات، ماهی و لبنیات می‌تواند به کنترل فشار خون کمک کند.

اینفوگرافیک: آرمان ملی/ محمد حسن نورحسینی

خوردنی‌های ترمیم‌کننده پوست

یکی از عارضه‌هایی که مردم در اغلب فصول با آن مواجه‌اند، خشکی پوست است. عواملی چون حساسیت فصلی، آلرژی به مواد خاص، شست و شوی مرتب دست‌ها، استفاده زیاد از شوینده‌ها و ضدعفونی‌کننده‌ها و حتی تغییرات آب و هوا می‌توانند این عارضه را تشدید کنند. از سوی دیگر برخی مواد خوراکی نیز می‌توانند نقش آبرسان‌های طبیعی را برای پوست ایفا کنند و باگنجاندن آنها در رژیم غذایی به صورت متناوب و متنوع می‌توان تا حد زیادی مشکل خشکی پوست را برطرف کرد.

مغزها و دانه‌ها

یک گروه از این خوردنی‌های مفید، مغزها و دانه‌ها هستند. این دسته از مواد خوراکی دارای آنتی اکسیدان، ویتامین E و اسیدهای چرب ضروری هستند که نقشی اساسی در تغذیه و رفع کمبودهای ریزمغذی‌ها در بدن دارند. مصرف دانه‌های روغنی به جلوگیری از آسیب سلول‌های پوستی ناشی از رادیکال‌های آزاد کمک کرده و روند ترمیم و بازسازی سلول‌های پوستی را تسریع می‌کند. بعد از اضافه کردن این موارد به رژیم غذایی، پس از مدتی احساس خواهید کرد که پوست شما نرم و لطیف می‌شود. برای این منظور مصرف فقط یک مشت از آجیل‌ها و دانه‌ها در روز کافی است. بادام، گردو و تخمه آفتابگردان در لیست موارد سرشار از ویتامین قرار دارند و مصرف آنها توصیه می‌شود.

اسفناج

اسفناج نیز حاوی مواد مغذی، ویتامین‌ها و مواد معدنی مانند آهن و ویتامین E است که سازگار با پوست هستند. ویتامین A و C موجود در این سبزی برگدار، روند ترمیم پوست را آغاز کرده و از آن حفاظت می‌کند.

آووکادو

همچنین آووکادو، دارای بافت کره‌ای است که آن را بسیار مورد توجه مردم قرار داده و خواص مفیدی برای پوست دارد. آووکادو که منبع غنی از آنتی اکسیدان‌ها، بتاکاروتن، فولات، اسیدهای چرب امگا ۳، ویتامین C و E است، می‌تواند این در اضافی از مواد مغذی را به پوست شما بدهد و خشکی آن را کاهش دهد. آووکادو غنی از مواد مغذی است و در بین مردم به عنوان «کره طبیعت» شناخته می‌شود.

سیب‌زمینی شیرین

به گزارش «ان دی تی وی»، سیب‌زمینی شیرین نیز یکی دیگر از آبرسان‌های طبیعی پوست محسوب می‌شود و حاوی ویتامین A است که برای ترمیم پوست ضروری است و نیز بتاکاروتن که به محافظت از پوست در برابر کم آبی کمک می‌کند و خشکی پوست را کاهش می‌دهد.

ماهی

اسیدهای چرب ضروری هم برای سلامت پوست و موهجزه می‌کنند. ماهی، یکی از غنی‌ترین منابع امگا ۳ است. اگر قصد دارید ماهی را در رژیم غذایی خود بگنجانید، طبخ آن را به روش سالم بخارپز انجام داده و از بیش از حد سرخ کردن آن خودداری کنید. مصرف ماهی همچنین به مقابله با التهاب کمک می‌کند.

دانستنی‌ها

بهترین داروی رایگان دنیا

پیاده‌روی شاید ساده‌ترین فعالیت بدنی جهان باشد، اما پزشکان و متخصصان سلامت همچنان آن را یکی از مؤثرترین راه‌ها برای حفظ سلامت جسم و روان می‌دانند. براساس گزارش‌های جدید حوزه سلامت، پیاده‌روی منظم می‌تواند خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی، سکته مغزی، دیابت نوع ۲ و برخی سرطان‌ها را کاهش دهد. همچنین این فعالیت به بهبود کیفیت خواب، افزایش انرژی روزانه، تقویت حافظه و کاهش اضطراب کمک می‌کند. متخصصان تأکید می‌کنند برای بهره‌مندی بیشتر از فواید پیاده‌روی، بهتر است سرعت حرکت افزایش یابد یا مسیرهای شیب‌دار انتخاب شود. حتی پیاده‌روی‌های کوتاه چند دقیقه‌ای در طول روز نیز می‌تواند اثرات مثبتی بر فشار خون و قند خون داشته باشد. به عنوان مثال، پیاده‌روی سریع و منظم می‌تواند به شما کمک کند: وزن سالم خود را حفظ کنید یا به مدیریت وزن خود کمک کنید. از بیماری‌های مختلف سلامتی، از جمله بیماری‌های قلبی، سکته مغزی، فشار خون بالا، چندین سرطان و دیابت نوع ۲ جلوگیری یا آنها را مدیریت کنید. سلامت قلب و تناسب اندام را بهبود بخشیده و استقامت ایجاد کنید. استخوان‌ها و عضلات را تقویت کنید. سطح انرژی را افزایش دهید. خلق و خو، تفکر، حافظه و خواب را بهبود بخشید. عملکرد بدنی را بهبود بخشیده و در بزرگسالان مسن‌تر، خطر سقوط را کاهش دهید. استرس و اضطراب را کاهش دهید. به طور کلی، پیاده‌روی سریع‌تر، مسافت بیشتر و دفعات بیشتر با مزایای بیشتری مرتبط است. اگر تازه شروع کرده‌اید، به آرامی راه خود را به پیاده‌روی سریع‌تر و مسافت بیشتر برسانید. با گذشت زمان، ممکن است متوجه شوید که می‌توانید در زمان کمتری مسافت بیشتری را طی کنید. این به شما کمک می‌کند تا فعالیت هوازی داشته باشید، سلامت قلب را بهبود بخشید، استقامت ایجاد کنید و کالری بسوزانید.

تکنیک درست در پیاده‌روی

تبدیل پیاده‌روی معمولی خود به یک گام بلند برای تناسب اندام، نیاز به وضعیت بدنی خوب و حرکات هدفمند دارد. در حالت ایده‌آل، هنگام پیاده‌روی، سعی کنید: سر خود را بالا نگه دارید. به جلو نگاه کنید، نه به پایین. گردن، شانه‌ها و کمر خود را شل کنید. دست‌های خود را با کمی خمیدگی در آرنج‌ها، آزادانه بچرخانید. اشکالی ندارد که کمی بازوهایتان را تکان دهید. عضلات شکمتان را کمی سفت کنید و کمرتان را صاف نگه دارید، نه اینکه به جلو یا عقب قوس دهید. نرم راه بروید و هر پا را از پاشنه تا پنجه بچرخانید.

تکنیک صحیح راه رفتن

هنگام شروع برنامه پیاده‌روی خود، به یاد داشته باشید که: تجهیزات مناسب را تهیه کنید. کفش‌های راحت و مناسبی انتخاب کنید که به خوبی اندازه باشند. لباس‌های راحت و گشاد متناسب با آب و هوا بپوشید، مانند لباس‌های چندلایه در هوای سردتر. سعی کنید پارچه‌های جاذب رطوبت بپوشید. این لباس‌ها می‌توانند به خشک‌تر ماندن شما کمک کنند. اگر در هوای تاریک در فضای باز پیاده‌روی می‌کنید، لباس‌های روشن یا بازتابنده بپوشید تا دیگران بتوانند شما را ببینند. برخی افراد از ردیاب فعالیت، اپلیکیشن یا گام‌شمار برای ردیابی قدم‌ها، زمان، مسافت، شدت، ضربان قلب و کالری استفاده می‌کنند. این ابزارها می‌توانند به شما کمک کنند تا انگیزه خود را حفظ کنید. مسیر خود را با دقت انتخاب کنید. در مناطق امن و روشن پیاده‌روی کنید. اگر تنها پیاده‌روی می‌کنید، به کسی بگویید که از کدام مسیر می‌روید. از راه رفتن در خیابان یا پیاده‌روهای ناهموار یا ترک‌خورده خودداری کنید.

گرم کردن

چند دقیقه اول به آرامی راه بروید تا عضلات خود را گرم کنید و بدن خود را برای ورزش آماده کنید. سپس به آرامی سرعت را افزایش دهید.

سرد کردن

در پایان پیاده‌روی، چند دقیقه سرعت خود را کم کنید تا به خنک شدن عضلات شما کمک کند.

حرکات کششی

پس از سرد کردن، به آرامی عضلات خود را بکشید تا انعطاف‌پذیری بهبود یابد.

نکته

دردهای شکمی را ساکت نکنید

یک فوق تخصص گوارش و کبد، بر اهمیت حفظ تعادل میکروبی روده و پرهیز از مصرف خودسرانه داروها تأکید کرد. ابادار پارسی، درباره انواع دردهای گوارشی و نشانه‌های خطر گفت: دردهایی که در ساعات شب بروز کرده و منجر به بیدار شدن فرد از خواب می‌شوند و دردهای همراه با کاهش وزن ناخواسته، از حیاتی‌ترین نشانه‌های هشداردهنده هستند که می‌توانند ذهن پزشک را به سمت احتمال بدخیمی‌ها (سرطان) سوق دهند. وی اظهار داشت: دردهای مربوط به سرطان روده بزرگ معمولاً مبهم هستند، به معنای آنکه بیمار نمی‌تواند نقطه دقیقی را برای درد شناسایی کند و احساس دردی پراکنده در ناحیه شکمی دارد؛ نکته نگران‌کننده این است که بسیاری از بیماران پیش از مراجعه به پزشک، به دلیل مبهم بودن درد، به سراغ مصرف خودسرانه داروهای مختلف می‌روند. پارسی درباره رفلاکس معده و عوارض ناشی از آن نیز خاطرنشان کرد: مواد غذایی که باعث تحریک و ترشح اسید معده می‌شوند، باید از برنامه غذایی افراد حساس حذف گردند. در این میان، مصرف بیش از حد ادویه‌جات، غذاهای تند، ترشیجات و همچنین مصرف زیاد قهوه و چای غلیظ از جمله اصلی‌ترین عوامل تحریک‌کننده معده هستند که می‌توانند منجر به بروز یا تشدید بیماری‌های گوارشی شوند. این فوق تخصص گوارش به علائم غیرمنتظره این بیماری اشاره کرد و گفت: رفلاکس به معنی بازگشت محتویات معده به مری است و تنها به سوزش معده محدود نمی‌شود و حتی در موارد شدید منجر به سرطان مری می‌شود. رفلاکس معده بر تارهای صوتی اثر می‌گذارد، همچنین باعث ایجاد سرفه مزمن یا پوسیدگی دندان‌ها می‌گردد. بسیاری از مراجعانی که با شکایت از سرفه به ما مراجعه می‌کنند، با وجود نرمال بودن نتایج آزمایش‌های قلب و ریه، در واقع دچار رفلاکس هستند؛ چراکه بازگشت مواد اسیدی به تارهای صوتی باعث تحریک، گرفتگی صدا و ایجاد سرفه‌های مکرر می‌شود.

کاهش خطر بیماری قلبی در زنان با وزنه زدن

وقتی به راه‌های کاهش خطر بیماری قلبی از طریق فعالیت بدنی فکر می‌کنیم، بلافاصله ورزش هوازی به ذهنمان خطور می‌کند. به گزارش هلث دی نیوز، اما یک مطالعه جدید می‌گوید زنان ممکن است بتوانند خطر ابتلا به بیماری قلبی خود را از طریق تمرینات قدرتی مداوم نیز کاهش دهند. محققان گزارش دادند که به نظر می‌رسد زنانی که وزنه می‌زنند، به خصوص اگر ایروبیک نیز انجام دهند، خطر ابتلا به مشکلات قلبی کمتری دارند. محققان دریافتند که اگر زنان دو ساعت یا بیشتر در هفته وزنه بزنند، ۴۴ درصد خطر حمله قلبی و ۲۰ درصد خطر بیماری قلبی کمتری دارند. نتایج نشان داد که هر چه بیشتر وزنه بزنند، خطر ابتلا به بیماری قلبی آنها بیشتر کاهش می‌یابد. دکتر «تیانیو ژانگ»، محقق ارشد در دانشکده پزشکی هاروارد، گفت: «به رغم فواید اثبات شده برای سلامتی، تمرینات مقاومتی اغلب به عنوان یک استراتژی پیشگیری از بیماری‌های قلبی عروقی نادیده گرفته می‌شود و تأثیر آن بر خطر بیماری‌های قلبی عروقی- به ویژه در زنان میانسال و مسن- همچنان مورد مطالعه قرار نگرفته است.» محققان در یادداشت‌های پیش زمینه گفتند که دستورالعمل‌های فعلی حداقل دو روز تمرین مقاومتی در هفته را در کنار ۱۵۰ دقیقه ورزش هوازی متوسط تا شدید توصیه می‌کنند. برای این مطالعه، محققان داده‌های بیش از ۱۱۷۰۰۰ زن شرکت‌کننده در یک مطالعه سلامت بلندمدت را تجزیه و تحلیل کردند. به عنوان بخشی از این مطالعه، فعالیت بدنی، تمرین مقاومتی و رفتار کم‌تحرک زنان تقریباً حدود ۱۵ سال پیگیری شد. هر ساعت تمرین مقاومتی اضافی در هفته با ۱۴ درصد کاهش خطر حمله قلبی و ۵ درصد کاهش خطر بیماری قلبی مرتبط بود. اگر زنی سطوح توصیه‌شده تمرین قدرتی و ورزش هوازی را دریافت می‌کرد، خطر حمله قلبی او حدود ۴۵٪ کمتر از افرادی بود که هیچ فعالیت بدنی نداشتند.

شماره نامه ۲ ۱۴۰۵۸۵۶۰۲۰۲۶۰۰۳۱۰۲
تاریخ ارسال نامه ۱۴۰۵/۰۳/۰۵

قوه قضائیه
سازمان ثبت استاد و املاک کشور
اداره ثبت اسناد و املاک شمال اصفهان

آگهی فقدان سند مالکیت »

چون مالک پلاک ثبتی ۶۱۵۵ فرعی از ۱۳۹۰۰ اصلی ، بخش ۵ ثبت اصفهان با تسلیم ۲ برگ استشهادیه محلی که امضاء شهود آن ذیل شماره ۲۵۹۶۹ مورخ ۱۴۰۵/۰۲/۰۸ به گواهی دفتر اسناد رسمی ۲۳۰ حور زوق اصفهان رسیده ، مدعی مفقود شدن سند مالکیت که با مشخصات مالکیت : مشخصات مالکیت مالکیت ستاره / کرمی کتکی فرزند رحمت اله شماره شناسنامه ۳۷۱ تاریخ تولد ۱۳۳۱/۰۷/۰۱ صادره از شهر کرد دارای شماره ملی ۴۶۲۰۳۶۸۲۰۲ با جز سهام ۶ از کل سهام ۶ بعنوان مالک شش دانگ عرصه و اعیان متن سالم ششدانگ با شماره مستند مالکیت ۵۷۱۷۸ تاریخ ۱۳۹۰/۰۳/۲۳ دفترخانه اسناد رسمی شماره ۱۰۸ شهر اصفهان استان اصفهان موضوع سند مالکیت اصلی بشماره چاپی ۸۸۸۲۰۶ سری ه سال ۹۹ با شماره دفتر الکترونیکی ۱۴۰۰۲۰۳۰۲۰۲۶۰۲۳۵۷۴ ثبت گردیده است می باشد. اکنون نامبرده درخواست صدور سند مالکیت المثنی پلاک فوق را نموده است لذا به استناد تبصره یک اصلاحی ذیل ماده ۱۲۰ آئین نامه قانون ثبت مراتب در یک نوبت آگهی میشود چنانچه کسی مدعی انجام معامله نسبت به ملک مرقوم یا وجود سند مالکیت نزد خود می باشد از تاریخ انتشار این آگهی ظرف مدت ده روز اعتراض خود را کتباً ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا سند معامله به این اداره تسلیم و رسید اخذ نمائید تا مراتب صورت مجلس و اصل سند مالکیت به ارائه کننده سند مسترد گردد بدیهی است اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسید یا در صورت اعتراض اصل سند مالکیت یا سند معامله ارائه نشود اقدام به صدور سند مالکیت المثنی طبق مقررات خواهد شد.
شناسه : ۲۲۱۰۸۰۵

حسین زمانی علویجه - مدیر واحد ثبتی اداره ثبت اسناد و املاک شمال اصفهان ۲۱۲۲

قوه قضائیه
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور
اداره کل ثبت اسناد و املاک استان اصفهان
اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک غرب اصفهان

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی برابر آرا صادره هیات های موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی منطقه غرب اصفهان تصرفات مالکانه و بلا معارض متقاضیان محرز گردیده است لذا مشخصات متقاضیان و املاک مورد تقاضا به شرح زیر به منظور اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود. در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضیان اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به اداره ثبت اسناد و املاک تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مرجع قضایی تقدیم نماید.
ردیف ۱ - برابر رأی شماره ۵۰۱۵ مورخ ۱۴۰۵/۰۳/۱۹ هیات چهارم مالکیت آقای / اکبر ترمه باف شیرازی به شناسنامه شماره ۶۳۰ کد ملی ۱۲۸۷۴۸۵۱۵۴ صادره فرزند رجبعلی در ششدانگ یکباب ساختمان به مساحت ۳۳.۷۲ متر مربع پلاک شماره ۶۸ اصلی واقع در بخش ۱۴ حوزه ثبت ملک غرب اصفهان از مالکیت حاج مهدی کریمی بهرام آبادی فرزند ابراهیم سند ۳۶۱۸۲ مورخ ۵۰.۱.۲۵ دفترخانه ۶۵ اصفهان تأئید و محرز گردیده است.
شناسه : ۲۲۱۰۷۸۶
تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۵،۰۴،۰۱
تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۵،۰۴،۰۱۶

احمد کاشف
رئیس منطقه ثبت اسناد و املاک غرب اصفهان ۲۱۲۳

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین و تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی.

برابر رای صادره بشماره ۱۴۰۳/۳۶۹ ۱۴۰۵۶۰۳۰۱۰۵۹۰۰۸۳۶۶ به تاریخ ۱۴۰۴/۰۹/۲۵ هیات موضوع قانون تعیین و تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی اسلامشهر تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی خانم فرزانه مسگر فرزند محمد صالح شماره ش ش ۰۰۱۱۹۲۱۹۹۴ صادره از تهران با کد ملی ۰۰۱۱۹۲۱۹۹۴ و با پلاک ثبتی جدید ۴۶۷۵۴ فرعی از ۴۲ اصلی و در قسمتی از پلاک ۶۳۲ فرعی از ۴۲ اصلی به مساحت ۱۱۷/۲۷ متر مربع و به صورت یک باب ساختمان مسکونی واقع در بخش ۱۲ تهران و در حوزه ثبتی اسلامشهر تایید رای خود را با حدود مشخص صادر مینماید. و در قریه اراضی قاسم آباد اسلامشهر و خریداری از مالکیت رسمی طبق نامه ستاد اجرای فرمان حضرت امام ره به شماره ن ۱۸۴۱/۲۴۵۲۸۸ /
تاریخ ۱۴۰۴/۰۸/۰۷ مالک اصلی است
مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود و در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشد می تواند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به اداره ثبت اسناد و املاک اسلامشهر تسلیم نموده و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به تاریخ انتشار مراجع قضایی تقدیم و یا عدم گواهی تقدیم دادخواست را طبق مقررات سند مالکیت متقاضی صادر خواهد شد.
انتشار نوبت اول ۱۴۰۵/۰۴/۰۱ انتشار نوبت دوم ۱۴۰۵/۰۴/۱۷

سجاد ایزدی - رئیس واحد ثبتی حوزه ثبت ملک اسلامشهر
از طرف حسن رستمیان طبری ۲۱۳۰

۲۰۴/ م الف