خبرها از عالم علم

وزارت بهداشت:

غذاهای خیابانی و رستورانی حاوی چربی ترانس هستند

بنابر اعلام دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، غذاهای خیابانی و رستورانی اغلب حاوی چربی ترانس تولید شده صنعتی هستند.

بـه گزارش مهر، بیماری‌های قلبی عروقی عامـل اصلی مرگ و میر در جهان اسـت.عوامل خطر عمده عبارتند از رژیم غذایی ناسـالم، عدم تحرک بدنی، مصرف دخانیات و الکل.

در میان سـایر عوامل غذایـی، مصرف زیاد چربـی ترانس خطر مرگ به هر دلیلی را تا ۳۴ درصد، مرگ ناشـی از بیماری عروق کرونر قلب را تا ۲۸ درصـد و بیماری عـروق کرونر قلب را تا ۲۱ درصـد افزایش می‌دهد. مصرف چربی ترانس عامل مرگ زودرس ۵۰۰ هزار مرگ زودرس ناشـی از بیماری عروق کرونر در هر سال در سراسر جهان است.

چربـی ترانس یا اسـیدهای چـرب ترانس (TFA)، اسـیدهای چرب غیراشـباع هستند که از منابع صنعتی یا طبیعی به دست می آیند. بیش از ۲۷۸ هزار مرگ سـالانه در سـطح جهان را می‌توان به مصرف چربی ترانس تولید صنعتی نسـبت داد. چربی ترانس شریان‌ها را مسدود می‌کند و خطر حمله قلبی و مرگ را افزایش می‌دهد.

TFA یا اسـیدهای چرب غیر اشـباع با حداقل یک پیوند کربن-کربن دوگانـه در پیکربندی ترانس هسـتند. چربی ترانس تولید شـده صنعتی را می‌توان در مارگارین، روغن نیمه جامد، غذاهای سـرخ شـده و محصولات پخته شده مانند کراکر، بیسکویت و کیک و دونات یافت.

غذاهای خیابانی و رستورانی پخته و سرخ شده اغلب حاوی چربی ترانس تولید شـده صنعتی هستند. چربی ترانس همچنین می‌تواند به طور طبیعی در گوشـت و غذاهای لبنی حیوانات نشخوارکننده (مانند گاو، گوسفند، بز) یافت شـود. چربی‌های ترانس تولید شده در صنعت را می‌توان حذف کرد و با چربی‌ها یا روغن‌های سالم‌تر بدون تغییر هزینه، طعم یا در دسترس بودن غذا جایگزین کرد.

توصیه WHO (سازمان جهانی بهداشت) برای بزرگسالان این است که مصرف چربی ترانس را به کمتر از ۱ درصد کل انرژی دریافتی محدود کنند که برای یک رژیم غذایی ۲۰۰۰ کالری کمتر از ۲.۲ گرم در روز است.

برای حفظ سـلامت خود و خانواده خـود از مصرف روغن نیمه جامد و حیوانـی خودداری کنید. هنگام خرید مواد غذایی صنعتی به برچسـب آن ماده توجه کنید اگر میزان اسـید چرب ترانـس آن قرمز رنگ بود از خرید آن خودداری کنید. همچنین مصرف غذاهای سـرخ شده و فست فود را به حداقل برسـانید و با صرف کمی وقت با مواد غذایی سـالمی که خریداری می‌کنید یک غذای سالم در خانه برای خود و اعضای خانواده درست کنید.

معاون بهداشت وزارت بهداشت:

شیوع دیابت در کشور به ۱۴ درصد رسیده است

معاون بهداشـت وزارت بهداشت با بیان اینکه شـیوع دیابت در کشـور به ۱۴ درصد جمعیت کشور رسیده است، گفت: در حال حاضـر حدود ۸ میلیون نفر در کشور مبتلا به دیابت هستند.

به گزارش مهر، علیرضا رییسـی در آیین تکریم و معارفه رییس و سرپرست دانشـگاه علوم پزشـکی فسـا در تالار شـهدا و مدافعان سـلامت بیمارستان امام حسـین (ع) فسا، با تاکید بر اینکه حتی بیماری‌های ارثی را قبل از آسیب رساندن به قلب و کلیه می‌توان شناسایی و کنتـرل کـرد، گفت: آموزش سـبک درسـت زندگـی به مـردم و هدایت به سـمت پیشگیری از بیماری‌ها و زندگی سالم قطعاً می‌تواند راهگشا باشد.

وی با اشـاره به تاریخچه درخشان شهرستان فسا در حوزه بهداشت از قبل از انقلاب تاکنون افزود: خیلی از کارهای حـوزه بهداشـت در کشـور از جملـه تاسـیس شـبکه بهداشـت و درمان در این شهرستان شروع شده و فسا همواره یکی از شهرهای پیشرو بوده است.

معاون وزیر بهداشت وضعیت نظام سـلامت را نامناسـب و پرداختـی از جیب بیمـاران را بالا دانسـت و گفت: بودجـه کشـور دارای محدودیت‌هایی اسـت بنابراین نیاز به مدیریت منابع و سـاماندهی نظام سـلامت داریم. اضافه شـدن امکانـات درمانـی در مناطـق مختلف مهم است اما باید قبل از آن، بر پیشگیری از بیماری‌ها تمرکز کرده و بار بیماری‌ها را کاهش دهیم.

رییسی‌باتاکیدبراهمیت‌سرمایه‌گذاری در سـطح یک خدمات و پیشـگیری از بیماری‌هـا بـا مراقبت‌های بهداشـتی، یادآور شد: یکی از وظایفی که در قانون برنامه هفتم توسـعه بر عهـده دولت و وزارت بهداشـت گذاشـته شده، اجرای برنامه پزشـک خانواده به عنوان یکی از راه‌های سـاماندهی نظام سلامت است که البته سالهاست در استان‌های فارس و مازندران شـروع شده اما فقط محدود به سطح یک خدمات است.

وی ادامـه داد: تا زمانـی که برنامه پزشـکی خانواده در سـطوح دو و سـه خدمات، اجرایی نشـود قطعـاً پویایی و اثربخشـی لازم را ندارد. این برنامه باید به درسـتی با توسـعه زیرساخت شبکه بهداشت کشـور و فراهم کردن الزامات آن اجرایی شود.

معاون بهداشـت وزارت بهداشـت کمـک و حمایت دولت، مجلس و مردم را در اجـرای برنامه‌های حوزه سـلامت به ویژه برنامه پزشـکی خانواده ضروری دانسـت و گفت: با شـناختی که از فسا داریـم این شهرسـتان می‌تواند یکی از شهرسـتان‌هایی باشـد که ایـن الگو را کامل کند و یکـی از اولین و بهترین‌ها در اجرای کامل و دقیق پزشکی خانواده در دولت چهاردهم باشد.

رییسی با بیان اینکه کیفیت خدمات به معنی رضایت داشـتن مشتری است، افزود: باید رضایت و مشـتری را درست تعریف کنیـم؛ رضایت باید بـرای ارائه دهنده و گیرنـده خدمات ارزش افزوده به همراه داشته باشـد و بیمار در زمان مراجعه به پزشک و مراقب سلامت باید بسـته خدمتی خوب و مناسب دریافت کند همیشـه رضایت مشتری از مسیر رضایت ارائه کننـده خدمات می‌گذرد. اگر ارائه دهنده خدمات را راضی کردیم مراجعـه کنندگان ما نیز راضی خواهند بود بنابراین بـرای افزایش کیفیت باید رضایت کارکنان نظام سـلامت را جلب کنیم.

فایده مهم پیاده‌روی بعد از صرف غذا

پیـاده‌روی بعد از غذا باعث تحریک حرکت روده‌ها می‌شـود که می‌تواند نفخ و بازگشـت اسـید معده به مـری (ترش‌کردن) را کاهش دهـد و احتمالا از دیابت نوع ۲ جلوگیری کند.

بـه گـزارش ایسـنا، دکتـر «کریسـتوفر دامن»، متخصص دستگاه گوارش و استادیار دانشکده پزشکی دانشگاه واشـینگتن می گوید تحقیقات نشان می‌دهد کـه پیاده‌روی در حدود یک سـاعت بعد از صرف غذا، می‌تواند به تنظیم سـطح قند خون کمک و از افزایش قنـد خون که در طـول زمان می‌تواند بـه مقاومت به انسولین و دیابت منجر شود، جلوگیری کند.

او می‌افزاید برخی تحقیقات نشان داده‌اند که حتی پنج دقیقـه افزایش ضربان قلب ـ مانند یک پیاده‌روی کوتاه در محله یا انجام دادن برخی تمرین‌های پرشی ـ برای جلوگیری از افزایـش قند خون پس از غذا کافی است.

به گزارش اکسیوس، خوردن غذاهای کامل و غنی از فیبـر نیز می‌تواند به تنظیم سـطح قند خون کمک کند. امـا این غذاهـا در عین حال نفخ زیـادی ایجاد می‌کنند. این موضوع باعث می‌شـود پیـاده‌روی برای برطرف کردن نفخ دسـتگاه هاضمه اهمیت بیشـتری پیدا کند.

خبر پزشکی

از پرخوری و در هم خوری در شب یلدا بپرهیزید

سرپرسـت مدیریت طب ایرانی و مکمل دانشـگاه علوم پزشکی مشهد اظهار کرد: از نظر رفتارهای تغذیه ای برای همه افراد (چه پیر و چه جوان و چه بیمار و چه سـالم) توصیه می شود در شب یلدا در مجموع مواد غذایی سـبک و کـم حجم میل کننـد و از پرخوری و درهم خـوری تا حد امکان پرهیز کنند.

به گزارش بهداشـت نیـوز، دکتـر محمدرضامهری با اشـاره به اینکه مهم‌ترین دلیلی که برای برگزاری آئین شـب یلدا وجود داشـته، انجام صله ارحام، دورهمی با خویشـاوندان، دوسـتان و بزرگترهای فامیل است که در ارتقاء سطح روانی اجتماعی جامعه می تواند مؤثر باشد، خاطر نشان کرد: در این میان باید مراقب بود که با پرخوری و مصرف مواد غذایی نامناسب دچار مشکلات گوارشی و جسمی نشویم.

وی تصریح کرد:در شـب یلدا برخی رفتارهای تغذیه ای که باید مراقب آنها باشـیم و بعضی از مواد غذایی هسـتند که بـرای گروههای خاص باید با احتیاط مصرف شود.

دکتر مهری با اشـاره به اینکه از نظر نوع مواد غذایی در شب یلدا چند توصیه قابل ذکر وجوددارد، بیان کرد: یکی از میوه هایی که معمولاً در سفره شب یلدا وجود دارد هندوانه است.با توجه به طبیعت سرد این میوه و اینکه این میوه درحقیقت میوه فصل زمستانی نیست، بهتر است در افراد سردمزاج مصرف نشود و یا به مقدار اندک تناول شود.

وی گفت:اسـتفاده از سـایر میوه های با مزاج سـرد، مثل پرتقال و انار ترش و ...هم در سـرد مزاجها بهتر اسـت با احتیاط و به مقدار کم باشـد و در بیمارانی که فشـارخون بالا دارند، هم استفاده از آجیل شور اصلاً توصیه نمی شود.

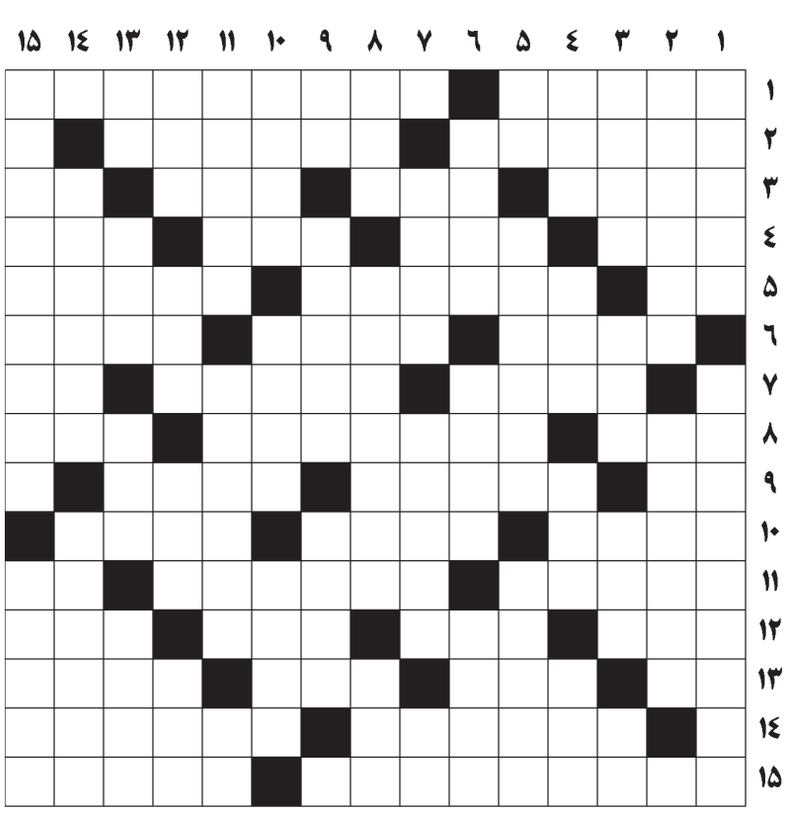
سرپرسـت مدیریت طب ایرانی و مکمل دانشگاه علوم پزشکی مشهد با بیان اینکه اما مواد غذایی که مصرف آنها در حد اعتدال در این شب مناسب اسـت، شـامل مغزیجات، نخودچی و کشمش، انجیر خشک و مغز تخمه ها اسـت، گفت:از جمله میوه های مناسب این شب هم میتوان به انار شیرین، سیب و مرکبات شیرین اشاره کرد. مصرف شلغم و لبو هم مناسب است.

وی اظهار کرد:استفاده از دمنوش‌های لذیذی مانند به لیمو، بادرنجبویه یا چای زعفرانی هم در کنار صحبت دوستان و آشنایان در این شب طولانی میتواند نشاط آور باشد.

دکتر مهری خاطر نشان کرد:در پایان خوب است حواسمان به این باشد کـه با طولانی کردن غیرضروری همنشـینیها باعث به هـم خوردن تعادل خواب و بیداری در افراد حساس نشویم.

جدول

۷۶۳۷



افقی

۱-ناز بالش- کتابی نوشته محمد علی جمالزاده ۲-در فیلم ببینید -میوه‌یی از نوع مرکبات۳-دانایش بلندت می کند - بازگشـت- نماز بموقع - بیماری ۴-بدون معطلی - آهن و پولاد - کوههای بلند اروپا - رنج و درد ۵-مفعول بی واسطه - بعضیها با جیب خالـی نیز آن را دارند - صاحب هنر ۶-بده بسـتان - چرخ رسـن تابی - تاخت و تاز ۷-سـبیل و موی پشت لب- اگر نباشد روشن کردن خودرو با اشکال مواجه میشـود - حرف دهن کجـی ۸-از احادیث معروف- کشوری در اروپا - نوعی بالاپوش۹-گویش زیـادی - تجربـه و آزمایش- از درختان پرشـاخ و برگ۱۰-با نقش نشیند - به شب رساندن - ارمغان خوشبوی قمصر ۱۱-زیردست استاد بنا - نام قدیم هندوسـتان - کمتریـن وقت۱۲-گذشـتن - نام مستعار علی اکبر دهخدا - ثمر درختی - چه‌بسیار ۱۳-حرف دهن کجی - بلندی و بالای چیزی - آثار نویسنده - سـرنگون ۱۴-حاصل نوغان داری - سر و ته شـده ۱۵-از کشورهای آسیای میانه - کشنده ترین زهر

عمودی

۱-از روی ناچـاری - عالـم به علم اقتصاد ۲-با اسـم و رسـم - مشـغولیت ۳-خطرناکترین بمب- از بیماریهای واگیر - نیشـتر - برجسـتگی ته لاسـتیک ۴-از سیاست جدا نیست- سرپرست خانواده - رود سرحدی - خدای من ۵-آخرین نازی - با قابلیت- آماده و مهیا کردن ۶-برخوردار شدن - تهور و بی پروایی - نم پس نمی دهد ۷-نشانه‌های خداوندی - پایتخت بوتان - پراکندگی ۸-دانش و فرهنگ- دارای دانشنامه - بیهوشی ۹-حرف جمع - ماه رومی - قبول خواهش۱۰-دریاچه یی در آسیای میانه - گرگ تازی - از گل های بهاری ۱۱-کنایه از تیز رفتار - اثر باقی از کسی - نفس بلند ۱۲-خبر به تازی - ناچیز - اسباب کار - مته ۱۳-امر به آمدن - میوه خورشتی - نوعی بالاپوش- شعر و سخن ۱۴-حتما زیبا هم هست که چنینش خوانند -از گیاهان خوشبوی دارویی با گلهای زیبا ۱۵-از سلسله‌های ایران باستان - تربیت او را چون گردکان بر گنبد است

حل جدول شماره قبل

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

آگهی قانون تعیین تکلیف اراضی وساختمانهای فاقد سند رسمی شهرستان خرم آباد–سری (۴۳۵) جمعی

نظر به دستور مواد ۱ و ۳ قـانون تعیـین تکلیـف وضـعیت اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی، املاک متقاضیانی که در هیات موضوع ماده یـک قـانون مـذکور مسـتقر در واحد ثبتی خرم آباد مورد رسیدگی و تصرفات مالکانـه و بلا معارض آنان محرز و رای لازم صـادر گردیـده جهـت اطلاع عموم به شرح ذیل در دو نوبت آگهی می‌گـردد. در صورتی که هرکس نسبت بـه صـدور سـند مالکیـت بنـام متقاضیان اعتراض داشته باشد می توانـد از تـاریخ انتشـار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را کتباً بـه اداره ثبت اسناد واملاک محل تسلیم وپس از اخذ رسـید ظـرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خودرا بـه مراجع محترم قضایی تقدیم وگواهی تقدیم دادخواسـت را به اداره ثبت محل تحویل نماید، در صورتی کـه اعتـراض در مهلت قانونی واصل نگردد یا معتـرض گـواهی تقـدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل ارائه نکنـد اداره ثبـت مبادرت به صدور سند مالکیت مـی‌نمایـد و صـدور سـند مالکیت مانع از مراجعه متضرر به دادگاه نیست.

۱ – تقاضای «آقـای علـی محمـد رسـتمی نـژاد» فرزنـد «شیرمحمد» نسبت به «ششدانگ یکباب ساختمان» بمساحت «۲۲٤,۸٦» مترمربع مجزی شـده از پـلاک شـماره «٤۳۹۸» فرعی از «٤۲» اصلی واقع در بخش «۲» خروجی از مالکیت مالک اولیه «اسد بهاروند»

۲– تقاضای «خانم سرور بیرانوند» فرزند «حسین» نسبت به «ششدانگ یکباب سـاختمان» بمسـاحت «٦۹,٥۲» مترمربـع مجزی شده از پلاک شماره «۱۰۰٤۳» فرعی از «۳» اصـلی واقـع در بخـش «٤» خروجـی از مالکیـت مالـک اولیـه «رضاقلی فرهمند»

۳– تقاضای «آقـای محمدحسـن بـارانی بیرانونـد» فرزنـد «خیرعلی» نسبت به «ششدانگ زمین مزروعـی» بمسـاحت «۲۲٥۳,٥٤» مترمربع مجزی شده از پلاک شماره «٦۳» فرعی از «۳۲» اصلی واقـع در بخـش «٥» خروجـی از مالکیـت مالک اولیه « خود متقاضی»

٤ – تقاضای «آقای نصرالله پاپی» فرزند «علی جعفر» نسبت به «ششدانگ زمین مزروعی» بمساحت «۹٤۰۲,٥۳» مترمربع مجزی شده از پلاک شـماره «۳۷» فرعـی از «۲۷۹» اصـلی واقع در بخـش «۱۰» خروجـی از مالکیـت مالـک اولیـه «نورعلی چراغی»

٥ – تقاضای «آقای نصرالله پاپی» فرزند «علی جعفر» نسبت بـه «ششـدانگ زمـین مزروعـی» بمسـاحت «۱۳٥۰۰,۳۳» مترمربع مجزی شده از پلاک شماره «۳٦» فرعـی از «۲۷۹» اصلی واقع در بخش «۱۰» خروجی از مالکیت مالک اولیه «نورعلی چراغی»

٦– تقاضای «خانم شهلا اناری» فرزند «احمـد» نسـبت بـه «ششدانگ زمین مزروعی» بمسـاحت «۳٥۰۰,۰۸» مترمربـع مجزی شده از پلاک شـماره «۱۰٥٦» فرعـی از «۷» اصـلی واقع در بخش «۲» خروجی از مالکیت مالک اولیه «احمـد عباسی»

۷ – تقاضـای «آقـای صـحبت میـر دریکونـد» فرزنـد «برارخاص» نسبت به «ششدانگ زمین مزروعی» بمسـاحت «۲۸۳۳,۷٥» مترمربع مجزی شـده از پـلاک شـماره «۱۷۰» فرعـی از «۱٥» اصـلی واقـع در بخـش «۲» خروجـی از مالکیـت مالـک اولیـه «براخـاص میردریکونـد»

۸ – تقاضای «آقای محمد مرادی» فرزند «عیدی» نسبت بـه «ششـدانگ زمـین محصـور بابنـای احـداثی» بمسـاحت «۱۲۸,٤۳» مترمربع مجزی شده از پلاک شماره «۸» فرعی از «۸۹» اصلی واقع در بخش «۱» خروجی از مالکیت مالـک اولیه «علی حسین قاسم یگانه و شمس الدین گوشه»

۹ – تقاضـای «آقـای جهـانگیر یزدانـی مطلـق» فرزنـد «صیدجعفر» نسبت به «ششدانگ یکباب دکـان» بمسـاحت «۲۰,۳۸» مترمربع مجزی شده از پلاک شماره «۱۳» فرعی از «٥۳٦» اصلی واقع در بخش «۱» خروجی از مالکیت مالک اولیه «جعفر یزدانی مطلق»

۱۰– تقاضای «اقای مرتضی قاسمی نصـر» فرزنـد «حیـدر بیک» نسبت به «یک سهم از هشت سهم مشاع از ششدانگ زمین مزروعی»و «آقای رضا قاسمی نصر » فرزنـد «حیـدر بیک» نسبت به «یک سهم از هشت سهم مشاع از ششدانگ زمین مزروعی »و «آقای علیرضا پاپی » فرزند «حیـدربیک» نسبت به «یک سهم از هشت سهم مشاع از ششدانگ زمین مزروعی »و «خانم کوکب پاپی» فرزند «رسول» نسـبت بـه «یک سهم از هشت سهم مشاع از ششدانگ زمین مزروعـی »بمساحت «٦۷۰۷,۸٦» مترمربع مجزی شده از پلاک شماره «۱۲٤» فرعی از «۸۰» اصلی واقع در بخش «۹» خروجی از مالکیت مالک اولیه «حیدر بگ پاپی»

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱٤۰۳/۹/۱۲
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱٤۰۳/۹/۲۷

۱۸۳۷۷۱٤.م.الف/۱۳٥٥–ش **صیدآقا نجفوند دریکوندی**
رییس اداره ثبت اسناد و املاک خرم آباد

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

برابر رای شماره ۱٤۰۳٦۰۳۱۲۰۰۸۰۰٥۱۰۳ تـاریخ ۱٤۰۳/۷/۲۱ هیـات موضـوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر درواحد ثبتی شهرستان اق قلا پرونده کلاسه ۱٤۰۳۱۱٤٤۱۲۰۰۸۰۰۰۱۲۹ تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی اقای یوسف فامیلی دوگونچی فرزند عبدالرحیم بـه شماره شناسنامه ۲۰٦ کد ملی ٤۹۷۹٦۹۳٤٥۸ صادره ازاق قـلا درششـدانگ یـک قطعه زمین مزروعی به مساحت۳۰۰۳۰,۱۹ مترمربع مفروز ومجـزی شـده جزیـی ازپلاک ثبتی شماره ۲ اصلی واقع دراراضی قریه دوگونچی بخش ٦ حـوزه ثبتـی ملک شهرستان اق قلا تایید گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱٥ روز اگهی میشود در صورتی که ا شخاصـی کـه نسـبت بـه صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند میتوانند از تـاریخ انتشـاراولین اگهی به مدت دوماه اعتراض خود را به این اداره تسـلیم و پـس از اخـذ رسـید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نماید بدیهی است درصورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادرخواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول دوشنبه ۱٤۰۳/۹/۱۲
تاریخ انتشار نوبت دوم سه شنبه۲۷ /۱٤۰۳/۹

۱۳٤۹/۰۳–ش **مهنازجهانفر رییس اداره ثبت اسناد واملاک اق قلا**