خبرها از عالم علم

فعالیت بدنی در نوجوانی؛ سپری در برابر افسردگی

یک مطالعه طولی بلندمدت نشان می‌دهد نوجوانانی که سطح فعالیت بدنی خود را حفظ کرده یا افزایش می‌دهند، کمتر در معرض ابتلا به علائم افسردگی قرار می‌گیرند.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از neurosciencenews، یک مطالعه طولی بلندمدت نشان می‌دهد نوجوانانی که سطح فعالیت بدنی خود را حفظ کرده یا افزایش می‌دهند، کمتر در معرض ابتلا به علائم افسردگی قرار می‌گیرند. پژوهشگران در این تحقیق، ۸۷۳ شرکت‌کننده را از سن ۶ تا ۱۸ سالگی پیگیری کردند. سطح فعالیت آن‌ها با شتاب‌سنج (accelerometer) اندازه‌گیری شد و سلامت روان آن‌ها از طریق مصاحبه‌های بالینی مورد بررسی قرار گرفت.

◆ یافته‌های کلیدی:

اثر محافظتی در اواخر نوجوانی: افزایش فعالیت بدنی در بازه سنی ۱۴ تا ۱۸ سال، خطر بروز علائم افسردگی را کاهش می‌دهد.

رابطه دوطرفه: نوجوانانی که بین سنین ۱۰ تا ۱۶ سال علائم افسردگی بیشتری داشتند، با گذشت زمان کم‌تحرک‌تر شدند.

بی‌اثر بودن نشستن زیاد: زمانی که افراد به صورت نشسته یا غیرفعال سپری می‌کنند، ارتباط مشخصی با خطر افسردگی نشان نداد.

◆ فعالیت بدنی در برابر افسردگی

«نوجوانانی که با گذشت زمان، فعالیت بدنی کمتری دارند، در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به علائم افسردگی قرار دارند.»این را پروفسور سیل‌یه استینسبک (Silje Steinsbekk) از دپارتمان روان‌شناسی دانشگاه NTNU در نروژ می‌گوید.

او ادامه می‌دهد:«این یافته برای نوجوانان ۱۴ تا ۱۶ ساله و همچنین ۱۶ تا ۱۸ ساله صادق بود. هم مجموع فعالیت بدنی روزانه و هم میزان فعالیت شدیدتر – که از نظر سلامتی بسیار مهم است –اثر محافظتی در برابر علائم افسردگی داشت.»

◆ مطالعه‌ای بزرگ و طولی

این نتایج از داده‌های به‌دست‌آمده در مطالعه بلندمدت «Trondheim Early Secure Study» حاصل شده است. در این مطالعه، کودکان و نوجوانان هر دو سال یک‌بار مورد بررسی قرار گرفتند و فعالیت فیزیکی آن‌ها به‌مدت ۷ روز با استفاده از شتاب‌سنج ثبت شد.

سلامت روان افراد نیز از طریق مصاحبه‌های بالینی دقیق ارزیابی شد.داده‌ها از ۸۷۳ شرکت‌کننده جمع‌آوری شده و شامل ۷ مرحله سنی (۶، ۸، ۱۰، ۱۲، ۱۴، ۱۶، و ۱۸ سال) است.

پروفسور استینسبک می‌گوید:«ما همچنین بررسی کردیم که آیا عواملی مانند باور به توانایی‌های جسمی، تصویر ذهنی از بدن، و شرکت در ورزش می‌تواند بر رابطه میان فعالیت بدنی و افسردگی تأثیر بگذارد یا خیر.»

◆ تأثیر فعالیت بدنی وابسته به سن است

گرچه نتایج نشان می‌دهد فعالیت فیزیکی در نوجوانی می‌تواند در برابر افسردگی نقش محافظتی ایفا کند، اما این موضوع برای سنین پایین‌تر (۱۰ تا ۱۴ سال) صدق نمی‌کند.

زیاد دارچین نخورید؛ داروهایتان بی اثر می‌شود!

تحقیقات جدید نشان می‌دهد که مصرف بیش از حد دارچین ممکن است بر نحوه جذب برخی داروها توسط بدن تأثیر بگذارد.

به گزارش مهر به نقل از واشنگتن پست، این مطالعه به بررسی چگونگی تأثیر دارچین و ترکیبات کلیدی آن بر نحوه پردازش داروها توسط بدن پرداخته است.

در حالی که مقادیر کم دارچین می‌تواند فوایدی برای سلامتی داشته باشد، محققان می‌گویند که استفاده بیش از حد یا در مقادیر زیاد ممکن است منجر به تداخلات دارویی شود.

«بیل گورلی»، محقق ارشد در مرکز ملی تحقیقات محصولات طبیعی دانشگاه می‌سی‌سی‌پی، گفت:«ما می‌دانیم که سینامالدئید پتانسیل فعال کردن این گیرنده‌ها را دارد که می‌تواند خطر تداخلات دارویی را ایجاد کند.»

محققان هضم روغن دارچین و ترکیبات کلیدی آن:سینامالدئید و سینامیک اسید، شبیه‌سازی کردند.

آنها دریافتند که هر دو می‌توانند گیرنده‌های زنوبیوتیک بدن را فعال کنند. اینها حسگرهایی هستند که به کنترل نحوه پردازش داروها توسط بدن کمک می‌کنند. استفاده بیش از حد دارچین می‌تواند باعث شود بدن برخی از داروها را خیلی سریع دفع کند و آنها را کمتر مؤثر کند.

این مطالعه دقیقاً نگفته است که چه مقدار دارچین زیاد است، اما محققان هشدار داده‌اند که اشکال غلیظ دارچین، مانند مکمل‌ها، خطر بیشتری دارند. آنها به بیماران توصیه می‌کنند قبل از استفاده از مکمل‌های دارچین یا سایر محصولات مشابه با پزشک خود مشورت کنند.

دارچین در سال‌های اخیر، به ویژه در بین افراد مبتلا به دیابت نوع ۲، محبوبیت بیشتری پیدا کرده است.

در واقع، یک گزارش مربوط به سال ۲۰۲۴ پیش‌بینی می‌کند که بازار جهانی دارچین بین سال‌های ۲۰۲۴ تا ۲۰۲۸، ۴۱۲.۹ میلیون دلار رشد خواهد کرد که بخشی از آن به دلیل استفاده از آن در محصولات بهداشتی و دارویی است.

مطالعات بیشتری برای درک کامل چگونگی تداخل دارچین با داروها مورد نیاز است.

گورلی گفت:«این چیزی است که می‌تواند اتفاق بیفتد، اما تا زمانی که یک مطالعه بالینی انجام ندهیم، دقیقاً نمی‌دانیم چه اتفاقی خواهد افتاد.»

مرگ و میر کودکان بر اثر آنفلوانزا در آمریکا رکورد زد

بر اساس گزارش جدید فدرال، تعداد کودکان آمریکایی که در این فصل بر اثر آنفلوانزا جان خود را از دست داده‌اند، از زمان همه‌گیری آنفلوانزا خوکی در سال ۲۰۰۹ تاکنون، بیشتر از هر سال دیگری بوده است.

به گزارش مهر به نقل از مدیسن نت، تاکنون، ۲۱۶ مورد مرگ و میر کودکان به مراکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌های ایالات متحده گزارش شده است. این رقم در حال حاضر بیشتر از ۲۰۷ مورد گزارش شده در سال گذشته است و کارشناسان انتظار دارند که تعداد نهایی بیشتر باشد.

دکتر «شأن اولیری» از آکادمی اطفال آمریکا گفت:«این عددی که اکنون داریم تقریباً کمتر از تعداد واقعی است و وقتی فصل آنفلوانزا اعلام شود و تمام داده‌ها جمع‌آوری شوند، مطمئناً افزایش خواهد یافت.»

کارشناسان گمان می‌کنند یکی از دلایل این تلفات شدید، کاهش میزان واکسیناسیون آنفلوانزا در بین کودکان است. در این فصل، تنها ۴۹ درصد از کودکان واکسینه شده‌اند که نسبت به ۶۴ درصد پنج سال پیش کاهش یافته است.

اولیری افزود:«در حالی که واکسن‌های آنفلوانزا همیشه از علائم جلوگیری نمی‌کنند، اما در جلوگیری از بستری شدن در بیمارستان و مرگ و میر بسیار مؤثر هستند. با این حال، این فصل برای همه گروه‌های سنی سخت بوده است. مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها تخمین می‌زند که حداقل ۴۷ میلیون نفر بیمار شده‌اند که تاکنون ۶۱۰ هزار نفر در بیمارستان بستری شده‌اند و ۲۶ هزار نفر جان خود را از دست داده‌اند.

از ۵۲۰۰ بزرگسال بستری شده به دلیل آنفلوانزا در این فصل، ۹۵ درصد آنها دارای بیماری زمینه‌ای بوده‌اند. اما تنها حدود نیمی از ۲۰۰۰ کودک بستری شده، بیماری‌هایی مانند آسم یا چاقی داشته‌اند.

مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها اعلام نکرده است که چند کودک فوت شده واکسینه شده‌اند.

به گفته کارشناسان، برخلاف برخی سال‌ها، در این فصل شاهد شیوع گسترده دو سویه مختلف آنفلوانزا بودیم: H۱N۱ و H۳N۲. با این حال، داده‌های اولیه نشان داد که واکسن آنفلوانزا برای جلوگیری از بیماری‌های جدی به خوبی عمل کرده است.

مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها توصیه می‌کند که همه افراد ۶ ماه به بالا هر سال واکسن آنفلوانزا بزنند.

کارشناسان می‌گویند به دلایل زیادی، کودکان کمتری واکسینه می‌شوند. برخی از خانواده‌ها به دلیل اطلاعات نادرست در مورد واکسن مردد هستند. برخی دیگر ممکن است با مشکلات دسترسی مواجه شوند: بسیاری از مطب‌های اطفال با کمبود واکسن مواجه هستند و برخی از داروخانه‌ها کودکان را واکسینه نمی‌کنند. اولیری گفت: «امید من این است که این فصل زنگ خطری برای مردم باشد که ما واقعاً باید فرزندان خود را در برابر آنفلوانزا واکسینه کنیم.»

خبر پزشکی

آیا یک فنجان چای داغ می‌تواند کلید کاهش وزن شما باشد؟

برخی از چای ها مانند سبز، سیاه، نعناع فلفلی و اولانگ، ممکن است به لطف آنتی اکسیدان هایی که متابولیسم را تقویت کرده و به هضم غذا کمک می کنند، از کاهش وزن حمایت کنند.

به گزارش عصر ایران، افرادی که به طور منظم چای گرم می نوشند ممکن است دور کمر و شاخص توده بدنی (بی ام آی) پایین تری داشته باشند، اما سایر عادات سبک زندگی نیز نقش دارند.

◆ چای سبز

چای سبز منبع غنی کاتچین ها، آنتی اکسیدان هایی است که به تجزیهچربی در بدن کمک می‌کنند. مطالعات نشان می‌دهند که مصرف عصاره چای سبز می تواند میزان متابولیسم و فرآیند چربی سوزی، به ویژه چربی شکم، را افزایش دهد. چای سبز به طور طبیعی حاوی کافئین است که متابولیسم و استفاده بدن از چربی به عنوان انرژی را تقویت می کند.

◆ چای سیاه

چای سیاه حاوی پلی فنول ها، ترکیبات گیاهی است که ممکن است در جلوگیری از چاقی مؤثرتر از ترکیبات موجود در چای سبز باشند. این چای تحت یک فرآیند تخمیر قرار می گیرد که سطح فلاونوئیدها (نوع دیگری از آنتی اکسیدان) را افزایش می دهد و ممکن است با افزایش متابولیسم به کاهش وزن و چربی‌سوزی کمک کند.

افزون بر این، چای سیاه معمولاً حاوی کافئین بیشتری نسبت به دیگر انواع چای است که می تواند از طریق افزایش مصرف انرژی به کاهش وزن کمک کند.

◆ چای زنجبیل

نوشیدن چای زنجبیل با افزایش میزان متابولیسم بدن و افزایش کالری سوزانده شده، به کاهش وزن کمک می‌کند. افزون بر این، مصرف منظم مکمل های زنجبیل می تواند به کاهش وزن کلی بدن کمک کند.

زنجبیل همچنین با حمایت از تحرک دستگاه گوارش (سرعتی که غذا از دستگاه گوارش شما عبور می کند) به هضم سالم غذا کمک می کند. نوشیدن چای زنجبیل پیش یا در حین غذا ممکن است از مشکلات گوارشی مانند سوزش سر دل و سوء هاضمه محافظت کند.

◆ چای نعناع فلفلی

آنتی اکسیدان ها و منتول موجود در چای نعناع فلفلی با تسکین اسپاسم های عضلانی در دستگاه گوارش، کاهش درد معده و بهبود هضم غذا از سلامت دستگاه گوارش حمایت می‌کنند.

از آنجایی که نعناع فلفلی می تواند نفخ را نیز کاهش دهد، ممکن است پس از نوشیدن این چای، به طور موقت شکم صاف تری را مشاهده کنید، که می تواند به ایجاد انگیزه برای دیگر عادات مدیریت وزن کمک کند.

◆ چای سفید

چای سفید که سرشار از آنتی اکسیدان است، ممکن است به مدیریت وزن کمک کند. مطالعات اولیه نشان می دهند که نوشیدن منظم چای سفید می تواند به جلوگیری از چاقی و حمایت از تلاش های کاهش وزن کمک کند.

در حالی که به شواهد بیشتری نیاز است، تحقیقات مقدماتی نشان می دهد که چای سفید ممکن است با تأثیر مثبت بر سطح کلسترول خون، التهاب و عدم تعادل هورمونی، به کاهش وزن در افراد چاق کمک کند.

اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک دماوند
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سندرسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۴۶۰۳۰۱۰۵۸۰۰۱۵۸۳ مورخ ۱۴۰۴/۰۲/۰۱ هیات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحدثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم فاطمه اخروی فرزند محسن بشماره شناسنامه ۰۴۴۰۵۹۲۷۵۵ صادره از تهران به شماره ملی ۰۴۴۰۵۹۲۷۵۵ در ششدانگ یک قطعه زمین مشجر با بنا و محصور به مساحت ۲۱۰۰/۳ مترمربع در قسمتی از پلاک ۱۴ فرعی از ۶۰ اصلی واقع در اوره از محل مالکیت رسمی مشاعی شخص متقاضی محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود درصورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دوماه اعتراض خودرا به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشارنوبت اول: ۱۴۰۴/۰۲/۱۵
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۲/۳۰
م/الف ۱۹۴/۱۸۵–ش **رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – امیرتفرقی**

اداره ثبت اسناد واملاک حوزه ثبت ملک دماوند
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سندرسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۴۶۰۳۰۱۰۵۸۰۰۱۶۱۲ مورخ ۱۴۰۴/۰۲/۰۱ هیات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم سهیلا خندان فرزند مرتضی بشماره شناسنامه ۵۱۴ صادره از تجریش به شماره ملی ۰۴۵۲۳۷۶۸۵۸ درششدانگ یک قطعه زمین مشجر با بنا و محصور به مساحت ۲۰۵۳/۵ مترمربع در قسمتی از پلاک ۱۴ فرعی از ۶۰ اصلی واقع در اوره از محل مالکیت رسمی مشاعی شخص متقاضی محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب دردونوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود درصورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند ازتاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دوماه اعتراض خودرا به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۲/۱۵
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۲/۳۰
م/الف ۱۹۵/۱۸۶–ش **رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – امیرتفرقی**

اداره ثبت اسناد واملاک حوزه ثبت ملک دماوند
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سندرسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۴۶۰۳۰۱۰۵۸۰۰۱۶۲۸ مورخ ۱۴۰۴/۰۲/۰۱ هیات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم فرزانه نعمتی فرزند حسن بشماره شناسنامه ۲۰ صادره از دماوند به شماره ملی ۰۴۳۹۸۷۱۴۵۱ در ششدانگ یک قطعه زمین محصور با بادیوار به مساحت ۳۰۴۹ مترمربع در قسمتی از پلاک ۶ فرعی از ۷۰ اصلی واقع در شلمبه خریداری مع الواسطه از مالک رسمی خانم رحمت برجی محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود درصورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دوماه اعتراض خودرا به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خودرا مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشارنوبت اول: ۱۴۰۴/۰۲/۱۵
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۲/۳۰
م/الف۱۹۶/۱۸۷–ش **رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – امیرتفرقی**

آگهی فقدان سند مالکیت پلاک ۱۳۵ فرعی از ۱۰۳ اصلی

نظربراینکه آقای داودامیری برابر وکالتنامه ۳۴۹۹۰ مورخ ۱۴۰۴/۰۲/۰۳ دفترخانه ۱۱۳۰ تهران از جانب مالک علی دلداری اعلام نموده سند مالکیت پلاک ۱۳۵ فرعی از ۱۰۳ اصلی به علت جابجایی مفقود شده است و نامبرده با ارایه دوبرگ استشهادیه شهود به شماره یکتا ۰۰۰۰۲۹ و رمز تصدیق ۵۸۵۵۴۵ خواهان صدور سند مالکیت المثنی پلاک مذکور است لذا مراتب در اجرای ماده ۱۲۰ آئین نامه قانون ثبت به شرح زیر آگهی می گردد:

۱– نام و نام خانوادگی مالک: علی دلداری
۲– پلاک ۱۳۵ فرعی از ۱۰۳ اصلی واقع درمرا جزحوزه ثبتی شهر دماوند
۳– خلاصه وضعیت مالکیت: به استناد سند انتقال ۲۳۴۴۴ مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۱۳ دفترخانه ۱۲۵۰ تهران مقدار ۳۳ سهم از ۶۱۳ سهم پلاک مذکور به نام علی دلداری به شماره چاپی سند ۳۰۱۸۳۰ ثبت و صادر شده است و دررهن بازداشت نیست
۴– لذا با توجه با اعلام فقدان سند مالکیت ملک فوق الذکر و درخواست صدور سند مالکیت المثنی آن مراتب اعلام تا هرکس نسبت به ملک مورد آگهی معامله کرده که در قسمت چهارم این آگهی ذکر نشده یا مدعی وجود آن نزد خود میباشد ظرف ده روز پس از انتشار آگهی به ثبت محل مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا سند معامله تسلیم نماید و اگر ظرف مهلت مقرر اعتراض نرسد و یا در صورت اعتراض اصل سند مالکیت یا سند معامله ارائه نشود اداره ثبت اسناد و املاک المثنی سند مالکیت را طبق مقررات صادر به متقاضی تسلیم خواهدکرد.

م/الف ۳۰۶/۲۳۸/۱–ش **سرپرست واحد ثبتی حوزه ثبت ملک دماوند – امیر تفرقی**

آگهی فقدان سند مالکیت

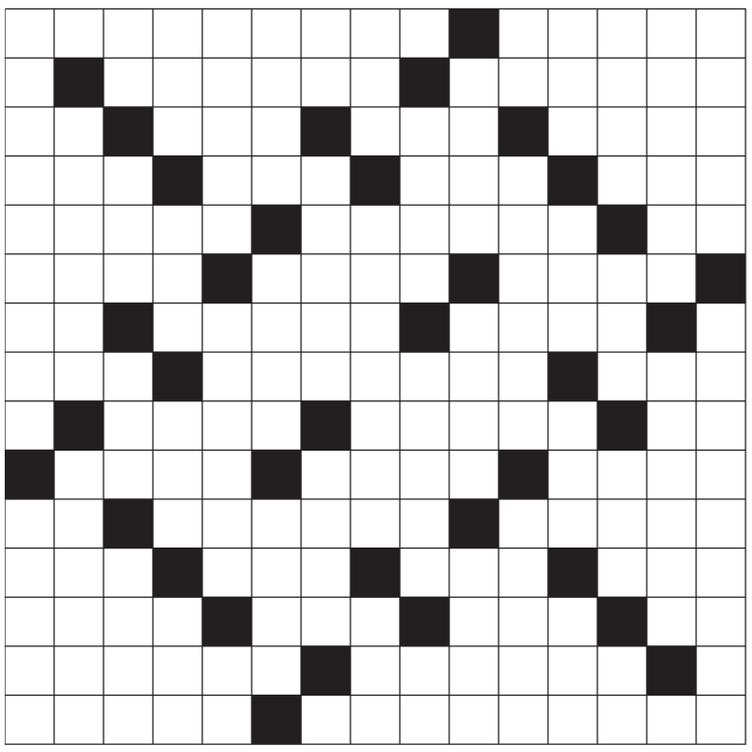
خانم عصمت نیک آبی اصالتاً، با اعلام گم شدن سند مالکیت ملک مورد آگهی با تسلیم استشهادیه گواهی امضاء شده ذیل شماره ۲۲۲۵۹ مورخ ۱۴۰۴/۰۱/۲۶ دفترخانه ۱۶۲۲ تهران طی درخواست وارده شماره ۱۲۷۲ مورخ ۱۴۰۴/۰۱/۲۶ تقاضای صدور المثنی سند مالکیت را نموده اند که مراتب در اجرای ماده ۱۲۰ آیین نامه قانون ثبت به شرح زیر آگهی می گردد: ۱– نام و نام خانوادگی: عصمت نیک آبی مالک شش دانگ ۲– شماره پلاک: ۳۸۶۸/۶ بخش چهار تهران ۳– علت گم شدن: جابجایی ۴– خلاصه وضعیت مالکیت: سند مالکیت ششدانگ یک دستگاه آپارتمان واقع در طبقه همکف بمساحت ۴۹/۰۷ مترمربع قطعه اول تفکیکی به پلاک ۳۸۶۸/۶ (حاصل استانداردسازی باقیمانده ۳۸۶۸/۱) مفروز از پلاک ۱ فرعی از اصلی مذکور واقع در بخش چهار تهران، بانضمام ششدانگ یکباب انباری به مساحت ۹/۱۵ مترمربع قطعه اول تفکیکی واقع در طبقه زیرزمین با قدرالسهم از عرصه و مشاعات طبق قانون تملک آپارتمانها و آیین نامه اجرایی آن، ذیل ثبت ۶۶۶۳۵ صفحه ۳۲۳ دفتر ۱۶۹ با شماره چاپی ۰۰۹۵۴۵۲ بنام آقای محمد تقی حقایق کلیشادی ثبت و سند صادر گردیده است و سپس ششدانگ به موجب سند قطعی ۵۷۱۸۶ مورخ ۹۰/۰۵/۲۲ دفترخانه ۶۰۶ تهران به خانم عصمت نیک آبی (طبق توضیحات مندرج در صفحه ملاحظات شناسنامه نام خانوادگی از نبک آبی به نیک آبی تغییر یافته) انتقال یافته است. محدودیت: ندارد. لذا باتوجه به اعلام فقدان سند مالکیت ملک فوق الذکر و درخواست صدور المثنی آن مراتب اعلام تا هرکس نسبت به ملک مورد آگهی معامله کرده که در قسمت چهارم این آگهی ذکر نشده یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد باید تا ده روز پس از انتشار آگهی به ثبت محل مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارایه اصل سند مالکیت یا سند معامله تسلیم نماید و اگر ظرف مهلت مقرر اعتراض نرسد و یا درصورت اعتراض اصل سند مالکیت یا سند معامله ارایه نشود اداره ثبت المثنی سند مالکیت را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد. نشانی ثبت محل: خیابان شیخ هادی نرسیده به خیابان جمهوری نبش کوچه رجب بیگی پلاک ۳۶۶ اداره ثبت اسناد و املاک مولوی

(شناسه آگهی: ۱۹۳۱۹۰۸)

۱۱۳۵۱.م.الف/۹۴–د **رئیس حوزه ثبت ملک مولوی تهران – الیاس صهبا**

جدول

۷۷۳۰



افقی

۱–سرفراز است– از نوشته‌های ویکتور هوگو ۲–یار قدیم سیراب– کج شده ۳–از لوازم تحریر دانش آموزان ابتدایی – از بیماریهای واگیر – نوعی از درخت صنوبر – یکی از دو جنس ۴–پی‌آمد هوا – آغاز شب– کار کشاورزی – نقاش بزرگ فرانسوی ۵–گل سرخ – نظیر ندارد – تربیت او را چون گردکان بر گنبد است ۶–ترس و واهمه – محل نمای عملیاتورزشی و بازی با حیوانات– جامه بر تن کرده ۷–روترش کرده – الهه مهر و محبت– دودمان ۸–شگفت و عجیب– یکی از نوشابه های قدیمی – گیاه رنگ مو ۹–حرف همراهی – شهر بزرگ خاورمیانه – نان شب مانده ۱۰–هدف تیرانداز – ملحفه – خطرناکترین بمب۱۱–عنوانی برای تره – کار رادار است– نوعی از کاغذ ۱۲–هوش و حافظه – ترس خودرو – نوعی کشت– از رشته‌های ورزشی ۱۳–رودی در اروپا – اصطلاحی در فوتبال – مجلس آمریکایی – جهاز شتر ۱۴–پایتخت آنگولا – محاکمه ۱۵–سراینده ناظر و منظور – کارپیچ

عمودی

۱–مشهور و معروف– از آثار آنوره دوبالزاک۲–گوهر نیشابوری – بازی هنرمندانه ۳–مهتابی – همراه برق آسمانی – نیشتر – تنبل و بیکاره ۴–اثر زخم – دندان نیش– از رودهای شمال کشور – همسر زن ۵–مفعول بی واسطه – یکی از نواحی استان گیلان – باب را جمع کنید ۶–عنوانی برای رنگین کمان – تسمه و دوال – الهه عقل و هنر ۷–پایبند و گرفتار – مرده ریگ– از آلات موسیقی ۸–گیاه تاجریزی – مخترع چرخ خیاطی – بالای قوزک۹–پوستین – دنیا و آخرت– فراخی روزی ۱۰–گاهی از روزگار برآرند – یار خاموش– برقرار است۱۱–سروته شده – کار رادار است– دودمان ۱۲–نمناک و لغزنده – از حروف استثنا – آینده – آرمان تیرانداز ۱۳–مظهر زیبایی طبیعت– دلالت کننده – آنچه که به جا آوردنش لازم و واجب باشد – مجلس کنکاشگران ۱۴–دیده ور – موسسه‌یی بهداشتی وابسته به سازمان ملل ۱۵–پایتخت تانزانیا – بدوی در آنجا سکون تدارد

حل جدول شماره قبل

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