خبرها از عالم علم

اقدامات روزمره برای کمک به کودک چاق

چرا برخی کودکان از سنین پایین با اضافه‌وزن یا چاقی مواجه می‌شوند؟ این پرسش دغدغه بسیاری از والدین است که نگران سلامت جسمی و روانی فرزندان خود هستند. چاقی کودکان یکی از مشکلات جدی قرن حاضر به شمار می‌رود که با افزایش نرخ آن در جوامع مختلف، اهمیت پیشگیری و درمان به‌موقع بیش از گذشته احساس می‌شود.

چاقی در دوران کودکی نه‌تنها موجب کاهش اعتماد به‌نفس و مشکلات اجتماعی می‌شود، بلکه زمینه‌ساز بیماری‌های مزمن در بزرگسالی است. بنابراین شناخت علت‌های آن و آگاهی از روش‌های مقابله با این مشکل، می‌تواند گامی مهم در حفظ سلامت نسل آینده باشد.

◆ چاقی کودکان چیست و چرا اهمیت دارد؟

چاقی کودکان زمانی مطرح می‌شود که وزن کودک نسبت به قد و سن او، بالاتر از محدوده طبیعی باشد. معیار سنجش این وضعیت، شاخص توده بدنی (BMI) است که برای کودکان بر اساس سن و جنسیت تفسیر می‌شود.

اهمیت شناخت و درمان چاقی کودکان در این است که این وضعیت می‌تواند باعث بروز بیماری‌هایی مانند دیابت نوع ۲، فشار خون بالا، مشکلات قلبی، بیماری‌های کبدی و حتی اختلالات خواب شود. علاوه بر این، کودکان چاق بیشتر در معرض قلدری همسالان و مشکلات روانی مانند افسردگی و اضطراب قرار می‌گیرند. این اختلالات می‌تواند رشد روانی و اجتماعی کودک را نیز تحت تأثیر قرار دهد و در آینده بر عملکرد تحصیلی و روابط بین‌فردی او سایه بیندازد.

◆ علائم چاقی در کودکان

تشخیص چاقی تنها با دیدن ظاهر کودک کافی نیست. بهتر است با مراجعه به پزشک و اندازه‌گیری دقیق BMI کودک، وضعیت او بررسی شود. با این حال برخی نشانه‌ها می‌توانند والدین را هوشیار کنند:

اضافه‌وزن محسوس نسبت به کودکان هم‌سن و سال
نفس‌تنگی در هنگام بازی یا فعالیت‌های بدنی
خستگی زودرس و کاهش تمایل به تحرک
چین‌خوردگی پوست در نواحی شکم، گردن یا زیر بغل
تعریق زیاد حتی در حالت استراحت
مشکلات خواب از جمله خروپف یا قطع تنفس هنگام خواب

◆ علت‌های چاقی کودکان

عوامل مختلفی می‌توانند در بروز چاقی در کودکان نقش داشته باشند. این عوامل می‌توانند به‌تنهایی یا در ترکیب با یکدیگر باعث افزایش وزن شوند:

وراثت و ژنتیک: کودکانی که والدین چاق دارند، بیشتر در معرض اضافه‌وزن هستند.

سبک زندگی کم‌تحرک: نشستن طولانی‌مدت مقابل تلویزیون، تبلت یا بازی‌های رایانه‌ای

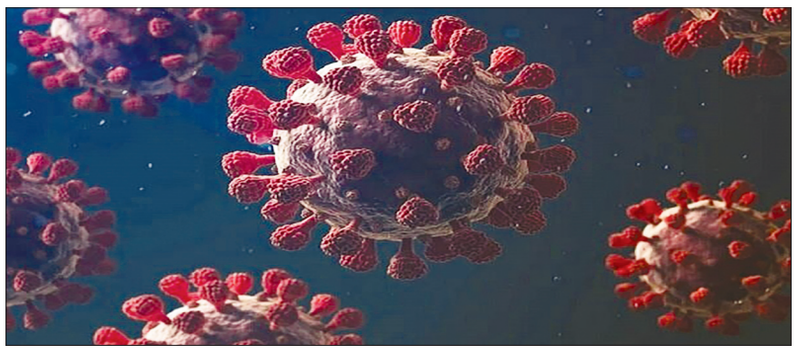
تغذیه ناسالم: مصرف زیاد فست‌فود، نوشابه، شیرینی و تنقلات پرکالری

مصرف بیش‌ازحد کالری: دریافت بیشتر از نیاز روزانه بدن

کمبود خواب: خواب ناکافی می‌تواند تعادل هورمون‌های کنترل اشتها را برهم بزند.

منبع: همشهری

هشدار وزارت بهداشت درباره بیماری‌های شایع تنفسی در فصل پائیز



معاون بهداشت وزارت بهداشت از شیوع آنفلوآنزا، کرونا و ویروس‌های تنفسی در پائیز خبر داد و بر لزوم رعایت اصول بهداشتی دوران کرونا تأکید کرد.

علیرضا رئیسی، معاون بهداشت وزارت بهداشت در گفتگو با مهر گفت: همانند سایر کشورها، بیماری‌های تنفسی در پاییز شیوع بیشتری پیدا می‌کنند و آنفلوآنزا یکی از شایع‌ترین آن‌هاست که هر سال نوع و سویه‌اش تغییر می‌کند. کرونا و ویروس تنفسی نیز در این فصل اهمیت دارند.

◆ مهم‌ترین راهکارهای پیشگیری از ویروس

معاون بهداشت وزارت بهداشت تأکید کرد:بهترین راه پیشگیری همچنان رعایت آموزش‌هایی است که در دوره کرونا فرا گرفتیم؛ از جمله استفاده از ماسک، پرهیز از حضور در تجمعات، نرفتن کودکان بیمار به مدرسه، شستن مرتب دست‌ها و رعایت نکات بهداشتی است.

◆ کرونا و درگیری دستگاه‌های مختلف بدن

رئیسی درباره کرونا نیز توضیح داد: این ویروس می‌تواند هر بخشی از بدن که دارای مخاط است را درگیر کند؛ از جمله چشم، حلق و حتی لوزالمعده. بنابراین نمی‌توان آن را محدود به یک اندام خاص دانست. کرونا ویروسی است که می‌تواند التهاب در نقاط مختلف بدن ایجاد کند.

مکملی که از ابتلا به نزدیک بینی در کودکان جلوگیری می کند

یافته‌های جدید نشان می‌دهد که امگا ۳ ممکن است به جلوگیری از ابتلاء به نزدیک‌بینی (میوپی) در کودکان کمک کند.

به گزارش همشهری، نشان داده شده است که اسیدهای چرب امگا ۳ فواید بالقوه متنوعی برای سلامتی دارند، از جمله کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی، زوال عقل و برخی از انواع سرطان.

اکنون، یافته‌های جدید نشان می‌دهد که امگا ۳ ممکن است به جلوگیری از ابتلاء به نزدیک‌بینی (میوپی) در کودکان کمک کند.افراد مبتلا به نزدیک‌بینی در دیدن واضح اشیا دور مشکل دارند.

محققان گفتند، به طور خاص، کودکانی که امگا ۳ کمتری در رژیم غذایی خود مصرف می‌کنند، بیشتر احتمال دارد به بیماری‌های فیزیکی چشم مرتبط با نزدیک‌بینی، از جمله چشم مستطیلی شکل یا قرنیه با انحنای شدید، مبتلا شوند.

تیم تحقیق به رهبری دکتر «جیسون یام»، محقق ارشد و استاد چشم‌پزشکی در دانشگاه هنگ کنگ، می‌گویند: «این نتایج، اسیدهای چرب امگا ۳ را به عنوان یک عامل غذایی محافظ بالقوه در برابر ابتلاء به نزدیک‌بینی برجسته می‌کند.»

این مطالعه همچنین نشان داد که چربی‌های اشباع شده از کره، روغن پالم و گوشت قرمز در واقع ممکن است خطر نزدیک‌بینی را افزایش دهند.

برای این مطالعه، محققان سلامت چشم بیش از ۱۰۰۰ کودک چینی ۶ تا ۸ ساله را که به طور تصادفی از یک مطالعه چشم در مقیاس بزرگ‌تر در هنگ کنگ انتخاب شده بودند، پیگیری کردند. پرسشنامه‌های رژیم غذایی کودکان را ارزیابی کردند و نتایج آن با نتایج معاینات چشم آنها مقایسه شد.

اسیدهای چرب امگا ۳ عمدتاً در ماهی‌های چرب یافت می‌شوند، اما در برخی از دانه‌ها و آجیل‌ها نیز یافت می‌شوند.نتایج نشان داد که در مجموع، حدود یک چهارم کودکان (۲۸ درصد) نزدیک‌بین بودند.

محققان دریافتند که طول محوری- طول چشم از جلو تا عقب- در ۲۵ درصد از کودکانی که کمترین میزان مصرف امگا ۳ را در رژیم غذایی خود داشتند، پس از در نظر گرفتن سایر عوامل، طولانی‌ترین بود.

نزدیک‌بینی گاهی اوقات زمانی رخ می‌دهد که شکل چشم باعث می‌شود پرتوهای نور ورودی به شبکیه، دیواره سلول‌های حسگر نور در پشت چشم، برخورد نکنند.

این مطالعه همچنین نشان داد کودکانی که بیشترین میزان مصرف اسیدهای چرب امگا ۳ را داشتند، کوتاه‌ترین طول محوری را داشتند، که نشان می‌دهد آنها در برابر نزدیک‌بینی محافظت می‌شوند.

از سوی دیگر، نتایج نشان می‌دهد که این نشانه‌های نزدیک‌بینی در بین کودکانی که مقادیر زیادی چربی اشباع‌شده مصرف می‌کردند، افزایش یافته است.

محققان گفتند که هیچ نوع ماده مغذی دیگری با نزدیک‌بینی مرتبط نبود.

محققان حدس می‌زنند که امگا ۳ ممکن است با افزایش جریان خون به چشم، از نزدیک‌بینی محافظت کند و رشد سالم چشم را تقویت کند.

خبر پزشکی

خوراکی‌هایی که آلزایمر را به زانو درمی‌آورند

رژیم غذایی نقش کلیدی در حفظ عملکرد شناختی دارد. تخم‌مرغ، قارچ، گردو، چای، ماهی سالمون، پرتقال، سبزیجات برگ‌دار و هندوانه به دلیل دارا بودن مواد مغذی مانند کولین، لوتئین، امگا ۳ و آنتی‌اکسیدان‌ها، به بهبود حافظه، کاهش زوال شناختی و محافظت از مغز در برابر پیری کمک می‌کنند. مصرف این غذاها می‌تواند خطر اختلالات شناختی را کاهش دهد و عملکرد مغز را در سنین بالا تقویت کند.

به گزارش خبرآنلاین، یادگیری، تفکر، حل مسئله، تصمیم‌گیری و توانایی توجه، همگی مهارت‌هایی هستند که از آنها با عنوان «عملکرد شناختی» یاد می‌شود. افزایش سن مهم‌ترین ریسک فاکتور برای تجربه زوال شناختی است و سایر عوامل شامل سابقه خانوادگی، سطح تحصیلات، آسیب مغزی، عدم فعالیت بدنی و شرایط مزمن مانند بیماری پارکینسون، بیماری قلبی و سکته مغزی و دیابت هستند. اما در کنار همه این موارد، غذاهایی که می‌خورید نیز بر سلامت شناختی تأثیرگذار است.

اگر به دنبال غذاهای خاصی هستید که در رژیم غذایی خود بگنجانید تا از سلامت شناختی خود محافظت کنید، این مطلب را تا انتها بخوانید.

◆ تخم مرغ

تخم مرغ منبع طبیعی مواد مغذی، از جمله کولین، لوتئین و زآگزانتین، است که به سلامت مغز کمک می‌کنند. کولین موجود در تخم مرغ به سلامت مادام‌العمر مغز در هر سن و هر زمینه‌ای از جمله حافظه، تفکر، خلق و خو و ... کمک می‌کند. تحقیقات نشان داده است که دریافت لوتئین با عملکرد شناختی بهتر در بزرگسالان و افراد مسن‌تر ارتباط مستقیمی دارد.

◆ قارچ

قارچ منبع اصلی ارگوتیونین است. ارگوتیونین یک اسید آمینه است که به عنوان یک آنتی اکسیدان عمل می‌کند. خواص ضد التهابی و آنتی اکسیداتیو ارگوتیونین، آن را به یک ترکیب زیست‌فعال مهم تبدیل می‌کند که به پیری سالم، بهبود عملکرد شناختی و کاهش استرس در زندگی کمک می‌کند.

◆ گردو

گردو تنها آجیل درختی است که منبع غنی از اسیدهای چرب امگا ۳ است، به همین دلیل یکی از بهترین مواد غذایی برای سلامت مغز به شمار می‌آید. گردو با استرس اکسیداتیو و التهاب، که دو عامل زوال شناختی هستند، مبارزه می‌کند. هم‌چنین مصرف گردو می‌تواند زوال شناختی را در میان افرادی که در معرض خطر بالاتری قرار دارند، به تأخیر بیندازد.

◆ چای

بر اساس مطالعات متعدد، مصرف مداوم چای با کاهش خطر اختلالات شناختی مرتبط است. برخی شواهد نشان می‌دهد که نوشیدن یک فنجان چای در روز ممکن است خطر ابتلا به اختلالات شناختی را تا ۶ درصد و نوشیدن دو فنجان چای در روز، این خطر را تا ۲۹ درصد کاهش دهد.

◆ ماهی سالمون

ماهی سالمون به عنوان منبع طبیعی پروتئین، سلنیوم، کولین، ید و اسیدهای چرب امگا ۳ یک غذای مقوی برای به شمار می‌آید. اسید چرب غیراشباع امگا ۳ (DHA) برای رشد کافی مغز و تقویت عملکرد شناختی مهم است. تحقیقات نشان می‌دهد که مصرف غذاهای دریایی با عملکرد شناختی بهتر در میان بزرگسالان وزن مرتبط است.

منبع: eatthis

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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۱۰۵۸۰۰۳۹۴۴ مورخ ۱۴۰۴/۰۲/۳۰ 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 آقای رضا ملا حسنی فرزندمحمد بشماره شناسنامه ۸۰۰ صادره از ری به شماره ملی ۰۴۹۱۴۲۵۳۲۵ درششدانگ یک قطعه باغ به مساحت ۷۴۳/۹۱ مترمربع در پلاک ۶۱۵۴ فرعی مفروزی از پلاک ۱۷۴ فرعی از ۵۶ اصلی واقع درمشاء خریداری از مالک رسمی سیده محترم حسینی پور 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 از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه 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 انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۵/۲۸
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۶/۱۲
م/الف ۷۲۱/۳۹۰/۱-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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۱۰۵۸۰۰۲۰۳۸ مورخ ۱۴۰۴/۰۲/۰۹ 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 آقای علی سعادتیار فرزند محمد حسن بشماره شناسنامه ۱صادره ازاسفراین به شماره ملی ۰۶۳۹۸۸۸۹۵۱ درششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۴۰۱ مترمربع در پلاک ۶۱۵۵فرعی مفروزی از پلاک ۱۵۷۲ فرعی از ۵۶ اصلی واقع درمشاء خریداری از مالک رسمی علیرضا آق شاهی و فرامرز کریمیان 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 خودرا 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: ۱۴۰۴/۰۵/۲۸
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۶/۱۲
م/الف ۷۲۲/۳۹۰/۲-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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۱۰۵۸۰۰۲۰۲۱ مورخ ۱۴۰۴/۰۲/۰۹ 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 آقای ابراهیم آق شاهی فرزند غلام حسین بشماره شناسنامه ۸۴۴ صادره از اراک در ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۴۰۱/۸۲ مترمربع در پلاک ۶۱۵۷فرعی مفروزی از ۱۵۷۲ فرعی از ۵۶ اصلی واقع درمشاء خریداری از مالک رسمی فرامرز کریمیان و علیرضا شاهی 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 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: ۱۴۰۴/۰۵/۲۸
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۶/۱۲
م/الف ۷۲۳/۳۹۰/۳-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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۱۰۵۸۰۰۴۱۰۶ مورخ ۱۴۰۴/۰۳/۰۱ 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 آقای محمد حسین موحد فرزند عزت اله بشماره شناسنامه ۳۱۱ صادره ازتهران درششدانگ یک قطعه زمین بدون درج اعیانی با کاربری کشاورزی به مساحت ۹۸۱/۱۸ مترمربع در پلاک ۶۱۵۸ فرعی مفروزی از ۱۲۰ فرعی از ۵۶ اصلی واقع درمشاءاز محل مالکیت 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 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 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: ۱۴۰۴/۰۵/۲۸
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۶/۱۲
م/الف ۷۲۴/۳۹۰/۴-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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۱۰۵۸۰۰۲۰۴۶ مورخ ۱۴۰۴/۰۲/۰۹ 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 آقای سرور رحمانی فرزند حسین بشماره شناسنامه ۰۰۱۰۶۲۹۷۴۲ صادره از تهران درششدانگ یک قطعه زمین بدون درج اعیانی با کاربری کشاورزی به مساحت ۴۱۲/۲۱ مترمربع در پلاک ۶۱۵۶فرعی مفروزی از ۳۰ فرعی از ۵۶اصلی واقع درمشاءاز محل مالکیت 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 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 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: ۱۴۰۴/۰۵/۲۸
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۶/۱۲
م/الف ۷۲۵/۳۹۰/۵-ش **رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – امیرتفرقی**

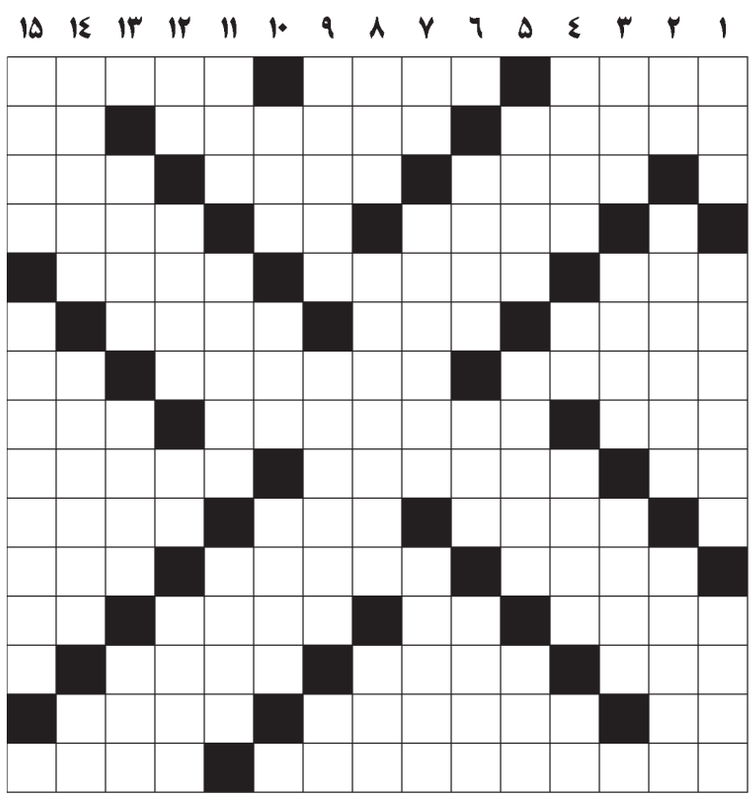
اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک دماوند
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سندرسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۴۶۰۳۰۱۰۵۸۰۰۹۶۶۱ مورخه ۱۴۰۴/۰۴/۰۱ 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 اشرف اصغری راد فرزند ابراهیم بشماره شناسنامه ۴۴۲ صادره از تجریش به شماره ملی ۰۴۵۱۰۴۱۳۷۲ درششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۲۵۷/۹۵ مترمربع در پلاک۲۵۵۶ فرعی مفروزی از ۲- فرعی از ۸۰ اصلی واقع در کالدشت خریداری مع الواسطه از مالک رسمی سید عباس فیاضی 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 خودرا 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: ۱۴۰۴/۰۵/۲۸
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۶/۱۲
م/الف ۷۲۶/۳۹۰-ش **رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – امیرتفرقی**

جدول

۷۷۹۴



افقی

۱-سرشناس- اصطلاحی در فوتبال - خاموش کردن ۲-از حکما و دانشمندان یونان باستان - فیلمنامه - شهر خرما ۳-عملی به جای وضو - نظیر و مانند - سرپرست خانواده ۴-بخشنده و عطا کننده - سقف دهان - داروی زخم ۵-رنگی برای اسب- نامی برای زنبور - آماده و مهیا ۶-براق‌کننده پارچه - اجاره بها - مارکی بر خودرو ۷-هم آواز - مغناطیس- بی صدا می کشد ۸-پیامبر کشتیبان - پستی و بلندی زمین - ناسیونال ۹-واحد سطح - فروشنده دوره‌گرد - فرزند ادم ۱۰-دود عربی - خواهر - تنگه حیاتی منطقه ۱۱-نگارنده - نایب وزیر مختار - نوبت بازی ۱۲-از اعضای بالای بدن - دوسنگ آسیا - برقرار است- برج کج ۱۳-دورویی - اشاره شده به آن - موسم جوانی ۱۴-حرف گزینش- کنایه از کسی که تازه به مال و ثروت رسیده - دست شکسته بر گردن ۱۵-این شهر به چاههای نفتش مشهور است- چاهها به تازی

عمودی

۱-از سور مبارکه قرآن - جهان و هر چه در آن است- چهره‌پردازی سینمایی ۲-آب روستایی - گاهی علاجش را به دندان نیز نتوان کرد - صحن دالان ۳-از بانکها - اندرزگو - خدمتکار سالخورده ۴-نوعی اسباب بازی - قبول نشده - عملی برای فراهم کردن غذا - چوب خوشبو ۵-ملاحت و زیبایی - دندانهای نیش- موشواره کامپیوتر ۶-کشنده است- نوعی آچار در اصطلاح اهل فن - مکر و حیله و تزویر ۷-خاک سفال - طریقی که به ترکستان ختم می شود - شاعر مروزی ۸-همان مادر است- پستی و بلندی زمین - درس کشیدنی ۹-از شهرهای ساحلی شمال - شاعر آن را در دیرمغان هم دیده بود - حرف جمع ۱۰-بستن و دوختن - پیشو نزد - فروغ و روشنی ۱۱-حرف سوال برانگیز - ساک مسافران قدیمی - از گل های بهاری ۱۲-طرف و جانب- امر به آراستن و خوش نما کردن - نفس بلند - زر سرخ ۱۳-داروی زخم - خنک کننده - فصل کتاب۱۴-شاداب و باطراوت- پیامبر پادشاه - گل ته جوی ۱۵-سرتافتن از دستور - نویسنده فرانسوی کتاب فاجعه آسیای سبز

حل جدول شماره قبل

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