خبرها از عالم علم

هرروز یک مشت گردو بخورید تا این مدت زمان؛ شب راحت خوابتان می‌برد

اگر شب‌ها غلت می‌زنید و خوابتان نمی‌برد، شاید راه‌حل ساده‌تر از آن چیزی باشد که فکر می‌کنید:یک مشت گردو!

پژوهشی تازه که در مجله‌ی Food & Function منتشر شده نشان می‌دهد مصرف روزانه‌ی ۴۰ گرم گردو (حدود نصف فنجان یا ۲۰ نیم‌گردو) به مدت هشت هفته، می‌تواند کیفیت خواب را به شکل محسوسی بهبود ببخشد.

◆ خواب خوش با ملاتونین طبیعی

گردو منبعی غنی از تریپتوفان و ملاتونین است؛ دو ترکیب کلیدی که چرخه‌ی خواب و بیداری بدن را تنظیم می‌کنند. در این مطالعه، سطح ملاتونین شرکت‌کنندگان پس از مصرف گردو افزایش یافت و آن‌ها سریع‌تر به خواب رفتند و کارایی خوابشان نیز بهتر شد. حتی خواب‌آلودگی روزانه‌شان هم کاهش پیدا کرد.

◆ چرا اهمیت دارد؟

بی‌خوابی و خواب بی‌کیفیت تنها به خستگی ختم نمی‌شود. تحقیقات نشان داده‌اند که کم‌خوابی می‌تواند خطر ابتلا به چاقی، بیماری‌های قلبی و حتی افسردگی را افزایش دهد. بنابراین، پیدا کردن راهکارهای طبیعی و ساده اهمیت زیادی دارد.

◆ نظر کارشناسان

به گفته‌ی محققان دانشگاه بارسلونا، «گردو می‌تواند یک گزینه‌ی طبیعی و در دسترس برای افرادی باشد که به دنبال بهبود خواب خود هستند. حتی تغییرات کوچک در کارایی خواب، اثر بزرگی بر کیفیت زندگی دارد.»

◆ کاربرد در زندگی روزمره

شاید تصور کنید خوردن گردو هر روز خسته‌کننده است، اما می‌توانید آن را به شیوه‌های خوشمزه‌ای وارد رژیم غذایی خود کنید:

افزودن به سالاد یا ماست میوه‌ای
ترکیب در صبحانه با جو دوسر
درست کردن اسنک خانگی با کمی عسل و دارچین

◆ یک نکته مهم

البته، بی‌خوابی دلایل مختلفی دارد؛ از استرس گرفته تا بیماری‌های زمینه‌ای. گردو قرار نیست همه مشکلات را حل کند، اما می‌تواند بخشی از جعبه‌ابزار شما برای خوابی بهتر باشد.

منبع:همشهری آنلاین
eatingwell

دبیر انجمن بررسی و مطالعه درد:

درد شست پا می‌تواند نشانه بیماری‌های جدی باشد

دلشاد، فلوشیپ درد، با این اعلام که عارضه درد شست پا شیوع بالای در جامعه دارد، گفت:چنانچه درد شست پا به طور مداوم ادامه یابد یا همراه با علائمی نظیر تب، تورم شدید یا تغییر شکل مفصل باشد، مراجعه فوری به پزشک ضروری است، این علائم می‌تواند نشانه‌ای از بیماری‌های جدی باشد.

به گزارش انجمن بررسی و مطالعه درد در ایران، دکتر محمدحسین دلشاد، فلوشیپ درد و دبیر انجمن بررسی و مطالعه درد در ایران، با این اعلام که عارضه درد شست پا شیوع بالای در جامعه دارد، گفت: درد شست پا تنها یک مشکل ساده و گذرا نیست، بلکه می‌تواند علامتی از بیماری‌های مهمی مانند آرتروز شست پا (هالوکس ریجیدوس)، نقرس، بونیون، التهاب تاندون‌ها، شکستگی یا حتی سزاموئیدیت باشد.

وی با بیان اینکه شایع‌ترین علامت این عارضه، ایجاد درد هنگام راه رفتن یا فعالیت‌های بدنی است، افزود:تورم در نزدیکی مفصل، ایجاد برآمدگی دردناک، محدودیت در حرکت شست و در برخی موارد قرمزی یا خروج چرک از علائم مهمی هستند که نباید نادیده گرفته شوند.

دلشاد همچنین در مورد روش‌های درمان عارضه درد شست پا، اظهار داشت:نوع درمان بسته به علت بروز، متفاوت است، گاهی می‌توان با روش‌های ساده‌ای همچون استراحت، استفاده از کمپرس سرد یا گرم، پوشیدن کفش مناسب و مصرف داروهای ضدالتهاب بدون نسخه به بهبود وضعیت کمک کرد، اما در موارد شدید، نیاز به درمان‌های پیشرفته‌تر از جمله تزریق دارو، فیزیوتراپی یا حتی جراحی وجود دارد.

این فلوشیپ درد با تاکید بر نقش مهم پیشگیری خاطرنشان کرد:انتخاب کفش‌های استاندارد با فضای کافی برای انگشتان، گرم کردن پیش از فعالیت ورزشی، تقویت عضلات پا و پرهیز از فشارهای ناگهانی یا مکرر بر مفصل شست از راهکارهای اصلی پیشگیری به شمار می‌رود.

وی همچنین هشدار داد: چنانچه درد شست پا به طور مداوم ادامه یابد یا همراه با علائمی نظیر تب، تورم شدید یا تغییر شکل مفصل باشد، مراجعه فوری به پزشک ضروری است، این علائم می‌تواند نشانه‌ای از بیماری‌های جدی مانند نقرس یا روماتیسم مفصلی باشد که نیازمند تشخیص و درمان تخصصی هستند.

افزایش ابتلا به سرطان مثانه در کشور

یک فوق تخصص سرطان مجاری ادراری از افزایش ابتلا به سرطان مثانه در کشور خبر داد و گفت: این سرطان در مردان سه برابر شایع‌تر از زنان است.

به گزارش خبرگزاری صدا و سیما، دکتر محسن سرکاریان، با اشاره به شیوع روزافزون سرطان مثانه در جامعه اظهار داشت: این سرطان برخلاف برخی سرطان‌ها مانند پروستات یا سینه، با علائم بالینی آشکار همراه است و شایع‌ترین نشانه آن، خونریزی بدون درد و مخفی در ادرار است.

وی گفت: این خونریزی ممکن است موقت باشد اما قطع شدن آن به معنای رفع مشکل نیست و هرگونه تغییر در رنگ ادرار حتی به صورت تیرگی خفیف باید پیگیری شود.

این عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور افزود: در مراحل پیشرفته‌تر، علائمی همچون عفونت‌های مکرر ادراری، احتباس ادرار، تب‌های شبانه و دردهای لگنی مشاهده می‌شود که با پیشرفت بیماری می‌تواند اندام‌هایی مانند کبد و ریه را نیز درگیر کند.

وی افزود: در صورت درگیری مسیر ادراری از کلیه به مثانه، عملکرد کلیه‌ها دچار اختلال شده و در موارد دوطرفه، بیمار نیازمند دیالیز خواهد شد.

دکتر سرکاریان اضافه کرد: سرطان مثانه در آقایان سه برابر شایع‌تر از خانم‌هاست و مهم‌ترین عامل ابتلا به آن مصرف دخانیات به ویژه سیگار است و در برخی کشورها عوامل انگلی نیز در بروز این بیماری نقش دارند که خوشبختانه در ایران ریشه‌کن شده‌اند.

این فوق‌تخصص سرطان‌های مجاری ادراری گفت: غربالگری اولیه از طریق آزمایش ادرار امکان‌پذیر است و می‌تواند وجود مقادیر اندک خون غیرقابل رؤیت را نشان دهد.وی افزود:سونوگرافی روش تشخیصی مهم دیگری است که به شناسایی توده‌های سرطانی کمک می‌کند.

وی افزود: تشخیص قطعی از طریق سیستوسکوپی و نمونه‌برداری انجام می‌شود و پس از بررسی پاتولوژی، میزان بدخیمی مشخص خواهد شد. او تصریح کرد: در مراحل اولیه می‌توان با آندوسکوپی توده را برداشت و با تزریق داروهای داخل مثانه از پیشروی بیماری پیشگیری کرد.

این عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور افزود: نادیده گرفتن تومور مثانه می‌تواند به درگیری کامل مثانه منجر شود که در این شرایط تنها راه، تخلیه کامل مثانه و بازسازی آن با روده است.

وی گفت: تفاوت میان تشخیص زودهنگام و دیرهنگام بسیار جدی است و در کیفیت زندگی بیمار تأثیر مستقیم دارد.

خبر پزشکی

وضعیت کمبود آهن در دانش‌آموزان دختر

مدیر دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت درباره شیوع کم خونی در کشور و برنامه مکمل‌یاری با آهن در مدارس دخترانه (مقطع متوسطه اول و دوم) توضیح داد.

دکتر احمد اسماعیل‌زاده در گفت‌وگو با ایسنا، درباره برنامه مکمل‌یاری در مدارس اظهار کرد: برنامه مکمل‌یاری با آهن و ویتامین D سالانه به طور معمول با آغاز سال تحصیلی اجرا می‌شود و معاونت‌های بهداشتی دانشگاه‌های علوم‌پزشکی، مکمل‌های لازم را براساس «دستورالعمل کشوری مکمل‌یاری» در اختیار مدیران مدارس قرار می‌دهند تا مکمل‌ها در میان دانش‌آموزان توزیع شود.

◆ توزیع مکمل آهن در مدارس متوسطه دخترانه

او درباره چگونگی توزیع مکمل آهن برای دانش‌آموزان گفت: دختران مقطع متوسطه اول و دوم، یک مکمل که حاوی ۳۰ تا ۶۰ میلی‌گرم آهن است به صورت هفتگی به مدت ۱۶ هفته دریافت می‌کنند. مکمل آهن با هدف پیشگیری از کم‌خونی توزیع می‌شود. براساس دستورالعمل کشوری مکمل‌یاری، هدف از توزیع مکمل آهن در میان دانش‌آموزان مقطع متوسطه اول و دوم «پیشگیری از کمبود آهن» و «پیشگیری از کم‌خونی فقر آهن» است و «درمان کمبود آهن» هدف اجرای این طرح نیست.

◆ وضعیت کمبود آهن در دانش‌آموزان دختر

مدیر دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت با بیان اینکه کمبود آهن می‌تواند تمرکز، یادگیری، رشد و تکامل را تحت تاثیر قرار دهد، افزود: اگرچه برنامه مکمل‌یاری با آهن در کشور اجرا می‌شود، اما متاسفانه میزان کم‌خونی و کمبود آهن در این گروه بسیار زیاد است. براساس گزارش‌های دانشگاه‌های علوم‌پزشکی، میزان کمبود آهن در این گروه سنی (مقطع متوسطه اول و دوم) حدود ۱۸ درصد است.

◆ چرا با وجود اجرای طرح مکمل‌یاری، میزان کم خونی در کشور زیاد است؟

اسماعیل‌زاده درباره بررسی اثرگذاری توزیع مکمل آهن در طرح مکمل‌یاری گفت: یک تیم از دانشگاه علوم‌پزشکی تهران ماموریت دارد که وضعیت توزیع آهن در طرح مکمل‌یاری را در قالب یک کار تحقیقاتی بررسی کند. این طرح تحقیقاتی در ۸ استان محروم کشور مانند سیستان‌وبلوچستان، کرمان، بوشهر و علاوه بر این ۸ استان در مناطق حاشیه شهر تهران انجام می‌شود. این تیم تحقیقاتی به پرسش‌هایی که در ارتباط با اجرای توزیع مکمل آهن در مدارس مانند «چرا میزان کم‌خونی با وجود اجرای طرح مکمل‌یاری در کشور زیاد است؟»، «آیا توزیع مکمل در مدارس مناسب نیست؟»، «آیا دانش‌آموزان از خوردن مکمل اجتناب می‌کنند؟» و «آیا مکمل‌ها سبب مشکلات گوارشی و در نتیجه امتناع دانش‌آموزان از مصرف آن می‌شود؟» پاسخ می‌دهد.

مدیر دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت درباره ادامه روند توزیع مکمل آهن اظهار کرد: براساس نتایج پژوهش این تیم تحقیقاتی، درباره چگونگی اجرای طرح مکمل‌یاری تصمیم می‌گیریم. این احتمال وجود دارد که مکمل‌ها، دوز مکمل‌ها، چگونگی توزیع مکمل‌ها یا شرکت تامین‌کننده آن تغییر کند. در حال حاضر، یک مکمل آهن به صورت هفتگی به مدت ۱۶ هفته در اختیار دانش‌آموزان قرار می‌گیرد.

آگهی اختصاصی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه اجرائی قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سندرسمی

برابر رای شماره ه ۱۴۰۴۶۰۳۱۲۰۰۸۰۰۳۱۰۹ تاریخ ۱۴۰۴،۵،۳۰ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان اق قلا پرونده کلاسه ۱۴۰۴۱۱۴۴۱۲۰۰۸۰۰۰۲۷۸ تصرفات مالکانه و بلا معارض متقاضی اقای مشهد قلی ایزدی فرزند خداقلی به شماره شناسنامه ۵۳ کدملی ۴۹۷۹۴۷۷۳۶۴ صادره اق قلا درششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۰۱۲،۰۸ مترمربع مفروز و مجزی شده جزیی ازپلاک ثبتی شماره ۲- اصلی واقع دراراضی قریه دوگونچی -بخش ۶حوزه ثبتی ملک شهرستان اق قلا تاییدگردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتی که اشخاصی نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می تواند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراضی خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلم اعتراضی دادخواست خود را به 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،۶،۲۵
نوبت دوم ۱۴۰۴،۷،۹

۸۸۱/۰۴–ش **مهناز جهانفر رییس اداره ثبت اسناد واملاک اق قلا**

آگهی اختصاصی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه اجرائی قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سندرسمی

برابر رای شماره ۲۷۴۸ ۱۴۰۴۶۰۳۱۲۰۰۸۰۰ تاریخ ۱۴۰۴،۵،۱۶ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان اق قلا پرونده کلاسه ۱۴۰۳۱۱۴۴۱۲۰۰۸۰۰۰۹۰۲ تصرفات مالکانه و بلا معارض متقاضی خانم اقول بی بی صحنه فرزند عراز بردی به شماره شناسنامه ۱۸۳۱ و کد ملی ۴۹۷۹۴۹۸۵۵۸ صادره اق قلا دراق قلا درششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۴۷۳۰۰ مترمربع مفروز ومجزی شده جزیی ازپلاک ثبتی شماره ۲اصلی واقع دراق قلا –اراضی قریه دوگونچی بخش ۶ حوزه ثبتی ملک شهرستان اق قلا تایید گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتی که اشخاصی نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می تواند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراضی خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلم اعتراضی دادخواست خود را به 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،۶،۲۵
نوبت دوم ۱۴۰۴،۷،۹

۸۸۲/۰۴–ش **مهناز جهانفر رییس اداره ثبت اسناد واملاک اق قلا**

آگهی اختصاصی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه اجرائی قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سندرسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۴۶۰۳۱۲۰۰۸۰۰۲۴۹۵ تاریخ ۱۴۰۴،۴،۲۶ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان اق قلا پرونده کلاسه ۱۴۰۳۱۱۴۴۱۲۰۰۸۰۰۰۷۷۳ تصرفات مالکانه و بلا معارض متقاضی اقای یوسف قریشی فرزند محمد به شماره شناسنامه ۱۶۵ وکدملی ۴۹۷۹۴۱۶۶۳۲ صادره اق قلا درششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۸۹۰۰ مترمربع مفروز و مجزی شده جزیی ازپلاک ثبتی شماره ۵۰۳ فرعی از ۲۳ اصلی واقع دراق قلا –اراضی قریه شفتالو باغ بخش ۱۲ حوزه ثبتی ملک شهرستان اق قلا ازهمی مالک رسمی تقان قریشی تایید گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتی که اشخاصی نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می تواند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراضی خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلم اعتراضی دادخواست خود را به 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،۶،۲۵
نوبت دوم ۱۴۰۴،۷،۹

۸۸۳/۰۴–ش **مهناز جهانفر رییس اداره ثبت اسناد واملاک اق قلا**

اداره ثبت اسناد واملاک حوزه ثبت ملک دماوند
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی
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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۱۰۵۸۰۰۹۸۴۳ مورخ ۱۴۰۴/۰۴/۰۲ 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 حمیدرضا میرزائی ابیانه فرزند علی بشماره شناسنامه ۱۸۴۰ صادره از نطنز به شماره ملی ۱۲۳۹۱۲۴۶۵ درششدانگ یک قطعه زمین محصور با بنای احداثی به مساحت ۲۶۹/۳۸ مترمربع در پلاک ۷۶۴ فرعی مفروزی پلاک ۶۲۵ فرعی از ۷۴ اصلی واقع در کوهان از 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 اگهی 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: ۱۴۰۴/۰۶/۲۵
تاریخ انتشار نوبت دوم:۱۴۰۴/۰۷/۰۹

م/الف ۸۷۸/۴۶۶–ش **رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – امیرتفرقی**

آگهی اجرای کد ۹۱۴ مجموعه بخشنامه های ثبتی پلاک ۴۵۰ فرعی از ۷۱ اصلی

نظر به اینکه آقای منصور اشرف فرزند عباس مالک ششدانگ پلاک ثبتی ۴۵۰ فرعی ۷۱ اصلی واقع دردماوند درخواست صدور سند مالکیت تک برگی با درج طول ابعاد و مساحت (کاداستری) ملک خود ازاین اداره نموده اند وبعلت عدم دسترسی به آدرس مجاورین و مالکین مشاعی دراجرای کد ۹۱۴ مجموعه بخشنامه های ثبتی جهت بازدید محل و تهیه نقشه از محدوده پلاک فوق روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۷/۱۳ ساعت ۹ صبح تعیین وقت شده است. بدینوسیله به اطلاع مالکین مجاورو مشاعی مورد ثبت می رساند جهت حصول اطمینان از عدم تضییع حقوق بادردست داشتن اصل سند مالکیت در روز موعد در محل وقوع ملک حضور به هم رسانند تا برابر مقررات اقدامات لازم معمول گردد.

م/الف ۸۸۰/۴۶۸–ش **سرپرست اداره ثبت اسناد و املاک دماوند– امیرتفرقی**

آگهی فقدان سند مالکیت

نظر باینکه بتول تدین و ایمان مستوفی باستناد ۲ برگ استشهادیه گواهی شده منضم به تقاضای کتبی جهت دریافت سند مالکیت المثنی نوبت به این اداره مراجعه کرده و مدعی است سند مالکیت شش دانگ پلاک ۱۱۵ فرعی ۵۶ – اصلی واقع در بخش ۲ خمین که متعلق به وی می باشد بعلت نقل مکان مفقود شده؛ با بررسی دفتر املاک معلوم شد سند مالکیت اولیه ذیل ثبت ۵۰۸۸ صفحه ۲۸۰ دفتر املاک جلد ۳۴ به نام متقاضی صادر و تسلیم شده سپس بلاواسطه / مع الواسطه به متقاضی انتقال یافته و برابر سند رسمی – دفتر اسناد رسمی – در رهن – قرار گرفته که دفتر املاک بیش از این حکایتی ندارد لذا باستناد تبصره یک اصلاحی ماده ۱۲۰ آئین نامه قانون ثبت مراتب یک نوبت آگهی و متذکر می گردد هر کس نسبت به تملک مورد آگهی معامله ای انجام داده یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود باشد بایستی ظرف ۱۰ روز از تاریخ انتشار این آگهی اعتراض کتبی خود را با پیوست اصل سند مالکیت یا سند معامله رسمی باین اداره تسلیم نماید. بدیهی است درصورت عدم وصول اعتراض در مهلت مقرر یا وصول اعتراض بدون ارائه سند مالکیت یا سند معامله رسمی نسبت به صدور سند مالکیت المثنی و تسلیم آن به متقاضی اقدام خواهد شد. شماره مسلسل ۶۴۵۴۹۱ می باشد.

۸۸۴/۰۴–ش **مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک خمین – علی چوگری**

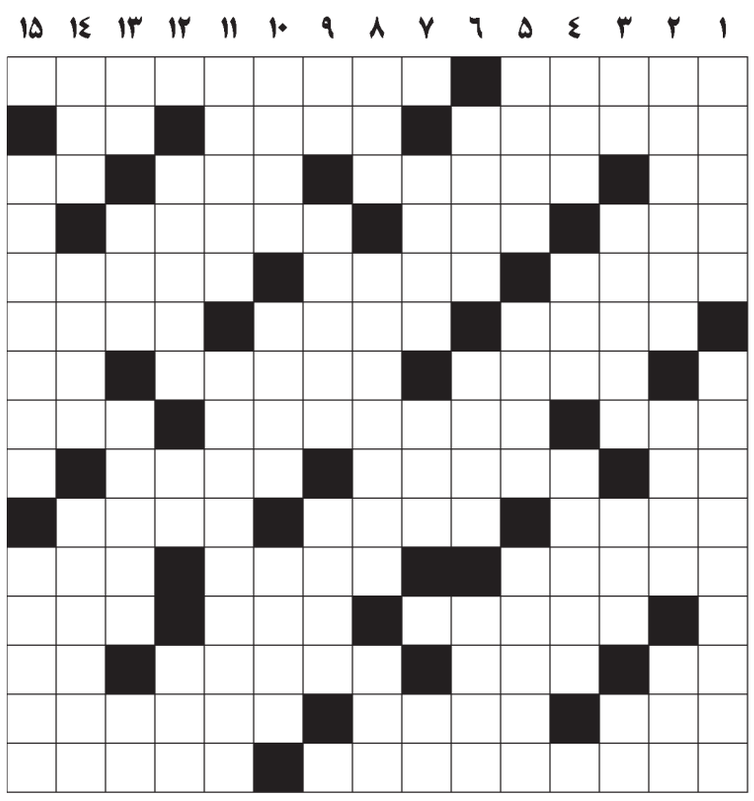
آگهی اعلام تصمیم واحد ثبتی

نظر به اینکه آقای سعید الله یاری برابر وکالتنامه شماره ۱۴۰۳۲۲۰۸۴۴۰۱۲۶۹۳ وکالتا از طرف آقای حسین رحمتی برابر درخواست وارده مورخ ۱۴۰۳/۰۹/۱۸ مبنی بر افراز پلاک ثبتی ۱۰ فرعی از ۹۲ اصلی واقع در جابان حوزه ثبتی دماوند را داده به پیوست یک برگ تصمیم واحد ثبتی به شماره ۶۹۷۳ مورخ ۱۴۰۴/۰۴/۰۸ مبنی بر عدم امکان افراز پلاک ثبتی فوق ارسال میگردد و بعلت معلوم نبودن اقامتگاه سایر شرکاء مراتب جهت آگهی به اطلاع کلیه افراد ذینفع برسد کلیه افراد ذینفع می توانند طبق ماده ۲ قانون افراز و فروش املاک مشاع به مراجع قضایی مراجعه نمایند.

م/الف ۸۸۵/۴۶۹–ش **سرپرست ثبت اسناد و املاک دماوند– امیرتفرقی**

جدول

شماره جدول ۷۸۰۲



افقی

۱-زد و بند کردن - آتش افروز و دو به هم زن ۲-عشق کند و شهرتش فرهاد برد - شهر زیتون ۳-خرید و فروش قرضی - پیشوندی یونانی به معنی ده - جریان دارد - عدد قمری ۴-نزدیک نیست- ثمر درختی - پیش و نزد - بی‌وفایی ۵-گل ته جوی - سبزی اش- از سر گرفتن کاری ۶-وسیله ساز - خوشی وآسایش زندگی - میوه ترشی ۷-عزیز است- گردن کشی - واحد سطح ۸-بنای بلند - از جزایر بزرگ اندونزی - صورت غذا ۹-پایان چیزی - تندرستی - از مصالح ساختمانی برای پی ریزی ۱۰-جذاب است- مخترع عکاسی - هستی ۱۱-بی موقع و بی مورد - چوبوردنه - آسیب و آفت۱۲-سازنده عمارت- حس شنوایی - پسر - دیوار بلند ۱۳-عدد آبادی - نخستین سلسله - بدگویی شعری - شبه جزیره هایی در غرب اروپا ۱۴-حتما زیبا هم هست که چنینش خوانند - محاکمه ۱۵-نیم دایره یی که از یک قطب زمین شروع و به قطب دیگر ختم می شود - چیزهای لوکس و تجملی

عمودی

۱-تعویض کردن - سابقا میدان حسن‌آباد به این نام خوانده می‌شد ۲-سست و ناپایدار - کاسه سر ۳-دربند کردن - مستی است و در اسلام حرام - سود ناشایست- از آلات موسیقی ۴-گندیده و بدبو - برف و باران از اوست- پول زوری - گروه مردم ۵-ضمیری در انگلیسی - پوست جوزبویا - پایین‌ترها ۶-حلاج - پیشوای روحانی زرتشتی - امروزی ۷-اصطلاحی در فوتبال - بازدارنده‌ها - یک تنهای بی میان ۸-دیوار بلند - آموختنی طالب فیض- گردو غبار ۹-جدید است- سرسختی و یکدندگی - بازار پرخریدار ۱۰-قاصد سلیمان - گریزان است- برقرار است۱۱-آشکار کردن - سیاره زحل - حرف تنفر ۱۲-نداکننده - زن برادر شوهر - پول - نماز بموقع ۱۳-آتش می‌گیرد - پیش و نزد - صورت غذا - دیگ دهان گشاد ۱۴-چتر آفتاب گیر - چوب بندی زیر درخت۱۵-اصفهان از او سیراب است- مجرای آب زیرزمینی

حل جدول شماره قبل

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