روزنامه طلوع

تاریخ ۱۷ مرداد ۱۳۹۷ چهارشنبه

صفحه ۵

شماره ۲۳۰۳ سال بیست و چهارم

ضرب‌المثل‌های جهان

غصه فردا و امروز را نباید خورد.

شرقی

سلامت

بایدها و نبایدهای غذایی برای آرتروز

مواد غذایی یا مکمل‌هایی خاص برای کمک به درمان آرتروز وجود ندارند، اما به گفته بنیاد آرتریت آمریکا، برخی رژیم‌های غذایی می‌توانند به بهبود علائم این شرایط کمک کنند.

ایجاد تغییراتی در رژیم غذایی می‌تواند به تسکین علائم استئوآرتریت یا آرتروز مانند درد، سفتی، و تورم کمک کند.

آرتروز شایع‌ترین شکل آرتریت است که هر ساله افراد بسیاری را در سراسر جهان تحت تأثیر قرار می‌دهد. این شرایط به واسطه فرسودگی غضروف در مفاصل با گذشت زمان رخ می‌دهد.

آرتروز می‌تواند هر مفصلی در بدن انسان را تحت تأثیر قرار دهد، اما افراد اغلب در زانوها، دست‌ها، کفل یا ستون فقرات با آن مواجه می‌شوند.

رژیم غذایی چگونه می‌تواند به آرتروز کمک کند؟

مواد غذایی یا مکمل‌هایی خاص برای کمک به درمان آرتروز وجود ندارند، برخی رژیم‌های غذایی می‌توانند به بهبود علائم این شرایط کمک کنند.

برخی مواد غذایی دارای ویژگی‌های ضد التهابی هستند که می‌تواند علائم بیماری را کاهش دهد، در شرایطی که برخی مواد غذایی دیگر موجب تشدید آنها می‌شوند.

درمان آرتروز با تغذیه، مواد غذایی مفید برای آرتروز

برخی رژیم‌های غذایی می‌توانند به بهبود علائم آرتروز کمک کنند

یک رژیم غذایی درست می تواند به روش‌های زیر در بهبود آرتروز نقش داشته باشد:

کاهش التهاب و پیشگیری از آسیب

یک رژیم غذایی متعادل و مغذی ابزارهای موردنیاز برای پیشگیری از آسیب بیشتر به مفصل را در اختیار بدن قرار می‌دهد که برای افراد مبتلا به آرتروز اهمیت ویژه‌ای دارد.

برخی مواد غذایی توانایی کاهش التهاب در بدن را دارند و دنبال کردن یک رژیم غذایی ضد التهاب می‌تواند علائم آرتروز را بهبود ببخشد. مصرف آنتی اکسیدان‌ها شامل ویتامین‌های A، C و E به میزان کافی ممکن است به پیشگیری از آسیب دیدگی هرچه بیشتر مفاصل کمک کند.

کاهش کلسترول

افراد مبتلا به آرتروز احتمال بیشتری دارد دارای کلسترول خون بالا باشند و کاهش کلسترول ممکن است علائم آرتروز را در آن‌ها کاهش دهد.

حفظ وزن مناسب

اضافه وزن یا چاقی می‌تواند فشار بیشتری را به مفاصل وارد کند و ذخیره چربی بیشتر در بدن التهاب هرچه بیشتر در بدن را به همراه دارد. حفظ وزن سالم می‌تواند علائم آرتروز را کاهش دهد.

حفظ وزن سالم می‌تواند برای برخی افراد، به ویژه آنهایی که به شرایطی مبتلا هستند که تحرک را کاهش می‌دهد، مانند آرتروز، دشوار باشد. یک متخصص تغذیه یا پزشک می‌تواند توصیه‌های لازم را در این زمینه ارائه کند.

۸ ماده غذایی که باید مصرف شوند و چرا

افزودن برخی مواد غذایی به رژیم غذایی می‌تواند استخوان‌ها، عضلات، و مفاصل را تقویت کرده و به بدن در مبارزه با التهاب و بیماری کمک کند.

ماهی چرب

ماهی‌های چرب سرشار از اسیدهای چرب امگا۳ هستند. این چربی‌های چند غیر اشباع از خواص ضد التهابی سود می‌برند، از این رو برای افراد مبتلا به آرتروز مفید هستند.

از جمله ماهی‌های چرب می‌توان به ساردین، خالمخالی، سالمون، و تن اشاره کرد.

افرادی که به مصرف ماهی علاقه‌ای ندارند می‌توانند از مکمل‌های حاوی اسیدهای چرب امگا۳ استفاده کنند که از آن جمله می‌توان به روغن ماهی، روغن کریل یا روغن بذر کتان اشاره کرد.

از دیگر منابع اسیدهای چرب امگا۳ می‌توان به دانه‌های چیا، بذر کتان، و گردو اشاره کرد. این مواد غذایی نیز می‌توانند به مبارزه با التهاب کمک کنند.

روغن‌ها

افزون بر ماهی‌های چرب، برخی انواع دیگر روغن می‌توانند به کاهش التهاب کمک کنند. روغن زیتون فوق بکر از سطوح بالای اولئوکانتال سود می‌برد که ممکن است خواص مشابهی با داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی ارائه کند.

روغن‌های آووکادو و گلرنگ از دیگر گزینه های مفید هستند و ممکن است به کاهش کلسترول نیز کمک کنند.

ماهی‌های چرب سرشار از اسیدهای چرب امگا۳ هستند.

لبنیات

شیر، ماست و پنیر سرشار از کلسیم و ویتامین D هستند. این مواد مغذی استحکام استخوان را افزایش می‌دهند که ممکن است به بهبود علائم دردناک آرتروز کمک کند.

لبنیات حاوی پروتئین‌ها نیز هستند که می‌تواند به عضله‌سازی کمک کند. افرادی که قصد دارند وزن خود را مدیریت کنند می‌توانند لبنیات کم‌چرب را انتخاب کنند.

سبزیجات برگدار سبز

این محصولات سرشار از ویتامین D و مواد شیمیایی گیاهی ضد استرس و آنتی اکسیدان‌ها هستند. ویتامین D برای جذب کلسیم ضروری است و می‌تواند سیستم ایمنی بدن را نیز تقویت کرده و به مبارزه بدن با عفونت کمک کند.

از جمله بهترین انتخاب‌ها در این دسته می‌توان به اسفناج، کیل، برگ چغندر، و برگ‌های کولارد اشاره کرد.

بروکلی

بروکلی حاوی ترکیبی به نام سولفورفان است که پژوهشگران بر این باورند می تواند آهنگ پیشرفت آرتروز را کند سازد. همچنین، بروکلی سرشار از ویتامین های K و C و ماده مغذی کلسیم است.

چای سبز

پلی فنول‌ها آنتی‌اکسیدان‌هایی هستند که کارشناسان بر این باورند ممکن است توانایی کاهش التهاب و کند ساختن نرخ آسیب غضروف را داشته باشند. چای سبز از سطوح بالای پلی فنول ها سود می‌برد.

سیر

دانشمندان بر این باورند که ترکیبی به دی‌آلیل دی سولفید موجود در سیر ممکن است علیه آنزیم‌هایی در بدن که به غضروف آسیب می‌رسانند وارد عمل شود.

مغزهای خوراکی

مغزهای خوراکی برای سلامت قلب انسان مفید بوده و حاوی سطوح بالای کلسیم، منیزیم، روی، ویتامین E و فیبر هستند. همچنین، آنها حاوی اسید آلفا لینولنیک هستند که سیستم ایمنی بدن را تقویت می‌کند.

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

برابر رأی شماره ۱۳۹۷۶۰۳۱۱۰۳۵۰۰۲۹۸۶ مورخه ۱۳۹۷/۰۵/۰۷ هیأت اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز - ناحیه ۳ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم افسانه محمدی فرزند داداله به شماره شناسنامه ۳۸۶ صادره از ممسنی کد ملی ۲۳۹۰۴۵۲۷۴۴ نسبت به ششدانگ یک باب ساختمان به مساحت ۲۰۰ مترمربع به پلاک ۸/۳۸۷۸۹ مفروز و مجزی شده از پلاک ۸/۱۱۹۵ واقع در شیراز گویم روبروی بهزیستی کوچه سوم سمت چپ داخل کوچه سمت راست کدپستی ۷۱۹۸۴۷۲۲۴۶ خریداری از مالک رسمی آقای سید فتحعلی جعفری فرزند اسحق محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، 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. ۹۸۶۱م الف ۲۷۴۰۸/۱۶۷۰۹

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۷/۰۵/۱۷ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۷/۰۶/۰۳

شاپور زارع شیبانی – رییس اداره ثبت اسناد و املاک ناحیه سه شیراز

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

برابر رأی شماره ۱۳۹۷۶۰۳۱۱۰۳۵۰۰۲۹۳۸ مورخه ۱۳۹۷/۰۵/۰۶ هیأت اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز - ناحیه ۳ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم قدریه شایان فرزند محمد ابراهیم به شماره شناسنامه ۲۰۴۶ صادره از لارستان کد ملی ۲۵۱۰۷۶۶۷۰۸ نسبت به ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۱۹۹/۵۷ مترمربع به پلاک ۸/۳۸۷۹۵ مفروز و مجزی شده از پلاک ۸ باقی مانده واقع در شیراز گویم خیابان ولایت کوچه ۱۰ کدپستی ۷۱۹۷۱۳۵۶۳۹ خریداری از مالک رسمی آقای محمدرحیم رمضانی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، 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.۹۸۶۶م الف ۲۷۴۳۵/۱۶۷۲۷

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۷/۰۵/۱۷ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۷/۰۶/۰۳

شاپور زارع شیبانی – رییس اداره ثبت اسناد و املاک ناحیه سه شیراز

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

برابر رأی شماره ۱۳۹۷۶۰۳۱۱۰۳۵۰۰۳۰۴۷ مورخه ۱۳۹۷/۰۵/۰۹ هیأت اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز - ناحیه ۳ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای محمد فرازی فرزند سیاه بخش به شماره شناسنامه ۳۷۲۷ صادره از گچساران کد ملی ۴۲۶۸۸۱۶۹۷۶ نسبت به ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۱۰۷/۲۴ مترمربع به پلاک ۸/۳۸۷۹۶ مفروز و مجزی شده از پلاک ۸ باقی مانده واقع در شیراز گویم نو انتهای خیابان شقایق بن بست سوم کدپستی ۷۱۹۷۱۱۲۹۳۳ خریداری از مالک رسمی آقای علی شیری فرزند خدایار محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، 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. ۹۸۶۷م الف ۲۷۴۳۷/۱۶۷۲۸

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۷/۰۵/۱۷ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۷/۰۶/۰۳

شاپور زارع شیبانی – رییس اداره ثبت اسناد و املاک ناحیه سه شیراز

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

برابر رأی شماره ۱۳۹۷۶۰۳۱۱۰۳۵۰۰۲۹۰۱ مورخه ۱۳۹۷/۰۵/۰۴ هیأت اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز - ناحیه ۳ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای فرزاد صفری فرزند قریب علی به شماره شناسنامه ۲ صادره از شیراز کد ملی ۲۲۹۹۴۹۱۰۱۵ نسبت به ششدانگ یک باب رستوران و ساختمان به مساحت ۱۲۹۷/۵۳ مترمربع به پلاک ۸/۳۸۷۸۸ مفروز و مجزی شده از پلاک ۸/۱۳ واقع در گود گویم نبش زیتون ۵ کدپستی ۷۱۹۸۴۴۱۸۸۴ خریداری از مالک رسمی آقای غریب علی صفری محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، 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. ۹۸۶۸م الف ۲۷۴۳۹/۱۶۷۳۰

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۷/۰۵/۱۷ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۷/۰۶/۰۳

شاپور زارع شیبانی – رییس اداره ثبت اسناد و املاک ناحیه سه شیراز

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

برابر رأی شماره ۱۳۹۷۶۰۳۱۱۰۳۵۰۰۳۰۴۹ مورخه ۱۳۹۷/۰۵/۰۹ هیأت اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز - ناحیه ۳ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای کورش اکرمی فرزند نادر به شماره شناسنامه ۵ صادره از شیراز کد ملی ۲۲۹۹۴۸۰۳۶۶ نسبت به ششدانگ یک باب ساختمان به مساحت ۲۴۴/۷۹ مترمربع به پلاک ۹/۳۶۱۸ مفروز و مجزی شده از پلاک ۹/۳ واقع در شیراز دو کوهک شهرک فجر کوچه بهار خریداری از مالک رسمی آقای هدایت اله دوکوهکی احد از ورثه ای حسین دو کوهکی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، 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. ۹۸۶۵م الف ۲۷۴۳۲/۱۶۷۲۵

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۷/۰۵/۱۷ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۷/۰۶/۰۳

شاپور زارع شیبانی – رییس اداره ثبت اسناد و املاک ناحیه سه شیراز

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

برابر رأی شماره ۱۳۹۷۶۰۳۱۱۰۳۵۰۰۲۸۹۸ مورخه ۱۳۹۷/۰۵/۰۳ هیأت اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز - ناحیه ۳ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای وحید آزاد فرزند جبار به شماره شناسنامه ۳۲۸ صادره از شیراز کد ملی ۲۲۹۲۲۱۹۷۱۹ نسبت به ششدانگ یک باب ساختمان به مساحت ۳۹/۴۰ مترمربع به پلاک ۸/۳۸۷۸۷ مفروز و مجزی شده از پلاک ۸/۱۳ واقع در شیراز گود گویم نبش زیتون ۱۰ دنا مارکت خریداری از مالک رسمی آقای ابراهیم حسینی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، 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. ۹۸۶۴م الف ۲۷۴۲۷/۱۶۷۱۵

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۷/۰۵/۱۷ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۷/۰۶/۰۳

شاپور زارع شیبانی – رییس اداره ثبت اسناد و املاک ناحیه سه شیراز

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

برابر رأی شماره ۱۳۹۷۶۰۳۱۱۰۳۴۰۰۰۷۳۵ مورخه ۱۳۹۷/۰۴/۱۶ هیأت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز ناحیه دو تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای علی سکندری فرزند حسین به شماره شناسنامه ۴ صادره از داراب به شماره ملی ۲۴۹۱۵۳۰۸۳۱ در ششدانگ اعیانی یک باب خانه ساخته شده در عرصه یک قطعه زمین موقوفه به مساحت ۱۸۱ مترمربع قسمتی از پلاک ۲۰۷۰ اصلی واقع در بخش چهار شیراز که برابر یک فقره اجاره نامه عادی با حق احداث اعیانی به متقاضی واگذار گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، 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. ۹۸۶۲م الف

تاریخ انتشار نوبت اول: چهارشنبه ۱۳۹۷/۰۵/۱۷

تاریخ انتشار نوبت دوم: پنجشنبه ۱۳۹۷/۰۶/۰۱ ۲۷۳۹۲/۱۶۶۹۵

جهانبخش اسفندیاری نیا – رییس اداره ثبت اسناد و املاک منطقه دو شیراز

آگهی مزایده اموال منقول

اجرای احکام حقوقی دادگستری کازرون به موجب محتویات پرونده ۹۳۰۰۶۸ اجرایی له محمدحسین چراغی فرزند نصراله به طرفیت قدرت اله ریسی فرزند جانعلی و با تجویز از مواد مندرج در قانون اجرای احکام حقوقی مصوب سال ۱۳۵۶ و بنا به تقاضای محکوم له اموال توقیفی شامل خط تلفن همراه به شماره ۰۹۱۷۱۱۱۷۵۵۱ که از طرف کارشناس ارزیابی و به مبلغ ۵/۰۰۰/۰۰۰ ریال قیمت گذاری گردیده است را از طریق مزایده به فروش می رساند. لذا بدین وسیله به اطلاع عموم می رساند کسانی که مایل به خرید باشند روز سه شنبه ۱۳۹۷/۶/۱۳ ساعت ده صبح در این اجرا حاضر و قیمتهای پیشنهادی خود را ارایه نمایند. مزایده از قیمت پایه شروع و شخصی که بالاترین قیمت پیشنهادی را ارایه نماید برنده مزایده خواهد بود و موظف به پرداخت قیمت پیشنهادی در جلسه مزایده خواهد بود. مزایده با حضور نماینده دادستان برگزار خواهد شد محکوم له نیز می تواند مانند سایرین در خرید شرکت نماید. حضور متقاضیان در این جلسه آزاد می باشد و می توانند جهت اطلاع بیشتر از وضعیت وسایل مذکور تا پنج روز قبل از تاریخ فوق به این اجرا مراجعه نمایند. این آگهی به استناد ماده ۱۸۵ قانون اجرای احکام حقوقی برای نوبت اول در یکی از روزنامه های محلی درج و منتشر می گردد. ۶۵۹/ م الف ۷/۷۸۸

دادرس اجرای احکام حقوقی دادگستری کازرون – روستا

آگهی تحدید حدود اختصاصی

آگهی تحدید حدود اختصاصی پلاک ۴۵۲۴/۹ واقع در قطعه ۳ بخش ۲۵ فارس شهرستان مهر نخلستان روستای چاه خالوها، چون عملیات تحدید حدود پلاک فوق به عنوان ششدانگ یک درب باغ نخلی و زمین متصل به آن به مساحت ۱۲۶۹۱ متر مربع واقع در قطعه ۳ بخش ۲۵ فارس شهرستان مهر نخلستان روستای چاه خالوها به نام آقای غلام عباسی فرزند بهرام، می بایست تجدید گردد لذا برحسب تقاضای کتبی متقاضی، تحدید حدود پلاک فوق راس ساعت ۸ صبح روز دوشنبه مورخ ۱۳۹۷/۰۵/۲۲ در محل وقوع ملک شروع و عملیات تحدید حدود بعمل خواهد آمد لذا از کلیه صاحبان املاک مجاور بر طبق ماده ۱۴ قانون ثبت دعوت می گردد. که در وقت، مقرر در محل وقوع ملک حضور بهم رسانند. واخواهی مجاورین نسبت به حدود و حقوق ارتفاقی به استناد ماده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورت مجلس تحدید تا سی روز پذیرفته خواهد شد ،که بایستی کتبا به اداره ثبت محل تسلیم و رسید عرض حال دریافت نمائید ضمنا معترض از تاریخ تسلیم اعتراض به اداره ثبت یک ماه فرصت خواهد داشت که دادخواست خود را به دادگاه صالحه تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست را اخذ و به اداره ثبت ارائه نماید در غیر اینصورت سند مالکیت برابر مقررات صادر خواهد شد. ۲۲۶/ م الف تاریخ انتشار:۱۳۹۷/۰۵/۱۷ ۲۷۴۴۴/۱۶۷۳۳

خلیل شاکری– رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان مهر

آگهی تحدید حدود اختصاصی

آگهی تحدید حدود اختصاصی پلاک ۲۵۲۱/۷۰ واقع در قطعه ۳ بخش ۲۵ فارس شهرستان مهر نخلستان شهر مهر، چون عملیات تحدید حدود پلاک فوق به عنوان ششدانگ یک درب باغ نخلی به مساحت ۴۷۱۴ متر مربع واقع در قطعه ۳ بخش ۲۵ فارس شهرستان مهر نخلستان مهر به نام آقایان محمد و رضا اسماعیلی فرزندان ابراهیم، می بایست تجدید گردد لذا برحسب تقاضای کتبی متقاضی، تحدید حدود پلاک فوق راس ساعت ۸ صبح روز دوشنبه مورخ ۱۳۹۷/۰۵/۲۲ در محل وقوع ملک شروع و عملیات تحدید حدود بعمل خواهد آمد لذا از کلیه صاحبان املاک مجاور بر طبق ماده ۱۴ قانون ثبت دعوت می گردد. که در وقت، مقرر در محل وقوع ملک حضور بهم رسانند. واخواهی مجاورین نسبت به حدود و حقوق ارتفاقی به استناد ماده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورت مجلس تحدید تا سی روز پذیرفته خواهد شد ،که بایستی کتبا به اداره ثبت محل تسلیم و رسید عرض حال دریافت نمائید ضمنا معترض از تاریخ تسلیم اعتراض به اداره ثبت یک ماه فرصت خواهد داشت که دادخواست خود را به دادگاه صالحه تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست را اخذ و به اداره ثبت ارائه نماید در غیر اینصورت سند مالکیت برابر مقررات صادر خواهد شد. ۲۲۳/ م الف

تاریخ انتشار:۱۳۹۷/۰۵/۱۷ ۲۷۴۴۵/۱۶۷۳۲

خلیل شاکری– رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان مهر

آگهی تحدید حدود اختصاصی

آگهی تحدید حدود اختصاصی پلاک ۴۵۲۰/۱۰ واقع در قطعه ۳ بخش ۲۵ فارس شهرستان مهر شهر مهر، چون عملیات تحدید حدود پلاک فوق به عنوان ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۱۲۴۸۳ متر مربع واقع در قطعه ۳ بخش ۲۵ فارس شهرستان مهر نخلستان چاه خالوها به نام آقایان محمد و حسین فالی فرزندان احمد و زین العابدین، می بایست تجدید گردد لذا برحسب تقاضای کتبی متقاضی، تحدید حدود پلاک فوق راس ساعت ۸ صبح روز شنبه مورخ ۹۶/۱۱/۰۲ در محل وقوع ملک شروع و عملیات تحدید حدود بعمل خواهد آمد لذا از کلیه صاحبان املاک مجاور بر طبق ماده ۱۴ قانون ثبت دعوت می گردد. که در وقت، مقرر در محل وقوع ملک حضور بهم رسانند. واخواهی مجاورین نسبت به حدود و حقوق ارتفاقی به استناد ماده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورت مجلس تحدید تا سی روز پذیرفته خواهد شد ،که بایستی کتبا به اداره ثبت محل تسلیم و رسید عرض حال دریافت نمائید ضمنا معترض از تاریخ تسلیم اعتراض به اداره ثبت یک ماه فرصت خواهد داشت که دادخواست خود را به دادگاه صالحه تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست را اخذ و به اداره ثبت ارائه نماید در غیر اینصورت سند مالکیت برابر مقررات صادر خواهد شد. ۲۲۵/ م الف

تاریخ انتشار:۱۳۹۷/۰۵/۱۷ ۲۷۴۴۶/۱۶۷۳۱

خلیل شاکری– رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان مهر

دادنامه

پرونده کلاسه ۹۶۰۹۹۸۷۷۲۶۱۰۰۲۴۲ شعبه ۱ دادگاه عمومی حقوقی شهرستان دیلم

تصمیم نهایی شماره ۹۷۰۹۹۷۷۷۲۶۱۰۰۴۶۶

خواهان: خانم رقیه غلامیان فرزند علی با وکالت آقای یوسف پذیره فرزند محمد به نشانی استان بوشهر- دیلم خیابان شهدا جنوبی

خوانده: آقای جواد جوکار فرزند خسرو مجهول المکان

خواسته ها: ۱- طلاق به درخواست زوجه ۲- مطالبه خسارت

گردشکار: خواهان دادخواستی بطرفیت خوانده تقدیم که پس از ثبت به کلاسه ی فوق و جری تشریفات قانونی جلسه ی دادگاه تشکیل با عنایت به محتویات پرونده ختم رسیدگی را اعلام و با استعانت از خداوند متعال به شرح ذیل مبادرت به صدور رای می نماید.

رای دادگاه

درخصوص دادخواست خانم رقیه غلامیان فرزند علی با وکالت آقای یوسف پذیره به طرفیت جواد جوکار فرزند خسرو به خواسته ی صدور حکم طلاق به دلیل عسر و حرج و خسارات دادرسی بدین توضیح که خواهان درمورخه ی ۷۹/۹/۸ به عقد ازدواج خوانده درآمده است و حاصل زندگی مشترک زوجین سه فرزند بنام نرجس، نجمه، محمدمهدی می باشد که حال با توجه به دلیل اختلافات پیش آمده و عدم تفاهم اخلاقی و اینکه چندین سال خوانده آنها را رها کرده و مجهول المکان می باشد و مدت مدیدی بلاتکلیف و مستاصل می باشند و شدیدا در عسر و حرج بسر می برند... خواهان دعوی در صفحات ۴۵ و ۷۵ پرونده اصرار نموده است که تقاضای طلاق دارد و پس از اجرای صیغه ی طلاق حق و حقوق مالی خویش از قبیل اجرت المثل، نفقه خود و فرزندان را مطالبه خواهم کرد ضمنا مهریه در اجرای احکام مدنی در حال اجرا می باشد و تحت پی گیری است لذا با توجه به درخواست خواهان مبنی بر عدم ارجاع موضوع به کارشناسی جهت تعیین حقوق مالی زوجه و فرزندان بدین نحو که حقوق مالی خود و فرزندان را پس از اجرای صیغه ی طلاق مطالبه خواهد کرد. دادگاه با عنایت به محتویات و مندرجات پرونده و مدارک پیوستی مستندا به مواد ۱۱۳۳ اصلاحی، ۱۱۳۴-۱۱۳۵-۱۱۴۸-۱۱۴۳-۱۱۴۹-۱۱۵۰-۱۱۵۱ قانون مدنی و مواد ۲۶، ۲۹، ۳۱، ۳۲، ۳۳ و تبصره ی آن و ۳۴ و ۳۵ و ۳۸ و ۳۹ قانون حمایت از خانواده مصوب ۹۱ و ۵۱۹ و ۵۲۰ ق.آ.د.م حکم بر الزام زوج به طلاق به منظور اجرای صیغه ی طلاق و خسارات دادرسی صادر و اعلام می گردد فرزندان مشترک با توجه به اینکه سن آنان از هفت سال بیشتر است مشمول حضانت نمی گردند ولی نگهداری و مواظبت از آنان تا سن رشد در خصوص فرزند پسر و دختران مادام که شوهر نکرده اند با مادر می باشد طلاق صادره از نوع رجعی بوده و حق رجوع برای مرد در مدت عده وجود دارد اعتبار حکم طلاق برای تسلیم به دفتر طلاق ۶ ماه پس از تاریخ ابلاغ رای قطعی و یا قطعی شدن رای است رای صادره غیابی است و ظرف مدت ۲۰ روز از تاریخ ابلاغ قابل واخواهی در همین دادگاه و پس از آن ظرف ۲۰ روز قابل تجدید نظر خواهی در محاکم تجدید نظر بوشهر می باشد و پس از آن ظرف مدت ۲۰ روز قابل فرجام خواهی در محاکم دیوان عالی کشور می باشد. ۱۰۴/م الف ۲۷۴۴۳

رییس شعبه اول دادگاه حقوقی دیلم

آگهی مناقصه عمومی ۳۹۸-۹۷

نوبت اول آگهی: ۹۷/۰۵/۱۶ روزنامه خبرجنوب

نوبت دوم آگهی: ۹۷/۰۵/۱۷ روزنامه طلوع

شهرداری منطقه چهار شیراز در نظر دارد عملیات حفظ و نگهداری فضای سبز محدوده H (مطابق شرح مندرج در اسناد مناقصه) را برای مدت یک سال شمسی با برآورد اولیه ۶/۱۰۵/۸۲۸/۶۶۷ ریال، از طریق مناقصه عمومی و با شرایط ذیل به بخش خصوصی واگذار نماید. بدینوسیله از کلیه شرکتهای واجد شرایط دعوت بعمل می آید. جهت اخذ اوراق و شرکت در مناقصه از زمان درج آگهی لغایت پایان وقت اداری مورخه ۱۳۹۷/۵/۲۸ به آدرس: شیراز- ابتدای بلوار امیرکبیر شهرداری منطقه چهار شیراز مراجعه نمایند.

۱- ارائه صلاحیت معتبر مربوط با موضوع مناقصه از اداره کار و امور اجتماعی استان فارس الزامی است و ارائه صلاحیت سایر استانها می بایست به همراه مجوز فعالیت از اداره کار استان فارس باشد.

۲- مدیرعامل یا حداقل یکی از اعضا اصلی هیئت مدیره شرکت الزاما می بایست کارشناس فضای سبز یا کشاورزی، سهام دار و دارای حق امضا مجاز در اسناد مالی تعهدآور و قراردادها باشد.

۳- موضوع اساسنامه شرکت خدمات فضای سبز باشد.

۴- مبلغ سپرده شرکت در مناقصه ۳۰۵/۳۰۰/۰۰۰ ریال بصورت واریز نقدی یا ضمانت نامه بانکی معتبر

۵- آخرین مهلت تحویل پیشنهادها: تا پایان وقت اداری روز دوشنبه مورخه ۱۳۹۷/۰۵/۲۹ می باشد.

۶- زمان بازدید میدانی ساعت ۹ صبح روز شنبه مورخه ۹۷/۰۵/۲۷ و محل تجمع واحد فضای سبز منطقه چهار می باشد.

۷- زمان تشکیل کمیسیون مناقصه، جهت بازگشایی پاکت ها روز سه شنبه مورخه ۱۳۹۷/۰۵/۳۰ در محل سالن اجتماعات اداره کل حقوقی شهرداری شیراز واقع در چهار راه خلدبرین خواهد بود.

۸- هزینه درج آگهی بعهده برنده مناقصه بوده و شهرداری در رد یک یا تمام پیشنهادها مختار است که در اینصورت سپرده ها مسترد می گردد.

۹- بدیهی است شرکت در مناقصه و ارائه پیشنهاد بمنزله قبول کلیه شروط و تصمیمات متخذه شهرداری خواهد بود.

۱۰- سایر شرایط و مشخصات در اسناد مناقصه ارائه خواهد شد.

ضمناً در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر شماره تلفن ۳۸۳۰۸۵۹۶ آماده پاسخگویی می‌باشد. ۲۷۴۴۱

**اداره کل ارتباطات و امور بین الملل شه