



تاریخ	۱۵
مرداد	۱۳۹۸
سه‌شنبه	

## سخن بزرگان

# تغییری باش که در جهان می‌خواهی.

### گانندی

صفحه	۵
شماره	۲۵۸۰
سال	بیست‌ونجم

## سلامت



## چرا نباید شب‌ها چای سبز بخوریم؟

چای سبز توانسته با فواید کم‌نظیرش جایگاه خود را در جوامع مختلف تثبیت کرده و روزبه‌روز تعداد کسانی که به نوشیدن چای سبز روی می‌آورند، بیشتر و بیشتر می‌شود، اما کمتر کسی می‌داند که این نوشیدنی را چه زمانی باید بنوشد.

به گزارش جام جم آنلاین از باشگاه خبرنگاران جوان، چای سبز مقدار قابل توجهی از مواد معدنی مفید در خود دارد، ازجمله این مواد آنتی‌اکسیدان‌ها و کافئین است که می‌تواند کارکرد سلول‌های عصبی را تقویت کرده و موجب آرامش خاطر، بهبود سیستم واکنش و تقویت حافظه شود.

اسیدهای آمینه و به‌ویژه تیائین موجود در چای سبز استرس را کاسته و به افراد کمک می‌کند زمان طولانی‌تری خوابیده و کیفیت خواب آن‌ها را نیز بهبود می‌دهد. این عناصر به کمک هیدرینگر می‌تواند باعث بهبود کارایی مغز، کاهش وزن، پیشگیری از سرطان و دیابت نوع ۲ و همچنین بیماری‌های قلبی می‌شوند.

مطالعات نشان داده که مصرف ۳ تا ۴ لیوان چای سبز در روز می‌تواند باعث کاهش خستگی شود. علیرغم همه مزایای چای سبز برای چای سبز ذکر شد، کافئین یک عامل محرک طبیعی است و هر لیوان چای ۲۴۰ میلی‌لیتری حدود ۳۰ میلی‌گرم کافئین در خود دارد. تأثیرات کافئین ۲۰ دقیقه برای آغاز شدن زمان نیاز دارند و یک ساعت پس از مصرف به نقطه اوج خود می‌رسند. ازاین‌رو نوشیدن چای سبز پیش از خواب، توان افراد برای خوابیدن را مختل می‌کند. افراد همچنین در طول شب ناچار خواهند بود که مثانه خود را تخلیه کنند و این موضوع کیفیت خواب آن‌ها را می‌کاهد.

ازاین‌رو می‌توان گفت که نوشیدن چای سبز در هنگام شب، می‌تواند مضر تبدیل کرده و کارایی آن در بهبود سیستم خواب افراد را معکوس کند.

در یک مرکز خرید یا پیاده‌روی با کودک خود خستگی می‌تواند ظاهر شود. بعضی‌اوقات خستگی ناشی از استرس و عدم ورزش ناشی از بعضی‌اوقات به دلیل رژیم غذایی ضعیف و در محیط کار احساس خستگی می‌کنیم؛ اما در هرکجا که هستید و هر کاری که انجام دهید، راهی برای تقویت انرژی بدون نوشیدن ۱۰ فنجان قهوه یا ۱۰ ساعت خواب نیز وجود دارد.

در این مطلب اینترفندهای تقویت‌کننده انرژی را برای کمک به شما در مبارزه با خستگی و شارژ مجدد باتری‌های خود قرار داده‌ایم.

### ۲۰ دقیقه چرت زدن

محققان بر این باورند که ۲۰ دقیقه زمان مناسب چرت زدن است که باعث می‌شود بعد از بیدار شدن احساس هوشیاری و انرژی داشته باشید. درحالی‌که خواب عمیق‌تر و طولانی‌تر در شب باعث ترمیم کامل بدن و ذهن شما می‌شود، یک چرت زدن ۲۰ دقیقه‌ای در طول روز انرژی بیشتری برای ادامه کار به شما می‌دهد.

### چند نکته در مورد چگونگی چرت زدن

در مکانی خنک و تاریک و بدون حواس‌پرتی چرت بزنید. برای اخلاص شدن از نور از ماسک خواب استفاده کنید. یک یا دو ساعت بعد از ناهار چرت بزنید.

### درست بنشینید

مطالعات نشان داده است که نشستن در حالت قائم به ما کمک می‌کند تا با افزایش سطح اکسیژن در خونمان با خستگی مبارزه کنیم. آزمایشات دیگر نشان داده است که افرادی که مستقیم نشسته‌اند، در مقایسه با افرادی که در حالت خمیده نشسته‌اند، روحیه بهتری دارند و احساسات منفی کمتری را تجربه می‌کنند. شما همچنین می‌توانید مقداری کشش سبک را در میز کار خود انجام دهید تا گردش خون بهبود یابد و انرژی بیشتری کسب کنید.

### حسابی بخندید

خنده مزایای سلامتی زیادی دارد و ایجاد انرژی بیشتر و هوشیاری یکی از آن‌هاست.

## ۱۰ ترفند برای رفع خستگی



وقتی می‌خندیم، در هوای غنی از اکسیژن نفس می‌کشیم که قلب و مایه‌های ما را تحریک می‌کند و سطح اندورفین‌ها در خون ما افزایش می‌دهد. درنتیجه، خنده باعث افزایش انرژی واقعی ما می‌شود؛ بنابراین، دفعه دیگر که احساس می‌کنید کم انرژی هستید و نمی‌توانید با کارهای روزمره را ادامه دهید، چیز خنده‌دار تماشا کنید یا چیزی خنده‌دار بخوانید.

### چوب دارچین را بو کنید

عطر دارچین تأثیر شگفت‌انگیز در مغز انسان دارد. فعالیت مغز را تقویت می‌کند و با از دست دادن حافظه و تشنگی عصبی مبارزه می‌کند، همین امر باعث می‌شود سریع‌تر فکر کنیم. سایر عطرهایی که می‌توانند شما را هوشیارتر کنند روغن‌های اساسی لیمو و پرتقال است، اما مراقب باشید؛ روغن‌های اساسی می‌توانند باعث تحریک و واکنش‌های آلرژیک شوند و باید بااحتیاط مصرف شوند.

### بگذار آفتاب به داخل بتابد

اغلب وقتی در مکان‌های تاریک هستیم دچار خستگی و سرگیجه می‌شویم. تاریکی بدن ما را به سمت تولید سروتونین کمتری سوق می‌دهد، یک انتقال‌دهنده عصبی مهم است که باعث می‌شود احساس خواب‌آلودگی کنیم. پرده‌ها را کنار بزنید و اجازه دهید کمی آفتاب وارد شود، یا در فضای بیرون پیاده‌روی کنید. در هوای تازه تنفس کنید، از پرتوهای خورشید لذت ببرید، احتمالاً احساس شادایی و انرژی بیشتری خواهید داشت.

### یک نوشیدنی انرژی‌زای DIY مصرف کنید

بسیاری از دستورالعمل‌های DIY طبیعی برای نوشیدنی‌های انرژی‌زا وجود دارد که می‌توانید ساده‌ترین آنها فقط شامل ۴ ماده است: لیمو، زنجبیل، عسل و آب. یک قاشق غذاخوری زنجبیل، یک قاشق غذاخوری آب‌لیمو و یک قاشق غذاخوری عسل مخلوط کنید. یک لیوان آب اضافه کنید و به آرامی هم بزنید. اگر می‌خواهید نوشیدنی شما واقعاً سرد باشد مقداری یخ به آن اضافه کنید یا فقط یک لیوان آب. به گنجه پزشکان، کمبود آب بدن یکی از اصلی‌ترین دلایل خستگی است. علائم دیگر کم‌آبی شامل سردرد، سرگیجه و نوسانات خلقی است. بسیاری از ما به مقدار کافی مایعات روزانه مصرف نمی‌کنیم

و اغلب فقط وقتی احساس تشنگی می‌کنیم یک لیوان آب می‌نوشیم؛ بنابراین، دفعه بعد که احساس خواب‌آلودگی و سرگیجه می‌کنید، یک لیوان آب بنوشید و ببینید چه اتفاقی می‌افتد.

### آواز بخوانید

آواز درست مثل ورزش یا پیاده‌روی، مغز شما را از خواب بیدار می‌کند و جریان خون را افزایش می‌دهد. آواز خواندن باعث می‌شود احساس فراز و نشیب بیشتری داشته باشید. علاوه بر این، آواز خواندن یک قاشق غذاخوری زنجبیل، طبیعی خوبی است و می‌تواند ذهن شما را از مشکلات روزمره خارج کند.

### ماساژ با استرس را دور می‌کند

استرس یکی از دلایلی است که ما تا پایان روز احساس خستگی می‌کنیم. یک ماساژ یا برطرف‌کننده استرس می‌تواند باعث شکستگی در بدن خسته شما شود. پاهای ما حاوی بیش از ۷۰۰۰ انتهای عصبی، ۱۹ عضله مختلف، ۱۰۷ رباط و ۲۶ استخوان است.

برخی مواد غذایی وجود دارند که بلعیدن آن‌ها توسط یک فرد بالغ سالم نیز می‌تواند خطرناک و حتی کشنده باشد. به گزارش جام جم آنلاین از باشگاه خبرنگاران جوان، اگر از یک حیوان خانگی نگهداری می‌کنید، احتمالاً می‌دانید که بلعیدن برخی مواد غذایی و گیاهان می‌تواند موجب مرگ سگ‌ها یا گربه‌ها شود.

## اگر از جان خود سیر نشده‌اید خوردن این مواد غذایی ممنوع!

محدود کردن مواجهه با این سموم طبیعی را که از برخی مواد غذایی سرچشمه می‌گیرند، ارائه کرده‌اند.

### هسته‌های گیلاس

هسته‌های گیلاس که یک میوه محبوب تابستانی محسوب می‌شود سرشار از اسید پروسیک است که به‌عنوان سیانید نیز شناخته می‌شود و یک سم مرگبار است، اما اگر به‌طور تصادفی یک هسته گیلاس را قورت دادید، دچار نگرانی نشوید. این سم تنها در صورت شکستن یا خوردن هسته آزاد می‌شود. پس‌ازاین کار پرهیز کنید.

### هسته‌های سیب

هسته‌های سیب نیز حاوی سیانید هستند. البته هسته‌های سیب زمانی خطرآفرین می‌شوند که به میزان زیاد مصرف شوند، اما آگاهی از خطرناک بودن آن‌ها همچنان خوب است. سیانید می‌تواند موجب تنفس سریع، تشنج و احتمالاً مرگ شود.

### الدربری

شریت الدربری به‌عنوان یک تقویت‌کننده طبیعی سیستم ایمنی شناخته می‌شود. همچنین، این ماده غذایی با سرماخوردگی و بیوست مبارزه می‌کند؛ اما الدربری‌های کال و همچنین پوست درخت و برگ‌های این گیاه حاوی سیانید و لکتین هستند که می‌توانند موجب اسهال

اما در صورت مصرف بیش‌ازحد خطر تشکیل سنگ‌های کلیوی، مسائل مرتبط با لخته شدن خون، استفراغ، اسهال، ضعف استخوان‌ها و کما را به همراه دارد.

### میوه ستاره‌ای

افراد مبتلا به بیماری کلیوی یا حتی افرادی که کلیه‌های آن‌ها به‌خوبی کار نمی‌کنند باید از مصرف میوه ستاره‌ای پرهیز کنند. تنها کلیه‌های سالم و قوی می‌توانند نوره‌توکسین‌های موجود در این میوه را تصفیه کنند. در غیر این صورت، این سموم در بدن انباشته شده و موجب آسیب عصبی ازجمله سردردگی روانی، تشنج و مرگ می‌شود.

### قارچ‌ها

انواع مختلفی از قارچ‌ها وجود دارند. ممکن است فکر کنید که قارچ موردعلاقه خود را می‌شناسید، اما تنها یک اشتباه در چیدن قارچ می‌تواند پیامدهایی جدی به همراه داشته باشد.

از چیدن و مصرف هرگونه قارچ در طبیعت وحشی پرهیز کنید. مصرف نمونه‌های خطرناک می‌تواند به شکم‌درد، اسهال، استفراغ و کم‌آبی بدن همراه با تشنگی شدید، نارسایی کبد، کما و حتی مرگ منجر شود.

### بادام‌هندی خام

بادام‌هندی که از فروشگاه‌ها خریداری می‌کنید، مسئله‌ساز نیستند، زیرا آن‌ها واقعاً خام نیستند، بلکه بخارپز شده‌اند تا سمومی به نام اوروشیول (Urushiol) که در پوسته بادام‌هندی وجود دارند، از بین برود. این همان سمی است که در گیاه پیچک سمی نیز وجود دارد.

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

برابر رأی شماره ۹۸/۴/۱۲ - ۱۳۹۸۶۰۳۱۱۰۲۰۰۳۶۴

هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کازرون تصرفات مالکانه و بلاعارض متقاضی آقای حسین شمس فرزند کریم به شماره شناسنامه ۳۵۷۷ صادره از کازرون در ششدهگان یک باب کارگاه به مساحت ۱۵۲/۲۴ مترمربع پلاک ۲۷۲ فرعی از ۲۰۵ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۲۰۵ اصلی قطعه ۴ واقع در بخش ۷ فارس کازرون خریداری از مالک رسمی با واسطه آقای محمدطاهر زارع محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آکهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آکهی 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.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۹۸/۴/۳۱

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۹۸/۵/۱۵

### داود انصاری – رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان کازرون

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

برابر رأی شماره ۹۸/۴/۱۲ - ۱۳۹۸۶۰۳۱۱۰۲۰۰۳۶۴

تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای سیدهاشم موسوی فرزند سیدمحمد به شماره شناسنامه ۱۲۵۷ صادره از مهر نسبت به ششدهگان یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۶۱۳۷۱ مترمربع تحت پلاک ۲ فرعی از ۳۸۵۳ اصلی واقع در قطعه ۳ بخش ۲۵ فارس شهرستان مهر شهر خریداری از مالک رسمی آقای محمود حسینی المدنی فرزند سیدهاشم محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آکهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آکهی 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.

۳۱۱۳۳ الف

تاریخ انتشار نوبت اول: ۹۸/۵/۰۱

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۹۸/۵/۱۵

### خلیل شاکری – رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان مهر

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

برابر رأی شماره ۹۸/۴/۱۲ - ۱۳۹۸۶۰۳۱۱۰۲۰۰۳۶۴

موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک رستم تصرفات مالکانه و بلاعارض متقاضی خاتم مهتاب کوه پیمان فرزند سیدعلی به شماره شناسنامه ۸۶۹ صادره از ممسنی نسبت به ۴/۵ دانگ مشاع از ششدهگان عرصه و اعیان (۱/۵ دانگ مشاع از ششدهگان عرصه به موقوفه بوشهری تعلق دارد) به انضمام ۱/۵ دیگر اعیان به مساحت ۴۱۶/۷۴ مترمربع پلاک ۹۷۵ فرعی از ۸۳ اصلی واقع در قطعه ۹ بخش ۷ فارس شهرستان رستم اراضی مشاعی قریه شوشی انتقالی از وراثت اهل شکر بوستانی فرزند خدابخش محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آکهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آکهی 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.

۵/۰ الف

تاریخ انتشار نوبت اول: ۹۸/۵/۱۵

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۹۸/۵/۱۵

### موسی کشاورزی – کلیل ثبت اسناد و املاک رستم

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

برابر رأی شماره ۹۸/۴/۱۲ - ۱۳۹۸۶۰۳۱۱۰۲۰۰۳۶۴

قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز ناحیه ۴ تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای شمشیر شادمان خلاری فرزند حیدر به شماره شناسنامه ۱۵۲۴ صادره از هاشمهر – سبیدان – در اعیان ششدهگان یک باب خانه به مساحت ۲۱۷/۵۷ مترمربع احدانی در یک قطعه زمین وقفی پلاک ۱۶۸۴۴ فرعی از ۱۴ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۱۲۵۶ فرعی از ۱۴ اصلی واقع در بخش ۳ شیراز که برابر با اجاره نامه اوقافی با حق احدات اعیان به اجاره متقاضی برگزار شده، محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آکهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آکهی 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.

۵/۳۱۰ الف

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۸/۵/۱۵

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۸/۵/۳۰

### شاپور زارع شبیانی – رئیس ثبت اسناد و املاک منطقه ۴ شیراز

## آکهی حصر وراثت

آقای علی مکاری پور فرزند مرحوم اسمعیل به شرح درخواستی که به کلاسه ۴۹۸۰۴۵۸ این شورا ثبت گردیده درخواست صدور گواهی انحصار وراثت نموده و اعلام داشته مرحوم اسمعیل مکاری پور فرزند مرحوم صادق به شماره ملی ۱۳۳۶۷۱۱۳۶۵ - ۱۳۲۲۲ صادره از کازرون در تاریخ ۱۳۹۸/۴/۱۲ از اقامتگاه دایمی خود شهرستان کازرون فوت نموده و وراثت حین الفوت وی عبارتند از: ۱- عزت احمدیان به شماره ملی ۲۳۷۰۴۶۸۷ - ۱۳۶۹ کازرون زوجه متوفی ۳- علی مکاری پور به شماره ملی ۲۳۷۰۱۱۸۷۵ - ۱۳۶۹ کازرون پسر متوفی ۲- مهدی مکاری پور به شماره ملی ۲۳۷۲۵۳۰۰۹ - ۱۳۶۴ کازرون پسر متوفی ۴- علیرضا مکاری پور به شماره ملی ۲۳۷۲۱۰۱۴۹ - ۱۳۶۴ کازرون پسر متوفی ۵- صدیقه مکاری پور به شماره ملی ۲۳۷۰۴۷۱۰۵ - ۱۳۶۹ کازرون دختر متوفی ۶- راضیه مکاری پور به شماره ملی ۲۳۷۰۴۹۳۰۲۱ - ۱۳۶۰ کازرون دختر متوفی ۷- عصمت مکاری پور به شماره ملی ۲۳۷۱۹۴۳۰۷۱ - ۱۳۵۶ کازرون دختر متوفی ولاخیر اینکه با انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را در یک نوبت آکهی می‌نماید تا هرکس اعتراض دارد و یا وصتننامه از متوفی نزد او باشد از تاریخ نشر آکهی ظرف یک ماه به این شورا مراجعه و تقدیم نماید والا گواهی صادر خواهد شد.

۸/۵۰۱ الف

۳/۴۹۹ الف

### زمانی بخش – رئیس شعبه چهارم شورای حل اختلاف کازرون

## آکهی فقدان سند مالکیت بخش هفت فارس شهرستان کازرون

چون آقای حمزه شعبانی فرزند علی بابا با تسلیم دو برگ استشهادیه که در دفتر اسناد رسمی ۱۳۹ کازرون تنظیم گردیده مدعی است که تعداد یک جلد سند مالکیت مربوط به ششدهگان پلاک ۳۸۷/۱۰ واقع در قطعه ۱۱ طبق ماده ۱۴۰ برابر رأی شماره ۸۵۹۱ - ۱۳۸۸/۱۱/۳ در سهم مالکیت وی قرار گرفته که در دفتر ۱۳ صفحه ۴۹ به شماره ثبت ۵۵۳۶ به نام آقای حمزه شعبانی ثبت و سند مالکیت به شماره چاپی ۱۱۲۵۲۵ صادر گردید که سند مالکیت به علت سهل انگاری مفقود گردیده است و نامبرده تقاضای صدور سند المثنی نموده است. مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آیین نامه قانون ثبت آکهی می‌شود که هرکس نسبت به ملک مورد نظر معامله ای کرده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می‌باشد تا ده روز پس از انتشار آکهی به ثبت محل مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارایه اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله تسلیم نماید و اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسید و یا در صورت اعتراضی اصل سند ارایه نشود اداره ثبت سند مالکیت المثنی را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد.

۱۳۹۸/۵/۱۵

۳/۴۹۱ الف

### داود انصاری – رئیس اداره ثبت اسناد و املاک کازرون

## آکهی فقدان سند مالکیت بخش هفت فارس شهرستان کازرون

چون خانم مهین تاج اسکندری مهرنجانی فرزند خدابخش با تسلیم دو برگ استشادهیه که در دفتر اسناد رسمی ۱۹ کازرون تنظیم گردیده مدعی است که تعداد یک جلد سند مالکیت مربوط به ششدهگان پلاک ۶۵۵ واقع در قطعه ۱ بخش ۷ فارس کازرون که به موجب سند انتقال قطعی شماره ۸۵۹۴۰ - ۸۳/۶/۳۰ دفتر ۱۸ کازرون به مهین تاج اسکندری مهرنجانی انتقال قطعی یافته و در دفتر ۲۲ صفحه ۱۳۳ ذیل ثبت ۳۴۹۲ ثبت و صادر گردیده که سند مالکیت صادره به شماره چاپی ۴۳۱۶۲۲ به علت جابجایی مفقود گردیده است و نامبرده تقاضای صدور سند المثنی نموده است. مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آیین نامه قانون ثبت آکهی می‌شود که هرکس نسبت به ملک مورد نظر معامله ای کرده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می‌باشد تا ده روز پس از انتشار آکهی به ثبت محل مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارایه اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله تسلیم نماید و اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسید و یا در صورت اعتراضی اصل سند ارایه نشود اداره ثبت سند مالکیت المثنی را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد.

۸/۵۰۰ الف

۳/۴۴۳ م

تاریخ انتشار: ۱۳۹۸/۵/۱۵

### داود انصاری – رئیس اداره ثبت اسناد و املاک کازرون

## آکهی ثبتی

آکهی تغییرات شرکت ایمن سازان ابنیه پارس شرکت سهامی خاص به شماره ثبت ۱۵۶۷۶ و شناسه ملی ۲۷۹۴۴۳۰۱۰۵۳۰ به اسناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۳۹۷/۰۸/۱۴ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: - - آقای فرخ دلاور قشقایی ۲۲۹۳۹۱۲۱۸۳ و آقای محمد مهدی رحیمی ۲۲۹۷۶۶۸۰۶۶ آقای خالد صدیقی ۶۵۷۹۷۰۷۴۶۱ و آقای شهباز دلاور قشقایی ۲۲۹۲۰۳۹۷۰۲ و آقای ارسلان بابایی اردکیان ۲۴۵۱۸۸۸۴۹۰ برای مدت ۲ سال به سمت اعضای هیات مدیره انتخاب شدند. - آقای محمد حسین طاهری ۹۸۳۷۹۰۲۲۹۸ به سمت بازرس اصلی و آقای مهدی زارع ۲۲۹۱۹۲۲۹۹۱ و سمیت بازرس علی البدال برای مدت یک‌دهه است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آکهی های شرکت انتخاب شدند. - روزنامه کثیرالانتشار طلوع جهت نشر آکهی های شرکت انتخاب شد. - ترازنامه و حساب سود و زیان شرکت منتهی به سال ۹۶ مورد تصویب قرار گرفت. ۳۱۲۵۵۸۳۵

### اداره کل ثبت اسناد و املاک استان فارس

### اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری شیراز