روزنامه طلوع

تاریخ ۶ شهریور ۱۳۹۸ چهارشنبه

صفحه ۵

شماره ۲۵۹۷

سال بیست‌وپنجم

سخن بزرگان

تنبلی، آدمی را خیالپرست بار می‌آورد.

پوسه نه

سلامت

علل دیر دندان درآوردن کودکان

یکی دیگر از دغدغه‌های والدین، درخصوص دیر دندان‌درآوردن نوزادشان است و مدام سؤالات زیادی در این خصوص از ما پرسیده می‌شود که تعویق زمان دندان‌درآوردن بچه‌ها تا چه مدت طبیعی است و در صورت تأخیر در رشد دندان‌های شیری چه‌کاری باید انجام دهیم؟ در ادامه مقاله سعی کردیم به‌تمامی سؤالات درخصوص دیر دندان‌درآوردن نوزادان پاسخ دهیم.

نخستین دندان کودک شما به‌احتمال‌زیاد تا ماه سوم یا ماه چهارم زندگی او ظاهر نمی‌شود. رشد دندان پیش از آن را دندان‌درآوردن زودهنگام می‌نامند و زمانی مسئله دیر دندان‌درآوردن مطرح می‌شود که بچه تا ۱۳ ماهگی دندان درنیاورد. در بیشتر موارد، دیر دندان‌درآوردن نوزاد نگران‌کننده نیست. درحالی‌که این مسئله به عوامل مختلفی وابسته است، اغلب هیچ علت قابل‌شناسایی وجود ندارد و کودک امکان دارد تا ۱۸ ماهگی هم دندان درنیاورد.

ارث و ژنتیک: یکی از علل دیرِ دندان‌درآوردن کودکان معمولاً ارثی است. نوزادان استعداد دیر دندان‌درآوردن ژنتیکی دارند که امکان دارد از هر دو طرف از خانواده به ارث برسد. بدین ترتیب، درصورتی‌که شما یا همسرتان دیر دندان درآورده باشید، ممکن است علت دیر دندان‌درآوردن فرزندتان هم همین مشکل باشد.

کم‌کار بودن تیروئید: یکی دیگر از علل دیر دندان‌درآوردن کودکان می‌تواند به خاطر کم‌کار بودن تیروئید نوزادتان باشد. تیروئید کم‌کار مشکلات زیادی را برای کودکان به وجود می‌آورند.

علائم کم‌کاری تیروئید: خستگی، ضعف، سردرد و سفتی در مفاصل. بالأخص در نوزادان، کم‌کاری تیروئید می‌تواند به تأخیر در راه رفتن، تأخیر در صحبت کردن، اضافه‌وزن و دیر دندان‌درآوردن شود.

تغذیه نامناسب: تغذیه نامطلوب همچنین می‌تواند سبب دیر دندان‌درآوردن شود. در این مورد، دیر دندان‌درآوردن تنها یکی از بسیاری از نشانه‌های سو تغذیه در کودک است. کمبود ویتامین و یا مواد معدنی، به‌خصوص ویتامین D و کلسیم، منجر به دیر دندان‌درآوردن می‌شود. نوزادانی که به دلیل تغذیه نامناسب دیر دندان درمی‌آورند ضعیف‌تر، کوچک‌تر و کم‌وزن هستند. این مسئله امکان دارد به خاطر تغذیه ناکافی با شیر مادر و مکمل کم از شیر خشک باشد. کودکان احتیاج به ویتامین‌های A، C و D و همچنین کلسیم و فسفر دارند.

کمبود ویتامین D: ویتامین D به بدن کمک می‌کند تا از کلسیم برای رشد استخوان‌ها و دندان‌های قدرتمند استفاده کند. منبع اصلی ویتامین D نور خورشید است ولی با استفاده مکمل‌ها نیز می‌شود بخشی از ویتامین D موردنیاز بدن را تأمین کرد. در نوزادان زودرس، کمبود ویتامین D می‌تواند به‌طور طبیعی رخ دهد.

لثه‌های کودکان از حدود ۳ ماهگی شروع به خارش می‌کند و آب دهانشان می‌ریزد که این ریزش بزاق می‌تواند به علت ریفلاکس بیولوژیک هم باشد. معمولاً نخستین دندان کودکان در ۷ ماهگی درمی‌آید ولی این فرآیند امکان دارد از ۴ ماهگی تا ۱۳ ماهگی هم طول بکشد. فاکتورهای ژنتیکی در دندان‌درآوردن کودکان بسیار مهم هستند.

چند مواد غذایی اسیدی که بدنتان ممکن است شما را از خوردن متنفر کند

گاهی اوقات برخی از غذاهای عادی و معمولی برای خوردن مناسب نیست. گوجه‌فرنگی بی‌ضرر، یک فنجان چای سیاه موردعلاقه شما یا یک‌تکه پنیر بر روی نان تست می‌تواند به بدن شما، به‌خصوص معده شما آسیب برساند. این به این دلیل است که اسیدیته برخی از محصولات بالاتر از بقیه است. این غذاها باعث سوزش معده، ریفلاکس اسید و سایر ناراحتی‌ها می‌شود. به همین دلیل مهم است بدانیم محصولاتی که می‌توانند به معده شما صدمه بزنند کدام‌اند و سعی کنید مصرف آنها را کاهش دهید.

غذاهای اسیدی چیست؟

مواد مختلف، ازجمله مواد غذایی که ما می‌خوریم، مهم نیست اگر جامد یا مایع باشد، دارای pH است. در مقیاس یک تا ۱۴، غذاهای دارای pH کمتر از ۷، اسیدی هستند.

pH ۰- سطح اسیدی بالا

pH ۷ - سطح خنثی اسیدی

pH ۱۴- قلیایی

ایده‌آل، خون ما باید pH ۷،۳۵ - ۷،۴۵ باشد که به نظر می‌رسد کمی قلیایی است. pH داخل شکم ما حدود ۳،۵ تا ۵،۵ است که بسیار اسیدی است.

غذای تند و سس‌ها

غذاهای تند و سس می‌تواند به‌راحتی باعث تحریک مری و ایجاد ناراحتی کند. مصرف بسیاری از چیزهای تند معمولاً منجر به سوزش سر دل می‌شود. اگر می‌خواهید از مشکل معده جلوگیری کنید، به میزان تندی محصولات مصرفی خود توجه کنید.

pH سس فلفل - ۲،۸ - ۳،۷

نوشیدنی‌های کافئین

نوشیدنی‌های کافئین مانند قهوه، چای و نوشیدنی‌های انرژی‌زا می‌تواند باعث ریفلاکس اسید و سوزش سر دل شود. آنها همچنین مری را تحریک می‌کنند یا اسفنکتر مری را تضعیف می‌کنند. این می‌تواند منجر به بازگشت اسید معده شود.

pH قهوه- ۴

pH چای سیاه- ۴،۹ - ۵،۵

pH چای سبز - ۷ - ۱۰

pH نوشیدنی‌های انرژی - ۳،۴

مرکبات و آب

میوه مرکبات یکی دیگر از مواد غذایی اسیدی است که شما باید از آن اجتناب کنید اگر نمی‌خواهید سوزش سر دل داشته باشید. آب‌پرتقال و گریپ‌فروت ممکن است معده شما را تحریک و ناراحتی ایجاد کند.

pH لیمو - ۲،۲ - ۲،۴

pH گریپ‌فروت - ۳،۰ - ۳،۷

pH پرتقال - ۳،۰ - ۴،۰

نعنا

اگر ما اغلب فکر می‌کنیم که نعناع می‌تواند سیستم گوارش ما را تسکین دهد، این اشتباه است. دوزهای بالای نعناع می‌تواند باعث ریفلاکس اسید و سوزش سر دل شود.

همچنین، اگر هرروز چای نعناع مصرف می‌کنید، خطر ابتلا به سوزش سر دل خود را دو برابر می‌کنید. همه‌چیزهایی که در اینجا باید انجام دهید این است که مصرف خود را کاهش دهید.

pH چای نعناع - ۶ - ۷

گوجه‌فرنگی

گوجه‌فرنگی بسیار اسیدی است و می‌تواند باعث سوزش سردل شود. شما می‌توانید آب‌نبات‌ترش را به‌عنوان پادزهر کبد از گوجه‌فرنگی استفاده کنید. آنها تولید بزاق را ترویج می‌دهند و این برای رفلاکس اسید مفید است.

pH گوجه‌فرنگی - ۴،۳ - ۴،۹

pH آب گوجه‌فرنگی - ۴،۱ - ۴،۶

pH از پوره گوجه‌فرنگی - ۴،۳ - ۴،۵

الکل

نوشیدنی‌های الکلی مانند شراب یا آبجو باعث تولید اسید در معده می‌شود و مصرف متوسط یا بیش‌ازحد می‌تواند منجر به سوزش سوزش شود. ازیک‌طرف، الکل اسفنکتر را شل می‌کند، اما از طرف دیگر، باعث تخریب پوشش مری است.

pH شراب - ۲،۵ - ۴،۵

غذاهای پرچرب و غذاهای سرخ شده

غذاهای چرب، ازجمله غذاهای سرخ شده، برای خوردن مضر هستند، زیرا آنها اجازه می‌دهند اسید معده بیشتری به پشت مری وارد شود. محصولات اجتناب‌ناپذیر:

غذاهای سرخ شده عمیق: سیب‌زمینی سرخ‌کرده، حلقه پیاز، چیپس

چربی محصولات لبنی: پنیر (pH ۵،۱ - ۵،۹)، شیر کامل (pH ۴،۱ - ۵،۳)، کره (pH ۶،۷ - ۶،۹)، ماست (pH ۴،۴ - ۴،۶)

گوشت چرب: کاهش چربی گوشت گاو، گوشت خوک یا گوشت گوسفند، چربی بز، چربی گوسفند و گوشت خوک (pH ۵،۸)

آجیل: بادام‌زمینی (pH ۵،۹)، گردو (pH ۵،۴)

این چربی می‌تواند باعث سوزش سردل شود زیرا اسپاسم مری پایین‌تر را نرم می‌کند و باعث آزاد شدن کولسیستوکینین هورمون می‌شود. به‌جای سرخ کردن غذا، بهتر است آن را پخته یا آن را کباب کنید.

نوشابه‌های گازدار

نوشابه‌های گازدار ممکن است به نظر برسد که آنها هیچ آسیبی نمی‌بینند، اما درواقع واقعاً خطرناک هستند که نوشیدن داشته باشند. نوشیدنی‌های گازدار مانند کوکاکولا، اسپریت و فانتا شما را در معرض خطر رفلاکس اسید قرار می‌دهند. حباب‌ها از این نوشیدنی‌ها در معده شما گسترش می‌یابند و روی اسفنکتر فشار می‌دهند و اسید معده برگشت پیدا می‌کند.

pH کوکاکولا - ۲،۳۷

pH Fanta نارنجی - ۲،۸۲

pH قاتل - ۳،۲۴

سیر و پیاز

برای کسانی که در حال حاضر رفلکس اسید را دارند، سیر خوردن توصیه نمی‌شود. علاوه بر این، می‌تواند باعث سوزش سردل و ناراحتی معده شود. پیاز (به‌ویژه خام) نیز در لیست محصولات خطرناک قرار دارند.

pH سیر - ۵،۸

pH پیاز قرمز - ۵،۳۰ - ۵،۸

در اینجا یک لیست از بهترین مواد غذایی قلیایی است که می‌توانید به رژیم خود اضافه کنید: توفو، لوبیا سویا.

سبزیجات: چغندرقند، قارچ، نخودفرنگی، فلفل، سیب‌زمینی، کدوتنبل، تربچه، اسفناج، جوانه، اسکواش، شیرین، سبزی، چغندر، مارچوبه، سبز، چغندر، کلم بروکلی، کلم، ذرت، بادمجان، کلم، پیاز، کاهو، قارچ سیب‌زمینی، خربزه و موز، جو دوسر، نان آرد کامل نان سبوس‌دار نانی که با آرد سبوس نگرفته پخته باشند، برنج و کاسکوس، بوقلمون و مرغ کبابی، سبزیجات ریشه، به‌جز پیاز، ماهی کبابی یا پخته شده بدون سس چربی، سفیده تخم‌مرغ.

افرادی که زود خسته می‌شوند هوشیار باشند

نتایج یک بررسی نشان می‌دهد افرادی که به‌آسانی خسته می‌شوند بیشتر در معرض ابتلا به مشکلات قلبی قرار دارند.

به گزارش جام جم آنلاین از ایسنا، محققان آمریکایی در بررسی‌های خود دریافتند افرادی که با انجام حرکات ورزشی بسیار سبک به‌آسانی خسته می‌شوند نسبت به افرادی که این سطح از خستگی را تجربه نمی‌کنند بیشتر در معرض ابتلا به بیماری قلبی هستند. در این بررسی اطلاعات ۶۲۵ نفر با میانگین سنی ۶۸ سال موردمطالعه قرار گرفت. این تیم تحقیقاتی دریافتند افرادی که به‌راحتی احساس خستگی می‌کنند بیشتر احتمال دارد در آینده به بیماری‌های قلبی عروقی دچار شوند.

محققان ابتدا خطر ابتلای این افراد به بیماری‌های قلبی و سکته مغزی را در مدت ۱۰ سال بررسی کرده و پس از گذشت ۴.۵ سال وضعیت هر یک از آنان را با انجام تستی که شامل پیاده‌روی به‌شدت آهسته بود ارزیابی کردند. هر یک از این شرکت‌کنندگان به مدت پنج دقیقه روی تردمیل راه‌رفته تا میزان خستگی‌پذیر بودن آنان بررسی شود.

محققان بامطالعه تمامی اطلاعات موجود دریافتند افرادی که با بیشترین میزان خطر ابتلا به بیماری قلبی عروقی روبرو بودند انجام حرکات فیزیکی ساده را خسته‌کننده می‌دانستند.

به گزارش مدیکال نیوز تودی، طبق اعلام سازمان بهداشت جهانی (WHO) بیماری‌های قلبی عروقی عامل اصلی مرگ‌ومیر در جهان است. درحالی‌که رقم فعلی مرگ‌ومیر ناشی از این بیماری‌ها بالاست کارشناسان بر این باورند طی ۱۵ سال آینده میزان مرگ‌ومیرهای ناشی از این بیماری‌ها از ۱۷.۹ میلیون مورد در سال ۲۰۱۶ میلادی به ۲۳.۶ میلیون در سال ۲۰۳۰ افزایش پیدا می‌کند.

آگهی حصر وراثت

آقای رضا لک بالا به شماره ملی ۲۳۷۱۹۰۹۵۱۳ کازرون به استناد شهادتنامه و گواهی فوت و فتوکپی شناسنامه ورثه درخواستی به شماره ۹۸۰۵۰۱ ش ۴ تقدیم این شورا نموده و چنین اشعار داشته که شادروان سعادت مهجور به شماره ملی ۲۳۷۰۱۰۹۰۸۴ در تاریخ ۹۸/۴/۲۰ در اقامتگاه دایمی خود درگذشته و ورثه حین الفوت وی عبارتند از: ۱- رضا لک بالا فرزند محمدجواد به شماره ملی ۲۳۷۱۹۰۹۵۱۳ متولد ۱۳۵۲ پسر متوفی ۲- امین لک بالا فرزند محمدجواد به شماره ملی ۲۳۷۱۹۵۶۴۶۵ متولد ۱۳۵۷ پسر متوفی ۳- پروین لک بالا فرزند محمدجواد به شماره ملی ۲۳۷۱۸۵۸۲۹۳ متولد ۱۳۴۴ دختر متوفی ۴- محبوبه لک بالا فرزند محمدجواد به شماره ملی ۲۳۷۰۳۶۰۵۱۸ متولد ۱۳۴۵ دختر متوفی

اینک با انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را در یک نوبت آگهی می نماید تا هرکسی اعتراضی دارد و یا وصیتنامه از متوفی نزد او باشد از تاریخ نشر نخستین آگهی ظرف یک ماه به شورا تقدیم دارد والا گواهی صادر خواهد شد. ۸/۵۵۵ ۳۸۶/م الف

زمانی بخش – رییس شعبه چهارم شورای حل اختلاف کازرون

آگهی حصر وراثت

آقای ربیع اله محمدی به شماره ملی ۲۳۷۱۵۸۲۸۰۸ به استناد شهادتنامه و گواهی فوت و فتوکپی شناسنامه ورثه درخواستی به شماره ۹۸۰۱۹۱ تقدیم این دادگاه نموده و چنین اشعار داشته که شادروان عصرانه بانو محمدی فرزند خدارحم به شماره ملی ۲۳۷۱۵۸۲۷۹۴ – ۱۳۴۲ در تاریخ ۱۳۹۷/۱۱/۲۹ در اقامتگاه دایمی خود درگذشته و ورثه حین الفوت وی عبارتند از: ۱- ربیع اله محمدی فرزند اله نظر ش ملی ۲۳۷۱۵۸۲۸۰۸ – ۱۳۴۰ صادره از حوزه کازرون همسر متوفی ۲- علی محمدی فرزند ربیع اله ش ملی ۲۳۷۲۵۶۵۹۶۶ – ۱۳۶۶ صادره از حوزه کازرون پسر متوفی ۳- سمیه محمدی فرزند ربیع اله ش ملی ۲۳۷۲۵۶۵۹۶۶ – ۱۳۶۶ صادره از حوزه کازرون دختر متوفی ۴- زهرا محمدی فرزند ربیع اله ش ملی ۲۳۶۰۳۱۷۰۰۸ – ۱۳۷۲ صادره از حوزه کازرون دختر متوفی

اینک با انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را در یک نوبت آگهی می نماید تا هرکسی اعتراضی دارد و یا وصیتنامه از متوفی نزد او باشد از تاریخ نشر نخستین آگهی ظرف یک ماه به شورا تقدیم دارد والا گواهی صادر خواهد شد. ۸/۵۵۳ ۳۸۴/م الف

قاضی شعبه سوم شورای حل اختلاف قائمیه

اخطاریه ماده ۱۰۱ – اموال غیرمنقول

بدینوسیله به آقای عبدالنبی جوکار فرزند حسین متولد ۱۳۴۸/۶/۱ به شماره ملی ۵۴۷۹۸۹۴۳۸۲ بدهکار پرونده اجرایی کلاسه ۱۳۹۸۰۴۰۱۱۱۷۴۰۰۰۰۱۴ ابلاغ میگردد، به موجب گزارش ۱۳۹۸/۵/۱۲ کارشناس رسمی دادگستری پلاک ثبتی ۱/۲۵۹۲ قطعه ۶ واقع در بخش۷ فارس به مبلغ ۳۱۹۴۵۶۰۰۰۰ ریال ارزیابی گردیده. لذا چنانچه به مبلغ ارزیابی پلاک مذکور معترض میباشید، اعتراض کتبی خود را ظرف مدت پنج روز از تاریخ ابلاغ این اخطاریه به ضمیمه فیش بانکی دستمزد کارشناس تجدیدنظر به مبلغ ۳۰۰۰۰۰۰ ریال به شماره حساب ۷۳۴۴۷۵۴۴۸ بانک کشاورزی شعبه عفیف آباد شیراز به دفتر این اجرا تسلیم نمایید. ضمنا به اعتراضی که خارج از موعد یا فاقد فیش بانکی دستمزد کارشناس تجدیدنظر باشد ترتیب اثر داده نخواهد شد. ۸/۵۵۴ ۳۸۵/م الف

علیرضا کشوری – مدیر اجرای واحد اجرای اسناد رسمی خشت

آگهی مزایده اموال غیرمنقول نوبت اول

اجرای احکام حقوقی دادگاه عمومی چنارشاهیجان به موجب محتویات پرونده ۹۷۰۳۱۸ اجرایی این واحد اجرا محکوم له احسان بارسالاری فرزند علی باز به استناد به قانون اجرای احکام مدنی راجع به فروش اموال غیرمنقول یک قطعه باغچه واقع در قائمیه بلوار شهیدمدنی خیابان مطهری سمت چپ کوچه اول روبروی خانه داراب بیگ وردی که حسب اعلام محکوم علیه رهام محمدی طی دادنامه شماره ۹۶۰۹۹۷۷۸۲۳۴۰۲۹۱۹ مورخه ۱۳۹۶/۹/۱۹ از شعبه اول دادگاه عمومی بخش چنارشاهیجان کوهمره حکم براثبات مالکیت رهام محمدی حاصل شده است. که موازی ۳۵ سهم از ۴۸ سهم سهام ششدانگ یک قطعه باغچه محصور که میزان ۱۳ سهم از ۴۸ سهم آن جز موقوفه حسام الدینی میباشد به مساحت عرصه ۵۸۹ مترمربع و اعیان به مساحت ۶۲ مترمربع ساخته شده است از مصالح بلوک و سیمان وبدون سقف درحد دیوارچینی و دارای امتیاز آب وبرق یک چشمه دستشویی محوطه سازی تعدادی درختان مرکبات دوساله مثمر وغیرمثمر و دیوارچینی میباشد ارزش کل ملک ۷۰۹/۲۰۰/۰۰۰ ریال میباشد که معادل محکوم به و هزینه های اجرایی مبلغ ۳۵۸/۱۱۰/۰۰۰ ریال میباشد که به معادل ۳/۰۲۹۶ دانگ میباشد که به همین میزان به مزایده گذارده میشود. مبادرت به مزایده اموال مینماید. لذا بدینوسیله به اطلاع عموم میرساند کسانیکه مایل به خرید باشند روز شنبه مورخ ۱۳۹۸/۶/۲۳ ساعت ۱۲ در این اجرا حاضر و قیمتهای پیشنهادی خود را ارایه نمایند. قیمت پایه فروش ۳۵۸/۱۱۰/۰۰۰ ریال معادل ۳/۰۲۹۶ دانگ میباشد. شخصی که بالاترین قیمت پیشنهادی را ارایه نماید برنده مزایده خواهد بود وموظف به پرداخت ده درصد قیمت پیشنهادی در جلسه مزایده خواهد بود. مزایده با حضور نماینده محترم دادستان و دادورز دادگاه برگزار خواهدشد و متقاضیان میتوانند پنج روز قبل از برگزاری مزایده جهت اطلاع بیشتر ودر صورت لزوم مشاهده مال مذکور به این واحد مراجعه نمایند. هزینه های نقل وانتقال نیز بعهده خریدار میباشد. این آگهی به موجب ماده ۱۱۸ قانون اجرای احکام مدنی برای یک نوبت در یکی از روزنامه های محلی درج ومنتشر میگردد. ۸/۵۵۷ ۳۸۸/م الف

صالح رستمی – قاضی اجرای احکام مدنی دادگاه عمومی بخش چنارشاهیجان

آگهی مزایده اموال غیرمنقول نوبت اول

اجرای احکام حقوقی دادگاه عمومی چنارشاهیجان به موجب محتویات پرونده ۹۸۰۲۵۰ اجرایی این واحد اجرا دستور فروش سه قطعه باغ وراث مرحوم غلامحسین قصرالدشتی از سوی شعبه ۱۷ حقوقی شیراز صادر گردیده است. باستناد به قانون اجرای احکام مدنی راجع به فروش اموال غیرمنقول واقع در قائمیه حاشیه شمالی جاده شیراز – قائمیه و پشت تالارمهر و ماه اراضی به صورت باغ مرکبات و حدودا دارای ۳۰۸۰ اصله درخت شامل پرتقال و نارنگی و لیموترش و بیدخونی وغیره میباشد که منبع تأمین آب آن یک حلقه چاه بوده که دارای پروانه بهره برداری است کاربری اراضی مذکور کشاورزی میباشد و درحال حاضر در تصرف ورثه غلامحسین منفردپورقصرالدشتی است. املاک دارای سندرسمی میباشد به این شرح سندشماره ۹۴/۹۵۵۶۶۲ الف موازی ۹۴۵۰ مترمربع ششدانگ عرصه واعیان زمین زراعی پلاک ۳۴۰ فرعی از ۳اصلی بخش ۷فارس قطعه یازده به نام غلامحسین منفردپور قصرالدشتی و سندشماره ۹۴/۹۵۵۶۶۳ الف موازی ۳۵۰۰۰ مترمربع ششدانگ عرصه واعیان زمین زراعی پلاک ۳۳۵ فرعی از سه اصلی بخش ۷قطعه ۱۱ بنام غلامحسین منفردپور قصرالدشتی و سندشماره ۹۵/۶۴۳۵۴۴ الف موازی ۲۵۰۰۰ مترمربع ششدانگ عرصه واعیان زمین زراعی پلاک فرعی ۳۴۳ از ۳اصلی بخش۷ قطعه ۱۱ ثبت شده بنام غلامحسین منفردپور قصرالدشتی که بنابر اعلام اداره منابع طبیعی شهرستان کازرون موازی ۱۸۶۳ مترمربع از اراضی فوق را درمحدوده اراضی ملی اعلام نموده است. املاک مذکور دراجاره حمید افکاری برای مدت یکسال میباشد. املاک دارای امتیاز برق وآب میباشد. املاک مفروز و ششدانگ عرصه واعیانی است و ورثه مرحوم غلامحسین منفردپور قصرالدشتی براساس گواهی حصروراثت دارای حقوق میباشند. باتوجه به موقعیت ملک و با درنظر گرفتن جمیع جهات ارزش هر مترمربع ازاراضی باغ ارایه شده از قرار هر مترمربع بیست وپنج هزارتومان معادل دویست و پنجاه هزار ریال و بااحتساب کل ملک ۶۹۴۵۰ مترمربع ارزش نهایی معادل هفده میلیاردو سیصدو شصت ودو میلیون وپانصد هزارریال میباشد مبادرت به مزایده اموال مینماید. لذا بدینوسیله به اطلاع عموم میرساند کسانیکه مایل به خرید باشند روز یکشنبه مورخ ۱۳۹۸/۶/۲۴ ساعت ۱۰ در این اجرا حاضر وقیمتهای پیشنهادی خود را ارایه نمایند. قیمت پایه فروش هفده میلیارد وسیصد وشصت و دومیلیون وپانصدهزار ریال میباشد. شخصی که بالاترین قیمت پیشنهادی را ارایه نماید برنده مزایده خواهد بود و موظف به پرداخت ده درصد قیمت پیشنهادی در جلسه مزایده خواهد بود. مزایده با حضور نماینده محترم دادستان ومدیر اجرای احکام مدنی دادگاه برگزار خواهدشد و متقاضیان میتوانند پنج روز قبل از برگزاری مزایده جهت اطلاع بیشتر ودر صورت لزوم مشاهده مال مذکور به این واحد مراجعه نمایند. هزینه های نقل وانتقال نیز بعهده خریدار میباشد. این آگهی به موجب ماده ۱۱۸ قانون اجرای احکام مدنی برای یک نوبت در یکی از روزنامه های محلی درج ومنتشر میگردد. ۸/۵۵۶ ۳۸۷/م الف

صالح رستمی – قاضی اجرای احکام مدنی دادگاه عمومی بخش چنارشاهیجان

روزنامه طلوع آگهی و مشترک می‌پذیرد

۳۲۳۴۴۷۷۲

۴۲۲۲۹۲۴۶

آگهی مناقصه عمومی

۹۸-۴۶۴

نوبت اول آگهی نیم نگاه روز سه شنبه مورخ ۹۸/۶/۵

نوبت دوم آگهی طلوع روز چهارشنبه مورخ ۹۸/۶/۶

منطقه ۹ شهرداری شیراز در نظر دارد عملیات حفظ و نگهداری فضای سبز محدوده B شامل بولوار فرزانگان، شهرک رضوان، بولوار نارنج، پارک بهاران، پارک فرهنگیان، بولوار طلائیه و فرعی ها را از طریق مناقصه عمومی و با شرایط ذیل به بخش خصوصی واگذار نماید. لذا از کلیه شرکتهای واجد شرایط دعوت به عمل می آید، باتوجه به موارد ذیل جهت اخذ اسناد مناقصه به آدرس: شیراز- شهرک فرزانگان- نبش تقاطع طلائیه شهرداری منطقه ۹ مراجعه نمایند. ضمنا در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر شماره تلفن ۳۸۴۱۰۲۰۰- داخلی ۱۳۱ آماده پاسخ گویی می باشد.

۱- مبلغ برآورد اولیه: ۹/۳۴۹/۰۱۳/۲۷۷ ریال ۲- مدت انجام کار: یکسال می باشد.

۳- مبلغ تضمین شرکت در مناقصه مبلغ ۴۷۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال است که باید به یکی از صورتهای مشروحه زیر همراه با اسناد مناقصه در پاکت (الف) به دستگاه مناقصه گزار تسلیم شود: الف- ضمانتنامه به نفع شهرداری شیراز با شناسه ملی: ۱۴۰۰۲۰۹۱۶۷۱ و کداقتصادی: ۴۱۱۳۶۴۸۷۷۴۵۵

ب- فیش واریز نقدی به حساب منطقه ۹ به شماره ۷۰۰۷۹۲۸۳۵۲۳۶ بانک شهر

۴- ارائه گواهی صلاحیت معتبر از اداره تعاون، کار و رفاه اجتماعی استان فارس الزامی است و شرکت هایی که مجوز فعالیت از استانهای دیگر را داشته باشند می‌بایست مجوز فعالیت در استان فارس را از اداره تعاون، کار و رفاه اجتماعی استان فارس اخذ نمایند.

۵- مدیرعامل یا یکی از اعضا هیات مدیره شرکت الزاما می بایست دارای مدرک کارشناسی از دانشکده های کشاورزی یا منابع طبیعی در رشته های مرتبط با موضوع مناقصه و سهام دار و دارای حق امضا در اسناد و مدارک مالی و قراردادها باشد.

۶- خدمات حفظ و نگهداری فضای سبز می بایست جز موضوع اساسنامه شرکت باشد.

۷- ارائه ۲ سال سابقه اجرایی در خصوص حفظ و نگهداری و یا احداث فضای سبز توسط شرکت، الزامی می باشد.

۸- زمان بازدید میدانی ساعت ۹ صبح روز چهارشنبه مورخ ۹۸/۶/۲۰ و محل تجمع شهرداری منطقه ۹ می باشد. ۹- آخرین مهلت تحویل پیشنهادها: تا پایان وقت اداری روز یکشنبه مورخه ۹۸/۶/۲۴ می باشد.

۱۰- زمان تشکیل کمیسیون بازگشایی پاکت ها ساعت ۱۵ روز دوشنبه مورخه ۹۸/۶/۲۵ در محل سالن جلسات اداره کل حقوقی شهرداری شیراز واقع در چهار راه خلدبرین خواهد بود. ۱۱- هزینه آگهی بعهده برنده مناقصه خواهد بود و شهرداری در رد یا تمام پیشنهادات مختار می باشد.

۱۲- بدیهی است شرکت در مناقصه و ارائه پیشنهاد بمنزله قبول کلیه شروط شهرداری و موضوع ماده ۱۰ آئین نامه معاملات شهرداری می باشد.

۷۳۴۹/م الف ۳۱۴۲۷ شناسه آگهی: ۵۷۹۱۵۸

اداره کل ارتباطات و امور بین الملل شهرداری شیراز