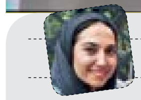
ZENDEGI-SALAM
ضمیمه روزنامه خراسان
زندگی سلام
یک شنبه
۲۰ آبان ۱۴۰۳
۸جمادی‌الاول ۱۴۴۶
۱۰ نوامبر ۲۰۲۴
شماره ۲۸۴۹

گریه بچه دیگران به ما ربطی دارد؟

پربازدیدشدن ویدئویی از یک بچه که چون مادرش برایش خوراکی نمی‌خرد، در خیابان زیر گریه زده و خانم دیگری از سر دلسوزی با مادر این بچه دعوا می‌کند، بهانه‌ای شد تا از واکنش اصولی در این مواقع بگوییم



دکتر ساحل گرامی | روان‌شناس کودک

محوری

همه ما کم‌وبیش بچه‌هایی را در کوچه و خیابان دیدیم که به دلیل بی توجهی والدین‌شان، شروع به سرو صدا کرده یا گریه می کنند. به تازگی یک ویدئو با این سوال که «به نظر شما کار کدوم خانم اشتباه بود؟» در شبکه‌های اجتماعی پربازدید شده است. در این ویدئو یک مادر را می‌بینیم که دست بچه گریانش را از جلوی یک گاری که خوراکی می‌فروشد، می کشد. خانم دیگری که این لحظه را می‌بیند، می گوید: «من می‌خواهم برایش بخرم چون خیلی گریه می کند». مادر این بچه در ادامه می گوید: «به شما ربطی دارد؟ من صلاح بدانم، می‌خرم و گرنه نمی‌خرم». این خانم هم می گوید: «بچه می گوید گرسنه‌ام، تو مادر هستی؟» و ... . به همین بهانه، نگاهی روان‌شناسانه به این ماجرا و واکنش‌های درست در چنین مواقعی انداختیم.

گذاشتن قوانین برای کودک و پایبندی به آن‌ها

یکی از مهم‌ترین موارد تربیتی در فرزندپروری، گذاشتن قوانین و مقررات و پایبندی به آن‌هاست. بنا بر ذات کودک و سیستم تربیتی تعدادی از والدین، برخی بچه‌ها دچار زیاده خواهی شده و هنگام بیرون رفتن و قرار گرفتن در معرض وسایل مختلف، مکرر درخواست خرید داشته و والدین را کلافه می کنند. صرف نظر از بار مالی که چنین رفتاری از کودک می‌تواند برای آن‌ها داشته باشد، این خصیصه رفتاری در سال‌های آتی می‌تواند دردسر ساز شده و همزمان با رشد کودک، تقاضاهای او را هم سنگین‌تر کند. علاوه بر این بیرون رفتن از خانه را برای والدین سخت و پر تنش کرده و هر از گاهی والدین عطای خرید را به لقای آن می‌بخشند.

کوتاه‌آمدن به‌خاطر گریه کودک توصیه نمی‌شود

در بیشتر مواقع بنا بر تجارب این چنینی، والدین مصمم می‌شوند که به خواسته‌های این چنینی کودک، دست رد زده و این رفتار را در او اصلاح کنند. قطعا در اولین روزهای اجرای قانون کودکان مقاومت می کنند و زیر بار این قانون نمی‌روند. بنابراین شروع به اصرار، گریه و فریاد می کنند تا والدین را با این راهکار وادار به قبول خواسته خود کنند. در این مرحله هر نوع کوتاه‌آمدن و تسلیم‌شدن به منزله شکست والدین بوده و این خصیصه را در کودک شدت می دهد.

پیچیده‌شدن اوضاع با دخالت دیگران

در این میان برخی اقوام و خویشان، افراد رهگذر یا فروشنده‌ها به دلیل دلسوزی یا با نیت کمک مالی به والدین، اصرار به خرید آن کالا را دارند و خود را به میان چالش و درگیری والد و فرزند می اندازند. با در نظر گرفتن نیت خیر این افراد، والدین به دو دلیل دچار خشم می شوند؛ یک: شکست راهکار فرزندپروری خود توسط افراد دیگر با زیر سوال بردن تصمیم والدین و حمایت از کودک و دوم: به دلیل مورد قضاوت قرار گرفتن توسط افراد دیگر مانند بی‌پول بودن، خسیس بودن یا قسی القلب بودن. در حالی که هیچ فردی بیشتر از والدین دلسوز فرزند خود نبوده و از شکل گیری رفتارهای منفی در او احساس نگرانی نمی کند. پس هر گونه مداخله دیگران در امور تربیتی والدین، فقط می‌تواند اوضاع را پیچیده کند. در نظر داشته باشید بحث تنبیه بدنی و هر گونه شکنجه کودک توسط والدین امری جداست و نیاز به مداخله مشاهده کنندگان دارد.

قرار نیست بچه‌ها به همه خواسته‌های‌شان برسند

حال چگونه بچه‌ها را راضی کنیم تا به صورت محدود خرید کنند؟ از همان دو سالگی هنگام بیرون آمدن از خانه با بچه‌ها اتمام حجت کنید که آیا آن روز خرید وسیله یا خوراکی خواهند داشت یا نه؟ اگر نه، اعلام کنید که امروز به فلان جا خواهیم رفت ولی قرار نیست خرید بیشتری داشته باشیم و فقط طبق فهرست وسیله‌ها را برمی داریم. یا امروز روز خرید بستنی یا خوراکی است، می‌توانی بستنی یا فقط یک خوراکی بخری. تعداد را شما باید تعیین کنید و در فروشگاه پای حرف خود بمانید. یا برای خرید لوازم تحریر، اسباب بازی و اشیای گران‌تر یک یا دو روز را در ماه انتخاب کنید و تحت عنوان روز اسباب‌بازی به او اعلام کنید. برای بچه های بالای پنج سال می‌توانید این روزها را در تقویم علامت بزنید تا خود او بتواند پیش بینی کند و برای این روزها صبر کند. دقت کنید قاطعیت شما، توضیح کوتاه قانون به کودک و پرهیز از هر گونه عصبانیت می‌تواند پشت سر گذاشتن این چالش را برای شما راحت‌تر کند. به یاد داشته باشید که کودک می‌تواند هر خواسته‌ای از شما داشته باشد ولی قرار نیست همیشه به خواسته خود برسد و این شما هستید که در جایگاه والدین تشخیص می دهید که چه چیزی را برای او می‌توانید بخرید.

شبکه های اجتماعی

مواظب باشیم گرفتار اثر «ماهی قرمز» نشویم

صابر| شاید برای شما هم پیش آمده باشد که گوشی را برداشتید تا کاری انجام دهید، به‌طور مثال قبضی پرداخت کنید؛ اما ناگهان به‌خودتان آمدید و دیدید بعد از باز کردن یک اعلان، ساعت‌هاست که در شبکه‌های اجتماعی هستید؛ بدون این که یادتان بیاید چرا گوشی را برداشته بودید؟ به این اتفاق اثر «ماهی قرمز» می گویند. ماجرا از این قرار است که این روزها به دلیل حجم بالای اطلاعاتی که از منابع مختلف به دست‌مان می‌رسد و در بیشتر مواقع هم در اثر استفاده زیاد از فناوری و فضای مجازی، تمرکز و توجه کمی داریم، اما حالا این موضوع چه ربطی به ماهی قرمز دارد؟ فراموشی، نبود تمرکز، از این کار به آن کار پریدن و تمام نکردن کارها چیزی شبیه حافظه ۸ ثانیه‌ای ماهی قرمز است. بد نیست بدانید که برخی پژوهش‌ها می گوید توجه و تمرکز ما حتی زیر ۸ ثانیه آمده؛ یعنی کمتر از حافظه ماهی قرمز. هرچند حافظه با تمرکز دو مقوله متفاوت هستند اما گاهی پیامد ماجرا یکی است و ما که مدام در معرض اطلاعات هستیم یا نگرانیم از اخبار و پیام‌ها عقب مانده باشیم مدام گوشی را بررسی می کنیم و وقتی هم نیاز به تمرکز داریم باز ناخودآگاه همان کار را می کنیم. در چنین شرایطی آن قدر ورودی زیاد است که مغزمان نمی‌تواند پردازش لازم را داشته باشد. این علاقه به انجام چند کار و به‌ویژه بررسی همزمان فضای مجازی باعث نوعی چندوظیفگی یا به اصطلاح مولتی‌تسکینگ در ما شده که نتیجه‌اش اثر «ماهی قرمز» است یعنی اخلال در کارها، فراموشی، کاهش کیفیت یادگیری، ناتوانی در کار عمیق و خلق ایده‌ها و... پس دفعه بعدی که با بررسی شبکه‌های اجتماعی و لذت ناشی از آن نوعی دوپامین در مغزمان ترشح می‌شود و لذت را تجربه می کنیم، باید به‌خودمان یادآوری کنیم که این لذت به قیمت تثبیت اثر «ماهی قرمز» خواهد بود و نیاز به یک سم‌زدایی دوپامینی داریم؛ یعنی هورمون لذت را ارتقا دهیم؛ طوری که به موضوعات زودگذر و ساده مثل بررسی شبکه‌های اجتماعی بی اعتنا باشد.

نکته ها

۶ زنگ خطر احتمال خیانت مردان به همسرشان در محل کار

۱- اضافه‌کاری مشکوک
۲- اشاره مکرر به یک همکار خاص
۳- تغییر ناگهانی در ظاهر
۴- اشتیاق ناگهانی به کار
۵- حمایت غیرمعمول از یک همکار
۶- رفتار بیش‌از حد دوستانه با یک همکار

نکته: همه یا هر کدام از این نشانه ها دلالت بر یک رفتار قطعی نیست و در شرایطی کمک گرفتن از یک مشاور بهترین انتخاب است.

از دنیای روان شناسی

بیشتربودن ۸۰درصدی احتمال افسردگی مجردها

بنابر مطالعه‌ای جدید، افراد مجرد ۸۰ درصد بیشتر از افراد متاهل در معرض خطر ابتلا به افسردگی قرار دارند. طبق نتایج به دست‌آمده، احتمال بروز افسردگی در مردان مجرد و افرادی که تحصیلات بالاتری دارند و ازدواج نکرده‌اند، بیشتر است. اسکای‌نیوز به نقل از دانشمندان می‌نویسد که این نتایج می‌تواند به شناسایی افرادی که بیشتر با خطر ابتلا به این اختلال مواجه‌اند، کمک کند.

بررسی ۱۰۰ هزار نفر از ۷ کشور

به گفته نویسندگان این مطالعه، نرخ پایین‌تر افسردگی در افراد متاهل احتمالا به این دلیل است که زوج‌ها از نظر اجتماعی از یکدیگر پشتیبانی می کنند، به لحاظ اقتصادی وضعیت بهتری دارند و بر ایجاد حس رضایت در یکدیگر تاثیر مثبتی می گذارند. محققان در این مطالعه، داده‌های بیش از ۱۰۰ هزار نفر از هفت کشور جهان را که هفت هزار نفرشان از بریتانیا بودند، تجزیه و تحلیل کردند. در بررسی سلامت روان بزرگسالان بریتانیا در سال ۲۰۰۷ (APMS)، حدود ۲۲۲ نفر از شرکت کنندگان علایم افسردگی را گزارش کردند. از میان این افراد، ۷۳ نفر متاهل، ۶۲ نفر مجرد، ۵۵ نفر طلاق گرفته یا جداشده و ۳۲ نفر بیوه بودند. «کفنگ لی» از دانشگاه پلی‌تکنیک ماکائو در چین و همکارانش در مجله «طبیعت رفتار انسان» نوشتند: «تحلیل ما در کشورهای مختلف نشان می دهد که افراد مجرد ممکن است بیشتر در معرض خطر افسردگی باشند و هر گونه تلاشی برای کاهش این خطر باید نقش زمینه فرهنگی، جنسیت، سطح تحصیلات و مصرف مواد را هم در نظر گرفت.»

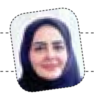
مروری بر نتایج این پژوهش

طبق نتایج این مطالعه که افرادی در ایالات متحده، مکزیک، ایرلند، کره جنوبی، چین و اندونزی را هم طی یک دوره پیگیری ۴ تا ۱۸ ساله بررسی کرد، خطر ابتلا به علایم افسردگی در افراد مجرد ۷۹ درصد بیشتر از افراد متاهل بود. افرادی هم که طلاق گرفته یا از یکدیگر جدا شده بودند، ۹۹ درصد بیشتر در معرض بروز علایم افسردگی بودند. در همین حال، افرادی که بیوه بودند، ۶۴ درصد بیشتر از افراد متاهل در معرض این مشکل قرار داشتند. بر اساس این مطالعه، افراد مجرد در کشورهای غربی در مقایسه با کشورهای شرقی بیشتر با خطر افسردگی مواجه‌اند.

اتاق مشاوره

می‌ترسم اشتباهات دخترم غیرقابل جبران باشد

دختری ۱۶ ساله دارم. تا ۱۵ سالگی از من حرف شنوی داشت اما الان خیلی پررو شده است. هر چه می گویم، سر بالا جواب می‌دهد. پدر هستم و نگرانم اشتباهی بکند که پشیمانی بعد از آن، فایده نداشته و غیرقابل جبران باشد. دعوا هم کردم، فایده نداشته. راهنمایی کنید.



بنفشه دولت‌آبادی | روان‌درمانگر و مشاور خانواده

تربیت فرزند

مخاطب گرامی، پیشنهاد می کنیم به‌عنوان پدر ابتدا با فرزند خود دوست شوید. او را قضاوت نکنید. قضاوت و سرزنش شما باعث رفتارهای سرکشانه در او می‌شود. سعی کنید اعتماد او را جلب کنید. اجازه دهید همان‌طور که با دوستان خودش راحت است در کنار شما هم همان حس را داشته باشد.

با پرخاشگری مشکل حل نمی‌شود

گفته‌اید دعوا هم کردم، فایده نداشته. دقت کنید با پرخاشگری فرزند شما مطیع نمی‌شود. خونسردی خودتان را حفظ کنید. نوجوان به حرف‌ها و توصیه‌های کسی گوش می دهد که برایش الگو باشد و شخصیت او را دوست داشته باشد. سعی کنید برای ارتباط بهتر با فرزند خود به علایق او توجه کنید. او را به تفریح مورد علاقه‌اش دعوت کنید. اگر در خانواده تصمیم مهمی می خواهید بگیرید حتما فرزند نوجوان خود را در این تصمیم گیری دخالت دهید. اگر سوالی از شما می‌پرسد که فکر می کنید مناسب سن او نیست به جای دلخوری و وحشت‌زدگی بهترین پاسخ ممکن را به اقتضای سنش به او بدهید.

یک روز هم دنیا را از چشم او ببینید

این مسئله بسیار مهم است. همدلی با فرزند نوجوان، احساسی از امنیت و درک شدن به او می‌دهد که وصف شدنی نیست. باور داشته باشید اگر نوجوان به درستی درک شود دیگر دلیلی برای لجبازی و نافرمانی ندارد پس حتی شده یک روز هم با کفش او راه بروید! حال و هوای احساسی خودتان را در دوران نوجوانی به یاد بیاورید. هر چه بیشتر خودتان را به جای فرزندتان بگذارید و دغدغه‌هایش را درک کنید در مدیریت استرس و تعارضات در ارتباط با او بهتر عمل خواهید کرد.

احترام متقابل را جدی بگیرید

به یاد داشته باشید حرف شنوی فرزند شما نیازمند رعایت احترام متقابل است. اگر انتظار دارید فرزندتان به حرف شما گوش کند ابتدا شما به عنوان پدر شنونده فعال صحبت‌هایش باشید و مسئله را از نگاه او ببینید. هر چه بیشتر با علت رفتارها، مخالفت‌ها و حرف گوش نکردن‌های او آشنا شوید درک‌تان از شرایط و موقعیت او بیشتر می‌شود. در ادامه درک بهتر نوجوان، آمادگی شما برای مدیریت تعارض و نحوه برخورد با اشتباهات نوجوان افزایش می‌یابد.

چیدمان

ترفندهای خلاقانه چیدمان قفسه کتابخانه

هرقدر هم که کتابخانه کوچکی داشته باشیم، این کتاب‌ها شخصیت و حال و هوای دکوراسیون خانه ما را تغییر می‌دهند، به شرطی که شلوغ و به هم ریخته نباشند. به گزارش «راهنماتو»، برای ایجاد یک قفسه کتاب منسجم که مکمل اتاق باشد، تنها کمی زمان و توجه لازم است.

دسته‌بندی براساس ژانر| اگر کتابخانه شما در طول زمان به میزان قابل توجهی پر از کتاب‌های متفاوت شده است، پیدا کردن کتاب مدنظر در زمانی که شما به آن نیاز دارید، ممکن است کمی دشوار باشد. برای این که به خودتان کمک کنید، سعی کنید ژانر کتاب‌ها را بررسی کنید. یک راه عالی برای ارائه ساختار و جذابیت برای طراحی قفسه کتاب، مرتب کردن کتاب‌ها در دسته بندی‌هایی براساس ژانر مانند ترسناک، رمانتیک یا روان شناسی است.

استفاده از لوازم دکوری| یکی دیگر از راه‌های کمک به این که قفسه کتاب‌تان بدون شلوغی و از نظر زیبایی شناختی دلپذیر باشد، ادغام عناصر تزیینی است. این نه تنها ظاهری متعادل‌تر در قفسه شما ایجاد می کند، بلکه کمک می کند در نهایت دکوراسیون خانه شما یکدست و خاص باشد. دکور قفسه کتاب می‌تواند شامل عکس‌ها، آثار هنری، گیاهان، شمع‌ها یا حتی مجسمه‌های کوچک باشد. هر آن چه را که برای اضافه کردن انتخاب می کنید، مهم است که تعداد مواردی را که نمایش می‌دهید، محدود کنید تا قفسه کتاب را با قطعات بی‌رویه پر نکنید.

استفاده از نظم‌دهنده‌ها| برخی از دوستداران کتاب، ظاهری التقاطی را ترجیح می‌دهند، درحالی که برخی از این که کتابخانه ساختار منظمی داشته باشد، لذت می‌برند. برای کسانی که دومی را دوست دارند، استفاده از سبدها و نظم‌دهنده‌هایی که برچسب دارند، می‌تواند باعث شود که قفسه کتاب منظم‌تر دیده شود.

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

*پرونده «حسرت‌های بزرگ در آخرین روزهای زندگی» را خواندم. می خواستم بگم که نمی شه یک نسخه واحد برای همه پیچید. هر فردی باید ببینه که با چه چیزهایی دلش خوشه.

*درباره زنان در صفحه سلامت، بیشتر مطلب بزنین. خانم‌ها فقط به فکر زیبایی ظاهری هستن و از سلامت جسم غافل شدن.

*مطالب صفحه اول زندگی سلام درباره هدیه رو خوندم. دلم خیلی شکست که در این همه سال، هیچ کسی رو نداشتم که بهش هدیه بدم یا اون به من هدیه بده. همیشه تنها بودم و انگار هیچ کسی من رو نمی بینه.

*دلنوشته همسر فوتسالیست روی کفشش خیلی قشنگ و دل گرم کننده بود. چقدر زیبا. قطعا این چنین زندگی، سرشار از عشق و محبت خواهد شد.

برگه سبز خودرو: پژو ۴۰۵ جی ال ایکس به شماره پلاک: ۳۶ و ۷۹۳ ایران ۷۴ وشماره شاسی: ۱۴۲۳۵۳۰۸ شماره موتور: ۱۲۴۸۴۰۹۵۸۳۶ به نام: امیر ابراهیمی شامکانی مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز سواری پراید ۱۳۲ مدل ۱۳۹۱ رنگ نوک مدادی متالیک ش موتور ۴۵۹۲۳۰۸ ش شاسی S۱۴۲۲۲۹۱۳۲۲۷۹۳۹ ش انتظامی ایران ۴۸ - ۴۳۷ ج ۶۱ به نام آرزو وارانسته ساری قیه فرزند صاحبعلی مفقود و فاقد اعتبار است.

برگ سبز خودرو کوئیک سفید مشکی اتوماتیک مدل ۱۴۰۲ به شماره انتظامی ۱۳۶ ج ۹۶ ایران ۴۲ شماره شاسی NAPX۴۱۲ABP۱۲۳۰۶۸۷ شماره موتور M۱۵۵۱۲۰۹۳۰ به نام صدیقه کریمیان مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز پژو ۲۰۶ تیپ ۲ شماره انتظامی ایران ۴۵ د ۶۶۶ ایران ۱۲ و شماره موتور ۸۴۶۹۰۰۵۲ Fam و شماره شاسی ۸۳۶۱۷۷۱۴ به نام امیر حسین حسن زاده نظر آبادی مفقود و فاقد اعتبار است.

برگ سبز موتورسیکلت رهرو مدل ۹۰ شماره انتظامی ۸۳۵۸۷-۷۶۶ شماره تنه ۹۰۱۴۰۶۰ شماره موتور ۳۱۰۴۲۴۴ بنام جلیل متمدن مارشک مفقود وفاقداعتبار است

برگ سبز و سند کمپانی و کارت خودرو پیکان مدل ۸۰ به ش پلاک ایران ۳۶-۹۱۹ ب ۲۷ به ش شاسی ۸۰۴۰۵۰۵۲ به ش موتور ۱۱۱۲۸۰۰۶۶۱۴ بنام مصطفی صائبی نژاد مفقود وفاقداعتبار است

کارت پایان خدمت اینجانب هادی کریمی فرزند علی اصغر با کد ملی: ۱۰۶۲۸۵۵۰۸۶ مفقود گردیده وفاقد اعتبار است

گواهی میشود فاکتور بلوک سیلندر به شماره ۱۴۰۱۱۴۷۳۵۷۵ به شماره موتور ۲۲۵۶۸۱۰۴۵۴۹ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط میباشد

کارت دانشجویی اینجانب محمد خواجوی با کد دانشجویی ۹۹۳۲۸۶۳ در رشته علوم اقتصادی از دانشگاه سیستان و بلوچستان مفقود و فاقد اعتبار است.

برگ سبز و سند کمپانی و کارت خودرو و پلاک عقب پژو ۴۰۵ جی ال ایکس آی مدل ۱۳۸۴ ش انتظامی ایران ۷۴ - ۹۲۶ د ۹۵ ش شاسی ۱۴۲۶۹۱۲۷ ش موتور ۱۲۴۸۴۱۷۴۰۱۱ بنام صفیه تاجیک مفقود شده و فاقد اعتبار است

برگ سبز و سمند کمپانی موتور سیکلت احسان ۲۰۰ مدل ۱۴۰۱ به شماره انتظامی ۸۵۷-۴۷۱۱۷ به شماره موتور ۱۹۶N۱۴۱۳۱۷۸۰ و شماره تنه ۴۷۱۶۶ بنام علی همت آبادی مفقود گردیده وفاقد اعتبار می باشد

اصل برگ سبز خودرو لیفان X۶۰ مدل ۱۳۹۳ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۲۴۲ م ۲۲ به شماره موتور LFB۴۷۹Q۱۲۱۲۰۱۱۶۵ و شماره شاسی NAKSG۴۳۱۶DB۱۰۲۸۷۶ بنام ابراهیم نقوی بنجار مفقود و فاقد اعتبار است.

برگ سبزو کارت پژو پارس XU۷ به ش پلاک ایران ۷۴ - ۱۱۳ ن ۳۱ به ش موتور ۱۲۴K۰۶۵۸۰۲۶ به ش شاسی NAAN۰۱DE۳FH۲۲۷۳۵۸ بنام روح الـ کلانتر مفقود وفاقداعتبار است

اصل برگ سبز پیکان ۱۶۰۰i مدل ۱۳۸۴ به شماره انتظامی ۸۴ ایران ۱۶۲ ج ۱۷ به شماره موتور ۱۱۲۸۴۰۶۴۰۳۴ و شماره شاسی ۱۲۱۳۹۶۲۰ بنام ایوب دام دل مفقود و فاقد اعتبار است.

برگ سبز لیفان ۶۲۰ به شماره انتظامی ایران ۱۲-۲۴۴ ب ۸۵ شماره موتور LFB۴۷۹Q۱۳۱۱۰۰۰۹۲ وشماره شاسی: NAKNF۴۲۲۰۰DB۱۱۵۴۰۰ به نام مریم موذن مفقود و فاقد اعتبار است

اینجانب نازیلا مرشدلو کارآموز وکالت به کدملی ۰۵۷۴۰۱۲۲۱۱۲ یک عدد دفترچه کارآموزی به شماره پروانه ۲۰۶۲۳ مفقود کرده ام که از این تاریخ از درجه اعتبار ساقط میباشد و درخواست صدور المثنی دارم.

سند کمپانی و برگ سبز و کارت پراید ۱۳۱SX مدل ۹۸ به ش پلاک ایران ۳۰-۳۸۸ ج ۳۴ به ش شاسی NAS۴۱۱۱۰۰K۱۱۵۴۷۵۶ به ش موتور M۱۳/۶۳۲۵۴۳۰ بنام کاوه جادریان گیلانی مفقود وفاقداعتبار است

برگ سبز و کارت کی ام سی ۲۸ به ش پلاک ایران ۱۲-۴۸۵ و ۹۹ بنام زهرا حیدری به ش موتور HFC۴GA۳E۰DN۰۰۰۷۱۸۴ به ش شاسی NAKPLA۱۱۱۴NB۱۰۸۷۴۷ مفقود وفاقداعتبار است

کارت ماشین و برگ سبز خودرو سواری پراید تیپ جی تی ایکس ای مدل ۱۳۸۸ شماره موتور ۲۹۹۲۱۴۴ شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۸۲۸۷۴۴۲ شماره پلاک ۹۸۵ ط ۴۳ ایران ۴۲ به نام جعفر چکار مفقود گردیده و اعتبار ندارد.

پروانه حمل ۲ فقره اسلحه شکاری تک لول کمرشکن روسی به شماره ۳۵۰۸۵ و یک فقره پروانه حمل اسلحه گلوله زنی پنج تیر روسی اینجانب سید علیرضا جلالی به کدملی ۶۵۱۹۷۷۹۱۴۸ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط است.

برگ سبز موتور سیکلت تلاش ۱۲۵cc نقره ای مدل ۹۰ به شماره انتظامی ۶۲۸۳۶-۷۶۵ به شماره موتور ۱P۵۲FMINE۱۲۳۲۲۵۰ و شماره تنه ۱۲۵۶۹۰۱۰۲۱۶***NE۱ بنام رضا تقی زاده طرسی مفقود وفاقد اعتبار است

صرفه‌جویی در زمان
روزنامه خراسان
www.37010.ir
سفارش آنلاین آگهی در
پرداخت آنلاین
خراسان
۳۰۱۰