تیشه‌هایی به ریشه‌های روابط زوجین

از ۵ عامل مخرب در پیام‌های عاطفی زوجین به یکدیگر و راهکارهای پیشگیری از بروز آن‌ها گفتیم

زینب‌السادات ابن‌الرضا | کارشناس ارشد روان‌شناسی

محوری

در دنیایی که فناوری به ما نشان داده چگونه در ثانیه با فردی در آن سوی جهان ارتباط برقرار کنیم چرا بسیاری از ما در بیان ساده‌ترین احساسات به نزدیک‌ترین افراد زندگی‌مان درمانده‌ایم؟ مشکل این جاست که ما ضعف مهارت در ارسال و دریافت پیام‌های کلامی و رفتاری در روابط بین زوجین داریم و برای بهبود روابط عاطفی آموزش ندیده‌ایم.

پای این ۵ عامل مخرب در میان است

پنج عامل مخرب در پیام‌های عاطفی در روابط زوجین وجود دارد که کمتر شناخته شده هستند. همچنین آگاهی زن و شوهرها به راهکارهای پیشگیری از بروز آن‌ها کم است.

۱ بی‌توجهی به‌جای توجه آگاهانه

عامل مخرب| افراد در رابطه آن قدر به موضوعات جانبی از قبیل فرزندان شغل، خانواده و... توجه می‌کنند که وقت و انرژی کافی برای رابطه نمی‌گذارند.

راهکار| در توجه آگاهانه در زمانی واحد می‌شود غیر از این که به درخواست‌های عاطفی خود توجه می‌کنید به درخواست‌های عاطفی دیگری هم توجه و پاسخ مناسب بدهید. این فرایندی است که در حال کشف یکدیگر به صورت خلاقانه هستید.

۲ شروع خشن و خشونت‌آمیز در گفت‌وگو

عامل مخرب| شروع خشن باعث می‌شود درخواست‌های کاملا صادقانه، عاطفی و منطقی در روابط خراب شوند.

راهکار| در جملات از کلمه من به جای تو استفاده کنید. مثلا من ناراحت هستم نه این که تو اشتباه می‌کنی. با نیت صمیمیت و حل مسئله شروع به صحبت کنید نه اثبات حق.

۳ انتقادهای زیان‌آور به‌جای شکایت‌های سازنده

عامل مخرب| شیوه ابراز نظرات و مخالفت تاثیر بسیاری بر کیفیت ارتباط می‌گذارد. یک قانون مهم در رابطه عاطفی، در مواقع ضروری شکایت کنید اما انتقاد نکنید. تفاوت این دو این است که در شکایت فرد بر رفتار خاصی که انجام شده، تمرکز دارد و همان رفتار را نشانه می‌گیرد ولی در انتقاد فرد قضاوت‌گرایانه و رفتارهای دیگر و کلی و همچنین شخصیت فرد مقابل را مورد حمله قرار می‌دهد.

راهکار| نیازتان را مطرح کنید. همچنین نظر خود را به عنوان یک نگرش بگویید نه واقعیت مطلق و در آخر به رفتارهای خاص که نیاز به تغییر دارند، اشاره کنید نه قضاوت‌های کلی.

۴ غرق شدن در افکار

عامل مخرب| وقتی آشوبی در رابطه پیش می‌آید علایم جسمانی مثل تپش قلب، تعریق و... اجازه آرامش و رابطه سالم نمی‌دهد و مدام در افکار هیجانی خود غرق می‌شوید که در مردان بیشتر از زنان رخ می‌دهد.

راهکار| بهترین کار این است به خود حدود ۲۰ دقیقه فرصت دهید و سکوت کنید تا علایم جسمانی به حالت اولیه برگردد و پس از آرامش جسمی و فکری به حل مسئله بپردازید.

۵ اجتناب از گفت‌وگوهای ضروری

عامل مخرب| بحث از موضوعاتی شروع می‌شود که افراد باید در زمان مناسب درباره موضوعات و یا ادراکات و احساسات خود صحبت می‌کردند که اجتناب کرده و موجب ناراحتی و سوءتفاهم‌ها می‌شود.

راهکار| راهکار مفید این است که هر موضوع و احساس خوشایند یا ناخوشایند در زمان خود گفته شود.

اتاق مشاوره

فاصله طبقاتی با دوستانم از زندگی سیرم کرد

دانشجوی رشته مکانیک در دانشگاه یکی از شهرهای بزرگ هستم. گاهی که فاصله طبقاتی خودم را با دوستانم می‌بینم، از زندگی سیر می‌شوم و کامم تلخ می‌شود. خسته‌ام. چه کنم؟

فهیمه ملکی | روان‌شناس

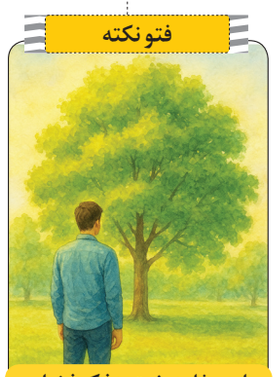
مشاوره فردی

اگر زمان زیادی مشغول این مقایسه‌ها و ناراحتی درباره آن هستید، احتمالا این مسئله به باورها و پیش فرض‌های شما درباره خودتان و زندگی مربوط می‌شود. گاهی ما انسان‌ها باورهایی درباره زندگی داریم که در طی زمان و با تجربه بیشتر این باورها اصلاح می‌شود. به عنوان مثال یکی از این باورها می‌تواند این باشد که «در زندگی همه چیز منصفانه است» یا این که «اتفاق‌های خوب، فقط برای آدم‌های خوب پیش می‌آید» و... این باورها اگرچه می‌تواند به عنوان یک ارزش باشد و در مسیر احقاق آن می‌توان تلاش کرد اما همیشه این طور نیست. به عنوان مثال اگر باور کسی این باشد که اتفاق‌های خوب برای آدم‌های خوب پیش می‌آید، زمانی که تلاش می‌کند و به هر دلیلی متناسب با تلاشش پاسخ نمی‌گیرد، طبق آن باور به این نتیجه می‌رسد پس اگر برای من اتفاق خوبی نیفتاده، حتما من خوب نبودم و به جای تلاش بیشتر خود را سرزنش می‌کند و دست از تلاش برمی‌دارد. از این رو مهم است که با تعمق بیشتر، باورهای شخصی خودتان را درباره زندگی بهتر بشناسید و در صورتی که با واقعیت فاصله دارد، برای واقع‌بینانه‌تر کردن این باورها تلاش کنید.

اهداف‌تان را واقع‌بینانه تنظیم کنید

شما در شروع مسیر رشد هستید و فرصت برای رسیدن به ساختن زندگی به سبک دلخواه را دارید البته در صورتی که اهداف واقع‌بینانه و متناسب با زندگی خود داشته باشید. به طور قطع، مسیر شما نسبت به کسی که امکانات بیشتری در اختیار دارد، دشوارتر است اما این سختی و دشواری به معنی نرسیدن نیست.

فتو نکته



باید مثل درخت به فکر فضایی برای رشد باشیم

از دنیای روان شناسی

تاثیرات ابتلا به کرونا بر اضطراب نسل‌های بعدی

یک مطالعه جدید نشان می‌دهد ابتلا به کووید-۱۹ باعث تغییراتی در اسپرم موش‌ها می‌شود که ممکن است اضطراب را در نسل بعدی آن‌ها افزایش دهد. به گزارش ساینس آلرت، پژوهشگران مؤسسه علوم اعصاب و سلامت روان فلوری در ملبورن استرالیا، موش‌های نر را با ویروسی که باعث کووید ۱۹ می‌شود، آلوده کردند، سپس آن‌ها را با موش‌های ماده جفت‌گیری دادند و سلامت فرزندان حاصل را بررسی کردند. «الیزابت کلیمن»، نویسنده اصلی این تحقیق گفت: «ما دریافتیم که فرزندان حاصل از پدران آلوده، رفتارهای اضطرابی بیشتری نسبت به فرزندان پدران غیرآلوده نشان می‌دهند». این مطالعه که در مجله نیچر منتشر شده، نشان داد که تمام فرزندان حاصل از پدران مبتلا به کووید ۱۹ این تغییرات را بروز داده‌اند. «کارولینا گوبرت»، یکی از نویسندگان ارشد این پژوهش افزود: «این اتفاق ممکن است از طریق وراثت اپی‌ژنتیکی و تغییر در رشد مغز، به افزایش اضطرابی که در نسل بعد مشاهده کردیم، منجر شود». پژوهشگران می‌گویند تحقیق آن‌ها نخستین مطالعه‌ای است که تأثیرات بلندمدت کووید ۱۹ بر رفتار و رشد مغز نسل‌های بعدی را نشان می‌دهد.

سالمندان

عملکرد ذهن در ۶۰ سالگی به اوج می‌رسد؟

طبق یک مطالعه جدید، در بیشتر افراد عملکرد کلی ذهن بین سنین ۵۵ تا ۶۰ سال به نقطه اوج خود می‌رسد. در این پژوهش، محققانی از استرالیا و لهستان ابتدا ۱۶ بُعد روان‌شناختی مانند استدلال، حافظه، سرعت پردازش، دانش عمومی و هوش هیجانی را شناسایی کرده‌اند. همچنین پنج ویژگی اصلی شخصیت یعنی برون‌گرایی، پایداری هیجانی، وظیفه‌شناسی، پذیرا بودن نسبت به تجربه و سازگاری هم بررسی شده است. پژوهشگران مسیر سنی تمام این ۱۶ ویژگی را در قالب یک شاخص ترکیبی بررسی کرده‌اند و در نتیجه می‌گویند عملکرد ذهنی کلی انسان‌ها در فاصله ۵۵ تا ۶۰ سالگی به اوج می‌رسد و پس از حدود ۶۵ سالگی به تدریج کاهش پیدا می‌کند. این کاهش معمولاً بعد از ۷۵ سالگی سرعت بیشتری پیدا می‌کند. همچنین نتیجه این تحقیق نشان داده برخی ویژگی‌ها بسیار دیرتر از چیزی که تصور می‌شد به نقطه اوج خود می‌رسند. برای مثال، وظیفه‌شناسی در حدود ۶۵ سالگی در بالاترین سطح قرار دارد و پایداری هیجانی حدود ۷۵ سالگی به اوج می‌رسد. مطالعات قبلی نشان داده بودند که انسان از نظر جسمی معمولاً در اواسط دهه ۲۰ تا اوایل دهه ۳۰ زندگی خود در بهترین وضعیت قرار دارد. حالا این تحقیق جزئیات جدیدی برای درک این موضوع فراهم کرده است. نتایج تحقیق این نکته را یادآوری می‌کند که باید دیدگاه موجود نسبت به میان‌سالی را تغییر دهیم.

نکته ها

۴ ویژگی قطعی یک هدف خوب

۱- همسو بودن با اعتقادات و باورهای فرد
۲- متناسب بودن اهداف با توانایی‌ها و امکانات فرد
۳- مشخص بودن زمان دستیابی به آن
۴- توانایی دستیابی به آن

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

* ویدئوهای فریبا نادری رو در شبکه‌های اجتماعی دیدم. واقعا زشت بود. خودش خجالت نکشیده از حرف‌هایی که زده؟

* تاثیرپذیری نوجوانان از دوستان‌شان خیلی زیاد است. والدین باید خیلی مراقب این مسئله باشند.

* مطلب صفحه سلامت رو خوندم اما کره بادام‌زمینی تازه با عسل، خیلی خوشمزه میشه. حتما امتحان کنین.

((آگهی مناقصه واگذاری انجام امور حفاظت فیزیکی و تامین امنیت و حفاظت از ساختمانها و تجهیزات اداره کل اتباع و مهاجرین خارجی))

شهرداری تایباد در نظر دارد از محل اعتبارات منابع داخلی به استناد بند ۳ صورتجلسه شماره ۳۹۵ مورخ ۱۴۰۴/۰۷/۲۸ شورای اسلامی شهر تایباد مناقصه واگذاری انجام امور حفاظت فیزیکی و تامین امنیت و حفاظت از ساختمان‌ها و تجهیزات اداره کل اتباع و مهاجرین خارجی به تعداد ۷ نفر تا سقف ۳۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد تا ارائه پیشنهاد مناقصه گران و بازگشایی پاکتها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس WWW.setad iran.ir انجام خواهد شد.
* زمان اولین انتشار آگهی: ساعت ۹ روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۸/۰۵ * مهلت دریافت اسناد مناقصه از سایت: ساعت ۱۶ روز شنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۸/۱۰ * مهلت زمانی ارائه پیشنهادات: ساعت ۱۶ روز چهار شنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۸/۲۱
* زمان بازگشایی پاکت‌ها در ساعت ۱۶ روز پنج‌شنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۸/۲۲ - سپرده شرکت در مناقصه مبلغ ۱۷/۸۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال می‌باشد. شرایط مناقصه: ۱- مدت قرارداد از تاریخ عقد قرارداد به مدت دوازده ماه (از تاریخ ۱۴۰۴/۰۸/۰۱ تا ۱۴۰۵/۰۷/۳۰) می‌باشد که برابر سقف بودجه و رضایت کارفرما و موافقت وی برای یک سال دیگر و به طور سالیانه با رعایت تبصره‌های ذیل ماده شش دفترچه پیمان و انعقاد قرارداد جدید قابل تمدید خواهد بود. ۲- ارائه اصل گواهی تایید صلاحیت از اداره کار و امور اجتماعی برای متقاضی الزامی است. ۳- برنده مناقصه چنانچه حاضر به انعقاد قرارداد نشود یا مدارک ارائه شده مورد تایید مراجع ذیربط نباشد سپرده ایشان به نفع شهرداری ضبط و با نفر دوم نیز به همین منوال رفتار خواهد شد. * اطلاعات در خصوص اسناد مناقصه و ارائه پاکت ها: الف: چک تضمین بانکی یا ضمانت نامه بانکی به صورت فیزیکی به شهرداری ارسال گردد. ب: کلیه مدارک شرکت و تایید اسناد مناقصه ج: قیمت پیشنهادی * شهرداری در رد یا قبول هریک از پیشنهادات مختار است. * در صورتی که برندگان اول تا سوم از پیشنهاد خود عدول نمایند سپرده آنان به ترتیب به نفع شهرداری ضبط خواهد شد. * سایر اطلاعات و جزئیات مربوط به معامله در اسناد مناقصه مندرج است.
آدرس محل اجرای قرارداد: مشهد - انتهای بلوار نماز - اداره کل اتباع و مهاجرین خارجی اطلاعات تماس و آدرس مناقصه گذار: آدرس: خراسان رضوی - شهر تایباد - بلوار شریعتی - شهرداری تایباد - تلفن ۵۴۵۲۲۲۶۵-۰۵۱
۰۹۱۵۵۲۸۳۸۷۵ (کارشناس پروژه) اطلاعات تماس سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه:
مرکز تماس: ۰۲۱۴۱۹۳۴ دفتر ثبت نام ۸۸۹۶۹۷۳۷ و ۸۵۱۹۳۷۶۸ **مهرداد کریم زاده شهردار تایباد** ۱۵۲۵۵۶

((آگهی مناقصه واگذاری انجام خدمات اداری و پشتیبانی اداره کل اتباع و مهاجرین خارجی))

شهرداری تایباد در نظر دارد از محل اعتبارات منابع داخلی به استناد بند ۲ صورتجلسه شماره ۳۹۵ مورخ ۱۴۰۴/۰۷/۲۸ شورای اسلامی شهر تایباد مناقصه واگذاری انجام خدمات اداری و پشتیبانی اداره کل اتباع و مهاجرین خارجی به تعداد ۳۱ نفر تا سقف ۱۷۸/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد تا ارائه پیشنهاد مناقصه گران و بازگشایی پاکتها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس WWW.setad iran.ir انجام خواهد شد.
* زمان اولین انتشار آگهی: ساعت ۹ روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۸/۰۵ * مهلت دریافت اسناد مناقصه از سایت: ساعت ۱۶ روز شنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۸/۱۰ * مهلت زمانی ارائه پیشنهادات: ساعت ۱۶ روز چهار شنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۸/۲۱
* زمان بازگشایی پاکت‌ها در ساعت ۱۶ روز پنج‌شنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۸/۲۲ - سپرده شرکت در مناقصه مبلغ ۳/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال می‌باشد. شرایط مناقصه: ۱- مدت قرارداد از تاریخ عقد قرارداد به مدت ده ماه (از تاریخ ۱۴۰۴/۰۸/۰۱ تا ۱۴۰۵/۰۵/۳۱) می‌باشد که برابر سقف بودجه و رضایت کارفرما و موافقت وی برای یک سال دیگر و به طور سالیانه با رعایت تبصره‌های ذیل ماده شش دفترچه پیمان و انعقاد قرارداد جدید قابل تمدید خواهد بود. ۲- ارائه اصل گواهی تایید صلاحیت از اداره کار و امور اجتماعی برای متقاضی الزامی است. ۳- برنده مناقصه چنانچه حاضر به انعقاد قرارداد نشود یا مدارک ارائه شده مورد تایید مراجع ذیربط نباشد سپرده ایشان به نفع شهرداری ضبط و با نفر دوم نیز به همین منوال رفتار خواهد شد. * اطلاعات در خصوص اسناد مناقصه و ارائه پاکت ها: الف: چک تضمین بانکی یا ضمانت نامه بانکی به صورت فیزیکی به شهرداری ارسال گردد. ب: کلیه مدارک شرکت و تایید اسناد مناقصه ج: قیمت پیشنهادی * شهرداری در رد یا قبول هریک از پیشنهادات مختار است. * در صورتی که برندگان اول تا سوم از پیشنهاد خود عدول نمایند سپرده آنان به ترتیب به نفع شهرداری ضبط خواهد شد. * سایر اطلاعات و جزئیات مربوط به معامله در اسناد مناقصه مندرج است.
آدرس محل اجرای قرارداد: مشهد - انتهای بلوار نماز - اداره کل اتباع و مهاجرین خارجی اطلاعات تماس و آدرس مناقصه گذار: آدرس: خراسان رضوی - شهر تایباد - بلوار شریعتی - شهرداری تایباد - تلفن ۵۴۵۲۲۲۶۵-۰۵۱
۰۹۱۵۵۲۸۳۸۷۵ (کارشناس پروژه) اطلاعات تماس سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه:
مرکز تماس: ۰۲۱۴۱۹۳۴ دفتر ثبت نام ۸۸۹۶۹۷۳۷ و ۸۵۱۹۳۷۶۸ **مهرداد کریم زاده شهردار تایباد** ۱۵۲۵۵۵

آگهی مزایده
تعاونی مسکن کاشی طوس قوچان

تعاونی مسکن در حال تصفیه کاشی طوس قوچان در نظر دارد یک گاراژ به مساحت حدود ۲۲۰۰ متر سند تک برگ با کاربری، تجاری یک ممر ۵/۵ متری از طرف بازار عشق آباد و حدود ۵۰ متر حاشیه شهید شکری و حدود ۱۳۵۰۰ متر در هفت طبقه پروانه تجاری دائم به آدرس قوچان خیابان امام خمینی (بازار عشق آباد) نبش شهید شکری از طریق مزایده به قیمت یکصد و سی میلیارد تومان به صورت خام به فروش می رساند. متقاضیان میتوانند جهت دریافت اسناد مزایده و اطلاعات بیشتر از تاریخ ۱۴۰۴/۸/۱۵ تا ۱۴۰۴/۹/۱۵ به مدت یک ماه همه روزه بجز ایام تعطیل از ساعت ۱۰ صبح تا ۱۲ و از ساعت ۱۷ تا ۱۹ به دفتر شرکت واقع در ابتدای خیابان شهید، شکری سمت راست مراجعه نمایند.
هیئت تصفیه شرکت کاشی طوس قوچان
تلفن تماس: ۰۹۳۷۶۹۲۴۳۶۱ ۱۵۱۹۷۲

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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۶۰۰۴۰۰۵۱۱۷ مورخ ۱۴۰۴/۰۷/۱۲ هیات اول/ دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه دو تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای خانم ایوب خجسته فرزند عباسعلی بشماره شناسنامه ۳۵۴۷ صادره از اسفراین در ششدانگ یک باب ساختمان به مساحت ۱۰۰ متر مربع قسمتی از پلاک ثبتی ۴۲۹ فرعی از ۱ اصلی واقع در اراضی بحرآباد خراسان رضوی بخش ۱۰ حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه دو خریداری از محل مالکیت مشاعی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود 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. م الف ۷۸۰۰
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۸/۵ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۸/۲۰
بشیر پاشائی – رئیس ثبت اسناد و املاک ۱۵۲۵۴۵

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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۶۰۰۴۰۰۵۱۳۳ مورخ ۱۴۰۴/۰۷/۱۳ هیات اول /دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه دو تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای/ خانم محمود کاری فرزند رمضانعلی بشماره شناسنامه ۱۸۷ صادره از مشهد در ششدانگ یک باب ساختمان به مساحت ۱۱۸.۱۰ متر مربع قسمتی از پلاک شماره ۳۴۶ فرعی از ۱ اصلی واقع در اراضی بحرآباد خراسان رضوی بخش ۱۰ حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه دو خریداری از مالک رسمی آقای/ خانم بهرام عطائی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود 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. م الف ۷۷۹۸
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۸/۵ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۸/۲۰
بشیر پاشائی – رئیس ثبت اسناد و املاک ۱۵۲۵۴۲

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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۶۲۷۱۰۰۴۸۴۴ مورخ ۱۴۰۴/۰۶/۳۱ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مشهد منطقه پنج تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای عباس شیخ نسب فرزند علی نسبت به ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۲۷۱۲/۴۵ متر مربع قسمتی از پلاک شماره ۱۰۲-اصلی واقع در اراضی عیش آباد خراسان رضوی بخش ۹ حوزه ثبت ملک مشهد منطقه پنج از محل مالکیت محمد حسین کمالی تقی پور محرز گردیده است.لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند میتوانند 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. م الف ۷۶۶۵
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۷/۲۰ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۸/۵
امید خیرخواه – رئیس ثبت اسناد و املاک منطقه ۵ مشهد ۱۴۹۶۳۵

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک تربت حیدریه
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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۶۰۰۶۰۱۱۵۰۸ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد لیتی حوزه ثبت ملک تربت حیدریه تصرفات مالکانه بالا معارض متقاضی خانم زهره مرادی فرزند محمد به شماره شناسنامه ۴۰۲۶۳ صادره از تربت حیدریه در ششدانگ یکباب منزل به مساحت ۲۳۷.۵۰ متر مربع تمامت باقیمانده پلاک شماره ۳۲ فرعی از پلاک شماره ۷ اصلی از اراضی برقی دهستان اربعه واقع در خراسان رضوی بخش یک حوزه ثبت ملک تربت حیدریه خریداری و انتقال ملک از مالک رسمی آقای محمود عباسعلی زاده محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت. متقاضی اعتراضی داشته باشند میتوانند 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. م الف ۵۳۷ شناسه ۲۰۳۴۳۹۷
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴۰۸۰۵ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴۰۸۰۲۱
سید امین موسوی – رئیس ثبت اسناد و املاک تربت حیدریه ۱۵۲۴۴۱

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک تربت حیدریه
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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۶۰۰۶۰۰۹۳۹۴ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک تربت حیدریه تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم زهرا کمالی قربانیان فرزند داود به شماره شناسنامه ۱ صادره از فریمان در ششدانگ یکباب ساختمان به مساحت ۱۰۵.۱۰ متر مربع در قسمتی از پلاک شماره ۶۷ فرعی از ۱۲۶ اصلی در اراضی ضیاءالدین سفلی دهستان اربعه واقع در خراسان رضوی بخش یک حوزه ثبت ملک تربت حیدریه خریداری و انتقال ملک از مالک رسمی آقای عباسعلی رمضانی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود 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. م الف و شناسه ۲۰۳۴۳۰۹
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴۰۸۰۵ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴۰۸۰۲۱
سید امین موسوی رئیس ثبت اسناد و املاک تربت حیدریه ۱۵۲۴۲۰

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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۶۲۷۱۰۰۰۸۲۲ مورخ ۱۴۰۴/۰۲/۰۲ و رای اصلاحی شماره ۱۴۰۴۶۰۳۰۶۲۷۱۰۰۵۱۷۳ مورخ ۱۴۰۴/۰۷/۱۰ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مشهد منطقه پنج تصرفات مالکانه بلا معارض متقاضی خانم شهربانو زنگوئی فرزند محمد حسین بشماره شناسنامه ۹ در ششدانگ اعیان یک باب منزل به مساحت ۱۰۸/۸۲ متر مربع قسمتی از پلاک ۱۱۳۵ فرعی از ۱۰۶ فرعی از ۶۹ اصلی واقع در اراضی خیر آباد خراسان رضوی بخش ۹ حوزه ثبت ملک مشهد منطقه پنج از محل مالکیت موقوفه میرزا محمد محسن رضوی (بینش) که عرصه متعلق به موقوفه میرزا محمد محسن رضوی (بینش) و اعیان متعلق به خانم شهربانو زنگوئی می باشد محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند میتوانند 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. م الف ۷۶۴۴ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۷/۱۹
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۸/۵
امید خیرخواه – رئیس ثبت اسناد و املاک منطقه ۵ مشهد ۱۴۹۳۳۷

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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۶۲۷۱۰۰۴۸۹۸ مورخ ۱۴۰۴/۰۷/۰۱ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مشهد منطقه پنج تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای عباسعلی علی زاده فرزند علیرضا نسبت به ششدانگ یکباب منزل به مساحت ۱۱۲/۵۰ متر مربع قسمتی از پلاک شماره ۶۵- اصلی واقع در اراضی سی بی سی خراسان رضوی بخش ۹ حوزه ثبت ملک مشهد منطقه پنج از محل مالکیت فاطمه خراسانی زاده محرز گردیده است.
لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند میتوانند 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. م الف ۷۶۴۶
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۷/۱۹ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۸/۵
امیدخیرخواه – رئیس ثبت اسناد و املاک منطقه ۵ مشهد ۱۴۹۳۳۰

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک تربت حیدریه
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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۶۰۰۶۰۰۸۳۸۱ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک تربت حیدریه تصرفات مالکانه بلا معارض متقاضی آقای یاسر خیراندیش سرخ آبادی فرزند برات اله به شماره شناسنامه ۷۴۹۱ صادره از تربت حیدریه در ششدانگ یکباب منزل به مساحت ۱۰۹.۶۰ متر مربع در قسمتی از پلاک شماره ۲۰۷۹ فرعی از اراضی قندشتن از پلاک شماره ۲۲۵ اصلی دهستان اربعه در خراسان رضوی بخش یک حوزه ثبت ملک تربت حیدریه خریداری و انتقال ملک مع الواسطه از مالک رسمی آقای محمود قاضی تربتی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت