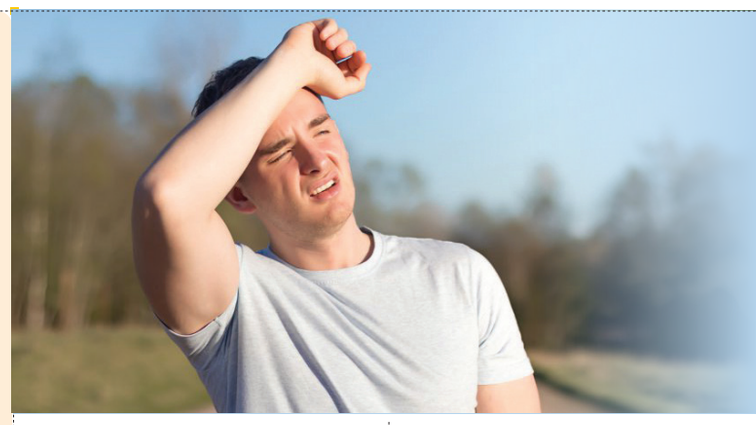
ضربه فنی «گرمازدگی»

در روزهایی که گرما بیشتر از همیشه خودی نشان می‌دهد بهتر است راه‌های مقابله با آن را یاد بگیریم



اکرم انتصاری | روزنامه‌نگار

این روزها زور گرما بیشتر از همیشه به روزها می‌چربد، به‌خصوص در ساعاتی که برق خانه یا محل کار قطع می‌شود و آن روی گرما را می‌بینیم. یکی از خطراتی که در این روزها ممکن است یقه هر کدام از ما را بگیرد گرمازدگی است. اما چطور می‌توانیم در مقابله با گرما، رقیب بازنده نباشیم و حداقل کاری کنیم که گرما نتواند امان‌مان را ببرد؟ اصلا چه وضعیتی مصداق گرمازدگی است؟ این مطلب را که بخوانید همه چیز درباره گرمازدگی دست‌تان می‌آید.

گرمازدگی از نظر پزشکی دقیقا چیست؟

گرمازدگی یعنی افزایش بیش از حد دمای بدن به علت مواجهه طولانی با گرما، رطوبت بالا، یا فعالیت در شرایط نامساعد. وقتی بدن نتواند از راه‌هایی مثل تعریق و گشاد شدن عروق، دمای خود را پایین نگه دارد، وارد طیفی از مشکلات می‌شود؛ از گرفتگی عضلانی و ضعف تا گرمازدگی شدید که می‌تواند خطرناک و حتی اورژانسی باشد. در روزهای گرم، مصرف آب کمتر، کم‌خوابی، بیماری‌های زمینه‌ای و برخی داروها هم می‌توانند شدت مشکل را بالا ببرند.

سرو کله علایم هشدار دهنده چطور پیدا می‌شود؟

علایم اولیه معمولاً شامل عرق‌ریزی زیاد (یا گاهی قطع تعریق)، سرگیجه، ضعف و بی‌حالی، سردرد، تهوع، گرفتگی عضلات و تپش قلب است. اگر فرد احساس می‌کند توانایی کار کردن را از دست داده، ادرارش کم شده و رنگ آن تیره است، یا هنگام بلند شدن دچار سیاهی رفتن چشم می‌شود، باید جدی بگیریم.

چه کسانی بیشتر در معرض خطر گرمازدگی هستند؟

سالمندان، کودکان (به‌خصوص خردسالان)، افراد با بیماری‌های قلبی، کلیوی، مبتلایان به دیابت همچنین افراد دارای کم‌اشتهایی و سوءتغذیه، کسانی که چاقی دارند یا فعالیت در گرما انجام می‌دهند، بیشتر در معرض خطر گرمازدگی هستند. البته این خطر افراد مصرف‌کننده برخی داروها مثل داروهای فشارخون، ادرارآورها، بعضی داروهای اعصاب-روان، یا داروهایی که تعریق را کمتر می‌کنند هم وجود دارد.

گرمازدگی با نوشیدن آب حل می‌شود؟

اصل کلی این است که ادرار باید کم‌حجم و تیره نباشد. مقدار ثابت برای همه وجود ندارد چون سن، وزن، فعالیت و بیماری زمینه‌ای مهم است.

چطور جلوی گرمازدگی را بگیریم؟

*لباس‌های سبک وزن، رنگ روشن، لباس‌های گشاد و کلاه لبه‌دار پهن بپوشید. از کرم ضدآفتاب SPF30 یا بیشتر استفاده کنید.

*برای جلوگیری از کمبود آب مایعات زیاد بنوشید. مقدار زیادی آب، آب میوه یا آب سبزیجات را در روز بنوشید. از آن جایی که گرمازدگی می‌تواند به دلیل کاهش نمک باشد، توصیه می‌شود که یک نوشیدنی ورزشی غنی از الکترولیت در طول دوره‌های گرمای شدید و رطوبت جایگزین آب شود.

*هنگام ورزش یا کار در خارج از منزل، احتیاط بیشتری انجام دهید.

*از مایعات حاوی کافئین اجتناب کنید، زیرا هر دو ماده می‌توانند موجب از دست رفتن مایعات و گرمازدگی ایجاد کنند. اگر بیماری صرع یا قلب، کلیه یا بیماری کبد دارید یا دارای رژیم غذایی محدودیت مایع هستید یا مشکلی با احتباس مایعات دارید، قبل از افزایش مصرف مایعات با پزشک خود مشورت کنید.

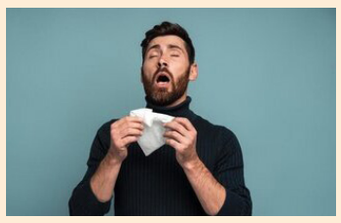
برای فرد گرمازده چه کار کنیم؟

انتقال به محیط خنک (سایه یا اتاق دارای تهویه)، شل کردن لباس‌ها و خنک‌سازی با روش‌های ملایم مثل پنکه و کمپرس خنک روی گردن و زیر بغل (نه یخ مستقیم)، نوشیدن تدریجی آب اگر هوشیار است و تهوع شدید ندارد. استراحت و پایش وضعیت هم مهم و اگر علایم شدید باشد؛ مثل گیجی، غش، دمای بسیار بالا، ناتوانی در نوشیدن، یا استفراغ مداوم باید سریع اقدام اورژانسی انجام شود.

تازه ها

چرا نباید عطسه‌مان را نگه داریم؟

ما سال‌هاست که عادت داریم عطسه‌هایمان را نگه داریم و همیشه تصور می‌کردیم این کار از روی احترام به اطرافیان است تا ذراتی که هنگام عطسه از بینی و دهان خارج می‌شوند به دیگران نرسند. اگر هم موفق به مهار عطسه نمی‌شدیم، معمولاً سعی می‌کردیم داخل آرنج عطسه کنیم. اما نگه داشتن عطسه چقدر خطرناک است؟



عطسه باید راه خروج را پیدا کند!

در یک عطسه طبیعی، تمام این انرژی از مسیر بینی و دهان خارج شده و در هوا پخش می‌شود. اما زمانی که فرد هم‌زمان بینی خود را می‌گیرد و دهانش را نیز کاملاً می‌بندد، دیگر راهی برای خروج این فشار باقی نمی‌ماند. عطسه به گونه‌ای طراحی شده که فشار را از یک مسیر باز آزاد کند و مشکل زمانی ایجاد می‌شود که این مسیر ناگهان مسدود شود. در چنین شرایطی، نیرویی که باید از بدن خارج می‌شد، به سمت بافت‌ها و ساختارهای داخلی باز می‌گردد؛ قسمت‌هایی که هرگز برای تحمل چنین فشاری ساخته نشده‌اند. اگر شدت این نیرو از حد تحمل بافت‌ها فراتر برود، احتمال آسیب‌دیدگی وجود خواهد داشت.

اگر راه عطسه را ببندیم؟

فشار حبس‌شده حین عطسه می‌تواند به ناحیه پشت بینی و حلق، سینوس‌ها، شیپور استاش و حتی گوش میانی منتقل شود. در برخی موارد نادر، هوا به بخش‌های عمیق‌تر گردن یا قفسه سینه نیز راه پیدا می‌کند. هیچ‌یک از این بخش‌های بدن برای جذب چنین فشاری طراحی نشده‌اند و تنها به این دلیل در معرض آسیب قرار می‌گیرند که مسیر دیگری برای خروج هوا وجود ندارد. اگر نیروهای وارد شده از توان مکانیکی یک بافت یا ساختار بیشتر شوند، احتمال آسیب به آن قسمت افزایش پیدا می‌کند. پیامد چنین وضعیتی می‌تواند پارگی پرده گوش یا باروتروما‌ی گوش میانی باشد؛ مشکلی که در آن فشار بیش از اندازه به بخش‌هایی از گوش وارد می‌شود که توان تحمل چنین شرایطی را ندارند.

داده تصویری

پیاده‌روی روزانه چه فوایدی برای سلامت بدن دارد؟

- پیشگیری از افزایش وزن
- حفظ سلامت قلب
- سلامت استخوان
- کاهش خطر دیابت
- کاهش خطر سکته مغزی
- بالا بردن حافظه و تصمیم‌گیری
- کاهش علائم افسردگی
- افزایش طول عمر

پیاده‌روی روزانه می‌تواند فواید زیادی برای سلامت بدن انسان داشته باشد و در زمینه کاهش وزن، پیشگیری از بیماری‌هایی چون دیابت، حفظ سلامت استخوان‌ها، طول عمر و ... موثر باشد.

فوت و فن

چرا ذرت پاپ کورن، پف نمی‌کند؟

روغن زیاد می‌ریزید

بهترین راه برای آماده کردن این خوراکی، چرب کردن کامل کف ظرف بالایه نازکی از روغن البته روغن با کیفیت است. پس با دست و دلبازی بیش از حد، یک بند انگشت روغن در قابلمه نریزید.

ذرت‌ها نم کشیده‌اند

قرار دادن دانه‌های ذرت در جای نامناسب، ممکن است آن‌ها را مرطوب کند. ذرت مرطوب حتی در روغن داغ هم به خوبی باز نمی‌شوند و قبل از آن که بشکفد، سرخ شده یا می‌سوزد.

نمک دانه درشت به ذرت زده‌اید

هر چه نمکی که برای طعم‌دار کردن ذرت‌ها استفاده می‌کنید ریزتر باشد، پاپ کورن خوش‌طعم‌تری آماده می‌شود. نمک دانه درشت از روی ذرت‌ها سر می‌خورد و در نهایت پاپ کورنی که آماده کرده‌اید بی‌طعم می‌شود.

قابلمه را خوب تکان نمی‌دهید

در میانه باز شدن ذرت‌ها نباید در قابلمه را باز کنید و تنها با تکان دادن قابلمه روی حرارت بالا است که می‌توانید همه دانه‌ها را باز کنید. حواستان باشد که درست تکان ندادن قابلمه، باعث سوختن بعضی از ذرت‌ها و باز نشدن بعضی از آن‌ها می‌شود.

آگهی دعوت مجمع عمومی فوق العاده حضوری نوبت دوم شرکت تعاونی مسکن کارکنان شهرداری مشهد به شناسه ملی ۱۰۸۶۰۱۳۷۴۰۱ و شماره ثبت ۷۷۰
تاریخ انتشار : ۱۴۰۵/۰۴/۳۰

جلسه مذکور در روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۵/۲۰ راس ساعت ۸ صبح درمحل مسجد جوادالائمه (ع) واقع در بلوار توس ۸۱ نبش علیزاده ۱۲ تشکیل می گردد.
از کلیه اعضای شرکت تعاونی دعوت می شود با همراه داشتن مدارک عضویت (کارت پرسنلی شاغلین یا حکم بازنشستگی شهرداری) و کارت شناسایی معتبر راس ساعت مقرر در جلسه حضور بهم رسانند.
دستور جلسه:
۱-اصلاح ماده ۶ اساسنامه (تمدید مدت فعالیت تعاونی)
۲-اصلاح ماده ۲۴ اساسنامه (تعیین تعداد اعضاءبازرسان اصلی وعلی البدل)
۳-الحاق ۸ ماده به اساسنامه شرکت تعاونی درخصوص سهامدارغیرعضوموضوع ماده ۱۰قانون اجرای سیاستهای کلی اصل ۴۴ قانون اساسی
تذکر:- چنانچه حضور عضوی در جلسه مذکور میسر نباشد می تواند حق رای خود را به عضو دیگر یا نماینده تام الاختیار خود واگذار نماید که در این صورت هر عضو می تواند فقط ۳ رای وکالتی داشته باشد و هر غیر عضو صرفا یک رای وکالتی دارد. ضمنا عضو متقاضی اعطای وکالت یا نمایندگی می بایست به همراه نماینده یا وکیل خود طی روزهای ۱۲و۱۴و۱۵ مرداد ماه سال جاری از ساعت ۹ لغایت ۱۲ با همراه داشتن کارت شناسایی معتبر و مدارک عضویت به محل دفتر شرکت تعاونی واقع دربلوار توس- توس ۸۵ نبش انفرادی ۱۷مراجعه و نسبت به دریافت برگه ورود به جلسه مجمع اقدام نمایند.
هیئت مدیره شرکت تعاونی مسکن کارکنان شهرداری مشهد
۱۹۷۵۱۹

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مرحله دوم نوبت اول شرکت تعاونی مرزنشینان باجگیران
تاریخ انتشار: ۱۴۰۵/۰۴/۳۰

بدین وسیله به اطلاع کلیه نمایندگان محترم حوزه های فرعی شرکت تعاونی مرزنشینان باجگیران می رساند مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مرحله دوم نوبت اول روز سه شنبه مورخه ۲۷/ ۱۴۰۵/۰۵ درمحل مسجد چهارده معصوم شهرستان قوچان واقع درخیابان جامی ۴ ساعت ۹ صبح برگزارمی گردد . لذا از کلیه نمایندگان محترم دعوت می شود در این جلسه شرکت نمایند
دستور جلسه :
۱. استماع گزارش هیأت مدیره و بازرسان شرکت.
۲. طرح وتصویب صورت های مالی سال ۱۴۰۴ و تصمیم گیری در مورد نحوه تقسیم سود سال ۱۴۰۴.
۳. طرح وتصویب بودجه پیشنهادی سال ۱۴۰۵ .
۴. انتخاب سه نفر بازرس اصلی و یک نفر علی البدل برای سال مالی ۱۴۰۵.
ضمناً از متقاضیان کاندیداتوری سمت بازرسی تقاضا می شود مدارک کاندیداتوری مشتمل برکپی شناسنامه و کارت ملی ، کپی آخرین مدرک تحصیلی(به استناد ماده ۳۵ اساسنامه) ، دو قطعه عکس ، گواهی عدم سوء پیشینه ، تکمیل فرم تقاضای کاندیداتوری را ظرف مدت پنج روز تقویمی از تاریخ انتشارآگهی به دفتر شرکت واقع در قوچان ، میدان فلسطین ، خیابان صحرائی ، پلاک ۶۲ تسلیم فرمایند .
هیأت مدیره شرکت تعاونی مرزنشینان باجگیران – قوچان
۱۹۷۵۵۴

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده نوبت اول حضوری شرکت تعاونی مسکن کارکنان شهرداری مشهد شناسه ملی ۱۰۸۶۰۱۳۷۴۰۱ و شماره ثبت ۷۷۰
تاریخ انتشار : ۱۴۰۵/۰۴/۳۰

جلسه مذکوردر روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۵/۲۰راس ساعت ۹ صبح درمحل مسجد جواد الائمه واقع در بلوار توس ۸۱ نبش علیزاده ۱۲ برگزار می شود. از کلیه اعضای محترم تقاضا می شود جهت اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات زیر در این جلسه حضور بهم رسانند.
دستور جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده:
۱-استماع گزارش هیئت مدیره وبازرس
۲-تصویب صورتهای مالی سالهای ۱۳۹۸ الی ۱۴۰۳
۳-تصویب بودجه پیشنهادی سال ۱۴۰۴و۱۴۰۵هیئت مدیره
۴-انتخاب بازرس اصلی وعلی البدل برای یک سال مالی
۵-تصویب نحوه و ملاکهای اولویت بندی واگذاری واحدهای پروژه شهید مطهری(مرشدقلی)
۶-تصویب برنامه اجرایی ساخت آپارتمان های پروژه شهید مطهری(مرشدقلی) ازطریق انعقاد قراردادمشارکت باشرکت پیمانکار.
۷-اخذ موافقت مجمع جهت دریافت تراکم مازاد به منظورافزایش تعداد واحدهای قابل احداث پروژه شهید مطهری(مرشدقلی).
۸-اخذ موافقت مجمع درموردتبصره۳ ماده۲۱ اساسنامه(حقوق ودستمزد هیئت مدیره ،بازرسان ومدیرعامل)
۹-تصمیم گیری درخصوص تفکیک امور اجرایی اراضی سوران و واگذاری آن به یک شرکت تعاونی جدید دارای صلاحیت
۱۰-اخذ تصمیم درمورد انجام اقدامات لازم اجرایی یا قضایی جهت تجمیع اسناد مشاعی اراضی پروژه شهید مطهری(مرشدقلی)
۱۱-تصمیم گیری درخصوص تعیین تکلیف اعضایی که در اراضی تخم مرز سند مالکیت مشاع دارند
تذکر: چنانچه حضور عضوی در جلسه مذکور میسر نباشد می تواند حق رای خود را به عضو دیگر یا نماینده تام الاختیار خود واگذار نماید که در این صورت هر عضو می تواند فقط ۳ رای وکالتی داشته باشد و هر غیر عضو صرفا یک رای وکالتی دارد. عضو متقاضی اعطای وکالت یا نمایندگی می بایست به همراه نماینده یا وکیل خود طی روزهای ۱۲ ، ۱۴و۱۵ مردادماه سالجاری از ساعت ۹ لغایت ۱۲ با همراه داشتن کارت شناسایی معتبر و مدارک عضویت به محل دفتر شرکت واقع دربلوار توس -توس ۸۵ نبش انفرادی ۱۷مراجعه و نسبت به دریافت برگه ورود به جلسه مجمع اقدام نمایند. نمایند ضمناً داوطلبان عضویت دربازرسی شرکت موظفند از تاریخ انتشار این آگهی حداکثر به مدت ۵ روز جهت ثبت نام به دفتر شرکت تعاونی مراجعه و مدارک لازم را ارائه نمایند.
هیئت مدیره شرکت تعاونی مسکن کارکنان شهرداری مشهد
۱۹۷۵۲۳

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک قوچان
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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۱۰۰۰۴۵۱۲-۱۴۰۵/۴/۱۱ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک قوچان تصرفات مالکانه بلا معارض متقاضی آقای امان اله باد خور قوچانی فرزند محمد حسین بشماره ملی ۰۸۷۱۶۹۲۴۹۱ صادره از قوچان در یک قطعه باغ به مساحت ۲۸۸۴ متر مربع قسمتی از پلاک ۹۱ اصلی واقع در بخش ۲ قوچان اراضی خواجه تاج خریداری از مالک رسمی آقای محمد حسین با دخور قوچانی 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 ۳۹۶ شناسه ۲۲۲۸۹۲۶
تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۵/۴/۳۰ تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۵/۵/ ۱۴
علی سرایی رئیس ثبت اسناد و املاک قوچان
۱۹۶۵۲۸

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک قوچان
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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۱۰۰۰۲۹۵۸-۱۴۰۵/۳/۱۳ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک قوچان تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای محمد غنیمت فرزند حسین بشماره ملی ۰۸۷۱۴۰۳۰۴۸ صادره از قوچان در یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۳۱۳۲.۹۰ متر مربع قسمتی از پلاک ۱۰۳ – اصلی واقع در بخش ۲ قوچان اراضی حسن آباد خریداری از مالک رسمی آقای عبدالحسین علی هی هی 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 ۳۹۷ شناسه ۲۲۲۸۹۲۳ تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۵/۴/۳۰ تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۵/۵/ ۱۴
علی سرایی رئیس ثبت اسناد و املاک قوچان
۱۹۶۵۳۸

دعوتنامه مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده
تاریخ انتشار: ۱۴۰۵/۰۴/۳۰ نوبت: اول

مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده شرکت تعاونی در حال تصفیه مسکن همیاران قوچان در روز شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۵/۱۰ساعت ۱۸ درمحل قوچان تربیت بلوار معلم مسجد امام حسین برگزار میگردد . ازکلیه اعضاء محترم جهت اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات ذیل دعوت به عمل می آیاد . هر عضو سه وکالت و غیر عضو فقط می تواند یک وکالت همراه داشته باشد .
دستور جلسه:
۱- گزارش هیأت تصفیه و ناظر تصفیه
۲- تصمیم گیری در خصوص حق الزحمه هیات تصفیه و تصفیه برای سال های ۱۴۰۳ الی ۱۴۰۷ (دو دوره)
۳- تصمیم گیری در خصوص نحوه توزیع مبلغ حاصل از فروش زمین
مهر و امضاء – هیأت تصفیه
۱۹۷۵۱۶

آگهی برگزاری مزایده

آستان قدس رضوی
بنیاد بهره‌وری موقوفات

آستان قدس رضوی در نظر دارد ۱۵ قطعه زمین با کاربری مسکونی، صنعتی و تجاری واقع در اراضی چمالان نیشابور، قطعات صنعتی حسن آباد سرجام، رکن آباد، سلطان آباد و توحید شهر سبزوار را از طریق مزایده عمومی واگذار کند.

متقاضیان محترم می توانند از ساعت ۹ صبح روز شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۴/۲۷ تا ساعت ۱۳ روز شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۵/۰۳ به اداره املاک و اراضی آستان قدس رضوی واقع در شهرستان نیشابور- خیابان شهید جعفری(خیابان ایستگاه)- شهید جعفری ۷/۱ - کنار اداره ثبت احوال - پلاک ۳۲۷ مراجعه و پس از رویت نقشه ها و بررسی در محل با واریز مبلغ سیصد میلیون ریال(۳۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال) ودیعه به حساب جاری به شماره ۶۲۴۸۰۹۴۵۲۰ یا شماره شبا IR۴۰۰۱۲۰۰۰۰۰۰۰۰۰۶۲۴۸۰۹۴۵۲۰ به نام آستان قدس رضوی نزد بانک ملت و ارائه فیش مربوط نسبت به شرکت در مزایده اقدام کنند. لازم به توضیح است قبل از واریز ودیعه نیاز است شرایط شرکت در مزایده توسط متقاضی محترم در محل اداره املاک نیشابور بررسی شود. قطعات در سامانه مزایده املاک آستان قدس به نشانی https://amlak.razavi.ir/panel/auctions قابل رویت است.

برای دسترسی آسان به سایت واگذاری لطفاً بارکد بالا را اسکن کنید.

شماره تماس: ۰۵۱۴۲۲۲۲۴۵۴ – داخلی ۵ و ۶

ردیف	اراضی	کاربری	مساحت	مبلغ پایه کل قطعه به ریال
۱	چمالان	مسکونی	۲۹۹,۹۳	۹/۵۹۷/۷۶۰/۰۰۰
۲	چمالان	مسکونی	۲۹۹,۹۳	۸/۴۴۶/۰۸۰/۰۰۰
۳	چمالان	مسکونی	۲۸۶,۷۴	۹/۱۷۵/۶۸۰/۰۰۰
۴	چمالان	مسکونی	۲۹۹,۹۳	۹/۵۹۷/۷۶۰/۰۰۰
۵	رکن آباد(دشت)	مسکونی	۲۰۸,۱۳۴	۱/۴۵۶/۹۳۸/۰۰۰
۶	رکن آباد(دشت)	مسکونی	۲۸۰,۰۳۶	۱/۹۶۰/۲۵۲/۰۰۰
۷	سلطان آباد نمک	مسکونی	۲۹۹,۷۳	۲/۶۹۷/۵۷۰/۰۰۰
۸	سلطان آباد نمک	مسکونی	۲۹۹,۷۳	۲/۶۹۷/۵۷۰/۰۰۰
۹	سلطان آباد نمک	مسکونی	۲۹۹,۷۳	۲/۶۹۷/۵۷۰/۰۰۰
۱۰	سلطان آباد نمک	مسکونی	۲۹۹,۷۳	۲/۶۹۷/۵۷۰/۰۰۰
۱۱	حسن آباد سرجام	صنعتی	۷۶۰۳,۵	۱۹/۰۰۸/۷۵۰/۰۰۰
۱۲	حسن آباد سرجام	صنعتی	۶۴۵۳,۵۵	۱۶/۱۳۳/۸۷۵/۰۰۰
۱۳	روستای امام تقی(ع)	مسکونی	۲۷۷,۰۹	۲/۷۷۰/۹۰۰/۰۰۰
۱۴	روستای امام تقی(ع)	مسکونی	۳۸۳,۰۲	۴/۵۹۶/۲۴۰/۰۰۰
۱۵	توحیدشهر سبزوار	تجاری	۴۸	۱۹/۲۰۰/۰۰۰/۰۰۰

آستان قدس رضوی اداره املاک و اراضی نیشابور
۱۹۷۵۳۸

خراسان KHORASANET
هم خودش **مجانیه** هم امتحانش
KHORASANET.IR