



## ترفندهای مدیریت ساختمان با مشارکت همسایه ها

پیگیری امور جاری مجتمع هاو ساختمان های چند واحدی به یک معضل تبدیل شده؛ چطور آن ها را سریع تر و با هزینه کمتر انجام دهیم؟

**فرزانه عطاران** | کارشناس ارشد مشاوره

**محوری**

مدیریت ساختمان کاری دشوار و وقت گیر است و در مجتمع های بزرگ می تواند همچون کاری تمام وقت، مدیر را درگیر خود کند. از تعویض لامپ های سسوخته راهرو و پارکینگ بگیرد تا خراب شدن در برقی، موزاییک های جلوی در، نیاز به رنگ مجدد دیوار های مشاع، ترکیدگی یک لوله و... اما راهکارهایی وجود دارد که یک مدیر ساختمان می تواند مشارکت همه اهالی مجتمع یا ساختمان چند واحدی را جلب کند تا کارهای مورد نیاز ساختمان، بهتر و ساده تر انجام شود. با این اتفاق، هم سرعت انجام کارهای ساختمان بیشتر می شود و هم هزینه ها کاهش می یابد.

**۱** **برقراری تعامل سازنده**

نخستین چیزی که یک مدیر ساختمان خوب مانند هر مدیر دیگری به آن احتیاج دارد، تعامل مناسب و سازنده با مالکان و ساکنان ساختمان است.

## ۳۲ سال است که خانمم هر یک ثانیه یک ایراد از من می گیرد!

مردی هستم ۶۴ ساله. واقعا خسته ام و ناامید. دیگر هیچ انگیزه ای برای ادامه زندگی مشترک ندارم. ۳۲ سال است که خانمم هر یک ثانیه یک ایراد از من می گیرد. بدترش این که بعضی اوقات که بیکاریم، هر بار فهرست خطاهایم از دوران عقد تا الان را یادآوری می کند و از من توضیح می خواهد. باور تان می شود؟!

**راهله فارسی** | مشاور

**مشاوره زوجین**

مخاطب گرمی، شرایط شما را درک می کنم. انسان در سن و سال شما، بیش از هر چیز به آرامش و سلامت روان نیاز دارد. از آن طرف هم، زندگی کردن با همسری که همیشه موضوعی برای ایراد گرفتن پیدا می کند، خیلی سخت است. شما باید به دلیل سلامت روحی و هیجانی تان، راه هایی برای غلبه بر چنین شرایطی پیدا کنید. در ادامه نکاتی در همین باره مطرح می کنم که امیدوارم به شما کمک کننده باشد.

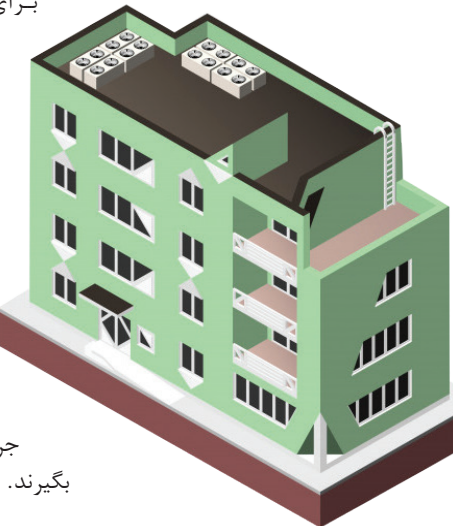
البته این کار چندان ساده نیست و گاهی وقت ها چاره ای جز رو آوردن به رویکردهای قهری و تنبیهی باقی نمی ماند اما تا حد امکان باید از آن ها پرهیز کرد.

**۲** **کمک گرفتن تخصصی از اهالی ساختمان**

در مجتمع ها و آپارتمان ها، معمولاً افرادی با توانمندی های مختلف ساکن هستند. حتی ممکن است شغل یک فرد، مثلاً کارمند باشد، اما با مسائل حوزه برق کشی یا رنگ آمیزی ساختمان و... آشنا باشد. یا حتی ممکن است برادر یا دوستی داشته باشد که علاوه بر مهارت بالا، با هزینه کمتر بتواند کاری برای آن ساختمان انجام دهد. به طور کلی، توانایی ایجاد رابطه عاطفی بین افراد مختلف و جلب مشارکت آن ها در اداره امور ساختمان، از دیگر پیش نیازها برای مدیریت بهینه یک مجتمع است که مدیر ساختمان می تواند با برقراری ارتباط مفید و موثر با دیگر ساکنان، مشکلاتی را که در مجتمع وجود دارد، شناسایی و دلیل حل نشدن آن را آسیب شناسی کند. سپس از هر کدام از همسایه ها با توجه به تخصص و توانایی آن ها، برای رفع مشکلات مجتمع استفاده کند.

**۳** **برانگیختن حس مسئولیت پذیری اهالی**

مدیر ساختمان باید ساکنان مجتمع را در اداره امور ساختمان سهیم کند و حس مسئولیت پذیری آن ها را تقویت و در جلسات تشکیل شده مشکلات را مطرح و آن ها را با همفکری بقیه اهالی ساختمان، اولویت بندی کند. سپس با مشورت و رای اکثریت، به حل مشکلات موجود اقدام کند. به طور کلی اهالی هر ساختمان به جای افسوس خوردن بابت شرایط موجود باید برای تغییر و بهبود شرایط تلاش کنند.



**۴** **کمک گرفتن از خانم ها**

اگر بعضی مسئولیت ها در آپارتمان ها به خانم ها سپرده شود که معمولاً زمان بسیار بیشتری نسبت به مردان در خانه هستند، بعضی معضلات خیلی بهتر و راحت تر حل می شود. خانم ها خیلی وقت ها بهتر از مردها می توانند مسئولیت های ساختمان را بر عهده بگیرند. توصیه می شود که مدیر، خانم های ساختمان را در یک جلسه دورهمی زانه جمع کند تا با آن ها به بررسی مشکلات ساختمان بپردازد و هر کدام یک سری پیگیری ها را تقبل کنند.

**۵** **نینداختن تقصیر ها گردن یکی از اهالی**

پس از به وجود آمدن مشکلی در یک ساختمان، بعضی از اهالی به دنبال مقصر نشان دادن یکدیگر هستند تا از زیر بار مسئولیت شانه خالی کنند. اهالی یک مجتمع چند واحدی باید رفتار و گفتار خود احترام متقابل را کاملاً حفظ کنند و حتی هنگام اختلاف نظر ها، نظر طرف مقابل را گوش دهند، حرف را بشنوند و یک طرفه قضاوت نکنند. به طور کلی باید پذیرفت در آپارتمان ها، افرادی با فرهنگ ها و عقاید مختلف ساکن هستند و هر کدام مشکلات خاص خود را دارند و باعث به وجود آمدن مشکلاتی برای دیگر همسایه های شوند و این مسئله با کمی صبر و گشاده رویی، قابل مدیریت است.

**۶** **ارائه گزارش منظم به ساکنان**

یکی دیگر از راهکار هایی که افراد را به خوبی متقاعد می کند تا با مدیریت ساختمان همکاری داشته باشند، این است که به صورت منظم، مثلاً دو هفته یک بار یا ماهانه، از نحوه هزینه شارژ های دریافتی و اقدامات انجام شده برای تعمیر، نگهداری و زیباسازی ساختمان گزارش داده شود. این گزارش ها علاوه بر شفاف سازی افراد را از نظر ذهنی آماده می کند تا همکاری بهتری با مدیر ساختمان داشته باشند. می توان این گزارش ها را در لابی ساختمان نصب کرد یا در گروه، کانال یا... که همه افراد شرکت کننده در جلسات ساختمان در آن حاضر هستند، منتشر کرد تا همه در جریان فعالیت های انجام شده قرار بگیرند.

ارسال سوالات به صفحه خانواده پیامک: ۳۰۰۹۹۹ تلگرام: ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

صحبت کنید. بهتر است به همسر تان بگویید از کدام رفتارش خوش تان نمی آید و دوست ندارید آن را ادامه دهد. در این بین، جملات تان باید با «من» شروع شود تا تمرکز روی خود شما باقی بماند و این گونه جلوه نکند که شما فقط به دنبال متهم کردن طرف مقابل هستید.

**شاید انتقادهای همسر تان وار د باشد**

قبل از در موضع دفاع قرار گرفتن یا شروع مبارزه های کلامی، اول ببینید نقدی که بر شما وارد شده اصلاً درست است یا نه. خودتان را بدون اشتباه ندانید و به جای این که به محض شنیدن حرف های طرف مقابل در برابر او جبهه بگیرید، کمی منطق تر با این ایرادها برخورد کنید. بد نیست، یک بار هم برای همیشه، در باره بعضی از آن ها صحبت کنید و در صورت نیاز، عذرخواهی کنید و اشتباه تان را بپذیرید. کمک گرفتن از یک مشاور هم توصیه می شود.

**برک سبز خودرو سواری نیبا مدل ۱۳۹۵ رنگ سفید**

با شماره انتظامی ایران ۷۴-۷۴۲۳۸۵ و شماره شاسی NAS811100G5719641 و شماره موتور ۱56FM281216730 به شماره تته 158349053 به نام حسن تاج خیر آباد مفقود و فاقد اعتبار است. ۱۴۰۱/۰۰/۰۹۷۶

**برک سبز، سند کمپانی و کارت موتور سیکلت شاهین موتور فم به شماره پلاک ۵۱۵۹۲ ایران ۷۴۶**

به شماره موتور 156FM281216730 به شماره تته NC5566125D8918686 به نام هاشم غفور یان مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱/۰۰/۰۹۷۸

**برک سبز خودرو سمند I.X-EF7 مدل ۱۳۹۰ سفید**

با شماره انتظامی ایران ۴۳-۴۳۳۳۰۷۶ و شماره شاسی NAACR1HSCF503715 و شماره موتور 14790048799 به نام علی نورشی مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ۱۴۰۱/۰۰/۰۹۷۴

**کارت سواری سایبا ۱۳۲ مدل ۸۹ به شماره پلاک ۴۲ ایران ۹۵۷ ط ۳۶ و شماره موتور ۳۹۱۲۰۰۴ و شماره شاسی ۱۴۲۲۲۸۹۲۲۹۹۳۹ به نام محمود بنایی به شماره ملی ۰۶۷۵۴۰۰۷۵۹ مفقود و فاقد اعتبار است. ۱۴۰۱/۰۰/۰۹۶۱**

**پروانه های ساخت کارگاهی به شماره ۲۰/۱۰۶۷-۲**

مربوط به محصول نان شیرمال و شماره ۲۰/۱۰۶۷-۳

**مربوط به محصول نان تافتون در تاریخ ۱۴۰۰/۰۱/۰۷ متعلق به کارگاه خانم زهرا کیوان زاده مفقود گردیده و فاقد اعتبار است.** ۱۴۰۲/۰۱/۰۷

**آگهی فقدان سند مالکیت**

خانم اسیره خنشانی با آرایه دو برگ استیضاده و تقاضای کتبی جهت دریافت سند مالکیت المثنی نوبت اول به این اداره مراجعه و مدعی است سند مالکیت تمامت نهیضد و نود و چهار سهم مشاع از شش دانگ پلاک ۱۷۸ فرعی از ۲۳۵ اصلی بخش ۷ چارن بعلت سهل انگاری مفقود شده است و برابر سیستم جامع املاک تمامت مورد نظر ذیل ثبت دفتر الکترونیک به شماره ۱۳۹۵۲۰۳۰۶۰۰۹۰۳۴۶ ثبت و سند به شماره ۱۸۴۰۴۴ ج ۹۴ بنام اسیره خنشانی ثبت و صادر شده است سامانه جامع املاک بیش از این حکایتی ندارد. به استناد ماده ۱۲۰ آیین نامه قانون ثبت املاک متذکر میگردد هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای انجام داده یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد باید ظرف مدت ۱۰ روز پس از انتشار آگهی به این اداره مراجعه و اعتراض خود را ضمن آرایه اصل سند مالکیت یا سند معامله تنظیم شده تسلیم نماید. در غیر اینصورت پس از انقضای مهلت مقرر و عدم ارسال اعتراض سند مالکیت المثنی طبق مقررات صادر و به متقاضی تحویل خواهد شد. ۱۴۰۲/۰۱/۰۷

**آگهی موضوع ماده ۲ قانون و ماده ۱۴ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی**

برابر رای شماره ۱۴۰۱۶۰۳۰۶۰۰۹۰۰۶۸۲ و تقاضای کتبی جهت تعیین وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستتر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک چناران تصرفات مالکانه بلا معارض متقاضی آقای حسین اسمعیلی فرزند اسمعیل بشماره شناسنامه ۱۳۲۰ صادره از چناران در یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۲۵۲۵۹ متر مربع قسمتی از پلاک ۲۴۱ اصلی واقع در اراضی حسین آباد خراسان رضوی بخش ۷ حوزه ثبت ملک چناران خریداری از مالک رسمی آقایان کریمایی علی خان ولد سلیمان وطن خواه و سید محمد حسینی و میرزا حسینی معزز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به صفقه ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اعتراضی 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 سند، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراضات دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند به هیچی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. ۱۴۰۱/۱۱/۱۰ تاریخ انتشار نوبت دوم ۱۴۰۱/۱۱/۰۷ تاریخ و لایحه- رئیس ثبت اسناد و املاک چناران ۱۴۰۲/۰۱/۰۷

**فوائد مهمانی های زنانه برای خانم ها**

حضور خانم ها در دورهمی های زنانه از لحاظ روان شناسی تأثیرات مثبت و قابل توجهی دارد. به تازگی نتایج یک تحقیق توسط دانشگاه کمبریج درباره تأثیرات مهمانی های زنانه بر خانم ها منتشر شده است.

زن ها به شکل های مختلفی با یکدیگر ارتباط برقرار می کنند و یک سیستم حمایتی فراهم می آورند که استرس و دشواری های زندگی را با یکدیگر تقسیم می کنند و از شدت آن می کاهند. این کیفیت که به «وقت گذرانی با دوست های مونث» تعبیر می شود، در بدن به تولید سروتونین بیشتر کمک می کند؛ نوعی انتقال دهنده عصبی که با افسردگی مبارزه می کند و در بدن حس سرزندگی و نشاط به وجود می آورد. در این مهمانی ها زنان راحت و رها حرف می زنند، مهم نیست که این صحبت در باره دستور پخت غذایی جدید باشد یا تجربه ای در نحوه برخورد با کودکان یا تعریف داستان فیلم تأثیر گذاری که به تازگی دیده اند. مهم این است که زن ها می توانند حرف بزنند. این گونه که معلوم است حرف زدن فشار خون شان را تنظیم می کند، اعصاب شان را آرامش می بخشد، روح شان را شاداب و احتمالاً میزان چربی و کلسترول خون شان را متعادل نگه می دارد. همچنین تحقیقات جدید نشان داده که یکی از علت های عمر طولانی تر بعضی زنان و میزان کمتر سکته قلبی در میان شان، همین مهمانی های زنانه است.

منبع: راوی داده تصویری

**۶ رفتاری که جذابیت شما را کم می کند**

منت گذاشتن

سرزنش مدام دیگران

مقایسه کردن

برچسب منفی زدن

جر و بحث زیاد

نفوس بد زدن

**ما و شما**

راه ارتباطی با زندگی سلام پیامک ۲۰۰۹۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

\* در باره پرونده «دود دست دوم بلای جان غیر سیگاری ها» می خواستم بگم که وقتی مسئولان گفتن ۶ میلیون نفر سیگاری داریم، باید بدونیم که آمار از این بالاتره چون خیلی ها یواشکی می کشن. \* به صفحه زندگی سلام، طراح جدول ۱۶۱۲ سخت. یک افعی، پیاله، نیم کاسه است، قدح کاسه پایه دار است. کاسه بدون پایه از ورق مس حلقه ای یک سانتی متری به زیر تاس جوش می دن (تا تکانه نخورد) می شه قدح، لبه قدح کلفت است، دیگری نازک. \* جوانه عزیز؛ جوجه هامون رو آخر پاییز نشمر دم، چه کنم؟! \* به عنوان یک نوجوان از پدر و مادرها خواهش می کنم مطلب زندگی سلام در باره کلاس های آموزشی را بخوانند. خیلی روی اعصاب است و بهترین زمان عمر مان فقط با یادگیری بی فایده یک سری چیزها، هدر می رود.

**برک سبز، سند کمپانی و کارت شناسایی خودروی کامیون یاسدان - رنگ قرمز مدل ۱۳۸۴**

به شماره شاسی ۱۰۶۶۶۶۳ و شماره موتور ADW1265F به نام شهرداری قوچان مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط است. ۱۴۰۱/۰۰/۰۹۵۶

**کارت و برک سبز خودرو MVM۳۱۵ رنگ سفید**

به شماره انتظامی ایران ۷۴-۷۴۳۳۰۷۲ و شماره موتور 12488193292 به شماره شاسی NAAMO1CA3AE121815 به نام زهرا قمری زاده راد مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱/۰۰/۰۹۶۹

**کارت ماشین خودرو سواری پراید جی تی ایکس آی مدل ۱۳۸۴ به شماره پلاک ۴۹۲ ب ۷۸ ایران ۳۶**

به شماره موتور ۰۱۱۱۲۵۶۸ شماره شاسی S1412284494644 به نام حامد محمدی مقدم قلمه بالا مفقود گردیده و اعتبار ندارد. ۱۴۰۱/۰۰/۰۹۷۰

**برک سبز خودرو سمند I.X-EF7 مدل ۱۳۹۰ سفید**

با شماره انتظامی ایران ۴۳-۴۳۳۳۰۷۶ و شماره شاسی NAACR1HSCF503715 و شماره موتور 14790048799 به نام علی نورشی مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ۱۴۰۱/۰۰/۰۹۷۴



زندگی سلام  
شبه  
۱۴۰۱  
شماره ۲۳۳۹

خانواده و مشاوره