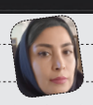
خانواده و مشاوره

نقاط قوت پیامک یک پدر

پربازدید شدن پیامک پدری که از توهین دخترش به برادر بزرگش ناراحت شده، بهانه‌ای شد تا از اصول تذکر به فرزندان برای نگه‌داشتن حرمت یکدیگر و داشتن روابط مناسب بگوییم



دکتر زهرا وفایی‌جهان | روان‌شناس

محوری

دنیای خواهر و برادرها در عین حال که شیرینی‌های بسیاری دارد، گاهی عجیب، ناساگاز و اعصاب خردکن می‌شود. در این حالت است که اگر ماجرا به خوبی توسط خودشان مدیریت نشود، ورود والدین‌شان برای برقراری صلح و روابط حسنه اهمیت پیدا می‌کند. اما بسیاری از والدین با ورود نابجا به چنین موضوعاتی، شرایط را بدتر می‌کنند و احساس مورد تبعیض قرار گرفتن، دیده‌نشدن، درک‌نشدن احساسات و... را در یکی یا چندتا از فرزندان ایجاد می‌کنند. در این بین، پیامک یک پدر به دخترش در شبکه‌های اجتماعی پربازدید شده است. ظاهرا این دختر در حضور برادر بزرگ‌ترش به او گفته «زر نزن» و پدر هم در پیامکی به دخترش نوشته: «سلام دختر بابا. امروز خیلی ناراحتم کردی. حرفی که زدی، واقعا حرف بدی بود. این ادبیات مناسب صحبت با برادر بزرگ‌ترت نیست. من هر جا بشینم از ادب و شخصیت تو تعریف می‌کنم و بهت افتخار می‌کنم. لطفا دیگه از لفظ‌هایی که مناسب تو و شخصیتت نیست، استفاده نکن». در ادامه از نقاط قوت این پیامک خواهیم گفت که می‌تواند برای پدر و مادرهای دیگر هم، درس‌هایی داشته باشد.

ابتدا احساس‌مان را بگوییم

در مذاکرات بدون خشونت بهتر است در ابتدا مخاطب را از احساس درونی خودمان درباره موضوعی که می‌خواهیم راجع به آن صحبت کنیم، آگاه کنیم. در این پیامک، پدر خیلی واضح احساس ناراحتی خودش را از ادبیات کلامی ناشایسته دخترش ابراز می‌کند و سپس در ادامه خواسته و نیاز خودش را مطرح می‌کند. این اولین قدم برای گلایه و انتقاد از فرزند یا هر فرد دیگری است.

اشاره مستقیم به اشتباهی که رخ داد

در ادامه پیامک این پدر به طور مستقیم تناقضی را که در شخصیت دخترش و نوع صحبت دخترش می‌بیند، ابراز می‌کند و می‌خواهد دخترش را آگاه کند که مجددا ویژگی‌های شخصیتی خودش را بازبینی کند و خودش را به چالش بکشد که چرا این تناقض وجود دارد. جالب‌تر این که او مسئولیت این بازبینی را به عهده دخترش می‌گذارد. تغییر در صورتی ایجاد می‌شود که فرد خودش اشتباهش را بپذیرد چرا که بعد از بازبینی و پذیرش اشتباه تغییر خواهد کرد.

تذکر دادن به‌صورت خصوصی

این پدر به صورت پیامکی و خصوصی به دخترش این اشتباه را گوشزد کرده و در حضور دیگران این کار را انجام نداده که از ایجاد احساس شرم و خجالت و حتی لجبازی در دخترش پیشگیری شود. حتی به صورت مواجهه رو در رو این رفتار را انجام نداده است تا دخترش شرم و خجالت را در حضور پدر تجربه نکند یا این که در خلوت خودش تجربه کند. این هم یک روش مناسب برای تذکر به فرزندان در قبال اشتباهات‌شان است تا احساس این که مورد تبعیض قرار گرفته‌اند، در آن‌ها به وجود نیاید.

تعریف و تمجید به‌جای تحقیر و توهین

این پدر در این پیامک هیچ گونه توهین، تحقیر یا احساس گناهی برای دخترش ایجاد نکرده است. توهین یا احساس گناهی از قبیل این که تو دختر خوبی برای پدرت نیستی، من از تو راضی نیستم، آداب و معاشرت بلد نیستی، من تو را نمی‌پذیرم، تو باعث شرم من هستی و... در این پیامک نمی‌بینید. در این پیامک پدر به دخترش یادآوری می‌کند که تو شخصیت شایسته و مناسبی داری و کامل و کافی هستی و مقبول من هستی اما این ادبیات کلامی مناسب تو و شخصیت تو نیست و کل شخصیت دخترش را زیر سوال نمی‌برد و حتی به دخترش می‌آموزد با یک خطا کل شخصیت تخریب نمی‌شود.

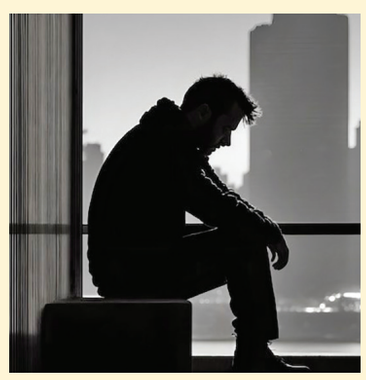
استفاده از چاشنی صمیمیت

دوستانه و صمیمانه صحبت کردن با فرزندی که اشتباهی مرتکب شده است، سبب اثربخشی بیشتر و پذیرش بیشتر توسط فرزند خطاکار می‌شود. در صورتی که به شکل دستوری و با پرخاش صحبت می‌کرد، باعث مقاومت و لجبازی وی می‌شد. پدر در این پیامک تلاش کرد که دخترش را به بینش برساند و مسئولیت تغییر و تجدیدنظر رفتاری را به دخترش واگذار کرده است. همچنین به‌طور غیرمستقیم به دخترش آموخت که وقتی در گروه یا جمع دوستان و خانواده و... هستیم بهتر است خشم‌مان را مدیریت کرده، توهین نکنیم و برای پذیرفته‌شدن توسط دیگران و دوست‌داشتنی به نظر رسیدن هر رفتاری را انجام ندهیم.

نکته ها

با این ۱۰ عادت هرگز در زندگی‌تان موفق نمی‌شوید

۱- مقاومت در برابر تغییر
۲- پشت گوش انداختن کارها
۳- نداشتن هدف مشخص
۴- عدم توجه به توسعه فردی
۵- اجتناب از ریسک
۶- مقصر دانستن دیگران برای شکست‌ها
۷- منفی‌بافی زیاد
۸- تمرکز روی مشکلات، به‌جای راه‌حل‌ها
۹- ترس از انتقاد
۱۰- نداشتن نظم و انضباط



اتاق مشاوره

عاشق خواستگاری شدم که دستم را در پوست گردو گذاشت!

چند ماه پیش یک پسر ۲۸ ساله با موقعیت خوب به خواستگاری‌ام آمد. من هم او را پسندیدم. بعدش از او و خانواده‌اش هیچ خبری نشد و انگار دستم را در پوست گردو گذاشتند؛ چون دیگر هیچ خواستگاری را راه ندادم. الان هم در فکر او هستم و نمی‌توانم فراموشش کنم. چه کنم؟

دکتر حسین محرابی | روان‌شناس و مدرس دانشگاه

مشاوره فردی

مخاطب گرامی، آیا در اولین جلسه خواستگاری شما به این جمع‌بندی رسیدید که خواستگارتان خوب است یا قبل از آن هم، آشنایی داشتید؟ به نظر می‌رسد این نوع وابستگی در مرحله خواستگاری طبیعی نیست و لازم است در این خصوص بیشتر تامل و مشخص کنید که بر اساس چه عواملی، این علاقه به وجود آمده است؟

واضح است که وابستگی زیادی که احتمالا یک طرفه هم هست، برای شما ایجاد شده و اکنون روند زندگی‌تان را دچار مشکل کرده است. و اما چند توصیه به شما:

پذیرش واقعیت باعث رنج کمترتان می‌شود

با واقعیت روبه‌رو شوید و آن را بپذیرید. این که چند ماه از خواستگاری شما می‌گذرد و تاکنون بازخورد مناسبی دریافت نکرده‌اید، یک واقعیت است که پذیرش آن، باعث رنج کمترتان خواهد شد. بنابراین از مرحله انکار عبور و برای بازگشت به روال عادی زندگی‌تان تلاش کنید. توجه کنید که این نوع نگاه به مقوله ازدواج و انتخاب همسر، بیشتر جنبه احساسی دارد و همان‌طور که می‌دانید تصمیم به این بزرگی را بر اساس احساسات غالب نباید گرفت؛ چرا که احساس گذراست و برای همه عمر و در همه شرایط ثابت نمی‌ماند و اگر برای تمام زندگی از چنین پشتوانه متغیری بهره بگیرید، به‌طور قطع عقلانی و منطقی نخواهد بود.

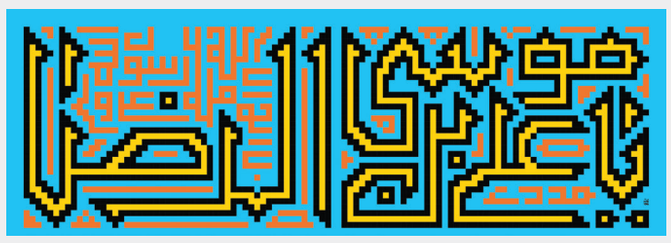
به این وابستگی پایان دهید

از این که بعد از جلسه خواستگاری چه قول و قراری بین شما بوده است، فقط خودتان آگاهید و اگر یقین ندارید که این خواستگار محترم از ازدواج با شما منصرف شده یا در حال بررسی شرایط است، می‌توانید از طریق بستگان یا یک واسطه مطمئن از تصمیم ایشان و خانواده‌شان مطلع شوید و اگر ایشان از ازدواج با شما منصرف شده باشد، شما می‌توانید دلایل مسئله را بررسی کنید و به این وابستگی پایان دهید.

به خواستگاران جدید فکر کنید

چنان چه این وابستگی فقط از سوی شما و بر اساس روحیات و شرایط زندگی شما ایجاد شده است، باید روی دیدگاه و سبک زندگی‌تان بیشتر تامل و کار کنید. در پایان به شما توصیه می‌کنم ملاک‌ها و معیارهای‌تان را برای انتخاب همسر مشخص و با توجه به این معیارها به خواستگاران جدید فکر کنید.

چهارشنبه های امام رضایی (ع)



خطاب قرار دادن دیگران با احترام

جواد رستمی | کارشناس مذهبی

امام رضا(ع) می‌فرمایند: «زمانی که از شخص حاضری نام می‌بری (برای احترام)، کنیه او را بگو و اگر غایب بود، نامش را بگو». همان‌طور که دوست داریم به نیکی مورد خطاب قرار بگیریم و به درستی از ما نام ببرند، ما هم باید دیگران را با احترام صدا بزنیم. احترام گذاشتن انسان را در نظر دیگران محترم جلوه می‌دهد و بزرگواری و کرامت نفس او را به نمایش می‌گذارد و در مقابل دیگران هم در تعامل با ما به شیوه‌ای که دوست داریم و برخورد داشتیم، رفتار می‌کنند. از این رو امام رضا(ع) می‌فرمایند زمانی که شخصی نزد شما نیست، با نام از او یاد کنید تا خدای نکرده از صفت یا لقبی که دوست ندارد و به نوعی اهانت محسوب می‌شود، استفاده نشده باشد.

از دنیای روان شناسی

افزایش ۵۰ درصدی بازدهی مغز با استراحت ۵ دقیقه‌ای

یافته‌های یک مطالعه تازه نشان داده است که یک وقفه ۵ دقیقه‌ای هنگام کار می‌تواند به طور قابل توجهی عملکرد مغز را بهبود بخشد. محققان در دانشگاه سیدنی دریافته‌اند که یک استراحت ساده و کوتاه در حین کار تنها چیزی است که افراد برای بازگرداندن تمرکز خود نیاز دارند.

نحوه انجام این پژوهش

شاید زمانی که حرف از استراحت هنگام کار و فعالیت به میان می‌آید، افراد تصور کنند که باید یک وقت خوب و پرو پیمان به آن اختصاص دهند و برای مثال با یک پیاده‌روی طولانی هوایی تازه کنند. هر چند این ایده خوب است، با این حال مطالعات جدید نشان داده است که یک استراحت پنج دقیقه‌ای همان کار را انجام می‌دهد. در این مطالعه از ۷۲ دانشجوی استرالیایی خواسته شد تا یک آزمون دشوار ریاضی را با سرعت بالا در ۲۰ دقیقه پشت سر بگذارند. این آزمون به منظور خسته کردن ذهن شرکت کنندگان و کاستن از تمرکز آن‌ها انجام شد. بعد از این آزمون داوطلبان به سه گروه تقسیم شدند؛ گروه اول بدون هیچ استراحتی شروع به حل یک جدول ضرب دورقمی کردند، گروه دوم وقت استراحت ۵ دقیقه‌ای به هر شیوه‌ای که دل‌شان می‌خواست داشتند و گروه سوم از همان ۵ دقیقه استراحت برخوردار بودند ولی باید یک ویدئوی پیاده‌روی در جنگل‌های بارانی استرالیا را تماشا می‌کردند. نتایج برخی مطالعات پیشین نشان داده است که تماشای مناظر طبیعی می‌تواند همان احساس واقعی بازدید از آن‌ها را در مغز ایجاد کند. پس از پایان آزمایش داوطلبان در یک نظرسنجی کوتاه شرکت کردند تا محققان دریابند هر شیوه تا چه میزان بر عملکرد مغز تاثیر دارد.

نکاتی درباره استراحت‌های ۵ دقیقه‌ای

با مقایسه نتایج در بین سه گروه، دانشجویانی که تنها ۵ دقیقه استراحت کرده بودند بازیابی تمرکز بالاتری را از خود نشان دادند. گروهی هم که با تماشای طبیعت استراحت کرده بودند از گروه بدون استراحت بهتر عمل کردند. در مجموع کسانی که ۵ دقیقه استراحت کرده بودند، نسبت به کسانی که استراحت نداشتند ۵۷ درصد نمرات بالاتری در آزمون کسب کردند. پاول جینز، متخصص روان‌شناسی آموزشی در دانشگاه سیدنی استرالیا و از محققان این مطالعه، در این باره می‌گوید: «اگر می‌خواهید کار یا مطالعه‌تان پربازده‌تر باشد، باید استراحت‌های پنج دقیقه‌ای، بدون این که در آن زمان‌ها کاری انجام دهید، برای خودتان در نظر بگیرید. در واقع شما باید برای پنج دقیقه کار متفاوتی انجام دهید. از رایانه یا دستگاه الکترونیکی خود دور شوید، کمی نفس بکشید یا فقط ساکت بنشینید تا مغز خود را از انجام کار استراحت دهید. البته بالا و پایین کردن صفحات شبکه‌های اجتماعی استراحت محسوب نمی‌شود».

منبع: یورونیوز

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

*عمو پورنگ، نکات دلسوزانه‌ای گفته که باید مورد توجه قرار بگیره. بیچاره کودکان که حقوق‌شان نادیده گرفته می‌شود.
*درباره این که چرا نباید مستقیم از قوطی بنوشید، باید بگم که اگر بریزیم تو لیوان، گازش میره و طعمش بد میشه.
*در صفحه خانواده نوشتید که ۹ راز مهم که میلیاردرها به فرزندان خود آموزش می‌دهند. میلیاردها نیازی نیست به بچه‌شان آموزش بدهند، به او پول می‌دهند، پول هم خودش پول می‌آورد.
*من که آهنگ ساسی رو نشنیدم ولی کلا با فیلم گرفتن از بچه‌ها برای جذب دنبال کننده در اینستا مخالفم. البته این مورد که ظاهرا آهنگش، مثبت ۱۸ هم هست و بدآموزی داره، پس بدتره.
*فکر کردم یکی از توصیه‌هاتون اینه که آب سر دروی عصبانی‌ها بریزیم و تعجب کردم! چون قطعا بعدش بیشتر عصبی میشن.
*زندگی سلام. کاش همه ما به جای دادن ماهی به دیگران، ماهیگیری بهشون یاد بدیم. به این جمله، فکر کنین.

برگ سبز سواری هاچ بک جک J3-AT مدل ۱۴۰۲ سفید و ش موتور HFC4GB3.3DP۰۰۰۱۶۶۳ و ش شاسی NAKSGY42XPB133400 ش انتظامی ایران ۱۲-۱۹۴ج ۶۳ بنام بی بی معصومه حمامیان مقدم مفقود و فاقد اعتبار است ۴۷۱۶۹

پروانه نظام مهندسی ساختمان اینجانب علیرضا صادقی کدملی ۰۹۲۱۱۲۸۱۰۱ در رشته عمران پایه دو ش عضویت ۱۹۳۱۴۶۵۷۴ ش پروانه اشتغال ۱۹۳۱۰۰۲۳۳۰ تاریخ صدور ۱۳۹۶/۱۱/۰۸ از شهر مشهد مفقود و فاقد اعتبار می‌باشد ۴۶۲۴۳

پروانه نظام مهندسی معماری شماره ۱۹۱۱۰۰۱۱۳۵ اینجانب میلاد خواجوی مفقود و فاقد اعتبار است. ۳۴۰۷۰

برگ سبز پژو ۴۰۵ به ش پلاک : ۳۶ ایران ۲۷۴۸ د و ش موتور: IN-۸۲۰۴۵۹۵۴ و شماره شاسی: ۱۲۴۸۲۰۱۶۷۷۲ به نام محبوبه احمدی مفقود و فاقد اعتبار است. ۴۷۱۸۰

برگ سبز سواری سمند مدل ۱۴۰۱ به شماره پلاک ۳۲ ایران ۲۵۳ ب ۳۸ و شماره موتور ۱۴۷H۰۶۸۸۶۲۳ و شماره شاسی NAACF1JH6NF120951 به نام مرضیه رزاق پور مفقود و فاقد اعتبار است. ۴۷۳۲۵

برگ کمپانی خودرو پراید مدل ۸۶ به شماره انتظامی ایران ۳۶-۳۳۴ ل ۲۳ شماره موتور ۱۹۰۴۲۹۲ شماره شاسی ۱۴۱۲۲۸۶۰۸۱۰۲۷ S به نام حسن رودی مفقود و فاقد اعتبار است. ۴۷۳۱۱

برگ سبز خودرو وانت دو کابین کی ام سی T8 مشکی ۱۴۰۱ به شماره پلاک : ۹۶۵ی ۳۱ ایران ۴۰ و شماره موتور : HFC4GA34DN۰۰۰۲۷۰۵ و شماره شاسی : NAKPL8117NB1۰۴۶۳۶ به نام اشکان برزگری مفقود و فاقد اعتبار است ۴۷۳۰۲

برگ سبز خودرو پژو ۴۰۵ سواری جی ال ایکس آی ۱/۸ مدل ۱۳۸۳ رنگ بژ متالیک ش موتور ۱۲۴۸۳۰۱۷۵۳۰ ش شاسی ۸۳۰۰۷۶۴۷ ش پلاک ایران ۴۲- ۸۷۸ ج ۴۹ بنام محمد شریف نسب مفقود شده و فاقد اعتبار است ۴۷۳۲۴

برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ بشماره انتظامی ۷۸ ص ۶۷۸ ایران ۵۲ بشماره موتور ۱۶۷B۰۱۰۵۳۰۹ و شماره شاسی ۴۸۰۶۱۰ NAAP۴۱FEYMJ۴۸۰۶۱۰ مدل ۱۴۰۱ به مالکیت کوثر دستگرد مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط میباشد. ۴۷۳۵۱

برگ سبز خودرو تیبا ۲ سفید مدل ۱۴۰۰ به ش پلاک: ۱۲ ایران ۶۸ ی ۱۹۲ وش موتور ۱۵۹۲۳۴۱۲۶ m به نام مهدی سلمانیان مفقود و فاقداعتبار است ۴۷۱۸۶

برگ سبز و سند کمپانی و مدارک موتور سیکلت تک تاز ۱۲۵ به شماره پلاک ۷۶۸-۴۸۷۹۲ و شماره موتور ۰۱۲۴NEJ۰۱۳۱۸۰ به شماره تنه NEJ۱۲۵G۹۱۰۷۴۹۷ به نام سیدمهدی موسوی کیان مفقود و فاقد اعتبار است. ۴۷۳۰۹

برگ سبز خودرو وانت دو کابین کی ام سی T8 مشکی ۱۴۰۱ به شماره پلاک : ۹۶۵ی ۳۱ ایران ۴۰ و شماره موتور : HFC4GA34DN۰۰۰۲۷۰۵ و شماره شاسی : NAKPL8117NB1۰۴۶۳۶ به نام اشکان برزگری مفقود و فاقد اعتبار است ۴۷۳۰۲

برگ کمپانی خودرو پراید مدل ۸۶ به شماره انتظامی ایران ۳۶-۳۳۴ ل ۲۳ شماره موتور ۱۹۰۴۲۹۲ شماره شاسی ۱۴۱۲۲۸۶۰۸۱۰۲۷ S به نام حسن رودی مفقود و فاقد اعتبار است. ۴۷۳۱۱

برگ سبز خودرو پراید جی ال ایکس آی مدل ۱۳۸۹ سفید_روغنی به شماره انتظامی ۲۶_۳۳۱ ل ۳۷ و شماره موتور ۳۶۸۳۹۵۳ و شماره شاسی ۱۴۱۲۲۸۹۵۷۰۳۳۱ S به نام علی مراد زاده آبدوغ مفقود و فاقد اعتبار است. ۴۷۳۲۱

برگ سبز سواری سمند مدل ۱۴۰۱ به شماره پلاک ۳۲ ایران ۲۵۳ ب ۳۸ و شماره موتور ۱۴۷H۰۶۸۸۶۲۳ و شماره شاسی NAACF1JH6NF120951 به نام مرضیه رزاق پور مفقود و فاقد اعتبار است. ۴۷۳۲۵

تمامی مدارک سواری پراید جی ال ایکس آی مدل ۱۳۸۹ سفید_روغنی به شماره انتظامی ۲۶_۳۳۱ ل ۳۷ و شماره موتور ۳۶۸۳۹۵۳ و شماره شاسی ۱۴۱۲۲۸۹۵۷۰۳۳۱ S به نام علی مراد زاده آبدوغ مفقود و فاقد اعتبار است. ۴۷۳۲۱

برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ بشماره انتظامی ۷۸ ص ۶۷۸ ایران ۵۲ بشماره موتور ۱۶۷B۰۱۰۵۳۰۹ و شماره شاسی ۴۸۰۶۱۰ NAAP۴۱FEYMJ۴۸۰۶۱۰ مدل ۱۴۰۱ به مالکیت کوثر دستگرد مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط میباشد. ۴۷۳۵۱

سند کمپانی ام وی ام تیگو ۷ مدل ۱۴۰۰ به ش پلاک ایران ۷۴-۶۳۳ س ۲۱ به ش شاسی NATGBACR۵M۱۰۱۴۱۵۳ به ش موتور MVME۴T۱۵BADL۰۱۵۸۰۵ بنام طیبه عباس زاده مفقود و فاقد اعتبار است ۴۷۲۹۹

برگ سبز خودرو تیگو۵ سفید مدل ۹۹ به شماره پلاک : ۷۹۸۶۹ ایران ۳۶ و شماره شاسی: NATGBATLAL۱۰۴۱۹۰۷ و شماره موتور: MVM۴۸۴FTAL۰۵۲۷۷۴ مفقود و فاقد اعتبار است ۴۷۲۷۹

برگ سبز خودروی پراید ۱۱۱ مدل ۱۳۹۲ به شماره انتظامی ایران ۷۴-۹۹۲ ج ۶۶ به شماره شاسی NAS۴۱۱۰۰D۵۷۴۷۶۶۳ شماره موتور ۴۸۶۵۴۲۶ به نام جابر بسیانی مفقود و فاقد اعتبار است. ۴۷۲۸۷

برگ سبز و سند کمپانی و مدارک موتور سیکلت تک تاز ۱۲۵ به شماره پلاک ۷۶۸-۴۸۷۹۲ و شماره موتور ۰۱۲۴NEJ۰۱۳۱۸۰ به شماره تنه NEJ۱۲۵G۹۱۰۷۴۹۷ به نام سیدمهدی موسوی کیان مفقود و فاقد اعتبار است. ۴۷۳۰۹

برگ سبز و سند کمپانی و کارت خودرو پراید ۱۳۱ مدل ۹۷ ش انتظامی ایران ۷۴- ۹۷۸ س ۷۴ ش شاسی NAS۴۱۱۱۰۰/۳۴۴۸۲۹۵ ش موتور M۱۳۶۱۲۵۷۹۴ بنام رقیه اسدپور مفقود شده و فاقد اعتبار است ۴۷۲۴۶

برگ سبز موتور سیکلت سرعت ۱۲۵ مدل ۹۰ مشکی به شماره انتظامی ۶۲۴۲۵-۷۶۵ به شماره موتور NBEC۰۱۰۹۰۹ و شماره شاسی NBE***۱۲۵V۹۹۰۲۳۰۲ بنام فرزانه موسوی عمادی مفقود و فاقد اعتبار است ۴۷۳۳۶

اصل پروانه احداث بنا به کدنوسازی ۰-۰-۰-۵۰-۳۲-۹-۱ و شماره دبیرخانه: ۴۷۴۳۷ به تاریخ: ۱۳۹۹/۸/۲۸ به هادی زروکانلو به نشانی: جمهوری ۱۹ سلمان ۲ بلوک ۳۲- قطعه ۵۰ طبقه ۰ پلاک ۲۵ مفقود گردیده و اعتبار ندارد. ۴۷۳۰۱

برگ سبز ۲۰۷ سفید به شماره انتظامی ۳۲ ایران ۹۷۶ ی ۵۷ و شماره موتور ۱۹۱B۰۰۱۴۴۸۲ به نام محمود برجی مفقود و فاقد اعتبار است. ۴۷۳۵۴

برگ سبز خودرو وانت ۸۶ به شماره پلاک : ۹۶۵ی ۳۱ ایران ۴۰ و شماره موتور : HFC4GA34DN۰۰۰۲۷۰۵ و شماره شاسی : NAKPL8117NB1۰۴۶۳۶ به نام اشکان برزگری مفقود و فاقد اعتبار است ۴۷۳۰۲

برگ سبز و کارت موتورهوندا ۱۲۵ هیلتون قرمز مدل ۱۳۹۵ به ش پلاک ۷۷۵ ایران ۳۴۲۹۵ ش موتور ۰۱۲۵۲۴۲۶۴۲۱ و ش بدنه ۰۱۲۵۹۵۱۲۹۳۸ به نام مهدی عشقی مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ۴۷۱۸۹

برگ سبز خودرو پژو ۴۰۵ سواری جی ال ایکس آی ۱/۸ مدل ۱۳۸۳ رنگ بژ متالیک ش موتور ۱۲۴۸۳۰۱۷۵۳۰ ش شاسی ۸۳۰۰۷۶۴۷ ش پلاک ایران ۴۲- ۸۷۸ ج ۴۹ بنام محمد شریف نسب مفقود شده و فاقد اعتبار است ۴۷۳۲۴

کارت خودرو آردی -پژو - یشمی مدل ۱۳۸۴ ش پلاک ۱۲- ۲۹۷ ص ۹۷ ش موتور ۱۱۷۸۴۰۴۰۲۰۵ ش شاسی ۱۳۴۴۲۱۶۲ بنام تهمینه حسن زاده مفقود شده و فاقد اعتبار است ۴۷۳۴۷

اینجانب سید حسین مطلبی مالک پژو ۴۰۵ GLX ۱۸۰۰ رنگ نقره ای به شماره انتظامی ۲۵۱ ص ۶۱ ایران ۱۲ شماره بدنه ۱۳۲۴۸۰۲۰ و شماره موتور ۸۱۲۰۹۱۹۹ ش موتور ۳۲۹۰۸۱۰۹۶۵۵ به علت فقدان اسناد فروش سند کمپانی تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۴۷۲۶۹

اینجانب افسانه ضیاییان سیدزاده مالک ۲۰۶ سفید به ش انتظامی ۴۳۸ ی ۴۱ ایران ۳۶ ش بدنه ۱۳۳۸۹۰۴۱۴۳۵ و ش موتور NAAP۴۱FD۱BJ۳۰۷۸۵۱ به علت فقدان سند و برگ سبز تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۴۷۲۲۱

اینجانب احمدرضا عباس زاده مالک خودرو رانا به شماره انتظامی ۶۳ و ۹۷۶ ایران ۷۴ شماره بدنه NAAU۰۱FE۰KT۲۳۷۷۳۷ و شماره موتور B۱۶۲P۰۳۲۶۷۵۲ به علت فقدان اسناد فروش تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۴۷۳۶۰

برگ سبز خودرو کوییک r سفید قرمز به ش پلاک : ۵۶ و ۹۷۶ ایران ۷۴ وشماره موتور m۱۵۹۷۶۲۹۴۳ وشماره شاسی Napx۲۱۲aan۱۱۴۴۶۰۹ به نام مهران عبیری مفقود و فاقد اعتبار است. ۴۷۱۹۸

برگ سبز و کارت تراکتور ۲۸۵ به شماره شاسی E۱۷۶۸۵ و شماره موتور LFW۰۰۹۵۴T و به شماره پلاک ۲۶-۱۱۴ ک ۱۹ بنام آقای رجبعلی کاملی مفقود و فاقد اعتبار است. ۴۷۲۷۳

دفترچه تاکسیرانی اینجانب سارا زنده دل به شماره ملی ۰۰۷۱۶۷۱۵۶۰ و شماره هوشمند ۵۱۲۸۹ مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ۴۷۲۷۴

دانشنامه دکترای پزشکی اینجانب دکتر مژده کشاورز منش فرزند محمدتقی صادره دانشگاه علوم پزشکی مشهد مفقود گردیده و فاقد اعتبار است ۴۷۲۷۷

برگ سبز خودرو چک S۵۱۴۰۱ سفید به شماره پلاک : ۳۹۳ ص ۳۹ ایران ۱۲ و شماره موتور : HFC4GC16FDN۳۶۰۴۲۵۶ و شماره شاسی : NAKSH۷۶۲۵NB۱۰۵۸۵۳ بنام سید داود آشکران مفقود و فاقد اعتبار است ۴۷۲۸۶

برگ سبز و سند کمپانی پراید جی تی ایکس مدل ۱۳۸۷ به شماره انتظامی ۱۲ - ۲۵۲ م ۵۸ وشماره موتور ۲۳۲۳۴۸۶ و شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۷۴۴۳۳۱۵ به نام محدثه مودتی مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ۴۷۲۸۲

برگ سبز خودرو تیبا ۲ سفید مدل ۱۴۰۰ به ش پلاک: ۱۲ ایران ۶۸ ی ۱۹۲ وش موتور ۱۵۹۲۳۴۱۲۶ m به نام مهدی سلمانیان مفقود و فاقداعتبار است ۴۷۱۸۶

سند کمپانی ام وی ام X۳۳S مدل ۹۵ سفید روغنی به شماره انتظامی ۷۵ ایران ۴۴۷ د ۳۴ به شماره موتور MVM۴۸۴FBDG۰۰۷۱۸۷ و شماره شاسی NATGBAYLXG۱۰۰۷۱۲۶ بنام مسلم امیر افضلی مفقود وفاقد اعتبار است ۴۷۲۷۰

برگ سبز موتور سیکلت سرعت ۱۲۵ مدل ۹۰ مشکی به شماره انتظامی ۶۲۴۲۵-۷۶۵ به شماره موتور NBEC۰۱۰۹۰۹ و شماره شاسی NBE***۱۲۵V۹۹۰۲۳۰۲ بنام فرزانه موسوی عمادی مفقود و فاقد اعتبار است ۴۷۳۳۶

برگ سبز ۲۰۷ سفید به شماره انتظامی ۳۲ ایران ۹۷۶ ی ۵۷ و شماره موتور ۱۹۱B۰۰۱۴۴۸۲ به نام محمود برجی مفقود و فاقد اعتبار است. ۴۷۳۵۴

اینجانب عباس بخش زائی مالک خودرو سمند مدل ۸۱ پ ش پلاک ایران ۳۶- ۸۲۸ س ۶۶ ش شاسی ش بدنه ۱۳۸۹ NAAN۰۱CA۶AK۷۶۹۸۰۳ و ش موتور : ۱۲۴۸۸۲۸۰۹۰۴ بعلت فقدان اسناد فروش تقاضای رو نوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۴۷۲۷۲

اینجانب ابراهیم مرزی مالک پژو پارس سفید_روغنی مدل ۱۳۸۹ به ش شهربانی ۳۲۶_۳۲۱ ج ۶۷ ش بدنه NAAN۰۱CA۶AK۷۶۹۸۰۳ و ش موتور : ۱۲۴۸۸۲۸۰۹۰۴ بعلت فقدان اسناد فروش تقاضای رو نوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۴۷۲۷۲