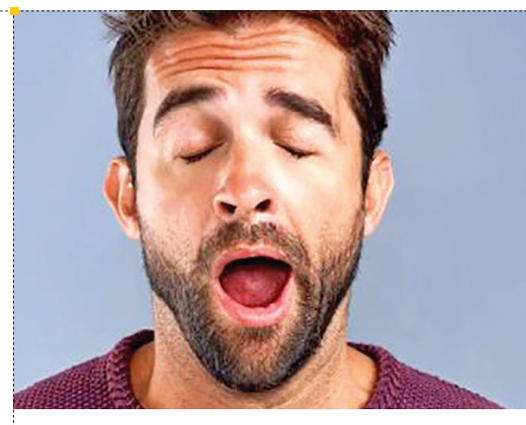
قانون پایستگی خمیازه؛ چرا و چطور؟!

اگر زیاد خمیازه می‌کشید و خمیازه کشیدن دیگران، زود به شما سرایت می‌کند بدانید تنها نیستید؛ دلیل این اتفاق چیست؟



پزشکی

خمیازه یک پدیده جهانی است و علاوه بر انسان‌ها در بسیاری از گونه‌های مهره‌داران از گرگ‌ها تا طوطی‌ها از سنین بسیار پایین دیده می‌شود. خمیازه کشیدن یک واکنش طبیعی برای تغییر حالت مغز است که با بیداری بدن همراه است. اگر دقت کنید بیشتر آدم‌ها هنگام خستگی و در موقعیت‌هایی که خواب‌آلودند، خمیازه می‌کشند. در طول خمیازه کشیدن، رفتار افراد به‌صورت دم‌طولانی، وقفه کوتاه و باز دم همراه با صدای خارج شدن هوا از دهان است و این الگو برای همه افراد یکسان است. اما چرا وقتی می‌بینیم شخص دیگری خمیازه می‌کشد، ما هم این کار را تکرار می‌کنیم؟

یک مکانیسم ضروری برای بقا!

توضیحات بیولوژیکی زیادی برای مسری بودن خمیازه ارائه شده است؛ اما اجماع علمی چیست؟ کارشناسان می‌گویند به احتمال زیاد خمیازه یک مکانیسم ضروری برای بقا باشد. اما هدف واقعی آن چیست؟ این ایده رایج که خمیازه کشیدن باعث افزایش اکسیژن‌رسانی به مغز می‌شود، تایید نشده است. در توضیح دیگری آمده، خمیازه کشیدن به حفظ توجه کمک می‌کند اما باز هم درباره آن اتفاق‌نظر وجود ندارد. فرضیه قوی‌تر می‌گوید ارتباط بین خمیازه کشیدن و ریتم شبانه‌روزی، ساعت بیولوژیکی ماست. به‌طور دقیق‌تر، زمانی که بدن کمتر هوشیار است، مانند زمانی که برای هضم یک وعده غذایی فعالیت می‌کند، خمیازه رخ می‌دهد.

کمک به همگام‌سازی رفتار گروهی

با این که دلایل پشت خمیازه کشیدن هنوز تأیید نشده است، اما ماهیت مسری بودن آن، اکتشافات قابل توجهی در رشته‌های مختلف هم در زیست‌شناسی و هم در روان‌شناسی اجتماعی ایجاد می‌کند. خمیازه می‌تواند نقش مهمی در تعاملات اجتماعی ایفا کند، همان‌طور که شترمرغ‌ها از آن برای هماهنگ کردن رفتار گروهی استفاده می‌کنند. خمیازه می‌تواند به‌عنوان سیگنالی باشد که نشان‌دهنده تغییر در فعالیت یا هوشیاری است و اطمینان حاصل می‌کند که همه اعضای گروه در همان زمان هوشیار یا در حال استراحت هستند، ایمنی جمعی را افزایش می‌دهد و ریتم گروه را حفظ می‌کند. فرضیه اصلی این است که خمیازه به همگام‌سازی رفتار گروهی کمک می‌کند.

شاید برای همدلی با دیگران!

وقتی فردی خمیازه می‌کشد یا ما صدای خمیازه فرد دیگری را می‌شنویم، نورون‌های آینه‌ای نواحی مغز درگیر تقلید می‌شوند و این همدلی را تحریک می‌کند! این نورون‌ها با مشاهده رفتارها، فعال می‌شوند؛ برای مثال زمانی که کودک حرکات والدین خود را دنبال می‌کند تا بند کفش‌هایش را ببندد. به نظر می‌رسد همدلی نقش کلیدی در مستعد شدن به خمیازه کشیدن مسری ایفا می‌کند. گفته می‌شود افراد مبتلا به اختلالات اجتماعی، مانند اوتیسم یا اسکیزوفرنی کمتر پذیرای خمیازه کشیدن از سمت دیگران هستند. تحقیقات حتی نشان می‌دهد که عوامل خارجی مانند تنفس و دمای بدن به ترتیب می‌توانند خمیازه مسری را کاهش و افزایش دهند.

با خمیازه‌های زیاد چه کنیم؟

اگر می‌بینید در طول روز زیاد خمیازه می‌کشید فوری نتیجه‌گیری نکنید که یک اختلال نورولوژیکی دارید و خودتان نمی‌دانید. اول با یک سؤال واضح شروع کنید: آیا به اندازه کافی می‌خوابم؟ خواب کافی یعنی ۷ تا ۹ ساعت خواب با کیفیت شبانه. حالا نوبت سوال دوم است: آیا بیشتر وقت‌ها استرس دارم؟ اگر این طور است خمیازه‌ها به شما می‌گویند که باید بیشتر مراقب ذهن و روان خود باشید و حتی اگر لازم است به یک درمانگر مراجعه کنید تا روش‌های کنترل استرس و اضطراب را یاد بگیرید. یادتان نرود زیاد آب بنوشید چون کم‌آبی بدن هم می‌تواند باعث خمیازه‌های زیاد شود. شاید زیاد و پشت سر هم خمیازه کشیدن آزاردهنده باشد؛ اما این را نیز در نظر بگیرید که بدن‌تان با این پیام سعی دارد چیزی به شما بگوید و آگاه‌تان کند.

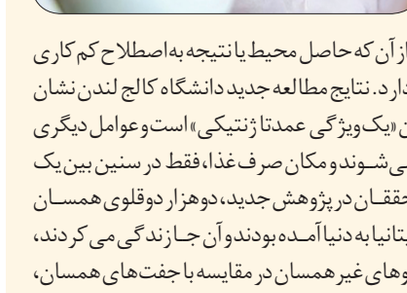
بهداشت خواب

چرا باید مدام بالش عوض کنیم؟

رختخواب‌ها جایی هستند که ما یک سوم زندگی روزانه خود را روی آن‌ها سپری می‌کنیم. در واقع پس از یک روز طولانی، هیچ چیز مانند احساس فرو رفتن در یک تخت راحت و قرار دادن سر روی یک بالش نرم وجود ندارد. با این حال این فقط ما نیستیم که در از کشیدن روی تخت را خوشبختی فرض می‌کنیم. شاید اگر بدانید ملحفه شما میزبان میلیون‌ها باکتری، قارچ، کنه و ویروس است، گفته دکتر دنینگ، اگر به آسم یا بیماری ریوی یا بیماری سینوسی مبتلا نیستید، باید هر دو سال یک بار بالش خود را تعویض کنید. اما افرادی که دارای بیماری‌های زمینه‌ای مثل آسم هستند، باید هر سه تا شش ماه یک بالش جدید بخرند. درباره دفعات شستن روتختی‌ها، بیشتر کارشناسان توصیه می‌کنند که این کار را به صورت هفتگی انجام دهید. علاوه بر شستن ملحفه‌ها، اتو کردن نیز تعداد باکتری‌های وحشت کنید. برای مثال کنه‌های گرد و غبار را در نظر بگیرید. بدن ما روزانه ۵۰۰ میلیون سلول پوست دور می‌ریزد و برای یک کنه گرد و غبار ریز، رختخواب مانند یک بوفه سلف‌سرویس می‌ماند. متأسفانه هم حشرات و هم مدفوع آن‌ها می‌توانند باعث ایجاد آلرژی، آسم و اگزما شوند. ملحفه‌ها پناهگاهی برای باکتری‌ها نیز هستند. به ملحفه‌ها را کاهش می‌دهد.

بیشتر بدانیم

راه‌هایی برای کمتر نشستن و تحرک بیشتر



نشستن زیاد و تحرک کم می‌تواند خطرات زیادی برای سلامت ما داشته باشد. نکاتی که در ادامه مرور می‌کنیم، کمک می‌کنند تا در طول روز تحرک بیشتری داشته باشیم:

۱. تنظیم کردن زمان و زنگ هشدار گوشی تا به شما یادآوری کند هر یک ساعت از پشت میز برخیزید و راه بروید.

۲. منقبض کردن عضلات باسن و کشش همسترینگ در حالت نشسته و به‌شکل منظم.

۳. اگر ممکن بود، به‌جای استفاده از آسانسور یا پله برقی از پله استفاده کنید.

۴. در طول روز به‌شکل منظم حرکات کششی انجام دهید.

۵. برنامه روزانه‌تان را تغییر دهید و نگذارید بدنتان وارد چرخه سفت و سخت و تکراری شود.

۶. سعی کنید مدتی ایستاده کار کنید.

تازه ها

علت اصلی بدغذایی کودکان پیدا شد

متقاعد کردن کودک برای خوردن برخی غذاها و خوراکی‌ها می‌تواند چالشی بزرگ باشد؛ اما به گزارش «سی‌ان‌ان»، پدر و مادرهایی که هنوز نتوانسته‌اند فرزندشان را به خوردن خوراکی‌های سالم و غیرخوشمزه مثل بروکلی ترغیب کنند، خیلی هم ناراحت نباشند، زیرا تحقیقات نشان می‌دهد که این بدغذایی بیشتر از آن که حاصل محیط یا نتیجه به اصطلاح کم‌کاری آن‌ها باشد، تا حد زیادی به ژن بستگی دارد. نتایج مطالعه جدید دانشگاه کالج لندن نشان می‌دهد که انتخاب‌های غذایی کودکان «یک ویژگی عمدتا ژنتیکی» است و عوامل دیگری مانند نوع غذاهایی که در خانه مصرف می‌شوند و مکان صرف غذا، فقط در سنین بین یک تا سه‌سالگی کودک اهمیت دارند. محققان در پژوهش جدید، دو هزار دوقلوی همسان و غیرهمسان را که سال ۲۰۰۷ در بریتانیا به دنیا آمده بودند و آن جا زندگی می‌کردند، بررسی کردند. نتایج نشان داد که دوقلوهای غیرهمسان در مقایسه با جفت‌های همسان، از نظر بدغذایی شباهت کمتری داشتند؛ آن چه می‌تواند تایید کند ژنتیک بر تمایل کودک به امتحان کردن غذاهای جدید تاثیر زیادی دارد. این تحقیق همچنین دریافت که بدغذایی در هفت‌سالگی به اوج می‌رسد و معمولا با ورود به دوره نوجوانی کمی کاهش می‌یابد. بدغذایی معمولا استرس زیادی برای کودکان و خانواده‌هایشان ایجاد می‌کند. موریتز هرل، محقق کینگز کالج لندن و یکی از نویسندگان اصلی این مطالعه، تاکید می‌کند: «تحقیقات ما نشان داد که تفاوت‌ها در بدغذایی کودکان عمدتا به عوامل ژنتیکی ربط دارد و ما امیدواریم این یافته‌ها بر خی سرزنش‌هایی را که متوجه والدین می‌شود، کاهش دهد.» یک محقق دیگر نیز می‌افزاید: «امیدواریم یافته‌های ما مبنی بر این که بدغذایی عمدتا ذاتی است، به کاهش سرزنش کردن والدین کمک کند. بدغذایی بچه‌ها نتیجه روش‌های فرزندپروری نیست.» البته این مطالعه نشان داد که عوامل محیطی می‌توانند بر بدغذایی کودکان در دوران نوپایی تاثیر بگذارند؛ به این معنی که اگر کودکی در این سن بدغذا باشد، مداخلات زودهنگام برای کمک به او در یاد گرفتن خوردن دامنه وسیع‌تری از غذاها می‌تواند در آینده، بدغذایی او را کمتر کند.

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۳۶۰۳۰۶۰۱۱۰۰۴۶۸۹---۱۴۰۳/۵/۲۱ قانون مذکور مستقر در ثبت سبزوار تصرفات مالکانه بلامعارض آقای سیدهاشم حسینی فرزند سیدابراهیم ششدانگ یکباب ساختمان به مساحت ۱۸۰/۵۷ مترمربع پلاک ۲۲۴۶۸ فرعی مجزی شده از پلاک ۱۰۸۲۹ فرعی از ۶ اصلی واقع در بخش ۳ سبزوار خریداری ازمحل مالکیت مالک رسمی عاتکه سلیمانی محرز گردیده است.لذا مراتب به منظور اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتیکه اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت اعتراض دارند می توانند ازتاریخ انتشار نوبت اول آگهی بمدت دوماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و ضمن اقامه دعوی از طریق مراجع قضایی در مهلت یکماهه گواهی تقدیم دادخواست ارائه نمایند در صورت انقضای مهلت مذکور و عدم وصول اعتراض سند مالکیت طبق مقررات صادر خواهد شد. م.الف:۴۰۳/۷۰۱

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۶/۲۸ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۷/۱۴

علی آب باریکی–رئیس ثبت اسناد و املاک سبزوار

۸۶۲۷۳

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 ۱۴۶۰۳۰۶۰۰۳۰۰۰۵۸۶ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه یک تصرفات مالکانه بلا معارض متقاضی آقای سیدحسن حسینی فرزند رضا بشماره شناسنامه ۲۱۵۸۳ صادره مشهد در یک باب ساختمان به مساحت ۴۹.۴۸ متر مربع قسمتی از پلاک ۹۴۶ اصلی بخش ۱ حوزه ثبت ملک ناحیه مشهد واقع در مشهد توحید ۶ میلان اول راست پلاک ۲۲ خریداری از ،مالک رسمی خانم سکینه گنجی یزدی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود 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 است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. م الف ۳۲۸۳

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۳/۰۶/۲۸ تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۳/۰۷/۱۴

هادی نیکوفکر – رئیس ثبت اسناد و املاک منطقه یک مشهد

۸۶۲۱۸

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای ۱۴۰۳۶۰۳۰۶۰۱۱۰۰۵۰۸۹---۱۴۰۳/۵/۳۰ و ۹۰ ۱۴۰۳۶۰۳۰۶۰۱۱۰۰۵۰۸۹---۱۴۰۳/۵/۳۰ هیات قانون مذکور مستقر در ثبت سبزوار تصرفات مالکانه بلامعارض آقای جواد کلاته سیفری فرزند حسن و خانم اعظم کلاته سیفری فرزند محمدحسین بالمناصفه یکباب ساختمان به مساحت ۱۴۹/۱۶ مترمربع پلاک ۷۲۷۲ فرعی مجزی شده از پلاک ۲۷۲ فرعی از ۵ اصلی واقع در بخش ۳ سبزوار خریداری ازمحل مالکیت مالک رسمی رضاعظیم نسب محرز گردیده است.لذا مراتب به منظور اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتیکه اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت اعتراض دارند می توانند ازتاریخ انتشار نوبت اول آگهی بمدت دوماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و ضمن اقامه دعوی از طریق مراجع قضایی در مهلت یکماهه گواهی تقدیم دادخواست ارائه نمایند در صورت انقضای مهلت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات صادر خواهد شد. م.الف:۴۰۳/۶۹۲

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۶/۲۸ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۷/۱۴

علی آب باریکی–رئیس ثبت اسناد و املاک سبزوار

۸۶۲۸۵

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۳۶۰۳۰۶۰۰۶۰۰۶۳۱۱ ۱۴۰۳۶۰۳۰۶۰۰۶۰۰۶۳۱۱ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحدثبتی حوزه ثبت ملک تربت حیدریه تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای علی اکبر گرگان فرزند حبیب اله بشماره شناسنامه ۱۵ صادره از تربت حیدریه در ششدانگ یکباب ساختمان به مساحت ۱۸۴ متر مربع قسمتی از پلاک شماره ۸۵ فرعی از اراضی قاسم آباد پلاک ۱۳۰ اصلی دهستان اربعه واقع در خراسان رضوی بخش یک حوزه ثبت ملک تربت حیدریه خریداری مع الواسطه از مالک رسمی محمد طاهر یاربی به متقاضی داشته و تصرفات متقاضی نسبت به مورد تقاضا محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود 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 ۴۸۰

تاریخ انتشار نوبت اول=۱۴۰۳/۰۶/۲۹ تاریخ انتشار نوبت دوم=۱۴۰۳/۰۷/۱۴

سید امین موسوی رییس ثبت واسناد و املاک

۸۶۴۱۳

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای ۱۴۰۳۶۰۳۰۶۰۱۱۰۰۴۴۹۴---۱۴۰۳/۵/۱۳ قانون مذکور مستقر در ثبت سبزوار تصرفات مالکانه بلامعارض خانم مریم امانی مقدم فرزند روح الدین ششدانگ یکباب ساختمان(یک قطعه زمین مزروعی) به مساحت ۱۳۰/۴۰ مترمربع پلاک ۲۲۴۶۷ فرعی مجزی شده از پلاک ۹۷۹۵ فرعی از ۶ اصلی واقع در بخش ۳ سبزوار خریداری ازمحل مالکیت مالک رسمی محمد تشکری محرز گردیده است.لذا مراتب به منظور اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتیکه اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت اعتراض دارند می توانند ازتاریخ انتشار نوبت اول آگهی بمدت دوماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و ضمن اقامه دعوی از طریق مراجع قضایی در مهلت یکماهه گواهی تقدیم دادخواست ارائه نمایند در صورت انقضای مهلت مذکور و عدم وصول اعتراض سند مالکیت طبق مقررات صادر خواهد شد. م.الف:۴۰۳/۶۹۸

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۶/۲۸ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۷/۱۴

علی آب باریکی–رئیس ثبت اسناد و املاک سبزوار

۸۶۲۷۶

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای ۱۴۰۳۶۰۳۰۶۰۱۱۰۰۴۵۸۱---۱۴۰۳/۵/۱۶ قانون مذکور مستقر در ثبت سبزوار تصرفات مالکانه بلامعارض آقای رضا شریفی دوست فرزند غلامعلی ششدانگ یکباب ساختمان(یک قطعه زمین مزروعی) به مساحت ۲۴۷/۵۰ مترمربع پلاک ۲۲۴۶۶ فرعی مجزی شده از پلاک ۲و۱ فرعی از ۶ اصلی واقع در بخش ۳ سبزوار خریداری ازمحل مالکیت مالک رسمی نیره رامشینی و عصمت رحمانی ثانی محرز گردیده است. لذا مراتب به منظور اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتیکه اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت اعتراض دارند می توانند ازتاریخ انتشار نوبت اول آگهی بمدت دوماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و ضمن اقامه دعوی از طریق مراجع قضایی در مهلت یکماهه گواهی تقدیم دادخواست ارائه نمایند در صورت انقضای مهلت مذکور و عدم وصول اعتراض سند مالکیت طبق مقررات صادر خواهد شد. م.الف:۴۰۳/۶۹۵ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۶/۲۸ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۷/۱۴

علی آب باریکی–رئیس ثبت اسناد و املاک سبزوار

۸۶۲۷۹

آگهی قانون تعیین تکلیف وضعیت اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

نظر به دستور مواد ۱ و ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مصوب ۱۳۹۰.۰۹.۲۰ و برابر رای شماره ۱۴۰۳۶۰۳۰۶۰۰۸۰۰۳۴۶۵ هیات تعیین تکلیف موضوع ماده یک قانون مذکور مستقر در مورخ ۱۴۰۳.۰۶.۰۶ واحد ثبتی طرقبه شاندیز تصرفات مالکانه و بلا معارض متقاضی خانم وجیهه زائرنیا به شناسنامه شماره ۳۰۷ کدملی ۰۰۴۷۶۴۰۵۳۷ صادره تهران فرزند محمدجواد مورد تقاضا انتقال از محل مالکیت مشاعی متقاضی داشته و تصرفات متقاضی نسبت به مالکیت در ششدانگ یک باب منزل به مساحت ۵۰۰ متر مربع قسمتی از پلاک شماره ۳۶ فرعی از ۱۸۱ اصلی واقع در خراسان رضوی بخش ۱۰ حوزه ثبت ملک طرقبه شاندیز محرز گردیده است لذا به موجب ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی و ماده ۱۳ آیین نامه مربوطه این آگهی در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز از طریق این روزنامه محلی و کثیر الانتشار در شهرها منتشر و در روستاها رای هیات الصاق تا در صورتیکه اشخاص ذینفع به آرای اعلام شده اعتراض داشته باشند باید از تاریخ انتشار اولین آگهی و در روستاها از تاریخ الصاق در محل تا دو ماه اعتراض خود را به اداره ثبت محل وقوع ملک تسلیم و رسید اخذ نمایند معترض باید ظرف یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض مبادرت به تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل نماید و گواهی تقدیم دادخواست را به اداره ثبت محل تحویل دهد که در این صورت اقدامات ثبت موکول به ارائه حکم قطعی دادگاه است و در صورتی که اعتراض در مهلت قانونی واصل نگردد یا معترض گواهی تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل را ارائه نکند اداره ثبت مبادرت به صدور سند مالکیت مینماید و صدور سند مالکیت مانع از مراجعه متضرر به دادگاه نیست . م الف ۳۴۱۸

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۳/۷/۱۴ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۷/۲۹

حسن ابوترابی – مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک طرقبه شاندیز از طرف محمد ایرانی

۸۸۴۸۷

آگهی قانون تعیین تکلیف وضعیت اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

نظر به دستور مواد ۱ و ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مصوب ۱۳۹۰/۹/۲۰ و برابر رای شماره ... مورخه ... هیات موضوع ماده یک قانون مذکور تصرفات آقای نیما عزیزان حقیقی فرزند مهدی در ۶دانگ یک قطعه زمین محصور مشجر مشتمل بر ساختمان به مساحت ۸۱۹/۶۹ متر مربع قسمتی از پلاک ۱۷ فرعی از ۳۳– اصلی بخش ۱۰ مشهد از محل مالکیت مجید بذر فروش تائید گردیده است لذا به موجب ماده ۳ قانون تعین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی و ماده ماده ۱۳ آئین نامه مربوطه این آگهی در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز از طریق روزنامه محلی و کثیر الانتشار و در شهرها منتشر و در روستاها رای هیات الصاق تا در صورتیکه اشخاص ذینفع به آرای اعلام شده اعتراض داشته باشند از تاریخ انتشار اولین آگهی و در روستاها از تاریخ الصاق در محل تا دو ماه اعتراض خود را به اداره ثبت محل وقوع ملک تسلیم و رسید اخذ نمایند. معترض باید ظرف یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض مبادرت به تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل نماید و گواهی تقدیم دادخواست به اداره ثبت محل تحویل دهد که در این صورت اقدامات ثبت موکول به ارائه حکم قطعی دادگاه است و در صورتیکه اعتراض در مهلت قانونی واصل نگردد یا معترض ؛ گواهی تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل را ارائه نکند اداره ثبت مبادرت به صدور سند مالکیت می نماید و صدور سند مالکیت مانع از مراجعه متضرر به دادگاه نیست.

م الف ۳۴۴۴

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۳/۷/۱۴ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۷/۳۰

رئیس اداره ثبت اسناد و املاک منطقه ۲ مشهد – بشیر پاشایی

۸۸۴۲۸

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی
اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک زبر خان
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

نظر به دستور مواد ۱ و ۳ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مصوب ۹۰/۹/۲۰ مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک زبر خان تصرفات مالکانه بلامعارض۱ –فاطمه عباسی تالی به شماره کدملی ۰۹۲۱۱۰۸۸۹۳ صادره فرزند رمضانعلی ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۳۰۰۰۰ مترمربع در قسمتی از پلاک شماره ۱۱۷ و ۱۱۸ اصلی واقع در اراضی حریم آباد و عباس اباد(مقدار ۲۵۷۱۰ متر در اراضی عباس آباد و مقدار ۴۲۹۰ متر در اراضی حریم اباد) بخش۳– حوزه ثبت ملک زبر خان از محل مالکیت احمد معین الغربایی و عمادالسلام معین الغربایی فرزند معین الغرباء۲ –رضا حاجی آبادی به شناسنامه شماره ۶ کدملی ۵۷۴۹۷۴۸۸۸۱ صادره فرزند علی اکبر ششدانگ یک قطعه زمین مزورعی به مساحت ۱۱۲۵۰۶/۸۰ مترمربع در قسمتی از پلاک شماره ۵۷۸ فرعی از ۱۳۳ اصلی واقع در اراضی سخدر بخش۳– حوزه ثبت ملک زبر خان از محل مالکیت محمد کاریزنوی فرزند محمد و رمضانعلی کارزینوی فرزند مرادعلی ۳–علی اصغر زرندی به شناسنامه شماره ۴ کدملی ۱۰۶۳۰۱۲۲۵۲ صادره نیشابور فرزند صفرعلی ششدانگ یک قطعه زمین مزورعی به مساحت ۷۶۲۸/۸ مترمربع در قسمتی از پلاک شماره ۹ اصلی واقع در اراضی ساوج بخش۲– حوزه ثبت ملک زبر خان از محل مالکیت محمد ابراهیم یزدانی فرزند علی ۴–علی کفایتی فر به شناسنامه شماره ۶۱۳ کدملی ۵۷۴۹۰۴۴۵۹۹ صادره قدمگاه فرزند عباس ششدانگ یک قطعه زمین مشجر به مساحت ۴۹۴/۴۰ مترمربع در قسمتی از پلاک شماره ۶۱– فرعی از ۱۴۰ اصلی واقع در برکوه سفلی بخش۳–حوزه ثبت ملک زبر خان از مالکیت سید حسن پوست فروشان فرزند سید کاظم ۵–هادی ارزانیان به شناسنامه شماره ۵۰۸۰۳ کدملی ۰۹۳۱۳۸۴۳۸۹ صادره مشهد فرزند حسین ششدانگ یک قطعه زمین محصور به مساحت ۲۱۱۵/۷۴ مترمربع در قسمتی از پلاک شماره ۱۳۵ اصلی واقع در اراضی قدمگاه بخش۳– حوزه ثبت ملک زبر خان از محل مالکیت محمد علی قدمگاهی فرزند ابراهیم ۶–شهرداری قدمگاه به شناسنامه شماره کدملی ۱۴۰۰۲۸۷۹۹۳۴ فرزند ششدانگ یک باب ساختمان (سی ان جی شهرداری قدمگاه) به مساحت ۱۵۷۲/۹۰ مترمربع در قسمتی از پلاک شماره ۱۳۷ – اصلی واقع در اراضی تلخ زنج قدمگاه بخش۳– حوزه ثبت ملک زبر خان از محل مالکیت عبداله و فاطمه شهرت هردو قدمگاهی ۷–محمود مستقیم به شناسنامه شماره ۳ کدملی ۰۶۵۲۱۸۳۴۷۶ صادره فرزند یوسف ششدانگ یک قطعه زمین مشجر به مساحت ۱۹۸۵۶/ ۲۰ مترمربع در قسمتی از پلاک شماره۱۱۲ – فرعی از ۷۹– اصلی واقع در اراضی حشمتیه بخش۳– حوزه ثبت ملک زبر خان از محل مالکیت حسن فخری فرزند محمد حسین ۸–حیران رحمانی به شناسنامه شماره ۴۸۹۳ کدملی ۵۷۴۹۱۸۲۷۴۶ صادره فرزند عیسی ششدانگ یک قطعه باغ به مساحت ۳۰۷۶/۲۹ مترمربع در قسمتی از پلاک شماره ۴۲ اصلی واقع در اراضی اکبر آباد بخش ۴ حوزه ثبت ملک زبر خان از محل مالکیت عبدالجواد هاشمی فرزند سید هاشم محرز گردیده است.لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود 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 ۲۱–۱۴۰۳

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۳/۷/۱۴ تاریخ انتشار نوبت دوم :۱۴۰۳/۷/۲۹

سید حسن پور موسوی – رئیس ثبت اسناد و املاک زبرخان

۸۸۷۱۰