زندگی سلام
چهارشنبه
۱۶ شهریور ۱۴۰۱
شماره ۲۲۴۸

عذرخواهی‌های غیرضروری

در روز جهانی عذرخواهی از نبایدها برای اظهار پشیمانی و ندامت بابت بیان احساسات، سوال کردن، از طرف دیگران به دلیل رفتار اشتباه‌شان و ... گفتیم

زهرا متقی‌شکیب | کارشناس ارشد روان شناسی

محوری

عذرخواهی کردن هنگامی که ما با صراحت به کسی صدمه رسانده‌ایم، قانونی را نقض کرده‌ایم یا کاری را انجام می‌دهیم که می‌دانیم اشتباه است، گامی ضروری برای ترمیم ساختار جامعه‌ای است که با آن ارتباط داریم. حفظ رابطه یکی دیگر از انگیزه‌های عذرخواهی است. رابطه‌ها چه از نوع دوستانه و عاطفی و چه رابطه کاری از مهم‌ترین سرمایه‌های ما هستند و حفظ بسیاری از این رابطه‌ها آن‌قدر ارزش دارد که فشار معذرت‌خواهی را تحمل کنیم. به جرئت می‌توان گفت «حفظ هر نوعی از روابط» بدون توانایی «عذرخواهی» عملاً غیرممکن است، اما از آن طرف باید توجه داشته باشید که عذرخواهی غیرضروری از منظر روان شناسی اشتباه است چرا که اگر مرتب برای همه‌چیز خودتان را سرزنش کنید و مقصر بدانید، احساس شرمساری زیادی را تجربه خواهید کرد. نکته این نیست که خطاهای خودتان را درست بدانید یا بابت آن‌ها از دیگران عذرخواهی نکنید، نکته این است که نباید برای هر موردی از کلمه «ببخشید» استفاده کنید. فردا یعنی ۸ سپتامبر، روز جهانی عذرخواهی است و بهانه‌ای شد تا از شش موقعیتی بگوییم که نیازی نیست عذرخواهی کنید.

۱ بیان احساسات

دانا فلگ نویسنده کتاب مکالمات نجات‌بخش می‌گوید: «این که به دیگران بگویید که به چه فکر می‌کنید و چه احساسی دارید، در هر رابطه‌ای جوابگو است. وقتی به یک نفر می‌گویید چه حسی دارید، در واقع به آن شخص کمک می‌کنید تا شما را درک کند». بنابراین لازم نیست از احساسات قلبی خود چشم‌پوشی کنید و بابت گفتن آن‌ها به دیگران، عذرخواهی کنید. واضح است که در بیان احساسات، نباید تهمت یا توهینی به طرف مقابل باشد و باید شما برای اصلاح یک رفتار، جمله تان را با «من احساس می کنم ...» به جای گفتن دستوری، شروع کنید.

۲ عذرخواهی کردن به‌خاطر ظاهر

وقتی ما به دیگران می‌گوییم که «تقصیر منه که خسته به‌نظر میام، موهای بدفرمی دارم، صورتم زیبا نیست، هیچ لباسی به من نمی‌آید و ...» ما واقعاً داریم می‌گوییم که خودمان را دوست نداریم و این درست نیست. ما باید با ظاهرمان کنار بیاییم تا روان آسوده‌تری داشته باشیم و بتوانیم با انگیزه برای رسیدن به هدف‌های دیگرمان در زندگی تلاش کنیم.

۳ نیاز داشتن به‌زمان

نیاز افراد به فضای اختصاصی در طول روز با یکدیگر متفاوت است؛ بنابراین گاهی ما برای راحتی بیشتر نیازمند تنفس ذهنی هستیم حتی اگر به معنای رد کردن درخواست دوستی برای تمرین کردن، قرار ملاقات یا رفتن به این جا و آن جا باشد. خیلی راحت بگویید «من امشب می‌خواهم راحت باشم» یا «من می‌خواهم امشب برای خودم وقت صرف کنم». به‌طور کلی، چه برای استراحت و چه برای انجام یک سری امور که به شما محول می‌شود، نباید بابت نیاز داشتن به‌زمان از دیگران عذرخواهی کنید.

۴ سوال کردن

وقتی که برای سوال کردن عذرخواهی می کنیم، خودمان را بی ارزش می کنیم. بعضی از ما ممکن است این کار را برای حفظ غرورمان انجام دهیم از ترس این که مبادا همکاران‌مان به دلیل اطلاع نداشتن ما چشم‌غره بروند یا به ما پوزخند بزنند؛ اما اگر شما درخواست کمک یا توضیح می کنید، نباید عذرخواهی کنید. سوال کردن و یاد گرفتن، بسیار بهتر از این است که یک کار را اشتباه انجام دهیم و برای خودمان یا دیگران، دردسر درست کنیم.

۵ رفتار اشتباه دیگران

بعضی از افراد واقعاً تمایل دارند تا همه‌چیز را آرام کنند بنابراین اگر شخصی که مرتکب اشتباه شد عذرخواهی نکرد، فکر می کنند که خودشان باید عذرخواهی کنند و حتی ممکن است تصور کنند که باید خودشان را سرزنش کنند. این باور و تصور اشتباه، هم ارزش شما را پایین می‌آورد و هم در عزت نفس شما موثر است.

۶ شرایطی که تحت کنترل شما نیست

گاهی فردی به شما در موردی آزاردهنده در قانون، صاحب کار مشکل‌ساز یا یک رابطه ناخوشایند شکایت می کند. بهترین جملات در این موقعیت‌ها جملات همدلانه است، بگویید: «این خیلی بد است» یا «واقعاً برای شما سخت است». «من ناراحتم که آن اتفاق برای شما افتاد». اما این که از طرف مقابل بابت این مسائل، عذرخواهی کنید تا در ظاهر آرام شود، نه تنها مشکلی را حل نمی کند که حرف‌های شما را هم در نگاه دیگران بی ارزش می کند. البته اگر آدم شجاعی هستید و توانایی تغییر آن شرایط بد را دارید، بهتر است دست به کار شوید.

می ترسم بعد از بچه‌دار شدن، شوهرم فقط به بچه‌مان توجه کند

چند تا سوال و ابهام برایم درباره بچه‌دار شدن ایجاد شده که از چندین زن‌وشوهر دیگر هم شنیدم. آیا دو نفر که با هم ازدواج می کنند، حتما باید بچه‌دار شوند؟! آیا بچه فقط دردسر و محدود کننده نیست؟ من خودم می ترسم بعد از بچه‌دار شدن، شوهرم فقط به بچه‌مان توجه کند.

منیژه مسگری | کارشناس ارشد مشاوره خانواده

مشاوره خانواده

اگر بخواهیم به جواب قانع کننده‌ای درباره مسئله بچه‌دار شدن و تاثیر آن بر زندگی مشترک برسیم لازم است که به هدف زندگی و نیازهای خودمان عمیق‌تر نگاه کنیم.

تولیدمثل باعث تکامل انسان می‌شود

هر موجودی توانمندی‌هایی دارد و در طول حیات خود با استفاده از آن‌ها آثاری به‌جا می‌گذارد. همه موجودات توانایی تولیدمثل دارند و از آن‌جا که هر توانمندی یک نیاز است که باید برآورده شود بنابراین ما با تولیدمثل به نیازی پاسخ می‌دهیم که باعث تکامل‌مان می‌شود. به دلایل مختلفی ممکن است زوجی نخواهند یا نتوانند از برخی توانمندی‌ها و نیازهای ذاتی خود بهره ببرند. این ناتوانی یا نخواستن البته یک نقص در وجود آن‌ها ایجاد می کند ولی ممکن است چاره دیگری نباشد. همین موضوع درباره بچه‌دار شدن هم صادق است. گاهی اوقات فرزند آوردن در شرایطی می‌تواند برای هر کدام از زن یا مرد یا برای زندگی مشترک آن‌ها عوارض یا پیامدهای ناخوشایندی داشته باشد. در این صورت آن‌ها باید بچه‌دار شدن را به‌زمان مناسب آن موکول کنند و به‌عبارتی این بر عهده خود آن‌هاست که تصمیم بگیرند کدام نیاز یا مسئله برایشان اولویت دارد.

ایراد از بچه‌دار شدن نیست

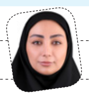
در هر حال باید به یاد داشت که ایراد از بچه‌دار شدن نیست چون این یک نیاز ذاتی همچون دیگر نیازهاست. در واقع مشکل مربوط به محدودیت‌ها، ضعف‌ها و ترس‌های ماست. اگر آوردن فرزند به یک رابطه زناشویی آسیب برساند، مشکل از جای دیگری است. به‌طور مثال از اعتمادبه‌نفس پایین یا خودخواهی یا نداشتن مسئولیت‌پذیری یکی یا هر دوی زوج‌ها، ولی ما آدم‌ها عادت داریم به‌جای مواجه‌شدن با مسائل شخصیتی و تغییر خود، صورت مسئله را پاک کنیم و از هر عاملی که ضعف‌ها و ترس‌های ما را آشکار می کند، فرار کنیم و همین موضوع باعث می‌شود که از بچه‌دار شدن بگریزیم.

عاقبت محروم کردن خود از بچه‌دار شدن

واقعیت این است که بچه‌دار شدن و بزرگ کردن فرزند، هزینه‌های مادی و معنوی زیادی دارد. به‌ویژه در زمانه فعلی ولی مگر هیچ تکامل و پیشرفتی بدون سختی ممکن است؟ بله، بچه هم می‌تواند دردسر به همراه بیاورد و هم محدودکننده باشد ولی در عین حال لذت و گشایش خودش را به همراه دارد. اصولاً زندگی چه به‌شکل زندگی مشترک و چه مجردی بدون سختی و محدودیت و چالش نیست اما گاهی اوقات مواجه‌شدن با چالش و سختی در نهایت آرامش و آسایش به بار می‌آورد و در این مورد پدر و مادری که دشواری‌ها و دردسرهای بزرگ کردن فرزند را پشت سر گذاشته‌اند، عشق و قدرت و غروری را تجربه خواهند کرد که با هیچ چیز حاضر به عوض کردن آن نیستند ولی برای زن و مردی که خود را از این تجربه منحصر به فرد محروم کرده‌اند، درنهایت درک آن عشق و قدرت و غرور ممکن نیست.

خانواده، تمام دارایی «مسی» و «رونالدو»

شباهت عکس پروفایل اینستاگرام ۲ فوق ستاره فوتبال جهان در شبکه‌های اجتماعی پربازدید شد اما چرا داشتن حس تعلق به خانواده مهم است؟



دکتر الناز علوی | متخصص روان‌شناسی

چهره ها

«لیونل مسی» و «کریس رونالدو»، دو بازیکن سرشناس، توانمند و ثروتمند مستطیل سبز هستند که در شبکه‌های اجتماعی هم طرفدارهای زیادی دارند. رونالدو در اینستاگرام بیش از ۴۷۰ میلیون و مسی بیش از ۳۵۰ میلیون دنبال کننده دارند اما نکته جالب درباره عکس پروفایل اینستاگرام این دو نفر است که در شبکه‌های اجتماعی جهان هم مورد توجه قرار گرفته است. هر دو بازیکن، تصویری از خودشان در کنار خانواده را به عنوان عکس پروفایل انتخاب کرده‌اند، نه دوستان‌شان، نه المانی از ثروت‌شان یا نمادی از موفقیت‌های فوتبالی و .... این اتفاق بهانه خوبی است تا بگوییم که چرا داشتن حس تعلق به خانواده مهم است و چطور می‌توان آن را افزایش داد؟

یکی از رموز کمتر شناخته شده موفقیت مسی و رونالدو

ما انسان‌ها موجوداتی اجتماعی هستیم و برای‌مان مهم است که با دیگران در ارتباط باشیم. بنابراین از همان کودکی ترجیح می‌دهیم به گروه یا جمع خاصی تعلق داشته باشیم و بدانیم که مهم هستیم. خانواده و اعضای آن مهم‌ترین جمعی است که به ما حس امنیت و تعلق می‌دهد. فردی که خود را عضوی از یک خانواده بداند هویت مثبتی دارد، خود را ارزشمند می‌داند و هدفمند خواهد بود. محیط خانوادگی که بتواند به اعضای خود اعتبار ببخشد و از آن‌ها حمایت کند، احساس اعتماد به نفس و اعتماد به دیگران را پرورش می‌دهد، چیزی که هر فردی برای ارتباط سالم با دوستان، همکلاسی‌ها و گروه‌های اجتماعی به آن نیاز دارد. بنابراین یکی از رموز کمتر شناخته شده موفقیت مسی و رونالدو صاحبان چندین توپ طلا بر اساس همین انتخاب عکس پروفایل اینستاگرامی مشخص می‌شود که داشتن توجه ویژه به خانواده است.

راهکارهای افزایش حس ارزشمندی بین اعضای خانواده

با رعایت نکات ساده اما مهمی که در ادامه خواهید خواند، همه ما باید در محیط خانواده حس تعلق و ارزشمندی را بین اعضای خانواده شکل دهیم و آن را بیشتر کنیم.

۱- وقت مشخصی را برای شوخی، بازی و تفریح مشترک با اعضای خانواده اختصاص دهید. بازی کردن با فرزندان و اختصاص زمان با کیفیت به آن‌ها به بهبود ارتباط و ایجاد فضای امن خانه کمک زیادی می کند. بارها تصاویر چنین لحظاتی از زندگی مسی و رونالدو، منتشر شده است.

۲- گاهی جزئیاتی از گذشته خانواده، درباره پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌ها، داستان ازدواج والدین، خاطرات نوزادی فرزندان و شبیه این‌ها را تعریف کنید. حتی می‌توانید آلبوم خانوادگی را بیاورید و آن را تماشا کنید. این کار به شکل گیری حس تعلق کمک فراوانی می کند.

۳- تلاش کنید رفتارهای مثبت را تایید و تشویق کنید. به این ترتیب فرد احساس می کند به‌عنوان عضوی از یک گروه، مورد قبول و ارزشمند است.

leomessi
۹۰۲ پست
۳۵۸ میلیون دنبال‌کننده
۲۹۵ دنبال‌شونده
Leo Messi
Bienvenidos a la cuenta oficial de Instagram de Leo Messi / Welcome to the official Leo Messi Instagram account
cristiano
۳٬۳۴۹ پست
۴۷۸ میلیون دنبال‌کننده
Cristiano Ronaldo
/www.cristianoronaldo.com

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

*با خوندن پرونده «جام خاطرات فوتبالی»، تب فوتبالیم خیلی بالا رفت. باید زودتر تکلیف سرمربی تیم ملی مشخص بشه که برای سه بازی بسیار سخت در برابر آمریکا، ولز و انگلیس آماده بشیم.

*بادام زمینی که در صفحه سلامت نوشتین، خوشمزه‌ترین راه برای کاهش وزن محسوب می شه، آیا ضرری برای بدن نداره؟ مثلا چربی یا فشار خون رو بالا نمی‌بره؟

*یکی از خاطرات جام جهانی ۲۰۱۴، اون گل قوچی بود که به کره در کره جنوبی زد و خاطره‌اش در ذهن همه‌ما مونده.

*این قدر که از مردهایی بدم میاد که دست بزن دارن، از هیچ فرد دیگری بدم نمیاد. واقعا درک نمی کنم که چرا یک مرد باید به قدرت جسمیش در برابر یک زن بنازه و بخواد روش دست بلند کنه؟

*امیدوارم دوره بعد، اگر چنین پرونده‌ای کار شد، برای سال ۲۰۲۲، عنوانش رو بزنین: اولین صعود ایران از مرحله گروهی به دور بعد با درخشش مهدی طارمی و علی بیرو.

*در صفحه خانواده خطاب به مردهایی که به شوخی یا جدی، همسرشان را کتک می‌زنند تا از نظر خودشان او را تربیت کنند، مطلب بزنین که چه اشتباه بزرگ و نابخشودنی را مرتکب می‌شوند.

برگ سبز و سند کمپانی خودرو وانت مدل ۸۵
به شماره انتظامی ایران ۳۶- ۹۶۷ ص ۹۸
به شماره موتور ۱۱۲۸۵۰۰۱۴۶۸ به شماره
شاسی ۱۲۱۷۴۳۲۹ بنام هادی قاسمی بازه حوض
مفقود شده و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۸۶۷۸۸/م

برگ سبز و سند کمپانی خودرو پراید ۱۳۱ SE مدل ۹۷
به شماره انتظامی ۱۲-۵۳۸ ب ۵۸
به شماره موتور M136067515 و شماره شاسی
NAS411100J3424780 مفقود و فاقد اعتبار است
۱۴۰۱۸۶۷۷۴/ر

برگ سبز و کارت خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۸
به شماره انتظامی ایران ۳۲-۷۶۸ ل ۶۸ به شماره
موتور ۲۹۷۸۱۶۱ به شماره شاسی
S۱۴۱۲۲۸۸۲۸۳۷۷۵ بنام سید حسن صالح زاده
مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۸۶۷۳۸/م

سند و برگ سبز خودرو پراید صبا سفید مدل ۸۸
به شماره انتظامی ایران ۶۲۱ و ۷۱ ایران ۱۲
به شماره موتور ۲۹۲۱۴۳۴ به شماره شاسی
S۱۴۱۲۲۸۸۲۵۳۸۵۵ بنام حمید جوی پای ناجی
آبادی مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۸۶۶۷۹/م

سند کمپانی و برگ سبز موتورسیکلت تکتاز ۱۲۵
مدل ۱۳۹۷ به شماره انتظامی ۷۷۶-۵۱۱۸۸ به
شماره موتور ۰۱۲۴NEJ۱۱۰۸۸۳ به شماره شاسی
NEJACGKDAJAG۰۱۳۶۶ بنام افشین لطفی مفقود
شده و فاقد اعتبار است
۱۴۰۱۸۶۷۸۰/م

برگ سبز و برگ کمپانی خودرو باری نیسان مدل
۱۳۷۶ به شماره پلاک ۸۲۵ ط ۲۱ ایران ۴۲ و شماره
موتور ۰۰۱۱۳۰۱۳ و شماره شاسی
00c14144 بنام هادی حدادیان مفقود گردیده و
اعتبار ندارد.
۱۴۰۱۸۶۷۸۷/ش

سند کمپانی و برگ سبز خودرو الفارومئو مدل ۲۰۱۳
به شماره انتظامی ایران ۴۶- ۱۵۸ و ۲۲ به شماره
موتور 940A2001795559 به شماره شاسی
ZARABCA7D7215484 بنام میرامیر گازرانی
مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۸۶۶۹۲/م

برگ سبز خودرو ال نود مدل ۹۶ به شماره انتظامی
ایران ۳۶-۳۹۹ ل ۸۳
به شماره شاسی NAALSRALDHA282381 به شماره
موتور 100014021RR215444 بنام علیرضا احمدی
مفقود و فاقداعتبار است ۱۴۰۱۸۶۷۳۳/م

کارت و برگ سبز پیکان وانت OHV1600 مدل ۸۹
به شماره انتظامی ۳۶ایران ۹۷۶ ه ۸۴
شماره موتور 11489056629
شماره شاسی NAAA36AA6BG226719
به نام فرشته عبداللهی مفقود و فاقد اعتبار است.
۱۴۰۱۸۶۷۵۴/ف

اینجانب مجید نیک نام خور شانه مالک خودرو پژو ۲۰۶
مدل ۱۳۸۲ رنگ نقره ای
با شماره انتظامی ایران ۱۲-۳۷۹ق ۲۲ و شماره شاسی
۸۲۶۵۲۹۱۷ و شماره موتور 10FSM84596291 بعلت
فقدان اسناد فروش (سند کمپانی، 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.
۱۴۰۱۸۶۷۵۶/ط

کارت و برگ سبز خودرو تویوتا پرادو مدل ۲۰۰۸
به شماره انتظامی ۷۵-۴۱۳ص ۶۶
و شماره موتور 2TR0569985 و شماره شاسی
jteal29j980005014 به نام جابر پاداش
مفقود و فاقد اعتبار است. ۱۴۰۱۸۶۷۷۹/ر

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی
سالیانه شرکت چهار و هشت
شماره ثبت ۱۲۹۷

بدینوسیله از کلیه سهامداران محترم یا نمایندگان قانونی آنها در شرکت سهامی خاص چهار وهشت دعوت می شود تا در جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه شرکت که در ساعت ۱۰ صبح مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۳۱ در محل شرکت واقع در صیاد شیرازی ۲- مجتمع اداری زمرد- طبقه دوم- واحد ۲۰۱ تشکیل میگردد ، حضور بهم رسانند .

دستور جلسه :
۱- استماع گزارش هیئت مدیره و بازرس قانونی شرکت
۲- تصویب ترازنامه و صورتهای مالی سال ۱۴۰۰
۳ - انتخاب بازرسین اصلی و علی البدل
۴- انتخاب اعضای هیئت مدیره
۵- تعیین روزنامه جهت درج آگهی های شرکت
۶- انتخاب و تعیین سمت مدیران
۷- انتخاب دارندگان حق امضاء
هیئت مدیره
۱۴۰۱۸۶۷۳۷/ل

آگهی مزایده اموال غیرمنقول کلاسه ۱۴۰۰۰۰۰۵۷

آقای اسماعیل عرب زاده به استناد چک شماره ۹۵۱۷۵۶- ۱۴۰۰/۲/۱۰ بانک سامان اجرائیه ای تحت کلاسه ۱۴۰۰۰۰۰۵۷ درقبال مبلغ ۷/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال علیه محمد شایان سحرخیز فرزند علی به کد ملی ۰۸۴۹۴۸۸۹۰۷ صادر که پس از ابلاغ اجرائیه و در پایان مهلت های مقرر و آیین نامه اجرای مفاد اسناد رسمی لازم الاجرا و تقاضای بستانکار مبنی بر ارزیابی و مزایده اموال غیر منقول بازداشت شده در پرونده که متعلق به بدهکار می باشد به مبالغ ذیل ارزیابی و قطعیت یافته که توصیف آنها بدین شرح می باشد: ۱-یک قطعه خانه نوع ملک طلق با کاربری مسکونی به پلاک ثبتی ۴۹۱۲ فرعی از ۲۷۶ اصلی ،مفروز و مجزا شده از ۲۸۸۰ فرعی از اصلی مذکور واقع در بخش 13 ناحیه. . حوزه ثبت ملک فریمان استان خراسان رضوی به مساحت ۲۳۱/۹ متر مربع.متن ملک شماره چهار هزار و نهصد و دوازده فرعی از دویست و هفتاد و شش اصلی مفروز و مجزی شده از شماره دو هزار و هشتصد وهشتاد فرعی واقع در بخش سیزده حوزه ثبتی فریمان استان خراسان رضوی به مساحت (۲۳۱/۹) دویست و سی و یک متر و نود سانتی متر مربع . توضیحات ملک به حدود شمالا: دیوار به دیوار به طول (۹/۹)نه متر و نود سانتی متر و به شماره دو هزار و هشتصد و هفتاد و نه فرعی شرقا: دیواربه دیوار به طول (۱۳/۴۵) سیزده مترو چهل و پنج سانتی متربه شماره باقیمانده دو هزار و هشتصد و هشتاد فرعی جنوبا: درب و دیوار به طول (۱۰/۰۰) ده متر به کوچه ۸ متری، غربا: دیواربه دیوار به طول (۲۳/۱۰) بیست و سه مترو ده سانتیمتربه شماره سیصد و هفتاد و دو فرعی. ۲-ارزش ششدانگ ملک مورد نظر با توجه به موقعیت محل ، نوع کاربری ، توجه به مساحت عرصه و اعیان ، مشخصات فیزیکی ساختمان، مصالح بکار رفته و قدمت ساختمان ،امتیازات متعلقه و در وضع موجود و بدون در نظر گرفتن دیون و تعهداتی که ممکن است برای ملک وجود داشته باشد جمعا مبلغ ۱۰/۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰ معادل (یک میلیارد و پنجاه میلیون تومان)و سهم احتمالی آقای محمد شایان سحرخیز طبق گواهی حصر وراثت (دادنامه) شماره ۱۴۰۰۲۵۳۹۰۰۰۱۸۷۶۲۸۶ مورخ ۱۴۰۰/۲/۲۷ ، مبلغ ۱/۵۳۱/۲۵۰/۰۰۰ ریال معادل (یکصد و پنجاه وسه میلیون و یکصد و بیست و پنج هزار تومان)تعیین و تقدیم می گردد.۳- یک قطعه آپارتمان مسکونی نوع ملک طلق با کاربری مسکونی به پلاک ثبتی ۱۸۲۷۸ فرعی از ۲۷۶ اصلی ،مفروز و مجزا شده از ۳۶۱ فرعی از اصلی مذکورقطعه ۷ در طبقه ۲ و واقع در بخش ۱۳ ناحیه. . حوزه ثبت ملک فریمان استان خراسان رضوی به مساحت ۸۷/۵ متر مربع.متن ملک ، توضیحات ملک به انضمام ورودی و سرویس پله اشتراکی به مساحت ۵۲/۰۵ متر مربع در طبقه همکف و نور گیر به مساحت ۱/۶۱ متر مربع و سرویس پله به مساحت ۱۵/۶۹ متر مربع بقدر الحصه از مشترکات بر طبق قانون و مقررات تملک آپارتمانها و آیین نامه اجرایی آن به حدود: شمالا اول بطول ۱۶/۹ متر دیواریست به فضای پلاک ۳۳۱۷ فرعی دوم به طول ۰/۸۰متر دیواریست به فضای خیابان شرقا بطول ۶ متر پنجره و دیواریست به فضای خیابان ، جنوبا اول بطول ۱۱متر دوم بطور شکسته به طولهای ۱/۱۵ و ۰/۶۵ دیواریست مشترک با پلاک ۱۰۹۲۳ فرعی غربا اول بطول ۲ متر درب و دیواریست به سرویس پله دوم به صورت جنوبی به طول ۳/۵۳ متر دیواریست به سرویس پله سوم به طول ۱/۷ متر چهارم به صورت شمالی به طول ۰/۶۵ متر دیواریست به نورگیر پنجم به طول ۱/۷ متر دیواریست به فضای پلاک ۳۶۰فرعی.۴-ارزش ششدانگ ملک مورد نظر با توجه به موقعیت محل ، نوع کاربری ، توجه به مساحت عرصه و اعیان ، مشخصات فیزیکی ساختمان،مصالح بکار رفته و قدمت ساختمان ،امتیازات متعلقه و در وضع موجود و بدون در نظر گرفتن دیون و تعهداتی که ممکن است برای ملک وجود داشته باشد جمعا مبلغ ۸/۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال معادل (هشتصد و پنجاه میلیون تومان)و سهم احتمالی آقای محمد شایان سحرخیز طبق گواهی حصر وراثت (دادنامه) شماره ۱۴۰۰۲۵۳۹۰۰۰۱۸۷۶۲۸۶ مورخ ۱۴۰۱/۲/۲۷ ، مبلغ ۱/۲۳۸/۵۸۳/۳۳۰ ریال معادل (یکصد و بیست وسه میلیون و نهصد و پنجاه و هشت هزار و سیصد و سی و سه تومان)تعیین و تقدیم می گردد. ۵- یک قطعه آپارتمان مسکونی نوع ملک طلق با کاربری مسکونی به پلاک ثبتی ۱۰۹۲۲ فرعی از ۲۷۶ اصلی ،مفروز و مجزا شده از ۳۶۱ فرعی از اصلی مذکورقطعه پنج در طبقه 1 و واقع در بخش ۱۳ناحیه. . حوزه ثبت ملک فریمان استان خراسان رضوی به مساحت ۸۷/۵ متر مربع.متن ملک به انضمام ورودی و سرویس پله اشتراکی به مساحت ۵۲/۰۵متر مربع در طبقه همکف و نور گیر به مساحت ۱/۶۱ متر مربع و سرویس پله به مساحت ۱۵/۶۹ متر مربع بقدر الحصه از مشترکات بر طبق قانون و مقررات تملک آپارتمانها و آیین نامه اجرایی آن توضیحات ملک به حدود: شمالا اول بطول۱۶/۹ متر دیواریست به فضای پلاک ۳۳۱۷ فرعی دوم به طول ۰/۸۰ متر دیواریست به فضای خیابان شرقا بطول ۶ متر پنجره و دیواریست به فضای خیابان ، جنوبا اول بطول ۱۱ متر دوم بطور شکسته به طولهای ۱/۲۵ و ۰/۶۵ دیواریست مشترک با پلاک ۱۰۹۲۱ فرعی غربا اول بطول ۲ متر درب و دیواریست به سرویس پله دوم به صورت جنوبی به طول ۳/۳۵ متر دیواریست به سرویس پله سوم به طول ۱/۷ متر چهارم به صورت شمالی به طول ۰/۹۵ متر به نورگیر پنجم به طول ۱/۷ متر دیواریست به فضای پلاک ۳۶۰ فرعی.۶-ارزش ششدانگ ملک مورد نظر با توجه به موقعیت محل ، نوع کاربری ، توجه به مساحت عرصه و اعیان ، مشخصات فیزیکی ساختمان،مصالح بکار رفته و قدمت ساختمان ،امتیازات متعلقه و در وضع موجود و بدون در نظر گرفتن دیون و تعهداتی که ممکن است برای ملک وجود داشته باشد جمعا مبلغ ۹/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال معادل (نهصد میلیون تومان)و سهم احتمالی آقای محمد شایان سحرخیز طبق گواهی حصر وراثت (دادنامه)شماره ۱۴۰۰۲۵۳۹۰۰۰۱۸۷۶۲۸۶ مورخ ۱۴۰۰/۲/۲۷ ، مبلغ ۱/۳۱۲/۵۰۰/۰۰۰ ریال معادل (یکصد و سی و یک میلیون و دویست و پنجاه هزار تومان)تعیین و تقدیم می گردد.۷-یک قطعه مغازه نوع ملک طلق با کاربری تجاری به پلاک ثبتی ۱۰۹۱۹ فرعی از ۲۷۶ اصلی ،مفروز و مجزا شده از ۳۶۱ فرعی از اصلی مذکورقطعه ۲ در طبقه ۰ و واقع در بخش ۱۳ناحیه. . حوزه ثبت ملک فریمان استان خراسان رضوی به مساحت ۴۲/۷۱ متر مربع.متن ملک به انضمام ورودی و سرویس پله اشتراکی به مساحت ۵۲/۰۵ متر مربع بقدر الحصه از مشترکات بر طبق قانون و مقررات تملک آپارتمانها و آیین نامه اجرایی آن توضیحات ملک به حدود: شمالا بطول ۱۲/۱ متر دیواریست مشترک با پلاک ۱۰۹۲۰ فرعی شرقا بطول ۳/۵۳ متر درب و دیواریست به خیابان ، جنوبا بطول ۱۲/۱۰ متردیواریست مشترک با پلاک ۱۰۹۱۸ فرعی غربا بطول ۳/۵۳ متر دیواریست به سرویس پله .۸-ارزش ششدانگ ملک مورد نظربا احتساب سرقفلی و حق مالکانه و با توجه به موقعیت محل ، نوع کاربری ، توجه به مساحت عرصه و اعیان ، مشخصات فیزیکی ساختمان،مصالح بکار رفته و قدمت ساختمان ،امتیازات متعلقه و در وضع موجود و بدون در نظر گرفتن دیون و تعهداتی که ممکن است برای ملک وجود داشته باشد جمعا مبلغ ۲۱/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال معادل (دو میلیارد و یکصد میلیون تومان)و سهم احتمالی آقای محمد شایان سحرخیز طبق گواهی حصر وراثت (دادنامه)شماره ۱۴۰۰۲۵۳۹۰۰۰۱۸۷۶۲۸۶ مورخ ۱۴۰۰/۲/۲۷ ، مبلغ ۳/۰۶۲/۵۰۰/۰۰۰ ریال معادل (سیصد و شش میلیون و دویست و پنجاه هزار تومان)تعیین و تقدیم می گردد.مورد مزایده اموال غیرمنقول فوق الذکر است واقع درشهرستان فریمان . نظریه ارزیابی اموال غیرمنقول فوق الذکر به مبلغ ۷/۱۴۴/۸۳۳/۳۳۰ ریال تعیین و پیشنهاد می گردد.مزایده درروز دوشنبه ۱۴۰۱/۷/۴ از ساعت ۹ صبح الی ۱۲ظهر در محل اجرای ثبت اسناد فریمان واقع در شهرستان فریمان ازطریق مزایده نقدا بفروش خواهد شد. ضمنا بدهیهای مربوط تا تاریخ مزایده اعم از اینکه رقم قطعی آن معلوم شده یا نشده به عهده برنده مزایده است. ضمنا چنانچه روز مزایده با تعطیلی مصادف گردد روز بعد در همان ساعت و محل مقرر برگزار خواهد شد و حق مزایده و نیمعشر دولتی و هزینه های قانونی طبق تبصره ۶ ماده ۱۲۱بعهده برنده مزایده می باشد.محمد رضا رجایی مقدم -رییس اداره ثبت اسناد و املاک فریمان
۱۴۰۱۸۶۷۵۳/ش

آگهی اموال غیر منقول (اسناد ذمه)

به موجب پرونده اجرائی کلاسه ۱۴۰۱۰۰۰۱۷ ششدانگ یک قطعه زمین مشجر به پلاک ثبتی ۱۰۳۰ فرعی از ۲۴۸ اصلی ،مفروز و مجزا شده از ۱۰۰۳ فرعی از اصلی مذکور بخش ۷ چناران به مساحت ۵۴۰۰ متر مربع ،بخش ۷ چناران به نشانی : چناران – روستای اخلمد به خدود شمالاً: در دو قسمت اول بطول ۸ متر دیواریست به زمین تصرفی محمود احمدی پلاک دو فرعی دوم بطول ۳۰متر دیواریست به زمین مذکور شرقاً :بطول های ۳۲،۳۳،۹۰ متر به باغ حاجی محمود توانا حد فاصل جوی عمومی اخلمد جنوباً: در سه قسمت اول بطول های ۲۵ و ۲۱ متر مرزیست به باغ رضا بهشت حدفاصل جوی مزبور ،دوم بطول ۳۵ متر به زمین و جوی مزبور سوم بطول ۱۷ متر دیواریست به ممر عمومی غرباً : در سه قسمت اول بطول ۹۶ متر مرزیست به زمین به زمین تصرفی حاجی رمضان احمدی باقیمانده پلاک ۱۰۰۳ فرعی دوم بطول ۸ متر به زمین مذکور سوم بطول۸۰ متر به زمین مذکور به مالکیت : حسن غلامی (مدیون) فرزند قربان علی شماره شناسنامه ۶۳۱۳۳ دارای شماره ملی ۰۹۳۲۲۶۳۶۳۱ با جزسهم ۶ از کل سهم ۶ بعنوان مالک شش دانگ عرصه و اعیان با شماره مستند مالکیت ۲۰۸۱۷ تاریخ ۱۳۹۸/۰۵/۲۵ دفتر خانه اسناد رسمی شماره ۴ شهر چناران ، ثبت گردیده است .که برابر گزارش مورخ ۱۴۰۱/۰۴/۱۳ کارشناس رسمی دادگستری به شرح ذیل میباشد:
فاصله باغ تا دهنه اخلمد حدود چهار و نیم کیلو متر ،تا چناران حدود۱۶ کیلومتر و دارای حدود ۴۰۰ متر جاده جاده خاکی است باغ تعرفه شده دارای درختان مثمر با میانگین سنی۱۵ سال و حدود ۱۵ اصله درخت گردو و با میانگین سنی حدود ۴۵ سال می باشد فاقد امتیاز اب و برق و گاز می باشد و مدارکی دال بر داشتن حق ابه ارائه نگردید و با عنایت به معاینه فنی صورت گرفته ، نوع سند مالکیت ، حاصلخیزی خاک ، دسترسی به معابر و تحقیقات محلی مبلغ ۴۱/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال (چهار میلیارد و صد تومان) براورد و اعلام میگردد.
پلاک فوق از ساعت ۹ الی ۱۲ روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۷/۰۴ در اداره ثبت اسناد و املاک چناران واقع در چهار راه دولت از طریق مزایده به فروش می رسد.
مزایده از مبلغ ۴۱/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال (چهار میلیارد و صد تومان)شروع و به بالاترین قیمت پیشنهادی نقداً فروخته می شود.
لازم به ذکر است پرداخت بدهی های مربوط به اب ،برق، گاز اعم از حق انشعاب و یا حق اشتراک و مصرف در صورتی که مورد مزایده دارای انها باشد و نیز بدهی های مالیاتی و عوارض شهرداری و غیره تا تاریخ مزایده اعم از اینکه رقم قطعی ان معلوم شده یا نشده باشد به عهده برنده مزایده است و نیز در صورت وجود مازاد ،وجوه پرداختی بابت هزینه های فوق از محل مازاد به برنده مزایده مسترد خواهد شد و نیم عشر و حق مزایده نقداً وصول می گردد ضمناً چنانچه روز مزایده تعطیل رسمی گردد،مزایده روز اداری بعد از تعطیلی در همان ساعت و مکان مقرر برگزار خواهد شد
ثبت کننده : مرتضی ولایتی
۱۴۰۱۸۶۷۸۶/ش