خانواده و مشاوره



عمل‌های زیبایی غیراخلاقی نوجوانان

عضو هیئت‌مدیره انجمن علمی رایانولوژی ایران گفته که عمل زیبایی برای سنین زیر ۱۸ سال، غیرعلمی و غیراخلاقی است؛ در این زمینه چند توصیه به والدین داریم

عطیه دلاور | روان‌شناس

محوری

بشر همواره در پی برطرف ساختن نیاز فطری و روحی و اجتماعی خود به زیبایی بوده است. با پیشرفت علم پزشکی در زمینه جراحی‌های زیبایی در عصر کنونی سالانه افراد بسیاری به ویژه زنان برای به دست آوردن زیبایی دلخواه به دخل و تصرف در بدن خود روی می‌آورند. به تازگی عضو هیئت مدیره انجمن علمی رایانولوژی ایران گفته: «عمل زیبایی برای سنین زیر ۱۸ سال، غیرعلمی و غیراخلاقی است و در کوتاه مدت عوارض جبران ناپذیری برای فرد دارد» (منبع: خبرگزاری صداوسیما). حالا سوال این است که اگر یک نوجوان درخواست و تمایل به عمل زیبایی داشته باشد، پدر و مادرش باید چه واکنشی داشته باشند؟

واکنش اصولی یک خانواده آگاه

بر اساس آمار منتشر شده توسط انجمن جراحان پلاستیک در ایران در سال ۲۰۲۳ بیش از ۴۵ هزار جراحی بینی انجام شده است. امانگرانی‌ها از جایی شروع می‌شود که نرخ تمایل به جراحی‌های زیبایی، در بین نوجوانان زیر ۱۸ سال، زمانی که هنوز رشد صورت و بدن کامل نشده، رو به افزایش است که می‌تواند عوارض بسیار جبران ناپذیری را برای فرد به وجود آورد. اما یک خانواده آگاه چه واکنشی به خواسته نوجوانشان در چنین شرایطی دارند؟ رفتار والدین چگونه باشد که منجر به پافشاری بیشتر نوجوان نشود؟

برای مداخله باید ویژگی نوجوان خود را بشناسیم

در حقیقت برای این که بدانیم چگونه در برابر خواسته‌های غیرمنطقی نوجوان خود، رفتار کنیم باید بیش از همه با ویژگی‌های بارز این دوره آشنا باشیم. نوجوانان در این دوره به صورت طبیعی و روان‌شناختی تند و تحریک‌پذیر، دمدمی و آشفته هستند؛ بسیار استدلالی عمل می‌کنند و به طرز عجیبی به دنبال استقلال و آزادی هر چه بیشترند. نوجوانان تصور می‌کنند در کانون توجه دیگران قرار دارند و به انتقاد و عیب‌جویی دیگران بسیار حساس‌اند. بنابراین برای بهتر نشان دادن ظاهر و زیبایی خود تلاش زیادی می‌کنند که این می‌تواند یکی از علت‌های روی آوردن به جراحی‌های زیبایی باشد. همچنین در این دوره با والدین خود آرمان‌زدایی می‌کنند و والدین خود را افرادی عادی تلقی می‌کنند و به راحتی تسلیم اقتدار والدین نمی‌شوند. اما چنین شرایطی به معنای این نیست که والدین نباید مداخله کنند چرا که اغلب تصمیم‌گیری‌های نوجوانان برخاسته از هیجانات این دوره است. به‌ویژه در این مورد خاص یعنی تصمیم به عمل زیبایی در سن پایین، عدم مداخله موثر می‌تواند به قیمت از دست‌دادن سلامت نوجوان باشد.

بهترین مداخله پیشگیری با تقویت عزت‌نفس است

تحقیقات به وضوح نشان می‌دهد که تمایل بیش از حد افراد برای انجام عمل‌های زیبایی ارتباط مستقیمی با عزت نفس پایین دارد؛ بنابراین بهترین مداخله والدین، پیشگیری از طریق تقویت عزت‌نفس نوجوان است. احترام گذاشتن به نوجوان، اعتماد کردن به او و استقلال و آزادی دادن در زمینه‌هایی که برای او مخاطره‌آمیز نیست، آگاهی دادن در زمینه‌های مختلف و داشتن ارتباط صمیمانه، دوستانه و محبت‌آمیز و متمرکز کردن نوجوان بر مهارتی در زمینه توانایی‌ها و استعدادهایش و همراهی و حمایت از او می‌تواند عزت‌نفس نوجوان را تقویت کند و درهای ذهن نوجوان را به روی والدین باز کند. در نتیجه جلوگیری از چنین تصمیمی در نوجوان بستگی به روش تربیتی والدین در گذشته دارد؛ اما ذکر این نکته خالی از لطف نیست که تبلیغات گسترده صنعت زیبایی در رسانه‌ها، تب عمل‌های زیبایی را در جامعه افزایش داده بنابراین تصمیم نوجوان ما برای انجام این گونه عمل‌ها چندان هم دور از انتظار نیست.

راهکارهای مداخله موثر چیست؟

۱ صبور باشید و آرامش خود را حفظ کنید | صبور باشید و آرامش خود را حفظ کنید. احساسات خود مثل خشم و ناامیدی را کنترل کنید. رفتار اشتباه والدین می‌تواند عزت نفس نوجوان را خدشه‌دار کند. اجازه دهید که فرزندتان متوجه عشق بی‌قید و شرط شما نسبت به خودش شود. توجه کنید که عشق بی‌قید و شرط به معنای پذیرش بی‌قید و شرط نیست.

۲ نصیحت نکنید | روشن است که نصیحت و کنترل‌گری والدین نه تنها نمی‌تواند در مداخله موثر راه‌گشا باشد، بلکه ممکن است اصرار و پافشاری نوجوان را به همراه داشته باشد. بنابراین آموزش به نوجوانان درباره راهکارهای تصمیم‌گیری درست و منطقی، افزایش آگاهی نوجوان در مورد عوارض و خطرات عمل‌های زیبایی زودهنگام و مشورت با پزشک متخصص و مشاور کمک کننده است.

۳ احساس مالکیت نوجوان را نداشته باشید | توجه کنید زندگی افراد متعلق به شما نیست حتی اگر فرزند شما باشد! دلایل و استدلال‌های فرزندتان را بشنوید و به آن‌ها پاسخ منطقی بدهید. سعی کنید که خود نوجوان با استدلال‌های خودش تصمیم بگیرد و از این طریق مهارت حل مسئله را در فرزندتان تقویت کنید.

سلامت روان

۲ عادت غذایی که دشمن سلامت روان هستند

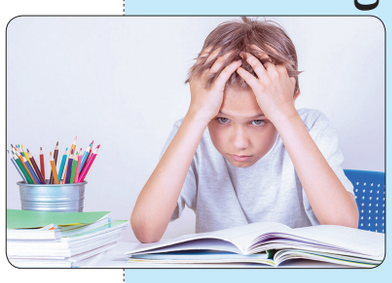
سبک زندگی و رفتارهای ما به‌ویژه نوع تغذیه، فعالیت بدنی و کیفیت خواب می‌تواند نقش مهمی در سلامت روان ما ایفا کند. ارتباط بین تغذیه و سلامت روان حتی به شکل یک رشته علمی مستقل، به نام «روان تغذیه» بررسی شده است. به گزارش «یورونیوز» در ادامه به ۲ مورد اصلی که بر سلامت روان ما تاثیر منفی دارند، خواهیم پرداخت.

۱ مصرف بیش از حد غذاهای فراوری‌شده | رژیم‌های غذایی سرشار از قند و غذاهای فوق فراوری‌شده، به‌عنوان عامل چاقی مفرط، ابتلا به بیماری‌های قلبی‌عروقی، دیابت و سرطان شناخته شده‌اند. اما کمتر کسی از تأثیر این غذاها بر مغز آگاه است؛ این نوع تغذیه می‌تواند علایم افسردگی را هم افزایش دهد. درست برعکس آن، رژیم غذایی مدیترانه‌ای قرار می‌گیرد که بر خوردن میوه‌ها و سبزی‌های فصلی، حبوبات و روغن زیتون تأکید دارد و مصرف گوشت را محدود می‌کند. این نوع رژیم در برابر اضطراب و افسردگی از خود یک اثر محافظتی نشان داده است.

۲ نقش میکروبیوم روده | روده ما با داشتن ۱۰۰ تا ۲۰۰ میلیون رشته یا یاخته عصبی، ارتباط نزدیکی با مغز دارد. علاوه بر آن، میلیاردها باکتری و مخمر دیگر که یک اکوسیستم میکروبی یا همان میکروبیوم روده را تشکیل می‌دهند، با مغز ما تعامل دارند. هنگامی که این اکوسیستم حساس به درستی شکل نگرفته یا آسیب دیده باشد، ممکن است در افراد با زمینه ژنتیکی مستعد، باعث بروز اختلالات روانی شود. ارتباط بین میکروبیوم و اختلالات اوتیسم موضوع مطالعات متعددی است. همچنین، شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد میکروبیوم روده می‌تواند در بروز یا تشدید اختلالات اضطرابی و افسردگی نقش داشته باشد. برای مثال، یک آزمایش که حدود ۱۰ سال پیش توسط محققان کانادایی انجام شد، نشان داد که انتقال میکروبیوم روده موش‌های افسرده به موش‌های سالم، باعث افسرده‌شدن موش‌های سالم می‌شود.

نکته ها

۵ عامل که نابودگر تمرکز کودکان است



۱- استرس یا اضطراب
۲- مشکلات یادگیری
۳- تغذیه نامناسب
۴- استفاده زیاد از فناوری
۵- اختلال نقص توجه و بیش‌فعالی

چیدمان

ترفندهای مرتب کردن خانه به شیوه مادربزرگ‌ها

مادربزرگ‌ها و مادران، اساتید سازمان‌دهی خانه هستند. آن‌ها با روشی آرام و بی‌صدا، خانه را به محیطی مرتب و دلنشین تبدیل می‌کنند. به گزارش راهنما تو، اگرچه ممکن است برخی از روش‌های آن‌ها کمی قدیمی به نظر برسد، اما اصول اساسی سازمان‌دهی که آن‌ها به کار می‌برند، همچنان کاربردی و موثر است.

دوری از ظروف نظم‌دهنده فانتزی | بر خلاف بسیاری از ما که برای خرید وسایل گران‌قیمت و فانتزی برای مرتب‌سازی خانه هزینه می‌کنیم، آن‌ها با استفاده از وسایل ساده و در دسترس مانند سبدها، ظروف خالی، قوطی مربا و شیشه‌های محصولاتی که خریده‌اند... به بهترین شکل ممکن خانه را مرتب می‌کردند. آن‌ها با این کار نه تنها خانه‌ای منظم داشتند، بلکه هزینه‌های اضافی هم نداشتند. در واقع، آن‌ها با استفاده از خلاقیت و هوشمندی خود، بهترین راه حل را برای سازمان‌دهی خانه پیدا کرده‌اند اما ما از آن‌ها غافلیم.

هر چه کمتر، بهتر | همه مادربزرگ‌ها لزوماً استاد کمینه‌گرایی و رویکرد مینی‌مالیستی نیستند اما برخی از آن‌ها هنر زندگی با حداقل وسایل را به خوبی بلدند. این افراد با انتخاب دقیق وسایل موردنیاز و حذف موارد زائد، خانه‌ای منظم و آرام برای خود می‌سازند. با کم کردن وسایل اضافی، نه تنها خانه مرتب‌تر می‌شود، بلکه احساس آرامش و تمرکز هم افزایش می‌یابد.

دسترسی بر اساس اولویت | مادربزرگ‌ها با استفاده از یک ترفند ساده و کاربردی، نظم را در آشپزخانه حکم‌فرما می‌کردند: قرار دادن وسایل پرکاربرد در دسترس. با استفاده از یک چهارپایه یا قفسه‌های کوتاه، می‌توانید به راحتی به ظروف و مواد غذایی مورد نیازتان دسترسی پیدا کنید. این کار نه تنها باعث صرفه‌جویی در وقت می‌شود، بلکه به شما کمک می‌کند تا بعد از استفاده از هر وسیله، آن را به جای اولیه خود برگردانید.

عادت مرتب کردن | آن‌ها هرگز آشفتگی را تحمل نمی‌کردند و همیشه خانه‌ای تمیز و مرتب داشتند. عادت داشتند هر چیزی را بلافاصله سر جای خود بگذارند و هیچ‌گاه کار ناتمامی را رها نمی‌کردند. این عادت‌ها به آن‌ها کمک می‌کرد تا همیشه آماده پذیرایی از مهمانان باشند و خانه‌ای آرام و دلنشین داشته باشند.

از دنیای روان شناسی

ساده‌سازی طرح‌ها؛ کلید دستیابی به اهداف

مطالعه جدیدی در دانشگاه واترلو نشان می‌دهد، افراد برای رسیدن به هدف، به اجرای برنامه‌های راحت‌تر و شدنی‌تر که پیچیدگی زیادی ندارند و به آن‌ها احساس اطمینان و کنترل بیشتری می‌دهند، تمایل بیشتری دارند. به گزارش «ایندیپندنت» وقتی برنامه‌ها و اهداف پیچیده می‌شوند، احتمالا به دلیل دشواری در اجرا یا پیگیری، برای انجام دادن آن‌ها انگیزه کمتری وجود دارد. در مقابل، وقتی برنامه‌ای ساده و ملموس است، اجرای آن راحت‌تر به نظر می‌رسد و افراد بیشتر تمایل دارند به آن پایبند باشند. به عنوان مثال در زمینه ورزش، انتخاب یک تمرین ساده و کوتاه‌مدت به جای کلاس‌های پیچیده یا برنامه‌ای طولانی، احتمال موفقیت و استمرار در ورزش را بیشتر می‌کند.

ضرورت ساده و روشن‌بودن توضیحات در هر موضوعی

یورک‌آلرت در توضیح مطالعه دانشگاه واترلو می‌نویسد تمایل مردم به توضیح‌های ساده در مورد هر موضوع یا موقعیت، با تمایل آن‌ها به انجام دادن کارها به روش‌های ساده و کارآمد ارتباط دارد. در واقع، مردم دوست دارند هم کارها و هم توضیحات به شکلی ساده و روشن باشند تا سریع‌تر و بهتر به هدف برسند. به گفته کلودیا سل، نویسنده اصلی و دانشجوی دکترا در روان‌شناسی رشد، «این یافته‌ها نشان می‌دهند که ترجیح ما برای توضیح‌های ساده بازتابی از نحوه ارزیابی اقدام‌هایمان برای اجرای آن‌هاست. ساده‌سازی نه‌تنها در بیان مفاهیم، بلکه در نحوه تصمیم‌گیری و اقدام ما برای دستیابی به نتایج کارآمد هم نقش دارد».

پژوهشی بر روی ۲۸۲۰ نفر

سل با اوری فریدمن و استفانی دنیسون، استادان روان‌شناسی رشد واترلو، در این مطالعه همکاری داشت. آن‌ها روی دو هزار و ۸۲۰ شرکت‌کننده هفت آزمایش انجام دادند که در آن‌ها برای توضیح یک نتیجه یا دستیابی به هدف روش‌های ساده و پیچیده‌ای به شرکت‌کنندگان ارائه شد. شرکت‌کنندگان اغلب گزینه‌های ساده‌تر را ترجیح دادند. این مطالعه نشان داد وقتی مراحل اجرای کار یا عواملی که برای توضیح یک اتفاق یا دستیابی به یک هدف بیان می‌شود، نادر یا غیرقابل اعتماد به نظر برسد، مردم آن را کمتر مفید و کاربردی می‌بینند. در مقابل، اگر شناخته‌شده، ثابت و پیش‌بینی‌پذیر باشد، جذاب‌تر و مفیدتر به نظر می‌رسد. به عبارت دیگر هر چه شرح برنامه ساده‌تر و قابل اعتمادتر باشد، هم برای درک یک رویداد و هم دستیابی به نتایج در آینده جذاب‌تر است. فرید من هم می‌گوید: «تحقیقات ما نشان می‌دهد که مردم به‌شدت به کارآمدی اهمیت می‌دهند و طرفدار این ایده‌اند که با استفاده از منابع کمتر (زمان، انرژی، تلاش یا حتی تعداد علل یا گام‌ها) به نتایج بیشتری دست یابند. این تمرکز بر کارآمدی نحوه تفکر افراد را در مورد هر دو، توضیح‌ها و دستاوردها، تحت تاثیر قرار می‌دهد».

اتاق مشاوره

بعد از ترک شیشه به مشکلات شدید روحی مبتلا شدم

جوانی هستم که چند سال پیش به شیشه مبتلا شدم. باور نمی‌کردم که بتوانم آن را ترک کنم اما موفق شدم. الان نزدیک ۷ ماه است که پاک هستم. اما بعد از ترک، دیدم که چندین سال از عمرم هدر رفته است. این روزها مشکلات روحی، فکری و ذهنی‌ام شدید شده به طوری که با هیچ فردی صحبت نمی‌کنم و دست و دلم به هیچ کاری نمی‌رود. چه کنم؟

مصطفی نجمی | پژوهشگر حوزه اعتیاد

مشاوره اعتیاد

مخاطب گرامی، بسیار خوشحالم که موفق به ترک ماده مخدر شیشه شدید. همین که اذعان می‌کنید بیش از ۷ ماه است که شیشه را ترک کرده‌اید، خود موفقیت بسیار بزرگی است. شما موفق به انجام کاری شده‌اید که خیلی از افراد گرفتار، از انجام آن عاجزند. تا همین مرحله، دست به کار بزرگی زده‌اید و از این بابت باید خود را تحسین کنید. در ادامه چند توصیه هم به شما داریم.

در گیر عوارض پس از ترک هستید

مواردی که شما در پیامک‌تان در خصوص عوارض پس از ترک مطرح کردید، جزو پیامدهای طبیعی فرایند ترک شیشه است. فرض کنید وقتی شما به یک بیماری جسمانی دچار می‌شوید، دردهای ناشی از این بیماری (مانند آمپول زدن، خوردن داروها یا شربت‌های تلخ و حتی عمل جراحی) و دوران نقاهت آن را به امید بهبود مجدد می‌پذیرید زیرا تعریفی که از این بیماری و دوران نقاهت پس از آن دارید، موجب می‌شود در احت‌تر با این درد و محدودیت‌های آن کنار بیایید. به نظر می‌رسد اگر شما واقع‌بینانه به فرایند ترک مواد بنگرید، سختی‌ها و مشقات این فرایند برای شما قابل تحمل‌تر می‌شود.

هر چه زودتر شاغل شوید

یکی از عوامل مهم بی‌حوصلگی شما و مشکلات روان شناختی ذکر شده در سوال‌تان، به بیکاری ارتباط پیدا می‌کند. بیکاری حتی برای افراد کاملا سالم که درگیر فرایند ترک مواد نیستند هم بسیار آسیب‌زننده است به طوری که بیشتر این افراد همین علایمی را که شما ذکر می‌کنید (مشکلات روحی، فکری و ذهنی، گوشه‌گیری) گزارش می‌کنند. اشتغال متناسب با شرایط روان‌شناختی‌تان می‌تواند کمک زیادی به کنترل و توقف افکار مخرب شما کند. علاوه بر این شما با اشتغال می‌توانید اعتماد به نفس از دست رفته خود را بازیابی کنید و گام بلندی را در مسیر موفقیت بردارید.

فعالیت‌های جسمانی را فراموش نکنید

منظور از ورزش و فعالیت‌های جسمانی الزاما شرکت در باشگاه‌های مختلف نیست بلکه حتی یک پیاده‌روی ساده می‌تواند یکی از روش‌های مقابله‌ای موثر با محرک‌های اعتیاد باشد. فعالیت جسمانی روزانه علاوه بر کمک به شما در بازیابی سلامت جسمانی، در کاهش آلام روان‌شناختی‌تان هم می‌تواند بسیار راه‌گشا باشد.

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

*چه مادربزرگ مهربان و خوش‌خنده‌ای. از خواندن صحبت‌های او در زندگی سلام لذت بردم. به نظرم تجربیاتش خیلی به درد نسل جدید می‌خورد که امکانات زیادی برای‌شان فراهم است اما از مطالعه و درس، فراری هستند.

*درباره مطلب «وقتشه بی‌خیال لوازم آرایشت بشی»، آیا از قیمت لوازم آرایشی هم خبر دارید؟ به اون راحتی، نمیشه بی‌خیال‌شون شد.

*واکنش نوجوانان استرالیایی به تصویب قانون ممنوعیت استفاده از شبکه‌های اجتماعی، چی بوده؟ اینم مهمه. راضی‌اند همه‌شون؟ نمی‌خوان اعتراض کنن؟

*هر کدام از ما باید بررسی کنیم که چند ساعت در روز را به بطالت می‌گذرانیم و زمان‌مان هدر می‌رود. وقت‌های مرده بهترین زمان برای برنامه‌ریزی هستند.

*زندگی سلام. بعد از بازی ایران و استرالیا که خاطره‌انگیز بود، از بازی ایران و مراکش در جام جهانی هم بنویسید که به بردیک بر صفر مون ختم شد. اون بازی هم جذاب بود و پایان خوشی داشت.

برگ سبز خودروی کامیونت ون نیسان آبی روغنی به شماره انتظامی ۴۲ ایران ۱۵۳ ط ۲۱ شماره موتور ۰۰۱۶۵۹۵۷ و شماره شاسی ۶۷۷۶۱ بنام محمد یحیی خندان مفقود و فاقد اعتبار است
۹۸۴۸۲۱

برگ سبز وسند کمپانی سواری سمند مدل ۱۳۹۵ به شماره انتظامی ۳۶- ۵۳۵م ۹۹ به شماره موتور ۱۴۷H۰۲۳۹۴۲۰ و شماره شاسی ۳۳۱۸۶۴ بنام فاطمه ملایجردی مفقود وفاقد اعتبار می باشد
۹۸۴۴۱

برگ سبز پژو ۳TU ۲۰۶ مدل ۱۳۹۴ به شماره انتظامی ۳۶ ایران ۲۲۱ ب ۵۱ به شماره موتور ۱۶۵A۰۰۰۲۸۰۵ و شماره شاسی NAAP۰۳EDXEJ۵۹۷۹۸۷ بنام الهه شکفته
مفقود و فاقد اعتبار است.
۹۸۴۲۲

برگ سبز، سند کمپانی و کارت موتورسیکلت دلتا CRT۱۶۰ مدل ۱۳۹۵ به شماره انتظامی ۷۷۵-۱۴۴۴۴ به شماره بدنه NC۵***۱۶۰B۹۵۱۱۵۲۵ و شماره موتور ۱۶۰NC۵۰۶۴۱۴۴ بنام سید علی اصغر موسوی تقی آبادی مفقود و فاقد اعتبار است.
۹۸۴۰۲

برگ سبز وسند کمپانی سواری هیوندای سانتافه مدل ۲۰۱۵ رنگ مشکی به شماره انتظامی ۴۲-۲۳۳م ۶۶ به شماره موتور ۴۷۱۱۸۳ و شماره شاسی ۳۹۸۰۵۴ بنام غلامحسین ایزدی فرزند اکبر
مفقود گردیده وفاقد اعتبار می باشد
۹۸۳۹۹

برگ سبز، سند کمپانی و کارت خودرو پی کی مدل ۱۳۸۱ ش انتظامی ایران ۸۲- ۱۲۷ ص ۵۷ ش شاسی PSW۶۸F۱۰۰۲۴۸۷ ش موتور M۱۱۱۰۲۷۱۲ بنام منیر حاجی آقا تبار
مفقود شده و فاقد اعتبار است
۹۸۴۲۶

سند کمپانی موتورسیکلت پیشتاز تیپ CC-CDI ۱۲۵ مدل ۹۰ رنگ مشکی ش انتظامی ۷۶۶- ۶۲۱۸۹ ش شاسی NEG۱۲۵A۹۰۰۳۸۳۵ ش موتور NEG۱۱۰۳۱۸۶ بنام رضا شورئی
مفقود شده و فاقد اعتبار است
۹۸۵۰۱

برگ سبز پراید جی تی ایکس آی مدل ۱۳۸۵ به شماره انتظامی ۷۶ ایران ۵۵۳ د ۵۲ به شماره موتور ۱۵۴۱۱۰۸ و شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۵۸۵۳۸۵۶ بنام علی اکبر آیین مفقود و فاقد اعتبار است.
۹۸۴۹۸

قولنامه منزل به آدرس پنج تن ۴۸ قربان ۱۷ پلاک ۱۰۷ بنام سید گل آقا آقایی در تاریخ ۱۴۰۲/۸/۴ مفقود گردیده و فاقد اعتبار می باشد.
۹۸۵۱۸

اینجانب مهری فرهاد زاده مالک خودرو پژو ۴۰۵ به شماره انتظامی ۲۴ ایران ۹۶۵ م ۵۵ شماره شاسی ۱۳۲۳۸۶۲۹ و شماره موتور ۱۲۴۸۵۱۰۳۴۰۱ به علت فقدان اسناد فروش (برگ سبز و 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.
۹۸۴۸۱