چرا من زنده ماندم؟

احساس گناه از زنده ماندن، واکنشی پیچیده به فقدان است که از خطاهای شناختی، سوگ ناتمام و باورهای منفی درباره خود به‌وجود می‌آید و بدون پردازش، می‌تواند به رنجی پایدار تبدیل شود

زهرا عیدگاهی | کارشناس ارشد روان‌شناسی شخصیت

محوری

احساس گناه از زنده ماندن پدیده‌ای است که پس از مواجهه با رویدادهایی مثل جنگ، قحطی یا از دست دادن عزیزان دیده می‌شود. این تجربه، ترکیبی از سوگ، آشفتگی هیجانی و تلاش ذهن برای یافتن معنا در رخداد است و معمولاً با پرسش‌هایی مانند «چرا من؟» یا «آیا لیاقت داشتم؟» همراه است.

این احساس چگونه شکل می‌گیرد؟

از منظر روان‌شناختی، این احساس تحت تأثیر این سه سازوکار اصلی بروز می‌کند:

۱ خطای شناختی مسئولیت اغراق‌شده

ذهن برای ایجاد حس نظم و کنترل بر یک واقعه تصادفی، گاهی به اشتباه نقش فرد را در حادثه بزرگ‌نمایی می‌کند. چنین الگوی فکری باعث می‌شود فرد تصور کند اگر اقدامی متفاوت انجام می‌داد، نتیجه تغییر می‌کرد.

۲ ادامه سوگ از طریق احساس گناه

احساس گناه در برخی افراد به ابزاری ناخودآگاه تبدیل می‌شود تا ارتباطی نمادین با فرد از دست‌رفته ایجاد کنند، گویی رها کردن احساس گناه معادل رها کردن یاد اوست. در نتیجه، این احساس نقشی محافظتی پیدا می‌کند و مانع از حرکت طبیعی سوگ به مراحل پذیرش می‌شود.

۳ تحریف در ارزش‌گذاری خود

گاهی احساس گناه از زنده ماندن بر پایه باورهای ریشه‌دار درباره «کم‌ارزش بودن»، «ناکافی بودن» یا «شایسته نبودن» استوار می‌شود. این طرحواره‌ها در مواجهه با تروما دوباره فعال می‌شوند و فرد را به نتیجه‌گیری‌های سخت‌گیرانه درباره خود می‌کشانند.

مرز واقعیت و تفسیر کجاست؟

پردازش این احساس نیازمند توجه همزمان به مؤلفه‌های شناختی و هیجانی است. نخستین گام، تمایز میان واقعیت و تفسیر ذهنی است.

بسیاری از افراد میان نقش واقعی خود در حادثه و برداشت‌هایی که تحت تأثیر هیجان شدید شکل گرفته‌اند، تمایز قائل نمی‌شوند. روشن‌سازی سهم واقعی فرد در وقوع رویداد، یکی از عناصر مهم کاهش بار گناه است. همچنین در سطح هیجانی، احساس گناه معمولاً پوششی بر هیجانات پایه‌ای‌تر مانند ترس، غم و احساس درماندگی است و تا زمانی که این لایه‌ها پردازش نشوند، احساس گناه پایدار باقی می‌ماند. پرداختن مستقیم و تدریجی به این احساسات، انعطاف‌پذیری روانی را افزایش می‌دهد.

لزوم بازتعریف مفاهیم اشتباه

بسیاری از رویدادهای آسیب‌زا فاقد منطق اخلاقی یا علت روشن هستند و لازم است رابطه فرد با آن‌ها دوباره بازتعریف شود. پذیرش این واقعیت که زنده ماندن نتیجه انتخاب اخلاقی نبوده، بلکه محصول وضعیت‌های بیرونی و غیرقابل‌پیش‌بینی است، به کاهش خودسرزنشی کمک می‌کند. بازسازی معنا در زندگی پس از حادثه هم نقش کلیدی دارد. زمانی که فرد می‌پذیرد ادامه زندگی نه خیانت به دیگران، بلکه ادامه طبیعی مسیر انسانی است، فضا برای تجربه دوباره لذت، ارتباط و هدف باز می‌شود. احساس گناه از زنده ماندن پدیده‌ای پیچیده و چندلایه است که بیشتر از آن که واقعیت‌بنیان باشد، محصول تفسیر ذهنی و ناتوانی در پذیرش تصادفی بودن رویداد است. پردازش سوگ، اصلاح خطاهای شناختی و بازسازی معنا می‌تواند مسیر بازگشت به تعادل و سازگاری را هموار کند.

اتاق مشاوره

دختر ۶ ساله‌ام مدام نگران است و ناخن می‌جود

دختر شش ساله‌ام به دلیل استرسی که از شرایط فعلی جامعه و قرار گرفتن در معرض اخبار جنگ پیدا کرده، مدام نگران است و بعضی وقت‌ها ناخن‌هایش را می‌جود. نمی‌دانم باید چه کار کنم. لطفا راهنمایی‌ام کنید.

فائزه سجادی | روان‌شناس

تربیت فرزند

مخاطب گرامی، در ابتدا باید بدانید که ناخن جویدن جزو مشکلات اضطرابی محسوب می‌شود و در این مواقع کاری که می‌توانید انجام دهید این است که سطح اضطراب کودک را پایین بیاورید:

قدم اول| اخبار را کمتر دنبال کنید و در صورت امکان جلوی کودک بحث جنگ و تجاوز دشمن را مطرح و ارزیابی نکنید.

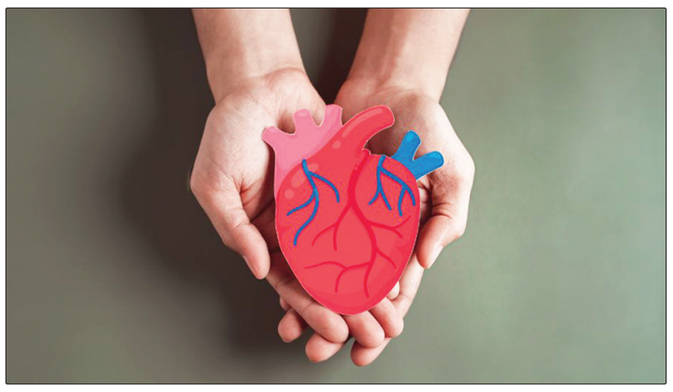
قدم دوم| با کودک صحبت کنید و به او آرامش دهید و بگذارید از احساسش با شما صحبت کند.

قدم سوم| سطح اضطراب خودتان را پایین بیاورید چون حرف‌ها و احساساتی که شما از خودتان بروز می‌دهید روی کودک اثر مستقیم دارد و تا شما آرام نباشید، نمی‌توانید کودک را به آرامش دعوت کنید. از تکنیک‌های مختلف آرام‌سازی مانند تنفس کمک بگیرید.

قدم چهارم| به صورت عملی سطح اضطراب کودک را کم کنید. او را به نقاشی کشیدن دعوت کنید تا با برون‌ریزی بتوان اضطراب را شناسایی کرد و سطح آن را پایین آورد. همچنین می‌توانید از بازی درمانگر کمک بگیرید.

تازه ها

شب‌ها برای قلب‌تان این ۲ کار را انجام دهید



یک بررسی جدید نشان داده است که «کم کردن نور چراغ‌ها» و «پرهیز از غذا خوردن سه ساعت پیش از رفتن به رختخواب» می‌تواند بر کنترل فشار خون، ریتم‌های قلب و قند خون در بزرگسالانی که در معرض خطر بیماری قلبی قرار دارند، تاثیر مثبتی داشته باشد.

متخصصان در مطالعه جدیدی، این موضوع را بررسی کردند که به منظور دستیابی به بیشترین مزایا برای سلامت قلب و متابولیسم، چگونه می‌توان زمان آخرین وعده غذایی روز را بهینه کرد.

در این مطالعه که ۷.۵ هفته به طول انجامید، وضعیت ۳۹ فرد دارای اضافه وزن که دست کم سه ساعت پیش از خواب، غذا خوردن را متوقف کردند با افرادی که عادات معمول غذایی خود را حفظ کردند، مقایسه شد.

هر دو گروه سه ساعت پیش از زمان خواب نور چراغ‌هایشان را کم کردند؛ اقدامی که پیشتر نشان داده بود ریتم شبانه‌روزی بدن را با چرخه طبیعی‌تر نور و تاریکی هماهنگ می‌کند.

متخصصان در این مطالعه فقط بر تنظیم زمان غذا خوردن شرکت‌کنندگان تمرکز کردند و نه بر کاهش دریافت کالری. افرادی که زمان آخرین وعده غذایی خود را تنظیم کردند، کاهشی قابل توجه در فشار خون و ضربان قلب شبانه را شاهد بودند و این شاخص‌ها به الگوی سالم‌تری رسیدند.

تنظیم بازه ناشتا بودن ما به گونه‌ای که با ریتم طبیعی خواب و بیداری بدن هماهنگ شود، می‌تواند هماهنگی میان قلب، متابولیسم و خواب را بهبود دهد؛ عواملی که همگی در محافظت از سلامت قلبی عروقی نقش مهمی دارند.

تغذیه

نکات مهم برای مصرف باقلا

مهم‌ترین نکته درباره مصرف باقلا مربوط به افرادی است که دچار کمبود آنزیم گلوکز ۶ فسفات دهیدروژناز (G6PD) هستند. مصرف باقلا در این افراد باعث تخریب گلبول‌های قرمز (همولیز) و بروز کم‌خونی حاد می‌شود؛ حالتی که در اصطلاح به آن فاویسم گفته می‌شود.

نشانه‌های این وضعیت ممکن است چند ساعت تا چند روز پس از مصرف باقلا ظاهر شود، مهم‌ترین علایم شامل ضعف و بی‌حالی شدید، رنگ‌پریدگی، زردی پوست یا چشم‌ها، تیره شدن ادرار، سرگیجه یا بی‌قراری است.

افرادی که می‌دانند دچار کمبود آنزیم G6PD هستند، باید از مصرف باقلا خودداری کنند؛ در برخی موارد حتی تماس با گرده یا گیاه باقلا نیز ممکن است باعث بروز علایم شود. همچنین این افراد باید هنگام مصرف داروهای جدید، این موضوع را با پزشک یا داروساز در میان بگذارند.

در برخی موارد، نخستین نشانه کمبود G6PD در کودکان پس از مصرف باقلا ظاهر می‌شود، اگر کودکی پس از مصرف باقلا دچار بی‌حالی غیرمعمول، رنگ‌پریدگی، زردی یا تیره شدن ادرار شد، لازم است موضوع جدی گرفته شده و برای ارزیابی پزشکی اقدام شود. در خانواده‌هایی که سابقه این کمبود وجود دارد، انجام آزمایش غربالگری می‌تواند کمک‌کننده باشد.

برخی افراد به باقلا حساسیت دارند که می‌تواند به واکنش‌های آلرژیک مختلف منجر شود. علایم این حساسیت‌ها ممکن است از خارش و قرمزی پوست که می‌تواند آزاردهنده باشد، تا مشکلات تنفسی شدید که نیازمند مراقبت فوری پزشکی است، متفاوت باشد. ایجاد چنین واکنش‌هایی نتیجه واکنش سیستم ایمنی بدن به پروتئین‌ها یا دیگر مولکول‌های موجود در باقلا است که بدن به اشتباه آن‌ها را به عنوان عوامل مضر تشخیص می‌دهد و واکنش نشان می‌دهد.

علایم حساسیت به باقلا شامل خارش و قرمزی پوست است که ممکن است به سرعت پس از مصرف آن ظاهر شود. ورم لب‌ها، زبان و گلو نیز از علایم شایع است که می‌تواند به بسته شدن راه‌های هوایی منجر شود و خطر خفگی را افزایش دهد. مشکلات تنفسی مانند خس‌خس و تنگی نفس نیز ممکن است بروز پیدا کند که نشان‌دهنده تاثیر بر سیستم تنفسی است. علاوه بر این، دل‌درد و تهوع نیز از علایم گوارشی این حساسیت‌ها است که می‌توانند به شدت کیفیت زندگی فرد را تحت تاثیر قرار دهند. این علایم نیازمند تشخیص پزشکی و مدیریت مناسب هستند تا از بروز عوارض جدی‌تر جلوگیری شود.

فوت و فن

چطور در خانه پودر پول بیبر تهیه کنیم؟

اگر به ادویه‌های طبیعی و بدون افزودنی علاقه‌مند هستید، تهیه پول بیبر در خانه کاری ساده و لذت‌بخش است.

*فلفل‌های قرمز شیرین، نیمه‌تند، سالم و گوشتی انتخاب کنید. بشویید و خشک کنید تا هیچ رطوبتی باقی نماند.

*فلفل‌ها را از وسط نصف کرده و دانه‌های داخل آن را خارج کنید. در آفتاب یا دستگاه خشک‌کن (با دمای ۵۰ تا ۶۰ درجه سانتی‌گراد) به مدت یک تا ۲ روز خشک کنید تا کاملاً شکننده شوند.

*فلفل‌های خشک‌شده را با دستگاه خردکن یا غذاساز، به‌صورت نیم‌کوب درآورید. بافت باید دانه‌درشت باشد، نه پودری. می‌توانید مقدار کمی نمک و روغن زیتون اضافه کنید تا بافتی نرم‌تر و چسبنده‌تر ایجاد شود (اختیاری اما سنتی).

*پودر را در ظرف شیشه‌ای در دار و در مکان خنک و تاریک نگهداری کنید. این پودر تا ۶ ماه بدون کاهش کیفیت قابل استفاده است.

پول بیبر را می‌توان به‌شکل مستقیم روی غذا ریخت یا در حین پخت استفاده کرد.

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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۶۰۰۴۰۰۹۷۹۲ مورخ ۱۴۰۴/۱۲/۱۷ هیات اول/ دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه دو تصرفات مالکانه بلا معارض متقاضی آقای /خانم حسن چوبدار فرزند غلامرضا بشماره شناسنامه ۰۹۲۵۷۰۶۷۷۹ صادره از مشهد در ششدانگ یک باب ساختمان به مساحت ۴۳۱.۱۰ متر مربع قسمتی از پلاک ۴ اصلی واقع در اراضی نوده خراسان رضوی بخش ۱۰ حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه دو خریداری از مالک رسمی آقای/ خانم غلامرضا چوبدار زاده 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. تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۱/۱۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۲/۰۱

بشیر پاشائی – رئیس ثبت اسناد و املاک

۱۷۶۸۴۲

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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۶۰۰۴۰۰۹۷۹۲ مورخ ۱۴۰۴/۱۲/۱۷ هیات اول/ دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه دو تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای /خانم شاهرخ جهانگیری فرزند الیاس بشماره شناسنامه ۱ صادره از جاجرم در ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی با کاربری کشاورزی به مساحت ۳۸۷۹.۰۹ متر مربع قسمتی از پلاک ۱۰ فرعی از ۶ اصلی واقع در اراضی مرشد قلی خراسان رضوی بخش ۱۰ حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه دو خریداری از محل مالکیت مشاعی متقاضی 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. تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۱/۱۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۲/۰۱

بشیر پاشائی – رئیس ثبت اسناد و املاک

۱۷۶۸۴۰

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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۶۰۰۵۰۳۶۴۷۰ هیئت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک نیشابور تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای محسن قبدیان فرزند محمود در ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۴۴۵.۰۶ مترمربع از پلاک شماره ۳۲ اصلی واقع در بخش ۵ حوزه ثبت ملک نیشابور خریداری از مالک رسمی آقای مسلم خماری محرز شده است. مراتب به منظور اطلاع عموم در دو روزنامه محلی و دیگری در روزنامه کثیر الانتشار و 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 کنند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

م الف ۷۸۸۴ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۱/۱۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۱/۳۱

مجتبی لطفی پور – رئیس ثبت اسناد و املاک نیشابور

۱۷۶۷۸۴

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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۶۰۰۵۰۳۶۱۸۳ هیئت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک نیشابور تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای محسن قبدیان فرزند محمود در ششدانگ یک قطعه باغ به مساحت ۱۱۹۱.۶۵ مترمربع از پلاک شماره ۵۴۱ فرعی از ۳۲ اصلی واقع در بخش ۵ حوزه ثبت ملک نیشابور خریداری از مالک رسمی بیژن غفاری محرز شده است. مراتب به منظور اطلاع عموم در دو روزنامه یکی روزنامه محلی و دیگری در روزنامه کثیر الانتشار و 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 کنند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

م الف ۷۸۸۵ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۱/۱۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۱/۳۱

مجتبی لطفی پور – رئیس ثبت اسناد و املاک نیشابور

۱۷۶۷۸۰

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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۶۰۰۳۰۰۲۳۷۵ هیئت 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 بلامعارض متقاضی خانم فاطمه جعفری فرزند حسن به شماره شناسنامه ۰۶۹۰۴۸۷۰۹۶ صادره از تربت حیدریه در یک باب ساختمان به مساحت ۱۱۵.۲۵ مترمربع قسمتی از پلاک ۲۳ اصلی بخش ۹ مشهد واقع در مشهد – انتهای مهدی آباد ۲۰ – پلاک ۲۸ خریداری از مالک رسمی آقای جواد جوادی هدایت آباد محرز شده است. بنابراین 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 کنند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. م الف ۳۹۸ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۱/۱۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۲/۰۱

هادی نیکوفکر – رئیس ثبت اسناد و املاک منطقه یک مشهد

۱۷۶۷۲۱

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 ۱۳۹۰ ۱۳۵۶ مورخ ۱۴۰۴۶۰۳۰۶۰۰۸۰ ۱۴۰۴،۱۱،۰۱ مورخ ۱۴۰۴،۱۱،۰۱ هیات تعیین تکلیف موضوع ماده یک قانون مذکور مستقر در واحد ثبتی طرقبه شاندیز تصرفات مالکانه و بلا معارض متقاضی اسمعیل نیک به شناسنامه شماره ۲۴ کدملی ۰۸۵۹۶۱۲۶۶۱ صادره فرزند رضا مورد تقاضا و انتقال از محل مالکیت امیر نیک و تصرفات متقاضی نسبت به مالکیت ششدانگ یک قطعه باغ مشتمل بر ساختمان به مساحت ۱۰۰۰ متر مربع قسمتی از پلاک شماره ۱۹۱ فرعی از ۲ اصلی واقع در خراسان رضوی بخش ۶ 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 می نماید و صدور سند مالکیت مانع از مراجعه متضرر به دادگاه نیست .م الف ۱۳۸۴ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴،۱۲،۲۵ تاریخ انتشار نوبت دوم ۱۴۰۵،۰۱،۱۶

حسن ابوترابی – رئیس ثبت اسناد و املاک طرقبه شاندیز

۱۷۵۷۱۱

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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۶۰۰۳۰۰۲۳۷۳ هیات دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک احمد آباد تصرفات مالکانه بلا معارض متقاضی آقای قدیر فاطمی ملک آباد فرزند حسین بشماره شناسنامه ۵ صادره از در یک باب یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۸۴۳۷۴ متر مربع قسمتی از پلاک ۲۱۲ اصلی واقع در اراضی ملک اباد بخش ۵ مشهد خریداری از مالک رسمی خانم فاطمه اسماعیل زاده عذبکی 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.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴۱۲۰۲۵ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵۰۱۰۱۶

علی سپهری قربی – رئیس ثبت اسناد و املاک

۱۷۵۷۲۹