طلای سرخ در ترازوی علم

به بهانه روز ملی زعفران؛ آیا چاشنی سنتی و گران‌قیمت ایرانی واقعاً می‌تواند جایگزین داروهای ضدافسردگی و محافظ قلب و حافظه باشد؟

فاطمه ملک‌زاده | روزنامه‌نگار

هم‌زمان با روز ملی زعفران، یافته‌های نوین در حوزه فارماکولوژی نشان می‌دهد ترکیبات فعال موجود در این گیاه فراتر از یک طعم‌دهنده خوراکی عمل کرده و خواص آنتی‌اکسیدانی و درمانی ملموسی بر سیستم اعصاب مرکزی، سلامت قلب و کنترل التهاب دارند. با این حال مرز باریکی میان استفاده تغذیه‌ای هدفمند از این گیاه و باورهای اغراق‌آمیز درباره درمان قطعی بیماری‌ها وجود دارد.

این ادویه با سلول‌های بدن چه می‌کند؟

قرن‌هاست که نام زعفران با نشاط‌آوری و خواص دارویی گره خورده است، اما در سال‌های اخیر محققان بیوشیمی با تکیه بر ابزارهای آزمایشگاهی به چرایی این موضوع پی برده‌اند. عامل اصلی کارآمدی زعفران، حضور مولکول‌های فعالی مانند «کروسین» و «سافرانال» است. این ترکیبات از قوی‌ترین آنتی‌اکسیدان‌های طبیعی به شمار می‌روند که رادیکال‌های آزاد مخرب را خنثی می‌کنند. از سوی دیگر، التهاب مزمن پنهان ریشه بیماری‌هایی مانند اختلالات قلبی، دیابت و فرسایش مفاصل است. مطالعات نشان می‌دهند عصاره استاندارد زعفران با مهار مسیرهای التهابی بدن و کاهش فاکتورهای التهابی نظیر CRP، سپری محافظ در برابر پیری زودرس بافت‌ها می‌سازد.

وقتی حال روحی‌تان خوش نیست سراغ بروید

شاید مستندترین کاربرد بالینی زعفران، اثر آن بر خلق و خو و حالات روحی باشد. آزمایش‌های بالینی متعددی که نتایج آن‌ها در مراجع معتبر پزشکی منتشر شده، نشان می‌دهد عصاره زعفران در کنترل افسردگی‌های خفیف تا متوسط اثری هم‌پای برخی داروهای رایج نظیر فلوکستین برجای می‌گذارد. مکانیسم عمل این گیاه از طریق مهار بازجذب سروتونین در مغز و اثرگذاری بر گیرنده‌های آرامش‌بخش مغز رخ می‌دهد؛ فرآیندی که اضطراب را فرو می‌نشاند، به بهبود کیفیت خواب کمک می‌کند و بدون ایجاد وابستگی‌های دارویی، آرامشی ملایم پدید می‌آورد.

مراقب رگ‌ها، حافظه و سلامت خود باشید

پژوهش‌های نوین نورولوژی نشان می‌دهند ماده کروسین با کاهش رسوب پلاک‌های آمیلوئیدی در مغز، می‌تواند در محافظت از سلول‌های عصبی و کند کردن روند افت حافظه یا آلزایمر کمک کننده باشد. در کنار عملکرد مغزی، سلامت عروق نیز از این گیاه سود می‌برد؛ آنتی‌اکسیدان‌های زعفران مانع از اکسیداسیون کلسترول بد شده و با بهبود جریان خون، فشار خون را تا حدی تعدیل می‌کنند. همچنین در مطالعات مربوط به سلامت باروری، زعفران به دلیل تحریک گردش خون لگنی و کاهش آسیب اکسیداتیو، در ارتقای کیفیت اسپرم در مردان و تسکین گرفتگی‌ها و سندروم پیش از قاعدگی در زنان کارایی نشان داده است.

فریب ادعاهای مصرف خودسرانه را نخورید

زعفران معجزه در درمان کیست تخمدان، جایگزین جراحی عروق یا روشی برای پیشگیری از بارداری نیست. علاوه بر این، مرز ایمنی مصرف آن بسیار دقیق است؛ مصرف بیش از حد و غلیظ زعفران، به‌ویژه در دوران حساس بارداری، می‌تواند با تحریک انقباضات رحمی خطرساز شود. مقدار متناسب آن در رژیم غذایی روزانه یا دمنوش ملایم بی‌خطر است، اما مصرف مقادیر بالا و کنسانتره بدون مشورت پزشکی می‌تواند عوارضی چون سرگیجه و افت فشار را به دنبال داشته باشد.

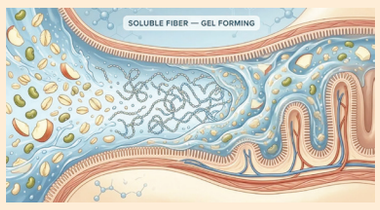
از این گیاه چطور و چه اندازه استفاده کنیم؟

زعفران ادویه‌ای بی‌نظیر برای ارتقای سلامت روان، پیشگیری از فرسایش سلولی و مراقبت از سیستم قلبی و عروقی است، اما نباید به چشم داروی منفرد برای بیماری‌های پیچیده به آن نگریست. بهترین رویکرد این است که این چاشنی ارزشمند را به عنوان بخشی از یک الگوی زیستی سالم و در حد متعادل (دم کرده با آب ولرم یا در طبخ معمول غذا) بگنجانید.

تازه ها

زنگ خطر کمبود فیبر محلول در رژیم غذایی و راه‌حل‌های محافظت از گوارش و قلب

در حالی که کارشناسان تغذیه مصرف روزانه ۲۵ گرم فیبر برای زنان و ۳۸ گرم برای مردان را ضروری می‌دانند، بررسی‌های تغذیه‌ای نشان می‌دهد بخش عمده‌ای از افراد جامعه با کمبود جدی این ماده حیاتی مواجه‌اند؛ غفلتی که سلامت دستگاه گوارش، قلب و کنترل قند خون را به‌طور مستقیم به مخاطره می‌اندازد.



فیبر محلول برخلاف نوع نامحلول، در تماس با آب حالت ژل مانندی پیدا می‌کند و با کاهش جذب کلسترول بد و تعدیل قند خون، نقش کلیدی در پیشگیری از بیماری‌های متابولیک ایفا می‌کند. این ماده همچنین به‌عنوان غذای باکتری‌های مفید روده عمل کرده و به بهبود عملکرد سیستم گوارشی کمک شایانی می‌کند.

حبوباتی نظیر لوبیا سیاه، لوبیا لیما و قرمز، کلم بروکسل، غلات کامل از جمله جو و جو دوسر (سرشار از بتاگلوکان)، و میوه‌هایی چون سیب، گلابی و آووکادو از غنی‌ترین منابع طبیعی تأمین کننده فیبر محلول به شمار می‌روند.

متخصصان تغذیه تأکید می‌کنند که برای جبران این کمبود، افزایش مصرف فیبر باید به صورت تدریجی در برنامه‌ریزی غذایی گنجانده شود تا از بروز عوارض جانبی نظیر نفخ، گازروده و دل‌پیچه جلوگیری شود. همچنین، نوشیدن آب و مایعات کافی برای اثربخشی حداکثری فیبر در پیشگیری از یبوست یک ضرورت انکارناپذیر است.

داده تصویری

روغن زیتون فرابکر؛ طلای مایع مدیترانه

الگوی مصرف

استفاده متعادل در سالاد و غذاهای سبک

نقش‌آفرینی به عنوان بخش اصلی الگوی غذایی مدیترانه‌ای.

ارزش غذایی و ترکیبات

سرشار از چربی‌های غیراشباع

حاوی چربی‌های مفید برای برای حفظ سلامت بدن.

غنی از ترکیبات آنتی‌اکسیدانی

منبع قدرتمند آنتی‌اکسیدان برای تقویت بدن.

فوت و فن

چگونه مثل یک سرآشپز ایتالیایی از «پادشاه پنیرها» استفاده کنیم؟

تا به‌حال فکر کرده‌اید چرا یک تکه پنیر پارمسان اصل (پارمیجیانو) می‌تواند طعم ساده‌ترین غذاها را از این رو به آن رو کند؟ این پنیر افسانه‌ای ایتالیا تنها از ۳ ماده ساده (شیر، نمک و مایه پنیر) ساخته می‌شود، اما راز شگفت‌انگیزش در استراحت ۲ تا ۳ ساله و هنرنمایی باکتری‌های مفیدی است که تمام قند آن را هضم می‌کنند. نتیجه؟ معجونی سرشار از کلسیم و پروتئین که حتی افراد حساس به لاکتوز هم با خیال راحت می‌توانند نوش جان کنند!

اگر می‌خواهید عطر و طعم اصیل ایتالیایی را به سفره‌تان بیاورید، این فوت‌وفن‌ها را به کار ببرید:

روی پاستا و سوپ رنده‌اش کنید: درست در لحظه سرو، پارمسان را روی پاستای داغ، سوپ یا سالاد سزار بتراشید تا عطر دانه‌های کریستالی و طعم آجیلی‌اش با گرمای غذا آزاد شود.

پوست سفت پنیر را دور نیندازید: تکه انتهای قالب پنیر سرشار از طعم عصاره است؛ هنگام پخت سوپ یا سس مارینارا، آن را داخل قابلمه بیندازید تا آرام بجوشد و لعاب فوق‌العاده‌ای به غذا بدهد.

همراه با عسل و گردو سرو کنید: پارمسان کهنه را خرد کرده و در کنار چند قطره سرکه بالزامیک یا عسل و مغزها به‌عنوان یک پیش‌غذای شیک بچینید.

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک گناباد
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 قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مصوب ۱۳۹۰/۰۹/۲۰ و برابر رأی شماره ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۱۰۰۰۲۵۱۸ مورخ ۱۴۰۵/۰۶/۲۲ هیأت اول موضوع ماده یک قانون مذکور مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک گناباد تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی خانم صبا فتحی فرزند غلامعلی در ششدانگ عرصه یک باب ساختمان به مساحت ۶۶/۴۸ متر مربع از پلاک شماره ۱۶۱۶ فرعی از ۴ اصلی واقع در اراضی نوقاب بخش یک حوزه ثبت ملک گناباد خریداری شده مع الواسطه از خانم منیره جعفری مالک رسمی محرز گردیده است. لذا به موجب ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی و ماده ۱۳ آئین نامه مربوطه این آگهی در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز از طریق این روزنامه و محلی / کثیر الانتشار در شهرها منتشر و در روستاها رأی هیأت 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 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.۷۸۴ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۸/۰۵
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۸/۲۰
سید ضیاالدین مهدوی شهری رئیس ثبت اسناد و املاک گناباد
۲۱۷۱۴۳

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی – اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک قوچان
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
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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۱۰۰۰۲۸۰ – ۱۴۰۵/۷/۱۴ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک قوچان تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای قربان محمد خوش نواز فرزند برات بشماره شناسنامه ۳۸۶ صادره از در یک قطعه باغ به مساحت ۲۸۴۳.۷۴ متر مربع قسمتی از پلاک ۱۷۶ اصلی واقع در بخش ۲ قوچان اراضی فتح آباد خریداری از مالک رسمی آقای حسین بلوچ فتح آبادی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند میتوانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. شناسه ۲۳۱۰۹۶۸ م.الف ۷۷۴
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۸/۰۵ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۸/۲۰
علی سرایی – رئیس ثبت اسناد و املاک قوچان
۲۱۶۹۴۰

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی – اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک قوچان
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
برابر رای شماره ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۱۰۰۰۲۷۹ – ۱۴۰۵/۷/۱۴ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک قوچان تصرفات مالکانه بلا معارض متقاضی آقای آذینه محمد قربانی فرزند قدرت بشماره شناسنامه ۲۷۸ صادره از در یک قطعه باغ به مساحت ۹۳۱.۰۲ متر مربع قسمتی از پلاک ۳۹۵ فرعی از ۳۳۳ اصلی واقع در بخش ۳ قوچان اراضی قره شاهوردی خریداری از مالک رسمی آقای قاسم توپالی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود 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 نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. شناسه ۲۳۱۰۹۵۳ م.الف ۷۷۳
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۸/۰۵ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۸/۲۰
علی سرایی – رئیس ثبت اسناد و املاک قوچان
۲۱۶۹۲۵

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی – اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک گناباد
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
برابر رای شماره ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۱۰۰۰۸۳۰ – ۱۴۰۵/۶/۱۹ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک قوچان تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای علیمحمد خانجانی ثانی فرزند برات بشماره ملی ۰۸۷۰۲۶۱۷۶۷۱ صادره از قوچان در یک قطعه باغ به مساحت ۲۷۴۲.۶ متر مربع قسمتی از پلاک ۶۳ فرعی از ۱۱۳ اصلی واقع در بخش ۲ قوچان اراضی خلکانلو خریداری از مالک رسمی آقای حسین خانجانی ثانی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود 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 نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. شناسه ۲۳۱۰۴۹۵ م.الف ۷۶۶
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۸/۰۵ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۸/۲۰
علی سرایی – رئیس ثبت اسناد و املاک قوچان
۲۱۶۸۸۵

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی – اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک تربت حیدریه
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
برابر رای شماره ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۰۶۰۱۰۳۴۳ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک تربت حیدریه تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم عصمت حیدری فرزند عباس به شماره شناسنامه ۷ صادره از رشتخوار ششدانگ یکباب ساختمان به مساحت ۱۶۵/۵۸ مترمربع در قسمتی از پلاک شماره ۲۰۷/۹۸۲ فرعی و ۲۰۹ فرعی از پلاک شماره ۲۲۸ اصلی واقع در اراضی آغویه دهستان اربعه در خراسان رضوی بخش یک حوزه ثبت ملک تربت حیدریه خریداری و انتقال ملک از مالک رسمی آقای هاشم اکبرزاده آغوئی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود 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 نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. شناسه ۲۲۹۷۵۹۵ م.الف ۴۰۵۷۴۳ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۷/۱۹
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۸/۰۵
سید امین موسوی رئیس ثبت اسناد و املاک تربت حیدریه
۲۱۳۷۶۵

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی – اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک قوچان
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
برابر رای شماره ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۱۰۰۰۸۰۰ – ۱۴۰۵/۷/۲۱ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک قوچان تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای محمدرضا محمدقلی مزرجی فرزند حیدر علی بشماره ملی ۰۸۷۱۸۰۳۱۱۹ صادره از قوچان در یک قطعه باغ به مساحت ۹۳۱.۸۷ متر مربع قسمتی از پلاک ۳۰ – اصلی واقع در بخش ۲ قوچان اراضی مزرج خریداری از مالک رسمی آقای قربانعلی رضا مزرجی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود 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 نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. شناسه ۲۳۱۰۹۴۱ م.الف ۷۷۲
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۸/۰۵ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۸/۲۰
علی سرایی – رئیس ثبت اسناد و املاک قوچان
۲۱۶۹۲۳

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی – اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک قوچان
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
برابر رای شماره ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۱۰۰۰۱۰۴۷ – ۱۴۰۵/۷/۲۵ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک قوچان تصرفات مالکانه بلا معارض متقاضی آقای حمید حسینی علی آبادی فرزند حجی محمد بشماره ملی ۰۸۷۱۱۶۹۲۴۱ صادره از قوچان در یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۹۲۳۸۹.۵۲ متر مربع قسمتی از پلاک ۱۰۵ – اصلی واقع در بخش ۲ قوچان اراضی ناوخ خریداری از مالک رسمی آقای لاچین نوروزی دیزاوندی 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 نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. شناسه ۲۳۱۰۴۹۱ م.الف ۷۶۴
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۸/۰۵ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۸/۲۰
علی سرایی – رئیس ثبت اسناد و املاک قوچان
۲۱۶۸۷۱

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک قوچان
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
برابر رای شماره ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۱۰۰۰۵۶۷۶ – ۱۴۰۵/۰۴/۳۱ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک قوچان تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای عبدالحسین صادقی قاچکانلو فرزند قربان بشماره ملی ۰۸۷۰۹۸۲۷۶۱ صادره از قوچان در یک قطعه باغ به مساحت ۱۲۸۸.۲۹ متر مربع قسمتی از پلاک ۸۶ فرعی از ۱۹ اصلی واقع در بخش ۲ قوچان اراضی خمارتاش خریداری از مالک رسمی آقای محمد حسین چوپان 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 نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. شناسه ۲۲۹۶۹۹۰ م.الف ۶۷۳ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۷/۲۰
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۸/۰۵
علی سرایی رئیس ثبت اسناد و املاک قوچان
۲۱۳۵۳۷

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی – اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک بردسکن
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
برابر رای شماره ۱۴۵۵/۳۴۶۳ هیات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک بردسکن تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای/خانم زینب شهنازی فرزند محمدحسین بشماره شناسنامه ۵۷۲۰۰۰۰۰۶۷۴ در ششدانگ یکباب ساختمان به مساحت ۲۰۶/۵۲مترمربع مفروز ومجزا شده از پلاک ۱۱۷۹ فرعی از ٤ اصلی واقع در بخش ٤ شهرستان بردسکن خریداری ازمحمد یوسفی محرزگردیده 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 یك 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 ۱۵۸.
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۵۵/۰۸/۰۵ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۵۵/۰۸/۲۰
غلامرضا گنج بخش– رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان بردسکن
۲۱۷۲۲۹

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 ۲۹۸۶ ۰۳۰۶۰۰۷۰۰۲ ۱۴۰۵/۰۷/۰۶ – ۱۴۰۵۶ تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی آقای یزدان نیک اقبال بلکدملی ۰۷۴۹۹۳۷۲۱۱ صادره تایباد فرزند صفی اله در ششدانگ یک باب ساختمان بکاربری حرایم (برق، حفاظتی) به مساحت ۲۱۰ مترمربع قسمتی از پلاک ۴ فرعی از ۳ – اصلی اراضی یحیی آباد واقع در خراسان رضوی بخش حوزه ثبت ملک تربت جام خریداری از مالک رسمی ماشاالله بیگم موری ابادی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله۱۵ 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: ۱۴۰۵/۰۷/۱۹ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۸/۰۵
فاطمه حیاتی رییس اداره ثبت اسناد و املاک تربت جام
۲۱۳۸۴۸

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی – اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک قوچان
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
برابر رای شماره ۲۲۹۸۸۹۸ م.الف ۶۹۳ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۷/۲۰ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۸/۰۵
علی سرایی – رئیس ثبت اسناد و املاک قوچان
۲۱۴۱۲۶

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک قوچان
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
برابر رای شماره ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۱۰۰۰۹۱۹۰ – ۱۴۰۵/۶/۲۶ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک قوچان تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای قاسمعلی شاکری جوزان فرزند محمد جعفر بشماره ملی ۰۸۷۱۷۲۷۲۲۶ صادره از قوچان در یک قطعه باغ به مساحت ۴۷۹۹.۳۳ متر مربع تمامت پلاک ۳۵ فرعی از ۹۹ واقع در بخش ۳ قوچان اراضی کلاته صوری خریداری از مالک رسمی آقای رجبعلی شاکری جوزان 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 نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. شناسه ۲۲۹۷۵۲۴ م.الف ۶۷۵ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۷/۲۰ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۸/۰۵
علی سرایی ثبت اسناد و املاک قوچان
۲۱۳۷۶۳

خراسان KHORASANET
هم خودش مجانیه هم امتحانش