

دختر عمویم ندگی سیر شده!



دختر عموها هم بازی بچگی من بودند. یکی از دختر عموها هم چندماه پیش فوت کرد و همه ما را در شوک فروبرد. من ۱۹ سال و دختر عمو دیگرم ۱۴ سال دارد. بعد از آن اتفاق حال او هم خوب نیست. دختر رانرزی بود اما الان انگار از زندگی سیر شده و حوصله هیچ کاری را ندارد. ست من بر می آید؟

مشاوره
زوجین

داشتیم»، «چه روز هایی باهم گذرانیدیم» و «دیگر نیست و حق داری اشک بریزی...»، «به خاطر غمگین بودنش، او را سرزنش نکنید و به او حق بدهید که چنین حال و احوالی داشته باشد.

۳. از فرد سگ‌دار برای کمک کردن سوال کنید و از او بخواهید در صورت نیاز روی کمک شما حساب کند. او را به اجبار در جمع‌های خانوادگی، دورهمی‌های فامیلی و دوستانه و محیط‌های شلوغ قرار ندهید، اما در عین حال می‌توانید او را تغییب کنید که به صورت کوتاه‌تر جمع باشد و به او اطمینان دهید که در صورت بی‌حوصلگی، همراه هم از جمع خارج می‌شویم.

۴. غالباً طبیعت در کنار آمدن با سگ بسیار مکمل‌کننده است. با توجه به حال و هوای فصل بهار و زیبایی فصل، او را تشویق به رفتن به یک پارک خلوت و آرام و طبیعت کنید.

۵. او را تشویق کنید از خاطرات فرد گذشته بگوید و او پیر سید چه کارهایی را دوست داشت که تو می توانی با تمایل داری انجام دهی. مثلاً دادن به حیوانات، کمک به افراد نیازمند، پختن یک غذای خاص و این دست فعالیت ها.

به او فرصت دهید تا با انجام این چند مورد با کمک شما از این دوره بگذرد. در صورت ادامه دار شدن این مرحله از سوگ، ممکن است فرد وارد مرحله سوگ پیچیده شده باشد و بهتر است مشاور، به حضوری کمک بگیرد.

مخاطب گرامی،

سوگ و از دست دادن عزیزان فرایندی است که در چندین مرحله طی می‌شود و هر کس به نوعی آن را طی می‌کند. در مرحله اول فرد سوگوار شوک و انکار را برای مواجهه با فقدان انتخاب می‌کند. پس از چندی، فرد با هیجان غم یا خشم به سوگ واکنش نشان می‌دهد و پس از آن در مرحله پذیرش است. زمان مشخصی برای طی کردن این دوره‌ها وجود ندارد و از فردی به فرد دیگر متفاوت است و فرق می‌کند. آن چه از سوال شما برداشت می‌شود، این است که دختر عمو شما در مرحله غم و افسردگی قرار دارد. میزان توجه و اهمیت شما به بهبود حال ایشان قابل تحسین است. در ادامه این موارد توصیه می‌شود:



۱. اصرار ی‌ی به سریع خوب شدن فرد سوگوار نکند. هر کسی ی‌ی یک میزان سرعت از این مرحله عبور می کند.
۲. کنار فرد سوگوار باشیدی سعی کنید شنونده نم او باشید. با مهدلی مناسب و در ک فم و برگ او فرد سوگوار احساس آرامش بیشتری دارد. به عنوان مثال به جای استفاده از جملاتی مانند «وایش خوب است» یا «خودت رو ادیت نکن»، سعی کنید با او همراه باشید. رواقع با حق دادن به خند عمومی تار و استفاده از جملاتی مانند: «چه خاطرات خوبی با او

داده شود. برای غلبه بر این مشکل، می‌توانیم رویکردهای متفاوتی را امتحان کنیم:

1 توقف موقت و تنفس اولین و مهم‌ترین قدم، درک این نکته است که نیازی نیست فوراً تصمیم بگیرید. وقتی احساس می‌کنید در یک دور باطل گیر کرده‌اید، کمی فاصله بگیرید. این فاصله می‌تواند چند ساعت، یک روز یا حتی بیشتر باشد. در این مدت، سعی کنید ذهن خود را به فعالیت‌های دیگر مشغول کنید؛ قدم‌های بزرگ، کتاب بخوانید یا با کسی صحبت کنید که ربطی به موضوع تصمیم‌گیری ندارد. هدف این است که از فشار مستقیم مسئله دور شوید تا ذهن شما فرصت بازبینی پیدا کند.

۲ بازنگری و باز تعریف مسئله | وقتی کمی از فشار فاصله گرفتید، دوباره به موقعیت نگاه کنید. آیا مسئله را همان طور که هست می بینید یا تحت تأثیر خستگی و

پاسخ به دغدغه مهم والدین در خصوص کلاس های آنلاین

این روزها والدین یا بهتر است بگوییم مادران، بیشتر از فرزندان شان دغدغه درس و مشق دارند. غیر حضوری شدن مدارس به دلیل شرایط بحرانی در کشور و آنلاین شدن کلاس های درس باعث شده است که مادران بیشتر از هر زمان دیگری بار مسئولیت تحصیل فرزندان را به دوش بکشند. این بار مسئولیت، چالش های زیادی برای آن ها به وجود آورده است و سوالات زیادی را در ذهن مادران پرتکرار کرده است. آیا باید در تمام

در ذهن تان می چرخد و دنبال جواب مناسب برای آن می گردید، دکتر الناز علوی، روان‌پزشک بالینی و مدرس دانشگاه، به دغدغه‌های شما پاسخ می‌دهد.

رک شاپ ایاگان با عنوان «نقش والدین در مدیریت کلاس‌های آنلاین» چهارشنبه ۱۹ دیبهشت، ساعت ۱۸ تا ۲۰ در محل تحریریه روزنامه خراسان برگزار می‌شود.

همچنین برای علاقه‌مندان خواهد بود. برای هماهنگی با شماره ۰۹۳۰۰۹۰۷۰۵ در ساعت اداری تماس بگیرید.

نقش والدین در مدیریت کلاس های آنلاین

(فرزندان را در فضای مجازی رها نکنیم)

ویژه مادران که فرزند ۵ تا ۱۷ سال دارند

ترغیب محدود

با حضور دکتر الناز علوی (روان شناس و مدرّس انگلیسه)

چهارشنبه ۹ اردیبهشت ۱۴۰۵ - ساعت ۱۸ تا ۲۰

تحریریه روزنامه **فرسان**

(مشهد، بلوار شهید قدوسی، طبقه سادق ۲۶)

هزینه کارگاه: **رایگان**

تلفن ثبت نام و هماهنگی:
۰۵۱-۳۷۰۹۳۰۰ (ساعت اداری)

[illegible]

آقای تغییرات شرکت تعاونی توسعه و عمران شهرستان
سرخس به شناسه ملی ۰۴۵۸۲۸۵۰۴ و به شماره ثبت ۸۲۵
به استناد صورتجلسه ثبت مدیره مورخ ۱۴۰۱/۰۲/۰۴ و به شماره ۱۴۰۴۰۱۱۳۵ مورخ ۱۴۰۴/۰۱/۰۴ اداره تعاون، کار و رفاه اجتماعی، سرخس تصمیمات ذیل اتخاذ شد: ۱- آقای اسماعیل آفری به شماره ملی ۰۸۱۹۳۵۲۱۲ و به سمت رئیس کمیته ثبت مدیره آقای محمد ابینی به به شماره ملی ۰۴۳۳۲۳۸۵۸۱ و به سمت رئیس آقای محمود زین کملی ۰۸۱۴۱۸۱۴۵
سمت منشی ثبت مدیره و حسین عرب محمدی کد ملی ۰۸۱۹۹۴۴۳۸ کد ملی ۰۸۱۹۹۴۴۳۸ و به سمت مدیرعامل و غواصی اصلی مدیره و آقای مسعود مرتضی به شماره ملی ۰۸۱۰۸۲۱۶۲ و به سمت غواصی اصلی ثبت مدیره برای مدت سه سال تعیین شدند کلیه کارفرادها و استهناها برای آفر قبیل جگ سهفته، برای اداره بهداشت یا افضای یک نفر (تقاضای اصلی مدیره) (تقاضای شرکت) آقای اسماعیل آفری (رئیس ثبت مدیره) و وزیراعلی افضای آقای محمد ابینی به نائب رئیس) به اتفاق آقای حسین عرب محمدی مدیرعامل و مهر شرکت دارای اعتبار است و اوراق عادی و نامه ها یا افضای حسین عرب محمدی (مدیرعامل) و مهر شرکت معتبر خواهد بود.

اداره ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی - اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک نایاب

فایده موضوع دادنامه تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی مودع اقامت و اطلاع رسانی نامون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر روز شامه ۱۵/۰۸/۱۴۰۳ تا ۱۴/۰۹/۱۴۰۶ هیات اول موضوع دادنامه تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقراً در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک نایاب تصرفات مالکانه با معارض مستقامتی آقای سررجب علی یوسف آبادی به شناسنامه شماره ۷۸۴۲ کد ملی ۱۵۱۲۴۸۱۰۲۴ صادره تاریخ دریافت دادخواستین در شناسکت اینجانب منزل به مساحت ۱ متر مربع پلاک شماره ۱۴ فرعی ۱-۲۵۱ واقع در خراسان رضوی بخش ۱۴ شهید زورق ثبت ملک تبادلت و از مندرجات اعلامیه ضمنی علنی و قسمتی که یک فقره مزبور گردیده است، لذا به منظور اعلام عموم مراتب در دو بنوبت به واسطه راه زوگی میسر شود در صورتیکه انقضائ نسبت به صدور سند مالکیت متعلقه تمام شده باشد یا نشده باشد می تواند از تاریخ انتشار این آگهی به مدت ده 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 انقضائی تذکره مذکور وصول اراضی طبق مقررات سند مالکیت محکم خواهد شد. تاریخ انتشار ثبت دادنامه: ۱۴۰۵/۰۸/۲۴ تاریخ انتشار پرونده: ۱۴۰۵/۰۸/۲۴

رسول طاهری زاده رئیس ثبت اسناد و املاک نایاب

۱۸۱۳۷۶

[illegible]

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۴ آیین نامه قانون زمین
تکلیف وسعت نبی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی
ابر رای شماره ۱۳۸۲/۹۰۵۴۸۲/۱۴۰۵ هیئت اول موضوع قانون تبیین تکلیف وضعیت نبی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد نبی دولت ملکی بنیادین نور تصرات مالکانه به معارض قضائیه خانم یوسفی مقرر فی الزم جهت یک پیک ساختمان به وسعت ۹۰۵ سات ۲۶ متر مربع از پلاک شماره ۲۶ قری ۱۵ اراضی واقع در بخش ۷ دولت ملکی مشکیب خریداری از مالک رسمی آقای علی غازیان حنر جز شد است. مراتب به منظور اعلام عموم در روز و زمانه محلی و دیگری در روزنامه انتشار و در دو نوبت به اطلاع ۱۵ اعلی و روز آگهی شود در صورتیکه اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت اعتراضی داشته باشند میتوانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت ده ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و یا در خرسید طرف مدت ده ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم کنند. بدینسان در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراضات پس مقرر سند مالکیت صادر خواهد شد. م ۱۴ الف ۱۳۸۲/۹۰۵۴۸۲/۱۴۰۵ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۸۲/۹۰۵۴۸۲/۱۴۰۵

مجتبی لعلی - رئیس نیت اسناد و املاک بنیادین

[illegible][illegible][illegible][illegible]

آهکی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت نبی و وراثتی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر ارای صادره به شماره ۱۸۱۹۸۹۶۰۵۰۱۰۱۴۰۴۰۵۰۱۶۴/۱۳۹۴/۱۰۱۶۴ مورخه ۱۳۹۴/۱۰/۱۶ هیات اول/ دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت نبی و وراثتی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک سیزوار تصرفات مالکانه بالعروض قضائی آقای خاتم صادره سالاری و به استنادنامه شماره ۳۵۰۰ شماره ملی ۹۷۹۳۳۸۳۰۵ صادره سیزوار و فرزند پدر در سه دادگستری از شهرستان باب ساختمان به مساحت ۱۰۳۰۷ متر مربع قسمتی از پلاک ۴۹۳۱ قرعی از ۶ واحد مشاع سیزوار هم الواسطه از محل ملکیت مالک جسم صنوع کشکی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مردم از دو نویب به فاصله ۵۰۰ متر ازگی هیی شود در صورتی که افزایش نسبت به حدود سند قضائی قضائی اعتراض ازی داشته باشند باینست یوانند از تاریخ انتشار اولین اگهی مدعیه خود اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید. ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اگهی به دادواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض از طریق مراجع دادگستری صادر خواهد شد. - الف: ۴۰۴/۱۸۵۵/۱۰۱۶۴
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۴/۱۰/۱۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۴/۱۰/۲۰

[illegible]

آگهی موضوع ماده ۴ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر ای شماره ۱۸۸/۱۸۸/۵۰۴۰۳۶۶۷/۵۰۸۸۱۸۸ مورخ ۱۴۰۱/۱۱/۱۴ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه چهارم تصرفات مالکانه با معارض قضاتانی آقای عباس الیاسی که لکده ۸۸/۲۲۲ علیه اکر دیگر به شماره شناسنامه ۷۲۰۸ صادره از چارنار در شش‌گذاشت ای عباس با ساختمان به مساحت ۴۸/۸۲ متر مربع قسمتی از پلاک ۱۶ فرعی از ۱۶ اصلی بخش ۱۰ واقع در بیش‌توس ۹۴ خریداری از مالک رسمی آقای عیسی‌علی‌علیزاده عزیز گردیده است و به منظور اطلاع عموم مردم در ذه نوبت ده فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت قضاتانی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار آگهی که به مدت ده ماه از تاریخ صدور را به این اداره تسلیم و سپس از اخذ نتیجه طرف مدت یک ماه که تاریخ تسلیم اعتراض اخذخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نماید. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقرر از سند مالکیت صادر خواهد شد. م الف ۳۱۸

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۱/۵/۱۴ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۱/۵/۱۴