فینگر گوجه فرنگی

مواد لازم:

گوجه فرنگی حلقه شده؛ ۲ عدد، شیر ولرم؛ یک دوم پیمانه، پنیر فتا؛ ۱۰۰ گرم، شوید ساطوری شده؛ ۵۰ گرم، نمک؛ یک قاشق چایخوری، شکر؛ یک قاشق چایخوری، پودر خمیر ترش؛ یک دوم قاشق چایخوری، آرد الک شده؛ به میزان لازم، روغن زیتون؛ یک قاشق سوپخوری، روغن مایع؛ به میزان لازم.

طرز تهیه:

شیر، یک سوم پیمانه روغن مایع، نمک، شکر و پودر خمیر ترش را داخل کاسه ای با هم مخلوط می کنیم و با استفاده از چنگالی هم می زنیم بعد به تدریج آرد را به آن می افزاییم و وزر می دهیم تا به صورت خمیر درآید. خمیر آماده شده را به مدت ۱۰ دقیقه ورز می دهیم. با یک قاشق سوپ‌خوری یا روغن مایع درون کاسه ای را چرب می کنیم و خمیر را داخل آن قرار می گذاریم. بعد روی آن را می پوشانیم تا به مدت ۵۰ دقیقه استراحت کند. سپس آن را دوباره ورز می دهیم. با استفاده از ورنده ای یک قسمت از خمیر را کرد پهن می کنیم و به آن روغن مایع می زنیم. به گوجه فرنگی مقداری روغن زیتون می زنیم و روی خمیر می چینیم. روی هر گوجه فرنگی مخلوط پنیر فتا و شوید می ریزیم. قسمت دیگر خمیر را نیز به صورت گرد و به همان اندازه خمیر قبلی باز می کنیم و روی گوجه فرنگی ها را می پوشانیم. به وسیله سر لیوانی دور تا دور هر گوجه فرنگی را جدا می کنیم و داخل سینی فر می گذاریم. سینی را در طبقه وسط فر که از قبل با دمای ۱۸۰ درجه سانتی گراد گرم شده، به مدت ۲۰ دقیقه قرار می دهیم تا مواد پخته و روی آن طلایی رنگ شود.

آشپزی

مضرات نمک

سدیم موجود در نمک برای عملکرد مناسب عصب ها و عضلات و تعادل بخشیدن به مایعات در سلول ها و رگ های خونی ضروری است. میزان نمک مصرفی نباید روزانه بیش از یک قاشق چایخوری باشد. نمک باعث کم‌آب شدن بدن می شود و این به خودی خود می تواند باعث بد خوابی شود. خوردن غذای نمکی، روی گوارش تنبل اثر می گذارد، بنابراین اگر قبل از خوابیدن فست فود و بالل مرغ با سس سرشار از نمک بخورید بدن به جای استراحت کردن، روی گوارش شمر کار خواهد کرد. تاثیرات کوتاه مدت خوردن غذای نمکی عبارت است از احتباس مایعات، تفخ و خشک شدن پوست. همچنین افراد بعد از خوردن غذاهای نمکی تر به هم ریختن معده خود شکایت می کنند. مخصوصا اگر این مقدار نمک با غذایی سرشار از چربی یا قند ترکیب شده باشد. اثار بلند مدت مصرف بیش از حد نمک نیز عبارتند از فشار خون بالا، سرطان معده، پوکی استخوان و سنگ کلیه. وقتی مقدار زیادی سدیم دریافت می کنیم در بلند مدت باعث می شود مقدار زیادی مایعات در بدن نگه داشته شود و فشار بالایی به قلب و رگ های خونی وارد شود که به بالا رفتن فشار خون یا هایپرتنشن منجر می شود.

سلامت نامه

درمان درد ساق پا

اگر دچار درد در ناحیه ساق یا هستید با هنگام راه رفتن درد آن را حس می کنید، باید به پزشک مراجعه کنید. استراحت، گذاشتن متناوب یخ در طول روز روی آن، بستن یا بند کشیدن و گذاشتن بالش در زیر پا بهترین کار برای تسکین درد ساق پاست. استراحت مطلق و بلند کردن پا به کاهش ورم و سنگینی همراه با واریس کمک می کند. داروهای ضدالتهاب مثل آسپیرین و بروفن، درد و ورم ناشی از آسیب‌دیدگی یا واریس ساق را کاهش می‌دهند. اگرچه ازهرقش باعث لنگیدن متناوب می‌شود، پیاده‌روی نخستین قدم در درمان آن است. بلند تا آن جا که تحمل درد را دارید راه بروید و آن گاه بایستید. هر روز کمی بیشتر راه بروید. این گونه تاراحتی ناشی از درد به‌تدریج کاهش خواهد یافت. گذاشتن بالش گرم نه داغ درد واریس‌های سطحی را کم می‌کند. گرما را برای آسیب‌دیدگی تازه به کار نبرید؛ چون التهاب آن را تشدید می‌کند و التیام را به تأخیر می‌اندازد.

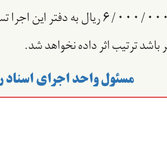
نکته

بیشتر بدانیم

درمان دندان درد

دندان درد ممکن است به دلیل مشکلات متعددی همچون بیماری لثه، دندان شکسته یا ترک خورده یا دندان قروچه ایجاد شود. پوسیدگی دندان نتیجه وجود باکتری‌هایی است که در دهان حضور دارند و قندوسُکر مصرفی و اکنش نشان می دهند. زمانی که باکتری‌های موجود در دهان، شکر یا قند مصرفی را می‌شکنند، پلاک‌های چسبنده‌ای روی دندان تشکیل می شوند که پر از اسید است. برای درمان خانگی دندان درد می توان از گیاه میخک استفاده کرد زیرا دارای یک مسکن و ضد عفونی کننده است. برای این منظور می‌توان از روغن میخک استفاده کرد و آن را با روغن زیتون مخلوط کرد و با پنبه روی دندان گذاشت. روغن نعناع هم برای بی حس کردن دندان‌ها مفید است. از مواد طبیعی تشکیل دهنده نعناع، سالانه بیش از یک میلیارد دلار، کرم‌ها و اسپری‌های بی حس کننده دهنده در دسترس استفاده می‌شود. این ماده یکی از ممکن‌های عالی است که در طبیعت یافت می‌شود.

بایدهای استفاده از تلفن همراه

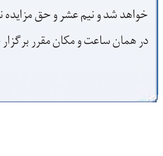


سن استفاده از تلفن همراه هوشمند زمانی است که والدین تشخیص دهند فرزندان شان می توانند تا حدی خوب را از بد تشخیص دهند. البته لازمه این امر آن است که پدر و مادر با ارائه مشورت های دقیق به فرزندان شان آن ها را همراهی کنند. می توان مجموعه ای از قوانین را برای فرزندان خود تعیین کرد که شامل زمان و چگونگی استفاده از تلفن همراه می شود.

این قوانین باید شامل محدودیت هایی درباره استفاده از تلفن همراه هوشمند باشد به عنوان مثال، هنگام صرف غذا نباید از تلفن همراه استفاده کرد یا بعد از ساعت ۹ شب امکان استفاده از تلفن همراه هوشمند وجود ندارد.والدین نباید از سنین کودکی تلفن همراه را در اختیار فرزندان خود قرار دهند و اگر کودکان برای استفاده از بازی های آنلاین داشته باشند می توان مدت کوتاهی را طی روز در نظر گرفت و بر بازی هایی که انجام می دهند نیز باید نظارت شود که این بازی ها پیام های خشن به دنبال نداشته باشد.

۷ سال اول

ضعیفی چشم و سردرد



ابتلا به سردرد می تواند رنگ خطر ضعیف شدن چشم‌ها باشد. ضعیف شدن چشم در افرادی که درجاتی از دوربینی و آستیگماتیسم دارند یا سردرد همراه است. به طور معمول این افراد با انجام کارهایی مانند مطالعه، تماشای تلویزیون، کار با رایانه، خیاطی، رانندگی و انجام کارهای هنری به سردرد دچار می‌شوند. سردردهایی که ناشی از ضعف بینایی باشند با سردردهای میگرنی و عصبی متفاوت هستند. سردردهای ناشی از ضعف شدن چشم‌ها در ناحیه پیشانی و پس از انجام کارهای ظریف یا سخت به وجود می‌آیند، شدید نیستند و با استراحت خوب می‌شوند. اگر پس از خیره شدن به اجسام و پدیده‌های پیرامون چشم‌هایتان درد گرفت یعنی چشم‌های شما ضعیف شده است و باید عیوب بینایی خود را با نظر پزشک برطرف کنید.

دانستنی‌ها

آیا دوقلوزایی به سن و سال ارتباطی دارد؟

بارداری بالای ۳۵ سال احتمال دو و چند قلوزایی را افزایش می دهد اما به سن ربطی ندارد و با بالا رفتن سن احتمال دوقلوزایی بیشتر نمی‌شود بلکه بر اثر داروهای کمک باروری این شانس بیشتر می‌شود. بارداری دوقلویی ریسک بالایی برای رشد طبیعی نوزادان و تولد آن ها دارد. در زنان بالای ۳۵ سال احتمال ابتلا به فشار خون بالا، دیابت و فیبرویود رحم وجود دارد. ضمن این که خطر اختلالات کروموزومی با سن مادر افزایش پیدا می کند. این زنان بیشتردر معرض سقط جنین هستند و عوارض زایمان سزارین نیز در آن ها بیشتر است، این خطرات در بارداری دوقلویی افزایش پیدا می کند اما همیشه هم نمی توان آن را پر خطر دانست.

مشاوره پزشکی

دوقلوزایی

علوی- خوانندگان عزیز روزنامه خراسان شمالی می توانند سوالات پزشکی خود را طی تماس با دفتر روزنامه مطرح کنند تا پاسخ آن ها را از کارشناسان جویا شوید. در این شماره «فروزان علوی مقدم» کارشناس مامایی به سوال یکی از خوانندگان پاسخ می دهد.

فسخ قرارداد

علوی- خوانندگان عزیز روزنامه خراسان شمالی می توانند سوالات حقوقی خود را طی تماس با دفتر روزنامه مطرح کنند تا پاسخ آن ها را از کارشناسان جویا شوید. در این شماره «نبی... داوری» وکیل پایه یک دادگستری به سوال یکی از خوانندگان پاسخ می دهد.

مشاوره حقوقی

در صورت صدور حکم بر فسخ قرارداد خرید و فروش(مبایعه نامه) آیا رد ثمن و مبیع به تقدیم دادخواست نیاز دارد؟

اگرچه مطابق نظریه مشورتی شماره ۷/ ۱۷۲۱ مورخ ۱۳۸۴/۳/۱۸ اداره حقوقی قوه قضاییه طبق ماده ۳۶۲ قانون مدنی به مجرد عقد بیع مشتری مالک مبیع و بایع مالک ثمن می شود و عقد بیع بایع با به تسلیم مبیع ملزم می کند یا وقوع فسخ عقد آثار حقوقی مذکور منتفی می شود در نتیجه مبیع به مالکیت بایع (فروشنده) بر می گردد؛ به عبارت دیگر چون به صراحت ماده ۴۵۹ قانون مذکور از حین فسخ مبیع مال فروشنده می شود خریدار قانونا ملزم است که آن را به مالک مسترد کند بنابراین در فرض صدور حکم بر فسخ بیع و یا لازم الاجرا شدن حکم دادگاه اجرای مفاد آن مستلزم استرداد عوضین است و به تقدیم دادخواست دیگری از جانب طرفین نیاز نیست اما مطابق رویه عملی دادگاه باید خریدار و فروشنده در صورت ادعای فسخ عقد بیع و قرارداد تنظیمی خواسته ای تحت عنوان استرداد ثمن و مبیع را حسب مورد ضمن دادخواست فسخ قرارداد وبا پس آن از او به صورت جدا گانه تقدیم محاکم قضایی کنند.

گیاهان دارویی

ضد سرطان

سیاه دانه برای درمان بسیاری از بیماری ها مفید است. محققان دریافته اند که استفاده از تنها ۲ گرم سیاه دانه در روز می تواند مقاومت در برابر انسولین را کاهش دهد و عملکرد سلول های بتا در پانکراس را بیشتر کند. مطالعات نشان می دهد که مصرف سیاه دانه در کاهش تکرار تشنج در کودکانی که در برابر درمان های مختلف مقاومت کرده اند موثر خواهد بود. سیاه دانه دارای خواص ضد تشنجی است. این گیاه همچنین خاصیت ضد سرطانی دارد و می تواند از رشد سلول های سرطانی در روده جلوگیری کند. عصاره سیاه دانه خاصیت مراقبت کننده از قلب دارد و می تواند آسیب ناشی از حملات قلبی و همچنین روند رشد تومورهای سرطان سینه را کاهش دهد.

رتگوله رتگوله خاطرات

روایت زندگی شیر زنان و دلاورمردان عشایر

علوی

صدای زنگوله گوسفندان سکوت مرتع را به یک باره می شکند و دل صاحب گله را می برد. انگار چیزی از وجودش کنده می شود، به کمان می آید که گله را رام کرده است، سراسیمه خود را به گله می رساند اما می بیند گوسفندان در جای خود هستند. خیالش راحت می شود، نفس راحتی می کشد، به سمت چادر می رود و تا نفسی تازه کند. روزگار طایفه های مختلف عشایر در دامن طبیعت سپری می شود و آن ها هیچ توقعی طبیعت سرکش را راه نمی کرده اند. در روزگاران دورتر که امکانات حتی برای خوابیدن نیز وجود نداشت عشایر زندگی خود را به سختی می گذراندند. آن جا در دل طبیعت خودرو، میزان نمک مصرفی نباید روزانه بیش از یک قاشق چایخوری باشد. نمک باعث کم‌آب شدن بدن می شود و این به خودی خود می تواند باعث بد خوابی شود. خوردن غذای نمکی، روی گوارش اثر می گذارد، بنابراین اگر قبل از خوابیدن فست فود و بالل مرغ با سس سرشار از نمک بخورید بدن به جای استراحت کردن، روی گوارش شمر کار خواهد کرد. تاثیرات کوتاه مدت خوردن غذای نمکی عبارت است از احتباس مایعات، تفخ و خشک شدن پوست. همچنین افراد بعد از خوردن غذاهای نمکی تر به هم ریختن معده خود شکایت می کنند. مخصوصا اگر این مقدار نمک با غذایی سرشار از چربی یا قند ترکیب شده باشد. آثار بلند مدت مصرف بیش از حد نمک نیز عبارتند از فشار خون بالا، سرطان معده، پوکی استخوان و سنگ کلیه. وقتی مقدار زیادی سدیم دریافت می کنیم در بلند مدت باعث می شود مقدار زیادی مایعات در بدن نگه داشته شود و فشار بالایی به قلب و رگ های خونی وارد شود که به بالا رفتن فشار خون یا هایپرتنشن منجر می شود.

درمان درد ساق پا

اگر دچار درد در ناحیه ساق یا هستید با هنگام راه رفتن درد آن را حس می کنید، باید به پزشک مراجعه کنید. استراحت، گذاشتن متناوب یخ در طول روز روی آن، بستن یا بند کشیدن و گذاشتن بالش در زیر پا بهترین کار برای تسکین درد ساق پاست. استراحت مطلق و بلند کردن پا به کاهش ورم و سنگینی همراه با واریس کمک می کند. داروهای ضدالتهاب مثل آسپیرین و بروفن، درد و ورم ناشی از آسیب‌دیدگی یا واریس ساق را کاهش می‌دهند. اگرچه ازهرقش باعث لنگیدن متناوب می‌شود، پیاده‌روی نخستین قدم در درمان آن است. بلند تا آن جا که تحمل درد را دارید راه بروید و آن گاه بایستید. هر روز کمی بیشتر راه بروید. این گونه تاراحتی ناشی از درد به‌تدریج کاهش خواهد یافت. گذاشتن بالش گرم نه داغ درد واریس‌های سطحی را کم می‌کند. گرما را برای آسیب‌دیدگی تازه به کار نبرید؛ چون التهاب آن را تشدید می‌کند و التیام را به تأخیر می‌اندازد.

همه مایحتاج زندگی عشایر با دسترنج خودشان تهیه می شد

اظهارمی کند: بیشترین مواد غذایی عشایر در زمان قدیم لبنیات و روغن بود. هر روز زنان گرم و با محصولاتی که حاصل دسترنج عشایر بود، غذا تهیه می کردند و از برنج در آن زمان خبری نبود.

دست یافته های رنج

وی جنس لباس های عشایر قدیمی را از پشم بره می دانند و می گوید: بیشتر لباس های شان را از پشم بره که در زمان کردی به آن «چق» می گویند، درست می کردند و با آن لباس هایی مانند کت و شلوار، پالتو و «خلک» درست می کردند و از این لباس ها تا جایی که می توانستند استفاده می کردند و اگر پاره می شد، به آن وصله می زدند.

وی که علاقه زیادی به زندگی عشایری دارد، بیان می کند: زندگی کردن در خانه های زیادی دارد. در گذشته اگر مشکلی پیش می آمد درون همان طایفه رفع می شد و اگر فردی به چیزی نیاز داشت درون همان ایل برطرف می شد اما در زندگی کنونی درگیری هایی درون دیافت و اعم طوفه پیدا کرده ایم و باید مدام چنین دغدغه هایی داشته باشیم.

به گفته وی در زندگی قدیم عشایر از مدرسه رفتن بچه ها خبری نبود و بچه ها باید گوشه ای از کارهای ایل یا خانواده را برعهده می گرفتند و فقط برخی از خانواده هایی که وضعیت مالی بهتری داشتند می توانستند بچه های شان را به مدرسه بفرستند آن هم در شرایطی که باید فرزندان شان را نزد آشنایی یا شهری در نزدیکی کوچنشان، به مدرسه می فرستادند و تا کوچ بعد نیز نمی توانستند آن ها را ببینند اما اکنون اگر فرزندان مان را به مدرسه نفرستیم تا چند کلاس سواد داشته باشند، در جامعه سرخورده می شوند.

جوان ترین فرد طایفه «عمارلو» درباره مدت زمان هر کوچنشان بیان می کند: زمانی که طول می کشید تا یک ایل کوچ کند، بستگی به آب و هوا و نوع مراتعی داشت که سر راه بودند؛ اگر مسیر سرسبز می شد ایل با سرعت کمتری حرکت می کرد تا دام ها به خوبی بچرند. به گفته وی بیشتر کوچ ها برای فصل زمستان در مغروماه به سمت دم لوه نبه؛ آغاز می شد و تا نوروز در آن جا می ماندند.

وی ادامه می دهد: عشایر قدیمی عقیده داشتند که در نوروز باید جا و مکان هم تو شود حتی اگر شده ایل باید به پشت تپه ای که در آن جا ستقر بودند می رفتند و جابه جا می شدند. پس از آن به سمت شیروان و قوچان راه می افتادند.

وی که از زبان پدران خود درباره زندگی عشایر در زمان قدیم مسائل زیادی شنیده است، بیان می کند: با این که زندگی عشایری به نظر سخت می رسد و این نوع زندگی در زمان قدیم به مراتب سخت تر هم بود اما دوست داشتم مزان دوران زندگی می کردم، همان دورانی که توقع هم کم بود و هیچ چشم و هم چشمی وجود نداشت.

وی با اشاره به برخی چشم وهم چشمی ها، اظهارمی کند: بیشتر چشم و هم چشمی ها در برخی عشایر حول محور داشتن گوسفند است به گونه ای که به عنوان مثال مطرح می شود که گوسفندان یکی از اعضای ایل بیشتر است و ما هم باید سعی کنیم به همان اندازه گوسفند داشته باشیم. عشایر همیشه کوچ نشین بوده و مشخص کردن اوقات شرعی، روزها و ماه ها در زمان قدیم هیچ وسیله ای در اختیار نداشتند اما به گفته «مجید عمارلو» برای در تاریکتان در طایفه بوده است که با نگاه کردن به ماه می توانست اوقات شرعی را به طور دقیق بگوید.

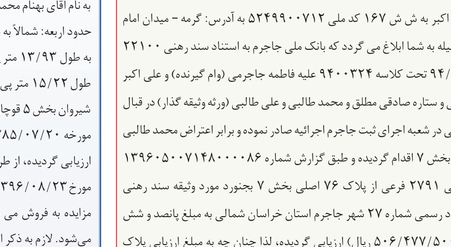
تعیین اوقات شرعی

وی می گوید: عموی کهن سالی داشتم که با نگاه کردن به ماه وقت شرعی را به طور دقیق اعلام می کرد و همیشه شب های ماه مبارک رمضان ما را برای خوردن سحری به موقع بیدار می کرد. وقتی از وی سوال می کنم که عشایر زمان بیماری خود، کودکان یا سالمندان طایفه چه می کردند، می گوید: آن زمان ما در برز گم به خوبی همه داروهای گیاهی را می شناخت و در زمان بیماری هر یک از افراد طایفه از آن ها استفاده می کرد.

سنت های ساده ازدواج

وی سنت های عشایر زمان قدیم را بسیار ساده معرفی می کند و می افزاید: در زمان قدیم وقتی می خواستند برای دختر و پسری مراسم عروسی بگیرند مانند امروز نبود که کارت دعوت وجود داشته باشد بنابراین جوانی سوار بر اسب می شد و دستانی پر از کشمش و قند بر دست می گرفت و یک به یک بر سر هر چادر می رفت و از هر کدام از زنان عروسی خبردار می کرد. اهل طایفه هم هر یک با برداشتن کشمش و قند دهانشان را شیرین می کردند و این وصلت را تبریک می گفتند و روز عروسی هم با نوای دهل و قوشمه مجلس گرم می شد.

وی جهیزیه عروس های عشایر را در زمان قدیم بسیار اندک و ساده می داند و می گوید: بیشتر جهیزیه عروس ها ۲ عدد گلیم و نمد، یک دوجی، دست رختخواب یا پشم گوسفند و بره بود و باید تا یکی ۲ سالی که می توانستند با پشم بز چادر درست کنند، در همان چادر پدرهای شان زندگی می کردند و سپس مستقل می شدند.



حکایت عزاداری های ماه محرم

وی با اشاره به برخی سنت های قدیمی عشایر در زمان برپایی مراسم شب های محرم نیز بیان می کند: در آن زمان هر روز یک خانواده به مناسبت محرم، یک گوسفند قربانی می کرد و رسم بر این بود که هر روز ظهر آبگوشت درست و بار آن را بقیه اهل طایفه پذیرایی می کردند و روز بعد که قرار بود خانواده ای دیگر عهده دار این کار باشد طایفه عزاداری امام حسین(ع) را کنار چادر آن خانواده برپا می کردند تا همه خبردار باشند که باید کجا جمع شوند.

وی خاطرنشان می کند: زندگی ساده عشایری آرامش زیادی را برای اهل طایفه به دنبال داشت و با این که امروزه تعدادی از عشایر در یک مکان مستقر شده اند تا کمی از سختی های زندگی عشایری دور باشند اما باز هم زندگی این چنینی صفا و سادگی خودش را دارد و آرامش در آن حکم فرماست.

یکی دیگر از عشایر که در حال کوچ است به زندگی ساده عشایری اشاره می کند و می گوید: سرتاسر زندگی عشایر پر از سادگی و صمیمیت است و با این که رنج زیادی را متحمل می شوند اما حتم به امروز نمی آورند. ایزانلوه هم زندگی در طبیعت و به زانو در آوردن آن را لذت بخش می داند و عقیده دارد که صفا و صمیمیت در زندگی عشایر موج می زند.

اخطار اداری و ارزیابی

سکینه طالبی (ورثه متوفی علی اکبر طالبی) فرزند علی اکبر به ش ش و کد ملی ۰۷۵۰۰۹۸۸۶۴ به آدرس: گرمه – میدان امام علی(ع) – خیابان پرستار – پلاک ۲۲ (اظهاری) بدین وسیله به شما ابلاغ می گردد که بانک ملی جاجرم به استناد سند رهنی ۲۲۱۰۰ – ۹۳/۱۰/۱۴ دفترخانه ۲۷ جاجرم در تاریخ ۹۴/۱۲/۱۹ تحت کلاسه ۹۴۰۰۳۲۴ علیه فاطمه جاجرمی (وام گیرنده) و علی اکبر طالبی (وثیقه گذار) و شما و فاطمه طالبی و سودابه طالبی و ستاره صادقی مطلق و محمد طالبی و علی طالبی (ورثه وثیقه گذار) در قبال مبلغ ۶۷۵/۰۳۸/۹۰۴ریال به انضمام هزینه های قانونی در شعبه اجرای ثبت جاجرم اجرائیه صادر نموده و برابر اعتراض محمد طالبی نسبت به ارزیابی پلاک ثبتی ۲۷۹۱ فرعی از ۷۶ اصلی بخش ۷ اقدام گردیده و طبق گزارش شماره ۱۳۹۶۰۵۰۰۷۱۴۸۰۰۰۰۸۶ – ۹۶/۱/۲۴ کارشناس رسمی دادگستری، پلاک ثبتی ۲۷۹۱ فرعی از پلاک ۷۶ اصلی بخش ۷ بجنورد مورد وثیقه سند رهنی شماره ۲۲۱۰۰ – ۹۳/۱۰/۱۴ تنظیمی دفترخانه اسناد رسمی شماره ۲۷ شهر جاجرم استان خراسان شمالی به مبلغ پانصد و شش میلیون و چهارصد و هفتاد و هفت هزار و پانصد ریال (۵۰۶/۴۷۷/۵۰۰ ریال) ارزیابی گردیده، لذا چنان چه به مبلغ ارزیابی پلاک مذکور معترض می باشید، اعتراض کتبی خود را ظرف مدت پنج روز از تاریخ ابلاغ این اخطاریه به ضمیمه فیش بانکی دستمزد کارشناس تجدیدنظر به مبلغ ۶/۰۰۰/۰۰۰ ریال به دفتر این اجرا تسلیم نمایید. ضمناً به اعتراضی که خارج از موعد یا فاقد فیش بانکی دستمزد کارشناس تجدیدنظر باشد ترتیب اثر داده نخواهد شد.

مسئول واحد اجرای اسناد رسمی جاجرم – اردلان محمدی کوشکی

۹۶۱۵۲۲۰۱/

اخطار اداری و ارزیابی کلاسه ۹۴۰۰۳۲۴

فاطمه طالبی (ورثه متوفی علی اکبر طالبی) فرزند علی اکبر به ش ش ۱۶۷ کد ملی ۵۲۴۹۹۰۰۷۱۲ به آدرس: گرمه – میدان امام علی(ع) – خیابان پرستار – پلاک ۲۲ (اظهاری) بدین وسیله به شما ابلاغ می گردد که بانک ملی جاجرم به استناد سند رهنی ۲۲۱۰۰ – ۹۳/۱۰/۱۴ دفترخانه ۲۷ جاجرم در تاریخ ۹۴/۱۲/۱۹ تحت کلاسه ۹۴۰۰۳۲۴ علیه فاطمه جاجرمی (وام گیرنده) و علی اکبر طالبی (وثیقه گذار) و شما و سکینه طالبی و سودابه طالبی و ستاره صادقی مطلق و محمد طالبی و علی طالبی (ورثه وثیقه گذار) در قبال مبلغ ۶۷۵/۰۳۸/۹۰۴ریال به انضمام هزینه های قانونی در شعبه اجرای ثبت جاجرم اجرائیه صادر نموده و برابر اعتراض محمد طالبی نسبت به ارزیابی پلاک ثبتی ۲۷۹۱ فرعی از ۷۶ اصلی بخش ۷ اقدام گردیده و طبق گزارش شماره ۱۳۹۶۰۵۰۰۷۱۴۸۰۰۰۰۸۶ – ۹۶/۱/۲۴ کارشناس رسمی دادگستری، پلاک ثبتی ۲۷۹۱ فرعی از پلاک ۷۶ اصلی بخش ۷ بجنورد مورد وثیقه سند رهنی شماره ۲۲۱۰۰ – ۹۳/۱۰/۱۴ تنظیمی دفترخانه اسناد رسمی شماره ۲۷ شهر جاجرم استان خراسان شمالی به مبلغ پانصد و شش میلیون و چهارصد و هفتاد و هفت هزار و پانصد ریال (۵۰۶/۴۷۷/۵۰۰ ریال) ارزیابی گردیده، لذا چنان چه به مبلغ ارزیابی پلاک مذکور معترض می باشید، اعتراض کتبی خود را ظرف مدت پنج روز از تاریخ ابلاغ این اخطاریه به ضمیمه فیش بانکی دستمزد کارشناس تجدیدنظر به مبلغ ۶/۰۰۰/۰۰۰ ریال به دفتر این اجرا تسلیم نمایید. ضمناً به اعتراضی که خارج از موعد یا فاقد فیش بانکی دستمزد کارشناس تجدیدنظر باشد ترتیب اثر داده نخواهد شد.

مسئول واحد اجرای اسناد رسمی جاجرم – اردلان محمدی کوشکی

۹۶۱۵۲۱۹۲/

آگهی مزایده (نوبت پنجم)

در مورد پرونده اجرائی کلاسه ۹۵۳۱۰۱/ش ۱ ح قیمابین خواهان محمد علی نیستانی فرزند عبدا... و خوانده نرگس برازان مبنی بر دستور فروش ملک مشاع به مشخصات ذیل الذکر: ۱- ملک واقع در بجنورد شهرک امام خمینی خیابان نبوت پشت پلاک گذاری زمین خالصه بین پلاک های ۶۴ و ۵۸ شهرداری ۲- یک قطعه زمین خالصه به شماره ملک ۴۲۵۹ فرعی مجزا از ۱۵۵ اصلی بخش دو بجنورد انتقالی به موجب سند رسمی شماره ۶۱۰۲۸ مورخه ۸۷/۰۸/۲۷ دفتر ۴ بجنورد شماره سریال الف ۸۷-۰۰۶۵۴۵۹ سه دانگ مشاع از ششدانگ یک قطعه زمین به مساحت ششدانگ ۱۸۴ مترمربع به حدودات شمالاً به طول ۸ متر به خیابان ۱۲ متری شرقاً به طول ۲۳ متر جنوباً به طول ۸ متر و غرباً به طول ۲۳ متر می باشد برابر پاسخ استعلام شهرداری به شماره ۹۵/۲/۹۲۶۰۷ مورخه ۱۳۹۵/۱۱/۲۱ زمین فوق الذکر قابل افراز نمی باشد. ۱- مالکین محمد علی نیستانی و نرگس برازان ۲- ملک کاربری مسکونی ۳- ملک ثبت شده است ۴- ملک خالصه است ۵- ملک مشاع است ۶- در حال حاضر ملک در تصرف مالکین است ۷- با توجه به موقعیت مکانی وجود درب جنوبی تعویض پلاک روبروی زمین فوق و شلوغ بودن کوچه و رکود بازار و با در نظر گرفتن جمیع جوانب اثرگذار در ارزش ملک در حال حاضر ارزش کل ملک توسط کارشناس محترم دادگستری به مبلغ ۱۱۵/۰۰۰/۰۰۰ تومان یکصد و پانزده میلیون تومان ارزیابی شده است و اینک پس از سیر مراحل قانونی مقرر گردیده که اموال توقیفی در روز سه شنبه مورخ ۹۶/۰۸/۰۹ رأس ساعت ۱۲ الی ۱۲:۳۰ و از طریق مزایده حضوری در محل اجرای احکام مدنی دادگستری بجنورد به فروش برسد، بنابراین متقاضیان شرکت در جلسه مزایده می توانند پنج روز قبل از موعد مقرر در این اجرا حاضر و از کم و کیف موضوع مطلع و در صورت تمایل از مورد مزایده بازدید نمایند. بدیهی است مزایده از قیمت ارزیابی شروع به بالاترین قیمت پیشنهادی واگذار خواهد شد و ده درصد مبلغ پیشنهادی فی المجلس از برنده مزایده اخذ و مابقی مبلغ نیز ظرف یک ماه وصول خواهد شد و در صورت عدم پرداخت الباقی (نود درصد) در مهلت مقرر، مبلغ تودیعی پس از کسر هزینه مزایده به نفع دولت ضبط و مزایده تجدید می گردد.

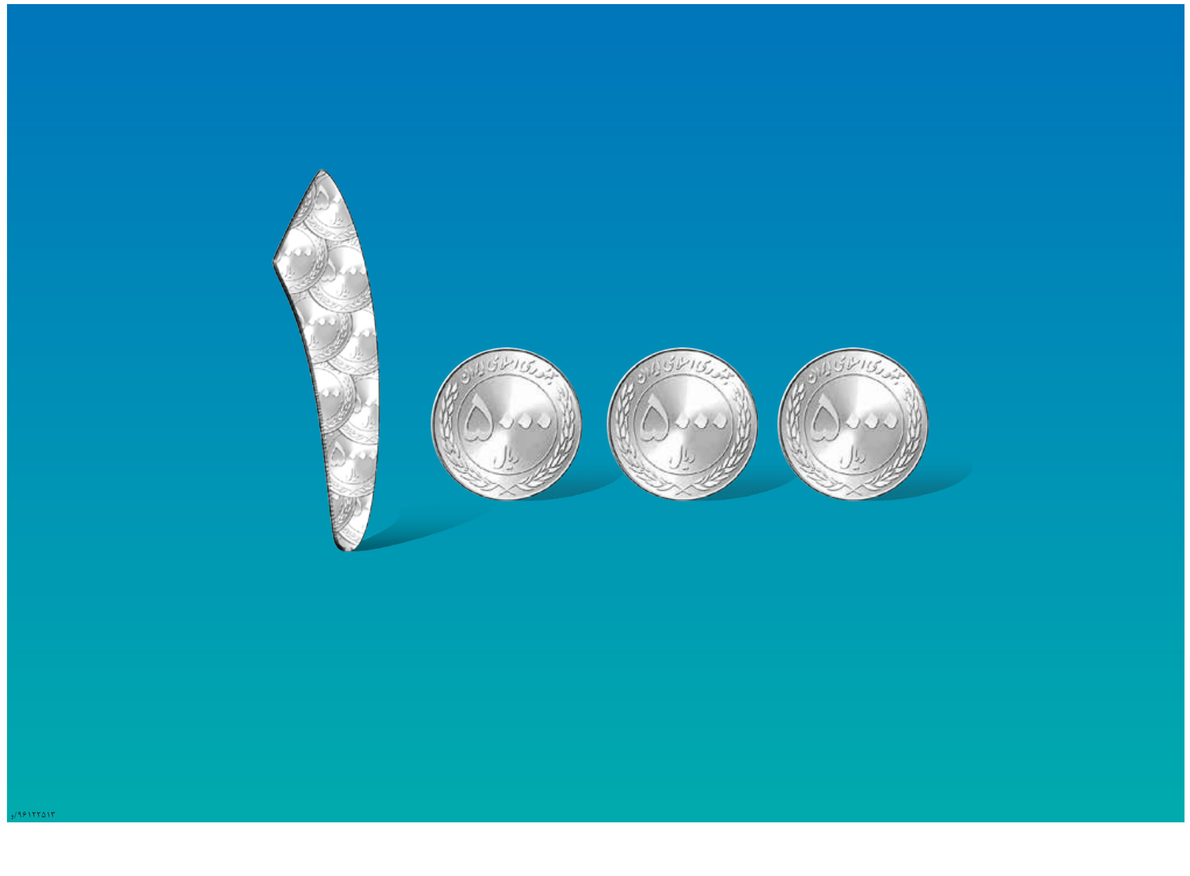
۹۶۷۲۵/م الف

دادورز شعبه اول اجرای احکام مدنی دادگستری بجنورد – کریمی

۹۶۱۵۲۱۷۷/

آگهی مزایده اموال غیرمنقول (اسناد ذمه)

به موجب پرونده اجرائی کلاسه ۹۵۰۰۴۳۴ له: خانم سمیه محمدنیا و علیه: ورثه مرحوم بهنام محمدنیا (نازنین محمدنیا، محمد محمدنیا، لیلا راستگو) ششدانگ عرصه و اعیان باقی مانده پلاک ثبتی ۳۵۹۵ فرعی از ۲۵۷ از ۱۱ اصلی واقع در بخش پنج قوچان شهرستان شیروان آدرس ملک شیروان خیابان فجر پلاک ۶۷ با مالکیت مرحوم بهنام محمدنیا که سند آن در صفحه ۲۵۵ دفتر ۲۴۰ که به نام آقای بهنام محمدنیا ثبت و سند صادر و تسلیم شده است که مساحت عرصه آن ۱۷۹/۷۶ مترمربع و اعیان ۲۱۸ مترمربع محدود به حدود اربعه: شمالاً به طول ۹/۶۰ متر به پی قطعه شماره ۱ تفکیکی شرقاً ۱- به طول ۸/۳۰ متر پی به پی دیوار پلاک ۲۵۹۶ فرعی ۲- به طول ۱۳/۹۳ متر پی به پی پلاک ۳۶۱۹ فرعی جنوباً به طول ۱۱/۹۰ متر محل درب و پی دیواریست به خیابان ۳۰ متری و غرباً به طول ۱۵/۲۲ متر پی به پی پلاک ۳۵۹۴ فرعی به شماره پلاک ۳۵۹۵ فرعی از ۲۵۷ فرعی از ۱۱ اصلی مزرعه خانلق واقع در قطعه ۳ شیروان بخش ۵ قوچان که ملک یاد شده با اسکلت فلز و سقف تیرچه بلوک ساخته شده است و دارای شماره پروانه ساختمانی ۱۴۳۳۹ مورخه ۱۳۸۵/۰۷/۲۰ می باشد، که برابر نظریه کارشناس رسمی دادگستری ششدانگ پلاک به مبلغ ۱/۵۸۷/۸۰۰/۰۰۰ ریال ارزیابی گردیده، از طریق مزایده ششدانگ پلاک فوق الذکر به فروش می رسد. ششدانگ پلاک فوق از ساعت ۹ الی ۱۲ روز سه شنبه مورخ ۱۳۹۶/۰۸/۲۳ در واحد اجرای اداره ثبت اسناد و املاک شیروان واقع در خیابان امام رضا جنب بیمارستان امام خمینی از طریق مزایده به فروش می رسد. مزایده ششدانگ به مبلغ ۱/۵۸۷/۸۰۰/۰۰۰ ریال شروع و به بالاترین قیمت پیشنهادی نقداً فروخته می‌شود. لازم به ذکر است بدهی های مالیاتی و عوارض شهرداری و غیره تا تاریخ مزایده اعم از این که رقم قطعی آن 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 چنان چه روز مزایده تعطیل رسمی گردد، مزایده روز اداری بعد از تعطیلی در همان ساعت و مکان مقرر بر گزار خواهد شد.

صمد ابراهیم زاده – رئیس ثبت اسناد و املاک شیروان

۹۶۱۵۲۲۶۲/