خون بند ناف

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 شویم. در این شماره «دوزان علوی مقدم» کارشناس مامایی به سوال یکی از خوانندگان پاسخ می دهد.

مزایای نگهداری خون بند ناف چیست؟

مطالعات نشان می دهد بیماری هایی که در حال حاضر با مغز استخوان درمان می شوند در آینده با سلول های بنیادی خون بند ناف درمان خواهند شد. بیماری های ارثی، نقص ارثی پلاکتی، اختلالات سلول های بنیادی، نامتجاری های ارثی گلبول های قرمز و اختلالات سیستم ایمنی مادرزادی می تواند با سلول های بنیادی خون بند ناف درمان شود.

شرایط پرداخت نفقه

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 شویم. در این شماره «نبی ا... داوری» وکیل پایه یک دادگستری به سوال یکی از خوانندگان پاسخ می دهد.

آیا تکلیف مرد برای پرداخت نفقه زن موکول به تمکین زوجه است؟

پاسخ: اگر زن بدون عذر موجه حاضر نشود که با شوهر خود در یک محل زندگی کند یا با او در تشبیه‌مبانی خانواده همکاری نکند یا به خواسته های مشروع او در مورد معاشرت با خویشان بی اعتنا بماند حق در گرفتن نفقه ندارد لذا سقوط حق مربوط به گرفتن نفقه کیفر زنی است که بدون عذر موجه از تمکین امتناع می کند یا به خانه شوهر نمی رود. امتناع از ادای وظایف زوجیت در صورتی موجب نشور است که زن عذر موجه نداشته باشد، پس اگر زن به سبب خوف بدنی، مالی یا شرافتی از سکونت در اقامتگاه شوهر خودداری کند کار او مانع از ایجاد این حق نیست (ماده ۱۱۱۵ قانون مدنی).

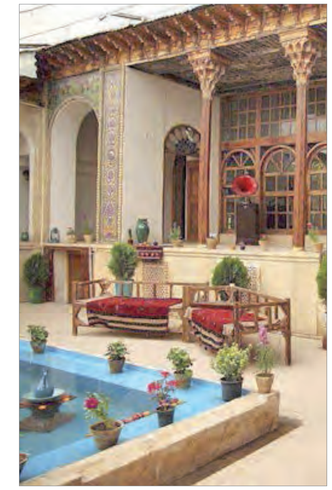
چربی خون

اختلالات چربی بیشتر در افراد چاق و یا سابقه بیماری دیابت در خانواده مشاهده می شود اما در برخی افراد لاغر نیز به دلیل سابقه خانوادگی اختلالات چربی دیده می‌شود. افزایش چربی خون می‌تواند به کبد چرب منجر شود.

تری‌گلیسریدها برای سلامتی بدن ضروری هستند. این ترکیبات نوعی چربی هستند که در سراسر بدن یافت و در سلول‌های چربی ذخیره می‌شوند. افزایش تری‌گلیسرید خون با افزایش خطر بیماری‌های قلبی-عروقی به‌ویژه در زنان همراه است. مقدار مطلوب تری‌گلیسرید خون باید کمتر از ۱۵۰ میلی‌گرم در دسی‌لیتر باشد. از علت‌های اولیه افزایش تری‌گلیسرید می‌توان به اضافه‌وزن و چاقی، بی‌تحرکی، سیگار کشیدن و مصرف زیاد کربوهیدرات اشاره کرد. برخی بیماری‌ها نیز باعث افزایش تری‌گلیسرید خون می‌شوند، از جمله دیابت، بیماری‌های غده تیروئید، بیماری‌های مزمن کلیه، عوامل ژنتیکی و بیماری کبد. مصرف برخی داروها مانند بتابلوکرها، دیورتیک‌های تیازیدی، داروهای ضدبارداری و کورتیکواستروئیدها هم می‌تواند باعث افزایش تری‌گلیسرید خون شود. کم کردن مصرف چربی، زدودن کالری‌های اضافی، افزایش مصرف فیبرهای غذایی، قطع استعمال دخانیات، وجود برنامه منظم ورزشی و دریافت کافی ویتامین‌ها و مواد معدنی می تواند در متعادل نگه داشتن تری گلیسرید خون موثر باشد.

حیاط هم حیاط های قدیمی

خاطره بازی با حوض آبی خانه مادربزرگ



علوی- پر از شور و هیجان بود، به هر گوشه اش که نگاه می کردی، سر ذوق می آمدی از این همه هم و سلیقه، بی آلایش بود و پر از حس زندگی. وقتی باران به دیوارهای کاهگلی اش می خورد، بوی نم آن هر رهگذری را سرزنده می کرد. می شد در ذره ذره آن حس خوب زندگی را چشید. خانه های ما مادربزرگ ها با آن ایوان بلند و طاق ها و ستون های چوبی اش کم از خانه های امروزی نداشت که هیچ، یاد روزهایی را که می شد معنای واقعی زندگی را درک کرد هم برای همگان زنده می کرد. امروزه این خانه ها دیگر کمیاب شده اند و اگر در هر کوی و برزنی خانه ای این چنینی باشد، رهگذران با حسرت به آن نگاه می کنند و شاید خیلی هم آرزو کنند که بتوانند یک بار دیگر وارد چنین خانه ای شوند و دمی درآن بیاسایند. هنوز هم انگار صدای دق الباب خانه قدیمی مادر را در گوشش حس می کند؛ همان صدایی که وقتی شنیده می شد بچه ها همه دوان دوان به سمت دالان می رفتند، در را به روی مهمان باز می کردند و دوباره همه با هم در تمام طول دالان می دویدند.

آن طور که بانو «مستوفی» یکی از شهروندان قدیمی که می‌تواند آن را دچار مشکلات زیادی کند. ممکن است فرد زخم معده داشته باشد و به علت تشخیص داده نشدن بیماری این عارضه پیشرفت کند. زخم ممکن است به علت اسید یا باکتری به وجود آمده باشد که هر کدام درمان خاصی دارد و مداوای زخم نیز در مدت زمان کوتاهی انجام نمی‌شود بلکه تا ۲ ماه نیز می‌تواند طول بکشد. حتی اگر زخم معده بر اثر باکتری باشد داروی ضد اسید می‌تواند باعث تشدید و بدتر شدن عارضه شود. افراد باید حتما به پزشک مراجعه کنند، اما اگر فرد دچار سوزش شدید معده است تا زمان رجوع به متخصص از شربت‌های معده و قرص‌های جویدنی برای کاهش درد و سوزش می‌تواند استفاده کند. افرادی که پزشک تشخیص داده که زخم معده ندارند و سابقه تولید زیاد اسید معده دارند می‌توانند یک ساعت قبل از غذا شربت یا قرص‌های جویدنی استفاده کنند. در هر صورت باید از خوردن خودسرانه هر نوع دارو بدون تجویز پزشک خودداری شود.

خانه دیده می شود و خانه هایی که حیاط دارند نیز همین گونه هستند.

یکی از شهروندان هم با بیان این که خانه های قدیمی، حس و حال و صمیمیت خاصی داشت، عنوان می کند: وقتی در خانه مادر بزرگ دور هم جمع می شدیم بچه های کوچک تر دور حوض آبی رنگ دنبال هم می دویدند و بزرگ ترها روی تخت می نشستند، مادربزرگ یا مادرم از سماور نقلی بزرگی که در گوشه ای از تخت گذاشته شده بود، در استکان های کمر باریک چای تازه دم می ریخت و صدای آرام یاد هم که در لا به لای شاخه های درختان می پیچید، صفای خاصی به این محفل می داد.

«اسماعیلی» ادامه می دهد: بیشتر حیاط های آن موقع بزرگ بود و اتاق ها دور تا دور آن قرار داشتند. البته این گونه نبود که هر یک از افراد خانواده اتاقی جداگانه داشته باشد، بلکه اتاق ها بیشتر تو در تو بود. یکی از اتاق ها به مهمان خانه معروف بود که با دری به اتاق دیگر راه داشت. برخی از درهای اتاق ها با پنجره های کوچک شیشه ای نور را به داخل اتاق می تابانند.

این پنجره ها بازی رنگ ها و نور زیبایی را به وجود می آورد. شهروندی دیگر هم می گوید: در برخی خانه های قدیمی پس از ورودی، به فضای هشتی خانه ها می رسیدیم که اغلب به شکل هشت ضلعی یا نیمه هشت ضلعی و یا بیشتر مواقع چهار گوش بود که با دکوراسیون خاصی طراحی شده بود. هشتی دارای سقفی کوتاه و یک منفذ کوچک نور در سقف گنبدی شکل آن بود و سکوهایی برای نشستن خود در آن طراحی شده بود. این شهروند ادامه می دهد: هشتی ها برای انشعاب قسمت های مختلف خانه و گاه برای دسترسی به چند خانه ساخته می شد. در خانه های بزرگ اندرونی و اقامتگاه های خدمتکاران نیز به هشتی راه داشت و اغلب برای جدا سازی آقایان و خانم ها دو قسمتی ساخته می شد.

وی بیان می کند: دالان هم راهروی باریکی بود که با پیچ و خمی که داشت، وارد شونده را از هشتی به حیاط خانه هدایت می کرد. پیچ و خم دالان برای رعایت حریم خصوصی خانه بود تا عابران با گذر از مقابل در خانه فعالیت های جاری در حیاط را متوجه نشوند.

یک کارشناس طراحی و معماری هم عنوان می کند: حیاط در خانه های قدیمی مرکز و قلب ساختمان بود. حیاط مرکزی همراه با ایوان در هر سمت، ویژگی خاصی بود که از گذشته های دور در معماری ایرانی وجود داشت؛ البته این امکان وجود داشت که حیاط از نظر هندسی مرکز خانه نباشد اما از نظر زندگی و انجام فعالیت ها و ایجاد ارتباط بین قسمت های مختلف خانه، مرکز خانه محسوب شود.

این کارشناس، حیاط را محلی برای برگزاری مراسم مذهبی ، عروسی و تجمع اقوام عنوان و اظهارمی کند: هر حیاط به طور معمول یک حوض و چند باغچه داشت که بسته به شرایط مختلف محلی نظیر آب و هوا و عوامل فرهنگی دارای اشکال متفاوتی بود. سازمان دهی فضاهای محصور حیاط به گونه ای بود که با تغییرات فصلی و کارکردهای مختلف اتاق های مجاور متناسب باشد. در طراحی و دکوراسیون حیاط ها به طور معمول از کاشی های رنگی استفاده می شد.

وی درباره جهت جغرافیایی خانه می گوید: جهت خانه تابع زاویه نور خورشید و قبله بود. هر چه خانه برای فصل خاصی از سال مناسب بود. در بیشتر خانه های سنتی، محور اصلی بنا، محور شمالی و جنوبی بود و بهترین موقعیت را برای گرفتن نور خورشید داشت تا در روزهای گرم تابستان از سایه و در زمستان از گرمای خورشید برخوردار باشد. فضاهای اصلی زندگی در دو سمت شمالی و جنوبی و فضاهایی که اهمیت کمتری داشتند، به خصوص فضاهای خدماتی در دو سمت شرقی و غربی ساخته می شدند.

مصرف داروی معده

برخی افراد هر زمان که در ناحیه شکم به خصوص معده دچار درد می‌شوند خودسرانه از داروهایی استفاده می‌کنند که می‌تواند آن را دچار مشکلات زیادی کند. ممکن است فرد زخم معده داشته باشد و به علت تشخیص داده نشدن بیماری این عارضه پیشرفت کند. زخم ممکن است به علت اسید یا باکتری به وجود آمده باشد که هر کدام درمان خاصی دارد و مداوای زخم نیز در مدت زمان کوتاهی انجام نمی‌شود بلکه تا ۲ ماه نیز می‌تواند طول بکشد. حتی اگر زخم معده بر اثر باکتری باشد داروی ضد اسید می‌تواند باعث تشدید و بدتر شدن عارضه شود. افراد باید حتما به پزشک مراجعه کنند، اما اگر فرد دچار سوزش شدید معده است تا زمان رجوع به متخصص از شربت‌های معده و قرص‌های جویدنی برای کاهش درد و سوزش می‌تواند استفاده کند. افرادی که پزشک تشخیص داده که زخم معده ندارند و سابقه تولید زیاد اسید معده دارند می‌توانند یک ساعت قبل از غذا شربت یا قرص‌های جویدنی استفاده کنند. در هر صورت باید از خوردن خودسرانه هر نوع دارو بدون تجویز پزشک خودداری شود.

طلاق عاطفی

گاهی زن و شوهر به خاطر هر مسئله کوچکی با هم جر و بحث می کنند و گاهی هم روزها و حتی ماه ها با یکدیگر حرف نمی‌زنند. این زن و شوهر اختلافاتشان به جایی می‌رسد که دیگر هیچ توجیهی به هم ندارند و اصلا بود و نبود همسرشان برای آن ها فرقی ندارد. طلاق عاطفی بیانگر رابطه زن و شوهری است که رو به زوال است. این نوع طلاق در مرور زمان، تنشی فزاینده میان زن و شوهر ایجاد می کند که معمولا به جدایی آن ها از یکدیگر منجر می شود. نخستین چیزی که در طلاق عاطفی میان زن و شوهر از بین می رود، جاذبه و اعتماد آن ها نسبت به هم است. وقتی یکی از زوجین مملو از نیازهای برآورده نشده در زندگی مشترک باشد، احساس غمگینی و ناامیدی در او شکل می گیرد. طلاق عاطفی را حتی طلاق پنهان نیز می نامند چرا که همسران در محیط های اجتماعی ممکن است خوب و صمیمی به نظر برسند، اما در تنهایی قادر به تحمل یکدیگر نباشند. این امر سبب می شود که آن ها از طریق راه حل های منطقی رفع کنند.

کارت دانشجویی

اینجانب نسترن آجیدان پور به شماره دانشجویی ۹۲۰۱۳۳۳ از دانشگاه دولتی بجنورد مفقود و اعتبار ندارد.

۹۶۱۱۷۶۸۸/ن

کارت دانشجویی

اینجانب احمد پنجشنبه فرزند حسین به شماره دانشجویی ۹۱۱۱۰۱۲۲۷۵ به شماره ملی ۵۲۶۰۴۱۶۹۰۲ دانشجوی رشته متالوژی از مجتمع آموزش عالی فنی و مهندسی اسفراین مفقود و فاقد اعتبار است.

۹۶۱۱۸۲۶۹/ن

مبلمان یکتا

۰۹۱۵۲۶۱۷۶۵۶ - ۰۹۱۲۰۲۷۴۷۹۵

۹۶۱۱۲۹۲۷/ن

ابلاغ اجرائیه

بدین وسیله به آقای رحمت کریم زاده بلقان علیا فرزند برات و شماره ملی ۰۰۲۸۰۷۹۰۲۱ صادره از شیروان ساکن شیروان، خیابان امام رضا(ع) ابلاغ می‌شود که بانک تجارت شعبه امام رضا شیروان به استناد قرارداد بانکی شماره ۱۳۹۰/۱۲/۲۱-۰۹۰۲۵۰۰۰۶۱ جهت وصول مبلغ ۲۰/۴۶۷/۵۲۶ ریال تا تاریخ ۱۳۹۶/۰۱/۰۷ به انضمام خسارت تأخیر متعلقه و از تاریخ مذکور تا روز تسویه کامل بدهی طبق مقررات علیه شما اجرائیه صادر نموده و پرونده اجرائی به کلاسه ۹۶۰۰۰۳۷ در این اداره تشکیل شده و طبق گزارش مأمور، محل اقامت شما به شرح متن سند شناخته نشده، لذا بنا به تقاضای بستانکار طبق ماده ۱۸ آئین نامه اجرا مفاد اجرائیه فقط یک مرتبه در یکی از روزنامه های کثیرالانتشار محلی آگهی می شود و چنان چه ظرف مدت ده روز از تاریخ این آگهی که روز ابلاغ محسوب می گردد، نسبت به پرداخت بدهی خود اقدام ننمایید، عملیات اجرائی جریان خواهد یافت.

صمد ابراهیم زاده - رئیس ثبت اسناد و املاک شیروان

۹۶۱۱۸۸۲۸/ن

ابلاغ اجرائیه

بدین وسیله به آقای مصطفی کریم زاده بلقان علیا فرزند رحیم و شماره ملی ۰۸۲۹۴۵۸۶۹۷ صادره از شیروان ساکن شیروان، خیابان امام رضا(ع) ابلاغ می‌شود که بانک تجارت شعبه امام رضا شیروان به استناد قرارداد بانکی شماره ۱۳۹۰/۱۲/۲۱-۰۹۰۲۵۰۰۰۶۱ جهت وصول مبلغ ۲۰/۴۶۷/۵۲۶ ریال تا تاریخ ۱۳۹۶/۰۱/۰۷ به انضمام خسارت تأخیر متعلقه و از تاریخ مذکور تا روز تسویه کامل بدهی طبق مقررات علیه شما اجرائیه صادر نموده و پرونده اجرائی به کلاسه ۹۶۰۰۰۳۷ در این اداره تشکیل شده و طبق گزارش مأمور، محل اقامت شما به شرح متن سند شناخته نشده، لذا بنا به تقاضای بستانکار طبق ماده ۱۸ آئین نامه اجرا مفاد اجرائیه فقط یک مرتبه در یکی از روزنامه های کثیرالانتشار محلی آگهی می شود و چنان چه ظرف مدت ده روز از تاریخ این آگهی که روز ابلاغ محسوب می گردد، نسبت به پرداخت بدهی خود اقدام ننمایید، عملیات اجرائی جریان خواهد یافت.

صمد ابراهیم زاده - رئیس ثبت اسناد و املاک شیروان

۹۶۱۱۸۸۲۱/ن

پارس پرواز اترک

تور - هواپیما - گواهینامه بین‌المللی - پلاک ترانزیت

چهارراه امیریه

۳۲۲۴۳۴۰۳-۳۲۲۴۳۲۰۳

۹۶۱۱۶۶۱۹/ن

فروش و نصب ایزوگام شرق

۵ سال بیمه
۵ سال ضمانت

ایزوگام آرام شرق: ۶۰۰۰ ت
ایزوگام تک نام شرق: ۶۵۰۰ ت
ایزوگام شرق ۶۷۳۶: ۷۵۰۰ ت

نقد - اقساط

۰۹۱۵۳۱۲۴۵۶۹

ظریف

۹۶۱۱۲۷۲۶/ن

نمایندگی ۳۹۷ - غلامی

مدیران خودرو

CHERY

TIGGO 5

پیش پرداخت ۳۸/۵۰۰/۰۰۰

۳ سال گارانتی
بدون ضامن
اقساط بلند مدت

تحویل فوری

بجنورد، میدان خرمشهر ۸۶ ۲۶ ۰۰ ۳۲
شیروان، نبش چهارراه قدم ۴۶ ۶۱ ۲۳ ۳۶

آگهی مزایده (نوبت اول)

در مورد پرونده اجرائی کلاسه ۹۴۳۶۶۱ /ش ا ج فیمابین محکوم له کلثوم شیرسوار فرزند عبدالعلی و محکوم علیه موسی جعفری فرزند حیدر مبنی بر پرداخت مهریه که محکوم علیه محکوم است به پرداخت مبلغ ۷۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال بابت اصل خواسته به انضمام خسارت تأخیر با رعایت شاخص بانک مرکزی به نرخ روز در حق محکوم له و مبلغ ۳/۵۰۰/۰۰۰ ریال بابت نیم عشر دولتی در حق دولت و با عنایت به توقیف اموال غیرمنقول به مشخصات ذیل الذکر: ۱- محل ملک واقع در ضلع شمالی روستای خداقلی شمال مدرسه ابتدایی ۲- یک قطعه زمین خانه با کاربری نامعلوم با قوانامه عادی به مساحت ۱۱۷/۹۰ مترمربع شمالاً به کوچه بن بست به طول ۳/۱۶ متر و جنوباً به طول ۶/۹۳ متر به زمین فروشنده و شرقاً به طول ۱۲/۱۵ متر وصل به جوی آب و غرباً به طول ۱۴ متر وصل به زمین فروشنده افسانه نعمایی می باشد (۱- مالک موسی جعفری می‌باشد ۲- ملک هم اکنون در حاشیه روستای خداقلی خالصه است و در اطراف ملک ساخت و سازی وجود ندارد. ۳- ملک قوانامه عادی دارد ۱۳۸/۷/۳ ۴- ملک خالصه در اجاره نیست ۵- ملک مشاع است و از پلاک ۱۰۸ فرعی از ۱۲۴ اصلی می باشد) با توجه به موقعیت مکانی ملک و ابعاد و مساحت ملک و نوع کاربری و گذر دسترسی و مبادر نظر گرفتن جمیع توسط کارشناس محترم دادگستری به مبلغ ۱۴۱/۴۸۰/۰۰۰ ریال یکصد و چهل و یک میلیون و چهارصد و هشتاد هزار ریال کارشناسی گردیده است و اینک پس از سیر مراحل قانونی مقرر گردیده که اموال توقیفی در روز سه شنبه مورخ ۹۶/۰۶/۲۱ 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 و 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.

دادورز شعبه اول اجرای احکام مدنی دادگستری بجنورد - کریمی

۹۶۱۱۷۶۸۶/م الف/۹۵۷۸

کارت دانشجویی

کارت دانشجویی به شماره ۹۲۱۳۰۱۳۱۰۷ متعلق به احسان حسن زاده دانشجوی رشته مکانیک (ساخت و تولید) مجتمع آموزش عالی و فنی مهندسی اسفراین مفقود و اعتبار ندارد.

۹۶۱۱۸۵۲۹/ن

آگهی مزایده (نوبت اول)

اداره کل راه و شهرسازی خراسان شمالی در نظر دارد مناقصه عمومی - یک مرحله ای پروژه های زیر را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید. کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد مناقصه تا ارائه پیشنهاد مناقصه گران و بازگشایی پاکتها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد و لازم است مناقصه گران در صورت عدم عضویت قبلی ، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی را جهت شرکت در مناقصه محقق سازند.

شماره مناقصه	عنوان پروژه	برآورد اولیه (میلیون ریال)	محل اجرا (شهرستان)	گواهی صلاحیت مورد نیاز	مبلغ تضمین شرکت در مناقصه (ریال)
۹۶/۰۲	ساماندهی مسیل شهرک ولیعصر شیروان	۳۹۹۷	شیروان	رشته آب حداقل پایه ۵	۲۰۰/۰۰۰/۰۰۰
۹۶/۰۳	بهسازی معابر شهرک ولیعصر شیروان	۵۸۷۰	شیروان	رشته ابنیه یا راه و ترابری حداقل پایه ۵	۲۹۴/۰۰۰/۰۰۰

*مهلت زمانی دریافت اسناد مناقصه از سایت : تا ساعت ۱۹ مورخ ۹۶/۰۶/۱۵
*مهلت زمانی ارائه پیشنهاد : تا ساعت ۱۴ مورخ ۹۶/۰۶/۲۵
*زمان بازگشایی پاکتها : ساعت ۱۳ صبح مورخ ۹۶/۰۶/۲۶
*مدت اعتبار پیشنهاد ها : ۹۰ روز
*جهت هر گونه پرسش و یا دریافت اطلاعات جهت انجام مراحل عضویت در سامانه به درگاه سامانه به آدرس www.setadiran.ir مراجعه گردد.
*هزینه چاپ آگهی کلیه نوبتها به عهده برنده مناقصه می باشد.

۸۰۲۸۵/م الف

اداره روابط عمومی راه و شهرسازی خراسان شمالی

۹۶۱۱۸۹۲۲/ن

آگهی مزایده

آگهی مزایده اموال غیرمنقول (اسناد رهنی)

برابر درخواست بستانکار بانک سپه به شرح وارده به شماره ۱۳۹۶۰۵۰۰۷۱۴۱۰۰۴۱۱۸ - ۱۳۹۶/۰۴/۲۶ نسبت به مزایده ششدانگ یک دستگاه آپارتمان مسکونی به مساحت ۱۰۵/۵۹ مترمربع واقع در طبقه دو که (۵/۴۸) پنج متر و چهل و هشت دسیمترمربع آن تراس مسقف است به انضمام پارکینگ قطعه چهار تفکیکی به مساحت (۱۲/۵) دوازده متر و پنجاه دسیمترمربع واقع در طبقه همکف، به انضمام انباری قطعه چهار تفکیکی به مساحت (۲/۳۸) دو متر و سی و هشت دسیمترمربع واقع در طبقه همکف، با قدرالسهم از عرصه و سایر مشاعات و مشترکات طبق قانون تملک آپارتمان ها و آئین نامه اجرایی آن به شماره پلاک ثبتی ۷۵۹۶ مفروز و مجزا از ۷۵۶۲ فرعی از ۱۶۹- اصلی واقع در صدرآباد بخش دو بجنورد که سند مالکیت آن ذیل ثبت ۸۳۹۴۹ و صفحه ۴۹ دفتر ۵۵۸ به نام مرحومه یاخشی زمانی فرزند امیر به ش ش ۱۶۵ و شماره ملی ۰۶۸۰۹۹۶۶۰۵ مدیون و وثیقه گذار پرونده اجرائی کلاسه ۱۳۹۵۰۴۰۰۷۱۴۱۰۰۱۰۰۰ و به شماره بایگانی ۹۵۰۱۱۲۷ صادر و تسلیم شده است و برابر سند رهنی شماره ۲۷۷۳۸ - ۱۳۹۲/۰۴/۲۲ دفترخانه اسناد رسمی شماره ۲۱ بجنورد در رهن بانک سپه قرار گرفته است و محدود به حدود زیر: شمالاً: دیوار و پنجره است به طول (۸/۰۱) هشت متر و یک سانتیمتر به فضای حیاط خلوت. شرقاً: در نه قسمت که قسمتهای چهارم، ششم و هشتم آن شمالی، قسمت دوم آن جنوبی است. اول دیوارست مشترک به طول (۳/۴۰) سه متر و چهل سانتیمتر به آپارتمان قطعه ۳. دوم دیوارست به طول (۲/۴۰) دو متر و چهل سانتیمتر به راه پله و آسانسور مشاعی. سوم درب و دیوار است به طول (۳/۶۵) سه متر و شصت و پنج سانتیمتر به راه پله و آسانسور مشاعی. چهارم دیوارست به طول (۱/۶۵) یک متر و شصت و پنج سانتیمتر به راه پله و آسانسور مشاعی. پنجم دیوارست به طول (۱/۵۰) یک متر و پنجاه سانتیمتر به راه پله و آسانسور مشاعی. ششم دیوارست به طول (۰/۳۵) سی و پنج سانتیمتر به راه پله و آسانسور مشاعی. هفتم دیوارست به طول (۰/۴۰) چهل سانتیمتر به داکت. هشتم دیوارست به طول (۰/۴۰) چهل سانتیمتر به داکت. نهم دیوارست مشترک به طول (۷/۴۷) هفت متر و چهل و هفت سانتیمتر به آپارتمان قطعه ۳. جنوباً: در پنج قسمت که قسمت های سوم و چهارم آن غربی است اول دیوار و پنجره است قوس بیرونی به طول (۲/۷۲) دو متر و هفتاد و دو سانتیمتر به فضای حیاط مشاعی. دوم دیوار و پنجره است به طول (۰/۴۵) چهل و پنج سانتیمتر به فضای حیاط مشاعی. سوم دیوار و پنجره است به طول (۱/۳۰) یک متر و سی سانتیمتر به فضای حیاط مشاعی. چهارم دیوار و پنجره است به طول (۰/۴۵) چهل و پنج سانتیمتر به فضای حیاط مشاعی. پنجم دیوار و پنجره است به طول (۵/۱۳) پنج متر و سیزده سانتیمتر به فضای حیاط مشاعی. غرباً: در پنج قسمت که قسمت دوم آن شمالی، قسمت چهارم آن جنوبی است. اول دیواریست به طول (۶/۹۱) شش متر و نود و یک سانتیمتر به فضای ملک مجاور. دوم دیواریست به طول (۰/۸۰) هشتاد سانتیمتر به داکت. سوم دیواریست به طول (۱/۲۰) یک متر و بیست سانتیمتر به داکت. چهارم دیواریست به طول (۰/۸۰) هشتاد سانتیمتر به داکت. پنجم دیواریست به طول (۵/۵۹) پنج متر و پنجاه و نه سانتیمتر به فضای ملک مجاور سقف با کف طبقه سه اشتراکی است کف با سقف طبقه یک اشتراکی است و حقوق ارتفاقی ملک، طبق قانون تفکیک و تملک آپارتمان ها و آئین نامه اجرایی آن می باشد که توسط کارشناس مورد ارزیابی قرار گرفته و ششدانگ پلاک مذکور به مبلغ ۱/۶۹۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال برآورد شده و نظریه ارزیابی قطعی گردیده است ملک در روز یکشنبه مورخه ۱۳۹۶/۰۶/۲۶ - از ساعت ۹ تا ۱۲ ظهر در محل شعبه اجرای ثبت بجنورد واقع در بجنورد چهارراه استادیوم روبروی بخشداری مرکزی اداره ثبت اسناد و املاک بجنورد به مزایده گذاشته می شود، خریداران می توانند در وقت مقرر در محل برگزاری مزایده حاضر شده و در جلسه شرکت نمایند، مزایده فقط در یک نوبت برگزار می گردد و از میانع یک میلیارد و ششصد و نود میلیون ریال شروع و به بالاترین قیمت پیشنهادی از طرف خریدار فروخته می شود و مطابق ماده ۱۳۶ – آئین نامه اجرا کل مبلغ نقداً دریافت می گردد. چنانچه زائد بر مبلغ مندرج در آگهی خریداری گردد حق مزایده نسبت به مازاد مبلغ ارزیابی بر عهده برنده مزایده است. پرداخت بدهی های مربوط به آب، برق و گاز اعم از حق اشتراک و یا حق اشتعاب و یا حق اشتراک و مصرف و نیز بدهی مالیاتی و عوارض شهرداری و غیره که رقم قطعی آن ها معلوم نمی باشد تا تاریخ مزایده به عهده برنده مزایده است.

مشخصات ملک مطابق نظریه کارشناس: ملک فوق به مساحت ۱۰۵/۵۹ مترمربع در طبقه دوم غربی می باشد به انضمام پارکینگ قطعه ۴ به مساحت ۱۲/۵ مترمربع و انباری قطعه ۴ به مساحت ۲/۳۸ مترمربع در همکف می باشد و راه پله و آسانسور مشاعی دارد و دارای هال و پذیرایی و دو اتاق خواب و آشپزخانه و سرویس بهداشتی و حمام می باشد و دارای امتیازات آب، برق، گاز و تلفن و در یک مجموعه ۸ واحدی با اسکلت بتنی و نمای سنگ می باشد و شماره پایانکار ۶۵۵۱۴ مورخه ۱۳۹۲/۰۲/۰۴ می باشد و نشانی ملک جهت بازدید بجنورد - خیابان طالقانی شرقی - کوچه کلانتری ۱۱ - سه راه سوم - سمت راست قطعه سوم دست چپ - پلاک ۶۹ می باشد.

تاریخ انتشار: ۱۳۹۶/۰۶/۰۸

علیخان نادری - رئیس ثبت اسناد و املاک بجنورد

۹۵۷۹/م الف

۹۶۱۱۷۶۰۰/ن

از دیگر اجناس فروشگاه طرح جدید

تخفیف ویژه از ۵٪ تا ۲۵٪ کت و شلوارهای دامادی و مجلسی در فروشگاه پوشین همت

(با بهترین دوخت و پارچه های ایرانی) متنوع در طرح و رنگ

کت و شلوار با بهترین کیفیت و نازلترین قیمت جهت حجاج گرامی

بجنورد، خیابان دهخدا، بین دهخدای ۴ و ۶

تلفن: ۳۲۴۲۱۹۲۶ مانکنان ۰۹۳۶۱۵۰۰۶۷۷

فروشگاه پوشین همت در این روزهای گرم تابستانی زاله رو بروی بیمارستان تأمین اجتماعی نبش جمران ۲۱ را بپیشنهاد می دهد.

۹۶۱۰۰۹۲۹/ن

لجبازی کودکان

علوی- لجبازی در کودکان به طور معمول از سن ۳ سالگی آغاز می‌شود و می‌تواند با رفتارهای نادرست اطرافیان در کودک نهادینه شود. بچه ها لجبازی می کنند زیرا می‌خواهند نظر خودشان را ابراز کنند، جایگاه خود را به بزرگ ترها و در یک کلام خودشان را نشان دهند. کودکان با لجبازی کردن سعی دارند تا دیده شوند و دیگران آن ها را مهم بپندارند. بیشتر لجبازی های کودکان در خانواده هایی اتفاق می افتد که در آن والدین اهمیت کمتری به کودکان خود می دهند، آن ها را نمی‌بینند، زورگویی می کنند، به پرخاشگری متوسل می‌شوند یا بدون پرسیدن نظر آن ها، کار خود را انجام می دهند در حالی که کودکان در این سنین نیاز مبرم دارند احساس استقلال کنند و در واقع لجبازی کردن برای نشان دادن خود و حس استقلال است. از سوی دیگر، کودکان گاهی به دلیل خشم‌های ابراز نشده، با نافرمانی یا پافشاری روی یک رفتار، سعی در عصبانی کردن شما دارند. این رفتار هم برچسب لجبازی می‌خورد اما عاملی متفاوت باعث شکل‌گیری آن شده است. برای جلوگیری از لجبازی کودکان باید نظر آنها را در موارد مختلفی که مربوط به آن هاست جویا شویم؛ به عنوان مثال نظر کودک در انتخاب نوع اسباب بازی ها و لباس هایش را باید بپرسید و اهمیت دهید هر چند بر خلاف میل شما باشد. همچنین از سیستم تشویق استفاده کنید. در ازای رفتار مناسب، به او پاداش دهید و در ازای رفتار اشتباه، پاداش را حذف کنید. اگر کودک برای رسیدن به آن چه می خواهد شروع به گریه یا داد کشیدن کند والدین باید به او بی‌توجه باشند تا یاد بگیرد روش رسیدن به خواسته‌هایش لجبازی نیست تا کم کم این شیوه را حذف کند.

کم آبی بدن

نوشیدن حداقل یک لیتر آب چه برای زنان و چه برای مردان، ضروری است. حتی اگر نشانه‌های کم آبی را در بدن ندارید، باز هم از مایعات به نوشیدن آب کافی در طول روز کمک کنید. علاوه بر این مصرف زیاد میوه‌های آبدار و سبزه و سبزیجات باعث افزایش میزان آب بدن و هم‌چنین افزایش جذب ویتامین‌ها و املاح معدنی می‌شود. نشانه‌های کم آبی در بدن را جدی بگیرید و به محض مواجه شدن با ۱۰۰ اخطار، نوشیدن آب را در اولویت قرار دهید. یک علت عمده بد بو شدن تنفس، کاهش میزان بزاق و خشکی دهان است.

بزاق عامل پاک کننده دهان از باکتری‌هاست و هنگامی که در نتیجه کم آبی بدن کاهش می‌یابد، باکتری‌های دهان افزایش می یابد و تنفس شما بدبو می‌شود. کم آبی باعث می‌شود تا عضلای بدن نتوانند گلیکوژن و دیگر اشکال انرژی را آزاد کنند چون برای آزاد کردن آن‌ها نیازمند آب هستند. این باعث می‌شود تا بدن هوس خوردن مواد غذایی مخصوصا مواد شیرین را داشته باشد چرا که بدن نمی‌تواند گلیکوژن را تولید کند. قبل از این که سراغ چیز های شیرین بروید یک لیوان آب میل کنید.