

پوست در خشان و چشم عقاب با این آجیل

صدآتلاین: با خوردن بادام هندی بوستان درخشندگی پیدا خواهد کرد، زیرا بادام هندی منبع مس و آنتی اکسیدان است و با خوردن آن افراد کمتر دچار بیماری‌های مختلف خواهند شد. این آجیل در رشد مو بسیار مفید خواهد بود، زیرا دارای زینک است. بادام هندی به استحکام استخوان و بینایی افراد کمک خواهد کرد.

به گزارش صدآتلاین، بادام هندی سرشار از لوتین و زناگزانتین است؛ آنتی‌اکسیدان‌هایی که برای حفظ سلامت چشم خیلی مهم هستند. به دلیل منیزیم موجود در این نوع بادام، برای رفع سردردهای میگرنی توصیه می‌شود. با خوردن بادام هندی دندان‌های سالمی خواهید داشت. یکی از عناصر مفید بادام هندی آنکاردیک اسید است؛ این اسید می‌تواند باکتری‌هایی که باعث پوسیدگی دندان می‌شود را نابود کند. البته بادام هندی را نباید روزانه بیشتر از ۵ عدد مصرف کرد.

این گیاه دارویی خوشبو قاتل استرس است!

باپونه یکی از گیاهان دارویی است که می‌تواند برای درمان مشکلات عصبی و استرس مفید باشد. به گزارش مشرق، مصرف گیاه باپونه استرس و ناراحتی را از انسان دور می‌کند و متخصصان طب سنتی نیز مصرف این ماده را برای درمان سرماخوردگی توصیه می‌کنند. انسان‌ها ممکن است گاهی اوقات دچار اضطراب و یا استرس شوند و این احساس اضطراب و ناراحتی برای هیچ فردی بیگانه نیست؛ اما در زمان استرس، خوردن برخی از گیاهان می‌تواند به کاهش اثر این استرس و عوارضی که می‌تواند بر بدن داشته باشد، کمک کند.

باپونه یکی از همین گیاهان دارویی است که می‌تواند برای درمان مشکلات عصبی و استرس مفید باشد؛ وجود باپونه در دنیا به دو هزار سال پیش برمی‌گردد و در کشورهای مختلف مانند مصر از آن استفاده‌های بسیاری صورت می‌گرفت؛ به‌طوری که شاهزاده‌های مصری گل‌های باپونه را به پوست خود می‌مالیدند تا پوست خود را جوان نگه دارند. متخصصان طب سنتی بر این باورند که باپونه می‌تواند علاوه بر کاهش اضطراب و افسردگی به تسکین درد معده نیز کمک کند. این گروه از پزشکان معتقدند باپونه دارویی آرامبخش است که بخار آن مستقیم به بخش بویایی مغز می‌رود و همین موضوع موجب کاهش استرس خواهد شد. از طرفی مصرف گیاه باپونه موجب کاهش درد دندان و کمر نیز خواهد شد و مادهای مفید در خصوص درمان سرماخوردگی است؛ درمان تب‌هوع، استراخ و برطرف کردن سوختگی پوست از دیگر فواید مصرف گیاه باپونه است.

رژیم غذایی مدیترانه‌ای می‌تواند مردان افسرده را درمان کند



بررسی جدید پژوهشگران «دانشگاه فناوری سیدنی» نشان می‌دهد که رژیم غذایی مدیترانه‌ای می‌تواند افسردگی را در مردان جوان درمان کند.

به گزارش ایسنا و به نقل از نیو اتلس، ارائه مجموعه شواهدی در مورد این که رژیم غذایی چگونه می‌تواند بر سلامت روانی ما تأثیر بگذارد، همچنان ادامه دارد زیرا پژوهش‌ها، خطرات عادات غذایی ناسالم را نشان می‌دهند. یک پژوهش جدید، این پدیده را در مردان جوان مبتلا به افسردگی بالینی مورد بررسی قرار داده و نشان داده است که پیروی از رژیم غذایی مدیترانه‌ای می‌تواند به کاهش سریع و قابل توجه نشانه‌های افسردگی کمک کند.

این پژوهش که توسط دانشمندان «دانشگاه فناوری سیدنی» (UTS) انجام شده، بر سلامت روانی مردان جوان متمرکز است. افسردگی، یکی از شایع‌ترین اختلالات سلامت روانی است و یک عامل خطر مهم برای خودکشی به شمار می‌رود. براساس آمار دولتی، بیش از سه چهارم مرگ و میرهای ناشی از خودکشی در استرالیا، در مردان صورت می‌گیرد.

این پژوهش، ۷۲ شخص بین ۱۸ تا ۲۵ سال مبتلا به افسردگی متوسط تا شدید را در بر داشت که رژیم‌های غذایی نامناسب داشتند. شرکت‌کنندگان به طور تصادفی به دو گروه تقسیم شدند که رژیم غذایی خود را به رژیم مدیترانه‌ای تغییر داده بودند یا از نوعی حمایت اجتماعی به نام دوستی‌درمانی برخوردار شده بودند.

«جسیکا بیز» (Jessica Bayes)، پژوهشگر ارشد این پروژه گفت: تمرکز ابتدایی بر افزایش کیفیت رژیم غذایی با غذاهای کاملاً تازه و در عین حال، کاهش مصرف فست فود، شکر و گوشت قرمز فراوری شده بود. ارزیابی‌ها در آغاز، اواسط و پایان آزمایش ۱۲ هفته‌ای، با

که تغییر میکروبیوم روده با کمک آنتی‌بیوتیک‌ها یا پیوند مدفوع چگونه می‌تواند رفتارهای افسردگی را در موش‌ها کاهش دهد.

بیز گفت: دلایل بسیاری وجود دارند که نشان می‌دهند چرا از نظر علمی فکر می‌کنیم که غذا بر خلق و خو تأثیر می‌گذارد. به عنوان نمونه، حدود ۹۰ درصد از سروتونین، ماده شیمیایی که به ما کمک می‌کند تا احساس شادی کنیم، توسط میکروب‌های روده ما ساخته می‌شود. شواهد جدیدی وجود دارند که نشان می‌دهند این میکروب‌ها می‌توانند از طریق عصب واگ، با مغز ارتباط برقرار کنند. برای داشتن میکروب‌های مفید باید از فیبری که در حبوبات، میوه‌ها و سبزیجات وجود دارد، تغذیه کنیم. یکی از مزایای تغییر رژیم غذایی به عنوان درمانی برای افسردگی، امکان تبعیت بیشتر بین بیماران است. در حالی که روش‌های سنتی مانند درمان شناختی رفتاری یا داروهای ضد افسردگی برای بخش قابل توجهی از مردم مؤثر نیستند، ایده نوظهور «روان‌پزشکی تغذیه‌ای» که در آن از مواد مغذی و عادات غذایی خاص استفاده می‌شود، می‌تواند یک جایگزین سودمند باشد.

بیز افزود: ما از اینکه مردان جوان چقدر به پیروی از رژیم غذایی جدید مایل بودند، شگفت‌زده شدیم. افرادی که از رژیم مدیترانه‌ای پیروی کردند، توانستند رژیم غذایی اصلی خود را تحت راهنمایی یک متخصص تغذیه در زمان کوتاهی تغییر دهند. این امر نشان می‌دهد که پزشکان و روانشناسان باید ارجاع دادن مردان جوان افسرده به یک متخصص تغذیه یا رژیم‌درمانی را به عنوان یک مؤلفه مهم در درمان افسردگی بالینی در نظر بگیرند.

این پژوهش، در «The American Journal of Clinical Nutrition» به چاپ رسید.

دو نکته برای حل و فصل اختلافات

تهیه کننده: نجمه ودیعی مشاور و مددکار اجتماعی کلانتری ۲۸ صدرا شیراز

همیشه برای اختلاف‌نظرها یک راه‌حل وجود دارد؛ افرادی که سازش را انتخاب می‌کنند، آن راه‌حل را نیز خواهند یافت. معمولاً هنگامی که در جست‌وجوی روش‌هایی برای حل و فصل اختلافات میان خود هستید، می‌توانید از چند روش استفاده نمایید. یکی از این روش‌ها این است که شما محلی را برای اجابت خواسته‌ها پیدا می‌کنید و با هم به توافق می‌رسید که هر یک از شما بخشی از کاری را که می‌خواهید انجام دهید و این در حالی است که هر دوی شما قدری هم فداکاری می‌کنید. غالباً اختلافات با این روش حل و فصل می‌شوند. این رویکرد اجابت خواسته‌های هر دو طرف نام دارد و بدان معناست که چیزی را مابین عقاید اولیه خود بیابید، طوری که هر دو به این توافق برسید که برایتان کارآمد است.

اجابت خواسته‌های یکی از طرفین روش بعد برای حل و فصل مشکلات روشی است که من آن را «اجابت خواسته یکی از طرفین» می‌نامم. این بدان معناست که پس از اینکه شما عقاید و احساسات یکدیگر را می‌شنوید، یکی از شما در این موقعیت تصمیم می‌گیرد که بهترین عقیده، عقیده‌ای است که طرف مقابل در ذهن دارد. این یک فداکاری مطلق از جانب یکی از طرفین و چشم‌پوشی از عقیده اولیه‌اش است که ترجیح می‌دهد خواسته همسرش را انتخاب کند و آن را با یک دیدگاه مثبت انجام دهد. شما انتخاب می‌کنید که خواسته همسرتان را انجام دهید، چون او را دوست دارید، چون به او توجه می‌کنید و می‌بینید که این امر چقدر برای او مهم است. گاهی اوقات تصمیم برای موافقت با عقیده طرف مقابل به فداکاری بزرگی نیاز دارد، با وجود این، عشق همیشه مستلزم بعضی از فداکاری‌هاست.

پذیرش یک واقعیت
در زندگی ما باید در زندگی مشترک این واقعیت را بپذیریم که دعوایی خواهیم داشت. مشاجرات نشانه این مطلب نیستند که شما با فرد نامناسبی ازدواج کرده‌اید. مشکلات صرفاً مبین این امر هستند که ما انسان هستیم. همه ما به این سمت گرایش داریم که گمان می‌کنیم عقایدمان بهترین عقاید هستند. آنچه را که تشخیص نمی‌دهیم، این است که همسرمان هم همین گمان را در مورد عقایدش دارد. منطق آنها با منطق شما موافق نخواهد بود و احساسات آنها، احساسات شما را منعکس نخواهد کرد. عقاید و دریافت‌های ما از زندگی تحت‌تأثیر پیشینه، ارزش‌ها و شخصیت ما قرار دارد و این عوامل برای هر یک از ما متفاوت است، پس باید به این امر توجه داشت.

مرکز مشاوره آرامش پلیس فارس، واقع در پل حر، روبه‌روی کلانتری ۱۱، آماده ارائه خدمات مشاوره‌ای رایگان در زمینه‌های روان‌شناسی، خانوادگی، اجتماعی، حقوقی، تربیتی، ازدواج و... می‌باشد. تلفن پذیرش و نوبت‌دهی: ۰۷۱۳۲۲۲۷۰۰۶
همچنین سامانه تلفنی مرکز مشاوره آرامش پلیس فارس با شماره ۰۹۶۵۸۰ آماده ارائه خدمات مشاوره تلفنی در زمینه‌های مختلف خانوادگی، اجتماعی، ازدواج، تربیتی و... می‌باشند. شهروندان عزیز می‌توانند در صورت تمایل شماره ۰۹۶۵۸۰ را شماره‌گیری نموده و از خدمات مشاوره تلفنی استفاده نمایند.

این روغن دوی در همه بیماری‌ها



کارگر آتلاین: گیاهان درمان‌های طبیعی برای تمام انواع اختلالات سلطانی را در اختیار بدن قرار می‌دهد. در چین برای سطوح بالای قند خون، لیمو برای تقویت سیستم ایمنی بدن و چای سبز برای محافظت در برابر سموم. گیاهان شگفت‌انگیز بسیار زیادی در این سیاره وجود دارند، اما چند گیاه نسبت به بقیه برتری دارند. به گزارش کارگر آتلاین، سیاه دانه (نام علمی: nigella sativa) که خوبی می‌تواند یکی از این گیاهان باشد، مطالعات طیف گسترده‌ای از فواید روغن سیاه دانه و خود سیاه دانه را کشف کرده‌اند.

مبارزه با دیابت
مطالعه‌ای نشان داد که مصرف تنها دو گرم سیاه دانه در روز می‌تواند به کاهش میزان قند ناشناختن کمک کند. برای کسانی که در مورد دیابت نگران هستند، قند خون باید کنترل شود. روغن سیاه دانه نه تنها می‌تواند قند خون را کنترل کند، بلکه مانع از ایجاد مقاومت بدن به انسولین می‌شود، عملکرد سلول‌های بتا را افزایش می‌دهد و هموگلوبین گلیکوزیله را کاهش می‌دهد.

جلوگیری از تشنج
برای کسانی که مبتلا به صرع هستند، روغن سیاه دانه ممکن است مفید باشد. یکی از مزایای آن در توانایی سیاه دانه در جلوگیری از تشنج نهفته است. مطالعاتی در سال ۲۰۰۷ کشف کرد که مصرف روغن سیاه دانه در آب به طور چشمگیری باعث کاهش تشنج می‌شود.

کشتن باکتری معده
باکتری هلیکوباکتری یکی از علل اولیه مشکلات معده است، اما به لطف ترکیبات ضد باکتریایی سیاه دانه، شما می‌توانید یک بار برای همیشه از شر آن‌ها خلاص شوید.

پیشگیری از آسم

مطالعه‌ای در سال ۲۰۰۹ نشان داد که تیموکینین در این روغن، ترکیب ضد آسم قوی است. اعتقاد بر این است که برای درمان آسم بیشتر از داروهای فلوربتیکون مؤثر است. در مطالعه دیگری، جوشانده سیاه دانه در آب می‌تواند به باز کردن مجاری هوا و جلوگیری از حملات آسم کمک کند.

کمک به ترک مواد مخدر

ترک اعتیاد به مواد مخدر یکی از سخت‌ترین کارها در جهان است، اما روغن سیاه دانه ممکن است این کار را آسان‌تر کند. مطالعه‌ای نشان داد که سیاه دانه می‌تواند با مدیریت علائم ترک که در هنگام تلاش برای ترک مواد مخدر بروز می‌کنند، به کاهش علائم وابستگی به مواد مخدر کمک کند. سیاه دانه به اندازه درمان طولانی مدت برای ترک عادات دارویی مؤثر در نظر گرفته می‌شود.

درمان MRSA

استافیلوکوک اورئوس مقاوم به متی‌سلین نوعی باکتری است که قادر به مقاومت در برابر اثرات داروهای ضد باکتری شایع است. این باکتری مقاوم به دارو، نسبت به درمان عفونت معمولی استافیلوکوک دشوارتر است. اما در مطالعه‌ای ثابت شد، روغن سیاه دانه در برابر ایزوله باکتری مؤثر است. در حالی که ممکن است سیاه دانه درمان مزمن محسوب نشود، اثبات این واقعیت که ترک سیاه دانه مؤثر بوده است، ارزش امتحان کردن آن به عنوان درمانی برای باکتری مقاوم به دارو را دارد.

همان طور که می‌بینید، دلایل بسیار خوبی برای افزودن روغن سیاه دانه به زندگی شما وجود دارد. فواید آن بسیار زیاد هستند، بنابراین ارزش دارد مقداری از آن را روی غای خود بریزید و از آن برای بهبود سلامت خود را بدون عوارض بی شمار ناشی از داروهای شیمی‌درمانی سرکوب می‌کنند.

کاهش فشار خون

مصرف سیاه دانه بین بدهی‌های ۱۰۰ تا ۲۰۰ میلی‌گرم دو بار در روز می‌تواند به کاهش فشار خون کمک کند. با توجه به این که بیماری قلبی، قاتل شماره ۱ در جهان امروز است، قطعاً فشار خون نگرانی بزرگی به شمار می‌رود. با روغن سیاه دانه، می‌توانید فشار خون خود را کنترل کنید و خطر ابتلا به حملات قلبی را کاهش دهید.

سرکوب رشد سلول‌های سرطانی

در یک مطالعه حیوانی، روغن سیاه دانه به منظور درمان سرطان کولون به موش‌ها داده شد. این روغن تقریباً همانند بعضی از داروهای مورد استفاده در شیمی‌درمانی برای سرطان روده بزرگ مؤثر است و پیشرفت سرطان را بدون عوارض بی شمار ناشی از داروهای شیمی‌درمانی سرکوب می‌کند.

دادگستری یک حلقه چاه کشاورزی از محل چاه در اراضی کشاورزی پلاک ۱۰۲ قطعه دو بخش ۶ فارسی برررسی میدانی بعمل آمد. سپس با مراجعه کارشناس مربوطه به اداره امور منابع آب شهرستان مرودشت، پرونده کلاسه چاه مزبور به شماره ۲۲۰۶۱۵۰ و کد اشتراک ۱۵۴۸۲۷ در مختصات جغرافیایی ۰۶۶۰۴۴۰ : ۳۲۲۰۱۱۴ . X : ۵۷ : مطالعه گردیده چاه فوق دارای عمق ۱۰۰ متر، لوله حدار ۱۱۲، اینچ، سرر تخلیه ۳ اینچ که در روز بازدید غیرفعال بود و دارای شرایط ماده ۱۰ و ۱۱ آیین نامه اجرایی قانون توزیع عادلانه آب و همچنین ماده ۱۳ آیین نامه اجرایی قانون تعیین تکلیف طبق مدارک ابزازی در پرونده چاه مزبور می‌باشد و میزان سهم (دو هفتم) از چاه واقع در پلاک فوق سهم الارث آقای حمید موثقی از خانم فرنگیس ارمی) آقای حمید موثقی در چاه موجود در زمین مذکور به مبلغ ۱/۶۶۲/۸۵۷/۱۴۳ ریال معادل یکصد و شش و شش میلیون و دو صد و هشتاد و پنج هزار و هفتصد و چهارصد تومان ارزیابی و کارشناسی گردیده است که مزایده پلاک فوق و چاه موجود در آن سهم مدیون آقای حمید موثقی (دو هفتم) از ساعت ۹ الی ۱۲ روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۴/۰۷ در اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان مرودشت به نفع خانم فرنگیس ارمی از خلو فرزند علی حسین است و مزایده در روز ۱۳ شهریور ماه ۱۳۷۴/۲/۲۷ - ۱۸۸۴ دفتر ازدواج شماره ۱۴ شیراز از طریق مزایده به فروش می‌رسد مزایده پلاک مذکور و چاه موجود در آن از مبلغ جمعا ۱۶/۹۲۲/۸۵۷/۱۴۳ ریال شروع و به بالاترین قیمت پیشنهادی نقداً به فروش می‌رسد لازم به ذکر است پرداخت بدهی‌های مربوط به آب، برق، گاز اعم از حق انشعاب و یا حق اشتراک و مصرف در صورتی که مورد مزایده دارای آنها باشد و نیز بدهی‌های مالیاتی و عوارض شهرداری و غیره تا تاریخ مزایده اعم از اینکه رقم قطعی آن معلوم نشده یا نشده باشد به عهده برنده مزایده است و نیز در صورت وجود مازاد، وجوه پرداختی بابت هزینه‌های فوق از محل مازاد به برنده مزایده مسترد خواهد شد و نیم عشر و حق مزایده نقداً وصول می‌گردد ضمناً شرکت در مزایده مستلزم پرداخت مبلغ ده درصد از مبلغ پایه کارشناسی در وقت مزایده می‌باشد. این آگهی یک نوبت در روزنامه شیرازتونین درج لذا خریداران می‌توانند در وقت مقرر در محل حراج حاضر و در جلسه مزایده شرکت نمایند. ضمناً در صورت تیکه روز مزایده بدلیل عوامل غیرمترقبه تعطیل اعلام گردد روز بعد از آن مزایده برگزار می‌گردد.

تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۳/۲۵
۳۷۵/م.الف - رضا حقانی نیا - رئیس واحد اجرای حوزه ثبت ملک مرودشت

آگهی فقدان سند مالکیت بخش ۷ شیراز

خانم فرنگیس پارسا با تسلیم دو برگ استشهادیه که در دفتر اسناد رسمی شماره ۱۷۸ شیراز تنظیم گردیده است مدعی است که تعداد یک برگ سند مالکیت مربوط به شش‌دانگ پلاک ۱۶/۱۲۵ واقع در بخش هفت شیراز که به نام فرنگیس پارسا ثبت و سند مالکیت بشماره ۱۰۵۵۴۷/ب/۹۹ صادر و به موجب سند شماره ۱۰۹۲۹۲ مورخ ۱۳۷۴/۱۰/۱۲ تقدر ۵۹ شیراز نزد بانک کشاورزی در رهن است و به علت سهول انگاری مفقود گردیده است و نامبرده تقاضای صدور سند المثنی نموده است مراتب طبق ماده ۱۱۰ اصلاحی آیین نامه قانون ثبت آگهی می‌شود که هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای کرده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می‌باشد تا ده روز پس از انتشار آگهی به ثبت محل مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله تسلیم نماید و اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی ننویسد و یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود ارائه ثبت سند مالکیت المثنی را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد.

تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۲/۲۵

۳۷۳/م.الف - ناحیه ۱ - رئیس واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز - از طرف نصب اله حیدری ار جلو

آگهی ابلاغ مراتب کارشناسی

شماره یابگانی پرونده: ۱۴۰۱۰۱۱۰
بدین وسیله به - آقای علی قلندری نام پدر: حیدر تاریخ تولد: ۱۳۴۹/۶/۱۲ شماره ملی: ۲۸۹۶۸۶۴۴۰ شماره شناسنامه: ۲۲۳ - سعیده قلندری فرزند علی به شماره شناسنامه ۴۹۱ تاریخ تولد ۱۳۶۵/۱۲/۱۱ که دملی ۲۴۳۳۱۵۲۴۴۵ - سوسن ابراهیمی فرزند رضا به شماره شناسنامه ۹۵۴۸۲ دملی ۲۲۹۰۹۵۳۱۲۱ تاریخ تولد ۱۴۴۰/۴/۱۳ ورته مرحوم امین ابراهیمی نام پسر: رضا تاریخ تولد: ۱۳۳۸/۱۰/۰۳ شماره ملی: ۲۲۹۰۹۵۳۱۲۱ شماره شناسنامه: ۹۵۴۸۱ که ایشان فوت نموده ابلاغ می‌گردد که خانم سمیه کشاورز فرزند حسن به شماره شناسنامه ۶۱۲۳ تاریخ تولد ۱۳۴۴/۱۰/۱۳ دملی ۲۴۳۰۶۱۲۳۸ با موضوع لزم الاجرا به هده به یک جلد کلام اله مجیدیهائی و خرید ده من نمک طعام و پنج مثقال طلا به ارزش پنجاه هزار ریال و بانضمام مبلغ دو صدست و پنجاه هزار ریال و جمعاً می‌شود مبلغ سی هزار تومان وجه جاری موضوع سند ازدواج شماره ۵۴۴۴ مورخ ۱۳۵۹/۱۰/۱۴ دفتر ازدواج شماره ۱۵۹ شیراز بدهنکار می‌باشید و در قبال مهر به خود پلاک ۱۳۷/۵۵۰ واقع در قطعه دو بخش ۵ فارس در دفتر بازداشتی بازداشت و توقیف گردیده لذا طبق ماده ۸۷ آیین نامه اجرای مراتب بشما اخطار می‌شود ضمناً هرگونه نقل شرایط ماده ۱۰ و ۱۱ آیین نامه اجرایی است و ترتیب اثر داده نمی‌شود. بر اثر عدم پرداخت تسلیم نمایید. ضمناً به اعتراضی که خارج از موعد یا فاقد فیش بانکی دستمزد کارشناس تجدیدنظر باشد ترتیب اثر داده نخواهد شد. بر اثر عدم پرداخت وجه به بستانکار لذا طبق ماده ۱۸ و ۱۹ آیین نامه اجرایی مفاد اسناد رسمی به شما ابلاغ می‌گردد از تاریخ انتشار این آگهی که تاریخ ابلاغ محسوب است فقط یک نوبت در روزنامه شیرازتونین درج و منتشر می‌گردد در خصوص پرونده اجرایی کلاسه فوق، به موجب گزارش کارشناس رسمی دادگستری موازی سه دانگ مشاع از شش‌دانگ پلاک ثبتی فرعی: ۵۵۰ از پلاک اصلی ۱۲۷ واقع در قطعه دو بخش ۵ فارس به مبلغ ۱۱۵۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال ارزیابی گردیده لذا چنانچه به مبلغ ارزیابی پلاک مذکور معترض می‌باشید، اعتراض کتبی خود را ظرف مدت پنج روز از تاریخ ابلاغ این اخطار به منضمه فیش بانکی دستمزد کارشناس تجدیدنظر به مبلغ ۲۱۰۰۰/۰۰۰ 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. بر اثر عدم پرداخت وجه به بستانکار لذا طبق ماده ۱۸ و ۱۹ آیین نامه اجرایی مفاد اسناد رسمی به شما ابلاغ می‌گردد از تاریخ انتشار این آگهی که تاریخ ابلاغ محسوب است فقط یک نوبت در روزنامه شیرازتونین درج و منتشر می‌گردد.

۳۷۶/م.الف - رضا حقانی نیا - مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مرودشت



عکس از: الهه پورحسین
پنجره گردشگری در باغ ارم شیراز