پرسش و پاسخ

تجویز داروها، تنها با معاینه بالینی و گرفتن شرح حال امکان پذیر است و اگر در پاسخ به سوالات مصرف دارویی توصیه می‌شود، پس از مشورت با متخصص مصرف شود.

دکتر حسین طباطبایی
متخصص پوست، موو زیبایی

من از کودکی دچار اگزما بودم. الان حدود دو، سه سال است به پزشک مراجعه نکردم می‌خواستم بدانم روش درمانی جدید و تاثیر گذارتر یا داروهای جدیدی به بازار آمده است یا نه؟

اگزمای پوستی نوعی آلرژی و جزو خصوصیات انسان است و درمان اساسی ندارد و بر حسب علایم بالینی (خفیف یا شدید) درمان علامتی می کنیم. می توان از مرطوب کننده، ضد خارش و ضد التهاب‌ها استفاده کرد.

پوست صورتم چند روز یک بار شروع به پوسته ریزی می کند، مخصوصا وقتی که غذاهایی مثل تخم مرغ، لبنیات به‌ویژه پنیر غذاهای داغ یا تند، شیرین و چرب مصرف می کنم، به نظرم در ماتیت سبوره باشد، چون پوست سر و صورتم بسیار چرب است. به دلیل چربی بیش از حد صورتم، نمی توانم از داروهای موضعی مانند پماد استفاده کنم؟

این نوع بیماری، یک درمان طبی دارد و می توان با دارو آن را کنترل کرد و جلوی بازگشت آن را گرفت.

قبلا دستم اگزما داشت، الان خوب شده اما پوستم نازک و خیلی حساس شده است؟

دستتان دچار اگزمای تماسی شده است. استفاده از پماد کورتون دار غلط است زیرا فورا اظاهر عارضه خوب می‌شود اما پماد پوست شما را نازک می کند و دچار ترک و خارش خواهد شد و می توان گفت این نوع درمان موقتی است و مصرف دایم آن پوست را نازک می کند که باید از کرم‌های ضد التهاب دیگر استفاده کرد، همچنین عواملی که با دست تماس دارد هم باید شناسایی شود.

تغذیه

۳ میوه آسیایی که نمی شناسید

در کشورهای مختلف انواع و اقسام میوه‌ها به چشم می خورد از جمله سه میوه‌ای که در ادامه معرفی می کنیم.

میوه ستاره‌ای

میوه ستاره‌ای از نظر بافت شبیه به کیوی اما بسیار سبک تر و شیرین تر است. سرشار از فیبر وویتامین ث است اما اگزالات هم دارد که برای بیماران کلیوی مناسب نیست.

کامکوات

کامکوات کوچک ترین عضو خانواده مرکبات و بومی جنوب شرقی چین است ولی امروزه در سراسر آسیا یافت می‌شود. کامکوات خواص ضدویروس و ضد سرطان هم دارد و به متابولیسم پروتئین، چربی و کربوهیدرات کمک و حتی سطح انسولین و گلوکز را در بدن متعادل می کند.

میوه نان یا بردفروت

بردفروت از جنوب شرقی آسیا ریشه می گیرد، اما اکنون در سراسر جهان پرورش می‌یابد. بافت و طعمی شبیه نان دارد. این میوه را می توان پوره کرد، تفت داد، در برگ موز پخت یا به ادویه کاری اضافه کرد.

آگهی مزایده مال منقول پرونده ۹۸۰۰۲۸۷

به موجب پرونده اجرائی کلاسه فوق این شعبه، خانم نرجس محمودی موخر قالی چی فرزند حسن ک.م ۰۹۴۴۹۴۱۹۷۴ به استناد سند ازدواج شماره ۸۵/۵/۱۷-۱۳۴۰۴ دفتر ازدواج ۹۸ مشهد سند طلاق ۹۵/۸/۱۱-۵۸۶۸ دفتر طلاق ۸۳ مشهد اجرائیه ای به کلاسه فوق الذکر جهت وصول مهریه خود به تعداد ۵۰ عدد سکه طلای تمام بهارآزادی علیه : آقای محمد مهدی احمدزاده فرزند محمد حسن کدملی ۰۹۳۳۴۵۴۲۷۹ صادر که پس از ابلاغ اجرائیه مورخ ۹۸/۱/۲۷ حسب درخواست بستانکار خودرو سواری مزدا ۳ نیو سن روف دنده اتوماتیک به شماره انتظامی ۹۹۴ ج ۹۹ ایران ۱۲ متعلق به مدیون بازداشت و طبق گزارش کارشناس رسمی دادگستری وارده به شماره ۸۲۱۱-۹۸/۲/۲۳ مشخصات خودرو بدین شرح می باشد : خودرو سواری مزدا ۳ نیو سن روف دنده اتوماتیک به شماره انتظامی ۹۹۴ ج ۹۹ ایران ۱۲ مدل ۱۳۹۰ رنگ سفید شماره موتور LF11۰۳۴۵۱۶ شماره شاسی NAGDSXAC۲۱C

۴۵۰۲۴ قابلیت شماره گذاری مثبت خودرگی مختصر درب جلو طرف چپ و خط و خش محدود اطراف دارد متوسط اج لاستیک ۶۰ درصد اسناد مسلم الصدور و مدارک وسیله من جمله بیمه شخص ثالث رویت نگردید تزیینات داخلی داشبورد و روکش صندلی های داخل اطاق مناسب است بازدید از وسیله در پارکینگ با موتور خاموش صورت پذیرفت سپر عقب ترمیم شده لذا قیمت پایه کارشناس ۲.۵۵۰.۰۰۰.۰۰۰ ریال ارزیابی و قطعیت یافته است و طبق گزارش مامور اجرا وارده بشماره ۸۱۲۶-۹۸/۲/۲۳ - خودرو در پارکینگ حافظ میباشد که پس از قطعیت ارزیابی در روز سه شنبه مورخه ۹۸/۵/۱ از ساعت ۹ صبح الی ۱۲ ظهر جلسه مزایده اتومبیل مذکور در آدرس مشهد پارکینگ حافظ از مبلغ پایه ۲.۵۵۰.۰۰۰.۰۰۰ ریال شروع و به بالاترین قیمتی که خریدار داشته باشد فروخته خواهد شد ضمنا حق حراج به مبلغ ۱۲۷.۵۰۰.۰۰۰ ریال و نیمعشر به مبلغ ۱۵۳.۰۰۰.۰۰۰ ریال و طبق ماده ۱۲۱ آئین نامه اجرا هزینه های قانونی طبق مقررات از خریدار وصول خواهد شد. همچنین در صورت تعطیلی روز مزایده در روز بعد از تعطیل رسمی در ساعت تعیین شده برگزار میگردد. م الف ۱۰۷- اداره اجرای اسناد رسمی مشهد
م/۹۸۰۳۱۴۴۱

بسیج خانواده برای کاهش فشار خون

ضربه فنی فشار خون

شیوه زندگی ناسالم، فشار خون شما را به تدریج افزایش می دهد و این افزایش فشار، زمینه بروز بیماری های قلبی و سکته را فراهم می کند. این افزایش فشار را می توان با رعایت سبک زندگی سالم دوباره به حالت عادی برگرداند. پیشنهاد ما برای سبک زندگی سالم به قرار زیر است:

مصرف نمک کمتر

مصرف نمک را به تدریج به حداقل برسانید. نمک زیاد به غذا اضافه نکنید و به برچسب مواد غذایی توجه داشته باشید.

تهیه نان مناسب

نان کم نمک مصرف کنید. نان تازه را با توجه به برچسب آن تهیه کنید. نان قهوه‌ای گزینه سالم‌تری برای دریافت فیبر بیشتر است. شما می توانید از نانوایی محل سکونت تان بخواهید نان کم نمک برای شما بپزد یا خودتان در منزل نان کم نمک تهیه کنید.

کنترل مصرف قند

ما در طول روز از منابع مختلف قندی استفاده می کنیم همچون کیک، شیرینی، بستنی، انواع تنقلات و نوشیدنی ها، در حالی که باید تنها ۵ درصد انرژی روزانه ما از قند آزاد تامین شود. قند اضافه، زمینه بروز بیماری دیابت و مشکلات قلبی و عروقی را افزایش می دهد.

به شاخص توده بدنی خود توجه داشته باشید

کمتر از ۱۸/۵ - شما کم وزن هستید.
۱۸/۵-۲۴/۹ - شما در محدوده وزن سالم هستید.
۲۵-۲۹/۹ - شما اضافه وزن دارید، هدف شما باید کاهش وزن به منظور کاهش فشار خون و کاهش خطر ابتلا به بیماری باشد.
۳۰-۳۵ - شما چاق هستید.
بیش از ۳۵ - شما بسیار چاق هستید. برای بررسی وضعیت پزشکی خود، اقدام کنید. اگر اضافه وزن دارید، از دست دادن وزن باید به کاهش فشار خون و کاهش خطر ابتلا به دیگر مشکلات سلامتی مانند دیابت کمک کند. نگه داشتن وزن سالم راه بسیار مهمی برای حفظ سلامت قلب و رگ های خونی شماست.

تحرک کافی

۳۰ دقیقه فعالیت به مدت پنج بار در هفته می تواند به سلامت قلب شما کمک کند. اگر نمی توانید این میزان فعالیت را در برنامه خود داشته باشید، از فعالیت های کم شروع کنید. هر فعالیتی که بتواند باعث احساس گرمی و کمی نفس زدن شما بشود، ایده آل است.

وزن متناسب

هیچ می دانید که کاهش وزن به کاهش فشار خون شما منجر می شود؟ پس مصرف کالری و چربی خود را کاهش و ورزش و فعالیت بدنی را افزایش دهید. هر دوی این کارها به کاهش فشار خون شما کمک می کند.

مصرف سبزیجات بیشتر

خوردن میوه و سبزی به کاهش فشار خون شما کمک می کند. بزرگ سالان مصرف پنج وعده میوه و سبزی های متنوع را در طول روز فراموش نکنند. میوه خشک شده، منجمد، کنجد و... خوب است اما باز هم مراقب میزان مصرف کالری خود باشید. شما باید حدود ۸۰ گرم یا به اندازه مشت خود در هر وعده، میوه و سبزی مصرف کنید.

یک کاسه سالاد شامل
- سه قاشق غذاخوری سبزیجات
- سه قاشق غذاخوری حبوبات مانند عدس، ماش، لوبیا
- یک میوه متوسط مانند سیب، گلابی، موز
- دو میوه کوچک مانند آلو، زردآلو
- یک تکه میوه بزرگ مانند خربزه، آناناس، انبه
- دو تا سه قاشق انواع توت و انگور
- یک لیوان آب میوه یا سبزی (۱۵۰ میلی لیتر)
- یک قاشق غذاخوری میوه خشک

برای حفظ ویتامین سبزی ها با فاصله زمانی مناسب از مصرف آن ها، آب بنوشید. بهتر است به میوه و سبزی ها نمک، شکر و سس اضافه نکنید. اگر تخم مرغ میل می کنید، کمی گوجه فرنگی کبابی، قارچ و اسفناج کنار آن قرار دهید. به سس هایتان سبزی جات و میوه اضافه کنید.

خوراک

آشپزی من

ریواس، خورش ترش بهاری

- ریواس - یک کیلوگرم
- گوشت بدون استخوان - نیم کیلوگرم
- پیاز - ۲ عدد
- شکر - ۲ تا ۳ قاشق سوپ خوری
- روغن، نمک و فلفل - به میزان لازم
- نعناع تازه - ۱۵۰ گرم
- جعفری تازه - ۲۵۰ گرم

پیازها را پوست کنده و بعد از شستن خرد کنید. سپس در یک قابلمه مناسب مقداری روغن بریزید و روی شعله اجاق قرار دهید تا داغ شود. پیاز را اضافه کنید و تفت دهید تا طلایی شود.

گوشت را به صورت قیمه ای خرد و سپس به پیاز داغ اضافه کنید و همراه با آن تفت دهید تا رنگ گوشت تغییر کند. ۲ تا ۳ لیوان آب جوش به مخلوط گوشت و پیاز اضافه کنید، در ظرف را بگذارید و تا پخت کامل گوشت صبر کنید. ریواس ها را پوست کنده و بعد از شستن به قطعات هم اندازه خرد کنید. از طرفی نعناع و جعفری تازه را نیز پاک و بعد از شستن، خرد کنید. در یک تابه مقداری روغن بریزید و روی حرارت قرار دهید تا داغ شود، سپس نعناع و جعفری خرد شده را داخل روغن تفت دهید.

بعد از پخت گوشت، نعناع و جعفری و بعد از آن ریواس را همراه شکر، نمک و فلفل اضافه کنید و ۱۰ دقیقه دیگر حرارت دهید.

نکته: مقدار نعناع نباید خیلی زیاد باشد زیرا باعث تلخ شدن خورش می شود.

خواص: افرادی که کمبود ویتامین K دارند، به طولانی شدن زمان انعقاد خون مبتلا می شوند. یک فنجان ریواس حاوی حدود ۳۵.۷ میکروگرم از این ویتامین است.

تناسب اندام

کاهش کمر درد با حرکت «پرنده تک پا»

حرکت قدرتی پرنده تک پا از حرکت دست و پا جمع شروع و با حرکت دست و پا باز تمام می شود. این حرکت برای تقویت فیله کمر و عضلات چهار سر ران مناسب است. ابتدا چهار دست و پا قرار بگیرید، دست و پا نسبت به زمین و بدن زاویه قائم داشته باشند.

دست و پاها را مطابق شکل روی زمین قرار دهید و تا حد ممکن پاها را به دست ها نزدیک کنید. این حالت را برای ۵ ثانیه حفظ کنید.

دست و پاها را تا حدی که احساس کمی کشیدگی داشته باشید از هم جدا کنید. طوری که پرنده بال خود را کشش می دهد، یک پای خود را از زمین جدا کنید و به سمت بیرون بکشید و برای ۵ ثانیه این حالت را حفظ کنید. به ترتیب این حرکات پا باز و پا جمع را به تکرار انجام دهید.

این حرکات را برای ۱۰ بار تکرار کنید. می توانید روزانه به هر حرکت، دو تکرار اضافه کنید.

آگهی مزایده اموال غیرمنقول (اسناد رهنی) آگهی مزایده اموال غیرمنقول پرونده های اجرایی کلاسه ی ۹۷۰۰۱۹۲ و ۹۷۰۰۱۹۳ و ۹۷۰۰۱۹۴

بانک کشاورزی به استناد اسناد رهنی : ۱- شماره ۸۰۹۳۵ مورخ ۱۳۸۱/۱۰/۲۴ دفتر اسناد رسمی ۱۲ مشهد ۲- شماره ۱۱۵۲۹ مورخ ۱۳۸۶/۰۲/۰۵ دفتر اسناد رسمی ۹۵ مشهد ۳- شماره ۶۲۱۸۷ مورخ ۱۳۹۰/۰۵/۰۹ دفتر اسناد رسمی ۷۵ مشهد علیه آقای محسن جمشیدی کاخکی (وام گیرنده و وثیقه گذار) نام پدر محمد شماره شناسنامه ۴۹۹۶ شماره ملی ۰۰۴۵۶۳۲۶۱۸ اجرائیه تحت کلاسه های ۹۷۰۰۱۹۲ و ۹۷۰۰۱۹۳ و ۹۷۰۰۱۹۴ در قبال مبلغ ۵/۹۴۵/۹۱۳/۲۶۷ ریال (پنج میلیارد و نهصد و چهل و پنج میلیون و نهصد و سیزده هزار و دویست و شصت و هفت ریال) صادر نموده که پس از ابلاغ اجرائیه در مورخه ۱۳۹۶/۰۷/۰۱ (یکم مهر ماه هزار و سیصد و نود و هفت) در پایان مهلت مقرر در آیین نامه اجرای مفاد اسناد رسمی لازم الاجرا و تقاضای بستانکار مبنی بر ارزیابی و مزایده ششدانگ یک قطعه زمین به شماره پلاک ثبتی ۳۸۰۴ (سه هزار و هشتصد و چهار) فرعی از ۱۶۷ (صد و شصت و هفت) اصلی بخش ۱۰ مشهد و مساحت ششدانگ برابر ۳۳۳۱۶/۲ مترمربع (سی و سه هزار و سیصد و شانزده ممیز دو دهم مترمربع) با مالکیت آقای محسن جمشیدی کاخکی بعنوان مالک شش دانگ با شماره مستند مالکیت ۱۲۸۴۴۴ تاریخ ۱۳۸۱/۰۹/۲۳ (بیست و سوم آذر هزار و سیصد و هشتاد و یک) موضوع سند مالکیت بشماره چاپی ۱۹۲۷۸۸ که در صفحه ۳۷ دفتر املاک جلد ۷۹۱ ذیل شماره ۱۵۰۵۸۲ ثبت گردیده است به آدرس جاده مشهد چناران - حاشیه جاده نا ظر به به فرح آباد- کیلومتر ۱ از ابتدای جاده سنتو سمت راست و به مبلغ ۱۸/۳۲۳/۸۰۰/۰۰۰ ریال (هجده میلیارد و سیصد و بیست و سه میلیون و هشتصد هزار ریال) ارزیابی و قطعیت یافته که حدود مشخصات برابر استعلام دفتر املاک به شرح ذیل می باشد : شمالا : بطول ۱۶۶ متر (صد و شصت و شش متر) دیوار به دیوار باقیمانده اراضی . شرقا : بطول ۲۰۰/۷۰ متر (دویست ممیز هفتاد صدم متر) درب و دیواربست به جاده نا ظر به . جنوبا : بطول ۱۶۶ متر (یکصد و شصت و شش متر) دیواربست به باقیمانده اراضی. غربا : بطول ۲۰۰/۷۰ متر (دویست ممیز هفتاد صدم متر) دیواربست به باقیمانده اراضی. ملک مورد نظر دارای ابعاد ۲۰۰/۷۰ متر (دویست ممیز هفتاد صدم متر) در ۱۶۶ متر (یکصد و شصت و شش متر) و عرصه وقفی و اعیانهای موجود شامل حصارکشی و حدود یک هکتار در دختان خشکیده و یک حلقه چاه فاقد آب که برابر گزارش وارده از سوی کارشناس رسمی دادگستری به شماره ۹۷/۴۵۵۶ مورخ ۱۳۹۷/۱۰/۱۲ به اداره ثبت اسناد املاک شهرستان طرقبه شاندیز قابل ارزیابی و ارزش گذاری نمی باشد. ملک مورد نظر برابر نامه شماره ۹۸/۳۳۷۱ مورخ ۱۳۹۸/۰۳/۱۱ دفتر املاک بازداشتی فاقد بازداشتی می باشد. مزایده ششدانگ یک قطعه زمین پلاک ثبتی فوق در قبال مبلغ ۱۸/۳۲۳/۸۰۰/۰۰۰ ریال (هجده میلیارد و سیصد و بیست و سه میلیون و هشتصد هزار ریال) در روز پنج شنبه مورخ ۱۳۹۸/۰۴/۲۰ از ساعت نه تا دوازده ظهر در محل واحد اجرای اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان طرقبه شاندیز واقع در جاده طرقبه - نبش خیابان امام رضا ۴۱ شروع و به بالاترین قیمت پیشنهادی نقدا واگذار می گردد. لازم به ذکر است پرداخت بدهی های 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 بدهی های مالیاتی و عوارض شهرداری و غیره تا تاریخ مزایده اعم از اینکه رقم قطعی آن معلوم شده یا نشده باشد به عهده برنده مزایده است و نیز بدهی های مالیاتی و عوارض شهرداری و غیره تا تاریخ مزایده اعم از اینکه 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 نقدا وصول می گردد. ضمنا مبلغ حق مزایده و نیم عشر دولتی زائد بر مبلغ مزایده و سایر هزینه های قانونی معلوم یا نامعلوم طبق تبصره ۶ ماده ۱۲۱ به عهده برنده مزایده می باشد. چنانچه روز مزایده تعطیل رسمی گردد، مزایده روز اداری بعد از تعطیلی در همان ساعت و مکان مقرر برگزار خواهد شد. م الف ۱۰۴- سید محمود حسینی نژاد- رئیس ثبت اسناد و املاک طرقبه شاندیز
م/۹۸۰۳۱۳۴۴

آگهی مزایده کلاسه ۹۵۰۵۶۶۷ و ۹۵۰۵۶۶۹

بانک سینا به استناد سند رهنی شماره ۱۲۰۸۶۴ مورخ ۹۴/۵/۱۹ دفتر اسناد رسمی ۱۲۱۳۹۶ مورخ ۹۴/۸/۱۹ دفترخانه ۱۶ مشهد اجرائیه ای تحت کلاسه ۹۵۰۵۶۶۷ و ۹۵۰۵۶۶۹ در مورخ ۱۳۹۵/۱۲/۱۱ در قبال مبالغ ۲۲۳.۳۸۵.۵۰۸ ریال و ۵۵.۸۴۶.۳۷۷ ریال علیه محسن پیوسته فرزند محمدعلی صادره از مشهد به شماره ملی ۰۹۴۳۹۲۷۰۳۱ صادر که پس از ابلاغ اجرائیه در مورخ ۹۶/۳/۳۱ و در پایان مهلت های مقرر در آیین نامه اجرائی مفاد اسناد رسمی لازم الاجرا و تقاضای بانک مبنی بر ارزیابی و مزایده تمامیت شش دانگ عرصه و اعیان یک باب اپارتمان مسکونی به مساحت ۷۰/۱۷ مترمربع پلاک ثبتی ۵۶۱۷۹ فرعی (پنجاه و شش هزار و یکصد و هفتاد و نه فرعی) از ۱۷۵ اصلی (یکصد و هفتاد و پنج اصلی) بخش ۱۰ مشهد (ده مشهد) می باشد واقع در مشهد قاسم آباد بلوار شریعتی ۴۲/۷ پلاک ۱۷ ارزیابی آن به شرح ذیل می باشد: حسب معاینه محلی و تصویر مدارک ابزاری پلاک ثبتی ۵۶۱۷۹ فرعی از ۱۷۵ اصلی مفروز ومجزی شده از ۱۵۰۹۵، قطعه ۳ طبقه اول شرقی، مساحت اعیان ۷۰.۱۷ مترمربع ششدانگ ، ملکی ، دارای پایانکار بهره برداری به شماره ۲۷۰۵۵ ش. ۱۰ مورخه ۸۵/۹/۲۸، به شماره نوسازی ۱-۲۲-۶۶-۱۰-۱ ، مساحت سهم العرصه ۳۵.۵۵ مترمربع از ۲۵۰ مترمربع عرصه کل، قدمت حدود ۱۱ سال ، مجموعه ۳واحدی، یک واحد در طبقه همکف و ۶ واحد در طبقات، ۲خوابه، کف خوابها سیمان و کف پذیرائی سرامیک کابینت فلزی، فاقد آسانسور، پنجره ها فلزی، شیشه ها معمولی، سیستم گرمایش بخاری، سیستم سرمایش کولرآبی، دارای انشعابات آب و برق و گاز شهری، نما آجر سفال، درحال بهره برداری و در تصرف مستاجر بنام آقای قبادی می باشد. با توجه به موقعیت مکانی ، ابعاد، مساحت، کاربری مسکونی، کیفیت مصالح و سایر عوامل موثر در ارزیابی به ویژه عرضه و تقاضای بازار رونق و جمیع جهات در تعیین قیمت کارشناسی ارزش آپارتمان مورد رؤیت مبلغ ۱.۱۰۰.۰۰۰.۰۰۰ ریال معادل یکصد و ده میلیون تومان برآورد و اعلام می گردد. حدود اجمالی پلاک مذکور براساس پرونده ثبتی به شرح ذیل می باشد : شمالا: بطول ۴ متر دیوار به دیوار پلاک ۱۵۰۸۳ شرقا: بطول ۱۵ متر دیوار بدیوار پلاک ۱۵۹۴۰ فرعی . جنوبا : به طول های ۰.۸۳ و ۲.۹۷ متر دیوار و پنجره بفضای صحن حیاط. غربا : در ۶ قسمت اول و دوم بطولهای ۳.۹۰ و ۱.۴۰ متر درب و دیوار به دیوار پله سوم و چهارم بطولهای ۸.۸۴ و ۰.۹۰ متر دیوار مشترک با واحد مجاور غربی، پنجم بطول ۱ متر لبه تراس به داخل نورگیر ، ششم بطول ۱.۹۰ متر دیوار و پنجره بفضای نورگیر. متضمات ملک : انباری به مساحت ۲ متر به حدود اربعه : شمالا و جنوبا بطول ۱/۸۰ متر مشترک با انباریهای یک و سه - شرقا و غربا: بطول ۱/۱۰ متر دیوار مشترک با انباری شش و درب و دیواربست به پشت بام. ملک موصوف برابر نامه شماره ۱۳۹۸۸۵۶۰۶۲۶۷۰۰۱۸۰۶ - ۱۳۹۸/۰۳/۰۵ دفتر املاک بازداشتی، فاقد بازداشتی می باشد. مزایده بصورت شش دانگ به مبلغ مورد ارزیابی شده در قبال مبلغ ۱.۱۰۰.۰۰۰.۰۰۰ ریال) یک میلیارد و یک صد میلیون ریال در روز دوشنبه مورخه ۱۳۹۸/۰۴/۱۷ از ساعت ۹ الی ۱۲ در محل شعبه اول اجرای ثبت واقع در خیابان امام خمینی جنب بانک ملی مرکزی کوچه ثبت، شروع و به بالاترین قیمت پیشنهادی نقدا واگذار می گردد. ضمنا بدهیهای مربوطه آب- برق- گاز اعم از حق انشعاب و یا اشتراک و مصرف و نیز بدهی مالیاتی و عوارض شهرداری و غیره تا تاریخ مزایده اعم از اینکه رقم قطعی آن معلوم شده یا نشده بعهده برنده مزایده است. ضمنا چنانچه روز مزایده و نیم عشر دولتی و هزینه های قانونی طبق تبصره ۶ ماده ۱۲۱ بعهده برنده مزایده میباشد.
م الف ۱۰۶- ریاست اداره اجرای اسناد رسمی مشهد لعلی
م/۹۸۰۳۱۱۹۸

آگهی مزایده اموال غیرمنقول پرونده اجرائی کلاسه ی ۹۷۰۰۱۹۲ و ۹۷۰۰۱۹۳ و ۹۷۰۰۱۹۴

بانک کشاورزی به استناد اسناد رهنی : ۱- شماره ۸۰۹۳۵ مورخ ۱۳۸۱/۱۰/۲۴ دفتر اسناد رسمی ۱۲ مشهد ۲- شماره ۱۱۵۲۹ مورخ ۱۳۸۶/۰۲/۰۵ دفتر اسناد رسمی ۹۵ مشهد ۳- شماره ۶۲۱۸۷ مورخ ۱۳۹۰/۰۵/۰۹ دفتر اسناد رسمی ۷۵ مشهد علیه آقای محسن جمشیدی کاخکی (وام گیرنده و وثیقه گذار) نام پدر محمد شماره شناسنامه ۴۹۹۶ شماره ملی ۰۰۴۵۶۳۲۶۱۸ اجرائیه تحت کلاسه های ۹۷۰۰۱۹۲ و ۹۷۰۰۱۹۳ و ۹۷۰۰۱۹۴ در قبال مبلغ ۵/۹۴۵/۹۱۳/۲۶۷ ریال (پنج میلیارد و نهصد و چهل و پنج میلیون و نهصد و سیزده هزار و دویست و شصت و هفت ریال) صادر نموده که پس از ابلاغ اجرائیه در مورخه ۱۳۹۶/۰۷/۰۱ (یکم مهر ماه هزار و سیصد و نود و هفت) در پایان مهلت مقرر در آیین نامه اجرای مفاد اسناد رسمی لازم الاجرا و تقاضای بستانکار مبنی بر ارزیابی و مزایده ششدانگ یک قطعه زمین به شماره پلاک ثبتی ۳۸۰۴ (سه هزار و هشتصد و چهار) فرعی از ۱۶۷ (صد و شصت و هفت) اصلی بخش ۱۰ مشهد و مساحت ششدانگ برابر ۳۳۳۱۶/۲ مترمربع (سی و سه هزار و سیصد و شانزده ممیز دو دهم مترمربع) با مالکیت آقای محسن جمشیدی کاخکی بعنوان مالک شش دانگ با شماره مستند مالکیت ۱۲۸۴۴۴ تاریخ ۱۳۸۱/۰۹/۲۳ (بیست و سوم آذر هزار و سیصد و هشتاد و یک) موضوع سند مالکیت بشماره چاپی ۱۹۲۷۸۸ که در صفحه ۳۷ دفتر املاک جلد ۷۹۱ ذیل شماره ۱۵۰۵۸۲ ثبت گردیده است به آدرس جاده مشهد چناران - حاشیه جاده نا ظر به به فرح آباد- کیلومتر ۱ از ابتدای جاده سنتو سمت راست و به مبلغ ۱۸/۳۲۳/۸۰۰/۰۰۰ ریال (هجده میلیارد و سیصد و بیست و سه میلیون و هشتصد هزار ریال) ارزیابی و قطعیت یافته که حدود مشخصات برابر استعلام دفتر املاک به شرح ذیل می باشد : شمالا : بطول ۱۶۶ متر (صد و شصت و شش متر) دیوار به دیوار باقیمانده اراضی . شرقا : بطول ۲۰۰/۷۰ متر (دویست ممیز هفتاد صدم متر) درب و دیواربست به جاده نا ظر به . جنوبا : بطول ۱۶۶ متر (یکصد و شصت و شش متر) دیواربست به باقیمانده اراضی. غربا : بطول ۲۰۰/۷۰ متر (دویست ممیز هفتاد صدم متر) دیواربست به باقیمانده اراضی. ملک مورد نظر دارای ابعاد ۲۰۰/۷۰ متر (دویست ممیز هفتاد صدم متر) در ۱۶۶ متر (یکصد و شصت و شش متر) و عرصه وقفی و اعیانهای موجود شامل حصارکشی و حدود یک هکتار در دختان خشکیده و یک حلقه چاه فاقد آب که برابر گزارش وارده از سوی کارشناس رسمی دادگستری به شماره ۹۷/۴۵۵۶ مورخ ۱۳۹۷/۱۰/۱۲ به اداره ثبت اسناد املاک شهرستان طرقبه شاندیز قابل ارزیابی و ارزش گذاری نمی باشد. ملک مورد نظر برابر نامه شماره ۹۸/۳۳۷۱ مورخ ۱۳۹۸/۰۳/۱۱ دفتر املاک بازداشتی فاقد بازداشتی می باشد. مزایده ششدانگ یک قطعه زمین پلاک ثبتی فوق در قبال مبلغ ۱۸/۳۲۳/۸۰۰/۰۰۰ ریال (هجده میلیارد و سیصد و بیست و سه میلیون و هشتصد هزار ریال) در روز پنج شنبه مورخ ۱۳۹۸/۰۴/۲۰ از ساعت نه تا دوازده ظهر در محل واحد اجرای اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان طرقبه شاندیز واقع در جاده طرقبه - نبش خیابان امام رضا ۴۱ شروع و به بالاترین قیمت پیشنهادی نقدا واگذار می گردد. لازم به ذکر است پرداخت بدهی های 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 بدهی های مالیاتی و عوارض شهرداری و غیره تا تاریخ مزایده اعم از اینکه 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 نقدا وصول می گردد. ضمنا مبلغ حق مزایده و نیم عشر دولتی زائد بر مبلغ مزایده و سایر هزینه های قانونی معلوم یا نامعلوم طبق تبصره ۶ ماده ۱۲۱ به عهده برنده مزایده می باشد. چنانچه روز مزایده تعطیل رسمی گردد، مزایده روز اداری بعد از تعطیلی در همان ساعت و مکان مقرر برگزار خواهد شد. م الف ۱۰۴- سید محمود حسینی نژاد- رئیس ثبت اسناد و املاک طرقبه شاندیز
م/۹۸۰۳۱۳۴۴

واحد صفحه‌آرایی روزنامه خراسان
سفارش می پذیرد
layout@khorasannews.com ۰۵۱۳۷۰۰۹۳۹۰

آگهی فقدان سند مالکیت – نظر به اینکه آقای محمد علی جهانخواه اصالتا و آقای محمد باقر فاتق باستناد وکالت ۴۸۷۴۲ مورخ ۱۳۹۶/۱۰/۱۱ دفترخانه ۹۳ مشهد بوکالت از طرف آقای علیرضا نوابی مقدم باستناد ۴ برگ فرم استشهادیه منضم به فرم تعهد جهت دریافت سند مالکیت المثنی نوبت اول به این اداره مراجعه نموده و مدعی است دو جلد سند مالکیت ششدانگ اعیان یکباب منزل به شماره پلاک ۴۰۳۸ فرعی از ۵ اصلی بخش ۹ مشهد که متعلق به نامبردگان می باشد به علت سهل انگاری مفقود گردیده است. با بررسی دفتر املاک ، معلوم شد ششدانگ مالکیت نامبرده در ذیل شماره ثبت ۴۲۲۶۹۰ صفحه ۲۳۸ بنام محمدعلی جهانخواه و در ذیل شماره ثبت ۲۸۵۹۶ دفتر ۱۷۶ صفحه ۳۹۵ بنام علیرضا نوابی مقدم بالمناصفه ثبت و اسناد به شماره چاپی ۴۴۶۹۸۲ و ۴۴۶۹۸۳ به ۹۱ صادر گردیده است . دفتر املاک بیش از این حکایتی ندارد. .. لذا به استناد ماده ۱۲۰ اصلاحی قانون ثبت، مراتب یک نوبت آگهی و متذکر می گردد هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله‌ای انجام داده یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می‌باشد، بایستی ظرف مدت ده روز از تاریخ انتشار آگهی اعتراض کتبی خود را به پیوست اصل سند مالکیت یا سند معامله رسمی به این اداره تسلیم نماید. بدیهی است در صورت عدم وصول اعتراض در مهلت مقرر و یا وصول اعتراض بدون ارائه سند مالکیت یا سند معامله رسمی نسبت به صدور سند مالکیت المثنی و تسلیم آن به متقاضی اقدام خواهد شد. رئیس اداره ثبت اسناد و املاک ناحیه یک مشهد مقدس- محمد تخعی
م/۹۸۰۳۱۲۳۸