فرهنگ آپارتمان نشینی

اختیارات و وظایف مدیران

مدیر آپارتمان مسئول حفظ و اداره ساختمان است و در واقع تصمیم‌های مجمع عمومی را به اجرا در می آورد . مدیر برای مدت دو سال انتخاب می شود . البته ممکن است مجمع برای سال‌های بعد هم او را انتخاب کند . مجمع عمومی علاوه بر انتخاب هیئت مدیره یک خزانه دار نیز انتخاب می کند که نسبت به تنظیم هزینه و درآمد و گزارش به مجمع اقدام نماید . هیئت مدیره موظف است، تمام ساختمان را در مقابل آتش سوزی بیمه کند و هزینه بیمه را بین شرکا تقسیم نماید . در صورت عدم بیمه و وقوع آتش سوزی هیئت مدیره مسئول جبران خسارت‌ها است . چنانچه تعداد واحدها بیش از ۱۰ آپارتمان باشد انتخاب یک دربان برای مجموعه ضروری است .

هزینه آپارتمان‌ها

◆ مالکین آپارتمان ها موظفند هزینه‌های مشترک و مستمری را که برای قسمت های مشترک ساختمان ضروری است مانند آب، برق ، گازوئیل ، گاز و غیره پرداخت نمایند . هزینه‌های قابل پرداخت یا بستگی به مساحت ارتباطی ندارند مانند هزینه تاسیسات ، سرایدار، دربان ، دستمزد هیئت مدیره و غیره .پرداخت هزینه آپارتمان توسط مالک یا مستاجر آن ، بستگی به قرارداد تنظیم شده بین آنها دارد . چنانچه مالک طبق قرار داد از پرداخت هزینه خودداری نماید ، مستاجر می تواند آن را از اجاره بهاء کسر کند . چنانچه مستاجر از پرداخت هزینه خودداری نماید ، هیئت مدیره حق دارد برای دریافت آن به مالک مراجعه کند . هیئت مدیره می‌تواند برای تامین هزینه مبلغی را از صاحبان آپارتمان‌ها بعنوان تنخواه گردان اخذ نماید . مدیر آپارتمان مسئول حفظ و اداره ساختمان است و در واقع تصمیم‌های مجمع عمومی را به اجرا در می آورد .

چنانچه سه نفر از کارشناسان رسمی دادگستری فرسودگی کامل بنا و بیم خطر جانی و مالی ناشی از آن را گواهی نمایند ساختمان قابل تجدید بنا خواهد بود .

وظایف دفاتر اسناد رسمی

◆ دفاتر اسناد رسمی موظفند هنگام تنظیم هر نوع سند انتقال، اجاره ، رهن و ... گواهی تسویه حساب هزینه‌های مشترک را که به تأیید هیئت مدیره یا مدیر ساختمان رسیده باشد ، از مالک دریافت نمایند .

تعمیرات آپارتمان‌ها

◆ چنانچه سه نفر از کارشناس‌های رسمی دادگستری فرسودگی کامل بنا و بیم خطر جانی و مالی ناشی از آن را گواهی نمایند ساختمان قابل تجدید بنا خواهد بود .

چنانچه اقلیتی از صاحبان واحدها نسبت به جدید بنا رضایت ندهند ، مالکین موافق تجدید بنا می بایست با اخذ مجوز از دادگاه خانه مناسبی برای آنها اجاره کنند تا به مکان جدید منتقل شوند. درصورتی که مخالفین از انتقال به خانه اجاره‌ای خودداری کردند. هیئت مدیره یا مدیر به دادگستری یا مجتمع قضایی مراجعه می کند و با اخذ دستور تخلیه آن واحدها ، نسبت به این کار اقدام می نماید.

چند توصیه مهم

◆ ساکن قسمت‌های اختصاصی مجتمع‌ها موظفند در جهت رعایت حسن همجواری ، بعضی بایدها و نبایدها را مورد توجه قرار دهند و به آنها عمل نمایند . هر چند این موارد در قانون پیش بینی نشده است ولی رعایت آنها توسط آپارتمان نشین‌ها موجب می گردد که از بروز اختلاف ها و تنش های گوناگون جلوگیری شود. بنابراین برای آگاهی بیشتر شهروندان موارد زیر توصیه می گردد، ایجاد سر و صدای غیر متعارف از ساعت یک تا چهار بعدازظهر و نه شب تا نه صبح روز بعد ممنوع می باشد . صدای رادیو ، تلویزیون و دیگر وسایل پخش موسیقی نیز در ساعت فوق می باید فقط در داخل آپارتمان محل استقرار آنها قابل شنیدن باشد.

نکاتی مهم برای جوانان در آستانه ازدواج

نیاز به ازدواج در روان انسانها وجود دارد؛ ما نیازمند به زندگی با جنس مخالف هستیم؛ نیازمند آنیم که تا زمانی که زنده ایم از تنهایی نجات پیدا کنیم . اما ازدواج اگر در چهارچوب منطقی و درستی نباشد ، به جای اینکه آرامش دهنده باشد، آرامش را بر هم می زند و یا به جای اینکه با کسی رابطه عمیق و صمیمانه ای پیدا کنیم ، ممکن است حتی همیشه هم با او زندگی کنیم ، اما کاملا تنها باشیم . بنابراین ، باید چهارچوبهای اساسی انتخاب همسر را به خوبی بدانیم تا با انتخاب درست به نیازهای بیولوژیک و روانی خود ، پاسخ صحیح دهیم.

تناسب خانوادگی

◀ به طور کلی ، انسانها در بستر خانوادگی شکل می گیرند . چهارچوب خانواده و آنچه که به عنوان شکل گیری شخصیت در خانواده وجود دارد ، از خانواده ای به خانواده دیگر فرق می کند؛ یعنی هر خانواده بسته به زمینه فرهنگی و تربیتی ای که دارد در فرد تأثیر متفاوتی می گذارد ؛ چرا که نقش تربیت در شکل گیری شخصیت مهم است. جان واتسون (پدر علم روانشناسی) می گوید: ۵۰ نوزاد به من بدهید و بگویید چه شخصیتهایی لازم دارید؛ دانشمند، پلیس، قاضی، دزد و... چه می خواهید؟ ! من مطابق سفارش شما ۲۰ سال بعد این افراد را تحویل می دهم . در واقع او می خواهد بگوید که تربیت، نقش بسیار پررنگ تری از زمینه های دیگر مثل ژنتیک یا زمینه های خاص دیگر دارد.

خانواده نقش مهمی در شکل گیری شخصیت دارد ، بنابراین افراد در انتخاب همسر ، زمانی در کنار کسب نیازهای روانی (که به مراتب مهم تر از نیازهای بیولوژیک هستند)، درست پاسخ می گیرند و از اضطراب جدایی یا ترس از تنهایی نجات می یابند که دو نفر برای انتخاب یک زندگی مشترک بعنوان همسر، از نظر خانوادگی متناسب با هم باشند . چنان که اشاره کردیم خانواده (بنا به تربیتی که روی فرزندش دارد) نقش مهمی در شکل گیری شخصیت او ایفا می کند و این مسئله این روزها بسیار نادیده گرفته می شود ، چرا که دختر و پسر، همدیگر را خارج از بسته خانوادگی می بینند ؛ ساده ترین شکل آن این است که در دانشگاه با هم آشنا می شوند، در حالی که نمی دانند طرف مقابلشان محصول چه خانواده ای است ! در شکل دیگر در یک برخورد همدیگر را می بینند در حالی که هر دو، دوست دوستانشان هستند و شناخت دیگری از یکدیگر ندارند یا به صورت تصادفی ، با هم آشنا می شوند.

تناسب فرهنگی

◀ ما تناسب فرهنگی داریم ، آنها از نظر فرهنگ با ما متفاوت اند؛ راستی فرهنگ یعنی چه ؟ فرهنگ یعنی بایدها و نبایدهایی که تعیین تکلیف می کند. آن ، به ما می گوید چه چیزی درست است و چه چیزی غلط ؟ چه کاری باید انجام شود و چه کاری نباید صورت گیرد ؟ از آنجا که فرهنگها با هم متفاوت هستند ، بایدها و نبایدهای آنها نیز فرق می کند . به عنوان مثال ، بایدها و نبایدها در فرهنگ آذری ها بسیار متفاوت تر از بایدها و نبایدهای فرهنگ شمالی هاست؛ حتی گاهی نباید یکی، باید دیگری است .

انسان در فرهنگ خود به طور ناخودآگاه احاطه شده است . از صبح که بیدار می شویم این فرهنگ ماست که می گوید چطور بیدار شویم و با خانواده چگونه رفتار کنیم، چطور حرف بزنیم و چگونه غذا بخوریم و... هیچ کاری نیست که به فرهنگ ارتباط نداشته باشد . بنابراین، لازم است که دختر و پسر از نظر فرهنگ اجتماعی به یکدیگر نزدیک باشند. فاصله های فرهنگی زیاد، زندگی این دو را تحت الشعاع قرار خواهد داد .

حال اگر ۲ نفر همه خصوصیاتشان (که ذکر شده و خواهد شد) با هم همخوانی داشته باشد ولی تناسب فرهنگی نداشته باشند چگونه برخورد کنند؟ اینجاست که باید از فرهنگ یکدیگر آگاه شوند و آن را بپذیرند؛ این مهم است؛ نه اینکه آن را مسخره کرده و بگویند چه بی خود است ! اگر این آگاهی و پذیرش باشد، به گونه ای هم فرهنگ می شوند.

تناسب شخصیتی

◀ هر انسانی شخصیت ویژه خود را دارد. اگر ۲ نفر که ازدواج می کنند، تفاوتهای شخصیتی زیادی داشته باشند در رابطه خود دچار مشکلات زیادی می شوند . فرض کنید فردی از نظر شخصیتی برونگراست و راحت ابراز احساسات و عواطف می کند و بیشتر دوست دارد در جمع باشد؛ این فرد با کسی ازدواج می کند که انسانی درونگراست و ابراز احساسات برایش سخت است، حضور در جمع برایش خوشایند نیست و ارتباط برقرار کردن با افراد برایش دشوار است. این دو در طولانی مدت دچار مشکل می شوند؛ با هم هستند ولی احساس تنهایی می کنند. جالب اینجاست که در ابتدا به خاطر خصوصیات متضادی که دارند، خیلی جذب همدیگر می شوند ولی به تدریج از هم فاصله می گیرند چون با هم تناسب ندارند و نمی توانند نیازهای همدیگر را برآورده کنند .

تناسب اعتقادی

◀ اعتقادات و باورها ، جنس محکمی دارند و بخاطر هیچ کس نمی‌آیند و بروند . اگر ۲ نفر که با هم ازدواج می کنند، این تناسب را ندارند، بدانند که اعتقادات تغییری نمی کند مگر بر اساس شناخت . به عنوان مثال، دختری به حجاب اعتقاد ندارد. پسری با او ازدواج می کند و می گوید به خاطر من حجاب بگذار . ممکن است دختر بپذیرد ولی اعتقادی به آن ندارد. حجابی که به خاطر پسر می‌آید، روزی که دختر خاطر پسر را نخواهد و کوچکترین اختلافی پیش آید، برداشته می شود. وقتی انسان محجبه و نمازخوان می ماند که اعتقاداتش را پیدا کند، نه اینکه صرفا به خاطر نگاه داشتن حرمت شخص دیگری آن هم بصورت مقطعی باشد . اگر فردی بی اعتقاد است ، باید در ابتدا حوزه آشنایی او را پیدا کرد تا او با مطالعه و تحقیق به اعتقاد محکمی برسد، نه اینکه به خاطر دیگری اعتقاد ظاهری پیدا کند.

تناسب تحصیلی

◀ این تناسب هم نقش مؤثری دارد. اما چون تحصیلات اکتسابی است (یعنی اگر امروز نیست فردا می تواند باشد)، جزء مسائلی است که می گوییم اگر همه شرایط را دارند و بالقوه می توانند ادامه تحصیل دهند، در این ازدواج مشکلی پیش نمیآید . اگر دختر فوق لیسانس و پسر لیسانس است ، اشکالی ندارد (در حالی که به غلط جا افتاده که شوهر باید بالاتر باشد) ولی اصولا بهتر است که هر دو هم سطح باشند.گاهی۲ نفر از مقطع لیسانس با هم آشنا می شوند وازدواج می کنند. پسر دکترا می گیرد ولی دختر در همان مقطع مانده است . کم کم از هم فاصله می گیرند و فضای فکری آنها بسیار متفاوت می شود.

تناسب اقتصادی، اجتماعی

◀ طبقه اقتصادی، اجتماعی یک نوع نگرش به زندگی ایجاد می کند . وقتی ۲ نفر از لحاظ طبقه اقتصادی، اجتماعی با هم فاصله زیادی دارند، نگرش به زندگی و رفتارشان با هم متفاوت است. گاهی آدم هایی متعلق به طبقه اقتصادی، اجتماعی بالا نیستند ولی با فعالیتهای اقتصادی، اجتماعی به این طبقه می رسند و صاحب خانه، ماشین، ویلا و... می شوند. اما مردم در یک برخورد یا یک نگاه به آنها می گویند تازه به دوران رسیده ! و این ، نوع رفتار و نگرش آنهاست که مردم را متوجه این موضوع می کند. طبقه اقتصادی، اجتماعی به انسانها یک نگرش، رفتار و بینش به زندگی می دهد . بنابراین وقتی ۲ نفر از ۲ طبقه اقتصادی، اجتماعی متفاوت ازدواج کنند، از نظر نوع نگاه به زندگی خیلی با هم فرق دارند و نگرش آنها به زندگی خیلی متفاوت است؛ به همین دلیل بتدریج دچار مشکلات بسیار می شوند.

نقش رضایت والدین

◀ از آنجا که عدم رضایت والدین تا سالهای بسیار طولانی و حتی تا آخر زندگی تأثیر خود را دارد، خوب است که دو نفری که می خواهند ازدواج کنند، حتما خانواده هایشان راضی باشند و اگر نیستند باید آنها را متقاعد کرد. باید دلایل مخالفت را دانست چرا که اغلب تجربه آنها باعث می شود که دلایل درستی را مطرح کنند و نباید عدم رضایت را سرسری گرفت و باز هم اگر برخلاف همه تلاشها راضی نشدند، شایسته است تا گرفتن رضایت صبر کنند یا به ازدواج دیگری فکر کنند . چرا که حقیقت امر این است که رضایت والدین تا زمانی که زندگی می کنند تأثیر خودش را دارد. بنابراین ازدواج مهمترین تصمیم زندگی انسان است . بدیهی است جدی گرفتن این مسئله و دقت در تمام جوانب می تواند زندگی موفقی را رقم بزند. در غیر این صورت ، پشیمانی و پریشانی نتیجه ازدواج عجولانه خواهد بود.

عاقلانه ازدواج کن تا عاشقانه زندگی کنی

آشپزی

ساندویچ سه طبقه

◀ **مواد لازم برای دو نفر**

۱۶ برگ اسفناج
چهار عدد گوجه فرنگی
نمک و فلفل به میزان دلخواه
یک قاشق چای خوری آویشن
هشت عدد نان تست
۲۵۰ گرم پنیر سفید

طرز تهیه

ابتدا یک نان تست را در ظرف قرار داده و روی آن دو برگ اسفناج بگذارید، سپس دو حلقه گوجه فرنگی روی برگ اسفناج قرار داده و به میزان دلخواه نمک و فلفل روی آن بپاشید. یک ورقه از پنیر را به ارتفاع یک سانتیمتر برش داده و روی گوجه فرنگی ها قرار دهید. کمی آویشن روی پنیر پاشیده و سپس نان تست دیگری روی پنیر قرار دهید. همین مراحل را دو بار دیگر تکرار کنید تا یک ساندویچ سه طبقه درست کنید.هر کدام از این ساندویچ های سه طبقه عصرانه کاملی برای شما خواهد بود .

کنتاکی به روش KFC

◀ **مواد لازم:**

سینه و ران مرغ (از هر کدام ۳ قطعه) ، یک لیوان آرد سفید، نصف لیوان شیرخشک نیدو، ۲عدد تخم مرغ زده شده، آرد سوخاری به مقدار لازم، روغن برای سرخ کردن به مقدار لازم.

طرز تهیه :

ابتدا سینه و ران مرغ را به مدت ۲۰ الی ۲۵ دقیقه بپزید و در حین پخته به آن کمی نمک، فلفل و سیر خرد شده اضافه کنید. آرد سفید را با پودر شیرخشک مخلوط کرده قطعات مرغ را در آن بغلتانید تا تمام سطح مرغ به آرد آغشته شود.(باید مرغ شما کمی مرطوب باشد تا آرد به آن بچسبد) ، قطعات مرغ را ابتدا در تخم مرغ زده شده و سپس در آرد سوخاری بغلتانید تا تمام سطح آن به آرد آغشته شود. قطعات مرغ را در روغنی که از قبل داغ شده ریخته و با حرارت متوسط سرخ کنید.

مرغ کنتاکی را در ظرف کشیده و اطراف آن را با سیب زمینی سرخ شده و سبزیجات تزئین کنید.

نکته : برای اینکه مرغ شما طعم بهتری داشته باشد پیشنهاد می کنیم از آرد سوخاری آمریکن استفاده کنید که طعم بی نظیری به مرغ شما می دهد .

ماهی ته انداز (شوریده)

◀ **مواد لازم :**

ماهی ۲ عدد ، شوید نیم کیلو، لوبیا چشم بلبلی ۲۵۰ گرم ، سیر ٤ حبه ، پیاز ۲ عدد متوسط ، گشنیز نیم کیلو ، کشمش ۲ قاشق غذاخوری، روغن به مقداری و ادویه وفلفل به مقدار لازم .

طرز تهیه :

در ابتدا شوید لوبیا پلو را آماده ساخته و هنگامی که می خواهند آن را دم بدهند، شکم ماهی مورد نظر را با سیر، فلفل ، ادویه، پیاز داغ ، گشنیز و کشمش پر کرده و با نخ آن را می بندند و داخل روغن داغ سرخ می کنند و آن را ته قابلمه و یا وسط لوبیاپلو می گذارند و روی آن را لوبیاپلو می ریزند و دم می دهند، این ماهی پلو را در اصطلاح بوشهر ته انداز می گویند.

آگهی مزایده اموال غیر منقول

ششدانگ یکبابخانه به مساحت ٤٥٨ مترمربع دارای پلاک ٦٥٨٣- اصلی واقع در بخش یک بندرعباس ذیل ثبت ٤٩٨٣ صفحه ٤٠٠ دفتر ٨١ واقع در بندرعباس بلوار دانشمند سورو قدیم کوچه بلال ١٢ جنب مسجد امام علی پلاک ٣٦ با حدود اربعه شمالا به طول ١٨/٣٠ متر دیواری است به شارع عام شرقا بطول ٢٥٠ متر درب و دیواری است به شارع جنوبا بطول١٨/١٠ متر دیواری است به کوچه غربا بطول ٢٥/٤٠ متر دیواریست به شارع عام که بنام بلقیس دریانورد ثبت و سند صادر گردیده که به علت پرداخت بدهی منجر به صدور کلاسه ٣٠٨٥-٨٧ گردیده وطبق تقاضای بستانکار پرونده و برابر صورتجلسه ٨٨/٦/٢٦ مامور اجرا و نظریه کارشناس رسمی دادگستری پلاک مزبور مبلغ ١/٥٢٢/٠٠٠/٠٠٠ ریال ارزیابی گردیده و ملک مورد نظر قدیمی و در حال حاضر به صورت دو واحد مسکونی در حال استفاده می باشد کف واحد از موزائیک و سرویس ها و آشپزخانه از کاشی و دیوار فضای عمومی و خصوصی و سقف ها از اندود گچ و درب ها فلزی و پنجره آلومینیوم و سیستم ساختمانی دیوار باربر و سقف تیرچه بلوکی می باشد که مزایده ششدانگ پلاک ٦٥٨٣- اصلی در روز چهارشنبه مورخ ٨٨/١٢/١٢ در اداره ثبت اسناد و املاک بندرعباس شعبه اجرا از ساعت ٩ صبح الی ١٢ ظهر از طریق مزایده به فروش میرسد و مزایده از مبلغ یک میلیارد و پانصد و بیست و دو میلیون ریال شروع به بالاترین قیمتی که خریدار داشته باشد فروخته خواهد شد و حق حراج و بدهی شهرداری و مالیاتی و آب و برق و تلفن و سایر هزینه های قانونی دیگر بعهده خریدار خواهد بود . ٨١٠٦م /الف

تاریخ انتشار: ٨٨/١١/١٤

علی محمودی -رئیس ثبت اسناد واملاک بندرعباس

١٤٣

آگهی مزایده اموال غیر منقول

ششدانگ یک قطعه زمین قطعه دوم تفکیکی به مساحت ٢٨٠/١٠ متر مربع دارای پلاک ٢ فرعی از ٤٤٧٠ اصلی ذیل ثبت ٢٧٠٧٣ دفتر ١٤١ صفحه ٣٠٤ واقع در بلوار پاسداران نبش خیابان تقوایی نمایندگی ایران خودرو بخش یک بندرعباس با حدود اربعه شمالا بطول ١٩ متر پی است به قطعه سوم تفکیکی شرقا بطول ١٥ متر دیوار بدیوار قطعه اول جنوبا بطول ١٨/٨٥ متر دیواری است به کوچه غربا بطول ١٤/٦٥ متر درب و دیواری است به کوچه که بنام آقای سپهر دلپذیر ثبت و سند صادر گردیده که به علت عدم پرداخت بدهی منجر به صدور اجرائیه کلاسه ٣٧٢٩-٨٨ گردیده طبق تقاضای بستانکار پرونده و برابر صورتجلسه مورخه ٨٨/٧/٤ مامور اجرا و نظریه کارشناس رسمی دادگستری پلاک مزبور به مبلغ ١/٢٣٠/٤٠٠/٠٠٠ ریال ارزیابی گردیده ملک مورد نظر یک قطعه زمین خاکی که دارای کف سازی دیوار چینی و فاقد اعیانی و بصورت نمایندگی ایران خودرو و بصورت سوله و قسمتی ابنیه بنا شده پی سیمان و سنگ سازه و فلزی و سقف ایرانیت نمای داخلی و خارجی نقاشی شده است که مزایده پلاک ٤٤٧٠/٢ اصلی در روز دو شنبه مورخ ٨٨/١٢/١٧ در اداره ثبت اسناد و املاک بندرعباس شعبه اجرا از ساعت ٩ صبح الی ١٢ ظهر از طریق مزایده به فروش میرسد و مزایده از مبلغ یک میلیارد و دویست و سی میلیون و چهار صد هزار ریال شروع و به بالاترین قیمتی که خریدار داشته باشد فروخته خواهد شد و حق حراج و بدهی شهرداری و مالیاتی و آب و برق و تلفن و سایر هزینه های قانونی دیگر بعهده خریدار خواهد بود. ٨١١٥م/الف

تاریخ انتشار : ٨٨/١١/١٤

علی محمودی-رئیس ثبت اسناد و املاک بندرعباس

ایمنی غذا و بهداشت مواد غذایی

مراحل شستشوی میوه و سبزی

ابتدا باید سبزیها را شست تا گل و لای و مواد اضافی آنها از بین برود .

برای از بین بردن انگلها ، سبزی ها را در یک ظرف پر از آب کرد سپس برای هر لیتر آب باید ۳ تا ۵ قطره مایع ظرفشویی در ظرف ریخت بعد از ۵ دقیقه باید سبزی ها را از ظرف خارج کرد و با آب سالم شست .

برای از بین بردن میکروبها باید در یک ظرف ۱۰ لیتری آب ، یک قاشق چایخوری پرکلرین (گرد کلر) را حل کرده و سبزیها را به مدت ۵ دقیقه در آن نگه داشت .

پس از ضد عفونی کردن باید سبزی ها را با آب سالم به خوبی شست .

برای شست و شوی میوه ها و سبزی هایی که در زیر زمین کشت می شود مثل هویج ، سیب زمینی و... باید خاک زیر آنها را با دقت پاک کرد بهتر است کاهو ابتدا پر پر شود و سپس شستشو گردد. مشخصات یک فرآورده غذایی بسته بندی شده بشرح ذیل می باشد :

برچسب (نام محصول)

تاریخ تولید و تاریخ انقضاء مصرف داشته باشد، مواد تشکیل دهنده (لرزش غذایی محصول از نظر میزان انرژی و سایر مواد مشخص باشد) شماره پروانه ساخت از وزارت بهداشت و درمان داشته باشد .

در هنگام خرید میوه و سبزی چه نکاتی باید توجه نمود؟!

میوه و سبزی را بصورت تازه خریداری کنید، از خرید میوه های مانده و له شده و یا کپک زده خودداری کنید .

سبزی هایی که پخته نمی شوند مانند کاهو می تواند به تخم انگلها آلوده باشند پس باید با مایع ظرفشویی و ماده ضدعفونی کننده شستشو داده شوند .

اختلالات خلقی در دوره قاعدگی طبیعی است

یک متخصص زنان و زایمان گفت : اختلال های خلقی دوران قاعدگی که در ۲۰ تا ۳۰ درصد زنان دیده می شود ، در بسیاری از موارد با اطلاع از طبیعی بودن روند وچگونگی آن تخفیف می یابد .

مهین نجفیان اظهار کرد : اختلالات خلقی دوران قاعدگی بیشتر در زنان بالای ۳۵ سال دیده می شود و علت آن از نظر علمی کاملا شناخته شده نیست .

وی افزود: عده ای این مشکل را ناشی از اختلالات هورمونی می دانند وبرخی دیگر ژن خاصی را در بدن مسوول اختلال های خلقی و روحی زنان در حین قاعدگی می پندارند. نجفیان ادامه داد : حدود ۲۰ تا ۳۰ درصد زنان با این مشکل مواجه می شوند . برای درمان این بیماران ، پزشک متخصص در موارد شدید دارو تجویز می کند ؛ و در موارد دیگر، بیمار پس از دریافت اطلاعات از پزشک وآگاهی از طبیعی بودن این روند ، با آن کنار می آیند و عوارض بالینی آنان کاهش می یابند .

وی گفت : نوع تغذیه و مصرف داروی مسکن در کاهش علائم اختلالات خلقی در دوره قاعدگی تاثیر ندارد .

آیا می دانید که ...

نتایج یک پژوهش جدید نشان داد روغن نارگیل برای کاهش وزن و آب کردن چربی های بدن مفید است .

آگهی ابلاغ اجرائیه

بدین وسیله به شرکت نی زار پل سهامی خاص بشماره ثبت ٢٠٠٦ ثبت شرکتهای بندرعباس با امضاء و نمایندگی آقای عزیز اله پیشیار فرزند عوض بشماره شناسنامه ٥٠٠ صادره از سیرجان به سمت مدیر عامل و رئیس هیات مدیره بعنوان بدهکار -سید محمود جاهد فرزند باقر بشماره شناسنامه ٤٥ موالید صادره از میناب -عزیزاله پیشیار فرزند عوض بشماره شناسنامه ٥٠٠ صادره از سیرجان - صدیقه سدید رودانی فرزند فتح اله بشماره شناسنامه ٢ موالید صادره از رودان همگی ساکن بندرعباس کوچه شهید افروغ کوچه دوم پلاک ٤٦ بانک تجارت هرمزگان به استناد سند رهنی شماره ١٣١٨ مورخ ٨٥/١١/٧ تنظیمی دفتر اسناد رسمی شماره ٤٤ بندرعباس برای وصول مبلغ ١٤٠٩٧٨٣٧٢٦ ریال بابت اصل ، بانضمام کلیه خسارت قانونی وارده تا روز وصول و مبلغ ٧٠٤٨٩١٨٦ ریال نیم عشر اجرائی بدهی شما بابت پرونده اجرائی کلاسه ٣٧٩١-٨٨ بر علیه شما مبادرت به صدور اجرائیه نموده و پرونده فوق در شعبه اجرائی این اداره تشکیل و در جریان اقدام است . لذا چون طبق گزارش مامور اجرا این اداره در آدرس تعیین شده در اجرائیه شناخته نشده اید و بستانکار نیز نمی تواند شما را معرفی نماید و برای شعبه اجراء این اداره هم آدرس شما معلوم نیست به استناد تقاضای بستانکار و ماده ١٨ آئین نامه اجراء مفاد اجرائیه فوق الذکر یک نوبت در یکی از روزنامه های کثیرالانتشار محلی آگهی می شود . چنانچه ظرف مدت ده روز از تاریخ انتشار این آگهی که روز ابلاغ اجرائیه محسوب می گردد اقدام به پرداخت بدهی خود ننمائید طبق تقاضای بستانکار این شعبه نسبت به فروش مورد رهن که عبارت است از ششدانگ یکبابخانه به مساحت ٩٤٢/٥متر مربع دارای پلاک ثبتی ٣٧٧/٢ اصلی بخش ٥ میناب ملکی سید محمود جاهد - ششدانگ یکبابخانه به مساحت ٢٥٠ متر مربع قطعه ١٨٣ تفکیکی دارای پلاک ٢/٨٠٠ اصلی ملکی واقع در بخش دو بندرعباس ملکی عزیزاله پیشیار -ششدانگ یکبابخانه قطعه یکم تفکیکی به مساحت ٦٥٣ تفکیکی به مساحت ٦٥٣ متر مربع دارای پلاک ٨/١٤٢٢ اصلی بخش ٣ رودان ملکی صدیقه سدید رودانی از طریق مزایده اقدام خواهد نمود . به غیر از این آگهی وآگهی مزایده ، آگهی دیگری منتشر نخواهد شد.

تاریخ انتشار : ٨٨/١١/١٤

عبداله خواجه بار - مسئول اجراء ثبت اسنادواملاک بندرعباس

١٤٤

آگهی تاسیس شرکت جهان پردازش سیریک با مسئولیت محدود

شرکت فوق در تاریخ ١٣٨٨/١٠/٢١ تحت شماره ١١٤٣٧ و شناسه ملی ١٠٨٠٠١٣٨٣٤٠ در این اداره به ثبت رسیده و در تاریخ ١٣٨٨/١١/١٠از لحاظ امضاء ذیل دفاتر تکمیل گردیده و خلاصه شرکتنامه آن به شرح زیر جهت اطلاع عموم در روزنامه رسمی آگهی می شود .

١- موضوع شرکت :

کلیه خدمات سخت افزار و نرم افزار شبکه فروش و ارتقا و تعمیرات سخت افزار کامپیوتر و دوربین های مدار بسته تعمیر و طراحی و ساخت نرم افزار واردات نرم افزار از طریق اخذ نمایندگی از موسسات خارج از کشور صادرات نرم افزار بصورت مستقیم یا از طریق یکی از موسسات خارج از کشور و شرکت در کلیه مناقصات و مزایده های دولتی و غیر دولتی .

٢- مدت شرکت : از تاریخ ثبت به مدت نامحدود

٣-مرکز اصلی شرکت :

١-٣-استان هرمزگان - شهر بندرعباس بلوار امام خمینی (ره) پاساژ هرمز طبقه سوم پلاک ٤٠٧

٤- سرمایه شرکت : مبلغ ١/٠٠٠/٠٠٠ ریال می باشد .

٥-اولین مدیران شرکت : ١-٥- آقای احمد پیمان فر به سمت رئیس هیئت مدیره

٢-٥-آقای محمد پیمانه به سمت نائب رئیس هیئت مدیره

٣-٥-آقای احمد پیمان فر به سمت مدیر عامل به مدت نامحدود انتخاب گردیدند .

٦- دارندگان حق امضا : کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور شرکت با امضا مدیر عامل همراه با مهر شرکت معتبر خواهد بود .

٧-اختیارات مدیر عامل: طبق اساسنامه . ٨١٠٩م/الف

مسئول ثبت شرکت ها وموسسات غیر تجاری واحد ثبتی بندرعباس-فلاح

١٥٤