



## فرسودگی شغلی تهدیدی جدی برای پرستاران

معاون پرستاری وزارت بهداشت با ق‌دردانی از زحمات پرستاران، بر ضرورت حمایت بیشتر از این قشر تاکید کرد و گفت: پرستاران به عنوان ستون‌های نظام سلامت، با چالش‌های مختلفی از جمله فرسودگی شغلی مواجه هستند. دکتر عباس عبادی - معاون پرستاری وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در مراسم تجدید میثاق با آرمان‌های اسام (ره) و رهبری (مدظله‌العالی)، ضمن تاکید بر نقش پرستاران در نظام سلامت کشور، به اهمیت حفظ و ارتقای سلامت و رضایت شغلی این قشر ارزشمند اشاره کرد. وی با بیان اینکه پرستاری تلفیقی از علم و عشق است، افزود: پرستاران، با بیش از ۳۰ درصد سهم در نظام سلامت، ستون‌های اصلی این حوزه هستند. متأسفانه، گاه به دلیل کم‌کاری‌های موجود، شاهد فرسودگی شغلی در میان این عزیزان هستیم. حفظ این سرمایه انسانی ارزشمند، نیازمند توجه ویژه مسئولین و فراهم آوردن شرایط مناسب کاری است.

# بیشترین تراکم استخوانی در ۳۰ تا ۳۵ سالگی / ورزش‌های موثر در پیشگیری از پوکی استخوان

با افزایش سن، توده معدنی استخوان‌ها کاهش

می‌یابد و به زوال دچار می‌شود؛ بر همین اساس هم گفته می‌شود پوکی استخوان بیماری مربوط به دوران سالمندی است و همچنین پس از دوران یائسگی در زنان روند از دست‌دادن بافت استخوانی به دلیل تغییرات هورمونی در آنها سرعت بیشتری می‌گیرد.

دکتر حسین یاری - مدیر کلینیک طب پیشگیری و ارتقای سلامت سازمان جهاد دانشگاهی علوم‌پزشکی تهران در گفت‌وگو یی با بیان اینکه پوکی استخوان یک بیماری بسیار شایع است، اظهار کرد: استخوان، یک بافت زنده است و سلول‌های آن به صورت پیوسته در حال ساخت، مرگ و جایگزینی هستند. این چرخه تشکیل و بازجذب سلول‌ها به صورت مداوم در بافت استخوانی جریان دارد و نباید آن را یک بافت ثابت متصلب در نظر گرفت.

بیشترین تراکم استخوانی در ۳۰ تا ۳۵ سالگی وی افزود: تراکم استخوانی، حدود ۳۰ تا ۳۵ سالگی به بیشترین میزان خود می‌رسد؛ به نحوی که فرایند ساخت و استخوان‌ها نسبت به فرایند تخریب بیشتر است. با افزایش سن و تغییرات هورمونی که به ویژه در زنان اتفاق می‌افتد، میزان ساخت‌وساز بافت استخوانی کاهش می‌یابد و میزان تحلیل رفتن بیشتر می‌شود؛ به نحوی که بافت استخوان، تراکم خود را به مرور از دست می‌دهد و فرد در مسیر پوکی استخوان قرار می‌گیرد.

افزایش سرعت تخریب بافت استخوانی پس از یائسگی در زنان

این متخصص طب فیزیکی ادامه داد: اگرچه تراکم استخوان تا سن ۳۵ سالگی به میزان پیک خود می‌رسد اما پیک استخوان به ژنتیک بسیار وابسته است. پس از یائسگی، میزان هورمون استروژن در زنان کاهش یافته و میزان

تخریب استخوان‌ها نیز سرعت بسیار زیادی به خود گرفته و فرد در مسیر پوکی استخوان قرار می‌گیرد. بررسی‌ها بیانگر این است که میزان ابتلا به پوکی استخوان به ویژه پس از یائسگی در زنان بسیار شایع است.

مدیر کلینیک طب پیشگیری و ارتقای سلامت سازمان جهاد دانشگاهی علوم پزشکی تهران درباره «پوکی استخوان ثانویه» تصریح کرد: اگرچه فرایند طبیعی کاهش ساخت و افزایش بازجذب استخوان را با افزایش سن سیری می‌کنیم، اما مصرف برخی داروها مانند برخی داروهای ضد انعقاد، ضد تشنج و مشتقات کورتونی سبب افزایش سرعت تخریب استخوان‌ها می‌شوند.

همچنین بیماری‌هایی مانند بیماری‌های «پاراتیروئید» و «تیروئید» می‌توانند شرایطی را برای بدن ایجاد کنند که سبب از دست دادن زودهنگام تراکم استخوان شود. هنگامی که عوامل خارجی، زمینه‌ساز پوکی استخوان می‌شوند، به آن «پوکی استخوان ثانویه» می‌گویند. وضعیت

ابتلا به پوکی استخوان در ایران او درباره شیوع پوکی استخوان در زنان و مردان گفت: آمار و ارقام بیانگر این است که یک زن از هر ۳ زن بالای ۶۰ سال و یک مرد از هر ۴ تا ۵ مرد بالای ۶۰ سال به پوکی استخوان مبتلا می‌شوند. بر اساس تعداد مبتلایان به بیماری پوکی استخوان می‌توان گفت که پوکی استخوان، یک اختلال بسیار شایع محسوب می‌شود.

این متخصص طب فیزیکی با بیان اینکه علامت پوکی استخوان فقط یک مورد است، توضیح داد: شکستگی، تنها نشانه پوکی استخوان است و تا زمانی که شکستگی اتفاق نیفتد، پوکی استخوان هیچ نشانه دیگری ندارد. بنابراین، علائمی مانند دردهای استخوانی، درد‌های عضلانی، سوزش پا و ... نمی‌توانند نشانه صرف پوکی استخوان

### آگهی تعیین تکلیف

برابر رای شماره ۱۳۹۴۰۰۶۰۲۳ مورخ ۱۳۹۴۰۳۰۲۰۲۶۰۲۴۵۹۹ تصدیهات قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی اداره ثبت اسناد و املاک شمال اصفهان تصرفات آقای محمدرضا حیدری سودجانی به شناسنامه شماره ۴۱ کدملی ۴۶۲۱۹۶۹۳۳ صادره شهر کرد فرزند تجاتعلی در ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۹۲,۲۱۰ متر مربع پلاک شماره ۱۳۹۰۰ اصلی واقع در اصفهان بخش ۵ اداره ثبت اسناد و املاک شمال اصفهان با توجه به تقاضانامه ارائه شده و مستندات ضمیمه شامل بوجوب سند ۳۳۴۵۹ مورخ ۵۷,۵/۷ دفترخانه ۲۴ اصفهان مقدار ۹۳ سهم مشاع از پلاک فوق به حسینعلی حیدری انتقال یافته و از طرف نامبرده با قولنامه عادی مورد تقاضا به متقاضی واگذار شده است و ملاحظه نقشه ملک و گزارش کارشناس منتخب و پاسخ وضعیت ثبتی که حاکایت از احراز مالکیت متقاضی نسبت به ملک مورد تقاضا و انتقال ملک از مالک رسمی به متقاضی داشته و تصرفات متقاضی نسبت به مورد تقاضا احراز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند میتوانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.
الف: ۱۸۱۰۲۲۴۴۴

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۳/۷/۳۰

تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۳/۸/۱۵

### رئیس اداره ثبت اسناد و املاک شمال اصفهان

### آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۳۰۲۰۲۴۰۰۹۶۹ تصدیهات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کاشان تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم زهرا خیر النسائی فرزند تقی بشماره شناسنامه ۱۰۳ صادره از کاشان در ششدانگ قطعه زمین کشاورزی به مساحت ۳۳۹/۳۰ متر مربع مغرور از پلاک ۱۵ اصلی واقع در بخش ۲ کاشان خریداری از مالک رسمی خانم فاطمه علاقمند محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۳/۸/۱۵

تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۳/۸/۳۰

### محمد علی ناظمی اشنی رئیس ثبت اسناد و املاک

### آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۳۰۲۰۲۴۰۰۹۵۳ تصدیهات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کاشان تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای سجاد خلیج امیر حسینی فرزند اصغر بشماره شناسنامه ۲۵۰۲۳۵۶۱ صادره از کاشان در ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۱۰۲/۶۰ متر مربع مغرور از پلاک ۷۱۹۴ فرعی از ۴۵ اصلی واقع در بخش ۲ کاشان خریداری از مالک رسمی آقای حسین فولادی محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۳/۸/۱۵

تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۳/۸/۳۰

### آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۳۰۲۰۲۴۰۰۸۸۲ تصدیهات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کاشان تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای وحید آذر فرزند حسینعلی بشماره شناسنامه ۲۶۹۵ صادره از کاشان در ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۱۲۰/۹۰ متر مربع مغرور از پلاک ۲۵۳۲۴ فرعی از ۱۵ اصلی واقع در بخش ۲ کاشان محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۳/۸/۱۵

تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۳/۸/۳۰

### محمد علی ناظمی اشنی رئیس ثبت اسناد و املاک

### آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۳۰۲۰۲۴۰۰۵۸۵ تصدیهات اول مورخ ۱۴۰۳/۵/۱۶ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کاشان تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای جعفر پاکیزه فرزند محمود بشماره شناسنامه ۲۱۰۱ صادره از کاشان در ششدانگ قطعه زمین با بنای اعدائی به مساحت ۲۱۸۵ متر مربع مغرور از پلاک ۱۵ اصلی واقع در بخش ۲ کاشان خریداری از مالک رسمی آقای حسین باقربانی محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۳/۸/۱۵

تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۳/۸/۳۰

### محمد علی ناظمی اشنی رئیس ثبت اسناد و املاک

### آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۳۰۲۰۲۴۰۰۵۸۵ تصدیهات اول مورخ ۱۴۰۳/۵/۱۶ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کاشان تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای جعفر پاکیزه فرزند محمود بشماره شناسنامه ۲۱۰۱ صادره از کاشان در ششدانگ قطعه زمین با بنای اعدائی به مساحت ۲۱۸۵ متر مربع مغرور از پلاک ۱۵ اصلی واقع در بخش ۲ کاشان خریداری از مالک رسمی آقای حسین باقربانی محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۳/۸/۱۵

تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۳/۸/۳۰

## فرسودگی شغلی تهدیدی جدی برای پرستاران

معاون پرستاری وزارت بهداشت با ق‌دردانی از زحمات پرستاران، بر ضرورت حمایت بیشتر از این قشر تاکید کرد و گفت: پرستاران به عنوان ستون‌های نظام سلامت، با چالش‌های مختلفی از جمله فرسودگی شغلی مواجه هستند. دکتر عباس عبادی - معاون پرستاری وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در مراسم تجدید میثاق با آرمان‌های اسام (ره) و رهبری (مدظله‌العالی)، ضمن تاکید بر نقش پرستاران در نظام سلامت کشور، به اهمیت حفظ و ارتقای سلامت و رضایت شغلی این قشر ارزشمند اشاره کرد. وی با بیان اینکه پرستاری تلفیقی از علم و عشق است، افزود: پرستاران، با بیش از ۳۰ درصد سهم در نظام سلامت، ستون‌های اصلی این حوزه هستند. متأسفانه، گاه به دلیل کم‌کاری‌های موجود، شاهد فرسودگی شغلی در میان این عزیزان هستیم. حفظ این سرمایه انسانی ارزشمند، نیازمند توجه ویژه مسئولین و فراهم آوردن شرایط مناسب کاری است.

خصوصا شبیر، بهترین راه برای تامین نیاز روزانه

بدن به کلسیم است.

ضرورت توجه دولت به تعریف یارانه برای

مدير کلینیک طب پیشگیری و ارتقای سلامت

سازمان جهاد دانشگاهی علوم‌پزشکی تهران با مسئولیات لینیی

مدیر کلینیک طب پیشگیری و ارتقای سلامت سازمان جهاد دانشگاهی علوم‌پزشکی تهران با

بیان اینکه بیشترین میزان کلسیم در لبنیات وجود دارد، خاطرنشان کرد: برخی بر این باور هستند مصرف بادام یا محصولات گیاهی دیگر می‌تواند نیاز کلسیم بدن را تامین کند.

اگرچه بادام در میان منابع گیاهی میزان بالایی کلسیم را داراست اما نمی‌تواند جایگزین مصرف لبنیات شود؛ به عنوان مثال اگر فردی مصرف کافی لبنیات نداشته و تمایل به مصرف مکمل کلسیمی هم نداشته باشد، باید روزانه چهارصد گرم بادام مصرف کند تا نیاز روزانه کلسیم

بدنشن تامین شود.

یاری در پاسخ به سوال ایسنا درباره قیمت لبنیات و عدم توانایی برخی اقشار پایین درآمدی در تامین آن، با بیان اینکه لبنیات مهم‌ترین منبع جذب کلسیم است، توضیح داد: هنگامی که لبنیات، بهترین منبع جذب کلسیم است، انتظار می‌رود دولت‌مدران، یارانه مضاعفی برای مصرف لبنیات در نظر بگیرند تا این محصول از سبد غذایی خانوار حذف نشود. لبنیات به دلیل مسائل معیشتی سال‌های اخیر از سبد محصولات برخی از خانوارها حذف شده و این در حالیست که حذف این ماده‌غذایی می‌تواند آشامنی در بلندمدت داشته باشد و گریبانگیر سیستم درمانی کشور و دولت‌مدران شود. اگر دولت‌مدران می‌خواهند از آثار منفی و تحمیل هزینه‌هایی مانند شکستگی ناشی از پوکی استخوان به سیستم درمانی کشور در آینده جلوگیری کنند، باید بارانه ویژه‌ای برای مصرف لبنیات در نظر گیرند.

توصیه‌های پزشکان درباره استفاده از مکمل‌ها

عضو هیات‌علمی سازمان جهاد دانشگاهی

علوم‌پزشکی تهران ادامه داد: اگر شیر و لبنیات

به میزان کافی مصرف نمی‌کنیم، بهتر است از

مکمل‌های دارویی برای تامین کلسیم استفاده کرد. پزشکان به زنان توصیه می‌کنند، اگر میزان مصرف لبنیات آنها در دوران یائسگی به

میزان کافی نیست، به طور حتم از مکمل‌های

کلسیم استفاده کنند.

ابتای ۸۰ درصد ایرانی‌ها به کمبود ویتامین D

این متخصص طب فیزیکی درباره تاثیر ویتامین D در پیشگیری از پوکی استخوان گفت: ۸۰ درصد ایرانی‌ها به کمبود ویتامین D مبتلا هستند؛ این در حالی است که ۵۳ یک ماده مهم برای بدن محسوب می‌شود. نور مستقیم آفتاب، منبع دریافت ویتامین D است اما برای دریافت ویتامین از این منبع باید در زمان حداکثر تابش خورشید (مثلاظهر تابستانی)، دو - سوم بدن بدون لباس در معرض نور مستقیم خورشید (نه از پشت شیشه) به مدت ۳۰ دقیقه قرار گیرد.

نمک، دخانیات و الکل؛ احتمال پوکی استخوان

را افزایش می‌دهند

وی با بیان اینکه مصرف نوشیدنی‌های الکلی احتمال پوکی استخوان را افزایش می‌دهد، افزود: علاوه بر مصرف الکل، مصرف بیش از حد نمک هم بر پوکی استخوان اثرگذار

است. هرچقدر میزان مصرف نمک افزایش یابد،

احتمال دفع کلسیم نیز به همان میزان افزایش

می‌یابد و کنترل میزان نمک مصرفی علاوه بر

اثر روی فشار خون و سلامت قلبی‌[]عروقی، روی

تراکم استخوان هم موثر است. اگر نگران پوکی

استخوان هستیم، می‌ایست از مصرف دخانیات

و سیگار اجتناب کنیم؛ مصرف سیگار بر کاهش

تراکم استخوان نقش معنی‌داری دارد و اجتناب

روزنامه صبح ایران / سال دهم - شماره ۱۵۶۲

۱۵ آبان ماه ۱۴۰۳ / با ما همراه شوید

@serajname - www.serajonline.com

اجتماعی – آگهی



از نیکوتین از مولفه‌های زندگی سالم محسوب می‌شود. یاری با بیان اینکه کنترل مصرف پروتئین و کالری دریافتی نیز بر استخوان‌ها اثرگذار است، گفت: میزان مصرف پروتئین و کالری باید به میزان بهینه باشد؛ چرا که بر سلامت استخوان‌ها اثرگذار است.

مدیر کلینیک طب پیشگیری و ارتقای سلامت سازمان جهاد دانشگاهی علوم‌پزشکی تهران با بیان اینکه اصلاح سبک زندگی در پیشگیری از پوکی استخوان نقش دارد، توضیح داد: فعالیت‌های بدنی و ورزش کردن جزو مولفه‌های سبک زندگی سالم است. اگر میزان فعالیت ورزشی به میزان کافی باشد در پیشگیری از پوکی استخوان نقش دارد. فعالیت‌های بدنی مانند پیاده‌روی، کوه‌سواری، دوچرخه‌سواری، دوچرخه ثابت به تراکم بافت استخوانی کمک می‌کنند. نه تنها تمرینات قدرتی و هوازی بلکه آن دسته از فعالیت‌های ورزشی که به بهبود تعادل انسان‌ها کمک می‌کنند به احتمال فراوان می‌توانند از سقوط افراد جلوگیری کنند و به همین دلیل در پیشگیری از شکستگی ناشی از پوکی استخوان موثر هستند.

این متخصص طب فیزیکی ادامه داد: همچنین ورزش‌هایی که باعث افزایش انعطاف‌پذیری می‌شوند در پیشگیری از پوکی استخوان موثر است؛ به طور مثال، «تای چی» که از ورزش‌های شرق آسیا است به تعادل و انعطاف‌پذیری کمک می‌کند و در پیشگیری از پوکی استخوان نیز موثر است.

### آگهی موضوع ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی اداره ثبت اسناد و املاک قصر

رای شماره ۱۴۰۳۰۳۰۲۱۱۸۰۰۰۱۹۹ تصدیهات مورخ ۱۴۰۳/۴/۲۸ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در اداره ثبت اسناد و املاک قمصر خانم زهرا سادات حسینی حسن آبادی فرزند سید رضا بشماره شناسنامه ۴۴۸ و کد ملی ۱۲۶۱۹۲۲۶۵۴ صادره از کاشان نسبت به ششدانگ یک باب خانه و باغچه به مساحت ۳۳۲/۲۴ متر مربع پلاک شماره ۳۲۲ فرعی از مجزا از ۲۸۰ فرعی از ۱۶ اصلی واقع در بخش یک حوزه ثبتی قمصر طبق قولنامه عادی از فاطمه چیت سازیان و سند رسمی از مهدی چیت سازی و غیره . برابر رای صادره هیات تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در اداره ثبت اسناد و املاک قمصر تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی واقع در بخش یک حوزه ثبتی قمصر محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به اداره ثبت اسناد و املاک قمصر تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض درخواست خود را به مرجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد گردید .

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۳/۷/۳۰

تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۳/۸/۱۵

### نرجس نوش آبادی مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک قمصر

### آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

وضع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کاشان تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای/خانم امیرعلی خان دایی قمصری فرزند ابوالفضل بشماره شناسنامه ۱۲۵۱۴۴۵۳۲۷ صادره از کاشان در ششدانگ زمین محصور با بنای اعدائی به صورت آموزشی به مساحت ۵۴۸/۶۴ متر مربع مغرور از پلاک ۳۱ فرعی از ۳۳ اصلی واقع در بخش ۲ کاشان خریداری از مالک رسمی محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۳/۸/۱۵

تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۳/۸/۳۰

### حسن فتاح راوندی رئیس ثبت اسناد و املاک

### آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۳۰۲۰۲۴۰۰۸۵۸ تصدیهات مورخ ۱۴۰۳/۷/۹ هیات دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کاشان تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای/خانم حسن امیری فرزند قربانعلی بشماره شناسنامه ۶۸۳۹ صادره از باختران در ششدانگ خانه به مساحت ۱۵۹/۱۳ متر مربع مغرور از پلاک ۲۹۷ فرعی از ۲ اصلی واقع در بخش ۲ کاشان خریداری از مالک رسمی آقای جواد جاویدان از وراث رمضان کیسه چی موروثی از رضا کیسه چی محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۳/۸/۱۵

تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۳/۸/۳۰

### حسن فتاح راوندی رئیس ثبت اسناد و املاک

### آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۳۰۲۰۲۴۰۰۱۵۶ تصدیهات مورخ ۱۴۰۳/۷/۱۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کاشان تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای مهدی حاجی آقا محمدرزاده فرزند علی اکبر بشماره شناسنامه ۴۲۱۷ صادره از تهران در ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۱۱۲/۳۰ متر مربع مغرور از پلاک ۱۱۱۵ فرعی از ۳۴ اصلی واقع در بخش ۲ کاشان خریداری از مالک رسمی آقای رضا طحافی فینی محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۳/۸/۱۵

تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۳/۸/۳۰

### محمد علی ناظمی اشنی رئیس ثبت اسناد و املاک

### آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۳۰۳۰۲۰۲۴۰۰۹۱۲ تصدیهات مورخ ۱۴۰۳/۷/۱۸ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کاشان تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم زهرا مهدوی قاهری فرزند علی اکبر بشماره شناسنامه ۲۱۸۵ صادره از آران و بیدگل در ششدانگ قطعه زمین با کاربری کشاورزی به مساحت ۶۸/۳۰ متر مربع مغرور از پلاک ۶۴۴ فرعی از ۴۰ اصلی واقع در بخش ۲ کاشان خریداری از مالک رسمی خانم زهره زارع حسن آبادی محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۴۰۳/۸/۱۵

تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۳/۸/۳۰

### محمد علی ناظمی اشنی رئیس ثبت اسناد و املاک