چگونه زندگی با معناتری داشته باشیم؟

هر گاه صحبت از توسعه‌ی فردی و بهبود زندگی به شکلی بامعناتر می‌شود، همه‌ی ما حرف‌های بسیاری برای گفتن داریم. در این مواقع ما ماشین‌های نصیحت‌پراکنی می‌شویم و به طرزی روشنفکرانه ایده‌های گوناگون خود را درباره زندگی و... به اطراف پرتاب می‌کنیم، اما واقعیت چیست و کدام یک از این دُر و گوهرهای ساطع شده به شکل کاربردی و واقعی در زندگی و تغییر عادت‌های روزانه‌ی خودمان قابل اجرا هستند. برای مثال اگر کتاب یا مقاله‌ای در انگیزه دادن به مخاطب خود درست عمل نمی‌کند یا جایی از کار نویسنده در پروراندن مطلب می‌لنگد، پس بهتر است سراغ هر نوشته و مطلبی که می‌رویم ابتدا از خود بپرسیم، آیا این کتاب یا مقاله به توسعه‌ی فردی و بهبود عادت‌های روزانه‌ی من کمکی می‌کند یا خیر (هر نوشته‌ای تنها ۵-۱ درصد می‌تواند روی مخاطب خود اثر بگذارد، پس با مطالعه‌ی بیشتر می‌توان تعداد بیشتری از این تغییرات را به زندگی‌مان اضافه کنیم؛ تغییراتی پایدارتر در جهت بهره‌وری و رضایت از زندگی). امیدواریم این مقاله حداقل ۱ درصد به بهبودی زندگی شما کمک کند.

آنچه مفید است را جذب کنید، چیزهای بیهوده را رد کنید و آنچه را مختص شماست از آن خود کنید

— بروس لی

۱. وقت بیشتری را به خواندن کتاب‌ها و مقالاتی درباره‌ی تغییرات مثبت در زندگی اختصاص بدهید

مطالعه مقالات و کتاب ها درباره توسعه فردی ما را قوی می کند

شما می‌توانید ساعت‌های طولانی کتاب‌های تاریخی بخوانید یا مطالبی درباره‌ی روان‌شناسی، تغییر عادت، مدیریت زمان، سلامت، معنویت و غیره را برای مطالعه انتخاب کنید. خب انتخاب با شماست، اما فراموش نکنید که به‌رغم اهمیت درس‌های فراوانی که از مطالعه‌ی تاریخ کسب می‌کنیم، میزان دانشی که از سایر زمینه‌های مطالعاتی به دست می‌آوریم بسیار بیشتر خواهد بود و روند اثرگذاری آنها بر زندگی روزانه افزون‌تر است. تغییرِ رفتار نتیجه‌ی مهمی از مطالعه‌ی مؤثر است، پس تصمیم با شماست که با خواندن مطالب دانش‌افزایی چون تغییر عادت و روان‌شناسی طوری زندگی کنید که در تاریخ ثبت شود یا صرفا به خواندن تاریخ گذشتگان اکتفا کنید. مثلا اگر بدانیم چه عادت‌های روزانه‌ای خلق‌وخوی ما را بهتر می‌کند و بعد آنها را در زندگی به کار ببندیم، طبیعی است که فرد خوشحال‌تری می‌شویم یا اگر بدانیم که مصرف کدام غذاها با سوخت‌وساز بدن ما سازگارتر است، فعالیت‌های بدنی‌مان بهبود می‌یابند و این داستان در همه زمینه‌ها ادامه دارد.

فرض کنید با افزوده شدن دانش شما درباره حقایق معنوی چقدر ساده‌تر از مشکلات کوچک و پیش‌پاافتاده گذر خواهید کرد، پس به جای خواندن سرسری صفحات وبسایت‌ها و اخبار روزنامه‌ها بهتر است با انتخابی هدفمند و دقیق به سراغ مطالب آموزنده در مورد توسعه فردی برویم و نوشته‌هایی را که برای‌مان جالب‌تر و جذاب‌تر هستند، انتخاب و مطالعه کنیم.

پیشنهاد کاربردی: موضوعاتی را که برای‌تان جالب‌تر و دانش شما در آنها کمتر است، هدفمند و با برنامه انتخاب کنید، مثلا اگر در مدیریت زمان مشکل دارید، کتاب‌ها و مقالاتی در این زمینه بیابید و مطالعه کنید.

دانش تنها یک نیروی بالقوه است و وقتی به قدرت واقعی تبدیل می‌شود که طبق برنامه‌های اجرایی دقیق به یک هدف قطعی و مشخص برسد.»

— ناپلئون هیل

اگر ارزش بالقوه‌ی دانشِ کسب شده در طول یک هفته، ۱ درصد باشد، اینِ عدد در طول یک سال به ۵۲ درصد خواهد رسید.

۲. تلفن‌تان را یک روز در هفته خاموش کنید

تلفن همراه را شب ها خاموش کنیم.

بهتر است هر شب تلفن‌تان را روی حالت پرواز قرار دهید و آن را از رختخواب دور نگه دارید. صبح که از خواب بیدار می‌شوید با انبوهی از پیام‌های نخوانده روبه‌رو می‌شوید. بی‌شک همه از دیدن چنین پیام‌هایی خوشحال می‌شوند، به ویژه اگر فرد چندان فعالی در شبکه‌های مجازی و ارتباطی نباشید. درست است که دیدن پیام‌های جدید، با پر کردن مخزن دوپامین مغز، ما را شاد می‌کند، اما باید قبول کنیم استفاده از تلفن فقط برای تماس‌های ضروری، در صرفه‌جویی زمان بسیار مفید خواهد بود و وقت کافی برای فعالیت‌های گوناگونی چون مدیتیشن، نرمش، مطالعه و... در اختیار می‌گذارد.

خودتان قضاوت کنید ورزش و مطالعه بهتر است یا مواجه شدن دقیقه به دقیقه با پیام‌های مختلفی که از شبکه‌های اجتماعی و... دریافت می‌کنید. در واقع بهتر است در استفاده از تلفن‌های هوشمند گزینشی عمل کنید.

پیشنهاد کاربردی: گوشیِ هوشمندِ عزیزتر از جان‌تان را حداقل یک روز در هفته کنار بگذارید.

دانای ناشناسی:

زندگی چیزی است که وقتی مشغول سروکله زدن با تلفن هوشمند خود هستید، رخ می‌دهد.

۳. برنامه‌ی غذایی مشخص و از پیش تعیین شده‌ای برای خود تنظیم کنید

برنامه غذایی روزانه جالب شامل مواد موردعلاقه تان داشته باشید

ما روزانه تصمیم‌های کوچک و بزرگ فراوانی می‌گیریم، اما یکی از این تصمیم‌ها از همه چالش‌برانگیزتر است؛ همان پرسش تاریخی که باعث می‌شود مادران عزیز، افراد خانواده را هر شب برای برنامه‌ریزی غذای فردا مورد بازجویی قرار دهند. بله، فردا چه چیزی بخوریم؟

رفع این مشکل و دغدغه بسیار ساده است. با نوشتن یک برنامه‌ی غذایی می‌توانید سلول‌های خاکستری را از فکر کردن و تلاش برای پاسخ‌گویی راحت کنید. برنامه‌ی غذایی مشخص صبحانه و ناهار در صرفه‌جویی وقت نیز به شما کمک می‌کند. برنامه‌ای از پیش تعیین شده شاید کمی خسته‌کننده به نظر برسد پس باید در نوشتن آن سلیقه و تنوع به خرج بدهید و اصلا نگران نباشید، شما در حال تدوین یک حکم ازلی و ابدی نیستید و هر چند وقت یک‌بار می‌توانید آن را تغییر بدهید.

پیشنهاد کاربردی: غذاهای سالم و مورد علاقه‌ی خود را پیدا کنید و با آنها یک برنامه‌ی جذاب غذایی برای خود بنویسید.

برنامه‌ریزی از نظر ذهنی انرژی بخش است و کج خلقی و احوال بد را از بین می‌برد.

— میسون کوری

۴. هر روز (شنبه تا پنج شنبه) دو کار جالب و مفرح را در برنامه عصر یا شب خود بگنجانید

تماشای برنامه مورد علاقه دلخوشی مطلوب بعد از کار است.

اگر فقط در کار کردن غرق شویم و حتی لبخند زدن را فراموش کنیم، روزبه‌روز جدی‌تر و عبوس‌تر می‌شویم. با برنامه‌ریزی روزانه برای انجام کارهای جالب و مورد علاقه‌تان در حقیقت برای خود دلخوشی‌های کوچکی می‌سازیم که هر قدر هم روزمان بد و سخت بگذرد به ما امید و شادی می‌دهند. منظور از کار مفرح و جالب، حرکات محیرالعقول مانند سقوط آزاد از هواپیما یا غواصی در اعماق اقیانوس آرام نیست، بلکه منظور دلخوشی‌های کوچکی چون بازی با حیوان خانگی، تماشای برنامه‌ی موردعلاقه یا دیدارِ دوستان است. حالا انتخاب شما هر چه باشد مهم این است که هدف مفرح برنامه‌ریزی شده‌ای برای خود می‌سازید؛ لذتی که باعث می‌شود راحت‌تر بخوابیم و خوش‌خلق‌تر بشویم و انگیزه‌ی بیشتری در طول روز داشته باشیم. با دلخوشی‌های کوچک، سرزندگی را به عادتی روزانه برای زندگی با معناتر تبدیل کنید.

پیشنهاد کاربردی: سعی کنید به دلخوشی‌های کوچک‌تان کمی دیوانگیِ کنترل‌شده اضافه کنید تا بیشتر خوش بگذرانید.

یک ضرب‌المثل معروف فرنگی می‌گوید:

اگر زیادی کار کنی و تفریحی نداشته باشی، هم خسته می‌شوی و هم خسته‌کننده.

۵. نگرانی‌ها و اشتباهات‌تان را روی برگه‌ی کوچکی یادداشت کنید

نگرانی هایتان را یادداشت کنید

همه‌ی ما معمولا خود را به خاطر اشتباهات کوچکی که در طول روز مرتکب می‌شویم سرزنش می‌کنیم. گاهی شدت این سرزنش‌ها خیلی زیاد و خنده‌دار است. خودمان را به گوشه رینگ پرتاب می‌کنیم و باقدرت هر چه تمام، بی‌رحمانه سعی در مغلوب کردن خود داریم. اگر این روند ادامه پیدا کند، روزبه‌روز بیشتر احساس نارضایتی و ناامیدی خواهیم کرد. چنین تباهی و سیاهی زمانی گریبان‌گیر زندگی ما می‌شود که ایده‌آل‌گرا باشیم. نباید اجازه بدهید موضوعات پوچ، نگرانی‌ها یا اشتباهات ما را عصبانی کنند یا خودمانی‌تر بگوییم حال ما را بگیرد.

لازم نیست در طول یک روز همه‌ی کارهای شما عالی و فوق‌العاده باشد، در حالی که اگر به دنبال فراتر رفتن از استانداردها به سمت ایده‌آل‌ترین‌ها باشیم طبیعی است که ناامید و افسرده می‌شویم.

می‌توان یادداشتی تهیه کرد و در آن اشتباهات و نگرانی‌ها را نوشت و با مکتوب کردن این دل‌مشغولی‌های منفی، افکار بد را از خود دور کرد. وقتی یک اشتباه یا نگرانی را مکتوب می‌کنیم، حجم زیادی از درگیری‌های ذهنی نامرتب و افسارگسیخته‌ی ذهنی را از اتاق فرمان بدن یا همان مغز دور می‌کنیم و بیرون می‌ریزیم.

پیشنهاد کاربردی: افکار منفی را با نوشتن از خود دور سازید. دفترچه‌ی کوچکی تهیه کنید و از نگرانی‌های خود بنویسید.

تخلیه و تفکیک احساسات مختلف به ویژه احساسات منفی ما را از خودخوری و سرزنش دور می‌کند.

— کارلا هلبرت

این ۵ پیشنهادِ منحصر به فرد زندگی‌تان را بامعناتر و شما را قدرتمندتر می‌کند. کدام یک از این توصیه‌ها با شما سازگار است؟ انتخاب کنید و تغییر را در خود احساس کنید.

اخبار

چطور یک خاطره بد را برای همیشه از ذهن خود پاک کنیم؟

در علم عصب‌شناسی یک اصل وجود دارد که می‌گوید: «نورون‌هایی که با هم فعال می‌شوند، به هم وابسته می‌شوند.» به این معنا که هر چه بیشتر یک جریان نورون را در مغزتان به گردش درآورید، آن جریان قوی‌تر خواهد شد. به قول یک ضرب‌المثل معروف، «کار نیکو کردن از پر کردن است». هر چقدر بیشتر تمرین پیانو کنید یا به یک زبان صحبت کنید یا تمرین‌های تردستی انجام بدهید، این جریان قوی‌تر خواهد شد.

این موضوع تا سال‌ها در کانون توجه برای یادگیری چیزهای جدید بود. اما همان‌طور که مشهود است، توانایی یادگیری چیزی فراتر از ایجاد و تقویت ارتباطات عصبی است. حتی از آن مهم‌تر توانایی ما در شکستن ارتباطات قدیمی است که به نام «هرس سیناپسی» شناخته می‌شود که در اینجا نحوه‌ی عملکرد آن را توضیح می‌دهیم.

مغز شما مانند یک باغ است

مغز مانند باغی است که در آن نورونها ارتباط سیناپسی برقرار می کنند.

تصور کنید مغز شما یک باغ است، فقط به جای اینکه در آن گل، میوه، و سبزی پرورش بدهید، بین نورون‌ها ارتباطات سیناپسی برقرار می‌کنید. این‌ها ارتباطاتی هستند که انتقال‌دهنده‌های عصبی مثل دوپامین، سروتونین، و غیره در سراسر آنها حرکت می‌کنند. «یاخته‌های گلیال» باغبان‌های مغز شما هستند. وظیفه آنها افزایش سرعت سیگنال میان نورون‌های خاص است، اما بعضی دیگر از یاخته‌های گلیال پاک‌کننده‌ی ضایعات هستند، علف‌های هرز را بیرون می‌کِشند، آفات را از بین می‌برند و برگ‌های خشکیده را جمع‌آوری می‌کنند. به باغبان‌های مغز شما که وظیفه‌شان هرس کردن است «یاخته‌های میکروگلیال» می‌گویند. آنها ارتباطات سیناپسی را هرس می‌کنند. حال سؤال ما این است، آنها از کجا می‌دانند کدام ارتباط را باید هرس کنند؟ پژوهشگران به تازگی شروع به حل این معما کرده‌اند، اما چیزی که از آن اطلاع دارند این است که ارتباطات سیناپسی‌ای که کمتر مورد استفاده قرار گرفته‌اند، توسط پروتئینی به نام C1q (و پروتئین‌های دیگر) علامت‌گذاری می‌شوند. وقتی یاخته‌های میکروگلیال آن علامت را پیدا کنند، به آن پروتئین می‌چسبند و آن سیناپس را از بین می‌برند یا هرس می‌کنند. مغز شما با این روش فضای فیزیکی برای ایجاد ارتباطات جدیدتر و قوی‌تر فراهم می‌کند تا شما بتوانید چیزهای بیشتری یاد بگیرید.

چرا خواب اهمیت دارد؟

مغز شما وقتی که خواب هستید شروع به پاک‌سازی خود می‌کند.

آیا تا به حال این حس را داشتید که انگار مغزتان پر شده است؟ شاید وقتی شغل جدیدی را شروع می‌کنید یا عمیقا مشغول انجام پروژه‌ای هستید، خواب کافی ندارید و مرتبا هم اطلاعات جدید دریافت می‌کنید. خب، در این حالت مغز شما واقعا پر است. وقتی در حال یادگیری مطالب جدید بسیاری هستید، مغز شما ارتباطاتی را می‌سازد، اما آنها ناکارامدند و اتصالات موقتی هستند. مغز شما نیاز دارد تا بسیاری از آن ارتباطات را هرس کند و دور بیندازد و مسیرهای ارتباطی ساده‌تر و کارآمدتری بسازد. این اتفاق هنگام خواب روی می‌دهد. مغز زمان خواب شروع به پاک‌سازی خود می‌کند. سلول‌های مغز شما تا ۶۰درصد کاهش سایز می‌دهند تا فضایی برای باغبان‌های گلیال ایجاد کنند تا داخل سلول شوند و ضایعات را با خود ببرند و سیناپس را هرس کنند. آیا تا به حال از یک خواب خوب و استراحت شبانه بیدار شده‌اید و توانسته‌اید خیلی خوب و سریع فکر کنید؟ به این خاطر است که تمام هرس‌ها و کارایی مسیری که در طول شب اتفاق افتاده است فضای کافی برای گرفتن و سنتز اطلاعات جدید -به بیان دیگر، یادگیری- باقی گذاشته است.

به همین علت هم هست که چرت‌های کوتاه مدت برای توانایی‌های شناختی شما بسیار مفیدند. یک چرت ۱۰ یا ۲۰ دقیقه‌ای به باغبان‌های میکروگالیال فرصت ورود به سلول‌ها را می‌دهد تا ارتباطات بدون استفاده را پاک کنند و فضای کافی برای رویش ارتباطات جدید ایجاد کنند.

اندیشیدن با یک مغز محروم از خواب مانند کندن مسیر با یک کارد بزرگ در جنگلی انبوه است. درختان زیادی وجود دارند، کار آهسته پیش می‌رود و خسته‌کننده است. مسیرها تداخل دارند و نور خورشید نمی‌تواند از درختان عبور کند. اندیشیدن با مغزی که استراحت خوبی داشته، مثل گشت‌وگذاری سرخوشانه در یک پارک است؛ مسیرها مشخص هستند و در نقاط خاصی به هم وصل می‌شوند، درختان سر جای خودشان هستند و می‌توانید چندین متر جلوتر از خود را هم ببینید. این کار نشاط‌آور هم خواهد بود.

مراقب افکار خود باشید

مواظب آنچه به آن فکر می‌کنید باشید

در واقع، شما تا حدودی بر تصمیم‌های مغز خود برای حذف ارتباطات هنگام خواب کنترل دارید. این ارتباطات سیناپسی هستند که شما از آنها استفاده نمی‌کنید و برای بازیافت علامت‌گذاری می‌شوند. ارتباطاتی که از آنها زیاد استفاده می‌کنید آنهایی هستند که سیراب شده و به آنها اکسیژن رسانده می‌شود. پس مواظب باشید افکارتان درباره‌ی چیست. اگر وقت زیادی را صرف خواندن نظریه‌های پایان سریال تاج‌وتخت می‌کنید و وقت کمی برای کارتان می‌ماند، حدس می‌زنید کدام سیناپس برای بازیافت علامت‌گذاری می‌شود؟

اگر در محل کار با کسی دعوا دارید و به جای اینکه مشغول پروژه بزرگ خود باشید به این فکر می‌کنید که چطور حالش را بگیرید، در زمینه‌ی ایجاد ارتباطات سیناپسی برای توطئه‌ی انتقام فوق‌العاده، اما در زمینه‌ی نوآوری ضعیف می‌شوید. برای بهره بردن از سیستم باغبانی مغزتان، تنها به چیزهایی فکر کنید که برای‌تان اهمیت دارند. باغبان‌های شما آن ارتباطات را تقویت و ارتباطاتی را که کمتر به آنها اهمیت می‌دهید هرس خواهند کرد. شما این گونه به باغِ گلِ مغزتان کمک می‌کنید.

آگهی فقدان سند مالکیت

شماره: ۵/۹۵/۱۸۱۵ تاریخ: ۱۳۹۵/۱۰/۰۵ سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره کل ثبت اسناد و املاک استان اردبیل وجدان کار را در کاری که به گردن گرفتیم و تعهد کردیم رعایت کنیم (مقام معظم رهبری) آقای مجتبی اسدی طولاش فرزند زیدالله به شماره شناسنامه ۸۷۴ صادره از خلخال به کد ملی ۱۶۳۸۲۸۰۱۴۲ مدعی است ششدانگ یکبابخانه به پلاک ۱۸۵۶۶ فرعی از ۳۷ اصلی واقع در مشگین شهر بخش ۱۳ اردبیل دفتر املاک الکترونیکی ۱۳۹۵--۸۵۰ به نام مجتبی اسدی طولاش ثبت و سند مالکیت آن نیز به شماره مسلسل ۶۲۲۱۹۶ به ۹۴/ صادر و به دلیل نامعلومی سند مزبور را مفقود نموده است لذا به موجب یک ماده ۱۲۰ آئین نامه قانون ثبت مراتب جهت اطلاع عموم در یک نوبت آگهی می گردد تا هرکس مدعی انجام معامله یا وجود سند نزد خود باشد بتواند ظرف مدت ۱۰ روز از تاریخ انتشار این آگهی اعتراض خود را به این اداره تسلیم دارد در غیر این صورت پس از سپری شدن مهلت قانونی و عدم واخواهی سند مالکیت المثنی صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار: ۹۵/۱۰/۱۲

حصر وراثت

بانو مهدیه شهرت مزرعه نام پدر عبدالمهدی بشناسنامه ۳۳۸۰۰۲۱۱۲۱صادره از بندرعباس در خواستی بخواسته صدور گواهی حصر وراثت تقدیم و توضیح داده که پدرم مرحوم عبدالمهدی شهرت مزرعه بشناسنامه ۱۱ صادره خرمشهر در تاریخ ۹۵/۹/۳درخرمشهر اقامتگاه دائمی خود فوت ورثه اش عبارتند از ۱-متقاضی با مشخصات فوق الذکر ۲- سعاد مزرعه به ش ش ۲۵۴ خرمشهر۳-زینب مزرعه به ش ش ۱۹۲۰۰بندرعباس (دختران متوفی)۴-محسن مزرعه به ش ش۲۲۵خرمشهر۵-منصور مزرعه به ش ش۱۱۴۸خرمشهر۶-محمد مزرعه به ش ش۲۸۱۱بندرعباس۷-حسین مزرعه به ش ملی ۳۳۸۰۲۶۲۹۶بندرعباس (پسران متوفی)و۸-مالیه مضیق رشادی به ش ش ۱۱۰۱۱خرمشهر(همسر متوفی)ولاغیر اینک با انجام تشریفات قانونی مراتب مزبور را در یک نوبت آگهی مینماید تا کسی اعتراض دارد یا وصیت نامه از متوفی نزد او باشد ازتاریخ نشر آگهی ظرف یک ماه به دادگاه تقدیم دارد و الا گواهی صادر و هر وصیت نامه بجز سری و رسمی که بعد از این تاریخ ابراز شود از درجه اعتبار ساقط است ۹۳۲/م/الف

رئیس شعبه هفتم شورای حل اختلاف خرمشهر-سید محمد محمدی

صور تجلسه مزایده

شماره پرونده:۹۵۰۹۹۸۶۱۴۲۱۰۰۱۷۶ زمان برگزاری مزایده:۱۳۹۵/۱۱/۲ نوبت مزایده: نوبت اول مال مزایده: محل برگزاری مزایده:اجرای احکام مدنی خرمشهر آگهی مزایده اموال غیر منقول درراستای اجرای حکم به شماره ۲۴۹صادره از اداره کار وامور اجتماعی خرمشهر به شماره بایگانی ۹۵۰۴۵۸له مریم کوراوندبردیاره محکوم علیه کشت وصنعت آلوئه کاران آوای اروند که محکوم است به پرداخت مبلغ ۳۸۳۳۹۲۰۲۲ریال درحق محکوم لها درحق محکوم لها ومبلغ ۱۵۰۰۰۰۰ریال نیم عشر دولتی درحق دولتی درحق دولت که باتوجه به معرفی اموال ازجانب محکوم علیه با مشخصات ذیل وباتوجه با ارزیابی طریق ارجاع به کارشناس وتعیین قیمت وبا توجه به ابلاغ نظریه کارشناس وعدم اعتراض طرفین واجرای تشریفات مقرر،در جلسه ۹۵/۱۱/۰۲ساعت ۹به مزایده گذاشته میشود که مزایده از قیمت کارشناسی شروع وبه بالاترین مبلغ پیشنهادی به فروش می رسد. خریدار مکلف به پرداخت ده درصد(۱۰درصد)از قیمت پیشنهادی فی المجلس والباقی ظرف مدت یک ماه می باشد که درصورت عدم پرداخت الباقی مبلغ مزایده در مهلت مقرر ده درصد (۱۰درصد)از قیمت تودیعی ضبط می گردد وضمنا هزینه نقل وانتقال به عهده خریدار اموال است وخریدار می تواند جهت رویت اموال تا پنج روز قبل از تاریخ مزایده با مراجعه به اجرای احکام شعبه سوم حقوقی دادگستری خرمشهر اقدام نماید.

((مشخصات اموال) ۱-دستگاه اتو کلاوصنعتی جهت استرلیزه کردن کنسرو آلووراازبخاری با ظرفیت۲۵۰ لیتری شرکت yikinoچین سال ساخت ۲۰۱۰با وزن ۲۳۰کیلو گرم مدل ۱۹۹۸- G۸۱۵۰-۲۱۳-۰۴۹-TS۲۲۳۳ به ارزش ۱۴۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال دستگاه کانتیک ایستاده استنلس با خروجی ۲- ۲MM-۱۶MM ساخت شرکت کارا صنعت به ارزش ۴۰/۰۰۰/۰۰۰ریال

۳-دستگاه آب تصفیه کن کربنی با مخزن ارتفاع ۱۵۰ وقطر۶۰سانتی متر آهنی. لوله ها وچهارعددشیرآلات متصله به ارزش ۱۰/۰۰۰/۰۰۰ریال ارزش کل اموال ۱۹۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال (یکصد ونود میلیون ریال) ۹۳۱/م/الف

اجرای احکام حقوقی دادگستری خرمشهر-مطوریان

حصر وراثت

بانو سعیده شهرت دورقی نام پدر خلیل بشناسنامه ۱۹۳۵۷صادره از شادگان در خواستی بخواسته صدور گواهی حصر وراثت تقدیم و توضیح داده که مادرم هدیه شهرت شویتی پور بشناسنامه ۴۹۳۹ صادره خرمشهر در تاریخ۸۷/۱۱/۸درخرمشهر اقامتگاه دائمی خود فوت ورثه اش عبارتند از۱-متقاضی با مشخصات فوق الذکر ۲- صدیقه دورقی به ش ش ۱۶۵۹شادگان(دختران متوفی)۳-سعید دورقی به ش ش ۳۳۳خرمشهر۴-مجید دورقی به ش ش ۲۱۸۰شادگان ۵-حمید دورقی به ش ش ۵۳۷۸ شادگان ۶-محمد دورقی به ش ملی ۱۸۹۰۰۲۶۴۷۶شادگان (پسران متوفیه)۷-خلیل دورقی به ش ش ۱۶۵۳ شادگان (همسرمتوفیه)ولاغیر۹۳۹/م/الف اینک با انجام تشریفات قانونی مراتب مزبور را در یک نوبت آگهی مینماید تا کسی اعتراض دارد یا وصیت نامه از متوفی نزد او باشد ازتاریخ نشر آگهی ظرف یک ماه به دادگاه تقدیم دارد و الا گواهی صادر و هر وصیت نامه بجز سری و رسمی که بعد از این تاریخ ابراز شود از درجه اعتبار ساقط است.

رئیس شعبه هفتم شورای حل اختلاف خرمشهر-سید محمد محمدی

حصر وراثت

آقای راضی شهرت طاها رضا گاهی نام پدر عبدالحسین بشناسنامه ۱۶۷۲۹صادره از خرمشهر در خواستی بخواسته صدور گواهی حصر وراثت تقدیم و توضیح داده که دخترم مرحوم کلثوم شهرت طاها رضا گاهی بشناسنامه ۲۹۷ صادره آبادان در تاریخ ۹۵/۸/۱۳دراهواز اقامتگاه غیردائمی فوت ورثه اش عبارتند از ۱-متقاضی با مشخصات فوق الذکر(پدرمتوفیه) ۲- یوسف طاها رضا گاهی به ش ملی۱۸۲۰۷۹۰۷۵۴خرمشهر (پسرمتوفیه)ولاغیر اینک با انجام تشریفات قانونی مراتب مزبور را در یک نوبت آگهی مینماید تا کسی اعتراض دارد یا وصیت نامه از متوفی نزد او باشد ازتاریخ نشر آگهی ظرف یک ماه به دادگاه تقدیم دارد و الا گواهی صادر و هر وصیت نامه بجز سری و رسمی که بعد از این تاریخ ابراز شود از درجه اعتبار ساقط است ۹۴۴/م/الف

رئیس شعبه هفتم شورای حل اختلاف خرمشهر-سید محمد محمدی

ابلاغ وقت دادرسی

نظر به اینکه خواهان آقای موسسه مالی و اعتباری کوثر به مدیر عاملی عیسی رضایی فرزند ـ دادخواستی به خواسته مطالبه وجه به طرفیت ۱- مختار باقرپور ۲- یونس حاجی ۳-ناصر اسفندیاری فرزند ۱- محمد صادق ۲-حسین ۳-عباس در این شعبه تسلیم نموده که پس از انجام مقدمات قانونی به کلاسه ۷/۸۳۶/۹۵ ثبت و برای مورخه ۹۵/۱۱/۳۰ ساعت ۱۰:۳۰ صبح تعیین وقت گردیده است. لذا به لحاظ مجهول المکان بودن خوانده و تقاضای خواهان به استناد ماده ۷۳ قانون آیین دادرسی مدنی مراتب یک نوبت در یکی از روزنامه های کثیرالانتشار درج و به خوانده ابلاغ می گردد که در وقت رسیدگی در شعبه هفتم حاضر و قبل از آن جهت دریافت نسخه ثانی دادخواست و ضمایم آن به دفتر شعبه هفتم مراجعه نماید در غیر این صورت مفاد دادخواست و ضمایم ابلاغ شده محسوب و اقدام مقتضی به عمل خواهد آمد.

مدیردفتر شعبه ۷ شورای حل اختلاف شهرستان بابل

ابلاغ وقت دادرسی

نظر به اینکه خواهان آقای احمد اسمعیلی به وکالت موسسه مالی و اعتباری کوثر فرزند سهراب دادخواستی به خواسته مطالبه وجه به طرفیت صادق کیانی و بهمن کیانی فرزند ۱- بهمن ۲- احمد در این شعبه تسلیم نموده که پس از انجام مقدمات قانونی به کلاسه ۶/۶۹۵/۹۵ ثبت و برای مورخه ۹۵/۱۱/۳۰ ساعت ۱۱ صبح تعیین وقت گردیده است. لذا به لحاظ مجهول المکان بودن خوانده و تقاضای خواهان به استناد ماده ۷۳ قانون آیین دادرسی مدنی مراتب یک نوبت در یکی از روزنامه های کثیرالانتشار درج و به خوانده ابلاغ می گردد که در وقت رسیدگی در شعبه ششم حاضر و قبل از آن جهت دریافت نسخه ثانی دادخواست و ضمایم آن به دفتر شعبه ششم مراجعه نماید در غیر این صورت مفاد دادخواست و ضمایم ابلاغ شده محسوب و اقدام مقتضی به عمل خواهد آمد.

مدیردفتر شعبه ۶ شورای حل اختلاف شهرستان بابل

ابلاغ وقت دادرسی

نظر به اینکه خواهان آقای موسسه مالی و اعتباری کوثر به مدیر عاملی عیسی رضائی فرزند ـ دادخواستی به خواسته مطالبه وجه به طرفیت ۱- ناصر اسفندیاری ۲- مختار باقرپور خشکی فرزند ۱- عباس ۲- محمد صادق در این شعبه تسلیم نموده که پس از انجام مقدمات قانونی به کلاسه ۷/۸۴۷/۹۵ ثبت و برای مورخه ۹۵/۱۱/۳۰ ساعت ۱۰:۴۵ صبح تعیین وقت گردیده است. لذا به لحاظ مجهول المکان بودن خوانده و تقاضای خواهان به استناد ماده ۷۳ قانون آیین دادرسی مدنی مراتب یک نوبت در یکی از روزنامه های کثیرالانتشار درج و به خوانده ابلاغ می گردد که در وقت رسیدگی در شعبه هفتم حاضر و قبل از آن جهت دریافت نسخه ثانی دادخواست و ضمایم آن به دفتر شعبه هفتم مراجعه نماید در غیر این صورت مفاد دادخواست و ضمایم ابلاغ شده محسوب و اقدام مقتضی به عمل خواهد آمد.

مدیردفتر شعبه ۷ شورای حل اختلاف شهرستان بابل

مفقودی

پلاک جلو و عقب تریلی رنو پرمییم مدل ۲۰۱۰ با شماره شهربانی ۲۲ ایران ۴۵۱ ع ۸۸ و شماره بدنه ۱۲۰۹۱۰۰۰۰ و شماره موتور ۱۲۲۵۱۷ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

اصلاحیه

در آگهی فقدان سند مالکیت بتاریخ۹۵/۱۰/۹ و بشماره۲۱۰۸ با م‌الف ۸۵۱۴ مربوط به آقای عیسی نارویی یک قطعه زمین به مساحت ۳۷/۲۰۰۰ هکتارصحیح می باشد.

آگهی مفقودی

کارت هوشمند ماشین کامیون کشنده البرز به شماره پلاک ۱۷- ۱۶۵ ع ۴۵ و به شماره هوشمند ۲۲۹۳۵۴۷ مفقود شده واز درجه اعتبار ساقط می باشد. نقده

آگهی مفقودی

شناسنامه مالکیت خودرو (برگ سبز) و کارت ماشین به مشخصات سواری پژو آردی آی ۱۶۰۰، مدل ۱۳۸۲، رنگ سبز یشمی سیر متالیک به شماره شاسی ۸۲۱۰۶۳۹۴ و به شماره موتور ۲۲۳۶۸۲۰۶۷۵۸ و به شماره پلاک ۲۷-۳۱۹ ص ۲۶ متعلق به آقای سجاد اروج‌زاده شبانلو مفقود شده و از درجه اعتبار ساقط می‌باشد. نقده

آگهی مفقودی

اینجانب سجاد اروج‌زاده شبانلو مالک خودرو به شماره شهربانی ۲۷- ۳۱۹ ص۲۶ و شماره شاسی ۸۲۱۰۶۳۹۴ و شماره موتور ۲۲۳۶۸۲۰۶۷۵۸ به علت فقدان اسناد فروش تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است. لذا چنانچه هر کس ادعائی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف ده روز به دفتر حقوقی شرکت ایران خودرو واقع در کیلومتر ۱۴ جاده مخصوص تهران کرج شهرک پیکان شهر ساختمان سمند طبقه ۱ مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق مقرر اقدام خواهد شد. نقده

مفقودی

سند مالکیت سواری پراید SE ۱۳۲ مدل ۱۳۹۳ بشماره پلاک ۲۷- ۹۵۶ و ۵۳ بشماره موتور ۵۲۱۴۰۹۶ بشماره شاسی NAS۴۲۱۱۰۰E۱۱۶۵۵۰۰ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط میباشد. پیرانشهر

دادنامه

پرونده کلاسه ۹۴۰۹۹۸۳۰۳۴۴۰۱۰۳۷ شعبه ۱۰۳ دادگاه کیفری دو شهرستان فردیس (۱۰۳ جزایی سابق) تصمیم نهایی شماره ۹۵۰۹۹۷۷۳۰۳۲۳۰۰۹۸۸ ((سربرگ)) شاکی: خانم زهرا آزادی کویر فرزند سام با وکالت خانم سمیه جهانیان فرزند محمد علی به نشانی روبروی سوپر مارکت مهدی - جنب استادیوم ورزشی - متهم آقای صدراله غفاری نژاد ولی مراد جاده ملارد- خیابان اهری - خیابان آبرسانی - کوچه سمیه غربی - مجتمع نیلوفر آبی - واحد ۵ اتهام ها: ۱-تهدید ۲- توهین به اشخاص عادی ۳. تخریب قفل درب شماره پرونده :۹۴۱۲۴۴ و مرجع و قاضی رسیدگی: شعبه ۱۰۳ دادگاه کیفری ۲ شهرستان فردیس شاکی عمومی: دادستان فردیس طبق کیفر خواست شماره ۲۳۸۹ تاریخ ۶/۱۰/۹۴ شاکی خصوصی: زهرا آزادی کویر آدرس: فردیس - خیابان اهری - خیابان آبرسانی - کوچه سمیه غربی - مجتمع نیلوفر آبی واحد ۵ طبقه دوم متهم: صدراله غفاری نژاد فرزند ولی مراد متولد ۱۳۴۰ صادره: کرمانشاه تبعه ایران ش ملی ۴۴۱۰۵۶۶۶۱۱ شغل: راننده وضعیت تاهل: متاهل دین مسلمان سابقه محکومیت کیفری ندارد. اتهام: ۱- توهین - ۲- تهدید - ۳- تخریب قفل درب تاریخ جرم ۹۴/۵/۲۴ مکان جرم :شهرستان فردیس گردش کار و خلاصه پرونده به این شرح است: تاریخ ۹۴/۵/۲۵ شاکی اعلام کرده در شکایت اول علیه شوهرش صدراله غفاری نژاد به اتهام ۱- ترک انفاق - ۲- تهدید به آتش سوزی در تاریخ ۹۴/۵/۲۴ ساعت یک شب در آدرس خیابان اهری فردیس اعلام شکایت کرده است گفته شوهرم راننده تریلی است و تهدید می کند که اگر خانه و ماشینت به نام من نزنی اینجا را آتش می زنم و چند سال است سر کار نمی رود و خرجی نمی دهد زوجه حاضر به تمکین نمی باشد . (ص ۱۵ پرونده) در شکایت دوم ص ۲۶ شاکی زهرا آزادی کویر علیه شوهرش به اتهام ۱- ترک انفاق از ۲ ماه قبل از شکایت ۳/۶/۹۴ در شهرک ارم فردیس اعلام شکایت مجدد کرده و گفته شوهرشرد جلو پاسگاه او را کتک کاری کرده و ۳- درب منزل او را تخریب کرده و عکس قفل تخریب شده را پیوست پرونده کرده است در تحقیقات محلی صفحه ۲۹ پرونده اختلاف زوجین و تخریب قفل درب و توهین زوج توسط همسایگان تایید شده است ولی آثار تخریب روی درب با داخل خانه مشاهده نشده است شاکی گفته یک دختر ۱۹ ساله دارد که شوهرش از اه رمضان ۱۳۹۴ خانه را ترک کرده و مراجعت است و نفقه نمی دهد و ۲۱ سال است با او ازدواج کرده و هیچ آدرسی از او ندارد و برگ جلب غیابی و کیفر خواست غیابی صادر شده است و یکی از همسایه ها به خانم ش ر (ص۲۱) و خواهر شاکیه به م. أ صفحه ۲۰ به نفع شاکی در مورد تهدید به آتش زدن ماشین و خانه شهادت داده اند / دادگاه ختم رسیدگی را اعلام و انشاء رای می نماید. ((رای دادگاه)) این دادگاه با توجه به شهادت شهود و نحوه شکایت شاکی و تحقیقات محلی فقط اتهام تهدید و تخریب را محرز می داند و متهم را به مجازات های ذیل محکوم می کند ۱- به اتهام تهدید به آتش زدن (درجه ۶) به استناد ماده ۶۶۹ قانون تعزیرات اسلامی ۱۳۷۵ متهم غفاری نژد را ۷۴ هفتاد و چهار ضربه شلاق تعزیری در حضور شاکی در جرای احکام محکوم می کند ۲- در مورد اتهام تخریب قفل درب (درجه ۵) به استناد ماده ۶۷۷ قانون مجازات اسلامی ۱۳۷۵ به سه سال حبس محکوم می کند (طبق قاعده تعدد جرم مجازات اشد اجراء می شود ماده ۱۳۴ قانون مجازات اسلامی ۱۳۹۲) در مورد اتهام توهین با توجه به عدم شکایت شاکی در فرم مخصوص شکایت قانون اولیه به استناد مواد ۹و ۱۲ قانون آیین دادرسی کیفری ۱۳۹۴ قرار منع تعقیب متهم صادر می شود. م‌الف۴۴۷۷

ابلاغ وقت رسیدگی

شماره پرونده ۳۰۸/۹۵ خواهان اکبر قجاوند فرزند علی ساکن: اصفهان خیابان کاوه بلوار پرستار جنب نان فانتزی مهدی خوانده کاوه نامجو فرزند کاووس ساکن: مجهول المکان موضوع مطالبه وجه چک وقت رسیدگی ۹۵/۱۱/۱۳ خواهان در تاریخ ۹۵/۱۰/۸ دادخواستی تقدیم شورای حل اختلاف شعبه ۱ فرخ شهر نموده که شماره ۳۰۸/۹۵ ثبت گردیده است و وقت رسیدگی آن روز چهارشنبه به تاریخ ۹۵/۱۱/۱۳ ساعت ۱۰ تعیین گردیده به علت مجهول المکان بودن خوانده و در خواست خواهان طبق ماده ۷۳ ق. آ دادگاهای عمومی و انقلاب در امور مدنی و دستور دادگاه مراتب یک نوبت در یکی از جراید کثیرالانتشار آگهی می شود تا خوانده پس از نشر آگهی و اطلاع از مفاد آن به دادگاه مربوطه شورای مذکور مراجعه و ضمن اعلام نشانی کامل خود نسخه دوم دادخواست و ضمائم را دریافت و در وقت مقرر فوق جهت رسیدگی در محل حاضر گردد.

دبیرخانه شعبه ۲۹ (یک) فرخ شهر

اجرائیه

مشخصات محکوم له/محکوم لهم نام :سعید نام خانوادگی:محمدیان-نام پدر:حیدر نشانی: فردیس بین فلکه اول ودوم پلاک ۱۳۵۹مغازه دکوراسیون مشخصات محکوم علیه/محکوم علیهم نام:ناصر نام خانوادگی : زنگول آبادی نام پدرهدایت : نشانی: مجهول المکان ۲.نام عادل نام خانوادگی زنگول آبادی نام پدر هدایت ۳.نام موسی نام خانوادگی جعفری نام پدر لطیف نشانی :مجهول المکان مشخصات نماینده یاقائم مقام قانونی محکوم له محکوم علیه نام ابراهیم نام خانوادگی نریمانی نام پدر الهویردی نشانی شهریار روبروی دادگستری بلوار امام خمینی پلاک ۳۹طبقه دوم وکیل سعید محمدیان محکوم به بموجب درخواست اجرای حکم مربوطه به شماره و شماره دادنامه مربوطه ۹۵۰۹۹۷۳۰۳۰۶۰۰۴۵۴محکوم علیه محکوم هستند هریک نسبت به سهم خودبه تنظیم سندرسمی انتقال ۲/۶دانگ مشاع ازیک باب مغازه موضوع قراردادعادی شماره ی ۹۷۶۷۲۴۹مورخ ۹۳/۵/۱۹پلاک ثبتی ۳۹۰۲فرعی از ۱۲۳۳و۱۲۳۴فرعی از ۱۶۳واقع درفردیس بین فلکه اول ودوم به نام خواهان مجبور وملزم وبه پرداخت مبلغ یک میلیون وششصد وپنجاه هزار یال بابت هزینه دادرسی وپرداخت مبلغ یک میلیون وهشتصد وسی وشش هزارریال بابت حق الوکاله در حق خواهان به نسبت سهم خودمحکوم می شود ونیم عشر دولتی ۱-۴۴۷۸

مدیر دفتر دادگاه حقوقی شعبه ۱دادگاه عمومی حقوقی شهرستان فردیس -سلطانی

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی وساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون وماده ۱۳آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی واراضی وساختمانهای فاقد سند رسمی برابررای شماره ۱۳۹۵۶۰۳۳۱۰۱۰۰۰۶۰۶۱ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی وساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک فردیس تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم روح انگیزبلیلان فرزندحسین به شماره شناسنامه۱۳۸ صادره از اردستان در سه دنگ مشاع ازشش دانگ یک باب خانه به مساحت ۱۴۰/۰۷متر مربع پلاک ۳۷۱ فرعی از۱۶۳اصلی واقع درفردیس خریداری از مالکین آقای حسن حسنخانی ،میکائیل میرزارضائی،ادریس رضائی ،یوسف رضائی محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵روز 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 رابه این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید،ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خودرا به مراجع قضایی تقدیم نمایند.بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکورو عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.م‌الف۸۱۴۲

تاریخ انتشار نوبت اول:۹۵/۱۰/۱۲ تاریخ انتشار نوبت دوم:۹۵/۱۰/۲۷

منصور هدایتکار -رئیس ثبت اسناد واملاک شهرستان فردیس

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی وساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون وماده ۱۳آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی واراضی وساختمانهای فاقد سند رسمی برابررای شماره ۱۳۹۵۶۰۳۳۱۰۱۰۰۰۶۰۶۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی وساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک فردیس تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای سیف اله طالبی فرزندحسن به شماره شناسنامه۱۷۵ صادره از اردستان در سه دنگ مشاع ازشش دانگ یک باب خانه به مساحت ۱۴۰/۰۷متر مربع پلاک ۳۷۱ فرعی از۱۶۳اصلی واقع درفردیس خریداری از مالکین آقای حسن حسنخانی ،میکائیل میرزارضائی،ادریس رضائی ،یوسف رضائی محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵روز 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 رابه این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید،ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خودرا به مراجع قضایی تقدیم نمایند.بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکورو عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.م‌الف۸۱۴۳

تاریخ انتشار نوبت اول:۹۵/۱۰/۱۲ تاریخ انتشار نوبت دوم:۹۵/۱۰/۲۷

منصور هدایتکار -رئیس ثبت اسناد واملاک شهرستان فردیس

آگهی حصر وراثت

آقای بهنام محمودیان قهفرخی دارای شناسنامه شماره ۱۶۵ به شرح دادخواست به کلاسه ۵۳۵/۹۵ از این شورا درخواست گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان بتول موسوی بشناسنامه۱۱۸در تاریخ ۱۳۹۵/۹/۱۴ اقامتگاه دائمی خود بدرود زندگی گفته ورثه حین الفوت آن مرحوم منحصر است به : ۱- نوید محمودیان قهفرخی فرزند بهنام ش.ش ۶-۴۶۱۰۶۵۳۱۷ فرزند متوفی ۲- مژده محمودیان قهفرخی فرزند بهنام ش.ش ۲-۴۶۱۰۲۶۸۳۸ فرزند متوفی ۳- لیلا محمودیان قهفرخی فرزند بهنام ش.ش ۲-۴۶۱۰۸۱۳۶۰ فرزند متوفی ۴- بهنام محمودیان قهفرخی فرزند نعمت اله ش.ش ۱۶۵ همسر متوفی ۵- عصمت خانم وفادار قهفرخی فرزند حسینعلی ش.ش ۱۵۳ مادر متوفی ۶- سید خلیل موصوی فرزند سید جلیل ش.ش ۱۴۴ پدر متوفی اینک با انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را یکمرتبه آگهی می نماید تا هر کسی اعتراضی دارد و یا وصیتنامه از متوفی نزد او باشد از تاریخ نشر آگهی ظرف یک ماه به شورا تقدیم دارد والا گواهی صادر خواهد شد.

رئیس شورای حل اختلاف شماره ۲۰ حوزه قضائی فرخ شهر