نقش مشاوره و روانشناس در سلامت سالمندان

رضوانه عظیمی نیا _ روانشناس بالینی

اینکه یک سری از علایم اختلال در سلامت روان مثل اختلال تمرکز،تحریک پذیری،خلق افسرده ،کاهش انرژی واضطراب به دلیل سالمندی است یک باور غلط است شاید بعضی تغییرات در توانایی‌های ذهنی سالمندان اجتناب ناپذیراست اما یک فرایند پیری سالم ،شامل تغییر ناگهانی شخصیت افراد و از دست دادن هوش یاحافظه نمیشود بنابراین در صورت وجود چنین علایمی بهتر است به یک روانشناس یا روان‌پزشک تخصصی سالمندان مراجعه شود زیرا ممکن است فرد سالمند حرفهایی داشته باشد که نتواند به اطرافیان خود بگوید و یا کمکی لازم دارد که انجام آن از عهده متخصص برآید نه اطرافیان .بنابراین باید بستری فراهم شود که بتواند با یک متخصص صحبت کند و مسائلش را حل کند

*علائم اختلال در سلامت روانی سالمندان

ترس از مرگ- افکار خودکشی- تغییر درالگوی خواب - مشکلات حسی به ویژه دیداری شنیداری-کاهش نیرو به علت تغییرات فیزیولوژی بدنی-روان پریشی- تغییر در تمایلات یا قابلیت های جنسی- مشکلات مربوط به فکر و حافظه- تاثیرپذیری- بیماری آلزایمر-احساس تنهایی- عدم سازگاری- اضطراب- احساس ناکامی-احساس گناه -خستگی- فراموشی به علت تغییرات فیزیولوژیکی-از دست دادن عزیزان-استرس ها

*سوء رفتار و سالمند ازاری

هنگامی که بحث خشونت در خانواده مطرح است اغلب از زنان و کودکان به عنوان قربانیان اصلی خشونت در خانواده نام برده میشود و از سالمندان کمتر یاد میشود سوء رفتار با سالمندان به صورت عمدی یا غیرعمدی به وسیله اعضای خانواده یا مراقب نیز یکی از اشکال خشونت در خانواده به حساب می اید ، که تاثیر به سزایی در کاهش سلامتی و امنیت سالمندان دارد انواع خشونت عبارتند از : *خشونت جسمانی مانند تنبیه بدنی ، خشونت روانی مانند تحقیر، دشنام از میان بردن اعتماد به نفس، دوست نداشتن سالمند و سرزنش مداوم او *خشونت اقتصادی مانند سلب مالکیت سالمند برای اموالش و نداشتن حق انتخاب برای محل سکونت خود ، *خشونت اجتماعی انزوای اجتماعی و ممانعت از برقراری روابط اجتماعی و خشونت جنسی که همگی از جمله انواع خشونتهای است که سالمند در معرض انها قرار دارد و موجب بروز احساساتی چون بی میلی به زندگی، سرزنش خود، نداشتن اعتماد به نفس و نگرش مثبت، احساس یأس و ناامیدی و درماندگی، ترس از مردم، اضطراب، احساس گناه، احساس حقارت، احساس عدم شایستگی و خودارزشمندی و در نهایت کناره گیری سالمند می شود. بیشترین خشونت که در مورد سالمندان عمومیت دارد خشونت روانی است. توهین‌های کلامی مانند فریاد زدن یا تهدید کردن، یادآوری فراموشی‌ها، ناتوانی‌ها و اشتباهات آن‌ها از جمله رفتارهای رایج با سالمندان است که آن‌ها را منزوی می‌کند و مانع از مشارکت در کارها و بیان نظرات‌شان می‌شود . در این زمینه و برای کمک به سالمندان وجود مددکار سالمندان بسیاری ضروری است مددکاران در حوزه حمایتهای اجتماعی و حمایتهای روانی با توجه به شرایط و نیازهای خاص دوران سالمندی می توانند نقش موثری در دوران سالمندی داشته باشند. گذشته سالمندان را تا خودشان روایت نکرده‌اند، به طنز و کنایه به رخشان نکشیم چراکه باعث ناراحتی‌شان می‌شود .سالمندان هوش اجتماعی و احتمالا هوش هیجانی بیشتری در مقایسه با ما دارند و تمایز میان احترام و ترحم را بیشتر درک میکنند پس به هیچ وجه با انها با ترحم رفتار نکنیم و آن‌ها را برای ساده‌ترین تصمیم‌گیری ها وابسته به خود نکنیم. سالمند حق دارد محل زندگی خود و نوع درمان و پزشکش را مشخص کند، سالمند میتواند برای اموال خود تصمیم بگیرد باید از تحمیل نظرات به سالمند جلوگیری کرد زیرا با اینکار اعتماد به نفس آن‌ها را کاهش می یابد همچنین نباید رفتاری کنیم که باعث شود انها فکر کنند مورد غفلت و بی توجهی قرار گرفته اند

* علل استرس و افسردگی در سالمندان

استرس علاوه بر اثرات مخربی که بر کارکردهای جسمانی فرد سالمند می گذارد می تواند برعملکرد سیستم روانی ، عصبی و رفتاری او مانند ، تفکر ، خلق ، تمرکز و حافظه نیز تاثیرگذار است . ضمن آنکه استرس باعث اضطراب و افسردگی نیز می شود .کاهش یا از دست دادن اعتمادبه نفس ، کاهش فعالیت و تحرک و همچنین از دست دادن دوستان و نزدیکان، کاهش استقلال مادی و جسمانی و بیماری های مزمن، فشارخون بالا، افزایش بی نظمی تنفسی، تپش قلب اختلال در تمرکز علایم و نشانه های عوامل استرس زا در سالمندان است وقتی که قدرت تطابق و سازگاری در سالمندان کاهش می یابد، استرس و اضطراب می تواند باعث بروز مشکلات حادی و تشدید بیماری ها در این سن می شود و سلامتی آنها را به خطر می اندازد همچنین افسردگی در سالمندان نیز می تواند به علت بروز اتفاق های ناگوار در زندگی شروع شود سوگ عزیزان ، از دست دادن سلامتی، بالا رفتن سن و نزدیک شدن به مرگ یا مراقبت از یکی از عزیزان به علت بیمار شدن مجرد و تنها بودن و نداشتن دوستان صمیمی علل بروز افسردگی در سالمندان است.

*توصیه هایی به اطرافیان سالمند به منظور اصلاح شیوه زندگی سالمندی

* سعی کنید شرایطی برای فرد سالمند ایجاد کنید زندگی برایش سرشار از لذت شود مثلا قدم زدن در فضای آزاد یا تماشای فیلم مورد علاقه یا هر کاری که سالمند به آن دلبستگی دارد، می تواند به او کمک کند. استفاده از فضای سبز و آزاد برای تغییر روحیه سالمندان حتی با ویلچر برای آن ها که توان راه رفتن ندارند تاثیر بسیاری در کاهش افسردگی دارد. تلاش کنید تا با انتخاب ورزش های مناسب برای دوران سالمندی به همراه سالمندتان به ورزش بپردازید

*به خوراک و پوشاک سالمندان اهمیت دهید زیرا به آنها حس مورد توجه بودن می دهد که باعث آرامش و شادی آنها می شود.

*تلاش کنید او را از تنهایی و گوشه گیری دور کنید افراد سالمند با داشتن دوست هایی هم سن و سال خود، بهتر می توانند آنها را درک کنند و روابط اجتماعی شان تقویت خواهد شد بنابراین به آنها برای ارتباط بهتر با دوستان شان کمک کنید.

* به عقاید معنوی و باورهای مذهبی سالمندان توجه کنید و به انها اجازه تصمیم گیری و انتخاب دهید و با آنان در زمیتهای مختلف که میدانید اگاه هستند مشورت کنید

* با استفاده از تصاویر و رنگهای شاد وروشن در محیط زندگی سالمند ایجاد تنوع وتغییر کنیم و او را به زندگی فعال تشویق کنیم مثلا مشغول شدن به انجام کاری در خانه ترجیحا کار مورد علاقه مثل کتاب خواندن تماشای تلویزیون و رسیدگی به گلها

*مطلوب بودن محیط زندگی سالمندی در مواردی حتی بر نیازهای مادی آنان برتری دارد. با ایجاد فضایی آرام و دور از تنش روانی فراهم کردن خانه ای به معنای واقعی کلمه نه تنها به معنای سایبان و پناهگاه آنان را به ادامه زندگی تشویق کنیم

*راهکارهای پیشنهادی برای بهبود کیفیت زندگی سالمندان

* به ذهن ومغزتان هم ورزش دهید ذهنتان را با حل کردن انواع جداول ومعما ها درگیر کنید مشغول یادگیری مهارتی جدید شوید شاید آن فعالیت ها بتوانند، خلاقیت شما را شکوفا سازند هیچ وقت برای یادگیری دیرنیست اطلاعات عمومی خود را با خواندن کتابهای متعدد افزایش دهید راه سالم نگه داشتن ذهن، مطالعه مستمر است

* سلامت جسمی خود رابه طور منظم وبا مراجعه به پزشک کنترل نمائید و اگر احساس کردید خلقتان تغییر کرده و حس بی ارزشی، میل به تنهایی، دلشوره و اضطراب، کاهش خواب واشتها و کاهش وزن وشکایات متعدد جسمانی را دارید همراه با یکی از اعضاء خانواده به متخصص روانپزشکی مراجعه کنید.

* روابط اجتماعی خود را حفظ کنید و در فعالیتهای اجتماعی مختلف شرکت کنید. همچنین با جوانان در ارتباط باشید و ارزش های فرهنگی را ،به نسل جوان منتقل کنید و احساس عزت نفس خود را حفظ کنید و اعتماد به نفس خود را بالا ببرید

*سعی کنید بادوستان واشنایان خود ،حداقل یک بار در هفته دور هم جمع شوید و با خواندن و گوش کردن به مطالب طنزآمیز روحیه خود و اطرافیانتان را تقویت کنید. از افرادی که دوستشان دارید دعوت کنید تا به دیدن تان بیایند یا با آن ها تماس تلفنی داشته باشید با انها به مهمانی ، سینما ،سفرهای دسته جمعی ، کنسرت و یا خرید بروید

*رژیم غذایی مناسب و مطلوب داشته باشید از همه گروه های غذایی به خصوص میوه وسبزیجات تازه ولبنیات که در حفظ سلامتی شما نقش موثری دارد استفاده کنید. مصرف نمک غذاهای چرب را کاهش دهید ، وزن خود را در حد مطلوب نگه دارید ،استفاده. مصرف دخانیات والکل را قطع کنید یا به حداقل برسانید و به اندازه کافی استراحت کنید تا ذهنی آرام داشته باشید

*مهم نیست چند ساله اید به داشتن عمری طولانی و سرشار از شادابی ، امید داشته باشید خوش طبع و با قدرت باشید کافی است از همین لحظه بیشتر مراقب سلامتی خودتان باشید تا در سال های بعد، از زندگی سالم تر وبا نشاط تری برخوردار باشید و با کاهش فشار روانی و استرس با انجام فعالیتهائی مانند: پیاده روی ، قدم زدن ، بازیهای ورزشی و سرگرمی های مناسب و به کار بردن روشهای آرام سازی ، مدیتیشن و یوگا استراحت مناسب و کافی سالم پیر شوید سالم پیر شدن حق همه افراد بشر است

* ورزش کنید زیرا ورزش کردن، باعث کاهش بیماری های مزمن ،کاهش فشارخون،کاهش چربی خون کاهش بیماری های قلبی عروقی وکاهش بروز پوکی استخوان،بهبودعملکرد تنفسی وبهبود جریان خون وحفظ وزن ایده ال وتناسب اندام ودر نهایت احساس کلی آرامش جسمی وروانی می باشد.

*یکی از جنبه های مهم سلامت روان ، بعد معنوی است. اگر مسائل معنوی و روحانی به شما احساس خوبی می دهد سعی کنید ارتباط خود را با این موضوعات حفظ کنید . هر گونه عقاید مذهبی یا معنوی که دارید سعی کنید آن را تقویت نمائید . این ها ممکن است که به تخفیف افسردگی در سالمندی کمک کنند و یا حتی عامل دفاعی در برابر آلزایمر باشند

موی سپید سالمندان ، کتاب پربهای تجربه ها است بر قامت به رکوع رفته انها سجده احترام بگذاریم و بر دستان پینه بسته و لرزان انها و زیبایی چشم گیرشان که زیر موج چروک های صورتشان جمع شده است بوسه مهر زنیم و بدانیم که احترام به سالمندان در حقیقت احترام به فردای خودمان است .

امتیاز عرصه‌ای است برای تبادل افکار و اندیشه های شما.
بدیهی است ما در این صفحات می‌توانیم آینه تمام نمای دیدگاه‌های مکتوب شما در قالب مقاله، یادداشت و گزارش باشیم.
این کوچکترین قدمی است که می‌تواند برای شما تجربه ای ارزشمند و رایگان محسوب شود و برای ما، گامی در جهت اعتلای اهداف مطبوعاتی که همانا همگامی با مردم خوب و اندیشمندمان است.

نگاه

رابطه هایی که خراب می شوند را باید تعمیر کرد یا تعویض؟؟؟؟

مهدیه عربیه روان شناس بالینی

شما چگونه رابطه خودرا با همسرتان مدیریت می کنید ؟

پاسخ : ما ، در زندگی هر چیز که خراب می شود را تعمیر می کنیم ، آنها را دور نمی اندازیم .

جمله ای که باید درمورد آن خوب فکر کرد و بایستی چند بار آنرا مرور کرد چیزی که خراب شود – دور نمی اندازیم تعمیر می کنیم .تمام رازو رمز زندگی زوجین همین است – یعنی اگر رابطه ما بر اثر یک سری مسائل که اکثر ا نا آگاهانه وبی دقت پیش می آید آیا باید در پی برطرف کردن آن باشیم یااین که سعی نماییم زندگی را عوض نماییم وبا قطع رابطه با همسر احساس کنیم که همه چیز را درست کرده ایم ؟ شاید این تعویض در مورد وسایل زندگی درست باشد که تعویض آن بصرفه تر از تعمیرش باشد لیکن در زندگی زوجین ورفتارهای خانوادگی نمی تواند صحیح باشد .

چرا عادت کرده ایم کم فکر کنیم و عاقلانه تصمیم نگیریم واز تصمیمات صحیح در زندگی استفاده ننماییم .در احادیث هم داریم که اگر دوروزتو مثل هم باشد زیان کرده ای . چرا از زندگی خانوادگی خود بهترین بهره را نمی بریم وخود را در مشکلات ریز ودرشت که بعضاً از بی توجهی وبر اثر اهمال کاری بوجود آمده که اهمیت چندانی هم ندارد وگاهاً خرافه یا از سر چشم وهم چشمی وحسادت وخود نمایی و... بوجود آمده خود ودیگران را گرفتار ساخته وزندگی را جهنم کرده و عاجز از حل آن می گردیم . بعد تصمیم می گیریم که زندگی را تعویض نماییم فکر نمی کنیم باکمی تغییر وتعمیر می توانیم ایام زیبایی بسازیم . صحبت از موعظه ونصیحت نیست سخن از دانایی من وجهل تونیست سخن از مسائل پیش پا افتاده وکوچکی است که در اثر کوتاهی ها وتعمیر نکردن آن به مشکلات بزرگی تبدیل می گردند .سخن از سرمایه های ذی قیمتی است که دراختیار داریم ولی از ان غفلت داریم ودر روز مره گی ودل سپردن به ظواهر غرق شده ایم واز باطن ومحتوا غافل شده ایم . سخن از سرمایه ها ومیراث گرانبهای فرهنگی – اخلاقی – تربیتی – هنری – دینی – اجتماعی و... است .

آیا فرصت آن نرسیده لختی درنگ نماییم ؟ ! زمان آن نرسیده که به خود نهیبی بزنیم و ببینم در کدامین پله نردبان ایستاده ایم وتارسیدن به پشت بام سعادت وخوشبختی ، انسانیت وشرف چند پله دیگر باید برویم ؟! پس سعی کنیم در معاشرت ها ازکلمه مابجای من استفاده کنیم تا یکرنگی و همدلی رابه طرف مقابل هدیه دهیم ، به سلیقه وخواست منطقی یکدیگراحترام بگذاریم وسعی نکنیم فقط مطابق سلیقه وخواست خود زندگی راپیش ببریم .

زوجین زمانی که تصمیم به تعویض در زندگی اقدام می نمایند مشکل زندگی را این گونه مطرح می کنند همسرم توجهی به ظاهر وقیافه من ندارد وهمین امر موجب شده که دست به تعویض وجایگزینی بزنم . خوشبختی وتکامل دو امرضروری است که برحسب ظاهر اگر کسی به خوشبختی نسبی نرسد نمی تواند به تکامل دست یابد .اما باید بدانیم که خوشبختی وتکامل به خودی خود بوجود نمی آید باید برای بدست آوردنش توامان توجه داشته باشیم چون هردو لازم وملزوم یکدیگرند ومی بینیم که دستورات دینی هم توجه به هر دو را توام توصیه وتأکید نموده است . امکان خطا واشتباه در هر انسانی وجود دارد واولین قدم برای برطرف کردن سوء تفاهم وتنش عذرخواهی است اگر این اولین قدم بر داشته نشود آنقدر انباشته می گردد که زندگی را دچار تزلزل می کند.فرهنگ عذر خواهی معمولاً با اعتماد به نفس رابطه دارد ولی در زندگی کمتراز این عبارت استفاده می شود چون زوجین فکر می کنند هر کدام عذر خواهی کنند دلیل بر ضعف وناتوانی وناکارآمدی ومقصر بودنش می باشد ودیگر اینکه طرف مقابل در برابر شنیدن عذرخواهی خود را محق دانسته ورمز موفقیت خود می داند .

بنابراین چون این تفکر در بین فرهنگ غالب خانواد ه ها وجود دارد زوجین از عذر خواهی کردن خودداری می کنند و همیشه طرف مقابل را متهم می نمایند به این که تو کاری کردی که من به اینجا رسیدم واین رفتار را نشان دادم .

خلقت حکیمانه زن ومرد به گونه ای است که در کنار یکدیگر به آرامش می رسند .خانواده به عنوان یک نهاد پر اهمیت محسوب می شود ، مرد علاوه بر آن که مسئول تأمین هزینه های خانواده است ،مدیریت اقتصادی خانواده را هم بر عهده دارد وزن نیز با کاهش هزینه های اقتصادی می تواند از همسر خود حمایت نماید. زنان با در نظر گرفتن امکانات همسر از خواسته های نابجا پرهیزکند ودر تمام مراحل درکنار همسر با عقل وتدبیر وآینده نگری برنامهریزی دقیقی برای زندگی خود داشته باشد .

زوجین بایستی نسبت به یکدیگر ابراز علاقه نمایند و این علاقه باید کاملا احضار شود چون زن نیاز به علاقه و محبت شدید همسر دارد و همسر محتاج تحسین و احترام او؛ این رفتار باعث شکوفایی استعداد آنها گردیده «رشد و تعالی – نشاط و تفاهم و تعادل روانی آنان ارتقاء یابد « و در کنار یکدیگر لذت ببرند.

باتوجه به فرهنگ ودینداری جامعه ایرانی بدون شک انتظار این است که زوجین در ساختن فضای سالم ومطلوب محیط خانه کوشاباشند. یادمان باشد آرزو وهدف هر زن وشوهری این است که خوشبخت شوند پس باید نسبت به هدف تعهد داشته باشیم ودرراه رسیدن به خوشبختی وتکامل ظرفیت هایمان را بلا ببریم – همکاری تنگاتنگ داشته باشیم – بی قید وشرط برای زندگی تلاش نماییم – امیدوار باشیم ، اگر خدای ناکرده کدورتی در بین است بهار وتعطیلات نوروزی موقعیت مناسبی برای تعمیر وتغییر زندگی است پس به تعویض فکر نکنیم.

مفقودی

سند مالکیت و برگ فروش کارخانه سواری پژوپارس سفید مدل ۱۳۸۷ بشماره پلاک ایران۱۷- ۶۷۱ ط ۸۷ بشماره موتور ۱۲۴۸۷۱۸۰۳۰۵ بشماره شاسی NAAN۲۱CA۱۹E۴۰۴۴۴۸ مفقود گردیده واز درجه اعتبار ساقط میباشد . پیرلشهر

++

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

آرای صادره هیات حل اختلاف قانون مذکور مستقر در اداره ثبت و اسناد و املاک شهرستان خرم آباد بشرح ذیل : ۱- پرونده کلاسه ۶۴۰ رای شماره ۷۹۸۵ مورخ ۹۵/۶/۲۳ به تقاضای احمد میربک فرزند طهماس نسبت به ششدانگ یک باب عمارت بمساحت ۱۲۸/۵۰ متر مربع مجزی شده از پلاک ۲ اصلی واقع در بخش چهار خرم آباد خروجی از مالکیت مالک اولیه (رسمی) عیسی پیرداده رسیدگی و تایید و انشاء گردید مراتب در اجرای ماده ۳ قانون تعیین تکلیف اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی دو نوبت به فاصله ۱۵ روز جهت اطلاع مالکین و سایر صاحبان حقوقی در روزنامه کثیر الانتشار و علاوه بر آن در روستاها الصاق تا چنانچه اشخاص نسبت به مورد تقاضا اعتراض دارند از تاریخ نشر اولین آگهی و در وستا ها از تاریخ الصاق به مدت دو ماه اعتراض خود را کتباً به اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان خرم آباد تسلیم دارند و برابر مقررات معترض مکلف است ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض مبادرت به تقدیم دادخواست به مراجع قضایی ذیصلاح اقدام و گواهی تقدیم دادخواست تحویل ثبت اسناد نماید و ادامه عملیات ثبتی موکل به ارائه حکم نهایی می باشد در غیر صورت متقاضی با ارائه حکم نهایی می باشد در غیر اینصورت متقاضی با ارائه گواهی عدم تقدیم دادخواست و پس از انقضای مدت مذکور و یا عدم وصول اعتراض سند مالکیت مورد تقاضا براساس مدلول رای وفق مقررات صادر خواهد شد در هر حال صدور سند مالکیت مانع مراجعه متضرر به مراجع قضایی نخواهد بود.م الف/ ۴۱۴۶۴۴ تاریخ انتشار نوبت اول ۱۳۹۵/۱۲/۱ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۵/۱۲/۱۶

رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان خرم آباد – محمد علی ابراهیمی

++

آگهی درخواست گواهی حصر وراثت

خانم /آقای عبدالرحیم رحمانی حسین آبادی فرزند علی بابا به شرح درخواستی که بشماره ۵/۹۵/۶۱۳ این شورا ثبت گردیده درخواست صدورگواهی انحصار وراثت نموده و اعلام داشته که نرجس جهانی بهزاد کلائی فرزند جهانبخش به شماره شناسنامه ۴۲ صادره از نکاء در تاریخ ۹۵/۹/۱۰ در اقامتگاه دائمی خود شهرستان بهشهر فوت نموده و ورثه / وارث حین الفوت وی عبارتست از: ۱- ابراهیم رحمانی حسین آبادی نام پدر علی بابا ش ش ۴۶۲ صادره بهشهر سال تولد ۱۳۳۰ نسبت با متوفی فرزند ۲- اسحق رحمانی حسین آبادی نام پدر علی بابا ش ش ۵۰۳ صادره بهشهر سال تولد ۱۳۳۲ نسبت با متوفی فرزند ۳- عبدالرحیم رحمانی حسین آبادی نام پدر علی بابا ش ش ۱۴ صادره بهشهر سال تولد ۱۳۳۵ نسبت با متوفی فرزند۴- مریم رحمانی حسین آبادی نام پدر علی بابا ش ش ۴۳۴ صادره بهشهر سال تولد ۱۳۲۷ نسبت با متوفی فرزند ۵- لیلا رحمانی حسین آبادی نام پدر علی بابا ش ش ۲۷ صادره بهشهر سال تولد ۱۳۳۷ نسبت با متوفی فرزند ۶- فریده رحمانی حسین آبادی نام پدر علی بابا ش ش ۶۹۳ صادره بهشهر سال تولد ۱۳۴۰ نسبت با متوفی فرزند۷- فروزنده رحمانی حسین آبادی نام پدر علی بابا ش ش ۷۶۶ صادره بهشهر سال تولد ۱۳۴۲ نسبت با متوفی فرزند و لاغیر، اینک شورا پس از انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را یک نوبت آگهی می نماید تا هرکس اعتراضی دارد و یا وصیت نامه ای از متوفی نزد او باشد از تاریخ انتشار آگهی ظرف یکماه به این شورا مراجعه و تقدیم نماید والا گواهی صادر خواهد شد.

رئیس شعبه پنجم شورای حل اختلاف بهشهر

ابلاغ

خواهان کماله داستانی حاجی خواجه لو فرزند رضا اقا دادخواستی به طرفیت خوانده حامد یراحیان فرزند علی به خواسته صدورگواهی عدم امکان سازش به لحاظ تخلف زوج از شروط ضمن عقد نکاح تقدیم دادگاه های عمومی شهرستان بخش اصلاندوز شهرستان پارس آباد نموده که جهت رسیدگی به شعبه اول دادگاه عمومی جزائی و حقوقی خانواده بخش اصلاندوز واقع در اصلاندوز ارجاع و به کلاسه ۹۵۰۹۹۸۴۵۳۰۹۰۰۱۰۳ ثبت گردیده که وقت رسیدگی آن ۱۳۹۶/۰۱/۱۶ و ساعت ۱۰ تعیین شده است . به علت مجهول المکان بودن خوانده و درخواست خواهان و به تجویز ماده ۷۳ قانون ایین دادرسی دادگاه های عمومی وانقلاب درامور مدنی و دستور دادگاه مراتب یک نوبت در یکی از جراید کثیر الانتشار آگهی می شود تا خوانده پس از نشر آگهی و اطلاع از مفاد آن به دادگاه مراجعه و ضمن اعلام نشانی کامل خود نسخه دوم دادخواست وضمائم را دریافت و در وقت مقرر فوق جهت رسیدگی معرفی داور واجد الشرایط که حداقل ۳۰ سال سن و آشنا به مسائل شرعی اجتماعی و خانوادگی باشد حاضر و معرفی نماید در صورت عدم معرفی داور دادگاه ارسا به تعیین داور مبادرت می نماید.م الف ۶۳۵۹

منشی دادگاه بخش شعبه اول دادگاه عمومی جزائی و حقوقی و خانواده بخش اصلاندوز –سخاوت روز ی جو اصلاندوز

++

متن آگهی احضار متهم (مربوط به دادسرا و نیز دادگاه در فرض عدم وجود کیفر خواست)

در پرونده کلاسه ۹۴۰۹۹۸۴۵۵۴۰۰۷۵۳ این شعبه سلامت مستانه به اتهام استفاده غیر مجاز از برق تحت تعقیب قرار گرفته است با عنایت به مجهول المکان بودن متهم و در اجرای مقررات ۱۱۵ قانون آیین دادرسی دادگاههای عمومی وانقلاب در امور کیفری به نامبرده ابلاغ می گردد تا ظرف مهلت ۳۰ روز از انتشار این آگهی جهت دفاع از اتهام انتسابی با حق داشتن وکیل قانونی در این شعبه حاضرگردد بدیهی است در صورت عدم حضور مطابق مقررات رسیدگی غیابی بعمل خواهدآمد.م الف ۶۳۶۳

دادیار شعبه دادیاری شعبه چهارم دادیاری دادسرای عمومی وانقلاب شهرستان پارس اباد رضا کریم زاده

++

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

آرای صادره هیات حل اختلاف قانون مذکور مستقر در اداره ثبت و اسناد و املاک شهرستان خرم آباد بشرح ذیل : ۱- پرونده کلاسه ۷۳ و رای شماره ۱۳۵۷۴ مورخ ۹۵/۱۰/۲۰ به تقاضای آقای بیگ نظر پایی فرزند علی شاه نسبت به دو دانگ از ششدانگ یک قطعه باغ بمساحت ۶۱۵۲۲/۴۵ متر مربع مجزی شده از پلاک ۱۰ فرعی از ۳۰ اصلی واقع در بخش دو شهرستان خرم آباد خروجی از مالکیت مالک اولیه (رسمی) آقای علی شاه پایی رسیدگی و تایید و انشاء گردید ۲- پرونده کلاسه ۷۴ و رای شماره ۱۳۵۸۰ مورخ ۹۵/۱۰/۲۰ به تقاضای آقای عزیز اوستا فرزند علی شاه نسبت به دو دانگ از ششدانگ یک قطعه باغ بمساحت ۶۱۵۲۲/۴۵ متر مربع مجزی شده از پلاک ۱۰ فرعی از ۳۰ اصلی واقع در بخش دو شهرستان خرم آباد خروجی از مالکیت مالک اولیه (رسمی) آقای علی شاه پایی رسیدگی و تایید و انشاء گردید. ۳- پرونده کلاسه ۷۵ و رای شماره ۱۳۵۶۷ مورخ ۹۵/۱۰/۲۰ به تقاضای آقای شاه مراد پایی فرزند علی شاه نسبت به دو دانگ از ششدانگ یک قطعه باغ بمساحت ۶۱۵۲۲/۴۵ متر مربع مجزی شده از پلاک ۱۰ فرعی از ۳۰ اصلی واقع در بخش دو شهرستان خرم آباد خروجی از مالکیت مالک اولیه (رسمی) آقای علی شاه پایی رسیدگی و تایید و انشاء گردید. ۴- پرونده کلاسه ۷۶ و رای شماره ۱۳۵۹۳ مورخ ۹۵/۱۰/۲۰ به تقاضای آقای مراد فرهت فرزند علی شاه نسبت به سه دانگ از ششدانگ یک قطعه باغ بمساحت ۶۰۳۵۲/۹۷ متر مربع مجزی شده از پلاک ۱۰ فرعی از ۳۰ اصلی واقع در بخش دو شهرستان خرم آباد خروجی از مالکیت مالک اولیه (رسمی) آقای علی شاه پایی رسیدگی و تایید و انشاء گردید. ۵- پرونده کلاسه ۷۷ و رای شماره ۱۳۶۰۰ مورخ ۹۵/۱۰/۲۰ به تقاضای آقای شاه نظر پایی فرزند علی شاه نسبت به سه دانگ از ششدانگ یک قطعه باغ بمساحت ۶۰۳۵۲/۹۷ متر مربع مجزی شده از پلاک ۱۰ فرعی از ۳۰ اصلی واقع در بخش دو شهرستان خرم آباد خروجی از مالکیت مالک اولیه (رسمی) آقای علی شاه پایی رسیدگی و تایید و انشاء گردید. مراتب در اجرای ماده ۳ قانون تعیین تکلیف اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی دو نوبت به فاصله ۱۵ روز جهت اطلاع مالکین و سایر صاحبان حقوقی در روزنامه کثیر الانتشار و علاوه بر آن در روستاها الصاق تا چنانچه اشخاص نسبت به مورد تقاضا اعتراض دارند از تاریخ نشر اولین آگهی و در وستا ها از تاریخ الصاق به مدت دو ماه اعتراض خود را کتباً به اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان خرم آباد تسلیم دارند و برابر مقررات معترض مکلف است ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض مبادرت به تقدیم دادخواست به مراجع قضایی ذیصلاح اقدام و گواهی تقدیم دادخواست تحویل ثبت اسناد نماید و ادامه عملیات ثبتی موکل به ارائه حکم نهایی می باشد در غیر صورت متقاضی با ارائه حکم نهایی می باشد در غیر اینصورت متقاضی با ارائه گواهی عدم تقدیم دادخواست و پس از انقضای مدت مذکور و یا عدم وصول اعتراض سند مالکیت مورد تقاضا براساس مدلول رای وفق مقررات صادر خواهد شد در هر حال صدور سند مالکیت مانع مراجعه متضرر به مراجع قضایی نخواهد بود.م الف/ ۴۱۴۶۷۶ تاریخ انتشار نوبت اول ۱۳۹۵/۱۲/۱ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۵/۱۲/۱۶

رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان خرم آباد – محمد علی ابراهیمی

اجرائیه مشخصات محکوم له:فرشته حسین زاده مشخصات محکوم علیه:رشید مزیدی محکوم به:بموجب درخواست اجرای حکم مربوطه به شماره ۹۵۱۰۰۹۰۹۳۲۵۰۰۲۳۸ و شماره دادنامه مربوطه ۹۵۰۹۹۷۰۹۳۲۵۰۰۷۴۶ محکوم علیه محکوم است به ۱. پرداخت مبلغ نه میلیون و چهارصد هزار ریال بابت اصل خواسته و مبلغ سیصد و نود هزار ریال بابت هزینه دادرسی در حق محکوم له۲. هزینه نیم عشر دولتی در حق دولت.
۱۱۰/۱۴۷۳۱۲ دبیر شعبه ۲۰۶ مجتمع شماره پنج شورای حل اختلاف شهر تهران

اجرائیه مشخصات محکوم له:سیما جاوید شاد مشخصات محکوم علیه:پوریا قربانی محکوم به:بموجب درخواست اجرای حکم مربوطه به شماره ۹۵۱۰۰۹۰۹۳۲۵۰۰۲۰۳ و شماره دادنامه مربوطه ۹۵۰۹۹۷۰۹۳۲۵۰۰۶۱۶ محکوم علیه محکوم است به ۱. پرداخت مبلغ سی و هشت میلیون و دویست هزارو پانصد ریال در حق محکوم له۲. هزینه نیم عشر دولتی در حق دولت.
۱۱۰/۱۴۷۳۱۰ دبیر شعبه ۲۰۶ مجتمع شماره پنج شورای حل اختلاف شهر تهران

اجرائیه مشخصات محکوم له:بهزاد کاشانی مشخصات محکوم علیه:سید جلیل دهقان منگابادی محکوم به:بموجب درخواست اجرای حکم مربوطه به شماره ۹۵۱۰۰۹۰۹۳۲۵۰۰۲۱۹ و شماره دادنامه مربوطه ۹۵۰۹۹۷۰۹۳۲۵۰۰۷۴۴ محکوم علیه محکوم است به ۱. پرداخت مبلغ دوازده میلیون وسیصد وشصت هزار ریال به عنوان اصل خواسته بابت یک فقره چک به شماره ۱۱۵۵۸۳ و خسارت تاخیرتادیه از تاریخ ۹۵/۵/۲۵ تا زمان اجرای حکم بر عهده اجرای احکام و پرداخت مبلغ چهارصد و سیزده هزار ریال بابت هزینه دادرسی در حق محکوم له۲. هزینه نیم عشر دولتی در حق دولت.
۱۱۰/۱۴۷۳۰۹ دبیر شعبه ۲۰۶ مجتمع شماره پنج شورای حل اختلاف شهر تهران

خانم زهرا عظیمی گهر به شماره شناسنامه ۲۱۸ به شرح دادخواست تقدیمی به کلاسه ۹۴۰/۲۰۶/۹۵ از این شعبه درخواست گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان ماریا محمدی زاده به شماره شناسنامه ۸۵۱۹ در تاریخ ۱۳۹۵/۱۰/۲۱ اقامتگاه دائمی خود بدرود زندگی گفته و ورثه حین الفوت آن مرحوم منحصر است به: ۱. زهرا عظیمی گهر شماره شناسنامه ۲۱۸ تاریخ تولد ۱۳۳۲ صادره از تهران مادر متوفی اینک با انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را یک نوبت آگهی می نماید تا هرکسی اعتراضی دارد یا وصیت نامه از متوفی نزد او باشد از تاریخ نشر نخستین آگهی ظرف یک ماه به دادگاه تقدیم دارد والا گواهی صادر خواهد شد.
۱۱۰/۱۴۷۳۰۷ قاضی شعبه ۲۰۶ شورای حل اختلاف مجتمع شماره ۵ تهران

خانم فاطمه شبر به شماره شناسنامه ۳۲۲۱ به شرح دادخواست تقدیمی به کلاسه ۹۳۶/۲۰۶/۹۵ از این شعبه درخواست گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان آقای هوشنگ امینی به شماره شناسنامه ۱۶۰۲۷ در تاریخ ۱۳۹۵/۷/۲۴ اقامتگاه دائمی خود بدرود زندگی گفته و ورثه حین الفوت آن مرحوم منحصر است به: ۱. فاطمه شبر شماره شناسنامه ۳۲۲۱ تاریخ تولد ۱۳۲۶ صادره از تهران زوجه متوفی۲. محمد امینی شماره شناسنامه ۲۲۵۶۷ تاریخ تولد ۱۳۴۷ صادره از تهران پسر متوفی۳. علی امینی شماره شناسنامه ۱۹۶۴ تاریخ تولد ۱۳۴۴ صادره از تهران پسر متوفی۴. حسین امینی شماره شناسنامه ۱۳۷۲۰ تاریخ تولد ۱۳۵۳ صادره از تهران پسر متوفی اینک با انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را یک نوبت آگهی می نماید تا هرکسی ا