

ترفند

برق انداختن ظروف استیل

یکی از بهترین پاک کننده ها برای ظروف استیل آشپز خانه، سر که است. کافی است مقداری سر که سفید را به صورت اسپری روی وسیله مورد نظر بپاشید و با پارچه نرم آن را پاک کنید. به گزارش «بیوتوته» اسید موجود در سر که به تمیز شدن ظرف های استیل کمک می کند. سپس برای براق کردن آن کمی روغن، از هرنوع، روی پارچه ای نرم بریزید و آن را روی سطح ظرف به شکل دورانی بمالید. پس از چند دقیقه متوجه می شوید، نه تنها اثری از خطوط ریز روی استیل باقی نمانده، بلکه طرف تان براق و درخشان هم شده است. از سر که سفید برای تمیز کردن سینک استیل و از بین بردن لکه های سفید سینک هم می توانید استفاده کنید. یک دستمال نرم را به کمی سر که آغشته کنید و روی لکه مورد نظر به مدت ۱۰ دقیقه قرار دهید. این روش لکه های زنگ زده سینک را از بین می برد.

نسخه

تسکین درد دندان

شما با روغن کاری دندان در خانه می توانید در آن راتسکین دهید. به گزارش «نمناک» برای این کار شما نیاز به یک پاکد قاشق غذاخوری روغن نارگیل، آب گرم، مسواک و خمیر دندان دارید. شما باید به مدت ۲۰ دقیقه آن را در دهان خود نگه دارید و آن را قورت ندهید و همچنین می توانید آن را با استفاده از مسواک استفاده کنید. می توانید این کار را دوبار در روز انجام دهید یا بنبه را به روغن زیتون آغشته کنید و سپس روی دندان آسیب دیده قرار دهید. شما می توانید این کار را دو تا سه بار در روز انجام دهید.

زیباکده

جوان سازی با استویا

استویا گیاهی با برگ های شیرین است که قدرت شیرین کنندگی بسیار بالایی دارد و به همین دلیل به آن شیرین برگ یا شکر برگ نیز گفته می شود. مواد موجود در گیاه استویا می تواند از طریق ماسک و قرار دادن روی پوست، جذب آن شود و پوست را تغذیه کند و از این طریق چین و چروک موجود روی پوست را از بین ببرد و به جوان سازی صورت کمک کند. به گزارش «ستاره» باتوجه به نقش استرویدی که گیاه استویا می تواند داشته باشد در درمان بیماری های پوستی به صورت موضعی به کار برده می شود و ناراحتی های پوستی را جمله اگزما و خارش های ناشی از آن را می تواند رفع کند. مصرف گیاه استویا نقش موثری در لاغری و کاهش وزن دارد و چنان چه نیم ساعت قبل از غذا مصرف شود به کاهش اشتها کمک واز پر خوری جلوگیری می کند و کاهنده فشار خون است. برگ های استویا می تواند به صورت تازه یا خشک شده استفاده شود.

تیک در کودک

کودکانه

شایع ترین تیک ها چهره ای است و می تواند به انواع مختلف تظاهر کند. پلک زدن، کشیدن ابروها، گاز گرفتن و مکیدن لب، مکیدن انگشت و ناخن، در آوردن زبان از دهان، فین کردن، بوییدن چیزی، سرفه، جمع کردن، چین دادن پيشانی، تکان دادن گوش، قورت دادن آب دهان، سکسکه کردن، کندن مو، گرفتن زست های مختلف یا در آوردن صدا ای حیوانات، چرخش غیر ارادی گردن در جهت های مختلف، بالا انداختن شانه ها و... از جمله تیک ها در کودک است. به گزارش «کا» برای درمان این گونه رفتار ها در درجه اول باید محیط خانواده را بر رسی و به اطرافیان گوشزد کرد که انتظار های بیش از حد و فشار آوردن روی فرد برای ترک یا کاهش این رفتار ها نه تنها مفید نیست، بلکه نتیجه عکس دارد و سبب تشدید تیک می شود. تجربه نشان داده است که تذکر مستقیم یا تنبیه کودک برای ترک رفتار عاداتی به هیچ وجه موثر نیست و باید از شیوه تربیتی مبتنی بر تشویق استفاده شود. در مواقعی که کودک تیک ندارد، باید بیشتر به او توجه یا و را نوازش کرد و در مواقعی که تیک از خود نشان می دهد، با بی اعتنایی به آن و جایگزین کردن فعالیت هایی مانند نقاشی، موسیقی، بازی ها و... می توان به روند ترک عادت کمک کرد.

چرا سر درد می شوید؟

سر درد دلایل بسیاری دارد. به گزارش «نمناک»، از جمله عوامل سر درد می توان به اختلال در بینایی، منقبض کردن عضلات گردن و شانه اشاره کرد که یک دوش کیسه آب گرم و داروهای مسکن معمول می تواند در تسکین سر درد کمک کننده باشد. ورزش منظم و روش های ریلکسیشن مثل یوگا و ماساژ می تواند در پیشگیری از بروز این نوع سر درد موثر باشد. عامل دیگر عارضه سر درد، گر سنگی است توصیه می شود وعده های غذایی با میزان کم و به فاصله نزدیک به هم بخورید به جای این که سه وعده غذایی حجیم مصرف کنید و به طور حتم میان وعده های سالم مثل آجیل یا میوه برای مواقعی که وعده غذایی تان دیر می شود در دسترس داشته باشید. همچنین اگر عادت دارید هر صبح قهوه مصرف کنید بدن شما به کافئین عادت می کند و در صورتی که قهوه صبح فراموش شود ممکن است سر درد ضریان دار بگیرد. اگر یک روز قهوه در دسترستان نبود چای سبز یا سیاه یا حتی شکلات تلخ را می توانید جایگزین کنید. بیشتر مسکن های در دسترس مثل آسپرین، بروفن و استامینوفن اگر بیشتر از ۱۵ روز در ماه استفاده شود ممکن است سر درد ایجاد کند.

خانه داری

کاربرد بخارشور در خانه

پاک کردن لک چسب، موم، آدامس و مواد سخت: یکی از لکه های سمج، لکه چسب روی فرش یا موکت است. بد نیست بدانید که می توانید با استفاده از دستگاه بخارشوی خود مانند یک قالی شوی حرفه ای این لکه ها را پاک کنید. ابتدا بخارشور را در فاصله مناسبی از لکه چسب نگه دارید تا سست شود، مدتی صبر کنید و سپس با کاردک یا وسیله مناسبی که به الیاف فرش آسیب نرزد قسمت سست شده را از فرش جدا و با کمی سر که سفید محل مورد نظر را پاک کنید. منبع: بیوتوته



در دسر های افراد باهوش!

همه چیز لزوماً آن طوری نیست که در نگاه اول به نظر می رسد. در ظاهر با چنین هوش و آگاهی، تحت تاثیر قرار دادن محیط اطراف، باید کاری بسیار ساده باشد؛ باید بتوانید خوش بگذرانید و چون همیشه قادر به برداشت نکته های پنهانی از روتین ترین امور زندگی هستید حرفی برای گفتن دارید اما در عالم واقع این طور نیست. به گزارش «اکایران»، باهوش بودن در دسر هایی هم دارد.

هوش زیاد کسالت بار می شود: خیلی از شما ها شاید دوست داشتید که باهوش ترین دانش آموز دبیرستان در عرصه فیزیک و ریاضی می بودید اما هوش زیاد واقعا کسالت بار می شود. چون بعد از مدتی دیگر کسی از حل شدن سریع یک مسئله دشوار توسط شما، شگفت زده نمی شود و دیگر ر زور دی برای شکستن، دست کم در آن چار چوب محدود ندارد. حتی شرایطی فراهم می شود که اگر تصادفی یک مسئله را اشتباه تحلیل کردید، همه فکر می کنند این شما هستید که درست می گوید و کسی برای رفع یکنواختی هم که شده است، شما را به چالش نمی کشد!

هوش زیاد مایه حسادت می شود: حسادت چیزی است که در همه ما وجود دارد، انکارش نکنید! آدم های باهوش، سوژه برای دست انداخته شدن، به دست دیگران می دهند. شیوه صحبت، طرز نگاه و پوشش، اصطلاحات شسته رفته مورد استفاده شان، مسلح نبودن به شوخی های دم دستی و...

تعامل با دیگران سخت می شود: آدم های باهوش سر شار از ایده هستند؛ سریع فکر می کنند و انتظار دارند دیگران پا به پای آن ها بیایند. بعضی از آن ها روح حساسی دارند و آستانه رنجش آنان پایین است.

آدم های باهوش در سر گرم نگه داشتن خود مشکل دارند: این یکی از معضلات بزرگ آدم های باهوش است. معمولاً تصور می شود که آدم های باهوش، درون گرا هستند اما باید دانست که خیلی وقت ها آدم های باهوش واقعا درون گرا و در یک جمع قادر به سر گرم نگه داشتن خود نیستند. آن ها انتظار دارند که بتوانند با افرادی دم خور شوند که بتوانند سریع با آن ها به بدستان فکری کنند.

ابراز نظر های متفاوت و درد سراسر: آدم های باهوش نمی توانند جلوی خودشان را بگیرند. از آن جا که آن ها باهوش تر از آن هستند که برای هیچ، کار دست خود بدهند، ترجیح می دهند یک دیدگاه رسمی کسالت بار غیر واقعی و دیدگاه مخفی درونی داشته باشند.

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان جنوبی

اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک بیرجند

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۰۲۳۳۵/۰۱۰۰۳۰۸۰۳۹۷۶/۰۶/۳۱/۱۳۹۷ هیات اول / دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک بیرجند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم مریم شکروئی فرزند محمد علی به شماره شناسنامه۴صادره از بیرجند و شماره ملی۰۶۵۲۳۸۱۷۸۲ نسبت به ۶۵۵سهم مشاع از ۷۲۲۶ سهم ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت کل ۷۳۲۶ مترمربع قسمتی از پلاک ۱۴۰۲- اصلی بخش ۲ بیرجند از محل مالکیت محمد علی منصف و غیره تأیید و 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:۱۳۹۸/۰۱/۲۷

تاریخ انتشار نوبت دوم:۱۳۹۸/۰۲/۱۲

علی فضلی

رئیس ثبت اسناد و املاک بیرجند

۹۸۰۰۷۰۸۹/ع

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان جنوبی

اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک بیرجند

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۰۲۳۳۸/۰۱۰۰۳۰۸۰۳۹۷۶/۰۶/۳۱/۱۳۹۷ هیات اول / دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک بیرجند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم فاطمه نعمانی فرزند عبدالحسین به شماره شناسنامه۱صادره از بیرجند و شماره ملی۰۶۵۲۳۰۸۲۸۷ نسبت به ۶۰۰ سهم مشاع از ۷۲۲۶ سهم ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت کل ۷۳۲۶ مترمربع قسمتی از پلاک ۱۴۰۲- اصلی بخش ۲ بیرجند از محل مالکیت محمد علی منصف تأیید و 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.

علی فضلی

رئیس ثبت اسناد و املاک بیرجند

۹۸۰۰۷۰۹۲/ع

آگهی مزایده اموال غیر منقول (اسناد رهنی)

آگهی مزایده پرونده اجرایی کلاسه ۱۳۹۶۰۴۰۰۸۲۸۰۰۰۰۲۴۲ – شعبه اجرای اداره ثبت اسناد و املاک فردوس

به موجب پرونده اجرایی کلاسه فوق شش دانگ یک باب منزل مسکونی پلاک ثبتی ده هزار و هشتصد و سی و هفت فرعی از یک اصلی بخش یک فردوس به نشانی: فردوس بلوار بعثت جنوبی ۱۰ منزل شخصی به مساحت یکصد و هشتاد مترمربع در صفحه ۳۵دفتر جلد ۱۳۳ ثبت و سند مالکیت جدید کاداستری به شماره مسلسل ۵۱۲۸۸۸ صادر و به آقای مجید ابراهیمی منتقل شده است. طبق سند رهنی شماره ۴۱۶۰۸ – ۹۲/۲/۱۷ دفترخانه اسناد رسمی شماره ۳۵ فردوس در قبال مبلغ ششصد و هفتاد میلیون و سیصد هزار ریال به مدت هفت سال و همچنین مازاد آن به موجب سند رهنی شماره ۹۴/۹/۸-۴۴۷۳۱ دفترخانه سی و پنج فردوس در قبال مبلغ نهمصد و پنجاه میلیون ریال به مدت شش ماه در رهن بانک کشاورزی فردوس قرار گرفته و بانک پستانکار به استناد ماده - ۲۴ اصلاحی قانون ثبت و به موجب اسناد رهنی مذکور تقاضای صدور اجرائیه علیه متعهدین پرونده اجرایی فوق به مبلغ یک میلیارد و پانصد و شصت میلیون و چهارصد و پانزده هزار و دوست و چهل و دو ریال(اعم از اصل طلب ،سود و خسارت تاخیر تا تاریخ ۱۳۹۶/۸/۱۰) را نموده است که مراتب به بدهکاران سعید فروزان(وام گیرنده) و مجید ابراهیمی (راهن) وفق آیین نامه اجرای مفاد اسناد رسمی لازم الاجراء ابلاغ و صحت ابلاغ توسط متصدیان مربوطه گواهی شده است لذا بدلیل اینکه متعهدین ظرف مهلت قانونی از تاریخ ابلاغ اجرائیه بدهی خود را تودیع ننموده اند و طبق نظر کارشناسان رسمی ملک مورد مزایده به مبلغ دو میلیارد و نود و یک میلیون ریال ارزیابی شده و پلاک فوق یک باب منزل مسکونی با موقعیت شمالی دارای عرصه به مساحت یکصد و هشتاد متر مربع که سند مالکیت تحت پلاک ده هزار و هشتصد و سی و هفت فرعی به نام آقای مجید ابراهیمی صادر و در رهن بانک کشاورزی قراردارد اعیان همکف یکصد و شصت و سه متر مربع و سازه اسکلت فلزی طرح شکسته و شامل هال و پذیرایی،آشپزخانه این و کابینت از نوع(دی اف) و دارای دو اتاق خواب و سرویس بهداشتی بوده و کف سرامیک کار شده است.سیستم گرمایشی شوفاژ و سیستم سرمایشی گولر آبی و دارای امتیازات آب و برق و گاز و تلفن می باشد .کف حیاط با موزائیک فرش شده است نمای بیرون سنگ تراورتن و دیوارهای حیاط سرامیک کار شده است و ارزش ششدانگ(عرصه،اعیان،امتیازات و محوطه سازی و سایر متعلقات) جمعا به مبلغ ۲۰۹۱،۰۰۰،۰۰۰ ریال ارزیابی گردیده است و با حدود و مشخصات : شمالا بطول ده متر و بیست و هفت صدم متر دیوار یست به پلاک سه هزار و چهار صد و سی و هفت فرعی شرقا بطول شانزده متر و نود و پنج صدم متر دیوار یست به باقیمانده پلاک نه هزار و نهمصد و پنجاه و هشت فرعی جنوبا به طول نه متر و هشتاد و پنج صدم متر درب و دیوار یست به میلان غربا بطول نوزده متر و شصت صدم متر دیوار یست اشتراکی با پلاک ده هزار و هشتصد و سی و شش فرعی که ملک مورد مزایده در حال حاضر در تصرف آقای مجید ابراهیمی می باشد.پلاک فوق از ساعت ۹ صبح الی ۱۲ ظهر روز دوشنبه مورخ ۹۸/۲/۱۶ در اداره ثبت اسناد و املاک فردوس از طریق مزایده به فروش می رسد مزایده از مبلغ دو میلیارد و نود و یک میلیون ریال شروع و به بالاترین قیمت پیشنهادی نقدا فروخته می شود لازم به ذکر است پرداخت بدهی های مربوط به آب ،برق،گاز اعم از حق انتشاب و یا حق اشتراک و مصرف در صورتی که مورد مزایده دارای آنها باشد و نیز بدهی های مالیاتی و عوارض شهرداری و غیره تا تاریخ مزایده اعم از اینکه رقم قطعی آن معلوم شده یا نشده باشد به عهده برنده مزایده است و نیز در صورت وجود مازاد ،وجوه پرداختی بابت هزینه های فوق از محل مازاد به برنده مزایده مسترد خواهد شدو نیم عشر و حق مزایده نقدا وصولی می گردد .ضمنا چنانچه روز مزایده تعطیل رسمی گردد، مزایده روز اداری بعد از تعطیلی در همان ساعت و مکان مقرر برگزار خواهد شد.

تاریخ انتشار :۹۸/۱/۲۷

حسن رضا ندایی

رئیس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان فردوس