

ورزش و چای سبز مناسب برای افراد مبتلا به کبدچرب



مهم: بیماری کبدچرب غیرالکلی یک مشکل جدی جهانی است که در حال وخیم تر شدن است. نتایج تحقیق جدید محققان دانشگاه ایالتی پنسیلوانیا نشان می‌دهد انجام تمرین های ورزشی و مصرف نوشیدنی‌های فاقد کافئین می‌تواند برای افراد مبتلا به کبد چرب مفید باشد.

محققان درآزمایشی که کبدچرب مرتبط با چاقی تا ۷۵ درصد در موش‌های تغذیه شده با رژیم غذایی پرچرب شده به دلیل شیوع بالای فاکتورهای پرخطر نظیر چاقی و دیابت نوع ۲، پیش بینی می‌شود تعداد افراد مبتلا به بیماری کبدچرب تا سال ۲۰۲۰ به بیش از ۱۰۰ میلیون نفر برسد. در حال حاضر هیچ درمان معتبری برای این بیماری وجود ندارد. در این مطالعه، به مدت ۱۶ هفته موش‌ها رژیم غذایی پرچرب داده شد. برخی از این موش‌ها عصاره چای سبز مصرف کرده و ورزش منظم با وجود این رژیم ورزش انجام می‌دادند. در مقایسه این موش‌ها با موش‌های گروه کنترل مشخص شد تنها یک چهارم رسوبات لیپیدی در کبدشان باقی مانده بود. همچنین در موش‌هایی که تحت درمان فقط با عصاره چای سبز یا فقط ورزش قرار گرفته بودند تقریباً نیمی چربی کبدشان را از دست دادند. محققان نتیجه گرفتند که ورزش و مصرف چای سبز با هم بهترین روش برای کاهش چربی کبد است. محققان نتیجه گرفتند که ورزش و مصرف چای سبز با هم بهترین روش برای کاهش چربی کبد است. محققان نتیجه گرفتند که ورزش و مصرف چای سبز با هم بهترین روش برای کاهش چربی کبد است.

با خوردن میوه‌ها کالری بیشتری بسوزانید



اسپینا: نتایج مطالعه‌ها مشخصان دانشگاه ایوبک آلمان نشان می‌دهد که خوردن یک میوه‌ها مفصل می‌تواند به افزایش متابولیسم و در نتیجه منجر به کاهش کالری سوزاننده در این امر واقع شود. این حد ازاد حاد ناشی از متخصصان آلمانی در جریان آزمایشات خود از ۱۶ مرد جوانی که به مدت سه روز کالری صبحانه با کالری کم و یک شام با کالری زیاد صرف کردند سپس این روند را معکوس کردند و مشارکت کنندگان در این مطالعه به مدت سه روز کالری صبحانه با کالری زیاد و یک شام با کالری کم کردند. نتایج این آزمایش نشان داد که خوردن صبحانه با کالری بالا باعث می‌شود فرایند ترموژنیشن فرایند تبدیل کالری به گرما در بدن را در برابر بیشتر شود که یکی از معیارهای کالریایی متابولیسم بدن است.

دکتر زولیان ریشتن، مدیر این مطالعه می‌گوید: نتایج مطالعات ما نشان می‌دهد که صرف یک وعده غذایی برای صبحانه، صرف نظر از مقدار کالری مورد خوردن در آن، باعث ایجاد دو برابر گرما در بدن می‌شود. وی افزود: این امر باعث می‌شود برای همه افرادی که در برابر خوردن صبحانه از دست می‌گیرند کالری توجیه است. وی همچنین می‌گوید: ما سه پیمانکار چاق و همچنین افراد انزیم‌ها نوشیده می‌کنیم یک میوه‌ها مفصل به جای یک شام مفصل می‌کنند تا وزنشان را کاهش دهند و در آزمایش‌ها متابولیسمی جلوگیری شود. بیماری‌های متابولیکی با اصلاح پزشکی است که برای توصیف ترکیبی از دیابت، فشار خون بالا و چاقی کلک می‌رود. بسیاری از کسانی که رژیم غذایی می‌گیرند از خوردن صبحانه اجتناب می‌کنند. با خوردن دو طول روز بیش از حد می‌خورند.

اسپینا: وزارت بهداشت با صدور اطلاعیه‌ها ضمن ارائه راهکارهای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا اعلام کرد که مصرف ویتامین C، میوه و سبزی سبب تقویت سیستم ایمنی بدن می‌شود و فرد را در مقابل ابتلا به ویروس کرونا مقاوم می‌کند. در این اطلاعیه آمده است: دست کم ۲۰ تا ۳۰ لیتر آب به شستشوی دستان خود با آب و صابون، بقدن مگناریوم و مرتب دستمالن با نوبوییوم می‌توانیم در صورت نبود دستمالی به آب و صابون، از محلول ضدعفونی کننده بر پایه الکل که دست کم ۶۰ درصد الکل دارد، استفاده کنیم. همچنین از تماس دست با چشم‌ها،

مصرف ویتامین C و سبزیجات راهکاری برای پیشگیری از ابتلا به کرونا

ببینی و دهان خودداری کنیم. از تماس نزدیک با افراد بیمار پرهیز کنیم. برای جلوگیری از ابتلا به ویروس کرونا، به سرعت پس از ورود به خانه، دستهای خود را بشوییم و ضدعفونی کنیم. این کار را از همه اعضای خانواده بخواهیم.

در این اطلاعیه از شهروندان خواسته شده با دستمال کاغذی، هنگام سرفه یا عطسه جلوی دهان خود را بپوشانند و دستمال را به سطل یا زباله بیندازند. بر اساس توصیه گرفته گرفته، آشپزها و سطوحی را که مرتب لمس می‌کنیم مانند ریعموت کنترل تلویزیون، دستگیره درها و گوشی

اسپینا: تست نژادهای از کربوایروس در منطقه‌ها از چین شیوع پیدا کرده که تاکنون جان بسیاری را گرفته است.

۱) استفاده از ماسک فایده چندانی ندارد
محققان در حال بررسی این موضوع هستند که آیا بیماری جدید ناشی از این ویروس تهدید در سطح وسیع خواهد بود یا خیر. این بیماری در حدی است که اعلام و اختطاری محدودیت سفرهای بین‌المللی را موجه جلوه دهد یا نه؟
تاکنون اطلاعات نادرست و شایعاتی در مورد خطر کربوایروس در همه‌جای دنیا پخش شده و در این مطلب به نقل از شبکه خبری بی‌بی‌سی، درستی چند مورد از آنها را بررسی می‌کنیم:

۲) استفاده از ماسک فایده چندانی ندارد
محققان در حال بررسی این موضوع هستند که آیا بیماری جدید ناشی از این ویروس تهدید در سطح وسیع خواهد بود یا خیر. این بیماری در حدی است که اعلام و اختطاری محدودیت سفرهای بین‌المللی را موجه جلوه دهد یا نه؟
تاکنون اطلاعات نادرست و شایعاتی در مورد خطر کربوایروس در همه‌جای دنیا پخش شده و در این مطلب به نقل از شبکه خبری بی‌بی‌سی، درستی چند مورد از آنها را بررسی می‌کنیم:

۳) به ندرت (کننده) است
یک مقام ارشد نظامی خدمات درمانی انگلیس می‌گوید بیشتر افراد مبتلا به عفونت خفیفی از بیماری (سرفه و تب) نشان می‌دهند و خوب می‌شوند. هر چند این ویروس ممکن است افرادی را به شدت بیمار کند (التهاب ریه و مشکلات تنفسی) و باعث مرگ تعدادی (همه بیماری‌های شدید ریه) در چین شده است. تاخیر زاراموش کنیم که سرخوردگی معمولی که هر سال رستمندان همگی می‌شود به باعث مرگ افراد می‌شود. هر سال به طور متوسط ۶۰۰ نفر بر اثر عوارض ناشی از ابتلا به سرماخوردگی در انگلیس می‌میرند.
پروفسور «جانان بال» از دانشگاه ناتینگهام می‌گوید: قطع همه‌گیری آن در مقایسه با سرماخوردگی قطری و یا سوزج به پیشگیری‌ها و اقدامات احتیاطی در حد بسیار کم است. او توضیح می‌دهد که این ویروس به ندرت باعث عفونت فری را به‌رمایت می‌کند. تا سرماخوردگی و کربوایروس در امان باقی می‌مانند.
دانشمندان هنوز به طور دقیق نمی‌دانند که این ویروس چقدر خطرناک است. ویروس‌شناسان می‌گویند: به احتمال زیاد ذرات بسیار ریزی در سرفه و تنفس فرد بیمار ناقل بیماری است. از این رو فرقیته‌ها جدا کردن افرادی که از

فواید نوشیدن آب نارگیل

نمی‌خورند و در نتیجه به اندازه کافی نتایجم دریافت نمی‌کنند بنابراین آب نارگیل می‌تواند به شما کمک کند. البته این طور نیست که برای سلامتی یا بهداشت‌آمیز خود چیزی به بیرون رفتن و گرفتن آب نارگیل باقیمانده زغارا و یا درازهای به این کار را برای ما انجام می‌دهند.
نوشیدن آب نه تنها برای یک بدن و ذهن سالم خوب است بلکه لازم است. با نوشیدن مقدار بیشتری آب روده و پوست سالم تری خواهیم داشت. همچنین کاهش وزن و کنترل بهتر دیابت نیز با مصرف آب نارگیل است.

ببینی و دهان خودداری کنیم. از تماس نزدیک با افراد بیمار پرهیز کنیم. برای جلوگیری از ابتلا به ویروس کرونا، به سرعت پس از ورود به خانه، دستهای خود را بشوییم و ضدعفونی کنیم. این کار را از همه اعضای خانواده بخواهیم.

در این اطلاعیه از شهروندان خواسته شده با دستمال کاغذی، هنگام سرفه یا عطسه جلوی دهان خود را بپوشانند و دستمال را به سطل یا زباله بیندازند. بر اساس توصیه گرفته گرفته، آشپزها و سطوحی را که مرتب لمس می‌کنیم مانند ریعموت کنترل تلویزیون، دستگیره درها و گوشی

اسپینا: تست نژادهای از کربوایروس در منطقه‌ها از چین شیوع پیدا کرده که تاکنون جان بسیاری را گرفته است.

۱) استفاده از ماسک فایده چندانی ندارد
محققان در حال بررسی این موضوع هستند که آیا بیماری جدید ناشی از این ویروس تهدید در سطح وسیع خواهد بود یا خیر. این بیماری در حدی است که اعلام و اختطاری محدودیت سفرهای بین‌المللی را موجه جلوه دهد یا نه؟
تاکنون اطلاعات نادرست و شایعاتی در مورد خطر کربوایروس در همه‌جای دنیا پخش شده و در این مطلب به نقل از شبکه خبری بی‌بی‌سی، درستی چند مورد از آنها را بررسی می‌کنیم:

۲) استفاده از ماسک فایده چندانی ندارد
محققان در حال بررسی این موضوع هستند که آیا بیماری جدید ناشی از این ویروس تهدید در سطح وسیع خواهد بود یا خیر. این بیماری در حدی است که اعلام و اختطاری محدودیت سفرهای بین‌المللی را موجه جلوه دهد یا نه؟
تاکنون اطلاعات نادرست و شایعاتی در مورد خطر کربوایروس در همه‌جای دنیا پخش شده و در این مطلب به نقل از شبکه خبری بی‌بی‌سی، درستی چند مورد از آنها را بررسی می‌کنیم:

۳) به ندرت (کننده) است
یک مقام ارشد نظامی خدمات درمانی انگلیس می‌گوید بیشتر افراد مبتلا به عفونت خفیفی از بیماری (سرفه و تب) نشان می‌دهند و خوب می‌شوند. هر چند این ویروس ممکن است افرادی را به شدت بیمار کند (التهاب ریه و مشکلات تنفسی) و باعث مرگ تعدادی (همه بیماری‌های شدید ریه) در چین شده است. تاخیر زاراموش کنیم که سرخوردگی معمولی که هر سال رستمندان همگی می‌شود به باعث مرگ افراد می‌شود. هر سال به طور متوسط ۶۰۰ نفر بر اثر عوارض ناشی از ابتلا به سرماخوردگی در انگلیس می‌میرند.
پروفسور «جانان بال» از دانشگاه ناتینگهام می‌گوید: قطع همه‌گیری آن در مقایسه با سرماخوردگی قطری و یا سوزج به پیشگیری‌ها و اقدامات احتیاطی در حد بسیار کم است. او توضیح می‌دهد که این ویروس به ندرت باعث عفونت فری را به‌رمایت می‌کند. تا سرماخوردگی و کربوایروس در امان باقی می‌مانند.
دانشمندان هنوز به طور دقیق نمی‌دانند که این ویروس چقدر خطرناک است. ویروس‌شناسان می‌گویند: به احتمال زیاد ذرات بسیار ریزی در سرفه و تنفس فرد بیمار ناقل بیماری است. از این رو فرقیته‌ها جدا کردن افرادی که از

فواید نوشیدن آب نارگیل

نمی‌خورند و در نتیجه به اندازه کافی نتایجم دریافت نمی‌کنند بنابراین آب نارگیل می‌تواند به شما کمک کند. البته این طور نیست که برای سلامتی یا بهداشت‌آمیز خود چیزی به بیرون رفتن و گرفتن آب نارگیل باقیمانده زغارا و یا درازهای به این کار را برای ما انجام می‌دهند.
نوشیدن آب نه تنها برای یک بدن و ذهن سالم خوب است بلکه لازم است. با نوشیدن مقدار بیشتری آب روده و پوست سالم تری خواهیم داشت. همچنین کاهش وزن و کنترل بهتر دیابت نیز با مصرف آب نارگیل است.

همراه را تمیز و ضدعفونی کنیم. همچنین رعایت فاصله دست کم یک متر با فرد بیماری که سرفه می‌کند، در پیشگیری از ابتلا به بیماری مؤثر است و دست دادن و روبوسی را از دسترس اندازیم. ماسک مناسب استفاده می‌کنیم. این اطلاعیه از شهروندان خواسته شده با دستمال کاغذی، هنگام سرفه یا عطسه جلوی دهان خود را بپوشانند و دستمال را به سطل یا زباله بیندازند. بر اساس توصیه گرفته گرفته، آشپزها و سطوحی را که مرتب لمس می‌کنیم مانند ریعموت کنترل تلویزیون، دستگیره درها و گوشی

اسپینا: تست نژادهای از کربوایروس در منطقه‌ها از چین شیوع پیدا کرده که تاکنون جان بسیاری را گرفته است.

۱) استفاده از ماسک فایده چندانی ندارد
محققان در حال بررسی این موضوع هستند که آیا بیماری جدید ناشی از این ویروس تهدید در سطح وسیع خواهد بود یا خیر. این بیماری در حدی است که اعلام و اختطاری محدودیت سفرهای بین‌المللی را موجه جلوه دهد یا نه؟
تاکنون اطلاعات نادرست و شایعاتی در مورد خطر کربوایروس در همه‌جای دنیا پخش شده و در این مطلب به نقل از شبکه خبری بی‌بی‌سی، درستی چند مورد از آنها را بررسی می‌کنیم:

۲) استفاده از ماسک فایده چندانی ندارد
محققان در حال بررسی این موضوع هستند که آیا بیماری جدید ناشی از این ویروس تهدید در سطح وسیع خواهد بود یا خیر. این بیماری در حدی است که اعلام و اختطاری محدودیت سفرهای بین‌المللی را موجه جلوه دهد یا نه؟
تاکنون اطلاعات نادرست و شایعاتی در مورد خطر کربوایروس در همه‌جای دنیا پخش شده و در این مطلب به نقل از شبکه خبری بی‌بی‌سی، درستی چند مورد از آنها را بررسی می‌کنیم:

۳) به ندرت (کننده) است
یک مقام ارشد نظامی خدمات درمانی انگلیس می‌گوید بیشتر افراد مبتلا به عفونت خفیفی از بیماری (سرفه و تب) نشان می‌دهند و خوب می‌شوند. هر چند این ویروس ممکن است افرادی را به شدت بیمار کند (التهاب ریه و مشکلات تنفسی) و باعث مرگ تعدادی (همه بیماری‌های شدید ریه) در چین شده است. تاخیر زاراموش کنیم که سرخوردگی معمولی که هر سال رستمندان همگی می‌شود به باعث مرگ افراد می‌شود. هر سال به طور متوسط ۶۰۰ نفر بر اثر عوارض ناشی از ابتلا به سرماخوردگی در انگلیس می‌میرند.
پروفسور «جانان بال» از دانشگاه ناتینگهام می‌گوید: قطع همه‌گیری آن در مقایسه با سرماخوردگی قطری و یا سوزج به پیشگیری‌ها و اقدامات احتیاطی در حد بسیار کم است. او توضیح می‌دهد که این ویروس به ندرت باعث عفونت فری را به‌رمایت می‌کند. تا سرماخوردگی و کربوایروس در امان باقی می‌مانند.
دانشمندان هنوز به طور دقیق نمی‌دانند که این ویروس چقدر خطرناک است. ویروس‌شناسان می‌گویند: به احتمال زیاد ذرات بسیار ریزی در سرفه و تنفس فرد بیمار ناقل بیماری است. از این رو فرقیته‌ها جدا کردن افرادی که از

اسپینا: تست نژادهای از کربوایروس در منطقه‌ها از چین شیوع پیدا کرده که تاکنون جان بسیاری را گرفته است.

فواید نوشیدن آب نارگیل

نمی‌خورند و در نتیجه به اندازه کافی نتایجم دریافت نمی‌کنند بنابراین آب نارگیل می‌تواند به شما کمک کند. البته این طور نیست که برای سلامتی یا بهداشت‌آمیز خود چیزی به بیرون رفتن و گرفتن آب نارگیل باقیمانده زغارا و یا درازهای به این کار را برای ما انجام می‌دهند.
نوشیدن آب نه تنها برای یک بدن و ذهن سالم خوب است بلکه لازم است. با نوشیدن مقدار بیشتری آب روده و پوست سالم تری خواهیم داشت. همچنین کاهش وزن و کنترل بهتر دیابت نیز با مصرف آب نارگیل است.

آگهی تحدید حدود اختصاصی بخش ۱۵ فارس آباده
چون آگهی و عملیات تحدیدی مشروجه ذیل: ۹۹۶۶۱۱۰۰ - ستاد اجرایی فرمان حضرت امام (ره) و غیرو با سهام معین: ششادنگ یک قطعه زمین واقع در بخش تقاضای متقاضی ثبت / خریدار رقیه مذکور که تقاضای انتشار آگهی تحدید حدود اختصاصی نموده وقت تحدید حدود مورخه ۲۵ شهریور ۹۸/۱۲/۲۴ تعیین و عملیات تحدید از ساعت ۴ قبل از ظهر در محل شروع و به عمل خواهد بود و پس از اتمام این عملیات متقاضی مزبور و کلیه صاحبان املاک مجاور بر طبق قانون ثبت دعوت می‌شود که در وقت اقرار در محل حضور به هم رسانند و باخواری مجاورین نسبت به حدود و حقوق اراضعی قلم شده ۱۵ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورتجلسه تحدید تا سبسی روز پانزده خواهد شد و متقاضی و متصرفان سبسی سبسی متقاضی تحدید اراضی به مرجع قضایی اعلامی خود و به آراء ثبت شده و رسیدن دریافت نمایند بدینوسیله است در صورت عدم وصول اعتراضات و در پایان مهلت صادر خواهد شد. تاریخ انتشار: ۹۸/۱۲/۲۴

۹۸/۱۲/۲۴ - الف - مدیر و احدیثی حوزه ثبت ملک آباده - باغیان

آگهی تحدید حدود اختصاصی بخش ۱۵ فارس آباده
چون آگهی و عملیات تحدیدی مشروجه ذیل: ۹۹۶۶۱۱۰۰ - ستاد اجرایی فرمان حضرت امام (ره) و غیرو با سهام معین: ششادنگ یک قطعه زمین واقع در بخش تقاضای متقاضی ثبت / خریدار رقیه مذکور که تقاضای انتشار آگهی تحدید حدود اختصاصی نموده وقت تحدید حدود مورخه ۲۵ شهریور ۹۸/۱۲/۲۴ تعیین و عملیات تحدید از ساعت ۴ قبل از ظهر در محل شروع و به عمل خواهد بود و پس از اتمام این عملیات متقاضی مزبور و کلیه صاحبان املاک مجاور بر طبق قانون ثبت دعوت می‌شود که در وقت اقرار در محل حضور به هم رسانند و باخواری مجاورین نسبت به حدود و حقوق اراضعی قلم شده ۱۵ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورتجلسه تحدید تا سبسی روز پانزده خواهد شد و متقاضی و متصرفان سبسی سبسی متقاضی تحدید اراضی به مرجع قضایی اعلامی خود و به آراء ثبت شده و رسیدن دریافت نمایند بدینوسیله است در صورت عدم وصول اعتراضات و در پایان مهلت صادر خواهد شد. تاریخ انتشار: ۹۸/۱۲/۲۴

۹۸/۱۲/۲۴ - الف - مدیر و احدیثی حوزه ثبت ملک آباده - باغیان

آگهی تحدید حدود اختصاصی بخش ۱۵ فارس آباده
چون آگهی و عملیات تحدیدی مشروجه ذیل: ۹۹۶۶۱۱۰۰ - ستاد اجرایی فرمان حضرت امام (ره) و غیرو با سهام معین: ششادنگ یک قطعه زمین واقع در بخش تقاضای متقاضی ثبت / خریدار رقیه مذکور که تقاضای انتشار آگهی تحدید حدود اختصاصی نموده وقت تحدید حدود مورخه ۲۵ شهریور ۹۸/۱۲/۲۴ تعیین و عملیات تحدید از ساعت ۴ قبل از ظهر در محل شروع و به عمل خواهد بود و پس از اتمام این عملیات متقاضی مزبور و کلیه صاحبان املاک مجاور بر طبق قانون ثبت دعوت می‌شود که در وقت اقرار در محل حضور به هم رسانند و باخواری مجاورین نسبت به حدود و حقوق اراضعی قلم شده ۱۵ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورتجلسه تحدید تا سبسی روز پانزده خواهد شد و متقاضی و متصرفان سبسی سبسی متقاضی تحدید اراضی به مرجع قضایی اعلامی خود و به آراء ثبت شده و رسیدن دریافت نمایند بدینوسیله است در صورت عدم وصول اعتراضات و در پایان مهلت صادر خواهد شد. تاریخ انتشار: ۹۸/۱۲/۲۴

۹۸/۱۲/۲۴ - الف - مدیر و احدیثی حوزه ثبت ملک آباده - باغیان

آگهی تقدان سند مالکیت بخش ۱۵ فارس
خانم فرخ لقا هوشمند کوچی با تسلیم دو برگ استنشاده که در دفتر اسناد رسمی شماره ۳۱۱ آباده تنظیم کرده است سند مدعی است که تعداد یک جلد سند مالکیت مربوط به سه دانگ مشاع از ششادنگ یک قطعه زمین پلاک ۱۱۸۰ - ۹۹۹۰۱۸۰ واقع در بخش ۱۵ فارس شهرستان آباده که در تاریخ ۲۳/۲/۲۴ صفحه ۲۱۸ و ۲۵۱ املاک به نام نامبرده ثبت و سند مالکیت به شماره ۹۵ - ۳۳۲۰۹۰۹۱ صادر و به موجب سند شماره ۲۷۸۱ - ۹۲۱۹۲۰۶۲۴ برخانه ۳۱۱ آباده زنگ مسکن در حدی است به علت جابه جایی مقفود شده و نامبرده تقاضای صدور سند مالکیت امتنی را نموده مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آیین نامه قانون ثبت آگهی می‌شود که هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای کرده و یا مدعی شود سند مالکیت نزد خود می‌باشد باید تا روز پس از انتشار آگهی به ثبت مراجعه و اعتراض خود را در صورت اعتراض اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله تسلیم نماید اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسد یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود اداره ثبت امتنی سند مالکیت را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد. تاریخ انتشار: ۹۸/۱۲/۲۴

۹۸/۱۲/۲۴ - الف - مدیر و احدیثی حوزه ثبت ملک آباده - باغیان

آگهی تقدان سند مالکیت بخش ۱۵ فارس
خانم فرخ لقا هوشمند کوچی با تسلیم دو برگ استنشاده که در دفتر اسناد رسمی شماره ۳۱۱ آباده تنظیم کرده است سند مدعی است که تعداد یک جلد سند مالکیت مربوط به سه دانگ مشاع از ششادنگ یک قطعه زمین پلاک ۱۱۸۰ - ۹۹۹۰۱۸۰ واقع در بخش ۱۵ فارس شهرستان آباده که در تاریخ ۲۳/۲/۲۴ صفحه ۲۱۸ و ۲۵۱ املاک به نام نامبرده ثبت و سند مالکیت به شماره ۹۵ - ۳۳۲۰۹۰۹۱ صادر و به موجب سند شماره ۲۷۸۱ - ۹۲۱۹۲۰۶۲۴ برخانه ۳۱۱ آباده زنگ مسکن در حدی است به علت جابه جایی مقفود شده و نامبرده تقاضای صدور سند مالکیت امتنی را نموده مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آیین نامه قانون ثبت آگهی می‌شود که هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای کرده و یا مدعی شود سند مالکیت نزد خود می‌باشد باید تا روز پس از انتشار آگهی به ثبت مراجعه و اعتراض خود را در صورت اعتراض اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله تسلیم نماید اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسد یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود اداره ثبت امتنی سند مالکیت را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد. تاریخ انتشار: ۹۸/۱۲/۲۴

۹۸/۱۲/۲۴ - الف - مدیر و احدیثی حوزه ثبت ملک آباده - باغیان

آگهی تقدان سند مالکیت بخش ۱۵ فارس
خانم فرخ لقا هوشمند کوچی با تسلیم دو برگ استنشاده که در دفتر اسناد رسمی شماره ۳۱۱ آباده تنظیم کرده است سند مدعی است که تعداد یک جلد سند مالکیت مربوط به سه دانگ مشاع از ششادنگ یک قطعه زمین پلاک ۱۱۸۰ - ۹۹۹۰۱۸۰ واقع در بخش ۱۵ فارس شهرستان آباده که در تاریخ ۲۳/۲/۲۴ صفحه ۲۱۸ و ۲۵۱ املاک به نام نامبرده ثبت و سند مالکیت به شماره ۹۵ - ۳۳۲۰۹۰۹۱ صادر و به موجب سند شماره ۲۷۸۱ - ۹۲۱۹۲۰۶۲۴ برخانه ۳۱۱ آباده زنگ مسکن در حدی است به علت جابه جایی مقفود شده و نامبرده تقاضای صدور سند مالکیت امتنی را نموده مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آیین نامه قانون ثبت آگهی می‌شود که هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای کرده و یا مدعی شود سند مالکیت نزد خود می‌باشد باید تا روز پس از انتشار آگهی به ثبت مراجعه و اعتراض خود را در صورت اعتراض اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله تسلیم نماید اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسد یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود اداره ثبت امتنی سند مالکیت را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد. تاریخ انتشار: ۹۸/۱۲/۲۴

۹۸/۱۲/۲۴ - الف - مدیر و احدیثی حوزه ثبت ملک آباده - باغیان

آگهی تقدان سند مالکیت بخش ۱۵ فارس
خانم فرخ لقا هوشمند کوچی با تسلیم دو برگ استنشاده که در دفتر اسناد رسمی شماره ۳۱۱ آباده تنظیم کرده است سند مدعی است که تعداد یک جلد سند مالکیت مربوط به سه دانگ مشاع از ششادنگ یک قطعه زمین پلاک ۱۱۸۰ - ۹۹۹۰۱۸۰ واقع در بخش ۱۵ فارس شهرستان آباده که در تاریخ ۲۳/۲/۲۴ صفحه ۲۱۸ و ۲۵۱ املاک به نام نامبرده ثبت و سند مالکیت به شماره ۹۵ - ۳۳۲۰۹۰۹۱ صادر و به موجب سند شماره ۲۷۸۱ - ۹۲۱۹۲۰۶۲۴ برخانه ۳۱۱ آباده زنگ مسکن در حدی است به علت جابه جایی مقفود شده و نامبرده تقاضای صدور سند مالکیت امتنی را نموده مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آیین نامه قانون ثبت آگهی می‌شود که هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای کرده و یا مدعی شود سند مالکیت نزد خود می‌باشد باید تا روز پس از انتشار آگهی به ثبت مراجعه و اعتراض خود را در صورت اعتراض اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله تسلیم نماید اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسد یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود اداره ثبت امتنی سند مالکیت را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد. تاریخ انتشار: ۹۸/۱۲/۲۴

۹۸/۱۲/۲۴ - الف - مدیر و احدیثی حوزه ثبت ملک آباده - باغیان

آگهی تقدان سند مالکیت بخش ۱۵ فارس
خانم فرخ لقا هوشمند کوچی با تسلیم دو برگ استنشاده که در دفتر اسناد رسمی شماره ۳۱۱ آباده تنظیم کرده است سند مدعی است که تعداد یک جلد سند مالکیت مربوط به سه دانگ مشاع از ششادنگ یک قطعه زمین پلاک ۱۱۸۰ - ۹۹۹۰۱۸۰ واقع در بخش ۱۵ فارس شهرستان آباده که در تاریخ ۲۳/۲/۲۴ صفحه ۲۱۸ و ۲۵۱ املاک به نام نامبرده ثبت و سند مالکیت به شماره ۹۵ - ۳۳۲۰۹۰۹۱ صادر و به موجب سند شماره ۲۷۸۱ - ۹۲۱۹۲۰۶۲۴ برخانه ۳۱۱ آباده زنگ مسکن در حدی است به علت جابه جایی مقفود شده و نامبرده تقاضای صدور سند مالکیت امتنی را نموده مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آیین نامه قانون ثبت آگهی می‌شود که هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای کرده و یا مدعی شود سند مالکیت نزد خود می‌باشد باید تا روز پس از انتشار آگهی به ثبت مراجعه و اعتراض خود را در صورت اعتراض اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله تسلیم نماید اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسد یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود اداره ثبت امتنی سند مالکیت را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد. تاریخ انتشار: ۹۸/۱۲/۲۴

۹۸/۱۲/۲۴ - الف - مدیر و احدیثی حوزه ثبت ملک آباده - باغیان

آگهی تقدان سند مالکیت بخش ۱۵ فارس
خانم فرخ لقا هوشمند کوچی با تسلیم دو برگ استنشاده که در دفتر اسناد رسمی شماره ۳۱۱ آباده تنظیم کرده است سند مدعی است که تعداد یک جلد سند مالکیت مربوط به سه دانگ مشاع از ششادنگ یک قطعه زمین پلاک ۱۱۸۰ - ۹۹۹۰۱۸۰ واقع در بخش ۱۵ فارس شهرستان آباده که در تاریخ ۲۳/۲/۲۴ صفحه ۲۱۸ و ۲۵۱ املاک به نام نامبرده ثبت و سند مالکیت به شماره ۹۵ - ۳۳۲۰۹۰۹۱ صادر و به موجب سند شماره ۲۷۸۱ - ۹۲۱۹۲۰۶۲۴ برخانه ۳۱۱ آباده زنگ مسکن در حدی است به علت جابه جایی مقفود شده و نامبرده تقاضای صدور سند مالکیت امتنی را نموده مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آیین نامه قانون ثبت آگهی می‌شود که هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای کرده و یا مدعی شود سند مالکیت نزد خود می‌باشد باید تا روز پس از انتشار آگهی به ثبت مراجعه و اعتراض خود را در صورت اعتراض اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله تسلیم نماید اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسد یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود اداره ثبت امتنی سند مالکیت را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد. تاریخ انتشار: ۹۸/۱۲/۲۴

۹۸/۱۲/۲۴ - الف - مدیر و احدیثی حوزه ثبت ملک آباده - باغیان

آگهی تقدان سند مالکیت بخش ۱۵ فارس
خانم فرخ لقا هوشمند کوچی با تسلیم دو برگ استنشاده که در دفتر اسناد رسمی شماره ۳۱۱ آباده تنظیم کرده است سند مدعی است که تعداد یک جلد سند مالکیت مربوط به سه دانگ مشاع از ششادنگ یک قطعه زمین پلاک ۱۱۸۰ - ۹۹۹۰۱۸۰ واقع در بخش ۱۵ فارس شهرستان آباده که در تاریخ ۲۳/۲/۲۴ صفحه ۲۱۸ و ۲۵۱ املاک به نام نامبرده ثبت و سند مالکیت به شماره ۹۵ - ۳۳۲۰۹۰۹۱ صادر و به موجب سند شماره ۲۷۸۱ - ۹۲۱۹۲۰۶۲۴ برخانه ۳۱۱ آباده زنگ مسکن در حدی است به علت جابه جایی مقفود شده و نامبرده تقاضای صدور سند مالکیت امتنی را نموده مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آیین نامه قانون ثبت آگهی می‌شود که هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای کرده و یا مدعی شود سند مالکیت نزد خود می‌باشد باید تا روز پس از انتشار آگهی به ثبت مراجعه و اعتراض خود را در صورت اعتراض اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله تسلیم نماید اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسد یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود اداره ثبت امتنی سند مالکیت را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد. تاریخ انتشار: ۹۸/۱۲/۲۴

۹۸/۱۲/۲۴ - الف - مدیر و احدیثی حوزه ثبت ملک آباده - باغیان

تغییرات شرکت تاسیساتی و برق رسانی آذرخش جاوید مورودت شرکت سهامی خاص به شماره ثبت ۴۴۱۴۴ و شناسه ملی ۱۰۵۲۰۰۶۲۱۲۷ به استناد صورتجلسه مجمع مدیره مورخ ۹۸/۴/۲۳ تصمیات ذیل اتخاذ شد:

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان فارس - اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری شیراز

تغییرات شرکت تاسیساتی و برق رسانی آذرخش جاوید مورودت شرکت سهامی خاص به شماره ثبت ۴۴۱۴۴ و شناسه ملی ۱۰۵۲۰۰۶۲۱۲۷ به استناد صورتجلسه مجمع مدیره مورخ ۹۸/۴/۲۳ تصمیات ذیل اتخاذ شد:

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان فارس - اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری شیراز

تغییرات شرکت تاسیساتی و برق رسانی آذرخش جاوید مورودت شرکت سهامی خاص به شماره ثبت ۴۴۱۴۴ و شناسه ملی ۱۰۵۲۰۰۶۲۱۲۷ به استناد صورتجلسه مجمع مدیره مورخ ۹۸/۴/۲۳ تصمیات ذیل اتخاذ شد:

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان فارس - اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری شیراز

تغییرات شرکت تاسیساتی و برق رسانی آذرخش جاوید مورودت شرکت سهامی خاص به شماره ثبت ۴۴۱۴۴ و شناسه ملی ۱۰۵۲۰۰۶۲۱۲۷ به استناد صورتجلسه مجمع مدیره مورخ ۹۸/۴/۲۳ تصمیات ذیل اتخاذ شد:

۹۸/۴/۲۳ - الف - مدیر و احدیثی حوزه ثبت ملک آباده - باغیان

تغییرات شرکت تاسیساتی و برق رسانی آذرخش جاوید مورودت شرکت سهامی خاص به شماره ثبت ۴۴۱۴۴ و شناسه ملی ۱۰۵۲۰۰۶۲۱۲۷ به استناد صورتجلسه مجمع مدیره مورخ ۹۸/۴/۲۳ تصمیات ذیل اتخاذ شد:

۹۸/۴/۲۳ - الف - مدیر و احدیثی حوزه ثبت ملک آباده - باغیان

تغییرات شرکت تاسیساتی و برق رسانی آذرخش جاوید مورودت شرکت سهامی خاص به شماره ثبت ۴۴۱۴۴ و شناسه ملی ۱۰۵۲۰۰۶۲۱۲۷ به استناد صورتجلسه مجمع مدیره مورخ ۹۸/۴/۲۳ تصمیات ذیل اتخاذ شد:

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان فارس - اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری شیراز

شناسه آگهی: ۷۷۹۱۲۷

شناسه آگهی: ۷۷۹۱۲۷

شناسه آگهی: ۷۷۹۱۲۷

شناسه آگهی: ۷۷۹۱۲۷