

بخش اجتماعی – وکیل مدافع محمدعلی نجفی درباره آخرین وضعیت پرونده موکل خود توضیح داد. وکیل مدافع محمدعلی نجفی گفت: ما اعتراض کردیم، قتل را شبه عمد دانستیم، دیوان عالی کشور اعتراضات ما را پذیرفته است که نقص‌ها برطرف شود تا ببینیم کارشناسان چه نظری می‌دهند تا دادگاه دوباره بر اساس آن رسیدگی کند و رای دهد. به گزارش رگنا ، حمیدرضا گودرزی درباره آخرین وضعیت پرونده محمدعلی نجفی گفت: بعد از آنکه دیوان عالی کشور رای شعبه ۹ را نقض کرد و نقایصی را که ما در مورد کارشناسان اسلحه و تیم کمیسیون پزشکی قانونی گرفته بودیم دیوان عالی کشور وارد دانست، پرونده به شعبه مربوطه یعنی شعبه ۹ دادگاه کیفری اعاده و ارجاع شد.

این وکیل دادگستری گفت: دادگاه نیز کارشناسان اسلحه و کارشناسان پزشکی قانونی را تعیین کرد و روز پانزدهم همین ماه نیز جلسه معاینه محل برگزار شد که کارشناسان از محل بازدید کردند و توضیحات لازم را شنیدند. عیش و نوش بود و پیشنهادی به من داد که بدون تامل پذیرفتم و ... به گزارش رگنا، زن ۳۰ ساله ای که به قول خودش کاسه چه کنم! به دست گرفته بود در حالی که مدعی بود به خاطر یک انتقام وحشتناک و احمقانه آواره مسافرخانه ها شده است درباره سرگذشت تاسف بار خودش به کارشناس اجتماعی کلانتری میرزاکوجک خان مشهد گفت: در خانواده ای به دنیا آمدم که از نظر مالی ضعیف بودیم با وجود این پدرم با هر سختی و مشقتی که بود مخارج من و دیگر خواهران و برادرانم را تامین می کرد ولی هیچ کدام از اعضای خانواده ام نتوانستند بیشتر از مقطع راهنمایی تحصیل کنند در این میان من بعد از گرفتن دیپلم هنرجوی آرایشگری شدم و خیلی زود در این رشته مهارت یافتم سپس با اجاره یک سالن زندگی جدیدی را با درآمد متناسب آغاز کردم. اما در پی رفاقت و معاشرت با چند تن از مشتریانم سرنوشت من به گونه دیگری رقم خورد به طوری که حیا و وقار را کنار گذاشتم و با این دوستانم در پارتی های شبانه و باغ ویلاها روزگار می گذراندم دیگر نوشیدن مشروب، کشیدن قلیان و مصرف مواد مخدر به بهترین تفریحات روزمره ام تبدیل شده بود از این که شب ها دیر به منزل می رفتم مورد سرزنش برادرم قرار می گرفتم اما توجهی به این سرزنش ها نمی کردم و به رفتارهای خجالت آور و عجیب و غریبم ادامه می دادم تا ظهر می خوابیدم و بعدازظهر تا حدود ۹ شب در سالن آرایشگری کار می کردم و سپس تا سپیده دم در جشن ها و پارتی های شبانه حضور داشتم تا این که در یکی از همین پارتی ها با مردی آشنا شدم که ۲۵

سال از خودم بزرگ تر بود «حامد» خوش تیپ و جذاب به نظر می رسید به گونه ای که نمی توانستم چشم از او بردارم. در اولین نگاه عاشق آن مرد ۵۵ ساله شدم و با یکدیگر به گفت و گو نشستیم من هم با طنزای همه ماجراهای

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی
برابر رای شماره ۹۸/۰۷/۱۳ – ۱۳۹۸۶۰۳۱۸۰۰۴۰۰۳۷۲۲ از هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی رودبار، تصرفات جاوید جهاندار شمامی فرزند علی در:
۱- شش‌دانگ یک قطعه زمین مشتمل بر بنای احدائی به مساحت ۹۷۰/۴۶ مترمربع به شماره پلاک فرعی ۱۳۵۲ مجزی از ۲۲۳ واقع در شمام سنگ اصلی ۲۲ بخش ۲۰ گیلان.

به آدرس واقع در رستم آباد – شمام – نورآباد بالا محرز 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

برابر رای شماره ۹۸/۰۷/۱۳ – ۱۳۹۸۶۰۳۱۸۰۰۴۰۰۳۷۲۲ از هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی رودبار، تصرفات جاوید جهاندار شمامی فرزند علی در:
۱- شش‌دانگ یک قطعه زمین مشتمل بر بنای احدائی به مساحت ۹۷۰/۴۶ مترمربع به شماره پلاک فرعی ۱۳۵۲ مجزی از ۲۲۳ واقع در شمام سنگ اصلی ۲۲ بخش ۲۰ گیلان.

به آدرس واقع در رستم آباد – شمام – نورآباد بالا محرز 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

آخرین خبر از پرونده قتل میترا استاد

وکیل نجفی ناگفته‌ها را گفت



هم‌اکنون نیز فرصت دارند ظرف ۱۰روز تا دوهفته جواب نظریه کارشناسی را بدهند که آیا گلوله‌ای که از بدن مرحومه کشف شده و دفرمه بوده به دیوار اصابت کرده یا نه؟ و آیا کمانه کرده یا نه؟ که راه برای اثبات قتل شبه عمد

فرجام عاشقی در پارتی

زندگی ام را برایش بازگو کردم. در این میان «حامد» پیشنهاد داد برای نگهداری از مادر پیرش به منزل آن ها بروم و دو برابر درآمد آرایشگاه را دستمزد بگیرم



בלافاصله پیشنهادش را پذیرفتم چرا که او اهل عیش و نوش بود و همواره بساط دود و دمش را با مقدار زیادی شیره و تریاک برپا می کرد. ابتدا به عنوان پرستار وارد زندگی اش شدم و سپس سیغه محرمیت بین ما جاری شد تا زمانی که

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 نمایم. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

۴۶۰رم‌الفث

تاریخ انتشار نوبت اول: ۹۸/۰۷/۲۴

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۹۸/۰۸/۰۹

رییس ثبت اسناد رودبار – سید محمد فرزانه

آگهی تحدید حدود اختصاصی

چون تحدید حدود عمومی شش‌دانگ پلاک ۱۶۰ از مالکیت ناصر دوگهرانی و پلاک ۱۵۸ از مالکیت نصرت اله دوگهرانی واقع در لاکه سنگ اصلی ۲ بخش ۲۰ گیلان به‌عمل نیامده است و تحدید حدود کل پلاک فوق طبق تبصره الحاقی ماده

{اجتماعی}

سال بیست و سوم / شماره ۵۳۲۳

سلامت

ترفندهایی برای بهبود وضعیت روحی افراد پس از یک شوک منفی

بخش اجتماعی– یک روانشناس درباره راهکارهای بهبود وضعیت روحی افراد پس از یک شوک ناراحت کننده توضیحاتی داد.

زهرا زین الدینی روانشناس و مشاور در گفت‌وگو با باشگاه خبرنگاران جوان، درباره راهکارهای بهبود حال افراد بعد از یک شوک ناراحت کننده اظهار کرد: زندگی انسان‌ها پر از فراز و نشیب است که بعضی از آن‌ها غیرقابل پیش‌بینی و برخی نیز مانند از دست دادن عزیزان، ورشکستگی، طلاق، شکست عاطفی، بیماری صعب‌العلاج خود یا یکی از عزیزان، تصادف و دیگر حوادث دردناک زندگی برای ما بسیار بزرگ و دردآور هستند.

این روانشناس با بیان اینکه هر فقدان و یا یک اتفاق بزرگ ناراحت کننده در زندگی افراد، یک نوع سوگ است، افزود: سوگواری امری کاملاً طبیعی است و همه انسان‌ها برای کنار آمدن با آن سوگ، ناگزیر پنج مرحله را باید طی کنند.

وی درباره مراحل سوگ گفت: مرحله اول، انکار کردن اتفاق پیش آمده است، زیرا درد و رنج آن اتفاق بسیار عمیق است و فرد به گونه‌ای زندگی می‌کند که گویی هیچ اتفاقی نیفتاده است، این مرحله موقتی است و به فرد کمک می‌کند تا با اولین لحظات این شوک کنار بیاید.

زین الدینی با اشاره به اینکه دومین مرحله، تجربه احساس خشم است، ادامه داد: افراد ممکن است این احساس خشم و عصبانیت را روی اشیاء اطرافیان تخلیه کنند و این واکنش نیز کاملاً طبیعی است و جزئی از مراحل مواجهه با این شوک ناراحت کننده است، اما تخلیه خشم می‌تواند آسیب‌رسان باشد و فرد باید سعی کند به شیوه‌هایی مانند صحبت کردن راجع به هیجانات با دوستان یا یک روانشناس، پاره کردن یا سوزاندن عکس فرد مورد نظر و یا مشث زدن به کیسه بوکس خشم خود را به شکل مناسب تخلیه کند.

این روانشناس با تأکید بر اینکه چانه زنی مرحله بعدی است، اضافه کرد: فرد در این مرحله افکاری از قبیل «چرا این اتفاق برای من افتاد، باید فلان کار را انجام می‌دادم یا فلان رفتار را انجام می‌دادم» در ذهنش شکل می‌گیرد، اما واقعیت امر این است که ما فقط می‌توانیم خودمان را کنترل کنیم و خیلی از اتفاقات خارج از کنترل ما هستند و تقصیر ما نیست و فقط یک اتفاق ناراحت کننده رخ داده و بهتر است تلاش کنیم با آن کنار بیاییم.

وی تصریح کرد: مرحله چهارم، مرحله افسردگی است و مانند تاریکی قبل از طلوع است، این یک حالت موقتی است و فرد در این مرحله احساس غمگینی عمیق، احساس پوچی و احساس ناامیدی را تجربه می‌کند و باید بداند که این شرایط او واکنشی به اتفاق پیش آمده است و نباید آن را به کل زندگی خودش نسبت دهد. زین الدینی بیان کرد: مرحله آخر، مرحله پذیرش و پذیرفتن واقعیت مربوط به شرایط جدید است، بدون آن که با آن مقابله کنیم. اگر فرد در برابر تجربه این احساس غم مقاومت نکند و از آن دوری نکند، این پروسه را راحت‌تر پشت سر می‌گذارد.

این روانشناس خاطرنشان کرد: افراد باید برای داشتن احساس عصبانیت و غمگینی به خودشان حق دهند و راجع به احساسات خود با دوستانشان و یا یک روانشناس صحبت کنند، همچنین به خود اجازه دهند هر زمان که تمایل دارند گریه کنند و به سلامت جسمانی و مراقبت از خویش نیز اهمیت دهند.

●●●●●

چرا افراد بعد از غذاخوردن هم چنان حس گرسنگی دارند

بخش اجتماعی– افراد هنگام گرسنگی از سردرد شدیدی برخوردارند و نمی‌توانند به خوبی تمرکز کنند. اگر افراد از رژیم غذایی نامناسب که پروتئین، فیبر و چربی کافی در آن وجود ندارد استفاده کنند احساس گرسنگی شدیدی می‌کنند. عواملی مانند بی‌خوابی، استرس مزمن، برخی داروها و بیماری‌ها می‌توانند باعث گرسنگی دائم در افراد شوند.

کمبود پروتئین در بدن، زیاده روی در مصرف کربوهیدرات تصفیه شده، رژیم غذایی بیش از حد کم چرب، کمبود آب کافی در بدن، خوردن غذا با اضطراب و استرس، زیاد ورزش کردن به صورت بی‌رویه و سریع غذا خوردن می‌توانند موجب گرسنگی افراد شوند.

مصرف پروتئین کافی برای کنترل اشتها بسیار مهم است. پروتئین با بهبود سطح هورمون های خاصی به کاهش گرسنگی کمک کرده و باعث کمتر شدن کالری مصرفی روزانه می‌شود. در حالی که کربوهیدرات های تصفیه شده فیبر، ویتامین و مواد معدنی کمتری دارند، به همین دلیل هضم آن ها سریع تر خواهد بود و فرد احساس گرسنگی خواهدکرد.

افراد بهتر است از میو ها، سبزیجات تازه، حبوبات و دانه های کامل به جای کربوهیدرات های تصفیه شده استفاده کنند. زیرا این مواد می‌توانند حس گرسنگی دائم افراد را کاهش دهند. چربی نقش کلیدی در کاهش گرسنگی دارد. اگر رژیم غذایی کم چرب باشد، ممکن است افراد دچار گرسنگی دائم شوند. در موادی مانند روغن نارگیل و گردو و دانه کتان، آووکادو و روغن زیتون چربی به مقدار کافی یافت می‌شود. نوشیدن آب کافی برای سلامتی شما بسیار مهم است و باعث بهبود سلامت مغز، قلب و عملکرد ورزشی می‌شود، به سلامت پوست کمک کرده و سیستم گوارش را سالم نگه می‌دارد. البته گرسنگی دائم در افراد ممکن است نشان دهنده بیماری خاصی هم باشد. بیماری‌هایی مانند دیابت و پرکاری تیروئید ،افسردگی، اضطراب و سندرم پیش از قاعدگی هم می‌توانند باعث افزایش گرسنگی دائم افراد شوند.

باز شود.
وی در پاسخ به این سوال که آیا آن موضوعی که برخی تحت این عنوان مطرح کردند که گلوله‌هایی که به بدن مقتوله اصابت کرده مربوط به اسلحه آقای نجفی نبوده، جزو ایرادات شما نبوده است؟، گفت: بنده آن مطالبی که دیوان عالی کشور گفته را عرض می‌کنم. این مطلبی که شما می‌گویید در پرونده دیوان عالی کشور وجود ندارد. گودرزی گفت: ما اعتراض کردیم، قتل را شبه عمد دانستیم، دیوان عالی کشور اعتراضات ما را پذیرفته است که نقص‌ها برطرف شود تا ببینیم کارشناسان چه نظری می‌دهند تا دادگاه دوباره بر اساس آن رسیدگی کند و رای دهد. این سوالی که می‌فرمایید در چارچوب نظر دیوان عالی کشور نیست.

وی در پایان گفت: هفته آینده که نظر کارشناس آمد بنده مطالب را عرض می‌کنم.

وارد خانه مادرش می‌شود مجبور به رعایت حجاب نباشم. البته همسر حامد به خاطر بیماری صعب‌العلاجی که داشت راضی به ازدواج حامد بود و از این رو مشکلی نداشتم. خلاصه آن روزها بعد از آن که مادر حامد با خوردن داروهایش به خواب می‌رفت من وحامد نیز سر از پارتی‌ها و کافه رستوران‌ها در می‌آوردیم. او چنان خود را عاشق و دلباخته من نشان می‌داد که سعادت و خوشبختی در قلب و چشمانم موج می‌زد. از سوی دیگر حامد به قول خودش عمل کرد و ماهانه پنج میلیون تومان به حسابم واریز می‌کرد. در این میان او صیغه موقت مرا به دایم تغییر داد اما قصد نداشت بچه دار شود ولی از چند ماه قبل وقتی هوس‌هایش فروکش کرد همه آن عشق‌ها و دوست‌داشتن‌های خیالی به پایان رسید به گونه‌ای که دیگر هیچ توجهی به من نداشت و مخارج روزانه ام را هم نمی‌داد. از طرفی خانواده ام وقتی متوجه ازدواج من با یک مرد میان‌سال و متاهل شدند مرا طرد کردند. در این شرایط به منزل همسر حامد رفتم و با سر و صدا ابروریزی به راه انداختم ولی باز هم نتیجه‌ای نگرفتم تا این‌که یک روز صبح برادر حامد دست مادرش را گرفت و او را به منزل خودش در شهرستان برد سپس از من نیز خواست کلیدهای منزل را تحویل دهم و از آن جا بیرون بروم این‌گونه بود که آواره مسافرخانه شدم در حالی‌که آبرو و حیثیت خانواده ام را نیز به بازی گرفته بودم حامد هم پاسخ تلفن‌هایم را با تهدید و توهین می‌داد. کار به جایی رسید که با پیشنهاد یکی از دوستانم تصمیم احمقانه و وحشتناکی گرفتم آن روز توسط دوستم غذای آلوده‌ای را به در منزل حامد فرستادم و بعد فهمیدم که همه آن‌ها راهی بیمارستان شدند. ولی شانس آوردم که آن‌ها زود به بیمارستان انتقال یافتند و زنده ماندند. حالا هم اگرچه به خاطر التماس‌ها و گریه‌هایم مرا بخشیده‌اند ولی دیگر یک زن بیوه هستم و ...

۱۵ قانون ثبت مقدور نگردیده است. شش‌دانگ پلاک‌های زیر برابر رای شماره ۹۸/۰۷/۱۳ – ۱۳۹۸۵۶۰۳۱۸۰۰۴۰۰۳۷۱۶ و ۹۸/۰۷/۱۳ – ۱۳۹۸۶۰۳۱۸۰۰۴۰۰۳۷۱۴ به نام مصطفی دوگهرانی فرزند منصور صادر گردیده است:
۱- شش دانگ یک قطعه زمین مشتمل بر اعیان مخروبه به مساحت ۳۹/۱۶ مترمربع به شماره پلاک ۳۰۳ مجزی از ۱۶۰ واقع در لاکه سنگ اصلی ۲ بخش ۲۰ گیلان.

۲- شش دانگ یک قطعه زمین مشتمل بر ابناری به مساحت ۴۰/۴۱ مترمربع به شماره پلاک ۳۰۴ مجزی از ۱۵۸ واقع در لاکه سنگ اصلی ۲ بخش ۲۰ گیلان.
لذا تحدید حدود شش‌دانگ پلاک‌های فوق در ساعت ۹ صبح و ۱۲ ظهر مورخه ۹۸/۰۸/۲۶ روز یک‌شنبه به عمل خواهد آمد.

چنانچه مجاورین نسبت به حدود و حقوق ارتفاعی واخواهی داشته باشند می‌توانند از تاریخ تنظیم صورت مجلس تحدیدی ظرف مدت سی روز اعتراض خود را با این اداره تسلیم نمایند.

۴۵۹ ر م الف ث **تاریخ انتشار: ۹۸/۰۷/۲۴**

رییس ثبت اسناد رودبار – سید محمد فرزانه

آگهی اصلاحی تحدید حدود اختصاصی

چون تحدید حدود عمومی شش‌دانگ ۲ واقع در پشته سنگ اصلی ۲۱ بخش ۲۰ گیلان از مالکیت رضا حجت شمامی و ... نیامده است و تحدید حدود کل پلاک فوق طبق تبصره الحاقی ماده ۱۵ قانون ثبت مقدور نگردیده است. برابر رای شماره ۹۸/۰۷/۱۳ – ۱۳۹۸۶۰۳۱۸۰۰۴۰۰۲۹۵۴ به نام مصطفی دوگهرانی فرزند منصور صادر گردیده است:

۱- شش دانگ یک قطعه زمین مشتمل بر اعیان مخروبه به مساحت ۳۹/۱۶ مترمربع به شماره پلاک ۳۰۳ مجزی از ۱۶۰ واقع در لاکه سنگ اصلی ۲ بخش ۲۰ گیلان.

۲- شش دانگ یک قطعه زمین مشتمل بر ابناری به مساحت ۴۰/۴۱ مترمربع به شماره پلاک ۳۰۴ مجزی از ۱۵۸ واقع در لاکه سنگ اصلی ۲ بخش ۲۰ گیلان.
لذا تحدید حدود شش‌دانگ پلاک‌های فوق در ساعت ۹ صبح و ۱۲ ظهر مورخه ۹۸/۰۸/۲۶ روز یک‌شنبه به عمل خواهد آمد.

چنانچه مجاورین نسبت به حدود و حقوق ارتفاعی واخواهی داشته باشند می‌توانند از تاریخ تنظیم صورت مجلس تحدیدی ظرف مدت سی روز اعتراض خود را با این اداره تسلیم نمایند.

۴۶۶ ر م الف ث **تاریخ انتشار: ۹۸/۰۷/۲۴**

رییس ثبت اسناد رودبار – سید محمد فرزانه

چون تحدید حدود عمومی شش‌دانگ ۲ واقع در پشته سنگ اصلی ۲۱ بخش ۲۰ گیلان از مالکیت رضا حجت شمامی و ... نیامده است و تحدید حدود کل پلاک فوق طبق تبصره الحاقی ماده ۱۵ قانون ثبت مقدور نگردیده است. برابر رای شماره ۹۸/۰۶/۱۴ – ۱۳۹۸۶۰۳۱۸۰۰۴۰۰۳۷۱۴ به نام مصطفی دوگهرانی فرزند منصور صادر گردیده است:

۱- شش‌دانگ یک قطعه زمین جهت الحاق به مساحت ۱۲۰ مترمربع به شماره پلاک فرعی ۲۰۹۸ مجزی از ۳۳۷ واقع در کلورز سنگ اصلی ۱۹ بخش ۲۰ گیلان.
به آدرس واقع در رستم آباد – بلوار بهشتی – خیابان سعدی – کوچه سعادت ۲ 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.

۳۹۰رم‌الفث

تاریخ انتشار نوبت اول: ۹۸/۰۷/۰۹

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۹۸/۰۷/۲۴

رییس ثبت اسناد رودبار – سید محمد فرزانه

دادورز اجرای احکام مدنی شورای حل اختلاف شهرستان رشت صادق پور رسول توچائی