آموزش نیکوکاری به کودکان امروزی

کودکان با توجه به تربیت و سرشت کودکانه‌شان تمایل به انحصارطلبی دارند اما بهترین روش آموزش بخشندگی به آن‌ها چیست؟

سمانه تعلیم‌دهنده | کارشناس ارشد مشاوره توان‌بخشی

محوری

تربیت فرزند نیکوکار در این دوره و زمانه، اصول خاص خودش را دارد. زمانی که کودکان شما به صورت داوطلبانه به دیگران کمک می‌کنند، هم از سلامت روان بالاتری برخوردار خواهند شد، هم احساس قدرت و توانایی بیشتری دارند و هم ارتباط بهتر و تنگاتنگ‌تری با اجتماع برقرار می‌کنند. در ادامه از یک رفتار رایج اما اشتباه والدین در مسیر تربیت فرزند نیکوکار خواهیم گفت و چند توصیه در همین باره خواهیم داشت.

چرا کودکان دوست ندارند وسایل‌شان را به دیگران بدهند؟

کودکان باتوجه به تربیت و سرشت کودکانه‌شان تمایل به انحصارطلبی دارند و احساس مالکیت یا تصمیم‌گیری درباره وسایل شخصی‌شان به آنان احساس استقلال و قدرت می‌دهد. به همین دلیل است که نسبت به تصاحب وسایل‌شان حساس هستند و دوست ندارند که آن‌ها را به دیگران بدهند. اما والدین گاهی تصور می‌کنند که چنین رفتاری اشتباه است و با هدف آموزش رفتار صحیح و درست مانند بخشندگی و نیکوکاری، رفتاری‌های کودک‌شان را به چالش می‌کشند و با نام‌گذاری که به رفتار کودک می‌دهند، مانند این که «این عمل تو نشان‌دهنده خودخواهی توست و تو باید اجازه دهی دیگران هم از وسایل تو استفاده کنند» و «اگر وسایلت را لازم نداری باید به دیگران بدهی»، حق انتخاب را نسبت به مالکیت اموال از او می‌گیرند. همین مسئله باعث می‌شود کودک تصور کند اگر چنین نکند، رفتار اشتباهی انجام داده و شخصی خودخواه است. سپس مفاهیم نادرستی درباره خود و شخصیت فردی خودش در ذهن کودک تثبیت می‌شود.

یک اشتباه رایج والدین در همین باره

بعضی والدین زمانی که مهمانی قصد آمدن به خانه‌شان را دارد یا در مورد ارتباط کودک با دوستان همسن یا خواهر و برادرش، مدام به حالت تحکم و اجبار و ... می‌گویند که وسایلت یا اسباب‌بازی‌هایت را باید به آن‌ها بدهی. یا شروطی می‌گذارند که اگر این کار را نکنی، دیگر برایت فلان کار را نمی‌کنم و با ترس یا اجبار شخصیت بچه را فروریخته و با صفات خودخواه و خودمحور و بی‌ادب، او را وادار می‌کنند تا شبیه آن‌ها و طبق خواست آن‌ها رفتار کند.

۵ روش آموزش بخشندگی به کودکان

اما در مقابل رفتار اشتباه مطرح‌شده، رفتار درست چیست و بهترین روش برای آموزش مفاهیم درستی مانند آموزش بخشندگی و نیکوکاری به کودکان چیست؟

۱ از خودگذشتگی را در عمل نشان دهیم | به‌عنوان نکته اول، کودکان از رفتار ما الگو می‌گیرند و ما با رفتارمان به کودک رفتار صحیح را آموزش می‌دهیم. پس در قدم اول باید از خودگذشتگی و گذشت از اموال و چیزهایی را که دوست داریم، در عمل و رفتارمان به فرزندمان نشان دهیم. اگر می‌خواهیم نیکوکاری و خیرات کنیم به‌جای وسایل دوریختنی و اضافه‌مان، گاهی هم از وسایل جدید و دوست‌داشتنی‌مان بگذریم.

۲ به تهدیدهای‌مان دقت کنیم | گاهی ما برای این که فرزندمان را مجبور کنیم صحبت یا خواسته‌ای را که ما دوست داریم قبول کند یا غذایی که دوست ندارد بخورد، می‌گوییم اگر آن را نخوری یا نخواهی به بچه‌های دیگر می‌دهم. با این روش شاید در لحظه اول او را راضی به خواست خودمان کنیم اما در واقع و در ذهن کودک ترس از دست‌دادن اموالش وارد کرده در نتیجه مفهوم خودخواهی و انحصارطلبی را آموزش می‌دهیم.

۳ صحبت درباره احساس خوب بعد از کمک به دیگران | درباره احساس زیبایی که افراد پس از هدیه‌دادن به افراد نیازمند پیدا می‌کنند، با او صحبت کنید و چنین مرا کزی را به او نشان دهید و سعی کنید درباره چنین رفتارها و دلیل چنین عمل‌هایی با آن‌ها صحبت کنید. همچنین درباره چرایی کار خیر و دلایلی که افراد تصمیم به چنین اعمالی می‌گیرند، با او گپ بزنید و سعی کنید به فرزندتان توضیح دهید که چرا و چطور می‌توان به افراد نیازمند کمک کرد.

۴ به استقلال او ضربه نزنید | به فرزندتان بیاموزید که در عین داشتن استقلال می‌تواند به انتخاب خودش کارهای نیکوکارانه‌ای انجام دهد برای مثال برای خواهر کوچکش کتاب بخواند یا به برادرش مهارتی را آموزش دهد.

۵ با گروه‌های نیکوکاری آشنایش کنید | تاثیر جمع و گروه را دست کم نگیرید. کودکان گاهی تحت تاثیر گروه یا جمع تصمیمی می‌گیرند که در تنهایی چنین کاری را نخواهند کرد و مسیری را پیش نخواهند گرفت. بنابراین سعی کنید فرزندتان را با گروه‌های نیکوکاری در مسجد یا مدرسه آشنا و او را تشویق کنید تا مسئولیتی را در این گروه‌ها برعهده بگیرد.

از دنیای روان شناسی

کشف ترفند به یاد سپردن اتفاقات در حافظه بلندمدت

دانشمندان علوم اعصاب کشف کرده‌اند اتفاقات زندگی که کمی پس از وقوع‌شان درباره آن‌ها تامل می‌کنیم، به عنوان خاطره بلندمدت در مغز حک می‌شوند. به گزارش «عصر ایران»، محققان یک الگوی ثابت از نورون‌ها یا سلول‌های مغزی را شناسایی کرده‌اند که کمی پس از روی دادن اتفاقات که بعداً در طول استراحت شبانه به حافظه بلندمدت انتقال می‌یابند، سمفونی کوچکی از سیگنال‌های الکتریکی هماهنگ را منتشر می‌کنند. در حالی که این شلیک‌های فعالیت الکتریکی داخل مغز ناخودآگاه هستند، محققان اعلام کرده‌اند که فرد می‌تواند با فکر کردن به آن در همان روزی که اتفاق افتاده، احتمال شکل گرفتن یک خاطره بلندمدت را افزایش دهد.

نحوه انجام این پژوهش

گیورگی بوزاکی، استاد علوم اعصاب و نویسنده ارشد این مطالعه گفت: «اگر فیلم یا ویدئویی را تماشا می‌کنید و دوست دارید آن را به خاطر بسپارید، بهتر است بعد از آن به پیاده‌روی بروید و کمی در آن تامل کنید». اعضای این تیم برای مطالعه جدید خود بر هیپوکامپ تمرکز کردند. هیپوکامپ که در اعماق مرکز مغز قرار دارد برای انتقال اطلاعات از حافظه کوتاه‌مدت به بلندمدت ضروری است. دانشمندان علوم اعصاب هنگامی که موش‌های آزمایشگاهی تلاش می‌کردند برای شکار جوایز خوراکی در هزارتو حرکت کنند، از کاوشگرهای سیلیکونی دوطرفه برای ثبت همزمان ۵۰۰ نورون در ناحیه هیپوکامپ این موجودات کوچک استفاده کردند. این گروه اشاره کرد زمانی که یک موش پس از یک دوی موفقیت‌آمیز در هزارتو، برای لذت بردن از جایزه خود مکث می‌کرد، هر بار حدود ۵ تا ۲۰ عدد «موج‌ریز» ثبت می‌شد. هر موج از شلیک تقریباً همزمان و موج‌مانند، ۱۵ درصد از نورون‌های هیپوکامپ تشکیل شده است که باقی مغز را نسبت به یک اتفاق فراموش‌نشدنی آگاه می‌کند. این «امواج‌ریز» نام خود را از شکلی گرفته‌اند که هنگام ثبت اطلاعات عصبی توسط دانشمندان از الکترودها به نمودار ایجاد می‌کنند.

از درمان مشکلات حافظه تا بهبود کیفیت خواب

دکتر بوزاکی و تیمش این تئوری را ارائه می‌کنند که این شلیک سلول‌های هیپوکامپ، اطلاعات جغرافیایی را به حافظه منتقل می‌کند، مانند هر اتاقی که یک فرد به آن وارد می‌شود. تحقیقات قبلی قبلاً مشخص کرده بود که موج‌ها در شکل‌گیری حافظه در طول خواب نقش مهمی دارند، اما مطالعه جدید که در مجله Science منتشر شد، اولین مطالعه‌ای بود که فعالیت شبانه مغز را با رفتار هیپوکامپ در طول روز مرتبط کرد. دکتر وینی یانگ، یکی دیگر از سرپرستان این مطالعه امیدوار است که یافته‌های جدید بتواند در درمان‌ها برای کمک به افرادی که مشکل حافظه دارند یا در مورد افرادی که به خاطر اختلال استرس پس از سانحه (PTSD) از فراموشی رنج می‌برند، استفاده شود.

اتاق مشاوره

شوهرم برای خانواده خودش دست‌ودل‌باز و برای خانواده من، خسیس است

خانمی ۲۴ ساله هستم. شوهرم را دوست دارم. مشکلم این است که او برای خانواده خودش با خوشحالی و دست‌ودل‌باز خرج می‌کند اما برای خانواده من، خیلی خسیس است. مثلا در مواقع مهمانی برای خانواده خودش سنگ تمام می‌گذارد. این رفتارش بدجور روی اعصاب است و توهین به خانواده خودم می‌دانم.

دکتر زهرا وفائی جهان | روان‌شناس

مشاوره زوجین

بعضی از خانم‌ها با این مشکل مواجه هستند که همسرشان به خانواده خودشان بیشتر از خانواده همسر بهاء می‌دهند. این که همسرمان خانواده خودش را بیشتر ترجیح می‌دهد و حتی آن‌ها را بیشتر مورد بذل و محبت خود قرار می‌دهد، بسیار رنج‌آور است. حس و حالی که شما از خودتان در پیامک‌تان توصیف کردید، نشان‌دهنده همین وضعیت است.

دلایل احتمالی رفتارهای شوهرتان

۱- گاهی از نبودن کنار خانواده‌شان احساس گناه می‌کنند و قصد دارند جبران کنند. ۲- وابستگی به مادر و پدر از نظر عاطفی و اقتصادی و ... سبب توجه بیشتر به خانواده خود توسط بعضی مردهاست. ۳- گاهی مردان برای نگه‌داشتن آرامش به خانواده خود بیشتر توجه می‌کنند تا تهدیدی برای همسرشان باشد که اگر کشمکش و کمبودی باشد مثل دوران مجردی به خانواده برمی‌گردم. ۴- ازدواج دیرهنگام و مدت زمان زیاد با خانواده زیر یک سقف بودن، سبب اولویت قرار دادن آن‌ها می‌شود. ۵- تنش‌های بین زن و شوهر و تنش با خانواده زن، یکی دیگر از دلایل این ماجراست. بنابراین شما باید ببینید که کدام یک از این موارد باعث چنین رفتاری در شوهرتان شده که به قول شما برای خانواده خودش با خوشحالی و دست‌ودل‌باز خرج می‌کند اما برای خانواده شما، خسیس است.

از غر زدن زیاد بپرهیزید

درست است که همسر شما با ازدواج نقش شوهری برای شما را پذیرفته است اما هنوز نقش فرزند کوچک یا بزرگ پدر و مادرش را هم دارد. این مسئله را درک کرده و از غر زدن درباره توجه‌اش به خانواده‌اش پرهیز کنید چون بیشتر سبب تنش می‌شود. سعی در جدا کردن او از خانواده‌اش نداشته باشید که نه تنها کمک کننده نیست بلکه هر دو نفرتان بیشتر آسیب می‌بینید.

خودتان را بخشی از خانواده شوهرتان بدانید

سعی کنید ارتباط قوی با آن‌ها برقرار کنید و بین خودتان و خانواده شوهر اعتماد ایجاد کنید تا آن‌ها هم احساس خوبی از حضور شما در جمع خانواده‌شان داشته باشند. این مسئله به مرور باعث تغییر رفتارها و نگرش همسرتان خواهد شد.

روان شناسی

چگونه انگیزه بیشتری برای دویدن داشته باشیم؟

دویدن یکی از ورزش‌هایی است که بدون نیاز به امکاناتی خاص، می‌تواند تاثیر قابل توجهی بر سلامت جسم و روان انسان‌ها داشته باشد. به گزارش «یورونیوز فارسی»، در این مطلب به این موضوع خواهیم پرداخت که چطور با ایجاد انگیزه برای خودمان ورزش را به یک عادت روزمره تبدیل کنیم و از آن مهم‌تر چطور بتوانیم محدودیت‌های ذهن‌مان را پس بزنیم و روز به روز پیشرفت بیشتری در دویدن داشته باشیم.

شرکت در مسابقات دوی استقامت

پیام دیباج، مربی عالی بدنساز از آکادمی ملی المپیک و دونده بر این باور است که شرکت در مسابقات مختلف می‌تواند مهم‌ترین عامل انگیزه برای افزایش مسافت دو و سرعت باشد. به گفته او اگرچه در این مسابقات دوندگان حرفه‌ای شرکت می‌کنند که هدف‌شان ایستادن بر سکوی قهرمانی است، اما انگیزه اغلب قریب به اتفاق شرکت‌کنندگان در این مسابقات عبور از محدودیت‌هایی است که دارند. برای همین است که افراد عادی می‌توانند در این مسابقات ثبت‌نام کنند و خود را به چالش بکشند. در این میان، مسابقات دوی استقامت از جایگاهی ویژه برخوردار است و شرکت در آن‌ها می‌تواند در انگیزه بخشیدن به دوندگان عادی و آماتور کمک بسزایی باشد.

رقابت با محدودیت‌ها در دوی استقامت

بر خلاف بسیاری از مسابقات دیگر، در دوی استقامت نه قهرمانی و کسب مقام بلکه تنها عبور از خط پایان هدف و چالشی است که دونده برای خود تعریف می‌کند. در واقع صرف تمام کردن یک مسابقه، مهم‌ترین انگیزه‌ای است که یک دونده دارد و به این ترتیب است که در مسابقات استقامتی «رقابت» نه با افراد دیگر، بلکه با «محدودیت‌ها و ترس‌های خودمان» است. به همین دلیل است که در اغلب موارد، حس و حال شرکت‌کننده‌ای که به خط پایان می‌رسد کمابیش شبیه کسی است که جزو نفرات برتر قرار گرفته است. در دوی استقامت هدف بسیاری از افراد نه کسب مقام، بلکه تنها رسیدن به خط پایان و موفقیت در چالش شخصی است. برای این کار دوندگان ابتدا از مسافت‌های کوتاه‌تر شروع می‌کنند. سپس باید آرام آرام مسافت و مدت دویدن را افزایش دهید و چالش‌ها و انگیزه‌های جدیدی برای ادامه دادن پیدا کنید.

با خودتان مسابقه ساده بدهید

شرکت در مسابقات انگیزه بالایی ایجاد می‌کند و در این مسیر تعیین اهداف کوچک، اتفاقات بزرگ را رقم می‌زند. می‌توانید با یک مسابقه ساده با خودتان در یک مسیر ۵ یا ۱۰ کیلومتری شروع کنید. در ابتدا به فکر زمان نباشید، همین که به خط پایان برسید یعنی قهرمان هستید. بعد از کسب موفقیت در مرحله نخست، به سراغ مسافت‌های ۱۵ و ۲۱ کیلومتر (نیمه ماراتن) بروید. کارشناسان می‌گویند هر کسی که می‌تواند ۳۰ دقیقه نرم‌دوی کند، با انتخاب یک چالش می‌تواند قدم به قدم خود را به آمادگی برای شرکت در یک دوی ماراتن واقعی نزدیک کند و رفته رفته خود را به مسافت‌های بلند برساند. در این صورت پیش از هر چیز باورتان می‌شود که می‌توانید یک ماراتن کامل را بدوید. واقعا آن‌قدرها هم سخت نیست، فقط تمرین و نظم می‌خواهد.

نکته ها

۸ عبارت به اصطلاح مودبانه که در واقع بی‌ادبانه است

۱- همیشه خسته به نظر می‌رسی
۲- نمی‌خواهم توهین کنم اما ...
۳- نمی‌خواهم حرفت را قطع کنم اما ...
۴- منظوری نداشتم
۵- چقدر لاغر شدی!
۶- این فقط یک شوخی بود
۷- آرام باش
۸- شما بیش از حد واکنش نشان می‌دهید

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

* اون قسمت پرونده زندگی سلام که نوشتین «لطفاً یک فیلم بروس لی، یک فیلم آمیتاپاچان» من رو یاد کرایه یک فیلم انداخت که سی دی شکست و چه استرسی کشیدم تا مشکل حل شد!
* باورش سخته که قهوه برای بعضی‌ها خواب‌آور میشه! من که هر وقت می‌خورم، شب اصلا خوابم نمی‌بره.
* این ویدئوهای فضای مجازی مثل دیت‌های یکهویی، فقط برای قبح شکنی از روابط دختر و پسرهاست. امیدوارم بشه با فرهنگ‌سازی، جلوی این مسائل رو گرفت.
* کشور ما هم باید مثل بقیه جهان، همه کارت‌های شناسایی رو تجمیع کنه توی یک کارت دیگه. چرا باید این همه کارت شناسایی داشته باشیم.
* رسانه‌ها فقط اخبار فوتبال رو ضریب میدن و من تا قبل از دیدن زندگی سلام، اصلا خبردار نشده بودم که تیم ملی‌ها کی روی یخ زنان ایران قهرمان آسیا شده.

برگ سبز سواری پژو پارس مدل ۱۳۸۹ رنگ سفید روغنی به شماره موتور ۱۲۴۸۹۲۶۱۴۰ و شماره شاسی NAAN۰۱CA۲AKY۶۶۹۰۱ شماره پلاک ۲۶_۳۳۸_۲۸ بنام احیا نوری مفقود و فاقد اعتبار است. ۶۶۶۲۸

برگ سبز خودرو پژو آردی آی ۱۶۰۰ مدل ۱۳۸۴ ش انتظامی ایران ۱۲-۶۱۹ ج ۳۸ ش شاسی ۱۳۴۱۶۸۵۱ ش موتور ۱۱۷۸۴۰۱۴۱۰۹ بنام سیدعلی بسکابادی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۶۲۴۵۹

برگ سبز و سند کمپانی ام وی ام X۳۳ مدل ۱۳۹۱ ش انتظامی ایران ۷۴-۴۵۳ هـ ۱۴ ش موتور MVM۴۸۴FAFA۰۰۷۰۶۱ ش شاسی NATGBAXK۴۰۱۰۰۸۵۰۰ بنام هستی حمیدی مفقود و فاقد اعتبار است ۶۲۴۴۳

برگ سبز موتورسیکلت پالس ۱۲۵cc مدل ۹۰ به ش پلاک ایران ۷۶۴-۹۴۲۵ ج ۶۲ بنام محمد احمدی به ش موتور STATE۱۲۵N۳C۱۰E۰۷۴۱۴ به ش تنه N۳C***۱۲۵E۹۰۰۰۷۴۷ مفقود و فاقد اعتبار است ۶۲۵۳۵

برگ سبز، سند کمپانی و کارت خودرو ال نود مدل ۱۳۹۳ ش انتظامی ۳۶- ۵۳۴ س ۹۹ ش شاسی NAPLSRALDE۱۲۱۵۰۵۲ ش موتور D۲۴۱۸۶۷ بنام یعقوبعلی ملکی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۶۲۶۲۹

برگ سبز خودروی پراید مدل ۱۳۸۵ بشماره انتظامی ۳۶ ایران ۵۵۶ ق ۴۱ و شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۵۷۶۳۵۱۴ بشماره موتور ۱۴۴۷۸۹۲ به مالکیت مریم حاجی نژاد کلاته شادی مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد ۶۲۶۶۴

برگ سبز خودرو وانت نیسان مدل ۱۳۸۴ ش انتظامی ۳۲-۷۴۹ هـ ۱۱ ش شاسی D۷۹۰۵۵ ش موتور ۲۸۳۶۷۸ بنام ناصر صالحی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۶۲۶۰۸

برگ سبز خودرو پژو آردی آی ۱۶۰۰ مدل ۱۳۸۴ ش انتظامی ایران ۱۲-۶۱۹ ج ۳۸ ش شاسی ۱۳۴۱۶۸۵۱ ش موتور ۱۱۷۸۴۰۱۴۱۰۹ بنام سیدعلی بسکابادی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۶۲۴۵۹

برگ سبز موتورسیکلت تیز کار مدل ۸۹ شماره انتظامی ۷۶۳-۵۴۶۵۸ شماره موتور ۲۰۱۰۱۲۲۵۱۷ شماره تنه ۸۹۵۷۱۸۳ بنام مهدی تقدیسی حیدریان مفقود و فاقد اعتبار است ۶۲۵۵۷

برگ سبز، سند کمپانی و کارت خودرو سواری پراید صبا رنگ سبز بشمی متالیک مدل ۱۳۸۰ ش انتظامی ایران ۴۲- ۷۵۶ ج ۵۱ ش شاسی S۱۴۱۲۲۸۰۷۶۴۷۱۴ ش موتور ۰۰۲۸۳۰۷۶ بنام حسین علی مشکانی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۶۲۵۹۲

برگ سبز موتورسیکلت شاسی سیاه به شماره پلاک ۷۵۷-۲۶ل ۱۱ و شماره موتور ۵۴۶۶۴۱۰ و شماره شاسی NAS۴۱۱۱۰۰F۳۴۴۱۷۸۸ بنام زهرا احمدی مفقود و اعتبار ندارد ۶۲۵۵۲

برگ سبز، سند کمپانی و کارت خودرو ال نود مدل ۱۳۹۳ ش انتظامی ۳۶- ۵۳۴ س ۹۹ ش شاسی NAPLSRALDE۱۲۱۵۰۵۲ ش موتور D۲۴۱۸۶۷ بنام یعقوبعلی ملکی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۶۲۶۲۹

برگ سبز خودرو پیکان مدل ۱۳۸۳ رنگ سفید روغنی ۱۶۰۰۱ ش انتظامی ایران ۱۲-۴۴۲ س ۸۸ ش شاسی ۱۳۴۳۹۵۶۸ ش موتور ۱۱۲۸۳۰۶۱۳۶۳ بنام احمد سرمست مفقود شده و فاقد اعتبار است ۶۲۶۰۳

برگ سبز، سند کمپانی و کارت خودرو چری مدل ۱۳۸۸ ش انتظامی ۵۹- ۵۳۳ ب ۷۹ ش شاسی NANKGFSH۱۸S۰۰۰۷۷۶ ش موتور SQR۴۸۰EDEFAL۰۰۶۲۸ بنام علیرضا بزی دشتی زاده مفقود شده و فاقد اعتبار است ۶۲۶۱۴

برگ سبز خودرو پژو پارس مدل ۱۳۸۹ رنگ سفید روغنی به شماره موتور ۱۲۴۸۹۲۶۱۴۰ و شماره شاسی NAAN۰۱CA۲AKY۶۶۹۰۱ شماره پلاک ۲۶_۳۳۸_۲۸ بنام احیا نوری مفقود و فاقد اعتبار است. ۶۶۶۲۸

برگ سبز موتورسیکلت ایرانا CDI۱۲۵ خاکستری نوک مدادی مدل ۱۳۹۰ ش انتظامی ۷۶۴-۷۱۹۳۵ ش شاسی N۴G***۱۲۵A۹۰۵۹۳۵۹ ش موتور ۱۵۷FMIN۴G*۱۰۴۶۰۸۲ بنام جواد بلوچ (فرهمند اصیل) مفقود و فاقد اعتبار است ۶۲۵۵۳

اصل برگ سبز و کارت رانا پلاس مدل ۱۳۹۹ بشماره انتظامی ۷۴ ایران ۳۴۸ ه ۸۹۰ و شماره شاسی NAAU۰۱FEYLT۲۵۸۷۷۸ بشماره موتور ۱۷۲B۰۰۵۸۵۱۷ به مالکیت حجت بختیاری مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد ۶۲۴۰۴

اصل برگ سبز و سند موتورسیکلت شباب مدل ۱۳۹۵ بشماره انتظامی ۷۷۷-۳۱۵۵۵ و شماره تنه N۱U***۱۳۰B۹۵۷۰۳۱۲ به شماره موتور ۱۳۰N۱U۱۳۲۵۰۷ به مالکیت محمدرضا قصاب محمدآبادی مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد. ۶۲۴۸۱

اینجانب مجتبی حسامی مالک خودرو پارس به شماره انتظامی ۴۲۹-ط-۹۱ ایران ۱۲ شماره بدنه ۱۹۳۷۲۴۲۹ و شماره موتور ۱۲۴۸۵۱۳۰۶۵۵ به علت فقدان اسناد فروش (برگ سبز و سند کمپانی) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۶۲۴۹۲

برگ سبز و کارت سوخت خودرو ۱۳۱SX مدل ۱۳۹۰ ش انتظامی ایران ۳۶- ۲۱۲ ب ۷۲ ش شاسی S۱۴۱۲۲۹۰۰۰۰۱۳۴ ش موتور ۴۳۳۲۹۸۲ بنام امین رضا جهانبان فر مفقود شده و فاقد اعتبار است ۶۲۶۶۳

برگ سبز-کارت خودرو پژو ۲۰۷ خاکستری متالیک مدل ۹۰ به شماره انتظامی ۴۲ ایران ۲۹۱ و ۴۱ به شماره موتور NAAR۱۳FE۹B۶۹۸۱۲۴۸ و شماره شاسی ۱۵۲۹۰۰۰۳۰۱۶ بنام زکیه مراد مند مفقود و فاقد اعتبار است ۶۲۵۵۴

برگ سبز موتورسیکلت شماره انتظامی ۶۸۵۵۱ ایران ۷۷۷ و شماره موتور ۱۲۴NE۱۱۳۸۹۲۹ و شماره شاسی NE۱***۱۲۵G۹۳۱۰۸۱۹ به نام محمد خاکشور سینی مفقود و فاقد اعتبار است. ۶۲۵۵۶

اینجانب جواد دهقان یزدی مالک خودرو دنا آبی مدل ۹۶ به شماره انتظامی ۴۳۶ ایران - ۲۵۶ ج ۹۷ شماره بدنه NAAW۰۱HE۶HE۴۶۵۶۴۷ و شماره موتور H۰۲۹۶۰۴۲ ۱۴۷ به علت فقدان اسناد فروش (سند و برگ سبز) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۶۲۵۹۲

برگ سبز موتورسیکلت پرواز مدل ۱۳۹۴ به شماره پلاک ۷۷۴-۲۱۹۵۵ به شماره موتور ۹۰۳۹۵۱ شماره شاسی IRADN۹۴۱۰۰۴۱۶۹۶۰ بنام حسن قاسمی شانشین علیا مفقود و از درجه اعتبار ساقط است. ۶۲۶۶۲

برگ سبز موتورسیکلت نامی نیپ ۲۰۰CD۱ مدل ۱۳۹۱ رنگ مشکی به ش موتور ۰۱۹۷NBE۰۱۴۲۲۳ و ش شاسی ۹۱۱۰۰۰۹ به شماره پلاک ۷۶۷-۱۳۳۵ به نام غلامرضا برندک مفقود و از درجه اعتبار ساقط است. ۶۲۶۱۸

برگ سبز، سند کمپانی و پلاک موتورسیکلت پیشرو کبیران CC۱۲۵ رنگ قرمز مدل ۱۳۸۷ ش انتظامی ۷۶۳-۶۱۹۱۷ ش شاسی (تنه) ۱۲۵K۸۷۵۲۵۸۹ NCR***۱۲۵K۸۷۵۲۵۸۹ ش موتور ۶۲۰۰۰۷۳۷ بنام سیدجواد ابراهیمی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۶۲۴۴۵

برگ سبز و سند کمپانی و کارت خودرو سمند سورن مدل ۱۳۸۸ بشماره انتظامی ۷۶۷ د ۹۶ و ۴۵ شماره شاسی NAACC۱CF۰۹F۴۱۸۷۸۱ بشماره موتور ۱۲۴۸۸۰۶۳۵۷۱ به مالکیت خدابخش نازلی مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد ۶۲۵۷۹

مفقودی برگه سبز پراید نقره ای مدل ۸۷ به نام محمد حق پرست شماره پلاک ۸۴ ایران ۶۶۷ ج ۲۴ ش موتور ۲۳۸۴۲۶۰ ش تنه S۱۴۱۲۲۸۷۴۷۰۳۷۰ مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ۶۲۶۰۴

برگ سبز و کارت موتورسیکلت پراید مدل ۱۳۹۵ رنگ سفید روغنی ۱۶۰۰۱ ش انتظامی ایران ۱۲-۴۴۲ س ۸۸ ش شاسی ۱۳۴۳۹۵۶۸ ش موتور ۱۱۲۸۳۰۶۱۳۶۳ بنام احمد سرمست مفقود شده و فاقد اعتبار است ۶۲۶۰۳

برگ سبز خودرو وانت نیسان مدل ۱۳۸۴ ش انتظامی ۳۲-۷۴۹ هـ ۱۱ ش شاسی D۷۹۰۵۵ ش موتور ۲۸۳۶۷۸ بنام ناصر صالحی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۶۲۶۰۸

برگ سبز موتورسیکلت ریگولا مدل ۱۳۹۴ به شماره پلاک ۷۶۴-۲۱۹۵۵ به شماره موتور ۹۰۳۹۵۱ شماره شاسی IRADN۹۴۱۰۰۴۱۶۹۶۰ بنام حسن قاسمی شانشین علیا مفقود و از درجه اعتبار ساقط است. ۶۲۶۶۲

برگ سبز خودرو پژو پارس مدل ۱۳۸۹ رنگ سفید روغنی به شماره موتور ۱۲۴۸۹۲۶۱۴۰ و شماره شاسی NAAN۰۱CA۲AKY۶۶۹۰۱ شماره پلاک ۲۶_۳۳۸_۲۸ بنام احیا نوری مفقود و فاقد اعتبار است. ۶۶۶۲۸

برگ سبز موتورسیکلت ایرانا CDI۱۲۵ خاکستری نوک مدادی مدل ۱۳۹۰ ش انتظامی ۷۶۴-۷۱۹۳۵ ش شاسی N۴G***۱۲۵A۹۰۵۹۳۵۹ ش موتور ۱۵۷FMIN۴G*۱۰۴۶۰۸۲ بنام جواد بلوچ (فرهمند اصیل) مفقود و فاقد اعتبار است ۶۲۵۵۳

برگ سبز و کارت سوخت خودرو ۱۳۱SX مدل ۱۳۹۰ ش انتظامی ایران ۳۶- ۲۱۲ ب ۷۲ ش شاسی S۱۴۱۲۲۹۰۰۰۰۱۳۴ ش موتور ۴۳۳۲۹۸۲ بنام امین رضا جهانبان فر مفقود شده و فاقد اعتبار است ۶۲۶۶۳

برگ سبز موتورسیکلت تیز کار مدل ۸۹ شماره انتظامی ۷۶۳-۵۴۶۵۸ شماره موتور ۲۰۱۰۱۲۲۵۱۷ شماره تنه ۸۹۵۷۱۸۳ بنام مهدی تقدیسی حیدریان مفقود و فاقد اعتبار است ۶۲۵۵۷

برگ سبز، سند کمپانی و کارت خودرو سواری پراید صبا رنگ سبز بشمی متالیک مدل ۱۳۸۰ ش انتظامی ایران ۴۲- ۷۵۶ ج ۵۱ ش شاسی S۱۴۱۲۲۸۰۷۶۴۷۱۴ ش موتور ۰۰۲۸۳۰۷۶ بنام حسین علی مشکانی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۶۲۵۹۲

برگ سبز موتورسیکلت شاسی سیاه به شماره پلاک ۷۵۷-۲۶ل ۱۱ و شماره موتور ۵۴۶۶۴۱۰ و شماره شاسی NAS۴۱۱۱۰۰F۳۴۴۱۷۸۸ بنام زهرا احمدی مفقود و اعتبار ندارد ۶۲۵۵۲

برگ سبز، سند کمپانی و کارت خودرو ال نود مدل ۱۳۹۳ ش انتظامی ۳۶- ۵۳۴ س ۹۹ ش شاسی NAPLSRALDE۱۲۱۵۰۵۲ ش موتور D۲۴۱۸۶۷ بنام یعقوبعلی ملکی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۶۲۶۲۹

برگ سبز خودروی پراید مدل ۱۳۸۵ بشماره انتظامی ۳۶ ایران ۵۵۶ ق ۴۱ و شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۵۷۶۳۵۱۴ بشماره موتور ۱۴۴۷۸۹۲ به مالکیت مریم حاجی نژاد کلاته شادی مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد ۶۲۶۶۴

برگ سبز خودرو پیکان مدل ۱۳۸۳ رنگ سفید روغنی ۱۶۰۰۱ ش انتظامی ایران ۱۲-۴۴۲ س ۸۸ ش شاسی ۱۳۴۳۹۵۶۸ ش موتور ۱۱۲۸۳۰۶۱۳۶۳ بنام احمد سرمست مفقود شده و فاقد اعتبار است ۶۲۶۰۳

برگ سبز، سند کمپانی و کارت خودرو چری مدل ۱۳۸۸ ش انتظامی ۵۹- ۵۳۳ ب ۷۹ ش شاسی NANKGFSH۱۸S۰۰۰۷۷۶ ش موتور SQR۴۸۰EDEFAL۰۰۶۲۸ بنام علیرضا بزی دشتی زاده مفقود شده و فاقد اعتبار است ۶۲۶۱۴

برگ سبز موتورسیکلت ریگولا مدل ۱۳۹۴ به شماره پلاک ۷۶۴-۲۱۹۵۵ به شماره موتور ۹۰۳۹۵۱ شماره شاسی IRADN۹۴۱۰۰۴۱۶۹۶۰ بنام حسن قاسمی شانشین علیا مفقود و از درجه اعتبار ساقط است. ۶۲۶۶۲

برگ سبز، سند کمپانی و پلاک موتورسیکلت پیشرو کبیران CC۱۲۵ رنگ قرمز مدل ۱۳۸۷ ش انتظامی ۷۶۳-۶۱۹۱۷ ش شاسی (تنه) ۱۲۵K۸۷۵۲۵۸۹ NCR***۱۲۵K۸۷۵۲۵۸۹ ش موتور ۶۲۰۰۰۷۳۷ بنام سیدجواد ابراهیمی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۶۲۴۴۵

برگ سبز و سند کمپانی ام وی ام X۳۳ مدل ۱۳۹۱ ش انتظامی ایران ۷۴-۴۵۳ هـ ۱۴ ش موتور MVM۴۸۴FAFA۰۰۷۰۶۱ ش شاسی NATGBAXK۴۰۱۰۰۸۵۰۰ بنام هستی حمیدی مفقود و فاقد اعتبار است ۶۲۴۴۳

برگ سبز موتورسیکلت پالس ۱۲۵cc مدل ۹۰ به ش پلاک ایران ۷۶۴-۹۴۲۵ ج ۶۲ بنام محمد احمدی به ش موتور STATE۱۲۵N۳C۱۰E۰۷۴۱۴ به ش تنه N۳C***۱