زندگی سلام
دوشنبه
۲۴ اردیبهشت ۱۴۰۳
۴ ذی القعده ۱۴۴۵
۱۳ می ۲۰۲۴
شماره ۲۷۰۹

خانواده و مشاوره

# افسانه‌های غیرواقعی درباره ازدواج

**بعضی دختر و پسرهای دم‌بخت درباره اصول تشکیل زندگی مشترک موفق دچار سوءبرداشت‌هایی هستند که نه تنها غلط بلکه مخرب هم هستند**

دکتر محمد ثوابی | متخصص روان شناسی و استاد دانشگاه

محوری

**هدف هر دختر و پسری از انتخاب همسر و تشکیل زندگی مشترک، خوشبخت‌شدن است. افسانه‌های زیادی درباره زندگی مشترک وجود دارد که نه تنها غلط‌اند بلکه مخرب هم هستند. آن‌ها خطرناک‌اند چون به دیدگاه زوجین نسبت به زندگی مشترک آسیب می‌زنند. مثلا توقع آن‌ها را خیلی بالا می‌برند یا کوچک‌ترین مشکل را به‌عنوان یک بحران بزرگ نمایش می‌دهند. در این مطلب می‌خواهیم با چند نمونه از این افسانه‌های رایج آشنا شویم.**

**۱ مشکلات شخصیتی همیشه به‌طلاق می‌انجامد**

پژوهش‌های متعدد نشان‌دهنده رابطه ضعیف رایج‌ترین مشکلات شخصیتی و به مشکل خوردن آینده یک زندگی مشترک است. دلیلش هم این است که همه انسان‌ها نقاط ضعف و قوتی از لحاظ شخصیتی دارند و در زندگی با مسائلی دست‌وپنجه نرم می‌کنند که در برخورد با آن‌ها، گاهی منطقی رفتار نمی‌کنند. اگر این آسیب‌پذیری‌ها را بشناسیم و از فعال‌سازی آن‌ها در همدیگر پرهیز کنیم، مزاحمتی برای رابطه زوجین ایجاد نمی‌کند. مثلا زوجی با مراجع قدرت مشکل دارد و از رئیس داشتن بیزار است اما او از ازدواج با همسرش که رفتار مساوات‌طلبانه دارد و به‌دنبال سلطه بر او نیست، راضی است. حال اگر همسرش در ازدواج کنترل‌گری می‌کرد، احتمالا مشکلات زیادی ایجاد می‌شد. بنابراین این‌طور نیست که هر مشکل شخصیتی باعث شود که آینده یک زندگی مشترک به طلاق و جدایی ختم شود و این تصور اشتباه است.

**۲ استراتژی «اجتناب از تعارض» بهترین راهکار است**

رابطه عاطفی بدون دعوا، خشم، تعارض و اختلاف‌نظر، افسانه‌ای بیش نیست. دنبال چنین رابطه‌ای نباشید. نباید انتظار داشته باشید که در رابطه شما هیچ تعارض و دعوایی به وجود نیاید. حتی نباید به این که سال‌هاست با شریک عاطفی خود دعوا نکرده‌اید، افتخار کنید. دعوا و تنش، خشم و تعارض، بخش جدایی‌ناپذیر زندگی و رابطه عاطفی هستند. نکته مهم این است که وقتی چنین مشکلاتی پیش می‌آید، شما چگونه آن‌ها را مدیریت می‌کنید. اگر می‌بینید هیچ‌وقت در رابطه دعوا نمی‌شود و تنش به وجود نمی‌آید، احتمالاً یکی از طرفین یا هر دو طرف، استراتژی «اجتناب از تعارض» را انتخاب کرده‌اند و این استراتژی در بلندمدت ممکن است رابطه را به نقطه شکست ناگهانی برساند. بسیاری از ازدواج‌های موفق تفاوت در خلق، علایق و ارزش‌های خانوادگی دارند و در اموری مثل پول، شغل، بچه‌ها و... با همدیگر بگو مگو دارند ولی این مسائل را با رابطه دوستانه و احترام متقابل همراه لذت‌بردن در کنار یکدیگر به‌تدریج مدیریت می‌کنند در حالی که زوج‌های ناراضی همه این موارد را زیر سوال برده‌ودایم با سرزنش، تحقیر و توهین به‌تدریج انسجام زندگی را سست‌تر و ناپایدارتر می‌کنند.

**۳ شباهت شخصیت‌ها تضمین‌کننده رابطه موفق است**

موفقیت در رابطه عاطفی، بیش از هر چیز، از جنس مهارت است نه صرفا شباهت. حتماً شما هم شنیده‌اید که گاهی اوقات برخی افراد می‌گویند ما با همسر یا شریک عاطفی‌مان به بن‌بست رسیدیم. به خاطر این که تفاوت‌های شخصیتی داشتیم. یا این که ترجیحات‌مان در سبک زندگی فرق داشت. حتی افراد بسیاری قبل از دوستی و ازدواج می‌کوشند با بررسی ویژگی‌های شخصیتی خود و طرف مقابل، احتمال تنش و جدایی را کاهش دهند. این موضوع را نفی نمی‌کنیم اما تأکید می‌کنیم که شباهت‌های شخصیتی، تضمینی برای یک رابطه موفق نیست. رابطه موفق، یعنی مدیریت موفق تعارض‌ها. شبیه‌ترین شخصیت‌ها هم ممکن است در تعارض‌های زندگی به بن‌بست برسند. در مقابل، ممکن است افرادی که شباهت چندانی هم با یکدیگر ندارند، بتوانند با مدیریت موفق تعارض‌ها در کنار هم بمانند و از زندگی لذت ببرند. ازدواج موفق، ازدواجی است که از یک سری ویژگی‌های رفتاری مثبت، باورهای درست و واقعی پرشده و باورهای غیرواقعی و افسانه‌ای و همچنین ویژگی‌های رفتاری تخریبگر رابطه در آن وجود نداشته باشد. اصولاً زن و مردی می‌توانند چنین ازدواجی را بسازند که به خوبی درباره رابطه موفق و اثرگذار مبتنی بر باورهای دقیق و علمی و منطقی بکوشند.

از دنیای روان شناسی

## تاثیر متفاوت استرس در دوران بارداری بر ضریب‌هوشی دختران و پسران

**شاید این گونه تصور کنید که استرس مادر در طول دوران بارداری برای نوزاد خوب نیست اما تحقیقاتی که توسط دانشمندان انجام‌شده نشان می‌دهد که این امر روی پسران و دختران تأثیرات متفاوتی دارد. در واقع به گفته دانشمندان، استرس حتی ممکن است منجر به افزایش ضریب هوشی (IQ) دختران شود اما می‌تواند روی پسران تأثیر منفی داشته باشد. به گزارش «دیجیاتو»، هورمون کورتیزول که به مقابله با استرس کمک می‌کند، برای رشد جنین ضروری است و محققان بیمارستان «دانشگاه اودنسه» در دانمارک، قبلا نشان داده بودند که این هورمون می‌تواند توسعه زبان اولیه را پیش ببرد. حالا همین دانشمندان می‌گویند که کورتیزول بیش از اندازه در طول سه ماهه سوم بارداری (از هفته ۲۷ تا پایان بارداری) می‌تواند بر عملکرد شناختی نوزادان تأثیر بگذارد.**

**ارتباط بین هورمون استرس و جنین در دوره بارداری**

آن‌ها در مطالعه خود می‌گویند که دختران به‌دلیل نقش جفت جنین، می‌توانند حساسیت کمتری نسبت به قرارگرفتن در معرض کورتیزول داشته باشند. در واقع زنان باردار که یک جنین دختر را حمل می‌کنند، در دوران بارداری تمایل بیشتری به ترشح کورتیزول دارند، اما آنزیمی که در جفت وجود دارد، میزان رسیدن آن به جنین را کنترل می‌کند. این آنزیم کورتیزول را به نسخه غیرفعال هورمونی به‌نام کورتیزون تبدیل می‌کند. با این حال، محققان می‌گویند که جنین پسران هنگام قرارگیری در معرض کورتیزول آسیب‌پذیرتر هستند، زیرا آن‌ها از مزایای محافظتی این آنزیم برخوردار نیستند. برای انجام این تحقیق جدید، محققان سطح کورتیزول و کورتیزون ۹۴۳ زن باردار را اندازه‌گیری کردند. در مرحله بعد این میزان را با ضریب هوشی ۹۴۳ نوزاد آن‌ها که هفت سال بعد توسط روان‌شناسان آموزش‌دیده اندازه‌گیری شد، مقایسه کردند. آن‌ها متوجه شدند پسرانی که در رحم مادر در معرض سطوح بالاتری از کورتیزول قرار گرفته بودند، نمرات ضریب هوشی پایین‌تری داشتند. اما این موضوع که سطوح بالاتر کورتیزول موجود در نمونه‌های ادرار (ونه خون) مادر باعث افزایش ضریب هوشی دختران شده است، باعث شگفتی محققان شد. دکتر «آنیا فنگر درایر»، محقق اصلی این پژوهش می‌گوید: «طبق اطلاعات ما، این اولین مطالعه‌ای است که ارتباط بین سطح کورتیزون موجود در ادرار در دوران بارداری و نمرات IQ در کودکان را بررسی می‌کند. نتایج این پژوهش در بیست‌وششمین کنگره اروپایی اِندوکرینولوژی ارائه شده است.

اتاق مشاوره

## شوخی ام با عمل‌بینی دختر عمویم به دعوای خانوادگی ختم شد

**دختری ۲۱ ساله هستم. در مراسم عید دیدنی امسال، می‌خواستم با دختر عمویم شوخی کنم که به تازگی عمل زیبایی بینی انجام داده است. بهش خیلی برخورد و واکنش تندی جلوی جمع داشت. به نظرم از جای دیگری عصبانی بود، سر من خالی کرد. بعدش هم کلا، خانواده‌ها با هم قطع ارتباط کردند. چند بار به او زنگ زدم که عذرخواهی و سپس آشتی کنم اما تلفنم را جواب نداد.**

زهرا متقی‌شکیب | کارشناس ارشد روان‌شناسی

مشاوره فردی

مخاطب گرامی، متوجه شرایط دشواری که با آن روبه‌رو شده‌اید، هستم. آشتی کردن با فردی که احساساتش جریحه‌دار شده می‌تواند چالش‌برانگیز باشد اما این که شما می‌خواهید این کار را انجام دهید نشان‌دهنده بزرگواری شماست. در متن سوال ننوشتید چه شوخی کردید اما اگر صرفا سوءتفاهمی برای ایشان رخ داده، چند پیشنهاد برای آشتی به شما دارم.

**از نامه یا پیام مکتوب کمک بگیرید**

گفته‌اید چند بار به او زنگ زدم اما تلفنم را جواب نداد. گاهی اوقات، نوشتن احساسات و عذرخواهی می‌تواند بیشتر از صحبت کردن مؤثر باشد. یک نامه دلسوزانه یا پیام مکتوب بفرستید و در آن صادقانه عذرخواهی کنید و بگویید که قصد آزردن او را نداشتید.

**برای آشتی، فشار نیاورید**

به او زمان دهید تا احساساتش را پردازش کند. فشار آوردن برای آشتی ممکن است باعث شود که او بیشتر عقب‌نشینی کند. با این حال، اگر امکان‌پذیر است، سعی کنید یک ملاقات خصوصی ترتیب دهید تا بتوانید رو در رو صحبت و احساسات خود را بهتر بیان کنید.

**برایش هدیه بخرید**

گاهی اوقات، یک هدیه کوچک و معنادار می‌تواند نشان‌دهنده توجه و مراقبت شما باشد و به‌عنوان یک زبان عذرخواهی عمل کند. البته اطمینان حاصل کنید که در هر تلاشی برای آشتی، احساسات او را در نظر بگیرید و از تکرار شوخی‌هایی که ممکن است او را ناراحت کند، خودداری کنید.

**اگر تلاش‌تان ندیده گرفته می‌شود...**

اگر فکر می‌کنید که تلاش بیشتری برای آشتی لازم است، به یاد داشته باشید که گاهی اوقات، افراد ممکن است برای پذیرش عذرخواهی و آشتی زمان بیشتری نیاز داشته باشند. اگر دختر عموی شما همچنان پاسخی نمی‌دهد، یادآور می‌شوم که روابط انسانی بخش پررنگی از زندگی اجتماعی ما را تشکیل می‌دهد و مهم است که ما مهارت‌های ارتباطی موثر را یاد بگیریم تا هم خودمان و هم دیگران را نرنجانیم. اگر تلاش‌های شما برای آشتی با دختر عمویتان ناموفق است یا نادیده گرفته می‌شود، مهم است که به خودتان یادآوری کنید که شما تمام تلاش خود را کرده‌اید. مهم است که به خودتان احترام بگذارید و به زندگی خود ادامه دهید. شما مسئول احساسات و واکنش‌های دیگران نیستید و تنها می‌توانید بر رفتار خودتان کنترل داشته باشید. اگر احساس می‌کنید که نیاز به حمایت بیشتری دارید، با یک دوست نزدیک یا مشاور صحبت کنید.

روان شناسی

## از آه کشیدن تا گریه کردن جدیدترین راهکارهای کاهش استرس

**استرس به دلایل مختلف رخ می‌دهد و بر سلامت جسم و روان تاثیر می‌گذارد. بسیاری از متخصصان برای آرام‌شدن و رهایی از فشار استرس راهکارهای مختلفی ارائه می‌کنند. کندی وینز، نویسنده و محقق دانشگاه پنسیلوانیا و متخصص استرس، نکاتی را درباره کاهش استرس در نیویورک پست منتشر کرده است. به گفته او، بیشتر مردم فکر می‌کنند واکنش خوب و مناسبی نیست اگر تمرکز حواسمان را از روی استرس برداریم، در حالی که لزوما این طور نیست. او برای متمرکز نماندن روی استرس راهکارهایی دارد که آن‌ها را «راه نجات» می‌نامد.**

**آه بکشید|** وینز می‌گوید شیوه تنفس - دو دم گرفتن از راه بینی و یک بازدم طولانی از راه دهان - به افراد کمک می‌کند تا واکنش به استرس را کاهش دهند. آه کشیدن که نوعی تسکین اضطراب به شمار می‌رود، کیسه هوایی ریه‌ها (آلوئول) را باز می‌کند و میزان اکسیژنی را که وارد ریه‌ها می‌شود به حداکثر می‌رساند. وینز در این زمینه توضیح می‌دهد که وقتی استرس داریم و وقتی که واکنش و پاسخ به استرس فروکش می‌کند، دی‌اکسید کربن انباشته می‌شود. به گفته او، آه کشیدن به ما امکان می‌دهد یک‌باره مقدار زیادی اکسیژن دریافت و سپس با بازدم طولانی دی‌اکسید کربن را دفع کنیم.

**به عکس محبوبتان نگاه کنید|** وینز می‌گوید که شرکت‌کنندگان با نگاه کردن به عکس فرزندان یا فردی که دوستش دارند، آرام شدند. این کار ساده، یعنی نگاه کردن به عکس کسانی که دوستشان داریم، موجب ترشح هورمون اکسی‌توسین یا «هورمون عشق» می‌شود که هورمون‌های استرس را خنثی می‌کند. در لحظات استرس‌زا مقدار زیادی کورتیزول و آدرنالین آزاد می‌شود که سبب واکنش‌های مخرب در بدن می‌شود. به گفته وینز، در این حالت ضربان قلب بالا می‌رود و میزان دریافت اکسیژن کاهش می‌یابد. اما نگاه کردن به عکس کسی که دوستش دارید «سیستم عصبی پاراسمپاتیک را فعال می‌کند»، وضعیتی که در حالت آرامش بدن به کار می‌افتد.

**لمس فیزیکی|** گرفتن دست یا در آغوش گرفتن، مشابه نگاه کردن به عکس کسی که دوستش دارید، عمل می‌کند. طبق توضیح او هر دو این کارها ترشح اکسی‌توسین را موجب می‌شوند. در آغوش کشیدن هم همین فایده را دارد.

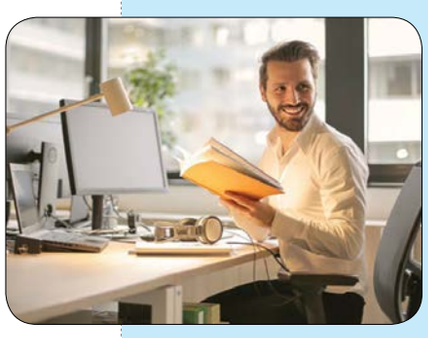
**تمرینات بدنی|** تمرینات بدنی موجب ترشح هورمون دوپامین می‌شود. دوپامین ناقل عصبی و هورمونی است که به فرد احساس رضایت و لذت می‌دهد. طبق توضیح وینز، هنگامی که ورزش می‌کنید سطح توانایی فیزیکی بالاتر می‌رود (بهتر می‌شوید)، بنابراین پس از تمرین بدنی انرژی‌تان بیشتر می‌شود. ورزش و تمرین بدنی هم مانند سایر راهکارهای کاهش استرس، سیستم عصبی پاراسمپاتیک را فعال می‌کند.

**به طبیعت بروید|** بودن در طبیعت ترشح دوپامین را افزایش می‌دهد و باعث ترشح اندورفین می‌شود. اندورفین‌ها در واکنش به درد یا استرس آزاد می‌شوند. این هورمون همچنین حین فعالیت‌های لذت‌بخش مانند گذراندن وقت در طبیعت، ورزش، خندیدن و خوردن شکلات آزاد می‌شود.

**گریه کردن|** گریه کردن شاید ظاهرا چندان کارساز به نظر نرسد، اما باعث ترشح اکسی‌توسین و اندورفین می‌شود و به افراد کمک می‌کند تا خود را آرام و خلق و خویشان را تنظیم کنند.

نکته ها

## ۱۰ ویژگی محیط‌های کاری مثبت و پویا



۱- اعتماد کارمندان به مدیران
۲- شفافیت
۳- ارزشمند بودن تعادل بین کار و زندگی
۴- تحسین تلاش‌ها
۵- روابط مثبت با همکاران
۶- داشتن مدیران حامی
۷- اهمیت دادن به سلامت کارمندان
۸- محیط کار امن و راحت
۹- احساس تعلق
۱۰- ارزشمند بودن نظر کارمندان

ما و شما

**راه ارتباطی با زندگی سلام**
**پیامک ۲۰۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶**

*امسال پوسترهای قبل از بازی چندتا تیم مثل همین شمس آذر و سپاهان و فولاد، واقعا خوب بودن. برعکس استقلال و پرسپولیس که فقط عکس یکی از بازیکن‌هاشون رو می‌زن و هیچ ایده‌ای براش ندارن.

*مطلب «بیماری‌های ناشی از عفونت دندان و لثه» در صفحه سلامت بسیار نگران کننده بود. خیلی از بیماری‌ها به بهداشت دهان برمی‌گرده ولی خیلی‌ها مطلع نیستن.

*من سال پیش بازنشسته شدم. بعد از ۳۰ سال تلاش، می‌خوام تو خونه استراحت کنم. چرا باید یک خانم شاکی بشه که شوهرش بعد از بازنشستگی فقط در حال استراحت است؟ ما حق استراحت نداریم؟

*جالبه که طرفدارهای فولاد از این پوستر که شمس آذری‌ها دارن ذوب و له‌شون می‌کنن، شاکی نشدن! خخخ.

*از راه‌های تقویت هوش آی کیو به خصوص برای کودکان هم بنویسین. ممنون.

برگ سبز خودرو سواری سمند سورن مدل ۱۳۸۸ به شماره پلاک ۵۴۴ ج ۵۳ ایران ۱۲ و شماره موتور NAACC1CF19E117450 و شماره شاسی ۱۲۴۸۸۰۲۵۸۲۸ به نام غلامرضا مددی مفقود گردیده و اعتبار ندارد. ۶۷۵۴۶

برگ سبز و پلاک خودرو سواری پراید تیپ جی ال ایکس ای مدل ۱۳۸۶ شماره موتور ۱۹۴۸۵۷ شماره شاسی ۱۴۱۲۲۸۶۱۲۱۴۵۸ شماره پلاک ۹۱۲ط۳۷ ایران ۴۲ به نام فاطمه غیرتمند مفقود گردیده و اعتبار ندارد ۶۷۵۴۵

برگ سبز خودرو پراید ۱۴۱ مدل ۱۳۹۰ به شماره انتظامی ۷۴ ایران ۴۳۹ ج ۳۸ شماره موتور ۰۳۲۸۹۶۴ شماره شاسی JRPC۹۰۱VZZ به نام حمیدرضا نوذری لک زائی مفقود و فاقد اعتبار است. ۶۷۵۰۰

برگ سبز رنو داستر مدل ۲۰۱۷ به ش پلاک ایران ۷۴-۲۶۱ب۸۴ بنام ابراهیم نادری به ش شاسی VF۱HSRCH۶HA۵۰۱۶۸۹ به ش موتور F۴RE۴۱۲C۰۲۲۵۸۷ مفقود و فاقد اعتبار است ۶۷۵۱۰

برگ سبز و پلاک خودرو سواری پراید تیپ جی ال ایکس ای مدل ۱۳۸۶ شماره موتور ۱۹۴۸۵۷ شماره شاسی ۱۴۱۲۲۸۶۱۲۱۴۵۸ شماره پلاک ۹۱۲ط۳۷ ایران ۴۲ به نام فاطمه غیرتمند مفقود گردیده و اعتبار ندارد ۶۷۵۴۵

برگ سبز خودرو پراید ۱۴۱ مدل ۱۳۹۰ به شماره انتظامی ۷۴ ایران ۴۳۹ ج ۳۸ شماره موتور ۰۳۲۸۹۶۴ شماره شاسی JRPC۹۰۱VZZ به نام حمیدرضا نوذری لک زائی مفقود و فاقد اعتبار است. ۶۷۵۰۰

برگ سبز و پلاک خودرو سواری سمند سورن مدل ۱۳۸۸ به شماره پلاک ۵۴۴ ج ۵۳ ایران ۱۲ و شماره موتور NAACC1CF19E117450 و شماره شاسی ۱۲۴۸۸۰۲۵۸۲۸ به نام غلامرضا مددی مفقود گردیده و اعتبار ندارد. ۶۷۵۴۶

اصل برگ سبزپژو ۲۰۷ مدل ۱۴۰۱ بشماره انتظامی ۷۴-۹۶۳ ص ۷۸ و شماره شاسی NAAR۴۳E۱۸N۲۴۸۱۰۸ بشماره موتور ۱۹۱۸۰۰۱۰۴۴۳ به مالکیت منصور سپهری نیا مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد ۶۷۲۳۳

برگ سبز و کارت پیکان ۱۶۰۰ مدل ۸۲ به ش پلاک ۶۹۸ج۵۵ ایران ۸۵ به ش موتور ۱۱۱۵۸۲۰۵۲۲۲ به ش شاسی ۸۲۴۰۴۷۷۶ بنام مریم میربلوچ زهی بهر آبادی مفقود و فاقد اعتبار است ۶۷۵۳۷

پاسپورت عراقی بنام نبی علی سعید بنی مسلم مفقود شده و فاقد اعتبار است از یابنده تقاضا می شود به کنسولگری عراق تحویل نماید. ۶۷۳۲۸

اصل برگ سبز موتورسیکلت هانک مدل ۱۳۹۴ ش انتظامی ۶۹۱۵۴-۷۷۳ وش تنه N۲D***۱۵۰H۹۴۰۰۳۸۶ به مالکیت محسن مشیری ش موتور KC۱۳EFE-GL۰۰۶۱۰ مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد ۶۷۳۲۹

برگ سبز خودرو وانت پیکان KMC به ش انتظامی ۱۲ ایران ۱۶۵ م ۴۲ و ش موتور HFC۴GA۳۴DN۰۰۴۹۹۹ وش شاسی NAKPLA۱۱۶NB۱۰۶۷۲۰ بنام سارا کدخدایان مفقود و فاقد اعتبار است ۶۷۳۳۱

برگ سبز خودرو پراید SE-۱۱۱ به ش انتظامی ۳۲ ایران ۶۴۲ ب ۱۴ و ش موتور ۵۱۲۱۶۸۹ و شماره شاسی NAS۴۳۱۱۰۰E۵۷۸۲۸۸۱ بنام آرین بادیانت مفقود و فاقد اعتبار است ۶۷۳۳۲

برگ سبز و کارت هیوندا کوپه جنسیس مدل ۲۰۱۱ به ش پلاک ایران ۷۴-۵۳۱ س ۵۴ بنام سامان شکوری بنهنگی به ش شاسی KMHHU۶۱HBBU۰۶۴۵۲۲ به ش موتور G۶EAB۶۸۷۸۱۶ مفقود و فاقد اعتبار است ۶۷۳۴۶

اصل برگ سبز خودروی دانگ فنگ H۳۰TU۵-A مدل ۱۳۹۶ بشماره انتظامی ۱۲-۳۸۹ ص ۳۶ و شماره شاسی NAAE۴CFZ۶HX۰۴۱۶۳۰ بشماره موتور FA۱۷۳B۰۰۲۸۲۷۹ به مالکیت ملیحه ده نوی مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد ۶۷۳۴۷

سند کمپانی برگ سبز و کارت پراید صبا جی تی ایکس مدل ۸۱ به ش پلاک ایران ۱۲-۷۱۵ ی ۸۷ به ش موتور ۰۰۳۳۲۸۲۴ به ش شاسی ۱۴۱۲۲۸۱۷۹۶۲۹۵ بنام ساجده دستره جی (ثاقب نیا) مفقود و فاقد اعتبار است ۶۷۳۵۰

برگ سبز خودرو سواری پراید ۱۴۱ آی مدل ۱۳۸۹ ش انتظامی ایران ۴۲-۷۲۵ و ۷۷ ش شاسی ۱۴۸۲۲۸۹۳۱۹۶۴۱ ش موتور ۳۴۲۴۸۳۳ بنام تکتم قدیمی نقندر مفقود شده و فاقد اعتبار است ۶۷۴۵۰

سند کمپانی، برگ سبز دنا EF۷ مدل ۹۴ به ش پلاک ایران ۱۲-۹۷۲ق ۸۹ بنام علی طاهرآبادی به ش موتور ۱۷۷۱۰۱۷۸۱۰۱ به ش شاسی NAAW۰۱HE۰FE۰۳۶۶۱۵ مفقود و فاقد اعتبار است ۶۷۴۷۸

برگ سبز و کارت ماشین و کارت سوخت سواری ریو ال اس ۱۵۰۰ مدل ۱۳۸۶ سفید - روغنی به شماره موتور: ۱۰۳۳۹۹۴ و شماره شاسی: NAS۶۱۰۰۲۲۸۱۱۳۷۶۱۵ به شماره پلاک ۲۶-۳۴۶ ج ۹۶ بنام ماه بی بی سهرابی مفقود و فاقد اعتبار است. ۶۷۴۵۳

برگ سبز و سند کمپانی موتورسیکلت تکتاز مدل ۱۳۹۴ به شماره پلاک ۷۷۳-۳۹۱۹۱ و شماره موتور NEJ***۱۲۵G۹۴۰۵۷۲۱ و شاسی ۰۱۲۴NEJ۰۳۰۷۳۱ بنام عبدالغفور صمدی نیا به کد ملی مفقود و از درجه اعتبار ساقط است. ۶۷۴۵۲

اصل برگ سبز وسند کمپانی خودرو سواری کیا اسپورتیج ۲۷۰۰ مدل ۲۰۱۰ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۵۶۸ ج ۶۶ وشماره موتور G۶BA۹۷۲۷۵۰۳ وشماره شاسی KNAKH۸۱۳DA۷۶۶۳۶۲۴ به مالکیت مریم پرواز راد مفقود گردیده و از درجه ی اعتبار ساقط می باشد. ۶۷۴۱۳

برگ سبز و کارت سواری پیکان مدل ۷۸ به شماره پلاک ۴۲ ایران ۶۹۸ ب ۷۳ و شماره موتور ۱۱۱۲۷۸۶۴۹۱۸ و شماره شاسی ۷۸۴۷۶۳۶۳ به نام زهرا غلامپور فریمانی به شماره ملی ۰۸۴۹۴۱۶۲۹۹ مفقود و فاقد اعتبار است. ۶۷۴۹۱

اصل برگ سبز و کارت موتور سیکلت هیرمند مدل ۱۳۸۷ بشماره انتظامی ۹۱۴۲۵-۷۶۴ و شماره تنه ۸۷۲۵۷۵۹ بشماره موتور ۳۲۱۰۲۳۱۰ به مالکیت محمد یزدان جو مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد ۶۷۳۵۸

برگه سبز و سند کمپانی خودرو سواری پراید مدل ۸۵ به شماره انتظامی ۸۸۳ م ۱۹ ایران ۲۶ به شماره موتور ۱۵۳۴۸۸۳ و به شماره شاسی ۱۴۱۲۲۸۵۲۱۱۸۴۲ به نام محمد رضا ریاحی مفقود و از درجه اعتبار ساقط میباشد ۶۷۳۵۷

اصل برگ سبز و کارت وسند خودروی سایپا مدل ۱۳۹۸ بشماره انتظامی ۲۱۴-۱۲ ق ۹۷ و شماره شاسی NAS۸۳۱۱۰۰K۵۸۴۸۱۴۵ بشماره موتور M۱۵/۸۸۴۰۴۱۴ به مالکیت علیرضا مهدویان دلاوری مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد ۶۷۳۵۳

برگ سبز سواری پراید ۱۳۲ سفید - روغنی مدل ۱۳۸۸ به شماره موتور: ۲۷۸۷۸۱۰ وشماره شاسی: ۱۴۲۲۲۸۸۰۵۱۵۱۹ و شماره پلاک ۲۶-۳۹۲ ب ۳۸ بنام حسن باقری مفقود و فاقد اعتبار است. ۶۷۴۴۹

برگ سبز سواری Tiggo۵ CVT مدل ۱۳۹۵ به ش موتور MVM۴۸۴FTAG۰۰۹۷۳۶ به ش پلاک ایران ۴۷ - ۴۶۴ ص ۶۳ متعلق به آقای اسماعیل موسی خانی فرزند اروجعلی به کدملی ۵۷۱۹۹۴۹۳۷۲ متولد ۱۳۶۵ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد ۶۷۴۴۶

اصل برگ سبز موتورسیکلت لوتوس مدل ۱۳۸۹ بشماره انتظامی ۱۳۱۴۸-۷۶۲ و شماره تنه NEA***۱۲۵۱۸۹۱۶۲۸۹ بشماره موتور NEA*۰۹۶۶۹۴۵ به مالکیت غلامرضا آگین مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد ۶۷۳۶۰

برگ سبز خودرو وانت پیکان ۱۶۰۰ مدل ۱۳۸۴ سفید - روغنی ش انتظامی ۲۶-۱۸۵ ص ۳۵ ش شاسی ۱۲۱۰۸۷۲۹ ش موتور ۱۱۲۸۴۰۳۲۲۵۱ بنام مجید نجف زاده مفقود شده و فاقد اعتبار است ۶۷۴۵۵

برگ سبز خودروی MVMX۲۳S به شماره انتظامی ایران ۷۴ - ۸۱۱ ج ۶۵ شماره موتور MVM۴۸۴FBDJ۰۲۱۹۳۰ شماره شاسی NATGBAYL۰J۱۰۲۲۳۹۹ به نام علی توحیدی مفقود و فاقد اعتبار است ۶۷۴۵۹

اصل برگ سبز و کارت موتور سیکلت آپاچی مدل ۱۳۸۸ به شماره انتظامی ۷۶۱-۶۱۷۴۵ وشماره تنه NE۸***۱۶۰R۸۸۰۲۳۲۹ وشماره موتور E۴G۸۲۱۰۳۷۰۶ به مالکیت اصغر اسماعیلی مکی مفقود گردیده و از درجه ی اعتبار ساقط می باشد ۶۷۴۷۰