کارگاه زندگی

چگونه بیش‌فعالی را در بدو تولد تشخیص دهیم؟

آمارها نشان می‌دهد که ۴ تا ۱۲ درصد کودکان مبتلا به ADHD یا همان بیش‌فعالی هستند و احتمال بروز این اختلال در پسران دو برابر دختران است. به‌گفته آکادمی اطفال آمریکا(AAP)، تشخیص ADHD در کودکان کمتر از چهار سال چالش‌برانگیز است؛ چون تغییرات رشدی زیادی در سال‌های اولیه زندگی رخ می‌دهد و نوزادان به‌طور طبیعی علاقه زیادی به جنب‌وجوش دارند. به همین دلیل، در حال حاضر هیچ معیار مشخصی برای شناسایی علائم ADHD در نوزادان وجود ندارد. با این حال، تحقیقات محدودی نشان داده‌اند که یک نوزاد بیش‌فعال ممکن است دارای ویژگی‌های زیر باشد: خلق‌وخوی چالش‌برانگیز دارد، بی‌قرار است یا مدام حرکت می‌کند. نمی‌تواند آرام بنشیند و غذا بخورد. نمی‌تواند به مدت طولانی به صحبت‌های شما گوش دهد. ممکن است نشانه‌هایی از تاخیر در گفتار را به‌خصوص در سنین ۹ تا ۱۸ ماهگی نشان دهد. ممکن است علائم تاخیر حرکتی را بین ۹ تا ۱۸ ماهگی نشان می‌دهد. البته توجه به این نکته نیز ضروری است که حتی اگر علائم احتمالی ADHD را در نوزاد خود مشاهده کنید، نمی‌توان به‌طور قطعی ابتلای او را به ADHD تایید کرد؛ چون کودکان در سال‌های اول زندگی پیوسته در حال تغییر هستند. بنابراین علائمی مانند بی‌قراری، گریه بیش از حد یا هر رفتار آزاردهنده دیگری ممکن است با گذشت زمان کاهش یابد. با این حال بهتر است نگرانی‌های خود را با دکتر کودک در میان بگذارید.

درنگ

نقش فرزند در تحکیم بنیان خانواده

فرزند در خانواده در واقع رابط بین پدر مادر است و آنها را به زندگی دلگرم می کند. حتی درمواردی که مشکلی وجود دارد با یک شیرین زبانی کودک، اختلافاتشان را فراموش می‌کنند. به عبارتی دیگر، فرزندان باعث بهتر شدن کیفیت زندگی می شوند. منظور از بهبود کیفیت در زندگی، ارتقای سلامت روان، سلامت عاطفی، سلامت اجتماعی و ارزش‌های معنوی و روحی خانواده است. منظور از کیفیت مطلوب این است که افراد خانواده در شرایط خوب مادی و معنوی باشند و به سعادت و خوشبختی برسند. فرزند آوری یکی از جنبه‌های بهبود کیفیت خانواده هاست. به عقیده بسیاری از جامعه‌شناسان آنقدر مهم بوده که هدف اصلی برای ازدواج در نظر گرفته شده است. در خانواده‌های ایرانی فرزند باعث آبروی خانواده و نماینده پدر و مادر بوده است. از این رو ناباروری در جامعه ما زمینه ساز اختلافات و دعواهای خانوادگی و طلاق است. با این تفاسیر مشخص شد وجود فرزندان در کیفیت زندگی نقش بسزایی دارد. حتی این موضوع در بهبود کیفیت زندگی زوجین نیز اثر دارد. مثلا ممکن است یک زن حوصله رسیدگی به امور خانه را نداشته باشد. یا انگیزه ای برای پختن غذا در زندگی نداشته باشد. اما با وجود فرزند این انگیزه برای او ایجاد می شود. حتی مرد نیز تلاش خود را در زندگی بیشتر می کند. همین انگیزه زندگی کردن عامل بهبود کیفیت زندگی خواهد بود. علاوه بر آن، فرزندان عامل اقتدار پدر و مادر و قوت بازوی پدر و مادر هستند. به گفته امام زین‌العابدین(ع): «سعادت مرد داشتن فرزندانی است که در مشکلات به کمک او بشتابند». البته تربیت فرزند باید به گونه ای باشد که در مواقع سختی بتوانند روی کمک او حساب کنند. نه اینکه در کودکی لوس و ضعیف بار بیایند که حتی در سنین بالا به جای اینکه آنها دست والدین را بگیرند والدین پشتیبان آنها باشند. برای داشتن فرزندانی مقتدر باید روی تربیتشان حساس باشید.

سن عقلی یا شناسنامه‌ای؟!

فاصله سنی در ازدواج باید در کنار معیارهای دیگر بررسی شود و به تنهایی نمی‌تواند تعیین‌کننده موفقیت یا شکست یک زندگی باشد

تهمینه سبحانی‌شاد
گروه جامعه

وقتی با شخص جدیدی برای ازدواج آشنا می‌شویم موارد زیادی را بررسی می‌کنیم تا به میزان هم کفو بودن‌مان با طرف مقابل پی ببریم. از تناسب فرهنگی و اقتصادی خانواده‌ها گرفته تا قد و قامت. اما چیزی که در این بین شاید کمتر به آن توجه می‌شود، اختلاف سنی در ازدواج است. مسأله‌ای که یکی از مولفه‌های کفویت است، گرچه لزوما تعیین‌کننده موفقیت یا شکست یک رابطه نیست اما تحقیقات نشان داده شکاف‌های سنی در فرهنگ‌های مختلف، رضایت از رابطه متفاوتی را گزارش می‌کنند. هر چند خیلی هم نمی‌توان برای این موضوع قاعده ثابت و کلی در نظر گرفت. اما زمانی که صحبت از سن در ازدواج می‌شود منظورمان سن بیولوژیکی نیست که به‌عنوان یک عدد در شناسنامه درج می‌شود، بلکه سن عقلی یا شناختی بوده که از اهمیت بیشتری هم برخوردار است. حالا سؤال اینجاست که فاصله سنی مناسب تا چه حد در ازدواج اهمیت دارد؟

۳ تا ۷ سال فاصله سنی ایده‌آل در ازدواج

تناسب سن بین زن و مرد در این سال‌ها با فراز و نشیب‌های مختلفی همراه بوده و بعضا ازدواج‌هایی با فاصله سنی عجیب و غریب را شاهد بوده‌ایم. با آن که بهترین فاصله سنی بنا به دیدگاه بسیاری از روان‌شناسان ۴ یا ۵ سال عنوان می‌شود، اما باز هم خیلی نمی‌شود نسخه واحدی برای همه افراد در این مورد پیچید و این موضوع را ضامن موفقیت یا شکست یک رابطه دانست. اما به طور کلی وقتی اختلاف سنی زوج‌ها به یک دهه یا بیش از آن برسد، مولفه سن در ازدواج مشکل‌ساز می‌شود و این‌که این بی‌تناسبی در چه سنی اتفاق افتاده باشد بر شدت آن نیز اثرگذار است.

گرچه توجه به تفاوت سنی در ازدواج مهم است؛ اما این ملاک باید در کنار ملاک‌های دیگر نیز سنجیده شود و ما نمی‌توانیم این معیار را به تنهایی برای تشخیص یک ازدواج درست به کار ببریم. حجت‌الاسلام رضا مهکام، مشاور خانواده و ازدواج در گفت‌وگو با جام‌جم با ما هم‌نظر است و می‌گوید: «روحیات زنان و مردان در سنین مختلف متفاوت است چراکه در بیشتر مواقع خانم‌ها زودتر از آقایان به پختگی و بلوغ می‌رسند. پس بهتر است تفاوت سنی در ازدواج رعایت شود و از این جهت این موضوع دارای اهمیت است.» همین تفاوت سنی در بلوغ دختر و پسر، بهتر است تفاوت سن آنها در ازدواج باشد. بنا به گفته مهکام، معمولا بهترین و ایده‌آل‌ترین فاصله سنی بین ۳ تا ۷ سال است و آقا باید بزرگتر باشد.

وی همچنین می‌افزاید: «پژوهش‌های بین‌المللی زیادی این موضوع را بررسی کردند و به این نتیجه رسیدند که این فاصله سنی منجر به پایداری بیشتر در زندگی می‌شود و تعاملات بین زن و مرد را بهتر می‌کند. البته دیدگاه اسلام هم در این خصوص به همین فاصله سنی اشاره دارد.»

رابطه تناسب سنی و پایداری در زندگی

اختلاف سنی در ازدواج به تنهایی عامل تعیین‌کننده نیست و اینگونه نیست که اگر اختلاف سنی شما در بازه تعیین شده نباشد، دیگر هیچ راهی برای موفقیت رابطه‌تان نداشته باشید. یا اگر اختلاف سنی خوبی داشته باشید، قرار باشد الزاما موفق شوید. در واقع اختلاف سنی تا حدودی روی میزان تعارضات و مشکلات تاثیر دارد. این مشاور خانواده و ازدواج نیز یکی از عوامل مهم در ازدواج را میزان سرزندگی و عاطفی بودن خانم می‌داند و توضیح می‌دهد: «اگر آقا از خانم کوچک‌تر باشد، طراوت و شادابی بالاتری از زن دارد زیرا از نظر روان‌شناسی رشد، تا ۳۰ سالگی دوره جوانی و از ۳۰ تا ۶۰ سالگی هم سن میانسالی تعریف شده است. با این‌که زن منبع عواطف و احساسات و شور و نشاط در خانواده است، باید به مسأله فاصله سنی توجه مضاعفی شود.» سوی دیگر ماجرا این است که شاید زن در برخورد با همسر جوانتر از خودش، بیشتر نقش مادر یا پرستار را ایفا کند نه نقش یک همسر. همین مسأله ممکن است دیگری را بی‌حوصله کند. بین این زن و مرد، احتمالا توازن و تعادل روحی ضعیف است و قادر به درک نیازهای یکدیگر نیستند. هرچند این مسأله برای همه افراد صادق نیست و هستند زوج‌های موفقی که خانم از آقا بزرگتر است و اتفاقا زندگی خیلی خوبی هم دارند.

برش

تناسب سنی و مدیریت خانواده

ازدواج، پیوند بین دو انسان و دو خانواده است که اجزای اصلی و اساسی آن زن و مرد هستند و هر چه بین این اجزا و عناصر، هماهنگی و تناسب بیشتری باشد، آن پیوند استوارتر، مستحکم‌تر، پرثمرتر و لذت‌بخش‌تر خواهد شد. علم و تجربه گویای آن است که علت اساسی بیشتر ناهنجاری‌ها و ناسازگاری‌های زندگی زناشویی، عدم تناسب و ناهماهنگی بین زن و شوهر است. حجت‌الاسلام مهکام با اشاره به بعد دیگر اهمیت تناسب سنی در ازدواج می‌گوید: «بحث بعدی در تناسب سنی زوجین به لحاظ مدیریتی است. هم از نظر اسلام و هم در روانشناسی بهتر است مدیریت کلان خانواده بر عهده مرد باشد.» به نظر می‌رسد تفاوت سن ازدواج در جوامع مختلف بستگی به نوع آداب و رسوم و فرهنگ اجتماعی آنان هم دارد. با این حال اختلاف سنی یکی از چند عامل تاثیرگذار روی رابطه زوجین است و در کنار آن باید به مسائل دیگری همچون استانداردها، ارزش‌ها، اختلاف طبقاتی، اختلاف خانوادگی و... نیز توجه کرد.

طراح: بیژن گورانی

جدول ۶۷۷۹

جدول عادی

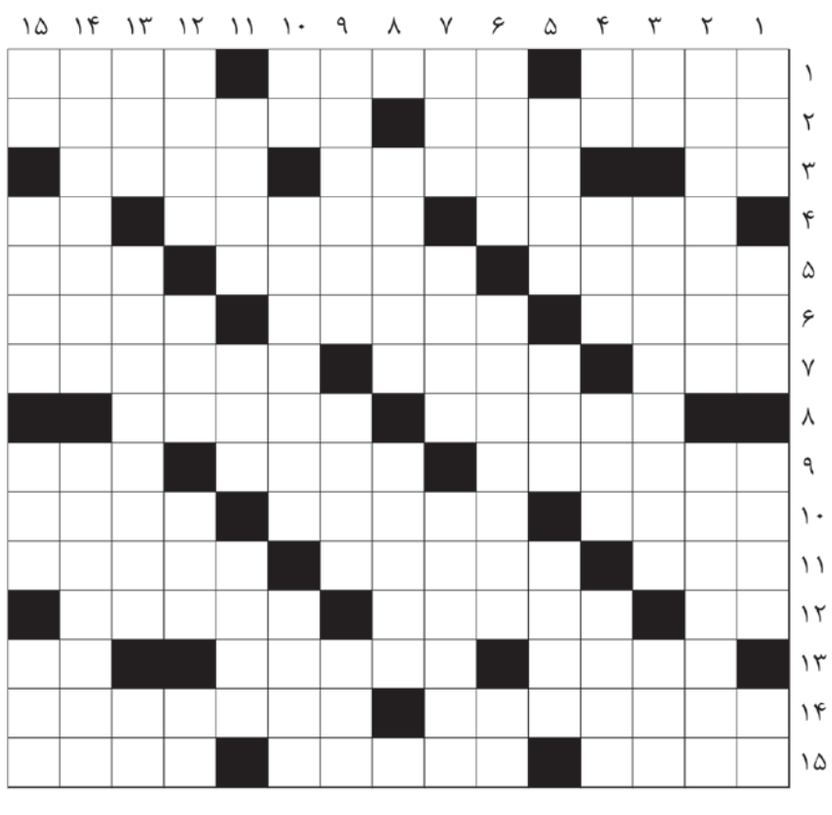
افقی: ۱) نوزاد حشره- پندگرفته از عمل نادرست خود- شکست ورزشی ۲) شاهکار معماری سلجوقی در شهر مراغه- ارجمند ۳) قلعه- نی خیزران- افسار ۴) مخزن مواد گازی- سالی که در آنیم- دویدن ۵) قطع عملیات جنگی- از ادویه مخصوص غذا- سازمان همکاری‌های اقتصادی ۶) از سازهای بادی محلی موسیقی ایران- دچار تردید- بی‌رونق ۷) آهارزده- قسمتی از جمله که درباره آن خبر می‌دهیم- فاقد تازگی ۸) یار آموزش- درنده‌ای شبیه یوزپلنگ ۹) دیه- ناپاک- آزمون چندگزینه‌ای ۱۰) وسط- باد و باران- معلم مقطع متوسطه ۱۱) از فرماندهان سپاه کیخسرو کیانی- درست دانستن سخن یا عملی- هدایت کردن ۱۲) نقش هنری- خدشه‌دار- کرایه‌بها ۱۳) از انواع فعل ماضی- داغ داغ- از مصالح ساختمانی ۱۴) موج کوتاه رادیویی- از ماشین‌آلات کشاورزی ۱۵) مسافر سرزمین عجایب- چشم‌انداز- آلوده و ناپاک.

عمودی: ۱) ضربه‌ای با پا- پسوند شباهت- چشم خواب‌آلود شاعرانه- یک و یک ۲) سوخت پاش- از سازهای زهی ارکستری ۳) پروردگار- حامی- نوعی آیینه ۴) دوستی- کم‌وزن- خاخام- لباس پوشیده ۵) پوست دانه گندم- فرزندزاده- مهم‌ترین عنصر شعر ۶) بزرگ‌ترین گوزن ایرانی- فرودگاه تهران- دریا ۷) دانه گیاه- خنده‌رو- شناخته‌شده‌ترین ساز در ارکستر سمفونیک ۸) خطوط میله‌ای اطلاعات کالا- دوشب پیش ۹) مشاجره و جروبحث- دژخیم- پوشش ۱۰) آقای آلمانی- موسس سلسله غزنویان- در کبد تولید می‌شود ۱۱) زبانه آتش- غذای گیاه- چند جزء ۱۲) نامرغوب و بی‌ارزش- اجاره‌بها- زنگ گردن شتر- حیرت ۱۳) خطاب محترمانه مردانه- معروف‌ترین اثر سامرست موآم، نویسنده انگلیسی- تپه کوچک ۱۴) مستخدم- جانوری گوشتخوار شبیه گربه ۱۵) نشانه صفت تفضیلی- ژرفا- ظریف و شکننده- خواب سبک.

جدول ویژه

افقی: ۱) عنصری در نمک طعام- استهزا- امید بستن به خداوند ۲) لباس متحدالشکل- لقب شاهزادگان اتریش ۳) پیشوندی منفی- طعام- معصیت ۴) انجام کاری بیش از یک بار- معروف- قورباغه ۵) درنده‌ای شبیه یوز- فراموشی- فشار روحی ۶) از ظروف آزمایشگاهی- کارآگاهی با سبیل مخصوص- نیاز ۷) از اجزای شلوار- بوستان- دختر آدم و حوا ۸) اثری به قلم پیرکرنی- نیت انجام کاری ۹) نویسنده داستان‌های تخیلی- فضاپیمای بالدار- رشته‌ای در شمشیربازی ۱۰) روباه صحرای جنگ جهانی دوم- سیستمی برای ضبط صدا- دارایی و ثروت ۱۱) نمایشنامه‌ای نوشته ژان راسین- باجه فرودگاه برای انجام تشریفات- مجموعه داستانی از منیرو روانی‌پور ۱۲) E- از پوشاک زنانه- برای بیان آرزو به کار می‌رود ۱۳) قشون- فرمانروایی- پرودگار ۱۴) ایالتی در آمریکا- محجوب و مودب ۱۵) رمانی نوشته رضا امیرخانی- معلم اول- لفافه.

عمودی: ۱) از الفبا- سبکی در موسیقی- عمق- دهان ۲) ساخت اشیای فلزی به روش سرد- کارگردان فیلم آنی هال ۳) پسوند نسبت- هافبک تیم فوتبال چلسی- جایزه ۴) باده- قسمتی از پا- سرمست- قطار زیرزمینی ۵) کوزه‌گر قدیم- پور- اهل کاشان ۶) قتل سیاسی- همان ضامن راگویند- بله روسی ۷) گذرگاه- دستگاه شکل‌دهی فلزات- خودکشی ۸) خودداری کردن- برنج پوست‌نکنده ۹) دانه‌ای ریز و لعابدار- شکیبا- میان ۱۰) تکرار حرفی- نوعی پنیر نرم و خامه‌ای دانمارکی- خجالتی ۱۱) میمنت- گفت‌وگو- نویسنده ۱۲) حلال رنگ- سوگند خوردن- خلق و خو- آقای آلمانی ۱۳) کتاب هندو- فیلمی مشهور ساخته جیمز کامرون- نوعی بازی محلی ۱۴) رمانی نوشته پائولو کوئیلو- قدیمی‌ترین فرش جهان ۱۵) اثر چربی- نان محلی گیلان- میوه‌ای تابستانی- سوپ قرمزرنگ روسی.



حل جدول عادی ۶۷۷۸

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	ر	ک	ب	ت	و	ب	ا	ن	ا	ک	و	ت	■	■	ر
۲	و	و	ل	ل	ه	ج	ه	■	ا	س	ت	ی	ف	ا	■
۳	■	پ	ن	ه	ا	ن	■	و	ز	ن	ه	■	د	ک	ه
۴	ب	ن	د	ی	ل	■	ب	ا	ی	د	■	ک	ا	ت	ب
۵	ب	■	ک	ت	و	ن	د	■	س	و	م	و	■	■	ا
۶	ت	ا	و	ل	■	ب	ر	ن	ت	■	غ	ث	م	ا	ن
۷	ذ	و	چ	■	ر	ن	ی	و	م	■	ب	ر	ر	س	ی
۸	ل	و	■	ک	ر	د	و	خ	ا	ک	■	ن	و	ا	■
۹	■	ق	و	ا	ر	ه	■	ن	و	ش	ه	ر	■	ا	ر
۱۰	ر	ه	ن	م	ا	■	س	ه	ی	ل	■	د	ر	ن	ا
۱۱	ژ	■	■	■	ا	ن	م	ی	■	ش	ق	ا	ی	ق	د
۱۲	ق	د	ی	ر	■	غ	ا	ز	ی	■	ح	ا	ص	ل	ه
۱۳	ر	ا	س	■	ت	ب	ح	ر	■	ب	ا	ک	■	■	■
۱۴	م	ه	ا	ر	ل	و	■	د	ل	ت	ا	■	ن	ا	ی
۱۵	ز	ی	ر	ف	و	ن	■	ک	و	ل	ر	■	ه	ن	د

حل جدول ویژه ۶۷۷۸

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	ج	ر	ب	■	ت	ش	خ	ص	■	ا	ر	ت	ی	ک	ل
۲	ل	و	ا	■	و	ک	ل	ا	■	ک	ا	ت	ا	ن	ا
۳	■	ا	ب	ز	ا	ر	■	ن	ک	ت	ه	■	ر	ا	ی
۴	م	ل	و	ی	ل	■	م	ع	ر	ف	■	ر	ی	م	ن
۵	ن	■	ن	ا	ی	ا	ب	■	ب	ا	م	س	■	■	ف
۶	ت	غ	ه	د	■	ف	س	ا	ن	■	ص	و	ر	ت	ک
۷	ف	س	■	ت	س	ا	و	ی	■	ت	ط	ا	■	ل	■
۸	ی	ک	ی	■	ن	ق	ط	ه	ض	ع	ف	■	ل	■	ح
۹	ر	و	م	ر	ی	ا	ه	■	ا	ر	ا	ی	ه	■	ا
۱۰	ک	ی	م	ر	ی	ش	■	م	و	ل	■	ی	ا	ر	ا
۱۱	ا	■	■	■	د	ی	س	ک	■	ر	ی	ز	و	م	د
۱۲	ر	ش	م	ه	■	ل	ی	س	ت	■	ا	ل	ب	ع	ث
۱۳	ت	ل	و	■	ع	س	ل	ی	■	س	م	ا	■	ی	■
۱۴	و	ا	ک	و	ی	ل	■	م	ب	ر	ا	■	ل	د	ا
۱۵	ن	ق	د	ی	ن	ه	■	ا	ر	ا	ک	■	ی	ی	ل

آگهی مناقصه عمومی
دو مرحله‌ای نوبت اول
FALAT
FARADAST ENERGY FALAT CO.
شرکت فرادست انرژی فلات
شماره مناقصه:
FEF/TENDER-MKF-M403-P1025
۱-نام و نشانی دستگاه مناقصه‌گزار: شرکت فرادست انرژی فلات به نشانی: تهران، میدان صنعت، بلوار پاک‌نژاد، بلوار دادمان، خیابان شقق، کوچه آفتاب، پلاک ۲، ساختمان توحید، طبقه ۱
۲-موضوع مناقصه: مناقصه تامین اقلام تیوب و اتصالات بخار
EQM 535-Steam Tube and Fitting
پروژه پالایشگاه مهر خلیج فارس
۳-زمان، مهلت و نشانی دریافت اسناد:
۳-۱- متقاضیان می‌بایست جهت دریافت اسناد مناقصه با ایمیل TenderAffairs@fefalat.com مکاتبه نمایند. (در متن ایمیل حتما موضوع و پروژه ذکر گردد.)
۳-۲- هزینه خرید اسناد معادل ۸،۰۰۰،۰۰۰ ریال است که می‌بایست به شماره حساب ۳۶۰۰۰۵۲۴۰ نزد بانک تجارت شعبه هرمزان کد ۱۸۰۳۳۸۰ به‌نام شرکت فرادست انرژی فلات واریز و اصل رسید بانکی واریز وجه تحویل دستگاه مناقصه‌گزار گردد.
۴- محل تحویل اسناد شرکت‌کنندگان در مناقصه: شرکت‌کنندگان می‌توانند اسناد شرکت در مناقصه خود را در وقت مقرر به معاونت امور حقوقی و قراردادهای شرکت تحویل نمایند.
۵-محل پروژه: بندرعباس
۶-ارائه ضمانت‌نامه بانکی شرکت در مناقصه برای شرکت در مناقصه الزامی است.
۷-سایر اطلاعات و جزئیات مربوطه در اسناد مناقصه مندرج است.
۸-هزینه آگهی بر عهده برنده مناقصه می‌باشد.

شرکت توسعه منابع انرژی تهران
صبا باتری
نوبت دوم
آگهی مناقصه عمومی دو مرحله‌ای (شماره ۴/۰۳۰۵/۰۵)
گروه صنعتی شهید حاج امینی وابسته به شرکت توسعه منابع انرژی توان
در نظر دارد خرید مجموعه سل باتری کوچک و بزرگ SA خود را به شرح ذیل از طریق برگزاری مناقصه عمومی دو مرحله‌ای به پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید. لذا از کلیه متقاضیان دعوت به عمل می‌آید جهت دریافت اسناد و تحویل پاکت‌ها برابر روش ذیل اقدام نمایند.
۱-ارائه رزومه کاری و سوابق فعالیت قابل قبول از سوی متقاضیان الزامی است.
۲-تضمین شرکت در مناقصه: یک فقره ضمانت‌نامه معتبر بانکی به مبلغ ۴،۸۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال
۳-تاریخ دریافت اسناد مناقصه: از تاریخ چاپ نوبت دوم آگهی (۱۴۰۳/۰۵/۱۱) تا ساعت ۱۴ روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۵/۱۷ می‌باشد.
۴-آخرین مهلت ارسال اسناد مناقصه: تا پایان ساعت ۱۶ روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۵/۲۸
۵-بهای اوراق مناقصه: مبلغ ۱،۰۰۰،۰۰۰ ریال واریز به شماره حساب ۱۱۷۷۸۰۰۴۳۵۹۰۹ شناسه واریز (۱۲۳۴۵۶۷۸۹۵۱) به‌نام شرکت توسعه منابع انرژی توان نزد بانک سپه
۶-محل دریافت و تحویل اسناد مناقصه: شرکت توسعه منابع انرژی توان، واقع در کیلومتر ۱۸ آزادراه تهران- ساوه، خروجی صباشهر به سمت شهریار، شرکت توسعه منابع انرژی، گروه صنعتی شهید حاج امینی، مدیریت بازرگانی (مد قراردادها) تلفن: ۱۴- ۰۲۱۵۶۵۷۴۹۱۳
۷-هزینه ۲ نوبت انتشار آگهی به عهده برنده مناقصه خواهد بود.
۸-شرکت توسعه منابع انرژی (گروه صنعتی شهید حاج امینی) در رد یا قبول پیشنهاد مختار می‌باشد.
۹-سایر اطلاعات در اسناد مناقصه مندرج می‌باشد.
جهت اطلاعات بیشتر با شماره‌های ۱۴ -۰۲۱۵۶۵۷۴۹۱۳ تماس حاصل فرمایید.
۱۰-دریافت اسناد مناقصه با ارائه معرفی‌نامه کتبی صورت می‌پذیرد.
مدیریت بازرگانی گروه صنعتی شهید حاج امینی

شرکت توزیع نیروی برق استان البرز
آگهی مناقصه عمومی یک مرحله‌ای (نوبت اول)

شماره مناقصه / شماره فراخوان در سامانه ستاد	موضوع مناقصه	قیمت پایه مناقصه(ریال)	تضمین شرکت درمناقصه(ریال)	تاریخ بازگشایی پاکات
۱۴۰۳۰۱۷ / ۲۰۰۳۰۰۵۲۲۱۰۰۰۰۱۷	اجرای طرح تعویض کابل پست زمینی غفاری در منطقه برق غرب شهرستان کرج	۱۴،۹۶۷،۱۹۱،۷۲۸	۱،۴۹۷،۰۰۰،۰۰۰	۱۴۰۳/۰۵/۳۱ ساعت ۸
۱۴۰۳۰۱۸ / ۲۰۰۳۰۰۵۲۲۱۰۰۰۰۱۸	اجرای طرح تامین برق آقای صفدر روستایی منطقه برق شهرستان فردیس	۱۱،۹۹۲،۳۶۰،۱۷۳	۱،۲۰۰،۰۰۰،۰۰۰	۱۴۰۳/۰۵/۳۱ ساعت ۸:۳۰
۱۴۰۳۰۱۹ / ۲۰۰۳۰۰۵۲۲۱۰۰۰۰۱۹	اجرای طرح گذر از پیک تابستان ۱۴۰۳ در منطقه برق چهارباغ- گروه ۳	۲۲،۷۹۴،۶۲۳،۱۴۰	۲،۱۹۰،۰۰۰،۰۰۰	۱۴۰۳/۰۵/۳۱ ساعت ۹

۱- دستگاه مناقصه‌گزار: شرکت توزیع نیروی برق استان البرز
۲- شرایط لازم: شرکت‌های دارای رتبه‌بندی معتبر از سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی کشور(حداقل رتبه ۵ نیرو) و گواهینامه تایید صلاحیت ایمنی
۳- مهلت خرید و محل دریافت اسناد مناقصه: متقاضیان می‌توانند از تاریخ ۱۴۰۳/۰۵/۱۳ لغایت ۱۴۰۳/۰۵/۱۷ با مراجعه به درگاه www.setadiran.ir نسبت به خرید و دانلود اسناد اقدام نمایند.
۴- قیمت پایه مناقصه: به شرح فوق می‌باشد.
۵- مبلغ تضمین شرکت در مناقصه: به شرح فوق و مبلغ مندرج در اسناد مناقصه می‌باشد که مناقصه‌گران بایستی سپرده مذکور را به‌صورت ضمانتنامه بانکی یا فیش بانکی واریزی به حساب شماره ۰۱۰۱۵۲۰۱۵۲۰۰۶ نزد بانک صادرات شعبه چهارراه طالقانی کرج و یا چک بانکی تضمینی و یا ضبط از حساب مطالبات تایید شده مناقصه‌گر نزد مناقصه گزار ارائه نمایند.
۶- مهلت و محل تحویل پاکت الف و بارگذاری پیشنهادات در سامانه ستاد: حداکثر تا ساعت ۱۳ روز سه‌شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۵/۳۰ پاکت الف را به دبیرخانه امور تدارکات واقع در کرج، بلوار طالقانی شمالی، پل آزادگان، ابتدای بلوار امام رضا، امور تدارکات شرکت توزیع نیروی برق استان البرز تحویل و در خصوص بارگذاری سایر پاکات در سامانه ستاد اقدام نمایند.
۷- زمان اعتبار پیشنهاد قیمت مناقصه‌گران: از تاریخ تحویل پیشنهاد به مدت ۳ ماه
بدیهی است به پیشنهادهای فاقد امضا، مشروط، مخدوش و یا پیشنهاداتی که پس از مهلت مقرر در این فراخوان واصل می‌گردند، مطلقا ترتیب اثر داده نخواهد شد.
سایر اطلاعات و جزئیات مربوط در اسناد مناقصه مندرج است. هزینه آگهی و کارمزد سامانه ستاد بر عهده برنده مناقصه می‌باشد.
روابط عمومی شرکت توزیع نیروی برق استان البرز