فرزند بیشتر مغز والدین را جوان‌تر می‌کند

یورونیوز در مطلبی آورده است: فرزندپروری مزایای شگفت‌انگیزی دارد که می‌تواند با تغییرات معمول مرتبط با افزایش سن در عملکرد مغز مقابله و از مغز در برابر پیری محافظت کند. محققان با استفاده از اسکن مغزی نزدیک به ۳۸ هزار بزرگسال از بانک اطلاعات زیستی بریتانیا (UK Biobank) دریافتند که داشتن فرزندان بیشتر با افزایش اتصالات و پیوندهای بین نورون‌ها در سراسر مغز مرتبط است، به‌ویژه در شبکه‌هایی که مسئول حرکت و احساسات بدنی هستند. اینها همان شبکه‌هایی هستند که با افزایش سن دچار کاهش اتصال می‌شوند، بنابراین فرزندپروری ممکن است در برابر روند پیری و این کاهش اتصالات، محافظت ایجاد کند. آورام هولمز، استاد روانپزشکی در دانشکده پزشکی راتگرز در این‌باره می‌گوید: مناطقی از مغز که در اثر افزایش سن دچار کاهش در ارتباطات عملکردی می‌شود، همان مناطقی است که در والدین دارای فرزندان بیشتر، افزایش اتصالات را نشان می‌دهد. این یافته‌ها که در مجله آکادمی ملی علوم (PNAS) منتشر شده، شواهد بیشتری ارائه می‌دهد مبنی بر این‌که والدین شدن فقط یک نقش موقت نیست بلکه یک تغییر بزرگ در زندگی است که تأثیرات بیولوژیکی ماندگاری دارد.

چگونه به پرسش‌های کودکان و نوجوانان درخصوص مسائل دینی پاسخ دهیم و آنها را به انجام اعمال و واجبات علاقه‌مند کنیم؟

ذوق کودکانه با روزه کله‌گنجشکی

فاخره بهبهانی
گروه جامعه

خداشناسی و پذیرش اعمال و تکالیف دینی به‌صورت فطری در نهاد همه کودکان وجود دارد اما درجه پذیرش آن بسته به شیوه تربیتی پدر و مادر متفاوت‌است.کارشناسان دینی‌معتقدند،مسئولیت اصلی تربیت دینی فرزند به‌عهده والدین است و آنها باید برای ایجاد عطش مذهبی، بستر و زمینه مناسبی را براساس ظرفیت فرزندان فراهم کنند. حجت‌الاسلام والمسلمین دکتر نصیر عابدینی، روان‌شناس بالینی در گفت‌وگو با جام جم می‌گوید: باید انسان از کودکی بسته به ظرفیت پذیرش و زمینه مذهبی فراهم شده از سوی والدین با عبادات و تکالیف دینی آشنا شود تا در سن بلوغ به انجام آن رغبت داشته باشد؛ در غیر این صورت انجام اعمالی چون خواندن نماز و گرفتن روزه در سن تکلیف برای نوجوان دشوار خواهد بود و چندان تقیدی به آن نخواهد داشت و با اندک بهانه‌ای ممکن است آن را ترک کند. باید بکوشیم رغبت کودکان نسبت به انجام تکالیف عبادی را به انگیزه و خواست درونی آنها تبدیل کنیم؛ چرا که اگر این علاقه از درون و به اراده آنها نباشد تربیت دینی مؤثر نخواهد بود. والدین باید با بهره‌گیری از بُعد عاطفی و هیجانی کودک از ابتدا تصویری زیبا از خدا و تکالیف دینی برای او ترسیم کنند و با تشویق یا انتخاب همسالان تأثیرگذار مذهبی برای او، شور و انگیزه گرایش و عمل به تکالیف و مناسک عبادی و ارتباط با خدا را در کودک درونی کنند.

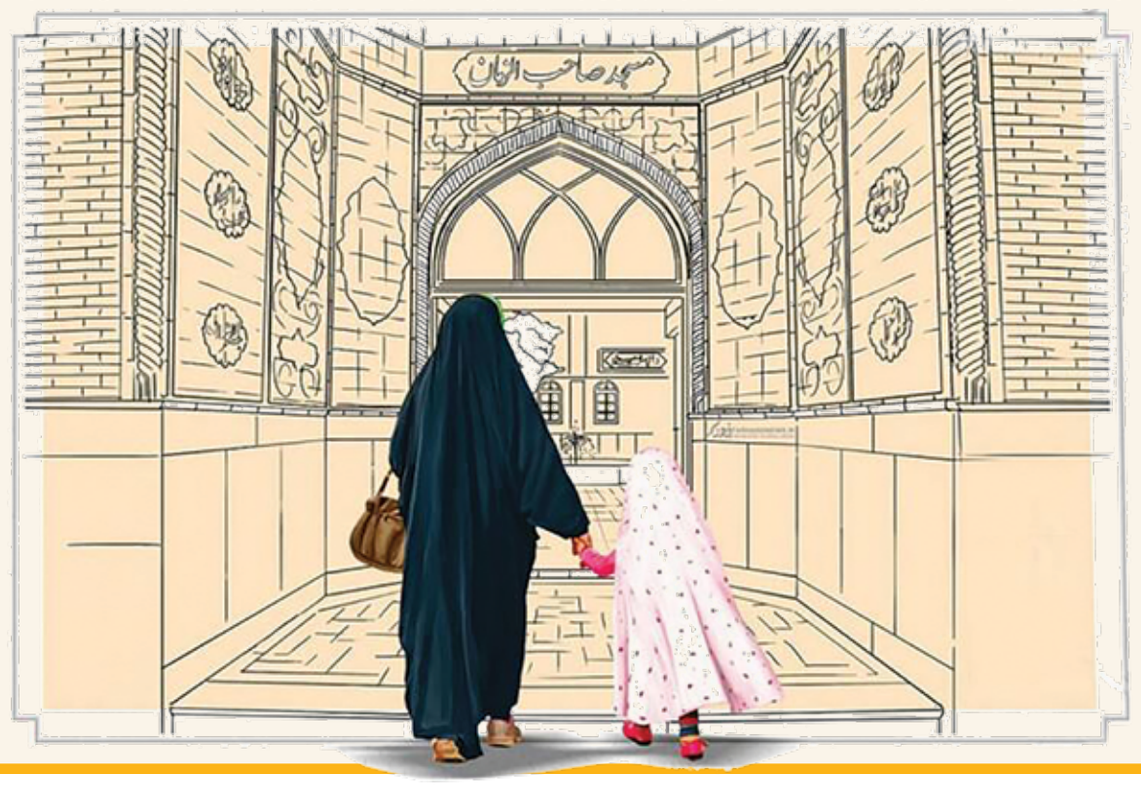
برای خواندن این گفت‌وگو با ما همراه شوید.

از چه زمانی حس خداشناسی کودک بیدار می‌شود؟

شروع آشنایی کودک با خدا از زمانی است که او در مورد خدا می‌پرسد و شروع آن در کودکان متفاوت است و نباید والدین به سؤال یا بیداری دینی فرزند بی‌اعتنایی کنند یا به او جواب دروغ دهند یا بیشتر از نیاز او و آنچه که می‌داند به کودک پاسخ دهند، چرا که کودک هنوز آمادگی لازم برای درک دقیق و بیشتر مفاهیم دینی را ندارد. تصویر کودکان از خدا همپوشانی زیادی با تصویر فرزند از والدین به‌ویژه پدر دارد. در حقیقت چهره مثبت مذهبی والدین می‌تواند در ناخودآگاه فرزند به‌صورت غیرمستقیم اثرگذار بوده و حس خداشناسی او را بیدار کند.

وقتی کودک در مورد خدا می‌پرسد چگونه باید به او پاسخ دهیم؟

سؤالی که اغلب والدین می‌پرسند آن‌که وقتی کودک از پدر و مادر می‌پرسد که خدا کجاست، چرا ما او را نمی‌بینیم و او چگونه زندگی می‌کند، باید چه پاسخی به او بدهیم. خانواده‌ها باید بدانند کودک تا پیش از ۱۲ سالگی بیشتر آنچه را که می‌بیند یا لمس می‌کند، درک می‌کند. بر این اساس پدر و مادر باید با توجه به سن و ظرفیت پذیرش کودک به او پاسخ دهند و چون اکثر والدین قادر به تشخیص درجه سطح شناختی کودک نیستند، باید از خود او کمک بگیرند و براساس دانسته‌هایش به او جواب دهند. یعنی از او بپرسند، خودت چه فکر می‌کنی؟ به نظر تو خدا کجاست؟ شاید او بگوید که خدا در زمین یا آسمان است؛ بر این اساس والدین می‌توانند با توجه به جواب او پاسخی کامل‌تر دهند و مثلا بگویند خدا همه جا حضور دارد یا عبارت‌هایی مشابه. اما اگر کودک پرسید چرا ما خدا را نمی‌بینیم چه باید بگوییم؟ با زبانی ساده بگویید همان‌طور که ما برق و هوا را نمی‌بینیم، خدا را هم نمی‌توانیم ببینیم ولی او همیشه در کنار ما بوده و مراقب و پشتیبان ماست.



چگونه فلسفه روزه گرفتن را به کودک آموزش دهیم؟

اگر بخواهیم کودک را با بحث شناختی روزه آشنا کنیم و در این راه هم موفق شویم باید از بعد هیجانی کودک بهره بگیریم. به‌طور مثال وقتی کودک در فضای مذهبی شادی قرار دارد ناخودآگاه هیجانات مثبت همچون نشاط و شادابی در او تقویت می‌شود و اینجاست که می‌توان به‌تدریج او را با فلسفه روزه گرفتن و نماز خواندن آشنا کرد. اگر یکی دو سال به همین سبک به کودک آموزش دهیم، ذهن او مانند آهن‌ربا شده و عطش مذهبی‌اش تحریک می‌شود. خانواده‌ها نباید تکالیف دینی را یک‌باره و طوطی‌وار به بچه القا کنند، چرا که همین امر تکالیف را سخت و مشقت‌آور کرده و به‌شدت از روحیه دینداری و دین‌باوری کودک می‌کاهد. در پاسخ به کودکی که می‌پرسد چرا باید روزه بگیریم، چه بگوییم و چگونه او را به انجام این تکلیف دینی تشویق کنیم؟ می‌توانیم کودک را با مفهوم صبر و گرسنگی محرومان آشنا کنیم و بگوییم با روزه گرفتن بر ثواب اعمال ما افزوده شده و گناهان‌مان پاک می‌شود. برای تشویق او به شروع تمرین عملی روزه گرفتن نیز شور و شوق خود را به شروع ماه مبارک و اوقات افطار ابراز کنیم. او را گاهی در وقت سحر بیدار کنیم. در کنار سایر کتاب‌ها، گاهی برای او کتاب‌های داستان دینی بخریم. برای تقویت گرایش‌های مذهبی به‌خصوص در ماه مبارک، او را به همراه خود به مجالس مذهبی، مساجد، مراسم نماز جماعت، مراسم تفسیر و ختم قرآن یا مهم‌تر آن‌که کودک را به همراه خود به مراسم افطار که اغلب از سوی اقوام برگزار می‌شود، ببریم. به‌دلیل این‌که در این نوع مهمانی‌ها کودک اغلب با همسالان روزه‌دار که خویشاوند هستند مجاورت دارد، بعد هیجانی و عاطفی او تحریک شده و گرایش او به تکالیف دینی بیشتر می‌شود.

در حقیقت چهره مثبت مذهبی والدین می‌تواند در ناخودآگاه فرزند به‌صورت غیرمستقیم اثرگذار بوده و حس خداشناسی او را بیدار کند

فلسفه روزه کله‌گنجشکی چیست و آیا لازم است قبل از شروع سن تکلیف دینی، کودک را به انجام آن تشویق کنیم؟

وقتی بچه به سن تمیز می‌رسد و آمادگی و توانایی روزه گرفتن را در او پیدا می‌کنیم، لازم است او را تشویق کنیم که گاهی به مقدار توانایی‌اش - نصف روز یا بیشتر یا کمتر- روزه بگیرد و اگر بی‌تاب شد وسط روز به او آب یا غذای مختصری بدهیم. هر چه توانایی کودک در تحمل گرسنگی و تشنگی بیشتر شود پس از مدتی اراده‌اش تقویت شده و می‌تواند روزه را کامل بگیرد. به‌تدریج که تعداد روزه‌های کودک زیادتر شد در آخر ماه رمضان می‌توانیم گاهی برای تشویق به او هدیه بدهیم. این هدیه می‌تواند یک تحسین کلامی تأثیرگذار در جمع خانواده یا اقوام یا یک هدیه مادی باشد. البته کودک را زیاد وابسته به مشوق‌های مادی نکنید، چرا که انگیزه مذهبی او ناپایدار خواهد ماند. روزه با تقویت اراده و انسجام سامانه باورهای مذهبی، کودک و نوجوان را در برابر گرسنگی و تشنگی مقاوم کرده و باعث افزایش اعتماد به نفس و بهداشت روان او می‌شود.

طراح: بیژن گورانی

جدول ۶۹۴۵

جدول عادی

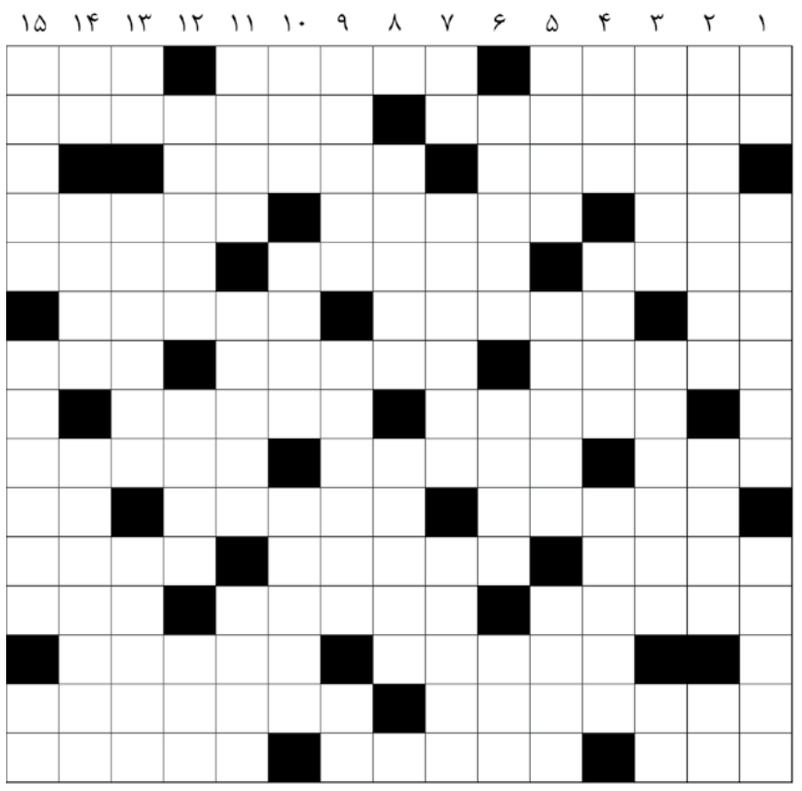
افقی: ۱) خمیری چسبنده برای آماده‌سازی سطح ـ دفتر نگهداری عکس ـ پرچم ۲) آنچه از توتون و تنباکو استعمال می‌شود ـ شهری در استان اصفهان ۳) آن را پدر علم دانسته‌اند ـ سهل‌انگاری ۴) ستاره‌ای در دب‌اکبر ـ به خاک سپردن میت ـ نتیجه ۵) شهری در هند ـ فشار عصبی ـ لایه محافظ دندان ۶) رمق آخر ـ گودی ـ پیشرفت ۷) شعری که در وصف جنگ سروده می‌شود ـ گروهی از مردم ـ فرار کردن ۸) ویروس مهلک قرن ـ گل سرخ ۹) همسایه جهرم و داراب ـ کرانه‌ها ـ دعاهای زیر لب ۱۰) از مناصب خطیر کشوری ـ اهل روستا ـ پسوند شباهت ۱۱) گاز مرداب ـ ملازم ـ واحد اندازه‌گیری شدت جریان الکتریکی ۱۲) از انواع تقسیم سلولی ـ شبیه ـ گل ته حوض ۱۳) مکعب جورچین ـ لباس ورزشی ۱۴) نفرت ـ میزبان و قهرمان اولین دوره جام جهانی فوتبال ۱۵) لباس رزم ـ عنصر شیمیایی با نشانه He ـ آلبومی با آواز محمدرضا شجریان.

عمودی: ۱) ناپسند ـ سقف شیشه‌ای متحرک خودرو ـ برجسته ۲) بسیار تند و سریع ـ رخوت ـ فتنه‌جو ۳) بازار ـ کیفر ـ ماه شاعرانه ۴) لوس ـ زنگ خطر ـ قصیده‌سرای ایرانی قرن ششم ۵) شکوه و جلال ـ اسب تندرو ـ صدای گرگ ۶) هدف‌ها ـ سخن کوتاه و پرمعنا ـ اندام پرواز ۷) نشانه جمع مونث عربی ـ خورشتی با مغز گردو ـ سانسور ۸) پدرمردگان ـ فهم و شعور ۹) هنرمند ـ شهر منارجنبان ـ مادر عرب ۱۰) آماس ـ قسمتی از دست ـ حداد ۱۱) همیشه ـ اماکن مقدس زیارتی ـ سلام ۱۲) تندرستی ـ خواب خیال‌انگیز ـ حشره‌ای با چشم مرکب و بدون ریه ۱۳) سیلی ـ مکار ـ عالم غیب ۱۴) تعجب زنانه ـ پول کم‌ارزش ـ کشور جزایر قناری ۱۵) درخشندگی ـ از مراکز خدمات درمانی ـ نفس خسته.

جدول ویژه

افقی: ۱) نوعی خواهر و برادر ـ ولگردان ـ پرنده‌ای لذیذگوشت ۲) به حساب آوردن ـ یاری رساننده به آسیب دیدگان ۳) خمیری چسبنده برای آماده‌سازی سطح ـ پدر طب یونانی ۴) فرزندزاده ـ مردان خدا ـ صادق و صمیمی ۵) نوشیدنی ـ هدف متعالی ـ شادی و نشاط ۶) نشانه مصدر جعلی ـ نام چندتن از پادشاهان فرانسه بود ـ آرزوها ۷) تکیه دادن ـ بخش معرفی عناوین و موضوعات کتاب ـ چین و چروک پوست ۸) تیزهوشی و زیرکی ـ روحانی یهودی ۹) خالص ـ گیاه رنگرزی ـ صراف ۱۰) عهده‌دار ـ خلاصه و نتیجه ـ عید ویتنام ۱۱) دلتنگی ـ بی‌مذهب ـ فراوانی ۱۲) نقاش ایرانی عهد تیموری و صفوی ـ خوش‌چهره ـ عبور گروهی از افراد نظامی در صفوف منظم ۱۳) آهو ـ ضمیر جمع ۱۴) آزاد شدن ـ نوعی گلبول سفید خون ۱۵) شکاف ـ ناامید ـ محل تعویض لباس ورزشکاران.

عمودی: ۱) چاشنی غذایی ـ کیسه نایلونی ـ حیران ۲) کتک‌کاری همراه با دشنام ـ توده ریگ ـ دریاچه آب شور استرالیا ۳) میل به غذا ـ سوار بی‌همتا ـ سخن بی‌پرده ۴) از اقوام نزدیک ـ نام امام زمان(عج) ـ بسیار دانا ۵) حنا ـ روشن کردن ـ همیشه ۶) کدخدا ـ ساییده ـ بالاپوش بلند مردان قدیم ۷) زیبایی قابل درک اما توصیف‌ناپذیر ـ گریختن ـ یاقوت سرخ ۸) شیرینی ماه رمضان ـ مهلت دادن ۹) دانه خوراکی مقوی ـ چهره ـ مفلوج ۱۰) دستور ـ سازمان فضانوردی آمریکا ـ متحیر ۱۱) بهشت ارم را بنا نهاد ـ کارشناس ـ نوعی بیسکویت سبک ۱۲) گلی زیبا ـ نام اختصاری سازمان جهانی کار ـ بذله‌گو ۱۳) کوشش ـ نواری ضدرطوبت برای جلوگیری از زنگ‌زدگی لوله ـ تیزهوشی ۱۴) کیف انگلیسی ـ ریاضیدان سوئیسی ـ آن‌که چهره‌اش در عکس بهتر از خود اوست ۱۵) نوعی بیسکویت ساده ـ کشور آفریقایی در همسایگی دریای سرخ ـ بدن.



حل جدول عادی ۶۹۴۴

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

حل جدول ویژه ۶۹۴۴

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

آگهی تجدید مناقصه عمومی
(دو مرحله‌ای)
نوبت دوم
شماره مناقصه: RKS-0322616-KM/S-05
شرح کالای مناقصه: خرید قطعه یدکی فلوترها واحد پالایش
مطابق با مشخصات و شرایط کلی مندرج در اسناد مناقصه خرید
۱ - نام و نشانی مناقصه‌گزار: شرکت پالایش نفت کرمانشاه به نشانی: کرمانشاه، بلوار شهید دکتر بهشتی، مقابل پارک شاهد، مدیریت بازرگانی، تلفن: ۳۱۴۹۷۵۹۵-۰۸۳ و فکس: ۳۱۴۹۷۵۹۶-۰۸۳، کدپستی ۶۷۱۴۷۹۹۷۹۴
۲ - نوع، کمیت و کیفیت کالا: شرح کامل مناقصه خرید در آدرس اینترنتی WWW.KORC.IR قید شده است.
۳ - نوع و مبلغ تضمین: ضمانتنامه معتبر بانکی به مبلغ ۳۵۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال یا واریز وجه نقد به شماره حساب (شبای) IR950180000000018280546658 این شرکت نزد بانک تجارت شعبه نفت
۴ - محل، زمان و مهلت دریافت اسناد: مدیریت بازرگانی، ۲۰ روز بعد از چاپ آگهی نوبت دوم تاریخ ۱۴۰۴/۰۱/۰۹
۵ - زمان گشایش پیشنهاد فنی: تاریخ ۱۴۰۴/۰۱/۱۷ و زمان گشایش پاکت مالی حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۴/۰۲/۱۷ می‌باشد.
روابط عمومی و امور بین‌الملل

سازمان بهزیستی کل کشور
اداره کل بهزیستی استان هرمزگان
آگهی مناقصه عمومی
برگزاری مناقصه عمومی خدمات تخصصی مشاوره و خدمات روانشناختی حضوری دولتی و غیرحضوری دولتی (خط ۱۴۸۰) شامل انواع خدمات تخصصی روانشناسی مشاوره و راهنمایی، نظارت تخصصی (سوپرویژن) مشاوره حقوقی در حیطه وظایف سازمان بهزیستی
جهت کسب اطلاعات بیشتر به سایت setadiran مراجعه فرمائید.
شناسه ۱۸۹۰۸۵۸

آگهی فروش اسناد ارزیابی کیفی
نوبت دوم
معاونت مهندسی و دفاعی پدافند غیرعامل نزاجا
به عنوان دستگاه مناقصه‌گزار در نظر دارد انجام پروژه مشروحه ذیل را در قالب طرح‌های غیرعمرانی
طبق مشخصات فنی کار با شرایط کلی از طریق مناقصه عمومی ۲ مرحله‌ای همراه با ارزیابی کیفی به شرکت پیمانکاری واجد شرایط واگذار نماید.

ردیف	موضوع مناقصه	کارفرما	مبلغ برآورد بر مبنای فهرست بهای پایه سال ۱۴۰۳ (ریال)	مدت انجام کار (ماه)
۱	پروژه احداث ۹ بلوک ۱۸ واحدی منازل سازمانی پیرانشهر	قرارگاه شمال غرب	۳,۹۹۴,۲۸۳,۵۶۲,۶۸۲	۱۸
۲	پروژه احداث ۸ بلوک ۱۸ واحدی منازل سازمانی پیرانشهر	قرارگاه منطقه‌ای شمال شرق	۳,۵۵۰,۴۷۴,۲۷۷,۹۴۰	۱۸

شرایط شرکت متقاضی:
الف) داشتن تجهیزات، امکانات و تخصص لازم جهت اجرای موضوع مناقصه ب) دارای گواهینامه صلاحیت پیمانکاری از سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی کشور در رشته ساختمان و ابنیه با پایه ۵ و تاسیسات با پایه ۴ و دارا بودن ظرفیت آزاد در رشته مورد نظر و همچنین داشتن گواهینامه تاییدیه صلاحیت ایمنی از وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی ج) توانایی ارائه ضمانتنامه‌های بانکی مورد نیاز جهت شرکت در مناقصه و تضمین انجام تعهدات به میزان ۵ درصد مبلغ قرارداد
۱- اعتبار پروژه: اعتبار پروژه از طریق تهاتر با اراضی در اختیار نزاجا و با قیمت هیات کارشناسی اراضی آجا تامین می‌گردد.
۲- مدارک مورد نیاز جهت دریافت اسناد ارزیابی کیفی:
الف) تقاضای کتبی جهت دریافت اسناد ارزیابی کیفی با ذکر موضوع مناقصه به همراه رو گرفت گواهینامه صلاحیت پیمانکاری و ایمنی
ب) قیمت خرید اسناد ارزیابی کیفی هر موضوع مناقصه: ۱۵،۰۰۰،۰۰۰ ریال است که باید به حساب شماره ۶۱۵۸۸۰۰۱۸۴۳۰۷ بانک سپه شعبه جلالیه تهران، به نشانی: (تهران خیابان کارگر شمالی، بالاتر از تقاطع دکتر فاطمی) به‌نام تمرکز وجوه حاصل از عواید داخلی دارایی سازمان مهندسی نزاجا واریز شده و اصل رسید آن به فروشنده اسناد مناقصه تحویل شود.
ج) متقاضیان جهت دریافت اسناد ارزیابی کیفی از روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۲ تا پایان وقت اداری ساعت ۱۲ روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۵ به نشانی دستگاه مناقصه‌گزار مراجعه و یا جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۶۶۹۴۴۳۳۹-۰۲۱ تماس حاصل نمایند.
۳- آخرین مهلت جهت تسلیم اسناد ارزیابی کیفی: ساعت ۱۲ روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۲۲
۴- بازگشایی اسناد ارزیابی کیفی: در ساعت ۹ صبح مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۲۳ و در محل اتاق جلسات دستگاه مناقصه‌گزار انجام خواهد گرفت.
۵- نشانی دستگاه مناقصه‌گزار جهت دریافت و تسلیم اسناد ارزیابی کیفی: تهران خیابان کارگر شمالی، تقاطع دکتر فاطمی غربی و کارگر شمالی، معاونت مهندسی دفاعی و پدافند غیرعامل نزاجا، دایره امور پیمان‌ها
۶- نوع، کمیت و کیفیت خدمات و سایر اطلاعات و جزئیات در اسناد ارزیابی کیفی درج گردیده است.
۷- هزینه کارشناسی اراضی بر عهده برنده مناقصه خواهد بود
۸- هزینه انتشار آگهی بر عهده برنده مناقصه خواهد بود.
معاونت مهندسی دفاعی و پدافند غیرعامل نزاجا