نگاه

اعتماد به نفس پایین و روش‌های ابراز وجود

سرهنگ کبری خسروی *

آیا هرگز در حالتی گیر کرده‌اید که احساس ناامیدی و ناتوانی بکنید و ندانید که چگونه باید رفتار کنید؟ آیا تا به حال دیگران شما را برای انجام خواسته‌هایشان تحت فشار قرار داده‌اند بطوری که شما از سر اجبار و برخلاف میل خود تسلیم شده باشید؟ اگر چنین مواردی در زندگی شما بارها و بارها تکرار شده باشد، حتما لازم است که روشهایی را بیاموزید که بتوانید در چنین شرایطی رفتار مناسبی داشته باشید.

ابراز وجود یعنی اینکه دل و جرات داشته باشید و بتوانید از حق خود و خواسته خود دفاع کنید و نگذارید حق شما ضایع گردد و یا مجبور به کاری شوید که تمایلی به آن ندارید. افرادی که در این زمینه مشکل دارند، بازیچه خواسته‌های دیگران می‌شوند و دائما احساس ناراحتی از وضعیت موجود دارند و خود را سرزنش می‌کنند. راه حل این کار سرزنش کردن خود نیست. روشهایی را باید یاد بگیرید تا برای همیشه از این مشکلات دور شوید.

افراد با اعتماد بنفس بالا نیازی به پذیرش، موافقت، تائید، تشویق و دلگرمی دیگران ندارند. همچنین اعتماد بنفس بالا اینگونه نیست که شما را از هر گونه تردید، یاس ونگرانی مصون بدارد بلکه تنها تحمل و غلبه بر آنها را برای شما آسانتر می‌سازد.

عزت نفس و اعتماد بنفس بنیادی ترین بخش شخصیت یک فرد می‌باشد که در تمام جوانب زندگی فرد خود را به نحوی متظاهر می‌سازد. اعتماد بنفس سالم و بالا یک ضرورت حیاتی و مطلق برای هر فردی می‌باشد.

تعریف اعتماد به نفس

- باور و اعتقادی که فرد نسبت به خود دارا می‌باشد.
- شناخت ارزش و اهمیت خویش- داشتن اعتماد و رضایت از خویش.
- توانایی برخورد و کنارآمدن با چالشهای اساسی زندگی.
- توانایی ارزیابی درست و دقیق خویش- پذیرش خویش و ارزش نهادن به خود بدون هیچگونه قید و شرطی.
- توانایی شناخت و پذیرش نقاط ضعف و قوت و محدودیت‌های خویش.

خصوصیات افرادی که از اعتماد بنفس پائینی برخوردار می‌باشند

- مرتبا خودشان را مورد انتقاد و سرزنش قرار می‌دهند.
- هنگام صحبت کردن در چشمان فرد مقابل خود هنگام نگاه نمی‌کنند. با سر پایین و قدمهای آهسته قدم بر می‌دارند.
- در پذیرش تعریف و تمجیدها و تعارفاتی که به آنان می‌شود مشکل دارند (تصور می‌کنند سزاوار آنها نبوده و یا دیگران در صدد تمسخر آنها می‌باشند).
- معمولا احساس می‌کنند قربانی رفتار دیگران هستند.
- احساس تنهایی می‌کنند حتی زمانی که در یک جمع قرار دارند.
- در درون خود احساس خلاء و پوچی می‌کنند.
- احساس می‌کنند با دیگران تفاوت دارند.
- احساس افسردگی، گناه و شرمساری دارند.
- نسبت به توانایی‌های خود برای رسیدن به موفقیت تردید دارند.

*** مشاور و معاونت اجتماعی کلانتری ۱۱۰ شهدا**

هواشناسی

پیش‌بینی بارش برف و باران از امروز در تهران

اداره کل هواشناسی استان تهران با اشاره به نفوذ سامانه بارشی از نواحی شمالی اعلام کرد که از امروز، شنبه ۱۶ دی‌ماه تا صبح فردا، ۱۷ دی آسمانی نیمه‌ابری تا ابری، گاهی وزش باد شدید و بارش پراکنده در سطح استان و در بعضی از ساعات بارش باران و در نواحی شمالی، بارش برف و مه و کولاک برف پیش‌بینی شده است. به گزارش ایسنا، اداره کل هواشناسی استان تهران اعلام کرد که براساس بررسی نقشه‌های پیش‌یابی و تحلیل الگوهای همدیدی، امروز با نفوذ سامانه بارشی از نواحی شمالی، به تدریج افزایش ابر و افزایش سرعت وزش باد در سطح استان و از امشب بارش پراکنده در ارتفاعات و وزش باد شدید در نواحی شمال غربی پیش‌بینی می‌شود.

از امروز(۱۶ دی) تا صبح فردا (۱۷ دی) آسمانی نیمه‌ابری تا ابری، گاهی وزش باد شدید و بارش پراکنده در سطح استان، در بعضی ساعات بارش باران (گاهی برف) در نواحی شمالی، بارش برف و مه و کولاک برف در ارتفاعات مورد انتظار است. طی این مدت رخداد رعد و برق و بارش تگرگ زیاد دور از انتظار نیست.

از شنبه تا یکشنبه کاهش محسوس دما در سطح استان و یخبندان سطح زمین در نواحی شمالی (به ویژه ارتفاعات) و از دوشنبه تا سه‌شنبه افزایش نسبی دما در سطح استان پیش‌بینی می‌شود.

شهری

حذف مافیای زباله در تهران با اجرای طرح «نوماند»

عضو هیات‌رئیسه شورای اسلامی شهر تهران گفت: یکی از مزیت‌های مهم اجرای طرح «نوماند» توسط سازمان مدیریت پسماند، حذف مافیای زباله در پایتخت است.

به گزارش ایلنا، سوده نجفی، عضو کمیسیون سلامت، محیط‌زیست و خدمات شهری شورای اسلامی شهر تهران با تاکید بر نوآوری در جمع‌آوری پسماند در سطح شهر با اجرای طرح «نوماند» اظهار داشت: هوشمندسازی یکی از ضرورت‌هایی است که بسیاری از امور را تحت تاثیر خود قرار داده و مدیریت شهری نیز برای انجام برخی از وظایف خود در سطح شهر باید از این تکنولوژی بهره بگیرد؛ چراکه این موضوع سبب دسترسی بیشتر و آسان شهروندان به خدمات می‌شود.

رئیس کمیته سلامت شورای شهر تهران ادامه داد: موضوع هوشمندسازی از ابتدای شورای ششم مورد توجه بود و اعضای شورا بر آن تاکید داشتند و مدیریت شهری نیز اقداماتی در این راستا انجام داده، است اما فاصله زیادی با آنچه که مدنظر شورای شهر است، دارد. وی با بیان این که طرح نوماند که توسط سازمان مدیریت پسماند در حال اجرا است، با استفاده از هوشمندسازی به صورت پایلوت در مناطق ۱۸، ۱۴ و ۸ اجرا می‌شود، خاطرنشان کرد: قرار است این طرح تا اواخر دی ماه در تمام مناطق ۲۲گانه شهر اجرا شود که شهروندان می‌توانند با استفاده از اپلیکیشنی که به این منظور معرفی شده است، ساعت مراجعه ناوگان جمع‌آوری را تعیین و در راستای کمک به شهر و شهرداری برای برخورداری از شهر پاک کمک کنند.

از بارش کم‌سابقه به خشکسالی بی‌سابقه رسیدیم

معمای دکل‌های چینی و کاهش بارش در ایران

علی‌رغم همه پیش‌بینی‌ها اما آمارها نشان می‌دهد بارش باران در ایران نسبت به گذشته نصف شده است، تناقضی که حالا سبب شده حرف و حدیث‌های زیادی درباره ابر دزدی و موانع غیر طبیعی برای ورود ابرهای باران زا به ایران شنیده شود.

به‌گزارش خبرآنلاین، ماه اول زمستان به نیمه رسیده اما خبری از برف و سرما نیست، در پاییز هم خبری از باران نبود، حالا نبود برف و باران در این موقع از سال همه را متعجب کرده است، درحالی‌که گزارش‌های سازمان هواشناسی نشان می‌داد قرار است بارش‌های پاییز امسال اگر بی‌سابقه نه اما کم سابقه باشد، به این جملات توجه کنید: «پاییز امسال طبق مدل‌های پیش بینی هواشناسی که وجود دارد نسبت به میانگین ۳۰ سال گذشته با احتمال بین ۶۰ تا ۷۰ درصد پر بارش خواهد بود و ما شاهد افزایش میزان بارش‌ها هستیم. بنابراین با احتمال، پاییزی خواهیم داشت که نسبت به ۳۰ سال گذشته بارش‌های بیشتری را به همراه دارد.» این‌ها بخش‌هایی از صحبت‌های صادق ضیائیان، رئیس مرکز پیش بینی سازمان هواشناسی در شهریور امسال بود.

حالا به این آمارها توجه کنید: «طبق داده‌های مرکز ملی اقلیم و مدیریت بحران خشکسالی سازمان هواشناسی تا ۱۰ دیماه امسال بارش در ۲۹ استان کشور نسبت به دوره بلندمدت منفی است. در مجموع میزان بارش‌ها در کشور از ابتدای سال آبی جاری تا ۱۰ دیماه ۱۴۰۲ نسبت به دوره بلندمدت ۴۴.۸ درصد کاهش یافته است.»

اطلاعات کشورهای دیگر را به خورد دولت و ملت می‌دهند

کاملاً مشخص است میان دو گزارش بالا تفاوت وجود دارد، پیش‌بینی‌ها در شهریور امسال خبر از بارش‌هایی می‌داد که قرار است از میانگین ۳۰ سال گذشته بیشتر باشد، اما گزارش همان سازمان حدود چهار ماه بعد خبر از کاهش حدود ۴۵ درصدی بارش‌ها در کشور و منفی شدن میزان بارش‌ها در ۲۹ استان می‌دهد، تناقضی که سحر تاجبخش مسلمان، رئیس سازمان هواشناسی درباره آن گفته: «ما بر اساس یک سری شواهد و مدل‌ها اظهارنظر می‌کنیم، صحبت‌هایمان پیش‌بینی است، پیش‌گویی نیست، یعنی آنچه را که روی نقشه‌ها و مدل‌ها می‌بینیم، اعلام می‌کنیم.»

درهمین‌باره قبل‌تر احد وظیفه، رئیس مرکز ملی اقلیم و مدیریت بحران خشکسالی سازمان هواشناسی به خبرآنلاین گفته بود: «اطلاعات هواشناسی شبیه یک شمشیر دو لبه است؛ ما چاره دیگری جز اعتماد به این داده‌ها و در نظر گرفتن احتمالات نداریم و می‌کوشیم با توجه به خروجی مدل‌های هواشناسی، بالاترین احتمال را محاسبه کنیم و شرایط آب و هوایی را به اطلاع عموم برسانیم. در پیشرفته‌ترین مراکز پیش‌بینی دنیا نیز «قطعیت» در امر هواشناسی وجود ندارد و «خطا» جزوی از ذات این کار است.»

اما این تناقض فاحش در پیش‌بینی نقدهای زیادی به همراه داشته است، مثلاً حسین اردکانی کارشناس هواشناسی دراین‌باره گفته که: «سازمان هواشناسی مدل بومی که بر مبنای آن پیش‌بینی‌ها را انجام دهند ندارند و از چند مدل خارجی استفاده می‌کند. آنها از مدل‌های هواشناسی کشورهای دیگر یک چیزی را در می‌آورند و آنرا به خورد دولت و ملت می‌دهند.»

شمالی‌ها از تهرانی‌ها ابر دزدی کردند!

حالا که به‌جای بارش‌ها، بی‌بارشی کم سابقه شد حرف و حدیث‌های زیادی دست به دست چرخید، قبل‌تر گزاره‌هایی مانند بارور کردن ابرها در کشورهای همسایه به‌گوش می‌رسید اما انتشار یک عکس در فضای مجازی ایده ابر دزدی را تقویت کرد، تصویر زیر همان عکس است، همان‌طورکه از آن پیداست درست مرز ایران و ترکیه محل تفاوت بارش‌ها است، شاید با دیدن تفاوت در این عکس هر ذهنی به ایده ربایش ابر یا وجود موانع غیرطبیعی برای بارش در ایران نزدیک شود.

انتشار این تصویر و حواشی بعد از آن درباره ربایش ابرها توسط کشور همسایه(ترکیه) واکنش‌های زیادی دربر داشت، در یک مورد کاوه مدنی، کارشناس محیط زیست و معاون سابق سازمان حفاظت از محیط زیست در شبکه اجتماعی ایکس (توئیتر) انتشار این تصاویر را «مربوط به یک لحظه یا یک بازه زمانی خاص» دانست که «برای القای یک روایت انتخابی غیرعلمی دست‌چین شده‌اند.» او با انتشار عکسی در صفحه شخصی خودش نوشت: «با همان منطقی که در چند هفته اخیر برای تقویت شایعه منصرف کردن ابرها از ورود به ایران استفاده شده، می‌توان ادعا کرد که مردم گیلان، مازندران و گلستان، با دستکاری آب و هوا از مردم تهران ابردزدی می‌کنند.»

چرا ابرهای ترکیه می‌بارد اما ابرهای ایران نه؟

اما جدا از حواشی مربوط به وارد نشدن ابرها به کشور، سوالی که پیش می‌آید این است که چرا ابرهایی که وارد ایران می‌شوند کم بارش هستند و مانند کشور ترکیه بارش‌های خوبی ندارند، قبل‌تر احد وظیفه، رئیس مرکز ملی اقلیم و مدیریت بحران خشکسالی سازمان هواشناسی، دراین‌باره به خبرآنلاین گفت:«امسال شاهد جریانات بارشی نبودیم، دلیل آن‌هم به دمای بیش از حدی برمی‌گردد که در شرق مدیترانه، خاورمیانه و ایران حاکم بود، ما گرمای بیشتر از نرمال در مناطق سردسیر کشور داشتیم، این گرما سبب شد سیستم‌هایی جوی که در شرق مدیترانه ایجاد می‌شود و از ایران عبور می‌کنند به‌خوبی شکل نگیرند و ضعیف‌تر از حد معمول بودند.»

صادق ضیائیان،رئیس مرکز پیش بینی سازمان هواشناسی هم در واکنشی گفته بود: «دلیل کم بارشی ایران افزایش دمای هوا و کاهش رطوبت در مرزهای داخلی ایران است.»

اما ترکیه همسایه ایران است، چرا افزایش گرمای منطقه آنقدر که در کاهش بارش ایران تاثیر گذاشته در ترکیه اثر نداشته است، سحر تاجبخش، رئیس سازمان هواشناسی با بیان اینکه هم‌مرز بودن کشورها به‌معنای سیستم‌های جوی مشابه نیست، دراین‌باره گفته که: «کشور ترکیه در عرض‌های بالاتر از کشور ما قرار دارد، وسعت کمتری نسبت به ایران دارد و ۲ منبع رطوبتی قابل توجه دارد؛ ضمن اینکه الگوی جوی این کشور با ایران متفاوت است. میانگین بارش ترکیه سالانه بیش از ۵۰۰ میلی‌متر و این رقم در کشور ما ۲۳۰ میلی‌متر است و ۲کشور، ۲ اقلیم متفاوت دارند.»

درهمین‌باره احد وظیفه، با نظری مشابه به خبرآنلاین گفته بود: «سیستم ترکیه با ایران متفاوت است، در ترکیه جریان‌های جنوبی و شمالی که وارد این کشور می‌شوند هر دو از طرف دریا هستند، در نتیجه ترکیه رطوبت خوبی دریافت می‌کند اما متاسفانه سرزمین ما این شرایط را ندارد، ترکیه ۲.۵ برابر ایران دریافت بارش دارد، ارتفاعات آناتولی در ترکیه منشا رودخانه‌های بزرگی مانند دجله و فرات هستند، رودخانه‌هایی که حجم‌شان چندین برابر بزرگترین رودخانه‌های ایران است، بنابراین وضعیت آب و هوای ترکیه با ایران قابل مقایسه نیست.»

در واکنشی دیگر مهدی زارع، استاد پژوهشگاه زلزله‌شناسی و رئیس شاخه زمین شناسی فرهنگستان علوم می‌گوید: «رشته‌کوه‌های زاگرس که در جنوب غربی ایران و جنوب شرقی ترکیه در کناره‌ها اثری از سایه باران ایجاد می‌کنند. این مانع توپوگرافی باعث می‌شود ابرهای باران زا قبل از رسیدن به سمت شمال غربی ایران پراکنده شوند و این منطقه با بارش کمتری باقی بماند.»

علاوه بر ماجرای افزایش دما که مانع از بارش ابرها در آسمان ایران می‌شود، طی روزهای گذشته یک گزاره دیگر هم مطرح شد، دستگاه‌های چینی که در برخی باغات شهر اردبیل نصب شده‌اند متهم بعدی کاهش بارندگی در کشور شدند، نصب دکل‌های دورکننده ابرهای تگرگ‌زا در اطراف کوه سبلان حالا مورد توجه قرار گرفتند، با این وجود مجید کوهی، مدیرکل هواشناسی استان اردبیل درباره نصب دکل‌های پراکنده کننده ابرهای تگرگ‌زا در سبلان گفته که: «این سیستم‌ها صرفا به شکل نقطه‌ای و بر روی محوطه برخی از باغات مشکین‌شهر و خلخال نصب شده و تاثیر می‌گذارد و کار آن تبدیل تگرگ موجود در ابر همان محوطه به باران برای جلوگیری از خسارت به محصولات باغی است. اینکه نصب این سیستم‌ها بتواند ابرها را پراکنده کند و یا مانع بارش شود کذب است زیرا صرفا این ستون‌ها می‌توانند برای محدوده خاصی جهت تبدیل تگرگ به باران عمل کنند که تحقق این امر نیز شرایط خاص خود را دارد و عملکرد این ستون‌ها جهت از بین بردن تگرگ قطعی نبوده و نسبی است.» با وجود همه این حرف و حدیث‌ها پاییز و زمستان امسال حداقل تا اینجا بارش برف و باران نداشتیم و این نوید بخش تابستانی سخت برای مردم است، جایی‌که ذخایر آب‌های پشت سد کم شده و احتمالا افزایش آلودگی هوا به دلیل مازون سوزی برای تولید برق نفس‌ها را تنگ می‌کند.

رئیس مرکز مدیریت آمار و فناوری اطلاعات وزارت بهداشت تشریح کرد

نقش پرونده الکترونیک سلامت در پایش بیماری‌ها

رئیس مرکز مدیریت آمار و فناوری اطلاعات وزارت بهداشت با اشاره به اینکه اطلاعات بیش از ۸۵ میلیون نفر از جمعیت کشور در سامانه‌های نظام مراقبتی ثبت است، گفت: البته اطلاعات آنها به شکل ۱۰۰ درصدی تکمیل نیست در واقع در بخش روستایی قوی‌تر هستیم اما به طور کلی در همان نقطه هم نمی‌توان گفت از نظر کیفی هم تمام خدمات مورد نیاز به افراد ارائه شده است.

دکتر سیدرضا مظهری در گفت‌وگو با ایسنا، با بیان اینکه نظام سلامت کشور بر پایه خدمات PHC به منطقه‌بندی جغرافیایی دقت می‌کند، گفت: سلامت هر بخش به دانشگاه یا دانشگاه‌های علوم پزشکی همان منطقه سپرده می‌شود که همان دانشگاه هم یک شبکه بهداشت متناظر دارد و تقسیم‌بندی‌ها به همین ترتیب ریزتر و ریزتر می‌شود تا جایی که هر محله باید یک شناسنامه سلامت اختصاصی داشته باشد.

به گفته وی، در این زمینه موضوعات دیگری هم در نوع خدمات و سیاست‌گذاری‌های هر منطقه جغرافیایی مهم است.

وی افزود: البته کادر درمان از بهورز، مراقب سلامت، پزشک عمومی، پزشک متخصص و... یک تیم هستند که به صورت لایه‌بندی شده به مردم خدمت می‌دهند و بهداشت مدارس، صنوف و اماکن و ... هم با آنها است. در واقع تنها نباید بیماری‌محور پیش برویم بلکه باید تمام موضوعات مرتبط با شهروندان را هم در نظر داشته باشیم.

رئیس مرکز مدیریت آمار و فناوری اطلاعات وزارت بهداشت پرونده سلامت الکترونیک شهروندی را یک خروجی از یک فرایند بلند مدت معرفی کرد و توضیح داد: در واقع ۴ دسته فرایند برای مبادی ورودی پرونده الکترونیک سلامت باید دنبال شود تا این پرونده به معنای واقعی خود نزدیک شود که یکی از این مبادی بخش مراقبت‌های بهداشتی اولیه (PHC) است.

وی در این رابطه توضیح داد: در نظام بهداشتی کشور، هر فرد باید دارای پرونده‌ای باشد که اطلاعات آن از موضوعات هویتی و محل زندگی افراد آغاز می‌شود و تا اطلاعات مرتبط با سلامت پایه فرد شامل قد، وزن، بیماری‌های غیرواگیر، فاکتورخطرهای هر فرد، فشارخون، رفتارهای تغذیه‌ای و تحرکی فرد، وضعیت واکسیناسیون، وضعیت مصرف یا عدم مصرف دخانیات، سلامت روان و... را شامل می‌شود.

رییس مرکز مدیریت آمار و فناوری اطلاعات وزارت بهداشت، بیان کرد: در واقع لازم نیست حتما فرد بیمار باشد تا این اطلاعات برایش ثبت شود بلکه با ثبت اطلاعات ذکر شده می‌توان فرد را پیگیری کرد تا در صورتی که فاکتورهای خطری برای او وجود داشت، بتوان از بروز بیماری ثانویه جلوگیری کرد. ما می‌خواهیم از فرد مراقبت کنیم تا اصلا بیمار نشود. وی افزود: درحال حاضر کمتر شهروندی در کشور وجود دارد که اطلاعات اولیه سلامت او در سامانه PHC ثبت نباشد به شکلی که بیش از ۸۵ میلیون نفر از جمعیت کشور در سامانه‌های نظام مراقبتی هستند اما، اطلاعات آنها به شکل ۱۰۰ درصدی تکمیل نیست. در واقع در بخش روستایی به دلیل وجود بیش از ۱۸ هزار خانه بهداشت؛ اطلاعات کامل‌تر است (بیش از ۹۵ درصد) اما در بخش شهری اطلاعات نواقص بیشتری دارد.

مظهری در پایان تاکید کرد: هرچند که از نظر کمی، وضعیت روستاها بهتر است اما نمی‌توان گفت از نظر کیفی هم تمام خدمات مورد نیاز به افراد ارائه شده است.

چون تمرکز خدمات این بخش بر خدمات مراقبت مادران باردار، پایش رشد کودک، واکسیناسیون و پایش برخی بیماری‌های واگیردار (مانند سل، مالاریا و...) مهم بوده است، می‌توان گفت در این بخش قوی‌تر و در بحث پایش بیماری‌های غیرواگیر ضعیف‌تر هستیم.

(هنگام خرید وسایل برقی، تجهیزاتی را انتخاب کنیم که مصرف برق کمتر و بازده بالاتری دارند.)

شرکت مدیریت تولید برق اهواز - نیروگاه رامین

آگهی مناقصه عمومی دو مرحله‌ای شماره (۱۴۰۲/۵۱) (نوبت اول)

شرکت مدیریت تولید برق اهواز در نظر دارد فراخوان خرید ورق نمای دو برج خنک کن جنس FRP مورد نیاز نیروگاه رامین به شماره ۱۴۰۲/۵۱ را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید.

کلیه مراحل برگزاری فراخوان از دریافت و تحویل اسناد فراخوان تا بازگشایی پاکت‌ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد.

متقاضیان شرکت در فراخوان در صورت عدم عضویت در سامانه نسبت به ثبت نام و دریافت گواهی امضای الکترونیکی (به صورت برخط) برای کلیه صاحبان امضای مجاز و مهر سازمانی اقدام لازم را به عمل آورند.

مواعد زمانی:

- **تاریخ: انتشار فراخوان:** ۱۴۰۲/۱۰/۱۶ و ۱۴۰۲/۱۰/۱۷
- **مهلت دریافت اسناد فراخوان:** ۱۴۰۲/۱۰/۱۷ تا ۱۴۰۲/۱۰/۲۳
- **مهلت ارسال پیشنهادات:** تا ساعت ۱۲:۰۰ مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۰۳
- **زمان بازگشایی پاکت‌ها:** ساعت ۱۴:۰۰ مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۰۳

نوع و مبلغ تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار: آخرین آیین‌نامه تضمین برای معاملات دولتی، تصویب نامه شماره ۱۲۳۴۰۲/ت۵۰۶۵۹ ه مورخ ۱۳۹۴/۰۴/۲۲ هیات محترم وزیران می‌باشد.

مبلغ تضمین: ۲/۴۷۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال (دو میلیارد و چهارصد و هفتاد میلیون ریال)

اطلاعات تماس و آدرس دستگاه: اهواز- کیلومتر ۲۰ جاده مسجد سلیمان- شرکت مدیریت تولید برق اهواز- نیروگاه رامین شماره تلفن: ۴-۳۴۴۴۹۰۴۱-۰۶۱ داخلی ۴۸۵۸

روابط عمومی شرکت مدیریت تولید برق اهواز - نیروگاه رامین

شهرداری اصفهان

مناقصه عمومی یک مرحله‌ای

فراخوان ۲۰۰۲۰۹۹۸۹۶۰۰۰۰۵۲

سازمان عمران شهرداری اصفهان در نظر دارد فراخوان بخشی از عملیات اجرای حفاری مکانیکی شمع در پروژه زیر گذر رینگ حفاظتی کیلومتر ۱,۱۵۰ تا ۲,۵۵۰ واقع در منطقه ۱۵ شهرداری اصفهان را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید.

کلیه مراحل برگزاری فراخوان از دریافت و تحویل اسناد فراخوان تا بازگشایی پاکت‌ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس HYPERLINK "http://www.setadiran.ir/"www.setadiran.ir انجام خواهد شد. متقاضیان شرکت در فراخوان در صورت عدم عضویت در سامانه، نسبت به ثبت نام و دریافت گواهی امضای الکترونیکی (به صورت برخط) برای کلیه صاحبان امضای مجاز و مهر سازمانی اقدام لازم را به عمل آورند.

ردیف	شرح پروژه	برآورد اولیه تقریبی به (ریال)	مدت اجرای عملیات	سپرده شرکت در مناقصه به (ریال)
۱	بخشی از عملیات اجرای حفاری مکانیکی شمع در پروژه زیر گذر رینگ حفاظتی کیلومتر ۱.۱۵۰ تا ۲.۵۵۰ واقع در منطقه ۱۵ شهرداری اصفهان	۵۵/۷۳۸/۰۰۰/۰۰۰	۲ ماه	۴۵۰/۰۰۰/۰۰۰

مواعد زمانی:

- **تاریخ انتشار فراخوان:** ۱۴۰۲/۱۰/۱۶
- مهلت دریافت اسناد فراخوان: تا ساعت: ۱۴:۳۰ ****** ۱۴۰۲/۱۰/۲۴
- **مهلت ارسال پیشنهادات:** تا ساعت: ۱۴:۳۰ ****** ۱۴۰۲/۱۱/۰۷
- زمان بازگشایی پاکت‌ها: ساعت: ۱۵:۳۰ ****** ۱۴۰۲/۱۱/۰۷
- نوع و مبلغ تضمین شرکت در مناقصه و سایر اطلاعات در شرایط شرکت در مناقصه مشخص می‌باشد.
- **اطلاعات تماس و آدرس دستگاه:** اصفهان – خیابان ۲۲ بهمن، مجموعه اداری امیرکبیر، سازمان عمران شهرداری اصفهان تلفن: ۳۲۶۷۰۸۱۳ - ۰۳۱