

## مهارت‌های دهگانه ضروری برای داشتن زندگی فردی و اجتماعی موفق

مهارت خودآگاهی: توانایی شناخت نقاط ضعف وت قوت و یافتن تصویری واقع‌بینانه از خود، شناخت نیازها و تمایلات فردی برای آشنایی با حقوق و مسئولیت‌های فردی و اجتماعی .
مهارت همدلسی: درک کردن دیگران و مشکلاتشان در هر شرایطی. این مهارت به دوست داشتن و دوست داشته شدن و در نتیجه روابط اجتماعی بهتر افراد با یکدیگر می‌انجامد.
مهارت روابط بین فردی: مشارکت و همکاری با دیگران، همراه با اعتماد واقع بینانه، که در کنار تقویت دوستی‌ها، دوستی‌های ناسالم را خاتمه می‌دهد تا کسی ازک چنین روابطی آسیب نبینند.
مهارت ارتباط موثر: درک بهتر نیازها و احساسات دیگران، به شیوه‌ای که فرد بتواند نیازها و احساسات خودش را نیز در میان بگذارد. تا ارتباطی رضایت بخش شکل گیرد.
مهارت مقابله با فشار عصبی: با آموختن این مهارت افراد هیجان‌های مثبت و منفی را در خود و دیگران می‌شناسند و سعی می‌کنند واکنشی نشان دهند که این عوامل مشکلی برای آنها ایجاد نکنند.
مهارت مدیریت هیجان: هر انسانی که در زندگی خود با هیجانات گوناگونی از جمله غم، خشم، ترس، خوشحالی، لذت و موارد دیگر مواجه است که همه این هیجانات بر زندگی او تاثیر می‌گذارد. شناخت و مهار این هیجانها همان مدیریت هیجان است. برای کسب این مهارت فرد به طور کامل باید بتواند احساسات و هیجانات دیگران را نیز درک و به نوعی این هیجانات را مهار کند.
مهارت حل مسئله: زندگی سرشار از مسائل ساده و پیچیده است. با کسب این مهارت بهتر می‌توانیم مشکلات و مسائل را که هر روز در زندگی برپیمان رخ می‌دهند، از سسر راه زندگی مان برداریم.
مهارت تصمیم‌گیری: برای برداشتن هر قدمی در زندگی باید تصمیم‌گیری کنیم، مسیر زندگی انسان را تصمیم‌گیری‌های او مشخص می‌کند. با آموختن این مهارت اهداف خود را واقع بینانه تعیین و از میان راه‌حل‌های موجود بهترین را انتخاب می‌کنیم و مسئولیت عواقب آن را نیز به عهده می‌گیریم.
مهارت تفکر خلاق: تفکر یکی از مهمترین مهارت‌های زندگی است. مهارت تفکر خلاق، همان قدرت کشف، نوآوری و خلق ایده‌ای جدید است تا در موارد گوناگون بتوانیم راهی جدید و موثر بیابیم.
بسا آموختن تفکر خلاق، مشکلات و دشواری‌ها احساسات منفی را به احساسات مثبت تبدیل می‌کنیم. هنگامی که تفکر خلاق را می‌آموزیم دیگر مشکلات زندگی ما مزاحم ما نیستند، بلکه هر کدام فرصتی هستند تا راه‌حل‌های جدید بیابیم و مشکلات را به گونه‌ای حل کنیم که کسی تاکنون این کار را نکرده باشد.
مهارت تفکر نقادانه: این مهارت موجب می‌شود هر چیزی را به سادگی قبول یا رد نکنیم و پیش از آن موضوع مورد نظر را به خوبی مورد بررسی قرار دهیم و پس از آن، در مورد رد یا پذیرش آن تصمیم‌گیری کنیم. با آموختن تفکر نقادانه فریب دیگران را نمی‌خوریم و به عقابت امور به خوبی فکر می‌کنیم و دقیق و درست تصمیم می‌گیریم و ارتباطات درستی برقرار می‌کنی.

**معاونت اجتماعی کلاتری ۱۵۶ افسریه**

### سلامت



روابط عمومی سازمان غذا و دارو در اطلاعیه‌ای، برخی شرکت‌های تولیدکننده فرآورده‌های غذایی این ترش مزه را به علت فاقد، تلیق، ایطال یا جغل اسناد مورد نیاز اداره له قرار داده‌های غذایی، غیر مجاز اعلام کرد.
به گزارش ایسنا و بنابر اعلام روابط عمومی سازمان غذا و دارو، آلوده لوشک با نام‌های تجاری ساحل انزلی، کبری، ترشینه، تکدونه و بیتناک به علت نداشتن مجوزهای لازم غیر مجاز شمرده می‌شوند.بنابر اعلام سازمان غذا و دارو، همچنین لوشک‌های نازلار ترش، لاریسا، مامانی، ترش ناب و لوشک باشند.
پروژه میوه ساحل ترش درسا مشمول محصولات غیر مجاز می‌باشند.
آلوده‌های میوه، این نیز شوش و ترشک‌های مجلسی فرآوری شده باغ فردوس و آلو شرابی قصر طلا نیز به دلیل عدم داشتن مجوزهای قانونی لازم، غیر مجاز شمرده می‌شوند.روابط عمومی سازمان غذا و دارو در اطلاعیه خود از مردم خواسته است در صورت مشاهده فرآورده‌های مذکور در سطح عرضه، مراتب را به اطلاع این سازمان یا نزدیکترین معاونت غذا و دارو برسانند تا نسبت به جمع آوری آن‌ها از سطح عرضه اقدامات لازم صورت گیرد.

### نزوم ایجاد تولید قوی برای جوانی جمعیت

وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با اشاره به روند کاهش جمعیت کشور طی ۱۰ سال گذشته، گفت: در نظر داریم که یک تولید قوی، سیستماتیک و همه‌جانبه به صورت جوانی جمعیت ایجاد کنیم و این کار را با حمایت رئیس‌جمهور عملیاتی می‌کنیم.
به گزارش ایسنا، دکتر محمدرضا ظفرقندی در حاشیه «نشست کشوری سلامت مادران و جوانی جمعیت» با حضور در جمع خبرنگاران با بیان اینکه موضوع جوانی جمعیت یک موضوع ملی و مورد نیاز کشور است، خاطرنشان کرد: آینده اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی کشور در گرو موضوع جمعیت و جوانی آن است. کشور در مسیر سالمندی قرار گرفته و طی سال‌های آینده اقلب جمعیت کشور جزو جمعیت سالمند به حساب می‌آیند و این موضوع سبب بروز مشکلات برای کشور می‌شود.وزیر بهداشت با بیان اینکه باز هم تأکید می‌کنم که موضوع جمعیت یک موضوع ملی است، افزود: با توجه به اینکه جوانی جمعیت یک موضوع ملی است، تمام مجموعه‌ها، ارگان‌ها و وزارتخانه‌ها که می‌توانند در موضوع جوانی جمعیت دخیل باشند، باید برای حل مسائل، مشکلات و چالش‌های مرتبط با جمعیت گام بردارند. وی ادامه داد: سازمان‌ها و مجموعه‌ها باید بر اساس قانون برای حل مشکلات حوزه جمعیت به وزارت بهداشت کمک کنند. به طور مثال، حدود ۲۰هزار نفر از جمعیت کشور به صورت سالانه در تصادفات جاده‌ای جان خود را از دست می‌دهند که این موضوع یکی از مسائل آسیب‌رسان به جمعیت کشور محسوب می‌شود. این مسائل باید در کانون توجه قرار گیرد.ظفرقندی با بیان اینکه به منظور حل مشکلات جمعیتی باید به موانعی که در این مسیر وجود دارد، توجه کنیم، افزود: موانع و مشکلات مانند مسائل اقتصادی وجود دارد که باید در کانون توجه قرار گیرد و به آن پرداخته شود.وزیر بهداشت با بیان تمام مسائل و مشکلاتی که بر موضوع جمعیت اثرگذار هستند باید در قالب یک پکیج مورد رسیدگی قرار گیرند، اظهار کرد: اگر مسائل و مشکلات اثرگذار بر حوزه جمعیت در قالب یک پکیج مورد بررسی قرار گیرد، مشکل سالمندی جمعیت در آینده‌ای نه چندان دور حل می‌شود.ظفرقندی با بیان اینکه بررسی نرخ جمعیت بیانگر این استن که جمعیت کشور طی ۱۰ سال گذشته روند کاهشی را تجربه کرده، گفت: میزان نرخ رشد جمعیت کشور در سال ۶۵ حدود ۳.۹ بود اما نرخ کنونی رشد جمعیت به کمتر از یک رسیده است.

### «موهبتی» رئیس ستاد برنامه و بودجه ۱۴۰۴ وزارت بهداشت شد

وزیر بهداشت در حکمی طاهر موهبتی، معاون توسعه مدیریت و منابع وزارت بهداشت را به عنوان رئیس ستاد برنامه و بودجه سال ۱۴۰۴ این وزارتخانه منصوب کرد.
به گزارش ایلنا، در متن حکم محمدرضا ظفرقندی خطاب به طاهر موهبتی - معاون محترم توسعه مدیریت و منابع وزیر بهداشت آمده است: «نظر به اهمیت و ضرورت تدوین و تنظیم بودجه سال ۱۴۰۴ و با توجه به تخصص، تعهد و تجارب ارزشمند جناب عالی، به موجب این ابلاغ به عنوان رئیس ستاد برنامه و بودجه سال ۱۴۰۴ وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی منصوب می‌شوید تا با همکاری صاحب نظران حوزه سلامت و نیز همکاری کلیدی معاونین و نیز روسای سازمان‌های وابسته و تابعه و استفاده از ظرفیت‌های تخصصی موجود، نسبت به تشکیل ستاد مذکور و تدوین احکام بودجه‌ای مورد نظر اقدام نمایید.»

## «مردم سالاری» بررسی می‌کند

# گره مهریه سَفَهِی در ازدواج

محمد سلطانی زناتی



سال حقوق پایه کارگری است. ارزش سکه در این دوازده سال ۳۰ برابر شده است و ازدواج و فرزندآوری را رواج دهد، زمینه را فراهم می‌کند که موانع را برمی‌چیند. یکی از موانع و بازدارنده‌های ازدواج، گره درهم‌تنیده مهریه است. مهریه ردهم مرد به بانوی زندگی خویش است به رسم مهرورزی تا «سوستند دارم» و با تحسین بیخشد. ولی شوربخانه همینک مهریه شده است تضمین زندگی زن در برابر مرد مهرورزی تا «سوستند دارم» و با تحسین بیخشد. ولی شوربخانه همینک مهریه شده است تضمین زندگی زن در برابر مرد مهرورزی تا «سوستند دارم» و با تحسین

بیخشد. ولی شوربخانه همینک مهریه شده است تضمین زندگی زن در برابر مرد مهرورزی تا «سوستند دارم» و با تحسین بیخشد. ولی شوربخانه همینک مهریه شده است تضمین زندگی زن در برابر مرد مهرورزی تا «سوستند دارم» و با تحسین بیخشد. ولی شوربخانه همینک مهریه شده است تضمین زندگی زن در برابر مرد مهرورزی تا «سوستند دارم» و با تحسین بیخشد. ولی شوربخانه همینک مهریه شده است تضمین زندگی زن در برابر مرد مهرورزی تا «سوستند دارم» و با تحسین بیخشد. ولی شوربخانه همینک مهریه شده است تضمین زندگی زن در برابر مرد مهرورزی تا «سوستند دارم» و با تحسین بیخشد. ولی شوربخانه همینک مهریه شده است تضمین زندگی زن در برابر مرد مهرورزی تا «سوستند دارم» و با تحسین بیخشد. ولی شوربخانه همینک مهریه شده است تضمین زندگی زن در برابر مرد مهرورزی تا «سوستند دارم» و با تحسین

بیخشد. ولی شوربخانه همینک مهریه شده است تضمین زندگی زن در برابر مرد مهرورزی تا «سوستند دارم» و با تحسین بیخشد. ولی شوربخانه همینک مهریه شده است تضمین زندگی زن در برابر مرد مهرورزی تا «سوستند دارم» و با تحسین بیخشد. ولی شوربخانه همینک مهریه شده است تضمین زندگی زن در برابر مرد مهرورزی تا «سوستند دارم» و با تحسین بیخشد. ولی شوربخانه همینک مهریه شده است تضمین زندگی زن در برابر مرد مهرورزی تا «سوستند دارم» و با تحسین بیخشد. ولی شوربخانه همینک مهریه شده است تضمین زندگی زن در برابر مرد مهرورزی تا «سوستند دارم» و با تحسین بیخشد. ولی شوربخانه همینک مهریه شده است تضمین زندگی زن در برابر مرد مهرورزی تا «سوستند دارم» و با تحسین بیخشد. ولی شوربخانه همینک مهریه شده است تضمین زندگی زن در برابر مرد مهرورزی تا «سوستند دارم» و با تحسین بیخشد. ولی شوربخانه همینک مهریه شده است تضمین زندگی زن در برابر مرد مهرورزی تا «سوستند دارم» و با تحسین

## «مردم سالاری» بررسی می‌کند

# گره مهریه سَفَهِی در ازدواج

محمد سلطانی زناتی



در کاری سفینه‌ها است (المسوط، ج۲، ص۳۴۴).
• شهید اول درباره ثمن معاملات می‌نویسد:
انگاه که مشتری از ثمن آگاہ باشد، هیچ منع و حدّی در کم یا فزونی آن نخواهد بود؛ مگر آنکه آکمی یا فزونی با سفاهت منجر شود (لمعه، ص ۱۶۱).
مراعی بطلان عقد سفهی را به عنوان یک قاعده مطرح می‌کند و با استناد به سخن شهید اول می‌نویسد: این سخن بر آن دلالت دارد که سفهی بودن اهر قراردادی موجب ایطال [آن] است (العناوین الفقهیه، ج۲، ص۳۶۶).
• مرد و زن می‌توانند به رضایت عقد نکاح موقت ببندند و مدت زمانی مشخص علقه زوجیت را میان خود ایجاد کنند. هیچ کف و حکیمانه باشد، مدت مقرر نیست، بلکه این گونه عقد، معاملهای سفینه‌ها است (کتاب النکاح، ج ۱، ص۲۲۰).
• گاه زمین یا باغی دادوستد می‌شود که همینک راه عبورمروزر برای آن وجود ندارد. شیخ حسن نجفی دریا عقد، مدت نکاح در عقد موقت،و همچنین مقدار مهر) سفینه‌ها و بناخرده باشد، از سوی شارع حکیم، و هر قانون و قانون‌گذار خردمندى، معتبر و مقبول نخواهد بود. بر این اساس، میزان مهریه معتبر و قانونی، نباید به صرف یک تبرک‌جویی (آن هم کلاما بی‌اساس)، بر روی عدد ۱۱۰ سکه بهار ثابت بماند؛ بلکه بر پایه تعقل و خردورزی، و بر اساس حقوق پایه اقشار و اصناف مختلف نسبت‌سنجی شود. مهریه روجه باید به گونه و اندازهای تعیین شود که زوج (با توجه به درآمد فعلی یا تقدیریش)ش) به هنگام عقد، یا در آینده نزدیک، بتواند آن را پرداخت کند، نه آنکه بر سر پرداخت مهریه، خانه و دودمانش به فروا داده‌ایم که این گونه مهریه‌ها از آن جهت که سفینه‌ها است، نامعتبر می‌باشد، و حکم دادایم که این گونه مهریه‌ها به مهرالمثل بزرگ‌دود. سفاهت همانگونه که در خریدوفروش جریان دارد، در ازدواج و مهر قرار دادن نیز جریان پیدا می‌کند (انوار

## دقیقه‌شمار «خودکشی» در جهان؛ هر ۱۱ دقیقه، یک نفر

به گزارش ایسنا، ۹۰ درصد افرادی که اقدام به خودکشی می‌کنند، براساس اعلام انجمن خانواده درمانی ایران، دارای سابقه اختلال روانی هستند و زمانی که فرد در اثر ابتلا به افسردگی راه نجاتی برای بهبود زندگی خود پیدا نمی‌کند و دچار درد و رنج فراوانی می‌شود، خودکشی و از بی‌نی بودن خود را به‌عنوان تنها راه نجات تلقی می‌کند.از سوی دیگر نیز طبق آمار سازمان بهداشت جهانی، عامل ۵۸ تا ۶۰ درصد از موارد اقدام به خودکشی اختلال «افسردگی» است و به همین دلیل این اختلال روانی بالاترین موارد اقدام به خودکشی را دارد، بنابراین زمانی که فرد یک جامعه افسردگی افزایش پیدا کند خود ضمن دیدن دستاوردهای زندگی، رفتار احتمال اقدام به خودکشی وجود دارد. در این میان اما در سال گذشته نیز سازمان جهانی بهداشت اعلام کرد که سالانه بیش از ۷۰۰ هزار نفر در سراسر جهان مرتکب خودکشی می‌شوند و به عبارتی، هر ۱۱ دقیقه یک مرگ خودخواسته به دست انسان رقم می‌خورد.در ایران اما، آمارها حاکی از فوت ۴۰۰۰ نفر به

### محیط زیست

### ۳۸۰ شهر و ۹۰۰۰ روستای ایران درگیر فرونشست هستند

رئیس سازمان حفاظت محیط زیست گفت: فرونشست زمین یک ابر چالش است که ۳۸۰ شهر و ۹۰۰۰ روستا دچار این فرو نشست هستند و وسعت آن ۱۸۵ هزار کیلومتر مربع است. شینا انصاری در مراسم تکریم و معارفه معاون رئیس جمهوری و رئیس سازمان حفاظت محیط زیست اظهار کرد: امیدوارم بتوانم برای بهتر شدن حال محیط زیست کارهای خوبی انجام دهم.او در ادامه گفت: زمان بذل و بخشش از منابع طبیعی و محیط زیست کشور سیری شده است در مواجهه با وضعیت بحرانی محیط زیست کشورمان باید در ابر چالش‌ها پذیرفته شود. بدون درک این ضرورت مشکلات و تعارض‌ها بیشتر می‌شود. در بحث انرژی و آب با ناترازی مواجه هستیم و نیازمندیم از ابعاد این ناترازی‌ها درک بهتری داشته باشیم. شناسایی موانع و همکاری‌ها به بهتر شدن روند کمک می‌کند. رئیس سازمان حفاظت محیط زیست تأکید کرد: در زیباترین نواحی مردمی حل مشکلات ممکن نیست. برای درک این ابر چالش‌ها در حوزه محیط زیست با چالش‌های مختلفی مواجه هستیم. فرونشست زمین یک ابر چالش است که ۳۸۰ شهر و ۹۰۰۰ روستا دچار این فرونشست هستند و وسعت آن ۱۸۵ هزار کیلومتر مربع است.او در ادامه گفت: در بحث تالاب‌ها کشور ما با وجود دارا بودن بیشترین تالاب‌ها به دلیل بی‌توجهی به حق‌آبه‌ها بسیاری از آن‌ها به منشا گرد و غبار تبدیل شده است. ما باید پذیریم که برای حفظ محیط زیست نیاز به زمان داریم. باید محدودیت‌ها را عمیقاً درک کنیم. در سطح حاکمیت بر سر سیاست‌های مقام معظم رهبری توافق نشود، همگی ما شکست می‌خوریم. به گزارش ایسنا، انصاری تأکید کرد: در مساله توسعه‌ها باید گفتمان محیط زیست روشنی در دولت چهاردهم داشته باشیم. در حال حاضر نیازمند نگاهی دیگر هستیم. منابع مالی و اعتباری محدود و قطره چکانی در این سازمان است. باید نگاه دیگری که به توان نبره‌های این سازمان داشته باشیم. این سازمان ۱۵۱ محیط بان شهید داشته است. مظلومیت این سازمان به نابودی منابع محیط زیستی و افزایش مشکلات در این حوزه رسیده است.او ادامه داد: انتظار این است که بتوانیم نگاه محیط زیستی را در اعضای دولت چهاردهم داشته باشیم.رئیس سازمان حفاظت محیط زیست افزود: من بیش از دهه با مشکلات این سازمان زندگی کردم. مطمئن باشید برای بهبود وضعیت معیشت و شناسایی همه ظرفیت‌ها کار می‌کنم. انتظار دارم همراهی شما را داشته باشیم. موانع و وضعیت نا به سامان محیط زیست را بهبود دهیم. از زحمات آقای سلاجقه نیز تشکر می‌کنم. ما مدیران قبیل هستیم که بسیار تلاش کردند. ما میراث دار آنان هستیم.

### آموزش

### کمیسون آموزش به حواشی کنکور امسال ورود می‌کند

عضو کمیسیون آموزش و تحقیقات مجلس از برگزاری جلسه این کمیسیون درباره روند برگزاری کنکور امسال خبر داد. عبدالوحد قیاض در گفت‌وگو با ایسنا اظهار کرد: بعد از اعلام نتایج کنکور سراسری اعتراضاتی درباره انتخاب رشته بر برخی تست‌ها و همچنین موضوع انتخاب قطعی معدل در تعیین تراز کنکور مطرح شد که کمیسیون آموزش به این موارد ورود خواهد کرد.وی افزود: کمیسیون آموزش سراسری و حواشی بعد از آن را با حضور مسئولان مربوطه مورد رسیدگی قرار می‌دهد.به گزارش ایسنا، در روزهای گذشته و پس از اعلام نتایج و انتخاب رشته کنکور سراسری سال ۱۴۰۳، موجی از نگرانی در میان داوطلبان کنکور ایجاد شد. دبیرخانه شورای عالی انقلاب فرهنگی درباره حذف مصوبه تأثیر قطعی معدل بر نتایج کنکور، اعلام کرد که تغییرات مصوبه در خصوص آزمون سراسری به داوطلبان کنکور امسال نمی‌رسد.

### تعیین تکلیف ثبت‌نام دانش آموزان اتباع

وزیر آموزش و پرورش گفت: دستورالعمل ثبت‌نام اتباع در مدارس و آموزشگاه‌ها ابلاغ شده و در حال انجام است. علیرضا کاظمی وزیر آموزش و پرورش، در بیستمین جلسه ستاد مهر با اشاره به پیگیری پادش معلمان از دولت افزود: برای افزایش ظرفیت منابع انسانی و گرفتن مجوزهای لازم از سرنان قوا در حال رابزنی و پیگیری مسئولان، به پیگیری مستمر تعیین وضعیت نبره‌های قرارداد کارمیرن و خرید خدمت اشاره کرد و گفت: تمام تلاش‌م را برای رفع نغدغه‌های این گروه به کار خواهیم گرفت. کاظمی در ادامه به گزارش‌های رسیده درباره کم‌کاری برخی مدیران اشاره کرد و گفت: البته این گزارش‌ها بسیار اندک است ولی همین اندک هم برای نظام تعلیم و تربیت بسیار محسوب می‌شود اگر در جایی این احساس به وجود بیاید که مدیری کم‌کاری و کم‌فروشی کرده است درنگ نخواهیم کرد و طبق قانون برخورد خواهیم کرد.

«هنگام خرید وسایل برقی، تجهیزات را انتخاب کنیم، که مصرف برق کمتر و بازده بالاتری دارند.»



شرکت مدیریت تولید برق اروزان نیروگاه رامین

**آگهی مناقصه عمومی یک مرحله‌ای فراخوان شماره (۱۴۰۳/۲۴)**

**شماره سامانه ستاد ۲۶۰۰۰۰۰۰۳۷۴۰۰۳۱۰۲۰۰**

**شرکت مدیریت تولید برق اهواز – نیروگاه رامین** در نظر دارد فراخوان بازسازی استاتور و روتور الکتروموتور کندناسیت پمپ مرحله دوم خود 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 تدرکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس **www.setadiran.ir** انجام خواهد شد. متقاضیان شرکت در فراخوان در صورت عدم عضویت، نسب 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: روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۶/۲۱ و روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۶/۲۴**

– **مهلت دریافت اسناد فراخوان: از روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۶/۲۴ لغایت روز پنج‌شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۶/۲۹**

– **مهلت ارسال پیشنهادات: تا ساعت ۱۲:۰۰ روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۱۰**

– **زمان بازگشایی پاکت‌ها ساعت ۱۴:۰۰ روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۱۰**

**روابط عمومی شرکت مدیریت تولید برق اهواز – نیروگاه رامین**

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۶/۲۱

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۶/۲۴