



۳

اولین داروخانه شبانه روزی  
به خاطر بیماران



۶

زندگی یک زوج شاغل

# خانواده

شنبه ۱۶ دی ۱۴۰۲

سال نود و هشتم - شماره ۲۸۵۷۶

۶۰۹

ضمیمه خانواده روزنامه اطلاعات



پدر و مادرها از کودکان انتظار معجزه دارند

## آیا کودک کم تغییر می کند؟



با انتخاب درست و اصولی و متناسب با لباس‌هایی که به تن می‌کنیم، می‌توانیم به بهترین شکل این روح منحصر بفرد را برای خودمان بسازیم و لذت ببریم.

### و تا به امروز، چند مدل عطر ساخته‌اید؟

من تا حالا ۶۸ عدد عطر شخصی‌سازی شده ساخته‌ام؛ عطری که مثل اثر انگشت برای هر فرد یا برند مختص به خودش بوده است. البته همیشه کشف رایحه‌های جدید و خلاقیت در ایجاد احساسات منحصر بفرد برای من هیجان انگیز بوده است.

### چطور به فرمول ساخت عطر جدید می‌رسید؟

اغلب با ترکیب مواد اولیه، آزمایش‌های متعدد و تجربیات شخصی به فرمول‌های جدید می‌رسم که بازتاب احساسات و ایده‌هایم هستند. در این میان، مواد اولیه در ساخت هر عطر، نقش بسزایی در تعیین کیفیت عطر دارد. مواد اولیه‌ای که متأسفانه کمتر از ده درصد آن داخلی است.

### فکر می‌کنید عطرهای شما، قابلیت رقابت با برندهای جهانی را دارد؟

خدا و شکر می‌کنم که تا امروز بازخوردهای بسیار خوبی در این باره از طرف مصرف‌کنندگان عزیزم داشته‌ام؛ بازخوردهایی که نشان از این دارد که من، تلاش و اهدافم در مسیر رشد درستی قرار گرفته‌ایم. در حال حاضر فعلاً عرضه بین‌المللی نداشته‌ام اما در چشم‌اندازی که برای کسب و کارم در نظر دارم، این هدف اصلاً دور نیست.

### به نظر شما، عطر زدن آداب خاصی دارد؟

عطر زدن هنری است که نه تنها حس زیبایی را تقویت می‌کند بلکه به شخصیت و احساسات فرد هم هویت می‌بخشد. هر عطر می‌تواند در مکان‌ها و زمان‌های مختلف متناسب با موقعیت، مورد استفاده قرار بگیرد. بنابراین عطر زدن یک انتخاب اصولی و حسی است که باید با دقت و هوشمندی انجام شود تا هماهنگی خاص خود را ایجاد کند. به طور کلی من معتقدم که هر عطر می‌تواند بسته به موقعیت، محل و فصل مختلف انتخاب شود تا بتواند تجربه استفاده از عطر مناسب و متناسب را تکمیل کند.

### توصیه‌ای برای ماندگاری بیشتر عطر دارید؟

مواد اولیه با کیفیت بالا، اعمال فرآیندهای تولید دقیق و دستیابی به ترکیبات رواج پایه قوی و استفاده از لایه‌های مختلف رواج از ابتدا تا انتها می‌تواند از سمت سازنده به ماندگاری عطر کمک کند. اما انتخاب یک عطر مناسب و با کیفیت و از آن مهمتر، محل اسپری عطر از طرف مصرف‌کننده نیز به ماندگاری بیشتر آن کمک می‌کند. اما نکته‌ای که برای ماندگاری، اهمیت زیادی دارد، شناخت هرم رایحه‌ها است؛ چرا که بعد از شناخت این هرم متوجه می‌شویم که دلیل قابل توجه ماندگاری، نوع نت‌ها هستند. مثلاً نت‌های مرکباتی ماندگاری بیشتری دارند و این در گران‌ترین عطرها که نت غالب آنها مرکبات است هم صدق می‌کند.

### در نهایت، مسیر پیش رویتان را چطور می‌بینید؟

با افتخار اعلام می‌کنم که به عنوان یک کسب و کار نوپا و اصول‌مند در عرصه عطرسازی، به تلاش برای پیشرفت و نوآوری در این صنعت مصر هستم. برنامه من برای آینده پر از چالش‌ها و افکار نوآورانه است. من قصد دارم به توسعه بیشتر در زمینه فرمولاسیون عطرها، همکاری‌های جدید در صنعت عطرسازی، خودکفایی در زمینه تامین مواد اولیه، و توسعه بازارهای جدید، از جمله در حوزه بین‌المللی برسم.



گفت و گو با یک رایحه‌ساز جوان که خاطرات را به عطر خوش تبدیل می‌کند

## هر خاطر ه، عطری دارد

### نرگس خانعلی زاده

خیلی جدی، مصمم و بدون ذره‌ای مکث، سرش را بالا می‌گیرد و می‌گوید که رایحه خاطرات را به من سپارید من آن را برایتان می‌سازم! این همان شعاری است که سعیده شخبان پور آن را انتخاب کرده است و کسب و کارش را بر همین مبنای پیش می‌برد؛ او از تلفیق عطر خوش و خاطرات و روحی که در ذهن و جسم‌جان جاری است می‌گوید؛ همان چیزی که با استنشامش، ما را به شیرین‌ترین و گاهی عجیب‌ترین خاطرات‌مان می‌برد. او حالا در آستانه سی و یک سالگی، خودش را برای فتح قله‌های بین‌المللی آماده می‌کند.

### برای اولین سوال، اگر بخواهید خودتان را معرفی کنید، چه می‌گویید؟

من به عنوان یک عطرساز، داستان زیبا و منحصر به فردی را با استفاده از رایحه‌ها در عطرها روایت می‌کنم. هر عطری که می‌سازم، حاوی یک قطعه از ذهن و قلب من است. تلاش من بر این است که احساسات یا حس و روحی که افراد برای ظاهرشان مدنظر دارند، از طریق رایحه به دیگران منتقل شود تا یک تجربه حسی غنی و استثنایی ایجاد کنم. من به عنوان یک هنرمند عطرساز، افتخار دارم که می‌توانم افراد را در سفری عاطفی و حسی همراهی کنم که از جزئیات و لحظات کوچک زندگی و خاطراتشان به دست می‌آید.

### اما چرا عطرسازی را انتخاب کردید؟

راستش را بخواهید، علاقه‌مندی من به عطرسازی از علاقه ام به هنر و روانشناسی گرفته شده است. در واقع احساسات و حواس من در ایجاد عطرها نقش پر رنگی دارد؛ چرا که همیشه علاقه زیادی به دنیای عطر داشتم و جذاب‌ترین خرید برایم خرید عطر بوده است. همه این‌ها باعث شد که حالا، نزدیک به شانزده ماه است که به طور تخصصی وارد این حوزه شده‌ام.

### عطرهای دست‌سازتان، قصه‌ای هم دارد؟

قصه عطرهای من، تماماً قصه خاطرات آدم‌هاست. با توجه به تاثیر رایحه لحظاتی که ما سپری می‌کنیم یا قسمت هیپوکامپ مغز، اولین چیزی که یک خاطر را برابمان تداعی می‌کند، رایحه‌ای است که به مشاممان می‌رسد. واقعیت این است که هر عطری که ساختم و می‌سازم، داستان خودش را دارد؛ مثلاً ممکن است از برند، خود فرد، تجربیات شخصی، سفرها، یا حتی احساسات روزمره‌اش الهام گرفته باشم.

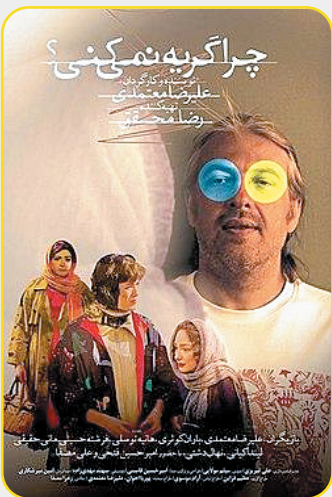
### به نظر می‌رسد که ارتباطی که با عطر می‌گیرید با بقیه آدم‌ها کمی متفاوت است؛ درست است؟

به نظر من، عطرها روح لباس ما هستند؛ هر عطر یک شعار یا احساس خاص را به مخاطب منتقل می‌کند. در واقع انتخاب این حس و اینکه بخواهیم ظاهرمان چه حس و حالی را به نمایش بگذاریم، کاملاً دست ما است.

### ... خبر فرهنگی

#### چرا گریه نمی‌کنی؟

چرا گریه نمی‌کنی؟ فیلمی به نویسندگی و کارگردانی علیرضا معتمدی و تهیه‌کنندگی سید رضا محقق ساخته ۱۴۰۱ است. از بازیگران آن می‌توان به علیرضا معتمدی، باران کوثری، هانیه توسلی، فرشته حسینی، مانی حقیقی، لیندا کیانی، نهال دشتی، امیرحسین فتحی و علی مصفا اشاره کرد که در این فیلم به ایفای نقش پرداختند. این فیلم در چهل و یکمین دوره جشنواره بین‌المللی فیلم فجر به نمایش درآمد و میثم مولایی تدوین‌گر فیلم، برنده جایزه سیمرغ بلورین بهترین تدوین در این جشنواره شد. داستان فیلم در مورد شخصی به نام علیرضا است که بعد از فوت برادرش نمی‌تواند گریه کند. دوستانش با راه‌های مختلف سعی می‌کنند او گریه کند اما...



### یک تکه آسمان

خداوند ما را با باران آبیاری فرما، بارانی مدد رسان، فراگیرنده زمین (و) پوشاننده آن (با ابرهای) متراکم و طپتقه طپتقه، عظیم و فراوان، زیبا و فریبنده، امید بخش، لپریز، قطره درشت، پاک، با برکت، فرو ریزنده، پی در پی ریزان، فرو بارنده، گسترده، گوارا، خوشگوار، پادشاه، سیراب کننده، تند، فراگیر، پیوسته ریزان، سودمند و پدیدون زبان که بندگان و سرزمین‌ها را به وسیله آن زنده گردانی و کشت و گیاه را به وسیله آن برویانی، و آن را مایه کفایت (و یا اتمام حجت) برای شهرنشینان و پادشاهان مایه گردانی.

صحیفه رضویه



تا اینکه نخستین داروخانه به سبک جدید توسط یک داروساز آلمانی که هم معلم مدرسه دارالفنون و هم داروساز مخصوص ناصرالدین شاه بود در خیابان ناصرخسرو دایر شد که دواهای اروپایی می فروخت.

### شهرت اولین داروخانه با وجود توهین ها

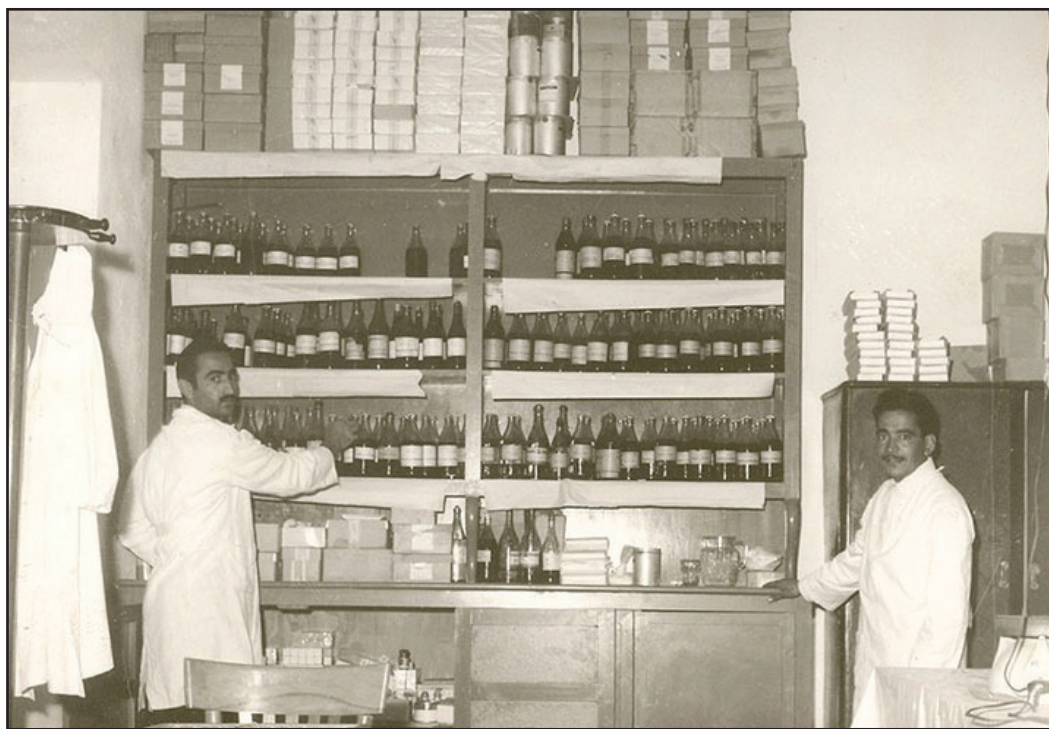
در اوایل کار مشتریان این داروخانه اروپاییان مقیم تهران و اعضای سفارتخانه ها بودند. اهالی بومی خیلی کم با این مکان درمانی سرکار داشتند مگر اینکه خیال مسخرگی و آزار و اذیت داشته باشند. اما با وجود مشکلاتی که بعضی از افراد جاهل با درخواست های نابجا و بی ادبانه به بهانه درمان بیماری هایشان که هدف توهین و تخریب بود، برای این داروخانه به وجود آورده بودند و فضای آنجا را درگیر یک سری سبک‌گری‌هایی در شان خودشان کرده بودند، کم کم تعریف آن به این سو و آن سوی شهر رسید و در اندک زمانی چنان میان مردم و خانواده ها شهرت پیدا کرد که از جمله سرشناس ترین مؤسسات، در آمد که شاید با مخارج سنگین اعلان و خرج تبلیغ هرگز کسی نمی توانست در آن زمان به آن شهرت برسد. بعد از آن هم به نوبت داروخانه‌های دیگری در تهران و شهرستان‌ها به راه افتاد آن هم توسط داروسازان ایرانی که با طب جدید و چگونگی تولید داروهای شیمیایی آشنا شده بودند.

### تاسیس «داروخانه شبانه روزی» به خاطر مردم

راه اندازی داروخانه ها با گذشت زمان و افزایش جمعیت بیشتر شد، تا آنکه اولین داروخانه به صورت شبانه روزی هم با تلاش داروسازی نیکوکار به نام «آرسن میناسیان» از خانواده ای ارمنی در رشت به راه افتاد. داستان این بود که با شروع جنگ جهانی دوم و اشغال ایران توسط نیروهای متفقین، بیکاری و گرانی گریبان خانواده ها را گرفته بود و این امر سبب شده بود تا بسیاری از بیماران توان خرید دارو را از دست بدهند ولی «آرسن» دارو را مجانی در اختیارشان می گذاشت. او که انسانی نیکوکار، پاک و امین مردم بود شبانه به تهران می رفت مواد اولیه دارو را تهیه می کرد به رشت بازمی گشت و تا پاسی از شب در داروخانه مشغول ساختن دارو می شد و همین شب بیداری‌ها، او را به این فکر انداخت تا داروخانه را شب‌ها نیز باز نگه دارد. در واقع «آرسن» می خواست با شبانه روزی کردن داروخانه، دست واسطه را کوتاه کند و دارو را به همان قیمت که برایش تمام می شد به دست مردم برساند.

### قوانینی برای حمایت از حق بیمار

با افزایش داروخانه‌ها دولت صد سال پیش، تصمیم به وضع قوانینی برای نظارت بر فعالیت آنها می گیرد که به زمان خودش جالب و قابل تامل است. از جمله آنکه اگر دواسازی دوا می دهد و سبب هلاکت مریض شود و یا اگر شخص مریض فوت هم نکند، ولی مرضش شدت یابد یا آنکه از استعمال دوا، دوا ساز، مرض دیگری عارض شود، تعیین جزا و سیاست دوا ساز بسته به عقیده و رای هیئت حاکمه خواهد بود. جالبتر آنکه هیچ دوا سازی حق طبابت ندارد، در صورت تخلف جزای او باز به عهده و رأی هیئت حاکمه است و هیچ طبیبی هم حق دوا فروشی ندارد، اعم از اینکه در خانه یا در خارج، دواخانه داشته باشد. این موارد تنها چند مورد از قوانینی است که برای داروخانه‌های آن روزگار توسط دولت وضع شده بود زمانی که هیچ خبری از قاچاق و احتکار دارو نبود.



## اولین داروخانه شبانه روزی به خاطر بیماران

### • زهره شریفی

قسمت یکصد و هفدهم

گرچه سرماخوردگی در قرن بیستم شناخته شده اما این بیماری از دوران باستان با انسان همراه بوده چنانکه ردپایی از علائم و درمان آن در قدیمی ترین اثر طبی مربوط به مصر باستان موجود است و نشان از ابتلا به این بیماری در آن روزگار را هم دارد. می دانیم تا قبل از تولید داروهای شیمیایی برای علاج بیماری ها از جمله سرماخوردگی چه حکیمان و چه خود مردم بر اساس یافته هایشان از طبیعت بهره می بردند. طوری که در کشور خودمان هر خانواده جعبه ای از داروهای گیاهی داشت که به وقت ابتلا به سرماخوردگی از آن استفاده می کردند.

### مراجعه خانواده ها به «عطارخانه» تا «داروخانه»

در نتیجه وقتی یکی از اعضای خانواده سرما می خورد به جای رفتن به مطب پزشک و گرفتن دارو از داروخانه که البته هیچ کدام از آنها هم در آن روزگار وجود نداشت، یا با خوراندن جوشانده ای به تجویز گیس سفید خانه به داد بیمار می رسیدند یا پیش حکیم رفته و از او کمک می گرفتند که در هر دو حالت بیمار زود خوب شده و سر پا می شد. اما کم کم با رفت و آمدهایی که ایرانی ها با اروپایی ها پیدا کردند که اولین آن هم جناب ناصرالدین شاه قاجار بود و مسافرت چندین باره اش به فرنگ نخستین مرضیخانه دولتی تاسیس شد این مرضیخانه با اینکه به سبک جدید اداره می شد یک دواخانه داشت که اغلب مجهز به داروهای گیاهی بود و تنها به عنوان «عطارخانه» در یک بیمارستان جدید میان خانواده ها جا افتاد.

هیدروکسی زین، استامینوفن، آموکسی سیلین، کلداکس، دیفن هیدرامین، آموکسی کلاو و... داروهای آشنا که این روزها به غیر از داروخانه‌ها در هر خانه ای به راحتی پیدا شده و در دسترس است تا با یک عطسه و سرفه و آبریزش بینی و تب هر کدام را به وقت خودش مصرف کنیم تا هر چه زودتر از شر سرماخوردگی خلاص شویم. بیماری که برخلاف ترکیب اسمش که به اصطلاح نشان از خوردن سرما یعنی قرار گرفتن در محیطی سرد و در پی آن آغاز بیماری در بدن دارد، از نفوذ حدود دویست نوع ویروس به بدنمان شروع شده و روزها و شب‌هایی دردناک از گلودرد گرفته تا تب و سردرد پرایمان به همراه می آورد و همین تنوع ویروس هاست که دانشمندان تا به امروز نتوانستند برای این بیماری واکسنی بسازند!

### جعبه ای از داروهای گیاهی در هر خانه

سرماخوردگی متداول ترین بیماری در میان مردم جهان است که معمولاً بزرگسالان دو تا پنج بار در سال مبتلا می شوند. کودکان هم ممکن است شش تا ده بار در سال و البته کودکان مدرسه‌ای تا ۱۲ بار در سال مبتلا شوند. به طور متوسط هر فرد در طول زندگی خود ۵۰ بار به سرماخوردگی مبتلا می شود.

### ... کتاب بزرگسال

#### • به زبان مادری گریه می کنیم

فابیو مورابیتو، شاعر و داستان نویس پانزده ساله بود که همراه خانواده اش از ایتالیا به مکزیک مهاجرت کرد و زبان اسپانیایی را یاد گرفت. مورابیتو که به زبان اسپانیایی می نویسد و در مکزیکوسیتی زندگی می کند از چهره‌های شاخص ادبیات مکزیک است و برنده جایزه خیابیر بیائورتیه، عالی ترین جایزه ادبی مکزیک شده است. «به زبان مادری گریه می کنیم» مجموعه‌ای است از هشتاد و دو چستار برق آسا (flash essay) که از زبان اسپانیایی به فارسی ترجمه شده‌اند. فابیو مورابیتو در این کتاب با زبانی کنایه آمیز و اغلب شوخ از تجربه نوشتن، ترجمه، کلنجار رفتن مدام با زبان، دو زبانی و زیستن در قلمروی کلمه‌ها می گوید. این کتاب با ترجمه الهام شوشتری زاده را نشر اطراف منتشر کرده است.



### ... کتاب نوجوان

#### • دختری که مزرعه را نجات داد

کتاب «دختری که مزرعه را نجات داد» نوشته «جوید ایزابلا» و ترجمه خانم لیدا هادی است که توسط نشر اطراف منتشر شده است. در این کتاب تصویری غیرداستانی منحصر به فرد، شخصیت اصلی دوچرخه‌های است که زندگی خود را مانند بسیاری از دوچرخه‌ها در آمریکای شمالی آغاز می کند و مالک و سوار آن یک پسر جوان است. پسر، لئو، دوچرخه‌اش را آنقدر ارزشمند می داند که نامی به آن می دهد. بنام بیگ رد. اما در نهایت لئو از بیگ رد بزرگتر می شود و اینجاست که داستان دوچرخه از حالت روزمره تغییر می کند، زیرا لئو تصمیم می گیرد آن را به سازمانی اهدا کند که دوچرخه ها را به آفریقا می فرستد اما...







غذای اصلی

## کوفته بادمجان

• مهناز افخم

• مواد لازم:

بادمجان سرخ شده: ۴۰۰ گرم  
برنج پخته کته: ۲۰۰ گرم  
گوشت چرخ کرده: ۳۰۰ گرم  
نعنا خشک: ۲ ق س  
پیاز رنده شده: ۱ عدد (آب پیاز گرفته شود)  
آرد گندم یا آرد نخودچی: ۲ الی ۳ ق س  
نمک و فلفل: به میزان لازم

• طرز تهیه:

بادمجان سرخ شده (البته خیلی سرخ نشده باشد)، را با برنج پخته (کته)، و گوشت چرخ کرده، نعنا خشک، پیاز رنده شده، آرد گندم یا آرد نخودچی و نمک و فلفل را در دستگاه غذاساز می ریزیم و دستگاه را روشن می کنیم تا مواد کاملا با هم ترکیب شوند، مایه کوفته را یک ساعت در یخچال بگذارید، سپس هر بار به اندازه کمی بزرگتر از یک نارنگی از مایه برداشته کاملا گرد و منسجم کنید. کوفته ها را یک ساعت داخل یخچال بگذارید، سپس کوفته ها را یکی یکی داخل سس جوشان بیندازید به مدت نیم ساعت در ظرف را نگذارید (حرارت متوسط) سپس در ظرف را گذاشته و اجازه دهید کوفته ها کاملا پخته و سس غلیظ شود.

• طرز تهیه سس: کمی روغن در ظرف مناسبی ریخته و پیاز خرد شده را داخل آن تفت دهید سپس رب گوجه فرنگی، مقداری پوره گوجه فرنگی را اضافه و کمی تفت دهید، اکنون نمک، کمی آب لیمو ترش تازه و مقدار مناسبی آب اضافه کرده و بگذارید سس بجوشد. بعد از پخت می توانید روی کوفته ها کمی نعنا داغ بریزید. پن: اگر گوشت چرخ کردتون خیلی چرب بود حتما یک عدد تخم مرغ به مایع اضافه کنید.

... پیش غذا

• مهناز افخم

## فالافل سبز

• مواد لازم:

نخود: ۲ پیمانه (۲۴ ساعت خیس شود و چند بار آبش عوض شود، پوست نخود را نیازی نیست بکنید)  
گشنیز و جعفری: حدود ۲ پیمانه  
سیر: ۳ حبه  
پیازچه با ساقه: ۸ عدد  
آرد گندم: ۳ ق غ  
آب: ۴/۱ پیمانه  
بیکنینگ پودر: ۲ ق چ  
نمک و فلفل (سفید و قرمز)  
در صورت تمایل پودر تخم گشنیز

• طرز تهیه:

تمام مواد را با چرخ گوشت چرخ می کنیم و در آخر آب، آرد، بیکنینگ پودر و ادویه ها را اضافه کرده و مخلوط می کنیم. مایه فالافل را چند ساعت در یخچال بگذارید سپس از مایه به اندازه دلخواه (با دست یا قاشق اسکوپ بستنی یا قالب فالافل) برداشته و در روغن داغ با حرارت متوسط سرخ کنید. فالافل های سرخ شده را روی حوله های کاغذی آشپزخانه بگذارید تا روغن اضافه آن گرفته شود.



... دسر

• مهناز افخم

## چیز کیک باقلوا

• مواد لازم برای کراست:  
خمیر باقلوا: ۱۰ ورق  
کره: ۵۰ گرم  
مغز گردو: ۱۴۰ گرم  
• مواد لازم کرم پنیر:  
پنیر خامه ای: ۴۵۰ گرم

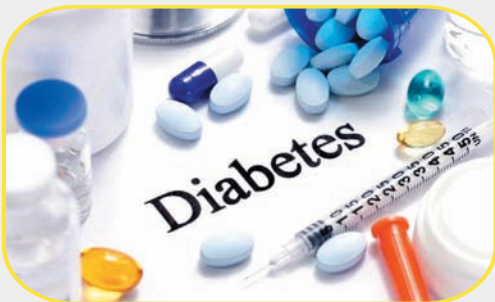
• طرز تهیه:

ابتدا گردوها را تست می کنیم و بعد از خنک شدن در دستگاه غذاساز می ریزیم تا گردوها مانند پودر نان یا بیسکویت شوند. برای تهیه کرم پنیر، پنیر خامه و شکر را با همزن برقی دو دقیقه هم می زنیم سپس آرد و تخم مرغ ها را یکی یکی اضافه و هر بار یک دقیقه هم می زنیم، اکنون خامه را اضافه کرده و فقط در حد مخلوط شدن هم می زنیم نه بیشتر، کره را ذوب می کنیم، کف و دیواره قالب گرد کمر بندی ۲۰ الی ۲۳ سانت را با کمی کره چرب کرده و با یک لایه خمیر می پوشانیم. روی خمیر کمی کره می مالیم و یک ورق دیگر خمیر روی آن قرار می دهیم سپس پودر گردو می پاشیم به همین ترتیب (یک ورق خمیر، کره، یک ورق خمیر و سپس گردو) ادامه می دهیم تا همه خمیر، کره و گردو تمام شود.





## این عادت‌ها را ترک کنید



**عدم فعالیت در آخر هفته:** فعال نبودن در روزهای آخر هفته و تعطیلات، یک عادت مرگبار است. این عادت غلط، با افزایش وزن شما، خطر ابتلا به دیابت را بیشتر می‌کند.

**قرار نگرفتن در معرض نور خورشید:** قرار گرفتن در معرض نور خورشید منافع زیادی برای شما دارد. این کار باعث افزایش سطح سروتونین - هورمون مرتبط با احساس شادی، می‌شود. مهم‌تر از همه، قرار گرفتن در معرض آفتاب باعث افزایش جذب ویتامین D در بدن می‌شود و خطر ابتلا به دیابت را کم می‌کند.

**عدم انجام ورزش‌های قدرتی:** این تمرینات، خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کم می‌کنند، حساسیت به انسولین را بهبود می‌بخشند و به تنظیم قند خون منجر می‌شوند.

کاهش خطر ابتلا به دیابت تنها با کاهش مصرف کربوهیدرات‌های فرآوری شده یا شیرینی‌ها میسر نمی‌شود. شما باید برخی از عادت‌ها را ترک کنید. شاید آنها را بی‌ضرر هم می‌دانید اما کنار بگذارید تا در معرض خطر ابتلا به دیابت قرار نگیرید. برخی از عادت‌ها روزانه سبب ایجاد مقاومت به انسولین شده و قند خون را افزایش می‌دهند. خوشبختانه ترک این عادت‌ها نه تنها دیابت را از شما دور می‌کند، بلکه به میزان قابل توجهی سلامت عمومی بدن را نیز بهبود خواهد بخشید.

شش عادت غلط روزانه ممکن است خطر ابتلا به دیابت را افزایش دهد: مواد غذایی حاوی نشاسته مانند ذرت و سیب‌زمینی برای سلامت مفید هستند و چون فیبر زیادی دارند به کاهش وزن کمک می‌کنند. با این وجود مصرف این غذاها با کربوهیدرات‌های ساده‌ای مثل برنج، خطر بالا رفتن قند خون را در مقایسه با مصرف آنها با سبزیجاتی مانند کلم، افزایش می‌دهد. بهتر است این گروه غذایی را با سبزیجات تیره رنگ مانند کلم و اسفناج ترکیب کرده و بعد میل کنید.

**نوشیدن قهوه:** برخی از افراد نوشیدن قهوه را یک عادت مضر می‌دانند در حالی که اینطور نیست. نوشیدن قهوه همراه با شیرین کننده‌های مصنوعی و خامه اگرچه مضر است، اما برخی محققان به این نتیجه رسیده‌اند که قهوه بدون این افزودنی‌ها خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کاهش می‌دهد.

**عدم مصرف پروبیوتیک‌ها:** احتمالاً می‌دانید که بین سلامت روده و سلامت کلی بدن ارتباط قوی وجود دارد. پروبیوتیک‌ها در این میان منجر به بهبود عملکرد دستگاه گوارش و سلامت روده‌ها می‌شوند. این را بدانید که سلامت روده‌ها خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کاهش می‌دهد.

## نکات طلایی برای پیشگیری از مسمومیت کودکان

۱. با خوراندن خودسرانه داروهای بدون تجویز پزشک، سلامت کودک خود را به خطر نیندازید.

۲. دارو، محصولات شوینده و فرآورده‌های آرایشی - بهداشتی را دور از دسترس کودکان در ارتفاع بالا و در کمد مجزه به قفل نگهداری کنید.

۳. از قرار دادن ظروف حاوی مواد شیمیایی در کنار مواد غذایی خودداری کنید.



۴. از قرار دادن مواد شوینده در کمدهای زیر ظرف‌شویی اجتناب کنید.

۵. از نگهداری محصولات خطرناک مثل ضدیخ، شیشه‌پاک‌کن، بنزین، نفت، سموم علف‌کش، سموم حشره‌کش و کودهای باغبانی در کمدهای بدون قفل در پارکینگ و حیاط منزل اجتناب کنید.

۶. تمامی سموم مورد استفاده در منزل را در ظروف با درب غیرقابل دسترسی کودکان نگهداری کنید.

۷. موادی مانند نفت و بنزین را در ظرف اصلی آن‌ها نگهداری کنید.

۸. برای پیشگیری از مسمومیت دارویی کودکان، از والدین خود بخواهید داروهای مصرفی خود را دور از دسترس کودکان نگهداری کنند.

۹. هنگام بیماری کودکان مراقب باشید تا دوز تکراری دارو به وی ندهید.

۱۰. برای کاهش تب در کودکان، داروی استامینوفن را بر اساس وزن و سن کودک و با مشورت پزشک و داروساز به کودک بدهید.

۱۱. از قرار دادن دارو در کیف‌دستی پرهیز کنید تا مانع خورده شدن دارو توسط کودکان شود.

۱۲. داروهای خود را در مقابل چشم کودکان مصرف نکنید، چرا که کودکان از رفتار بزرگسالان تقلید می‌کنند.

۱۳. اگر به کودک خود دارو می‌دهید به او توضیح دهید که این دارو است و از کلماتی مثل آب‌نبات، شکلات و یا خوراکی استفاده نکنید.

۱۴. داروها خصوصاً داروهای خوش طعم مخصوص کودکان را از دسترس آن‌ها دور نگه دارید.

۱۵. متأسفانه سالانه تعدادی از کودکان کشورمان به دلیل مصرف ناخواسته شربت متادون که در شیشه داروهای دیگری نگهداری می‌شده است به کام مرگ می‌روند.

۱۶. بسیاری از گیاهان و گل‌های آپارتمانی مانند خرزهره و دیفن باخیا، سمی هستند. مراقب باشید.

۱۷. از دسترسی کودکان به اسباب‌بازی‌های دارای باتری، خصوصاً باتری‌های دیسکی و مینی‌توری جلوگیری کنید، کودکان آن‌را می‌بلعند.

## اختلالات روانی در انتظار زنان باردار نوجوان است



دوران بارداری یکی از زمان‌هایی است که در آن سلامت روان زنان باردار بسیار آسیب‌پذیر می‌شود و این موضوع برای زنانی که در نوجوانی بارداری را تجربه می‌کنند، وخیم‌تر است. محققان درباره خطرات بارداری در نوجوانی تحقیقات زیادی انجام داده‌اند و دریافتند که برخی مداخلات از جانب روان‌پزشکان می‌تواند در بهبود اوضاع روانی ناسامان این دسته از مادران اثرگذار باشد. بر اساس تحقیقاتی که پروفسور سارا اسکین و همکارانش در دانشگاه «استلنباخ» آفریقای جنوبی انجام داده‌اند، مداخلات روان‌پزشکی در بهبود سلامت جسمی و روانی و همچنین ارتقاء مهارت‌های مادری زنان باردار نوجوان اثرگذار است. پروفسور اسکین و همکارانش بر داده‌های به‌دست آمده از مرکز تحقیقات پزشکی کتابخانه ملی ایالات متحده، داده‌های انجمن روان‌پزشکی آمریکا، داده‌های کتابخانه آنلاین تحقیقات آموزشی، مرکز داده‌های پزشکی و داروسازی و همچنین فهرست مرجع مقالاتی که در این رابطه نوشته شده‌اند، مطالعات مفصلی بر بیش از ۳ هزار نفر انجام دادند. این تحقیقات نشان داد که مداخلات روان‌شناسانه اثرات مثبت اندک و متوسطی بر سلامت روان نوجوانان باردار دارند و در مواردی باعث می‌شوند که این زنان نوجوان بتوانند به تحصیل خود در مدرسه ادامه دهند. در برخی موارد، مداخلات روان‌شناسانه به برطرف شدن اختلالاتی چون افسردگی و اضطراب، مصرف مواد مخدر، رفتارهای جنسی خطرناک، نیاز به مراقبت‌های جدی قبل و تولد نوزاد و همچنین ارتقاء مهارت نگهداری از کودک کمک کرد. هیچ مطالعه‌ای

درباره اثر مداخلات روان‌شناسانه در پیشگیری از آسیب به خود و اقدام به خودکشی، پیشگیری از رفتارهای پرخطرانه، مخرب و اعتراضی یا درباره پیشگیری از آسیب دین از جانب همسر انجام نشد.

با اینکه مداخلات روان‌شناسانه در زمینه بازگرداندن مادران نوجوان به مدرسه اثرگذار هستند، ولی شواهدی که نشان دهند این مداخلات می‌توانند بر ارتقاء سلامت روان، پیشگیری از بروز اختلالات، پیشگیری از آسیب به خود و همچنین پیشگیری از سایر رفتارهای پرخطر از جانب نوجوانان باردار اثر بگذارند، به ندرت یافت می‌شوند. بنابراین ضروری است که یک سیستم روان‌شناسی اثرگذار طراحی شود که بتواند زنان باردار نوجوان و شبکه ارتباطی آنها را همواره زیر نظر داشته باشد؛ به‌ویژه آنکه زنانی که در کشورهای کم‌درآمدتر زندگی می‌کنند، وضعیت روانی ناسامان‌تری دارند و حمایت روانی از آنها ضروری‌تر است.

## رابطه مسواک زدن و کاهش ذات‌الریه



برای بیماران بستری در بیمارستان‌ها که بدون کمک، قادر به مسواک زدن نیستند، مشخص شده است که میزان ابتلا به ذات‌الریه در بیمارستان‌ها در بیمارانی که روزانه دو بار یا بیشتر مسواک می‌زدند، پایین‌تر بوده است.

ذات‌الریه بیمارستانی یک عفونت ریوی متداول اما کشنده است که می‌تواند موجب وخامت حال بیشتر بیماران در بیمارستان شود. مطالعات انجام شده در سطح جهانی نشان داده است که میزان ابتلا به این التهاب ریوی بین یک در ۵۰ تا یک در ۲۰۰ در کل پذیرش‌های بیمارستانی متفاوت است. این تحقیق تأکید می‌کند که هرچند بیمارستان‌ها بسیار تلاش می‌کنند از گسترش پاتوژن‌ها جلوگیری کنند، اما وارد کردن مسواک زدن در برنامه بیماران تحت مراقبت و تشویق سایر بیماران به انجام این کار ممکن است یک راه کم‌هزینه برای بهبود بهداشت دهانی و کاهش موارد ذات‌الریه باشد. این بررسی‌ها نشان داده است که مسواک زدن موجب کاهش قابل ملاحظه موارد ذات‌الریه در بیماران تحت حمایت‌های تنفسی شده است.

ذات‌الریه یا پنومونی نوعی التهاب و مایع در ریه‌ها است که به دلیل عفونت باکتریایی، قارچی یا ویروسی تنفس را دشوار می‌کند. به این بیماری ریوی که با تب و سرفه مداوم همراه خواهد بود سینه پهلو هم می‌گویند. پنومونی یک بیماری ریوی حاد و مزمن محسوب می‌شود که فرد دچار تب یا سرفه شدید با مخاط زرد، سبز و خونی خواهد شد. متخصصین در امور بیماری عفونی در این خصوص داده‌های مربوط به ۱۵ آزمایش بالینی را جمع‌آوری کردند. در این آزمایش‌ها افراد دندان‌های خود را چند بار در روز مسواک زدند یا دهان خود را با دهان‌شویه ضدعفونی کننده با آب نمک شستشو دادند.

منطق حفظ بهداشت دهان و دندان کاملاً روشن به نظر می‌رسد - پاکیزه کردن دهان و دندان می‌تواند از انتقال باکتری یا سایر عوامل بیماری‌زا از طریق حلق و بروز عفونت‌های ریوی مانند ذات‌الریه جلوگیری کند. با این حال تاکنون شواهد و مدارک موجود تا حدی متناقض بوده است؛ بخصوص





کیفیت رابطه مهم تر است یا کمیت آن؟

## زندگی یک زوج شاغل

• شیما اسکندری

مشاور خانواده - طر حواره در مانگر

### نتیجه پژوهش‌ها

این دو مثال را در ذهن خود داشته باشید تا برایتان از نتیجه پژوهش‌هایی بگویم که روی تعداد و میزان روابط آدم‌ها متمرکز بوده‌اند. در این پژوهش‌ها ثابت شده است که هرچقدر کیفیت رابطه‌ای که آدم‌ها در آن قرار دارند، بالاتر باشد، میزان نیاز آنها به ارتباط را می‌تواند در کمترین تعامل در آن رابطه تامین کند و سلامت روان فرد را مثبت نگه دارد. فرض کنید وقتی شما یک دوست صمیمی دارید و کیفیت رابطه‌تان با آن فرد بقدری بالاست که اگر دیر به دیر هم او را ببینید یا با او صحبت کنید، برایتان کفایت می‌کند، انگار نیازی در درون شما برای وجود آدم‌های دیگر و شلوغ کردن اطرافتان باقی نمی‌ماند.

همین مثال را در زندگی یک زن و شوهر در نظر بگیرید، وقتی کیفیت رابطه بالاست، فهم و درک متقابل وجود دارد، هر دو برای یکدیگر یک دل‌بستگی امن ایجاد کرده‌اند و شونده‌های خوبی برای هم هستند، پس با همان تعامل کوتاه در شبانه روز، وجود یکدیگر را پر از عشق و احساس امنیت می‌کنند و رضایت و شادی درونی‌ای را از این رابطه تجربه می‌کنند که دیگر جایی برای دعوا، روابط متعدد، گله و شکایت و نارضایتی باقی نمی‌ماند.

### تعداد دوستان صمیمی

تا به حال کسی از شما پرسیده که چند دوست صمیمی دارید؟ آیا تعداد دوستان صمیمی شما و همسران یا اطرافیان تان، این دیدگاه را در شما ایجاد کرده که فلانی فقط یک یا دو دوست صمیمی دارد پس احتمالا فردی است که مهارت‌های ارتباطی اش ضعیف است! یا نکند افسردگی دارد که خودش را وارد روابط گسترده با آدم‌ها نمی‌کند؟! و بعد پیش خودتان هزار برچسب و اما و اگر به آن اضافه کرده‌اید.

### دستان دور و دل‌های نزدیک

اینجاست که یاد تمام شعرها و داستان‌های ادبیات غنی ایرانی، در ذهنمان نقش می‌بندد و متوجه می‌شویم که انگار نیاکان و گذشتگان ما هم این مورد را در رابطه‌های انسانی تجربه کرده‌اند. انگار آن‌ها هم می‌دانستند که مهم نیست چقدر از یار و دلداری و رفیق خود دور باشیم، اگر دل‌هایمان به همدیگر نزدیک باشند، بقدری می‌توانیم از رابطه هرچند کوتاه با همان فرد انرژی بگیریم که شاید اگر ده نفر هم شبانه روز در حال خوشگذرانی و خنده و شادی در کنار ما باشند، حتی نتوانند رضایت ما از یک ساعت صحبت از راه دور با رفیق واقعی خودمان را، به ما بدهند.

### هشدار!

ممکن است آنچه در بالا گفتیم باعث شود که افرادی که وارد آشنایی‌ای پیش از ازدواج با یک نفر در کشور یا شهری دورتر از خودشان شده‌اند، دچار خطا شوند و پیش خودشان بگویند که وقتی من از آن فرد انرژی خوبی می‌گیرم پس همین کافیست! باید بگویم کاملا اشتباه می‌کنید، دور بودن از فردی که قبلا او را شناخته و انتخاب کرده‌اید با دور بودن از فردی که می‌خواهید از راه دور او را بشناسید کاملا متفاوت است.

### کیفیت را اولویت قرار دهید

بله، اگر از همسران ساعت‌های زیادی از روز یا روزهای زیادی از ماه راه دور هستید ولی همچنان از وجود یکدیگر انرژی می‌گیرید، اگر فقط یک یا دو دوست صمیمی دارید و رضایت زیادی از همصحبتی‌های هرچند کوتاه با او دارید، فکر نکنید که حتما مشکلی دارید، اتفاقا برعکس، شما افراد یا فرد بسیار امنی را در زندگی خود دارید که می‌توانید با او به رضایتی برسید که دیگران از رابطه با ده‌ها نفر آن سطح از رضایت را شاید نداشته باشند. پس کیفیت یک رابطه، بسیار مهم‌تر از کمیت آن است.

هرچقدر کیفیت رابطه‌ای که آدم‌ها در آن قرار دارند، بالاتر باشد میزان رضایتمندی آن‌ها از آن رابطه بیشتر است





پدر و مادرها از کودکان انتظار معجزه دارند

## آیا کودکم تغییر می‌کند؟

### • عاصفه الهوردی

دانشجوی دکترای تخصصی روانشناسی  
روان‌درمانگر خانواده و زوجین

### سن کودک

این لیست‌ها بر طبق سن کودک می‌تواند کوتاه یا بلند باشد. اگر کودک شما زیر ۵ سال دارد، سه مورد از این لیست برای تغییر رفتار در او را در نظر بگیرید و بقیه را در نوبت‌های بعد وارد توقعات خود کنید.

### مشخص و واضح

توجه داشته باشید که این لیست نباید پر از جمله‌های نامفهوم باشد. مثلاً: «مرتب کردن اتاق» یا «سر وقت نوشتن مشق‌ها» یا «رفتار درست با دوستان» چرا که کودک در انجام آنها با ناکامی مواجه خواهد شد و تلاشی برای انجام آنها نمی‌کند.

### تغییر آهسته

بهتر است جمله‌ها را به این شکل تغییر دهید: «دوستانتان را کتک نزنند و وسایل آنها را برندارد. فحش و حرف بد نزنند. چیزی را که از اتاقش برمی‌دارد، سر جای اولش بگذارد». این نکته را از یاد نبرید که هرگز نمی‌توانید از کودک انتظار داشته باشید که تمامی رفتارهایش را تغییر دهد. پس اولویت‌ها را در نظر بگیرید.

### انتخاب تعداد

از هر کدام از این دو لیست مهم‌ترین‌ها را انتخاب کنید برای کودکان ۴ و ۵ ساله ۳ مورد، کودکان ۶ و ۷ ساله ۴ یا ۵ مورد. کودکان بزرگتر از ۷ ساله حداکثر تا ۷ مورد را مشخص کنید. پس از اینکه رفتاری در کودک نهادینه شد، می‌توانید دوباره از این لیست‌ها یکی را وارد لیست اصلی کنید.

### تکنیک‌ها

برای تغییر در کودک باید از تکنیک حساسیت زدایی منظم استفاده کنید. مثلاً برای مرتب شدن اتاق کودک، ۴ درصد در مرحله اول از او بخواهید که کتاب‌هایش را سر جای خود بچیند. در مرحله دوم لباس‌ها و در مرحله بعد اسباب‌بازی‌ها و هر کدام از این‌ها قدم‌های اول، وسط و آخر داشته باشد. تکنیک قدم به قدم در مورد دستشویی رفتن، ترس از گربه، سوسک، حشرات و مشکل در برقراری ارتباطات اجتماعی و مرتب کردن اتاق بسیار کمک کننده است. هر بار که او تلاشی برای انجام این اولویت‌ها می‌کند او را به اندازه همان تلاش تشویق کنید.

### تشویق با اقتصاد تونی

برای اینکه کودک به بهترین روش تشویق شود لیست کارهایی را که از او توقع دارید انجام دهد، پشت سر هم بنویسید. سپس برای کودکان زیر ۵ سال جدولی با ۵ خانه، برای ۵ ساله‌ها جدولی با ۱۰ خانه، برای ۶ ساله‌ها با ۱۵ خانه، برای ۷ ساله‌ها با ۲۰ خانه و برای سنین بالاتر با ۳۰ خانه تهیه کنید. برایش توضیح دهید که اگر هر بار از لیست کارهای مورد انتظار شما تعداد زیادی تیک بخورد، مثلاً از ۳ فعالیت ۲ فعالیت، از ۴ فعالیت ۳ فعالیت و از ۵ فعالیت ۳ یا ۴ فعالیت تیک بخورد، به او یک ستاره می‌دهید. اگر تمام خانه‌های جدول پر شود در نهایت برایش یک بستنی به عنوان جایزه بخرید. پس از اینکه این جدول تمام شد بلافاصله جدول بعدی را با همان تعداد خانه و به همان شکل تهیه کنید و بارها و بارها ادامه دهید، تا این رفتار در کودک شکل بگیرد.

### تنبیه

همه کتاب‌های تربیت کودک معتقدند که تنبیه در واقع ارائه محرک ناخوشایند و یا حذف یک محرک خوشایند است. دو روش برای ارائه محرک ناخوشایند وجود دارد. یکی از آنها تمرین فعالیت، یا نشستن روی صندلی تنهایی است.

مهم این است که پس از رفتار نادرست کودک از او بخواهید روی صندلی بنشیند و پس از تمام شدن مدت مورد نظر از او بخواهید که بگوید برای چه منظور روی صندلی نشسته است. روش دوم، محرومیت است. در مورد تنبیه و روش‌های آن در هفته آینده صحبت خواهیم کرد.

مادر و پدرها اغلب انتظار دارند که با یک حرکت دست، کودکشان متوجه شود آنها چه می‌خواهند و تمام اشتباهات او به یکباره حذف شود. غافل از اینکه حتی تشویق و تنبیه به جا و به موقع هم نمی‌تواند در اکثر موارد رفتارهای کودک را به صورت معجزه وار تغییر دهد. برای اینکه رفتاری در کودک تغییر کند، پدر و مادر باید هزینه‌های زمانی و روانی بدهند و وقتی والدین با این شکایت به دفتر مراجعه می‌کنند که از رفتارهای کودکشان خسته شده‌اند و به دنبال تغییر آنها هستند، معمولاً از آنها می‌خواهم در وهله اول با کمک بازی‌خلاق، قصه و داستان موضوع را با کودک مطرح کنند و اگر بتوانند از راه حل مسئله به موضوع نگاه کنند، می‌توانند از کودک توقع داشته باشند که در دراز مدت مسائل و موضوعات ناراحت‌کننده، هیجان آور و فشار آور را حل و فصل کنند.

### لیست انتظارات

معمولاً والدین می‌خواهم به صورت جداگانه هر یک دو لیست از رفتارهای کودک را تهیه کنند لیست اول مواردی است که از او انتظار دارند انجام دهد (سبز) و لیست دوم مواردی که توقع دارند کودک این موارد را دیگر انجام ندهد (قرمز). علت اینکه از پدر و مادر به طور جداگانه می‌خواهم این لیست‌ها را تهیه کنند، این است که بتوانم آنها را در قوانین خانه با هم هماهنگ کنم. آنها وقتی لیست‌های همدیگر را می‌بینند، متوجه می‌شوند که در چه مواردی با هم اتفاق نظر ندارند و کدام یک سخت‌گیرتر و کدام یک سهل‌گیرتر است.

### والدین متفاوت

به همین ترتیب والد غرغرو، والد وسواسی و والد امر و نهی کن هم مشخص می‌شود. بارها و بارها به والدین یادآوری می‌کنم که باید دستورالشان کوتاه و واضح باشد. طوری که کودک توان انجام آنها را داشته باشد. پس نوشتن واژه‌های گنگی مثل: «توقع دارم کودکم رفتار خوب باشد یا کار بدی نکند یا مسئولیت پذیر باشد»، هیچ کمکی نمی‌کند.

### والدین باید دستورالشان کوتاه و واضح

باشد. تا کودک توان انجام آنها را داشته

باشد







## روزانه حدود ۲ هزار دستگاه کامیون در اردکان یزد بازرگاری می شود

# آلودگی هوا؛ تحفه واحدهای صنعتی برای ساکنان اردکان



سرویس شهرستان‌ها: ساکنان اردکان، این شهر صنعتی ۱۶۰ هزار نفری، چند سالی است که با شرایط خطرناک آلودگی هوا روز و شب را سپری می‌کنند که این معضل با اعتراض‌های آن‌ها و حتی فرمانداری روبرو شده است به نحوی که فرماندار اردکان در تازه‌ترین اظهاراتش برای رفع دفعه‌های شهروندان و انعکاس مطالبات آنان به مقامات مربوطه قول پیگیری داده و خطرات ناشی از آلودگی هوا بر سلامت روحی و جسمی مردم را یادآور شده است.

به‌ازعسکری

خبرنگار اطلاعات در یزد



حسین سبزواری فرماندار اردکان درباره آلودگی هوای این شهرستان در گفتگو با «اطلاعات» می‌گوید: معضلی که اکنون ساکنان اردکان

با آن مواجهند، آلودگی هواست که رفع آن، مطالبه جدی مردم است. آلودگی هوا طی سال‌های سال پدید آمده است و بخش عمده‌ای از دلایل آن صنعتی شدن این شهرستان است، در واقع نه فقط صنعت به تنهایی، بلکه هر آنچه که مربوط به صنعت است هم به آلودگی هوا کمک می‌کند. به عنوان مثال مینی بوس سرویس‌های کارکنان کارخانه‌ها هم آلودگی تولید می‌کند و همچنین روزی قریب به ۲ هزار دستگاه کامیون در شهرستان اردکان بازرگاری می‌شود که آلودگی دارند. از سویی دیگر ماشین‌آلات صنعتی هم آلودگی ایجاد می‌کنند.

### پیامدهای صنعتی شدن اردکان

سبزواری ادامه می‌دهد: اردکان به یک شهر صنعتی بدل شده است و همه متأثر از آلودگی هوای آن هستیم، اما سؤال این است که باید چه کنیم تا آلودگی هوا رفع شود؟ که بخشی از راهکارهای آن در شهرستان، بخشی در استان و بخشی هم در حوزه کشوری است.

فرماندار اردکان درباره اقدامات انجام شده برای کاهش آلودگی هوا در شهرستان اردکان اظهار داشت: برای نخستین بار کارگروه مشورتی محیط زیست رادر شهرستان اردکان تشکیل دادیم که مشکل از متخصمان دانشگاهی در حوزه‌های آلودگی هوا، آب، محیط زیست و حیات وحش است، پنجشنبه هر هفته هم اعضای کارگروه جلسه دارند و موضوعات زیست محیطی را رصد و درباره آن‌ها مشور می‌کنند و تصمیماتی اخذ می‌شود. سبزواری یک از تصمیم‌های اتخاذ شده کارگروه زیست محیطی اردکان را احصای

سنگ شکن‌ها در این شهرستان اعلام می‌کند و می‌گوید: افزون بر ۶۰ سنگ شکن در حوزه صنعت و معدن در این منطقه فعالیت دارند که به وجودآورنده آلودگی هواست و نخستین تصمیم مسقف شدن سنگ شکن‌ها و استفاده از ساکنین با هدف کاهش آن است.

### صدر مجوز فعالیت ۲ هزار واحد صنعتی

سبزواری در مورد فعالیت‌های صنعتی در اردکان می‌گوید: از طرف استان یزد در دشت یزد، اردکان ۳ هزار واحد صنعتی درخواست مجوز فعالیت

داشته‌اند که به ۲ هزار واحد آن‌ها مجوز می‌کند و می‌گوید: افزون بر ۶۰ سنگ شکن در حوزه صنعت و معدن در این منطقه فعالیت دارند که به وجودآورنده آلودگی هواست و نخستین تصمیم مسقف شدن سنگ شکن‌ها و استفاده از ساکنین با هدف کاهش آن است.

### صدر مجوز فعالیت ۲ هزار واحد صنعتی

سبزواری در مورد فعالیت‌های صنعتی در اردکان می‌گوید: از طرف استان یزد در دشت یزد، اردکان ۳ هزار واحد صنعتی درخواست مجوز فعالیت



تولید آلوده‌های خطرناک توسط واحد های صنعتی شهرستان اردکان

عکس: ایرنا

داشته باشد. دوم این که بسیاری از جلسات کارگروه اضطرار استان یزد به پیشنهادهای اردکان تشکیل و نخستین بار فرماندار اردکان درباره اقداماتی که در این شهرستان برگزار شد تا مدیران استانی با دفعه‌های مردم آشنا شوند، لذا درخواستی که از مسئولان استانی و کشوری داریم، تقویتی اختیار درباره تشکیل کارگروه اضطرار است، اگر بخشی از اختیارات کارگروه اضطرار نظیر ساعات کار صنایع، ادارات، مدارس، باید صنعت آنها، هایتک باشد، یعنی با کمترین نیروی انسانی، کمترین آلودگی و کمترین میزان آب خواهی

سبزواری ادامه می‌دهد: طی ۲ سال گذشته تلاش‌های ما در این باره هنوز نتیجه‌ای نداشته و با موانع قانونی مواجه شده است. **معرفی ۲ مدیر متخلف به مراجع قضایی** سبزواری با بیان این که محیط زیست شهرستان اردکان انصافاً فعالیت‌های خوبی داشته و در ۲۰ روز گذشته نزدیک به ۸۰ مورد نظارت داشته است و چندین مورد کشت و پایش‌های مشترک داشته‌ایم، ادامه می‌دهد: در همین و انقلاب اردکان هم با بیان این که آلودگی

قضایی معرفی شدند و افزون بر ۵۰ مورد برای واحدهای صنعتی تولیدکننده آلوده اختار صادر شده است و ممانعاتی در این باره نخواهد بود. فرماندار اردکان درباره اقدامات بلند مدت برای کاهش آلودگی هوا می‌گوید: نخستین موضوع تعریف حریم زیست محیطی شهرستان اردکان است که حریم زیست محیطی آن قریب به ۴۰ کیلومتر تعریف شده و مجوز پهنه جدید صنعتی هم صادر شده تا در منطقه‌ای در فاصله ۴۰ کیلومتری نقاط سبکوتنی و شهری اردکان تشکیل شود. اگر زیرساخت‌های پهنه جدید صنعتی تشکیل شود، صنایع آلوده به آن سمت منتقل می‌شوند و صنایعی که در جوار شهر قرار دارند، حذف خواهند شد.

سبزواری می‌افزاید: برای برخی از صنایع که وارد لیست صنایع آلوده می‌شوند، عوارضی را در نظر می‌گیرند که به حساب شهرداری‌ها و دهیاری‌ها واریز می‌شود تا از بخشی از آن را برای برنامه‌های زیست محیطی هزینه کنند. فرماندار اردکان با بیان این که در فصل زمستان به طور جدی‌تری با آلودگی هوا مواجه هستیم، می‌افزاید: از ساعات ابتدایی روز تا ساعت تقریباً ۱۱ صبح به علت پایداری هوا و وارونگی و پایداری جو مشکلات بیشتری به وجود می‌آید، آیا باید مدارس را نوبت عصر کنیم، یا این که ادارات فعالیت‌هایشان را دیرتر شروع کنند، که تصمیم گیری در این مورد به این سادگی نیست.

سبزواری می‌گوید: اقدام بعدی کاهش و حذف برخی از معافیت‌های مالیاتی است، چرا باید طی ۳۰ سال مجموعه دشت یزد اردکان محل تجمع صنایع آلوده باشد؟ از بل راه‌آهن تا «عقد» مشمول طرح معافیت مالیاتی بوده و ابزاری برای تسهیل سرمایه‌گذاران بوده است که این ابزار امروز باید حذف شود.

### واقعیت زندگی در آلوده‌ترین‌های اردکان

علی محمد دشتکیان، دادستان عمومی و انقلاب اردکان می‌گوید: آلودگی

هوا در این شهرستان غیرمعمول می‌باشد که اجرای سریع، صریح و شفاف قانون، تنها راه کاهش آن است، می‌افزاید: شرایط شهرستان اردکان به گونه‌ای شده که لازم است کمیته اضطرار آلودگی هوا در آنجا با محوریت مسئولان آن تشکیل شود و در کوتاه‌ترین زمان تصمیم‌گیری کند. دشتکیان می‌گوید: توقف و تعلیق همه طرح‌های صنعتی فاقد مجوزهای زیست محیطی از دیگر الزامات اجرایی برای کاهش آلودگی هوای اردکان است.

وی با اشاره به این که مسئولیت‌های اجتماعی صنایع باید انجام و به طور شفاف به اطلاع مردم رسانده شود، تاکید می‌کند: هرگونه تصمیمی باید در چارچوب قانون و بعد از اخذ مجوز انجام شود و امکانات محیط زیست اردکان باید پیش از پیش تقویت شود و تمامی مسئولان اجرایی و نظارتی از تصمیمات محیط زیستی حمایت کنند.

محمد دهستانی، یکی از شهروندان اردکانی هم تاکید می‌کند: یکی از مشکلات زیست محیطی اردکان توفان‌های گرد و غبار و ریزگردها می‌باشد که بسیار آسیب‌پذیر است، چرا که در این ریزگردها ذرات آلودگی ناشی از صنایع هم خواه ناخواه وجود دارد. به طور حتم برخاستن گرد و غبار در مسیر غالب باد بیشتر است که با بناهای بلندمرتبه و بالا بردن پوشش گیاهی و دیگر عوامل مثل می‌توان آن را کاهش داد.

دهستانی می‌افزاید: به منظور مدیریت کنترل آلودگی هوا از ابزارهای اقتصادی و کنترلی مانند پرداخت یارانه، سیستم اخذ مالیات، قوانین و جرایم آلودگی هوا، طرح جامع کاهش آلودگی هوا و ایجاد هسته‌های محیط زیستی می‌توان استفاده کرد.

مرتضی عابدی، دیگر شهروند اردکانی می‌گوید: آلودگی هوا در اردکان بیداد و شایع انواع بیماری‌ها هر روز خانواده‌ای را داغدار می‌کند، درد است که شهر خود، اردکان را این گونه مدفون در آلودگی هوا ببینی و هیچ اقدام عملی هم برای کاهش آلودگی هوا و کنترل آلوده‌سازهای شرق و غرب شهر نمی‌بینی.

### آگهی مزایده عمومی

**شرکت پدیده تابان سرمایه** در نظر دارد، یک دستگاه تاورکرین بانگ مانو مدل S170-27 در شهر بایلسر را از طریق مزایده عمومی به فروش برساند. لذا علاقه‌مندان به شرکت در مزایده دعوت به عمل می‌آید جهت دریافت اسناد مزایده (در شهر تهران) و همچنین بازدید حضوری (در شهر بایلسر) با شماره ۹۱۹۳۳۹۸۵ تماس حاصل نموده و حداکثر تا مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۲۱ نسبت به ارائه پیشنهادات خود اقدام نمایند.

### آگهی مزایده عمومی

**شرکت پدیده تابان سرمایه** در نظر دارد، حدود ۹۰ تن میلگرد (در سایزهای مختلف) در شهر بایلسر را از طریق مزایده عمومی به فروش برساند. لذا علاقه‌مندان به شرکت در مزایده دعوت به عمل می‌آید جهت دریافت اسناد مزایده (در شهر تهران) و همچنین بازدید حضوری (در شهر بایلسر) با شماره ۹۱۹۳۳۹۸۵ تماس حاصل نموده و حداکثر تا مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۲۱ نسبت به ارائه پیشنهادات خود اقدام نمایند.

**آگهی مناقصه عمومی**

**شرکت فزرسازی زر (سهامی عام)** عضو گروه خودرو سازی سایپا در نظر دارد خدمات حمل و نقل بار شهری و برون شهری خود را از طریق برگزاری مناقصه عمومی به پیمانکاران واجد شرایط واگذار نماید. بدینوسیله از پیمانکاران حمل و نقل دعوت می‌گردد، در صورت تمایل جهت دریافت اسناد شرکت در مناقصه، همه روزه به استنشاه روزهای تعطیل از ساعت ۸ الی ۱۵ با در دست داشتن معرفی نامه به واحد خرید شرکت، واقع در کیلومتر ۱۵ جاده قدیم تهران - کرج، جنب شرکت زامیاد مراجعه نموده و برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۰۵-۴۴۲۳۱۹۰۵ داخلی‌های ۲۶۱ یا ۲۵۲ تماس حاصل نمایند.

**مهلت در یافت اسناد مناقصه**

**تا پایان وقت اداری مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۲۵ می‌باشد.**

**شرکت فزرسازی زر (سهامی عام)**

**سیم‌گ**

**۱- نام و نشانی مناقصه گزار:** شرکت پتروشیمی سیم‌گ ماهشهر (سهامی خاص) واقع در تهران، سعادت‌آباد، بلوار دریا، خیابان صرافهای جنوبی، خیابان شهید نفیسی شرقی، پلاک ۱۲، طبقه اول

**۲- موضوع مناقصه:** خرید تعداد ۵ دستگاه لیفتراک دوگانه سوژ ۲۰۱۲ و ۶ دستگاه لیفتراک دوگانه سوژ ۱۲۰۵

**۳- زمان، مهلت و محل دریافت اسناد مناقصه:** مناقضیان شرکت در مناقصه می‌توانند از تاریخ درج این آگهی تا پایان وقت اداری مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۲۵ در ساعات اداری جهت دریافت اسناد مناقصه به آدرس: تهران، سعادت‌آباد، بلوار دریا، خیابان صرافهای جنوبی، خیابان شهید نفیسی شرقی، پلاک ۱۲، طبقه اول دفتر مدیریت شرکت پتروشیمی سیم‌گ ماهشهر مراجعه نمایند.

**۴- محل و مهلت و محل تحویل اسناد مناقصه:** مناقضیان می‌بایست حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۲/۱۰/۲۷ در ساعات اداری نسبت به ارسال نامه درخواست اعلام آمادگی خود به همراه مدارک ثبتی شرکت (اساسنامه، آگهی ثبت، آگهی تأسیس، آخرین تغییرات مندرج در روزنامه رسمی، گزارش حسابرسی و صورت‌های مالی...)، مشخصات مفصّل شرکت (موضوع، وسایل مستندات درخواست شده در اسناد مناقصه به آدرس ذکر شده اقدام نمایند.

**آگهی مزایده عمومی فروش سهام**

**بانک رفاه کارگران**  
REFAH KARGARAN BANK

**شرکت پتروشیمی تبریز**

**شماره ۱۴۰۲/۰۳**

**بانک رفاه کارگران در نظر دارد نسبت به فروش ۴/۵ درصد از سهام شرکت پتروشیمی تبریز (سهامی عام) به تعداد ۲۲۴,۲۵۲,۴۴۳ سهم به ارزش ۲۲۴,۲۵۲,۴۴۳ ریال از طریق برگزاری مزایده عمومی به اشخاص حقیقی و حقوقی ذیصلاح اقدام نماید.** مناقضیان خرید سهام مزبور می‌توانند از تاریخ انتشار این آگهی حداکثر تا پایان وقت اداری روز پنجشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۲۱ با در دست داشتن معرفی‌نامه کتبی مشتمل بر درج شماره شناسه ملی (اشخاص حقوقی) به همراه کد ملی (اشخاص حقیقی) در ساعات اداری به اداره سرمایه‌گذاری و امور مجامع شرکت‌ها بانک، به آدرس: تهران، بلوار کشاورز، رو به روی بیمارستان پارس، ساختمان بانک رفاه کارگران، اداره سرمایه‌گذاری و امور مجامع شرکت‌ها بانک مراجعه و اسناد مزایده را دریافت نمایند (شماره‌های تماس: ۰۲۱۴۱۳۷۳۳۲۳ - ۰۲۱۴۱۳۷۳۳۱۰).

**شرایط شرکت در مزایده:**

۱- ارزش پایه معامله و شرایط پرداخت ثمن معامله به شرح جدول ذیل به اطلاع مناقضیان می‌رسد.

نام شرکت	سرمایه ثبت شده	تعداد سهام قابل واگذاری	قیمت پایه کل سهام قابل واگذاری <sup>(۱)</sup>	مبلغ سپرده شرکت در مزایده <sup>(۲)</sup>	شرایط واگذاری <sup>(۳)</sup>
	۶,۹۸۷,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰		۲۲۴,۲۵۲,۴۴۳	۱۲,۴۸۲,۵۶۳,۷۳۴,۷۰۹	به صورت نقد و اقساط با شرایط ۵+ درصد نقد (نقدی) و الباقی اقساط ماهانه طی دو سال (جمعا ۲۴ قسط) با نرخ سود ۲۳ درصد
<sup>(۱)</sup> براساس قیمت پایه کارشناس رسمی دادگستری معادل ۵۵,۶۶۳ ریال به ازای هر سهم، برآورد گردیده است.					
<sup>(۲)</sup> سپرده شرکت در مزایده معادل ۱۰ درصد حصة نقدی برآورد گردیده است.					
<sup>(۳)</sup> قیمت اعلامی، قیمت پایه بوده و اولویت واگذاری به ترتیب: ۱- با خریدارانی است که متقاضی خرید نقدی بوده و قیمتی بالاتر از قیمت پایه را پیشنهاد نمایند. ۲- با خریدارانی است که قصد نقدی بیشتر و قیمتی بالاتر از قیمت پایه را پیشنهاد نمایند.					

۲- سپرده شرکت در مزایده معادل ۱۰ درصد حصة نقدی معادل ۱۲۸,۱۸۶,۷۳۶ ریال می‌باشد که می‌بایستی بصورت وجه نقد واریزی به حساب شماره ۵۰۰۰۱۴ به نام اداره حسابداری نزد شعبه پردیس بانک رفاه کارگران یا ضمانتنامه بانکی معتبر شرکت در مزایده، غیر از بانک رفاه کارگران با اعتبار سه ماهه بصورت عندالمطالبه قابل تمدید و بی قید و شرط ارائه گردد. حق فروشنده جهت بررسی، قبول یا رد درخواست اصلاح متن ضمانتنامه در مهلت محدود، محفوظ و متقاضی مکلف به رعایت آن است.

۳- مناقضیان می‌بایست پیشنهادات خود را نسبت به کل سهام عرضه شده، حداکثر تا پایان وقت اداری روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۲۴ به نشانی اعلام شده فوق تحویل و رسید دریافت نمایند. بدیهی است به پیشنهاداتی که بعد از موعد مقرر واصل گردد ترتیب اثر داده نخواهد شد.

۴- شرکت در مزایده به معنی اطلاع و آگاهی کامل متقاضی نسبت به شرایط شرکت بوده و خریدار با شرکت در مزایده کلیه اختیارات خصوصاً خیاب غبن ولو فاقش را از سوی خود سلب و اسقاط می‌نماید.

۵- چنانچه برنده مزایده طرف مهلت مقرر از تاریخ ابلاغ توسط مزایده گذار نسبت به امضای قرارداد تدوین شده توسط حوزه ولیعصر (عج)، نرسیده به میدان وثک، ساختمان بانک رفاه کارگران متوجه اقدام ننماید، هیچگونه ادعایی نسبت به سپرده شرکت در مزایده نخواهد داشت و مزایده گذار می‌تواند ضمانت نامه بانکی ارائه شده را به نفع خود ضبط نماید.

۶- پاکت‌های مزایده در ساعت ۱۰:۰۰ صبح روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۰۲ در سالن جلسات بانک واقع در تهران، خیابان ولیعصر (عج)، نرسیده به میدان وثک، ساختمان بانک رفاه کارگران متوجه خواهد گردید. حضور پیشنهاد دهنندگان یا نماینده قانونی آنان در جلسه با ارائه مدارک شناسایی یا معرفی نامه معتبر، مجاز می‌باشد. در جلسه مزبور صرفاً خریداران حائز رتبه‌های اول و دوم معرفی گردیده و برنده نهایی متعاقباً اعلام خواهد شد.

۷- استرداد سپرده شرکت در مزایده برنده دوم (وجه نقد) ضمانتنامه بانکی معتبر-وقف بند (۲) منوط به انعقاد قرارداد و تسویه کامل بخش نقدی ثمن معامله و دریافت اسناد تضمین از برنده اول مزایده می‌باشد. سپرده شرکت در مزایده سایر مزایده‌گران پس از برگزاری جلسه مزایده مسترد می‌گردد.

۸- فروشنده در رد یا قبول هر یک از کلیه پیشنهادات واصله مختار است.

**آگهی مزایده ۰۴-۱۴۰۲ (ضایعات تولیدی)**

**شرکت قابلهای صنعتی ایران خودرود** در نظر دارد نسبت به فروش ضایعات تولیدی کلیه اشکال ورق‌های دم چیچی ناشی از فرآیند تولیدی بر مبنای قیمت کارشناسی اقدام نماید.

**تاریخ بازدید و ارائه پیشنهاد:** از تاریخ ۱۴۰۲/۱۰/۱۶ تا پایان وقت اداری ۱۴۰۲/۱۰/۲۳

**ساعت بازدید:** از ساعت ۸ الی ۱۵

**محل مزایده:** کرج کیلومتر ۱۵ نوابان کرج فزین، شرکت قابلهای صنعتی ایران خودرود

**تلفن تماس:** ۰۲۶-۰۳۴۷۱۶۱۹۰

**توجه:** شرکت قابلهای صنعتی ایران خودرود در رد یا قبول کلیه پیشنهادات کاملاً مختار میباشد.

**آگهی دعوت مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده نوبت اول**

**شرکت تعاونی شرکت مسکن گلران اداره کل کمیته امداد امام خمینی (ره) استان تهران شماره ثبت ۲۵۰۵۷۷**

بدینوسیله از کلیه اعضای محترم شرکت تعاونی دعوت می‌شود تا در مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده نوبت اول که رأس ساعت ۱۵:۰۰ روز شنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۱۴ در محل واقع در تهران- انتهای خیابان دماوند، نرسیده به سه راه تهرانپارس، روبروی ترمینال شرق، جنب بوستان مهرنابی، پلاک ۲۹۳ تشکیل می‌گردد. حضور بهم رسانند.

۱- گذاردن رأی تصدی هیات مدیره / بازرسی بایستی طرف مدت ۵ (پنج) روز از انتشار آگهی نوبت اول جهت ثبت نام به دفتر شرکت تعاونی مراجعه نمایند.

۲- در صورتیکه هر یک از اعضا نتوانند در مجمع عمومی فوق حضور یابند می‌توانند استفاده از حق خود را برای حضور و اعمال رأی در مجمع عمومی به یک نماینده تام‌الاختیار واگذار نمایند. تعداد رأی و رأی به ذکر است. باید سه رأی و هر شخص غیر عضو تنها یک رأی خواهد بود. لازم به ذکر است نباید نماینده تام‌الاختیار با رأی و واحدی از اعضای هیات مدیره تعاونی خواهد بود. بدین منظور عضو متقاضی اعطای نمایندگی بایستی حداکثر تا یک روز قبل از برگزاری مجمع به همراه نماینده خود و یا در دست داشتن مدرک موید عضویت در تعاونی و کارت شناسایی معتبر در محل دفتر شرکت تعاونی حاضر تا پس از احراز هویت طرفین (عضویت متقاضی و اهلیت نماینده) برگه نمایندگی مربوط توسط مقام مذكور تایید و برگه ورود به مجمع عمومی برای نماینده صادر گردد.

**دستور جلسه:**

۱- استماع گزارش هیات مدیره و بازرسی

۲- طرح و تصویب صورت‌های مالی منتهی به سه سال‌های ۱۴۰۰ و ۱۴۰۱

۳- انتخاب عضو علی البدل هیات مدیره و بازرسی اصلی و علی البدل

۴- گزارش تغییرات اعضا و سرمایه

۵- تصمیم گیری در خصوص برپنده امیضات و واگذار شده به خانواده عطارنژاد و هارهنه‌های آن.

**مناقصه عمومی**

**شرکت فراوری معدنی اپال**

**کانی پارس (سهامی عام) در نظر دارد جهت تامین ۵۶ حلقه لاستیک سایز 33.00R51 مربوط به دامپتراک‌های بلاز ۷۵۱۳۱ خود مستقر در معدن سنگ آهن سنگان از طریق مناقصه عمومی اقدام به خرید نماید. لذا از شرکت‌های واجد شرایط دعوت به عمل می‌آید ضمن دریافت اسناد مناقصه، پیشنهادات خود را حداکثر تا پایان وقت اداری روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۰۱ به دفتر مرکزی شرکت واقع در تهران، سعادت آباد، خیابان علامه شمالی، خیابان بیستم غربی (شهید جهانگیر انقطاع)، پلاک ۴۳، طبقه چهارم ارسال نمایند. جهت دریافت اسناد مناقصه با شماره تلفن ۰۵۹۰۲۶۷۳۳۰۲۱ داخلی ۱۴۲۰ تماس حاصل فرمایید.**

**آگهی مزایده عمومی**

**شرکت الیاف (سهامی عام)** در نظر دارد تعدادی از ماشین‌آلات مستهلک و غیرقابل استفاده را مطابق تصویر و مشخصات جدول ذیل (با وضعیت موجود) از طریق مزایده عمومی به فروش برساند. لذا مناقضیان محترم می‌توانند جهت بازدید و دریافت اسناد از تاریخ انتشار این آگهی، مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۱۶ لغایت ۱۴۰۲/۱۰/۲۵ به نشانی: تهران، کیلومتر ۱۳ بزرگراه فتح، ابتدای جاده باغستان، شماره ۸۱۵ مراجعه نمایند و با جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۰۵۱۶۳-۰۲۱-۰۵۱۶۳۰۲۱ داخلی ۱۴۰ و ۱۴۱ تماس حاصل نمایند.

\* آخرین مهلت دریافت پیشنهادات از متقاضان تا پایان ساعت ۱۴ روزه دوشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۲۵ می‌باشد.

\* سپرده شرکت در مزایده مبلغ ۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال می‌باشد.

\* جلسه بازگشایی پاکات روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۲۶ در شرکت الیاف و به صورت غیر حضوری برگزار خواهد شد.

نام ماشین	کشور - شرکت سازنده	تعداد	مدل
ککش نخ نایلون	آلمان - Rieter	16 عدد	J5/5



**روابط عمومی شرکت الیاف (سهامی عام)**



















تاریخ یادداشت

صیافت فدراسیون فوتبال

اکبر عزیزی

تخلیگرورزشی

تا چندروز دیگر سوت آغاز مسابقات فوتبال جام ملت‌های آسیا به صدا در خواهد آمد.

گذشته از اعزام تیم ملی فوتبال کشورمان این مسابقات، قرار است تیم دیگری به قطر محل این بازیها اعزام شود. این تیم به گروه خیرنگاران وعکاسان ورزشی تعلق دارد.گروه دوم ، تعداد پر شمار ی را به خود اختصاص داده است.البته چهره هایی که در این لیست قرار گرفته اند متأسفانه خیلی تکراری هستند. به

معنا ی دیگر یاران همیشه در سفر فدراسیون تعلق دارند.

البته اعزام خبرنگار به این گونه بازیها حرکت خوبی است، اما اینکه با هزینه فدراسیون فوتبال صورت می گیرد، اندکی شبیه بر انگیز است.قرار است نزدیک به ۵۰خبرنگار وعکاس ورزشی در این صیافت با هزینه فدراسیون فوتبال در قطر حضور داشته باشند. قطعاً هزینه سنگینی را همراه خواهد داشت واینکه این هزینه ان در جریان بازیها یا در پایان مسابقات شنیده خواهد شد.گذشته ازآن، هیچگونه شفاف سازی ومعیاره گذشته ازآن، هیچگونه واعزام تیم دوم ارائه نشده است واز این رو استفاده از روش نامتعارف بد جوری بر سر زبانه است.

## بعد از ۴۳ پیروزی متوالی جوکوویچ سال جدید را با شکست آغاز کرد

لناوک جوکوویچ در آست پیاپی مقابل نماینده کشور استرالیا تن به شکست داد ولاین باخت خود در سال ۲۰۲۴ را متحمل شد.

فصل جدید تنیس جهان از ۹ دی با رقابت های مخصوص برترین مردان و زنان این رشته ، در حال برگزاری است.لناوک جوکوویچ،مرداول تنیس جهان در چاروب مرحله یک چهارم پایانی مسابقات یونایتد کاپ در شهر برت، از الکس دمیتور نماینده کشور استرالیا در ۲ ست متوالی با نتایج مشابه ۴-۶ شکست خورد.دمیتور ضمن کسب مهم ترین پیروزی دوران حرفه ای خود، تیم استرالیا را-۱ از تیم صربستان پیش انداخت.

البته جوکوویچ همانند دیدار قبل خود در این مسابقه نیز از ناحیه مچ دست احساس ناراحتی می کردوتحت مداواهم قرار گرفت.هم چنین با شکست، نوار پیروزی های متوالی جوکوویچ در خاک استرالیا بعد از ۴۳ مسابقه متوقف شد و حالا باید دید او در فاصله کمتر از ۲ هفته مانده به شروع اوپن استرالیایی تواند خود ابراری دفاع از عنوان قهرمانی گرناسلم آماده کند یاخیر ؟

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

زبانه است.

کره جنوبی امیدوار است

بعد از سال ها قهرمانی

در جام ملت های آسیا را

در قطر به دست بیاورد.

رقابت های گروه پنجم

جام ملت های آسیا

با حضور تیم های

کره جنوبی ، مالزی ، اردن و بحرین برگزار

می شوند.

کره جنوبی

کره جنوبی برای بسیاری یادآور جام جهانی

۲۰۰۲ است. ببرهای آسیا یا درخشش در این

جام بهترین رتبه یک تیم آسیایی را در تاریخ

جام جهانی به نام خود ثبت کردند.آن یونگ

هوان ، ستاره کره در آن دوره از رقابت ها بود

که به خاطر بازی های درخشانش به شهرت

رسید. او دو گل در جام جهانی ۲۰۰۲ به ثمر

رساند و توانست سومین گلش را در جام

جهانی ۲۰۰۶ به ثمر برساند و دروازه توگو را

باز کند. هوان بهترین گلزن تیم ملی کره در

تاریخ جام جهانی شد.

با این همه یک واقعیت حساسی هواداران کره

را از زده خاطر می کند و آن هم ناگامی ۶۴ساله

در جام ملت های آسیاست.

کره جنوبی در قطر قصد دارد به این دوره

در قاره کهن پایان دهد و عنوان قهرمانی

را به دست بیاورد. به همین خاطر یورکن

کلینزمن بهترین ترکیب ممکن را برای حضور

### نگاهی به وضع تیم های راه یافته به جام ملت‌های آسیا

## کره جنوبی به دنبال طلسم شکنی است

بیشترین بازی: هیونگ میونگ بو (۱۳۶ بازی ملی)



در رقابت های جام ملت های آسیا انتخاب کرد که نام سون هیونگ مین نیز در آن به چشم می خورد.

بعد از چندین سال حضور پائولو بنتو روی نیمکت کره، این بار یورکن کلینزمن، هدایت این تیم را در جام ملت ها بر عهده دارد.

هیونگ هی جان ، مهاجم ولوز ، کیم مین جانه ، مدافع بایرن مونیخ ، ولی کانگ این، هافبک تهاجمی ۲۲ساله پاری سن ژرمن دیگر ستاره های این تیم هستند.

**تیم ملی کره جنوبی در یک نگاه**

افتخارات: مقام چهارم جام جهانی و دو

قهرمانی آسیا

بیشترین گلزن: چا یوم کنون (۵۸ گل)



بیشترین بازی: هیونگ میونگ بو (۱۳۶ بازی ملی)

### نگاهی به وضع تیم های راه یافته به جام ملت‌های آسیا

## کره جنوبی به دنبال طلسم شکنی است

بیشترین بازی: هیونگ میونگ بو (۱۳۶ بازی ملی)

بیشترین بازی: سون چن آن (۱۹۵ بازی ملی)

**اردن**

اردن چند سالی است با دوران اوجش فاصله

گرفته ولی باز هم می تواند زنگ خطری برای

تیم های دیگر باشد. این پنجمین حضور

اردن در بالاترین سطح ملی فوتبال در

آسیاست. بهترین عملکرد اردنی ها رسیدن

به یک چهارم نهایی در سال های ۲۰۰۴ و ۲۰۱۱

بوده است. موسی التعمری ، سرشناس ترین

بازیکن اردن ، که در لیگ فرانسه بازی

می کند امید اول این تیم برای جام ملت های

آسیا پیش رو است.

**تیم ملی اردن در یک نگاه**

افتخارات: یک چهارم نهایی ۲۰۰۴ و ۲۰۱۱

بیشترین گلزن: حمزه الدردور (۳۳ گل)

بیشترین بازی: عامر شافی (۱۷۳ بازی ملی)

**بحرین**

بحرین نیز هفتمین حضورش را در این

رقابت ها تجربه خواهد کرد. چهارمی در سال

۲۰۰۴ که با شکست برابر تیم ملی ایران در

دیدار رده بندی رقم خورد، بهترین عملکرد

بحرین در تاریخ جام ملت های آسیا بوده

است.

**تیم ملی بحرین در یک نگاه**

افتخارات: چهارمی ۲۰۰۴

بیشترین گلزن: اسماعیل عبدالطیف (۴۷ گل)

بیشترین بازی: محمد حسین (۱۶۱ بازی ملی)

\*شنبه ۱۶ دی ۱۴۰۲ \* ۲۳ جمادی الثانی ۱۴۴۵

\* ۶ ژانویه ۲۰۲۴ \* سال نودوهشتم \* شماره ۲۸۵۷۶

etelaalonline

etelaal.com

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

etelaalonline

### دیدار ملی پوشان قبل از سفر به قطر

## آخرین بازی در خانه، شیرین تمام شد

تیم ملی فوتبال کشورمان که چند روزی است در جزیره کیش اردوی آماده‌گی دایر کرده است عصر روزجمعه وقبل از سفر به قطر آخرین دیدار تدارکاتی اش را در این جزیره برگزار کرد.استقبال خوبی خصوصاً سوی بانوان باعث امده بود.بازی با یک دقیقه سکوت آغاز شد.

حریف تیم یوریکافاسوبود.بالنکه قلعه نوعی از بازیکنان اصلی خودسود برده بود اما در دقیقه ۱۶ پر اساس شگاف در قلب دفاع گل اول را روی ضربه کوتاه دریافت کرد.این گل در دقیقه ۴۲ توسط مهدی طارمی پاسخ داده شد.تا وقت اول باتساوی ۱ به پایان برسد.باشروع نیمه دوم امید ابراهیمی در دقیقه ۷۱ گل دوم تیم ملی کشورمان را به ثمر رساند.در نهایت این دیدار که آخرین بازی تدار کاتی تیم ملی در خانه بود.بایبویزی شاگردان قلعه نوعی به پایان رسید.

## همدردی اهالی ورزش با بازماندگان حادثه ترویرستی کرمان

اهالی ورزش از مسئولان تا ورزشکاران با بازماندگان حادثه ترویرستی کرمان ابراز همدردی کردند وعاملان این جنایت را محکوم کردند.

### نام طارمی در لیست فیفا

مهدی طارمی نامزد بهترین مهاجم سال ۲۰۲۳ فیفا شد.در فهرستی که فیفا تهیه کرده است، نام مهدی طارمی نیز در آن دیده می شود.قرار گرفتن نام طارمی در لیست درخشش او در لیگ باشگاه های پرتغال همراه با تیم پورتو است.

### مخالفت وزارت ورزش با ساخت ورزشگاه باشگاه استقلال

باشگاه استقلال در شرایطی اقدام به امضای تقاهم نامه ساخت ورزشگاه کرده که وزارت ورزش وجوانان به چند دلیل مخالف این کار است.عمده ترین آن این است.

این موضوع محل اشکال است چراکه باشگاه استقلال در مرحله واگذاری و خصوصی سازی قرار دارد.نمی توان اموال دولتی را در اختیار بخش خصوصی و باشگاهی که در مرحله واگذاری است، قرار داد. وزارت ورزش نیز به دلیل قوانین وملاحظات قانونی نمی تواند زیر بار چنین کاری برود.

### ام باپه اعلام کرد

### ستاره پاری سن ژرمن ماندنی شد

ستاره پاری سن ژرمن تاکید کرد که درباره آینده اش با رئیس باشگاه به توافق رسیده است.

کلیلیان ام باپه رویای حضور در رئال مادرید را دارد با این حال پاری سن ژرمن به راحتی دست بردار این فوق ستاره خود نیست.ام باپه دوسال پیش تاستانه پیوستن به رئال مادرید رفت اما در نهایت قراردادش

را با پاری سن ژرمن تمدید کرد.این فوق ستاره فرانسوی تا تابستان پیش رو با تیم پارسی قرارداد دارد.او پیشنهاد باشگاه برای تمدید قرارداد را رد کرده است و این بدین معناست که در تابستان می تواند به صورت مجانی راهی هر تیمی شود.

ام باپه درباره آینده خود گفت: هنوز هیچ تصمیمی درباره آینده ام نگرفته ام.با ناصر الخلیفی رئیس باشگاه به توافقی دست پیدا کرده ام که به سود همه خواهد بود.

در باشگاه پاری سن ژرمن اولویت آینده باشگاه است نه من. کسی درباره من صحبت نمی کند و همه تمرکز روی موفقیت تیم است.

### بیکر فاتزه رحیمی

### لیتیوم از دریاچه ارومیه برداشت نمی شود

معاون معادن و فرآوری مواد وزارت صنعت ، معدن و تجارت برداشت لیتیوم از دریاچه ارومیه را نادرست اعلام کرد.

به گزارش ایرنا، رضا محمشمی پور در این باره گفت : اساساً هیچ مجوزی برای اکتشاف و بهره برداری از لیتیوم

این دریاچه صادر نشده است.

وی ادامه داد : تصاویری که به تازگی

در فضای مجازی منتشر شده ، مربوط

به مجوزی است که وزارت صنعت برای برداشت نمک از دریاچه ارومیه صادر

کرده که آن هم با رعایت ضوابط محیط زیستی در حال انجام است.

معاون وزارت صنعت همچنین از تشکیل کارگروه ویژه لیتیوم در این

وزارتخانه خبرداد و افزود: فعلاً فرآوری لیتیوم در ایران انجام نمی شود.

### قالیباف: حاج قاسم هیچ گاه به سمت دو قطبی سازی گام برنداشت

انجام در این مسیر رامی طلبید.

وی گفت : دوستان و دشمنان ما بدانند در پیام مقام معظم رهبری به عنوان فرماندهی کل قوا برای ما روشن شد و حتما با قدرت به گونه ای که پیام راهمه دریافت کنند.و به روشی که دشمن پاسخ محکمی بگردد، به این جنایت علیه مردم مظلوم در کرمان پاسخ خواهد شد.هر کسی از خط قرمزها عبور کرد پاسخ سختی خواهد گرفت.

رئیس مجلس اضافه کرد: یکی از ویژگی های منح











# آگهی مزایده عمومی

## املاک و مستغلات (شماره ۱۰۴-۲۰۲)

### نشانی دفاتر:

- دفتر تهران: تهران - میدان ونک - خیابان ملاصدرا - خیابان شیراز شمالی - خیابان زاینده رود غربی - پلاک ۱۰ - کد پستی ۱۹۹۱۶۱۳۹۳۱ شماره تماس: ۰۲۱۸۸۲۱۷۹۱۸ و ۰۲۱۹۱۰۷۰۰۱۶
- دفتر نمایندگی مشهد مقدس: خراسان رضوی - مشهد - رضاشهر - بلوار پیروزی - میدان شهید مهدوی - بلوار دلاوران - روبروی دلاوران ۱۹ - مجمع مسکونی چشم انداز - ساختمان مهتاب - طبقه همکف - کد پستی ۹۱۷۷۸۱۶۴۱۱ شماره تماس: ۰۵۱۳۸۷۰۱۳۶۴
- دفتر نمایندگی رشت: استان گیلان - رشت - فلکه گاز - کمربندی شهید بهشتی - مجتمع زیتون رشت - دفتر فروش - کد پستی ۴۱۴۴۶۱۵۳۹۶ شماره تماس: ۰۱۳۳۲۳۳۴۷۷۰۶
- دفتر نمایندگی همدان: همدان - بلوار مهدیه - روبروی شرکت برق - شماره تماس: ۰۹۳۸۸۷۰۹۲۹۲ آقای روهینا
- دفتر نمایندگی اراک: مرکزی - اراک - خیابان شریعتی - حد فاصل میدان راه آهن و میدان فرمانداری سابق نیش کوچه شهید نجیمی - صندوق بازنشستگی کشوری - شماره تماس ۰۸۶۳۲۲۴۳۰۹
- دفتر نمایندگی بندرعباس: هرمزگان - بندرعباس - خیابان رسالت - بلوار امامت - کوچه عدالت ۱ پلاک ۷۸ شماره تماس ۰۹۳۵۵۵۴۸۶۰۲ آقای جعفر قزاقی ۰۹۳۸۲۴۸۶۶۸۵ آقای موسوی
- دفتر نمایندگی تبریز: آذربایجان غربی - تبریز - جاپیکار - بعد از پل قاری - نرسیده به خروجی دانش - شماره تماس ۰۲۸۴۰۲۸۴۰۹۳۵۵۸ آقای ملکی

**شرکت عمران و ساختمان صندوق بازنشستگی کشوری** در نظر دارد املاک تجاری، اداری و مسکونی مرقوم در جدول ذیل را در قالب مزایده عمومی واگذار نماید. متقاضیان می توانند برای دریافت فرم های شرکت در مزایده و کسب اطلاع، همه روزه به جز ایام تعطیل از تاریخ چاپ این آگهی طی ساعت ۰۸:۰۰ لغایت ۱۶:۰۰ به نشانی شرکت واقع در تهران - ملاصدرا - خیابان شیراز شمالی - کوچه زاینده رود غربی - پلاک ۱۰ طبقه سوم (دفتر فروش و مزایده) یا دفتر نمایندگی مراجعه و یا اسناد مزایده را از نشانی الکترونیکی [Sabaomran.com](http://Sabaomran.com) یا [ir.ya.CSPF](mailto:ir.ya.CSPF) دریافت نمایند. بازدید از املاک با هماهنگی قبلی و طی تماس با شماره تلفن های ۰۲۱۸۸۲۱۷۹۱۸ و ۰۲۱۹۱۰۷۰۰۱۶ شرکت امکان پذیر است. متقاضیان باید اسناد مزایده را برای هر یک از املاک به صورت مجزای تهیه و پیشنهاد خود را حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۲/۱۰/۲۳ به همراه تضمین شرکت در مزایده معادل ۵٪ ارزش پایه هر ملک، طی یک فقره چک تضمین شده بانکی ویا واریز به حساب شرکت به شرح مرقوم در اسناد مزایده، در پاکت های مربوطه قرار داده و به صورت در بسته به واحد حراست شرکت نمایند. حراست مستقر در دفاتر نمایندگی شهرستان هابه نشانی ذیل تسلیم نمایند. بازگشایی پاکت های مزایده راس ساعت ۱۰ صبح سه شنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۲۶ در محل شرکت انجام می پذیرد. حضور متقاضیان در جلسه بازگشایی بلامانع است. شرکت در رد یا قبول هر یک از پیشنهاد هادر هر مرحله و تا قبل از عقد قرارداد مخیر می باشد. به پیشنهاد های مخدوش ترتیب اثر داده نخواهد شد. شرایط فروش به صورت کلی در هر ردیف درج شده و توضیحات تفصیلی هر یک از املاک به شرح اسناد مزایده می باشد و مطالعه دقیق اطلاعات مربوطه و شرایط فروش ضروری است. لازم به توضیح است که اولین آگهی در تاریخ ۱۴۰۲/۱۰/۰۹ و دومین آگهی در تاریخ ۱۴۰۲/۱۰/۱۳ چاپ شده است و نظر به اصلاح قیمت ردیف های ۱۲ و ۱۳ قیمت پایه درج شده در این ردیف ها املاک عمل است.

### استان تهران

ردیف	آدرس	وضعیت سند	نوع و کاربری ملک	میزان مالکیت	مساحت عرصه (مترمربع)	مساحت تقریبی اعیان (مترمربع)	طبقه	قیمت پایه (ریال)	پیش پرداخت (ریال)	شرایط کلی پرداخت	توضیحات
۱	تهران - الهیه - خیابان مریم شرقی - ابتدای خیابان شریعی منش پلاک ۶۸	دفترچه	ویلاهی	۶ دانگ	۳۸۰۹۵	۱۹۹	-	۱۴۰۹۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۵۰۲۳۲۰۵۰۰۰۰۰۰۰	۵ درصد نقد الباقی اقساط ۱۸ ماهه	(در خصوص کلیه آتی های ذیل زمان و نحوه تحویل و تنظیم سند و میزان اقساط پرداخت شده جهت تحویل ملک به شرح اسناد مزایده است)
۲	تهران - خیابان شریعتی - بعد از چهارراه قصر - کوچه جهاد - پلاک ۴	تک برگ	آپارتمان اداری	۶ دانگ	۴۲۰	۱۳۹ مفید	-	۱۰۴۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۴۹۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۵ درصد نقد الباقی اقساط ۱۲ ماهه	یک ساختمان دوبر، ۸ طبقه شامل ۵ طبقه دو واحدی مشتمل بر ۱۰ واحد آپارتمان اداری، بیپلوت و ۲ طبقه پارکینگ، ملک به صورت تخلیه بوده و با وضعیت موجود واگذار می شود. در مرحله اخذ پایان کار و سند تکمیلی است. ملاحظه توضیحات مرقوم در اسناد مزایده الزامی می باشد
۳	تهران - نظام آباد - خیابان شهید مدنی شمالی - پایین تر از مترو فدک - پلاک ۱۵۵	تک برگ	مسکونی	۶ دانگ	۳۰۰	۵۴۰	-	۵۱۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۱۵۴۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	عرصه و اعیان یک ساختمان قدیمی شامل ۳ طبقه (بیپلوت به مساحت ۸۸۲ مترمربع، ۴ واحد آپارتمان مسکونی به مساحت ۳۵۸ مترمربع در دو طبقه بالای بیپلوت) دارای پارکینگ و انباری، پهنه ملک ۱۱۳ م می باشد
۴	تهران - بلوار میرداماد - نبش خیابان شمس تبریزی جنوبی - برج نادر - پلاک ۲۱۶	تک برگ	اداری	۶ دانگ	-	۱۰۲۰۶	پنج	۴۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۷۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۵ درصد نقد الباقی اقساط ۱۸ ماهه	یک واحد آپارتمان اداری در طبقه پنجم ساختمان (دو واحدی) دارای پارکینگ فاقد انباری. تخلیه و قابل تحویل. (این ساختمان دارای ۱۸ طبقه می باشد بصورت سه طبقه منفی، همکف و ۱۴ طبقه روی همکف) ملاحظه توضیحات مرقوم در اسناد مزایده الزامی است.
۵	تهران - بلوار میرداماد - نبش خیابان شمس تبریزی جنوبی - برج نادر - پلاک ۲۱۶	تک برگ	اداری	۶ دانگ	-	۱۹۷۰۷۷	یازده	۳۷۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۱۱۹۰۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۵ درصد نقد الباقی اقساط ۱۸ ماهه	یک واحد آپارتمان اداری در طبقه یازدهم ساختمان (تک واحدی) دارای پارکینگ فاقد انباری. تخلیه و قابل تحویل. (این ساختمان دارای ۱۸ طبقه می باشد بصورت سه طبقه منفی، همکف و ۱۴ طبقه روی همکف) ملاحظه توضیحات مرقوم در اسناد مزایده الزامی است.
۶	تهران - میدان رسالت - ابتدای خیابان شهید مدنی - نبش خیابان شهید علیزاده قزاقی - پلاک ۱۵۱۶	-	سرقفلی تجاری	-	-	۸۴۰۵	همکف	۴۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۱۸۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۴۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۲ ماهه	سرقفلی یک باب مغازه تجاری سه بر دو دونه دارای سالن فروشگاه و انشعاب برق مجزای سه فاز و آب و گاز مشترک
۷	تهران - خیابان کامرانیه جنوبی - کوچه خاتم خانی پلاک ۱۱	تک برگ	مسکونی	۶ دانگ	-	۱۷۶۰۸	همکف	۲۹۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۱۰۱۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۵ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	یک واحد آپارتمان مسکونی در طبقه همکف بصورت تخلیه از مجتمع گرانیه تهران به انضمام انباری به مساحت ۵۰۳۴ مترمربع در زیرزمین دوم و یک قطعه پارکینگ این ساختمان دارای ۱۳ طبقه چهار طبقه منفی و یک همکف و هشت طبقه بالای آن می باشد که امکانات مجتمع شامل استخر و... می باشد
۸	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۱۶۰۴۹	منفی ۱	۸۲۰۲۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۲۴۰۶۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۰ و پلاک نظام مهندسی ۱۷ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۹	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۴۲۰۶۱	منفی ۱	۱۶۵۰۱۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۴۹۰۵۴۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۰۲ و پلاک نظام مهندسی ۲۸ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۱۰	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۸۰۲۶	منفی ۱	۵۳۰۸۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۱۶۰۱۵۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۰۳ و پلاک نظام مهندسی ۱۱ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۱۱	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۱۹۸۰۷	منفی ۱	۸۴۰۳۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۲۵۰۲۹۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۱۱ و پلاک نظام مهندسی ۸۴ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۱۲	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۲۲۰۳۸	منفی ۱	۹۰۰۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۲۷۰۱۸۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۱۳ و پلاک نظام مهندسی ۸۶ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۱۳	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۲۱۰۷۵	منفی ۱	۸۸۰۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۲۶۰۵۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۱۴ و پلاک نظام مهندسی ۸۷ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۱۴	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۲۰۶۲	منفی ۱	۸۰۰۱۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۲۴۰۰۳۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۱۵ و پلاک نظام مهندسی ۱۹ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۱۵	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۲۹۰۴۳	منفی ۱	۱۰۰۰۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰۰۱۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۱۶ و پلاک نظام مهندسی ۲۰ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۱۶	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۱۹۰۵	منفی ۱	۸۲۰۲۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۲۴۰۶۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۱۷ و پلاک نظام مهندسی ۲۱ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۱۷	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۲۰۶۸	منفی ۱	۸۵۰۳۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۲۵۰۶۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۱۸ و پلاک نظام مهندسی ۳۲ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۱۸	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۳۰۶۴	منفی ۱	۱۰۸۰۴۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۲۰۵۳۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۲۰ و پلاک نظام مهندسی ۳۴ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۱۹	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۲۱۰۷۲	منفی ۱	۸۸۰۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۲۶۰۵۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۲۱ و پلاک نظام مهندسی ۳۵ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۲۰	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۲۱۰۲	منفی ۱	۸۶۰۴۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۲۵۰۹۲۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۲۲ و پلاک نظام مهندسی ۳۶ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۲۱	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۲۱۰۷۲	منفی ۱	۸۸۰۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۲۶۰۵۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۲۴ و پلاک نظام مهندسی ۲۸ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۲۲	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۲۱۰۷۲	منفی ۱	۸۸۰۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۲۶۰۵۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۲۵ و پلاک نظام مهندسی ۲۹ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۲۳	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۲۱۰۲	منفی ۱	۸۶۰۴۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۲۵۰۹۲۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۲۶ و پلاک نظام مهندسی ۴۰ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۲۴	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۲۱۰۲	منفی ۱	۸۶۰۴۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۲۵۰۹۲۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۲۷ و پلاک نظام مهندسی ۴۱ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۲۵	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۳۰۰۵۵	منفی ۱	۱۱۲۰۶۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۳۰۷۹۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۲۸ و پلاک نظام مهندسی ۴۲ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۲۶	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۶۰۰۸	منفی ۱	۳۸۰۱۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۱۱۰۴۳۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۲۹ و پلاک نظام مهندسی ۴۳ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۲۷	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۳۴۰۴۷	منفی ۱	۱۳۹۰۹۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۴۱۰۹۸۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۳۱ و پلاک نظام مهندسی ۱۰ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۲۸	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۲۷۰۵۶	منفی ۱	۱۱۲۰۶۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۳۰۷۹۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۳۴ و پلاک نظام مهندسی ۴ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۲۹	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۲۸۰۶۸	منفی ۱	۱۱۵۰۸۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۴۰۷۴۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۳۵ و پلاک نظام مهندسی ۵ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۳۰	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۲۹۰۶۷	منفی ۱	۱۱۸۰۹۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۵۰۶۸۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۳۶ و پلاک نظام مهندسی ۶ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۳۱	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۲۲۰۹۲	منفی ۱	۹۳۰۷۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۲۸۰۱۳۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۳۷ و پلاک نظام مهندسی ۷ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۳۲	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۲۴۰۰۴	منفی ۱	۹۶۰۹۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۲۹۰۷۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۳۸ و پلاک نظام مهندسی ۸ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۳۳	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۱۸۰۲۵	منفی ۱	۷۹۰۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۲۳۰۷۱۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۳۹ و پلاک نظام مهندسی ۱۰ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۳۴	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۱۸۰۴۳	منفی ۱	۸۰۰۱۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۲۴۰۰۳۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۴۰ و پلاک نظام مهندسی ۱۰ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۳۵	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۲۱۰۵	منفی ۱	۸۹۰۵۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۲۶۰۸۶۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۴۱ و پلاک نظام مهندسی ۱۱ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۳۶	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۲۲۰۱۹	منفی ۱	۱۰۶۰۳۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۱۰۹۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۳۰ درصد نقد الباقی اقساط ۱۵ ماهه	به پلاک جدید شماره ۱۴۷ و پلاک نظام مهندسی ۶۶ به همراه یک واحد پارکینگ در طبقه منفی ۳
۳۷	تهران - خیابان خیام شمالی - خیابان صورسرافیل - پلاک ۷۱ - مجتمع تجاری صورسرافیل	تک برگ	تجاری	۶ دانگ	-	۲۶۰۱۴	منفی ۱	۱۲۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰			



































### پیش بینی بارش برف و باران در ۵ استان غربی

با ورود سامانه بارشی به شمال غرب کشور برای آذربایجان های غربی و شرقی و غرب زنجان، کردستان و کرمانشاه بارش برف و باران پیش بینی می شود.

به گزارش ایرنا، امین حسین تقشینه کارشناس هواشناسی ضمن اعلام اینکه طلب اظهارداشت: امروز با ورود سامانه بارشی به شمال غرب کشور برای آذربایجان های غربی و شرقی و غرب زنجان، کردستان و کرمانشاه بارش برف و باران پیش بینی می کنیم.

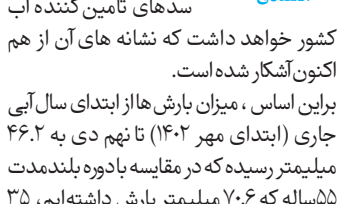
وی ادامه داد: فردا هم گستره بارش ها به نوار شمالی کشور می رسد و مقدار بارش ها در نیمه شرقی در استان های آذربایجان شرقی استان آذربایجان شرقی، زنجان، اردبیل و ارتفاعات البرز قابل توجه خواهد بود و سبب کاهش نسبی دما می شود

کارشناس سازمان هواشناسی خاطرنشان کرد: همچنین در دامنه های زاگرس مرکزی از غرب و مناطقی از مرکز و شرق کشور بارش بارکننده رخ خواهد داد و دریای خزر خواجه و مناطق هم می شود.

به گفته وی، دوشنبه هم در مناطقی از سیستان و بلوچستان بارندگی رخ می دهد و در تدریج این سامانه از جنوب شرق از کشور خارج می شود و سه شنبه جو آرام و پایدار است.

وی ادامه داد: امروز در تهران وزش باد و بارش های بارکننده را شاهد هستیم و بیشینه دما در تهران امروز ۷ و فردا ۷ درجه خواهد شد و کمینه دما هم ۲ درجه گزارش شده است که پیش بینی می شود فردا به صفر برسد. همچنین سازمان هواشناسی برای امروز فردا درباره مناطق ساحلی و دور از ساحل استان های گیلان، مازندران و گلستان در دریای خزر هشدار زرد صادر کرد. براین اساس، ارتفاع امواج دریای خزر در این مدت تا ۳ متر در مناطق ساحلی و بیش از ۳ متر در مناطق دور از ساحل افزایش خواهد یافت.

منع شنا و فعالیت های تفریحی، منع تردد قایق های سبک و تفریحی، منع فعالیت های شیلاتی، ممانعت از ورود و خروج کشتی ها به بندر، منع تردد کشتی های تجاری، منع فعالیت های پشتیبانی صنایع فراساحلی و آماده باش برای مواجهه با خسارت احتمالی توسط فعالان دریایی از جمله توصیه های سازمان هواشناسی درباره این مخاطره است.



به گزارش ایرنا، وضعیت نامناسب بارش هادر فصل پاییز و پیش بینی تداوم آن در زمستان اثرگذاری نا مطلوبی بر وضعیت سدهای تأمین کننده آب کشور خواهد داشت که نشانه های آن از هم اکنون آشکار شده است.

براین اساس، میزان بارش ها از ابتدای سال آبی جاری (ابتدای مهر ۱۴۰۲) تا نهم دی به ۴۶٫۲ درصد رسیده است که در مقایسه با دوره بلندمدت مشابه که ۷۰٫۶ میلیونمتر بارش داشته ایم، ۳۵ درصد کاهش یافته است. این کاهش بارش وضعیت موجودی آب سدها را نگران کننده کرده، درحالی که میزان خروجی آب از سدها ۲۰ درصد افزایش یافته است که بدین ترتیب اکنون ۱۳ سد مهم کشور با کاهش شدید حجم آب مواجه شده اند.

دفتر اطلاعات و داده های آب شرکت مدیریت منابع آب ایران، در تازه ترین گزارش خود وضعیت آب این ۱۳ سد مهم را تشریح و نسبت به کاهش ذخایرنی هندا ر زاده است.

بر اساس این گزارش، سد رودبال دراب در استان فارس یادداشتن یک میلیون مترمکعب موجودی آب از ابتدای سال آبی جاری تا نهم دی با کاهش ۸۷ درصدی نسبت به مدت مشابه پارسل روبرو شده و میزان پرشدگی فعلی این سد هم یک

# ۶۰ درصد حجم سدهای مهم کشور خالی است



وضعیت نامطلوب بارش ها در پاییز امسال و تداوم آن در روزهای نخست فصل زمستان سبب کاهش شدید حجم آب ۱۳ سد مهم و بزرگ کشور شده، به طوری که ۶۰ درصد حجم کلی سدها خالی است.



درد است. همچنین چاه نیمه های سیستان

و بلوچستان از ابتدای سال آبی جاری تا نهم دی ۳۸ میلیون مترمکعب موجودی آب دارند که در مقایسه با مدت مشابه پارسل ۷۲ درصد کاهش دارد و بدین ترتیب میزان پرشدگی این سد ۹ درصد است.

بر اساس این گزارش، سد سرنی در استان سند دوستی خراسان رضوی هم ۶۳ میلیون مترمکعب آب دارد که نسبت به مدت مشابه پارسل ۶۸ درصد کاهش دارد و میزان پرشدگی آن ۲۹ درصد است.

سد شمیل و نیان در استان هرمزگان با ۱۳ میلیون مترمکعب موجودی آب با کاهش ۶۶ درصدی نسبت به مدت مشابه پارسل روجه رو شده و درصد پرشدگی کنونی این سد ۱۳ درصد است.

همچنین در این مدت، سد ساوه در استان میناب آب ایران، در تازه ترین گزارش خود وضعیت آب این ۱۳ سد مهم را تشریح و نسبت به کاهش ذخایرنی هندا ر زاده است.

بر اساس این گزارش، سد رودبال دراب در استان فارس یادداشتن یک میلیون مترمکعب موجودی آب از ابتدای سال آبی جاری تا نهم دی با کاهش ۸۷ درصدی نسبت به مدت مشابه پارسل روبرو شده و میزان پرشدگی فعلی این سد هم یک درصد است. همچنین سد استقلال در استان هرمزگان در مدت یاد شده با داشتن ۵۹ میلیون مترمکعب موجودی آب نسبت به پارسل ۵۷ درصد کاهش راشان می دهد و میزان پرشدگی فعلی این سد ۲۴ درصد است.

## اتاق تهران خواستار تعطیلی شنبه ها به جای پنجشنبه هاشد

اتاق بازرگانی تهران در بیانیه ای خطاب به دولت و مجلس پیشنهاد کرد در ساماندهی تعطیلات پایان هفته، تعطیلی روز شنبه به جای پنج شنبه مدنظر قرارگیرد.

به گزارش مهر، نمایندگان بخش خصوصی در اتاق تهران ضمن اعلام حمایت از اصلاح لایحه قانون مدیریت خدمات کشوری وساماندهی تعطیلات پایان هفته که هم اکنون در مجلس شورای اسلامی در دست بررسی است، خواستار فرآینگری تعطیلات پایان هفته در روزهای جمعه و شنبه شدند. اعضای هیات نمایندگان اتاق بازرگانی تهران در یک نشست فوق العاده با تصویب این بیانیه، عنوان کردند که در راستای حمایت از حقوق شهروندی، بهینه سازی حقوق نیروی کار و همگام سازی با بازارهای جهانی و مبادی گمرکی به منظور تسهیل فرآیندهای تجاری و مبادلات بین المللی، توسعه اقتصاد گردشگری و ارتقای بهره‌وری، از این اقدام اصلاحی حمایت می کنند و انتخاب روز «شنبه» به عنوان دومین روز تعطیل هفته را در انطباق با ملزومات اقتصادی و تجاری می دانند.

لنا انتخاب روز پنجشنبه برای این تعطیلات را موجب تحمیل هزینه های اجتناب پذیر بر مرادوات و تعاملات بین المللی عنوان کرده و به نمایندگان مردم در مجلس شورای اسلامی توصیه کردند برای تقویت ارتباط با بازارهای منطقه به عنوان هدف های تجاری اولویت دار و سایر بازارهای جهانی، این پیشنهاد را در اصلاح و تصویب نهایی قانون مدنظر قرار دهند.

در این بیانیه آمده است: در سال های اخیر، فعالیت های اقتصادی بخش خصوصی متأثر از افت و خیزهای داخلی و خارجی با مصائب متعددی در محیط کسب وکار مواجه بوده است.

زکایت پذیری و رشد مداوم و فراگیر این بخش از اقتصاد کشور در همان حال که با تشدید تحریم های غیرقانونی، افزایش هزینه های ناشی از ناترازی انرژی، محدودیت های بر خاسته از پیمان سالیاری ارزی و اعمال قیمت گذاری دستوری به چالش فراخوانده

است. در نظر دارد تعدادی خودروی سواری، یک دستگاه مینی بوس و یک دستگاه لیموترک کار کرده را از طریق مزایده واگذار نماید؛ لذا مناقضان محترم شرکت مزایده می توانستند جهت بازدید خودروها و دریافت مدارک شرکت در مزایده، از تاریخ ۲۱ لغایت ۲۳

۱۴۰۲ از ساعت ۹ تا ۹ به نشانی یاد شده مراجعه نمایند.

**آدرس:** جاده قدیم تهران کرج، اتوبان فتح، خیابان خلیج فارس، انتهای خیابان پیروزی، جنب درب شماره ۱، منطقه

غیر گرمی شهریار.

مناقضان می بایست پیشنهادهات خود را در باکت در بسته و نهایتا تا پایان وقت اداری روز سه شنبه مورخ

۱۴۰۲/۰۱/۰۴ به آدرس سعادت آباد، خیابان جمشیدی (یکم)، پلاک ۴، ارسال نمایند.

بدیهی است این سازمان در قبول یاد یک یا کلیه پیشنهادهات مختار بوده و شرکت در مزایده هیچ گونه حقی برای مناقضان و یا تعهدی برای این شرکت ایجاد نخواهد کرد و تکلیفی منبئی بر فروش مورد مزایده به مناقضان وجود نخواهد داشت.

**مناقضان می توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۰۹۱۲-۳۸۹۴۴۴ تماس حاصل نمایند.**

# ۶۰ درصد خالی است

وضعیت نامطلوب بارش ها در روزهای نخست فصل زمستان سبب کاهش شدید حجم آب ۱۳ سد مهم و بزرگ کشور شده، به طوری که ۶۰ درصد حجم کلی سدها خالی است.

درد است. همچنین چاه نیمه های سیستان و بلوچستان از ابتدای سال آبی جاری تا نهم دی ۳۸ میلیون مترمکعب موجودی آب دارند که در مقایسه با مدت مشابه پارسل ۵۶ درصد کاهش دارد و لذامیزان درصدی فعلی این سد ۹ درصد است.

بر اساس این گزارش، سد سرنی در استان سند دوستی خراسان رضوی هم ۶۳ میلیون مترمکعب آب دارد که نسبت به مدت مشابه پارسل ۶۸ درصد کاهش دارد و میزان پرشدگی آن ۲۹ درصد است.

سد شمیل و نیان در استان هرمزگان با ۱۳ میلیون مترمکعب موجودی آب با کاهش ۶۶ درصدی نسبت به مدت مشابه پارسل ۷۲ درصد کاهش دارد و بدین ترتیب میزان پرشدگی این سد ۹ درصد است. همچنین سد استقلال در استان هرمزگان در مدت یاد شده با داشتن ۵۹ میلیون مترمکعب موجودی آب نسبت به سال آبی پارسل ۵۳ درصد کاهش دارد و میزان پرشدگی فعلی آن ۲۴ درصد است.

سد دوستی خراسان رضوی هم ۶۳ میلیون مترمکعب آب دارد که نسبت به مدت مشابه پارسل ۶۸ درصد کاهش دارد و میزان پرشدگی آن ۲۹ درصد است.

سد شمیل و نیان در استان هرمزگان با ۱۳ میلیون مترمکعب موجودی آب با کاهش ۶۶ درصدی نسبت به مدت مشابه پارسل روجه رو شده و درصد پرشدگی کنونی این سد ۱۳ درصد است.

همچنین در این مدت، سد ساوه در استان میناب آب ایران، در تازه ترین گزارش خود وضعیت آب این ۱۳ سد مهم را تشریح و نسبت به کاهش ذخایرنی هندا ر زاده است.

بر اساس این گزارش، سد سرنی در استان سند دوستی خراسان رضوی از ابتدای سال آبی جاری تا دوم دی ۴ میلیون متر مگعب موجودی آب دارد که در مقایسه با مدت مشابه پارسل ۵ درصد کاهش نشان می دهد و میزان پرشدگی آن اکنون ۱۳ درصد است.

همچنین موجودی آب در سد جیرفت در استان کرمان ۷۷ میلیون مترمکعب است که در مقایسه با مدت مشابه پارسل ۳۴ درصد کاهش راشان می دهد. این سد هم اکنون ۲۳ درصد پرشدگی دارد. سد ۱۵ خرداد هم در حوضه آبریز قم رود فقط ۳۴ میلیون مترمکعب موجودی آب دارد که نسبت به مدت مشابه پارسل ۳۳ درصد کاهش یافته و میزان پرشدگی فعلی این سد نیز ۱۷ درصد است.

در عین حال، موجودی آب در سد آغ چای در آذربایجان غربی به رقم ۶۶ میلیون مترمکعب رسیده که در مقایسه با مدت مشابه پارسل ۲۷

موجودی آب در مخزن سد نکوتئو سیمرجان کرمان در حالی به رقم ۴ میلیون مترمکعب رسیده است که این میزان نسبت به مدت مشابه پارسل ۵۶ درصد کاهش دارد و لذامیزان درصدی فعلی این سد ۹ درصد است. بر اساس این گزارش، سد سرنی در استان سند دوستی خراسان رضوی هم ۶۳ میلیون مترمکعب آب دارد که نسبت به مدت مشابه پارسل ۶۸ درصد کاهش دارد و میزان پرشدگی آن ۲۹ درصد است.

سد دوستی خراسان رضوی هم ۶۳ میلیون مترمکعب آب دارد که نسبت به مدت مشابه پارسل ۶۸ درصد کاهش دارد و میزان پرشدگی آن ۲۹ درصد است. همچنین سد استقلال در استان هرمزگان در مدت یاد شده با داشتن ۵۹ میلیون مترمکعب موجودی آب نسبت به پارسل ۵۷ درصد کاهش راشان می دهد. این سد هم اکنون ۲۳ درصد پرشدگی دارد. سد ۱۵ خرداد هم در حوضه آبریز قم رود فقط ۳۴ میلیون مترمکعب موجودی آب دارد که نسبت به مدت مشابه پارسل ۳۳ درصد کاهش یافته و میزان پرشدگی فعلی این سد نیز ۱۷ درصد است.

در عین حال، موجودی آب در سد آغ چای در آذربایجان غربی به رقم ۶۶ میلیون مترمکعب رسیده که در مقایسه با مدت مشابه پارسل ۲۷

موجودی آب در مخزن سد نکوتئو سیمرجان کرمان در حالی به رقم ۴ میلیون مترمکعب رسیده است که این میزان نسبت به مدت مشابه پارسل ۵۶ درصد کاهش دارد و لذامیزان درصدی فعلی این سد ۹ درصد است. بر اساس این گزارش، سد سرنی در استان سند دوستی خراسان رضوی از ابتدای سال آبی جاری تا دوم دی ۴ میلیون متر مگعب موجودی آب دارد که در مقایسه با مدت مشابه پارسل ۵ درصد کاهش نشان می دهد و میزان پرشدگی آن اکنون ۱۳ درصد است.

همچنین موجودی آب در سد جیرفت در استان کرمان ۷۷ میلیون مترمکعب است که در مقایسه با مدت مشابه پارسل ۳۴ درصد کاهش راشان می دهد. این سد هم اکنون ۲۳ درصد پرشدگی دارد. سد ۱۵ خرداد هم در حوضه آبریز قم رود فقط ۳۴ میلیون مترمکعب موجودی آب دارد که نسبت به مدت مشابه پارسل ۳۳ درصد کاهش یافته و میزان پرشدگی فعلی این سد نیز ۱۷ درصد است.

در عین حال، موجودی آب در سد آغ چای در آذربایجان غربی به رقم ۶۶ میلیون مترمکعب رسیده که در مقایسه با مدت مشابه پارسل ۲۷

موجودی آب در مخزن سد نکوتئو سیمرجان کرمان در حالی به رقم ۴ میلیون مترمکعب رسیده است که این میزان نسبت به مدت مشابه پارسل ۵۶ درصد کاهش دارد و لذامیزان درصدی فعلی این سد ۹ درصد است. بر اساس این گزارش، سد سرنی در استان سند دوستی خراسان رضوی از ابتدای سال آبی جاری تا دوم دی ۴ میلیون متر مگعب موجودی آب دارد که در مقایسه با مدت مشابه پارسل ۵ درصد کاهش نشان می دهد و میزان پرشدگی آن اکنون ۱۳ درصد است.

همچنین موجودی آب در سد جیرفت در استان کرمان ۷۷ میلیون مترمکعب است که در مقایسه با مدت مشابه پارسل ۳۴ درصد کاهش راشان می دهد. این سد هم اکنون ۲۳ درصد پرشدگی دارد. سد ۱۵ خرداد هم در حوضه آبریز قم رود فقط ۳۴ میلیون مترمکعب موجودی آب دارد که نسبت به مدت مشابه پارسل ۳۳ درصد کاهش یافته و میزان پرشدگی فعلی این سد نیز ۱۷ درصد است.

در عین حال، موجودی آب در سد آغ چای در آذربایجان غربی به رقم ۶۶ میلیون مترمکعب رسیده که در مقایسه با مدت مشابه پارسل ۲۷

موجودی آب در مخزن سد نکوتئو سیمرجان کرمان در حالی به رقم ۴ میلیون مترمکعب رسیده است که این میزان نسبت به مدت مشابه پارسل ۵۶ درصد کاهش دارد و لذامیزان درصدی فعلی این سد ۹ درصد است.

سد دوستی خراسان رضوی هم ۶۳ میلیون مترمکعب آب دارد که نسبت به مدت مشابه پارسل ۶۸ درصد کاهش دارد و میزان پرشدگی آن ۲۹ درصد است.

سد شمیل و نیان در استان هرمزگان با ۱۳ میلیون مترمکعب موجودی آب با کاهش ۶۶ درصدی نسبت به مدت مشابه پارسل روجه رو شده و درصد پرشدگی کنونی این سد ۱۳ درصد است.

همچنین در این مدت، سد ساوه در استان میناب آب ایران، در تازه ترین گزارش خود وضعیت آب این ۱۳ سد مهم را تشریح و نسبت به کاهش ذخایرنی هندا ر زاده است.

بر اساس این گزارش، سد رودبال دراب در استان فارس یادداشتن یک میلیون مترمکعب موجودی آب از ابتدای سال آبی جاری تا نهم دی با کاهش ۸۷ درصدی نسبت به مدت مشابه پارسل روبرو شده و میزان پرشدگی فعلی این سد هم یک درصد است.

## اقتصاد

خطیب جمعه تهران:

## شهادی حادثه تروریستی کرمان تابلوی ابدی افتخار ملت ایران هستند

امام جمعه موقت تهران با اشاره به عملیات تروریستی در کرمان در سالگرد شهادت حاج قاسم سلیمانی گفت: آثار شهیدان از بین رفتنی نیست؛ به خانواده شهدای کرمان تبریک می گویم که نور شهادت در خانواده آنها تابیدن گرفت. این شهیدان تابلوی ابدی افتخار ملت ایران و شما هستند.

به گزارش ایسنا،آیت‌الله سیداحمد خاتمی در خطبه‌های نماز جمعه تهران با بیان اینکه خون مظلوم از جوشش نمی افتد، گفت: کودکان، نوجوانان و بانوان چه گناهی داشتند؟! این خون هاتقدر می جوشد که انتقام خون مظلومان گرفته شود.

وی ادامه داد: بزایم عاجز و قلیم پر از اندوه است وقتی ۹ نفر از یک خانواده ه به شهادت رسیدند. تعداد زیادی کودک و نوجوان و زن در این حادثه به

دیدار خدارفتند؛ خوش به حالشان که سعادت‌مند شدند، اما غمی اندوه و

نگاهه بر ملت ایران به ویژه خانواده هایشان باقی ماند. از خداوند طلب صبر برای بازماندگان و شفا برای جانبازان این حادثه دارم. تنگ ابدی بر قاتلانشان که جایگاهشان در قعر جهنم است. عذاب الیم در انتظار این

جانیکارگان قاتل است.

امام جمعه موقت تهران با بیان اینکه شهادت مایه افتخار و دعای همیشگی امامان است، گفت: از آغاز پیروزی انقلاب مردم مکرر، واژه ترور و تروریسم را شنیدند؛ از ۱۷ هزار شهید ترور که توسط داعشی های وطنی یعنی منافقان کوردل انجام شد تا شهادت ۷۲ تن از عزیزان خدمتگزار کشور یعنی شهدای حزب جمهوری اسلامی و شهادت رحابی و باهنر دو دولتمرد خدوم و شهدای فراوان دیگر. خاتمی افزود: با وجودی که داعش در بیانیه ای این ترور را به عهده گرفته است اما داعش کیست؟ داعش عنصر دست ساز آمریکا است؛ ترامپ در مناظرات تلویزیونی با کلابنتونو گفت که شهادعش

حزب مستولن می گویم تخدوم مظلومان و این خون های پاک گرفته خواهد شد. برخی این حادثه را دستمایه تحریب مسئولان ساختندگان هم

به جای اینکه از مسئولان امنیتی تشکر کنند؛ نهاد های امنیتی و انتظامی در طول ماه های گذشته به کرات توطئه های زیادی راختنی کردند که بسیاری

از آنها هانمند حادثه کرمان بوده است، پس به جای تشکر از این عزیزان جان پر کف و خدمتگزار، انتقارمی کوید؟ همه نظام در بی آن هستند که جلادان

قاتل باقی مانده را دستگیر کنند و به سزای عمل ننگینشان برسانند.

امام جمعه موقت تهران در بخش دیگر سخنان خود با اشاره به انتخابات پیش رو گفت: انتخابات افتخار و عزت ملی، پشتوانه امنیت کشور و امنیت ملی ونماد آزادی مردم در انتخاب سرنوشت خودشان است.اگر انتخابات نباشد دیکتاتوری یا هرج و مرج است؛ حضور مردم پای صندوق های رای بیعت با امام و شهیدان، باعث عزت، سربلندی و وفاداری مجدد به نظام اسلامی است.

خاتمی در ادامه تا تأکید بر اینکه مبارزه با فساد در تار و پود نظام است، گفت: کسانی در کمال عداوت و دشمنی می گویند فساد در نظام نهادهی نبوده است. این درست نیست چون با فساد برخورد می شود؛ همگه مسئولان و رؤسای سه قوه در عرصه مبارزه با فساد در خط مقدم هستند. با توجه به اینکه نظام ریاری مردم است، مسئولان هر چه زودتر درباره فساد و تخلفات اخیر وارد عمل شوند.

## سند جامع حمل و نقل ایران و ترکیه تدوین می شود

وزیر راه و شهرسازی ایران آمادگی ایران رابری توسعه همکاری در حوزه های جاده‌ای، ریلی، هوایی و دریایی و امضای سند جامع حمل و نقل با ترکیه اعلام کرد.

به گزارش فارس، مهرداد بذرشاش که ریاست کمیسیون مشترک همکاری اقتصادی ایران و ترکیه را بر عهده دارد، در دیدارهای جداگانه با «هاکان فییدان» وزیر امور خارجه، «عثمان آتکنکین باک» وزیر ورزش و جوانان و رئیس ترکیه‌ای کمیسیون مشترک و عبدالقادر اورال اوغلو وزیر حمل و نقل و زیرساخت ترکیه درباره مناسبات تجاری و اقتصادی دو کشور و دستور کار نشست آتی کمیسیون مشترک اقتصادی ایران و ترکیه گفتگو و تبادل نظر کرد.

وی در دیدار با وزیر امور خارجه ترکیه با بیان اینکه جمهوری اسلامی ایران اهمیت زیادی برای توسعه مناسبات همه جانبه با همسایگان خود قائل است، تأکید کرد: همکاری دو کشور بزرگ ایران و ترکیه می تواند صلح، ثبات، امنیت و رفاه را برای منطقه به ارمغان داشته باشد. به گفته بذرشاش، حجم تجارت میان ایران و ترکیه به عنوان سومین شریک تجاری کشورمان، پس از همه گیری کرونا رونق افزایشی گرفته است. ظرفیت بالای ایران در حوزه ترانزیت کالا و ارتقای سطح مبادلات تجاری دو کشور از دیگر موضوعات مطرح شده میان مهرداد بذرشاش و هاگان فییدان بود.

وزیر امور خارجه ترکیه هم دراین دیدار با اشاره به هدف گذاری تجارت ۳۰ میلیارد دلاری میان ایران و ترکیه، این حجم از تجارت را با افزایش همکاری‌ها دو جانبه قابل دستیابی دانست و بر همکاری دو کشور در حوزه مبحث اقتصاد و تجاری تأکید کرد.

بر اساس این گزارش، پیگیری و رفع مشکلات توسعه تجارت میان ایران و ترکیه، محور مذاکرات وزیر راه و شهرسازی با وزیر ورزش و جوانان به عنوان رئیس ترکیه ای کمیسیون مشترک اقتصادی دو کشور بود.

بذرشاش در این نشست ضمن تأکید بر نقش مهم کمیسیون های مشترک در توسعه روابط دو جانبه به ویژه با کشورهای همسایه، دستاوردهای کمیسیون مشترک دو کشور را موقعبت آمیز ارزیابی و آمادگی طرف ایرانی را بر مبنایان نشست کمیسیون مشترک اقتصادی در تهران طی روزهای آتی اعلام کرد.

وزیر راه و شهرسازی همچنین در ملاقات با هماتای خود عبدالقادر اورال اوغلو وزیر حمل و نقل و وزیر ساخت ترکیه به بررسی برخی از مسائل در مذاکرات تردد و حمل و نقل جاده‌ای میان دو کشور پرداخت و آمادگی ایران رابری توسعه همکاری در حوزه های جاده‌ای، ریلی، هوایی و بندری و دریایی و امضای یک سند جامع حمل و نقل بین ایران و ترکیه ابراز داشت.

در ادامه این نشست دو طرف ضمن بررسی زمینه های توسعه همکاری حمل و نقل، راه‌های افزایش حجم ترانزیت جاده‌ای و ریلی را در دستور کار قرار دادند.

شهرسازی

**آگهی مزایده عمومی**

**شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا (سهامی عام) در نظر دارد تجهیزات و ماشین‌آلات مستعمل خود در بنادر شهید رحابی، پوشهر امام خمینی (ره) و نوشهر (از طریق مزایده عمومی به فروش برساند، لذا از مزایده‌کنندگان شرکت در مزایده دعوت می‌شود از تاریخ انتشار آگهی لغایت پایان وقت اداری روز دوشنبه ۱۴۰۲/۰۱/۲۵ جهت دریافت اسناد و شرایط مزایده به وبگاه و آدرس https://tender.spmco.com یا آدرس‌های ذیل مراجعه فرمایند.**

**۱-** دفتر مرکزی شرکت واقع در تهران، خیابان گاندی جنوبی، نیش کوچه شهید، پلاک ۲۸، طبقه متنی یک، دبیرخانه.

**۲-** دفتر عباس، مجتمع شهید رحابی، پایانه اختصاصی شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا، ساختمان ستاد دبیرخانه

**۳-** منطقه ویژه اقتصادی بندر نوشهر، ساختمان سازمان شناور و فراینوری، دفتر شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا

**مهلت تحویل اسناد مزایده تا پایان وقت اداری روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۱۰ می‌باشد و مناقضان می‌بایست با کتبی خود را در نشانی تهران، خیابان گاندی جنوبی، نیش کوچه شهید، پلاک ۲۸، طبقه متنی یک، دبیرخانه، یا پستی ۱۵۱۷۷۷۱۱۰۸، تحویل نمایند. تاریخ بازگشایی بانکتهای مزایده روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۱۰ ساعت ۱۰ صبح در دفتر مرکزی شرکت، به آدرس تهران، خیابان گاندی جنوبی، شماره ۱۸ می‌باشد. ضمناً تا تاریخ بازگشایی موضوع مزایده از تاریخ ۱۴۰۲/۱۱/۲۲ لغایت ۱۴۰۲/۱۱/۱۰ ساعت ۱۰ صبح و در روزهای چهارشنبه، پنجشنبه، شنبه، یکشنبه، سه‌شنبه، چهارشنبه و پنجشنبه، امام خمینی (ره) و نوشهر می‌باشد. حضور مناقضان و یا نماینده آن‌ها در جلسه بازگشایی امکانات بر نمی‌آید.**

**۴- سایر اطلاعات و جزئیات مربوط به اسناد و شرایط مناقشه مندرج است.**

**مزایده مزایده عمومی**

**شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا (سهامی عام)**

**آگهی مناقشه عمومی**

**دو م ر حله‌ای با ارز یابی کیفی**

**شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا (سهامی عام) در نظر دارد اجراء خدمات ماشین‌آلات تعمیرات تجهیزات و ماشین‌آلات خود در بندر شهید رحابی، پوشهر (بهشتی (چابهار) را از طریق مناقشه عمومی و مرحله‌ای با ارزیابی کیفی به مناقضان واچد شرایط که دارای **رتبه ۵ تأسیسات و تجهیزات** با **رتبه ۵ صنعت و معن** یا **زیر کشتی صنعت از سازمان پرانمه و بودجه با دارای سواق اجرائی مرتب** یا **حوزه نگهداری و تعمیر تجهیزات و ماشین‌آلات با دارای مجوز یا گواهی‌نامه تعمیر** یا **دراست‌های گنداری و تعمیرات از سازمان‌های دولتی** می‌باشند، یا **آنگار نمایه لذا از طرف آقای روز دوشنبه ۱۴۰۲/۱۱/۲۵ جهت دریافت اسناد و شرایط مناقشه به وبگاه https://tender.spmco.com یا آدرس های ذیل مراجعه فرمایند.****

**۱-** دفتر مرکزی شرکت واقع در تهران، خیابان گاندی جنوبی، نیش کوچه شهید، پلاک ۲۸، طبقه متنی یک، دبیرخانه.

**۲-** دفتر عباس، مجتمع بندری شهید رحابی، پایانه اختصاصی شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا، ساختمان ستاد دبیرخانه.

**۳-** منطقه ویژه اقتصادی بندر نوشهر، ساختمان سازمان شناور و شناور و فرایور، دفتر شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا

**مهلت تحویل اسناد مناقشه تا پایان وقت اداری (ساعت ۱۶) روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۱۰ می‌باشد و مناقضان می‌بایست با کتبی خود را حداکثر تا تاریخ مذکور به نشانی تهران، خیابان گاندی جنوبی، نیش کوچه شهید، شماره ۲۸، طبقه متنی یک، دبیرخانه شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا، ک پستی ۱۵۱۷۷۷۱۱۰۸ تحویل نمایند.**

**۴-** دفتر مرکزی شرکت واقع در تهران، خیابان گاندی جنوبی، نیش کوچه شهید، پلاک ۲۸، طبقه متنی یک، دبیرخانه.

**۵-** دفتر عباس، مجتمع بندری شهید رحابی، پایانه اختصاصی شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا، ساختمان ستاد دبیرخانه.

**۶-** منطقه ویژه اقتصادی بندر امام خمینی (ره) مجتمع بندری امام خمینی (ره) ارضی پشتیبانی، قفچه ۵، سایت مخازن شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا

**۷-** دفتر مرکزی شرکت واقع در تهران، خیابان گاندی جنوبی، نیش کوچه شهید، پلاک ۲۸، طبقه متنی یک، دبیرخانه.

**۸-** دفتر عباس، مجتمع بندری شهید رحابی، پایانه اختصاصی شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا، ساختمان ستاد دبیرخانه.

**۹-** منطقه ویژه اقتصادی بندر نوشهر، ساختمان سازمان شناور و شناور و فرایور، دفتر شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا

**مهلت تحویل اسناد مناقشه تا پایان وقت اداری روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۱۰ ساعت ۱۰ صبح و در روزهای چهارشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۱۰ ساعت ۱۰ صبح در دفتر مرکزی شرکت، به آدرس تهران، خیابان گاندی جنوبی، شماره ۱۸ می‌باشد. ضمناً تا تاریخ بازگشایی موضوع مزایده از تاریخ ۱۴۰۲/۱۱/۲۲ لغایت ۱۴۰۲/۱۱/۱۰ ساعت ۱۰ صبح و در روزهای چهارشنبه، پنجشنبه، شنبه، یکشنبه، سه‌شنبه، چهارشنبه و پنجشنبه، امام خمینی (ره) و نوشهر می‌باشند. حضور مناقضان و یا نماینده آن‌ها در جلسه بازگشایی امکانات بر نمی‌آید.**

**۱۰- سایر اطلاعات و جزئیات مربوط به اسناد و شرایط مناقشه مندرج است.**

**مزایده مزایده عمومی**

**شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا (سهامی عام)**

**آگهی مزایده خودرو**

این شرکت در نظر دارد تعدادی خودروی سواری، یک دستگاه مینی بوس و یک دستگاه لیموترک کار کرده را از طریق مزایده واگذار نماید؛ لذا مناقضان محترم شرکت مزایده می توانستند جهت بازدید خودروها و دریافت مدارک شرکت در مزایده، از تاریخ ۲۱ لغایت ۲۳ ۱۴۰۲ از ساعت ۹ تا ۹ به نشانی یاد شده مراجعه نمایند.

**آدرس:** جاده قدیم تهران کرج، اتوبان فتح، خیابان خلیج فارس، انتهای خیابان پیروزی، جنب درب شماره ۱، منطقه غیر گرمی شهریار.

مناقضان می بایست پیشنهادهات خود را در باکت در بسته و نهایتا تا پایان وقت اداری روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۱/۰۴ به آدرس سعادت آباد، خیابان جمشیدی (یکم)، پلاک ۴، ارسال نمایند.

بدیهی است این سازمان در قبول یاد یک یا کلیه پیشنهادهات مختار بوده و شرکت در مزایده هیچ گونه حقی برای مناقضان و یا تعهدی برای این شرکت ایجاد نخواهد کرد و تکلیفی منبئی بر فروش مورد مزایده به مناقضان وجود نخواهد داشت.

**مناقضان می توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۰۹۱۲-۳۸۹۴۴۴ تماس حاصل نمایند.**

**آگهی شناسایی پیمانکار (نوبت دوم)**

**شرکت صنایع تروریستی سینان** در نظر دارد «تامین ۴۰۰۰ لیتر کاتالیست ZNO (سولفورزدایی از گاز طبیعی) را از طریق برگزاری مناقشه عمومی و مرحله‌ای، پس از ارزیابی کیفی مناقضان به سازندگان واحد صنایع واکار نماید.

مناقضانی می توانند فرم ارزیابی کیفی را از طریق وبسایت زیر مشاهده و تکمیل نمایند:

WWW.SABALANPICO.COM

لذا به همین منظور از کلیه مناقضان دعوت به عمل می آید تا ظرف مدت یک هفته از تاریخ نشر این آگهی فرم ارزیابی کیفی را از طریق آدرس وبسایت فوق تهیه و سپس نامه اعلام آمادگی و سوابق اجرائی خود را به آدرس ایمیل زیر ارسال نمایند:

TENDER@SABALANPICO.COM

بدیهی است ارسال مدارک به منزله شرکت در مناقشه نبوده و مناقسه کران واجد شرایط از طریق دعوتنامه کتبی به مناقسه دعوت خواهند گردید. ضمناً شماره ۰۷-۸۸۴۶۴۲۰۲۱-۲۱۰ (داخلی ۳۹۷۴) برای کسب اطلاعات بیشتر در نظر گرفته شده است.

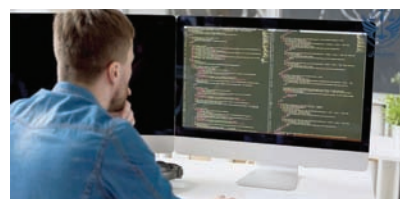








شهرستان ها | ۱۰  
آلودگی هوا؛ تحفه واحدهای صنعتی برای ساکنان اردکان



حقوقی | ۱۱  
نکات حقوقی در انعقاد قرارداد وب سایت



بین الملل | ۱۲  
زمان بازگشت آمریکا به افغانستان فرارسیده است



# چهارسو ALL IN ONE



## معجزه پیاده روی را جدی بگیرید

### اطلاعات

شماره ۱۶ دی ۱۴۰۲ - ۲۳ جمادی الثانی ۱۴۴۵  
شماره ۲۸۵۷۶ - سال نهم و هشتم - شماره ۲۸۵۷۶

**نوبت دوم**

**آگهی مناقصه عمومی**  
باخذ سپرده

درخواست شماره: RHP-0026207009-T21

موضوع آگهی: خرید  
**P/F BUTTERFLY VALVE**

برای کسب اطلاعات بیشتر به سایت این شرکت  
www.BAORCO.IR مراجعه نمایید.

روابط عمومی و امور بین الملل

**نوبت اول**

**آگهی مناقصه عمومی**  
باخذ سپرده

درخواست شماره: RHP-00024411003-T19

موضوع آگهی: خرید ورق مخازن

برای کسب اطلاعات بیشتر به سایت این شرکت  
www.BAORCO.IR مراجعه نمایید.

روابط عمومی و امور بین الملل

**آگهی مزایده عمومی**

شرکت سیمان هرمزگان (سهامی عام) در نظر دارد بخشی از ارقام را کد نو، ضایعاتی و مستعمل خود را از طریق مزایده عمومی به فروش برساند. لذا از کلیه متقاضیان ذیل دعوت بعمل می آید جهت دریافت اسناد مزایده به نشانی ذیل مراجعه نمایند.

**توضیحات:**

۱. نشانی دریافت اسناد مزایده: شهر تهران، بلوار میرداماد، میدان مادر، خیابان شهید سنجابی (پهروز سابق)، بالاتر از میدان مینا پلاک ۳۷. شرکت سیمان هرمزگان واحد دبیرخانه (اخذ رسید از دبیرخانه)
۲. به استان هرمزگان، شهرستان بندر خمیر، کیلومتر ۴ جاده بندر لنگه، کارخانه سیمان هرمزگان، واحد دبیرخانه (اخذ رسید از دبیرخانه)
۳. مهلت تحویل پاکت های پیشنهادی: حداکثر تا پایان وقت اداری روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۱۷ می باشد.
۴. متقاضیان شرکت در مزایده می توانند با هماهنگی قبلی از ارقام مورد مزایده بازدید و سپس پیشنهاد قیمت خود را تسلیم نمایند.
۵. شرکت کنندگان در مزایده می بایست گواهی صلاحیت و یا تأییدیه فعالیت خود را از سازمان محیط زیست (در خصوص اقلیمی که نیاز به کسب مجوز از سازمان محیط زیست دارند)، به همراه پیشنهاد قیمت خود به شرکت سیمان هرمزگان ارائه نمایند.

شرکت سیمان هرمزگان در رد یا قبول بیک و یا کلیه پیشنهادات مجاز و مختار می باشد.

**شرکت سیمان هرمزگان (سهامی عام)**

**آسیاتک - فراخوان**

**جذب پیمانکاران شوت و فیوژن**

شرکت انتقال داده های آسیاتک در راستای توسعه توان اجرایی خود در سطح استان های کشور، از فعالان باتجربه در حوزه های عملیاتی و اجرایی ذیل با حجم بالای دعوت به همکاری می نماید:

- ۱. اجرای شوتینگ فیبر با تکنولوژی میکرو کیبل و میکرو داکت
- ۲. اجرای فیوژن فیبر نوری در شبکه FTTH (فیوژن در FAT, ODC و مفصل ها و هند هول ها)

در این راستا از پیمانکارانی که تمایل به همکاری با این شرکت دارند خواهشمند است، رزومه و سوابق مرتبط خود به آدرس ایمیل زیر ارسال نمایند.

لازم به ذکر است که حسب نیاز، ماشین آلات تخصصی از سوی شرکت آسیاتک در اختیار پیمانکاران محترم قرار خواهد گرفت.

ایمیل: BUY@ASIA TECH.IR

تلفن کارشناس هماهنگ کننده: ۰۹۰۰۰۹۰۰۲۳۵

**آگهی دعوت به مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده**

شرکت داده روزی فرادیس (سهامی عامی) به شماره ثبت ۱۶۱۷۹۷ و شناسه ملی ۱۰۱۰۲۰۲۲۲۷۵ بدین وسیله از سهامداران محترم دعوت می شود تا در جلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده شرکت داده روزی فرادیس (سهامی عامی) روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۲۷ ساعت ۱۰:۰۰ در محل شرکت خدمات انفورماتیک به آدرس: تهران - خیابان میرداماد، خیابان شاه نظری، پلاک ۲، حضور به هم رسانند.

**دستور جلسه:** ۱. انتخاب اعضای هیئت مدیره (۲) تصمیم گیری در خصوص چگونگی ادامه فعالیت شرکت (۳) سایر موارد

هیئت مدیره

**مناقصه عمومی دومرحله ای تامین شناور**

**پدک کش پالایشگاه نفت سنگین قشم**

مناقصه شماره: PBQ-TEN-INQ-402-047

شرکت پارس پتروپیمایش نفت قشم واقع در جزیره قشم، در نظر دارد جهت اجاره تامین شناور پدک کش پالایشگاه نفت سنگین پالایشگاه قشم، نسبت به شناسایی تامین کنندگان واجد شرایط، اقدام نماید.

لذا از کلیه فعالین در این حوزه دعوت می گردد نسبت به اخذ اسناد مناقصه و نحوه ارائه مستندات لازم از ساعت ۸ صبح الی ۱۶ روزهای یکشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۱۷ الی چهارشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۲۰ به نشانی: تهران، پونک، بزرگراه اشرفی اصفهانی، بلوار فلاح زاده، خیابان پارک، برج همیلا، طبقه نهم، واحد ۹۰۹، امور حقوقی و قراردادها مراجعه نمایند. در صورت وجود هرگونه مشکل و یا داشتن سوال با ربات نامه tender@pedcir.ir مکاتبه و یا با شماره تلفن ذیل تماس حاصل فرمایند.

تلفن: ۰۲۱-۹۷۱۳۴۵۷

تضمین شرکت در مناقصه: ضمانتنامه بانکی یا سپرده نقدی مطابق اسناد مناقصه به مبلغ ۹۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال (هشت میلیارد و چهارصد و شصت میلیون) ریال

سایر اطلاعات و جزئیات مربوط در اسناد مناقصه آمده است.

شماره مناقصه: PBQ-TEN-INQ-402-047

بدیهی است شرکت پارس پتروپیمایش نفت قشم، در رد و پذیرش درخواست ها مختار است.

**جدول**

افقی:

- ۱- صبح زود - بالاکشیدن پول - سو
- ۲- زیرکی - کدوی داستانی - پادشاهان
- ۳- عجیب ترین مایع - امر به نگرستن - زیر
- ۴- ماندگار - گل - شهیدان
- ۵- یارب مناد آنکه... معتبر شود - قابله - بیم دادن
- ۶- شهری در چهار محال و بختیاری - شهرنشینی - عدد فوتبالی
- ۷- در این وقت - پیامبرت شکن
- ۸- جهت - ماه محبت - استخدام مطلوب - معکب شماره دار
- ۹- غذا خوری مدرسه - همراه با عاوطنف - کتایه از سخت، از جنس فلز پر مصرف
- ۱۰- قابل درک - نعمت خداوند - شبکه تلویزیونی - قلب
- ۱۱- هم نشین - قلب قرآن مجید
- ۱۲- طایفه غرب ایران - آن سوی - باحیا
- ۱۳- ترکیب چند عنصر - نژاد هند و اروپایی - جام قهرمانی
- ۱۴- فرمانروایی - نفس خسته - سخن و کلام - داخل
- ۱۵- رهایی از آندوه - تیم خودرو سازان در لیک یک - گام ها
- ۱۶- زمین وسیع میان دو کوه - دانشمند آمریکایی مخترع لامپ برق - فریاد شوق

عمودی:

- ۱- مرکز کشور چک - شعری در بیان اوضاع و احوال - ممدان توکی
- ۲- شهری در گلستان - شهر شمالی ایران
- ۳- نام ترکی - نخست - خطای گرفتن توپ پایا در بسکتبال - گل - شهیدان
- ۴- کلمه هشدار - هیزم - صحرایی
- ۵- دچار ضلالت - هر یک از نمک های اسیدبوریک
- ۶- کتایه از لاغر و ضعیف - شهری در کاشان - یک
- ۷- نیمه دیوانه - پیشوندی معادل یک میلیون - سکه طلای عهد دلیمان - جواب هوی
- ۸- فعالیت و جنب و جوش، تلاش - بریان کردن - همدم
- ۹- پرستار کودک - بزدل - بدکارتر - رودی در ایتالیا
- ۱۰- صرف ندادن - عکسی شامل همه چهره - سبزی معطر
- ۱۱- آشناری - رنجور
- ۱۲- کتایه از لاغر و ضعیف - شهری در کاشان - یک
- ۱۳- بیشتر راجع به از دیگران قرار دارد - درل - کیف سفری - یک و یک
- ۱۴- آشکار - دفتر خلاصه نامه های رسیده
- ۱۵ - پادشاهی از خوارزمشاهیان - پنجمین حرف یونانی - شیر گوهی

**آگهی مناقصه دو مرحله ای**

شرکت نفت ایرانول در نظر دارد، نسبت به شناسایی پیمانکاران واجد صلاحیت به منظور تامین دو دستگاه توربین ژنراتور بخار از جهت پالایشگاه روغن سازی تهران مشخصات ذیل اعلام نماید. لذا از کلیه شرکت های که جزو وندور لیست شرکت نفت می باشند دعوت بعمل می آید جهت دریافت اسناد از یابی کیفی حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۲/۱۲/۱۹ از ساعت ۸ الی ۱۳ به نشانی ذیل مراجعه نموده و مدارک لازم را دریافت نمایند.

**آدرس:** شهید رجایی جنوب - باقرشهر - بلوار پالایشگاه نفت تهران انتهای خیابان باسکول - پالایشگاه نفت ایرانول - واحد خدمات بازرگانی

مشخصات بویلر:

- ۱) ظرفیت بویلر: 55 T/H
- ۲) فشار کارکرد: 55 Barg
- ۳) دمای کارکرد: 400 C

\* همراه داشتن کارت ملی، معرفی نامه رسمی و آدرس ایمیل شرکت الزامی می باشد.

**آگهی مناقصه دو مرحله ای**

شرکت نفت ایرانول در نظر دارد، نسبت به شناسایی پیمانکاران واجد صلاحیت به منظور تامین دو دستگاه توربین ژنراتور بخار از جهت پالایشگاه روغن سازی تهران مشخصات ذیل اعلام نماید. لذا از کلیه شرکت های که جزو وندور لیست شرکت نفت می باشند دعوت بعمل می آید جهت دریافت اسناد از یابی کیفی حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۲/۱۲/۱۹ از ساعت ۸ الی ۱۳ به نشانی ذیل مراجعه نموده و مدارک لازم را دریافت نمایند.

**آدرس:** شهید رجایی جنوب - باقرشهر - بلوار پالایشگاه نفت تهران انتهای خیابان باسکول - پالایشگاه نفت ایرانول - واحد خدمات بازرگانی

مشخصات توربین ژنراتور بخار:

- ۱) ظرفیت بویلر: 7 MW
- ۲) ولتاژ، فرکانس: 50HZ, 6.3KV
- ۳) دمای کارکرد: 400 C

\* همراه داشتن کارت ملی، معرفی نامه رسمی و آدرس ایمیل شرکت الزامی می باشد.

**آگهی فروش املاک**

شرکت گروه صنعتی سپاهان (سهامی عام) به شماره ثبت ۲۸۳۳۲ در نظر دارد تمام ۶ دانگ عرصه و اعیان ۲ باب ساختمان خود با کاربری اداری و مسکونی شامل پلاک های ثبتی ۹۴۷۱/۹ و ۳۷۹۳/۳ به مساحت تقریبی ۷۶۰ مترمربع واقع در اصفهان، خیابان مشتاق اول، نبش کوچه باغ برج، پلاک ۳۰ را به صورت تجمعی به فروش برساند. لذا از متقاضیان خرید دعوت به عمل می آید، جهت کسب اطلاع از شرایط واگذاری، بازدید ملک و دریافت فرم شرکت در مزایده، طی ساعات اداری هفته و حداکثر تا ساعت ۱۶ روز شنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۱۷ با شماره های ۰۳۱-۳۸۸۸۰۷۲ و ۰۳۱-۸۴۸۱۶۰۹۳۳ واحد روابط عمومی (اقای غلامی) تماس برقرار نمایند.

لازم به ذکر است فقط پیشنهادهای مکتوب ارائه شده محتوی چک تضمین شرکت در مزایده به میزان ۵٪ مبلغ پیشنهادی تا تاریخ ۱۴۰۲/۱۲/۱۷ بررسی خواهد شد.

گروه صنعتی سپاهان در قبول یا رد یک یا تمامی پیشنهادهای مختار بوده و شرکت در مزایده هیچگونه حقی برای شرکت کنندگان ایجاد نمی نماید.

روابط عمومی شرکت گروه صنعتی سپاهان

**پاسخ**

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱

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















