تنور گرم

ندا احمدلو: روزنامه‌نگار

کال کباب گیلان؛ پیش‌غذای جادویی

کال کباب یک پیش‌غذای محلی گیلانی و به‌شدت خوشمزه است که شباهت کمی هم به میرزاقاسمی دارد.

برای درست کردنش چی لازم داریم؟

بادمجان متوسط: ۵عدد
سیر تازه: ۵حبه
فلفل سیاه: نصف قاشق چای‌خوری
نمک: یک قاشق چای‌خوری
گردوی ساییده یا آسیاب‌شده: ۴تا ۵قاشق غذاخوری
گلپر: یک‌چهارم قاشق چای‌خوری
آب انار: نصف لیوان
نعناع تازه و ساییده‌شده یا ساطوری: ۲قاشق غذاخوری

یک نکته:

اگر به سبزی‌های شمالی مانند چوچاق یا خلواش (خالواش) دسترسی دارید، بهتر است تا به جای نعناع خالص از ۲قاشق غذاخوری سبزی ترکیبی شامل نعناع، خلواش و چوچاق استفاده کنید. اگر به چاشنی دلار یا دلال شمالی هم دسترسی دارید، به جای نمک از این چاشنی استفاده کنید تا طعم کال کباب شما به طعم اصلی و محلی آن نزدیک‌تر باشد.

چطوری درستش کنیم؟

۱. بادمجان‌ها را روی منقل زغالی، گازی یا حتی داخل فر، کباب کنید.
۲. بادمجان‌های کبابی را پوست بگیرید و داخل ظرف گودی قرار بدهید.
۳. سیرهای تازه را پوست بگیرید و به بادمجان‌ها اضافه کنید.
۴. نمک، فلفل، گردو، سبزی و گلپر را هم داخل ظرف بریزید و شروع کنید به کوبیدن تمام مواد.
۵. شمالی‌ها از ظرف سفالی و سنگ برای کوبیدن کال کباب استفاده می‌کنند که این کار در طعم نهایی غذا تأثیر بسیار خوبی دارد.
۶. آب انار را کم‌کم به مواد داخل ظرف اضافه کنید تا تمامی مواد به خوبی با یکدیگر ترکیب بشوند و طعم یکنواختی بگیرند.
۷. وقتی تمام مواد را کاملا له کردید، کال کباب شما آماده است.

۲نکته:

۱. می‌توانید به جای آب انار از آبغوره تازه هم استفاده کنید.
۲. می‌توانید تا ۲قاشق غذاخوری دانه انار هم به مواد کال کباب اضافه کنید.

عبور از سیاه‌چاله اخبار بد

با سندروم خبر بد چه کنیم؟

تصویرگر: بهرام غروی

گزارش

روزی که مارشال مک لوهان نظریه دهکده جهانی را مطرح کرد شاید تصور ما این جریان پیچیده و سریع اخبار و اطلاعات نبود. این روزها هر کسی با هر میزان از سواد و تجربه و در هر سنی در معرض اخبار و دریافت اطلاعات است. کافی‌است یک گوشی هوشمند داشته باشید و چند برنامه پیام‌رسان در آن نصب کنید. هر روز صدها خبر و عکس و فیلم و صوت از نقاط مختلف دنیا دست‌به‌دست می‌شود و به شما می‌رسد. در این بین بیشتر اخبار بد و متأثرکننده خود را نمایان و با روح و روان آدمی بازی می‌کنند. تا جایی که هر روز با اضطراب از دیدن و شنیدن خبری بد گوشی را روشن می‌کنید؛ خبرهایی از حملات تروریستی، جنگ و فجایع طبیعی گرفته تا سوانح رانندگی، قتل و گم شدن کودکان. غافل از اینکه قرار گرفتن مداوم در معرض این میزان خبر بد هم به جسم ما آسیب می‌رساند و هم به روان و مغز ما.

حمله اضطراب ناخواسته

بدیهی است اضطراب نخستین واکنش ما به اخبار بد است. البته اضطراب به اندازه، مفید است؛ چرا که ما را هوشیار می‌کند، به ما توانایی حل کنشگرایانه مسائل را می‌دهد و ما را ترغیب می‌کند عاقلانه گام برداریم تا از خود و عزیزان‌مان مراقبت کنیم. اما اگر از یک نگرانی سازنده فراتر رود و تبدیل به مشکلی دائمی شود، در بهترین حالت ما را از شادی محروم می‌کند و در بدترین حالت، از ما انسانی ناتوان می‌سازد.

بعضی افراد در مواجهه با اخبار بد دچار اختلال اضطراب بعد از سانحه می‌شوند و باید تحت درمان تخصصی قرار گیرند و برخی هم مدت کوتاهی درگیر اختلال اضطرابی شدید می‌شوند. کسانی که دچار چنین اختلالاتی می‌شوند ممکن است به رفتارهای وسواس گونه‌ای مثل تماشای چندین و چندباره یک ویدئوی آسیب‌زننده روی آورند یا خود را منزوی کنند، روال عادی زندگی خود را تغییر دهند و تصمیماتی را بر مبنای ترس بگیرند.

ذهن انسان به‌گونه‌ای است که پیام‌های تهدیدآمیز را یک به یک، دوباره و چند باره و فارغ از حتمی بودن یا نبودن یک خطر، به‌خود جذب می‌کند. به علاوه، با بیشتر شدن احساسات منفی، مثل ترس، ناراحتی یا بدگمانی، ممکن است آنها را به نزدیک‌ترین افراد زندگی‌تان هم انتقال دهید.

در محاصره اخبار

اما آیا می‌توانیم کنج عزلت بگزینیم و در را به روی همه اخبار ببندیم؟ آیا می‌توانیم همه راه‌های دسترسی به اخبار بد را مسدود کنیم و به غار بی‌خبری پناه ببریم؟ آیا می‌توانیم نسبت به اخبار وحشتناکی که هر روز می‌شنویم کاملاً بی‌تفاوت باشیم؟ البته که نه! هر جا که برویم و در هر شرایطی که باشیم اخبار ما را محاصره کرده‌اند. ضمن اینکه ما انسان هستیم و احساسات داریم و مغز ما به این اخبار واکنش نشان می‌دهد، بنابراین نمی‌توانیم نسبت به آنها بی‌تفاوت باشیم. اما روش‌هایی وجود دارد که با کمک آنها می‌توانیم انرژی منفی اخبار بدی که ما و زندگی روزمره ما را تحت‌تأثیر قرار می‌دهند کنترل کنیم.

از دنیا نترسید

هجوم خبرهای منفی و بد ما را به جایی می‌رساند که تصور می‌کنیم دنیا رو به تاریکی و زوال است و امید از زندگی‌مان رخت بربندد. وقتی باور کنیم دنیا رو به قهقرا می‌رود، این موضوع روی تصمیم‌گیری‌های روزمره و رفتار ما تأثیر مستقیم دارد.

کافی است نگاه واقع‌بینانه‌ای به زندگی داشته باشیم و زندگی امروز را با تمام امکانات رفاهی، تسهیلات بهداشتی و پیشرفت‌هایش با گذشته مقایسه کنیم تا ببینیم با وجود تمام خبرهای بد، دنیا آنقدرها هم رعب‌آور نیست، فقط به‌خاطر جریان آزاد اطلاعات و دسترسی راحت‌تر به آنها، ما در معرض اخبار بد قرار می‌گیریم. شاید اگر به ازای هر چند خبر بدی که می‌خوانیم و می‌شنویم، خودمان را در معرض خبری خوب و امیدوارکننده قرار دهیم، حال بهتری داشته باشیم.

زندگی را کنترل نکنید

باور داشته باشید که بسیاری از پدیده‌های زندگی از کنترل ما خارج هستند و چیزی به نام امنیت قطعی و تضمین شده برای هیچ‌یک از مخلوقات خدا وجود ندارد. باور کنید زندگی با تمام این اتفاقات به زندگی تبدیل می‌شود. باور کنید در تمام لحظه‌ها رب متعال بر تمام این اتفاقات نظارت دارد و پازل زندگی را با علم و حکمت بی‌پایانش جورچینی می‌کند. این بدان معنا نیست که ما دست روی دست بگذاریم و کاری نکنیم بلکه ما آنچه در وسع‌مان است انجام می‌دهیم، احتیاط‌های لازم را در تمام مواردی که از دست‌مان برمی‌آید به عمل می‌آوریم و در نهایت به خالق بزرگ اعتماد می‌کنیم. اگر قرار باشد اسیر اخبار بد و متاثرکننده شویم و مدام و وسواس گونه در حال کنترل زندگی باشیم، چیزی از مفهوم زندگی و لذت بردن از آن درک نخواهیم کرد.

مؤثر باشید

با خودتان روراست باشید. آیا توان تغییر همه دنیا را دارید؟ اگر نه، ببینید چقدر می‌توانید در کم کردن حتی یک خبر بد یا انتشار حتی یک خبر خوب نقش داشته باشید. واقعیت این است که شما نمی‌توانید همه مشکلات جهان را حل کنید و دنیا را نجات دهید اما به جای احساس درماندگی و استیصال می‌توانید با کارهای مثبت در حد وسع‌تان نشان دهید نسبت به رنج انسان‌ها بی‌تفاوت نیستید. تلاش کنید احساس ناراحتی و درماندگی از خواندن خبرهای منفی روزمره، مانعی برای انجام کارهای مثبت نباشد.

مکث

مدیریت ورودی اخبار

شما مختارید که هر ۵دقیقه یک‌بار تمام برنامه‌های پیام‌رسان و کل شبکه‌های اجتماعی و رادیو و تلویزیون را بررسی کنید و ثانیه‌ای از اخبار عقب نمانید. ولی انتظار نداشته باشید در این صورت حال‌تان خوب باشد. همچنین می‌توانید ورودی‌های اخبار را مدیریت کنید و مثلا روزی یک یا دو بار اخبار را از منابع معتبر دنبال کنید. شاید وسوسه شوید که از جدیدترین خبرها مطلع شوید اما باید بدانید که یکی از شیوه‌های تفکر ذهن ما اینگونه است که هر چه ماجرایی به‌مدت طولانی‌تری در جریان باشد، ما بیشتر درگیر آن می‌شویم، حتی اگر آن ماجرا تأثیر مستقیمی بر ما و زندگی‌مان نداشته باشد.

روشنا

جمال و مال را او می‌دهد

وقتی تقوی و پاکدامنی و طهارت دختر و پسر معلوم شد، سایر چیزها را خدای متعال تامین می‌فرمایند. چنانچه برای تقوا و عفاف قدم بگذارید و ازدواج کنید، خدای متعال مال هم خواهم داد، جمال هم خواهد داد. ممکن است بگویید جمال که اعطاکردنی نیست، یک کسی یا جمال دارد یا ندارد! معنایش این است که چون جمال در چشم شما و در دل شما و در نگاه شماست، اگر انسان کسی را خیلی جمیل هم نباشد دوست داشت، او را جمیل می‌بیند. وقتی کسی را دوست نداشت هرچقدر هم جمیل باشد به‌نظر او جمیل نمی‌آید. آسان بگیرید، خداوند کفایت می‌کند. اول زندگی را ساده بردارید، هرچه می‌توانید در این جهت سعی کنید. البته اعتقاد نداریم که افراد بایستی بر عیال خودشان، بر نزدیکان خودشان سختگیری‌های تنگ‌نظرانه بکنند. این عقیده را نداریم، اما عقیده داریم که همه از روی عقیده و ایمان و عشق و دل خودشان، به یک حدی قانع باشند. زندگی را ساده بگیرید، خودتان را اسیر تشریفات نکنید. اگر از اول وارد مسابقه تشریفات شدید، دیگر رهاشدن از آن سخت است. هیچ‌کس در این مسابقه خوشبخت و کامیاب نمی‌شود. قناعت کنید، از قناعت خجالت نکشید. بعضی‌ها خیال می‌کنند که قناعت مال آدم‌های تهیدست و فقیر است.

برگرفته از کتاب «مطلع عشق»، گزیده رهنمودهای آیت‌الله سیدعلی خامنه‌ای، رهبر معظم انقلاب به زوج‌های جوان

باغ گل

ملکه سبز و محبوب آپارتمان‌نشین‌ها

پتوس یا پوتوس یک گیاه رونده محبوب آپارتمان‌نشین‌هاست که برگ‌های زیبا، براق و سبزی دارد. پوتوس حتی در نور کم هم رشد می‌کند، بنابراین برای آپارتمان‌نشین‌ها گزینه خوبی است. این گیاه با نور لامپ‌های فلوئورسنت هم رشد می‌کند. بهتر است هر از گاهی نیز گیاه خود را بچرخانید تا همه قسمت‌های آن نور را دریافت کند. اما در بیرون از خانه بهتر است در سایه باشد. دقت کنید نور خیلی کم نیز سبب زرد شدن برگ‌ها می‌شود.

خاک پوتوس باید مرطوب بماند در عین حال نباید بیش از اندازه آبیاری شود. تشخیص اینکه چقدر باید آبیاری کنیم نیز کار چندان سختی نیست. اگر برگ‌های پوتوس پژمرده یا قهوه‌ای شدند، یعنی به آب بیشتری نیاز دارند، اما اگر برگ‌ها زرد شدند یعنی بیش از اندازه آب داده‌اید که این موضوع پوسیدگی ریشه را به‌دنبال دارد.

آگهی مزایده عمومی نوبت دوم

شرکت برج میلاد تهران (وابسته به شهرداری تهران- بهره بردار مجموعه برج میلاد تهران) در نظر دارد، بهره برداری از حق انحصاری از فضاها و ظرفیت های تبلیغاتی مجموعه برج میلاد را بطور موقت از طریق مزایده واگذار نماید. بدینوسیله از کلیه اشخاص حقوقی واجد شرایط جهت شرکت در این مزایده دعوت به عمل می آید.

الف) مشخصات فضاها : شامل بیلبورد ، لایت باکس ، رودشو، سمپلینگ، بالن و رسانه های مشابه **ب) مدت بهره برداری : ۵ سال ج) شرایط متقاضی:** ۱- داشتن حداقل پنج سال سابقه کاری مرتبط به شرح اسناد مزایده ۲- حسن شهرت و تجربیات و سوابق مرتبط قابل قبول به شرح اسناد مزایده ۳- داشتن توان مالی مناسب **د) محل دریافت اسناد و قبول پیشنهادات:** بزرگراه شیخ فضل اله نوری، ورودی همت شرق، کنار گذر اختصاصی برج میلاد تهران، جنب رستوران سنتی، ساختمان اداری، طبقه دوم، اداره حقوقی و امور قراردادها - تلفن ۸۵۸۵۰ **ه) شماره حساب خرید اسناد:** پرداخت مبلغ ۵۰۰۰۰۰۰۰ ریال به حساب جاری شماره ۱۰۰۹۰۰۰۰۰۰ بانک شهر شعبه گیشا کد ۵۲۹ بنام شرکت برج میلاد تهران **و) شماره حساب واریز مبلغ سپرده شرکت درمزایده:** واریز مبلغ ۷۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال به حساب سپرده شماره ۷۰۰۲۳۰۸۴۰۴ بانک شهر شعبه پاکنژاد، کد ۲۴۰ به نام شرکت برج میلاد تهران و یا ضمانتنامه بانکی معادل مبلغ مذکور **ز) مهلت ارائه اسناد:** ده روز پس از تاریخ نشر این آگهی جهت دریافت ، تکمیل و تحویل اسناد فرصت می باشد. بدیهی است شرکت در مزایده و ارائه پیشنهادات به منزله قبول شروط و تکالیف مقرر در اسناد مزایده بوده و شرکت برج میلاد تهران در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادات مختار است ضمناً مشروح شرایط مزایده در اسناد درج گردیده و شرکت کنندگان باید مدارک را پس از اخذ، با قید کلمه (قبول است) امضا، نموده و در پاکت های لاک و مهر شده تحویل نمایند و همچنین هزینه هر نوبت آگهی و کارشناس رسمی دادگستری به عهده برنده مزایده می باشد.

ح) کلیه متقاضیان شرکت در مزایده می‌بایست در هنگام تحویل پاکات به دبیرخانه، نسبت به ارائه شناسه ملی برای اشخاص حقوقی اقدام نمایند.

شرکت برج میلاد تهران

آگهی مناقصه عمومی نوبت دوم

شرکت برج میلاد تهران (وابسته به شهرداری تهران- بهره بردار مجموعه برج میلاد تهران) در نظر دارد نگهداری فضای سبز و تاسیسات وابسته به آن را از طریق مناقصه عمومی واگذار نماید. بدین وسیله از اشخاص حقوقی واجد شرایط جهت شرکت در مناقصه دعوت بعمل می آید.

الف)دستگاه مناقصه گزار: شرکت برج میلاد تهران به نمایندگی از شهرداری تهران **ب) مدت قرارداد:** ۱۲ ماه شمسی **ج) برآورد ریالی موضوع مناقصه** ۵۵،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال **د) شرایط متقاضی:** ۱ - ارائه حداقل رتبه سه کشاورزی از سازمان برنامه و بودجه کشور ۲ - ارائه گواهینامه تعیین صلاحیت معتبر از وزارت تعاون ، کار و رفاه اجتماعی ۳- ارائه تائیدیه تامین کنندگان و ارائه دهندگان خدمات از سازمان بوستان‌ها و فضای سبز تهران **ه) محل دریافت اسناد و قبول پیشنهادات:** بزرگراه شیخ فضل اله نوری، ورودی همت شرق، کنار گذر اختصاصی برج میلاد تهران، جنب رستوران سنتی، ساختمان اداری، طبقه دوم، اداره حقوقی و امور قراردادها - تلفن ۸۵۸۵۰ **و) شماره حساب خرید اسناد:** پرداخت مبلغ ۵۰۰۰۰۰۰۰ ریال به حساب جاری شماره ۱۰۰۹۰۰۰۰۰۰ بانک شهر شعبه گیشا کد ۵۲۹ بنام شرکت برج میلاد تهران **ز) شماره حساب واریز مبلغ سپرده شرکت در مناقصه:** واریز مبلغ ۲،۷۵۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال به حساب سپرده شماره ۷۰۰۲۳۰۸۴۰۴ بانک شهر شعبه پاکنژاد ،کد ۲۴۰ به نام شرکت برج میلاد تهران و یا ضمانتنامه معتبر بانکی معادل مبلغ مذکور **ح) مهلت ارائه اسناد:** ده روز پس از تاریخ نشر این آگهی جهت خرید، تکمیل و تحویل اسناد فرصت می‌باشد، بدیهی است شرکت در مناقصه و ارائه پیشنهادات به منزله قبول شروط و تکالیف مقرر در اسناد مناقصه بوده و شرکت برج میلاد تهران در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادات مختار است ضمناً مشروح شرایط مناقصه در اسناد درج گردیده و شرکت کنندگان باید اسناد را پس از اخذ ، با قید کلمه (قبول است) امضا، نموده و در پاکتهای لاک و مهر شده تحویل نمایند . همچنین هزینه هر نوبت آگهی به‌عهده برنده مناقصه می‌باشد. **ط)** کلیه متقاضیان شرکت در مناقصه می‌بایست در هنگام تحویل پاکات به دبیرخانه، نسبت به ارائه شناسه ملی برای اشخاص حقوقی اقدام نمایند.

شرکت برج میلاد تهران

آگهی تجدید مناقصه عمومی تامین اقلام شوینده و نگهدارنده آب استخرهای مجموعه های ورزشی

شماره ۰۵- ن - ۴۰۱

سازمان ورزش شهرداری تهران در نظر دارد **تامین اقلام شوینده و نگهدارنده آب استخرهای مجموعه‌های ورزشی** خود را از طریق مناقصه عمومی به اشخاص حقوقی دارای صلاحیت به مدت ۳ ماه واگذار نماید، لذا از کلیه پیمانکاران واجد شرایط جهت شرکت در این مناقصه دعوت به عمل می‌آید.

ردیف	موضوع	مدت (ماه)	مبلغ برآورد اولیه (ریال)	مبلغ سپرده شرکت در مناقصه (ریال)
۱	تامین اقلام مواد نگهدارنده آب استخر	۳	۶۵,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۳,۲۵۰,۰۰۰,۰۰۰
۲	تامین اقلام مواد شوینده و بهداشتی	۳	۶۵,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۳,۲۵۰,۰۰۰,۰۰۰

الف) شرایط اشخاص حقوقی: اساسنامه / روزنامه رسمی/ آگهی تأسیس و آخرین تغییرات ثبت شده شرکت/ تکمیل و امضاء فرم های ارائه شده/ گواهی امضا تایید شده در دفتر اسناد رسمی برای صاحبان امضا تعهدآور/ کد اقتصادی شرکت/ ثبت نام در سامانه ارائه دهندگان خدمات شهرداری تهران

ب)محل دریافت اسناد و قبول پیشنهادات: تهران ، خیابان آزادی ، تقاطع یادگار امام ، کوچه مشعوف ، سازمان ورزش شهرداری تهران، طبقه سوم ، امور قراردادها ، تلفن ۶۶۰۵۱۵۵۰

ج) شماره حساب خرید اسناد: پرداخت مبلغ ۵,۰۰۰,۰۰۰ ریال (پانصد هزار تومان) برای هر مورد به حساب شماره ۷۰۰۷۹۶۰۸۵۷۰۵ بانک شهر شعبه آزادی (یادگار) کد: ۲۱۸ بنام سازمان ورزش شهرداری تهران

د) شماره حساب واریز مبلغ سپرده شرکت در مناقصه: پرداخت مبلغ برابر جدول فوق که باید بصورت واریز نقدی به حساب شماره ۱۰۰۱۵۱۵۱۵۰۸ بانک شهر شعبه آزادی (یادگار) کد: ۲۱۸ (فیش سه برگی) یا ضمانتنامه معتبر بانکی بنام سازمان ورزش شهرداری تهران ارائه گردد.

ه) مهلت ارائه اسناد: ۱۰ روز از تاریخ انتشار آگهی ، بدیهی است شرکت در مناقصه و ارائه پیشنهاد به منزله قبول شروط و تکالیف مقرر در اسناد مناقصه بوده و سازمان در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادات مختار است. مشروح شرایط مناقصه در اسناد درج گردیده و شرکت کنندگان باید تمام صفحات همه اسناد و مدارک را پس از اخذ، با قید**(خوانده شد، مورد قبول است)** مهر و امضاء نموده و در پاکتهای لاک و مهر شده تحویل نمایند.

ضمناً هزینه آگهی به عهده برنده مناقصه می‌باشد.

سازمان ورزش شهرداری تهران

آگهی مناقصه عمومی ۳-۱۴۰۱

شرکت بهره‌برداری نمایشگاه‌های بین‌المللی شهر آفتاب (سهامی خاص) در نظر دارد **انجام امورحفاظت فیزیکی، مراقبت و نگهبانی** خود را مطابق جدول ذیل در مجموعه نمایشگاهی از طریق مناقصه عمومی واگذار نماید. بدین‌وسیله از کلیه شرکت‌های واجد شرایط جهت شرکت در این مناقصه دعوت به عمل می‌آید.

الف)

موضوع مناقصه	برآورد اولیه (ریال)	میزان سپرده شرکت در مناقصه (ریال)	مدت انجام خدمات	شرایط متقاضی
انجام امور حفاظت فیزیکی، مراقبت و نگهبانی	۱۵۴٫۹۱۰٫۴۹۵٫۶۸۰	۷۰۰٫۰۰۰٫۰۰۰	۱۲ ماه شمسی	تأییدیه یگان حفاظت فیزیکی شهرداری تهران در زمان مناقصه

ب) محل دریافت اسناد مناقصه: تهران، بزرگراه خلیج فارس، جنب عوارضی تهران- قم، روبروی حرم مطهر امام (ره)، مجموعه نمایشگاه‌های بین‌المللی شهر آفتاب تهران، ساختمان اداری، مدیریت حقوقی و امور قراردادها، تلفن تماس: ۰۲۱-۹۶۰۶۷۳۳۶ و شماره فکس: ۰۲۱-۵۵۲۳۰۰۷۹

ج)سپرده شرکت در مناقصه: به صورت فیش واریز نقدی است و داخل پاکت (الف) ارائه می‌شود.

د) مهلت تهیه اسناد: از تاریخ ۱۴۰۱/۰۲/۱۷ لغایت پایان وقت اداری (ساعت ۱۶) مورخ ۱۴۰۱/۰۲/۲۵

هـ) مهلت و محل ارائه پیشنهادات: پایان وقت اداری (ساعت ۱۶) روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۲/۲۵ دبیرخانه شرکت

- همراه داشتن معرفی‌نامه معتبر متقاضی و فیش واریزی خرید اسناد، هنگام دریافت اسناد الزامی است.
- بدیهی است شرکت در مناقصه و ارائه پیشنهاد، به منزله قبول شرایط و تکالیف مقرر در اسناد مناقصه بوده و مناقصه‌گذار در رد یا قبول پیشنهادات مختار است.
- هزینه آگهی به عهده برنده مناقصه می‌باشد.
- بهای پیشنهادی می‌بایست بدون ابهام و غیرمخدوش باشد و در پاکات لاک و مهر شده ارائه گردد.
-به پیشنهادات مبهم، مشروط و بدون سپرده و پیشنهاداتی که بعد از انقضای مدت مقرر در آگهی به شرکت تحویل گردد ترتیب اثر داده نخواهد شد.
-زمان بازگشایی پاکات در زمان تحویل اسناد اعلام می‌گردد.
- ضمناً مشروح شرایط مناقصه در اسناد درج شده و مناقصه‌گران باید مدارک را پس از اخذ با قید قبولی مهر و امضاء نموده و در پاکت‌های لاک و مهر و موم شده تحویل نمایند. مبلغ خرید اسناد مناقصه ۳/۵۰۰/۰۰۰ ریال می‌باشد که باید به حساب بانکی ۲۰۴۹ نزد بانک شهر به نام شهرداری تهران واریز گردد.

شرکت بهره‌برداری نمایشگاه‌های بین‌المللی شهر آفتاب تهران

آگهی مناقصه عمومی ۴-۱۴۰۱

شرکت بهره‌برداری نمایشگاه‌های بین‌المللی شهر آفتاب (سهامی خاص) در نظر دارد **انجام امور نگهداری فضای سبز-تاسیسات مربوطه، جمع‌آوری و حمل و نقل پسماند** را مطابق جدول ذیل در مجموعه نمایشگاهی از طریق مناقصه عمومی واگذار نماید. بدین‌وسیله از کلیه شرکت‌های واجد شرایط جهت شرکت در این مناقصه دعوت به عمل می‌آید.

الف)

موضوع مناقصه	برآورد اولیه (ریال)	میزان سپرده شرکت در مناقصه (ریال)	مدت انجام خدمات
انجام امور نگهداری فضای سبز-تاسیسات مربوطه، جمع‌آوری و حمل و نقل پسماند	۹۲٫۰۴۸٫۸۱۷٫۶۰۰	۱٫۰۰۰٫۰۰۰٫۰۰۰	۱۲ ماه شمسی
شرایط متقاضی	۱-گواهینامه معتبر صلاحیت پیمانکاری رشته کشاورزی سازمان برنامه و بودجه کشور ۲-گواهینامه معتبر رتبه بندی پیمانکار از سازمان برنامه و بودجه کشور ۳-گواهینامه معتبر صلاحیت پیمانکاری رشته رفت و روب ۴-گواهینامه معتبر صلاحیت پیمانکاری رشته جمع‌آوری پسماند ۵-ارائه تاییدیه کارت الکترونیکی پیمانکار از سایت شهرداری تهران			

ب) محل دریافت اسناد مناقصه: تهران، بزرگراه خلیج فارس، جنب عوارضی تهران- قم، روبروی حرم مطهر امام (ره)، مجموعه نمایشگاه‌های بین‌المللی شهر آفتاب تهران، ساختمان اداری، مدیریت حقوقی و امور قراردادها، تلفن تماس: ۰۲۱-۹۶۰۶۷۳۳۶ و شماره فکس: ۰۲۱-۵۵۲۳۰۰۷۹

ج)سپرده شرکت در مناقصه: به صورت فیش واریز نقدی است و داخل پاکت (الف) ارائه می‌شود.

د) مهلت تهیه اسناد: از تاریخ ۱۴۰۱/۰۲/۱۷ لغایت پایان وقت اداری (ساعت ۱۶) مورخ ۱۴۰۱/۰۲/۱۷

هـ) مهلت و محل ارائه پیشنهادات: پایان وقت اداری (ساعت ۱۶) روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۲/۲۵ دبیرخانه شرکت

- همراه داشتن معرفی‌نامه معتبر متقاضی و فیش واریزی خرید اسناد، هنگام دریافت اسناد الزامی است.
- بدیهی است شرکت در مناقصه و ارائه پیشنهاد، به منزله قبول شرایط و تکالیف مقرر در اسناد مناقصه بوده و مناقصه‌گذار در رد یا قبول پیشنهادات مختار است.
- هزینه آگهی به عهده برنده مناقصه می‌باشد.
- بهای پیشنهادی می‌بایست بدون ابهام و غیرمخدوش باشد و در پاکات لاک و مهر شده ارائه گردد.
-به پیشنهادات مبهم، مشروط و بدون سپرده و پیشنهاداتی که بعد از انقضای مدت مقرر در آگهی به شرکت تحویل گردد ترتیب اثر داده نخواهد شد.
-زمان بازگشایی پاکات در زمان تحویل اسناد اعلام می‌گردد.
- ضمناً مشروح شرایط مناقصه در اسناد درج شده و مناقصه‌گران باید مدارک را پس از اخذ با قید قبولی مهر و امضاء نموده و در پاکت‌های لاک و مهر و موم شده تحویل نمایند. مبلغ خرید اسناد مناقصه ۳/۵۰۰/۰۰۰ ریال می‌باشد که باید به حساب بانکی ۲۰۴۹ نزد بانک شهر به نام شهرداری تهران واریز گردد.

شرکت بهره‌برداری نمایشگاه‌های بین‌المللی شهر آفتاب تهران