تندرست

با شیوع آنفلوآنزا در مدرسه چه کنیم؟

این روزها که دوباره ویروس آنفلوآنزا بین افراد مختلف شیوع پیدا کرده، یکی از جاهایی که حسابی امکان ابتلا را افزایش می‌دهد مدارس است. برخی از کارشناسان معتقدند در مدتی که به‌خاطر شیوع ویروس کرونا، کودکان بیشتر در خانه مانده بودند و در اجتماعی با تعداد بالا (مثل مدرسه) شرکت نکردند، سیستم ایمنی بدنشان در برابر ویروس‌ها و میکروب‌ها پایین آمده است. این کارشناسان امید دارند با حضور اجتماعی دوباره و رعایت نکات و پروتکل‌های بهداشتی، سیستم ایمنی همگی بالا رود و با شیوع آنفلوآنزا با این شدت مواجه نباشیم. از سویی تراکم دانش‌آموزان در کلاس‌ها و عدم‌رعایت موارد بهداشتی می‌تواند در شیوع بیماری‌های واگیردار مشکل‌زا باشد. ضروری است خانواده‌ها و مسئولان مدارس، پیشگیری‌های لازم را در این خصوص انجام دهند. نکات و پروتکل‌های پیشنهادی برای جلوگیری از بیمار شدن فرزندان‌مان در مدرسه چنین هستند:

- افراد با مشاهده علائم آنفلوآنزا مانند تب، بدن درد، خستگی، بی‌حالی و... در خانه بمانند.
- سطوحی که دائم لمس می‌شوند یا وسایل مشترک به‌طور مرتب تمیز و ضدعفونی شوند.
- مسئولان مدرسه با مشاهده علائم بیماری، دانش‌آموز را از دیگران جدا کنند و به خانه بفرستند.
- به دانش‌آموزان کوچک‌تر تذکر داده شود تا جای ممکن از وسایل مشترک استفاده نکنند.
- اطلاع‌رسانی لازم درخصوص فراگیری بیماری آنفلوآنزا با تهیه و توزیع بروشور و پوستر در مدارس صورت گیرد.
- توصیه می‌شود به افرادی که بیماری قلبی، ریوی، کلیوی، دیابت و ضعف عمومی دارند و نیز سالمندان و کودکان، واکسن آنفلوآنزا تزریق کنند.
- دانش‌آموزان و مسئولان مدرسه می‌توانند ۲۴ساعت پس از رفع کامل تب بدون مصرف دارو و البته با گواهی سلامت از طرف پزشک، به مدرسه برگردند.

آنها که باید واکسن آنفلوآنزا دریافت کنند

افراد مسن بالای ۶۵سال، افراد با سیستم ایمنی ضعیف، کودکان ۶ماهه تا ۵ساله، کادر بهداشت و درمان، افراد چاق با شاخص توده بدنی بالای ۴۰ یا بیشتر، خانم‌های باردار، مبتلایان به بیماری‌های مزمن (قلبی، دیابتی، کلیوی و ریوی)

آنها که نباید واکسن آنفلوآنزا دریافت کنند

بیمارانی که آنفلوآنزا دارند، افراد مبتلا به آلرژی نسبت به هریک از مواد تشکیل‌دهنده واکسن، کودکان کوچک‌تر از ۶ماه، افراد دارای واکنش آلرژیک نسبت به واکسن آنفلوآنزا در گذشته

آنها که باید قبل از دریافت واکسن با پزشک مشورت کنند

افرادی که به حساسیت به تخم‌مرغ دارند و آنان که سابقه ابتلا به سندروم گیلن باره داشته‌اند

لجبازی در کودکان

امر و نهی بیش از حد به کودک، باعث لجبازی می‌شود

گزارش
مهدیه تقوی‌راد
روزنامه‌نگار

لجبازی در کودکان مرحله‌ای اجتناب‌ناپذیر از رشد آنهاست و در کودکان نوپا به‌حدی شایع است که بسیاری از والدین را به دردسر می‌اندازد. اما نکته مهم در کنترل لجبازی کودکان رفتار درست و منطقی در مواجهه با این رفتار کودک است چرا که نوع رفتار والدین در ذهن کودک حک می‌شود و برخورد مناسب با لجبازی می‌تواند به کاهش احتمال بروز آن در آینده کمک کند. شروع لجبازی کودکان معمولا پس از یک سالگی بوده و در حدود ۳ سالگی به اوج خود می‌رسد به‌طوری که اگر والدین نحوه صحیح برخورد با لجبازی در کودکان را در پیش نگیرند با مشکلات زیادی در تربیت فرزند خود روبه‌رو می‌شوند.

ابراز خشم یکی از رفتارهای شایع در کودکان لجباز است که با رشد کودک، با رفتارهایی همچون نافرمانی نیز همراه می‌شود. عدم‌کنترل این رفتار کودک توسط والدین سبب باقی‌ماندن این خصیصه در کودک می‌شود که حتی تا سنین مدرسه نیز ادامه پیدا کرده و سبب بروز مشکلات تحصیلی کودک نیز می‌شود.

دفاع از خواسته‌های شخصی و توانایی مقابله با خواسته‌های دیگران توسط کودک مسئله‌ای ضروری است اما آن‌چیزی که از آن به لجبازی نام برده می‌شود، تداوم دفاع از خواسته‌های خود و مقابله با خواسته‌های دیگران است. زمانی که والدین در مقابل رفتارهای نادرست کودک خود رفتار مناسبی را نشان ندهند یا اگر کودک برای خواسته‌های خود دادو فریاد کرد و والدین خواسته او را اجابت کردند، همین مسئله باعث می‌شود که این رفتار منفی در کودک تقویت شود. نکته‌ای که نباید از نظر دور داشت این است که والدین با دیدن رفتار نادرست و لجبازی نباید با کودک رفتار نامناسب داشته باشند، حتی اگر به‌عنوان یک والد از رفتار نامناسب کودک خود خشمگین شده باشید، باید پس از مکث و ایجاد آرامش در خود رفتار نادرست کودک خود را کنترل کنید.

فریماه سادات ایجادی، روانشناس کودک با بیان اینکه لجبازی می‌تواند کارهایی از قبیل سرپیچی، گوش ندادن و... باشد به همشهری می‌گوید: کودک تقریبا از زمانی که خودش را می‌شناسد متوجه می‌شود که توانمندی مخالفت کردن با دیگران را نیز دارد که والدین از این موضوع با عنوان لجبازی نام می‌برند. این رفتار از حول و حوش یک سالگی آغاز و از ۶سالگی به بعد کاهش پیدا می‌کند. به‌گفته او در سن ۲تا ۳سالگی کودک مشغول اکتشاف و کنجکاوی است و به شناخت محیط علاقه‌مند می‌شود و دوست دارد تا کشف کند و ببیند اما به‌دلیل اینکه از برخی کارها منع می‌شود شروع به لجبازی می‌کند. در سنین ۳تا ۴سالگی کودک می‌تواند محیط را کنترل کند و علاقه به کنجکاوی تبدیل به توانمندی می‌شود. در سنین ۴تا ۵سالگی کودک به حدی از استقلال می‌رسد و می‌خواهد که خودش را اثبات کند و بگوید که نقش مهمی دارد و تا ۶سالگی این استقلال پررنگ‌تر می‌شود و نوع و میزان لجبازی کودک نیز به فراخور سن و سال او متفاوت و پررنگ‌تر می‌شود اما از ۶سالگی به بعد کودک وارد فاز جلب توجه و کمک و محبت کردن به دیگران است و لجبازی در او اگر تا قبل از این سن تثبیت نشده باشد، کم کم مگر در موارد خاصی به فراموشی سپرده می‌شود.

لجبازی‌های آموخته شده

ایجادی می‌گوید: زمانی که والدین زیاد از حد به فرزند خود امر و نهی می‌کنند و کودک در انجام کارهای خود آزادی عمل نداشته باشد به‌صورت ناخودآگاه وارد فاز لجبازی می‌شود چرا که از والدین خود یاد گرفته باید به بقیه دستور بدهد یا با آنها مخالفت کند همانطور که والدین با او مخالفت می‌کنند. روی دیگر ماجرا هم والدینی هستند به کارهای بچه بی‌توجه هستند، همین بی‌توجهی والدین باعث می‌شود تا بچه به مرور یاد بگیرد که با خراب کاری کردن و یا لجبازی کردن پدر و مادر را در کنار خود نگهدارد تا به او توجه کنند.

به‌گفته این روانشناس کودک، کودکانی که والدین همراهی با خود ندارند و دچار آسیب‌های روانشناختی شده‌اند، کودکانی که با والدین خود مشکل دارند و پدر و مادر تعامل مثبتی با آنها ندارند، کودکانی هستند که رفتارهای لجبازانه در آنها بیشتر دیده می‌شود و این رفتارها تا جایی ادامه دارد که به عملکرد کودک آسیب زده و باعث می‌شود کودک نتواند فعالیت اجتماعی داشته باشد و با جامعه ارتباط برقرار کند.

ایجادی تأکید می‌کند: بی‌اعتنایی به کودک در زمانی که لجبازی می‌کند نکته مهمی است اما باید بدانیم که چه زمانی باید به او بی‌اعتنایی کنیم که مفید و سازنده باشد و به کودک آسیبی نزند. یک زمانی کودک عملا کاری می‌کند که توجه پدر و مادرش را جلب کند در این زمان باید به او توجه کنیم، حتی اگر کار اشتباهی انجام می‌دهد اما نباید به‌گونه‌ای رفتار کنیم که به این کار خود که جلب توجه کردن است، عادت کند. در زمانی که کودک با کارهای خود - حتی کار اشتباه - سعی در جلب توجه مادر دارد باید هم قد کودک شویم و به او بگوییم که من دیدم الان تو چه کاری انجام دادی، به‌نظرت ما الان باید چکار کنیم، نه به او بخندیم و نه سرش داد بزنیم، بلکه باید با چهره‌ای عادی و صدایی معمولی با او صحبت کنیم. تغافل و چشم‌پوشی کردن در اکثر مواقع در سنین پایین جوابگوست اما زمانی که کودک روی کارش پافشاری می‌کند نشان می‌دهد که به توجه پدر و مادرش احتیاج دارد و به این نیاز او باید پاسخ دهیم. این نکته را نباید فراموش کنیم که هر چه سن بچه پایین‌تر باشد بروز رفتاری بیشتری دارد مثلا راحت‌تر جیغ می‌زند و یا خرابکاری می‌کند اما از ۵سالگی به بعد یاد می‌گیرد که چطور بدون جلب توجه دیگران کارش را انجام دهد.

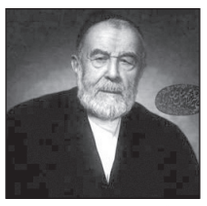
مکث

با کودک لجباز چکار کنیم؟

در مواجهه با لجبازی، ابتدا باید سن بچه را درنظر بگیریم و بعد علت لجبازی او را جست‌وجو کنیم ولی راه حل‌های کاربردی‌تر و کلی‌تری هم وجود دارد. مثلا با بچه‌ها نباید بحث کنیم یا بگوییم چون من می‌گویم باید این کار را انجام دهی. بهترین راه‌حل تعامل با بچه‌هاست، باید با آنها صحبت کنیم و اگر قرار است کاری را انجام دهیم علت و چرایی آن را توضیح دهیم، می‌توانیم به کودک خود-بالای ۳سال- کار جایگزین پیشنهاد بدهیم و یا حتی چند گزینه پیش پای او قرار دهیم تا یکی از آنها را انتخاب کند. باید از دید بچه‌ها نگاه و علت لجبازی آنها را پیدا کنیم.

روشنا

گفته‌هایی از حاج‌اسماعیل دولابی



حاج محمد اسماعیل دولابی، عارف بزرگ معاصر و اهل تهران بود. او طی سال‌ها در جلسات خود مفاهیم عرفانی را برای مخاطبانش بازگو می‌کرد و مشتاقان بسیاری داشت.او در سال ۱۳۸۱ از دنیا رفت و در جوار بارگاه حضرت معصومه(س) به خاک سپرده شد.

- اگر در زندگیت کسی بداخلاق است یا رزقت کم است، سختگیری نکن.تشکر از خدا بکن، قدر بدان خدا عوض می‌کند، فضا را برایت قشنگ می‌کند.
- خداوند نمی‌گذارد آمال و آرزوهای مومن برآورده شود، می‌خواهد سرگرم نشود با خودش سر و کار داشته باشد.
- از دنیا نگو از خلق نگو از خودت هم نگو از خدا بگو.چند وقت که تنها از خدا بگویی، اگر غیر از او چیزی هم وجود داشته باشد از یادت می‌رود و غیر او را فراموش می‌کنی.
- مومن، جزایی جز قرب خدا قبول نمی‌کند، او زمین و آسمان و بهشت را گردش می‌کند ولی فقط طالب قرب خداست.
- اول همسر و بچه و همسایه‌ات را خوب بشناس و قدر بدان و خدا را شکر کن تا خدا امام زمان(عج) را به شما بشناساند.

تنورگرم
آزاده حبیبی‌تنها

کوفته سیب‌زمینی مغزدار

تخم‌مرغ: ۷عدد / **سیب‌زمینی متوسط** ۴ تا ۵ عدد / **پیاز:** یک عدد / **فلفل کاپی:** یک عدد / **روغن زیتون:** یک قاشق سوپخوری / **جعفری خرد شده:** یک قاشق سوپخوری / **آرد و آرد سوخاری، نمک و فلفل سیاه، روغن سرخ‌کردنی:** به میزان لازم

طرز تهیه

۶عدد تخم‌مرغ و سیب‌زمینی‌ها را آب‌پز کرده و اجازه می‌دهیم تا خنک شوند، سپس آنها را رنده می‌کنیم. پیاز و فلفل کاپی را به‌صورت خیلی ریز خرد کرده و به سیب‌زمینی‌های رنده شده، همراه نمک و فلفل اضافه می‌کنیم. روغن زیتون، جعفری و یک تخم‌مرغ را اضافه کرده و با دست مواد را با هم مخلوط می‌کنیم. کمی آرد به آن اضافه کرده. از مواد به اندازه یک نارنگی درشت برداشته، با دست آن را باز کرده، یک عدد تخم‌مرغ آب‌پز وسط آن قرار داده و با دست آن را بسته و فرم می‌دهیم. توپ‌های آماده را درون آردسوخاری غلتانده و در روغن فراوان سرخ می‌کنیم.

فولاد مبارکه با تولید فولاد زنگ نزن برای اولین بار در غرب آسیا شگفتی‌ساز شد؛

پرواز دوباره ققنوس صنعت ایران

با تولید این نوع از فولاد(stainless steel)در فولاد مبارکه، ایران به جمع تولیدکنندگان این فولاد خاص در جهان پیوست

مدیرعامل فولاد مبارکه از تولید فولاد زنگ‌نزن (stainless steel) خبر داد و گفت: تولید این فولاد خاص به روش ریخته‌گری مداوم برای نخستین بار در منطقه غرب آسیا توسط فولاد مبارکه حماسه دیگری است که به دست پولادمردان بلندهمت ناحیه فولادسازی و ریخته‌گری مداوم این شرکت خلق شد.

به گزارش خبرنگار فولاد، محمدیاسر طیب‌نیا ضمن اعلام خبر تولید فولاد زنگ‌نزن (stainless steel) گفت: تولید این نوع فولاد به روش ریخته‌گری مداوم برای نخستین بار در منطقه غرب آسیا توسط فولاد مبارکه پس از تولید موفقیت‌آمیز فولاد API مخصوص تولید لوله‌های انتقال نفت و سیالات در محیط ترش و تولید فولاد الکتریکی مورد نیاز تولید موتورهای الکتریکی، ژنراتورها و ترانسفورماتورها، حماسه دیگری است که به دست پولادمردان بلند همت ناحیه فولادسازی و ریخته‌گری مداوم این شرکت خلق شد.

با تولید فولاد زنگ‌نزن (stainless steel) فولاد مبارکه تنها تولیدکننده این نوع فولاد خاص در منطقه غرب آسیا خواهد بود

وی با بیان اینکه با کسب این موفقیت ایران به جمع معدود تولیدکنندگان فولاد زنگ‌نزن دنیا پیوست ادامه داد: هرچه تحریم‌ها در حوزه اقتصاد و صنعت در سال‌های اخیر بیشتر شد، کارکنان جهادگر فولاد مبارکه با عزمی راسخ‌تر و منسجم‌تر از همیشه تلاش کردند با تولید روزافزون انواع گریدهای خاص و محصولات فولادی تحریم‌ها را بی‌اثر کنند و اجازه ندهند صنایع پایین‌دست با مشکل مواجه شوند.

طیب‌نیا اظهار داشت: علی‌رغم اینکه طراحی اولیه ناحیه فولادسازی و ریخته‌گری مداوم فولاد مبارکه به منظور تولید فولادهای ساختمانی و کم‌آلیاژ پایه‌گذاری شده است، از ماه‌ها قبل با توجه به تنوع و کاربرد فولادهای خاص در صنایع مختلف دنیا، شرکت فولاد مبارکه استراتژی خود را مبنی بر تنوع حداکثری سبد محصولات با تولید فولادهای خاص و با ارزش‌افزوده بالاتر قرار داد، به‌گونه‌ای که بتوان با تولید حداکثری انواع فولادهای خاص، نیاز صنایع داخلی را تأمین و از خروج ارز از کشور جلوگیری کرد.

مدیرعامل فولاد مبارکه تصریح کرد: همچنان‌که پیش از این نیز تأکید کرده‌ایم، با توجه به نیاز و کشش بازارهای داخلی و جهانی، در مواقعی باید تمرکز را بر کمیت و حجم حداکثری تولید و در مقاطعی بر کیفیت محصولات و تولید فولادهای کیفی و خاص گذاشت تا برای ذی‌نفعان و اقتصاد کشور ارزش‌افزوده حاصل گردد.

وی کسب این موفقیت ارزشمند را که می‌تواند آغاز راه تولید ورق‌های زنگ‌نزن در کشور باشد به همه کارکنان فولاد مبارکه و صنعت فولاد کشور تبریک گفت و خاطر نشان کرد: با تغییراتی که همکاران ما در ناحیه فولادسازی و ریخته‌گری مداوم در ساختار خطوط تولید ایجاد کردند، تولید این نوع فولاد در شرکت بدون سرمایه‌گذاری و اضافه کردن تجهیزات جدید و یا ایجاد خط مخصوص میسر شد و این موفقیت محکی بود برای کارشناسان و خبرگان ناحیه جهت برداشتن قدم‌های بزرگ‌تر در تولید فولادهای خاص، به‌خصوص فولاد زنگ‌نزن.

طراحی و اجرای عملیات تولید فولاد گرید ۴۰۹
با اتکا به بسته دانشی نهادینه شده نزد متخصصان داخلی شرکت

در همین زمینه غلامرضا سلیمی معاون بهره‌برداری فولاد مبارکه گفت: ناحیه فولادسازی و ریخته‌گری مداوم به‌عنوان خط مقدم تولید گریدهای خاص در سال‌های اخیر، اقدام به اصلاح خطوط تولید و تجهیزات، کسب دانش فنی لازم و تولید گریدهای ویژه کرده است.

وی در تشریح چگونگی باز طراحی ماشین ریخته‌گری برای دست‌یابی به قابلیت این نوع فولاد ادامه داد: مدیران و کارشناسان متخصص داخلی ناحیه با تشکیل تیم‌های کاری متخصص در قسمت‌های مختلف کوره، متالورژی ثانویه و ریخته‌گری مداوم شرایط موجود و الزامات اصلی در تولید گریدهای فولاد زنگ‌نزن را بررسی و روش تولید فولاد گرید ۴۰۹ را در کوره‌های قوس الکتریکی، کوره‌های پاتیلی، واحد RH و ماشین ریخته‌گری طراحی و آماده اجرا کردند.

وی جلوگیری از اکسیداسیون کروم و کنترل خصوصیات سرباره حاصل از ذوب فروکروم را یکی از چالش‌های تولید این نوع فولاد برشمرد و گفت: با توجه به نوع کوره‌های قوس که از نوع EBT یا تخلیه از کف است، با طراحی متناسب فرایند کوره، ذوب مذکور با بازدهی کروم بالاتر از ۹۸ درصد در پاتیل تخلیه و به واحد متالورژی ثانویه ارسال شد. چالش بعدی برای تولید فولاد زنگ‌نزن در ناحیه فولادسازی و ریخته‌گری مداوم فولاد مبارکه استفاده از واحد RH جهت آماده‌سازی ذوب به‌جای واحد VOD است که خوشبختانه با تمهیدات در نظر گرفته‌شده از سوی همکاران، این چالش‌ها به‌خوبی مدیریت شد.

سلیمی تصریح کرد: با کسب این موفقیت ارزشمند، از این پس امکان تولید بسیاری از گریدهای فولادی پرآلیاژ در فولاد مبارکه میسر شده و می‌توان به درخواست مشتریان زیادی که این قبیل محصولات را سفارش می‌دادند، پاسخ مثبت داد.

نهادینه شدن دانش فنی طراحی ریخته‌گری گریدهای مختلف فولادی در ناحیه

قاسم خوشدل‌پور، مدیر ناحیه فولادسازی و ریخته‌گری مداوم فولاد مبارکه نیز ضمن ابراز خرسندی از کسب این موفقیت ارزشمند که با تلاش بی‌شائبه همکاران ناحیه به دست آمد، خاطر نشان کرد: در بیشتر شرکت‌های بزرگ تولیدکننده فولادهای زنگ‌نزن آماده‌سازی ذوب در واحد VOD انجام می‌پذیرد و استفاده از واحد RH چالش‌های زیادی را در پی دارد، اما کارشناسان خبره ناحیه موفق شدند ذوب مذکور را طبق استاندارد آماده و جهت ریخته‌گری به واحد ریخته‌گری مداوم ارسال کنند.

وی ادامه داد: با توجه به طراحی و ساختار ماشین‌های ریخته‌گری شرکت، ریخته‌گری فولاد زنگ‌نزن چالش بسیار بزرگی بود که با انجام پروژه‌های مختلف قبلی بر روی ماشین‌های ریخته‌گری ازجمله تبدیل قالب ۷۰۰ میلی‌متری ماشین ۴ به قالب ۹۰۰ میلی‌متری و طراحی خنک‌کاری ثانویه تختال‌های با ضخامت‌های ۲۵۰ و ۳۰۰ میلی‌متری در ماشین‌های ریخته‌گری که همگی به دست همکاران متخصص و دانش‌پژوه ناحیه اجرا گردید، دانش فنی طراحی ریخته‌گری گریدهای مختلف فولادی نیز در ناحیه نهادینه شد.

خوشدل‌پور در بخش دیگری از سخنان خود برش فولاد زنگ‌نزن تولیدی به وسیله مشعل برش را از دیگر معضلات تولید این نوع محصول دانست و تصریح کرد: با تمهیدات صورت‌پذیرفته، روش برش فولاد زنگ‌نزن طراحی و تجهیزات مربوطه نصب گردید و پولادمردان ناحیه فولادسازی و ریخته‌گری مداوم موفق شدند اولین فولاد زنگ‌نزن را در منطقه غرب آسیا به روش ریخته‌گری مداوم تختال تولید کنند.

به گفته مدیر ناحیه فولادسازی و ریخته‌گری مداوم فولاد مبارکه، تولید گریدهای دیگر زنگ‌نزن و تولید انبوه آن‌ها در نقشه راه تنوع و گسترش تولیدات ناحیه فولادسازی و ریخته‌گری مداوم قرار دارد و امیدواریم این موارد با توکل به خداوند متعال و حمایت‌های همیشگی تیم مدیریت عالی فولاد مبارکه و تلاش همکاران ناحیه و در راستای حرکت به سوی ایرانی قوی، هرچه زودتر محقق گردد.

وی خاطرنشان کرد: پیش از این نیز فولادهای زنگ‌نزن به شکل مقاطع در کشور تولید شده است؛ اما تولید تختال زنگ‌نزن به روش ریخته‌گری مداوم که امکان تولید ورق این محصول را امکان‌پذیر ساخته است، برای نخستین بار است که در کشور توسط فولاد مبارکه انجام می‌شود.

وی در بخش پایانی سخنان خود از تلاش، همدلی و همکاری واحدهای متالورژی و روش‌های تولید، ناحیه فولاد سبا، واحدهای خرید مصرفی، یدکی، مواد اولیه، برنامه‌ریزی تولید و تلاشگران دانشی ناحیه فولادسازی و ریخته‌گری مداوم و تیم معاونت و مدیریت شرکت در حمایت از اجرای این پروژه تشکر و قدردانی کرد.

نوبت دوم

سازمان اموال و املاک کوثر

مناقصه نظارت عالیه و کارگاهی بر عملیات اجرایی پروژه مسکونی نصیرشهر

سازمان اموال و املاک کوثر در نظر دارد، خدمات نظارت عالیه و کارگاهی بر عملیات اجرایی پروژه مسکونی نصیرشهر، واقع در تهران، نصیر شهر، حد فاصل جاده قرمز و بلوار ولایت، پلاک ثبتی ۱۶۸ اصلی، به شرح مندرج در اسناد مناقصه را به شرکت‌های مهندسین مشاور دارای پایه یک صلاحیت ساختمان‌های مسکونی، تجاری، اداری واگذار نماید، لذا بدین‌وسیله از کلیه متقاضیان واجد شرایطی که تمایل به همکاری دارند دعوت به عمل می‌آید از تاریخ ۱۴۰۱/۰۸/۰۱ لغایت ۱۴۰۱/۰۸/۱۸ جهت دریافت اسناد و مدارک(با معرفی نامه) به سازمان اموال و املاک کوثر به نشانی تهران، خیابان آفریقا، خیابان هفدهم، پلاک۶ مراجعه نمایند.

کلیه متقاضیان می بایست پس از دریافت اسناد مناقصه ، با هماهنگی از محل پروژه بازدید به عمل آورده و حداکثر تا پایان وقت اداری مورخ ۱۴۰۱/۰۸/۲۱ نسبت به عودت پاکت ها و پیشنهادات خود مطابق اسناد اقدام نمایند. جلسه بازگشایی پاکت‌ها در تاریخ ۱۴۰۱/۰۸/۲۲ خواهد بود و کلیه متقاضیان می توانند در جلسه حضور به هم رسانند.

جهت هماهنگی و کسب اطلاعات با شماره ۵۴۹۸۶۰۰۰-۰۲۱ داخلی ۱۱۹۲ واحد اداره طراحی و نظارت تماس حاصل فرمایند.

ردیف	نام پروژه	کاربری	مساحت زمین M^2	تعداد طبقات	مساحت زیربنا ناخالص M^2	مبلغ ضمانت شرکت در مناقصه
۱	نصیرشهر	مسکونی	۳۳۶۰	۸	۱۷۱۵۴	۱،۵۰۰،۰۰۰،۰۰۰ریال

- هزینه دریافت اسناد ۲ میلیون ریال که به هنگام دریافت اسناد از متقاضیان دریافت می‌گردد.
- به پیشنهادهایی که مشروط، مبهم و پیشنهادهایی که با شرایط مندرج در آگهی و اسناد اختلاف داشته باشد و یا بعد مهلت مقرر در آگهی واصل گردد ترتیب اثر داده نخواهد شد.
- سازمان اموال و املاک کوثر در رد یا قبول پیشنهادات مختار است.
- هزینه درج آگهی به عهده برنده مناقصه خواهد بود.

آگهی مناقصه عمومی شهرداری تهران (منطقه ۴) ردیف آگهی : ۴/۱۴۰۱/۱۳۱م

شهرداری منطقه ۴ در نظر دارد مورد مشروحه ذیل را از طریق مناقصه عمومی به بخش خصوصی واگذار نماید، بدینوسیله از اشخاص حقوقی واجد شرایط جهت شرکت در مناقصه دعوت بعمل می‌آید.

ردیف	موضوع مناقصه	مبلغ اعتبار (ریال)	سپرده شرکت در مناقصه (ریال)	مدت انجام خدمات
۱	تعمیر ، نگهداری و راهبری تاسیسات الکتریکی و مکانیکی ساختمانهای اداری و نواحی ۹ گانه و سوله های بحران شهرداری منطقه۴	۲۲،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰	۱،۵۰۰،۰۰۰،۰۰۰	۱۲ ماه شمسی

الف) شرایط متقاضی :

۱ - **مرتبط بودن** موضوع فعالیت شرکت با موضوع مناقصه

۲- **دارا بودن** گواهینامه صلاحیت پیمانکاری در رشته تاسیسات و تجهیزات از سازمان برنامه و بودجه کشور و دارای ظرفیت کار آزاد (ریالی و تعدادی) در روز برگزاری مناقصه

۳- **دارا بودن** گواهینامه صلاحیت ایمنی صادره از وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی در روز برگزاری مناقصه (گواهی موقت معتبر هم قابل قبول است)

ب) دیگر شرایط :

- **مدت قبول پیشنهادها :** از تاریخ انتشار آگهی تا پایان روز سه‌شنبه ۱۴۰۱/۰۸/۱۷ ساعت ۱۶:۴۵
- **محل تحویل و تسلیم پیشنهادها :** میدان رسالت، خیابان هنگام، نبش خیابان شهید طاهرخانی، ساختمان شهرداری منطقه ۴، طبقه همکف، دبیرخانه منطقه.
- **پیش پرداخت :** پیش بینی نگردیده است.
- **سپرده شرکت در مناقصه :** در قالب ضمانتنامه بانکی معتبر و یا واریز نقدی باید باشد. واریز نقدی منوط به هماهنگی قبلی با واحد حسابداری منطقه است.
- **روز، ساعت و محل قرائت پیشنهادها :** در اسناد مناقصه منظورخواهد شد.
- **هزینه انتشار آگهی :** بر عهده برنده مناقصه است.
- بدیهی است شرکت در مناقصه و ارائه پیشنهاد به منزله قبول شروط و تکالیف مقرر در اسناد مناقصه بوده و شهرداری در رد یک یا تمام پیشنهادها مختار است در این صورت سپرده ها مسترد خواهد شد.

توجه: تمامی متقاضیان شرکت در مناقصه در هنگام تحویل پاکات پیشنهادی به دبیرخانه نسبت به ارائه شناسه ملی اقدام نمایند.

روابط عمومی شهرداری منطقه ۴