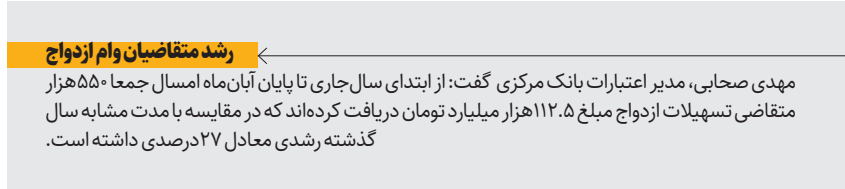
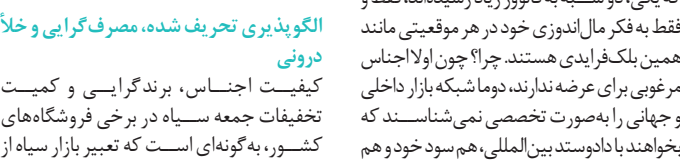
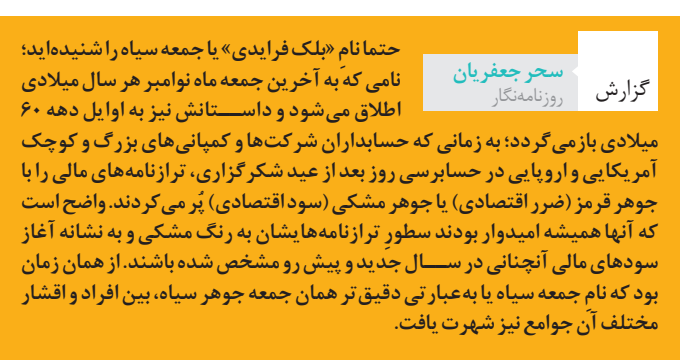


یک جمعه تباه

پشت پرده سنت و فرهنگ اقتصادی و اجتماعی بلک فرایدی چیست؟



چاردیواری

حواستان باشد در تله باج‌دهی عاطفی نیفتید!

مهربانی یکی از ارزنده‌ترین خصوصیات اخلاقی است که دارندۀ آن، به واسطه همین ویژگی پسندیده در گروه‌های مختلف خانوادگی، دوستانه و اجتماعی، اغلب از جایگاه ویژه‌ای برخوردار خواهد بود.از این رو، به مهربان بودن و مهربانی نسبت به دیگران، بسیار سفارش و توصیه شده است. با این حال، قانون اعتدال در اخلاق نیز شامل مهربانی به‌عنوان یک خصوصیت اخلاقی می‌شود. یعنی برای مهربان بودن و مهربانی باید حد و مرزی قائل شد. در واقع، استاندارد این صفت رفتاری به اندازه خودصفت، فضیلت و بااهمیت است. با این مقدمه کوتاه به گفت‌وگو با یک روانشناس و رفتاردرمانگر می‌پردازیم. اسماعیلی در این‌باره می‌گوید: «فرد مهربان اگر از مرزهای این ویژگی رفتاری عبور نکند و ارد حریم‌های دیگر که مهم‌ترین و نزدیکترین‌شان «باج‌دهی عاطفی» است، می‌شوند. در این شرایط، دیگر آنها، مهربان نیستند بلکه افراد ضعیف و محتاج توجه و تأیید احساسی هستند.» اسماعیلی تأکید می‌کند: «اصلی‌ترین تفاوت مهربانی و باج‌دهی عاطفی این است که فرد مهربان از سر آگاهی و کاملاً همدلانه و به دور از هیچ انتظار و توقع بازگشتی، نسبت به دیگران، مهر و محبت‌نشان می‌دهد. فرد مهربان، دامنه مهر و محبت خود را تا جایی می‌گستراند که آسیبی متوجه خود و سایر اطرافیان نباشد. حال آنکه فرد باج‌ده عاطفی، بدون توجه به نیازها و توانایی‌های خود، مدام و در هر شرایطی در حال سرویس دادن به دیگران است. او خود را بی‌هیچ محدودیتی وقف دیگران می‌کند تا از حمایت احساسی آنها برخوردار باشد و طرد نشود.»

این روانشناس همچنین می‌افزاید: «البته اینکه چطور در تله روانی باج‌دهی عاطفی گرفتار می‌شویم، ریشه در دوران کودکی ما دارد. افرادی که در این دوران مهم و شخصیت‌ساز مورد حمایت مؤثر والدین و خانواده نبوده‌اند و با اعتماد به نفس و عزتمندی لازم در آنها تقویت‌شده است، معمولاً بیش از سایر افراد گرفتار باج‌دهی عاطفی می‌شوند. برای جلوگیری از این روین اخلاقی ابتدا باید پذیرفت که درگیر این تله و خلأ شخصیتی هستیم و نباید بر حسب مهربانی روی آن الصاق کرد. بعد از پذیرش بهتر است گام به گام پیش رویم و انتظارات دیگران از خود را بر اساس توانایی‌ها و اولویت‌هایمان، طبقه‌بندی کنیم. قرار نیست همیشه همه از خود واقعی‌نگه داریم و در حال سازش دائمی باشیم. آنجا که نیاز است کسی بابت مسئله‌ای از ما معذرت‌خواهی کند، مانع از معذرت‌خواهی نشویم. سکوت رابر گفت‌وگو ترجیح ندهیم. گاهی رها کنیم و برویم تا ببینیم چه کسی یا کسانی سرعام می‌آیند. درست است که ما انسان هستیم و نیازمند زیست در اجتماع اما این دلیل بر سوءاستفاده دیگران نمی‌شود. پس بدانیم همیشه و در هر موضعی این مانیستیم که مقصریم؛ گاهی دیگران نیز دچار اشتباه می‌شوند»

اصلاحیه آگهی مناقصه عمومی (ساخت و تولید تخت آسایشگاه)

شماره ثبت شرکت: ۱۹۰۱۲۷

پیرو چاپ آگهی شده‌ی مناقصه عمومی ساخت و تولید تخت آسایشگاهی در مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۲۷ روز شنبه در صفحه ۴ روزنامه شماره ۸۹۴۵ همشهری، بدینوسیله به بند (و) : «**یا ارائه ضمانتنامه بانکی در وجه سازمان رفاه خدمات و مشارکت‌های اجتماعی با اعتبار حداقل سه‌ماهه الزامی است**» اضافه می‌گردد.

روابط عمومی سازمان رفاه ، خدمات و مشارکت‌های اجتماعی شهرداری تهران

اهدای خون = اهدای زندگی

شماره ثبت شرکت: ۱۹۰۱۲۷

پیرو چاپ آگهی شده‌ی مناقصه عمومی ساخت و تولید تخت آسایشگاهی در مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۲۷ روز شنبه در صفحه ۴ روزنامه شماره ۸۹۴۵ همشهری، بدینوسیله به بند (و) : «**یا ارائه ضمانتنامه بانکی در وجه سازمان رفاه خدمات و مشارکت‌های اجتماعی با اعتبار حداقل سه‌ماهه الزامی است**» اضافه می‌گردد.

روابط عمومی سازمان رفاه ، خدمات و مشارکت‌های اجتماعی شهرداری تهران

آگهی تجدید مناقصه عمومی (نوبت اول)

شماره ثبت شرکت: ۱۹۰۱۲۷

پیرو چاپ آگهی شده‌ی مناقصه عمومی ساخت و تولید تخت آسایشگاهی در مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۲۷ روز شنبه در صفحه ۴ روزنامه شماره ۸۹۴۵ همشهری، بدینوسیله به بند (و) : «**یا ارائه ضمانتنامه بانکی در وجه سازمان رفاه خدمات و مشارکت‌های اجتماعی با اعتبار حداقل سه‌ماهه الزامی است**» اضافه می‌گردد.

روابط عمومی سازمان رفاه ، خدمات و مشارکت‌های اجتماعی شهرداری تهران

آگهی تجدید مناقصه عمومی (نوبت اول)

شماره ثبت شرکت: ۱۹۰۱۲۷

پیرو چاپ آگهی شده‌ی مناقصه عمومی ساخت و تولید تخت آسایشگاهی در مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۲۷ روز شنبه در صفحه ۴ روزنامه شماره ۸۹۴۵ همشهری، بدینوسیله به بند (و) : «**یا ارائه ضمانتنامه بانکی در وجه سازمان رفاه خدمات و مشارکت‌های اجتماعی با اعتبار حداقل سه‌ماهه الزامی است**» اضافه می‌گردد.

روابط عمومی سازمان رفاه ، خدمات و مشارکت‌های اجتماعی شهرداری تهران

آیامی دانستید؟؟؟

ام اس‌بی با تشخیص به موقع و داروهای موجود

قابل کنترل می باشد

ویتامین D برای بیماران ام اس مفید است

استرس و اضطراب می تواند منجر به بروز ام اس و تشدید آن گردد

آدرس سایت برای اطلاعات مردم: iranms.org

۰۲۱-۶۶۹۵۱۱۸۷ ، ۶۶۹۵۲۹۰۷-۹

مناقصه عمومی خرید کالا

شماره ثبت شرکت: ۱۹۰۱۲۷

پیرو چاپ آگهی شده‌ی مناقصه عمومی ساخت و تولید تخت آسایشگاهی در مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۲۷ روز شنبه در صفحه ۴ روزنامه شماره ۸۹۴۵ همشهری، بدینوسیله به بند (و) : «**یا ارائه ضمانتنامه بانکی در وجه سازمان رفاه خدمات و مشارکت‌های اجتماعی با اعتبار حداقل سه‌ماهه الزامی است**» اضافه می‌گردد.

روابط عمومی سازمان رفاه ، خدمات و مشارکت‌های اجتماعی شهرداری تهران

تجدید مزایده عمومی

شماره ثبت شرکت: ۱۹۰۱۲۷

پیرو چاپ آگهی شده‌ی مناقصه عمومی ساخت و تولید تخت آسایشگاهی در مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۲۷ روز شنبه در صفحه ۴ روزنامه شماره ۸۹۴۵ همشهری، بدینوسیله به بند (و) : «**یا ارائه ضمانتنامه بانکی در وجه سازمان رفاه خدمات و مشارکت‌های اجتماعی با اعتبار حداقل سه‌ماهه الزامی است**» اضافه می‌گردد.

روابط عمومی سازمان رفاه ، خدمات و مشارکت‌های اجتماعی شهرداری تهران

آگهی مزایده عمومی (نوبت اول)

شماره ثبت شرکت: ۱۹۰۱۲۷

پیرو چاپ آگهی شده‌ی مناقصه عمومی ساخت و تولید تخت آسایشگاهی در مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۲۷ روز شنبه در صفحه ۴ روزنامه شماره ۸۹۴۵ همشهری، بدینوسیله به بند (و) : «**یا ارائه ضمانتنامه بانکی در وجه سازمان رفاه خدمات و مشارکت‌های اجتماعی با اعتبار حداقل سه‌ماهه الزامی است**» اضافه می‌گردد.

روابط عمومی سازمان رفاه ، خدمات و مشارکت‌های اجتماعی شهرداری تهران

آگهی مناقصه عمومی

شماره ثبت شرکت: ۱۹۰۱۲۷

پیرو چاپ آگهی شده‌ی مناقصه عمومی ساخت و تولید تخت آسایشگاهی در مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۲۷ روز شنبه در صفحه ۴ روزنامه شماره ۸۹۴۵ همشهری، بدینوسیله به بند (و) : «**یا ارائه ضمانتنامه بانکی در وجه سازمان رفاه خدمات و مشارکت‌های اجتماعی با اعتبار حداقل سه‌ماهه الزامی است**» اضافه می‌گردد.

روابط عمومی سازمان رفاه ، خدمات و مشارکت‌های اجتماعی شهرداری تهران

بدیهی است شرکت در مناقصه مورد اشاره و ارائه پیشنهاد قیمت به منزله قبول شرایط و تکالیف مقرر در اسناد مناقصه بوده و سازمان عمرانی مناطق شهرداری تهران در رد و یا قبول یک و یا کلیه پیشنهادات مختار است. گواهینامه صلاحیت پیمانکاری از سازمان برنامه و بودجه کشور (سامانه اطلاعات نظام فنی و اجرایی کشور) تأییدیه ظرفیت مجاز سامانه جامع معاملات فنی و عمرانی شهرداری تهران

پیرو بخشنامه ۱۹۵۵۸۴/۳۱۷ مورخ ۱۳۹۸/۰۲/۲۸ تمامی مفاد مناقصات در سامانه شفافیت شهرداری تهران جهت اطلاع عموم شهروندان قرار خواهد گرفت. قیمت اسناد مناقصه ۱۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال می‌باشد که باید بصورت وجه نقد به شماره حساب ۷۰۰۷۸۲۹۴۷۰۵ به نام سازمان عمرانی مناطق شهرداری تهران نزد بانک شهر شعبه شهید قندی واریز و رسید آن را هنگام دریافت اسناد به سازمان عمرانی مناطق شهرداری تهران داشتن معرفی نامه و مهر شرکت برای خرید اسناد الزامی می‌باشد. هزینه درج آگهی بر عهده برنده می‌باشد.

محل دریافت اسناد مناقصه : تهران - سپهرودی شمالی - خیابان شهید قندی - پلاک ۵ - سازمان عمرانی مناطق شهرداری تهران - طبقه پنجم واحد مناقصات تلفن تماس ۸۵۱۵۰۰۰۰

مهلت تکمیل و تحویل اسناد تا پایان وقت اداری **روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۱۵** می‌باشد.

آگهی مزایده عمومی (نوبت اول)

شماره ثبت شرکت: ۱۹۰۱۲۷

پیرو چاپ آگهی شده‌ی مناقصه عمومی ساخت و تولید تخت آسایشگاهی در مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۲۷ روز شنبه در صفحه ۴ روزنامه شماره ۸۹۴۵ همشهری، بدینوسیله به بند (و) : «**یا ارائه ضمانتنامه بانکی در وجه سازمان رفاه خدمات و مشارکت‌های اجتماعی با اعتبار حداقل سه‌ماهه الزامی است**» اضافه می‌گردد.

روابط عمومی سازمان رفاه ، خدمات و مشارکت‌های اجتماعی شهرداری تهران

آگهی مزایده عمومی (نوبت اول)

شماره ثبت شرکت: ۱۹۰۱۲۷

پیرو چاپ آگهی شده‌ی مناقصه عمومی ساخت و تولید تخت آسایشگاهی در مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۲۷ روز شنبه در صفحه ۴ روزنامه شماره ۸۹۴۵ همشهری، بدینوسیله به بند (و) : «**یا ارائه ضمانتنامه بانکی در وجه سازمان رفاه خدمات و مشارکت‌های اجتماعی با اعتبار حداقل سه‌ماهه الزامی است**» اضافه می‌گردد.

روابط عمومی سازمان رفاه ، خدمات و مشارکت‌های اجتماعی شهرداری تهران

آیامی دانستید؟؟؟

ام اس‌بی با تشخیص به موقع و داروهای موجود

قابل کنترل می باشد

ویتامین D برای بیماران ام اس مفید است

استرس و اضطراب می تواند منجر به بروز ام اس و تشدید آن گردد

آدرس سایت برای اطلاعات مردم: iranms.org

۰۲۱-۶۶۹۵۱۱۸۷ ، ۶۶۹۵۲۹۰۷-۹

آیامی دانستید؟؟؟

ام اس‌بی با تشخیص به موقع و داروهای موجود

قابل کنترل می باشد

ویتامین D برای بیماران ام اس مفید است

استرس و اضطراب می تواند منجر به بروز ام اس و تشدید آن گردد

آدرس سایت برای اطلاعات مردم: iranms.org

۰۲۱-۶۶۹۵۱۱۸۷ ، ۶۶۹۵۲۹۰۷-۹