کارگاه زندگی

دلایل سرد شدن روابط زناشویی

هر ازدواجی بالا و پایین و روزهای خوب و بد دارد و حتی ممکن است زن و مرد در دوره‌هایی از زندگی احساس خستگی و عدم رضایت را تجربه کنند. در یک رابطه سالم، هر دو طرف متوجه هستند که این مراحل زودگذر بوده و در نهایت با حرف‌زدن حل می‌شود؛ اما اگر این ناراحتی‌ها از بین نرود چه می‌شود؟ احساس نارضایتی ماندگار می‌شود و این از بارزترین دلایل سرد شدن روابط زناشویی است.

بنابراین هر اختلاف کوچکی به معنای پایان‌یافتن و سردی رابطه نیست. حس تکراری‌شدن، برای هر زن و مردی می‌تواند ناخوشایند باشد. فرقی ندارد که به چه دلیل این حس ایجاد می‌شود اما راهکارهای متفاوتی وجود دارد که به‌واسطه آنها می‌توان از چرخه تکرار خارج شد. یک‌سری موارد وجود دارد که می‌تواند در نهایت به سرد شدن رابطه منجر شود اما از دید پنهان است.

یکی از این موارد دور بودن زن و مرد از یکدیگر است. از طرفی رابطه‌های سرد معمولا به‌خاطر عدم حمایت و توجه به یکدیگر شکل می‌گیرند؛ پس زوجین باید برای حفظ روابط گرم و صمیمی خود از یکدیگر حمایت کنند. به‌صورت کلی رابطه زوجین زوایای مختلفی دارد که نادیده‌گرفتن یا بی‌توجهی به هرکدام از آنها می‌تواند به رابطه زناشویی آسیب وارد کند و باعث سردشدن آن شود.

زیرپوست زندگی‌های بی‌دوام

نداشتن بلوغ فکری و مهارت‌های زندگی از مهم‌ترین دلایل طلاق در ۵ سال اول زندگی است

تهمینه سبحانی‌شاد
گروه جامعه

جالب است بدانید که طبق آمارهای ثبت‌احوال در دوماهه نخست امسال (تا ابتدای خردادماه) سال ۱۴۰۲ در کل کشور، از ۷۹ هزار و ۲۶۰ مورد ازدواج ثبت‌شده تعداد ۳۷ هزار و ۷۰۱ مورد آن به طلاق منجر شده است. بدون‌شک سال‌های ابتدایی مخصوصا پنج سال نخست زندگی زوج‌ها حساس‌ترین زمان زندگی آنها در کنار یکدیگر است و آمارها نشان می‌دهد متاسفانه بیشترین طلاق‌ها در این دوران ثبت می‌شود. همسرگزینی نادرست، نقص دانش و مهارت همسران، عملکرد نامطلوب همسران و شرایط نامطلوب اقتصادی ازجمله مشکلاتی است که باعث طلاق شده است؛ اما مهم این است که هریک از زوجین بتوانند با مشکلات، درست برخورد کنند و آن را به یک اختلاف بزرگ و غیرقابل حل تبدیل نکنند. از طرفی یکی از مهم‌ترین شاخص‌هایی که در موضوع طلاق مطرح می‌شود، طول مدت زندگی مشترک است. شاخصی که چندان حال خوشی در کشور ما ندارد. وقوع نزدیک به نیمی از طلاق‌ها در پنج سال نخست زندگی مشترک، دولت را بر آن داشت تا آیین‌نامه «مشاوره نوهمسران در پنج سال اول زندگی مشترک» را تدوین، تصویب و ابلاغ کند. براساس این آیین‌نامه، نوهمسران یا زوجینی که از تاریخ ثبت‌ازدواج دائم آنها کمتر از پنج سال گذشته باشد، می‌توانند از خدمات تمامی مراحل فرآیند مشاوره مطابق با این آیین‌نامه برخوردار شوند. به‌هرحال حضور یک فرد متخصص در شروع زندگی مشترک برای بسیاری از زوج‌های جوان ضروری است و با توجه به گلایه‌های متعدد جوانان از هزینه‌های زیاد مراکز مشاوره، شاید این اقدام دولت و تدوین این آیین‌نامه، گامی مثبت در جهت کاهش آمار و ارقام طلاق در کشور و پایداری بیشتر ازدواج‌ها باشد.

سال‌های سخت اما شیرین زندگی

به دلایل مختلفی شاید سال‌های اول ازدواج می‌تواند سخت باشد اما از طرفی بسیاری از زوجین با یادآوری خاطرات این دوران، آن را برای خود شیرین کرده‌اند. با وجود این، این سال‌ها به سبب تغییرات زیاد و سازگاری‌های غیرمنتظره با نقش و مسئولیت‌های جدید در زندگی زناشویی همراه است و افراد را وارد دنیایی می‌کند که اصلا انتظار آن را نداشته‌اند. زیبا ایرانی، روان‌شناس و زوج‌درمانگر با اشاره به افزایش نسبت طلاق در سال‌های ابتدایی زندگی به جام‌جم می‌گوید: «از مهم‌ترین دلایل این اتفاق، انتخاب ناآگاهانه، نداشتن بلوغ فکری و مهارت‌های زندگی است. زوجین در سال‌های ابتدایی زندگی، بعضا آمادگی و رشد لازم را به لحاظ بلوغ اجتماعی، اقتصادی، اخلاقی و فکری ندارند. هرکدام از این ناتوانی‌ها منجر به این می‌شود که نتوانند نقش‌های خود را در زندگی مشترک به‌درستی تنظیم کنند.» این روان‌شناس بر این باور است زمانی که فردی مهارت‌های زندگی ندارد و نمی‌تواند ارتباط موثری را با اطرافیانش در نقش‌های جدید ایفا کند یا قدرت حل مسأله یا مدیریت هیجاناتش را ندارد، طبیعتا دچار مشکل می‌شود.

یک کمال‌گرایی خاص

نقش آموزش و یادگیری مهارت‌های زندگی پیش از ازدواج، بر کسی پوشیده نیست. البته بماند که شناخت افراد از خودشان علاوه بر شناخت حدودی از شریک زندگی‌شان نیز از عوامل مهم به‌شمار می‌رود. هر فردی با شناخت همه‌جانبه خود می‌تواند کسی را انتخاب کند که تا حدودی به لحاظ بسیاری از ویژگی‌ها شبیه اوست و این موضوعی است که شاید کمتر کسی به آن توجه می‌کند. همان‌طور که ایرانی هم می‌گوید: «از ابعاد دیگر مهارت‌های زندگی روش تصمیم‌گیری است. اگر کسی به این توانایی نرسیده باشد، در زندگی مشترک هم ممکن است تصمیمات اشتباهی بگیرد.» این درحالی‌است که استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی و سهولت برقراری ارتباط در چنین بستری، باعث مشکلات زیادی برای زوجین در سال‌های اخیر شده است. «زوج‌های جوان زندگی خود را با الگوهایی که در سایر رسانه‌ها وجود دارد مقایسه می‌کنند و شروع زندگی آنان با یک ایده‌آل‌گرایی و یک آرمان‌گرایی خاصی شروع می‌شود.» این را ایرانی می‌گوید چراکه وجود الگوهایی که از فرهنگ ایرانی-اسلامی ما نیز دور هستند، زوجین را به مسیر اشتباه هدایت می‌کنند.

برای خواندن متن کامل کیوآرکد را اسکن کنید

برش

کاهش تعارضات با تاب‌آوری

نقش تاب‌آوری و سازگاری در زندگی مشترک یکی از راهکارهای تاثیرگذار در روابط بین زن و مرد است و نوعی حالت قابل توسعه در فرد که براساس آن قادر است در رویارویی با مسائل مختلف به تلاش بیشتر ادامه دهد. این روان‌شناس نیز می‌گوید: «امروزه کاهش فرهنگ و اخلاقیات، تاب‌آوری زوجین را نسبت به زندگی و مشکلات کم کرده است.» اما آیا می‌شود پیش از ازدواج به برخی از این موارد رفتاری پی برد یا اصلا جنس مشکلات و چالش‌های زوج‌های جوان پیش‌بینی‌پذیر است یا خیر؟ ایرانی ضمن بیان انجام آزمون‌های سنجش شخصیت هریک از زوجین خاطرنشان می‌کند: «هریک از زوج‌ها پیش از ازدواج با استفاده از آزمون‌های شخصیت می‌توانند ویژگی‌های شریک زندگی خود را پیش‌بینی کنند. با استفاده از این روش و استخراج صفات شخصیتی افراد، می‌توان پیش‌بینی کرد که زن و مرد در طولانی‌مدت در کنار هم ممکن است فراوانی رفتارهای‌شان به چه صورت باشد. از طرفی میزان تنش و آسیب‌پذیری رابطه زوجین را نیز بررسی می‌شود.» اما مهم این است که زوجین در مورد انتظارات خود به‌صورت دقیق با یکدیگر صحبت کنند تا بتوانند تصویر واضحی از وظایف و نقش‌های‌شان در زندگی مشترک داشته باشند. اگر این مورد پیش از ازدواج به‌روشنی مورد توجه و بحث قرار نگیرد، زوجین پس از آغاز زندگی دائم دچار تعارض و اختلاف خواهند شد.

تلنگر

راهنمای موثر پیش از ازدواج

رابطه یک زوج در روزهای ابتدایی، معمولا با فرازونشیب‌هایی همراه است. پیش از ازدواج، ممکن است ابهامات و گاه اختلافات متعددی میان دونفر ایجاد شود که در حل آنها ناتوان باشند. یکی از ضروری‌ترین اقدامات در این زمان، انتخاب یک فرد به‌عنوان مشاور است. شاید زوجین اهمیت مشاوره پیش از ازدواج را در روزهای اول زندگی مشترک‌شان متوجه نباشند اما کم‌کم نادیده‌گرفتن این موضوع، دامنگیر زندگی‌شان می‌شود و اختلاف‌هایی که می‌شود زودتر از اینها حل و فصل گردد و با آنها زیر یک سقف نیاید، سر باز می‌کند و روی تلخ و ناگوار زندگی را به زوجین نشان می‌دهد. معمولا در جلسات مشاوره سؤالات روان‌شناسی مهمی از زوج‌ها پرسیده می‌شود. پاسخ زوجین به پرسش‌های مشاوره و نحوه درک و نگرش آنها نسبت به مسائل، موجب می‌شود که آنها بتوانند نه‌تنها در آینده از بروز مشکلات پیشگیری کرده بلکه هنگام بروز مشکل، با یک راه‌حل مناسب آن را برطرف کنند. راهنمایی‌های مشاوران باعث می‌شود که احتمال موفقیت زندگی مشترک زوجین افزایش پیدا کند. علم مشاوره مانند هر علم دیگری، دارای مزایای بی‌شماری است. یکی از این مزایا کمک به افراد برای برقراری روابط بهتر و ازدواج‌های موفق‌تر است. مشاوران معمولا با انجام تست‌های مختلف و بیان سؤالات گوناگون، می‌توانند حدس بزنند که چه ازدواجی موفق و چه ازدواجی ناموفق خواهد بود. مشاوره ازدواج یک تصمیم درست و کاربردی در آغاز یک رابطه است که پیش از ازدواج به زوجین کمک می‌کند تا تمام برداشت‌های نادرست قبلی را دور بیندازند و با نگاهی دقیق‌تر و عمیق‌تر به ازدواج نگاه کنند. همچنین مشاوران کمک می‌کنند تا دختران و پسران جوان با واقعیت‌های زشت و زیبای ازدواج روبه‌رو شده و پس از درک این واقعیت‌ها تصمیم نهایی‌شان را بگیرند.

اصلاحیه

وزارت نیرو
شرکت برق منطقه‌ای اصفهان

پیرو آگهی شرکت برق منطقه‌ای اصفهان چاپ شده در روزنامه جام‌جم با شماره ۶۶۵۶ مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۲۱ صفحه ۱۶ به اطلاع می‌رساند امضای آگهی، شرکت برق منطقه‌ای اصفهان صحیح می‌باشد که بدینوسیله اصلاح می‌گردد.

آگهی مناقصه عمومی (نوبت دوم)

قرارگاه سازندگی خاتم الانبیاء

موسسه ثارا... از موسسات وابسته به قرارگاه سازندگی خاتم الانبیاء (ص) در نظر دارد **اجرای ساختمان خوابگاه کارشناسی پروژه معدن مس شهید حججی** را از طریق مناقصه عمومی به پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید.

۱ **نام و نشانی کارفرما:** قرارگاه سازندگی خاتم الانبیاء (ص) موسسه ثارا... به نشانی: کرمان، بلوار جهاد، خیابان مولوی، پلاک ۱۱۸ تلفن ۰۳۴۳-۲۲۶۷۱۵۰ داخلی ۳۱۱۹ و دورنگار: ۰۳۴۳-۲۲۲۵۲۸۵

۲ **موضوع مناقصه:** اجرای ساختمان خوابگاه کارشناسی پروژه معدن مس شهید حججی

۳ **مبلغ تضمین شرکت در مناقصه:** ۳,۷۵۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال

۴ **تاریخ، مهلت، مبلغ و محل دریافت اسناد مناقصه:**
واجدین شرایط می‌توانند ضمن واریز مبلغ ۲ میلیون ریال به حساب شماره ۵۱۵۴۸۷۸۱۴۸۰۱۱ بانک سپه به نام واحد اجرائی ثارا... در ساعت‌های اداری از تاریخ ۱۴۰۲/۰۹/۲۹ تا تاریخ ۱۴۰۲/۰۹/۳۰ نسبت به خرید و دریافت اسناد، از قسمت قراردادهای مدیریت فنی و مهندسی موسسه ثارا... واقع در آدرس مذکور در بند ۱ اقدام نمایند. اسناد و مدارک ارزیابی فقط به نماینده مناقصه‌گر با ارائه معرفی‌نامه معتبر شرکت با مهر و امضای مجاز تحویل خواهد شد.

۸ **تاریخ، مهلت و محل تحویل اسناد مناقصه:**
مناقصه‌گران بایستی پس از دریافت اسناد، حداکثر تا آخر وقت اداری مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۱۰، اسناد مربوطه را تکمیل و در پاکات لاک و مهر شده تحویل و رسید دریافت دارند.

نوبت دوم

آگهی مناقصه عمومی
یک مرحله‌ای شماره ۱۴۰۲/۰۲۵

شرکت پالایش نفت شازند (سهامی خاص)

موضوع آگهی: تعمیرات اساسی مخازن شماره
TK-20213، TK-20216، TK-20218، TK-20220 پالایشگاه

آخرین مهلت اعلام آمادگی و ارسال رزومه:
پایان وقت اداری روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۱۳

برای کسب اطلاعات بیشتر به سایت این شرکت
www.BAORCO.IR و یا خبرگزاری شانا
www.TENDER@NIORDC.IR و www.shana.ir
مراجعه نمایید.

روابط عمومی و امور بین‌الملل

طراح: بیژن گورانی

جدول ۶۶۳۲

جدول عادی

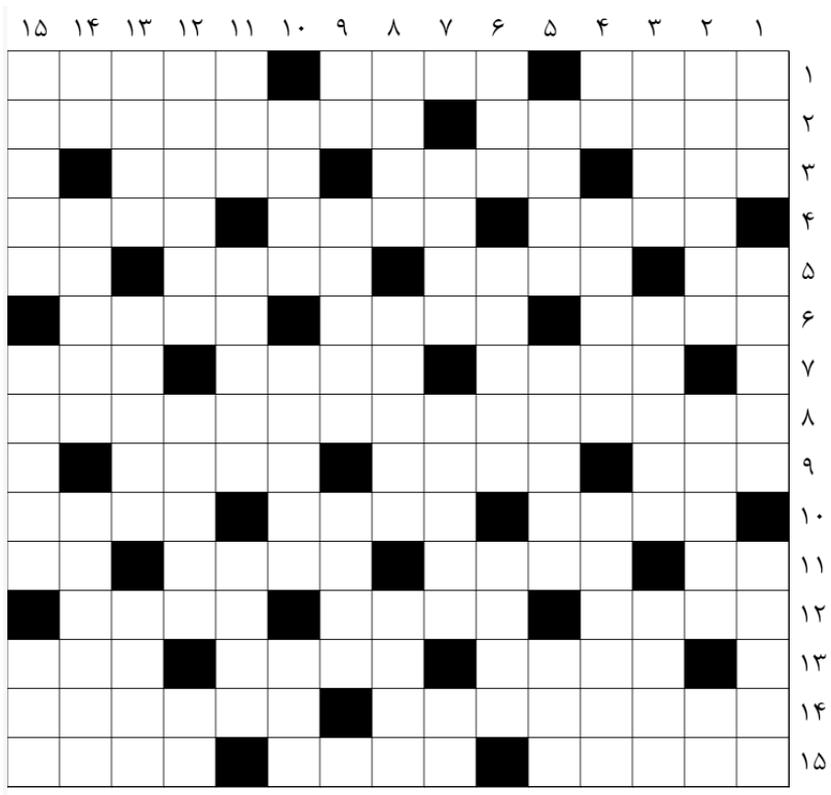
افقی: ۱- کرم انگلی لوله گوارش- بازگشت- روزگاران ۲- مهارت- همه جزئیات اجرایی یک اثر سینمایی را در روند تولید ثبت می‌کند ۳- خوردنی ناخوشایند!- ناگزیر- پدر ۴- اهل گیلان- پسر مازندرانی- کافران ۵- ستون بدن- جمع شیء- اسب سرخ و سفید- شهری در جنوب تهران ۶- زین و برگ اسب- امامان- روادید ۷- ادغام چند منبع صوتی یا تصویری بر روی یک نوار- اندک- ماه پاییزی ۸- داستانی از هانس کریستیان آندرسن ۹- موی گردن اسب- جهان- بعضی ۱۰- برج کج ایتالیا- رها شدن- افسار ۱۱- تکرار حرفی- گاو شخم‌زن- پیشینیان- چهره ۱۲- مقر فرماندهی در ارتش- درس نگارشی- پرهیزگاری ۱۳- دچار تردید- کارش گرفتن شیره گیاهان روغنی است- بدون استحکام ۱۴- سریالی پرطرفدار در دهه ۷۰ ساخته حمید لبخنده- خدای خدایان یونان باستان ۱۵- محصل هنرستان- اسباب نواختن ویولون- التزام.

عمودی: ۱- شیرینی سوغات کرمانشاه- پشت سر هم- میوه آماده چیدن ۲- نجات یافته- گزارش- رنگ نشده ۳!- پشت گرم- از خواهران برونته- واحد اندازه‌گیری شدت جریان الکتریکی ۴- کار ناتمام!- بی بند و بار- نازک نارنجی ۵- جالب توجه- طرز عمل- قیمت اولی که در حراج اعلام می‌کند ۶- دورویی- قلب قرآن- متولد شده ۷- در بیان علت به کار می‌رود- سرزمین آریایی‌ها- لنگه بار ۸- غیرسهوی- معیار- درک و فهم ۹- بدن- تنبلی- تاوان گرفتن ۱۰- جوانی- پیوسته، پیاپی- دریایی از یونان تا ترکیه ۱۱- کلمه پرسش- نوعی اسلحه کمری- قطار زیرزمینی ۱۲- درمان ریشه دندان- سنگ آتش زنه- آهار ۱۳- کتاب را جلد می‌کند- گوشه- پهناور ۱۴- N- اوباش- زینت داده شده ۱۵- قیادت- رفت و آمد زیاد- ظریف و شکننده.

جدول ویژه

افقی: ۱- شیوه رفتار- شاخه نورسته- توده مردم ۲- نخستین جنبش نقاشی در قرن بیستم- از باشگاه‌های فوتبال انگلیس ۳- رفوگر- جانشین- شب چله ۴- از بخش‌های اوستا- دانشگاهی در آمریکا- اقامت گزیدن ۵- طمع- امتلای معده- ملکه افسانه‌ای روم و بنیانگذار کارتاژ- نشانه مصدر جعلی ۶- خاتون- سواره- کند ۷- سرسرای ورودی- فهرست‌نویسی پیش از انتشار کتاب- پلیس سایبری ۸- فیلمی در ژانر درام جنگی ساخته الیور استون با بازی تام کروز ۹- موبیز- درخت جوان- کناره ۱۰- چند وزیر- نظر مجتهد- تعجب ۱۱- مادر لر- شب پیش رو- اصل و نسب- یک دور بازی تنیس ۱۲- قسمتی از زمان- سبکی در موسیقی پاپ غربی- ضعف و سستی ۱۳- به هیچ‌وجه- تنگ چشم- ذره باردار ۱۴- گمبرون امروزی- فیلمی ساخته مسعود کیمیایی ۱۵- آشکار- موقر- مشهور.

عمودی: ۱- هر بخش از تورات- حوض تزئینی- شور و غوغا ۲- موزه مشهور فلورانس- رودی در کردستان- جدید ۳- کله‌پز- ماده قندی که در اغلب میوه‌ها وجود دارد- رسانا ۴- خط‌کش نقشه‌کشی- به هنجار- استراتژی ۵- براده فلز- بی‌آبرو- درخواست از خدا ۶- آسمان- روزنه- عجله و تندی ۷- بدون آستر- بازیکن خط میانی- اصل هر چیز ۸- طحال- سرپرستی- اول ۹- کار ناتمام!- چاره‌اندیشی- سیاره زهره ۱۰- احسان- انتقال مایعات با تلمبه- خجستگی ۱۱- کشمکش لفظی- نوعی شکلات- رایج‌ترین نوع چاپ همسطح ۱۲- فیلمی به کارگردانی کارول رید با بازی اورسن ولز- به دنیا آمدن- پرورد گار ۱۳- بسیار مشتاق- تریاک- ابریشم مصنوعی ۱۴- کاروان- فنا- تلاش و تکاپو ۱۵- تباهی- مهم بودن- خوب و زیبا.



حل جدول عادی ۶۶۳۱

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

حل جدول ویژه ۶۶۳۱

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	س	ک	■	ن	ی	و	ش	ی	د	ن	■	ب	ا	م	س
۲	ق	ل	م	م	و	■	ا	س	ک	ا	ل	ر	■	ک	ن
۳	س	ا	ی	■	غ	ا	ی	■	ی	س	و	ی	ی	ت	■
۴	ی	ش	ت	ن	■	ب	ا	ر	د	■	ن	ا	ز	ب	و
۵	ا	■	ر	م	ض	ا	ن	■	س	و	گ	ن	د	■	ر
۶	ه	م	ا	و	ر	د	■	غ	ا	ز	ی	■	ا	ر	و
۷	■	ی	ل	د	ا	■	ک	ر	م	و	■	م	ن	ه	چ
۸	ر	ل	■	ا	ب	ن	ب	ا	ب	و	ی	ه	■	ا	ک
۹	ی	ا	و	ر	■	س	و	م	ر	■	ا	ن	م	ی	■
۱۰	ا	د	ا	■	ع	ا	د	ت	■	د	و	ا	ت	ش	ه
۱۱	س	■	د	ل	ا	ر	ا	■	م	ا	ه	و	ن	■	ن
۱۲	ت	ر	ی	ا	ق	■	ن	ق	ل	ی	■	ی	ا	س	ر
۱۳	■	ت	ج	ر	ب	ه	■	ی	ت	ی	م	■	ه	ا	ج
۱۴	ج	ی	■	ی	ت	ی	م	چ	ه	■	ر	س	ی	د	ن
۱۵	ب	ل	و	ز	■	د	ن	ی	ب	و	ی	ل	■	س	گ

فراخوان ارزیابی کیفی
نوبت اول

شرکت ملی پالایش و پخش فرآورده‌های نفتی ایران
شرکت پالایش نفت آبادان (سهامی عام)

شرکت پالایش نفت آبادان در نظر دارد مناقصه‌های مشروحه ذیل را از طریق سامانه تدارکات الکترونیک دولت برگزار نماید. کلیه مراحل برگزاری تشریفات مناقصه از دریافت اسناد ارزیابی کیفی و سایر مراحل بعدی مناقصه از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به آدرس WWW.SETADIRAN.IR انجام خواهد شد.

لازم است مناقصه‌گران در صورت عدم عضویت، نسبت به ثبت‌نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضاء الکترونیکی جهت شرکت در مناقصات اقدام نمایند. ضمنا آگهی مناقصات این شرکت به‌صورت همزمان در روزنامه‌های کثیرالانتشار و وب سایت شرکت پالایش نفت آبادان به آدرس WWW.ABADAN- REF.IR درج و قابل مشاهده می باشد.

➤ از مناقصه‌گران واجد شرایط که آمادگی و توانایی انجام هر یک از مناقصه‌های ذیل را دارند دعوت به‌عمل می‌آید جهت شرکت در مناقصه به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس صدرالاشاره مراجعه و پس از دریافت اسناد مربوط به ارزیابی کیفی (دفتر چه شماره یک و معیارهای ارزیابی کیفی به‌صورت رایگان) و مطالعه و تکمیل آن به همراه کلیه مدارک مورد نیاز مطابق با برنامه زمان‌بندی مربوطه، نسبت به بارگذاری اسناد مذکور در سامانه اقدام نمایند.

➤ تکمیل کلیه اطلاعات خواسته شده در فرم‌های ارزیابی کیفی مناقصه‌گران به صورت دقیق و خوانا و بارگذاری تمامی مدارک و مستندات، سوابق کاری و مالی و همچنین ارائه صورت‌های مالی حسابرسی شده توسط سازمان حسابرسی و یا اعضای جامعه حسابداران رسمی در قراردادهای با مبلغ بیش از ۱۰ برابر نصاب معاملات بزرگ الزامی است، (عدم ارایه صورت‌های مالی حسابرسی شده منجر به عدم انعقاد قرارداد با برنده مناقصه می‌شود)

در صورت عدم تکمیل و بارگذاری کامل اسناد استعلام ارزیابی کیفی و سایر مدارک فوق الاشاره، صلاحیت شرکت کنندگان قابل بررسی نخواهد بود و بارگذاری مدارک و سوابق مزبور هیچ گونه حقی را برای متقاضیان ایجاد نخواهد کرد.

ضمنا مناقصه‌گران می‌بایست علاوه بر بارگذاری اسناد (حاوی رزومه، سوابق شرکت به‌همراه تصویر مصدق شده آخرین تغییرات و دفترچه تکمیل شده شماره یک به‌همراه اسناد مورد نیاز مندرج در دفترچه مذکور) و همچنین در صورت نداشتن رزومه و یا جهت به روزرسانی رزومه در کمیته فنی بازرگانی این شرکت، نسبت به ارسال مدارک به آدرس کمیسیون مناقصات شرکت پالایش نفت آبادان- صندوق پستی ۱۱۱ اقدام نمایند.

لازم به‌ذکر است از مناقصه‌گرانی که در ارزیابی کیفی تائید شوند، از طریق سامانه ستاد جهت دریافت اسناد مناقصه دعوت به‌عمل خواهد آمد.

➤ مناقصه‌گرانی که در ارزیابی کیفی تائید شده‌اند، در مرحله ارائه پیشنهاد می‌بایست تصویر تضمین شرکت در مناقصه را در پاکت الف سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) بارگذاری کرده و اصل آن را در یک پاکت سربسته تا قبل از زمان گشایش پیشنهادها به دبیرخانه کمیسیون مناقصات واقع در دفتر مرکزی شرکت پالایش نفت آبادان تسلیم نمایند.

➤ اطلاعات تماس و نشانی دستگاه مناقصه‌گزار جهت دریافت اطلاعات بیشتر در خصوص اسناد مناقصه و ارائه پیشنهاد: آبادان، حاشیه اروندرود، جنب دروازه اصلی پالایشگاه امور پیمان‌های شرکت پالایش نفت آبادان، تلفن ۰۶۱-۵۳۱۸۳۳۳۸ و شماره نمابر: ۰۶۱-۵۳۲۶۴۴۷۶

ردیف	شماره مناقصه در دستگاه مناقصه‌گزار	شماره مناقصه در سامانه ستاد	موضوع	محل اجرا	مدت	مبلغ تامین اعتبار مالی (به ریال)	مبلغ تضمین شرکت در مناقصه (به ریال)	برنامه زمان بندی مراحل مناقصه
۱	تجدید مناقصه دو مرحله‌ای شماره ۹۸/۹۹	۲۰۰۲۰۹۲۱۷۹۰۰۰۵۴۹	طراحی، خرید، ساخت نصب و تست و راه‌اندازی طرح کلرزنی کولینگ تاور فاز ۳ پالایشگاه	آبادان	یکسال شمسی	۱۶۲/۱۸۳/۵۹۵/۶۱۰	۸/۱۱۰/۰۰۰/۰۰۰	الف-مهلت دریافت اسناد ارزیابی کیفی از سامانه ستاد از تاریخ ۱۴۰۲/۰۹/۲۲ لغایت ۱۴۰۲/۱۰/۰۳ ب-مهلت ارسال پاسخ استعلام ۱۴۰۲/۱۰/۱۸

شناسه ۱۶۲۳۱۴۴ روابط عمومی-شرکت پالایش نفت آبادان