



ممل کند و فرد متناسب با هیجانات خود پیش رود یا به دنبال
 راه‌حلی موقتی برای رسیدن به آرامش خود باشد. با این حال
 اکثراً هیجانی در برابر موقعیت‌های تنش‌زا گوناگون
 هستند از شادمانی گرفته تا هیجان‌های دیگر مانند اضطراب،
 خشم، ناامیدی و افسردگی. زمانی که موقعیت تنش‌زا استمرار
 داشته باشد آنگاه بسته به میزان موفقیت شخص در مقابله با
 آن، ممکن است شخص از لحاظ هیجانی دچار نوسان شود.

ویدادهایی که به نظر می‌رسد نمی‌توان آنها را کنترل کرد. ویدادهایی که علل فشار روانی هستند، محرک‌های تنش را امیده می‌شوند. استرس و فشار روانی مداوم می‌تواند تمام فعالیت‌های روزمره و جنبه‌های مختلف زندگی افراد را تحت تاثیر قرار دهد و شانس ابتلا به اختلال افسردگی در افرادی را که استرس و فشار روانی بیشتری در مقایسه با سایرین دارند، افزایش می‌دهد. ممکن است فشار روانی برای فرد مانند محرک

سترس یا فشار روانی یکی از هیجان‌های قالبی است که طول روز آن را تجربه می‌کنیم یا ممکن است خیلی از ما با شنیدن واژه استرس تصویر منفی در ذهن‌مان شکل بگیرد. غلبه ما در بسیاری مواقع در شرایطی بحرانی قرار گرفته‌ایم فشار روانی را تجربه کرده‌ایم. فشار روانی زمانی ایجاد می‌شود که تشنگی در زندگی فرد وجود داشته باشد که از آستانه تحمل بالاتر باشد. احساس در هم پیچیده شدن به واسطه

پاسخ افراد به فشارهای روانی چگونه است؟

یکشنبه ۲۴ دی ۱۴۰۲ شماره ۶۶۸۲

تلنگر

مادر بلا گرها

آموزه ما در فضای مجازی و رسانه دارای بارگهی با اصطلاح «شاه‌های اینستاگرامی» هستیم که در کنار نقش مادی، نقش به‌نمایش گذاشتن تمام زندگی خود و فرزندشان را نیز برعهده دارند. مادران بلاگر؛ پدیده‌ای ظهور کرده با گسترش استفاده از شبکه‌های اجتماعی مختلف در میان کاربران زیادی شکل گرفته است. مادرانی که از لحظات مختلف از تعیین جنسیت فرزند و خرید سیسمونی گرفته تا تمامی اتفاقات و مراحل رشد و پرورش فرزندشان را در صفحات مجازی خود محتواهایی را منتشر و سبب درآمد می‌کنند.

والدینی که با هدف بهره‌برداری اقتصادی به نمایش کودکان خود می‌بردند بدون این‌که قانون حريم خصوصی را در نظر بگیرند یا حتی آن را بداند. به نظر می‌رسد در حال حاضر کودکان برابری برای اسباب درآمد آنان هستند و بعضا برخی از والدین، مخصوصا مادران با اشراک عظیم و فیلم از کودکان‌شان در فضاهای مجازی، تبلیغات و جذب و مخاطب می‌کنند. والدانی که مدام تلفن همراه در دست‌شان است و تمام لحظات زندگی خود و کودکان‌شان را در این فضا منتشر می‌کنند و هر روز یک هنرنامه جدید از کودکان خود در شبکه‌ها قرار می‌دهند شاید تنها جذابیت این کودکان، طبیعت مصفا شده‌شان نیست. مصفا شده‌ای که هر روز با گرفتن لک و کانت‌ها و سفارشات دستکاری می‌شود و این صقه خیلی خورند و دنبال کردن‌ها ادامه پیدا می‌کند. این اقدامات یکی از مصادیق کودک‌آزاری و نقض حقوق کودکان به شیوه‌ای نوین محسوب می‌شود و کودکان پس از رسیدن به سن قانونی می‌توانند به این روند والدین خود اعتراض کنند البته در این بین نظراتی که دنبال کنندگان زیر پست‌های آنان درج می‌کنند تا هم نوع و خود جالب است که ما باید کردن کلماتی که گفته‌ها ظاهر ظاهر و مضامین درخصوص ظاهر آن کودک، نظراتی که شاید اگر مادر در جایگاه بالگری نبود، شاید خیلی به مذاقش خوش نمی‌آمد.



طراح: ییژن گورانی

جدول ۶۶۵۱

جدول عادی

تفقی: (۱) مربوط به جسم - مقابل آمدن - همراهی (در شرحینج ۱۳) مجموعه شری -

سوره فاضل نظری (۱) - خامه -

ترست (۲) تا - تازیان - از ماهی امام

ین العابدین (ع) - آسیاب آشپزخانه) -

هیمای انگلیسی - ایشان - کرم کدو -

یوت (۳) - سرع (۴) - تابان - داریایی و

هریوت (۵) (طباب) - اروپ - سلول -

الغ - نسخه تدوین نشده فیلم) - خواب

بدی - پریزورگ - خودبستگی (۶) نوعی

برنج - معصیت - خواش های -

فستانی (۷) در پرتجره پنهان های -

زندگی - دروغی (۸) - آزاده - بیماری

خون - مثل و مانند - اشاره به (۹) در

از ملزومات - هادی - حالتی

مخصوص (۱۰) است (۱۱) - دوری -

کوچک - بی بهره - مرغ سعادت (۱۲)

ولین روزنامه ایران نکات اخیر به همت

و منتشر شده (۱۳) مرز قفل - همیشه -

و افتد و آفتد.

عمودی (۱) کبد - نتیجه - فرمانوایی (۲) سراسرافراز - پشت سر هم - پول زاین (۳) نوعی شیشه رنگی - گاهی به ته دیگ می خورد - (۴) جنگ و صیقار (۵) فتنه - بلند - زمین کشاورزی به مصرف آمده - نامی دهخانه (۶) قرار دادن - آلوده به - تنگ - اسم (۷) مادر حضرت - صرفه جو (۸) برابر - متجانس - صرفه (۹) یک - یک (۱۰) مرسوم - اطلاع - دانستن (۱۱) دهان - هدر دادن - فیلما ساخته داریوش مهرجویی بازی می نماید (۱۲) کرامتی (۱۳) جنبین بد در پی - مکتب ها - (۱۴) لطیف - به تنهایی - از پیامبران

حل جدول عادی ۶۶۵۰

١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢	١٣	١٤	١٥	١٦
١	ا	ب	ج	د	هـ	و	ز	ح	ط	ي	ك	ل	م	ن	١٧
٢	١٨	١٩	٢٠	٢١	٢٢	٢٣	٢٤	٢٥	٢٦	٢٧	٢٨	٢٩	٣٠	٣١	٣٢
٣	٣٣	٣٤	٣٥	٣٦	٣٧	٣٨	٣٩	٤٠	٤١	٤٢	٤٣	٤٤	٤٥	٤٦	٤٧
٤	٤٨	٤٩	٥٠	٥١	٥٢	٥٣	٥٤	٥٥	٥٦	٥٧	٥٨	٥٩	٦٠	٦١	٦٢
٥	٦٣	٦٤	٦٥	٦٦	٦٧	٦٨	٦٩	٧٠	٧١	٧٢	٧٣	٧٤	٧٥	٧٦	٧٧
٦	٧٨	٧٩	٨٠	٨١	٨٢	٨٣	٨٤	٨٥	٨٦	٨٧	٨٨	٨٩	٩٠	٩١	٩٢
٧	٩٣	٩٤	٩٥	٩٦	٩٧	٩٨	٩٩	١٠٠	١٠١	١٠٢	١٠٣	١٠٤	١٠٥	١٠٦	١٠٧
٨	١٠٨	١٠٩	١١٠	١١١	١١٢	١١٣	١١٤	١١٥	١١٦	١١٧	١١٨	١١٩	١٢٠	١٢١	١٢٢
٩	١٢٣	١٢٤	١٢٥	١٢٦	١٢٧	١٢٨	١٢٩	١٣٠	١٣١	١٣٢	١٣٣	١٣٤	١٣٥	١٣٦	١٣٧
١٠	١٣٨	١٣٩	١٤٠	١٤١	١٤٢	١٤٣	١٤٤	١٤٥	١٤٦	١٤٧	١٤٨	١٤٩	١٥٠	١٥١	١٥٢
١١	١٥٣	١٥٤	١٥٥	١٥٦	١٥٧	١٥٨	١٥٩	١٦٠	١٦١	١٦٢	١٦٣	١٦٤	١٦٥	١٦٦	١٦٧
١٢	١٦٨	١٦٩	١٧٠	١٧١	١٧٢	١٧٣	١٧٤	١٧٥	١٧٦	١٧٧	١٧٨	١٧٩	١٨٠	١٨١	١٨٢
١٣	١٨٣	١٨٤	١٨٥	١٨٦	١٨٧	١٨٨	١٨٩	١٩٠	١٩١	١٩٢	١٩٣	١٩٤	١٩٥	١٩٦	١٩٧
١٤	١٩٨	١٩٩	٢٠٠	٢٠١	٢٠٢	٢٠٣	٢٠٤	٢٠٥	٢٠٦	٢٠٧	٢٠٨	٢٠٩	٢١٠	٢١١	٢١٢
١٥	٢١٣	٢١٤	٢١٥	٢١٦	٢١٧	٢١٨	٢١٩	٢٢٠	٢٢١	٢٢٢	٢٢٣	٢٢٤	٢٢٥	٢٢٦	٢٢٧
١٦	٢٢٨	٢٢٩	٢٣٠	٢٣١	٢٣٢	٢٣٣	٢٣٤	٢٣٥	٢٣٦	٢٣٧	٢٣٨	٢٣٩	٢٤٠	٢٤١	٢٤٢
١٧	٢٤٣	٢٤٤	٢٤٥	٢٤٦	٢٤٧	٢٤٨	٢٤٩	٢٥٠	٢٥١	٢٥٢	٢٥٣	٢٥٤	٢٥٥	٢٥٦	٢٥٧
١٨	٢٥٨	٢٥٩	٢٦٠	٢٦١	٢٦٢	٢٦٣	٢٦٤	٢٦٥	٢٦٦	٢٦٧	٢٦٨	٢٦٩	٢٧٠	٢٧١	٢٧٢
١٩	٢٧٣	٢٧٤	٢٧٥	٢٧٦	٢٧٧	٢٧٨	٢٧٩	٢٨٠	٢٨١	٢٨٢	٢٨٣	٢٨٤	٢٨٥	٢٨٦	٢٨٧
٢٠	٢٨٨	٢٨٩	٢٩٠	٢٩١	٢٩٢	٢٩٣	٢٩٤	٢٩٥	٢٩٦	٢٩٧	٢٩٨	٢٩٩	٣٠٠	٣٠١	٣٠٢
٢١	٣٠٣	٣٠٤	٣٠٥	٣٠٦	٣٠٧	٣٠٨	٣٠٩	٣١٠	٣١١	٣١٢	٣١٣	٣١٤	٣١٥	٣١٦	٣١٧
٢٢	٣١٨	٣١٩	٣٢٠	٣٢١	٣٢٢	٣٢٣	٣٢٤	٣٢٥	٣٢٦	٣٢٧	٣٢٨	٣٢٩	٣٣٠	٣٣١	٣٣٢
٢٣	٣٣٣	٣٣٤	٣٣٥	٣٣٦	٣٣٧	٣٣٨	٣٣٩	٣٤٠	٣٤١	٣٤٢	٣٤٣	٣٤٤	٣٤٥	٣٤٦	٣٤٧
٢٤	٣٤٨	٣٤٩	٣٥٠	٣٥١	٣٥٢	٣٥٣	٣٥٤	٣٥٥	٣٥٦	٣٥٧	٣٥٨	٣٥٩	٣٦٠	٣٦١	٣٦٢
٢٥	٣٦٣	٣٦٤	٣٦٥	٣٦٦	٣٦٧	٣٦٨	٣٦٩	٣٧٠	٣٧١	٣٧٢	٣٧٣	٣٧٤	٣٧٥	٣٧٦	٣٧٧
٢٦	٣٧٨	٣٧٩	٣٨٠	٣٨١	٣٨٢	٣٨٣	٣٨٤	٣٨٥	٣٨٦	٣٨٧	٣٨٨	٣٨٩	٣٩٠	٣٩١	٣٩٢
٢٧	٣٩٣	٣٩٤	٣٩٥	٣٩٦	٣٩٧	٣٩٨	٣٩٩	٤٠٠	٤٠١	٤٠٢	٤٠٣	٤٠٤	٤٠٥	٤٠٦	٤٠٧
٢٨	٤٠٨	٤٠٩	٤١٠	٤١١	٤١٢	٤١٣	٤١٤	٤١٥	٤١٦	٤١٧	٤١٨	٤١٩	٤٢٠	٤٢١	٤٢٢
٢٩	٤٢٣	٤٢٤	٤٢٥	٤٢٦	٤٢٧	٤٢٨	٤٢٩	٤٣٠	٤٣١	٤٣٢	٤٣٣	٤٣٤	٤٣٥	٤٣٦	٤٣٧
٣٠	٤٣٨	٤٣٩	٤٤٠	٤٤١	٤٤٢	٤٤٣	٤٤٤	٤٤٥	٤٤٦	٤٤٧	٤٤٨	٤٤٩	٤٥٠	٤٥١	٤٥٢
٣١	٤٥٣	٤٥٤	٤٥٥	٤٥٦	٤٥٧	٤٥٨	٤٥٩	٤٦٠	٤٦١	٤٦٢	٤٦٣	٤٦٤	٤٦٥	٤٦٦	٤٦٧
٣٢	٤٦٨	٤٦٩	٤٧٠	٤٧١	٤٧٢	٤٧٣	٤٧٤	٤٧٥	٤٧٦	٤٧٧	٤٧٨	٤٧٩	٤٨٠	٤٨١	٤٨٢
٣٣	٤٨٣	٤٨٤	٤٨٥	٤٨٦	٤٨٧	٤٨٨	٤٨٩	٤٩٠	٤٩١	٤٩٢	٤٩٣	٤٩٤	٤٩٥	٤٩٦	٤٩٧
٣٤	٤٩٨	٤٩٩	٥٠٠	٥٠١	٥٠٢	٥٠٣	٥٠٤	٥٠٥	٥٠٦	٥٠٧	٥٠٨	٥٠٩	٥١٠	٥١١	٥١٢
٣٥	٥١٣	٥١٤	٥١٥	٥١٦	٥١٧	٥١٨	٥١٩	٥٢٠	٥٢١	٥٢٢	٥٢٣	٥٢٤	٥٢٥	٥٢٦	٥٢٧
٣٦	٥٢٨	٥٢٩	٥٣٠	٥٣١	٥٣٢	٥٣٣	٥٣٤	٥٣٥	٥٣٦	٥٣٧	٥٣٨	٥٣٩	٥٤٠	٥٤١	٥٤٢
٣٧	٥٤٣	٥٤٤	٥٤٥	٥٤٦	٥٤٧	٥٤٨	٥٤٩	٥٥٠	٥٥١	٥٥٢	٥٥٣	٥٥٤	٥٥٥	٥٥٦	٥٥٧
٣٨	٥٥٨	٥٥٩	٥٦٠	٥٦١	٥٦٢	٥٦٣	٥٦٤	٥٦٥	٥٦٦	٥٦٧	٥٦٨	٥٦٩	٥٧٠	٥٧١	٥٧٢
٣٩	٥٧٣	٥٧٤	٥٧٥	٥٧٦	٥٧٧	٥٧٨	٥٧٩	٥٨٠	٥٨١	٥٨٢	٥٨٣	٥٨٤	٥٨٥	٥٨٦	٥٨٧
٤٠	٥٨٨	٥٨٩	٥٩٠	٥٩١	٥٩٢	٥٩٣	٥٩٤	٥٩٥	٥٩٦	٥٩٧	٥٩٨	٥٩٩	٦٠٠	٦٠١	٦٠٢
٤١	٦٠٣	٦٠٤	٦٠٥	٦٠٦	٦٠٧	٦٠٨	٦٠٩	٦١٠	٦١١	٦١٢	٦١٣	٦١٤	٦١٥	٦١٦	٦١٧
٤٢	٦١٨	٦١٩	٦٢٠	٦٢١	٦٢٢	٦٢٣	٦٢٤	٦٢٥	٦٢٦	٦٢٧	٦٢٨	٦٢٩	٦٣٠	٦٣١	٦٣٢
٤٣	٦٣٣	٦٣٤	٦٣٥	٦٣٦	٦٣٧	٦٣٨	٦٣٩	٦٤٠	٦٤١	٦٤٢	٦٤٣	٦٤٤	٦٤٥	٦٤٦	٦٤٧
٤٤	٦٤٨	٦٤٩	٦٥٠	٦٥١	٦٥٢	٦٥٣	٦٥٤	٦٥٥	٦٥٦	٦٥٧	٦٥٨	٦٥٩	٦٦٠	٦٦١	٦٦٢
٤٥	٦٦٣	٦٦٤	٦٦٥	٦٦٦	٦٦٧	٦٦٨	٦٦٩	٦٧٠	٦٧١	٦٧٢	٦٧٣	٦٧٤	٦٧٥	٦٧٦	٦٧٧
٤٦	٦٧٨	٦٧٩	٦٨٠	٦٨١	٦٨٢	٦٨٣	٦٨٤	٦٨٥	٦٨٦	٦٨٧	٦٨٨	٦٨٩	٦٩٠	٦٩١	٦٩٢
٤٧	٦٩٣	٦٩٤	٦٩٥	٦٩٦	٦٩٧	٦٩٨	٦٩٩	٧٠٠	٧٠١	٧٠٢	٧٠٣	٧٠٤	٧٠٥	٧٠٦	٧٠٧
٤٨	٧٠٨	٧٠٩	٧١٠	٧١١	٧١٢	٧١٣	٧١٤	٧١٥	٧١٦	٧١٧	٧١٨	٧١٩	٧٢٠	٧٢١	٧٢٢
٤٩	٧٢٣	٧٢٤	٧٢٥	٧٢٦	٧٢٧	٧٢٨	٧٢٩	٧٣٠	٧٣١	٧٣٢	٧٣٣	٧٣٤	٧٣٥	٧٣٦	٧٣٧
٥٠	٧٣٨	٧٣٩	٧٤٠	٧٤١	٧٤٢	٧٤٣	٧٤٤	٧٤٥	٧٤٦	٧٤٧	٧٤٨	٧٤٩	٧٥٠	٧٥١	٧٥٢
٥١	٧٥٣	٧٥٤	٧٥٥	٧٥٦	٧٥٧	٧٥٨	٧٥٩	٧٦٠	٧٦١	٧٦٢	٧٦٣	٧٦٤	٧٦٥	٧٦٦	٧٦٧
٥٢	٧٦٨	٧٦٩	٧٧٠	٧٧١	٧٧٢	٧٧٣	٧٧٤	٧٧٥	٧٧٦	٧٧٧	٧٧٨	٧٧٩	٧٨٠	٧٨١	٧٨٢
٥٣	٧٨٣	٧٨٤	٧٨٥	٧٨٦	٧٨٧	٧٨٨	٧٨٩	٧٩٠	٧٩١	٧٩٢	٧٩٣	٧٩٤	٧٩٥	٧٩٦	٧٩٧
٥٤	٧٩٨	٧٩٩	٨٠٠	٨٠١	٨٠٢	٨٠٣	٨٠٤	٨٠٥	٨٠٦	٨٠٧	٨٠٨	٨٠٩	٨١٠	٨١١	٨١٢
٥٥	٨١٣	٨١٤	٨١٥	٨١٦	٨١٧	٨١٨	٨١٩	٨٢٠	٨٢١	٨٢٢	٨٢٣	٨٢٤	٨٢٥	٨٢٦	٨٢٧
٥٦	٨٢٨	٨٢٩	٨٣٠	٨٣١	٨٣٢	٨٣٣	٨٣٤	٨٣٥	٨٣٦	٨٣٧	٨٣٨	٨٣٩	٨٤٠	٨٤١	٨٤٢
٥٧	٨٤٣	٨٤٤	٨٤٥	٨٤٦	٨٤٧	٨٤٨	٨٤٩	٨٥٠	٨٥١	٨٥٢	٨٥٣	٨٥٤	٨٥٥	٨٥٦	٨٥٧
٥٨	٨٥٨	٨٥٩	٨٦٠	٨٦١	٨٦٢	٨٦٣	٨٦٤	٨٦٥	٨٦٦	٨٦٧	٨٦٨	٨٦٩	٨٧٠	٨٧١	٨٧٢
٥٩	٨٧٣	٨٧٤	٨٧٥	٨٧٦	٨٧٧	٨٧٨	٨٧٩	٨٨٠	٨٨١	٨٨٢	٨٨٣	٨٨٤	٨٨٥	٨٨٦	٨٨٧
٦٠	٨٨٨	٨٨٩	٨٩٠	٨٩١	٨٩٢	٨٩٣	٨٩٤	٨٩٥	٨٩٦	٨٩٧	٨٩٨	٨٩٩	٩٠٠	٩٠١	٩٠٢
٦١	٩٠٣	٩٠٤	٩٠٥	٩٠٦	٩٠٧	٩٠٨	٩٠٩	٩١٠	٩١١	٩١٢	٩١٣	٩١٤	٩١٥	٩١٦	٩١٧
٦٢	٩١٨	٩١٩	٩٢٠	٩٢١	٩٢٢	٩٢٣	٩٢٤	٩٢٥	٩٢٦	٩٢٧	٩٢٨	٩٢٩	٩٣٠	٩٣١	٩٣٢
٦٣	٩٣٣	٩٣٤	٩٣٥	٩٣٦	٩٣٧	٩٣٨	٩٣٩	٩٤٠	٩٤١	٩٤٢	٩٤٣	٩٤٤	٩٤٥	٩٤٦	٩٤٧
٦٤	٩٤٨	٩٤٩	٩٥٠	٩٥١	٩٥٢	٩٥٣	٩٥٤	٩٥٥	٩٥٦	٩٥٧	٩٥٨	٩٥٩	٩٦٠	٩٦١	٩٦٢
٦٥	٩٦٣	٩٦٤	٩٦٥	٩٦٦	٩٦٧	٩٦٨	٩٦٩	٩٧٠	٩٧١	٩٧٢	٩٧٣	٩٧٤	٩٧٥	٩٧٦	٩٧٧
٦٦	٩٧٨	٩٧٩	٩٨٠	٩٨١	٩٨٢	٩٨٣	٩٨٤	٩٨٥	٩٨٦	٩٨٧	٩٨٨	٩٨٩	٩٩٠	٩٩١	٩٩٢
٦٧	٩٩٣	٩٩٤	٩٩٥	٩٩٦	٩٩٧	٩٩٨	٩٩٩	١٠٠٠	١٠٠١	١٠٠٢	١٠٠٣	١٠٠٤	١٠٠٥	١٠٠٦	١٠٠٧
٦٨	١٠٠٨	١٠٠٩	١٠١٠	١٠١١	١٠١٢	١٠١٣	١٠١٤	١٠١٥	١٠١٦	١٠١٧	١٠١٨	١٠١٩	١٠٢٠	١٠٢١	١٠٢٢
٦٩	١٠٢٣	١٠٢٤	١٠٢٥	١٠٢٦	١٠٢٧	١٠٢٨	١٠٢٩	١٠٣٠	١٠٣١	١٠٣٢	١٠٣٣	١٠٣٤	١٠٣٥	١٠٣٦	١٠٣٧
٧٠	١٠٣٨	١٠٣٩	١٠٤٠	١٠٤١	١٠٤٢	١٠٤٣	١٠٤٤	١٠٤٥	١٠٤٦	١٠٤٧	١٠				

بنی اسرائیل (۱۲) خیال و گمان - سست -
بریز حیوان (۱۳) کوه آتشفشانی ایتالیا - به
فنجار - به پارچه می زند تا براق شود (۱۴)
ویرانند - محکمه باطنی - معادل فارسی
حق العمل (۱۵) نوعی پارچه ضخیم و
خشن که آب در آن نفوذ نمی کند - دلداده
خسرو - جمله قرآنی.

جدول ویژه

فقی: ۱) ضربه‌ای در بوکس - فراگیرترین وسیله طراحی - ابزار نوشتن ۲) مجموعه استانی نوشته احمد محمود ۳)

حل جدول ویژه ۶۶۵۰

[illegible]

ناشن شنیده برونه - جمع شیء - فرعی (۴)
در موسیقی عامل شناسایی صداها
تفاوت است - خرگوش - تور کاشکی (۵)
همسر زن - نوعی انرژي - حائلی در
میزان (۶) - طوطی (۶) - قید زدن - از ظرف
(زمایشگاهی - ششم) - تیمارگسب -
خودستایی - صوت اندوه (۸) - پخودن -
از الحان باری - از سازهای زهی در
موسیقی ایرانی (۹) - پیوده - از چهار جهت
جغرافیایی - تپه باستانی (۱۰) - طبع -
نوشه ای در ابوعلم - آهنگر آهنگبندی (۱۱) -
چاشنی غذایی - پی - پیژ - پیوستن دوز -

شهر مدفن ستارخان (۱۲) ساز کوبه ای
شرق آسیا- زیرک (۱۳) گشایش-
زبانهای از خانواده هندوایرانی- امر به
(۱۴) مدمن (۱۵) از علمای بزرگ دینی در دوره
قلمدادین شاه (۱۵) راه- گروهی- اثری به
فردا دافنه دومریه.

عمودی: (۱) گوشت- خبر دروغ-
فیلمی ساخته بهرام بیضایی با بازی
مردم شمسایی (۲) رزشته خانه دگانه
وزش (۳) میدانی- (مورا- پهلوان)
فرز تراوه- کترین (نفس) (۴) نیستگاه-
تخم کتان- سریند مردان سیمتانی (۵)

شهردار تبریز از تدوین برنامه
بهره‌برداری از پروژه‌های ورزشی
شهر از بهمن امسال تا خرداد
سال آینده خبرداد.

یاقوب هوشیار در بازدید هفتگی خود از پروژه‌های ورزشی شهرداری تبریز که به همراه پرویز هادی، رئیس کمیسیون ورزش و جوانان شورای اسلامی شهر تبریز صورت گرفت، اظهار کرد: سلامت و نشاط اجتماعی ۲۰اولیت دوره فعلی مدیریت شهری است که

بر همین اساس در دو بخش سخت‌افزاری و نرم‌افزاری برنامه‌های ویژه‌ای تدوین شده است.

وی با اشاره به توسعه زیرساخت‌های ورزشی در مناطق مختلف تبریز افزود: ۵۵ پروژه ورزشی با اعتبار هزار میلیارد تومان و با اولویت مناطق کم‌برخوردار شهر در دست اجرا است که تا خرداد سال آینده به بهره‌برداری می‌رسد. هوشیار خاطرنشان کرد: ۲۵ سالن ورزشی با هدف افزایش سرانه ورزشی تبریز به

کارفرمایی شهرداری منطقه یک و بااولویت مناطق محروم شهر در دست اجراست.

وی با اشاره به تنوع پروژه‌های ورزشی در سال ۱۴۰۲ اضافه کرد: ورزشگاه ۵ هزار نفری قویدل، ورزشگاه قرامک، ۲۵ سالن ورزشی چندمنظوره، استخر، زمین چمن مصنوعی، زمین‌های ورزشی فوتبال، والیبال، بسکتبال و گلف از جمله مهمترین پروژه‌های ورزشی شهرداری تبریز در سال جاری است که به زودی شاهد بهره‌برداری

از آنها خواهیم بود.

شهردار تبریز همچنین با اشاره به تقویم فرهنگی و ورزشی مناطق دهگانه شهرداری تبریز در سال جاری گفت: در کنار توسعه زیرساخت‌های ورزشی، اجرای برنامه‌های مختلف ورزشی همچون مسابقات جام‌پرچم، فوتسال، تیراندازی، همایش پیاده‌روی، کوه‌پیمایی و دومینوی خانوادگی از جمله مهم‌ترین برنامه‌های ورزشی شهرداری تبریز در سال ۱۴۰۲ بوده است.

آگهی فراخوان مناقصه عمومی

موسسه ارون‌دان در نظر دارد

نهایت دهم

**عملیات اجرای حفاری و اجرای ۱۵ حلقه چاه در طرح
تامین آب زاهدان و شهرهای سیستان از دست تهلابل**

را از طریق مناقصه عمومی مرحله ای به شرکت های واجد شرایط و دارای ظرفیت کاری و ریسالی واگذار نماید.

مبلغ تضمین فرایند آرد کار : ۲۱۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال

(بیست و یک میلیارد ریال)

متقاضیان محترم در صورت تقابیل جهت دریافت اسناد مناقصه حداکثر ظرف مدت ۳ روز پس از انتشار آگهی دوم را بدست داشتن فیش واریزی به مبلغ ۵۰۰،۰۰۰ ریال (پانصد هزار ریال) نزد یکی از شعب بانک سپه به شماره شبا ۹۸۷۵۴۳۲۱۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰ IR با نام واحد اجرایی ارون‌دان معرفی نامه به آدرس ذیل مراجعه فرمایند.

آدرس : تهران، خیابان شهید اسلامی(وزراه)،خیابان بهمین کشاورز(هفتم)
پلاک ۱۹ طبقه هفتم، مدیریت فنی و مهندسی

لزاماً به ذکر است هزینه درج آگهی به عهده برنده مناقصه می باشد.



سازمان
بهداشت و آموزش
پزشکی

آگهی مناقصه عمومی

دوره مرحله اول

(نوبت اول)



سازمان
بهداشت و آموزش
پزشکی

موضوع طرح: در نظر دارد تامین مواد اولیه، طبخ و بسته بندی غذای مورد نیاز پروژه توسعه شهر تهران، حمل و تحویل آن در محل پروژه توسط فروشنده و در ازای دریافت مبلغی معادل ۱۰۰ درصد از قیمت خرید مواد اولیه، طبخ و بسته بندی و پرداخت به صورت تهاوت برگزرازی مناقصه عمومی با آرزایی کیفی متقاضیان و پرداخت به صورت تهاوت با عملکرد معیار شده قرار می‌بستد و از چند شرط و آیین‌نامه گذار می‌آید.

شرایط اساسی: پیمانکاران را می‌بستد دارای احوای مناسب از مراجع ذیصلاح ادا باشند.

تضمین شرکت در مناقصه: مبلغ تضمین شرکت در مناقصه ۳۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال (پانصد و بیست و سه میلیون ریال) می‌باشد که می‌بایست به یکی از روش های (بازنده در اسناد مناقصه تهیه و تسلیم گردد.

محل توزیع اسناد مناقصه: در زیرگروه اسبج، ناحیه نخستین، بعد از ورزشگاه تختی خیابان شهید تجاره، جنب نیروی انتظامی، موسسه خیرات، معاونت فنی و مهندسی می‌باشد.

دوره ثبت و تسپار: شماره تماس: ۰۲۰-۳۳۳۲۰۵۰۰ تا ۰۲۰-۲۴۸۰۰۰۰

قیمت خرید اسناد مناقصه: ۵۰۰۰۰۰۰۰ ریال (پنج میلیون ریال) می‌باشد که بایستی به شماره حساب ۶۰۵۰۱۷۱۸۰۰۰۰ بانک سپه به نام قرارگاه سازندگی خاتم الانبیا (ع) واریز گردد.

زمان توزیع اسناد مناقصه: تا تاریخ ۱۳۹۴/۰۲/۲۳ تا ۱۳۹۴/۰۲/۲۱ در ساعات اداری


مهلت تحویل اسناد مناقصه: در ساعات اداری مورخ ۱۳۹۴/۰۲/۱۸

بهره‌برداری از ۵۵ پروژه ورزشی تا خرداد ۱۴۰۳



روی با اشاره به مشارکت شهرداری تبریز در توسعه ورزش مدارس یادآور شد: علاوه بر تجهیز مدارس دولتی شهر به امکانات ورزشی، تلاش داریم برنامه‌های ورزشی خود را با محوریت مدارس و با هدف افزایش سلامتی دانش‌آموزان پیش ببریم.

موشیاری تأکید کرد: مساجد و مدارس شهر را در بطن اجرای برنامه‌های فرهنگی و ورزشی توسعه امری ورزش قرار داده‌ایم.


 سازمان آگهی‌های روثامه جامم
 ۴۹۱۰۵۰۰۰

daneshpayam.agahi@gmail.com