جام جم
۱۲ سبک زندگی
LIFE STYLE
دوشنبه ۲۸ فروردین ۱۴۰۲ شماره ۶۴۶۶

چگونه با کودکان بیش‌فعال رفتار کنیم؟

بیش‌فعالی مسأله‌ای که این روزها در کودکان با زندگی آپارتمان‌نشینی رو به شیوع است و حتی هنگام ورود به مدرسه می‌تواند آنها را با چالش‌هایی به‌ویژه در یادگیری دروس مواجه کند. طبق آمارها حدود یک دهم کودکان مبتلا به بیش‌فعالی هستند و اصلی‌ترین علائم آن می‌تواند ناتوانی در تمرکز کردن به‌ویژه برای یادگیری دروسی مانند ریاضی و دیکته، ناتوانی برای نشستن طولانی‌مدت در یکجا، ناتمام انجام دادن کارها و عدم توانایی برای آرام نشستن و بدون حرکت بودن است.

از آنجایی که بیش‌فعالی در دوران تحصیل به‌ویژه دوره ابتدایی می‌تواند کودک را با مشکلاتی مواجه کند از امسال طرح سنجش سلامت کودکان در بدو ورود کودکان به دبستان بیش‌فعالی و نقص توجه کودکان را رصد می‌کند تا در صورت نیاز اقدامات و راهکارهای لازم برای درمان تجویز شود.

آن‌گونه که روان‌شناسان معتقدند برای درمان بیش‌فعالی می‌توان از راهکارهای مختلف بدون تجویز دارو استفاده کرد که از جمله این راهکارها می‌توان به فعالیت بدنی کودک به مدت حداقل یک ساعت در روز، ورزش، محدودیت استفاده از موبایل و فضای مجازی اشاره کرد. ورزش‌هایی همچون کاراته، شنا و ورزش‌های با توپ برای این کودکان مناسب است.

همچنین برخی روان‌شناسان برای آرام کردن ذهن کودکان بیش‌فعال استفاده از موسیقی را تجویز می‌کنند.



یادداشت

فاطمه راستگو | روان‌شناس کودک و نوجوان

بازی، زندگی کودک است

روان‌شناسان این شعار را می‌دهند که زندگی بازی نیست اما بازی، زندگی کودک است، بنابراین باید نگاه‌مان را به بازی و اسباب‌بازی کودکان تغییر دهیم و به این باور برسیم که اسباب‌بازی بر رشد، تربیت و فرهنگ کودک تاثیرگذار است.

اسباب‌بازی‌ها به چند گروه وسایل مفید، مضر و خنثی تقسیم می‌شود و اسباب‌بازی‌های مضر متناسب با فرهنگ دینی کشور نیست و می‌تواند فرهنگ و پوشش غرب را ترویج کند بنابراین حتما باید به پیام اسباب‌بازی‌ها و عروسک‌ها دقت شود چراکه حتی نحوه پوشش و آرایش یک عروسک برای کودک پیام دارد. اگر در انتخاب اسباب‌بازی دقت شود از تبعات منفی که بر رشد و شخصیت کودک خواهد داشت جلوگیری می‌شود، در انتخاب اسباب‌بازی مناسب برای کودکان باید به این نکته توجه داشت که حتما اسباب‌بازی متناسب با سن کودکان باشد تا زمینه مناسبی برای افزایش توان یادگیری، استدلال و افزایش مهارت‌های کودک شود.

در انتخاب اسباب‌بازی باید به هویت فرهنگی و معیارهای حاکم بر جامعه توجه شود، برای نمونه وقتی کودک با عروسکی که شبیه مدل‌های اروپایی است بازی می‌کند، حس زیبایی‌شناختی او فعال شده و در مراحل مختلف رشد به‌صورت ناخودآگاه ظاهر عروسک برای او مجسم می‌شود و به‌دنبال شبیه کردن ظاهر خود با عروسک است و اگر این زیبایی به‌صورت برهنگی برای او معنا شود دیگر پوشش مناسب برایش کمرنگ خواهد شد. البته اسباب‌بازی‌های مفید در داخل کشور تولید می‌شود که جنبه‌های تربیتی بسیار مناسبی دارند و باعث تفکر و رشد تخیل کودک می‌شود که می‌توان به لوگو و رنگ‌آمیزی اشاره کرد. والدین باید دقت داشته باشند که جنبه ظاهری اسباب‌بازی‌های کودکان سرگرمی است اما جنبه اصلی آنها کمک به رشد کودک است بنابراین اسباب‌بازی باید به‌گونه‌ای باشد که ذهن کودک را درگیر کند و او را به سمت سازندگی سوق دهد و در کنار سرگرم کردن کودک، خلاقیت و تفکر او را رشد دهد، همچنین اسباب‌بازی باید نزدیک به واقعیت و فرهنگ جامعه باشد و توجه به این موضوع باعث می‌شود کودک از همان آغاز کودکی، ارزش‌های حاکم بر جامعه خود را شناخته و با آنها انس بگیرد.

اسباب‌بازی‌های کودکی و دنیای پنهان هویت

بازی و اسباب‌بازی در تربیت کودک و شکل‌گیری شخصیت او نقش بسیاری دارد

فاطمه امیرقهرمانی
گروه جامعه

انتخاب اسباب‌بازی برای کودکان اگرچه در ابتدای امر موضوعی ساده جلوه می‌کند اما اگر درباره تأثیر همین بازی‌ها و گاه اسباب‌بازی‌های ساده بر رشد شخصیت کودکان صحبت شود آنگاه اهمیت موضوع آشکار خواهد شد. کودکان و نوجوانان با این اسباب‌بازی‌ها همذات‌پنداری و زندگی می‌کنند و گاه حتی از آنها الگو می‌گیرند به‌همین دلیل اگر شخصیت‌های خارجی به شکل اسباب‌بازی همبازی کودکان شوند، همین وسایل به‌ظاهر ساده می‌توانند دوستان صمیمی کودکان شوند و رویای بزرگ‌شدن همانند آنها را رقم می‌زنند و زندگی با اسباب‌بازی‌ها، دنیای کودکانه آنها را می‌سازد و گاه کودک به‌دنبال شباهت ظاهر خود به همبازی‌های محبوبش است. حتی ممکن است از مادر بخواهد تا مدل لباس و موهایش را به عروسکش شبیه کند.

نقش اسباب‌بازی در رشد شخصیت

کودکان نه‌تنها با اسباب‌بازی و عروسک‌های خود بازی می‌کنند بلکه با آنها دوست شده و زندگی می‌کنند به‌همین دلیل انتخاب اسباب‌بازی‌های مناسب اهمیت بسیاری دارد و حتی می‌تواند به تکامل شخصیت کودکان و رشد خلاقیت آنها کمک کند حتی به اعتقاد روان‌شناسان کم‌توجهی به انتخاب اسباب‌بازی یا انتخاب اسباب‌بازی‌های خشن و نامناسب با سن کودکان می‌تواند روی نحوه رفتار و شخصیت آنها در آینده تأثیر بگذارد. به‌همین دلیل روان‌شناسان کودک تاکید دارند با قراردادن اسباب‌بازی‌های مناسب در اختیار کودکان به آنها کمک کنید تا شخصیت‌شان به بهترین حالت ممکن شکل بگیرد.

بررسی‌ها حکایت از آن دارد که شخصیت کودک از طریق اسباب‌بازی‌های دوران کودکی شکل می‌گیرد. به‌عنوان مثال تصور کنید دختر خردسالی که همبازی‌های کودکی‌اش، شخصیت‌های غربی در قالب اسباب‌بازی هستند و او دائم در دنیای کودکانه خود آرزو می‌کند که چهره‌اش، مدل مو و لباسش همانند عروسکش باشد و این ذهنیت در کودک شکل می‌گیرد که نوع لباس پوشیدنش می‌تواند همانند عروسکش باشد درحالی‌که فرهنگ حاکم بر جامعه ایرانی نوع دیگری از سبک زندگی را توصیه می‌کند و از همین نقطه تفاوت و تضادها آغاز می‌شود.

تربیت مذهبی کودکان یکی از جنبه‌های تربیتی آنها در مراحل رشد است که می‌تواند از طریق بازی‌ها و اسباب‌بازی‌های مناسب سن کودک محقق شود.

از تضاد فرهنگی غافل نباشید

فرشته روح‌افزا، مدیر طرح و برنامه و تدوین و سیاست‌گذاری شورای عالی فرهنگی ـ اجتماعی زنان و خانواده با تأکید بر نقش اسباب‌بازی در تربیت کودک، رشد و شکل‌گیری شخصیت او به جام‌جم می‌گوید: «محیط اطراف کودک و تمام مسائلی که مشاهده می‌کند در یادگیری و فعال‌شدن ذهن او نقش بسزایی دارد و یکی از مسائل بسیار مهم در تربیت، اسباب‌بازی و نوشت‌افزار است که کودکان از سنین یک یا دوسالگی با این ابزار در ارتباط هستند.» بسیاری از روان‌شناسان بر روان‌شناسی بازی‌ها و ابزارهایی که کودکان از آن استفاده می‌کنند تأکید دارند و از این رو معتقدند که نمی‌توان نسبت به انتخاب اسباب‌بازی کودکان بی‌توجه بود.

روح‌افزا در این‌باره عنوان می‌کند: «روان‌شناسی اسباب‌بازی مورد استفاده کودکان بسیار مهم است چراکه کودک ارتباط روحی و عاطفی با اسباب‌بازی خود برقرار می‌کند و انتخاب نوع بازی و اسباب‌بازی در روح و روان کودکان تأثیرگذار است. به‌عنوان مثال در قالب بازی می‌توان نظم و خلاقیت را به کودک آموزش داد.»

نکته مهم اما مغفول دیگری که اغلب خانواده‌ها نسبت به آن توجهی ندارند، مسائل فرهنگی در انتخاب اسباب‌بازی است چراکه عروسک‌های با پوشش نامناسب یا قهرمان‌های داستان‌های غربی کودک را دچار تضاد بین فرهنگ بیگانه با فرهنگ خودی می‌کند.



تأثیر پنهان اسباب‌بازی در نوع پوشش کودک

مدیر طرح و برنامه و تدوین و سیاست‌گذاری شورای عالی فرهنگی ـ اجتماعی زنان و خانواده دراین‌باره می‌گوید: «اگر نوع پوشش و ظاهر اسباب‌بازی یا عروسک، ذهن کودک را به سمت مدل‌هایی ببرد که مناسب با فرهنگ ایران نباشد برای کودک تضاد ایجاد می‌شود بنابراین در چند سال آینده اگر به کودک بگوییم حجاب خود را حفظ کن یا پوشش مناسب داشته‌باش، برایش باورپذیر نخواهد بود.»

مدت‌هاست که به‌دلیل زندگی شهرنشینی بازی‌های انفرادی جایگزین بازی‌های جمعی کودکان شده است و اغلب آنها با اسباب‌بازی‌های خود سرگرم هستند. به‌همین دلیل انتخاب اسباب‌بازی مناسب برای کودک بیش از گذشته اهمیت دارد و باید توجه داشت ابزار و وسایلی که کودک با آن بازی می‌کند به اندازه دوستان واقعی او اهمیت دارند و در تربیت تأثیرگذار هستند. روح‌افزا دراین‌باره بیان می‌کند: «مشکل اسباب‌بازی‌ها در کشور این است که وارداتی بوده و خانواده‌ها به نوع، رنگ و علائم آن توجهی ندارند درحالی‌که خرید برخی اسباب‌بازی‌ها می‌تواند سلایق و گرایش کودک را تغییر دهد. از سوی دیگر بسیاری از لوازم و اسباب‌بازی‌های تولیدشده در خارج از کشور به ایران وارد می‌شوند اما غافل از این هستیم که نوع اسباب‌بازی می‌تواند در آموزش کودک تأثیر غیرمستقیم داشته باشد و با اسباب‌بازی می‌توان به شکل غیرمستقیم کودک را تربیت کرد و این نوع از تربیت می‌تواند بسیار پایدارتر از صحبت مستقیم باشد.»

روح‌افزا به خانواده‌ها توصیه می‌کند: «الزاما به دنبال اسباب‌بازی‌های گران‌قیمت نباشند بلکه در انتخاب ابزار بازی کودک به ابعاد روان‌شناسی و تربیتی متمرکز شوند و دقت داشته باشند که جامعه ایران بر پایه فرهنگ مذهبی است و اسباب‌بازی‌هایی با فرهنگ غرب نمی‌تواند گزینه مناسبی برای کودکان باشد.»

تبعات بازی‌های آنلاین در خشونت کودکان

او به بازی‌های فضای مجازی اشاره‌ای می‌کند و می‌گوید: «بازی‌های فضای مجازی هم در تربیت کودک بسیار تأثیر دارد و نباید از این موضوع غافل بود. متأسفانه برخی والدین برای راحت کردن خود، موبایل را به کودک می‌دهند و او ساعت‌ها با این وسیله سرگرم می‌شود یا نوجوانانی که مدت‌زمان طولانی در اتاق خود سرگرم بازی‌های رایانه‌ای می‌شوند اما خانواده از تبعات منفی این بازی‌ها که عمدتا هم همراه با خشونت است، غافل است.» با وجود آن‌که بازی و اسباب‌بازی در پرورش روانی و تقویت روحیه اجتماعی کودکان نقش بسیاری دارد درصورتی‌که با ارزش‌های فرهنگی و اصول روان‌شناسی سازگار نباشد، نتیجه مطلوب به دست نمی‌آید و گاه ممکن است دوگانگی بین فرهنگ خود و بیگانه شکل بگیرد.

طراح: بیژن گورانی

جدول ۶۴۴۵

جدول عادی

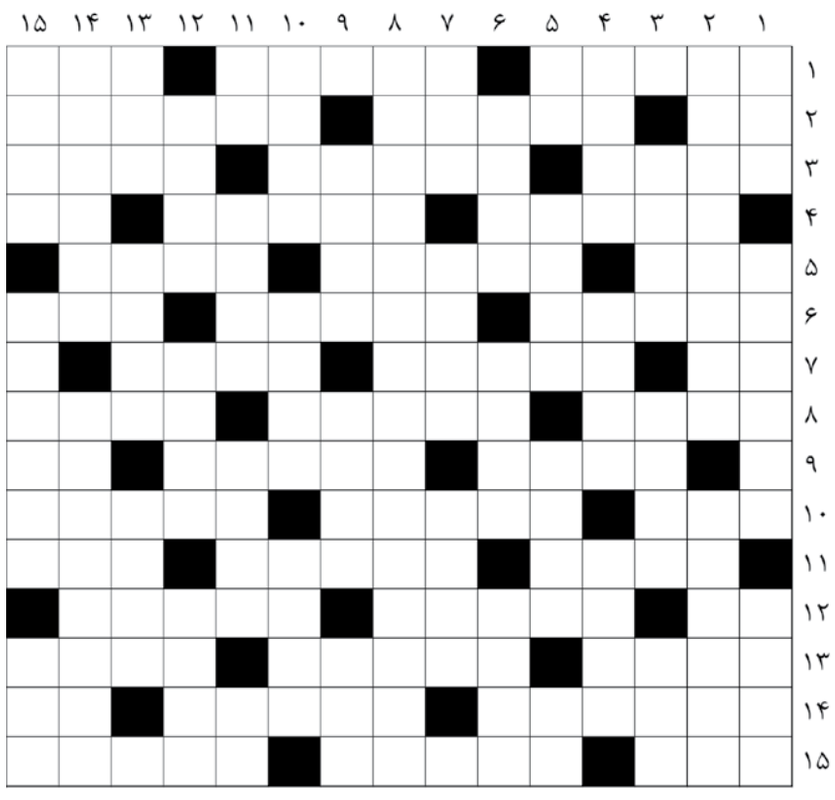
افقی: ۱) میل به غذا- ثابت‌شده با دلیل- لیکن ۲) کتف- شنیده‌شده- ورزش تایلندی ۳) تیمارگر اسب- پیش‌غذا- نان خردشده در آبگوشت ۴) بی‌سر و صدا- حماقت- صدای زنبور ۵) فهرست غذای رستوران- مدفن امیرکبیر- خشمگین ۶) خداحافظی- دادگستری قدیم- بزرگ‌ترین دریاچه جهان ۷) غذای بیمار- علم اعداد- کلمه‌ای پرسشی ۸) اصلاح عکس پس از ظهور- هنر قرن بیستم- طناز ۹) تأیید خارجی- از محلات شمال تهران- ضمیر جمع ۱۰) دریدن- ناگزیر- خردها ۱۱) دلداده شیرین- در حال نالیدن- جمله قرآنی ۱۲) عید ویتنام- ناطق- دچار ۱۳) افسار- عبادتگاه مسیحیان- قصد ۱۴) خراج- میمون آدم‌نما- خلوت... نیست جای صحبت اضداد ۱۵) مجموعه سلول‌های مغز- مهم‌بودن- مشرف به موت.

عمودی: ۱) ترشرویی- شهرستانی در استان اصفهان- شاگردی‌کردن ۲) از ییلاقات بخش لاریجان شهرستان آمل- محل جلوس پادشاه ۳) بی‌باکی- براق‌کننده کفش- نوعی آچار ۴) متقارب- آلیاژی از مس و نیکل و روی- مناسب تشریفات ۵) شالوده- گدایی- تکه‌گل خشک‌شده- یازده ۶) چیره‌دست- قاره پهناور- سخن کوتاه و پرمعنا ۷) دانه‌کش بی‌آزار- برخی- نهضت میرزاکوچک‌خان ۸) کتاب مرزبان‌نامه را از زبان طبری به فارسی دری بازگرداند ۹) مایه دردسر- نوعی پارچه با الیاف طبیعی- بدون استحکام ۱۰) پهلوان افسانه‌ای آذری- آحاد- آرامش ۱۱) نوعی حلوا- مرغ سلیمان- سمت و سو- R ۱۲) پدرمرده- کشف رازی- دریغ و اندوه ۱۳) داروی بیهوشی- عبوس- اندام شنای ماهی ۱۴) نوعی سس سالاد- نشان دادن ۱۵) بیماری ویروسی که سیستم دفاعی بدن را مختل می‌کند- همسر زال- به رنگ سرخ روشن.

جدول ویژه

افقی: ۱) کتاب مشهور شیخ بهایی- پیشخدمت رستوران- از الفبای فارسی ۲) E- دندان‌های نیش- دوسویه ۳) نوعی پارچه لطیف- سردار دلیر اشکانی- گردهمایی کوتاه مدت و شبانه‌روزی ۴) کفش ورزشی- حقیقی و راستین- نشانه مصدر جعلی ۵) فرشته- گاری- از بحور شعر ۶) نوعی بیماری گیاهی قارچی- سگ فضانورد شوروی- خواری و خفت ۷) بدن- کتابی تألیف شیخ مرتضی انصاری- مسیر یک جرم آسمانی ۸) بزرگ‌ترین هرم از اهرام ثلاثه مصر- گفتاری- کلفت و ضخیم ۹) کرم خورده- وابستگی- صدمه ۱۰) تیز و برنده- پیچ و خم‌های واقع در مسیر رود- افراطی ۱۱) خسته و درمانده- دوره‌ها- گاوایدار تبت ۱۲) درخت انگور- قریه- از چهره‌های سرشناس سینمای کمدی جهان ۱۳) اکنون- عتاب- دیسک فشرده ۱۴) فراوان- وسیله توزین- یازده ۱۵) حرف نوروزی- لوله لاستیکی قابل انعطاف- حرامی.

عمودی: ۱) آرزو- اجابت‌شده- زندان ۲) صاحب کتاب اصول کافی- بی‌آبرویی ۳) بالش- از فروع دین- از طوایف قشقایی ۴) بلندمرتبه- صدای خنده بلند- هر چیز سبک‌وزن ۵) نفی عرب- فرومایه- چوبدستی ساربان- غذای رقیق ۶) آسان- فتنه- منقضی ۷) حیوانی که به آن زکات تعلق می‌گیرد- همدم- تیغ موکت‌بری ۸) کنایه از موافقت نکردن است ۹) بازدارنده- دین رایج در هند- قلعه مستحکم ۱۰) چاشنی کباب- اسب سرخ- درس نگارشی ۱۱) الفبای گوشنواز- ستون- از وسایل حمل و نقل درونشهری- طلا ۱۲) پیشوا- سهل و ساده- بدنام ۱۳) به عمل برآید- منزل آذری- بدون برنامه‌ریزی ۱۴) سرد و گرم‌چشیده- فنی در کشتی ۱۵) قدیمی‌ترین سازی که باستان‌شناسان یافته‌اند- خشخاش- سخنان بیمار تب‌دار.



حل جدول عادی ۶۴۴۴

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

حل جدول ویژه ۶۴۴۴

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

آگهی تجدید مناقصه عمومی (دو مرحله‌ای)
نوبت اول
شماره مناقصه: RKS-0131484-KM/S-06
شرح کالای مناقصه خرید: ورق آلومینیوم عایق کاری
شرکت پالایش نفت کرمانشاه (سهامی خاص)

شرکت پالایش نفت کرمانشاه در نظر دارد، ۱ قلم کالای تقاضا را با مشخصات و شرایط کلی مندرج در اسناد مناقصه مذکور خریداری نماید.
۱ نام و نشانی مناقصه گزار: شرکت پالایش نفت کرمانشاه واقع در بلوار شهید دکتر بهشتی، مقابل پارک شاهد، مدیریت بازرگانی
تلفن: ۳۱۴۹۷۶۰۶ و ۳۱۴۹۷۵۹۵-۰۸۳ و فاکس ۳۱۴۹۷۵۹۶-۰۸۳
۲ نوع، کمیت و کیفیت کالا: شرح کامل آن در آدرس اینترنتی www.korc.ir قید شده است.
۳ نوع و مبلغ تضمین: ضمانتنامه معتبر بانکی به مبلغ ۲۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال یا واریز وجه نقد به شماره حساب (شبا) IR950180000000001828054658 این شرکت نزد بانک تجارت شعبه نفت
۴ محل، زمان و مهلت دریافت اسناد: مدیریت بازرگانی، ۲۰ روز بعد از چاپ آگهی نوبت دوم تاریخ: ۱۴۰۲/۰۲/۲۴
۵ زمان گشایش پیشنهاد فنی: تاریخ ۱۴۰۲/۰۲/۲۸ و زمان گشایش پاکت مالی حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۲/۰۴/۰۱ می‌باشد.
۶ شرکت پالایش نفت کرمانشاه این حق را برای خود محفوظ می‌دارد، در رد تمام یا تعدادی از پیشنهادات بدون ذکر علت مختار است.
روابط عمومی و امور بین‌الملل

آگهی مناقصه عمومی
دو مرحله‌ای (نوبت دوم)
FARADAST ENERGY FALAT CO. شرکت فرادست انرژی فلات
۱ نام و نشانی دستگاه مناقصه گزار: شرکت فرادست انرژی فلات
به نشانی: تهران، میدان صنعت، بلوار پاک نژاد، بلوار دادمان، خیابان شفق کوچه آفتاب، پلاک ۲، ساختمان توحید، طبقه ۱
۲ موضوع: مناقصه Junction Boxes and Cable Glands مربوط به پروژه NGL3200
۳ زمان، مهلت و نشانی دریافت اسناد:
۱-۳- متقاضیان می‌بایست جهت دریافت اسناد مناقصه با ایمیل Tenderaffairs@fefalat.com مکاتبه نمایند.
(در متن ایمیل حتما موضوع و پروژه ذکر گردد.)
۴ هزینه خرید اسناد معادل ۵،۰۰۰،۰۰۰ ریال است که می‌بایست به شماره حساب ۳۶۰۰۰۵۲۴۰ نزد بانک تجارت شعبه هرمزان کد ۱۸۰۳۳۸۰ به‌نام شرکت فرادست انرژی فلات واریز و رسید بانکی واریز وجه تحویل دستگاه مناقصه گزار گردد.
۵ محل تحویل اسناد شرکت کنندگان در مناقصه:
شرکت کنندگان می‌توانند اسناد شرکت در مناقصه خود را در وقت مقرر به معاونت امور حقوقی و قراردادهای شرکت تحویل نمایند.
۶ ارائه ضمانت‌نامه بانکی شرکت در مناقصه برای شرکت در مناقصه الزامی است.
۷ سایر اطلاعات و جزئیات مربوطه در اسناد مناقصه مندرج است.
۸ هزینه آگهی بر عهده برنده مناقصه می‌باشد.

آگهی مناقصه عمومی
دو مرحله‌ای (نوبت دوم)
FARADAST ENERGY FALAT CO. شرکت فرادست انرژی فلات
۱ نام و نشانی دستگاه مناقصه گزار: شرکت فرادست انرژی فلات
به نشانی: تهران، میدان صنعت، بلوار پاک نژاد، بلوار دادمان، خیابان شفق کوچه آفتاب، پلاک ۲، ساختمان توحید، طبقه ۱
۲ موضوع: مناقصه Variable Frequency Drive (VFD) Panel مربوط به پروژه NGL3200
۳ زمان، مهلت و نشانی دریافت اسناد:
۱-۳- متقاضیان می‌بایست جهت دریافت اسناد مناقصه با ایمیل Tenderaffairs@fefalat.com مکاتبه نمایند.
(در متن ایمیل حتما موضوع و پروژه ذکر گردد.)
۴ هزینه خرید اسناد معادل ۵،۰۰۰،۰۰۰ ریال است که می‌بایست به شماره حساب ۳۶۰۰۰۵۲۴۰ نزد بانک تجارت شعبه هرمزان کد ۱۸۰۳۳۸۰ به‌نام شرکت فرادست انرژی فلات واریز و رسید بانکی واریز وجه تحویل دستگاه مناقصه گزار گردد.
۵ محل تحویل اسناد شرکت کنندگان در مناقصه:
شرکت کنندگان می‌توانند اسناد شرکت در مناقصه خود را در وقت مقرر به معاونت امور حقوقی و قراردادهای شرکت تحویل نمایند.
۶ ارائه ضمانت‌نامه بانکی شرکت در مناقصه برای شرکت در مناقصه الزامی است.
۷ سایر اطلاعات و جزئیات مربوطه در اسناد مناقصه مندرج است.
۸ هزینه آگهی بر عهده برنده مناقصه می‌باشد.


جدیدترین اخبار ایران و جهان در جام جم آنلاین
ورزشی، سیاسی، اجتماعی، اقتصادی و حوادث
jamejamdaily.ir
jamejamonline.ir
آنلاین بخوانید، آنلاین دیده شوید
جام جم آنلاین
instagram.com/jamejam.news
https://t.me/JamejamDaily
https://rubika.ir/JamejamDaily
http://twitter.com/jamejamCPI