روزنامه فرهنگی، اجتماعی صبح ایران ■ صاحب امتیاز: سازمان صدا و سیمای جمهوری اسلامی ایران ■ مدیر مسئول: مهدی گیوه‌کی

شنبه ۲۴ دی ۱۴۰۱ | ۲۱ جمادی‌الثانی ۱۴۴۴ | ۲۰ صفحه | سال بیست‌وسوم - شماره ۶۴۰۶ | Saturday - Jan 14 , 2023

■ تهران، بلوار میرداماد، جنب مسجد الغدیر، شماره ۱۲۹ ■ تلفن: ۰۲۱-۲۳۰۰۴۰۰۰
■ دورنگار تحریریه: ۲۳۰۰۴۴۳۳ ■ سازمان توزیع: ۶۱۹۳۳۱۱۵ ■ کدپستی: ۱۹۱۱۶۱۸۴۱۳
■ امور مشترکین: ۶۱۹۳۳۱۱۵ ■ سازمان آگهی‌ها: ۴۹۱۰۵۰۰۰ ■ شماره پیامک: ۳۰۰۰۱۱۲۴۰
■ تلفن گویا: ۲۳۰۰۴۴۴۴ ■ چاپ: چاپخانه روزنامه جام جم
■ شاپا: ISSN1735-3637 ■ پایگاه اطلاع‌رسانی روزنامه: www.jamejamdaily.ir
■ پست الکترونیکی: info@jamejamdaily.ir

حکمت

امام باقر (ع)

هیچ نعمتی چون عافیت نیست و هیچ عافیتی چون یاوری توفیق

تحف العقول

نکته روز

غذا، فقط غذا نیست

غذا می‌تواند بر نوع رفتار ما تاثیر بگذارد

غذا نشان‌دهنده بسیاری از خرده‌رفتارهای ما هم محسوب می‌شود. ارتباط سرراستی به سلامت و حتی اندازه عمر ما دارد و آن‌طور که حالا مشخص شده حتی می‌تواند در نوع رفتار ما هم تاثیرات غیرقابل انکاری بگذارد. به‌تازگی محققان دانشگاه متروپولیتن اوساکا اعلام کردند غذا بر رفتار افراد تاثیر می‌گذارد، حتی اگر افراد از آن آگاه نباشند. کنترل غذای دریافتی شما می‌تواند حتی سخت‌تر از آن چیزی باشد که فکر می‌کنید. مطالعه دانشمندان این دانشگاه نشان داده است نشانه‌های غذایی بصری می‌تواند بر رفتار غذایی شما تأثیر بگذارد، حتی زمانی که از آنها آگاه نباشید. چاقی یکی از شرایط پاتولوژیک مهمی است که سبب ایجاد بیماری‌های مرتبط با سبک زندگی می‌شود و شناخته شده است که با سکته قلبی، سکته مغزی و سرطان زایی مرتبط است. رویکردهای تنظیم رفتار غذایی به‌طور گسترده برای کنترل چاقی استفاده می‌شود اما گزارش شده که حدود نیمی از کسانی که رژیم‌های غذایی دریافت می‌کنند در عرض پنج سال مجدد به وزن اولیه خود باز می‌گردند. برای توضیح اثربخشی محدود چنین رژیم‌هایی، یک فرضیه پیشنهاد می‌کند که نه‌فقط فرآیندهای عصبی آگاهانه، بلکه فرآیندهای عصبی ناخودآگاه نیز نقش مهمی در کنترل رفتار خوردن دارند. با این حال، هیچ مطالعه‌ای وجود نداشته که به‌طور مستقیم اعتبار این فرضیه را در سطح فعالیت عصبی بررسی کند.

نتایج مطالعه این تیم تحقیقاتی به رهبری پروفسور تاکاهیرو یوشیکاوا از دانشکده پزشکی دانشگاه متروپولیتن اوساکا نشان داده که در شکنج پیشانی، ناحیه‌ای از لوب پیشانی مغز که رفتار خوردن را کنترل می‌کند، فعالیت عصبی در پاسخ به محرک‌های غذایی بصری و تصاویر غذا، بسته به این‌که آن تصاویر آگاهانه یا ناخودآگاه ارائه شوند، متفاوت است. نتایج نشان می‌دهد رفتار خوردن را نمی‌توان بدون در نظر گرفتن فرآیندهای عصبی ناخودآگاه و آگاهانه درک کرد. پروفسور یوشیکاوا می‌گوید، اگر بتوانیم در تحقیقات آینده در مورد چگونگی کنترل رفتار خوردن توسط فرآیندهای عصبی ناخودآگاه اطلاعات بیشتری کسب کنیم، می‌توانیم این درک را با دانش فعلی خود از فرآیندهای عصبی خودآگاه ترکیب کرده تا به‌طور بالقوه روش‌های مؤثرتری برای تنظیم رفتار خوردن ایجاد کنیم.

نیاز به تغییر بنیادین در سبک زندگی

آیا جامعه ایرانی اساسا یک جامعه مصرف‌گراست؟

بحث بر سر رکوردشکنی روزانه مصرف گاز در ایران بالاست. موضوعی که حتی در کنایه‌های پرتکرار کاربران فضای مجازی هم حالا دیده می‌شود. یک مبارزه خاموش در جریان است که یک سوی آن داده‌های آماری در رابطه با رکوردشکنی مصرف انرژی در ایران نشسته و سوی دیگرش پدیده عجیب خودتحقیری قرار دارد. این‌که مدام وضعیت کنونی با کشورهای دیگر مقایسه و از این قیاس نتیجه ناکارآمدی وضعیت موجود به رخ کشیده می‌شود. در وادی خودتحقیری بحث بسیار است. در واکاوی خلق و خوی ایرانیان در طول تاریخ هم می‌توان سرنخ‌های پررنگی از این وضعیت به چشم دید. به این معنا که از دیرباز تاکنون همیشه برای ما مرغ همسایه غاز بوده و چشم‌مان به پیشرفت‌های آشکار بسته بوده است. نمونه‌های بی‌شمار این وضعیت آن‌قدر زیاد است که حتی فهرست مصادیق آن در طول چند سال گذشته هم سیاهه بلندبالایی را می‌سازد. برای یافتن چرایی این وضعیت حتما که نیاز به پژوهش‌های متقنی وجود دارد. این موضوع آن‌قدر آشکار بوده که حتی بارها از زبان رهبر معظم انقلاب باعنوان لزوم تبیین هشدار داده شده است، این‌که نیاز به توضیح و تبیین کارکردهایی داریم که دشمنان عامدانه سعی دارند آن را روبه‌روی جامعه ایرانی پنهان کنند. اما سوی دیگر این قصه به‌ویژه در روزهای کنونی، مصرف انرژی است. رسانه‌ها در موج سرمای اخیر از آن با عنوان هشدار گازی یاد کرده‌اند و مسئولان هم مدام با انتشار داده‌های خام این مصرف بالای انرژی را به شهروندان هشدار می‌دهند. تازه‌ترین آن، اظهارنظر دیروز محمد چنگی، مدیرعامل شرکت ملی گاز ایران که گفته است رکورد مصرف گاز به مرز ۷۰۰ میلیون مترمکعب رسیده و این به معنای افزایشی ۲۷ درصدی نسبت به سال گذشته است. آن‌طور که پیش از این هم گفته شده سهم بخش خانگی از این میزان مصرف بیش از ۷۰ درصد است و همین موضوع نشان از اهمیت بالای مدیریت بهینه مصرف دارد. راهکاری که ریشه‌اش در امر فرهنگی است؛ این‌که بدانیم فقط با کمی صرفه‌جویی معمول می‌توانیم از این میزان مصرف به شکل چشمگیری بکاهیم. این موضوع اما یک نکته مهم را باز یادآوری می‌کند، این‌که اساسا جامعه ایرانی یک جامعه مصرف‌گراست؟ دیدگاه ما به مصرف انرژی اساسا نگاهی برآمده از انباشت آن است، یعنی تصوری وجود دارد که چون منابع انرژی این سرزمین فراوان است پس در مصرف آن محدودیتی وجود ندارد. شاید روایت‌های بسیاری از سبک زندگی افرادی را شنیده باشیم که با وجود روشن بودن وسایل گرمایشی بسیار در منزل، لباس مناسب این فصل را به تن ندارند یا پنجره‌های خانه برای تعویض هوا باز و بسته می‌شود و به‌نوعی به هدررفت انرژی می‌انجامد که به باور آنها زیاد است و در نگاه مسئولان هشدارآمیز.

قصه مصرف انرژی یک ماجرای فرهنگی است، یک تغییر بنیادین در وضع سبک زندگی جامعه، نه نیازی به افزایش قیمت گاز است، نه با هشدار، گلایه و کنایه درست می‌شود و نه حتی با سهمیه‌بندی و.... این موضوع حالا در ارتباط با مصرف گاز دیده می‌شود اما می‌دانیم همین موضوع در تابستان‌ها در مصرف برق و در طول سال با وضعیت منابع آبی تکرار می‌شود. آنچه این نکته را مهم کرده این است که بدانیم باید این فرهنگ را به‌نوعی در باور جامعه ایرانی تزریق کنیم.

امروز در تاریخ

- سالروز عملیات کربلای ۶/ ۱۳۶۵
- سالمرگ محمد قاضی، مترجم/ ۱۳۷۶
- سالمرگ احمد تفضلی، ایران‌شناس/ ۱۳۷۵

واحه

تو که امروز نگاهت به نگاهی نگران است
باش فردا، که دلت با دگران است

فریدون مشیری

اوقات شرعی

اذان ظهر: ۱۲:۱۳	غروب آفتاب: ۱۷:۱۳
اذان مغرب: ۱۷:۳۳	نیمه‌شب شرعی: ۲۳:۲۹
اذان صبح (فردا): ۵:۴۵	طلوع خورشید (فردا): ۷:۱۴

پیشخوان

عزرائیل

کتاب «عزرائیل» با عنوان دوم کهنه‌سرباز نوشته نیما اکبرخانی را انتشارات کتابستان معرفت منتشر کرده؛ کتابی که روایت جذاب و درگیرکننده‌ای دارد و همین است که حالا جزو نامزدهای نهایی بخش رمان جایزه جلال هم قرار گرفته. روایت حمیدرضا هدایتی که سرگرد سازمان حفاظت اطلاعات ارتش جمهوری اسلامی ایران است از یک‌سو و علی علیزاده، قاتلی مرموز که رد پایش همه جا دیده می‌شود اما هیچ راهی برای اثبات آن و یافتنش نیست. این دو بی‌آن‌که بخواهند درگیر مبارزه‌ای بزرگ می‌شوند که جغرافیایش تهران در شرق تا نیکوزیای قبرس در غرب است.

داستان عزرائیل از ماجرای قتل یک گروه موادمخدر در تهران و چند سرباز نیروی قدس سپاه در دوحه شروع می‌شود و با یک ماجرای هیجانی به ترکیه و شمال سوریه می‌رود.

رمان نیما اکبرخانی فقط محدود به اتفاقات هیجان‌انگیز نمی‌شود. او سراغ پشت‌پرده اتفاقات مهمی می‌رود. کهنه سرباز نقبی به اتفاقات ۴۰ سال گذشته ایران هم می‌زند و داستان را به گروهک تروریستی منافقین و سال‌های جنگ می‌کشاند.

نوبت دوم

آگهی فراخوان مناقصه عمومی (دو مرحله‌ای)

شرکت نفت سپاهان در نظر دارد خدمات مورد نیاز خود را از طریق برگزاری مناقصه عمومی تأمین نماید.
شماره مناقصات: ۱۲۰-۱۴۰۱/ش ن س
شرح مناقصه: طراحی و ساخت Ladder & Platform مخازن تحت فشار پروژه FRW پالایشگاه نفت سپاهان واقع در اصفهان
جهت سایر اطلاعات و دریافت اسناد مناقصه از روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۱۰/۲۱ لغایت چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۱۱/۰۵ به سایت شرکت نفت سپاهان به آدرس www.sepahanoil.com قسمت مناقصه - مزایده مراجعه گردد.

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی و مجمع عمومی فوق العاده
شرکت چارگامه با مسئولیت محدود
به شماره ثبت ۲۰۹۱۸ و شناسه ملی ۱۰۱۰۰۶۶۴۶۵۱ (نوبت اول)

بدینوسیله از کلیه اعضاء و شرکاء محترم شرکت دعوت می‌شود تا در جلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده و مجمع عمومی عادی این شرکت که در تاریخ ۱۴۰۱/۱۱/۰۶ راس ساعت ۱۶ الی ۱۷:۳۰ در محل نشانی: تهران، یوسف‌آباد میدان سلماس، ابتدای خیابان فتحی شقاقی، پلاک ۱۰۷ ، واحد ۲ نیم طبقه اول برگزار می‌شود، حضور بهم رسانند.
دستور جلسه :
۱- تصمیم‌گیری در خصوص تغییرات اساسنامه نسبت به تعیین اعضای هیات‌مدیره جدید شرکت
۲- تصمیم‌گیری در خصوص تغییر نحوه امضای اسناد، اوراق و قراردادهای تعهدآور
۳- اتخاذ تصمیم در خصوص نحوه اقامه دعوی و تعیین وکیل دادگستری و حق‌الزحمه جهت استیفای حقوق از دست رفته شرکت
یادآور می‌شود اعضاء می‌توانند رأسا و یا توسط وکیل خود در جلسه حضور یابند.
● بدیهی است وکالتنامه می‌بایست دارای شرایط لازم قانونی باشد.
وکیل رسمی و قانونی شرکاء شرکت - شکوفه طیب لی

نوبت دوم

تجدید مناقصه عمومی

شرکت پتروشیمی بوعلی سینا (سهامی عام)

شرکت پتروشیمی بوعلی سینا در نظر دارد تامین قطعات 'NEUMAN&ESSER' در خواست‌های شماره KBS-0042402 و KBS-0042403 مجتمع خود را واقع در ماهشهر، منطقه ویژه اقتصادی پتروشیمی بندر امام خمینی سایت ۴ از طریق مناقصه عمومی دو مرحله‌ای به اشخاص توانمند و واجد شرایط در این زمینه واگذار نماید.
۱ مهلت دریافت اسناد مناقصه: ۱۰ روز پس از انتشار نوبت دوم آگهی به نشانی مندرج در بند ۵
۲ آخرین مهلت تسلیم پاکت‌های مناقصه (الف، ب، ج): ۱۰ روز پس از خاتمه مهلت دریافت اسناد مناقصه به نشانی مندرج در بند ۵
۳ مبلغ تضمین شرکت در مناقصه: ۵،۲۰۳،۴۸۸،۸۴۹ (پنج میلیارد و دویست و سه میلیون و چهارصد و هشتاد و هشت هزار و هشتصد و چهل و نه) ریال به‌صورت ضمانتنامه بانکی معتبر یا سپرده نقدی در وجه شرکت پتروشیمی بوعلی سینا می‌باشد.
۴ زمان گشایش پاکت‌های مناقصه: زمان گشایش یک هفته بعد از ارزیابی فنی پیشنهادها می‌باشد.
۵ متقاضیان برای کسب اطلاعات بیشتر و دریافت اسناد مناقصه بعد از انتشار آگهی نوبت دوم به نشانی سایت اینترنتی شرکت پتروشیمی بوعلی سینا به نشانی WWW.BSPC.IR مراجعه نمایند.
روابط عمومی شرکت پتروشیمی بوعلی سینا

نوبت دوم

تجدید مناقصه عمومی

شرکت پتروشیمی بوعلی سینا (سهامی عام)

شرکت پتروشیمی بوعلی سینا در نظر دارد تامین الکتروموتور RU مورد نیاز مجتمع خود را واقع در ماهشهر منطقه ویژه اقتصادی پتروشیمی بندر امام خمینی سایت ۴ از طریق مناقصه عمومی دو مرحله‌ای به اشخاص توانمند و واجد شرایط در این زمینه واگذار نماید.
۱ مهلت دریافت اسناد مناقصه: ۱۰ روز پس از انتشار نوبت دوم آگهی به نشانی مندرج در بند ۵
۲ آخرین مهلت تسلیم پاکت‌های مناقصه (الف، ب، ج): ۱۰ روز پس از خاتمه مهلت دریافت اسناد مناقصه به نشانی مندرج در بند ۵
۳ مبلغ تضمین شرکت در مناقصه: ۲،۱۰۲،۳۲۴،۶۰۰ (دو میلیارد و یکصد و دو میلیون و سیصد و بیست و چهار هزار و ششصد) ریال به صورت ضمانت‌نامه بانکی معتبر یا سپرده نقدی در وجه شرکت پتروشیمی بوعلی سینا می‌باشد.
۴ زمان گشایش پاکت‌های مناقصه: زمان گشایش یک هفته بعد از ارزیابی فنی پیشنهادها می‌باشد.
۵ متقاضیان برای کسب اطلاعات بیشتر و دریافت اسناد مناقصه بعد از انتشار آگهی نوبت دوم به نشانی سایت اینترنتی شرکت پتروشیمی بوعلی سینا به نشانی WWW.BSPC.IR مراجعه نمایند.
روابط عمومی شرکت پتروشیمی بوعلی سینا

آگهی تمدید مناقصه عمومی
شماره ۱۰۷۳۲۳

شرکت فولاد نیرو غدیر
NEYRIZ GHADIR STEEL COMPANY
(NGHSCO)

شرکت فولاد غدیر نی‌ریز (سهامی خاص) با شماره ثبت ۱۳۰۰ پیرو برگزاری مناقصه با موضوع خرید و تحویل الکترودهای گرافیتی کوره قوس و پاتیلی کارخانه فولادسازی اعلان می‌دارد این آگهی تا پایان وقت اداری روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۱/۱۱/۰۹ تمدید گردیده است.
◄ محل تحویل پاکت‌ها:
۱ دبیرخانه کمیسیون معاملات شرکت فولاد غدیر نی‌ریز به آدرس: تهران، خیابان بخارست کوچه چهاردهم غربی، پلاک ۱۷، کدپستی ۱۵۱۴۸۱۹۷۱۱، دبیر کمیسیون معاملات، تلفن ۰۲۱-۸۸۷۵۴۳۰۵
۲ دبیرخانه قراردادها واقع در محل مجتمع به آدرس: استان فارس، شهرستان نی‌ریز، کیلومتر ۵۰ جاده نی ریز - سیرجان، دفتر مدیریت حقوقی و قراردادها، کدپستی: ۷۴۹۱۶۱۷۸۳۱ تلفن: ۰۷۱-۵۳۸۵۴۱۲۴
◄ متقاضیان جهت دریافت اسناد مناقصه بایستی مبلغ ۱/۰۰۰/۰۰۰ ریال را به حساب شبای شماره IR۳۲۰۱۷۰۰۰۰۰۰۰۲۲۰۴۵۹۴۶۰۰۰۳ به نام شرکت فولاد غدیر نی ریز در بانک ملی (غیر قابل استرداد) واریز نمایند.
◄ ضمانت‌نامه بانکی جهت تضمین شرکت در مناقصه به مبلغ ۱۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال (یکصد میلیارد ریال) در وجه شرکت فولاد غدیر نی‌ریز با اعتبار ۳ ماهه با قابلیت یکبار تمدید است.
◄ اعتبار پیشنهادات ۶۰ روز از تاریخ اتمام مهلت تحویل پیشنهادات و با قابلیت یکبار تمدید می‌باشد.
◄ نحوه فروش و دریافت اسناد: متقاضیان می‌توانند در صورت تمایل با ارسال تصویر درخواست کتبی (شامل نام مناقصه و نام و نام خانوادگی مناقصه‌گر، شماره تلفن تماس ثابت و همراه) و تصویر فیش واریزی به مبلغ ۱/۰۰۰/۰۰۰ ریال به شماره فکس ۰۲۱-۸۸۷۵۴۳۰۵ داخلی ۶ و یا آدرس ایمیل شرکت به نشانی Tender@nghsco.ir (و اطلاع به داخلی ۱۱۲) اسناد این مناقصه را خریداری نمایند، پس از بررسی درخواست و فیش واریزی، فایل کامل اسناد مناقصه برای مناقصه‌گر ارسال خواهد شد. شایان ذکر است دریافت اسناد نیازمند هیچگونه مراجعه حضوری نمی‌باشد.
◄ شرکت فولاد غدیر نی‌ریز در قبول یا رد یک یا کلیه پیشنهادها مختار است.

نوبت اول

آگهی مناقصه عمومی (دو مرحله‌ای)

مجتمع تحقیقاتی و صنعتی گروه صنایع شهید قربانی در نظر دارد از طریق آگهی روزنامه نسبت به واگذاری انجام موضوع زیر اقدام نماید:

شماره مناقصه	موضوع مناقصه	مبلغ تضمین شرکت در مناقصه
۱۴/ م ع /۶۸۲۱/۷۳/۰۱	خرید مجموعا ۹۳ دستگاه الکتروپمپ آب شیرین، الکتروپمپ هیدرولیک و پمپ پنوماتیک مورد نظر کارفرما	۵/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال

◄ معیارهای کلی ارزیابی مناقصه‌گر: ۱ دانش، تجربه و سابقه اجرایی مرتبط با موضوع مناقصه ۲ توانایی مالی، فنی و تجهیزاتی ۳ حسن سابقه ۴ پروانه بهره‌برداری/ جواز کسب/ مجوز فعالیت از اصناف مربوطه ۵ وضعیت موقعیت مکانی مناقصه‌گر ۶ وضعیت گواهینامه سمتا
◄ مهلت دریافت اسناد مناقصه: از تاریخ ۱۴۰۱/۱۰/۲۴ الی ۱۴۰۱/۱۱/۰۱ غیر از پنجشنبه و ایام تعطیل رسمی از ساعت ۸ تا ۱۶
◄ مهلت تکمیل و تحویل پاکت‌های پیشنهاد قیمت: از تاریخ ۱۴۰۱/۱۱/۰۱ الی ۱۴۰۱/۱۱/۱۲ در محل کارفرما ◄ تاریخ گشایش پاکت‌های پیشنهاد: ۱۴۰۱/۱۱/۱۳ ◄ مبلغ فروش اسناد مناقصه: مبلغ ۱/۶۳۵/۰۰۰ ریال واریز به حساب جاری ۹۸۷۸۰۰۳۶۵۶۰۴ بانک سپه شعبه مرکزی شاهین شهر (فیش واریز بانکی باید هنگام دریافت اسناد مناقصه ارائه گردد) قبل از واریز، بایستی شناسه پرداخت از واحد بازرگانی مجتمع دریافت گردد. ◄ مناقصه‌گزار اختیار رد هر یک یا تمام پیشنهادهای مناقصه‌گران را برای خود محفوظ می‌داند. ◄ پرداخت هزینه درج آگهی در روزنامه به عهده برنده مناقصه می‌باشد. ◄ تمامی جزییات و شرایط شرکت در مناقصه در اسناد مناقصه ذکر شده است. ◄ نشانی و تلفن: شاهین شهر، خیابان شهید بهشتی، نبش میدان مسرور، گروه صنایع شهید قربانی، تلفن واحد بازرگانی: ۰۳۱-۴۵۲۲۲۰۱۰ داخلی ۸۵۸۸۹ و فکس: ۰۳۱-۴۵۲۳۰۷۰۱