کارگاه زندگی

کمک کنیم نوجوانان شرمگین نباشند

نوجوانی دوره عجیب و غریبی است. در این دوره نوجوان فکرهای خاصی به ذهنش خطور می‌کند مثل این‌که موجودی دوست‌داشتنی نیست یا نکند پدر و مادرش را از دست بدهد. این افکار باعث ایجاد ناامنی یا ایجاد احساس شرم در آنها می‌شود، شرمی که ممکن است آنها را منزوی و از جمع گریزان کند. عجیب است اما کمرویی و خجالت ویژگی‌هایی است که در دوران نوجوانی بروز می‌کند و از آنجا که اغلب والدین اطلاعات درستی راجع به این احساسات ندارند، نوجوان خود را وادار به کارهایی می‌کنند که او علاقه‌ای به انجام‌شان ندارد؛ مثل حضور در یک مهمانی یا فلان جمع. این مسأله به گفته روان‌شناسان باعث وارد آمدن آسیب‌های زیادی به نوجوانان می‌شود، حتی باعث می‌شود برخی از آنها مرتکب کارهایی عجیب مثل پناه بردن به دستشویی برای فرار از جمع بشوند. خانه اما باید امن‌ترین جای دنیا در ذهن یک نوجوان باشد، جایی که والدین به وی عشق می‌ورزند و به او محبت بی‌شائبه می‌دهند و نوجوان اطمینان پیدا می‌کند که پدر و مادر همواره در کنار او هستند. کارشناسان می‌گویند اگر فضای خانه به این شکل امن شود، نوجوان می‌تواند هویت درست خود را پیدا کند و استعدادهایش شکوفا شود و به آرامش برسد. اگر چنین فضایی مهیا نشود مسلما یک نوجوان خجالتی که همه او را به شرمگینی می‌شناسند، متولد خواهد شد که این آسیب‌ها را تا بزرگسالی نیز با خود یدک می‌کشد.

«جام جم» در گفت‌وگو با یک روان‌شناس بررسی کرد

دردسر بازی‌های وارداتی

مهرسانا اردشیری
گروه جامعه

بچه‌های دهه ۵۰ و ۶۰ یادشان می‌آید همان لی‌لی‌هایی که روی زمین کشیده می‌شد و ساعت‌ها وقت ما را می‌گرفت. همان بازی‌هایی که کافی بود کمی سریع‌تر بدویم تا برنده شویم یا بقیه دوستان‌مان را از دور بازی حذف کنیم. الک و دولک، هفت‌سنگ، تیله‌بازی، آب‌پاشی و ده‌ها بازی دیگر تمام فضای کودکی ما را پر کرده بود. تا پایان دهه ۷۰ هنوز هم این بازی‌ها رواج داشت و توپ پلاستیکی همیشه مهمان بچه‌ها در کوچه پس‌کوچه‌های شهرها و روستاها بود. اما با آمدن آتاری و بازی‌های رایانه‌ای کم‌کم بساط این بازی‌ها تغییر کرد. حالا با تغییر سبک زندگی مردم و زندگی در آپارتمان و کم شدن تعداد بچه‌های یک خانواده کمتر بچه‌ها را مشغول بازی‌های گروهی می‌بینیم. دیگر بچه‌ها فضای آزمون و خطای بازی‌های قدیمی را تجربه نمی‌کنند و حالا هرکدام در اتاق‌های پرزرق و برق‌شان گوشی یا تبلت به دست دارند و ساعت‌ها وقت‌شان را با بازی‌های تک‌نفره‌ای که گاهی ممکن است ذهن و جسم‌شان را آزار دهد، پر می‌کنند.

بخشی از اسباب‌بازی‌هایی که هم‌اکنون در بازار وجود دارد، برای سرگرم کردن کودکان و برخی از آنها برای ایجاد خلاقیت ذهنی در آنها است ولی در این بین اسباب‌بازی‌هایی که برای رشد عواطف احساسات و گرایش‌های دینی آنها مؤثر باشد وجود ندارد.

تغییری اجتناب‌ناپذیر

تغییر روند بازی‌ها غیرقابل اجتناب بوده و زندگی در آپارتمان‌ها روند زندگی بسیاری از افراد را تغییر داده است. اگر کمی بچه‌ها جنب و جوش داشته و صدای کودکان کمی بالا برود آن‌وقت است که باید منتظر واکنش همسایه‌ها بود.

محمدنبی صالحی استاد دانشگاه و روان‌شناس بالینی به جام جم می‌گوید: «در سال‌های اخیر بچه‌ها دیگر بچگی نمی‌کنند و بدون گذر از مرحله کودکی، وارد دوران بزرگسالی می‌شوند. آنها هنوز بزرگ نشده، بزرگسالی را تجربه می‌کنند.»

مثبت بودن تکنولوژی به شرط بسترسازی

صالحی بر این باور است که تکنولوژی و امکانات همیشه مثبت بوده اما به شرط آن‌که برای آن بستر سازی صورت گیرد. خصوصا برای بچه‌ها باید قواعد گفته شود و طبق آن پیش برود، اگر بر همین مبنا حرکت کند که فرد با مشکل روبه‌رو نمی‌شود اما در غیر این‌صورت فرد با چالش‌های زیادی روبه‌رو می‌شود.

این روان‌شناس بالینی با تاکید بر این‌که اصل اساسی و واقع‌بینی این است که ذات انسان اجتماعی است و هروقت که فرد از اجتماع جدا شود، این اتفاق می‌تواند معیاری برای تشخیص اختلالات روانی باشد، ادامه می‌دهد: «زمانی که فرد در کودکی بازی‌های گروهی انجام دهد، تعاملات اجتماعی بالا می‌رود و این مساله در بزرگسالی می‌تواند فرد را اجتماعی‌تر کند. بازی‌های گروهی در گذشته بیشتر حرکتی بود که باعث تقویت عضلات حرکتی فرد می‌شد و می‌توانست در روحیه او نیز تاثیرگذار باشد.»

او به این موضوع اشاره دارد که بازی به‌شدت اهمیت دارد و حتی بازی‌درمانی یکی از تکنیک‌های روان‌درمانی است. صالحی ادامه می‌دهد: «در بازی‌های گروهی بچه به صورت خودجوش بازی می‌کند و از بازی کردن لذت می‌برد؛ این موضوعی است که در بازی‌های کامپیوتری اصلا وجود ندارد.»

این روان‌شناس تاکید می‌کند: «در حال حاضر اغلب بازی‌های موجود در بازار وارداتی از غرب است و این وظیفه رسانه‌ها و صداوسیما است که این بازی‌ها را به بچه‌ها یادآوری کرده یا انواع بازی‌ها را به آنها یاد دهد. مهم‌ترین مزیت بازی‌ها و اسباب‌بازی‌های قدیمی و بومی ایرانی در احیای خلاقیت کودکان است. برخلاف بازی‌های امروزی که هیجان کاذب را در کودکان و نوجوانان به وجود می‌آورد، بازی‌های بومی و محلی فعالیت‌های فیزیکی و ذهنی کودکان را به‌درستی تقویت می‌کند. بازی‌های گذشته مثل زندگی پر از آزمون و خطا بود و پیشرفت‌ها و تلخ‌کامی‌هایی داشت که کودکان با انجام آنها رسم زندگی کردن می‌آموختند.»

او به وضعیت بازی‌های رایانه‌ای، گوشی و تبلت اشاره کرده و می‌گوید: «در این بازی‌ها تعاملات اجتماعی و فعالیت‌های حرکتی مانند ورزش حذف شده‌اند. این بازی‌ها به دلیل اجرای تک‌نفره آنها سبب تمایل به تنهایی بچه‌ها می‌شود. در بازی‌های قدیمی به دلیل تحرکی بودن، هماهنگی حس‌ها در کودک شکل می‌گرفت اما استفاده از بازی‌های رایانه‌ای زمینه‌ساز مشکلات حرکتی در فرد می‌شود و از همه مهم‌تر کودک را پرخاشگر می‌کند. در واقع به جای آن‌که یک بازی برای کودک شادی آور باشد او را عصبی و پرخاشگر می‌کند. این موضوع رامی توان در بزرگسالی در انجام کارهای خلاف مانند قماربازی دید.»

بازی مشروط

این کارشناس و مشاور خانواده بر این باور است که برای بازی‌های رایانه‌ای نیز باید قاعده و قانون تعریف شودکه اگر غیر از این باشد به کودکان آسیب وارد می‌شود. استفاده زیاد از این بازی‌ها اعتماد به نفس کودک را پایین آورده و برای آن‌که بتواند این فضا را درست کند، میزان بازی‌ها را بیشتر می‌کند که این می‌تواند عوارض جسمی و حرکتی بیشتری را برای کودک ایجاد کند.

او تاکید می‌کند: «هر پدر و مادری باید وظایف خود را بشناسد و با فرزند خود به‌درستی رفتار کند. تهیه هر آنچه کودک نیاز دارد، از نوع بهترین آن و به‌خصوص تهیه سی‌دی کارتون و بازی‌های جدید و متنوع خیلی ضروری به نظر نمی‌آید. در حالی که سلامت روح و روان کودک و آماده کردن وی برای ورود به جامعه بسیار ضروری است. پس بگذاریم فرزندان‌مان بچگی کنند و مرحله کودکی را با سلامتی کامل و سرشار از تجربیات خوب و ارزنده پشت سر بگذارند. ما به عنوان پدر و مادر باید زمینه‌های لازم را در این امر فراهم سازیم.»

یادداشت

معصومه صبور روح‌وحید | کارشناس ارشد مشاوره

هوش هیجانی پایین!

بعضی از افراد دوست دارند بدون هیچ دلیل و منطقی ثابت کنند که درست می‌گویند این غرور کاذب یکی از رفتارهایی است که به‌شدت آرامش و اعتماد به‌نفس دیگران را سلب و تعامل با چنین شخصی را خسته‌کننده و ملال‌آور می‌کند. در واقع چنین رفتاری برگرفته از هوش هیجانی پایین و نداشتن مهارت کلامی است. افرادی که مهارت کلامی خوبی دارند بسیار هوشمندانه و مسالمت‌آمیز مخالفت خود را ابراز می‌کنند.

افراد حق به جانب بر مبنای خودباوری که دارند، مرتبا افکار و عقاید درست و غلط خود را به دیگران تحمیل می‌کنند و هرگز اشتباهات خود را نمی‌پذیرند.

منشأ و ریشه چنین رفتاری در کودکی فرد نهفته است. افرادی که در کودکی مورد بی‌توجهی قرار گرفته و مرتب سرکوب شده‌اند و به نظرات‌شان اهمیت داده نشده، با بزرگ‌تر شدن و یافتن شرایط مساعد، عقاید و اشتباهات خود را به دیگران تحمیل می‌کنند. علاوه بر این فرزندانی که والدین حق به‌جانب دارند با الگوبرداری از آنها چنین رفتاری را در خود نهادینه می‌کنند.

آنچه در مورد این موضوع اهمیت دارد، نحوه برخورد شما با این افراد است، زیرا بحث کردن با این‌گونه افراد بی‌فایده است و فقط باعث اتلاف وقت و انرژی شما می‌شود.

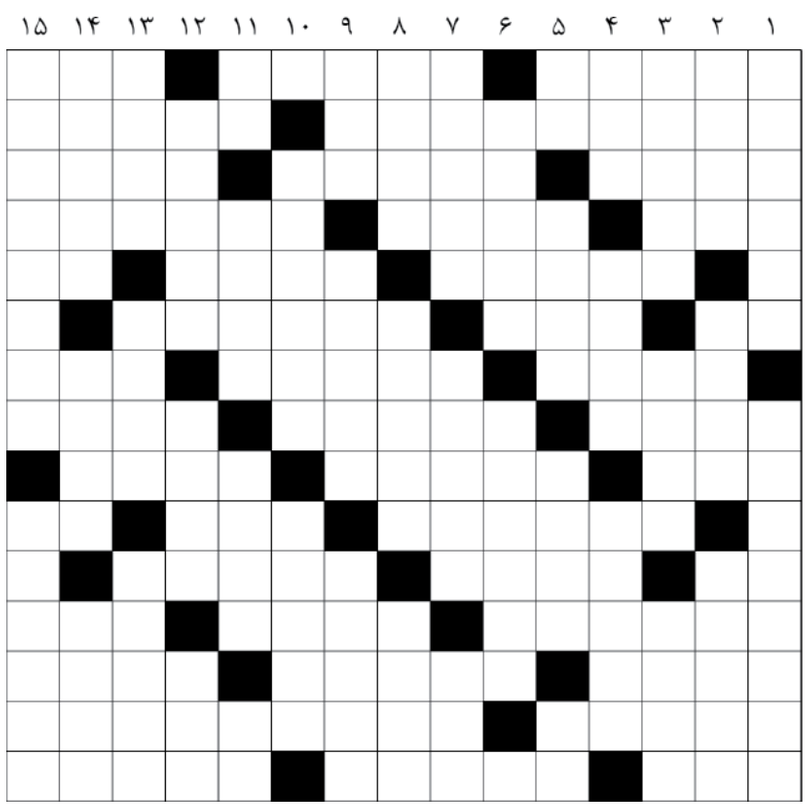
بنابراین در مقابل آنها حالت دفاعی به خودتان نگیرید، خشم‌تان را کنترل کنید و با آرامش صحبت‌های‌شان را بشنوید و به‌دنبال پیدا کردن وجه اشتراکی بین او و خودتان باشید.

طوری رفتار کنید که متوجه شود شما به منطق فکری او اهمیت نمی‌دهید تا از اثبات خود به شما صرف‌نظر کند اما اگر باز هم ادامه داد با ارائه مدرک و شواهد واضح و دقیق عقاید غلطش را تکذیب کنید. معاشرت با افراد حق به‌جانب باعث رنجش خاطر دیگران می‌شود، بنابراین آنها از سوی دیگران طرد می‌شوند و در معرض پیامدهای ناگواری مثل مشکلات تحصیلی، شغلی و در نهایت بیماری‌های روحی و روانی مثل اضطراب و افسردگی هستند. چنانچه شما یا اطرافیان‌تان دچار چنین مشکلی هستید با مراجعه به مشاور سعی در برطرف کردن آن کنید.

طراح: بیژن گورانی

جدول ۶۴۱۶

جدول عادی



افقی: ۱) قصیده سرای عهد قاجار- ورزشی رزمی- اسم را توصیف می‌کند ۲) دارای توانایی برای انجام کارهای گوناگون- نام مستعار کیومرث صابری فومنی ۳) استاندارد قدیم- لرزنده- مقابل رفتن ۴) جداگانه تلفظ کردن- از القاب امام زمان (عج)- سوار بی همتا ۵) نام سابق کاشمر- بر جوانان عیب نیست- رمق آخر ۶) آب منجمد- درگذشتن- پی در پی ۷) ماده اولیه چسب- تفاوت بین دو چیز- ثروتمند ۸) دورویی- صمیمی و بی ریا- پاک از تهمت ۹) آینده- ناشایست- نتیجه گرفته شده ۱۰) سوره نود و چهارم قرآن- دیر نیست- زهر ۱۱) خاشاک- پیاله، جام- درخشندگی ۱۲) رمانی نوشته فهیمه رحیمی- میت- گرم نیست ۱۳) انقباض شدید عضلات- هدیه چهره گشایی عروس- از برادران حضرت یوسف (ع) ۱۴) سرایت بیماری- آلبومی با آواز عبدالحسین مختاباد ۱۵) از جنس الیاف پنبه- لقب رستم دستان- حاصل.

عمودی: ۱) از رنگ های گرم- خورش محلی گیلان با گوشت و سبزی و بادمجان ۲) هدف، نشانه- کندذهن- اصطلاحی در ورزش کشتی ۳) شایستگی- افزون شونده- جدید ۴) انکار کردن- همپا- کارخانه پارچه بافی ۵) پول ژاپن- ارتش قدیم- آرم- عریان ۶) پشتیبانی- دوست بسیار صمیمی ۷) آنچه بر اثر پرشدن ظرفی بیرون بریزد- انجام کاری بیش از یک بار- بلدرچین ۸) هر بخش یک مجموعه- ستایش شده- هنرکنده کاری روی چوب ۹) سود- اثری به قلم شاتو بریان فرانسوی- هدف متعالی ۱۰) پسر خسروپرویز- محبس ۱۱) تخم مرغ خارجی- بیماری عفونی ناشی از ورود باکتری خاک به بدن- قابل قبول- شکم بند طبی ۱۲) جهان معنی- کاشف قانون وراثت- ولگرد ۱۳) بی صدا- میل و خواست قلبی- روزنامه چاپ ژاپن ۱۴) از دست دادن- نام مادر امام زمان (عج)- رونق ۱۵) همسایه کنیا و اوگاندا- مونث.

جدول ویژه

افقی: ۱) از ملزومات سوارکاری- نویسندگی- عدد ۲) آلبومی با آواز حسام الدین سراج- معشوق ۳) شب پیش رو- هشتمین شاه کیانی- لگن ظرفشویی ۴) موجود خیالی- حزب هیتلر- نام سابق کرمان ۵) عمل شمردن- حاصل ضرب هر عدد در خودش- ضمیری عربی ۶) نظریه- جواب مثبت- بیماری عفونی التهاب پرده مغز ۷) قسمتی از زمان- تغییر جریان هوا- سوره سی و چهارم قرآن ۸) اقیانوس کبیر- سرپرستی حضرت مریم (س) را برعهده داشت- پی بندی ساختمان ۹) ابزار درو- شراره آتش- اسب زرد ۱۰) تیم فوتبال ایتالیایی- زینک- تصرف در مالی ۱۱) شبکه گسترده جهانی- شبنم یخ زده سفید- نمایشنامه گارسیا لورکا ۱۲) نبرد ناپلئون با امپراتوری اتریش- شیعه- روشنایی ۱۳) فیلم تاریخی ساخته ولفگانگ پترسن با بازی برد پیت- سلول عصبی- کننده کاری ۱۴) ایام- نویسنده کتاب تاریخ ملل و نحل ۱۵) رفیق مشهدی- میوه عرب- نوعی بازی سریع در شطرنج.

عمودی: ۱) اقدام به کاری- شنوایی سنجی ۲) سرگردان- جانوری از خانواده اسب- سودمند ۳) آشفته و پریشان- فیلسوف انگلیسی قرن بیستم- از فروع دین ۴) بیهوده- نامشخص- ساختمان ها ۵) طلا- آوای حزین- عظیم- F۶) حربه ای شبیه شمشیر- گیاهی زینتی که گل های آن خاصیت آرام بخشی دارد ۷) لطف و مهربانی- فن- درختچه ای زینتی ۸) ارابه- جوینده عاطفه- محوطه روباز کشتی ۹) ضمیر متکلم وحده- روشن کردن- نوعی سالاد ۱۰) گیاه زینتی گرمسیری با گل های ساده- گیاهی از خانواده ریواس ۱۱) از افعال اسنادی- کلمه- گل سرخ- تیر پیکان دار ۱۲) شفاهی- بوی خوش- واحد فروش گردو ۱۳) امپراطوری آلمان- اهل سنت بودن- بنیادی ۱۴) بافت شفاف جلوی چشم- نوعی آسیاب- شکرش واجب است ۱۵) از انواع سلول های ایمنی که در خون یافت می شود- جداکردن مواد سمی از خون.

حل جدول عادی ۶۴۱۵

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

حل جدول ویژه ۶۴۱۵

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

مبا باتری
شرکت توسعه منابع انرژی توان

نوبت دوم

آگهی مزایده عمومی

شرکت توسعه منابع انرژی توان (گروه صنعتی شهیدعارفی)
در نظر دارد مواد نسوز به شرح ذیل را از طریق برگزاری مزایده عمومی تک مرحله‌ای به فروش برساند.

شماره مزایده	موضوع
۲/۰۱۱۱/۴۷	فروش ۸۰۰تن تابولار آلومینا با دانه‌بندی مختلف

لذا از کلیه افراد حقیقی و حقوقی که علاقمند به خرید این کالا می‌باشند، دعوت به‌عمل می‌آید حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۱/۱۲/۱۰ جهت دریافت اسناد مزایده به نشانی: تهران میدان بسیج، جاده خاوران بعد از بازار گل امام رضا(ع) جنب کارخانجات سیمان تهران، گروه صنعتی شهید عارفی مدیریت فروش مراجعه نمایند.

تلفن: ۳۳۴۲۱۱۴۸-۰۹۱۲۲۴۳۹۹۳۱

۱- مزایده‌گزار در رد یا قبول پیشنهادات مختار می‌باشد.
۲- هزینه نشر آگهی به عهده برنده مزایده خواهد بود.
۳- سپرده تضمین شرکت در مزایده به‌صورت ضمانت‌نامه بانکی یا چک بانکی در وجه شرکت توسعه منابع انرژی توان می‌باشد.
۴- آخرین مهلت ارسال پاکات تا تاریخ ۱۴۰۱/۱۲/۲۰ می‌باشد.
۵- سایر اطلاعات و جزییات مربوط به مزایده فوق در اسناد مزایده مندرج می‌باشد.

رویداد شب موسیقی قشم در تهران برگزار شد

طنین آوای موسیقی قشم در جشنواره فجر

شب موسیقی قشم با حضور افشار فتح‌الهی مدیرعامل سازمان منطقه آزاد قشم، منصور آرامی رئیس مجمع نمایندگان استان هرمزگان، مهدی سلامتی مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی منطقه آزاد قشم، محمد اله‌یاری مدیرکل دفتر موسیقی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی و بهزاد عبدی، دبیر سی و هشتمین جشنواره موسیقی فجر در تالار رودکی برگزار شد. به گزارش روابط عمومی و امور بین‌الملل سازمان منطقه آزاد قشم، مهدی سلامتی درباره برگزاری این برنامه هنری گفت: هنرمندان پیشکسوت و جوان جزیره قشم با آوای جفتی استاد علی چرخی نفر و نوای دلنشین استاد محمد منصور وزیری با عود نوازی گروه انجمن موسیقی قشم، در سی و هشتمین جشنواره بین‌المللی موسیقی فجر به اجرای برنامه رویداد شب موسیقی قشم پرداختند. وی ادامه داد: در بخش دیگری از رویداد شب موسیقی قشم شاهد برگزاری آیین حنا بندان و زار با اجرای گروه زارروگه و اجرای آیین لیوا بودیم که مورد استقبال حاضران در این مراسم قرار گرفت.

شرکت تامین و تصفیه آب و فاضلاب تهران

نوبت اول

آگهی مناقصه عمومی یک مرحله‌ای با ارزیابی کیفی

شرکت تامین و تصفیه آب و فاضلاب تهران درنظر دارد مناقصه عمومی یک مرحله‌ای با ارزیابی کیفی (یکپارچه) «انجام خدمات جابجایی مسافر توسط ۳۱ دستگاه خودرو سواری (انواع سمند و پژو) و انجام خدمات حمل و نقل بار توسط ۷ دستگاه وانت مزدا (تک کابین ۱دستگاه و دوکابین ۶دستگاه) هر کدام به تفکیک به همراه راننده دارای مجوز طرح ترافیک باطول عمر ۵ سال برای خودرو، دونفر راننده جهت بهره برداری از دو دستگاه ون تشریفات به همراه یک نفر رزرویشن توزیع خودرو و همچنین اپراتوری یک دستگاه جرثقیل ۹۰تن» از محل اعتبارات جاری شرکت به شماره فراخوان ۲۰۰۱۰۹۴۸۴۲۰۰۰۰۹۹ را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید و کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد مناقصه تا ارائه پیشنهاد مناقصه‌گران از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد ایران) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد و لازم است مناقصه‌گران در صورت عدم عضویت قبلی، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی را جهت شرکت در مناقصه محقق سازند.

۱ شرکت‌کنندگان در مناقصه باید دارای گواهی معتبر صلاحیت کاری در زمینه حمل و نقل بار و مسافر و همچنین دارای گواهی صلاحیت ایمنی معتبر از «وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی استان تهران» باشند.

۲ محل اعتبار: از اعتبارات جاری (منابع داخلی) شرکت

۳ مهلت و محل دریافت اسناد مناقصه: متقاضیان شرکت در مناقصه می‌توانند برای دریافت اسناد مناقصه از روز سه‌شنبه مورخ ۱۴۰۱/۱۲/۰۲ حداکثر تا ساعت ۱۵:۱۵ روز سه‌شنبه مورخ ۱۴۰۱/۱۲/۰۹ از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد ایران) به آدرس WWW.setadiran.ir اقدام نمایند.

۴ زمان جلسه‌ی توجیهی: شرکت‌کنندگان در مناقصه باید وفق تبصره ۱۵ ماده ۱ اوراق شرایط مناقصه در جلسه توجیهی روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۱۲/۱۰ راس ساعت ۱۰ در محل دفتر قراردادها شرکت مناقصه‌گزار واقع در: خیابان دکتر فاطمی، خیابان حجاب، شرکت تامین و تصفیه آب و فاضلاب تهران، شرکت نمایند.

۵ مبلغ تضمین شرکت در مناقصه: به مبلغ ۳/۸۱۷/۶۵۹/۰۰۰ (سه میلیارد و هشتصد و هفده میلیون و ششصد و پنجاه و نه هزار) ریال و به یکی از انواع ذیل می‌باشد:
چک بانکی تضمینی، ضمانت‌نامه بانکی و یا واریز نقدی به حساب شماره ۸۴۷۴۰۴۰۴۰۹۴۰۳ و شماره شبا IR۶۰۰۵۶۰۰۸۴۷۰۴۰۴۰۹۴۰۰۰۳ نزد بانک سامان شعبه تجریش کد ۸۴۷ به نام شرکت تامین و تصفیه آب و فاضلاب تهران و یا ارائه گواهی مطالبات قطعی تایید شده مناقصه‌گر نزد شرکت تامین و تصفیه آب و فاضلاب تهران. به پیشنهادهای فاقد امضاء، مشروط، مخدوش، فاقد سپرده و سپرده‌های مخدوش یا سپرده‌های کمتر از میزان مقرر، چک شخصی و نظایر آن و همچنین پیشنهادائی که بعد از انقضای مدت مقرر واصل شود، مطلقا ترتیب اثر داده نخواهد شد.

۶ زمان و محل ارائه تضمین شرکت در مناقصه در پاکت الف: متقاضیان شرکت در مناقصه باید تصویر سپرده شرکت در مناقصه به یکی از روش‌های فوق‌الذکر را در سامانه تدارکات الکترونیک دولت در پاکت (الف) بارگذاری و ثبت نمایند و همچنین فیزیک پاکت (الف) (اصل سپرده شرکت در مناقصه به یکی از روش‌های مذکور) را تا ساعت ۱۵:۳۰ روز شنبه مورخ ۱۴۰۱/۱۲/۲۰ به دبیرخانه مرکزی این شرکت به نشانی: تهران، خیابان دکتر فاطمی، شرکت تامین و تصفیه آب و فاضلاب تهران تحویل و رسید دریافت نمایند.

۷ مهلت و محل تحویل پیشنهادها در سامانه ستاد: متقاضیان شرکت در مناقصه باید کلیه مدارک مربوط به پاکات (الف، ب، ج) و اسناد ارزیابی کیفی را حداکثر تا ساعت ۱۵:۳۰ روز شنبه مورخ ۱۴۰۱/۱۲/۲۰ در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به آدرس www.setadiran.ir بارگذاری و ثبت نمایند.

۸ زمان و محل گشایش پیشنهادها در سامانه ستاد: ساعت ۱۰ روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۱۲/۲۴ در دفتر قراردادها

۹ سایر اطلاعات مربوطه در اسناد مناقصه مندرج است.

۱۰ هزینه درج آگهی مناقصه به عهده مناقصه‌گزار می‌باشد.

۱۱ اطلاعات تماس سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه:
مرکز تماس: ۱۴۵۶-۰۲۱

۱۲ نشانی‌های سایت‌های اینترنتی به شرح ذیل:
سایت این شرکت: (http://tww.tpww.ir)، سایت ملی مناقصات: (http://iets.mporg.ir)
سایت شرکت مهندسی آب و فاضلاب کشور: (http://www.nww.ir)

شرکت تامین و تصفیه آب وفاضلاب تهران
(سهامی خاص)

شماره تلفن های پذیرش
۴۹۱۰۵۰۰۰
امور آگهی های روزنامه جام جم