چشم انتظار غذای گرم و دستپخت مادر

ضرورت توجه به سلامت تغذیه‌ای جامعه به بهانه روز سلامت

این روزها خیلی کم پیش می‌آید که بوی خورشت‌های خوش عطر از پنجره خانه‌ها همه جا را پر کنند؛ آخر اصلا پنجره‌های خانه‌ها دوجداره‌اند و همیشه بسته؛ از آن طرف هودهای بالای گاز بوی خوش غذا را از قابلمه بیرون نیامده می‌دزدند! راستی شاید هم خورش‌ها دیگر آن عطر سابق را ندارند؛ با وجود سبزی‌های آماده که پس از ماه‌ها ماندن در فریزر به قابلمه قورمه‌سبزی می‌رسند، اصلا دیگر عطری به جان خورش نمی‌ماند. حتی گذشته از این‌ها، امروزه بسیاری از خانم‌ها حتی از خورش‌ها و مواد غذایی فریزری استفاده می‌کنند که شاید گرسنگی را از یاد معده اعضای خانواده ببرد، اما نه عطر و طعم آن دستپخت‌های خانگی را دارد و نه خاصیت لازم برای بدن را.

تغییر سبک زندگی در سال‌های اخیر با وجود مشغله کار در بیرون از خانه، زندگی را برای افراد تا جای ممکن آسان کرده، اما تغییر هرجا که به سمت آسیب‌رسانی برود دیگر جایز نخواهد بود. در جامعه امروز وقتی افراد خودشان به سلامتیشان اهمیت نمی‌دهند، چگونه توقع دارند که دیگران به فکر سلامتی آنان باشند و کارخانه‌ها ماست بدون پالم و رب گوجه بدون کدو برای آنان تولید کنند؟! در حوالی روز سلامت، به بهانه این روز به بررسی عادات ناسالمی می‌پردازیم که هر چند سلامت روح و جسم ما را خدشه‌دار می‌کنند، اما نسبت به آنها بی‌اعتنا هستیم.

غذای سالم مورد نیاز روح و جسم

در زندگی اجتماعی امروز، اغلب خانم‌ها شاغل هستند. پای صحبت با آنها که می‌نشینیم به راحتی می‌گویند که فرصت کمی برای آشپزی دارند و انگار روند زندگی تنها به نحوی است که پخت غذا سیر کردن اعضای خانواده را در بر بگیرد. یک خانم کارمند در گفت‌وگو با گزارشگر کیهان می‌گوید: «وقتی از سر کار به خانه می‌رسم حدود ۶ عصر است و معمولا نمی‌رسم که غذا درست کنم به همین علت ناگزیر هستم که در تعطیلات آخر هفته برای طول هفته مقداری غذا درست کنم و در فریزر نگه دارم.»

از او درمورد اینکه مضرات غذاهای فریزری را می‌داند یا خیر؟ می‌پرسیم، وی در پاسخ می‌گوید: «غذاهای فریز شده تنها راه موجود برای خانم‌های شاغل هستند هر چند که خودم احساس می‌کنم اصلا جایگزین خوبی برای غذای تازه و گرم نیستند.»

امروزه کارشناسان تغذیه بر این باورند که با وجود فناوری‌های جدید دیگر مواد غذایی منجمد نمادی از تغذیه ناسالم نیستند، البته این مسئله در مورد مواد غذایی صادق است که انجماد و بسته‌بندی آنها در کارخانه‌ها انجام می‌شود، نه خورشت‌ها و برنج‌هایی که پس از پخت در فریزر و یخچال‌ها و پس از روزها و حتی هفته‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرند. استفاده از مواد غذایی به این نحو مدتی است که از خانم‌های شاغل به خانم‌های خانه‌دار نیز رسیده است؛ این بار کمبود وقت نیست که افراد را به سمت استفاده از غذا به صورت فریز شده سوق می‌دهد، بلکه صرفا آسان‌تربودن آن است، ولو اینکه چشیدن طعم غذای تازه و گرم را از اعضای خانواده می‌گیرد. متاسفانه حقیقت این است که آشپزی برای بسیاری به جای آنکه همانند قبل یک هنر باشد که از انجام آن لذت می‌برند به یک تکلیف که باید از سر رفع شود، تبدیل شده است. لذت آشپزی در بین بسیاری از بانوان ما تا حد زیادی از بین رفته است و این مسئله سبب از بین رفتن لذت غذا می‌شود. خانواده‌ای که از خوردن غذا در کنار یکدیگر لذت نمی‌برند، در را به روی ورود آسیب‌های مختلف جسمی و روحی باز می‌کنند. وقتی بحث سلامت غذا مطرح می‌شود، بسیاری فقط بُعد سلامت جسمی را مد نظر قرار می‌دهند؛ این در حالی است که علاوه‌بر آسیب پذیری سلامت جسم در برابر مصرف غذای ناسالم، روح نیز به مرور دچار خدشه خواهند شد. پخت یک غذای گرم و خوش طعم هر چند که ساده باشد، گرمای مهر و محبت را در میان اعضای خانواده زنده می‌کند.

*** چقدر گران تمام می‌شود، وقتی که برای پخت یک غذای گرم و کنار هم خوردن آن وقت نداریم باید بهای از بین رفتن سلامت روح و جسم فرزندانمان را با آن بپردازیم!**

یک عضو انجمن اولیا و مربیان مدرسه: والدین اغلب بچه‌های مدرسه شاغل هستند. بچه‌ها مجبورند حتی ناهار را هم در مدرسه بخورند، اما با این وجود مواد غذایی بوفه مدرسه از کیفیت خوبی برخوردار نیستند. آبمیوه‌ها و کیک‌ها مربوط به برندهای بی‌کیفیت‌اند و غذاهای دیگر هم از مواد بی‌کیفیت هستند.

عادت به عادات ناسالم بلای جان می‌شود

اگر حدود ساعت هفت ونیم صبح مسیرتان سمت مغازه‌های اطراف مدارس، خصوصا مدارس ابتدایی بیفتد می‌بینید بچه‌هایی که با اولیا خود به مدرسه می‌آیند قبل از رسیدن به مدرسه در یکی از مغازه‌ها توقف می‌کنند تا برای زنگ‌های تفریح تغذیه بخرند. مادران کارمند یا خانه‌دار هم از واهمه آنکه بچه‌ها به بهانه نخریدن خوراکی به مدرسه نروند، هر آنچه بچه‌ها روی آن دست می‌گذارند بی‌تامل خریداری می‌کنند. شاید بچه‌های امروز احساس کنند که با خریدن آن خوراکی‌ها خوشبخت‌ترین آدم روی زمین هستند، اما متاسفانه آنها دارند چشیدن طعمی را از دست می‌دهند که هیچ گاه تجربه نخواهند کرد. طعم لقمه نان و پنیر و گردو، لقمه نان و پنیر و سبزی و... وقتی از لابلای زنگ‌های مدرسه زیر دندان می‌آمدند به یاد می‌آوردند که هیچ چیز بهتر و دوست داشتنی‌تر از مادر نیست. هنگام رفتن بچه‌ها به مدرسه است؛ در یک مغازه نزدیک چند دبستان حاضر می‌شویم. یکی از مادران با عجله به داخل مغازه می‌آید و از او می‌خواهیم که با وجود این عجله چند ثانیه‌ای با ما صحبت کند. سخن را آغاز می‌کند و می‌گوید: «والا شما که نمی‌دانید؛ این‌ها هر چه یاد می‌گیرند از دوستشان در مدرسه است. به من می‌گوید پول بده تا در مدرسه خوراکی بخرم یا بعد از مدرسه با دوستانم ساندویچ بخورم.»

از پسر بچه ۱۰ ساله‌اش سخن می‌گوید که اکنون در حالی که چند خوراکی برداشته به دنبال آبمیوه و دیگر چیزهاست. وی همچنین ادامه می‌دهد: «من هم کارمند هستم و پسرم مجبوراست که ظهرها تنها به خانه برگردد. برای همین به او پول نمی‌دهم و هر روز صبح هر چه که می‌خواهد همین جا برایش می‌خرم. حداقل اینجا می‌بینم که چه می‌خرد؟»

به او لقمه‌های ساده، اما خوش طعم گذشته را یادآور می‌شویم و او می‌گوید: «زمان ما، مادر خانه بود و این طور مثل ما از وقتی که صبح می‌شد، نمی‌دوید و فرصت داشت؛ البته فقط این نیست و باید بگویم که پسرم اصلا پنیر نمی‌خورد؛ هر چقدر هم می‌گویم که کلسیم آن برای بدن نیاز است، گوش نمی‌کند. من هم دیگر کاری از دستم بر نمی‌آید.»

پسر بچه حالا کار انتخاب خوراکی‌ها را به اتمام رسانده و بعد از حساب کردن مبلغ به همراه مادرش به سمت مدرسه می‌رود. انگار برای بچه‌های این نسل فقط می‌توان آرزوی سلامتی کرد. رفتارهای ناسالم غذایی بچه‌ها ناشی از رفتارهای ناسالم تربیتی والدین هستند. والدین بچه‌های این نسل پذیرفته‌اند که به هر نحوی با بچه‌ها و هر چه می‌خواهند کنار بیایند. متاسفانه برخی از پدران و مادران امروز چون وقت ندارند؛ به صورت غیر مستقیم به عادات ناسالم غذایی بچه‌ها تن می‌دهند تا آنها را از سر خودشان باز کنند.

بخش نخست

گروه گزارش

سلامت سرمایه‌های آینده در خطر است

انگار که در بعضی خانه‌ها کار از کار گذشته است! عادت به رفتارهای ناسالم غذایی به مرور مفهوم غذاخوردن در خانه را حتی بعضا بی‌معنا کرده است. خانواده‌هایی انگار آن قدر غرق در کار شده‌اند که فراموش کرده اند، خانواده‌اند! چه برسد به آنکه بخواهند با هم غذا بخورند و والدین و فرزندان یا یکی پس از دیگری در خانه برای خود غذا آماده می‌کنند و یا آنکه بیرون از خانه غذا می‌خورند. در این میان فرزندان اغلب دانش‌آموز یا دانشجو هستند که به مرور قربانی این رفتار ناسالم می‌شوند و تن به غذاهای غیرخانگی می‌دهند. بوفه‌های مدارس برای دانش‌آموزان و سلف‌های دانشجویی به مرور از اولین پاتوق‌های فرزندان خانواده می‌شوند؛ حالا گرایش به سمت فست فودی‌ها، رستوران‌های بیرون و کافه‌ها بماند در جای خودش!

به یکی از مجتمع‌های آموزشی شهر تهران می‌رویم که دوره ابتدایی و متوسطه دارد. اتفاقا زمان رسیدنمان زنگ تفریح است و چشممان به صف عریض و طویل بوفه مدرسه می‌افتد. بچه‌های پول به دست با شکم‌های گرسنه که هر کدام می‌خواهند پیش از اتمام زنگ تفریح دلی از عزا درآورند. با دیدن رخسار بی‌رنگ و روی ماکارانی‌های بوفه مدرسه در دست دانش‌آموزان آن هم با قیمت نه چندان مناسب از وجود آن صف تعجب می‌کنیم.

به گفت‌وگو با یکی از اعضا انجمن اولیاء و مربیان می‌نشینیم، وی درباره اغذیه بوفه مدرسه می‌گوید: «والدین اغلب بچه‌های مدرسه شاغل هستند. بچه‌ها مجبورند حتی ناهار را هم در مدرسه بخورند، اما با این وجود مواد غذایی بوفه مدرسه از کیفیت خوبی برخوردار نیستند. آبمیوه‌ها و کیک‌ها مربوط به برندهای بی‌کیفیت‌اند و غذاهای دیگر هم از مواد بی‌کیفیت هستند.»

این عضو انجمن همچنین ادامه می‌دهد: «بارها این مسئله را به مدیر مدرسه عنوان کردیم و گفته است که تذکر می‌دهد، اما شاهد تغییری نبوده‌ایم و حتی وقتی با خود مسئول بوفه صحبت کردیم گفت که چاره‌ای ندارد و مجبور است طوری مواد غذایی را عرضه کند که هم برایش سود داشته باشد و هم بتواند اجاره بدهد.»

وی همچنین در گفت‌وگو با گزارشگر کیهان می‌گوید: «اما به بهانه مناسبت‌ها و برنامه‌های مختلف سعی می‌کنیم تا ناهار و تغذیه بچه‌ها را از بیرون تهیه و مهمان مدرسه کنیم.»

آیا باز هم برای بچه‌های این نسل که نه در خانه و نه در مدرسه رنگی از غذای سالم نمی‌بینند، می‌توان آرزوی سلامتی کرد؟ بچه‌هایی که از خانه بدون صبحانه که مهم‌ترین وعده غذایی است به دلیل دغدغه‌های والدین به مدرسه می‌روند و در مدرسه چشم انتظار توزیع پاکت شیرهای هرگز توزیع نشده می‌مانند. حالا به مناسبت روز سلامت یک هویج و یک سیب به دستشان می‌دهند و ازشان عکس می‌اندازند و ابراز می‌کنند که سلامت این سرمایه‌ها چقدر مهم است!

از سلف‌های ناسالم تا ناکجاآباد

سلف دانشجویی یا همان پاتوق اول برای فرزندان دانشجو در خانواده‌های پر دغدغه!

آن قدر از سلف‌ها گفته‌اند و نشان داده‌اند که هر چه بگوییم تکراری است. سلامت، طنز تلخ این روزهای سلف‌های دانشجویی است. اصلا انگاری اگر سلامت و کیفیت وجود داشته باشد، هویتش زیر سؤال می‌رود. بگذریم همان طور که دانشجوها از آن گذشتند و به فست و فودی‌ها و کافه‌های اطراف دانشگاه رسیدند. همه چیز از همان غذای منجمد خانه‌ها شروع شد که بسیاری آن را سالم می‌دانند و به آن عادت کرده‌اند. بارها شنیدم که دانشجویان با وجود اتمام ساعت کلاس به خانه‌ها نمی‌روند، چون غذایی در خانه نیست. سلف دانشجویی هم که‌ای کاش تعطیل می‌شد. فست و فودی‌ها و کافه‌ها که با آرایش زیبای غذاها و مکان‌های خود قشر دانشجو را به خوبی جذب کرده‌اند. چقدر گران تمام می‌شود، وقتی که برای پخت یک غذای گرم و کنار هم خوردن آن وقت نداریم باید بهای از بین رفتن سلامت روح و جسم فرزندانمان را با آن بپردازیم!

آگهی تغییرات شرکت ستی سهامی‌خاص به شماره ثبت ۳۵۶۸ و شناسه ملی ۱۰۱۰۰۲۲۰۶۶۹

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق‌العاده مورخ ۱۳۹۶/۷/۱۲ و مجوز شماره ۱۱/۴۱۱۲۲ مورخ ۹۶/۷/۲۲ اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده‌ای استان تهران تصمیمات ذیل اتخاذ شد: ترازنامه و حساب سود و زیان شرکت در سال مالی منتهی به ۱۳۹۵ به تصویب رسید. اشخاص ذیل برای مدت ۲ سال به سمت اعضاء هیئت‌مدیره شرکت انتخاب شدند: آقای الفریت برزگر مهرابی به کد ملی شماره ۰۰۴۱۰۹۲۰۱۵ آقای لئون آهارونیان به کد ملی شماره ۲۸۵۰۵۵۶۷۶۹ آقای واروژ سورنیان به کد ملی شماره ۱۹۱۱۲۶۶۶۹۱ مؤسسه حسابرسی دش و همکاران به شناسه ملی ۱۰۱۰۰۱۷۱۲۷۱ به عنوان بازرس اصلی و مؤسسه حسابرسی آروین خدمات مدیریت رادوین به شناسه ملی ۱۴۰۰۵۹۹۳۵۶۵ به عنوان بازرس علی‌البدل شرکت برای ۱ سال مالی انتخاب شدند. روزنامه کثیرالانتشار کیهان جهت درج آگهی‌های شرکت تعیین شد.

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور
اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری تهران

آگهی تغییرات شرکت تعاونی مسکن سامانه گستر به شماره ثبت ۸۲۸۸۱ و شناسه ملی ۱۰۱۰۱۲۷۵۰۵۳

به استناد صورتجلسه هیئت مدیره مورخ ۱۳۹۶/۶/۲۵ و مجوز شماره ۹۶۲/۱۵۲۱۵۷۷۴ مورخ ۹۶/۷/۲۵ اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی استان تهران تصمیمات ذیل اتخاذ شد: سمت اعضاء هیئت مدیره به قرار ذیل تعیین گردیدند: آقای سیداحمد علی قدسی به شماره ملی ۲۴۹۱۰۳۷۸۰۷ به سمت رئیس هیئت مدیره و آقای حسین پاکدل به شماره ملی ۵۷۳۹۸۸۹۵۲۹ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره و آقای اسماعیل صابری کد ملی ۲۹۵۹۶۰۴۰۸۳ به سمت منشی و عضو هیئت مدیره انتخاب شدند و آقای سیدعلی احمدی به شماره ملی ۴۵۷۹۴۵۷۴۵۵(و عضو هیئت مدیره) به سمت مدیرعامل شرکت برای مدت ۳ سال انتخاب گردید. چکها و اسناد تعهدآور شرکت پس از تصویب هیئت مدیره با امضاء ثابت آقای سیدعلی احمدی(مدیرعامل) و آقای سیداحمد علی قدسی(رئیس هیئت مدیره) و مهر شرکت معتبر و در غیاب رئیس هیئت مدیره با امضای آقای سیدعلی احمدی(مدیرعامل) و آقای حسین پاکدل(نایب رئیس هیئت مدیره) معتبر خواهد بود و اوراق عادی با امضای آقای سیدعلی احمدی(مدیرعامل) و مهر شرکت معتبر خواهد بود.

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور
اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری تهران

آگهی تغییرات شرکت تولیدی بازرگانی آوای زمان دقیق سهامی خاص به شماره ثبت ۱۶۴۳۱۵ و شناسه ملی ۱۰۱۰۲۰۶۹۰۰۲

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی سالیانه مورخ ۱۳۹۶/۵/۲۸ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: فرحناز ابراهیمی ذره‌ناس با کد ملی ۰۰۴۶۴۵۰۵۷۲ بسمت رئیس هیئت مدیره و ساناز موذنی با کد ملی ۲۰۹۲۱۸۳۸۱۸ بسمت نایب رئیس هیئت مدیره و علی موذنی با کد ملی ۲۱۸۱۰۲۲۴۳۷ عضو هیئت مدیره و مدیرعامل و امین موذنی با کد ملی ۰۰۸۰۱۳۹۲۷۲ عضو هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب گردیدند. مهدی آقایی با کد ملی ۰۳۲۱۷۰۴۰۷۱ به سمت بازرس اصلی و داوود همتیان خانشیر کد ملی ۰۰۶۰۲۹۵۷۶۷ به سمت بازرس علی‌البدل برای مدت یک سال مالی انتخاب شدند. روزنامه کثیرالانتشار کیهان جهت نشر آگهی‌های شرکت انتخاب شد. ترازنامه و حساب سود و زیان سال مالی ۹۵ به تصویب رسید. کلیه اوراق بهادار و اسناد تعهدآور شرکت به امضاء رئیس هیئت مدیره و یا مدیرعامل هر یک به تنهایی همراه با مهر شرکت معتبر خواهد بود.

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور
اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری تهران

فراخوان مناقصه عمومی (یک مرحله‌ای) همراه با ارزیابی کیفی (شماره ۹۶/۸) نوبت دوم

P.M.O

ردیف	شرح
۱	**نام دستگاه مناقصه‌گزار:** اداره کل بنادر و دریانوردی استان گیلان
۲	**نشانی دستگاه مناقصه‌گزار:** استان گیلان - بندرانزلی - غازیان - خیابان شهید مصطفی خمینی نمابر ۰۱۳-۴۴۴۲۳۹۰۲ تلفن ۰۱۳-۴۴۴۲۴۷۰۱
۳	**موضوع مناقصه:** تعمیرات اساسی اسکله‌های ۴ تا ۱۰ بندرانزلی
۴	**تاریخ شروع و خاتمه فروش اسناد و تاریخ تحویل اسناد به مناقصه‌گزار:** تاریخ شروع فروش اسناد: از ساعت ۸ صبح روز چهارشنبه مورخ ۹۷/۱/۲۲ تاریخ خاتمه فروش اسناد: تا ساعت ۱۷ روز شنبه مورخ ۹۷/۲/۱ تاریخ جلسه توجیهی و بازدید از محل کارگاه: ساعت: ۱۰ صبح روز دوشنبه مورخ ۹۷/۲/۱۷ (با ارایه معرفی‌نامه کتبی) مهلت تحویل و بارگزاری اسناد توسط مناقصه‌گران در سامانه ستاد ایران تا ساعت ۱۴:۳۰ روز یکشنبه مورخ ۹۷/۲/۲۳
۵	**نحوه توزیع و نشانی محل دریافت اسناد مناقصه:** کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد مناقصه تا ارائه پیشنهاد مناقصه‌گران و گشایش پوشه‌ها 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 ثبت‌نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی را جهت شرکت در مناقصه محقق سازند. اطلاعات سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه مرکز تلفن: ۴۱۹۳۴-۰۲۱
۶	**نحوه تحویل (بارگزاری) اسناد ارزیابی کیفی و اسناد مناقصه توسط مناقصه‌گران:** اسناد ارزیابی کیفی و اسناد مناقصه باید مطابق شرایط ذکر شده، توسط مناقصه‌گران به صورت الکترونیکی به سامانه ستاد ایران (مندرج در بند ۵ آگهی) ارسال گردد. همچنین مقتضی است، پوشه الف (اصل تضمین فرایند اجرای کار) علاوه بر بارگزاری در سایت مذکور به صورت فیزیکی به دبیرخانه دستگاه مناقصه‌گزار واقع در طبقه همکف ساختمان اداری به نشانی مندرج در بند ۲ آگهی (با اخذ رسید) تحویل گردد.
۷	**نوع و مبلغ تضمین شرکت در فرایند ارجاع کار:** تضمین شرکت در فرایند ارجاع کار به صورت ضمانتنامه بانکی با اعتبار سه ماه و یا واریز وجه نقد به حساب سپرده اداره کل به شماره ۲۱۹۶۴۵۴۴۰۵۰۰۲ نزد بانک صادرات به مبلغ ۲/۶۰۰/۰۰۰/۰۰۰ (ریال) به حروف: (دو میلیارد و ششصد میلیون ریال).
۸	**مبلغ برآوردی موضوع مناقصه:** ۶۳/۸۵۴/۰۶۹/۲۰۷ ریال می‌باشد.
۹	**تاریخ، زمان و محل گشایش اسناد مناقصه‌گران:** روز یکشنبه تاریخ ۹۷/۲/۲۳ راس ساعت ۱۵ در محل دفتر مدیرکل واقع در طبقه سوم ساختمان اداری به نشانی مندرج در بند ۲ آگهی توضیح: در روز گشایش اسناد مناقصه، ابتدا پوشه اسناد ارزیابی کیفی باز شده و جهت بررسی به کمیته فنی و بازرگانی ارجاع می‌گردد سپس شرکت‌هایی که حداقل امتیاز ارزیابی کیفی را اخذ نمایند به کمیسیون مناقصه جهت گشایش پوشه‌های الف، ب و ج معرفی می‌گردند.
۱۰	**شرایط الزامی شرکت در مناقصه:** ۱- داشتن حداقل رتبه ۵ رشته آب از سازمان برنامه و بودجه ۲- مناقصه‌گرانی که در پنج سال اخیر با این اداره کل قرارداد داشته‌اند مکلفند رضایت‌نامه مرتبط با قراردادهای خود را با مهر و امضای بالاترین مقام دستگاه (مدیرکل) ارائه نمایند. ۳- ارایه سابقه کار مطابق با شرایط اسناد مناقصه. ۴- ارائه صورت‌های مالی حسابرسی شده منتهی به پایان سال ۹۵ (که در دفتر اسناد رسمی برابر اصل شده باشد.) ۵- مرتبط بودن موضوع فعالیت شرکت در اساسنامه با موضوع مناقصه. ۶- گواهی عدم بدهی (از اداره کل امور مالی سازمان بنادر) یا ارائه درخواست ازطریق نمابر اداره کل امور مالی با شماره ۰۲۱-۸۴۹۳۲۵۱۵ و ۰۲۱-۸۸۶۵۱۰۷۴ و ۰۲۱-۸۸۶۵۱۰۷۴
۱۱	**بهای اسناد مناقصه:** بهای دریافت اسناد به مبلغ ۱/۰۰۰/۰۰۰ (یک میلیون) ریال می‌باشد که لازم است ازطریق سامانه و قبل از دریافت اسناد توسط مناقصه‌گران به شماره حساب ۲۱۷۶۴۵۴۰۱۰۰۴ بانک ملی (حساب مناقصه‌گزار) واریز گردد.

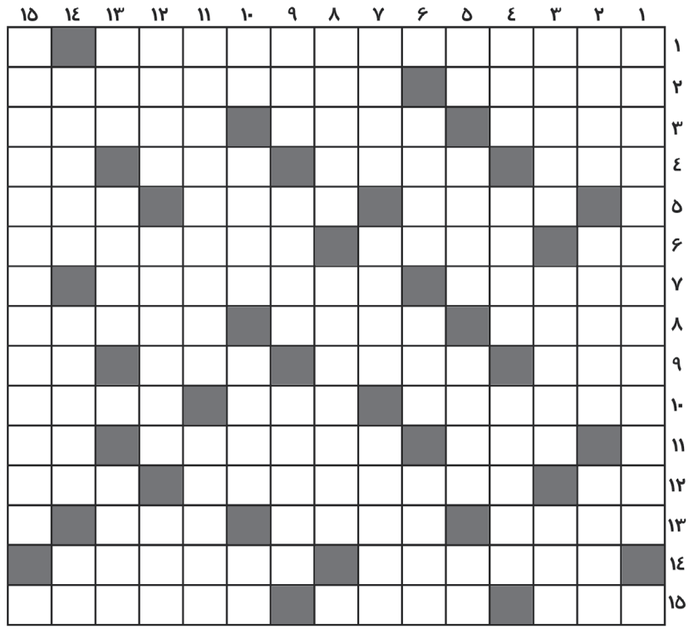
روابط عمومی اداره کل بنادر و دریانوردی استان گیلان

آگهی تغییرات شرکت ولکان دنیز آذربایجان سهامی‌خاص به شماره ثبت ۴۳۷۵۴۹ و شناسه ملی ۱۴۰۰۲۹۳۴۸۱۱

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق‌العاده مورخ ۱۳۹۶/۷/۱۳ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: اعضای هیئت‌مدیره برای دو سال به قرار ذیل تعیین گردیدند: آقای حسین شکری قره‌طورق با کد ملی ۱۵۳۲۸۱۶۸۶۳ به سمت رئیس هیئت‌مدیره آقای احمدرضا قدیری با کد ملی ۰۹۳۸۸۳۱۹۳۳به سمت مدیرعامل و عضو هیأت مدیره آقای حسن شکری قره طورق به کدملی ۱۵۲۰۰۳۰۷۱۱ به سمت نائب رئیس هیئت‌مدیره کلیه اوراق و اسناد تعهدآور شرکت از قبیل چک برات سفته قراردادها و عقود اسلامی و نیز اوراق عادی شرکت با امضای رئیس هیئت‌مدیره به تنهایی به همراه مهر شرکت دارای اعتبار می‌باشد.

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور
اداره ثبت شرکت‌ها و مؤسسات غیرتجاری تهران

جدول شماره ۱۱۰۹۲



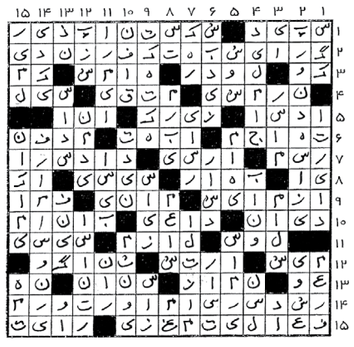
طراح این هفته: علی مرادی

افقی:

۱- فرصتی است مغتنم برای سفر به کوه و دشت و دامن صحرا ۲- برشما هموطنان عزیز و ارجمند مبارک باد- یکی از ویژگی‌های انسان مؤمن و مردم دوست ۳- تبلیغات کوتاه تلویزیونی - لباسی برای خانم‌ها- یکی از زیباترین دیدنی‌های طبیعت ۴- قصه موزون و عامیانه برای کودکان- آورنده شرع- سقف بلند آسمان- کلمه نهیب زدن ۵- مادر گرامی حضرت اسماعیل علیه‌السلام- کوبنده مطبخ- کشتی کوچک ۶- آفت و آسیب- واحد پول کشور نروژ- از پرندگان نادر در طبیعت ۷- چشمک زن شب- شهری در استان هرمزگان ۸- فدراسیون بین‌المللی کشتی- مرکز استان مازندران- پیامبر اکرم(ص) می‌فرمایند؛ برکت علم در گرو احترام به وی می‌باشد ۹- جنگ خطرناکی که سالهاست استکبار جهانی بر علیه مسلمانان جهان آغاز کرده است- خانه کرم ابریشم- لیست غذا- باری که به منزل نمی‌رسد ۱۰- یکی از محله‌های قدیمی تهران- مدار بی‌پایان - موجود خیالی که بچه‌ها را با آن می‌ترسانند ۱۱- سوگلی سازهای ایرانی- ستاره شناس مشهور ایتالیایی که نخستین تلسکوپ جهان را ساخت- حرف انتخاب ۱۲- علامت جمع در زبان عربی- روشی در زندگی که امام علی علیه‌السلام بر انجام آن اصرار داشت- نوعی آچار ۱۳- مجسمه‌ساز مشهور فرانسوی- از پهلوانان تاریخ ایران- زبانی‌اش دردناک‌تر از شمشیر آن است ۱۴- در زبان طنز به افراد بی مو و کچل می‌گویند- نژاد مردم ایران ۱۵- بخشی از لوله گوارش که بین دهان و مری قرار دارد- کشیدنی اسب- خالق رمان آوای وحش.

عمودی:

۱- جنگ میان این دو تراژدی نبرد بر سر آزادی در شاهنامه است ۲- قطعه‌ای در دوربین عکاسی- از داروهای گیاهی- امام صادق می‌فرمایند، اگر بر خداوند باشد اولین رکن ایمان است ۳- از بلایای طبیعی- قلعه حسن صباح بر فراز این قله کوه بنا شده است- وسیله‌ای برای بالا کشیدن آب از چاه ۴- از قدیم گفته‌اند نزد ایرانیان است و بس - پایتخت کشور غنا- قسمت پایین کوه ۵- آب روستایی- مسجدی که حجاج در آن لباس احرام می‌پوشند - دریانورد آمریکایی که کاشف قطب شمال است - مرتجع لاستیکی ۶- تیغ دو لبه سلامتی- شبی که پایانش سفید است- نوعی پسوند کلامی که تکیه اصلی بر روی هجای نخست است ۷- کوزه گر - کشوری در دامنه اورست- بندری مهم در استان بوشهر ۸- مکانی برای عبادت ترسایان- از کوسه‌های خطرناک در خلیج فارس ۹- صاف و هموار- نوعی حمله- جذاب و زیبا ۱۰- حرف همراهی- کشوری که مردم آن سخت به ارزش زمان توجه دارند - رهبر انقلاب چین - ردیف عامیانه ۱۱- پرافتخارترین سلسله شاهان تاریخ ایران- انقلاب جراحی چشم در سالهای اخیر ۱۲- کلمه‌ای که در لغت معنی خردمندان را می‌رساند - شهرک دیدنی و تاریخی استان گیلان- از نشانه‌های زیبایی برای زنان هند ۱۳- از درختان جنگلهای شمال- فیلسوفی که آغازگر سنت انتقادی فلسفه در اروپا است- از خلفای بنی عباس ۱۴- یکی از کهن‌ترین پایتخت‌ها در جهان- از گیاهان دارویی- سلطه و نفوذ ۱۵- قصیده بلندی از پدر شعر فارسی.



شرایط و فرم اشتراک نشریات کیهان در تهران

متقاضیان محترم می‌توانند با توجه به جدول زیر نسبت به انتخاب هر یک از نشریات مورد علاقه و واریز مبلغ اشتراک به شماره کارت ۶۲۷۵ ۴۳۹۷ ۳۳۷۷ ۶۱۰۴ **بانک ملت و یا حساب ۰۱۰۶۷۱۳۵۹۵۰۰۹ (سیبا)** بانک ملی شعبه سعدی جنوبی کد۶۹ به نام حسین شریعتمداری(مؤسسه کیهان) و ارسال اصل فیش بانکی همراه با فرم تکمیل شده ذیل به **صندوق پستی ۱۱۳۶۵/۳۶۳۱** یا پست سفارشی نسبت به برقراری اشتراک خود اقدام نمایند.

نوع نشریه	یکساله (ریال)	شش ماه (ریال)	سه ماهه (ریال)
روزنامه کیهان	۳/۷۲۰/۰۰۰	۱/۸۶۰/۰۰۰	۹۳۰/۰۰۰
روزنامه کیهان انگلیسی	۶/۷۲۰/۰۰۰	۳/۳۶۰/۰۰۰	۱/۶۸۰/۰۰۰
روزنامه کیهان عربی	۶/۷۲۰/۰۰۰	۳/۳۶۰/۰۰۰	۱/۶۸۰/۰۰۰
مجله کیهان ورزشی	۱/۶۸۴/۸۰۰	۸۴۲/۴۰۰	۴۲۱/۲۰۰
مجله زن روز	۱/۶۸۴/۸۰۰	۸۴۲/۴۰۰	۴۲۱/۲۰۰
مجله کیهان بچه‌ها	۱/۱۰۲/۴۰۰	۵۵۱/۲۰۰	۲۷۵/۶۰۰
مجله کیهان فرهنگی	۲۵۴/۵۰۰	———	———

توجه:

۱- اشتراک عزیزانی که فرم درخواست آنها تا دهم هر ماه به امور مشترکین برسد از اول ماه بعد برقرار می‌شود.
۲- یک نسخه از کپی فیش بانکی و قبض سفارشی را تا پایان مدت اشتراک حتما نزد خود نگهداری نمائید.
۳- در صورت تغییر قیمت نشریات و یا هزینه پستی، معادل مبلغ پرداخت شده، نشریه مورد تقاضا ارسال می‌گردد.
۴- در صورت تمایل به اشتراک چند نشریه، برای هر کدام فیش بانکی جداگانه تهیه فرمائید.
۵- قبض پرداختی را می‌توانید به شماره **۰۹۱۲۷۹۳۲۵۶۸** با ذکر مشخصات در **کانال تلگرام** قرار داده و به امور مشترکین اطلاع دهید.

فرم تقاضا

نام: ..... نام خانوادگی: ..... نوع نشریه: ..... تعداد نسخه: ..... مدت: ..... ماه
مبلغ پرداختی: ..... ریال شماره فیش بانکی: ..... تلفن: ..... تلفن همراه: .....
آدرس: .....
کد پستی: ..... پست الکترونیکی: ..... امضاء

شماره اشتراک: .....

امور مشترکین
موسسه کیهان

تلفن: ۳۳۹۱۳۲۳۸ ۰۲۱ نمابر: ۳۵۲۰۲۴۳۸ ۰۲۱