گالیا توانگر

بخش پایانی

ایام پایان سال و ضرورت رسیدگی به کارنامه اعمال

حسابرسی روزانه اعمال و رهسپاری به‌سوی موفقیت

یک برنامه‌ریز تحصیلی و شغلی: پیش از آنکه بفهمید باید چگونه برنامه‌ریزی کنید؟ باید بدانید که هم‌اکنون، چگونه امور روزانه‌تان را مدیریت می‌کنید؟ اگر مجبور هستید که به مدرسه یا محل کار بروید ساعاتی که در مدرسه یا محل کار می‌گذرانید، قبلاً برای شما مدیریت شده است و نمی‌توانید برای آنها برنامه‌ریزی کنید، ولی در وقت آزادتان آزادی عمل بسیار بیشتری دارید.

راه غلبه بر نفس، محاسبه است. بعضی اولیای خدا یک دفتری همراه خود داشتند و هر کاری که می‌کردند می‌نوشتند، در آخر روز هم حساب کارهای خود را می‌کردند که ما در این روز چه کردیم؟ چه مقدار اطاعت خداوند متعال را نمودیم، چه مقدار سرپیچی و نافرمانی کردیم؟

امام موسی کاظم(ع) فرمودند: «از ما نیست کسی که هر روز به‌حساب نفس خود نرسد؛ پس اگر کار خوبی انجام داده بود خدا را شکر کند و از خدا بخواهد که آن کار را بیشتر و بهتر بتواند انجام دهد و اگر کار بدی انجام داده بود، استغفار و توبه نماید.» (بحارالانوار، ۶۷/۷۲)

حضرت رسول اکرم (ص) فرمودند: «انسان مؤمن نخواهد بود، تا این‌که به‌حساب نفسش برسد؛ شدیدتر از حسابرسی شریک با شریکش و مولی با بنده‌اش.» (بحارالانوار، ۶۷/۷۲)

امام صادق(ع) نیز فرمودند: «قلب، حرم خداوند متعال است، پس در حرم او غیر او را ساکن نکن.» (بحارالانوار، ۶۷/۲۵) (جامع الاخبار ۵۱۸)

گاهی هواپیما برای فرود آمدن به‌طرف فرودگاه می‌آید، ولی به خلبان پیغام می‌دهند به علت شلوغ بودن و فرود هواپیماهای زیادی در فرودگاه، فعلاً فرود آمدن ممکن نیست. شب قدر هم ملائکه بر قلب ما نازل می‌شوند، لکن جای خالی برای فرود آمدن پیدا نمی‌کنند! (زیرا قلب ما پر از محبت دنیا، خانه، ماشین، پست و مقام، پول و ثروت و حب معروف شدن و مشهور شدن و... است) لذا برمی‌گردند. قلب خودت را از غیر خدا خالی کن تا نور خدا و ملائکه خدا بر قلب تو نازل شود.

شخصی به حضرت امیرمؤمنان علی(ع) عرض کرد: «شما چگونه به این مقام رسیدید؟» حضرت فرمودند: «جلوی در خانه دل نشستم و غیر خدا را راه ندادم. در کندوی زنبورها همیشه چند زنبور ایستاده‌اند و اگر اجنبی یا زنبوری که روی گل‌های بدبو نشسته، بخواهد داخل شود، جلوی او را می‌گیرند و نمی‌گذارند داخل شود، ما هم باید از این زنبورها یاد بگیریم.»

هر روز به‌حساب اعمال خود رسیدگی کنید

استاد اخلاق حضرت آیت‌الله مجتهدی تهرانی(ره) در مورد رسیدگی به‌حساب اعمال خود در این دنیا می‌گوید: «کسی که هر روز حساب کار خودش را نکند که من امروز چه‌کار کرده‌ام؟ کار خوب انجام داده‌ام یا کار بد، اگر کار خوب انجام داده، الحمدلله بگوید و اگر کار بد انجام داده استغفار کند، اگر کسی این کار را نکند، حضرت امام کاظم(ع) می‌فرماید: این فرد از ما نیست.»

این استاد اخلاق در ادامه می‌گوید: «باید همان‌طور که بازاری‌ها شب به شب حساب کار خودشان را می‌کنند که امروز چقدر واردات جنسی، صادرات جنسی، واردات نقدی و صادرات نقدی داشتند؟ و چرتکه می‌اندازند، ما هم باید دفتری داشته باشیم و از صبح تا غروب هر کاری کردیم، شب‌به‌شب در آن بنویسیم.»

آیت‌الله مجتهدی تهرانی(ره) در مورد محاسبه گناهان در یک روز می‌گوید: «خدای نکرده به نامحرم نگاه کردیم بنویسیم، غیبت کردیم بنویسیم و...، بعد اگر دیدیم کار بد انجام داده‌ایم، استغفار کنیم و اگر کارهای خوب انجام داده‌ایم خدا را شکر کنیم.»

چطور عادت‌های بد را ترک کنیم؟

نگاهی به خودتان بیندازید. ببینید چند عادت بد را می‌توانید درخصوص خودتان برشمرید؟ عادت‌های بد، زندگی شما را مختل می‌کنند و از رسیدن به اهدافتان جلوگیری می‌کنند، آنها سلامت شما را به خطر می‌اندازند- هم ذهنی و هم فیزیکی و زمان و انرژی شما را هدر می‌دهند. پس چرا ما هنوز هم آنها را انجام می‌دهیم؟ و مهم‌تر از همه اینکه آیا کاری هست که بتوانید در مورد آن انجام دهید؟ چطور می‌توان رفتارهای بد خود را حذف کرد و به‌جای آنها عادت‌های خوب پیدا کنید؟ چه چیزی باعث عادت‌های بد می‌شود؟

مریم رسولیان یک مشاور برایمان توضیح می‌دهد: «اغلب اوقات، عادت‌های بد، تنها راه مقابله با استرس و خستگی هستند. همه چیز از گاز گرفتن ناخن‌های شما برای خرج کردن هزینه‌های خرید در هر هفته برای هدردادن زمان در اینترنت می‌تواند یک واکنش ساده به استرس و ملالت باشد، اما نباید این‌طور باشد. شما می‌توانید راه‌های جدید و سالمی را برای مقابله با استرس و خستگی یاد بگیرید و جایگزین عادت‌های بدتان کنید. البته گاهی اوقات استرس یا خستگی که روی سطح است در حقیقت ناشی از مسائل عمیق‌تر است. این مسائل می‌تواند سخت باشد و در مورد آن فکر کنید، اما اگر در مورد ایجاد تغییراتی جدی هستید پس باید با خودتان صادق باشید.»

وی در ادامه می‌گوید: «آیا چیزی عمیق‌تر از این وجود دارد- یک ترس، یک رویداد، یا یک عقیده محدودکننده- که باعث می‌شود به چیزی که برای شما بد است ادامه دهید؟ تشخیص علل عادت‌های بد شما برای غلبه بر آنها مهم است. شما باید یک عادت بد را حذف کنید، آن را جایگزین کنید. تمام عادت‌هایی که شما در حال حاضر دارید- خوب یا بد- به یک دلیلی در زندگی شما وجود دارد. به‌نوعی، این رفتارها برای شما خوشایند به نظر می‌رسند، حتی اگر به روش‌های دیگری برای شما بد باشند.

بعضی اوقات این منفعت زیستی است مانند: سیگار کشیدن یا مواد مخدر. گاهی اوقات احساسی مانند: آن زمانی است که در رابطه‌ای که برای شما بد است، بمانید و در بسیاری از موارد، عادت بد شما یک روش ساده برای مقابله با استرس است.

برای مثال، ناخن‌های خود را گاز بگیرید، موهای خود را بکشید، به پاهای خود ضربه بزنید و یا فکتان را به هم بزنید. این «مزایا» و یا دلایل گسترش عادت‌های بد کوچکی هستند. به عنوان مثال، به‌محض اینکه روی کامپیوترتان کلیک کنید، ممکن است به شما احساس متصل بودن کند. همزمان با نگاه‌کردن به تمام این ایمیل‌ها، بهره‌وری شما را از بین می‌برد، توجه شما را به هم تقسیم می‌کند و استرس شما را از بین می‌برد.»

این مشاور در تکمیل صحبت‌هایش برای رفع عادت‌های بد راهکار جایگزینی با عادت‌های خوب را توصیه می‌کند و می‌گوید: «از آنجا که عادت‌های بد نوعی از مزایای زندگی شما را فراهم می‌کنند، بسیار دشوار است که آنها را حذف کنید. به همین دلیل است که توصیه ساده‌ای مانند توقف انجام کار به‌ندرت کار می‌کند. در عوض، شما باید یک عادت بد را با یک عادت جدید جایگزین کنید که مزایای مشابهی را دارد. به عنوان مثال، اگر زمانی که استرس دارید، سیگار بکشید، برنامه توقف سیگار کشیدن وقتی که استرس برایتان اتفاق می‌افتد، به یکباره جواب نمی‌دهد. در عوض، شما باید راه دیگری برای مقابله با استرس پیدا کنید. بهتر است عادت‌های بد خود را با رفتار سالم‌تر جایگزین کنید که همان نیاز را برطرف می‌کند.»

برنامه‌ریزی برای فرد بهتر شدن

بدون شک، برنامه‌ریزی در زندگی موجب می‌شود تا فرد موفق‌تری باشیم و بهتر بتوانیم از زمان خود استفاده کنیم. ولی یادگیریِ نحوهٔ برقراریِ تعادل، میان وظایف گوناگون در زندگی، کاری چالش‌برانگیز است گاهی کار، مدرسه و وظایف روزانه روی هم انباشته می‌شوند و درعین‌حال، دوستان یا خانواده نیز از ما انتظار دارند که به آنها کمک کنیم. علاوه بر این کارها، باید زمانی را هم به رسیدگی به خودمان اختصاص دهیم. ولی در صورتِ داشتنِ یک برنامهٔ روزانه، انجام این وظایف امکان‌پذیرتر می‌شود. با برنامه‌ریزی‌کردن می‌توانید میان اهداف کوتاه‌مدت و بلندمدت خود تعادل برقرار کنید و چیزهای مهم در زندگی‌تان را اولویت‌بندی کنید.

محمد مهری‌زاد یک برنامه‌ریز تحصیلی و شغلی برایمان توضیح می‌دهد: «پیش از آنکه بفهمید باید چگونه برنامه‌ریزی کنید؟ باید بدانید که هم‌اکنون، چگونه امور روزانه‌تان را مدیریت می‌کنید؟ اگر مجبور هستید که به مدرسه یا محل کار بروید، ساعاتی که در مدرسه یا محل کار می‌گذرانید، قبلاً برای شما مدیریت شده است و نمی‌توانید برای آنها برنامه‌ریزی کنید، ولی در وقت آزادتان، آزادی عمل بسیار بیشتری دارید. چند روزی را به بررسی اینکه چگونه وقتتان را می‌گذرانید؟ سپری کنید. یادداشت کنید که هر روز دقیقاً چه‌کارهایی انجام می‌دهید؟ با دقت توجه کنید که وقت آزادتان را چگونه می‌گذرانید؟ آیا به بازی‌های رایانه‌ای مشغول می‌شوید یا خانه را تمیز می‌کنید؟ فهرستی از این کارها درست کنید و در آن ذکر کنید که برای انجام هر کار، چقدر زمان صرف می‌کنید.»

وی در ادامه می‌گوید: «احتمالاً بخش نسبتاً زیادی از روزتان را صرفاً برای رفت وآمد به محل کار یا مدرسه یا بیرون رفتن برای انجام کارهای مختلف صرف می‌کنید، اما این همان زمانی است که برای نظم دادن به روزهایتان و انجام وظایف مهم نیاز دارید. توجه کنید که این رفت‌وآمدها معمولاً چقدر زمان شما را می‌گیرند؟ و در برنامه‌ریزی روزانه‌تان، زمان کافی را به این رفت‌وآمدها اختصاص دهید.»

این برنامه‌ریز تحصیلی و شغلی می‌افزاید: «انجام برنامه‌ریزی روزانه تا حد زیادی به فهمیدن این مسئله مربوط می‌شود که کارهایی که طبق عادت انجام می‌دهید، چه تأثیری بر زندگی روزانهٔ شما می‌گذارند؟ گاهی این کارها، عادت‌های بدی هستند که مانع دستیابی به اهدافتان می‌شوند. درحالی‌که بعضی از این کارها، برای رسیدن به اهداف، ضروری هستند. وقتی برای خود برنامه‌ریزی می‌کنید، به نقشی که عادت‌هایتان در زندگی شما ایفا می‌کنند نیز فکر کنید. پس از یافتنِ عادتی که مانع از دستیابیِ شما به اهدافتان یا چیزهایی که آرزو دارید می‌شود، به دنبال راه‌هایی برای تغییر آن عادت باشید تا بتوانید استفاده بهتری از زمانتان ببرید. این کار می‌تواند به‌سادگی تعیین محدودیت‌هایی برای کارهایی خاص، مانند بازی‌های رایانه‌ای باشد.

مثلاً می‌توانید تنها زمانی به خودتان اجازهٔ انجام این بازی‌ها را بدهید که انجام وظایف مرتبط با هدف بلندمدت خود را تمام کرده‌اید. شاید لازم باشد که یاد بگیرید وقتی دیگران از شما می‌خواهند برایشان کاری انجام دهید، به آنها نه بگویید تا بتوانید وقتی را نیز به خودتان اختصاص دهید.»

وی در پایان توصیه می‌کند: «شاید بعضی اوقات در روز، زمانتان را هدر می‌دهید. بسیاری از این موارد اجتناب‌ناپذیر هستند، مانند رفت‌وآمدهای صبح یا رفتن به اداره پست در وقتِ ناهار که شلوغ‌ترین زمانِ روز است. به برنامه‌ریزی‌تان نگاهی بیندازید و زمان‌هایی که در آنها وقتتان به هدر می‌رود را بیابید. به این فکر کنید که چگونه می‌توانید برنامه‌ریزی‌تان را تغییر دهید تا این زمان‌های تلف‌شده کاهش پیدا کنند.

اگر نمی‌توانید زمان‌بندی کارها را تغییر دهید، شاید بتوانید به طور همزمان، چند کار را با هم انجام دهید. مثلاً صبح‌ها با اتوبوس به مدرسه یا محل کار بروید و در طول مسیر، از مطالعهٔ کتاب لذت ببرید. معمولاً بهتر است که از پیش، برای هر روز برنامه‌ریزی کنید.

یک مشاور: چنانچه زمانی که استرس دارید، سیگار بکشید برنامه توقف سیگار کشیدن وقتی که استرس برایتان اتفاق می‌افتد به یکباره جواب نمی‌دهد. در عوض، شما باید راه دیگری برای مقابله با استرس پیدا کنید. بهتر است عادت‌های بد خود را با رفتار سالم‌تر جایگزین کنید که همان نیاز را برطرف می‌کند.

اگر قبلاً هرگز برنامه‌ریزی نکرده‌اید، شاید کمی زمان ببرد تا بتوانید در برنامه‌ریزی‌تان، تمام کاستی‌ها و ویژگی‌ها را در نظر بگیرید. انتظار نداشته باشید که در نخستین روز یا حتی نخستین هفته، همه چیز را متوجه شوید.

یک ساعت یا بیشتر وقت بگذارید و تمام کارهایی را که هر روز انجام می‌دهید (و کارهایی را که انجام نمی‌دهید ولی باید انجام دهید) بنویسید. اگر به یاد آوردن تمام کارها سخت است، همیشه دفترچه یادداشت کوچکی با خود داشته باشید و در طول روز، تمام کارهایی را که انجام می‌دهید، یادداشت کنید.»

وزارت نیرو
شرکت برق منطقه‌ای تهران
شرکت سهامی برق منطقه‌ای تهران

آگهی تجدید فراخوان ارزیابی کیفی مناقصه شماره (۱۴۰۰/۱۲۰۳۸)

شرکت سهامی برق منطقه‌ای تهران در نظر دارد جهت «تعمیر و نگهداری PM شبکه برق منطقه‌ای تهران» از طریق تجدید فراخوان ارزیابی کیفی **(فراخوان ارزیابی کیفی در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به شماره ۲۰۰۰۰۰۱۰۰۸۰۰۰۱۶۴)** نسبت به شناسائی پیمانکاران واجد شرایط زیر در سامانه تدارکات الکترونیک دولت اقدام نماید.

- دارا بودن سابقه اجرایی و گواهی حسن انجام کار در زمینه تعمیر و نگهداری شبکه انتقال و فوق توزیع
- دارا بودن گواهینامه صلاحیت ایمنی از وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی مرتبط با موضوع مناقصه
- دارا بودن حداقل گواهی نامه صلاحیت پایه ۲ در رشته نیرو از سازمان برنامه و بودجه کشور

بدین وسیله از کلیه شرکتهای واجد شرایط که مایل به شرکت در این ارزیابی کیفی هستند دعوت می‌گردد جهت **دریافت اسناد ارزیابی کیفی از تاریخ ۱۴۰۱/۰۱/۱۵ الی ۱۴۰۱/۰۱/۱۸ به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به آدرس www.setadiran.ir مراجعه و برای دریافت اسناد کیفی اقدام نمایند.**

اسناد تکمیل شده بایستی تا پایان مورخ ۱۴۰۱/۰۲/۰۴ از طریق سامانه مذکور www.setadiran.ir ثبت گردد. قابل ذکر است که به اسناد تحویل شده بعد از تاریخ مذکور ترتیب اثر داده نخواهد شد.

علاقمندان به شرکت در مناقصه می بایست جهت ثبت‌نام و دریافت گواهی امضای الکترونیکی (توکن) با شماره‌های دفتر ثبت‌نام ۸۸۹۶۹۷۳۷ و ۸۵۱۹۳۷۶۸ و مرکز تماس ۲۷۳۱۳۱۳۱ تماس حاصل نمایند.

شرکت برق منطقه‌ای تهران پس از بررسی اسناد و مدارک واصله و اطلاعات مندرج در پرسشنامه در چارچوب ضوابط و مقررات نسبت به ارزیابی کیفی شرکتها اقدام و ازشرکتهای واجد شرایط جهت دریافت اسناد مناقصه دعوت بعمل خواهد آورد.

بدیهی است ارائه مدارک و پرسشنامه‌های تکمیل شده هیچگونه حقی را برای متقاضیان جهت شرکت در مناقصه ایجاد نخواهد کرد.

ضمناً اطلاعات فوق در شبکه اطلاع رسانی www.tavanir.org.ir (مناقصات برق تهران) و پایگاه ملی مناقصات http://iets.mporg.ir موجود می‌باشد.

علاقمندان به شرکت در مناقصه می بایست جهت ثبت‌نام و دریافت گواهی امضای الکترونیکی (توکن) با شماره‌های دفتر ثبت‌نام ۸۸۹۶۹۷۳۷ و ۸۵۱۹۳۷۶۸ و مرکز تماس ۲۷۳۱۳۱۳۱ تماس حاصل نمایند.

سامانه تدارکات الکترونیکی دولت www.setadiran.ir
پایگاه ملی اطلاع رسانی مناقصات http://iets.mporg.ir
پایگاه اطلاع رسانی مناقصات شرکت توانیر http://tender.tavanir.org.ir
پایگاه اطلاع‌رسانی مناقصات شرکت برق منطقه‌ای تهران www.trec.co.ir

الف ۴۲۴۷
شناسه آگهی: ۱۲۹۱۱۱۷
روابط عمومی
شرکت برق منطقه‌ای تهران

آگهی تغییرات شرکت ساختمانی جنت‌سازان سهامی خاص به شماره ثبت ۶۰۸۳۱ و شناسه ملی ۱۰۱۰۱۰۵۸۷۵۵

به استناد صورتجلسه هیئت مدیره مورخ ۱۳۹۷/۰۴/۳۰ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: آقای مختار نورانی به شماره ملی ۵۳۰۹۷۸۷۰۲۱ به سمت رئیس هیئت مدیره- آقای محمدتقی ربیعی به شماره ملی ۰۵۳۳۹۰۶۳۸۵ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره- آقای حسن ربیعی به شماره ملی ۰۵۳۳۸۴۱۱۰۰ به سمت مدیرعامل و عضو هیئت مدیره انتخاب شدند کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور شرکت از قبیل چک، سفته، بروات، قراردادها و عقود اسلامی با امضاء آقایان مختار نورانی و حسن ربیعی همراه با مهر شرکت معتبر و اوراق عادی با امضاء هر یک از آقایان مختار نورانی،حسن ربیعی و محمدتقی ربیعی با مهر شرکت معتبر می‌باشد. محل شرکت به آدرس تهران تهرانپارس- قنات کوثر- خ مطهری- کوچه هفتم مرکزی- پلاک ۳۹- واحد ۴ کدپستی: ۱۶۸۹۹۴۷۸۱۴ انتقال یافت.

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

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی سالیانه شرکت زیست خاور سهامی خاص در حال تصفیه به شماره ثبت ۲۳۰۴۴ و شناسه ملی ۱۰۱۰۰۶۸۵۱۵۵

بدینوسیله به اطلاع کلیه سهامداران محترم می‌رساند جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه شرکت زیست‌خاور (سهامی خاص) در حال تصفیه در ساعت ۱۱ صبح روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۱/۲۴ به آدرس تهران- بخش مرکزی شهر تهران- محله داوودیه- کوچه هشتم- خیابان نیل- پلاک ۱۳ طبقه همکف برگزار می‌گردد. خواهشمند است دستور فرمایید، شخصاً و یا وکلای خویش را جهت حضور در مجمع یاد شده معرفی نمایند.

دستور جلسه:
* استماع گزارش مدیر تصفیه و ناظر تصفیه، بازرس قانونی.
* بررسی و تصویب صورتهای مالی منتهی به ۱۴۰۰/۱۲/۲۹
* انتخاب حسابرس، بازرس قانونی، ناظر تصفیه برای سال مالی ۱۴۰۱
* انتخاب مدیر تصفیه

هوشنگ دهستانی
مدیر تصفیه شرکت زیست‌خاور (سهامی خاص) در حال تصفیه

آگهی تغییرات شرکت نقشه‌برداران دیماور کرج (سهامی خاص) به شماره ثبت ۴۸۱۰ و شناسه ملی ۱۰۱۰۰۲۲۹۱۸۰

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی به‌طور فوق‌العاده مورخ ۱۳۹۷/۰۴/۱۰تصمیمات ذیل اتخاذ شد:- آقای علی قربانی چناری به شماره ملی ۵۶۹۹۰۳۹۹۹۶ به سمت رئیس هیئت مدیره و آقای محمد ترکاشون به شماره ملی ۳۹۷۹۶۶۳۱۱۶ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره و آقای غفار قربانی چناری به شماره ملی ۵۶۹۹۰۴۱۶۱۳ به سمت عضو هیئت مدیره و مدیرعامل و آقای بهنام قربانی چناری به شماره ملی ۰۰۱۱۳۵۳۳۵۱ به سمت عضو علی‌البدل هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب گردیدند.- کلیه اوراق و اسناد بهادار و تعهدآور شرکت از قبیل چک، سفته، بروات، قراردادها و عقود اسلامی و نامه‌های عادی و اداری با امضاءمدیرعامل یا رئیس هیئت مدیره منفرداً همراه با مهر شرکت معتبر خواهد بود.
-آقای نظرعلی نقی‌پور چناری به شماره ملی ۵۶۹۹۰۳۸۰۳۵ به عنوان بازرس اصلی و آقای کیوان صالحی چناری به شماره ملی ۵۶۹۹۰۴۶۸۶۰ به عنوان بازرس علی‌البدل، برای مدت یکسال مالی انتخاب گردیدند.

حجت‌اله قلی‌تبار- سرپرست اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری شهرستان‌های استان تهران

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور
اداره کل ثبت اسناد و املاک استان تهران
مرجع ثبت شرکت‌ها و موسسات غیر تجاری شهریار

آگهی تغییرات شرکت گسترش پایا صنعت سینا سهامی خاص به شماره ثبت ۷۸۸۰۴ و شناسه ملی ۱۰۱۰۱۲۳۶۳۵۸

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق‌العاده مورخ ۱۳۹۹/۰۹/۱۵ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: روزنامه کثیرالانتشار کیهان جهت درج آگهی‌های شرکت تعیین شد. ترازنامه و حساب سود و زیان منتهی به ۱۳۹۸/۱۲/۲۹ به تصویب رسید.

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

سامانه پیام کوتاه کیهان و خوانندگان
۳۰۰۰ ۲۳۲۳

شرایط و فرم اشتراک نشریات کیهان در شهرستان‌ها سال ۱۴۰۰

متقاضیان محترم می‌توانند با توجه به جدول زیر نسبت به انتخاب هر یک از نشریات مورد علاقه و واریز مبلغ اشتراک به **شماره کارت ۶۱۰۴۳۳۷۷۴۳۹۷۶۸۴۵** بانک ملت به نام حسین شریعتمداری (موسسه کیهان) و ارسال اصل فیش بانکی همراه با فرم تکمیل‌شده ذیل به **صندوق پستی ۱۱۳۶۵/۳۶۳۱** با پست سفارشی نسبت به برقراری اشتراک خود اقدام نمایند.

نشریات	دوره انتشار	پست عادی			پست سفارشی		
		یکساله	شش‌ماهه	سه‌ماهه	یکساله	شش‌ماهه	سه‌ماهه
کیهان فارسی	روزانه	۹/۲۶۲/۰۰۰	۴/۶۳۱/۰۰۰	۲/۳۱۵/۵۰۰	۱۳/۴۲۰/۰۰۰	۶/۷۱۰/۰۰۰	۳/۳۵۵/۰۰۰
کیهان انگلیسی	روزانه	۱۵/۲۶۲/۰۰۰	۷/۶۳۱/۰۰۰	۳/۸۱۵/۵۰۰	۱۹/۴۲۰/۰۰۰	۹/۷۱۰/۰۰۰	۴/۸۵۵/۰۰۰
کیهان عربی	روزانه	۱۵/۲۶۲/۰۰۰	۷/۶۳۱/۰۰۰	۳/۸۱۵/۵۰۰	۱۹/۴۲۰/۰۰۰	۹/۷۱۰/۰۰۰	۴/۸۵۵/۰۰۰
کیهان ورزشی	هفتگی	۵/۴۶۲/۰۰۰	۲/۷۳۱/۰۰۰	۱/۳۶۵/۵۰۰	۹/۶۲۰/۰۰۰	۴/۸۱۰/۰۰۰	۲/۴۰۵/۰۰۰
مجله زن روز	هفتگی	۵/۴۶۲/۰۰۰	۲/۷۳۱/۰۰۰	۱/۳۶۵/۵۰۰	۹/۶۲۰/۰۰۰	۴/۸۱۰/۰۰۰	۲/۴۰۵/۰۰۰
مجله کیهان بچه‌ها	دوهفته نامه	۲/۷۳۱/۰۰۰	۱/۳۶۵/۵۰۰	۶۸۲/۷۵۰	۴/۸۱۰/۰۰۰	۲/۴۰۵/۰۰۰	۱/۲۰۲/۵۰۰
مجله کیهان فرهنگی	دوماهانه	۶۳۰/۰۰۰	-----	-----	۱/۱۰۰/۰۰۰	-----	-----

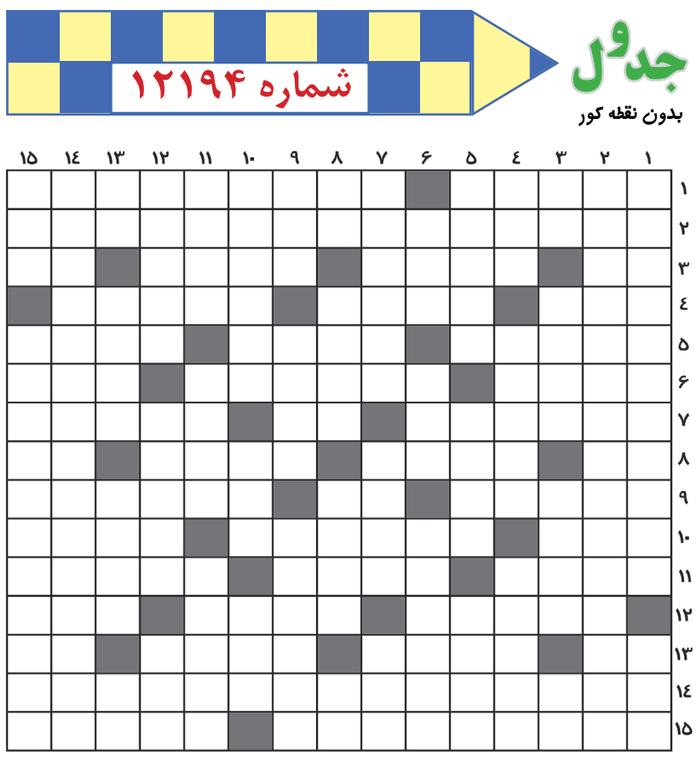
توجه
۱- کپی فیش بانکی و قبض سفارشی را تا پایان مدت اشتراک حتما نزد خود نگهداری نمائید.
۲- قبض پرداختی را می‌توانید به شماره ۰۹۱۲۷۹۳۲۵۶۸ با ذکر مشخصات در کانال تلگرام قرار داده و به امور مشترکین اطلاع دهید.
۳- در صورت تغییر قیمت نشریات و یا هزینه پستی، معادل مبلغ پرداخت‌شده، نشریه مورد تقاضا ارسال می‌گردد.
۴- مجموعه روزنامه‌های کیهان فارسی، کیهان انگلیسی و کیهان عربی در طول هفته در یک روز ارسال می‌شود.
۵- ارسال از طریق پست عادی قابل پیگیری نیست و موسسه هیچ‌گونه مسئولیتی در تاخیر یا عدم تحویل آن ندارد.
۶- در صورت تمایل به اشتراک چند نشریه، برای هر کدام فیش بانکی جداگانه تهیه فرمائید.
۷- همچنین برای اشتراک نشریات کیهان می‌توانید به دفاتر کیهان در سراسر کشور مراجعه فرمائید.

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

واحد آموزشی
روابط بین‌الملل موسسه کیهان
تلفن: ۳۵۲۰۲۲۷۸-۰۲۱ نمابر: ۳۳۹۱۰۹۲۲-۰۲۱

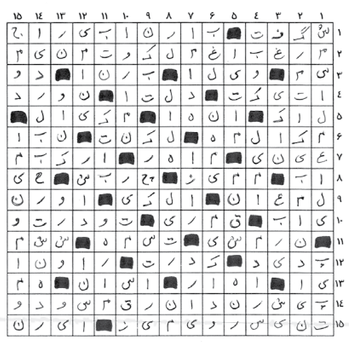
جدول شماره ۱۲۱۹۴

بدون نقطه کور



افقی:

۱- بیماری شایع در هند - تولید این نوع دیبای سیاه‌رنگ اکنون فراموش شده است ۲- پانزده حرف ازین بیت فردوسی را درین ردیف جای دهید: به دوزخ مبر کودکان را به پای، که دانا نخواند ترا پاک رای ۳- بازگردانیدن - مدرسه عالی فرنگی - اشاره با چشم و ابرو - رنگ سرخ ملایم ۴- ضمیر اشاره در تهران - امروزه سه کیلوگرم است - با هلال نازک مشخص می‌شود ۵- سنگینی و وقار - شهر تاج محل - ابزار بنایان ۶- بحرانی - وصف جنون غیردایمی - رسوم و آداب ۷- کارنامه، سیاهه فعالیت - دور دهان - دو حرف آخر الفبای انگلیسی ۸- خرس تازی- هجوم ناگهانی - هر مایع سکرآور - یاور چوپان ۹- روستایی در شمال مرند - رنج بردن - مستبد، دیکتاتور ۱۰- قفل‌شکن اینترنت - پایتخت شکرستان - نوعی روغن نباتی مضر ۱۱- روستای نابود شده شمیران - جوان - بزرگترین جزیره ژاپن ۱۲- عواید و دریافتی - استاد تهرانی - نام دو جزیره ما ۱۳- حشره‌ای خون‌خوار - ریشه پراشیدن - قومی در شمال ایران - پسوند جمع ۱۴- پانزده حرف ازین بیت پروین اعتصامی را درین ردیف جای دهید: درسها خواندند اما درس عار، اسب‌ها راندند اما بی‌فسار ۱۵- یادگاری از دوران سلاجقه در نزدیکی اصفهان - سرود و آواز.

عمودی:

۱- شگرد نخنما شده بعضی از مدیران ناموفق - جانوری در خاک ۲- پانزده حرف دیگر ازین بیت فردوسی را در ستون جای دهید: به دوزخ مبر کودکان را به پای، که دانا نخواند ترا پاک رای ۳- پیش آمد بند برای دسیسه - بهره‌مند - برادر گشتاسب شاهنامه - بوی ماندگی ۴- قوچ - شور - پدراندر ۵- فرومایگی - مسیر جذب غذا و آب در شکم - نهی شاعرانه از رنجیدن ۶- غربال آرد - رودی در مرز شرقی آلمان - راهی برای سخت کردن فولاد ۷- روشی برای حفظ بلندمدت مواد غذایی - شکرگزار - جوان عرب ۸- کاشف میکروب سل - سرازیر - عالم - از ضمایر ۹- در لغت به معنای وسط و میانه است - نگارگر - مجموعه‌ای از چند کشتی ۱۰- شهر مقر گوته در آلمان - بخشندگی - میوه‌ای پرخاصیت ۱۱- نشان نده! - امتیازی در ورزش‌های رزمی - سنگ نمک‌طعام ۱۲- ناگهان آشکار شدن - ماده اولیه نان جو- ناسپاسی در برابر خداوند ۱۳- علامت جمع- از شاهان ساسانی- سودویژه- پسوند شباهت ۱۴- پانزده حرف ازین بیت فردوسی را در ستون جای دهید: فراوان زسامش نهان داشتند، ورا رستخیز جهان داشتند ۱۵- موی گردن اسب - کتابی از لو تولستوی.