راهکارهای مهار آلودگی هوا به جز تعطیلی‌های پیاپی کدام‌اند؟

تقویت حمل‌ونقل عمومی برای کنترل روزهای دودی

بخش دوم

از نگاه ناظـــران، در بحـــث آلودگی هوا تعطیلی مدارس نباید نخستین راه‌حلی باشد که مسئولان اتخاذ می‌کنند، بلکه باید آخرین راه‌حل باشد. چین، هند، پاکستان، بنگلادش و دیگر کشـــورهای با هوای بسیار آلوده نیز تعطیلی مدارس را در دستور کار دارند؛ اما در وهله آخر و به‌عنوان واپسین راهکار. تردیدی نیســـت که معایب و مضرات ناشی از تعطیلی مدارس بسیار بیشـــتر از فواید آن است که عقب‌ماندگی دانش‌آموزان از برنامه درسی، تنبلی و بی‌انگیزگی، اتلاف وقت، خلل در برنامه کاری والدیـــن و غیره تنها چند مورد از ده‌ها معایب به‌شمار می‌رود.

در این میان باید همانند کشورهای توسعه‌یافته، ایمن‌ســـازی از مدارس آغاز شـــود کـــه به‌کارگیری دســـتگاه‌های تهویه هوا در کلاس، کاشت درختان و پوشش گیاهی در اطراف مدرسه، ساماندهی ساعات تردد متناسب با فعالیت مدارس در این زمینه اثرگذار است. در این میان انتظار می‌رود که مسئولان کشورمان از روند ایمن‌سازی مدارس گرفته تا اقدامات کاهنده آلودگی هوا در ســـطح کلان‌شـــهرها از تجارب سایر کشورها به‌عنوان موفق‌ترین کشور در کنترل آلودگی هوا طی سه دهه اخیر استفاده کنند.

راهکارهای مهار آلودگی هوا به‌غیر از تعطیلی مدارس

بهنام راســـخ کارمند پتروشیمی و ساکن شیراز در مورد هوای پاک به ما می‌گوید: «امروزه بخشـــی از احیای هوای پاک بر عهده شهروندان است با تردد بیش از حد خودروها هوای کلان‌شهرها به‌شدت آلوده است. اگر سیستم حمل‌ونقل عمومی به‌خصوص برای دانش‌آموزان رایگان می‌شد، خانواده‌ها در استفاده از سیستم حمل‌ونقل عمومی تشویق می‌شدند و والدین مجبور نبودند برای رساندن فرزندان خود به مدرسه خودرو را روشن کرده و در ساعات اولیه صبح در معابر شهری ترافیک سنگین ایجاد کنند.»

حسین افراشته ســـاکن فیروزآباد استان فارس درباره این معضـــل می‌گوید:«اگر زودتر فکری برای هوا نکنیم، دیگر جایی برای زندگی‌کردن نخواهد بود. باید فرهنگ استفاده از حمل‌ونقل عمومی برای مردم جا بیفتد و مردم از ناوگان عمومی حمل‌ونقل بیشتر استفاده کنند. مسئولان نیز تا می‌توانند سعی خود را بر تجهیز این ناوگان بگذارند.»

یوســـف نوری، وزیر آموزش‌وپرورش تأکید دارد: «در دنیا تا وقتی شاخص آلودگی کمتر از ۲۰۰ باشد، تعطیلی مدارس نداریم. در دنیا در موقعیت آلودگی هوای بنفش مقطع متوســـطه را هـــم اصلاً تعطیل نمی‌کننـــد و در دوره ابتدایی برخی جاها مدارس را تعطیل می‌کنند. کشورهایی نظیر مکزیک، فرانسه و... با گذر شاخص آلودگی از ۳۰۰ به بعد تعطیل می‌کنند.»

وزیر آموزش‌وپرورش در ادامه می‌افزاید: «خواهش می‌کنم منابع علمی و تجارب دنیا را در این زمینه نگاه کنید و صرفاً به بخش‌نامه سال ۱۳۹۷ هیئت وزیران در این حیطه اکتفا نکنید.»

وی می‌افزاید: «البته بچه‌ها باید ماسک بزنند و رعایت کنند، ولی نباید جریان تعلیم‌وتربیت به‌عنوان مهم‌ترین سرمایه اجتماعی و فرهنگی تعطیل شود.»

وزیر آموزش‌وپرورش درباره اظهارات اخیر خود مبنی بر درخواست تجدیدنظر در تغییر شاخص‌های در نظر گرفته شده آلودگی هوا برای تعطیلی مدارس، می‌گوید: «من شـــاخص‌های آلودگی هوا در دنیا را دیدم و کاری هم در این زمینه بچه‌های المپیادی ما انجام دادند و من‌بعد از آن موضع‌گیری کردم. در دنیا مدارس را به دنبال این شاخص آلودگی هوا (شاخص ۱۵۰) تعطیل نمی‌کنند. سلامت دانش‌آموز اولویت و اصل اول ما است، اما نه اینکه با شاخص آلودگی ۱۵۰ تعطیل کنیم.»

توصیه‌هایی برای محافظت کودکان

امین رشیدی کوچی شاغل در پتروشیمی، ساکن شیراز و پدر ۳ فرزند در مورد هوای پاک می‌گوید: «به نظر من آلودگی هوا انتقام طبیعت از بشر است. به‌خاطر عدم وجود واحدهای صنعتی در شیراز خوشبختانه هوای این‌جا بهتر از شهرهای صنعتی مانند اصفهان، اراک و... است و به‌خاطر آلودگی هوا تابه‌حال مدارس تعطیل نشده‌اند.»

کودکان، ســـالمندان، مادران بـــاردار و مبتلایان به بیماری‌های قلبی ریـــوی از جملـــه گـــروه‌هـــای در معـــرض خطـــر آلـــودگی هـــوا هســـتند. آلـــودگی هـــوا عـــلاوه بـــر سیستم تنفسی می‌تواند بر روی سایر ارگان‌ها نیز اثرات مخربی را به‌جای گذارد.

انســـیه بوشـــهری یک مربی بهداشت مدرسه برایمان می‌گوید: «مانـــدن در ترافیک و استنشاق هـــوای آلوده، سرعت ابتلا به آســـم را در کودکان افـــزایش می‌دهد. ورود آلاینده‌های موجود در هوای خیابان‌های پررفت‌وآمد موجب کاهش سطح اکسیژن خون می‌شود، بنابراین تا آنجا که می‌توانید در شرایط آلودگی هوا، کودکان را در منزل نگه دارید.

نخستین و مهم‌ترین توصیه در مواقع اضـــطراری آلودگی هوا، ترک شـــهر در صورت امکان است و در صورت نبود این امکان، حداقل توصیه ایـــن است کـــه افـــراد بـــه سـطح شـــهر به‌ویژه مراکـــز آلـــوده نرونـــد. توصیه اکید ایـــن است کـــه کودکـــان و ســـالخوردگان و بیماران قلبی و تنفسی اکیداً در سطح شهر تردد نکنند.

چنانچه هوا آلوده است و دانش‌آموزان در مدرسه حضور دارند، ضروری اســـت مســـئولین مدارس و مهدهای کـــودک در زنگ‌های تفریـــح و ورزش، از حضور دانش‌آموزان در محوطه مدرسه ممانعت کنند.»

وی در ادامـــه می‌افزاید: «بهتر اســـت بدانید که کودکان به دلایلی، نسبت بـــه بزرگسالان بیشتر در معرض خطـــر آلودگی هوا قرار می‌گیرند. به این دلیل که کودکان با سرعت بیشتری تنفس می‌کنند و با مواد آلوده‌کننده هوا تماس بیشتری دارند،

یک کارشناس ارشد تغذیه: یکی از توصیه‌های تغذیه‌ای در شرایط آلودگی هوا مصرف شیر کم‌چرب است، زیرا کلسیم موجـــود در شیر از جذب سرب و فلزات سنگین موجود در هوای آلوده جلوگیری می‌کند. مصرف لبنیات و شیر پرچرب به دلیل کاهش کارایی سیستم ایمنی و بروز بیماری‌های ریوی در هوای آلوده توصیه نمی‌شود.

بنابراین اگر بنا به دلایلی مجبور شـــدید فرزند خود را در شـــرایط آلودگی هوا بیرون ببرید، ماسک را فراموش نکنید. اســـتفاده از ماســـک یکـــی از راه‌های حفاظت از خـــود در برابـــر آلـــودگی هـــوا اســـت، ولـــی در اســـتفاده از همـــین ماســـک‌هـــا هـــم بایـــد نکـــاتی را رعایـــت کـــرد. ماســـک‌هـــای کاغـــذی بـــه لحـــاظ اینکـــه آلاینـــده‌هـــا را از خـــود عبـــور می‌دهند به‌هیچ‌وجه توصیـــه نمی‌شوند و بهتر است از ماسک‌های فیلتردار و ماسکی که دهان و بینی را به طور کامـــل پوشش می‌دهد، استفاده کنید.»

تجربه چین در مهار آلودگی هوا

این روزها کیفیت هوای کره زمین، رو به وخامت گذاشـــته و بیش از پیش آلوده و برای سلامت انسان مضر شـــده اســـت؛ بنا بر گـــزارش آمارهای جهانی ۹۹درصـــد از جمعیت جهان، هـــوای آلوده تنفس می‌کنند و متأســـفانه هرســـاله ۷ میلیون نفر در اثر آلودگی هوا، جان خود را زودهنگام از دست می‌دهند.

ذرات معلق (PM) با قطر ۲.۵ میکرومتر یا کمتر از آن، بیشترین صدمه را به انسان می‌زنند. این ذرات به‌راحتی وارد خون انسان می‌شوند و او را در خطر ابتلا به سکته مغزی، بیماری‌های قلبی، ریوی و همچنین سرطان قرار می‌دهند. بنا بر دستورالعمل‌های بهداشتی غلظت آلاینده‌هـــای ذرات معلق با قطـــر ۲.۵ نباید بیش از ۵ میکروگرم در مترمکعب باشد. کشورهای سراسر دنیا، برای پیشگیری از صدمات بیشتر آلودگی هوا، اقداماتی برای کنترل کیفیت هوا، از جمله بررسی مقدار ذرات معلق با قطـــر ۲.۵ و دیگر آلاینده‌ها انجام می‌دهند. آنها برنامه‌های طولانی‌مدت برای افزایش کیفیت هوا در نظر گرفته‌اند؛ اما این کشـــورها برای روزهایی که غلظت آلاینده‌ها از سطح هشدار بالاتر می‌رود و نیازمند اقدام فوری است، برنامه‌های کوتاه‌مدت متفاوتی در نظر گرفته‌اند.

سه طرح کوتاه‌مدت و اضطراری کاهش آلودگی هوا در پکن، پایتخت چین، که تاکنون انجام شده است، توانسته توجه بسیاری از محققان بین‌المللی را به خود جلب کند. یکی از این طرح‌های اضطراری کوتاه‌مدت برای کنترل آلودگی هوا سال ۲۰۰۸، وقتی بازی‌های المپیک و پارالمپیک در جریان بود انجام شد. در آن زمان دولت چین آلودگی هوای منطقه‌ای به شـــعاع حدود ۱۵۰ کیلومتر اطراف پکن را کنترل کرد. در این اقدامات، بیشتر کارخانه‌هایی که با سوخت زغال‌سنگ کار می‌کردند و بیشتر فعالیت‌شان تولید آهن و فولاد بود و همین‌طور یک پالایشگاه را از این محدوده خارج و به مکانی دیگر منتقل کرد. فعالیت باقی کارخانه‌ها را هم تا ۳۰درصد کاهش داد. همچنین در مدت زمان انجام بازی‌ها، ساخت‌وساز به‌طور کل به تعویق افتاد، تردد وسایل نقلیه‌ای که مجهز به استانداردهای Euro اروپایی نبودند و نیمی از خودروهای شـــخصی بنابر طرح زوج و فرد ممنوع شـــد. درعین حال ۷۰درصد خودروهای مربوط به کارکنان دولت از جاده‌ها خارج شدند. وسایل نقلیه عمومی همچون اتوبوس و تاکسی افزایش یافتند. درضمن از فعالیت ۳۰ درصد از وسایل نقلیه سبک و ۵۴ درصد از وسایل نقلیه سنگین کاسته شد. این اقدامات موجب شد هوای روزهایی که بازی‌ها در پکن در جریان بود، آلودگی بسیار کمی داشته باشد.

تغذیه در روزهای خاکستری

به یاد داشته باشـــید کـــه رعایت توصیه‌های تغذیه‌ای در شـــرایط آلودگی هوا بسیار اهمیت دارد، زیرا در شرایط آلودگی هوا همه آسیب‌پذیر هستند. به‌کاربســـتن این توصیه‌های تغذیـــه‌ای فقط برای کودکان، سالمندان و بیماران نیست، بلکه همه باید این توصیه‌ها را رعایت کنند تا کمترین آســـیب را از این روزها و هوای آلوده‌اش ببینند.

حمیدرضا مقتدری یک کارشناس ارشد تغذیه می‌گوید: «یکی از توصیه‌های تغذیه‌ای در شـــرایط آلودگی هوا مصرف شیر کم‌چرب است، زیرا کلسیم موجـــود در شیر از جذب ســـرب و فلزات سنگین موجـــود در هوای آلـــوده جلوگیری می‌کند. مصرف لبنیات و شیر پرچرب به دلیل کاهش کارایی سیستم ایمنی و بروز بیماری‌های ریوی در هوای آلوده توصیه نمی‌شود. مصرف روزانه شیر و مواد لبنی به مقدار کافی، عوارض ناشی از آلـــودگی هوا را بر دستگاه گوارش کاهش می‌دهد. زیرا شـــیر به دلیل دارابودن فسفر، منیزیم و کلسیم، خنثی‌کننده سموم بوده همچنین دفع ادرار، مدفوع و مواد آلاینده را تنظیم می‌کند.»

این کارشناس ارشد تغذیه در ادامه توصیه می‌کند: «مصـــرف انـــواع فرآورده‌های پروتئینـــی ماننـــد گوشـــت، مـــرغ، مـــاهی، نخودسبز، حبوبـــات به‌ویژه عـــدس و جوانـــه گنـــدم بـــه دلیـــل بـــالابودن میـــزان روی در شـــرایط آلـــودگی هـــوا توصـــیه می‌شود. همچنین شـــیر و لبنیات، غـــلات سبوس‌دار و تخم‌مرغ نیز از منابع غذایی دارای روی هستند. منیـــزیم به دلیل خاصیتی که در کاهش جذب ســـرب و کادمیوم در روزهـــای آلودگی هوا دارد، بســـیار کمک‌کننده است. مصـــرف انـــواع سبزی‌ها بـــا رنـــگ ســـبز تیـــره ماننـــد کـــاهو، اسفناج، کرفس، انواع سبزی‌خوردن کـــه از این ماده مغذی غنـــی هستند، به همه افراد توصیه می‌شود. بهتر است تا جایی که امکان دارد از سبزی‌های تازه استفاده کنید.»

یک مربی بهداشت مدرسه: چنانچه هوا آلوده اســـت و دانش‌آموزان در مدرسه حضور دارند، ضروری است مسئولین مدارس و مهدهای کودک در زنگ‌های تفریـــح و ورزش، از حضـــور دانش‌آمـــوزان در محوطه مدرسه ممانعت کنند.

وی بر اســـتفاده از گروه میوه‌ها و ســـبزی‌ها در روزهای آلودگی هوا بیشـــتر از سایر گروه‌ها تأکید داشته و می‌گوید: «در هنگـــام آلـــودگی هـــوا، از میوه‌ها و سبزی‌های تـــازه بیشـــتر استفاده کنید. داشتن یک رژیم غذایی متعادل به‌طوری که میـــوه و سبزی‌های آن بـــه میـــزان کـــافی باشد، می‌تواند تـــنفس را بـــرای کودکـــان و حتـــی بزرگســـالان آســـان کنـــد، خصوصاً در شـــرایطی کـــه هوا بسیار آلوده است. بهتـــر اســـت میوه‌ها و سبزی‌ها در شـــرایط آلـــودگی هـــوا به‌صورت خـــام مصـــرف شـــوند تـــا ویتـــامین C موجـــود در آنها حفـــظ شـــود. از مهم‌ترین منـــابع ویتـــامین C می‌توان به مرکبات(پرتقـــال، نـــارنگی، گریپ‌فروت و...)، فلفل‌سبز، کلم‌بروکلی، گل‌کلم، کلم‌برگ، گوجه‌فرنگی، سبزی‌های بـــرگ ســـبز، اســـفناج، کیـــوی، طالبی، توت‌فرنگی و سیب‌زمینی اشاره کرد.

سیـــب در میـــان انـــواع میوه‌هایی کـــه وجـــود دارد بیشـــترین تأثیر را بـــر دســـتگاه تنفســـی داشـــته و در بهبـــود فعالیـــت ایـــن ارگـــان تأثیرگذار است. مصـــرف ۵ عـــدد ســـیب در هفته می‌تواند اثرات زیادی را در عملکرد ریه‌ها داشـــته باشد. با مصرف این مقدار سیب، حجم ریـــه به میزان زیادی افزایش می‌یابـــد و همین دلیلی بر بهبود فعالیت دســـتگاه تنفسی است.»

این کارشناس ارشد تغذیه در پایان صحبت‌هایش به نوشـــیدن بیشـــتر مایعات به‌ویژه آب در شرایط آلودگی هوا تأکید دارد و می‌گوید: «نوشیدن مایعات به‌ویژه آب نه‌تنها باعث شست‌وشوی دستگاه گـــوارش می‌شود، بلکـــه عطش و خشـــکی دهان ناشی از آلودگی هوا را نیز از بین می‌برد. از طرفی با نوشیدن آب و فعالیت دستگاه گوارش، بخشی از آلودگی‌های وارد شـــده به بدن توسط ادرار دفع می‌شود. مصرف تنقلات کم‌ارزش مثل چیپس و پفک و نوشابه‌های گازدار، به دلیل ایجاد اختلال در جذب عناصر مفید در بدن، می‌توانند اثرات سوء آلودگی هوا را دوبرابر کنند. سوســـیس و کالباس به دلیل داشـــتن مواد افزودنـــی و نگهدارنده، علاوه بر اینکه به‌خودی‌خود مضر و سرطان‌زا هستند، برای افرادی که در معرض آلودگی هوای شهرها قرار دارند، به‌هیچ‌وجه توصیه نمی‌شوند.»

آگهی برگزاری تجدید مناقصه عمومی شماره ۶۸۴۲۶ / ک م م / ۱۴۰۱
هواپیمایی جمهوری اسلامی ایران «هما»
انجام کلیه امور ارجاعی مربوط به شستشوی هواپیما و سایر امور مربوطه در قسمت مهندسی و تعمیرات
شماره فراخوان سامانه الکترونیکی دولت ۲۰۰۱۰۹۰۰۴۹۰۰۰۰۵۰

۱- نوع مناقصه: عمومی - یک مرحله‌ای
۲- مناقصه‌گـــزار: هواپیمایـــی جمهـــوری اســـلامی ایـــران بـــه آدرس تهران فرودگاه مهرآباد - ادارات مرکزی «هما»- ساختمان پشتیبانی- طبقه سوم- اتاق ۳۰۱ واحد امور پیمان و رسیدگی پشتیبانی، تلفن تماس ۴۶۶۲۵۵۸۶
۳- موضوع مناقصه: انجام کلیه امور ارجاعی مربوط به شستشوی هواپیما و سایر امور مربوطه در قسمت مهندسی و تعمیرات
۴- مـــدت قرارداد: به مدت یک ســـال شمســـی (از تاریخ ۱۴۰۲/۰۲/۰۱ لغایت ۱۴۰۳/۰۲/۳۱)
۵- محل خرید و ارائه پیشنهادات: سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد)
۶- نحوه دریافت اسناد مناقصه: داوطلبان می‌توانند جهت دریافت اسناد مناقصه به صورت ذیل اقدام نمایند:
- با مراجعه به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به آدرس www.setadiran.ir از روز دوشـــنبه مـــورخ ۱۴۰۱/۱۲/۰۱ لغایـــت ســـاعت ۱۹ روز چهارشـــنبه مورخ ۱۴۰۱/۱۲/۱۰
۷- مهلت تحویل پیشنهادها: حداکثر تا ساعت ۱۹ روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۱/۱۲/۲۱
۸- تاریخ و محل جلسه کمیسیون مناقصه: گشـــایش پیشنهادهای دریافتی راس ســـاعت ۱۰ صبح روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۱۲/۲۴ از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد)، حضور پیشـــنهاددهندگان در روز گشایش پاکات قیمت بلامانع است.
۹- میزان تضمین فرآینـــد ارجاع کار: برابـــر مبلـــغ ۱٫۷۶۲٫۰۰۰٫۰۰۰ ریال (به شرح مندرج در بند ۷ برگ شرایط مناقصه)
۱۰- میزان تضمین انجام تعهدات و حسن انجام کار: ۱۰٪ مبلغ پیشنهاد قیمت.
توضیحات:
- هزینه چاپ و آگهی برعهده برنده مناقصه می‌باشد
- رعایت کلیه شـــرایط عمومی و خصوصی مندرج در اسناد مناقصه الزامی است.
- داشتن ســـابقه کاری مرتبط از زمان تاســـیس حداقل پنج سال الزامی می‌باشد.

روابط‌عمومی هواپیمایی جمهوری اسلامی ایران «هما»
م الف ۴۵۹۰
شناسه آگهی: ۱۴۵۷۸۲۳

سه شنبه ها
کیهان بچه‌ها
مجله
هردو هفته یکبار
علمی
ورزشی
داستان
ویژه کودکان ونوجوانان

شرایط و فرم اشتراک نشریات کیهان در شهرستان‌ها سال ۱۴۰۱

متقاضیـــان محتـــرم می‌تواننـــد بـــا توجه به جدول زیر نســـبت به انتخـــاب هر یک از نشـــریات مورد علاقه و واریز مبلغ اشـــتراک به **شـــماره کارت ۶۱۰۴۳۳۸۹۸۷۹۴۸۷۷۱** بانـــک ملـــت بـــه نـــام چـــاپ و انتشـــارات کیهـــان و ارســـال اصل فیـــش بانکـــی همراه با فـــرم تکمیل‌شـــده 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	۱۶/۳۵۲/۰۰۰	۸/۱۷۶/۰۰۰	۴/۰۸۷/۰۰۰	۲۲/۸۰۰/۰۰۰	۱۱/۴۰۰/۰۰۰	۵/۷۰۰/۰۰۰
کیهان انگلیسی	روزانه	۶۱/۳۵۲/۰۰۰	۳۰/۶۷۶/۰۰۰	۱۵/۳۳۸/۰۰۰	۶۷/۸۰۰/۰۰۰	۳۳/۹۰۰/۰۰۰	۱۶/۹۵۰/۰۰۰
کیهان عربی	روزانه	۶۱/۳۵۲/۰۰۰	۳۰/۶۷۶/۰۰۰	۱۵/۳۸۸/۰۰۰	۶۷/۸۰۰/۰۰۰	۳۳/۹۰۰/۰۰۰	۱۶/۹۵۰/۰۰۰
کیهان ورزشی	هفتگی	۱۳/۵۲۰/۰۰۰	۶/۷۶۰/۰۰۰	۳/۳۸۰/۰۰۰	۱۸/۲۰۰/۰۰۰	۹/۱۰۰/۰۰۰	۴/۵۵۰/۰۰۰
مجله زن روز	هفتگی	۱۳/۵۲۰/۰۰۰	۶/۷۶۰/۰۰۰	۳/۳۸۰/۰۰۰	۱۸/۲۰۰/۰۰۰	۹/۱۰۰/۰۰۰	۴/۵۵۰/۰۰۰
مجله کیهان بچه‌ها	دوهفته نامه	۵/۳۵۶/۰۰۰	۲/۶۷۸/۵۰۰	۱/۳۹۹/۰۰۰	۹/۱۰۰/۰۰۰	۴/۵۵۰/۰۰۰	۲/۲۷۵/۰۰۰
مجله کیهان فرهنگی	دوماهانه	۱/۰۴۰/۰۰۰	-----	-----	۱/۴۰۰/۰۰۰	-----	-----

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 ۰۹۱۲۷۹۳۳۵۶۸ 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: .....

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

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

به اســـتناد صورتجلســـه هیئـــت مدیـــره مـــورخ ۱۳۹۷/۰۴/۳۰ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: آقای مختار نورانـــی به شـــماره ملی ۵۳۰۹۷۸۷۰۲۱ به سمت رئیس هیئت مدیره- آقای محمدتقی ربیعی به شماره ملـــی ۰۵۳۳۹۰۶۳۸۵ به سمت نایب رئیس هیئت مدیـــره- آقـــای حســـن ربیعـــی به شـــماره ملی ۰۵۳۳۸۴۱۱۰۰ به سمت مدیرعامـــل و عضو هیئت مدیره انتخاب شدند کلیه اســـناد و اوراق بهـــادار و تعهدآور شـــرکت از قبیل چـــک، ســـفته، بـــروات، قراردادها و عقود اسلامی با امضاء آقایان مختار نورانی و حســـن ربیعی همراه با مهر شرکت معتبر و اوراق عادی بـــا امضاء هر یک از آقایان مختار نورانی،حسن ربیعی و محمدتقی ربیعی با مهر شرکت معتبر می‌باشد. محل شـــرکت به آدرس تهـــران تهرانپارس- قنات کوثر- خ مطهری- کوچه هفتـــم مرکـــزی- پلاک ۳۹- واحد ۴ کدپســـتی: ۱۶۸۹۹۴۷۸۱۴ انتقـــال یافت.

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

آگهی تغییرات شرکت سرمایه‌گذاری و خدمات مدیریت تدبیر شرکت سهامی خاص به شماره ثبت ۸۷۹۰۶ و شناسه ملی ۱۰۱۰۱۳۲۳۱۴۸

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی به‌طور فوق‌العاده مورخ ۱۴۰۰/۰۸/۲۲ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: اعضاء هیئت‌مدیره به قرار ذیل برای مدت دو سال تعیین گردیدند: شرکت جهاد تعاون (سهامی خاص) به شـــماره شناســـه ملی -۱۰۱۰۱۳۸۲۹۰۴ آقای مجتبی نعمتی‌جم به شـــماره ملی -۰۰۳۶۲۰۳۲۷۰ شرکت سرمایه‌گذاری میلاد سازندگان (سهامی خاص) به شناسه ملی ۱۰۱۰۱۴۲۴۰۸۶.

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

آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص تجهیز محیط به شناسه ملی ۱۰۱۰۱۳۴۰۱۴۴ و به شماره ثبت ۸۹۶۳۹

به اســـتناد صورتجلســـه مجمع عمومـــی عادی ســـالیانه مورخ ۱۴۰۰/۰۱/۳۱ تصمیمات ذیل اتخاذ شد موسسه حسابرسی مفید راهبر به شناســـه ملی ۱۰۸۶۱۸۳۶۵۳۱ به ســـمت بازرس قانونی شـــرکت تا پایان ســـال مالی انتخاب گردید روزنامه کثیرالانتشار کیهان جهت نشر آگهی‌های شـــرکت تعیین گردید. صورت‌های مالی شرکت (صورت سود و زیان و صورت وضعیت مالی) منتهی به تاریخ ۱۳۹۹/۹/۳۰ مورد تصویب قرار گرفت.

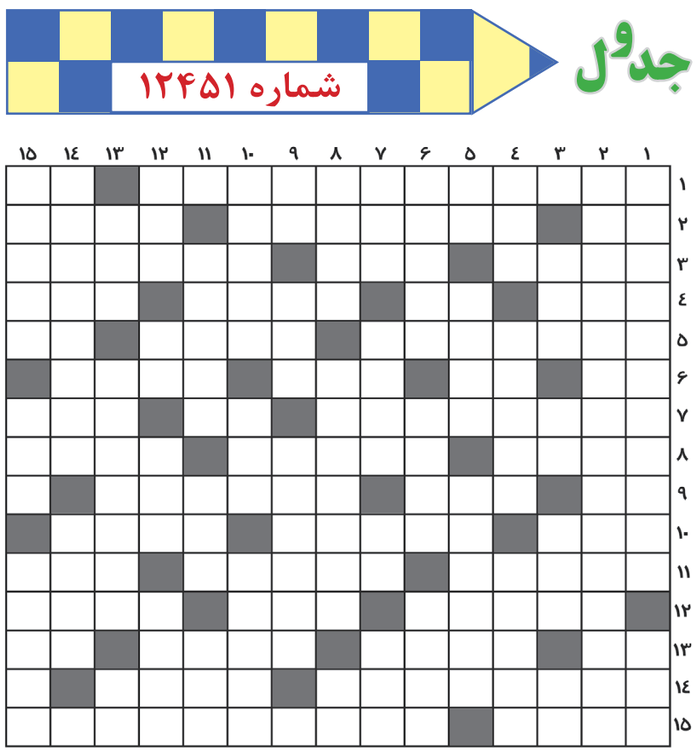
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور
اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری تهران

آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص پرورش داده‌ها به شناسه ملی ۱۰۱۰۱۱۴۷۲۹۸ و به شماره ثبت ۶۹۷۹۲

به اســـتناد صورتجلسه هیئت‌مدیره مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۳۱ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: آقای محمدحسین ذوالفقاری طهرانی به شـــماره ملی ۰۰۴۳۲۱۶۰۳۱ به سمت رئیس هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۶/۳۱و به سمت عضو اصلی هیئت‌مدیره تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۶/۳۱ آقای عبدالحســـین بیدآبـــادی به شـــماره ملی ۰۰۴۳۸۲۱۱۲۱ به ســـمت مدیرعامل تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۶/۳۱و به ســـمت عضو اصلی هیئت‌مدیره تـــا تاریخ ۱۴۰۳/۰۶/۳۱ شـــرکت بازرگانی شایق به شناســـه ملی ۱۰۱۰۱۰۴۳۵۷۰ و به نمایندگی محمد بیدآبادی به شماره ملی ۰۰۳۲۲۸۰۶۶۱ به سمت نایب‌رئیس هیئت‌مدیره تـــا تاریخ ۱۴۰۳/۰۶/۳۱ انتخاب گردیدند. کلیه اســـناد و اوراق بهادار و تعهدآورشرکت از قبیل: چک و ســـفته و بروات قراردادها عقود اســـلامی و به‌طور کلی هرگونه قراردادی که برای شرکت ایجاد تعهد نماید به امضاء دو نفر از ســـه نفـــر مدیرعامل، قائم‌مقام مدیرعامل و رئیس هیئت‌مدیره به همراه مهر شـــرکت و اوراق عادی و مراسلات اداری به امضاء هریک ازمدیرعامل و یا رئیس هیئت‌مدیره و یا قائم‌مقام مدیرعامل همراه با مهر شرکت معتبر است.

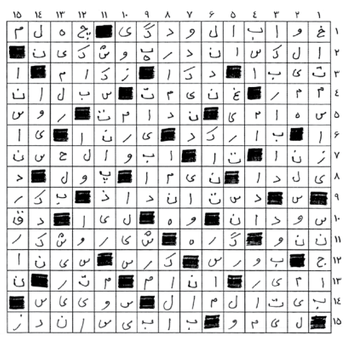
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور
اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری تهران

جدول شماره ۱۲۴۵۱



افقی:

۱- نام واقعی بزرگ‌ترین غزلســـرای زبان فارسی- یکی از حروف صامت در ادبیات فارســـی ۲- سیب گاززده- شخصیتی در ذهن پرسشگر حافظ که سوالات خود را از وی می‌پرسید- کلید فتح دل‌ها ۳- اولین پایگاه تعلیم و تربیت بچه‌ها- دانشگاهی در کشور آلمان- دریاچه‌ای در کشور روسیه ۴- رود مرزی ایران و آذربایجان- از حروف الفبای انگلیسی- مهاجم تیم ملی فوتبال آلمان- از وسایل راحتی در خانه ۵- وزیر دانشمند انوشیروان- قطعی برای چاپ کتاب- دل‌آزار کهنه ۶- شوهر بی‌دست‌وپا- سخن بیهوده- شهیدی از صحرای کربلا- حرف اول از حروف الفبای یونانی ۷- دانشمندی که کتاب معروف آثارالباقیه را نوشته اســـت- صدایش طنین زندگی است- آخرین نیرویی که در تن کسی باقی می‌ماند ۸- کاشف واکسن فلج اطفال- صدف کام‌نشین- آماده‌کننده و مهیاکننده ۹- میدانی در قلب پایتخت- ساخته دست- نقش‌آفرین ژان وال ژان در مجموعـــه دیدنی بینوایان ۱۰- ضمیر اشـــاره- فهم و شعور- برخاســـتنی از سنگ وقت وداع یـــاران ۱۱- منشـــور زندگـــی اجتماعی- بنـــدری در جنوب کشورمان- فعل مضارع خواستن در زبان عربی ۱۲- مرکز ایالت بلوچســـتان پاکســـتان- واژه بی‌ادبانه برای رد کردن دیگـــران- از نام‌های خداوند ۱۳- حرف فاصله- زمینی که در آن کشت نشده باشد- نام پیامبر مکرم اسلام(ص) که در انجیل آمده است- درخت انگور ۱۴- مدینه فاضله افلاطون فیلسوف بزرگ یونان باستان- از القاب حضرت علی علیه‌السلام ۱۵- نمایشنامه‌نویس معروف آمریکایی- فیلسوف و عارف بزرگ عهد صفویه که به هندوستان سفر کرد.

عمودی:

۱- فرمانروای مردمدار فـــارس در دوران جوانی حضرت حافظ که علاقه زیادی به وی داشته است- نوعی حکم ۲- یکی از مهم‌ترین اهداف حافظ در سرودن اشعارش ۳- خانه پشت به آفتاب- جانوری شبیه به موش که آفات محصولات کشاورزی است- وسیله‌ای برای نگهداری کودکان- صابون خیاطی ۴- رشته‌ای در ورزش شمشیربازی- معروف‌ترین نویسنده دوران بلشـــویک‌ها در روسیه- شهری که به آتن آلمان معروف اســـت ۵- تکرارش نام بازی‌ای برای بچه‌هاست- نوعی جمله- سخنران بزرگ انقلاب فرانسه که به دستور روبسپیر اعدام شـــد ۶- ســـاختمانی در بعضی از اندام‌های بدن مانند قلب- سوره‌ای در قرآن کریم- امامزاده‌ای در محـــور هراز ۷- کشـــوری در شـــبه‌جزیره عربستان- از آب‌های پاک‌کننده- سخن صریح و بی‌پرده- خالی و بی‌ارزش ۸- بد و زشت- مفتاح این گنبد سبز چاقوی تیز است- تکرار یک حرف ۹- ضمیر اول شـــخص جمع- اندازه باز انگشتان یک دســـت را گویند- پایتخت کشـــور ترکیه ۱۰- یکی از مذاهب چهارگانه اهل سنت- ضمیر دوم شخص در زبان عربی- از سبزی‌های خوش‌عطر و خوردنی ۱۱- یکی از استادان امام خمینی در دوران طلبگی- روستایی در شمال تهران- یاری‌دهنده ۱۲- از غذاهای گرم و دم‌دستی- پهلوان- ضمیر مفعولی- رئیس اداره ۱۳- دستور و فرمان- یکی از فرآورده‌هایی که روز به روز بر دامنه مصرف آن در صنایع افزوده می‌گردد- خاک فرمانبر ۱۴- اثری از بهاءالدین محمد فرزند بزرگ مولانا- نام یکی از خلفای اموی ۱۵- نمایشنامه‌ای از شکسپیر- شبی که از هزار شب برتر است- قصیده‌سرای مشهور قرن ششم که در دربار سلطان سنجر بود.