آن روی سکه عادت‌های خوب در زندگی با کرونا

رفتارهای خوبی که از کرونا در زندگی‌مان باقی ماند

گالیا توانگر
بخش نخست

کرونا اگرچه دردها و بدی‌هایی به دنبال داشت، اما بی‌شک می‌توان از چندین و چند عادت خوب تازه نام برد که ماحصل زندگی کرونایی بوده و جا دارد از این بعد نیز در سبک زندگی ما ماندگار شوند؛ بنابراین کم نیستند رفتارهای خوبی که می‌شود آنها را در دوران پساکرونا نیز حفظشان کرد.

رعایت نکات بهداشتی خاص همچون استفاده از ماسک و دستکش و ضرورت شستن دست‌ها در فواصل زمانی مشخص، دوری‌گزینی از اجتماع و زندگی محدود در چارچوب خانه و خانواده، تعطیلی مدارس و ضرورت تعریف نکات تربیتی جدید برای رفتار با کودکان بخشی از دستورالعمل‌های زندگی در زمان شیوع بیماری بود.

کارهایی همچـون فعالیت‌های فرهنگی، بازی‌های تازه برای تعامل بیشـتر اعضای خانواده، اهمیت بیشتر به نظافت یـا امتحان‌کردن انواع خوراک‌های خانگی در دوران تعطیلی رستوران‌ها، برگزاری مراسم‌ها با کمترین هزینه و بسـیار ساده‌تر از گذشته و... همگی از مصادیق عادت‌های خوبی‌اند که از دوران همه‌گیری باقی‌مانده و جا دارد که همیشگی شوند.

تعامل بیشتر با اعضای خانواده

قبـل از کرونا برخـی از اعضای خانـواده را حتی نمی‌توانستیم ببینیم، به‌ویژه آنهایی که صبح علی‌الطلوع از خانه خارج و تا پاسی از شب را در بیرون سپری می‌کردند. آنها همیشه درگیر کار بودند و وقتی هم به خانه می‌آمدند یک راست به تختخواب می‌رفتند.

ماندانـا عظیمی یک شـهروند می‌گوید: «قبل کرونا یک سؤال همیشگی بچه‌ها این بود که بابا کی به خانه می‌آید؟ همسـرم معمـولا صبح زود از خانه خـارج و دیروقت زمانی که بچه‌هـا خواب بودند، به خانه می‌رسید. بچه‌ها نه‌تنها نمی‌توانستند پدرشان را ببینند، بلکه از بازی و هم‌صحبتی‌اش هم محروم بودند. در ایام قرنطینه فرصت شد که تعامل بین همسرم و فرزندانمان بهبود پیدا کند و حتی پررنگ شـود. آن عطش همیشگی بچه‌ها برای همبازی شدن با پدرشان و وقت گذراندن با او اندکی رفع شد.»

وی در ادامه می‌گوید: «درسـت است که همسرم با زود بستن مغازه و آمدن به خانه ممکن است کمی ضرر مالی بدهد، اما در عوض دستاورد بزرگ تعامل بین اعضای خانواده‌مان محقق می‌شود.»

ایـن مـادر می‌افزاید: «گاهی با بچه‌ها و همسـرم اسـم فامیل بازی می‌کنیم و منـچ و بازی‌های دیگر از سرگرمی‌هایی اسـت که به آن می‌پردازیم. ورزش‌های سبک را هم در کنار خانواده انجام می‌دهم تا به‌سلامت خود کمک کنیم.»

وی بـا بیان اینکـه پختن غذاهـای محلی هم از چالش‌هایـی بوده که در دوران کرونا اجرا کرده اسـت، می‌گویـد: «پختـن غذاهایی مانند کچـی ترک‌ها که مخلوطی از آرد گندم و برنج اسـت و با کشـک و شیره انگور خورده می‌شـود و همچنین نان و فطیر خانگی از برنامه‌هایی بود که انجام داده‌ایم.»

این شـهروند در تکمیل صحبت‌هایـش می‌گوید: «سـختی آن روزها ما را به فکـر همنوعان‌مان انداخت. با توجه به روحیه انسان‌دوسـتی که در بین بانوان وجود دارد، در جمع دوسـتان، بسیاری از وسایل مازاد خود را جدا کردیم تا در اختیار نیازمندان قرار بگیرد.»

وی می‌گوید: «همراهـی و همدلی که بین اعضای خانواده‌ها ایجاد شـده و در کنار هم بودن هدیه خدا بود که باید بعد از کرونا هم حفظش کنیم.»

اصلاح عادت‌های غذایی

فاطمه کلباسـی کارمند یک شـرکت گرافیکی به گزارشگر کیهان می‌گوید: «اصلاح عادات تغذیه‌ای یکی از مهم‌ترین تغییراتی بود که با قرنطینه خانگی ایجاد شد، غیر از اینکه فقط غذای خانگی مصرف می‌کنیم، سبزی‌ها نیز به سبد غذایی‌مان اضافه شده که پیش از این نبود.»

وی با اشـاره به اینکه ماندن در خانه بر بهبود روابط خانوادگی تأثیرگذار بوده اسـت، بیان می‌کند: «فرصتی ایجاد شـد که به کارهای مشترکی بپردازیم که پیش از این زمانی برای آنها نداشتیم، همچنین از لحاظ روانی نیز باعث درون‌نگری و شناسـایی نقاط ضعف شد که حتماً بعد از گذر از این روزها به‌صورت جدی به آنها رسیدگی خواهیم کرد.»

این شهروند گوش‌کردن به رادیو را یکی از عادت‌های خوبی برشمرد که قصد دارد آن را ادامه دهد.

از سوی دیگر به گفته وی، کارفرمایان توانسته‌اند به توانایی کارمندانشان در دورکاری پی ببرند و این موضوع در آینده بر نحوه تعاملات کاری آنها تأثیرگذار خواهد بود و روند رسیدگی به امور را تسهیل خواهد کرد.

سپیده محمدی، کارشناس تغذیه مرکز بهداشت می‌گوید: «ایام کرونا فرصت بسیار خوبی برای تقویت عادات تغذیه‌ای صحیح و ترک عادات غذایی نامناسب بوده و هست.»

وی هشدار می‌دهد: «سفارش غذای آماده (فست‌فود)، افزایش ریزه خواری (به‌ویژه در زمان تماشای تلویزیون به مدت طولانی)، دیر خوابیدن شـبانه و دیر بیدارشدن در صبح، سبب به‌هم‌خوردن ساعت بیولوژیک بدن می‌شود و اختلال سوخت‌وساز را رقم می‌زند. این موارد تهدیداتی است که با فراموشی عادت‌های خوب تغذیه‌ای دوباره دچار خواهیم شد. بهتر است همچنان غذاهای خانگی با میزان بالای فیبر و سـبزی‌ها را دنبال کنیم. به‌موقع بخوابیم و بیدار شویم و ورزش را فراموش نکنیم.»

یک کارمند: کارفرمایان توانسته‌اند به توانایی کارمندانشان در دورکاری پی ببرند و این موضوع در آینده بر نحوه تعاملات کاری آنها تأثیرگذار خواهد بود و روند رسیدگی به امور را تسهیل خواهد کرد.

تجملات صفر، صفر

هدی پیش از کرونا با همسـرش نامزد کرده است و همان اول با همسرش علاقه و تصمیمی به گرفتن مراسم عروسی نداشـته‌اند، اما نمی‌توانستند خانواده‌هایشان را راضی کنند و کرونا توانسـت تصمیمشان را محقق کند؛ ۶ ماه پیش کرونا را بهانه کردیم و عروسی را لغو کردیم. وسـیله‌های زندگی را هم نصف، نصف با هم و همه را در حد نیاز و ایرانی خریدیم. اگر به خانه ما بیایید می‌فهمید که وسایل جورواجوری نداریم و همه چیزمان چیزهایی اسـت که واقعاً نیاز است. به قول همسرم این‌طوری اگر یک جوان در سـن ازدواج به خانه بخت بیاید ترس برش نمی‌دارد که حالا این‌همه وسـیله و تجملات برای شروع زندگی را چطور تهیه کند.»

زهرا هم در کرونا سرخانه و زندگی تازه‌اش رفته و ماجـرا را این‌طور تعریف می‌کنـد: «پیش از کرونا وقتی در تدارک جهیزیه بودیم، اجازه خرید حتی یک کریسـتال هم به خانواده ندادم. گفتم باید همه چیز کاملاً ایرانی باشـد. حتی برای تزیین هم فقط سفال سرامیک ایرانی. از این چمدان‌های عروس و دامادی که داخلش را پر از وسیله زائد می‌کنند هم نداشتیم. اجازه هم ندادیم شبیه این صفحات اینستاگرامی کله و پاچـه و مرغ و خروس را هم عروس و داماد کنند و در یخچال به نمایش بگذارند! از همه این رفتارها بدم می‌آمد. قرار بود جای کارت عروسـی بیهوده هم یک گلدان به‌عنوان کارت عروسی و دعوت به اقوام بدهیم که کار به عروسی نکشید و گلدان‌هایی تدارک دیدیم و دسـت اقوام رساندیم تا خبر بدهیم که ما سرخانه و زندگی‌مان رفتیم. بعد هم با حضور خانواده‌هایمان خیلی ساده و بی‌سروصدا به خانه‌مان آمدیم و خودمان هم عکس گرفتیم.»

رضوانه تازه‌عروس دیگری می‌گوید: «کرونا اگر هزار و یک بدی داشـت، لااقل این خوبی را داشـت که ترمز مراسم‌های پر تجمل با هزینه بالا را کشید. مراسم‌ها واقعاً از بریز و بپاش و تجمل‌گرایی ترمز بریده بودند. امیدواریم این عادت حسـنه، ورود به زندگی مشـترک به سبک و سیاق ساده و اسلامی، در دوران بعد از کرونا هم دنبال و در سبک زندگی‌هایمان نهادینه گردد.»

تقویت عادت به کتاب‌خوانی در دوران کرونا

آخرین آمارهای منتشـر شـده مربوط به مطالعه و خرید کتاب در کشورهای مختلف جهان نشان می‌دهد که شیوع ویروس کرونا به‌خصوص در سال ۲۰۲۰ موجب افزایش گرایش مردم به سمت مطالعه کتاب شده است. آمارها نشـان می‌دهد ۳۵ درصد از مردم جهان که قبلاً کتـاب نمی‌خواندند، به‌خاطر کرونا و قرنطینه به مطالعه کتاب روی آورده‌اند.

آمارها نشان از تغییر سبک زندگی مردم و بیشتر شدن رابطه آنها با کتاب دارد. مردم نسبت به سال‌های قبل کرونا بیشتر کتاب می‌خرند که البته سهم کتاب‌های الکترونیک نسبت به کتاب‌های چاپی هم در جایگاه خوبی قرار دارد.

بهروز کشی‌زاده یک شاعر و نویسنده اردبیلی معتقد است: «باید از دریچه مثبت به دنیای تهدیدات رنگارنگ کرونـا نگاه کرد و یکی از ایـن دریچه‌های مثبت بحث همنشینی با کتاب و بسـط دوستی با این یار مهربان و دوست روزهای خوب و بد است.»

وی با بیان اینکه افراد در زمان کرونا جز کتاب‌خوانی یا به بطالت گذراندن اوقات خود، راه سومی ندارند، می‌گوید: «بهترین، در دسـترس‌ترین و البته راحت‌ترین راه برای دانش‌اندوزی، خردورزی و غنی‌سازی روزهای عمر، پیوند فرهنگی و مطالعه کتاب است.»

این شاعر و نویسنده بر این باور است که کرونا برای هر چیزی هم تهدید باشـد، برای کتاب‌خوانی و اُنس با کتاب فرصتی مغتنم است که نباید از کنار آن به‌راحتی عبور کرد.

پساکرونا، ورزش، سبک زندگی

دکتر محمدمهدی رحمتی جامعه‌شناس ورزشی با اشـاره به اینکه یکی از مشکلاتی که در برخورد با پدیده کرونا و تأثیرات آن وجود داشته و دارد، تقلیل آن به یک پدیده صرف پزشکی، بدون توجه کافی به اثرات کرونا بر فرهنگ، جامعه، اقتصاد و سایر ساحت‌های نظام اجتماعی اسـت، می‌گوید: «نگرانی عمده‌ای کـه وجود دارد، این است که سازمان‌دهندگان و گردانندگان بزرگ‌تر اقتصاد ورزش، بخواهند ضررهای هنگفت مالی صورت‌گرفته را در آینده جبران کنند. در این صورت ممکن است با رویکرد لیبرالیستی و بورژوایی در ورزش قهرمانی و حتی همگانی مواجه شـده و شاهد آسـیب‌هایی به ورزش همگانی و سلامت عمومی جامعه شـویم؛ بنابراین ضروری است پیش‌بینی و رویکرد مناسب دراین‌خصوص صورت گیرد.»

عضو هیئت علمی دانشگاه گیلان می‌افزاید: «برای مطالعه اینکه جهان اجتماعی ورزش و سـبک زندگی مرتبط با آن واقعاً دسـتخوش چه تأثیرات و پیامدهایی شده است؟ نیاز به مطالعات آینده‌نگرانه و مطالعات پس رویدادی داریم؛ یعنـی از هم‌اکنون پژوهش‌هایی را در مورد آینده احتمالی انجام دهیم و پس از پایان پاندمی کرونا، مجدداً رخدادها را مورد بررسـی و پژوهش قرار دهیم تـا بتوانیم با ملاحظه اثرات پایدار این پاندمی بر وضعیت جامعه و ورزش، رویکردها و سیاست‌های مناسبی را اتخاذ کنیم.»

وی از جمله اثرات اجتماعی پاندمی کرونا ویروس بر ورزش را احتمال سوق پیداکردن ورزش از باشگاه‌ها به درون خانه‌ها دانسته و می‌افزاید: «این تغییر که در حال حاضر نیز می‌توان نشانه‌هایی از وقوع آن را مشاهده کنیم، به‌احتمال بیش‌وکم سبب تضعیف کارکردهای اجتماعی ورزش و افزایش نوعی فردگرایی می‌شود و گرایش بیشتر به ورزش‌های انفرادی را در پی خواهد داشت، اما از سوی دیگر، ورزش به‌عنوان یک نهاد مدنی توانسـته است از طریق رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی بخشی از خلأهای کارکردی نظام اجتماعی را جبران کند.»

دکتر رحمتی با اشاره به اینکه این کارکرد با ترویج انجام فعالیت بدنی و ورزش در خانه، به‌ویژه در شبکه‌های مجازی شـکل جدیدی به خود گرفته اسـت، تصریح می‌کنـد: «در این میان کارگـزاران مختلف امر ورزش می‌توانند با اسـتفاده از تمهیدات گوناگون و با تأکید بر نقش ورزش در افزایش تندرستی، سلامت و نیز سیستم ایمنی و دفاعی بدن، نگاه به بدن را در جامعه تحت‌تأثیر قرار دهند و افراد و گروه‌های اجتماعی را بیشتر به سمت ورزش سوق دهند.»

عضو گروه، فلسـفه، تاریخ و جامعه‌شناسی ورزشی پژوهشگاه تربیت‌بدنی در تکمیل صحبت‌هایش می‌گوید: «ازجملـه پیامدهای دیگری که می‌توان در نظر گرفت، جایگاه ورزش در میان قشرها و طبقات گوناگون جامعه اسـت. ورزش را در متن فرهنگی و کلی جامعه در نظر بگیریم، با دو رویکرد می‌توان به تأمل در آن پرداخت: اول، وضعیتی که قشرها و طبقات متوسط به پایین جامعه در شرایط فعلی با آن درگیرند و در جریان آن به سبب دغدغه تأمین معاش و نیازهای اولیه، به ورزش از منظر کارکردی که در زندگی‌شان دارد، می‌نگرند. در این‌جا، اگر مسئولان اقدامات مناسب در جهت دغدغه‌های معیشتی این گروه‌ها اتخاذ نکنند، احتمال تمایل به مشارکت و فعالیت ورزشی در میان گروه‌های مذکور به‌شدت کاهش می‌یابد. دوم، گروه‌های برخوردار جامعه که فارغ از دغدغه‌های معیشتی هستند و نگاهشان به جهان مبتنی بر سبک بخشی است. این امکان و احتمال برای گروه‌های اخیر بیشتر وجود دارد که به شرکت در فعالیت‌های ورزشی در شکل جدید و با استفاده از امکانات رسانه‌ای بپردازند.»

او در پایان با تأکید بر نقشی که ورزش می‌تواند برای گروه‌های محروم جامعه ایفا کند، تأکید می‌کند: «با توجه به اتکای جامعه به کالاهای ورزشی خارجی و این واقعیت که بیش از دو سـوم از کالاهای ورزشی مورداستفاده در کشـور وارداتی هستند، دولت و به طور مشخص وزارت ورزش و جوانان می‌توانند با استفاده از نظرات و دیدگاه کارشناسان ذی‌ربط مبادرت به حمایت از تولید کالاهای ورزشی در داخل کشور کنند و به این وسیله، ضمن کاهش وابستگی اقتصادی به خارج از کشور، فرصت مناسب برای ایجاد اشتغال نیروهای کارگر داخلی نیز فراهم گردد.»

یک شـاعر و نویسـنده: باید از دریچه مثبـت به دنیای تهدیدات رنگارنگ کرونا نگاه کرد و یکی از ایـن دریچه‌هـای مثبت بحث همنشینی با کتاب و بسط دوستی با این یار مهربان است.

آگهی مناقصه عمومی شماره ۱۱۷۶۷/ ۱۴۰۱

سازمان انتقال خون ایران

سازمان انتقال خون ایران در نظر دارد طی مناقصه عمومی یک مرحله‌ای خرید ۳/۰۰۰/۰۰۰ قطعه برچسب کیسه پلاسما و ریبون متناسب برای چاپ برچسب مورد نیاز خود را از طریق سامانه تدارکات الکترونیک دولت به شماره سامانه **۲۰۰۱۰۰۳۰۰۰۰۰۰۰۲۲** برگزار نماید.

لازم به ذکر است کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد مناقصه تا ارائه پیشنهاد مناقصه‌گران و بازگشایی پاکت‌ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به نشانی WWW.Setadiran.ir انجام خواهد شد.

لازم است مناقصه‌گران در صورت عدم عضویت قبلی، در سایت مذکور ثبت‌نام و گواهی امضای الکترونیکی را دریافت دارند. به پیشنهادهای دریافتی خارج از درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت ترتیب اثر داده نخواهد شد.

لازم به ذکر است کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد مناقصه تا ارائه پیشنهاد مناقصه‌گران و بازگشایی پاکت‌ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به نشانی WWW.Setadiran.ir انجام خواهد شد و لازم است مناقصه‌گران در صورت عدم عضویت قبلی، در سایت مذکور ثبت‌نام و گواهی امضای الکترونیکی را دریافت دارند. به پیشنهادهای دریافتی خارج از درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت ترتیب اثر داده نخواهد شد.

با توجه به استقرار ساختمان‌های موضوع خدمت در تهران، تنها پیشنهاد شرکت‌هایی پذیرفته می‌شود که محل اقامت قانونی و عملیات آنها در استان تهران باشد.

پیشنهاددهندگان موظف می‌باشند اسناد مناقصه شامل شرایط عمومی و اختصاصی را حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۱/۰۵/۱۸ از طریق سامانه ستاد به نشانی WWW.Setadiran.ir دریافت و با توجه به مندرجات اسناد مناقصه، مدارک لازم را شامل پاکت‌های الف، ب و ج تهیه و به روش آموزشی به صورت فایل‌های PDF تا تاریخ ۱۴۰۱/۰۵/۲۹ در سامانه درج و رسید دریافت نمایند.

پیشنهادهای دریافتی راس ساعت ۱۲ ظهر مورخ ۱۴۰۱/۰۵/۳۰ در کمیسیون مناقصه به نشانی سازمان انتقال خون ایران واقع در تهران، تقاطع بزرگراه‌های شیخ فضل‌اله نوری و شهید همت، بلوک B طبقه دوم سالن اجتماعات دکتر علا بررسی و نتیجه متعاقباً اعلام خواهد شد.

اصل ضمانت مناقصه‌گران در فرآیند ارجاع کار ۶۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال و به صورت ضمانتنامه بانکی صادره از یکی از بانک‌های رسمی کشور به نام سازمان انتقال خون ایران دارای اعتبار تا تاریخ ۱۴۰۱/۰۸/۳۰ و قابل تمدید، یا به صورت وجه نقد واریز شده به حساب ۴۰۰۱۰۳۴۲۰۶۳۷۱۵۶۹ به نام سپرده جاری نزد بانک مرکزی کد ۵۰ قابل پرداخت در کلیه شعب بانک ملی ایران به نام سازمان انتقال خون می‌باشد.

شرکت‌ها موظف به تحویل ضمانتنامه مذکور تا تاریخ ۱۴۰۱/۰۵/۲۹ در پاکت لاک و مهر شده به نشانی مذکور بلوک C واحد امور قراردادها و دریافت رسید می‌باشند.

دفتر روابط عمومی و جذب و نگهداری اهداکنندگان خون
سازمان انتقال خون ایران

شناسه آگهی: ۱۳۶۰۴۲۶ | م الف ۱۸۱۸

آگهی تجدید فراخوان ارزیابی کیفی مشاوران
شماره استعلام:۰۲-۲-۱۴۰۱
(نوبت دوم)

شـرکت ملی مهندسـی و سـاختمان نفت ایران به آدرس: تهران- خیابان اسـتاد نجات اللهـی شمالی-شـماره ۲۴۷-صندوق پستی ۱۱۳۶۵/۶۷۱۴ در نظر دارد به منظور شناسایی مشاوران ذیصلاح جهت «طرح احداث خط لوله فرآورده مهرآران/ فسـا/ شیراز (پارس)- انتخاب مشـاور مطالعات و عملیات نقشـه برداری» به استناد ماده ۱۲ آئین نامه خرید خدمات مشـاور (آیین نامـه اجرایی بند «ه» ماده ۲۹ قانون برگزاری مناقصات)، فرآیند ارزیابی کیفی مشاوران را جهت تهیه لیسـت کوتاه در بسـتر سـامانه تدارکات الکترونیک دولت به آدرس: www.setadiran.ir برگـزار نـماید.

لذا مشاوران واجد صلاحیت به شرح مندرج درگزارش شناخت می‌توانند اسـناد استعلام شـامل گزارش شـناخت، معیارهای ارزیابی کیفی و دسـتور العمل مربوطه را از طریق سـامانه سـتاد دریافت و پیشنهاد خود را با رعایت شـرایط و کیفیت درخواسـتی طی مهلت اعلام شده در سـامانه مذکور بارگذاری نمایند. به مدارک واصله خارج از سـامانه تدارکات الکترونیکی دولت و همچنین مدارک فاقد امضاء مجاز، مشروط و مخدوش ترتیب اثر داده نخواهد شد.

ضمناً آخرین مهلت دریافت اسناد تاریخ۱۴۰۱/۰۵/۲۶ و آخرین مهلت ارسال پاسخ استعلام و بارگذاری تاریخ ۱۴۰۱/۰۶/۰۵ می‌باشد.

شرکت کنندگان می‌توانند جهت رفع هرگونه ابهام و پرسش درخصوص نحوه بارگذاری مستندات و پیشنهادات با شماره تلفن ۸۱۷۸۸۶۱۱ یا ۸۸۹۱۲۴۶۶ تماس حاصل نمایند.

شناسه آگهی: ۱۳۵۹۶۳۵ **روابط عمومی**

آگهی تغییرات شرکت بن تاژ پارس سهامی خاص به شماره ثبت ۲۵۴۰۳۸ و شناسه ملی ۱۰۱۰۲۹۴۴۴۳

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عـادی سـالیانه مـورخ ۱۴۰۰/۰۳/۱۱ تصمیمات ذیل اتخاذ شـد: ترازنامه و حسـاب سـود و زیـان سـال مالی۱۳۹۹ مورد تصویـب قرار گرفت. موسسه حسابرسی ترازنما همکاران به شناسـه ملی ۱۰۱۰۰۵۲۲۵۵۸ بـه سـمت بـازرس اصلـی و خانم نیرالسـادات سلیمان ریـزی بـه شـماره ملی ۰۰۴۵۵۴۶۱۱۸ به سـمت بـازرس علی‌البـدل برای مدت یک سال مالی انتخاب شدند. اعضای هیئت‌مدیره برای مدت دو سال به قرار ذیل تعیین گردیدند: آقای هـادی غلامی به شـماره ملـی۰۹۴۳۴۵۵۹۶۰ بـه سـمت عضو هیئت‌مدیره آقای غلامعلـی غلامی به شماره ملی ۶۲۹۹۷۰۶۷۱۶ بـه سـمت رئـیس هیئت‌مدیره آقای محسـن غلامـی بـه شـماره ملی ۰۹۴۵۸۵۴۹۲۷ به سـمت نائب رئـیس هیئت‌مدیره آقای مهـدی غلامـی به شماره ملی ۰۹۴۰۹۲۲۷۹۷ بـه سـمت مدیرعامـل و عضـو هیئت‌مدیـره کلیه اسـناد و اوراق بهـادار و تعهـدآور شـرکت از قبیـل چک سـفته بروات قراردادها و عقوداسـلامی با امضا مدیرعامل و رئیس هیئت‌مدیـره همراه با مهر شرکت معتبر می‌باشد.

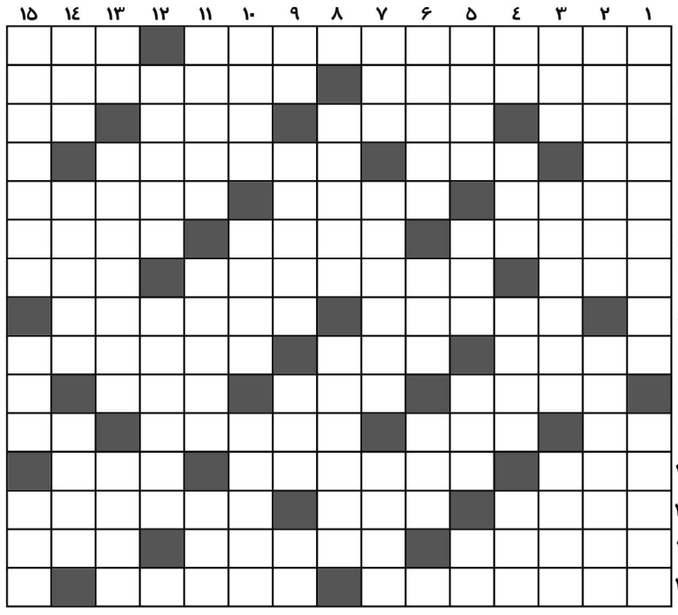
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری تهران

آگهی تغییرات شرکت سرمایه‌گذاری سپهر شرکت سهامی خاص به شماره ثبت ۹۶۷۰۵ و شناسه ملی ۱۰۱۰۱۴۰۷۵۶۷

بـه اسـتناد صورتجلسـه هیئت‌مدیـره مورخ ۱۴۰۰/۰۹/۱۶ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: سمت اعضـای هیئت‌مدیره به قرار ذیل تعیین شـد: - آقـای محمـد محمدخانی دارنـده کدملی ۰۰۴۸۱۶۵۶۷۰ بـه سـمت رئـیس هیئـت مدیره - آقای علـی محمدخانی دارنده کدملی ۰۰۶۸۴۶۱۷۵۵ به سـمت نایـب رئیس هیئت مدیـره - آقای احمد محمدخانی دارنده کدملی ۰۰۴۸۲۶۷۱۹۸ به سـمت عضو هیئت‌مدیره و مدیرعامل. کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور شرکت از قبیل چک، سفته، بروات، قراردادها و عقود اسلامی و مکاتبات عادی و اداری با امضای هـر یک نفر از اعضای هیئت‌مدیره یا مدیرعامل به تنهایی همراه با مهر شرکت معتبر می‌باشد.

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

جدول شماره ۱۲۲۹۴

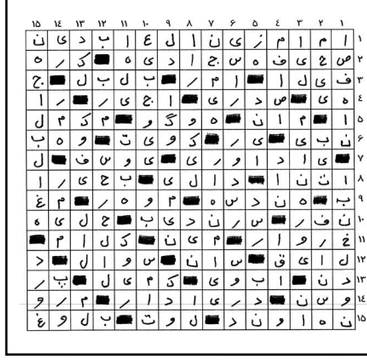


افقی:

۱- یکی از مشکلات جسـمی اکثریت سالمندان و افراد چاق که باعث ایجاد سـکته و نارسـایی کلیه می‌گردد- سـوره پنجاه‌وسـوم قرآن کریم ۲- منظومـه‌ای از عبید زاکانی- عمـل نیکویی که باعث جلـب محبت دیگران می‌گردد ۳- از رنگ‌های آرامش‌بخش- فصل اول سـال یا همان بهار- به‌صورت یک واحـد- راه میان‌بر ۴- دل آزار کهنه- امیدواری- از شـهرهای مرزی اسـتان کردستان ۵- دستگاهی در موسیقی سنتی- ستاره و کوکب- فقیر و بیچاره ۶- سرزنش- بازدارنده- خوش‌یمن بودن ۷- چین و شکن- منظومه‌ای از فریدالدین عطار نیشابوری- شاعر مسـافر ۸- پایتخت کشور قرقیزستان- اولی روایت‌کننده است و دومی علامت جمع ۹- دارای وزن و سنگینی- یک حرف و سه حرف- رسول گرامی اسلام(ص) می‌فرمایند؛ هیچ فقری مانند آن نیست ۱۰- نوعی کاغذ- قطعی برای سـکه- مونس و همدم ۱۱- حرفی که در بیان شگفتی و تعجب بر زبان می‌آید- بدان و آگاه باش- خواندن قرآن با آهنگ خوش و قرائت درست- نوعی پسوند ۱۲- عاشقان سیدالشهدا هنگام سوگواری این یکی را در ایام محرم زیاد می‌ریزند- بهترین ره‌آورد نادرشاه از سرزمین هندوستان- آهنگ بیان ۱۳- بنیانگذار مکتب روانشناسی تحلیلی که اهل کشور سـوئیس بود- شایسته و سزاوار- در مثل دزد نادان به آن می‌زند ۱۴- از سرمربیان فقید تیم ملی فوتبال کشورمان- لازمه آمادگی در دانش و ورزش است- شهیدی از صحـرای کربلا ۱۵- کتابی از لعـل جواهر نهرو اولین نخست‌وزیر کشور هندوستان پس از استقلال- از قهرمانان سنگین‌وزن تیم ملی وزنه‌برداری ایران در مسابقات جهانی و المپیک.

عمودی:

۱- پیامبر عظیم‌الشـأن اسلام آن را گلی از گل‌های بهشـت می‌دانند- فصل پیش‌رو ۲- اثری از شیخ بهایی- بزرگ‌ترین معدن طلای کشور که می‌گویند دارای ۵۰ تـن طـلای خالص اسـت ۳- بالاترین مجـازات- گروهی که بعـد از واقعه عاشـورا به خون‌خواهی امام حسین علیه‌السلام و یارانش قیام کردند- خانه زنبور عسـل ۴- رودی در فرانسه- از اعضای اصلی دسـتگاه تنفسـی بدن- زنی که به همـراه عروس به خانه داماد مـی‌رود- حیوانی که در خواب یک چشـمش باز اسـت ۵- از دروس حوزوی- حشـره‌ای خونخوار که باعث بروز بیماری می‌گردد- گاو بومی سرزمین تبت- حرف دهن‌کجی ۶- حیوانی نقب‌زن- خوب و پسـندیده- شـهر روشنایی ۷- نوعی حرف- شـهری در استان یزد که حلوای آن معروف اسـت- شاعر انسان‌دوست و مصلح آلمانی قرن شانزده میلادی ۸- از رشته‌های علوم مهندسـی در دانشگاه- کشـوری در شرق آسیا که سـال‌ها با مستکبران جهانی در جنگ بود ۹- صدایش طنین زندگی است- یکی از سیستم‌های کنتـرل در فرودگاه‌ها- یکی از پایتخت‌های خلفای عباسی- نوعی چاشـنی برای غذا ۱۰- زمان کم یا لحظه‌ای- دریایی در جنوب ایران- یکی از کشورهای همسایه ۱۱- واحدی برای ساختمان- یکی از نیروهای چهارگانه ارتش- رشـته‌کوه بزرگـی در آمریکای جنوبی ۱۲- اثری از زنده‌یاد دکتر علی شریعتی- از القاب حضرت علی علیه‌السـلام ۱۳- مثل و مانند- استانی در کشور افغانستان- اندازه و مقدار مشخص ۱۴- داغ‌ترین عضو بدن- شهری بزرگ و صنعتی در کشور چین- انجام ندادنش آسان‌تر از ترک آن است ۱۵- کتابی از افلاطون فیلسوف بزرگ یونان باستان- درخت تسبیح- فرستاده خداوند.



آگهی تغییرات شرکت نیک‌آهن سهامی خاص به شماره ثبت ۱۱۵۸۶۹ و شناسه ملی ۱۰۱۰۱۵۹۴۸۴۴

به اسـتناد مجمع عمومی عادی سـالیانه مـورخ ۱۴۰۰/۰۴/۲۸ تصمیمات ذیل اتخاذ شـد:- موسسه حسابرسی شاخص‌اندیشان دارای شناسـه ملی ۱۰۱۰۰۵۷۳۳۲۳ به سـمت بـازرس اصلی و موسسـه حسابرسـی آریان محاسـب پویا دارای شناسه ملی ۱۰۹۸۰۰۰۲۸۶۹ به سمت بازرس علی‌البدل برای مدت یک سال مالی انتخاب گردیدند. -ترازنامه و حساب سود و زیان سال منتهی به تاریخ ۱۳۹۹/۱۲/۳۰ به تصویب رسـید.- 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 تولیدی و صنعتی تحریر سایمان شرکت با مسئولیت محدود به شماره ثبت ۵۲۲۴۲۲ و شناسه ملی ۱۴۰۰۷۳۹۲۵۷۱

به اسـتناد مجمع عمومی عـادی بطور فوق‌العـاده مورخ ۱۴۰۰/۰۶/۰۶ تصمیمات ذیل اتخاذ شـد: ترازنامه و حساب سـود و زیان و صورت‌هـای مالی منتهی به پایان سـال مالی ۱۳۹۹ مورد تصویب قرارگرفت. مؤسسـه حسابرسی و خدمات مدیریت حساب‌گستر پویا ۱۰۱۰۰۴۷۳۸۹۵ به‌سمت بازرس انتخاب شد- روزنامه کثیرالانتشار کیهان جهت درج آگهی‌های شرکت تعیین گردید.

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