ابتکار
روزنامه صبح ایران
روزنامه سیاسی، اجتماعی، اقتصادی، ورزشی، فرهنگی صبح ایران
صاحب امتیاز و مدیر مسئول: محمدعلی وکیلی
دفتر مرکزی: تهران، زرتشت غربی نرسیده به بیمارستان مهر، پلاک ۶۶، طبقه دوم
تلفن: ۸۸۹۷۵۷۱۰-۸۸۹۹۴۶۰۹
فاکس: ۸۸۹۷۵۷۰۹
سامانه پیامکی: ۳۰۰۰۶۰۰۰۴۰۴۰۰۰
ebtekarnews@gmail.com
سازمان آگهی ها: بلوار آیت الله کاشانی، بین رامین شمالی و گلستان شمالی، ساختمان فرید، پلاک ۲۵۸، واحد یک
۴۴۰۱۹۸۰۵ - ۴۴۰۱۹۸۰۶ - ۴۴۰۱۹۸۰۷
سازمان شهرستان‌ها: ۰۹۱۲۲۷۱۷۵۰۳
توزیع: شرکت نشرگسترامروز - ۶۱۹۳۳۰۰۰
چاپ: صمیم / ۳-۶۵۵۸۶۸۰۱
سه‌شنبه / ۲۱ مهر ۱۴۰۵ / شماره ۶۲۷۵
۲ جمادی‌الاول ۱۴۴۸ - ۱۳ اکتبر ۲۰۲۶
سال بیست‌ودوم / ۸ صفحه

سبک زندگی

تاثیر کافئین برای همه یکسان نیست



کافئین یکی از ترکیبات پُرمصرف در رژیم غذایی روزانه بسیاری از افراد است که عمدتاً از طریق قهوه، چای و برخی نوشیدنی‌ها دریافت می‌شود.

به گزارش خبرگزاری مهر، پاسخ بدن افراد به کافئین یکسان نیست و می‌تواند بر میزان هوشیاری، خواب و احساس آرامش یا بی‌قراری افراد تأثیر متفاوتی داشته باشد.

جعفر فلاحی، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی، با بیان اینکه تفاوت در اثر کافئین می‌تواند به عوامل مختلفی مرتبط باشد، گفت: کافئین پس از ورود به بدن در کبد متابولیزه می‌شود و سرعت این فرایند در افراد مختلف متفاوت است. ویژگی‌های ژنتیکی، سن، برخی داروها و وضعیت جسمی می‌توانند در میزان و مدت اثر کافئین نقش داشته باشند.

وی ادامه داد: کافئین با اثر بر گیرنده‌های آدنوزین در مغز، احساس خواب‌آلودگی را کاهش داده و موجب افزایش هوشیاری می‌شود؛ اما میزان حساسیت افراد به این ماده متفاوت است. به همین دلیل، مصرف یک مقدار مشخص از کافئین ممکن است در یک فرد مشکل خاصی ایجاد نکند، اما در فرد دیگری با علائمی مانند بی‌خوابی، بی‌قراری یا تپش قلب همراه شود.

فلاحی با اشاره به نقش سن در پاسخ بدن به کافئین افزود: با افزایش سن، برخی فرایندهای متابولیکی و دفع مواد در بدن تغییر می‌کند و ممکن است اثر کافئین در برخی افراد طولانی‌تر شود؛ بنابراین میزان تحمل فرد نسبت به کافئین نیز می‌تواند در طول زندگی تغییر کند.

وی خاطرنشان کرد: میزان تحمل یک فرد نسبت به کافئین را نمی‌توان معیار مناسبی برای فرد دیگری دانست و افراد باید ضمن توجه به توصیه‌های علمی، شرایط فردی خود را نیز در نظر بگیرند.

فلاحی افزود: افرادی که به بیماری زمینه‌ای مبتلا هستند، داروی خاصی مصرف می‌کنند یا شرایط جسمی ویژه‌ای دارند، بهتر است برای تعیین میزان مناسب مصرف کافئین با پزشک یا متخصص تغذیه مشورت کنند. بر این اساس، اثر کافئین در همه افراد یکسان نیست و توجه به ویژگی‌های فردی و پیام‌های بدن می‌تواند به انتخاب آگاهانه‌تر و متناسب‌تر الگوی مصرف این ماده کمک کند.

ماشین بازی

آئودی RS ۵ با طرح فرمول یک به آسیا رسید



وقتی مهندسی آلمانی با هنر و نورپردازی شبانه‌ی سنگاپور گره می‌خورد، نتیجه‌ی آن خلق منظره‌ای خیره‌کننده در پیست فرمول یک می‌شود؛ جایی که آئودی برای نخستین بار نسل جدید RS ۵ را به همراه همزاد مسابقه‌ای‌اش، یعنی خودروی فرمول یک R۲۶ و با پوششی کاملا هماهنگ، به آسیا آورده تا مرز میان پیست‌های مسابقه و خیابان‌ها بیش از پیش محو شود.

به گزارش خبرآنلاین،آئودی برای نخستین بار، مدل جدید RS ۵ را راهی آسیا کرده است؛ آن هم با پوششی که مو به مو با خودروی مسابقه‌ای فرمول یک این شرکت همخوانی دارد. این سدان و نسخه‌ی آوانت (استیشن)، این هفته در کنار خودروی R۲۶، با بدنه‌ای باکیفیت و اختصاصی در سنگاپور آفتابی شده‌اند تا پیوندی عمیق میان دنیای مسابقات حرفه‌ای و خودروهای خیابانی برقرار کنند.

حضور این دو ماشین جذاب در سنگاپور همزمان با گرندپری ۲۰۲۶ این کشور است که از نهم تا یازدهم اکتبر برگزار می‌شود. نیکو هولکنبرگ و گابریل بورتولتو قرار است پشت فرمان خودروهای R۲۶ در نخستین مسابقه‌ی شبانه فرمول یک تاریخ آئودی بنشینند، در حالی که مدل جدید RS ۵ هم در طول تمام آخر هفته، در معرض دید عموم قرار دارد تا بازدیدکنندگان از نزدیک شاهد تجلی تکنولوژی و طراحی این برند آلمانی باشند.

نخستین پلاگین‌هیبرید قدرتمند آئودی اسپرت

نسل جدید RS ۵ به عنوان نخستین خودروی پلاگین‌هیبرید با قدرت بالا از بخش آئودی اسپرت شناخته می‌شود و در کارخانه‌ی نکارزولم در آلمان به تولید می‌رسد. آئودی، نمایش مدل‌های ۲۰۲۷ این خودرو را از اوایل سال ۲۰۲۶ آغاز کرد و ثبت سفارش‌های اروپایی آن از بهار امسال کلید خورد. این خودرو با ترکیب یک پیشرانه به‌روز شده ۲٫۹ لیتری توئین‌توربو V۶ و یک موتور الکتریکی، خروجی قدرتمندی معادل ۶۳۰ اسب بخار تولید می‌کند که از طریق یک جعبه‌دنده ۸ سرعته اتوماتیک به هر چهار چرخ منتقل می‌شود. قیمت پایه این خودرو در اروپا از کمی بیش از ۱۱۵ هزار دلار برای مدل سدان آغاز می‌شود و عرضه آن در بازار ایالات متحده هم پیش از پایان سال ۲۰۲۶ برنامه‌ریزی شده است.

طرح بدنه‌ای الهام‌گرفته از روشنایی شب‌های سنگاپور

پوشش تک و منحصر به فرد خودروی فرمول یک R۲۶، ترکیبی از رنگ خاکستری نقره‌ای تیتانیوم و الگوهای سنتی پراناکان روی سایدپادها و باله عقب است؛ طرحی که حتی روی لباس‌های مسابقه‌ی رانندگان تیم هم دیده می‌شود.

طراحان آئودی می‌گویند که این طرح بر اساس تغییرات نور سنگاپور پس از غروب آفتاب شکل گرفته تا زیر نورهای خیره‌کننده پیست خیابانی مارینا بی، جلوه‌ای پویا داشته باشد. همین ایده شبانه به پوسته RS ۵ هم تزریق شده و بدنه نقره‌ای‌رنگ آن با تریم مشکی متضاد، بازتابی از خط آسمان این شهر مدرن را به نمایش می‌گذارد.

نمایشگاهی مشترک برای عاشقان سرعت و مد

خودروی نمایشی R۲۶ و آئودی RS ۵ در جریان رقابت‌های گرندپری، در غرفه‌ی مشترک آئودی و آدیداس در مرکز خرید فونان مال در کنار یکدیگر آرام گرفته‌اند تا هواداران بتوانند زبان طراحی مشترک آن‌ها را از نزدیک لمس کنند. این نمایشگاه جذاب با یک کلکسیون پوشاک اختصاصی از آدیداس و یک مسابقه‌ی هیجان‌انگیز با جایزه‌ی سفر به لاس‌وگاس همراه شده است تا شور و هیاهوی مسابقه‌ی اصلی را دوچندان کند؛ مسابقه‌ای که چراغ سبز شروع آن روز یکشنبه ساعت ۸ شب به وقت محلی به صدا درخواهد آمد.

عکس‌نوشت



برداشت چای قرمز در روستای علوه

عکس: علی معرف/ایرنا

نوبت دوم
شناسه : ۲۲۹۷۵۹۸
فراخوان ارزیابی کیفی جهت برگزاری مناقصه عمومی یک مرحله ای
تقاضای شماره ۴۰۴۰۵۴۹ خرید ۱۹ قلم شیرآلات تفکیک گر چاه ۲۲ لالی
شرکت ملی نفت ایران
شرکت ملی مناطق نفت خیز جنوب
شرکت بهره برداری نفت و گاز مسجد سلیمان

شرکت بهره برداری نفت وگاز مسجدسلیمان در نظر دارد کالای مورد نیاز خود را مطابق جدول زیر بصورت فراخوان ارزیابی کیفی جهت برگزاری مناقصه عمومی از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) تامین نماید.

کلیه مراحل برگزاری مناقصه، از دریافت اسناد مناقصه تا ارائه پیشنهاد مناقصه گران و بازگشایی پاکات از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد و لازم است مناقصه گران در صورت عدم عضویت قبلی، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی را جهت شرکت در مناقصه محقق سازند .

شماره مناقصه	موضوع مناقصه	تعداد اقلام	مدت زمان تحویل کالا	حداقل امتیاز ارزیابی کیفی قابل قبول	شماره فراخوان در سامانه ستاد	مبلغ تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار
۴۰۴۰۵۴۹	خرید ۱۹ قلم شیرآلات تفکیک گر چاه ۲۲ لالی	۱۹	۶۰ روز	۶۰	۲۰۰۴۰۹۳۹۸۴۰۰۰۱۶۹	۴٫۵۸۱٫۰۰۰٫۰۰۰ ریال

کلیه مناقصه گرانی که فعالیت آنها مرتبط با شرح کالای مورد درخواست می باشد می توانند ظرف مدت ۱۴ روز از چاپ آگهی نوبت دوم با مراجعه به سامانه تدارک الکترونیک دولت (ستاد) به نشانی www.setadiran.ir ، نسبت به چاپ و تکمیل فرمهای شماره ۳ و ۴ شامل تعهد نامه ارائه کالا و خدمات پس از فروش ، اقدام نمایند و می بایست ظرف مدت ۱۴ روز پس از اتمام مهلت اولیه ، نسبت به بارگزاری فرمهای مذکور به همراه مدارک و مستندات تکمیلی مطابق با استانداردهای شرکت ملی مناطق نفتخیز جنوب و بر اساس موارد مندرج در جدول ارزیابی کیفی (برای معاملات کمتر از بیست برابر معاملات متوسط) در سامانه ستاد اقدام نمایند .

• شرط دریافت اسناد مناقصه توسط مناقصه گران کسب حداقل امتیاز ۶۰ از ۱۰۰ در ارزیابی کیفی می باشد
" دریافت امتیاز مذکور براساس شاخص های اعلام شده در جدول ارزیابی کیفی می باشد ."
• اسناد و مدارک مناقصه پس از برگزاری فرآیند ارزیابی کیفی و ارسال دعوتنامه ، از طریق سامانه ستاد برای مناقصه گران واجد شرایط ارسال خواهد شد .
• ضمناً مبلغ تضمین شرکت در فرایند ارجاع کار ۴٫۵۸۱٫۰۰۰٫۰۰۰ ریال می باشد .
• کلیه مدارک ارزیابی کیفی در قالب یک فایل PDF در سامانه ستاد بارگذاری گردد . ضمناً مدارک بصورت دسته بندی شده و منطبق با شاخص های اعلام شده مطابق جداول موجود در کتابچه مدارک استعلام ارزیابی کیفی مناقصه گران، بارگذاری گردند.

تدارکات و امورکالا
آدرس : مسجدسلیمان - باغ ملی میدان شهدای نفت - اداره تدارکات و امور کالا - شرکت بهره برداری نفت و گاز مسجدسلیمان کد پستی ۶۴۹۱۶-۴۱۱۱۳
تلفن شرکتی ۲۲۵۳۱-۲۲۵۳۲ تلفکس: ۰۶۱-۴۳۲۱۱۹۱۸
HTTP://IETS.MPORG.IR www.nisoc.ir WWW.SHANA.IR
روابط عمومی شرکت بهره برداری نفت و گاز مسجد سلیمان
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۷/۲۰ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۷/۲۱

شهرداری زاهدان
نوبت اول
موضوع مزایده: " اجاره مرکز معاینه فنی شماره۲"
کارفرما : شهرداری زاهدان
آگهی مزایده عمومی یک مرحله ای

شهرداری زاهدان در نظر دارد از طریق برگزاری مزایده عمومی یک مرحله ای نسبت به " اجاره مرکز معاینه فنی شماره۲ " بر اساس مشخصات مندرج در جدول ذیل اقدام نماید اسناد مزایده به کلیه متقاضیان حقیقی و حقوقی ارایه می گردد.

مهلت زمانی دریافت اسناد مزایده: در ساعات اداری از روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۷/۲۱ تا روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۷/۲۸ به متقاضیان ارائه می گردد.

نشانی محل فروش اسناد مزایده: کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد مناقصه تا ارائه پیشنهاد مزایده گران و بازگشایی پاکت‌ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) 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 سازد.

متقاضیان بایستی به منظور خرید اسناد مبلغ ۱/۵۰۰/۰۰۰ ریال به حساب شماره ۲۵۰۰۱۴۹۹۴۱ بانک تجارت به نام درآمد شهرداری زاهدان واریز نمایند.

ردیف	اقلام	قیمت اجاره ماهیانه(ریال)	قیمت کل سالیانه (ریال)	مبلغ تضمین شرکت در مزایده (ریال)
۱	اجاره مرکز معاینه فنی شماره ۲	۶/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۷۲/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۳/۶۰۰/۰۰۰/۰۰۰

• نام و نشانی مزایده‌گزار: شهرداری زاهدان به نشانی زاهدان - خیابان آزادی – کدپستی: ۹۸۱۳۶۷۳۱۵۷ - تلفن : ۷-۳۳۲۲۴۰۶۴ – ۰۵۴
۱- ضمانت نامه معتبر بانکی مطابق بند (الف) آیین نامه تضمین معاملات دولتی به شماره ۱۲۳۴۰۲/ت۵۰۶۵۹ ه مورخ ۱۳۹۴/۰۹/۲۲ هیأت وزیران به نفع کارفرما (مطابق کاربرگ شماره یک) می باشد. تاریخ اخذ ضمانت نامه معتبر بانکی از تاریخ آخرین مهلت فروش اسناد تا تاریخ تسلیم پیشنهادات در نظر گرفته شود. مدت اعتبار تضمین فوق باید حداقل سه ماه بوده و برای سه ماه دیگر نیز قابل تمدید باشد.
واریز وجه نقد به حساب سپرده شهرداری به شماره ۲۵۰۰۱۵۰۳۶۲ نزد بانک تجارت شعبه زاهدان باشد.
• جهت دریافت اطلاعات بیشتر در خصوص اسناد مزایده و پاسخگویی به سوالات و ابهامات توسط مدیریت حقوقی و امورقراردادهای شهرداری زاهدان به نشانی زاهدان-خیابان امیرالمومنین-مجتمع طبقاتی سعدی- بلوک اول- طبقه سوم- تلفن ۳۳۲۱۳۱۸۰-۰۵۴ انجام میگیرد.
• زمان و محل تسلیم پیشنهادها: علاوه بر اینکه ارائه پیشنهاد مزایده گران و بازگشایی پاکت ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به ادرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد، مزایده گران بایستی پاکت الف و ب در مزایده را به صورت لاک و مهر به آدرس دبیر خانه شهرداری مرکز به آدرس زاهدان - خیابان آزادی – کدپستی: ۹۸۱۳۶۷۳۱۵۷ - تلفن : ۷-۳۳۲۲۴۰۶۴ – ۰۵۴ حداکثر تا ساعت ۳۰ : ۰۸ روز شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۸/۰۹ تحویل نمایند.
• محل و زمان بازگشایی پاکات: ساعت ۳۰ : ۰۹ روز شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۸/۰۹ در محل سالن کنفرانس شهرداری زاهدان واقع در خیابان آزادی می‌باشد.
• اطلاعات تماس سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه: مرکز تماس ۴۱۹۳۴-۰۲۱ و ۸۵۱۹۳۷۶۸ و ۸۸۹۶۹۷۳۷
شهرداری زاهدان

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده
شرکت آرد سنندج (سهامی خاص) به شماره ثبت ۱۸ و شناسه ملی ۱۰۶۱۰۰۰۲۸۳۱

بدینوسیله از کلیه سهامداران محترم شرکت آرد سنندج (سهامی خاص) ثبت شده به شماره ۱۸ و شناسه ملی ۱۰۶۱۰۰۰۲۸۳۱ دعوت می شود تا درجلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده شرکت آرد سنندج که روز شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۸/۰۲راس ساعت ۸:۰۰ صبح در محل کارخانه به آدرس : سنندج ، مجتمع صنعتی برازان، خیابان ایران خودرو، کارخانه آرد سنندج کدپستی ۶۶۱۶۸۶۴۶۱۱ ، تشکیل می گردد حضور بهم رسانند تا نسبت به موضوع ذیل تصمیم گیری شود.

دستورات جلسه:
۱ـ انتخاب بازرس قانونی شرکت

هیات مدیره شرکت آرد سنندج سهامی خاص ثبت ۱۸

آگهی دعوت به مجمع عمومی فوق العاده نوبت اول شرکت تعاونی مسکن کارکنان برق اردبیل با شناسه ملی ۱۰۲۴۰۰۳۷۹۴۰

بدینوسیله از کلیه اعضای شرکت تعاونی مسکن کارکنان برق اردبیل با شناسه ملی ۱۰۲۴۰۰۳۷۹۴۰دعوت به عمل می آید در مجمع عمومی فوق العاده (نوبت اول) که در روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۸/۰۳ساعت ۱۳ظهر در محل شهرک اداری سالن اجتماعات شرکت توزیع برق اردبیل برگزار میگردد حضور بهم رسانند.

دستور جلسه:
۱- تمدید مدت فعالیت شرکت تعاونی

هیات مدیره تعاونی مسکن کارکنان برق اردبیل

آگهی دعوت به مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده
نوبت اول شرکت تعاونی مسکن کارکنان برق اردبیل
با شناسه ملی ۱۰۲۴۰۰۳۷۹۴۰

بدینوسیله از کلیه اعضای شرکت تعاونی مسکن کارکنان برق اردبیل با شناسه ملی ۱۰۲۴۰۰۳۷۹۴۰دعوت به عمل می آید در مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده (نوبت اول) که در روز چهار شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۸/۱۳ساعت ۱۳ظهر در محل شهرک اداری سالن اجتماعات شرکت توزیع برق اردبیل برگزار میگردد حضور بهم رسانند.

دستور جلسه:
۱- گزارش هیات مدیره و بازرس
۲- انتخاب هیات مدیره و بازرس شرکت تعاونی
کلیه داوطلبان تصدی سمت هیات مدیره و بازرسی شرکت تعاونی موظفند حداکثر ظرف مدت ۵ روز پس از انتشار آگهی دعوت درخواست کتبی خود را همراه با مدارک لازم دروقت اداری به دفتر شرکت تعاونی تحویل و رسید دریافت نمایند.

هیات مدیره تعاونی مسکن کارکنان برق اردبیل

آگهی فقدان سند مالکیت واقع در بخش ۲۶ فارس یاسوج
نظر به اینکه آقای خانم فهیمه افروز فرزند عین اله شماره شناسنامه ۴۲۲۰۱۶۴۸۱۲ تاریخ تولد ۱۳۶۹/۰۱/۱۳ صادره از بویر احمد یاسوج دارای شماره ملی ۴۲۲۰۱۶۴۸۱۲ با جز سهم از کل سهم ۶ بعنوان مالک شش دانگ عرصه با شماره مستند مالکیت ۴۴۶۵۱ تاریخ ۱۴۰۵/۰۴/۰۹ دفترخانه اسناد رسمی شماره ۱۵ شهر یاسوج استان کهگیلویه و بویراحمد موضوع سند مالکیت اصلی بشماره چاپی ۳۵۱۷۱۶ سری از سال ۰۴ با شماره دفتر الکترونیکی ۱۴۰۵۲۰۳۲۰۰۰۱۰۰۴۴۷۰ پلاک ثبتی ۶۱۲/۱۶۹۷ ثبت گردیده است. حقوق ارتفاقی ملک حقوق ارتفاقی ندارد و با ارائه دو برگ شهادت شهود از دفترخانه ۱۵ شهر یاسوج مدعی شده است که سند مالکیت آن صادر گردیده و به علت جابجایی مفقود گردیده است در ضمن پلاک ثبتی مذکور محدودیت رهنی و بازداشت ندارد لذا مراتب طبق اصلاحی تبصره یک اصلاحی ماده ۱۲۰ آئین نامه قانون ثبت جهت اطلاع عموم یک نوبت آگهی میشود که هر کس مدعی انجام معامله و یا وجود سند مالکیت فوق الذکر نزد خود میباشد می تواند ظرف مدت ۱۰ روز از تاریخ انتشار این آگهی اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله به این اداره تسلیم نماید چنانچه ظرف مدت مقرر اعتراضی به این اداره واصل نشود و یا در صورت اعتراض اصل سند مالکیت ارائه نگردد اداره ثبت سند المثنی مالکیت پلاک مذکور را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد نمود.
تاریخ انتشار: ۱۴۰۵/۰۷/۲۰
مریم باباپور رئیس ثبت اسناد و املاک یاسوج