



www.ebtekarnews.com

آخر ابتکار

سبک زندگی

چگونه بر کم‌رویی غلبه کنیم؟



این روانشناس با بیان این‌که در دنیای امروز که رقابت برای دیده‌شدن زیاد است، کم‌رویی یک «نقطه ضعف مطلق» نیست، عنوان کرد: ما نباید کم‌رویی را به‌عنوان یک ویژگی کاملاً منفی تعریف کنیم. افرادی که کمتر وارد صحبت می‌شوند، گاهی شنونده‌های بسیار خوبی هستند، با دقت بیشتری مشاهده می‌کنند و قبل از صحبت کردن بیشتر فکر می‌کنند. این ویژگی‌ها در بسیاری از روابط و حتی مشاغل می‌تواند ارزشمند باشد.

شرافتی ادامه داد: مساله زمانی شروع می‌شود که کم‌رویی اختیار فرد را از او بگیرد. اگر فرد می‌خواهد صحبت کند اما نمی‌تواند، می‌خواهد رابطه‌ای را شروع کند اما ترس عقب‌نشینی می‌کند، ایده خوبی دارد اما نمی‌تواند آن را بیان کند یا به دلیل ترس از قضاوت فرصت‌های مهم زندگی را از دست می‌دهد، آن وقت کم‌رویی تبدیل به یک مشکل می‌شود.

وی در پایان خاطرنشان کرد: بنابراین هدف ما این نیست که همه انسان‌ها را اجتماعی و برون‌گرا کنیم. هدف این است که فرد آزادی انتخاب داشته باشد، یعنی اگر خواست سکوت کند، انتخاب خودش باشد و اگر خواست صحبت کند، ترس مانع او نشود.

کمال‌گرایی می‌تواند به اجتناب اجتماعی منجر شود. شرافتی اضافه کرد: یکی از نکات مهم در درمان این است که فرد به تدریج بپذیرد ارتباط موثر با ارتباط بی‌نقص تفاوت دارد. ما برای انسان بودن لازم نیست همیشه بهترین جمله را بگوییم یا هیچ‌وقت اشتباه نکنیم.

وی با اشاره به مواجه تدریجی با کاهش کم‌رویی اظهار کرد: مواجهه تدریجی یکی از تکنیک‌های مهم در درمان شناختی - رفتاری است، اما یک سوءتفاهم درباره آن وجود دارد. مواجهه یعنی فرد را به زور در سخت‌ترین موقعیت قرار ندهیم؟ نه اینگونه نیست. در مواجهه اصولی، ابتدا موقعیت‌هایی که فرد از آنها می‌ترسد شناسایی می‌شوند و معمولاً از موقعیت‌های ساده‌تر شروع می‌کنیم. برای یک فرد ممکن است اولین قدم فقط سلام کردن به یک فرد آشنا باشد. مرحله بعد پرسیدن یک سوال ساده، بعد شروع یک گفت‌وگوی کوتاه و در مراحل بالاتر صحبت کردن در یک جمع باشد.

این روانشناس تصریح کرد: مهم این است که فرد به تدریج تجربه کند که «من می‌توانم اضطرابم را تحمل کنم و از عهده این موقعیت بربیایم». رها کردن ناگهانی فرد در سخت‌ترین موقعیت، بدون آمادگی و بدون توجه به شرایط او با مواجهه درمانی اصولی تفاوت دارد.

پرهیز از برجسب‌زنی خجالتی بودن فرزند

وی ادامه داد: یکی از مهم‌ترین کارهایی که والدین نباید انجام دهند، برجسب‌زدن به فرزندشان است. وقتی والدین جلوی دیگران می‌گویند «بچه من خیلی خجالتیه» یا «اصلاً بلد نیست با کسی حرف بزنه»، ممکن است کودک به مرور این جمله را بخشی از هویت خودش بداند. از طرف دیگر، والدین نباید کودک را تحقیر یا مجبور کنند «چرا سلام نمی‌کنی؟»، «برو حرف بزن، این که کاری نداره!» در مقابل، حمایت بیش از حد هم مناسب نیست؛ مثلاً همیشه به جای کودک جواب‌دادن یا از او در برابر هر موقعیت اجتماعی محافظت کردن. بهترین رویکرد معمولاً پذیرش همراه با تشویق تدریجی است، یعنی والد بگوید «می‌دونم شاید کمی برات سخت باشه، ولی بیا این بار خودت سلام کن»، کودک باید هم احساس امنیت کند و هم فرصت تجربه و یادگیری داشته باشد.

شرافتی اضافه کرد: در درمان، هم روی افکار و باورهای ناکارآمد کار می‌کنیم و هم روی رفتار، از جمله آموزش مهارت‌های ارتباطی، تمرین ابراز وجود و مواجهه تدریجی با موقعیت‌های اجتماعی؛ در واقع فرد باید هم یاد بگیرد متفاوت فکر و هم متفاوت عمل کند.

یک روانشناس با بیان اینکه کم‌رویی می‌تواند مانع پیشرفت شغلی و اجتماعی افراد شود، گفت: ترس از قضاوت دیگران و کمال‌گرایی از عوامل تشدیدکننده این مشکل است اما با تمرین مهارت‌های ارتباطی و مواجهه تدریجی با موقعیت‌های اجتماعی می‌توان آن را مدیریت کرد.

زیبا شرافتی در گفت‌وگو با ایسنا، در باره تاثیر کم‌رویی در محیط کار که می‌تواند مانع پیشرفت شغلی شود، گفت: یکی از مشکلات کم‌رویی در محیط کار این است که گاهی توانایی واقعی فرد دیده نمی‌شود. ممکن است فرد بسیار توانمند، ایده خوب و دانش تخصصی بالایی داشته باشد، اما در جلسه حرف نزد، درباره ایده‌اش صحبت نکند یا حتی برای گرفتن یک فرصت شغلی مناسب درخواست ندهد. در چنین شرایطی ممکن است دیگران تصور کنند این فرد انگیزه یا توانایی کافی ندارد، در حالی که واقعیت کاملاً متفاوت است.

این روانشناس افزود: قرار نیست همه افراد را به آدم‌های بسیار برون‌گرا تبدیل کنیم. هدف این است که فرد بتواند توانمندی خودش را به شکل موثر نشان دهد، یعنی اگر لازم است در جلسه صحبت کند، بتواند؛ اگر ایده‌ای دارد آن را مطرح کند و اگر حقی دارد از آن دفاع کند؛ حتی اگر کمی اضطراب داشته باشد.

وی با بیان این‌که بزرگ‌ترین سد ذهنی فرد کم‌رو برای برقراری ارتباط ترس از قضاوت و ارزیابی منفی دیگران است، گفت: فرد ممکن است مدام با خودش فکر کند «تکند حرف بدی بزنم؟»، «تکند صدایم بلرزد؟»، «تکند دیگران متوجه اضطرابم شوند» و ...، گاهی حتی قبل از اینکه وارد یک جمع شود، بارها در ذهنش گفت‌وگو را مرور می‌کند. مشکل اینجااست که فرد به جای اینکه روی خود ارتباط تمرکز کند، دائماً خودش را زیر نظر می‌گیرد مثلاً به صدایش، حالت چهره‌اش یا واکنش دیگران توجه می‌کند.

شرافتی خاطرنشان کرد: یکی از اهداف مهم درمان این است که توجه فرد از «من» چطور به نظر می‌رسم؟» به «من چگونه می‌توانم در این ارتباط حضور داشته باشم؟» منتقل شود.

این روانشناس با بیان این که کم‌رویی می‌تواند با کمال‌گرایی ارتباط داشته باشد، اظهار کرد: در بعضی افراد این ارتباط کاملاً قابل مشاهده است. فرد کمال‌گرا ممکن است احساس کند برای صحبت‌کردن باید حتما حرف بسیار هوشمندانه‌ای داشته باشد، نباید اشتباه کند و نباید کسی متوجه ضعف او شود. در نتیجه به جای اینکه بگوید «من می‌توانم صحبت کنم و اگر اشتباه کردم اشکالی ندارد»، با خودش می‌گوید «اگر قرار است کامل نباشم، بهتر است اصلاً صحبت نکنم». اینجااست که

آگهی تجدید مناقسه عمومی یک مر حله ای هم زمان با

ارزیابی فشرده

شرکت ملی پخش فر آورده های نفتی منطقه کهگیلویه و بویراحمد در نظر دارد بر اساس مجوز شماره اقلام مورد نیاز خود را به صورت مناقسه عمومی یک مر حله ای هم زمان با ارزیابی فشرده از طریق سامانه الکترونیک دولت (ستاد) تامین نماید.

ردیف	عنوان	شرح
۱	موضوع مناقسه	پیمان خرید یک دستگاه سرور hp
۲	شماره فر آخوان سامانه ستاد	۲۰۰۵۰۹۲۲۶۵۰۰۰۰۰۷
۳	مدت اجرای قرارداد	۱۴ روز
۴	مبلغ بر آورد اولیه	۵۹۱۰۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال
۵	مبلغ و نوع تضمین شرکت در مناقسه	یکی از تضمین قابل قبول این نامه تضمین معاملات دولتی مصوب ۹۲/۹/۲۲ دارای اعتبار ۹۰ روزه و قابل تمدید با نظر کارفرما (ضمانتنامه های بانک های گردشگری ،پاسارگاد قابل پذیرش نمی باشند) یا واریز نقدی مبلغ ۲/۹۵۰/۰۰۰/۰۰۰ به شماره حساب ۴۵۰۰۸ ۲۱۷۲۵۸۰۰ نزد بانک ملی به نام شرکت پخش فراورده های منطقه کهگیلویه و بویراحمد (شناسه شرکت ۱۴۰۰۰۲۴۷۸۲۰۵)
۶	تاریخ درج آگهی	نوبت اول: روز شنبه ۱۴۰۵/۰۸/۰۲ نوبت دوم : روز یکشنبه ۱۴۰۵/۰۸/۰۳
۷	تاریخ انتشار در سامانه ستاد	روز شنبه ۱۴۰۵/۰۸/۰۲
۸	مهلت دریافت اسناد از سامانه ستاد	تا ساعت ۱۶:۰۰ روز دو شنبه ۱۴۰۵/۰۸/۰۲
۹	تاریخ و محل جلسه توجیهی	راس ساعت ۱۰ روز دو شنبه ۱۴۰۵/۰۸/۱۱ سالن جلسات منطقه
۱۰	مهلت زمانی ارسال پیشنهادات	تا ساعت ۱۶:۰۰ روز دو شنبه ۱۴۰۵/۰۸/۱۸ کلیه پاکات می بایست درسامانه ستاد بارگذاری گردد. ضمناً مناقسه گران علاوه بر ثبت پاکات در سامانه ستاد اصل پاکات تضمین (الف) را به صورت لاک و مهر شده تا قبل از ساعت ۱۶:۰۰ روز دوشنبه ۱۴۰۵/۰۸/۱۸ به دبیرخانه کمیسیون مناقصات به آدرس ذیل تحویل نمایند
۱۱	تاریخ و محل بازگشایی پاکات	ساعت ۹:۰۰ روز سه شنبه ۱۴۰۵/۰۸/۱۹
۱۲	مدت اعتبار پیشنهادات	حداقل مدت اعتبار پیشنهادات ۳ ماه می باشد.

شرایط عمومی:

- ۱- ارائه تصویر اساس نامه شرکت ، آگهی ثبت شرکت به همراه آخرین تغییرات در روزنامه رسمی
- ۲- ارائه کد اقتصادی ، شناسه ملی
- ۳- دارا بودن و ارائه تاییدیه افتای شرکت درمناقصه
- ۴- دارا بودن و ارائه گواهی صلاحیت در حوزه پدافند سایبری
- ۵- قرار داشتن در فهرست شرکتهای حائز صلاحیت حراست صنعت نفت
- ۶- شرکت کننده موظف است در صورت پرته شدن، محصول را بصورت حضوری(تسب و راه اندازی Standard Last Update ۲۰۲۵ WINDOWS Server) به کارفرما تحویل نماید
- ۷- بدیهی است بازگشایی پاکات با حداقل دو شرکت کننده میسر خواهد بود
- ۸- تمامی تجهیزات بایستی دارای حداقل یک سال گارانتی تعویضی باشد.
- ۹- کلیه مدارک بارگذاری شده توسط مناقسه گر بایستی اصل یا برابر با اصل و باکیفیت و وضوح مناسب باشند.
- ۱۰- برنده مناقسه مکلف به ارائه اصل کلیه مستندات بارگذاری شده می باشد درصورت هرگونه تناقض برابر مقررات و قوانین بر خورد خواهدشد.
- ۱۱- عدم ممنوع معامله بودن در سطح کلیه شرکت ها (در صورت قرار داشتن درلیست شرکت های ممنوع معامله ، سپرده شرکت در مناقسه به نفع مناقسه گذار ضبط میگردد *** در صورت تغییرات در زمان بندی فر آیند مناقسه در سایت های مربوطه درج و اصلاح می گردد. *** باتوجه به اینکه کلیه مراحل برگزاری مناقسه از دریافت اسناد تا ارائه پیشنهاد مناقسه گران و بازگشایی پاکات از بستر سامانه الکترونیک دولت به نشانی www.setadiran.ir انجام میگردد. لازم است مناقسه گران در صورت عدم عضویت ، مراحل ثبت نام در سامانه مذکور و دریافت گواهی دیجیتال الکترونیکی را جهت شرکت در مناقسه محقق سازند. اطلاعات تماس سامانه تدارکات الکترونیک دولت: مرکز تماس: ۰۲۱-۴۱۹۱۳۰۲۱

شناسه آگهی:۲۳۰۹۲۹۲ شناسه نوبت چاپ: ۳۲۱۶۳۹۹

روابط عمومی شرکت ملی پخش فر آورده های نفتی منطقه کهگیلویه و بویراحمد

آگهی مناقسه عمومی یک مر حله ای

« شماره ۰۴۷ / ۱ - ۱۴۰۵ »



شرکت برق منطقه ای هرمزگان

شرکت سهامی برق منطقه ای هرمزگان در نظر دارد از طریق برگزاری مناقسه عمومی ۱مر حله ای , نسبت به " عملیات تعویض مقره خطوط انتقال فوق توزیع واقع در شهر بندرعباس ۱۴۰۵ " اقدام نماید. لذا ازمتقاضیان شرکت دراین مناقسه دعوت بعمل می آید،جهت دریافت اسناد مناقسه از:تاریخ۱۴۰۵/۰۸/۰۳ لغایت۱۴۰۵/۰۸/۰۷ به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به آدرس WWW.setadiran.ir انجام میگردد. مبلغ۵۰۰,۰۰۰ ریال بصورت الکترونیکی به شماره حساب ۰۴۰۲۵۱۸۷۰۳۱۰۱۱۰۴۰۰۰بنام تمرکز وجوه درآمدحق انشعاب وسایردآمدهای شرکت سهامی برق منطقه ای هرمزگان ویک نسخه از اسناد مناقسه را دریافت نمایند . با توجه به اینکه کلیه مراحل برگزاری مناقسه از دریافت اسناد تا ارائه پیشنهاد از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار می گردد , لازم است در صورت عدم عضویت فیللی شرکتها در سامانه فوق مراحل ثبت نام در سایت مذکورانجام ونسبت به دریافت گواهی امضا، الکترونیکی اقدام نمایند.شرکت کنندگان می توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن های : ۳۳۳۱۳۸۶۱-۳۳۳۱۳۷۷۶-۳۳۳۱۳۷۷۴-۳۳۳۱۳۷۵۸-۳۳۳۱۳۷۵۲-۳۳۳۱۳۷۶ و داخلی۲۰۷۶, ودر خصوص سامانه با داخلی ۳۰۰۰تماس حاصل فرمایند . ثبت شماره تلفن ,فکس وایمیل از سوی شرکت کنندگان در سامانه الزامی می باشد.ضمناً ارائه پاکت الف(ضمانتنامه) بصورت فیزیکی الزامیست .

توضیحات:

- ۱- مبلغ تضمین شرکت درفرایند ارجاع کار : ۴,۲۷۷,۸۲۲,۷۹۳ریال , به صورت ضمانتنامه معتبربانکی ویا واریز نقدی.
- ۲- الزامات:
- ۱-۲- ارائه گواهی حداقل رتبه ۴ نیرو
- ۲-۲- ارائه ۲ کارمشابه برووی خطوط ۴۰۰ کیلوولت به همراه رضایتمندی از کارفرمای مربوطه در پنج سال اخیر.
- *** در صورت عدم بارگذاری الزامات فوق درسامانه ستادیران , پیشنهاد مربوطه بررسی نمی گردد.

۳- مدت زمان تحویل: ۶ ماه شمسی

۴- پیش پرداخت: طبق آئین نامه تضمین معاملات دولتی وبا ارائه ضمانتنامه بانکی معتبر قابل پرداخت خواهد بود.

۵- دستگاه نظارت : معاونت بهره برداری شرکت سهامی برق منطقه ای هرمزگان می باشد وشرکتهای متقاضی می تواننددر خصوص سئوالآت فنی خود با تلفن ۰۱۱۰۱۹۱۷۹۰۰۹۱۷۹۰۰ (آقای مهندس قریشی) تماس حاصل فرمایند.

۶- حداکثر مهلت تحویل اسنادبه دبیرخانه اینشرکت تا ساعت ۸صبح روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۸/۲۰از زمان بازگشایی پاکات راس ساعت ۹صبح همان روز دردفتر امور تدارکات وقراردادهای این شرکت می باشد.

۷- به پیشنهادات مشروط،مبهم،مخدوش وفاقد سپرده وپیشنهادهای که بعد ازموعد مقرر به دبیرخانه این شرکت ارسال گردد مطلقاً ترتیب اثرنداده نخواهدشد.

آگهی ما درسایت سامانه (www.setadiran.ir)بخش «ثبت نام/ پروفایل تامین کننده / مناقسه گر» قابل مشاهده می باشد.

روابط عمومی شرکت سهامی برق منطقه ای هرمزگان

شناسه: ۲۳۰۶۴۸۹

سیستم مدیریت پیکارچه / کد ۰۳/۰۳/۱۴۰۵/ف

آگهی مناقسه عمومی یک مر حله ای

(شماره ۱۲۳ ی/ج/۱۴۰۵)



شرکت آب وفاضلاب استان البرز

شرکت آب و فاضلاب استان البرز در نظر دارد پیگیری وصول بدهکاران صورتحساب آب بهاء، پیگیری وصول مطالبات اقساط معوقه انشعاب آب و فاضلاب، پیگیری تصحیح قرارداد و تغییر کاربری، پیگیری جمع آوری و تبدیل انشعاب غیرمجاز به مجاز در محدوده امور آبفا کرج و گرمدره واقع در استان البرز را از محل منابع داخلی شرکت و از طریق مناقسه عمومی یک مرحله ای به پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید.

مدت اجرای پروژه، نوع و مبلغ تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار: مدت اجرای کار ۱۲ (دوازده) ماه و مبلغ تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار ۶,۱۷۵,۰۰۰,۰۰۰ ریال بصورت یکی از تضمین ذکر شده در آیین نامه تضمین معاملات دولتی به شماره ۱۲۳۴۰۲ت/۵/۰۶۵۹هـ مورخ ۹۴/۰۹/۲۲ می باشد.

نحوه دریافت اسناد مناقسه: داوطلبان میتوانند به منظور دریافت اسناد مناقسه از تاریخ ۱۴۰۵/۰۷/۲۹ تا ساعت ۱۹ روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۸/۰۴ از طریق سامانه ستاد به آدرس www.setadiran.ir با شماره فراخوان ۱۲۳ ۰۵۵۱۸۶۰۰۰۵۱۸۶۰۰۰ اقدام نمایند. تلفن تماس: ۰۲۶-۳۲۱۱۷۱۵۱

مهلت تحویل اسناد مناقسه: مناقسه گران علاوه بر بارگذاری فایلهای PDFدر سامانه تدارکات الکترونیکی دولت تا ساعت ۹ روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۸/۱۹، موظف به ارائه تضمین شرکت در فرایند ارجاع کار در پاکت لاک و مهر شده تا ساعت ۱۰ همان روز به دبیرخانه شرکت آب و فاضلاب استان البرز می باشند.

تاریخ بازگشایی پاکات: ساعت ۱۱:۳۰ روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۸/۱۹ خواهد بود.

سایر اطلاعات و جزئیات در اسناد مناقسه مندرج است./۲۵۴۶۳

شرکت آب وفاضلاب استان البرز «سهامی خاص»

آگهی فراخوان مناقسه عمومی یک مر حله ای

شماره RND-0518054-MH

تحت عنوان خرید کربن اکتیو



شرکت پالایش نفت امام خمینی(ره) تاران (سهامی عام)

شرکت پالایش نفت امام خمینی(ره) شازند در نظر دارد تامین کالای موضوع صدراالاشاره را از طریق مناقسه عمومی مطابق اسناد مناقسه به متقاضیان واجد شرایط واگذار نماید. شرکتهای متقاضی می توانند جهت دریافت اطلاعات بیشتر و شرایط شرکت در مناقسه به سایت WWW.IKORC.IR مراجعه نمایند.

۱- موضوع مناقسه :

الف) شرح مختصر:

ردیف	شماره مناقسه	موضوع مناقسه	مقدار	زمان تحویل کالا	مبلغ تضمین شرکت در مناقسه(ریال)
۱	RND-0518054-MH	کربن اکتیو	۴۰ مترمکعب	شش ماه پس از شروع قرارداد	۲,۱۶۰,۰۰۰,۰۰۰

ب) تضمین مورد قبول شامل : ضمانتنامه بانکی / واریز وجه نقد/ چک تضمینی / چک بین بانکی

ج) مناقسه گزار در رد یا قبول هر یک یا تمام پیشنهادها بدون آنکه محتاج به ذکر دلیل باشد مختار است.

۲) کلیه اشخاص حقوقی واجد شرایط میتوانند مطابق تاریخ های ذیل جهت دریافت اسناد استعلام ارزیابی به آدرس اینترنتی فوق الذکرمراجعه نمایند و پس از دریافت اسناد و مطالعه آن ، مستندات ارزیابی کیفی را در قالب لوح فشرده در مهلت مقرر به آدرس ذیل ارسال نمایند .بدیهی است پیشنهاد هایی که با شرایط مندرج در فراخوان اختلاف داشته وارسال مدارک مناقسه از سوی متقاضیان بعد از مهلت مقرر قابل پذیرش نمی باشد. پس از ارزیابی کیفی از متقاضیان تأیید شده جهت ادامه فرآیند مناقسه دعوت بعمل خواهد آمد.

۳) مهلت دریافت اسناد :

۳-۱- مهلت دریافت اسناد استعلام ارزیابی کیفی : روز پنج شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۸/۰۷

۳-۲- مهلت ارسال پاسخ استعلام ارزیابی کیفی : روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۸/۱۸

۴) نام و نشانی دستگاه مناقسه گزار: اراک، کیلومتر ۲۰جاده بروجرد- دو راهی شازند- شرکت پالایش نفت امام خمینی (ره)شازند- معاونت بازرگانی اداره تدارکات کالا- ساختمان مرکزی (LSF) تلفن تماس:۰۸۶-۳۳۴۹۲۸۴۲(آقای عظیمی)و ۰۸۶-۳۳۴۹۲۹۱۱

فکس: ۰۸۶-۳۴۱۶۶۲۴۳-۰۸۶-۳۴۱۶۶۰۱۳

روابط عمومی و امور بین الملل شرکت پالایش نفت امام خمینی (ره)شازند

آگهی دعوت سهامداران به تشکیل مجمع عمومی طایفه به طور فوق العاده شرکت زیست فناوری هامرز (سهامی خاص) ثبت شده به شماره ۱۰۲۲۹ و شناسه ملی ۱۴۰۰۹۳۳۳۷۸۵

بدینوسیله از کلیه سهامداران یا نمایندگان قانونی آنها (با در دست داشتن برگ نمایندگی) دعوت می شود تا در جلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده که در ساعت ۸ صبح روز چهارشنبه تاریخ ۱۴۰۵/۰۸/۱۳ در آدرس استان کهگیلویه و بویراحمد ، پاسوچ، بلوار کشاورز، مرکز نوآوری و کارآفرینی آزادگان، کد پستی ۷۵۹۱۶۵۸۷۹ تشکیل می گردد حضور به هم رسانند.

استفاده ازاین هیات مدیره تصویب صورت‌های مالی منتهی به ۱۴۰۲/۱۲/۲۹ انتخاب بازرسان انتخاب اعضای هیات مدیره سایر مواردی که در تصویب مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده می باشد.

هیات مدیره شرکت