خبر

لباس‌های زمستانی را جمع نکنید!

براساس بررسی نقشه‌های پیش‌یابی و تحلیل الگوهای همدیدی، تا چهارشنبه (۳ تا ۵ اردیبهشت) با نفوذ سامانه بارشی، آسمان استان قسمتی ابری تا نیمه ابری و در بعضی ساعات همراه با افزایش ابر و بارش باران، گاهی رگبار و رعد و برق و وزش باد شدید، در مناطق مستعد بارش تگرگ پیش‌بینی می‌شود.
اداره کل هواشناسی استان تهران اعلام کرد: ۴ اردیبهشت کاهش محسوس دما و از پنج شنبه (۶ اردیبهشت) روند تدریجی افزایش دما مورد انتظار است.بر اساس اعلام اداره کل هواشناسی استان تهران، فرودگاه امام خمینی (ره) با بیشینه دمای ۳۰ درجه سانتیگراد گرم‌ترین ایستگاه هواشناسی استان تهران در ۲۴ ساعت گذشته گزارش شده است.
آسمان تهران (۴ اردیبهشت‌ماه) نیمه‌ابری و وزش باد، در بعضی ساعت‌ها افزایش ابر، رگبار و رعد و برق و وزش باد شدید با حداقل دمای ۱۲ و حداکثر دمای ۱۹ درجه سانتیگراد و طی چهارشنبه (۵ اردیبهشت‌ماه) کمی ابری تا نیمه ابری و وزش باد، گاهی افزایش ابر با احتمال رگبار و رعد و برق و وزش باد شدید با حداقل دمای ۱۲ و حداکثر دمای ۱۹ درجه سانتیگراد پیش‌بینی می‌شود.
به گزارش خبرآنلاین،اداره کل هواشناسی استان تهران از بارش باران از امروز (۳ اردیبهشت) و کاهش محسوس دما از فردا خبر داد.
مهر در خبری نوشت:طی امروز تا چهارشنبه با نفوذ سامانه بارشی، آسمان استان قسمتی ابری تا نیمه ابری و در بعضی ساعات با افزایش ابر و بارش باران، پیش‌بینی می‌شود.
براساس بررسی نقشه‌های پیش‌یابی و تحلیل الگوهای همدیدی، تا چهارشنبه (۳ تا ۵ اردیبهشت) با نفوذ سامانه بارشی، آسمان استان قسمتی ابری تا نیمه ابری و در بعضی ساعات همراه با افزایش ابر و بارش باران، گاهی رگبار و رعد و برق و وزش باد شدید، در مناطق مستعد بارش تگرگ پیش‌بینی می‌شود. امروز (۴ اردیبهشت) کاهش محسوس دما و از پنج شنبه (۶ اردیبهشت) روند تدریجی افزایش دما مورد انتظار است. روزهای پنجشنبه و جمعه (۶ و ۷ اردیبهشت) آسمان صاف تا کمی ابری، همراه با وزش باد خواهد بود. بر اساس اعلام اداره کل هواشناسی استان تهران، فرودگاه امام خمینی (ره) با بیشینه دمای ۳۰ درجه سانتیگراد گرم‌ترین ایستگاه هواشناسی استان تهران در ۲۴ ساعت گذشته گزارش شده است. آسمان تهران فردا (۴ اردیبهشت‌ماه) نیمه‌ابری و وزش باد، در بعضی ساعت‌ها افزایش ابر، رگبار و رعد و برق و وزش باد شدید با حداقل دمای ۱۲ و حداکثر دمای ۱۹ درجه سانتیگراد و طی چهارشنبه (۵ اردیبهشت‌ماه) کمی ابری تا نیمه ابری و وزش باد، گاهی افزایش ابر با احتمال رگبار و رعد و برق و وزش باد شدید با حداقل دمای ۱۲ و حداکثر دمای ۱۹ درجه سانتیگراد پیش‌بینی می‌شود. صادق ضیاییان در این باره گفت: امروز (۳ اردیبهشت)در مناطقی از غرب، شمال غرب، جنوب غرب، ارتفاعات رشته کوه البرز، دامنه‌های جنوبی البرز، گیلان و مازندران، ارتفاعات گلستان، در امتداد رشته کوه زاگرس، برخی مناطق مرکزی کشور، استان‌های قم، مرکزی، اصفهان، یزد، شرق و شمال فارس، چهارمحال و بختیاری، کهگیلویه و بویراحمد و ارتفاعات واقع در شرق و جنوب شرق افزایش ابر و رگبار باران رعد و برق و وزش باد شدید همراه با کاهش نسبی دما پیش‌بینی می‌شود. وی اضافه کرد: سه شنبه (۴ اردیبهشت) بارش در شمال غرب و غرب کشور ضعیف می‌شود و این سامانه در نیمه شرقی کشور از جمله شرق سواحل دریای خزر، خراسان شمالی، دامنه‌های جنوبی البرز مرکزی و شرقی شامل البرز، تهران و سمنان همچنین در استان‌های مرکزی، شرق لرستان، قم،اصفهان، چهارمحال و بختیاری، شرق و شمال فارس ، یزد ،کرمان، شرق هرمزگان، برخی نقاط خراسان جنوبی و نیمه شمالی سیستان و بلوچستان، برخی نقاط شمال و نوار غربی خراسان رضوی رگبار باران، رعد و برق و وزش باد شدید همراه با کاهش نسبی دما رخ می‌دهد.

روز جهانی زمین و تغییرات اقلیمی بر پرده سبز

آینده زمین دودی یا آبی؟

گروه جامعه - روز، سوم اردیبهشت، روز جهانی زمین است؛ زمینی که در افسانه‌ها، آیین‌ها داستان‌ها و اشعار کهن «مادر» لقب گرفته بود و حالا، گویی حرمت دایه را هم ندارد. آینده اما چه می‌شود؟ فیلم‌های پساآخرالزمانی با الهام از هشدارهای مربوط به تغییرات اقلیمی، روزگار تیره و تاری را به تصویر می‌کشند؛ از دورانی که انسان‌ها بر سر «آب» همدیگر را می‌کشند. دانشمندان می‌گویند «زمین» فرصت چندانی برای نجات ندارد. اگر بشر تغییرات اقلیمی و بحران‌های آب و هوایی را جدی نگیرد و کشورها به تعهدات خود برای کاهش انتشار گازهای گلخانه‌ای عمل نکنند، شاید حال «مادر» رو به احتضار برود. «روز جهانی زمین» از سال ۱۹۶۹ تاکنون، فرصتی است برای یادآوری همین فرصت اندک.

بحران آب و خشکسالی سال هاست که به عنوان هشداری جدی در رسانه‌ها و مقالات علمی مطرح می‌شود و بحرانی که همین امروز نیز، چه در داخلی کشورها و چه در ابعاد بین‌المللی،عاملی برای اختلاف و درگیری است

در چنین شرایطی آینده بشر و زمینی که در آن زیست می‌کند، سال‌هاست به سوژه جذابی برای نویسندگان و فیلمسازان تبدیل شده. آنها در آثار خود آینده‌ای را نشان می‌دهند که خودخواهی‌ها، نزاع‌ها و اقدامات بشر، سیاره را نابود کرده و جان بسیاری از ساکنان آن را گرفته است.
به گزارش تجارت نیوز، این هشدارها هرچند جذابیت‌هایی برای جذب مخاطب دارند اما تنها کارکردشان همین نیست و می‌تواند دریچه‌ای به آینده‌ای باشد که شاید نه نزدیک اما به هر حال محتوم است؛ اگر بشر از خواب بیدار نشود.

۲۲ و ۲۳ آوریل؛ روزهایی برای زمین

۲۲ و ۲۳ آوریل، در تقویم بین‌المللی دو روزی هستند که به سیاره ما اختصاص دارند؛ روزهایی که قرار است آگاهی همه را نسبت به خطراتی که آن را تهدید می‌کند، افزایش دهد. اولی (۲۲ آوریل) روز زمین پاک است و دومی (۲۳ آوریل) روز جهانی زمین.
سایمون استیل دبیر اجرایی تغییرات اقلیمی سازمان ملل، چندی پیش هشدار داد بشر تنها دو سال فرصت دارد تا «با کاهش چشمگیر انتشار گازهای گلخانه‌ای، از بحران اقلیمی و فاجعه آب‌وهوایی جلوگیری کند». البته هشدار او مخالفانی دارد که تعیین این محدودیت زمانی را اغراق‌آمیز می‌دانند اما گروهی نیز معتقدند با توجه به تعلل دولت‌ها در تامین مالی برای مقابله با تغییرات اقلیمی، این هشدار اصلاً دور از ذهن نیست.

آثار تغییرات اقلیمی؛ از تهدید بقا تا زیان‌های اقتصادی

تغییرات اقلیمی و هشدارهای محیط‌زیستی بحث‌هایی فانتزی نیستند؛ آنها آثار واقعی تراژیک و اقتصادی دارند. مطالعات نشان می‌دهند نزدیک به ۱۲ هزار رویداد شدید آب و هوایی در نیم قرن گذشته، منجر به مرگ بیش از ۲ میلیون نفر و خسارت اقتصادی ۴٫۳ تریلیون دلاری شده است. همچنین بر اساس گزارش یونسکو، دو میلیارد نفر (۲۶ درصد از جمعیت) به آب آشامیدنی سالم دسترسی ندارند و پیش‌بینی می‌شود این تعداد تا سال ۲۰۵۰ به ۱٫۷ تا ۲٫۴ میلیارد نفر برسد. همچنین ممکن است تا سال ۲۰۳۰ حدود ۷۰۰ میلیون نفر به دلیل کمبود شدید آب آواره شوند.
این تحولات، تبعات اجتماعی شدیدی دارند که شاید با عدد و رقم قابل محاسبه نباشند اما از آنجا که اعداد برای بسیاری از افراد ملموس‌تر هستند، برخی مطالعات روی این جنبه از موضوع تمرکز کرده‌اند. برای مثال رسانه‌های بین‌المللی از جمله گاردین و آسوشیتدپرس در گزارش‌هایی تخمین زده‌اند که از سال ۲۰۰۰ تا ۲۰۱۹، میانگین هزینه‌های ناشی از تغییرات اقلیمی در سراسر زمین، ۱۴۰ میلیارد دلار در سال بوده که این رقم در سال ۲۰۲۲ به ۲۸۰ میلیارد دلار رسید. همچنین به گزارش یورونیوز پژوهش‌ها نشان می‌دهند اگر روند کاهش انتشار گازهای گلخانه‌ای سرعت نگیرد، ممکن است ضربه‌های اقتصادی ناشی از تغییرات اقلیمی تا سال ۲۰۴۹ به حدود ۳۸ تریلیون دلار در سال برسد و تا سال ۲۱۰۰ تا دو برابر آنچه مطالعات قبلی تخمین زده‌اند، افزایش یابد. در این میان، کشورهای فقیر و آنهایی که کمترین نقش را در انتشار گازهای گلخانه‌ای داشته‌اند، بیشترین آسیب اقتصادی را از تغییرات اقلیمی متحمل می‌شوند.
با وجود این آمارها و هشدارها، دولت‌ها و شهروندان هنوز توجه کافی به تغییرات اقلیمی و بحران‌های آب و هوایی ندارند. گرمایش زمین نیز همچنان یک معضل است به گونه‌ای که سال ۲۰۲۳ رسماً گرم‌ترین سال ثبت‌شده در تاریخ بود. با وجود باران‌های شدید و سیل‌های ویرانگری که حتی در زمان‌های غیرمعمول در گوشه و کنار زمین رخ می‌دهد، بارش برف و باران در مناطقی از زمین کاهش چشمگیری پیدا کرده است؛ به گونه‌ای که اروپا امسال فصل اسکی را بدون برف گذراند و بحران آب حتی به انگلستان نیز رسیده است.

تغییرات اقلیمی؛ از خشکسالی تا سیل‌های ویرانگر

بحران‌های محیط‌زیستی و تغییرات اقلیمی عبارت‌اند از: رویدادهای شدید آب و هوایی از جمله توفان‌های مخرب، سیل‌های ویرانگر، امواج گرما، خشکسالی‌های طولانی‌مدت، آتش‌سوزی‌های شدید جنگلی و ذوب شدن برف‌ها و یخ‌های قطبی.
در این میان، بحران آب و خشکسالی سال‌هاست که به عنوان هشداری جدی در رسانه‌ها و مقالات علمی مطرح می‌شود. بحرانی که همین امروز نیز، چه در سطح داخلی کشورها و چه در ابعاد بین‌المللی، عاملی برای اختلاف و درگیری است؛ اما کارشناسان هشدار می‌دهند که جنگ‌های آینده بر سر آب در می‌گیرد. چنین موضوعی هرچند با سلامت و زندگی انسان‌ها و حتی دیگر موجودات زنده سروکار دارد اما می‌تواند چنان کشش و هیجانی نیز تولید کند که از چشم صنعت سینما و سرگرمی دور نمانده است. به گونه‌ای که بحران آب تاکنون سوژه محوری یا حاشیه‌ای چندین اثر سینمایی بوده است.

بحران آب؛ واقعیت زمین، سوژه جذاب سینما

فیلم‌های پساآخرالزمانی از جمله محبوب‌ترین و پرتکرارترین آثار داستانی و سینمایی در ژانر فانتزی هستند. بسیاری از آنها دنیایی را به تصویر می‌کشند که پس از وقوع سلسله‌حوادثی، از نظم شناخته‌شده و پیشین خود خارج شده است. این دنیا آینده‌ای را پیش روی بشر قرار می‌دهد که گاه آیینه عملکرد امروز اوست. آینده‌ای که در پی رخدادهای سیاسی، نظامی، طبیعی یا محیط‌زیستی، زیر و زبر شده است و دیگر آشنا نیست.
وقوع حوادث طبیعی عظیم و بحران‌های ناشی از چالش‌های محیط‌زیستی از جمله موضوعاتی پرتکرار در آثار پساآخرالزمانی هستند؛ از بارندگی‌ها و سیل‌های شدید و ویرانگر گرفته تا بحران آب یا آلودگی مرگبار هوا دستمایه نویسندگان و کارگردانان قرار گرفته‌اند که هشدارهایی را در مورد آینده مطرح کنند. آینده‌ای که در آن تعدادی زیادی از انسان‌ها به کام مرگ رفته‌اند و بازمانده‌ها نیز برای بقا می‌جنگد. فیلم‌های «کتاب الی» (The Book of Eli) و «مکس دیوانه- جاده خشم» (Mad Max: Fury Road) دو فیلم پساآخرالزمانی شناخته‌شده هستند که هر دو بحران آب و بروز خشکسالی شدید را محور تعریف داستان خود قرار داده‌اند.

آب؛ منبع «قدرت» و «خشونت» در دنیای مرده

تصاویری خاکستری و مات از شهرهای متروک، اجساد متلاشی‌شده، بیابان پشت بیابان و البته لوله‌هایی که از آنها آبی جاری نمی‌شود! اینها توصیفی خلاصه از مسیری طولانی است که شخصیت نخست فیلم اکشن و پساآخرالزمانی «کتاب الی» آن را می‌پیماید.در این فیلم، تمدن و شهرنشینی به دلیل نامعلومی، که بر اساس برخی ارجاعات احتمالاً جنگ هسته‌ای باشد، از بین رفته و از جمعیت جهان بسیار کاسته شده است. در این دنیای تیره و تار، «خشونت» عامل مهمی برای بقاست. آدم‌ها یا وسیله باارزشی را با «آب» معاوضه می‌کنند یا سر امکانات ساده زندگی و مهم‌تر از همه، «آب»، همدیگر را می‌کشند. قدرت هم دست هر کسی است که بر منابع آبی تسلط دارد.هرچند «کتاب الی» از مایه‌های پررنگ مذهبی نیز برخوردار است اما نمی‌توان از نقش بحران آب و خشکسالی شدید در شکل‌گیری جهان داستان و رخدادهایی که در آن به وقوع می‌پیوندند، گذشت. فیلم کتاب الی (۲۰۱۰) اثر برادران هیوز است که در آن بازیگرانی چون دنزل واشنگتن، گری اولدمن، میلا کونیس و ری استیونسون ایفای نقش می‌کنند.

دیوانگی در زمین خشک

فرسنگ‌ها بیابان بدون آب و علف، زمینی که نشانه‌ای از حیات در آن نیست و انسان‌های اندکی که از خیل ساکنان جهان باقی مانده‌اند؛ داستان فیلم اکشن و پرهیجان «مکس دیوانه- جاده خشم»، در بستر چنین دنیایی شکل گرفته است.
در این فیلم نیز کنترل «آب»، منبع قدرت و سلطه است و انسان‌ها بر سر دستیابی به آن «می‌جنگند» و «می‌کشند». البته «مکس دیوانه- جاده خشم»، سویه‌های سیاسی و پادآرمانشهری (دیستوپیا) نیز دارد اما جنگ اصلی در آن، بر سر آب است. به گونه‌ای که انسان‌ها در دنیایی درگیر با بحران آبی شدید، یکدیگر را بی‌محابا و با خشونتی شدید تعقیب می‌کنند و می‌کشند. این فیلم، چهارمین قسمت از سری فیلم‌های «مکس دیوانه»، اثر جورج میلر است که در سال ۲۰۱۵ با بازی تام هاردی، شارلیز ترون و نیکولاس هولت اکران شد. سه فیلم نخست حول موضوعات «انتقام» و «دستیابی به سوخت» می‌چرخیدند. سینما و صنعت سرگرمی در آثار دیگری نیز به سراغ موضوع تغییرات اقلیمی و اثر آن بر زمین رفته‌اند؛ روز پس از فردا، دنیای آب، مصمم به بقا، برف‌شکن، مه (The Mist) و انیمیشن اسکار از آن جمله‌اند. اما آیا بشر با این هشدارها بیدار می‌شود؟ آینده پاسخ را نشان می‌دهد.

خیز شهرداری تهران برای ساختن هتل‌های جدید در پایتخت

در نشست خبری امروز مدیر عامل سازمان سرمایه گذاری و مشارکت مردمی شهرداری تهران، جزییات تازه‌ای از ساخت ۴ هتل در بوستان‌های تهران اعلام شد.
به گزارش خبرآنلاین، ساخت ۴ هتل در بوستان‌های تهران، خبری بود که پیش از ساخت مسجد در بوستان قیطریه، برخی از شهروندان تهرانی را حساس کرد. اخیرا کارزار اینترنتی برای دفاع از عدم ساخت و ساز در بوستان قیطریه با نزدیک به ۱۵۰ هزار امضا، در شبکه های اجتماعی به راه افتاده است که هدف از آن حفظ فضاهای سبز تهران است. با این وجود، جزئیات تازه ای از ساخت ۴ هتل در بوستان‌های تهران به اطلاع رسانه‌ها رسید.

هتل سازی در بوستان‌ها برای حفظ فضای سبز

مدیر عامل سازمان سرمایه گذاری و مشارکتهای مردمی شهرداری تهران ترجیح داد نشست خبری خود را در یک مجتمع تجاری شیک نزدیک بازار بزرگ تهران برگزار کند. مجتمع تجاری مرداس، جایی در قلب تهران و خیابان جمهوری، نزدیک به چهارراه استانبول، مجتمعی با رنگ غالب سربی و نقره‌ای است که در طراحی فضای داخلی و مغازه‌هایی بزرگ آن، نمی‌توان اثری از معماری سنتی و ایرانی دید. با این حال نوید خاصه باف در این مجتمع تجاری اعلام کرد ۶ هتل به عنوان پروژه‌های کلان در شهر تهران، در حال مطالعه است که ۴ هتل از این مجموعه در فضاهای سبز در مناطق ۱۳، ۲۲ و ۴ ساخته می‌شود.
خاصه باف با اشاره به اینکه در هتل برج میلاد هم سرمایه گذار خارجی با ۶۴۰۰ میلیارد تومان سرمایه ورود کرده است، گفت: درباره هتل‌های قابل احداث در فضای سبز هیچ مجوزی صادر نشده است و طرح‌های آنها هم نهایی نشده است. اخیرا با یک مجموعه فاخر جلسه‌ای درباره این ۴ هتل جنگلی داشتیم که امیدواریم مذاکرات به نتیجه برسد. وی در ادامه در خصوص ساخت ۴ هتل در فضای سبز تهران گفت: ۴ هتلی که عنوان شد در مناطق جنگلی ساخته می شود. حدود طرح‌ها در سازمان فضای سبز استخراج شده است و بعد که طرح ساخت این هتل ها آماده شد به سازمان منابع طبیعی برای اخذ مجوز ارجاع می شود. همچنین به زودی فراخوان هتل کوهستان در منطقه ۲ را منتشر می‌کنیم تا علاقمندان برای سرمایه گذاری حضور یابند. هتل دیدار هم نیمه کاره مانده است که سرمایه گذاران خصوصی می‌توانند در آن حضور یابند. او با اشاره به اینکه در کلان پروژه های جدید، احداث ۴ هتل در مناطق ۴ و ۱۳ (۲هتل) و منطقه ۲۲ با ۸هزار میلیارد تومان سرمایه گذاری در نظر گرفته شده است، گفت: همچنین هتل کوهستان در منطقه ۲ با ۱۰۰۰ میلیارد سرمایه گذاری آماده جذب سرمایه است. همچنین هتل و مجتمع اداری برج میلاد با ۶۴۰۰ میلیارد سرمایه گذاری خارجی در حال طی کردن مراحل آماده سازی است.

جذب نزدیک به ۴ هزار میلیارد تومان سرمایه خصوصی

مدیرعامل سازمان سرمایه گذاری و مشارکتهای مردمی شهرداری تهران در این نشست خبری با اشاره به اینکه در سال گذشته (۱۴۰۲) مبلغ ۳۸۴۴ میلیارد تومان درآمد توسط سازمان به وجود آمده است، گفت: این مبلغ ۲۶ درصد از تعهد پیش بینی شده بیشتر بوده است. همچنین ۶ پروژه آماده برای فروش عرضه شده و ۹ پروژه در حال آماده سازی برای فروش تا پایان سال است.

خبر

بهترین نکات مراقبت از مو در فصل بهار

بهار، مقدمه‌ای بر فرا رسیدن روزهای گرمتر است و همانطور که می‌دانید آماده‌سازی و محافظت از موها در برابر هوای گرم و آفتابی بسیار مهم است. با گرم شدن هوا و افزایش رطوبت، ممکن است موهای شما بیشتر از سایر مواقع در معرض وز شدن و خشکی قرار بگیرند. بنابراین لازم است با رعایت برخی نکات، توجه بیشتری به موهای خود داشته باشید تا مانع از آسیب دیدن آن شوید:
۱. از موها در برابر آفتاب بهاری محافظت کنید
محافظت از پوست و مو در برابر اشعه ماوراء بنفش خورشید اگر به درستی صورت نگیرد نشود، اثرات مخربی بر جای خواهد گذاشت. این اشعه به کوتیکول‌های مو آسیب می‌رساند، پل بین لایه‌های کراتینه را ضعیف و فولیکول‌های مو را کم‌آب می‌کند.
۲. ریزش موی فصلی را به حداقل برسانید
افزایش ریزش مو در فصل بهار بیشتر است و این اتفاق اغلب به دلیل کمبود عناصر کمیاب یا ویتامین‌ها رخ می‌دهد. برای رفع این مشکل توصیه می‌شود مصرف ویتامین‌های گروه B، ویتامین C و زینک را جدی بگیرید. علاوه بر این، عدم تعادل هورمونی، استرس، رژیم غذایی نامناسب و هوای خشک داخل خانه نیز می‌تواند ریزش مو را تشدید کند. سعی کنید این موارد را نیز کنترل کنید.
۳. محافظت از مو در استخر را جدی بگیرید
نیمه اول سال فرصت مناسبی برای استخر رفتن است، اما نکته قابل توجه این است که از موهایتان را در برابر کلر موجود در آب استخر محافظت کنید. قرار گرفتن مکرر در معرض کلر، موها را ضعیف و خشک می‌کند و باعث شکنندگی تارهای مو می‌شود.قبل از ورود به آب استخر، موهای خود را با کلاه‌های ضدآب بپوشانید تا مانع از تماس کلر با آن شوید. هم‌چنین می‌توانید پیش از رفتن به استخر به موهایتان روغن زیتون یا روغن نارگیل بزنید تا یک سد محافظ را روی تار مو (در صورت تماس کلر با مو) ایجاد کنید.
۴. موخوره‌گیری کنید
به حالتی که تار مو خود به دو یا چند قسمت تقسیم و اصطلاحاً چندشاخه شود، موخوره می‌گویند. این وضعیت در میان افرادی که موهای بلندی دارند، رایج‌تر است و کسانی که موهای خشکی دارند، نسبت به کسانی که موهایشان چرب است، بیشتر با این مشکل مواجه می‌شوند. دلیل آن هم شکنندگی و خشکی موهاست. دستگاه‌ها و ابزارهایی برای موخوره‌گیری وجود دارند که به سادگی شاخه‌های اضافه نوک موها را از تار موها جدا می‌کنند و سلامت را به تارهای مو بازمی‌گردانند.
۵. پوست سر خود را تقویت کنید
تجمع آلودگی، چربی و باقیمانده محصولات مراقبتی روی پوست سر می‌تواند منجر به ریزش مو و یا حتی رشد موهای زیرپوستی شود. برای حفظ سلامت پوست سر، از یک اسکراب یا برس مناسب برای از بین بردن هرگونه رسوب استفاده کنید و سپس موهای خود را با شامپو بشویید. رسیدگی به سلامت پوست سر منتج به داشتن موهای سالم و زیبا می‌شود، بنابراین اگر موهای زیبا می‌خواهید مراقبت درست از پوست سر را جدی بگیرید. فصل بهار زمان مناسبی برای تمرکز بر جوانسازی پوست سر است تا رشد موی سالم با ظاهری لطیف را تقویت کنید.
۶. تغذیه سالم داشته باشید
سلامت مو از درون شکل می‌گیرد. یک رژیم غذایی سالم می‌تواند موهای مستحکم و درخشانی را برای ما به ارمغان بیاورد. اسیدهای چرب ضروری، به ویژه امگا ۳، نقش کلیدی در سلامت پوست، مو و ناخن دارند. شما باید هر روز برخی از این مواد غذایی را که سرشار از امگا ۳ هستند بخورید: ماهی قزل آلا، ماهی تن و دیگر ماهی‌های چرب، روغن دانه کتان، دانه چیا و یا روغن کانولا، گردو، سویا، سبزیجات، میوه‌ها و .... هم‌چنین ویتامین‌های B۶، B۱۲ و اسید فولیک نیز برای سلامت موها ضروری هستند.

فراخوان ارزیابی کیفی مناقصه دو مرحله ای
نوبت دوم
شناسه آگهی: ۱۶۹۷۱۰۴
شرکت ملی پخش فرآورده‌های نفتی ایران
مناقصه گزار: شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی ایران - مدیریت بازرگانی
موضوع مناقصه: خرید تعداد ۱۰،۰۰۰،۰۰۰ کارت سوخت جایگاهی تقاضای شماره DSD-02391-TR
تاریخ، مهلت،نشانی محل دریافت و تحویل استعلام کیفی مناقصه گران :
شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی ایران درنظر دارد فراخوان ارزیابی کیفی مناقصه عمومی خرید تعداد ۱۰،۰۰۰،۰۰۰ کارت سوخت جایگاهی را به شماره نیاز ۲۰۰۳۰۹۲۹۳۵۰۰۰۰۱۱ ازطریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت واز بین تولیدکنندگان / تامین کنندگان بصورت ارزی / ریالی با پرداخت ریالی براساس نرخ تسعیر ارز بانک مرکزی (میانگین ماه تحویل کالا) برگزار نماید وکلیه مراحل برگزاری فراخوان عمومی از دریافت وتحویل اسناد استعلام ارزیابی کیفی تا ارسال دعوتنامه جهت سایر مراحل مناقصه الزاماً ازطریق درگاه سامانه مذکوربه آدرس WWW.setadiran.ir انجام خواهد شد. تاریخ انتشار فراخوان درسامانه تاریخ ۱۴۰۳/۲/۲ میباشد.
اطلاعات واسناد مناقصه عمومی پس از برگزاری فرآیند ارزیابی کیفی و ارسال دعوتنامه به آدرس سامانه ستاد برای مناقصه گران ارسال خواهدشد.
● مهلت دریافت اسنادارزیابی کیفی: روز شنبه تاریخ ۱۴۰۳/۲/۸ ● مهلت ارسال مدارک ارزیابی کیفی : روز شنبه تاریخ ۱۴۰۳/۲/۲۲
آدرس : تهران خیابان ایرانشهر شمالی-روبروی پارک هنرمندان – جنب خیابان برادران شاداب-پلاک ۱ -طبقه دوازدهم اداره خریدهای داخلی – شماره تماس : ۸۸۳۲۷۰۸۵ و ۸۴۱۳۰۹۹۶
مبلغ معامله برای مناقصه پادشده ۴،۳۸۰،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال برآورد شده است.
تضمین شرکت درفرایند ارجاع کار: مبلغ ۸۴،۴۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال می باشدکه براساس آئین نامه تضمین درمعاملات دولتی قابل ارائه می باشد.
ضمنا آگهی درسامانه های MONAGHESE.NIOPDC.IR وهمچنین سایت HTTP://IETS.MPORG.IR صرفا جهت اطلاع قابل رویت می باشد.
اطلاعات تماس سامانه ستاد : مرکز تماس ۰۲۱۱۴۵۶ دفتر ثبت نام ۸۸۹۶۹۷۳۷۰۸۵۱۹۳۷۶۸
روابط عمومی شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی ایران

سند و برگ سبز و کارت ماشین سواری پژو ۴۰۵ رنگ نقره‌ای متالیک مدل ۱۳۹۰شماره پلاک ۱۵۸ب۹۴ایران۴۹شماره موتور ۱۲۴۹۰۱۶۸۹۶۷شماره شاسی NAAM11CA3BE280817به نام مرتضی جلالی فر مفقود گردیده وفاقد اعتبار می باشد

سند وبرگ سبز(شناسنامه) خودرو سواری هاچ بک پژو 207i_MT مدل۱۴۰۰به‌رنگ‌مشکی‌متالیک‌وشماره‌موتور167B0110473وشماره شاسی NAAR03FE5MJ410992وشماره پلاک ۹۳ ایران ۴۵۱م۲۹به نام امید حسین کاردان پور مفقودگردیده واز درجه اعتبارساقط می باشد.

آگهی فراخوان مناقصه عمومی دو مرحله ای فشرده
نوبت اول
شناسه : ۱۷۰۱۵۶۴
شماره مناقصه عمومی ۷۸/ م خ /۱۴۰۲ شماره تقاضا: ۰۲۰۱۵۵۹ -۴۸
شرح تقاضا: دستگاه UPS
شرکت ملی نفت ایران
شرکت ملی مناطق نفت خیز جنوب
شرکت بهره برداری نفت و گاز مارون (سهامی خاص)
شرکت بهره برداری نفت و گاز مارون در نظر دارد کالای مشروحه ذیل را از طریق برگزاری مناقصه عمومی دو مرحله ای فشرده تهیه نماید. لذا با توجه به الزام درج مناقصات در سامانه ستاد ایران، مناقصه گران میبایست اسناد مناقصه را در مهلت تعیین شده از سامانه ستادایران (www.setadiran.ir) دریافت نموده و تا قبل از پایان مهلت ارسال پاسخ.اسناد و پاکات خواسته شده را (اسناد ارزیابی کیفی و پاکات الف،ب و ج) طبق مدارک اعلام شده در اسناد مناقصه بارگذاری نمایند.
۰۰در راستای حمایت از تولید داخل کالای مورد نظر میبایست از سازندگان داخلی تامین گردد.
۰۰مدارک مورد نیاز جهت ارزیابی کیفی(طبق فرم ارزیابی کیفی اسناد مناقصه):۱- آخرین صورتهای مالی حسابرسی شده (۱۰ سال آخر)به همراه اظهارنامه وفیش های پرداخت مالیات قطعی ۲-قرارداد های مرتبط با موضوع مناقصه به همراه حسن انجام کار۳-لیست پرسنل وتصویر مدارک تحصیلی پرسنل کلیدی به همراه لیست بیمه۴-مدارک ایزو۱۴۰۰۱،۹۰۰۱ و ۱۸۰۰۱ معتبر
۱- مبلغ برآورد مناقصه: ۳۴،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال
۲- نوع و مبلغ تضمین: ضمانتنامه معتبر بانکی شرکت در مناقصه (فرآیند ارجاع کار) به مبلغ۱،۷۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال
۳- ارائه ضمانتنامه معتبر بانکی دارای اعتبار شش ماه الزامی است.(سایر ضمانتنامه های دارای اعتبار کمتر از زمان اشاره شده قابل پذیرش نمی باشند.)
۴- آخرین مهلت تقاضای شرکت در مناقصه و بارگذاری مدارک ارزیابی کیفی و پاکات فنی، مالی و ضمانت نامه طبق زمان بندی در سامانه ستادایران می باشد.
۵- مناقصه گرانی که اسناد مناقصه را در مهلت تعیین شده در سامانه ی ستادایران (مهلت دریافت اسناد) دانلود ننمایند، قادر به بارگذاری (اسناد ارزیابی کیفی و پاکات الف،ب و ج) نخواهند بود.
آدرس جهت ارسال ضمانتنامه: اهواز- منطقه بروميـ کیلومتر ۱۲ جاده اهواز/ سربندر- نرسیده به پلیس راه - شرکت بهره برداری نفت و گاز مارون - ساختمان دو طبقه (ستادی) -طبقه ی همکف-کمیسیون مناقصات -تلفن : ۰۶۱۳۴۱۸۸۳۳۴
۶- بارگذاری پاکات ضمانت نامه(الف)، پاکات فنی(ب) و مالی(ج) همزمان با اسناد ارزیابی کیفی می باشد.
۷- تاریخ و محل گشایش پاکات مالی: متعاقباً اعلام خواهد شد.
۸- زمان تحویل کالا : ۶۰ روزه
۹- ارائه ضمانت حسن انجام تعهدات به میزان۱۰٪ مبلغ مورد معامله توسط برنده مناقصه قبل از سررسید ضمانتنامه فرآیند ارجاع کار ضروری می باشد.
نکته : هزینه درج آگهی و مراتب تجدید در جراید از برنده مناقصه کسر خواهد شد.

ردیف	تعداد	واحد	شرح کالا	قلم
۱	۱	NO	یوپی اس آنلاین صنعتی ONLINE INDUSTRIAL DOUBLE CONVERSION AC UPS	۱
۲	۱	NO	یوپی اس ماژولار آنلاین دابل کانورژن با توان خروجی کلی 90 KVA	۲

تمامی اطلاعات بعدی و آگاهی سازی مناقصه در سامانه ستاد بارگزاری خواهد شد.
برای دریافت اطلاعات تکمیلی به سایت های ذیل مراجعه شود .
آدرس سایت ستاد ایران : http://setadiran.ir http://mogpc.nisoc.ir
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۲/۰۴
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۲/۰۵
روابط عمومی شرکت بهره برداری نفت و گاز مارون