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 فربد، پلاک ۲۵۸، واحد یک
۴۴۰۱۹۸۰۵ - ۴۴۰۱۹۸۰۶ - ۴۴۰۱۹۸۰۷
سازمان شهرستان‌ها: ۰۹۱۲۲۷۱۷۵۰۳
توزیع: شرکت نشرگسترامروز - ۶۱۹۳۳۰۰۰
چاپ: صمیم / ۳-۶۵۵۸۶۸۰۱
یکشنبه / ۳۱ فروردین ۱۴۰۴ / شماره ۵۸۸۷
۲۱ شوال ۱۴۴۶ - ۲۰ آپریل ۲۰۲۵
سال بیست‌ویکم / ۱۲ صفحه

سبک زندگی

«صبحانه» مهم‌ترین وعده غذایی روز

میان‌وعده‌های مغذی برای زنگ تفریح دانش‌آموزان

متخصص تغذیه و رژیم درمانی و عضو هیات علمی دانشکده علوم تغذیه و صنایع غذایی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با اشاره به اینکه ذائقه‌سازی آموختنی است، گفت: به جای تمرکز بر ممنوعیت‌ها، گزینه‌های سالم و جذاب را به کودکان معرفی وتغذیه سالم را به یک عادت لذت‌بخش تبدیل کنیم.

به گزارش ایسنا، دکتر غزاله اسلامیان با اشاره به اینکه تغذیه مناسب در دوران مدرسه نقش حیاتی در رشد جسمی و ذهنی دانش‌آموزان دارد، اظهار کرد: یک برنامه غذایی متعادل نه تنها انرژی مورد نیاز برای فعالیت‌های روزانه را تأمین می‌کند، بلکه بر تمرکز، حافظه و عملکرد تحصیلی نیز اثر مستقیم دارد.

وی با تاکید بر اهمیت اصول تغذیه سالم برای دانش‌آموزان، به راهکارهای عملی برای بهبود عادات غذایی کودکان پرداخت.

اسلامیان با اشاره به اینکه تغذیه سالم قدرت یادگیری و تمرکز را افزایش می‌دهد، توضیح داد: استفاده از غذای سالم ضمن اینکه از پیری زودرس پیشگیری می‌کند، سیستم ایمنی بدن را تقویت و از بروز کمبودهای تغذیه‌ای پیشگیری کرده و مانع اضافه وزن و چاقی در کودکان می‌شود.

این متخصص تغذیه و رژیم درمانی با بیان اینکه صبحانه مهم‌ترین وعده غذایی روز است، خاطرنشان کرد: نخوردن صبحانه باعث کاهش قند خون و اختلال در تمرکز می‌شود، صبحانه کامل باید شامل پروتئین (تخم مرغ و پنیر)، کربوهیدرات پیچیده (نان سبوس‌دار) و میوه باشد.

وی تاکید کرد: خانواده‌ها باید الگوی مناسبی برای مصرف صبحانه باشند.

وی با اشاره به اینکه مصرف میان‌وعده‌های مغذی برای زنگ تفریح دانش‌آموزان بسیار مهم است، گفت: میوه‌های تازه و خشک، آجیل و مغزهای کم‌نمک، ساندویچ خانگی با نان سبوس‌دار، شیر و لبنیات و ذرت خانگی جایگزین مناسبی برای خوراکی‌های ناسالم مثل پفک، چیپس، نوشابه، بیسکوئیت کرم دار، ویفر و کیک‌های صنعتی است.

عضو هیات علمی دانشکده علوم تغذیه و صنایع غذایی دانشگاه ادامه داد: برای تهیه ساندویچ، والدین از نان‌های سبوس‌دار، مواد پرپروتئین مانند تخم مرغ، پنیر، کوکو یا کتلت خانگی کم روغن، همراه با سبزیجات تازه مثل گوجه، خیار یا کاهو استفاده کنند.

وی مضرات غذاهای پرچرب و فرآوری شده را یادآور شد و درباره استفاده از این غذاهای مثل سوسیس، کالباس و سس‌های چرب نیز هشدار داد.

بهترین نوشیدنی، آب، شیر ساده و دوغ کم‌نمک است

متخصص تغذیه و رژیم درمانی با اشاره به اینکه بهترین نوشیدنی، آب، شیر ساده و دوغ کم‌نمک است، ادامه داد: پرهیز از نوشابه، آبمیوه‌های صنعتی و نوشیدنی‌های انرژی زا خصوصا برای کودکان ضرورت دارد.

اسلامیان با بیان اینکه بوفه مدرسه نقش مهمی در فرهنگ غذایی دانش‌آموزان دارد، گفت: عرضه فست‌فود، نوشابه و تنقلات پرنمک باید در بوفه مدارس ممنوع شود و میوه‌های شسته شده، ساندویچ‌های سالم و آجیل‌ها باید در دسترس باشد.

وی، نظارت مستمر بر بهداشت مواد غذایی در بوفه مدارس را مورد تاکید قرار داد.

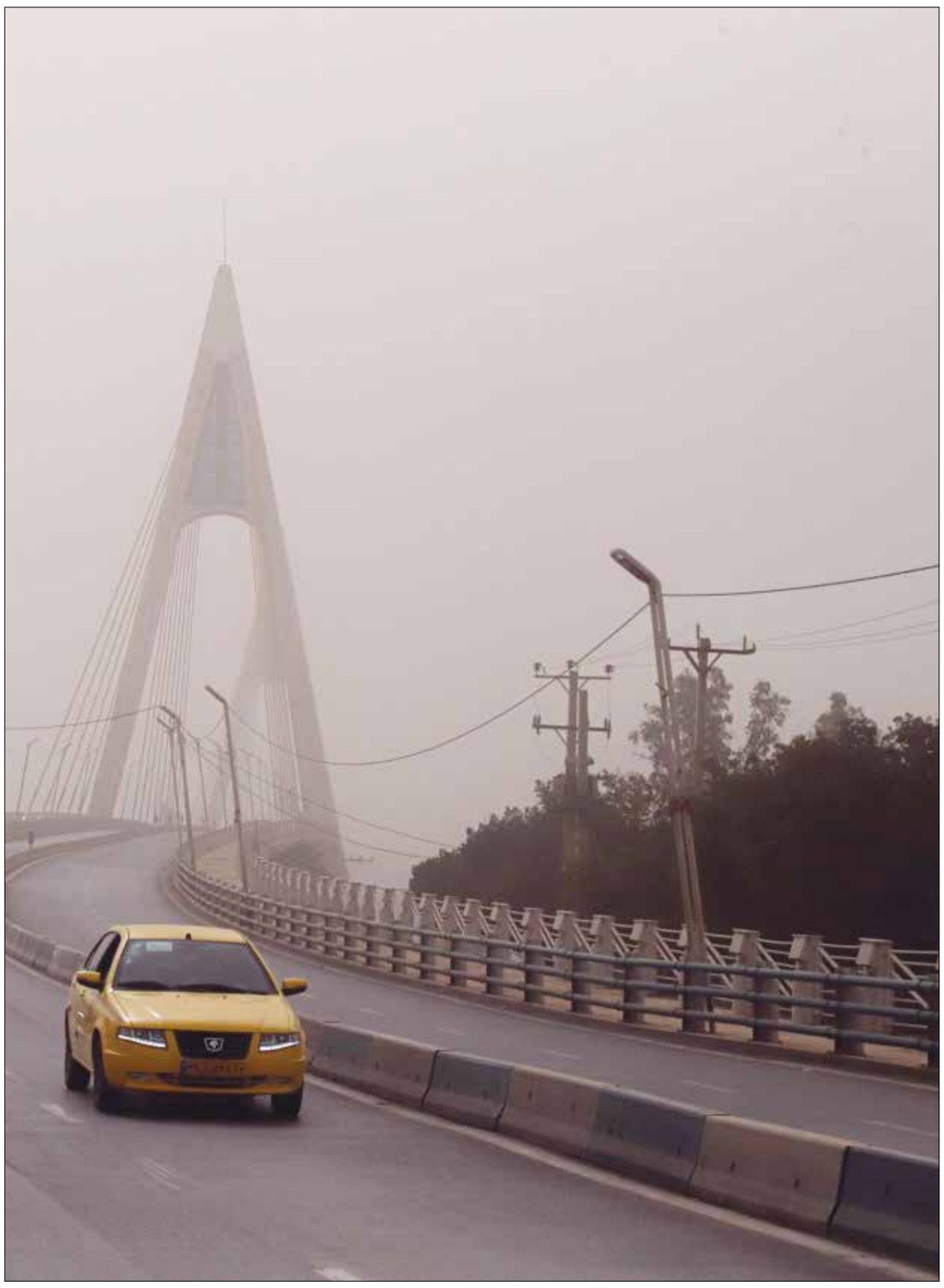
به گزارش وبدا، عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی به نقش خانواده‌ها در تغذیه سالم اشاره کرد و افزود: والدین می‌توانند با رعایت برخی نکات مثل تهیه غذای خانگی به جای غذاهای آماده، استفاده از میوه و سبزی در برنامه روزانه، محدود کردن مصرف قند و نمک و تشویق به فعالیت بدنی منظم، الگوی خوبی برای عادات غذایی سالم باشند.

وی به چالش‌های تغذیه دانش‌آموزان اشاره کرد و ادامه داد: براساس آمار حدود ۲۰ درصد دانش‌آموزان با چاقی یا اضافه وزن مواجهند و تقریبا کمبود آهن و ویتامین D موضوعی شایع در بین دانش‌آموزان است که دلیل اصلی آن عادت‌های ناسالم و مصرف زیاد فست‌فود و تنقلات صنعتی است. به گفته اسلامیان، تغذیه مناسب در دوران تحصیل، سرمایه‌گذاری برای آینده کودک است، بنابراین با آموزش، نظارت و همکاری بین خانواده‌ها و مدارس می‌توان فرهنگ غذایی سالم را نهادینه کرد.

وی اضافه کرد: عادت‌های غذایی دوران کودکی، پایه‌ای برای سلامت در بزرگسالی است.

متخصص تغذیه و رژیم درمانی با بیان اینکه ذائقه آموختنی است، اضافه کرد: به جای تمرکز بر ممنوعیت‌ها، گزینه‌های سالم و جذاب را به کودکان معرفی و با مشارکت آنان، تغذیه سالم را به یک عادت لذت‌بخش تبدیل کنیم.

عکس‌نوشت



بازگشت آب؛ طنین زندگی در دل نصف جهان

عکس: علی معرف / ایرنا

«اپ»تکار

جزئیات جدیدی از آیفون تاشو اپل فاش شد

آیفون تاشو اپل احتمالاً گران‌تر از محصولات سری Z سامسونگ خواهد بود.

منبعی آگاه جزئیات جدیدی را از نمایشگر آیفون تاشو اپل به اشتراک گذاشته که حکایت از شباهت نمایشگر این گوشی با محصولات تاشو سری Z سامسونگ دارد. همچنین بازه احتمالی قیمت این محصول توسط منبعی دیگر فاش شده است.

براساس اطلاعات جدید، گوشی تاشو اپل قرار است به نمایشگر اصلی ۷.۷۶ اینچی با رزولوشن ۲۷۱۳ در ۱۹۲۰ پیکسل مجهز شود. این پنل به دوربین در زیر نمایشگر هم مجهز خواهد بود. این دقیقاً همان شیوه‌ای است که سامسونگ از زمان عرضه گلکسی زد فولد ۳ در پیش گرفته است.

سامسونگ نمایشگرهای آیفون تاشو اپل را تأمین می‌کند

البته این موضوع نباید باعث تعجب شما شود؛ زیرا برخی منابع پیش‌ازاین اعلام کرده بودند که سامسونگ دیسپلی قرار است تأمین‌کننده پنل‌های نمایشگر برای آیفون تاشو اپل باشد. همچنین گفته می‌شود که نمایشگر آیفون تاشو دارای طراحی بدون چین‌خوردگی است. این موضوع یکی از بزرگ‌ترین اولویت‌های اپل برای عرضه محصولات تاشو است.

علاوه‌براین، نمایشگر ثانویه آیفون تاشو ۵.۴۹ اینچی با رزولوشن ۲۰۸۸ در ۱۴۴۲ پیکسل خواهد بود. همچنین گفته می‌شود پنل جلویی دارای پانچ برای دوربین سلفی است. منبع آگاه چینی Digital Chat Station نیز پیش‌ازاین چنین جزئیاتی را تأیید کرده بود.

«مینگ چی کو»، یکی از تحلیلگران مشهور حوزه اپل نیز پیش‌تر ادعا کرده بود که آیفون فولد قرار نیست Face ID داشته باشد و در عوض به Touch ID ادغام شده با دکمه پاور مجهز می‌شود.

طبق اخبار، اپل ممکن است در اواخر سال ۲۰۲۶ از آیفون تاشو خود رونمایی کند. همچنین گمانه‌زنی‌های زیادی درباره قیمت احتمالی این گوشی منتشر شده که نشان می‌دهند آیفون فولد ممکن است گران‌ترین آیفون در میان محصولات اپل لقب بگیرد. منبعی آگاه به نام Instant Digital در شبکه اجتماعی چینی ویبو به‌تازگی ادعا کرده که آیفون تاشو اپل بین ۲۱۰۰ تا ۲۳۰۰ دلار قیمت خواهد داشت. البته این قیمت تخمینی است و براساس حاشیه سود فعلی اپل برآورد شده است.

ماشین بازی

معرفی نسل جدید مرسدس بنز CLA در نسخه‌های درون‌سوز و برقی

نسل جدید مرسدس بنز CLA علاوه بر نسخهٔ بنزینی با موتور ۱.۵ لیتری، در دو نسخهٔ تمام الکتریکی با حداکثر ۳۵۰ اسب بخار قدرت هم تولید می‌شود.

مرسدس نسل جدید سدان کامپکت CLA را با تغییراتی بزرگ معرفی کرده است. این خودرو حالا برای اولین بار به‌صورت تمام الکتریکی هم تولید می‌شود. CLA جدید بزرگ‌تر از قبل شده و حالا طول خودرو با ۳۳ میلی‌متر افزایش به ۴,۷۲۱ میلی‌متر رسیده که حتی از نسل قبلی C کلاس هم بیشتر است. علاوه بر این، فاصلهٔ محوری خودرو با ۶۱ میلی‌متر افزایش به ۲,۷۸۹ میلی‌متر و عرض با رشد ۲۸ میلی‌متری به ۱,۴۶۸ میلی‌متر رسیده است.

هرچند این سدان جدید بزرگ‌تر از نسل قبلی شده ولی فضای سرنشینان عقب کمی کاهش پیدا کرده که این احتمالاً به دلیل جانمایی باطری‌ها برای نسخهٔ الکتریکی است. همچنین ظرفیت صندوق بار نیز با ۵۴ لیتر کاهش به ۴۰۵ لیتر رسیده است ولی در نسخهٔ الکتریکی یک صندوق ۷۰ لیتری هم در جلو وجود دارد. طراحی بیرونی CLA شبیه تکاملی از نسل قبلی است تا جایی که بیشتر شبیه یک فیس‌لیفت به نظر می‌رسد ولی بااین‌وجود، طراحان با اتصال چراغ‌ها به یکدیگر در جلو و عقب و استفاده از گرافیک ستارهٔ سه‌پر، سعی در ایجاد نمای متفاوتی داشته‌اند. همچنین آیرودینامیک خودرو هم با ضریب درگ تنها Cd ۰.۲۱ بهتر شده است.

هرچند طراحی بیرون خودرو آشنا به نظر می‌رسد ولی کابین کاملاً بازطراحی شده است. در اینجا داشبوردی عمودی را می‌بینیم که سه نمایشگر را در خود جای داده است. این نمایشگرها شامل صفحه آمپر دیجیتالی ۱۰.۲۵ اینچی، نمایشگر ۱۴ اینچی اطلاعاتی سرگرمی و صفحه‌نمایش ۱۴ اینچی سرنشین می‌شود که آخری سفارشی خواهد بود. این نمایشگرها زیر یک پانل شیشه‌ای بزرگ قرار گرفته‌اند که مشابه هایپراسکرین مدل‌های گران‌تر مرسدس است. علاوه بر این، نمایشگر هدآپ ۱۲.۲ اینچی و سیستم صوتی برمستر با ۱۶ بلندگو هم قابل سفارش خواهد بود.

دریچه‌های تهویهٔ توربین مانند در طرفین داشبورد یادآور نسل قبلی هستند ولی سه دریچهٔ دایره‌ای مرکزی قبلی با نمونه‌های مستطیلی ساده‌ای جایگزین شده‌اند. همچنین کنترل‌های سیستم تهویه هم حذف و به داخل نمایشگر منتقل شده است. به گفتهٔ مرسدس، CLA جدید در عقب به سیستم تعلیق چند اتصالی جدیدی مجهز شده که از مدل‌های بزرگ‌تر گرفته شده و باعث بهبود کیفیت سواری می‌شود. رینگ‌ها نیز از ۱۷ تا ۱۹ اینچی خواهند بود.

نسخهٔ پایهٔ CLA جدید با یک پیشرانهٔ ۱.۵ لیتری چهار سیلندر عرضه می‌شود که به میل‌لنگ آلومینیومی و سیستم هیبریدی خفیف ۴۸ ولتی مجهز است. مرسدس فعلاً خروجی این موتور را اعلام نکرده ولی انتقال نیروی آن توسط یک گیربکس هشت سرعته دوکلاچه صورت می‌گیرد و به‌صورت محرک جلو یا چهارچرخ محرک قابل انتخاب خواهد بود. نسخهٔ الکتریکی این خودرو هم در دو مدل با نام‌های EQ +CLA۲۵۰ و ۴Matic EQ CLA۳۵۰ عرضه می‌شود که اولی تک موتوره و محرک عقب با ۲۷۰ اسب بخار قدرت و ۳۳۵ نیوتن متر گشتاور است درحالی‌که دومی از قوای محرکهٔ دو موتوره با ۳۵۰ اسب بخار قدرت و ۵۱۵ نیوتن متر گشتاور استفاده می‌کند.

هردو مدل الکتریکی به گیربکس دو سرعته مجهز هستند که دندهٔ اول برای استفاده در شهر و دندهٔ دوم برای بزرگراه طراحی شده است. CLA الکتریکی پایه ظرف ۶.۶ ثانیه از صفر به سرعت ۹۶ کیلومتر بر ساعت می‌رسد درحالی‌که نسخهٔ دو موتوره این کار را در ۴.۸ ثانیه انجام می‌دهد. البته در این نسخه، موتور جلو صرفاً در صورت نیاز به قدرت و کشش اضافی فعال می‌شود و در حالت عادی برای کاهش مصرف انرژی خاموش خواهد بود. این نسخه‌ها هردو به پکیج باطری ۸۵ کیلووات ساعتی مجهز هستند که برای نسخهٔ محرک عقب برد ۷۹۲ کیلومتری و برای نسخهٔ چهارچرخ محرک برد ۷۷۰ کیلومتری را فراهم می‌کند.

ازآنجایی‌که CLA الکتریکی از معماری ۸۰۰ ولتی بهره می‌برد، از قابلیت شارژ سریع با توان حداکثر ۳۲۵ کیلووات برخوردار است که می‌تواند با تنها ۱۰ دقیقه شارژ تا ۳۲۵ کیلومتر به برد خودرو اضافه کند. به دلیل این باطری‌های بزرگ اما وزن نسخهٔ دو موتوره به ۲۱۳۵ کیلوگرم رسیده که برای یک سدان کامپکت رقم بسیار زیادی است. البته تا اواخر سال، مرسدس نسخهٔ دیگری از CLA الکتریکی را باطری کوچک‌تر لیتیوم آهن فسفات ۵۸ کیلووات ساعتی هم عرضه خواهد کرد. نسل جدید مرسدس CLA اواخر امسال ابتدا در نسخهٔ الکتریکی و سپس بنزینی راهی بازار آمریکا خواهد شد درحالی‌که در اروپا نسخهٔ دیزلی هم ارائه می‌شود.

ویترین

«آیت‌الله» با موضوع زندگی آیت‌الله سیدابوالقاسم خویی منتشر شد

کتاب «آیت‌الله» با موضوع زندگی آیت‌الله سیدابوالقاسم خویی، نوشته زهره نجف‌زاده توسط انتشارات کتاب جمکران، منتشر شد.

به گزارش مهر، کتاب «آیت الله» با موضوع زندگی آیت الله سیدابوالقاسم خویی، نوشته زهره نجف‌زاده توسط انتشارات کتاب جمکران منتشر شد. این کتاب که مروری بر احوال و روزگار آیت الله سید ابوالقاسم خویی است، زندگی این عالم بزرگ را از کودکی روایت می‌کند تا روزهای در عراق زیستن و فصل اجتهاد و تربیت شاگرد در زندگی این عالم بزرگ. شمار شاگردان آیت‌الله خویی به قدری زیاد بوده که حتی کتاب هم نمی‌تواند تخمین درستی بزند ولی آیت الله سیستانی و آیت الله سید محمد باقر صدر از برجسته‌ترین شاگردان این عالم وارسته و پرنبوغ هستند. زندگی علما، مثل صندوقچه پر رمز و رازی است که کمتر کسی سراغش رفته و وقتی نویسنده‌ای دست روی زندگی‌نامه این بزرگان می‌گذارد، انگار که گنجینه‌ای قدیمی را از دل خاک بیرون می‌کشد و غبار تاریخ را از آن می‌گیرد تا مخاطبِ امروزی بار دیگر صفای زندگی علما و آن حال و هوای ساده و پرعطوفتی را که داشته‌اند، درک کند. این کتاب کم‌حجم هم‌نشین خوبی برای روزهای بهار است. روزهایی که می‌توان با «آیت الله» همسفر شد و از ایران به عراق کوچید و به مدت بیست سال هر شنبه طوری پای درس آیت الله نائینی حاضر شد، انگار که بار اول است. و آنقدر با آیت الله در این سفر پیوسته ماند تا کتاب برسد به فصل شاگردان و از رابطه عمیق آیت الله خویی و سید محمد باقر صدر پرده بردارد. نویسنده به خوبی ابعاد مختلف زندگی آیت الله خویی را نشان مخاطب داده است. نه آنقدر در تحصیل علم توقف کرده که خواننده خسته شود و نه آنقدر از زندگی عادی آیت الله گفته که ارزش کتاب را از تخصصی بودن بکاهد.

نوبت دوم

آگهی مناقصه (عمومی)
شماره فراخوان مناقصه در سامانه ستاد ۲۰۰۴۰۹۲۴۰۹۰۰۰۰۰۵

شرکت گاز استان خراسان رضوی

۱-مناقصه گزار: شرکت گاز استان خراسان رضوی
۲-موضوع: اجرای دو مورد بستر آندی چاهی حفاظت کاتدیک منطقه ۴ گازرسانی مشهد (ایستگاه های کاتدیک معلم و زیباشهر) به روش c
۳- شرایط اولیه متقاضیان:
الف- دارا بودن حداقل پایه تأسیسات و تجهیزات از سازمان برنامه و بودجه
ب- دارابودن ظرفیت خالی ارجاع کار
د - دارابودن گواهینامه تأیید صلاحیت ایمنی از اداره کار و امور اجتماعی وارائه آن درزمان بارگذاری اسنادو تسلیم پیشنهاد
ج -ثبت نام در سایت www.setadiran.ir و دریافت گواهی امضای الکترونیکی
۴- مدت اعتبار پیشنهادها : از تاریخی که برای تسلیم آن در فراخوان ذکر شده تا مدت سه ماه می بایست معتبر باشد.
۵- مبلغ تضمین شرکت در فرایند ارجاع کار: -/ ۱,۷۰۸,۴۵۰,۰۰۰ (یک میلیارد و هفتصد و هشت میلیون و چهارصد و پنجاه هزار ریال) می باشد که می بایست بر اساس یکی از تضامین قابل قبول وفق آیین نامه تضمین معاملات دولتی به شماره۱۲۳۴۰۲/ت۵۰۶۵۹ ه مورخ ۹۴/۰۹/۲۲ و اصلاحات پس از آن تهیه گردد و حتما اصل آن قبل ازآخرین مهلت ارائه پیشنهاد قیمت به صورت دستی تحویل دفتر حراست شرکت گاز استان خراسان رضوی واقع درمشهد - بلوار خیام - نبش تقاطع ارشاد- طبقه همکف گردد.
تبصره: مطابق ماده ۲۵ آیین نامه اجرایی قانون حمایت از شرکتها و موسسات دانش بنیان و اصلاحات بعدی آن، شرکتها و موسسات دانش بنیان در صورت شمول ماده مذکور و دارای صلاحیت مورد نیاز، شامل تخفیف ۵۰ درصدی در مبلغ سپرده تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار می باشند.
۶- مهلت اعلام آمادگی و دریافت اسناد مناقصه: از تاریخ ۱۴۰۴/۰۱/۳۰ لغایت ۱۴۰۴/۰۲/۰۶
۷- آخرین مهلت بارگذاری اسناد و تسلیم پیشنهاد قیمت : ساعت ۱۴:۰۰ مورخ ۱۴۰۴/۰۲/۲۰
۸- پیشنهادهای واصله در ساعت : ۱۰:۰۰ مورخ ۱۴۰۴/۰۲/۲۱ در کمیسیون مربوطه باز و خوانده می شود و حضور پیشنهاد دهندگان و یا یک نفر نماینده مجاز آنها با همراه داشتن معرفینامه ممهور به مهر شرکت در جلسه آزاد است.
۹- یادآور می گردد کلیه مراحل مناقصه از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد.
۱۰-رعایت قانون حداکثراستفاده ازتوان تولیدی و خدماتی کشوروحمایت از کالای ایرانی الزامی است وصرفاموسسات وشرکتهای ایرانی ثبت شده در فهرست توانمندی های مندرج درسامانه توانیران مجازمی باشد.
شایان ذکر است دسترسی به متن این آگهی، در سایت WWW.nigc-khrz.ir امکان پذیربوده و در صورت نیاز به کسب اطلاعات بیشتر با تلفن: ۳۷۰۷۲۲۰۹-۰۵۱ تماس بگیرید.
شناسه آگهی : ۱۹۱۱۹۲۵
نوبت اول : ۱۴۰۴/۰۱/۳۰ نوبت دوم : ۱۴۰۴/۰۱/۳۱

روابط عمومی شرکت گاز استان خراسان رضوی
۶۵۱

نوبت اول

فراخوان مناقصه عمومی شماره k-03-3750
خرید لوازم ابزار دقیق

شرکت گاز استان فارس

از کلیه تولید کنندگان و تامین کنندگان واجد شرایط که دارای استانداردهای مورد تایید مربوط می باشند، به منظور شرکت در این مناقصه دعوت به عمل می آید.
مناقصه گزار: شرکت گاز استان فارس
شماره تلفن واحد مناقصات: ۰۷۱۳۸۱۱۴۰۳۵ - ۰۷۱۳۸۱۱۴۰۴۵
شماره نمابر: ۰۷۱۳۸۲۴۴۸۳۳ شماره دفتر امور کالا(تاییدیه نمابر): ۰۷۱۳۸۱۱۴۰۱۴
موضوع مناقصه: خرید لوازم ابزار دقیق
نوع و مبلغ تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار:
کلیه شرکت های متقاضی برای شرکت در مناقصه باید ضمانت نامه معتبربانکی و یا یک یا ترکیبی از تضمین های آیین نامه تضمین معاملات دولتی به شماره ۱۲۳۴۰۲ مصوب هیات وزیران مورخ ۹۴/۹/۲۲ و اصلاحیه های بعدی آن، به مبلغ ۱۴,۱۹۲,۳۵۵,۰۰۰(چهارده میلیارد و صد و نود و دو میلیون و سیصد و پنجاه و پنج هزار) ریال و قابل تمدید به مدت ۳ ماه را به عنوان تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار ارائه نمایند.
نحوه شرکت در مناقصه، مهلت و محل ارسال مدارک:
شماره فراخوان مناقصه در سامانه ستاد، ۲۰۰۴۰۹۲۵۸۶۰۰۰۰۰۱ می باشد.
متقاضیان برای شرکت در مناقصه می بایست:
الف: نامه اعلام آمادگی خود را به این شرکت نمابر نمایند.
ب: برای دریافت اسناد مناقصه، از طریق نشانی اینترنتی https://setadiran.ir (کد فراخوان ۲۰۰۴۰۹۲۵۸۶۰۰۰۰۰۱) به مدت ۸ روز از تاریخ درج آگهی نوبت اول اقدام نموده و اسناد لازم به منظور ارزیابی کیفی، ارزیابی شکلی، پیشنهاد فنی و پیشنهاد مالی را به مدت ۱۴ روز پس از دریافت اسناد و حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۴/۰۲/۲۲ در سامانه مذکور بارگذاری نموده و در همین بازه نسبت به ارسال ضمانت نامه شرکت در فرآیند ارجاع کار و سایر مدارک لازم به نشانی شیراز، بلوار استقلال، تقاطع باغ حوض، ساختمان مرکزی شرکت گاز استان فارس، دبیرخانه حراست، کد پستی: ۷۱۷۵۹-۵۷۱۱۱ اقدام نمایند. مناقصه گران می بایست تا پایان فرآیند مناقصه، به منظور آگاهی از هر گونه تغییر در اسناد مناقصه، زمان گشایش پاکت ها و ... سامانه فوق را زیر نظر بگیرند.
ذکر شماره تلفن، شماره نمابر و آدرس یک پست الکترونیک فعال در نامه اعلام آمادگی ضروری است.
در ضمن در صورت وجود هر گونه شکایت نسبت به اجرای قانون برگزاری مناقصات، هیئت استانی رسیدگی به شکایات قانون برگزاری مناقصات(مستقر در استانداری فارس)، آماده دریافت شکایات می باشد.
تاریخ چاپ نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۱/۳۱
تاریخ چاپ نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۲/۰۱
شناسه آگهی : ۱۹۱۲۱۹۷

روابط عمومی شرکت گاز استان فارس
۷۰۲