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 / ۳-۱-۶۵۵۸۶۸۰
دوشنبه / ۲۷ مرداد ۱۴۰۴ / شماره ۵۹۸۰
۲۴ صفر ۱۴۴۷ - ۱۸ آگوست ۲۰۲۵
سال بیست‌ویکم / ۱۲ صفحه

سبک زندگی

توصیه‌های «دستورالعملِ جدیدِ کنترل فشار خون»

دستورالعمل‌های به‌روزرسانی شده در «انجمن قلب آمریکا» و «کالج قلب و عروق آمریکا» هشدار می‌دهند که مصرف الکل، عارضه فشار خون بالا را تشدید می‌کند و باید به طور کامل حذف شود.

به گزارش ایسنا، این دو نهاد معتبر قلبی پیوسته تازه‌ترین پژوهش‌ها را بررسی می‌کنند تا بهترین شیوه‌های کنترل فشار خون بالا را به پزشکان ارائه دهند. این نخستین به‌روزرسانی وسیع از سال ۲۰۱۷ تاکنون است.

بیماری قلبی همچنان عامل اصلی مرگ در جهان به شمار می‌رود و کنترل فشار خون یکی از ساده‌ترین و موثرترین راه‌ها برای پیشگیری از آن است. فشار خون متعادل همچنین خطر ابتلا به بیماری کلیوی، دیابت نوع دو و زوال عقل را کاهش می‌دهد. بر اساس آمار، نزدیک به نیمی از بزرگسالان آمریکا، فشار خون بالاتر از حد طبیعی دارند. لازم به ذکر است که دستورالعمل جدید دامنه‌های عددی را تغییر نداده است: فشار خون طبیعی کمتر از ۱۲۰/۸۰ میلی‌متر جیوه است، فشار «بالا» بین ۱۲۰/۸۰ تا ۱۲۹/۸۰ قرار دارد و اگر فشار خون به ۱۳۰/۸۰ میلی‌متر جیوه یا بالاتر برسد باید در شیوه زندگی فورا تغییراتی ایجاد شود.

فشار خون و خطرات آن

فشار خون با واحد میلی‌متر جیوه (mm Hg) سنجیده می‌شود و دو عدد دارد: عدد سیستولیک (بالا) فشار خون هنگام پمپاژ قلب را نشان می‌دهد و عدد دیاستولیک (پایین) نشان‌دهنده فشار خون در زمان استراحت قلب بین ضربان‌هاست. فشار خون بالا معمولا بدون علامت است، اما به مرور به دیواره رگ‌ها و قلب فشار می‌آورد و کارایی آنها را کاهش می‌دهد. اگر به این شرایط بی‌توجهی شود، ممکن است سکته مغزی یا حمله قلبی را به دنبال داشته باشد.

تغییر رویکرد در درمان

به گزارش ایندیپندنت، بر اساس دستورالعمل تازه، اگر فشار سیستولیک بین ۱۳۰ تا ۱۳۹ میلی‌متر جیوه باشد، ابتدا باید تغییراتی در شیوه زندگی ایجاد شود. اگر این تغییرات طی سه تا شش ماه بی‌نتیجه بود، دارو تجویز می‌شود. این رویکرد با دستورالعمل سال ۲۰۱۷ که درمان دارویی را از فشار سیستولیک بالای ۱۴۰ آغاز می‌کرد، متفاوت است. به‌گفته دکتر «دنیل جونز»، رئیس کمیته تدوین این دستورالعمل‌ها، «هدف، کنترل سریع‌تر و موثرتر فشار خون برای کاهش خطر بیماری‌های قلبی-عروقی، سکته، بیماری کلیوی و حتی زوال عقل است.»

تغییرات کلیدی در شیوه زندگی

- حفظ یا رسیدن به وزن سالم
- پیروی از رژیم غذایی مفید برای قلب
- کاهش مصرف نمک
- مدیریت استرس
- حداقل ۱۵۰ دقیقه فعالیت بدنی متوسط در هفته
- تمرینات مقاومتی مانند وزنه‌برداری

توصیه تازه: حذف الکل

اکنون با توجه به شواهد قطعی درباره اثر منفی الکل بر فشار خون، پرهیز کامل از آن توصیه می‌شود.

پیوند فشار خون با زوال عقل و بارداری

دستورالعمل جدید اهمیت کنترل فشار خون در پیشگیری از زوال عقل را برجسته‌تر کرده است. همچنین، زنان باردار یا آنهایی که قصد دارند بچه‌دار شوند، باید فشار خونشان را به‌دقت پایش کنند، چراکه فشار خون بالا سلامت بارداری و آینده مادر را به خطر می‌اندازد.

توصیه‌های تغذیه‌ای

رژیم غذایی پیشنهادی همچنان «دَش» (DASH) است، رژیمی سرشار از میوه، سبزی، غلات کامل، ماهی، مرغ، حبوبات، مغزها و روغن‌های گیاهی. این رژیم کم‌چرب، کم‌شکر و فاقد روغن‌های استوایی مانند نارگیل و پالم است. میزان سدیم باید کمتر از ۲۳۰۰ میلی‌گرم در روز باشد و هدف مطلوب ۱۵۰۰ میلی‌گرم است. افزایش پتاسیم هم توصیه می‌شود که می‌توان با استفاده از نمک‌های غنی‌شده با پتاسیم به آن رسید.

مدیریت وزن

افرادی که اضافه وزن دارند باید دست‌کم ۵ درصد وزنشان را کم کنند و به افراد مبتلا به چاقی مفرط هم رژیم و ورزش، داروهای کاهش وزن و در موارد حاد، جراحی توصیه می‌شود.

عکس‌نوشت

تمرین ارکستر سمفونیک تهران

عکس: علیرضا معصومی / ایسنا

ویترین

«۵۵ سال، ۸۵ فستیوال» با بهمن مقصودلو

کتاب «۵۵ سال، ۸۵ فستیوال» (تاریخ، خاطرات، سینمای ایران) از بهمن مقصودلو منتشر شد.

به گزارش ایسنا، بهمن مقصودلو، منتقد، نویسنده و پژوهشگر سینما و فیلم‌ساز و تهیه‌کننده، بیش از نیم قرن است که در عرصه سینمای ایران و جهان حضوری فعال دارد. تازه‌ترین اثر او، کتاب «۵۵ سال، ۸۵ فستیوال» (تاریخ، خاطرات، سینمای ایران)، به‌تازگی از سوی نشر گستره روانه بازار شده است.

در معرفی این کتاب عنوان شده است: این کتاب روایتی شخصی و حرفه‌ای از سفر مقصودلو به دنیای جشنواره‌های سینمایی جهان، از سال ۱۹۷۰ تا ۲۰۲۵ است؛ سفری که حاصل ۵۵ سال حضور پیوسته در بیش از ۸۵ فستیوال معتبر بین‌المللی است. او در این رویدادها گاه به عنوان مهمان ویژه، داور، سخنران، کارگردان، تهیه‌کننده یا شرکت‌کننده حضور داشته و با نگاهی موشکافانه، هم خاطراتی زنده و هم تحلیلی تاریخی از مسیر سینمای جهان و جایگاه سینمای ایران در عرصه بین‌المللی ارائه می‌کند.

در میان جشنواره‌هایی که او در آن‌ها حضور داشته، نام‌های بسیاری دیده می‌شود: جشنواره فیلم تهران، فجر، کن، کارلووی واری، لوکارنو، تسالونیکی، قاهره، مونترال، برلین، و آسیا پاسیفیک. مقصودلو در کتاب خود نه‌فقط به پشت‌صحنه و تجربه‌های شخصی‌اش می‌پردازد، بلکه تصویری از فضای فرهنگی و هنری هر دوره و تاثیر آن بر جریان سینمایی زمانه ترسیم می‌کند.

کتاب شامل بیش از پانصد عکس است که بسیاری از آن‌ها برای نخستین‌بار منتشر می‌شوند. این تصاویر، که بخش عمده‌شان از آرشیو شخصی نویسنده برآمده، لحظاتی از دیدار با فیلمسازان، حضور در نشست‌ها و لحظات غیررسمی فستیوال‌ها را ثبت کرده است؛ تصاویری که متن را زنده‌تر و تجربه خواندن را ملموس‌تر می‌کند.

«۵۵ سال، ۸۵ فستیوال» ترکیبی از تاریخ، خاطره و تحلیل است؛ پلی میان تجربه شخصی یک منتقد و فیلمساز باسابقه و تاریخ معاصر سینما. این کتاب می‌تواند هم برای علاقه‌مندان جدی سینما و هم برای خوانندگانی که به فرهنگ معاصر و نقش ایران در رویدادهای جهانی توجه دارند، اثری ارزشمند و خواندنی باشد.

این اثر در ۶۵۰ صفحه، با تیراژ ۵۵۰ نسخه و قیمت ۷۵۰ هزار تومان توسط نشر گستره منتشر شده است.

تازه‌های علمی

نوشیدنی ورزشی جدید برای ورزشکاران و افراد حساس به لاکتوز

ورزشکاران و علاقه‌مندان به فعالیت بدنی همیشه به دنبال نوشیدنی‌هایی هستند که نه‌تنها آب و انرژی بدن را تأمین کنند، بلکه خواص تغذیه‌ای بیشتری نیز داشته باشند. حالا گروهی از پژوهشگران ایرانی، ایده‌ای تازه برای ساخت چنین نوشیدنی‌ای ارائه کرده‌اند.

به گزارش ایسنا، نوشیدنی‌های ورزشی معمولاً برای جبران آب، املاح و انرژی از دست‌رفته در حین فعالیت بدنی طراحی می‌شوند. این محصولات غالباً حاوی ترکیبی از آب، سدیم، پتاسیم، کربوهیدرات‌ها و ویتامین‌ها هستند. یکی از رویکردهای نوین در این حوزه، استفاده از آب پنیر به‌عنوان پایه نوشیدنی است. آب پنیر که محصول جانبی فرآیند تولید پنیر یا اولترافیلتراسیون شیر محسوب می‌شود، منبعی سرشار از ویتامین‌های محلول در آب است. این ترکیب، نه‌تنها ارزش تغذیه‌ای بالایی دارد، بلکه قابلیت تخمیر و تبدیل‌شدن به یک نوشیدنی پروبیوتیک را نیز فراهم می‌کند. در فرایند تخمیر، باکتری‌های مفیدی همچون لاکتوباسیلوس می‌توانند علاوه بر تولید مواد مغذی، به افزایش ماندگاری محصول کمک کنند.

با وجود این مزایا، یک چالش مهم در تولید نوشیدنی‌های پروبیوتیک وجود دارد: زنده ماندن باکتری‌های مفید تا زمان مصرف. این باکتری‌ها در شرایط فرآوری و همچنین در محیط دستگاه گوارش به‌سرعت کاهش می‌یابند. برای رفع این مشکل، استفاده از پری‌بیوتیک‌ها پیشنهاد می‌شود؛ ترکیباتی که به‌عنوان غذا برای باکتری‌های مفید عمل کرده و رشد و فعالیت آن‌ها را در روده تقویت می‌کنند. از میان پری‌بیوتیک‌ها، اینولین و الیگوفروکتوز جایگاه ویژه‌ای دارند، چرا که اثرات مثبت آن‌ها بر سلامت روده اثبات شده است. این ترکیبات به‌طور انتخابی توسط باکتری‌های مفید روده تخمیر می‌شوند و موجب افزایش جمعیت این میکروارگانیسم‌ها در بدن می‌گردند.

وحید مفید، استادیار موسسه ملی تحقیقات تغذیه و فناوری غذایی و عضو هیئت علمی دانشگاه شهید بهشتی، به همراه یکی از همکاران دانشگاهی خود و با همکاری دانشگاه آزاد اسلامی، مطالعه‌ای را در این خصوص انجام داده‌اند. هدف آن‌ها، تولید یک نوشیدنی ورزشی فراسودمند بود که هم ویژگی‌های تغذیه‌ای مناسبی داشته باشد و هم برای افرادی که دچار عدم تحمل لاکتوز هستند، قابل مصرف باشد.

در این پژوهش، نوشیدنی موردنظر بر پایه آب پنیر هیدرولیزشده تهیه شد. برای تخمیر محصول، از دو نوع باکتری پروبیوتیک، یعنی «لاکتوباسیلوس پلانتاروم» و «لاکتوباسیلوس کازئی» استفاده شد. لاکتوز موجود در آب پنیر با کمک آنزیم-گالاکتوزیداز شکسته شد تا هم طعم نوشیدنی بهبود یابد و هم برای افراد حساس به لاکتوز مناسب شود. سپس به این نوشیدنی مقادیر مشخصی اینولین و الیگوفروکتوز اضافه شد. تمام این فرآیندها تحت شرایط کنترل‌شده و با ذخیره‌سازی محصول در دمای یخچال مورد بررسی قرار گرفت.

نتایج نشان دادند که این نوشیدنی پس از چهار هفته نگهداری در یخچال، همچنان جمعیت بالایی از باکتری‌های مفید را حفظ کرده است. افزودن پری‌بیوتیک‌ها باعث افزایش چشمگیر محتوای ترکیبات فنلی و خاصیت آنتی‌اکسیدانی محصول شد؛ ویژگی‌هایی که می‌توانند به کاهش آسیب‌های ناشی از فعالیت‌های ورزشی و استرس اکسیداتیو کمک کنند. همچنین، از نظر ویژگی‌های طعمی و حسی، تیمارهایی که هم پروبیوتیک و هم پری‌بیوتیک داشتند، بالاترین امتیاز را از نظر رنگ، بو، طعم و پذیرش کلی دریافت کردند. این یعنی مصرف‌کنندگان بالقوه، چنین نوشیدنی را خوش‌طعم‌تر و خوشایندتر می‌دانند.

این یافته‌ها که در نشریه «مجله علوم و صنایع غذایی ایران» وابسته به دانشگاه تربیت مدرس و انجمن علوم و صنایع غذایی ایران منتشر شده‌اند، نشان می‌دهند که می‌توان یک نوشیدنی ورزشی تولید کرد که نه‌تنها کمبود آب و املاح بدن را جبران کند، بلکه با داشتن خواص آنتی‌اکسیدانی و باکتری‌های مفید، به سلامت دستگاه گوارش نیز کمک کند. علاوه بر این، حذف لاکتوز از محصول فوق، آن را برای افراد دچار عدم تحمل لاکتوز نیز مناسب می‌سازد. چنین ویژگی‌هایی می‌تواند باعث شود این نوشیدنی جایگزین مناسبی برای بسیاری از محصولات ورزشی موجود در بازار باشد که فاقد این مزایا هستند.

«اپ»تکار

گلکسی A17 5G معرفی شد

دوربین ۵۰ مگاپیکسلی و ۶ سال پشتیبانی نرم‌افزاری

عرضه گلکسی A17 5G در نیمه اول شهریور آغاز می‌شود.

سامسونگ از تازه‌ترین میان‌رده خود، گلکسی A17 5G، با دوربین قدرتمند ۵۰ مگاپیکسلی و قابلیت‌های هوش مصنوعی رونمایی کرد.

براساس گزارش‌ها، سامسونگ اخیراً بدون اطلاع‌رسانی قبلی پیش‌فروش این گوشی را در ایرلند آغاز کرد؛ اقدامی که در ابتدا به‌عنوان یک اشتباه در انتشار زودهنگام تلقی شد اما بعداً مشخص شد تصمیمی آگاهانه بوده است. حالا این گوشی علاوه‌بر عرضه در ایرلند، به‌طور رسمی در تایوان رونمایی شده و به‌زودی راهی بازارهای دیگر نیز خواهد شد.

این مدل به‌عنوان یک گوشی میان‌رده با ارزش خرید بالا، بدنه‌ای نازک‌تر و سبک‌تر نسبت به نسل قبل دارد و ارتقاهای مهمی مانند لرزشگیر اپتیکال (OIS) در دوربین اصلی ۵۰ مگاپیکسلی، باتری ۵ هزار میلی‌آمپرساعتی و پشتیبانی از ابزارهای هوش مصنوعی را ارائه می‌کند. طراحی آن به‌گونه‌ای است که هم برای تولیدکنندگان محتوا و هم برای کاربران روزمره مناسب باشد.

گلکسی A17 5G از یک نمایشگر ۶٫۷ اینچی Super AMOLED با وضوح FHD+ و نرخ نوسازی ۹۰ هرتز بهره می‌برد که با شیشه مقاوم Corning Gorilla Glass 7 محافظت می‌شود. پردازنده اگزینوس ۱۳۳۰ قدرت پردازشی دستگاه را تأمین می‌کند و با ۶ یا ۸ گیگابایت رم و ۱۲۸ گیگابایت حافظه داخلی همراه است.

امکان ارتقا حافظه از طریق کارت microSD تا ظرفیت ۲ ترابایت نیز فراهم است. مجموعه دوربین شامل یک لنز فوق‌عریض ۵ مگاپیکسلی و یک ماکرو ۲ مگاپیکسلی بوده و دوربین سلفی ۱۳ مگاپیکسلی نیز برای ثبت تصاویر باکیفیت در نظر گرفته شده است.

قابلیت‌های هوش مصنوعی این گوشی شامل ابزار Circle to Search برای جستجوی تصویری سریع و یکپارچگی با سرویس جمینای است که تجربه‌ای هوشمند و کاربردی در استفاده روزمره ایجاد می‌کند.

باتری ۵ هزار میلی‌آمپرساعتی از شارژ سریع ۲۵ وات پشتیبانی می‌کند و استاندارد IP54 برای مقاومت در برابر آب و گردوغبار، دوام بیشتری به دستگاه می‌بخشد.

این مدل در رنگ‌های مشکی، خاکستری و آبی عرضه می‌شود و از نیمه اول شهریور به فروش خواهد رسید. قیمت نسخه ۶+۱۲۸ گیگابایت در تایوان حدود ۲۵۰ دلار و نسخه ۸+۱۲۸ گیگابایت حدود ۲۸۳ دلار اعلام شده است. در برخی بازارها، بسته‌بندی این محصول ممکن است شامل شارژر ۲۵ وات نیز باشد.

این گوشی با کاهش ضخامت بدنه به اندازه ۰٫۴ میلی‌متر و وزن کمتر نسبت به نسل قبل، نمایشگر بزرگ، باتری حجیم و به‌روزرسانی نرم‌افزاری و امنیتی ۶ ساله، ترکیبی از طراحی، کارایی و دوام را در اختیار کاربران قرار می‌دهد.

شناسه آگهی : ۱۹۸۴۳۴۶ نوبت اول
تجدید مناقصه
شرکت ملی نفت ایران
شرکت پایانه‌های نفتی ایران

آگهی فراخوان عمومی ارزیابی کیفی مناقصه‌گران
(مناقصه شماره ۱۴۰۳/۱۸/AA) به شماره سامانه ستاد ۲۰۰۴۰۹۱۶۴۵۰۰۰۰۷۱

موضوع: خرید یک دستگاه آمبولانس با تجهیزات تیپ B
شرکت پایانه‌های نفتی ایران (سهامی خاص) در نظر دارد انجام خدمات موضوع فوق را با در نظر گرفتن شرایط کلی مشروحه زیر و از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد)، به صورت فراخوان عمومی ارزیابی کیفی مناقصه‌گران واجد شرایط واگذار نماید:
الف) کلیه مراحل برگزاری فراخوان از دریافت و تحویل اسناد فراخوان تا تهیه فهرست مناقصه‌گران دارای صلاحیت، ارایه پیشنهاد مناقصه‌گران 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 امضاء الکترونیکی را جهت شرکت در فراخوان محقق سازند. خاطرنشان می‌سازد به موجب بخشنامه وزارت صمت، امکان ثبت نام بر خط رایگان در این سامانه جهت کلیه مناقصه‌گران فراهم می‌باشد. شماره تماس سامانه ستاد در تهران جهت انجام مراحل عضویت در سامانه ۰۲۱۱۴۵۶ می‌باشد. اطلاعات تماس دفاتر ثبت نام در سایر استان‌ها، در سایت سامانه (WWW.SETADIRAN.IR) بخش «ثبت نام/ پروفایل تأمین کننده/ مناقصه‌گر» موجود است.
ب) شرح کالا: یک دستگاه آمبولانس با تجهیزات تیپ B
ج) محل و مدت زمان تامین کالا: زمان تامین کالا (از آغاز قرارداد تا تحویل کالا) یازده ماه و محل تحویل کالا بوشهر (اسکله فلات قاره) می باشد.
د) برآورد مناقصه گزار: ۳۳٫۶۰۰٫۰۰۰٫۰۰۰ ریال (سی و سه میلیارد و ششصد میلیون ریال)
هـ) معیارهای ارزیابی کیفی مناقصه‌گران با لحاظ آخرین ویرایش ابلاغی طی تصویب نامه شماره ۹۳۸۷۲/ت ۵۷۸۶۰ مورخ ۱۴۰۰/۸/۲۴ هیأت محترم وزیران هیأت محترم وزیران به شرح جدول ذیل می باشد:
کلیه مناقصه گران مکلفند اگهی حاضر و جداول مرتبط با ارزیابی ساده که در سایت سامانه تدارکات الکترونیکی دولت(ستاد) و سایت شرکت پایانه های نفتی ایران به نشانی WWW.IOTCO.IR موجود می باشد را از سایت سامانه تدارکات الکترونیکی دولت(ستاد) دریافت و ضمن تکمیل، مهر و امضای آن ها (با در نظر گرفتن توضیحات بند ح اگهی حاضر) و الصاق مستندات مربوطه به همراه سایر اسناد و مدارک ذکر شده در این اگهی در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت(ستاد) تغذیه نمایند.

۱- توان مالی: ۳۰ امتیاز (حسب ماده ۲۵ آیین‌نامه اجرایی بند ج ماده ۱۲ قانون برگزاری مناقصات)	۴- استانداردهای تولید: ۱۵ امتیاز
۲- ارزیابی مشتریان قبلی و حسن شهرت: ۱۵ امتیاز (حسب ماده ۲۶ آیین‌نامه اجرایی بند ج ماده ۱۲ قانون برگزاری مناقصات)	۵- داشتن تجربه و دانش در زمینه مورد نظر: ۱۵ امتیاز
۳- تضمین کیفیت خدمات و محصولات: ۱۰ امتیاز	۶- حسن سابقه: ۱۵ امتیاز

تذکر ۱: حداقل امتیاز کیفی قابل قبول برابر با ۶۰ می‌باشد.
تذکر۲: به منظور بررسی معیار تجربه جهت معادل‌سازی مبالغ قراردادی، با استفاده از نرخ تورم اعلامی از مراجع قانونی، مبالغ قراردادی به‌روزرسانی گردیده و ملاک سنجش قرار خواهد گرفت.
و) شرایط مناقصه‌گران متقاضی:
۱- داشتن تجربه در انجام خدمات مورد نیاز، داشتن تجهیزات، امکانات، تخصص لازم، توانایی فنی و مالی انجام کار مطابق با استانداردهای رایج صنعت نفت.
۲- توانایی ارایه تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار به مبلغ ۱٫۶۸۰٫۰۰۰٫۰۰۰ ریال (یک میلیارد و ششصد و هشتاد میلیون ریال) حسب آیین‌نامه شماره ۱۲۳۴۰۲/ت ۵۰۶۵۹ هـ مورخ ۹۴/۰۹/۲۲ هیأت محترم وزیران و همچنین تضمین انجام تعهدات در صورت برنده شدن به میزان ۱۰ درصد نرخ پیشنهادی برنده مناقصه. در ضمن تضامین صادره می‌بایست مطابق فرمت‌های نمونه پیوست آیین‌نامه مذکور ارایه گردد؛ لذا این شرکت از پذیرش تضامینی که فاقد شرایط فوق باشد، معذور بوده و هیچ گونه مسئولیت و تعهدی در این خصوص نخواهد داشت. همچنین از هر صورت وضعیت مناقصه‌گر برنده، ده درصد تحت عنوان تضمین حسن انجام کار کسر می‌گردد.
۳- داشتن سابقه کار مفید و مرتبط با خدمات مورد نظر
۴- داشتن نیروهای متخصص در حوزه‌های فنی، اجرایی، برنامه‌ریزی، اداری، مدیریتی و همچنین تجهیزات مناسب مطابق با استانداردهای رایج در صنعت نفت.
۵- دارا بودن شخصیت حقوقی
۶- ارایه شناسه ملی حسب ماده ۱۶ آیین‌نامه اختصاص شناسه ملی به کلیه اشخاص حقوقی ایرانی
۷- ارایه تصویر مصدق کد اقتصادی شرکت و کد ملی صاحبان مجاز امضاء
ز) مدت اعتبار پیشنهاد: مدت اعتبار پیشنهاد مالی از تاریخ ارایه پیشنهاد به مدت ۹۰ روز می‌باشد.
ح) زمان، مهلت و نشانی دریافت اسناد ارزیابی کیفی:
۱- با عنایت به ابلاغیه شماره ۱/۱۴۰۹۳۵ مورخ ۱۳۹۹/۰۵/۱۱ دبیر محترم کارگروه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) و تأکید مؤکد بر الزام بکارگیری امضای الکترونیکی اسناد پاکت‌های (ب) و (ج) و عدم پذیرش نسخ فیزیکی و اسناد فاقد امضای الکترونیکی (دارای مهر گرم)، کلیه مناقصه‌گران موظف می‌باشند تمامی اسناد پاکت‌های (ب) و (ج) را با امضاء الکترونیکی به همراه کپی ضمانتنامه شرکت در فرآیند ارجاع کار، در موعد مقرر در اسناد مناقصه، از طریق سیستم سامانه ستاد بارگذاری نمایند. در غیر اینصورت مناقصه‌گزار از پذیرش نسخه فیزیکی اسناد پیش‌گفته (به جز اصل ضمانتنامه) معذور خواهد بود.
۲- کلیه مناقصه‌گران واجد شرایط می‌توانند به مدت ۷ روز از زمان درج اگهی نوبت دوم نسبت به دریافت اسناد و معیارها و جداول ارزیابی کیفی از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) اقدام و حداکثر ظرف مهلت ۱۴ روز پس از انقضای مهلت دریافت اسناد، ضمن تکمیل، مهر و امضای آنها (با رعایت مفاد بند فوق) و الصاق مستندات مربوطه به همراه سایر اسناد، مدارک و گواهینامه‌های ذکر شده در اگهی، نسبت به تغذیه اسناد پیش‌گفته در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت اقدام نمایند. همچنین مناقصه‌گران می‌توانند جهت رؤیت اگهی به سایت‌های WWW.IOTCO.IR , WWW.SHANA.IR, HTTP://IETS.MPORG.IR مراجعه نمایند.
تذکر: مناقصه‌گزار در قبول یا رد مدارک مناقصه‌گران در تمام مراحل مطابق با قانون برگزاری مناقصات و آیین‌نامه‌های اجرایی آن مختار خواهد بود.
روابط عمومی