زندگی سلام
یک شنبه
۸ مهر ۱۴۰۳
۲۵ ربیع الاول ۱۴۴۶
۲۹ سپتامبر ۲۰۲۴
شماره ۲۸۱۳

توصیه عجیب اما موفقیت آور پدر «جواد عزتی»

ویدئوی خاطره متفاوت یک بازیگر سینما از پدرش در شبکه‌های اجتماعی پربازدید شده که اهمیت بررسی عملکرد در زندگی را می‌رساند

زهرا فولادی | روان‌شناس

محوری

همه افراد اعم از پیر و جوان، شاغل، محصل و خانه‌دار و... لازم است در جای‌جای مسیرهای زندگی لحظه‌ای توقف و عملکرد خود را در حرفه و فعالیت‌شان ارزیابی کنند. به تازگی، ویدئویی از یک بازیگر این روزهای سینما و شبکه نمایش خانگی که خاطره‌ای جالب از پدرش و توصیه متفاوت او را با مردم به اشتراک می‌گذارد، در فضای مجازی پربازدید شده است. «جواد عزتی» در این ویدئو می‌گوید: «پدرم خدابیامرز می‌گفت جواد اگر می‌خوای بنا بیاری خونه، حتما سیگاری باشه. می‌گفتم چرا، چون خودش اصلا سیگار نمی‌کشید. می‌گفت چون هر ردیف که می‌چینه، یک سیگار روشن می‌کنه تا ببینه چی کار کرده بنابراین دیوار کج نمیره بالا». هر چند کشیدن سیگار به هیچ‌وجه توصیه نمی‌شود اما این توصیه متفاوت، یکی از رموز موفقیت در زندگی را در دل خودش دارد که کمتر به آن توجه می‌شود.

اهمیت بررسی عملکرد در زندگی

یکی از مراحل رسیدن به موفقیت، بررسی عملکرد در مسیر دست‌یابی به هدف است. اما چرا این مسئله اهمیت دارد؟

۱ اصلاح اشتباهات| همه افراد در زندگی خود بارها دچار سردرگمی و اشتباه می‌شوند اما هنر انسان‌های موفق این است که اشتباهات خود را به فرصت تبدیل می‌کنند و از آن‌ها بهترین بهره را می‌برند. توجه داشته باشید فرد باید در اولین قدم اشتباهات خود را بپذیرد و قبول کند مرتکب خطا شده است. اگر در زندگی عملکرد خود را ارزیابی نکنیم، چه بسا سالیان متمادی با آن اشتباهات زندگی کنیم و علاوه بر از دست دادن سرمایه زمان و عمر خود چیزی جز پوچی و پشیمانی نصیبمان نشود. البته در نظر داشته باشید هیچ زمان برای تغییر مسیر زندگی دیر نیست و هر زمانی تصمیم به بازنگری و اصلاح بگیرید تاثیرات بی‌شمار این تغییر شامل شما می‌شود.

۲ شناسایی الگوهای رفتاری| الگوها به مسیرها و تصمیمات ما جهت می‌دهند. حال چه بسا این الگو بیرونی باشد مانند یک معلم، دوست و... که با تقلید کردن از آن‌ها در خصوص عوامل مختلف مانند توانایی و پیشرفت‌ها و مهارت‌های انجام یک حرفه بهره‌مند شویم یا الگوهای درونی که به باورهای بنیادین و ریشه‌دار معروف هستند و باعث می‌شوند در پاسخ به مسائل رفتاری و اکنش متفاوتی نشان بدهیم. بنابراین ارزیابی عملکرد در زندگی سبب می‌شود ما الگوهای هدف‌مان را شناسایی کنیم و هر آن چه با موضوع و هدف انتخابی‌مان مغایرت داشت، تغییر دهیم.

چگونگی بررسی عملکردمان در زندگی

حالا که از اهمیت این مسئله آگاه شدیم باید با مراحل و چگونگی بررسی عملکرد در زندگی هم آشنا شویم.

۱ شناسایی نقاط قوت و ضعف خود| یک فهرست از نقاط قوت و ضعف خود تهیه کنید. خودآگاهی نسبت به مواردی که در آن‌ها ضعف داریم سبب می‌شود در اهکارهای خلاقانه و موثری برای بهبود آن‌ها پیدا کنیم. همچنین می‌توانیم با تلاش و پشتکار این ضعف‌ها را پوشش دهیم و تسلط بیشتری بر خود داشته باشیم. با بسط و گسترش نقاط مثبت سطح مورد قبولی از صعود و پیشرفت در زمینه مدنظر نمایان می‌شود. دانستن نقاط ضعف و قوت به ما کمک می‌کند، بهتر خود را بشناسیم و به اهداف مدنظر خود برسیم.

۲ پیش‌بینی و بررسی نتایج احتمالی| بعد از جمع‌آوری داده‌ها، نتایج احتمالی یک مسئله را تجزیه و تحلیل کنید. این کار به شما کمک می‌کند مسیرهای رسیدن به موفقیت و شکست را مشخص سازید. در اختیار داشتن فرضیه‌های قابل پیش‌بینی برای نتایج سبب می‌شود آن‌ها را بر حسب تحقیقات به عمل آمده رد یا تایید کنید و در این راستا اگر نتایج بررسی شده با شکست و خطا همراه بود از انجام دادن آن پرهیز می‌کنید.

۳ گزارش‌گیری منظم| در یک برنامه‌ریزی مناسب، گزارش‌هایی را از عملکردهای خودتان تهیه کنید. این گزارش‌ها می‌توانند شامل دستاوردها، شکست‌ها و... باشد. سپس این گزارش‌ها را طی یک دوره مشخص ارزیابی کنید. گزارش‌های جدید را با گزارش‌های قدیمی مقایسه کنید و میزان موفقیت در عملکردتان را بنویسید و بعد از آن تصمیم‌های لازم برای ادامه مسیر یا تغییر و بازنگری را انجام دهید.

از دنیای روان شناسی

افسردگی پس از ایست‌قلبی در زنان بیشتر از مردان

یک مطالعه جدید هشدار می دهد زنانی که از ایست قلبی جان سالم به در می برند، بیشتر از بازماندگان مرد دچار اضطراب یا افسردگی می شوند. به گزارش «هلث دی نیوز»، «رابین اسمیتز»، محقق ارشد از دانشگاه آمستردام هلند، گفت: «داده های مربوط به پیامدهای بهداشتی پنج ساله از ایست قلبی، افزایش ۵۰ درصدی تجویز ضد افسردگی در سال اول در بین زنانِ را در مقایسه با مردان نشان داد. پس از پنج سال، این افزایش تقریباً به ۲۰ درصد در نسخه‌ها کاهش یافت».

حمایت‌نشدن زنان بعد از ایست‌قلبی

اسمیتز در بیانیه خبری مرکز پزشکی گفت: «در حالی که ما باید تحقیقات بیشتری انجام دهیم تا دقیقاً چرا این اتفاق می افتد، می توانیم بگوییم که عمدتاً زنان پس از ایست قلبی به اندازه کافی پشتیبانی نمی شوند». برای این مطالعه، محققان داده‌های مربوط به ۱۲۵۰ نفر (میانگین سنی ۵۳) را که از ایست قلبی جان سالم به در بردند، تجزیه و تحلیل کردند. آن‌ها همچنین دریافتند افرادی که از ایست قلبی جان سالم به در می برند، احتمالاً پس از آن با مشکلات مالی روبه رو می شوند. اسمیتز گفت: «ما شاهد کاهش قابل توجهی در نرخ اشتغال و در نتیجه درآمد بودیم که نشان می دهد بازگشت افراد به بازار کار برای آن‌ها دشوار است». یک مطالعه قبلی که شامل همان گروه است، نشان داد که زنان پس از ایست قلبی طولانی‌تر از مردان زندگی می کنند. اسمیتز گفت: «با ترکیب این دو یافته، می بینیم که عواقب ایست قلبی بسته به جنسیت متفاوت است اما هنوز نیاز به تحقیقات بیشتر احساس می شود».

اتاق مشاوره

شوهرم با یک خانم دیگر به مسافرت رفته‌است

تقریبا یک سال پیش متوجه شدم که شوهرم با یک خانم دیگر به مسافرت رفته است. بعدش هم که پیگیر شدم، دیدم با چند خانم دیگر هم به خوش گذرانی می‌رود. بد جور شوکه شدم. من عاشقش بودم و این حق من نبود که در ۴۸ سالگی، متوجه این ماجرا بشوم. یک بار هم سر بسته به او گفتم که متوجه شدم اما گفت به شما که خرجی می‌دهم و زندگی خوبی برایتان فراهم کردم! ناراحتی اعصاب گرفتم. چه کنم؟

دکتر هادی غلام‌محمدی | مشاور خانواده

مشاوره زوجین

مخاطب گرامی، سه ضلع اساسی زندگی مشترک یعنی صمیمیت، اشتیاق و تعهد برای تداوم آن توام با رضایت، لازم و ضروری است. وجود نداشتن یکی از این‌ها در رابطه بیانگر این است که رابطه پویایی لازم را ندارد و به یک سری از نیازها در آن رابطه پاسخ داده نمی‌شود؛ موضوعی که باعث ایجاد احساسات منفی و افکار آشفته می‌شود. در ادامه توجه شما را به سه نکته مهم جلب می‌کنم و امیدوارم بتوانید خودتان و زندگی مشترک‌تان را نجات دهید.

این‌ها را به شوهرتان بگویید

در قدم اول از شما می‌خواهم که منتظر امدادهای غیبی و فرشته نجات نباشید. خودتان دست به کار شوید؛ چیزی در درون شما وجود دارد که شما را آزار می‌دهد. بهتر است در مواقعی که با همسرتان تنها هستید، در این باره گفت‌وگو کنید ولی به جای انتقاد، سرزنش یا گلایه محض از وی به بیان احساس خودتان بپردازید. به شوهرتان بگویید که انجام این عمل از سوی او چه احساس بد و سنگینی را به شما می‌دهد و این که چقدر در درون‌تان حال‌تان بد می‌شود و احساس‌تان به زندگی مشترک‌تان هیچ رنگ و بویی از عشق نمی‌گیرد.

خواسته شوهرتان چیست؟

بیان احساس به شکل‌گیری رابطه کمک می‌کند. موضوعی که می‌تواند منجر به این شود که همسرتان خواسته‌ها و انتظاراتش را از رابطه بیان کند و شما هم بتوانید این موضوعات را با او در میان بگذارید. توجه داشته باشید که تلاش در این زمینه، تا حد زیادی می‌تواند مشکل‌تان را حل شدنی و قابل مدیریت کند.

از یک مشاور کمک بگیرید

از طرفی چون مشکل شما، موضوعی گسترده، چندجانبه و با ظرافت‌های خاصی است، به یک مشاور خوب مراجعه و با وی در این زمینه صحبت کنید.

ماجرای جنجالی جریمه والدین دانش‌آموزان کج‌خلق در ایتالیا

«جورجیا ملونی»، نخست وزیر ایتالیا اعلام کرد که نمره انضباط و خوش‌رفتاری دانش‌آموزان به مجموعه نمراتی که آن‌ها باید در طول سال تحصیلی اخذ کنند، اضافه می‌شود، تصمیمی که مخالفان کمی در جامعه ایتالیا ندارد و جنجالی شده است. به گزارش «یورونیوز» دولت ایتالیا قانونی را با حمایت شخص نخست وزیر تصویب کرده که مدارس و معلمان دانش‌آموزان از مقطع ابتدایی تا دبیرستان را ملزم می‌کند تا به محصلان خود نمره‌ای بابت اخلاق و رفتار خوب آن‌ها اعطا کنند.

احتمال تجدید شدن در انضباط

سقف این نمره برای دانش‌آموزان مقطع راهنمایی و دبیرستان ۱۰ تعیین شده است. هر دانش‌آموز مقطع راهنمایی اگر نمره ۵ یا کمتر دریافت کند، تجدیدی محسوب می‌شود و فرصت خواهد داشت تا پیش از شروع سال تحصیلی آینده رفتار خود را اصلاح کند. درباره دانش‌آموزان دبیرستانی سخت‌گیری بیشتری اعمال می‌شود. به طوری که حداقل نمره اخلاق و رفتار آن‌ها باید بالای ۶ باشد. برای دانش‌آموزان تجدیدی در ماه سپتامبر و طی دوره تعطیلات تابستانی، کلاس آموزش ارزش‌های انسانی مصرح در قانون اساسی و آموزش آداب و قوانین مدنی برگزار و در پایان این دوره آزمونی برگزار می‌شود. دانش‌آموزان دبیرستانی که موفق به کسب نمره بالای ۶ در زمینه اخلاق و رفتار نشوند در اخذ مدرک دیپلم خود ناکام می‌مانند. سنجش اخلاق و رفتار دانش‌آموزان مقطع ابتدایی بدون اعطای نمره و در سه سطح کیفیِ ناکافی، متوسط و عالی ارزیابی می‌شود.

دلایل گرفته‌شدن این تصمیم

وزیر آموزش و پرورش ایتالیا دلیل تصویب چنین قانونی را توسط دولت، بدتر شدن اخلاق و رفتار دانش‌آموزان در مدارس این کشور عنوان کرد. به گفته او، طی یک سال گذشته شمار درگیری‌های فیزیکی در مدارس ایتالیا دو برابر شده است. در مصوبه دولت ایتالیا تصریح شده که اگر دانش‌آموزی مرتکب رفتارهای خشونت‌بار حاد همانند حمله فیزیکی به معلم خود شود، والدین او می‌توانند تا سقف ۱۰ هزار یورو و مشمول جریمه نقدی شوند. هر چند دولت ایتالیا اجرای این مصوبه را برای بازگشت نظم، آرامش و احترام متقابل به مدارس ضروری می‌داند ولی مخالفان آن را گامی به عقب ارزیابی می‌کنند.

نکته ها

۷ توصیه به افراد پرمشغله برای افزایش بهره‌وری

۱- تمرکز بر یک کار مشخص
۲- حذف عوامل حواس‌پرتی
۳- زمان‌بندی برای انجام امور
۴- زود بیدار شدن
۵- اولویت‌بندی
۶- برون‌سپاری بعضی وظایف
۷- یادگیری از دیگران

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

* هیچ جای مماشاتی با مقصران حادثه معدن طبس وجود ندارد. ۵۰ خانواده داغدار شدند که یکی از آن‌ها، مرحوم قاسمی است که شما با پدرش صحبت کردید.
* در صفحه سلامت از راه‌های افزایش ایمنی بدن در ابتدای فصل پاییز برای دانش‌آموزان هم بنویسید که زود مریض نشن. ممنون.
* اگر کارگران معدن متوجه بوی غیرطبیعی در تونل شدند، چرا اجازه داده‌اند که جان آن‌ها به خطر بیفتد؟ مگر جان انسان شوخی است؟
* مطلب «خدمات سفر به سلامت روان» و تصویر زیبایی از جاده‌های شمال در فصل پاییز را دیدم، خیلی هوس کردم که بروم. فقط رئیسم با مرخصی یک هفته‌ای موافقت نمی‌کند.
* زندگی سلام. حادثه معدن طبس که تمام شد. از الان به فکر ایمنی در محیط‌های کاری دیگر باشیم تا دوباره شاهد چنین اتفاقات تلخی نباشیم.

برگ سبز و سند کمپانی نیسان مدل ۷۲ رنگ آبی به شماره انتظامی ۳۲-۶۲۵ل۵۱ به شماره موتور ۰۱۲۴۴۰ و شماره شاسی ۸۹۱۵۱ بنام رمضانعلی کبکی فرزند محمد مفقود و اعتبار ندارد. ۸۷۷۶

برگ سبز پراید ۱۳۱مدل ۱۳۹۸ به ش انتظامی ۷۴-۱۸۱ج۲۸ به شماره موتور ۸۸۱۳۱۶۳۰۷۷۱ و شماره شاسی NAS۴۱۱۱۰۰K۳۵۶۴۵۸۱ بنام موسی خسروی سالنقوج به شماره ملی ۶۳۵۹۰۰۶۴۰۵ مفقود و اعتبار ندارد. ۸۷۷۵

برگ سبز خودرو ۲۰۶ نقره ای به شماره پلاک: ۱۴ب۲۱۲ ایران ۲۲ و شماره موتور FSM۸۴۶۱۵۵۱۰ و شماره شاسی ۸۲۶۵۵۷۹۷ به نام حمید شاقوزایی مفقود و فاقد اعتبار است. ۸۷۷۴

برگ سبز و کارت ماشین پژو پارس مدل ۱۳۹۰ به شماره انتظامی ۳۲-۵۹۸ی۴۷ به شماره موتور ۱۲۴۹۰۲۴۲۶۴۳ و شماره شاسی NAAN۰۱CA۲BK۱۱۹۶۶۰ بنام گوهر حیدری فرزند محمد مفقود و اعتبار ندارد. ۸۷۷۳

برگ سبز و سند کمپانی موتورسیکلت احسان ۱۲۵ مدل۱۴۰۳ پلاک ۴۳۹۷۷-۸۵۹ و شماره شاسی ۱۴۰۱۶۴۰۰۱۲۴ و شماره موتور ۱۴AVEKDDR۱P۱۱۱۹۳ بنام حسن جمشیدی نیل آباد به کدملی ۰۷۲۰۶۵۶۲۱۴ مفقود و از درجه اعتبار ساقط است ۸۷۷۲

برگ سبز خودرو پراید ۱۱۱ مشکی مدل ۱۳۹۰ ش انتظامی ۴۲-۱۴۵ه۱۶ش شاسی S۵۴۳۰۰۹۰۰۷۹۲۸۴ ش موتور ۴۴۲۹۷۷۱ بنام محمد خلیلی مطلق مفقود شده و فاقد اعتبار است ۸۷۷۱

برگ سبز خودرو سمند به شماره انتظامی ۲۷۱ ط ۹۶ایران ۳۲ و شماره شاسی : ۷۰۷۰۳۸۹۷ و شماره موتور : ۱۲۴۸۶۰۵۲۶۳۳ به نام آرش پاکدل مفقود و فاقد اعتبار است ۸۷۶۵

برگ سبز و سند کمپانی موتورسیکلت زیگما۱۲۵cc مدل ۱۳۹۴ ش انتظامی ایران۷۷۳-۷۱۹۶۲ش موتور N۱D***۱۲۵A۹۴۰۲۷۰۹ ش شاسی ۰۱۲۵N۱D۳۱۰۹۸۷ بنام منصوره بیات ترک مفقود و فاقد اعتبار است. ۸۷۷۰

برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ SD-TU۵ به شماره پلاک ۷۴ ایران ۴۵۵ ه ۱۸ شماره شاسی NAAP۴۱FE۴LJ۰۷۳۲۶۲ شماره موتور B۰۰۸۶۷۸۵ ۱۶۷ به نام فائزه عمارت ساز مفقود و فاقد اعتبار است. ۸۷۶۹

برگ سبز و کارت ماشین خودرو سواری پراید تیپ جی تی ایکس ای مدل ۱۳۸۴ شماره موتور ۰۱۰۷۰۲۷۳ شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۴۴۴۷۱۹۷ به نام براتعلی سوختانلو مفقود گردیده و اعتبار ندارد. ۸۷۹۱

اینجانب میلاد نجفی معصوم مالک خودرو سواری هاچ بک پاناروما پژو ۲۰۷I-TU۵ رنگ مشکی مدل ۱۴۰۲ به شماره انتظامی ایران ۲۶_۱۳۶د۶۶ شماره بدنه NAAR۰۳FE۹PJ۵۶۴۳۱۸ و شماره موتور ۱۷۸B۰۱۳۰۴۴۸ بعلت فقدان اسناد فروش تقاضای رو نوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۸۷۲۵

اینجانب محمد مژدکانلو مالک خودرو پژو آردی به شماره پلاک ۷۴-۷۲۸ط۴۸ به شماره موتور ۲۲۳۲۸۱۰۶۳۹۹ و شماره شاسی ۰۰۸۱۷۰۶۸۷۳ به علت فقدان اسناد فروش سند کمپانی و برگ سبز تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۸۷۲۸

اینجانب یعقوب خالقدادی مالک خودرو سواری پژوپارس TU۵ مدل ۱۴۰۰ سفید به شماره انتظامی ۵۲ایران ۹۳۸ص ۶۶ به شماره موتور NAAN۱۱FEXMK۱۱۷۹۱۰ و شماره شاسی ۱۳۹B۰۲۰۷۲۴۲ به علت فقدان اسناد فروش (برگ سبز وسند کمپانی) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۸۷۲۷

برگ سبز موتور سیکلت انژکتوری دلتا RX۱۵۰ مدل ۱۴۰۲ رنگ مشکی به شماره موتور: ۱۴۹NC۵۰۵۸۶۳۲ شماره پلاک ۷۸۲-۱۸۵۴۷ شماره تنه NC۵VLDGNLPAV۰۸۴۰۲ بنام علی رضا رزازان مفقود و فاقد اعتبار است. ۸۷۶۶

سند کمپانی ،اصل برگ سبز و کارت موتور سیکلت فلات مدل۱۳۸۹ به شماره انتظامی ۷۶۱-۶۵۹۹۹ به شماره موتور ۱۷۷FMM*NBF۰۰۱۶۶۴* و شماره تنه NBF***۲۵۰G۸۹۰۰۲۷۷ بنام حمید اسمعیل زاده مفقود و فاقد اعتبار است. ۸۷۷۰

سند کارخانه خودرو فیدلیتی پرایم به شماره انتظامی ۸۸م۶۴۸ ایران ۱۶ به شماره موتور SQRE۴T۱۵CACMJ۰۴۰۹۹ و شماره شاسی NAGC۱AB۴۹N۱۰۰۷۷۰۶ بنام محمدحسین قاسمی مفقود و فاقد اعتبار است ۸۷۶۲

برگ سبز سواری پراید نقره ای مدل ۱۳۸۸ پلاک ایران ۳۲-۵۶۸ هـ ۲۱ به شماره موتور ۲۷۵۴۳۵۵ و شاسی S۱۴۱۲۲۸۷۵۹۸۴۲۲ بنام گلثوم رشیدی آبقه ئی به کد ملی ۰۷۴۰۰۹۳۱۳۴ مفقود واز درجه اعتبار ساقط است ۸۷۱۱

برگ سبز پژو۴۰۵ مدل۸۶ رنگ نقره ای به شماره انتظامی ۳۶-۷۱۴ص۹۵ به شماره موتور ۱۰۱۹۶۸۷ و شماره شاسی ۴۰۳۲۶۸۲۴ بنام سید محمد هاشمی فرزند حجی آقا مفقود گردیده وفاقد اعتبار می باشد ۸۷۵۸

برگ سبز وسند کمپانی پیکان سواری مدل۸۱ رنگ سفید به شماره انتظامی ۳۶-۴۲۷ن۴۳ به شماره موتور ۱۱۱۵۸۱۷۳۰۸۷ و شماره شاسی ۸۱۵۷۴۱۵۷ بنام سعید خدادای مفقود وفاقد اعتبار می باشد ۸۷۵۹

اصل برگ سبز وانت ساپیا ۱۵۱ مدل۱۳۹۷ به شماره انتظامی ۷۱۷ایران ۹۹س۷۱۷ و شماره شاسی ۱۳/۶۱۱۶۰۰۳M و شماره موتور NAS۴۵۱۱۰۰J۴۹۷۹۸۴۷ بنام سارا نوروزی اسکندری مفقود و فاقد اعتبار است. ۸۷۶۳

برگ سبز خودرو پراید ۱۳۹۶ به شماره انتظامی ۱۲ایران ۵۲۴ص۱۶ به شماره موتور NAS۸۲۱۱۰۰H۱۱۰۹۱۷۰ بنام ندا خوشروی گوارشکی مفقود و فاقد اعتبار است. ۸۷۷۱

برگ سبز خودرو x۲۲ به شماره انتظامی ۶۲۹ن۹۲ایران ۴۲ و شماره شاسی : natfbabw۳۱۱۰۱۶۳۰۷ شماره موتور mvmd۴g۱۵bagl۰۱۷۵۷۱ به نام زهرا لطفی کیوانلو مفقود و فاقد اعتبار است. ۸۷۵۴

برگ سبز خودرو ۲۰۶ نقره ای شماره پلاک: ۱۴ب۲۱۲ ایران ۲۲ و شماره موتور FSM۸۴۶۱۵۵۱۰ و شماره شاسی ۸۲۶۵۵۷۹۷ به نام حمید شاقوزایی مفقود و فاقد اعتبار است. ۸۷۷۴

برگ سبز و کارت ماشین پژو پارس مدل ۱۳۹۰ به شماره انتظامی ۳۲-۵۹۸ی۴۷ به شماره موتور ۱۲۴۹۰۲۴۲۶۴۳ و شماره شاسی NAAN۰۱CA۲BK۱۱۹۶۶۰ بنام گوهر حیدری فرزند محمد مفقود و اعتبار ندارد. ۸۷۷۳

سند کمپانی ،اصل برگ سبز و کارت موتور سیکلت فلات مدل۱۳۸۹ به شماره انتظامی ۷۶۱-۶۵۹۹۹ به شماره موتور ۱۷۷FMM*NBF۰۰۱۶۶۴* و شماره تنه NBF***۲۵۰G۸۹۰۰۲۷۷ بنام حمید اسمعیل زاده مفقود و فاقد اعتبار است. ۸۷۷۰

برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ SD-TU۵ به شماره پلاک ۷۴ ایران ۴۵۵ ه ۱۸ شماره شاسی NAAP۴۱FE۴LJ۰۷۳۲۶۲ شماره موتور B۰۰۸۶۷۸۵ ۱۶۷ به نام فائزه عمارت ساز مفقود و فاقد اعتبار است. ۸۷۶۹

برگ سبز و سند کمپانی موتورسیکلت احسان ۱۲۵ مدل۱۴۰۳ پلاک ۴۳۹۷۷-۸۵۹ و شماره شاسی ۱۴۰۱۶۴۰۰۱۲۴ و شماره موتور ۱۴AVEKDDR۱P۱۱۱۹۳ بنام حسن جمشیدی نیل آباد به کدملی ۰۷۲۰۶۵۶۲۱۴ مفقود و از درجه اعتبار ساقط است ۸۷۷۲

برگ سبز خودرو پراید ۱۱۱ مشکی مدل ۱۳۹۰ ش انتظامی ۴۲-۱۴۵ه۱۶ش شاسی S۵۴۳۰۰۹۰۰۷۹۲۸۴ ش موتور ۴۴۲۹۷۷۱ بنام محمد خلیلی مطلق مفقود شده و فاقد اعتبار است ۸۷۷۱

برگ سبز خودرو سمند به شماره انتظامی ۲۷۱ ط ۹۶ایران ۳۲ و شماره شاسی : ۷۰۷۰۳۸۹۷ و شماره موتور : ۱۲۴۸۶۰۵۲۶۳۳ به نام آرش پاکدل مفقود و فاقد اعتبار است ۸۷۶۵

اصل برگ سبز وانت ساپیا ۱۵۱ مدل۱۳۹۷ به شماره انتظامی ۷۱۷ایران ۹۹س۷۱۷ و شماره شاسی ۱۳/۶۱۱۶۰۰۳M و شماره موتور NAS۴۵۱۱۰۰J۴۹۷۹۸۴۷ بنام سارا نوروزی اسکندری مفقود و فاقد اعتبار است. ۸۷۶۳

برگ سبز و سند کمپانی موتورسیکلت زیگما۱۲۵cc مدل ۱۳۹۴ ش انتظامی ایران۷۷۳-۷۱۹۶۲ش موتور N۱D***۱۲۵A۹۴۰۲۷۰۹ ش شاسی ۰۱۲۵N۱D۳۱۰۹۸۷ بنام منصوره بیات ترک مفقود و فاقد اعتبار است. ۸۷۷۰

برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ SD-TU۵ به شماره پلاک ۷۴ ایران ۴۵۵ ه ۱۸ شماره شاسی NAAP۴۱FE۴LJ۰۷۳۲۶۲ شماره موتور B۰۰۸۶۷۸۵ ۱۶۷ به نام فائزه عمارت ساز مفقود و فاقد اعتبار است. ۸۷۶۹

برگ سبز و کارت ماشین خودرو سواری پراید تیپ جی تی ایکس ای مدل ۱۳۸۴ شماره موتور ۰۱۰۷۰۲۷۳ شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۴۴۴۷۱۹۷ به نام براتعلی سوختانلو مفقود گردیده و اعتبار ندارد. ۸۷۹۱

برگ سبز و سند کمپانی نیسان مدل ۷۲ رنگ آبی به شماره انتظامی ۳۲-۶۲۵ل۵۱ به شماره موتور ۰۱۲۴۴۰ و شماره شاسی ۸۹۱۵۱ بنام رمضانعلی کبکی فرزند محمد مفقود و اعتبار ندارد. ۸۷۷۶

شهرداری سرخس

آگهی مناقصه عمومی یک مرحله ای تجمیع پرتفوی بیمه ای به شماره ۲۰۰۳۰۹۰۸۹۲۰۰۰۰۱۱

شهرداری سرخس در نظر دارد مناقصه عمومی تجمیع پرتفوی بیمه ای شامل) مسئولیت عمومی جامع در قبال شهروندان و اشخاص ثالث - آتش سوزی ساختمانهای مربوط به شهرداری عمر و حادثه گروهی پرسنل تکمیل درمان کارکنان - مسئولیت مدنی کارفرما در قبال کارکنان و کارکنان آتش نشانی - بیمه نامه شخص ثالث و راننده) را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید. کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد مناقصه تا ارائه پیشنهاد مناقصه گران و بازگشایی پاکت ها 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 و جهت شرکت در مناقصه و دریافت اسناد به سایت مزبور مراجعه نمایند.

تاریخ انتشار مناقصه در سامانه: تاریخ ۱۴۰۳/۰۷/۰۷
مهلت زمانی دریافت اسناد مناقصه: از سایت از ۱۴۰۳/۰۷/۰۷ تا ساعت۱۰:۰۰ تاریخ ۱۴۰۳/۰۷/۱۶
مهلت ارائه پیشنهاد: ساعت ۱۱:۰۰ روز تاریخ ۱۴۰۳/۰۷/۲۶
بازگشایی پاکتها: ساعت ۱۲:۰۰ روز تاریخ ۱۴۰۳/۰۷/۲۶

جهت اطلاعات بیشتر با شماره ۰۵۱۳۴۵۲۵۳۸۸ تماس حاصل فرمایید.

شهرداری سرخس

۸۷۸۱۷