

فرهنگ یک مفهوم گسترده است که شامل رفتارهای اجتماعی و هنجارهای موجود در جوامع بشری و همچنین دانش، اعتقادات، هنرها، قوانین، آداب و رسوم، قابلیت‌ها و عادات افراد در این گروه‌ها می‌شود. فرهنگ مجموعه پیچیده‌ای از دانش‌ها، باورها، هنرها، قوانین، اخلاقیات، عادات و هر چه که فرد به عنوان عضوی از جامعه خویش فرامی‌گیرد، تعریف می‌شود. هر منطقه از هر کشوری می‌تواند فرهنگ متفاوتی با دیگر مناطق آن کشور داشته باشد. فرهنگ به وسیله آموزش، به نسل بعدی منتقل می‌شود. همچنین راهکارهای شایع در یک جامعه است برای رفع هر گونه نیاز واقعی یا غیر واقعی. فرهنگ، راه مشترک زندگی، اندیشه و کنش انسان در یک جامعه و شامل هنر، ادبیات، علم، آفرینش‌ها، فلسفه و دین است.

شورای فرهنگ عمومی ۱۴ آبان‌ماه را در تقویم ایرانی به نام روز فرهنگ عمومی نامگذاری کرد. این نامگذاری که از سال ۱۳۸۷ رسمیت پیدا کرد، از سوی شورایی با همین نام یعنی شورای فرهنگ عمومی صورت گرفت؛ چرا که شورای فرهنگ عمومی مسئولیت نامگذاری روزهای خاص را در تقویم رسمی کشور بر عهده دارد و مصوبات این شورا، پس از طرح در شورای عالی انقلاب فرهنگی نهایی می‌شود.

فرهنگ عمومی مؤلفه‌هایی از فرهنگ است که تأثیرات آن عام و فراگیر می‌باشد و عامه مردم در کیفیت آن نقش دارند و از شیوه رفتارهای عمومی مردم یا عرف و عادات و رسوم و زبان ساخته می‌شود و یا تأثیر میشود می‌پذیرد و عموم جنبه‌ها و عرصه‌ها و زندگی مردم را تحت تأثیر قرار می‌دهد و عموم مردم نسبت به آنها حساسیت و شناخت دارند. نسل‌های تازه هر ملت باید راه و رسم زندگی را فراگیرند و این امر از طریق «انتقال» فرهنگ رخ می‌دهد. انتقال فرهنگ جریانی است که طی آن نسل جدید با شیوه زندگی نسل قدیم آشنا می‌شود و چگونگی زندگی کردن به شیوه آنان را می‌آموزد.

مدیرعامل مولدسازی و مدیریت دارایی تجارت درباره مزایای نستراک برای تجار ایرانی به «اقتصادسرامد» می‌گوید:

آیا نستراک با منافع ایران در تضاد است؟

بخشیده است. با این حال، آنچه در خطر است تنها حمل بار از آسیا به اروپا نیست، چرا که کنترل مسیرهای تجاری حیاتی و اعمال نفوذ سیاسی و نظامی در اقیانوس هند نیز هدف هست. در سایه هیاهوهای رسانهای پیرامون پروژه

انسداد کانال سوئز در پی بروز مشکل برای کشتی باری اورگرین در اسفندماه سال گذشته نوسانات زنجیره تأمین جهانی را برجسته کرده در حالی که ضرورت برای کنترل توسعه زیرساختهای بین قاره‌های آینده را بار دیگر شدت

دبیر کل اتحادیه مالکان کشتی به اقتصادسرامد می‌گوید: خط مستقیم دریایی به آفریقا نداریم

خلاء توسعه تجارت دریایی با کشورهای آفریقایی

۴

«سهم ایران از تجارت دریایی با کشورهای آفریقایی ناچیز است»



روزنامه اقتصادسرامد

دولت از تدابیر ویژه تیم اقتصادی برای خنثی سازی جنگ اقتصادی خبر می‌دهد

مسیر قطار اقتصاد کشور به کجا ختم می‌شود؟

۸

مدیر کل بنادر و دریانوردی هرمزگان اعلام کرد

آغاز فعالیت‌های مشترک بندری ایران و قزاقستان در بندر شهیدرجایی

۴



۲۰ ساله کریدور شمال_جنوب، بسیار مهم است که بدانیم نیازهای اقتصادی تا چه حد این برنامه را هدایت کرده و رقابت‌های ژئوپلیتیکی تا چه حد به این پروژه نفوذ میکنند.

۵

چالش‌های تولیدکنندگان قیر در ایران چیست

در تله ارزان‌فروشی قیر افتادیم

۶

بر اساس پیش‌بینی‌ها

رکود اقتصادی جهان، صنعت کشتیرانی را به چالش کشید

۶



«اقتصادسرامد» درباره مشکلات فعالان اقتصادی ناشی از اتفاقات اخیر گزارش می‌دهد

ضرر کسب و کارهای اینترنتی جبران می‌شود؟

۲

آگهی مناقصه عمومی یک مرحله‌ای همزمان با ارزیابی کیفی (فشرده)



نوبت دوم
شماره آگهی: ۱۴۰۴۹۹۲

شرکت توزیع نیروی برق قزوین در نظر دارد نسبت به واگذاری عملیات تعویض سیم مسی با کابل خودنگهدار پروژه‌های شهری و روستایی خود به پیمانکار به شرح جدول ذیل با برگزاری مناقصه عمومی یک مرحله‌ای با ارزیابی کیفی (فشرده) از طریق سامانه تدارکات الکترونیک دولت (ستاد) آدرس www.setadiran.ir اقدام نماید.

ردیف	شماره مناقصه	محل اجرا، پروژه	مبلغ برآوردی مناقصه (بر ریال)	تضمین شرکت در مناقصه (بر ریال)
۱	۱۴۰۱/۵۱	امور برق قزوین جنوب	۷۲۰۱۶۶۰۰۰۰۰۰۰	۳۰۱۶۵۰۰۰۰۰۰۰۰
۲	۱۴۰۱/۵۲	امور برق البرز	۱۴۰۸۳۲۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۱۰۲۴۲۰۰۰۰۰۰۰۰۰
۳	۱۴۰۱/۵۳	امور برق محمدیه	۲۷۰۲۷۷۰۰۰۰۰۰۰۰۰	۱۰۸۱۸۰۰۰۰۰۰۰۰۰

مهلت زمانی دریافت اسناد، ارسال پیشنهاد، بازگشایی اسناد کیفی و زمان بازگشایی پاکتها مناقصه به شرح ذیل میباشد:

مهلت زمانی دریافت اسناد مناقصه از سایت	مهلت ارائه اسناد پیشنهادی از سایت	زمان بازگشایی اسناد کیفی	زمان بازگشایی پاکتها
از روز دوشنبه ۱۴۰۱/۰۸/۱۶ لغایت روز شنبه ۱۴۰۱/۰۸/۲۱	حداکثر ۱۰ ساعت ۱۰ روز چهارشنبه ۱۴۰۱/۰۹/۰۲	ساعت ۱۱ روز چهارشنبه ۱۴۰۱/۰۹/۰۲	ساعت ۱۱ روز چهارشنبه ۱۴۰۱/۰۹/۰۹

شرایط احراز: داشتن حداقل رتبه ۵ پیمانکاری در زمینه نیرو از سازمان مدیریت و برنامه ریزی و گواهینامه صلاحیت ایمنی مورد تایید اداره کل کار و رفاه اجتماعی الزامی است

شرکت‌های متقاضی بایستی اسناد مناقصه (الف- ب- ج) و اسناد و مدارک ارزیابی کیفی را به صورت جداگانه در سامانه ستاد بارگذاری نمایند. قبل از گشایش پاکت پیشنهادات (مناقصه) ارزیابی کیفی مناقصه گران انجام خواهد شد و فقط پاکت پیشنهاد مناقصه گرانی که در ارزیابی کیفی مناقصه مربوط تایید و حد نصاب امتیاز را کسب نموده باشند،

گشوده خواهد شد و پاکت سایر مناقصه گران عیناً مسترد خواهد شد.

نوع سپرده شرکت در مناقصه: مطابق بند ۸-۸ ماده ۸ آیین نامه تضمین معاملات شرکت‌های توزیع نیروی برق می‌باشد.

اصل ضمانت نامه می‌بایست در پاکت در بسته و مطابق شرایط مندرج در اسناد مناقصه به دبیرخانه شرکت تحویل داده شوند

به پیشنهاد های فاقد امضاء مشروط، مخدوش و پیشنهادهایی که بعد از انقضای مدت مقرر در فراخوان واصل شود همچنین پیشنهادهای فاقد سپرده،

سپرده مخدوش، سپرده‌های کمتر از میزان مقرر، چک شخصی و نظایر آن مطلقاً ترتیب اثر داده نخواهد شد.

اطلاعات تماس دستگاه مناقصه‌گزار جهت دریافت اطلاعات بیشتر در خصوص اسناد مناقصه و ارائه پاکت الف

آدرس: قزوین - تقاطع ولیعصر (عج) ابتدای خیابان طالقانی طبقه همکف دبیرخانه تلفن: ۰۲۸-۳۳۳۳۳۳۳۳۳۳۳

اطلاعات تماس سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه: مرکز تماس: ۰۲۱-۴۱۹۳۴۴ دفتر ثبت نام: ۰۲۱-۸۸۹۶۹۷۳۷ و ۸۵۱۹۳۷۶۸

اطلاعات تماس دفتر ثبت نام سایر استانها در سایت سامانه www.Setadiran.ir بخش ثبت نام / پروفایل تأمین کننده / مناقصه گر موجود است

چاپ نوبت اول: ۱۴۰۱/۰۸/۱۵

چاپ نوبت دوم: ۱۴۰۱/۰۸/۱۶

دفتر روابط عمومی شرکت توزیع نیروی برق استان قزوین



سایت روزنامه اقتصادسرامد

Eghtesadsaramad.ir

۰۹۱۹۸۵۴۳۹۹۶ - ۰۲۱-۸۸۷۶۹۲۲۷

علائم رایج کمبود هر ویتامین در بدن

کمبود هر ویتامین در بدن می‌تواند مشکلات مختلفی را برای ما به وجود بیاورد پس با توجه به مشکل خود می‌توانید تشخیص دهید چه ویتامینی در بدن کم دارید.

خشکی‌مو

اگر موهای خشکی دارید، باید بدانید که بدن‌تان از کمبود ویتامین‌های A، E، امگا ۳، سلنیوم و بیوتین رنج می‌برد.

زودرنجی

چنانچه شما هم جزو افرادی باشید از حد حساسی و زودرنج هستید، لازم است بدانید نیازتان به ویتامین‌های B۵، B۶ و B۱۲ فوری است و بهتر است با مصرف مواد غذایی حاوی ویتامین‌های B، این مشکل را برطرف سازید.

قاشقی شدن ناخن‌ها

یکی از تغییرات هشدار دهنده ناخن‌ها، تغییر حالت و قاشقی شدنشان است که علامتی است از کمبود ویتامین‌های B۱۲ و آهن.

افسردگی

بی‌حوصلگی مداوم و خشکی همیشگی که در نهایت به افسردگی ختم می‌شود، علامت واضح کمبود ویتامین‌های B۵، B۶ و بیوتین است.

گرفتگی عضلات

گرفتگی عضلات از دلایل کمبود ویتامین‌های B۱، B۲، B۶ و منیزیم است. بهترین راه برای درمان گرفتگی عضلات، مصرف منابع انواع ویتامین‌ها و منیزیم است.

بی‌خوابی

علل بسیاری می‌تواند منجر به بروز بی‌خوابی شود که یکی از این علل کمبود ویتامین‌های B۱، B۲، B۶ و ویتامین‌های B۵، و ویتامین‌ها است.

▲ محمدرضایی - روزنامه اقتصادسرامد

اینفوگرافیک