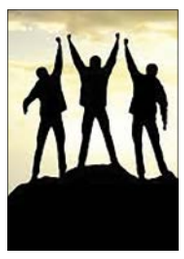
کارگاه زندگی

چگونه به یک نوجوان موفق تبدیل شویم؟

دوره نوجوانی به عنوان حدفاصل کودکی و جوانی، دوره‌ای آنچنان حساس است که اگر زیربنای زندگی در آن به درستی گذاشته شود به احتمال زیاد، آینده انتظار یک بزرگسال موفق را خواهدکشید. اما گذر موفق از دوره نوجوانی کار آسانی نیست چون این دوران که موسم غلیان احساسات و هیجان‌هاست با کمترین سهل‌انگاری می‌تواند به سرآغاز حسرت‌ها تبدیل شود. بنابراین اگر شما در این سن و سال هستید یا در خانه یک یا چند نوجوان دارید، به فرمول‌های تبدیل شدن به انسانی موفق دقت کنید. اولین فرمول، داشتن هدف است چون باعث می‌شود نوجوان از سردرگمی خارج شود. یک نوجوان باید تصویری کلی از آینده در ذهن داشته باشد و تکلیفش را با آنچه می‌خواهد و نمی‌خواهد روشن کند. نوجوانی که هدفش را می‌داند باید با اراده نیز باشد و برای رسیدن به آن هدف کوشش کند چون هدف بدون تلاش چیزی به جز خیالبافی نیست. تلاش هم یک جریان بی‌وقفه است و نمی‌شود برای مدتی تلاش کرد و سپس آن را متوقف نمود. بنابراین نوجوانی که هدف دارد و برای آن تلاش می‌کند، باید مداومت نیز داشته باشد.

البته نوجوانی هم مثل سایر دوره‌های زندگی ممکن است با شکست همراه باشد، ولی این شکست‌ها نباید مانع پیمودن راه شوند؛ چون این هم یکی از فرمول‌های تبدیل شدن به انسانی موفق است. با آن که گفته شد موفقیت فقط با تلاش فردی نوجوان به دست نمی‌آید، لازم است اعضای خانواده نیز با او همدل و همراه باشند، مخصوصا زمینه‌ای فراهم کنند تا وی با افراد موفق نشست و برخاست داشته باشد.



یادداشت

خبر بد، خبر خوب است!

مهدی نیک‌ضمیر
گروه جامعه

یک جمله معروف در بین رسانه‌ای‌ها وجود دارد که می‌گوید: «خبر بد، خبر خوب است!» بدین معنا که برای رسانه‌ها، اخباری که عناصر خبری از قبیل تازگی، برخورد، حجم گسترده، شهرت، استثنا و شگفتی، مجاورت و آثار و تبعات بیشتر را داشته باشد، جذاب‌تر است و بیشتر می‌توانند روی آنها مانور داده و آنها را برجسته‌سازی کنند. پس اگر اخبار منفی در رسانه‌ها بازتاب بیشتری می‌یابد این خاصیت دنیای رسانه‌ها و حرفه خبرنگاری است. به همین خاطر است که رویدادهای منفی در رسانه‌ها بازتاب گسترده‌تری می‌یابد اما برای اخبار مثبت معمولا یکی دو خبر اکتفا می‌کند و این اخبار هم در میان گستره اخبار منفی گم خواهد شد. رویدادهای منفی همچون زلزله، جنگ، سقوط هواپیما یا رانش زمین و اخبار از این دست تا مدت‌ها خوراک رسانه‌ها را برای تولید اخباری و گزارش تامین می‌کنند. همین مساله موجب شده تا رسانه‌ها بیشتر جذب اخبار منفی شوند تا اخبار مثبت. این اخبار منفی اما برای مخاطبان به اندازه رسانه‌ها جذاب نیست یا حتی اگر جذاب هم باشد در طولانی‌مدت می‌تواند آسیب‌های روحی و روانی برای آنها در پی داشته باشد. بسیاری از اضطراب‌ها و پریشانی‌هایی که خیلی از ما در طول زندگی تجربه می‌کنیم، در مقاطعی که حادثه‌ای رخ می‌دهد به واسطه قرارگرفتن در تندباد اخبار منفی رسانه‌ها تشدید می‌شود. همین مساله نشان‌دهنده اثرگذاری منفی اخبار بر روی ذهن و روان ماست. بدیهی است در دنیای امروز که دنیای آگاهی‌هاست، بی‌خبر ماندن از اطراف هم ضررهای خودش را دارد و به هیچ وجه توصیه نمی‌شود، اما قرارگرفتن در معرض افکار منفی هم آدابی دارد! نباید بیش از اندازه خودمان را در معرض اخباری قرار دهیم که روح و روان ما را دچار تنش و فرسودگی می‌کند.

خبرهای بد با روح و روان ما چه می‌کند؟

گاهی ندانستن بهتر است!

مهرسانا اردشیری
گروه جامعه

چند سالی می‌شود که نحوه دریافت اخبار، متفاوت شده است. سال‌ها از زمانی که مردم تنها اخبار مختلف را از طریق تلویزیون دریافت می‌کردند گذشته و حالا شبکه‌های مختلف مجازی، سایت‌ها و خبرگزاری‌های رسمی و غیررسمی تلاش می‌کنند تا خبر خود را برای ثانیه‌ای هم که شده، زودتر منتشر کنند.

اما در این میان ما نیز دست از جست‌وجوی اخبار برنمی‌داریم و انگار یک نیاز درونی ما را به رصد لحظه‌ای اخبار می‌کشاند غافل از این‌که لحن بسیاری از این اخبار احساسی و تکان‌دهنده است و می‌تواند سلامت روان ما را در درازمدت دچار آسیب کند.

اصولا وقتی خبری با تیتر جنجالی‌تر منتشر می‌شود توجه بیشتری را نیز به خود جلب می‌کند و به همین دلیل اخبار حوادث و اخبار منفی می‌توانند تیترهای پرمخاطبی نیز داشته باشند.

اما مخاطب غافل از این است که دریافت زیاد این نوع اخبار، چه به‌صورت فعال و چه غیرفعال، می‌تواند بسیار سمی باشد و آنچه می‌شنود بر سلامت روان او تأثیر می‌گذارد.

گاهی ندانستن اخبار از دانستن آن بهتر است

همیشه مرز باریکی بین آگاهی و آسیب روانی وجود دارد. این موضوعی است که امیرحسین جلالی، روانپزشک و استادیار گروه روانپزشکی دانشگاه علوم‌پزشکی تهران بر آن تاکید دارد. او بر این باور است که حتما ناآگاهی می‌تواند برای فرد زیان‌آور باشد اما در کنار آن وقتی میل پیدا می‌کنیم که اخبار مختلف را از منابع متفاوت رصد و پیگیری و اخبار منفی را دنبال کنیم، دچار مشکل می‌شویم. دلیل آن هم کاملا مشخص است زیرا ظرفیت سیستم روانی ما بسیار محدود بوده و تاب این همه بار را نخواهد داشت. او می‌گوید: «به‌طورمثال اگر بار زیادی روی سیستم برقی بیاید دستگاهی که از آن استفاده می‌شود نمی‌تواند این حجم بار را تحمل کند و به‌طور حتم این دستگاه برقی از کار می‌افتد زیرا این حجم از جریان الکتریسیته را این سیم یا دستگاه نمی‌تواند تحمل کند.»

جلالی تاکید می‌کند که سیستم روانی ما نیز به همین صورت است و بنابراین بی‌تردید می‌توان گفت اخبار منفی و بد، نقش این بار زیاد برای سیستم روانی ما را ایفا می‌کند و می‌توان به‌طور حتم تاثیر مستقیم روی اختلال در این سیستم را بازی و امنیت روانی ما را مخدوش یا دچار آسیب کند.

ترشح هورمون استرس با اخبار بد

این روانپزشک توضیح می‌دهد: «اخبار بد می‌تواند هورمون استرس را در بدن ترشح کند و این هورمون احتمال بیماری‌های قلبی و سکته را در فرد افزایش می‌دهد. از سوی دیگر می‌تواند ذهن را به‌هم‌بریزد و قدرت یادگیری را کاهش دهد.»

تمایل ذاتی به شنیدن اخبار بد

گروهی از روانپزشکان نیز بر این باورند یکی از دلایلی که ما به شنیدن اخبار منفی تمایل داریم این است که این اخبار برای ما ماهیت تکاملی دارند و ما به گمان خودمان بر این تصور هستیم که دانستن این اخبار می‌تواند ما را از آسیب حفظ کند. این ماجرا را ما از اجدادمان به ارث برده‌ایم زیرا دانستن اخبار آنها را از خطر مصون می‌داشت.

خواندن اخبار محدود شود

جلالی تاکید می‌کند: «برخی چیزها برای ما قابل مدیریت است و برخی از اطلاعات قابل مدیریت نیست اما نکته‌ای که در اینجا مهم به نظر می‌رسد، این است که باید دریافت اخبار و اطلاعات را به زمان خاصی در روز محدود کرد. به این معنا که باید برای خود زمان بگذاریم و در زمان محدود برخی از اخبار را رصد کنیم. به این روش ما در دریای اخبار متفاوت غرق نمی‌شویم. منابع اطلاعاتی نیز بسیار اهمیت دارد و یکی از راه‌حل‌هایی که می‌توانیم فشار اخبار بد را کاهش دهیم این است که تنها چند خبر و کانالی را که از اخبار منتشرشده در آن اطمینان داریم، رصد کنیم.»

جلالی با اشاره به این‌که در بسیاری از موارد ده‌ها کانال و مرجع خبری در دسترس افراد قرار می‌گیرد، ادامه می‌دهد: «راه درست این است که این کانال‌ها محدود شده و اخبار تنها از چند کانال دنبال شود، زیرا همه اخباری که در کانال‌های متفاوت به چاپ می‌رسند، اخبار درست نیستند و تعدد اخبار سبب می‌شود فرد گاهی توان تشخیص خبر فیک و صحیح را نداشته باشد و این بار فشار روانی را بیشتر می‌کند.»

مکث

مفری برای کاهش اضطراب

این روانپزشک به این نکته اشاره می‌کند که این ماجرا از بعد دیگر هم قابل بررسی است و نباید از آن غفلت کرد و در توضیح آن تصریح می‌کند: «از سوی دیگر باید توجه داشت که درواقع در جامعه یک آسیب روانی وجود دارد و من به اخبار به‌عنوان یک راه‌حل نگاه می‌کنم. در حقیقت این رصد اخبار یک علامت است و علت نیست. این ماجرا بسیار اهمیت دارد که خیلی وقت‌ها در تولید راه‌حل نادیده گرفته می‌شود.»

به اعتقاد جلالی، اگر ما از سرقت و ورود دزد به خانه ترس داشته باشیم، مدام درصدد چک‌کردن در خانه برمی‌آییم. اگر این چک‌کردن انجام نشود ترس ما از بین نمی‌رود و درحقیقت اگر فرد نتواند بسته‌بودن در را چک کند ترسش از بین نمی‌رود و از این نکته نباید غفلت کرد.

به‌طورمثال در شرایطی که درحال حاضر در آن قرار داریم با این رفتار میزانی از استرس و اضطراب را در جست‌وجوی خبرها کم می‌کند و می‌توان گفت این رفتار با وجود آسیب‌زننده بودنش ممکن است تا حدودی مختصری از اضطراب را به‌صورت گذرا و انطباقی نه سازگاری از بین ببرد اما یک راه‌حل طولانی و مفیدی نخواهد بود و باید در بررسی‌ها به آن توجه کنیم و ساده‌انگارانه تصور نکنیم حذف علامت، علت را از بین می‌برد.

بهبود رکورد تولید قطعات پرسی

شرکت قالب های بزرگ صنعتی سایپا با تدوین برنامه‌ای منسجم و هدفمند با تولید نزدیک به یک میلیون و ۲۰۰ هزار قطعه تا پایان مهرماه سال جاری نسبت به مدت مشابه سال گذشته، در تولید قطعات پرسی رکورد زد. به گزارش سایپانیوز، معاون تولید شرکت قالب های بزرگ صنعتی سایپا گفت: آمار تولید قطعات پرسی سالن پرس شاپ شرکت قالب های بزرگ صنعتی سایپا در هفت ماهه نخست سال جاری با افزایش ۱۹ درصدی تولید قطعه و ۲۱ درصدی ضرب همراه شده است. حمید صبح‌دار افزود: در هفت ماهه امسال، بالاترین میزان تولید و تعداد ضرب قطعات پرسی مربوط به شهریور سال ۱۴۰۱ بوده که تولید قطعه در این ماه با تعداد ۲۲۶ هزار و ۲۸۷ قطعه و تعداد ضرب ۸۹۵ هزار و ۶۸۸ ضرب بوده است. او تصریح کرد: در مدت هفت ماهه نخست سال ۱۴۰۱ تولید قطعات پرسی در سالن های تولید شرکت قالب های بزرگ صنعتی سایپا در مجموع تعداد یک میلیون و ۱۹۹ هزار و ۶۴۸ قطعه و تعداد ضرب نیز با مجموع ضرب ۹ میلیون ۶۴۴ هزار و ۹۶۸ ضرب انجام شده است که در مقایسه با مدت مشابه سال گذشته ۱۴۰۰ به ترتیب افزایش ۱۹ درصدی و ۲۱ درصدی حاصل شده است. معاون تولید شرکت قالب های بزرگ صنعتی سایپا افزود: مجموع MPS هدف گذاری شده تولید قطعات در سال جاری تعداد یک میلیون و ۳۵۳ هزار و ۲۵۹ قطعه است که تعداد یک میلیون ۱۹۶ هزار و ۶۴۸ قطعه تا پایان مهرماه سال جاری تولید شده است و طبق عملکرد معاونت تولید تا پایان مهرماه سال جاری ۸۸،۶ درصد برنامه تولید قطعات پرسی محقق شده است.

آگهی تجدید مناقصه عمومی دو مرحله ای با ارزیابی کیفی (یکپارچه) نوبت اول

شرکت تامین و تصفیه آب و فاضلاب تهران

شرکت تامین و تصفیه آب و فاضلاب تهران درنظر دارد **تجدید مناقصه عمومی دو مرحله ای با ارزیابی کیفی (یکپارچه) خرید و تحویل (شامل حمل، بارگیری، بارانداز)مقدار ۲۵۵۰۰متر کابل افشان مسی(با عایق و روکش لاستیکی) درسایزهای مختلف (۵۰*۳، ۷۰*۳، ۹۵*۳میلیمتر) برای چاه های آب شرب امورهای سه گانه برق و تاسیسات جنوب ،شرق و غرب ازمحل اعتبارات جاری شرکت به شماره فراخوان ۲۰۰۱۰۹۴۸۴۲۰۰۰۰۶۸** را ازطریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزارنماید و کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد مناقصه تا ارائه پیشنهاد مناقصه‌گران از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (**ستادایران**) به آدرس **www.setadiran.ir** انجام خواهد شد ولازم است مناقصه‌گران درصورت عدم عضویت قبلی، مراحل ثبت نام درسایت مذکور ودریافت گواهی امضای الکترونیکی را جهت شرکت درمناقصه محقق سازند.

۱ تولیدکنندگان شرکت‌کننده در مناقصه باید دارای پروانه‌ی تولید از وزارت صنعت، معدن و تجارت و فروشندگان شرکت‌کننده در مناقصه باید دارای نمایندگی از تولیدکنندگان معتبر باشند. و همچنین کابل های موضوع مناقصه باید دارای استاندارد **inso 1926-1,2** باشند.

۲ **محل تامین اعتبار:** از محل اعتبارات جاری(منابع داخلی) شرکت می‌باشد.

۳ **مهلت و محل دریافت اسناد مناقصه ازسامانه ستاد:** متقاضیان شرکت در مناقصه می‌توانند جهت دریافت اسناد مناقصه از روز **دوشنبه** مورخ **۱۴۰۱/۰۸/۲۳** تا ساعت **۱۶:۳۰** روز **دوشنبه** مورخ **۱۴۰۱/۰۸/۳۰** از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به آدرس **www.setadiran.ir** اقدام نمایند.

۴ **مبلغ تضمین شرکت در مناقصه:** به میزان **۵/۴۳۴/۵۰۰/۰۰۰ (پنج میلیارد و چهارصدوسی وچهارمیلیون وپانصدهزار) ریال**، و به یکی از انواع ذیل می‌باشد:

چک بانکی تضمینی، ضمانت‌نامه بانکی و یا واریز نقدی به حساب شماره **۸۴۷۴۰۴۰۴۰۹۴۰۳** و شماره شبا **IR۶۰۰۵۶۰۰۸۴۷۰۴۰۰۴۰۴۰۹۴۰۰۰۳** نزد بانک سامان شعبه تجریش کد **۸۴۷** به نام شرکت تامین و تصفیه آب و فاضلاب تهران و یا ارائه گواهی مطالبات قطعی تایید شده مناقصه‌گر نزد شرکت تامین و تصفیه آب و فاضلاب تهران. به پیشنهادهای فاقد امضاء، مشروط، مخدوش، فاقد سپرده و سپرده‌های مخدوش یا سپرده‌های کمتر از میزان مقرر، چک شخصی و نظایر آن و همچنین پیشنهاداتی که بعد از انقضای مدت مقرر واصل شود مطلقاً ترتیب اثر داده نخواهد شد.

۵ **زمان ومحل ارائه تضمین شرکت در مناقصه درپاکت الف:** متقاضیان شرکت در مناقصه باید تصویر سپرده شرکت درمناقصه به یکی ازروش های فوق الذکر را در سامانه تدارکات الکترونیک دولت در پاکت **(الف)** بارگذاری و ثبت نمایند و همچنین فیزیک پاکت **(الف)** (اصل سپرده شرکت درمناقصه به یکی ازروش‌های مذکور) را تا ساعت **۱۵:۳۰** روز **شنبه** مورخ **۱۴۰۱/۰۹/۱۲** به دبیرخانه مرکزی این شرکت به نشانی: تهران، خیابان دکتر فاطمی خیابان حجاب شرکت تامین و تصفیه آب و فاضلاب تهران، تحویل، ورسید دریافت نمایند.

۶ **مهلت و محل تحویل پیشنهادها در سامانه ستاد:** متقاضیان شرکت در مناقصه بایدکلیه مدارک مربوط به پاکات **(الف ، ب، ج)** و اسناد ارزیابی کیفی را حداکثر تا ساعت **۱۵:۳۰** روز **شنبه** مورخ **۱۴۰۱/۰۹/۱۲** در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به آدرس **www.setadiran.ir** بارگذاری و ثبت نمایند.

۷ **زمان و محل گشایش پاکات(الف و ب) جلسه مرحله اول در سامانه ستاد:** ساعت **۱۰** روز **چهارشنبه** مورخ **۱۴۰۱/۰۹/۱۶** در دفتر قراردادها.

۸ سایر اطلاعات مربوطه در اسناد مناقصه مندرج است.

۹ هزینه درج آگهی مناقصه به عهده شرکت مناقصه‌گزار می‌باشد.

۱۰ **اطلاعات تماس سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت درسامانه :**
مرکز تماس **۱۴۵۶-۰۲۱**

۱۱ **نشانی‌های سایت‌های اینترنتی به شرح ذیل:**
سایت این شرکت: (http://tww.tpww.ir)، سایت ملی مناقصات: (http://iets.mporg.ir)
سایت شرکت مهندسی آب و فاضلاب کشور: (http://www.nww.ir)

شرکت تامین و تصفیه آب و فاضلاب تهران (سهامی خاص)

آگهی تجدید مناقصه عمومی دو مرحله‌ای با ارزیابی کیفی (یکپارچه) نوبت اول

شرکت تامین و تصفیه آب و فاضلاب تهران

شرکت تامین و تصفیه آب و فاضلاب تهران در نظر دارد **تجدید مناقصه عمومی دو مرحله ای با ارزیابی کیفی (یکپارچه) خرید وتحویل(شامل حمل، بارگیری و بارانداز)تعداد ۸۷ دستگاه پمپ شناور و ۷۱ دستگاه الکتروموتوربرای حوزه مدیریت های بهره برداری مناطق سه گانه غرب ، شرق وجنوب از محل اعتبارات جاری شرکت به شماره فراخوان ۲۰۰۱۰۹۴۸۴۲۰۰۰۰۷۰** را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید و کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد مناقصه تا ارائه پیشنهاد مناقصه‌گران از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (**ستاد**) به آدرس **www.setadiran.ir** انجام خواهد شد ولازم است مناقصه گران در صورت عدم عضویت قبلی، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی راجهت شرکت در مناقصه محقق سازند.

۱ تولیدکنندگان شرکت‌کننده در مناقصه باید دارای پروانه‌ی تولید از وزارت صنعت معدن و تجارت و فروشندگان شرکت‌کننده در مناقصه باید دارای نمایندگی از تولیدکنندگان معتبر باشند.

۲ **محل تامین اعتبار:** از محل اعتبارات جاری(منابع داخلی) شرکت می‌باشد.

۳ **مهلت و محل دریافت اسناد مناقصه از سامانه ستاد:** متقاضیان شرکت در مناقصه می‌توانند جهت دریافت اسناد مناقصه از روز **دوشنبه** مورخ **۱۴۰۱/۰۸/۲۳** تا ساعت **۱۶:۱۵** روز **دوشنبه** مورخ **۱۴۰۱/۰۸/۳۰** از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به آدرس **www.setadiran.ir** اقدام نمایند.

۴ **مبلغ تضمین شرکت در مناقصه:** به میزان **۳/۴۳۲/۱۰۰/۰۰۰ (سه میلیارد و چهارصد و سی و دو میلیون و یکصد هزار) ریال** و به یکی از انواع ذیل می‌باشد:

چک بانکی تضمینی، ضمانت‌نامه بانکی و یا واریز نقدی به حساب شماره **۸۴۷۴۰۴۰۴۰۹۴۰۳** و شماره شبا **IR۶۰۰۵۶۰۰۸۴۷۰۴۰۰۴۰۴۰۹۴۰۰۰۳** نزد بانک سامان شعبه تجریش کد **۸۴۷** به نام شرکت تامین و تصفیه آب و فاضلاب تهران و یا ارائه گواهی مطالبات قطعی تایید شده مناقصه‌گر نزد شرکت تامین و تصفیه آب و فاضلاب تهران. به پیشنهادهای فاقد امضاء، مشروط، مخدوش، فاقد سپرده و سپرده‌های مخدوش یا سپرده‌های کمتر از میزان مقرر، چک شخصی و نظایر آن و همچنین پیشنهاداتی که بعد از انقضای مدت مقرر واصل شود مطلقاً ترتیب اثر داده نخواهد شد.

۵ **زمان و محل ارائه تضمین شرکت در مناقصه در پاکت الف:** متقاضیان شرکت در مناقصه باید تصویر سپرده شرکت درمناقصه به یکی ازروش های فوق الذکر را در سامانه تدارکات الکترونیک دولت در پاکت **(الف)** بارگذاری و ثبت نمایند و همچنین فیزیک پاکت **(الف)** (اصل سپرده شرکت درمناقصه به یکی ازروش‌های مذکور) را تا ساعت **۱۵** روز **شنبه** مورخ **۱۴۰۱/۰۹/۱۲** به دبیرخانه مرکزی این شرکت به نشانی: تهران، خیابان دکتر فاطمی خیابان حجاب ، شرکت تامین و تصفیه آب و فاضلاب تهران، تحویل، و رسید دریافت نمایند.

۶ **مهلت و محل تحویل پیشنهادها در سامانه ستاد:** متقاضیان شرکت در مناقصه بایدکلیه مدارک مربوط به پاکات **(الف ، ب، ج)** و اسناد ارزیابی کیفی را حداکثر تا ساعت **۱۵:۰۰** روز **شنبه** مورخ **۱۴۰۱/۰۹/۱۲** در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به آدرس **www.setadiran.ir** بارگذاری و ثبت نمایند.

۷ **زمان و محل گشایش پاکات (الف وب) جلسه مرحله اول در سامانه ستاد :** ساعت **۱۱** روز **چهارشنبه** مورخ **۱۴۰۱/۰۹/۱۶**در دفتر قراردادها.

۸ سایر اطلاعات مربوطه در اسناد مناقصه مندرج است.

۹ هزینه درج آگهی مناقصه به عهده مناقصه‌گزار می‌باشد.

۱۰ **اطلاعات تماس سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت درسامانه :**
مرکز تماس **۱۴۵۶-۰۲۱**

۱۱ **نشانی‌های سایت‌های اینترنتی به شرح ذیل:**
سایت این شرکت: (http://tww.tpww.ir)، سایت ملی مناقصات: (http://iets.mporg.ir)
سایت شرکت مهندسی آب و فاضلاب کشور: (http://www.nww.ir)

شرکت تامین و تصفیه آب و فاضلاب تهران (سهامی خاص)

طراح: بیژن گورانی

جدول ۶۳۳۹

جدول عادی

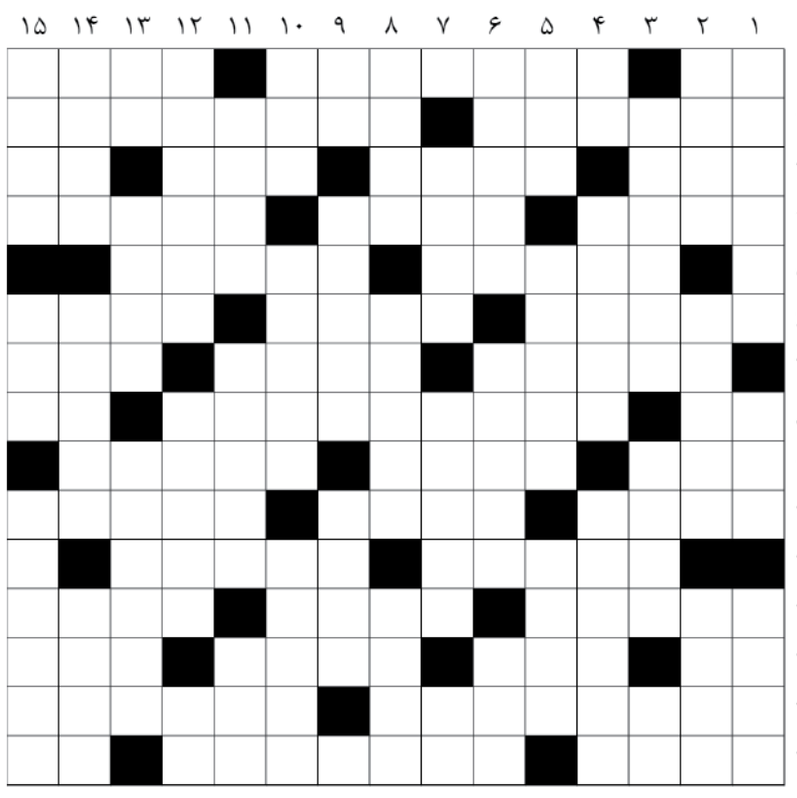
افقی: ۱- از مصالح ساختمانی- کاخ داریوش هخامنشی- ویران‌کننده ۲- میوه گرمسیری- باغ دیدنی یزد ۳- نشاط- خودخواهی- مأنوس- ضمیر انگلیسی ۴- نتیجه‌گرفته‌شده- ضربه‌ای در بدمینتون- دفن‌شده ۵- بندری در پاکستان- آکادمی علوم و هنرهای سینمایی ۶- کارخانه پارچه‌بافی- میوه بوشهری- کتاب ثبت رکوردهای جهانی ۷- صدای افتادن اشیای فلزی- برجسته- پریشان ۸- از حروف الفبا- مرکز هماهنگ‌کننده نیروها و یگان‌های مختلف جنگی- نت سوم ۹- سال آذری- اصلاح عکس پس از ظهور- شعر کوتاه ژاپنی ۱۰- پدر- پوپک- زبان ایرانیان ۱۱- خودداری کردن- نوعی خواهر و برادر ۱۲- درز لباس- نوشیدنی شیرین- زندانیان جنگی ۱۳- مادر عرب- زرنگ و زیرک- توپ و تشر- صندلی تشریفاتی ۱۴- غذای تبریزی که معمولا طعمی ملس دارد- پیر ۱۵- پرخاش- مازندران قدیم- بهتر.

عمودی: ۱- سازی بادی- پاک- زین و برگ اسب ۲- آن‌گونه- خصلت‌های نیکو- خدای مصریان قدیم ۳- انبار کردن کالاهای اساسی- جامه- رفوزه ۴- اشاره به دور- از پیامبران بنی‌اسراییل- دوره‌ای در آغاز خدمت سربازی ۵- مساوی در شطرنج- از تیم‌های فوتبال باشگاهی ایتالیا- میله تمیز کردن لوله تفنگ ۶- لیف ظرفشویی- کهن‌ترین قسمت اوستا- از پیامبران قوم بنی‌اسراییل ۷- لشکر مخلص خداست- تنوره- تیرپیکان دار ۸- نمدزین- نوعی بیماری عفونی حیوانات- تکاور ۹- جدید- بر سر عروس و داماد می‌ریزند- دم گوسفند ۱۰- کلمه استثناء- آتش گرفته- برچسب ۱۱- سلول جنسی ماده- نیت انجام کاری- قیمت ۱۲- نوعی سوسیس بلند- طبیعت- دوتا نون ۱۳- دشمن آتش- منجمد کردن- عید میلاد مسیح ۱۴- سکوی شیرجه- شرف- از آلات موسیقی ۱۵- تدوین شده- محرمانه- ...فوق ایدیهم.

جدول ویژه

افقی: ۱- حرف همراهی عرب- پنیری ایتالیایی- مقابل آوردن ۲- ورزشی رزمی- فیلمی ساخته مارتین اسکورسیزی با بازی رابرت دنیرو ۳- از زنان اساطیری یونان- خداوندی- طلای قالبی- وسط ۴- از پسران فریدون پیشدادی- بنیانگذار روانشناسی عمومی- درگذشتگان ۵- زیبا- چهره ۶- مجرای خروج دود اتومبیل- موش خرما- حماسی ۷- رادار- مسیر یک جرم آسمانی- آذر ۸- اصفهان قدیم- اثری از مری آلن چیس، نویسنده آمریکایی- اسب تبریزی ۹- رنگ- کاشف کهکشان راه شیری- بورسیه تحصیلی ۱۰- شیره درخت- تأکید شده- تردید ۱۱- طب سنتی چینی- کتاب مصور مانی ۱۲- دلباخته یوسف(ع)- سخن درگوشی- فریاد شادی ۱۳- برنج گیلانی- دوستی- آلیاژی از مس و نیکل و روی- سال آذری ۱۴- نزدیک‌ترین کهکشان مارپیچی به کهکشان راه شیری- گلی زیبا ۱۵- پرتابه ورزشی- موسس آل زیار- آخرین یک رقمی.

عمودی: ۱- باشگاه فوتبال اسپانیایی- بی‌مهری به معشوق- مقاوم‌ترین ماهیچه بدن ۲- عیدانه- در حال گریستن- سبز تیره ۳- معادل فارسی حق‌العمل- بدخلق و عصبی- سد خوزستان ۴- عصب- پایدار- شکنندگی مو ۵- به جا آوردن- دوره هزار ساله- کرم خونخوار ۶- نوعی اسلحه کمری- ته دیگ- امت ها ۷- ماهی تن- حسود- مروارید ۸- طلایی- کتاب ابن بابویه- لقب امام محمدتقی(ع) ۹- حرف آزاردهنده- شهری در مشرق آلمان- قاضی ورزشی ۱۰- شکل و تصویر- همشیره- نوعی ماهی مرغوب جنوب ۱۱- ورم- دلاوری- سرپرست ۱۲- فراوان- خمیری چسبنده برای آماده‌سازی سطح- کدوتنبل ۱۳- چهره- گاو شخم‌زن- هجو ۱۴- به حالت خمیده- همسرگزیده- ابریشم مصنوعی ۱۵- گیاه- پرستش- هنگام ورود به جایی گفته می‌شود.



حل جدول عادی ۶۳۳۸

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	ب	ک	■	م	ت	ر	ج	م	■	د	و	ا	ت	ش	ه
۲	و	ف	ا	ق	■	ش	ا	ق	و	ل	■	د	و	ت	ا
۳	ز	ن	ه	ا	ر	■	ش	ر	ا	ف	ت	■	ا	م	ت
۴	ر	■	و	ی	ش	ن	و	■	ز	ر	د	ا	ب	■	د
۵	ج	ت	ا	س	ک	ی	■	ب	ر	ی	ا	ن	■	ا	ا
۶	م	ا	■	ه	ی	ا	ه	و	■	ب	و	ی	ی	ن	ک
۷	ه	ر	م	ن	ب	ا	ت	ی	م	و	س	ی	■		
۸	ر	ی	ا	ل	■	ت	ر	ی	ا	ق	■	ن	ی	م	ا
۹	■	خ	ل	ع	ت	■	د	م	ا	ز	■	ر	ی	ش	
۱۰	ب	چ	ه	ن	ن	ه	■	ا	ر	ا	د	ه	■	ش	ت
۱۱	س	ه	■	ت	ی	م	و	ر	■	ن	و	ر	ا	ن	ی
۱۲	ت	■	ق	ی	د	ا	ر	■	ب	ی	د	ا	د	■	ک
۱۳	ک	ا	ف	■	ه	و	ی	ز	ه	■	ن	س	ر	ی	ن
۱۴	ا	ب	س	ه	■	ر	د	ی	ا	ب	■	ا	س	م	ا
۱۵	ن	ی	ه	ا	ر	ی	■	د	ر	م	ا	ن	■	ن	ن

حل جدول ویژه ۶۳۳۸

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	ب	ر	■	ز	ر	ن	ی	خ	■	ب	ن	ا	گ	و	ش
۲	ا	ش	ت	ی	■	س	ا	ت	ن	ا	■	د	ر	ی	ا
۳	د	ک	ا	ر	ت	■	د	م	ا	د	م	■	ف	ل	ه
۴	ی	■	ک	ف	ا	ر	ه	■	ش	ر	ا	ف	ت	■	س
۵	گ	ل	ا	و	ی	ز	■	ا	ی	ن	ت	ر	■	ش	و
۶	ا	ا	■	ن	ی	م	ر	خ	■	ک	ر	ا	ت	ی	ن
۷	ر	ک	س	■	س	ی	ن	ر	ه	■	ک	ه	ی	ر	■
۸	د	ا	و	ر	■	ه	د	ب	ن	د	■	م	ر	و	ت
۹	■	ل	د	ن	ی	■	ه	ا	ر	و	ن	■	ه	ا	ی
۱۰	ا	ک	ا	س	ی	ا	■	ز	ی	ر	ی	ن	■	ن	و
۱۱	ن	ل	■	ا	ل	م	ع	ی	■	ا	ر	ا	ش	ی	د
۱۲	ع	■	ا	ز	ا	ن	س	■	م	ن	ی	ز	ی	■	و
۱۳	ق	ا	ف	■	ق	ی	ر	ا	ط	■	ز	ن	ب	ی	ل
۱۴	ا	م	ض	ا	■	و	ت	ی	ر	ه	■	ی	ا	ر	ی
۱۵	د	ی	ل	م	ا	ن	■	ا	ح	س	ا	■	ن	ا	ت