

آگهی مناقصه عمومی

نام سازمان مناقصه گذار: سازمان صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران

نوع مناقصه: عمومی دو مرحله ای

موضوع مناقصه: ۱ دستگاه تلکدک + DAB و کدر داده با کیفیت عالی

میزان سپرده شرکت در مناقصه: ۳۰۰۰۰۰۰۰ ریال بصورت ضمانتنامه بانکی

محل دریافت اسناد: تهران- خیابان ولی عصر، خیابان جام جم سازمان صدا و سیما ساختمان شماره ۲ معاونت توسعه و فناوری رسانه امور خرید کتای فنی

مهلت دریافت اسناد شرکت در مناقصه: از تاریخ درج آگهی تا ساعت ۱۵ مورخ ۸۸/۱۲/۲۶

مهلت تحویل پیشنهادها: ۸۹/۱/۲۵

زمان و مکان بازگشایی پیشنهادات: زمان بازگشایی پاکت الف و ب در تاریخ ۸۹/۱/۳۰ در حوزه معاونت توسعه و فناوری رسانه می باشد قابل ذکر است اسناد و مدارک واسله را در چارچوب ضوابط و مقررات داخلی خود بررسی و از برنده مناقصه که می بایست دارای صلاحیت تخصصی در امور مربوطه باشد، دعوت بعمل خواهد آمد. بدیهی است هزینه درج دو نوبت آگهی بعهده برنده خواهد بود.

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن های ۰۲۱-۲۲۱۵۵۳۱۳ - ۱۴ تماس حاصل فرمائید و یا به آدرس اینترنتی <http://www.irib.ir/tech/monaghese> مراجعه نمایید.

سازمان صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران

آگهی مناقصه عمومی

نام سازمان مناقصه گذار: سازمان صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران

نوع مناقصه: عمومی دو مرحله ای

موضوع مناقصه: خرید ۱ عدد دوربین پایه تلسکوپیک پرتابل با کیفیت عالی

میزان سپرده شرکت در مناقصه: ۳۰۰۰۰۰۰۰ ریال بصورت ضمانتنامه بانکی

محل دریافت اسناد: تهران- خیابان ولی عصر، خیابان جام جم سازمان صدا و سیما ساختمان شماره ۲ معاونت توسعه و فناوری رسانه امور خرید کتای فنی

مهلت دریافت اسناد شرکت در مناقصه: از تاریخ درج آگهی تا ساعت ۱۵ مورخ ۸۸/۱۲/۲۶

مهلت تحویل پیشنهادها: ۸۹/۱/۲۵

زمان و مکان بازگشایی پیشنهادات: زمان بازگشایی پاکت الف و ب در تاریخ ۸۹/۱/۳۰ در حوزه معاونت توسعه و فناوری رسانه می باشد قابل ذکر است اسناد و مدارک واسله را در چارچوب ضوابط و مقررات داخلی خود بررسی و از برنده مناقصه که می بایست دارای صلاحیت تخصصی در امور مربوطه باشد، دعوت بعمل خواهد آمد. بدیهی است هزینه درج دو نوبت آگهی بعهده برنده خواهد بود.

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن های ۰۲۱-۲۲۱۵۵۳۱۳ - ۱۴ تماس حاصل فرمائید و یا به آدرس اینترنتی <http://www.irib.ir/tech/monaghese> مراجعه نمایید.

سازمان صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران

آگهی مناقصه عمومی

نام سازمان مناقصه گذار: سازمان صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران

نوع مناقصه: عمومی دو مرحله ای

موضوع مناقصه: خرید ۱۰ عدد DV Traveller و ۱۰ عدد CS If۰۰ با کیفیت عالی

میزان سپرده شرکت در مناقصه: ۳۰۰۰۰۰۰۰ ریال بصورت ضمانتنامه بانکی

محل دریافت اسناد: تهران- خیابان ولی عصر، خیابان جام جم سازمان صدا و سیما ساختمان شماره ۲ معاونت توسعه و فناوری رسانه امور خرید کتای فنی

مهلت دریافت اسناد شرکت در مناقصه: از تاریخ درج آگهی تا ساعت ۱۵ مورخ ۸۸/۱۲/۲۶

مهلت تحویل پیشنهادها: ۸۹/۱/۲۵

زمان و مکان بازگشایی پیشنهادات: زمان بازگشایی پاکت الف و ب در تاریخ ۸۹/۱/۳۰ در حوزه معاونت توسعه و فناوری رسانه می باشد قابل ذکر است اسناد و مدارک واسله را در چارچوب ضوابط و مقررات داخلی خود بررسی و از برنده مناقصه که می بایست دارای صلاحیت تخصصی در امور مربوطه باشد، دعوت بعمل خواهد آمد. بدیهی است هزینه درج دو نوبت آگهی بعهده برنده خواهد بود.

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن های ۰۲۱-۲۲۱۵۵۳۱۳ - ۱۴ تماس حاصل فرمائید و یا به آدرس اینترنتی <http://www.irib.ir/tech/monaghese> مراجعه نمایید.

سازمان صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران

آگهی مناقصه عمومی

نام سازمان مناقصه گذار: سازمان صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران

نوع مناقصه: عمومی دو مرحله ای

موضوع مناقصه: خرید ۲۰ دستگاه گیرنده ماشینی DAB با کیفیت عالی

میزان سپرده شرکت در مناقصه: ۳۰۰۰۰۰۰۰ ریال بصورت ضمانتنامه بانکی

محل دریافت اسناد: تهران- خیابان ولی عصر، خیابان جام جم سازمان صدا و سیما ساختمان شماره ۲ معاونت توسعه و فناوری رسانه امور خرید کتای فنی

مهلت دریافت اسناد شرکت در مناقصه: از تاریخ درج آگهی تا ساعت ۱۵ مورخ ۸۸/۱۲/۲۶

مهلت تحویل پیشنهادها: ۸۹/۱/۲۵

زمان و مکان بازگشایی پیشنهادات: زمان بازگشایی پاکت الف و ب در تاریخ ۸۹/۱/۳۰ در حوزه معاونت توسعه و فناوری رسانه می باشد قابل ذکر است اسناد و مدارک واسله را در چارچوب ضوابط و مقررات داخلی خود بررسی و از برنده مناقصه که می بایست دارای صلاحیت تخصصی در امور مربوطه باشد، دعوت بعمل خواهد آمد. بدیهی است هزینه درج دو نوبت آگهی بعهده برنده خواهد بود.

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن های ۰۲۱-۲۲۱۵۵۳۱۳ - ۱۴ تماس حاصل فرمائید و یا به آدرس اینترنتی <http://www.irib.ir/tech/monaghese> مراجعه نمایید.

سازمان صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران

آگهی مناقصه عمومی

نام سازمان مناقصه گذار: سازمان صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران

نوع مناقصه: عمومی دو مرحله ای

موضوع مناقصه: ۵ دستگاه Special Dolly مدل صفحه دار با کیفیت عالی

میزان سپرده شرکت در مناقصه: ۳۰۰۰۰۰۰۰ ریال بصورت ضمانتنامه بانکی

محل دریافت اسناد: تهران- خیابان ولی عصر، خیابان جام جم سازمان صدا و سیما ساختمان شماره ۲ معاونت توسعه و فناوری رسانه امور خرید کتای فنی

مهلت دریافت اسناد شرکت در مناقصه: از تاریخ درج آگهی تا ساعت ۱۵ مورخ ۸۸/۱۲/۲۶

مهلت تحویل پیشنهادها: ۸۹/۱/۲۵

زمان و مکان بازگشایی پیشنهادات: زمان بازگشایی پاکت الف و ب در تاریخ ۸۹/۱/۳۰ در حوزه معاونت توسعه و فناوری رسانه می باشد قابل ذکر است اسناد و مدارک واسله را در چارچوب ضوابط و مقررات داخلی خود بررسی و از برنده مناقصه که می بایست دارای صلاحیت تخصصی در امور مربوطه باشد، دعوت بعمل خواهد آمد. بدیهی است هزینه درج دو نوبت آگهی بعهده برنده خواهد بود.

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن های ۰۲۱-۲۲۱۵۵۳۱۳ - ۱۴ تماس حاصل فرمائید و یا به آدرس اینترنتی <http://www.irib.ir/tech/monaghese> مراجعه نمایید.

سازمان صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران

آگهی مناقصه عمومی

نام سازمان مناقصه گذار: سازمان صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران

نوع مناقصه: عمومی دو مرحله ای

موضوع مناقصه: خرید ۱ عدد دوربین پایه تلسکوپیک سقفی با کیفیت عالی

میزان سپرده شرکت در مناقصه: ۳۰۰۰۰۰۰۰ ریال بصورت ضمانتنامه بانکی

محل دریافت اسناد: تهران- خیابان ولی عصر، خیابان جام جم سازمان صدا و سیما ساختمان شماره ۲ معاونت توسعه و فناوری رسانه امور خرید کتای فنی

مهلت دریافت اسناد شرکت در مناقصه: از تاریخ درج آگهی تا ساعت ۱۵ مورخ ۸۸/۱۲/۲۶

مهلت تحویل پیشنهادها: ۸۹/۱/۲۵

زمان و مکان بازگشایی پیشنهادات: زمان بازگشایی پاکت الف و ب در تاریخ ۸۹/۱/۳۰ در حوزه معاونت توسعه و فناوری رسانه می باشد قابل ذکر است اسناد و مدارک واسله را در چارچوب ضوابط و مقررات داخلی خود بررسی و از برنده مناقصه که می بایست دارای صلاحیت تخصصی در امور مربوطه باشد، دعوت بعمل خواهد آمد. بدیهی است هزینه درج دو نوبت آگهی بعهده برنده خواهد بود.

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن های ۰۲۱-۲۲۱۵۵۳۱۳ - ۱۴ تماس حاصل فرمائید و یا به آدرس اینترنتی <http://www.irib.ir/tech/monaghese> مراجعه نمایید.

سازمان صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران

آگهی مناقصه عمومی

نام سازمان مناقصه گذار: سازمان صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران

نوع مناقصه: عمومی دو مرحله ای

موضوع مناقصه: خرید ۱ دستگاه سیستم های کنترل از راه دور هد دوربین مدل Pee pod ۷۰۰۰ و خرید ۱ دستگاه سیستم های کنترل از راه دور هد دوربین مدل Pee pod ۵۰۰۰ با کیفیت عالی

میزان سپرده شرکت در مناقصه: ۳۰۰۰۰۰۰۰ ریال بصورت ضمانتنامه بانکی

محل دریافت اسناد: تهران- خیابان ولی عصر، خیابان جام جم سازمان صدا و سیما ساختمان شماره ۲ معاونت توسعه و فناوری رسانه امور خرید کتای فنی

مهلت دریافت اسناد شرکت در مناقصه: از تاریخ درج آگهی تا ساعت ۱۵ مورخ ۸۸/۱۲/۲۶

مهلت تحویل پیشنهادها: ۸۹/۱/۲۵

زمان و مکان بازگشایی پیشنهادات: زمان بازگشایی پاکت الف و ب در تاریخ ۸۹/۱/۳۰ در حوزه معاونت توسعه و فناوری رسانه می باشد قابل ذکر است اسناد و مدارک واسله را در چارچوب ضوابط و مقررات داخلی خود بررسی و از برنده مناقصه که می بایست دارای صلاحیت تخصصی در امور مربوطه باشد، دعوت بعمل خواهد آمد. بدیهی است هزینه درج دو نوبت آگهی بعهده برنده خواهد بود.

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن های ۰۲۱-۲۲۱۵۵۳۱۳ - ۱۴ تماس حاصل فرمائید و یا به آدرس اینترنتی <http://www.irib.ir/tech/monaghese> مراجعه نمایید.

سازمان صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران

آگهی مناقصه عمومی

نام سازمان مناقصه گذار: سازمان صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران

نوع مناقصه: عمومی دو مرحله ای

موضوع مناقصه: ۱۰ عدد نگهدارنده دوربین Fig Rig با کیفیت عالی

میزان سپرده شرکت در مناقصه: ۳۰۰۰۰۰۰۰ ریال بصورت ضمانتنامه بانکی

محل دریافت اسناد: تهران- خیابان ولی عصر، خیابان جام جم سازمان صدا و سیما ساختمان شماره ۲ معاونت توسعه و فناوری رسانه امور خرید کتای فنی

مهلت دریافت اسناد شرکت در مناقصه: از تاریخ درج آگهی تا ساعت ۱۵ مورخ ۸۸/۱۲/۲۶

مهلت تحویل پیشنهادها: ۸۹/۱/۲۵

زمان و مکان بازگشایی پیشنهادات: زمان بازگشایی پاکت الف و ب در تاریخ ۸۹/۱/۳۰ در حوزه معاونت توسعه و فناوری رسانه می باشد قابل ذکر است اسناد و مدارک واسله را در چارچوب ضوابط و مقررات داخلی خود بررسی و از برنده مناقصه که می بایست دارای صلاحیت تخصصی در امور مربوطه باشد، دعوت بعمل خواهد آمد. بدیهی است هزینه درج دو نوبت آگهی بعهده برنده خواهد بود.

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن های ۰۲۱-۲۲۱۵۵۳۱۳ - ۱۴ تماس حاصل فرمائید و یا به آدرس اینترنتی <http://www.irib.ir/tech/monaghese> مراجعه نمایید.

سازمان صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران

مسابقه بزرگ راه سلامت (کاهش وزن)

اهدای جوایز بدون قرعه کشی

همراه با جوایز ارزنده نقدی و غیر نقدی به ارزش بیش از یک میلیارد ریال

اسامی مراکز منتخب درمانی (مطب) مسابقه راه سلامت در تهران و شهرستان ها

ردیف	نام مرکز	محدوده مکانی	تلفن
۱	کلینیک تبارین	شهرک غرب	۲۲۷۷۷۵۰۰۸
۲	درمانگاه معمار	ستارخان	۲۱۵۵۰۰۴۱
۳	درمانگاه شهناز	گیشا	۸۸۲۸۲۸۰۰۰
۴	ساختار پزشکی سینا	قهرانریز	۸۸۲۲۲۸۷۵
۵	درمانگاه نوبخت	آیت الله کاشانی	۲۲۰۴۵۰۷۰۰
۶	حمید محسنی	قاسم مقام	۸۸۷۲۳۵۰
۷	دکتر بابا بیگلر	سوم خندان	۸۸۵۱۱۲۰۰
۸	آثار ابراهیمی فکار	کریم خان	۸۸۰۴۵۰۵۰۷
۹	آرزو عباسی	ونک	۸۸۷۷۰۰۰۰
۱۰	فوسا شایری	شهران	۲۲۲۰۳۰۱
۱۱	دکتر سرجه نی	تهرانپارس	۷۷۷۱۵۵۰
۱۲	دکتر بهشتی	میدان شهدا	۲۲۲۰۳۰۱
۱۳	دکتر بهشتی	کتابخانه شهلی	۲۲۲۰۳۰۱
۱۴	کلینیک نسیم فیزیو	فیروزیه	۲۲۲۰۳۰۱
۱۵	دکتر ذوقفقری فرد	تورجش	۲۲۲۰۳۰۱
۱۶	دکتر اسماعیلیه	پونک	۲۲۲۰۳۰۱
۱۷	دکتر احمدی پور	نواب	۵۵۲۰۰۵۲
۱۸	دکتر فتح	ولی عصر - طالقانی	۲۲۲۰۳۰۱
۱۹	دکتر موسوی	تارک	۷۷۷۱۵۵۰
۲۰	دکتر کریمی	میدان انقلاب	۲۲۲۰۳۰۱
۲۱	دکتر رستمی	تهرانپارس	۷۷۰۵۲۰۰۰
۲۲	دکتر رحمان زاده	تاری آید	۵۵۲۰۰۵۲
۲۳	دکتر مدنی	موشیه	۵۵۲۰۰۵۲
۲۴	دکتر فرات نسیمی	لایتنان فاز ۲	۲۲۲۰۳۰۱
۲۵	دکتر هاشم سرکرتزین	ستارخان - حبیب اهی	۲۲۲۰۳۰۱
۲۶	دکتر رضا آفرین نیا	میدان لومبید	۲۲۲۰۳۰۱
۲۷	دکتر سعید لاکری	بافت آید - میدان معاد	۲۲۲۰۳۰۱
۲۸	دکتر زینب زاده	شهرری	۵۵۲۰۰۵۲
۲۹	دکتر مرگزار فریدی	شهرری - خیابان پانچوی	۵۵۲۰۰۵۲
۳۰	دکتر سعید خورشیدی	بومهن - بومهن	۷۷۷۱۵۵۰
۳۱	دکتر فریدون محمدی	شهرقدس	۲۲۲۰۳۰۱
۳۲	کتیون باقری	باوقر فردوس	۲۲۲۰۳۰۱
۳۳	دکتر زهرا محمدی	دماوند - گریزانده	۲۲۲۰۳۰۱
۳۴	درمانگاه مهر ماز	مهر ویلا کرج	۲۲۲۰۳۰۱
۳۵	دکتر مرعزی	تفرجه کرج	۲۲۲۰۳۰۱
۳۶	دکتر شهباز پورانیان	کرج - اسلام آباد	۲۲۲۰۳۰۱
۳۷	دکتر نوشین محمدی	پهناور - طالقانی	۲۲۲۰۳۰۱
۳۸	دکتر استانبان	کرج - شهرشهر	۲۲۲۰۳۰۱
۳۹	دکتر تاجری	صنارک	۲۲۲۰۳۰۱
۴۰	دکتر آریفر	چهارراه مسیح	۲۲۲۰۳۰۱
۴۱	دکتر حیدر سیف	کرج - آذرگن	۲۲۲۰۳۰۱
۴۲	دکتر حیدر سیف	کرج - شهرک بنفشه	۲۲۲۰۳۰۱
۴۳	دکتر یونس بابایی	کرج - محمد شهر	۲۲۲۰۳۰۱
۴۴	درمانگاه دکتر خانی	فردیس کرج	۲۲۲۰۳۰۱
۴۵	فخری موبد	کرج - چهارراه طالقانی	۲۲۲۰۳۰۱

شروط شرکت در مسابقه

- ثبت نام برای حضور در مسابقه راه سلامت رایگان می باشد و هزینه های مربوط به معاینه پزشکان و کارشناسان تغذیه بر اساس تعرفه قانونی دریافت می گردد.
- مسابقه بین گروه سنی ۲۰ تا ۶۰ سال برگزار می شود.
- امتیازات مسابقه بر اساس موارد ذیل محاسبه می گردد.

الف) پاسخ به سوالات تغذیه و اصول آن که به طور مرتب در روزنامه جام جم منتشر می شود (۲۰۰ امتیاز)

ب) کاهش وزن به سوالات در آخر هر هفته در روزنامه جام جم درج می شود و همچنین این فرم در مراکز درمانی نیز موجود می باشد. کاهش وزن بیش از میزان ذکر شده امتیاز اضافی نخواهد داشت. همچنین بازگشت وزن امتیاز منفی خواهد داشت.

ج) مراجعه منظم به مرکز درمانی تا رسیدن به وزن ایده آل و حفظ این وزن امتیاز دارد (۱۰۰ امتیاز)

د) مشارکت فعال: هر فرد می تواند حداکثر تا ۱۵ درصد امتیاز کسب شده در صورت مشارکت فعال در این مسابقه را به امتیازات خود اضافه کند.

در این مسابقه حداقل به ۶۹ نفر از شرکت کنندگان بدون قرعه کشی جوایز نقدی و نقدی از ۵ میلیون ریال تا ۳۰۰ میلیون ریال بر اساس امتیاز اهدا خواهد شد. نکته: هر فرد با هر میزان اضافه وزن می تواند در مسابقه راه سلامت شرکت نماید و در صورت رسیدن به وزن ایده آل و حفظ آن کل امتیاز مربوط به کاهش وزن - به فرد تعلق می گیرد و متقاضی می تواند با اخذ امتیازات سایر بخشها برای دریافت جایزه اصلی تلاش نماید.

دانستهای تغذیه

ویتامین ها

برای اینکه اعمال حیاتی بطور صحیح و رضایت بخشی انجام گیرد، بدن انسان و بسیاری از حیوانات علاوه بر عناصر اصلی غذایی یعنی کربوهیدراتها، پروتئین ها و چربیها به مواد دیگری نیز نیازمند است که از نظر مقدار بسیار کم، ولی از لحاظ تاثیر در فعالیت های حیاتی وجود آن ها ضروری می باشد. این مواد را ویتامین های A و B و C و D و E و K و P و H و I و J و M و N و O و Q و R و S و T و U و V و W و X و Y و Z می نامند.

ویتامین ها در دو دسته تقسیم می شوند: ویتامین های محلول در چربی (A, D, E, K) و ویتامین های محلول در آب (B, C, H, I, J, M, N, O, P, Q, R, S, T, U, V, W, X, Y, Z). ویتامین های محلول در چربی در بافت های چربی ذخیره می شوند و می توانند به مدت طولانی در بدن بمانند. ویتامین های محلول در آب در ادران و بزاق دفع می شوند و باید به طور منظم در بدن جایگزین شوند.

سوال شماره (۴۳): ویتامین چیست؟

الف) ماده مغذی برای تامین انرژی مورد نیاز
ب) ماده مغذی برای تنظیم فعالیت های حیاتی بدن
ج) ماده مغذی برای ترمیم بافت های بدن
د) همه موارد فوق

با توجه به محدودیت پذیرش قبل از مراجعه با شماره تلفن مراکز تماس حاصل فرمائید.

برای کسب اطلاعات بیشتر به سایت www.jamejamonline.ir مراجعه فرمائید.