

# امید

هفته نامه

یکشنبه ۵ آذر ۱۴۰۲ - شماره ۳۹۱ - سال نهم - ۴ صفحه - ۱۰۰۰۰ تومان

## گفت و گو با دکتر نفیسه صوری، متخصص داخلی درباره شیوع ۷۰ درصدی چاقی:

# هشدار به عواقب اضافه وزن و چاقی

سلامت: این متخصص در رابطه با خطرناک ترین نوع چاقی گفت: چاقی شکمی، از خطرناک ترین نوع چاقی است، اندازه دور کمر بیش از ۱۰۲ سانتی متر در آقایان و بیش از ۸۸ سانتی متر در خانم ها چاقی شکمی تعریف می شود. این افراد در معرض بیماری های قلبی، عروقی، سرطان ها و دیابت قرار دارند...

شهر ۳

### تیتراها

سر مقاله:

## جوهره انقلاب اصلاحات است

شهر ۲

به همت شرکت گهر زمین وناحیه مقاومت بسیج سیرجان؛  
اجتماع بزرگ بسیجیان سیرجان

آذر ۴

معرفت:

## هشدار قرآن به کم فروشان

آذر ۴

ابتلا به آنفلوآنزا  
در آذرماه به اوج می رسد

شهر ۲



## آسیب شناسی انتخابات در سیرجان؛ از تحریمی ها تا رای های طایفه ای!

شهر ۲

### بیلی چک

تعیین زردی نوزاد بدون خون گیری

### فتوتراپی

درمان زردی با دستگاه لامپ ۶ لامپ در منزل

### ختنه

حلقه و جراحی

آدرس: خ ابن سینا (ساختمان سینا)

مطب دکتر فتحی زاده ۴۲۲۲۲۲۷

### کیفیت عالی

### قیمت مناسب

## رستوران پاران

چلوکباب کوبیده ۱۰۰/۰۰۰ تومان  
چلو جوجه کباب ۱۰۰/۰۰۰ تومان  
زرشک پلو با مرغ و سالاد ۹۵/۰۰۰ تومان  
خورشت قورمه سبزی ۹۰/۰۰۰ تومان  
خورشت قیمه ۹۰/۰۰۰ تومان  
عدس پلو کشمش ۸۵/۰۰۰ تومان  
استانبولی با ماست ۷۵/۰۰۰ تومن

### با برف ایرانی

سفارشات انواع مجالس  
و مراسم پذیرفته می شود.  
آماده عقد قرار داد  
با شرکت های خصوصی و معدنی هستیم  
آدرس: کمربندی ۱۰۰ متر بعد از  
پل دفاع مقدس - ابتدای جاده شیراز  
۰۹۱۳۸۲۶۸۷۱۸  
۰۹۱۳۳۴۷۵۱۲۰



حجت الاسلام مسلمی زاده، در نماز جمعه:

### گفتمان بسیج

به عنوان یک زیر ساخت تمدن ساز

آذر ۴



فرماندار ویژه در جلسه شورای اداری:

وظیفه مسئولان مقابله  
با زمین خواری است

شهر ۲



مسعود منتظری، از تجربه عوارض اینترنت:

ابتلا به وزوز گوش  
و فشار عصبی

شهر ۳

## لوازم خانگی کهوری و موبایل حجت

با اقساط بلندمدت یکساله  
بدون پیش پرداخت

- بزرگترین مرکز خرید مجهز به کامل عروس با تخفیف ویژه
- عرضه کننده انواع سیستم صوتی و تصویری
- فروش ویژه تمامی برند گوشی موبایل و تبلت با کمترین قیمت



نشانی: سیرجان / خیابان طالقانی / نیش کوچه بازده  
شماره های تماس: ۰۹۱۳۳۴۷۶۰۰۱ - ۰۹۱۳۳۴۷۱۳۳۷



## آگهی فراخوان تجدید شده (نوبت دوم) شناسایی تأمین کنندگان به شماره: ۰۶/۱۴۰۲/ف

شرکت معدنی و صنعتی گل گهر (سهامی عام) در نظر دارد به منظور "تأمین سنگ آهن مگنتیتی به میزان ماهیانه حداقل سی هزار تن" اقدام به شناسایی تأمین کنندگان (اشخاص حقیقی و حقوقی) واجد شرایط نماید. لذا متقاضیان می توانند جهت اخذ اسناد فراخوان (کسب اطلاع از مدارک مورد نیاز و سایر شرایط) به وبسایت این شرکت به نشانی WWW.GEG.IR بخش مناقصه و مزایده مراجعه و اسناد مذکور را دانلود نمایند و پاکت خود را که حاوی مدارک خواسته شده جهت شناسایی تأمین کنندگان می باشد، حداکثر تا ساعت ۱۴:۰۰ روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۱۲ به نشانی دفتر کمیسیون معاملات مجتمع و یا دبیرخانه دفتر مرکزی تهران تحویل نمایند. شرکت در فراخوان حاضر و ارسال پاکت هیچگونه حقی جهت ارجاع کار ایجاد نمی نماید.

کمیسیون معاملات شرکت معدنی و صنعتی گل گهر



## آگهی مناقصه عمومی تجدید شده شماره: ۰۳۹/۱۴۰۲/ع

شرکت معدنی و صنعتی گل گهر (سهامی عام) در نظر دارد پروژه "استقرار نظام مدیریت خدمات فناوری اطلاعات ITIL v4" خود را از طریق برگزاری مناقصه عمومی به شرکت واجد شرایط و دارای گواهی شورای عالی انفورماتیک در رشته های مرتبط و با رتبه حداقل ۳ از سازمان فناوری اطلاعات واگذار نماید. لذا متقاضیان می توانند جهت اخذ اسناد مناقصه به وب سایت این شرکت به نشانی WWW.GEG.IR بخش مناقصه و مزایده مراجعه و اسناد مذکور را به همراه فرم پرسشنامه ارزیابی تأمین کنندگان دانلود نمایند. آخرین مهلت تحویل پاکات ساعت ۱۴:۰۰ روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۱۹ در محل دفتر کمیسیون معاملات مجتمع و یا دبیرخانه دفتر مرکزی تهران می باشد. بازدید از محل اجرای موضوع مناقصه و حضور در جلسه پرسش و پاسخ روز شنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۹/۱۱ مقرر شده است. شایان ذکر است فرمت ضمانت نامه های مورد تهیه می بایست عیناً مطابق با فرمت ارائه شده در اسناد مناقصه باشد. شرکت معدنی و صنعتی گل گهر در قبول یا رد هر یک از پیشنهادات بدون نیاز به ذکر دلیل و بدون جبران خسارت مختار می باشد.

کمیسیون معاملات شرکت معدنی و صنعتی گل گهر

## جناب آقای مهندس مجید مظفر

سرپرست محترم اداره تعاون کار و رفاه اجتماعی شهرستان سیرجان

### تسلیم واژه کوچکیست در مقابل اندوه بزرگ شما

بدینوسیله ضایعه اسفناک درگذشت والده مکرمه تان را خدمت جنابعالی و خانواده محترم تسلیت و تعزیت عرض نموده، از درگاه احدیت برای آن مرحومه مغفوره رحمت واسعه الهی و برای شما صبر و شکیبایی مسئلت داریم.

روابط عمومی شرکت فرآوری مس درخشان تخت گنبد