

۵/۵ میلیون قوطی، نیاز ماهانه کشور به شیر خشک معمولی است. طبق اعلام سازمان غذا و دارو، تا ۲۴ آبان ماه بیش از ۶ میلیون و ۸۰۰ هزار قوطی شیرخشک در سراسر کشور توزیع شده است.

ایرانیان بالای ۵۰ سال، به نوعی درگیر یوکی استخوان هستند. به گفته رئیس اداره بیماری‌های عضلانی، اسکلتی دفتر مدیریت بیماری‌های غیرواگیر وزارت بهداشت، از هر سه خانم بالای ۵۰ سال و از هر ۵ مرد بالای ۷۰ سال، یک نفر دچار شکستی ناشی از یوکی استخوان می‌شود.

طب ایرانی و دیابت

یک متخصص فیزیولوژی، درباره نسبت طب ایرانی و دیابت، گفت: واژه بیماری دیابت در طب ایرانی دیده می‌شود و در متون کهن طب ایرانی با نام دیابتیس آمده است. سیدمهدی میر غضنفری، در گفت‌وگو با «مهر»، با بیان اینکه حکمای طب ایرانی دیابت را دو نوع دیابت سرد و دیابت گرم می‌دانند و برای هر کدام درمان‌ها و توصیه‌های خاصی دارند، تأکید کرد: سردمزاجان مبتلا به دیابت باید از غذاهایی با مزاج سرد خصوصاً در فصل سرما و اقلیم‌های سرد پرهیز کنند. خوراکی‌های رو به گرمی مثل شوید، دارچین و زیره، کنگر، کرفس، شنبلیله، انجیر، سیب گلاب، خوراکی‌های انرژی‌زا مثل بادام و گردو که در طب سنتی برای دیابت هم توصیه شده، در صورتی که حساسیت نداشته باشند برای این افراد مفید است.وی ادامه داد: مصرف نیلوفر، عناب، تخم هندوانه، گیاه و عرق کاسنی، عرق بید، عرق بیدمشک و یادم کرده آنها برای گرم مزاجان مفید است.

توزیع نخستین محموله شیر خشک وارداتی

منوچهر دادگر نژاد، سرپرست اداره کل طبیعی، سنتی و مکمل سازمان غذا و دارو،اولین محموله شیر خشک‌های وارداتی در داروخانه‌ها توزیع شده است. این محموله یکی از برندهای معتبر کشورهای اروپایی است که بین داروخانه‌ها توزیع شد. شیرخشک‌های وارداتی پس از تأیید آزمایشگاه در داروخانه‌ها توزیع می‌شود.

طغیان مسری‌ترین ویروس جهان

شیوع سرخک و مرگ‌ومیرهای ناشی از ابتلا به آن در حالی افزایش پیدا کرده که ایران تقریباً آن را ریشه کن کرده است



افتتاح ۴ هزار و ۴۰۰ پروژه بهداشتی در دولت سیزدهم

بهرام عین‌اللهی، وزیر بهداشت: جذب ۴ هزار و ۵۰۰ نیروی بهداشتی در دولت سیزدهم اتفاق افتاده است. از ابتدای دولت تا به امروز حدود ۷ هزار پروژه بهداشتی به بهره‌برداری رسیده است و هدف‌گذاری کرده‌ایم تا پایان دولت سیزدهم این پروژه‌ها را به ۴ هزار و ۴۰۰ واحد برسانیم.

کوتاه‌تر از گزارش آرش نهاوندی: روزنامه‌نگار

۷ سوپ مغذی و گرمابخش سرمای پاییز و زمستان

سوپ فقط منبع گرما نیست، بلکه منبعی از مواد مغذی ضروری برای بدن در فصول سرد سال است. این مطلب نگاهی دارد به فهرستی از ساده‌ترین و در عین حال خوشمزه‌ترین سوپ‌های مغذی که می‌توانند به گرم کردن بدن در زمستان کمک کنند.

سوپ عدس

سوپ عدس سرشار از پروتئین و فیبر گیاهی، نه‌تنها یک غذای اصلی زمستانی است، بلکه خود منبعی غنی از مواد مغذی است.

سوپ آب مرغ و سبزیجات

این سوپ را در واقع می‌توان یک آبگوشت کلاسیک مرغ و سبزیجات توصیف کرد.

سوپ خامه‌ای گوجه فرنگی و ربان

گوجه فرنگی سرشار از آنتی‌اکسیدان است و هنگامی که در سوپ با ربان ترکیب شود، به یک خوراکی لذیذبخش برای تقویت سیستم ایمنی تبدیل می‌شود.

سوپ کینوا (خاویار گیاهی) و سبزیجات

سوپ کینوا و سبزیجات یک گزینه پر از مواد مغذی است. کینوا پروتئین کاملی را فراهم می‌کند، درحالی‌که مجموعه‌ای از سبزیجات رنگارنگ مجموعه‌ای از ویتامین‌ها و مواد معدنی را برای یک لذت مغذی پاییزه و زمستانی تضمین می‌کنند.

سوپ جو و قارچ

سوپ جو و قارچ یک انتخاب دلچسب است که خواص قارچ را با خواص جو که خود از منابع غنی غذایی است، ترکیب می‌کند. این سوپ سرشار از فیبر و مواد مغذی ضروری و یک گزینه سیرکننده برای عصرهای سرد است.

سوپ ادویه‌دار کدو حلواپی

کدو حلواپی، یکی از غذاهای مورد علاقه در فصل‌های پاییز و زمستان است و در این سوپ ادویه‌دار در مرکز توجه قرار می‌گیرد. این سوپ سرشار از ویتامین‌های A و C، همراه با ترکیبی از ادویه‌های گرم کننده است.

سوپ مینسترون لوبیا و کلم

ترکیب لوبیا و کلم و پیچ در سوپ مینسترون، یک خوراکی مقوی و پر از سبزیجات را ارائه می‌دهد (در زبان ایتالیایی به سوپ غلیظ سبزی لوبیوا و ماکارونی، سوپ مینسترونه گفته می‌شود).

آگهی مناقصه عمومه

(ساخت و تولید تخت آسایشگاهی)

سازمان رفاه، خدمات و مشارکتهای اجتماعی شهرداری تهران **(و شماره حساب واریز مبلغ سپرده شرکت در مناقصه:** پرداخت مبلغ ۱۰۰۲۰۵۹۴۸۴۷۰۹ شماره ۲/۵۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال به حساب سپرده به شماره ۱۰۰۲۰۵۹۴۸۴۷۰۹ نام سازمان رفاه، خدمات و مشارکتهای اجتماعی شهرداری تهران **ن) مهلت ارائه اسناد:** ده (۱۰) روز از تاریخ نشر آگهی، بدیهی است شرکت در مناقصه و ارائه پیشنهاد به منزله قبول شروط و تکالیف مقرر در اسناد مناقصه بوده و سازمان در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادات مختار است.
مشروح شرایط مناقصه در اسناد درج گردیده و شرکت‌کنندگان باید مدارک را پس از اخذ، با قید عبارت (خوانده شد و مورد قبول است) مهر و امضاء نموده و در پاکتهای (الف، ب و ج) **لاک و مهر شده، تحویل دبیرخانه سازمان** (طبقه اول) سازمان رفاه، خدمات و مشارکتهای اجتماعی شهرداری تهران نمایند. شایسته است، یک نفر نماینده مطلع جهت دریافت اسناد و مدارک حضور بهم رساند، تا از هرگونه ابهام و یا اشتباه در تکمیل نمودن اسناد پاکات، پیشگیری گردد. **ضمناً پرداخت هزینه آگهی بعهدہ برنده مناقصه می باشد.**

روابط عمومی

سازمان رفاه، خدمات و مشارکتهای اجتماعی شهرداری تهران



نشان رفه، خدمات و مشارکتهای اجتماعی

سازمان رفاه، خدمات و مشارکت های اجتماعی شهرداری تهران در نظر دارد **ساخت و تولید تخت های فلزی آسایشگاهی در مراکز تحت پوشش** را از طریق مناقصه عمومی به بخش خصوصی واگذار نماید. بدینوسیله از اشخاص حقیقی، حقوقی و موسسات کارگزار یا کارخانه تولیدی دارای مجوز صنفی و اساننامه مرتبط جهت شرکت در مناقصه دعوت بعمل می آید؛

(الف مدت انجام خدمات: ۴ ماه

(ب محل تحویل کالا: بر اساس مراکز تحت پوشش ذکر شده در شرایط خصوصی

(ج شرایط متقاضی :

- ارائه اساننامه مرتبط یا قرارداد مشابه با موضوع مناقصه
- دارای مجوز صنفی و قانونی از دستگاههای متولی باشد. (اشخاص حقیقی)

(د محل دریافت اسناد و قبول پیشنهادها: خیابان کارگر شمالی ، انتهای کوچه پانزدهم، پلاک ۲ ساختمان مرکزی سازمان رفاه ، خدمات و مشارکتهای اجتماعی شهرداری تهران ، طبقه همکف، **امور قراردادهای** ، تلفن ۸۸۳۵۱۲۱۸

(ه شماره حساب خرید اسناد: پرداخت مبلغ ۴,۰۰۰,۰۰۰ ریال به حساب جاری ۱۰۰۲۰۵۹۴۸۴۷۰۹ بانک شهر شعبه نواب، بنام



آگهی مناقصه عمومه شماره ۱۴۰۲/۸۴

شهرداری منطقه ۱۵ در نظر دارد اجرای عملیات مشروحه ذیل را از طریق مناقصه عمومی به بخش خصوصی واگذار نماید. بدینوسیله از اشخاص حقوقی واجد شرایط جهت شرکت در مناقصه دعوت به عمل می آید، ضمن مطالعه و بررسی موارد ذیل، نسبت به شرکت در مناقصه اقدام نمایند.

ردیف	شرح و محل انجام عملیات	برآورد هزینه اجرای کار (ریال)	سپرده نقدی یا ضمانتنامه بانکی شرکت در مناقصه به ریال	مدت انجام خدمات	نوبت	رتبه لازم برای متقاضی
۱	حفظ و نگهداری فضای سبز فرهنگسرای خاوران	۱۸,۵۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۹,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱۲ماه	دوم	ارائه گواهینامه معتبر و مرتبط از سازمان برنامه و بودجه کشور و پربنت سایت آن سازمان با ظرفیت ریالی و سقف مجاز انجام کار و تأیید نهائی سامانه تامین کنندگان و ارائه دهنندگان خدمت (Tehran.ir) شهرداری تهران الزامی می‌باشد.

(الف محل دریافت اسناد و قبول پیشنهادات : محل دریافت اسناد امور قراردادهای و محل قبول پیشنهادات دبیرخانه شهرداری منطقه ۱۵ واقع در خیابان خاوران نرسیده به میدان بسیج ساختمان شماره دو

(ب شماره حساب : شماره حساب ۱۰۰۴۴۹۳۵۳۱ نزد بانک شهر شعبه سه راه افسریه کد ۲۳۳ به نام شهرداری منطقه ۱۵

(پ ثبت نام در سامانه شهرداری تهران (tehran.ir) الزامی می باشد.

(ت مهلت ارائه اسناد: حداکثر ۱۰ روز از تاریخ درج آگهی

(ج) پیمانکاران کلیه حوزه ها ارائه گواهی صلاحیت ایمنی می باشند و آن دسته از پیمانکاران فاقد پروژه فعال که قصد شرکت در مناقصات را دارند ملزم به ارائه معرفی نامه موقت صادره از وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی می‌باشند. بدیهی است پس از تجهیز کارگاه و طی تشریفات قانونی بایستی نسبت به اخذ گواهی صلاحیت ایمنی اقدام نمایند. ضمناً به استناد بخشنامه شماره ۶۶۹۳۴/۶۰ مورخ ۱۴۰۲/۶/۱۸ پیمانکاران حوزه خدمات شهری و محیط زیست بعد از برنده شدن ملزم به ارائه تعهد اخذ گواهینامه مذکور و تحویل آن تا تاریخ ۱۴۰۲/۹/۱۵ می باشند در غیر اینصورت مناقصه حرق ابطال مناقصه و ضبط سپرده برنده مناقصه را خواهد داشت.

(د نحوه پرداخت: پرداخت بصورت نقد و غیرنقد می باشد.

بدیهی است شرکت در مناقصه و ارائه پیشنهاد به منزله قبول شروط و تکالیف مقرر در اسناد مناقصه بوده و شهرداری در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادات مختار است و هزینه درج آگهی بعهدہ برنده مناقصه می باشد. ضمناً، مشروح شرایط مناقصه در اسناد درج می باشد که شرکت‌کنندگان باید مدارک را پس از اخذ مهر و امضاء نموده و در پاکتهای لاک و مهر شده تحویل نمایند. بدیهی است حضور شرکت کنندگان و یا نمایندگان قانونی تام الاختیار آنان در جلسه مناقصه اختیاری است.

((نظر به استقرار سیستم مدیریت یکپارچه IMS در منطقه ۱۵ تعهد به اجرای ضوابط بهداشت، ایمنی، محیط زیست و کیفیت خدمات از الزامات پروژه ها می باشد.)) **در صورت مفایرت متن آگهی با اسناد مناقصه، اولویت با اسناد مناقصه می باشد.** اسناد مناقصه/ مزایده از طریق تالار آگهی معاملات شهرداری تهران به نشانی business.tehran.ir قابل رویت می باشد.

روابط عمومه شهرداری منطقه ۱۵