کاهش تماس‌های مزاحم با ۱۱۵

محمداسماعیل توکلی، رئیس مرکز اورژانس استان تهران: طی یک هفته گذشته ۷۲ هزار و ۱۴۹ تماس با مرکز اورژانس تهران برقرار شد که یک درصد افزایش نسبت به هفته قبل از آن داشته و از این تعداد، ۳۹۸۶ تماس مزاحم بوده که ۷ درصد کاهش دارد.

انتقاد از نمایش دخانیات در شبکه نمایش خانگی

فرشید رضایی، مدیر دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت: موضوع دخانیات در شبکه‌های نمایش‌خانگی بسیار مطرح است. مصرف دخانیات از فرهنگ‌های غلط است و به‌منظور کنترل فرهنگ مصرف سیگار در شبکه نمایش خانگی جلساتی تشکیل داده‌ایم و در کمیته تخلفات مربوطه هم مطرح شده است.

بزرگ‌نمایی اختلال روان در ایران

یک‌سال پیش گفته شد ۳۰درصد از ایرانی‌ها دچار اختلال روان هستند؛ حالا اما وزارت بهداشت این عدد را تأیید نمی‌کند

گزارش **مریم سرخوش** روزنامه‌نگار

آمارهای اختلال روان در ایران عدد مشخصی ندارند؛ حتی پیمایش ۱۰ساله‌ای که اوایل دهه ۹۰نخستین بخش آن انجام شد و قرار بود ۱۰سال بعد دوباره تکرار شود هم هنوز به سرانجام نرسیده و نتایج نهایی آن اعلام نشده است. آن زمان اعلام شد که ۲۳,۶درصد ایرانی‌ها از این مشکل رنج می‌برند، اما در سال‌های اخیر به‌ویژه بعد از شیوع پاندمی کرونا، عددهای مختلفی از شیوع اختلال روان در میان ایرانی‌ها عنوان می‌شود؛ از ۳۰درصد تا ۵۰درصد و حتی بیشتر. در برخی موارد هم گفته می‌شود که ۶۰درصد ایرانی‌ها از یک نوع اختلال روان رنج می‌برند و از آن آگاه نیستند. برخی شبکه‌های مجازی هم از نبود این آمارهای مستند سوءاستفاده کرده و این اختلالات را به بخش قابل توجهی از مردم ایران نسبت می‌دهند، اما وزارت بهداشتی‌ها در جدیدترین اظهاراتشان این آمارها را رد و اعلام کرده‌اند که نتایج نهایی همان پیمایش ۱۰ساله تا چندماه دیگر به‌صورت رسمی اعلام می‌شود، در حالی که گزارش مقدماتی پیمایش به ۳۰درصد هم نمی‌رسد.

۶عامل مهم در بروز اختلال روان

عوامل مختلفی بر سلامت روان افراد تأثیرگذار است، اما جدیدترین مطالعه از سوی محققان بریتانیایی اعلام می‌کند پرمخاطره‌ترین عاملی که بر سلامت افراد اثر منفی می‌گذارد، فشار ناشی از مشکلات مالی است. دانشمندان کالج دانشگاهی لندن (UCL) و کالج کینگز بریتانیا در این مطالعه ۶عامل استرس‌زای رایج ازجمله فشار مالی، مسائل مراقبتی، احساس ناتوانی، سوگ از دست دادن، بیماری و طلاق را مورد بررسی قرار دادند که از بین آنها فشار مالی پرخطرترین عامل برای سلامتی فرد اعلام می‌شود؛ به‌طوری که افراد با مشکل مالی، تقریباً ۶۰درصد بیشتر از سایرین در معرض خطر ابتلا به بیماری‌های جسمی و روانی قرار دارند. این نکته را حامد مصلحی، مدیرکل دفتر سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد وزارت بهداشت هم تأیید می‌کند و به همشهری می‌گوید: «قطعا مسائل اجتماعی کشور بر سلامت روان افراد تأثیرگذار است؛ از مسائل شغلی تا برخوردهای روزانه افراد با یکدیگر. به‌طور کلی هر چیزی که باعث ایجاد تنش و اضطراب در افراد شود، می‌تواند سلامت روان را مورد تهدید قرار دهد.» او ادامه می‌دهد: «اختلالات روان ۳سطح عوامل دارند؛ زمینه‌ساز، آشکارساز و استمراردهنده. در هر ۳سطح هم عوامل شخصی، محیطی، وراثتی، جسمی و آمادگی روانشناختی فرد مؤثر است. محیط پراسترس هم فردی را که آمادگی بیشتری دارد، آسیب‌پذیرتر می‌کند؛ به همین دلیل هر چه در جوامع مختلف، سطح استرس و فشارهای مختلف افزایش پیدا کند، انتظار داریم که بروز اختلال روان هم افزایش یابد.»

۳۳۰۰ **روانشناس** در شبکه بهداشت وزارت بهداشت اکنون خدمات روان‌درمانی ارائه می‌کنند و این عدد در سال گذشته ۲هزار نفر بوده است

۱ **نفر** از هر ۸نفر در جهان براساس اعلام سازمان جهانی بهداشت از اختلال روان رنج می‌برد

رابطه بیماری و آسیب روان

مصلحی با بیان اینکه بیماری‌ها هم می‌توانند منجر به افزایش اختلالات در افراد شوند، عنوان می‌کند: «بین ویتامین دی و افسردگی، بین دیابت و افسردگی، بین اضطراب و پرفشاری خون و... ارتباط وجود دارد. در مجموع هر عامل استرس‌زایی می‌تواند افزایش‌دهنده انواع اختلالات جسمی و روانشناختی باشد و کاهش‌دهنده سلامت.»

او تأکید می‌کند: «کار ما به‌عنوان وزارت بهداشت، هشدار دادن به سایر دستگاه‌ها برای کاهش و کنترل فضای محیط است و دوم پیداکردن زودهنگام کیس‌های آسیب‌پذیر برای ارائه دادن خدمات. در این‌باره روانشناسان بین محیط‌های پرفشار و بروز اختلالات نقش پیشگیرانه ایفا می‌کنند.»

این مسئول درباره راهکارهایی که باعث کاهش بروز این اختلالات می‌شود، توضیح می‌دهد: «تنها راهکار، افزایش دسترسی به خدمات است و این مراقبت‌ها باید در سطوح خودش ارائه شود. به این معنا که اگر سطح اول مراقبت سلامت می‌تواند به فرد راهکار ارائه کند و در همین مقطع مشکل برطرف شود، دیگر نیاز به ارجاع به مراحل بعدی نیست.»

حلقه مفقوده خدمات روان‌درمانی

نکته مهم این است که نباید سلامت روان را منفک درنظر بگیریم. باید به همه بیماری‌ها اهمیت داده شود؛ چراکه مواردی وجود داشته که بیمار با تغییر در خلق‌وخو مراجعه می‌کند، اما بررسی‌ها در نهایت نشان می‌دهد که او مشکل گوارشی داشته است؛ بنابراین اهمیت به تمام ابعاد و بیماری‌ها باید درنظر گرفته شود؛ به همین دلیل است که سطح‌بندی این حوزه درنظر گرفته می‌شود و این اتفاق در مراکز سراج (سلامت روان جامعه‌نگر) در حال انجام است. مصلحی با بیان این مطلب از ارائه تمامی خدمات روان‌شناختی در PHC (مراقبت‌های بهداشتی اولیه)، بیمارستان‌ها و مراکز سراج خبر می‌دهد و می‌گوید: «سراج حلقه مفقوده این حوزه بود که ما در حال تکمیل آن هستیم. در این مراکز مراقبت مشارکتی صورت می‌گیرد؛ یعنی پزشک، روانپزشک، روانشناس، مددکاراجتماعی و مردم به‌صورت مشارکتی با هم درنظر گرفته می‌شوند. زمانی که درباره یک مورد اختلال روان این همکاری چند جانبه شکل می‌گیرد، می‌توان امیدوار بود که مشکل فرد چه جسمی باشد و چه درباره روان برطرف خواهد شد.» به گفته این مسئول در حال حاضر ۱۰غربالگری در شبکه بهداشت وزارت بهداشت در حال انجام است: «در این غربالگری ما اختلالات را در مرحله اول بررسی می‌کنیم و درصورت وجود اختلال به سطح تخصصی ارجاع می‌شود. اما پیش از ارجاع آن میزان که خودمان درون شبکه بتوانیم مداخله کنیم، اقدامات لازم را انجام می‌دهیم و این در حالی است که در گذشته نخستین مرحله مراجعه به سطح تخصصی بود.»

۲ **اختلال** افسردگی و اضطراب شایع‌ترین اختلالات خلقی هستند

۲۳ **مرکز** سراج (سلامت روان جامع‌نگر) در کشور در حال حاضر فعال است و این عدد قرار است تا پایان سال به ۱۰۰مرکز برسد

یک الگو از کشورهای پیشرفته

تمامی خدمات ارائه شده در سراج، دولتی و رایگان است و این نگرانی وجود دارد که محدودیت پذیرش برای افراد نیازمند در این حوزه ایجاد شود. مصلحی در این‌باره می‌گوید: «سراج الگو گرفته از کشورهای پیشرفته برای خدمات روان است. در این کشورها حتی زمانی که فرد از بیمارستان ترخیص می‌شود نیاز به خدمات روان جامع‌نگر دارد. در این‌باره ما هم باید چنین خدمتی را در کشور ایجاد می‌کردیم و برای افزایش دسترسی این خدمات به‌صورت دولتی ارائه می‌شود؛ البته که ظرفیت ارائه خدمات به‌صورت خصوصی هم وجود دارد، اما فعلا دولت در این‌باره پیشگام شده و به‌صورت کاملا رایگان این خدمات را ارائه می‌کند.»

مدیرکل دفتر سلامت روانی وزارت بهداشت درباره اینکه آیا مراکز موجود پاسخگوی جمعیت کشور است، افزود: «نیاز کلی کشور باید برآورد شود، اما در حال حاضر هر مرکز سراج قادر به ارائه خدمات به ۳۰۰هزار کد ملی است و ۲۳مرکز فعال هستند. در دنیا هم تکلیف کشورها درخصوص سلامت روان افزایش دسترسی به خدمات تخصصی این حوزه است و ما هم تلاش می‌کنیم این عدد مراکز به‌زودی ۴برابر شوند.»

کوتاه‌تر از گزارش **آرش نهاوندی**؛ روزنامه‌نگار

با یک آزمایش ساده از مرگ نجات پیدا کنید

براساس آخرین آمار سازمان بهداشت جهانی درباره آمار مرگ‌های مرتبط با بیماری‌های قلبی در ایران (که در سال ۲۰۱۷ انتشار یافته) ۴۶درصد از مرگ‌های سالانه ناشی از بیماری‌های قلبی بوده است. اخیرا نیز گزارش‌هایی انتشار یافته که همچنان بالای ۴۰ یا ۴۵درصد از مرگ‌ها در ایران به‌دلیل بیماری‌های قلبی رخ می‌دهد که با توجه به آمار بالای کم‌تحرکی و فشار خون در میان افراد ۱۸سال به بالا در کشور (که به‌ترتیب ۳۲درصد و ۵۴درصد عنوان شده) چندان عجیب نیست. این آمار تکان‌دهنده لزوم توجه جامعه بهداشتی کشور را به بیماری‌های قلبی بیش از پیش ضروری می‌سازد.

به گزارش هلت لاین، همواره جامعه پزشکی بر این نکته تأکید داشته که پیشگیری بهتر از درمان است. این به‌معنای آن است که خود مردم می‌توانند با تغییر سبک زندگی و پیروی از یکسری راهکارهای مؤثر تا حد زیادی در پیشگیری از بروز بیماری‌های قلبی و کاهش خطر مرگ‌های ناشی از آن نقش ایفا کنند. در این مطلب به تعدادی از مهم‌ترین راهکارها در این مورد اشاره کرده‌ایم.

یک آزمایش ساده برای تشخیص بیماری قلبی

دانستن نشانه‌های خطرناک بروز بیماری‌های قلبی می‌تواند نخستین قدم مهم در کاهش آن باشد. دکتر نورمن لپور، متخصص قلب و مدیر مؤسسه ملی قلب آمریکا، می‌گوید: پزشکان برای تعیین خطر بیماری قلبی شما عوامل مختلفی را بررسی می‌کنند. به گفته این متخصص قلب، سطح کلسترول، سابقه خانوادگی و سایر عوامل خطر مانند فشار خون بالا، دیابت و سیگار کشیدن می‌توانند بر خطر بیماری قلبی شما تأثیر بگذارند. لپور می‌افزاید: یک آزمایش ساده و ارزان به نام «اسکن کلسیم کرونری» می‌تواند توانایی ما را برای ارزیابی خطر ابتلا به بیماری عروق کرونر قلب در یک فرد بهبود بخشد.

رژیم غذایی مدیترانه‌ای

این نکته دیگر امروز چندان عجیب به‌نظر نمی‌رسد که خوب غذا خوردن می‌تواند خطر ابتلا به بیماری قلبی را کاهش دهد. دکتر روهیت ووپولوری، متخصص جراحی قلب و عروق، می‌گوید: یک رژیم غذایی سالم برای قلب شامل غذاهای فرآوری نشده مانند غلات کامل، میوه‌ها و سبزی‌هاست. به گفته وی محدود کردن چربی‌های اشباع و ترانس موجود در غذاهای فرآوری شده و سرخ شده نیز بسیار مهم است. دکتر نورمن لپور نیز می‌گوید: رژیم غذایی مانند رژیم مدیترانه‌ای با منابع پروتئینی سالم و کربوهیدرات‌های نسبتا کم بهترین است.

حفظ وزن درست

چاقی یک عامل خطر قوی برای بیماری قلبی است زیرا سایر عوامل خطر سلامت قلب را افزایش می‌دهد. دکتر ووهیت ووپولوری در این‌باره توضیح می‌دهد: فشار خون بالا و کلسترول بد (LDL) بالا دست به‌دست هم می‌دهند و هر دو معمولا به همراه دیابت نوع ۲در بیماران چاق دیده می‌شوند. در تحقیقات قبلی این مسئله اثبات شد که به ازای هر ۵واحد افزایش در شاخص توده بدنی (BMI)، ۲۹درصد خطر بیماری عروق کرونر قلب (CHD) افزایش می‌یابد که پس از تنظیم وزن و به تبع آن فشار خون و سطح کلسترول، این میزان به ۱۶درصد کاهش می‌یابد.

۱۵۰دقیقه ورزش در هفته

ورزش منظم و فعالیت بدنی برای حفظ و بهبود سلامت قلب و عروق حیاتی است. نتایج یک مطالعه در سال ۲۰۲۳ نشان داده ورزش منظم به‌طور قابل توجهی با کاهش خطر مرگ‌ومیر ناشی از همه علل و حوادث عروقی مکرر در بیماران مبتلا به بیماری قلبی مرتبط است. ووپولوری می‌گوید: این به این دلیل است که ورزش منظم با شدت متوسط، فشار خون و سطح کلسترول بد را کاهش می‌دهد و همچنین قند خون را تنظیم و به کنترل وزن کمک می‌کند. انجمن قلب آمریکا اکنون ۱۵۰دقیقه ورزش در هفته را توصیه می‌کند. این ورزش‌ها شامل تمرینات هوازی و تمرینات تحمل وزن مانند استفاده از دمبل سبک وزن است. دکتر نورمن لپور می‌گوید: پیاده‌روی و شنا نیز گزینه‌های خوبی هستند. بیشتر ورزش‌ها فواید سلامت قلب را ارائه می‌دهند، بنابراین مهم‌ترین چیز این است که ورزش مناسب را پیدا کنید که از آن لذت ببرید و بتوانید به آن پایبند باشید.

ترک سیگار

کشیدن سیگار نه‌تنها ممکن است به ریه‌های شما آسیب برساند، بلکه برای سلامت قلب شما نیز مضر است. نتایج یک تحقیق در سال ۲۰۲۰ نشان می‌دهد که سیگار کشیدن مرگ‌ومیر را به هر دلیلی افزایش می‌دهد و نقش مهمی در بروز بیماری قلبی-عروقی آترواسکلروتیک دارد. ووپولوری توضیح می‌دهد: سیگار برای قلب بسیار مضر است، زیرا به رگ‌های خونی آسیب می‌رساند و خطر تشکیل پلاک را افزایش می‌دهد. این دو عامل با هم به‌طور قابل توجهی خطر حملات قلبی را در آینده افزایش می‌دهند.

استرس را کاهش دهید

استرس محصول جانبی طبیعی و دنیای شلوغی است که ما در آن زندگی می‌کنیم، اما استرس بیش از حد می‌تواند بر سلامت قلب و عروق شما تأثیر منفی بگذارد و به نوبه خود خطر ابتلا به بیماری قلبی را افزایش دهد. تحقیقی در سال ۲۰۱۷، استرس عاطفی را به‌عنوان پیش‌بینی کننده رویداد بیماری‌های قلبی و عروقی شناسایی کرد. ووپولوری توضیح می‌دهد: سبک زندگی با استرس زیاد، چه ناشی از عوامل شغلی و شخصی یا و چه اجتماعی و اقتصادی باشد می‌تواند فشار خون، التهاب و همچنین خطر آریتمی قلبی را افزایش دهد.

عدد خبر

۶ میلیون

دوز واکسن پنوموکوک و روتاویروس برای واکسیناسیون کودکان به‌زودی وارد کشور می‌شود. شهنام عرشی، رئیس مرکز مدیریت بیماری‌های واگیردار با اعلام این خبر گفت: تمامی این واکسن‌ها تأییدیه سازمان غذا و داروی ایران، کشور تولیدکننده خارجی و سازمان جهانی بهداشت را دارد. امیدواریم از همین دهه فجر واکسیناسیون با این دو واکسن آغاز شود.

۲۱۵ پروژه

درمانی در کشور در انتظار تأمین منابع‌مالی است. بهروز رحیمی، معاون توسعه وزارت بهداشت با اعلام این خبر گفته: این پروژه‌های درمانی با ظرفیت ۴۰۹۷۴ تخت و زیربنای بالغ بر ۴.۲میلیون مترمربع به اعتبار حدود ۹۵ هزار میلیاردتومان جهت ساخت و تکمیل نیاز دارد. همچنین ۳۶ پروژه با ظرفیت ۴۰۷۰ تخت تحویل موقت شده و درصورت تجهیز و تأمین نیروی انسانی قابل افتتاح و بهره‌برداری هستند.

۲۰ درصد

تا ۴۰درصد قد افراد به تغذیه دوران کودکی وابسته است. احمد اسماعیل‌زاده، مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت با اعلام این مطلب گفته: برای افزایش قد کودکان باید مواد مغذی و غذاهای حاوی ویتامین که برای رشد استخوان و افزایش قد ضروری و مهم هستند مصرف شوند و شیر و ماست بهترین غذاها برای رشد قدی کودکان هستند.

نکته روز **علی ملائکه**؛ روزنامه‌نگار

آیا نوشیدن آب قلم برای شما سودمند است؟

شاید شما هم درباره تأثیرات سلامت‌بخش آب قلم برای سلامتی شنیده باشید. آب قلم با جوشاندن استخوان‌های حیوانات در آب برای مدت طولانی به همراه سبزی، ادویه و گاهی اجزای دیگری مانند سرکه سدار سیب تهیه می‌شود. هدف از این جوشاندن طولانی مدت این است که مواد مغذی مهمی مانند کلاژن، ژلاتین، اسیدهای آمینه مانند گلی‌سین و نیز مواد معدنی مانند کلسیم و منیزیم از استخوان‌ها بیرون کشیده شوند. گفته می‌شود که این مواد مغذی که از استخوان‌ها خارج می‌شوند، برای سلامت روده، پوست، مو و ناخن سودمند هستند و البته ما برای بهبود سلامت کلی‌مان به چیزهای بیشتری از آب قلم نیاز داریم. سودمندی آب قلم فراهم کردن برخی از مواد مغذی بیرون آمده از بافت هم‌بندی و گوشت استخوان‌هاست که به نوبه خود به استحکام گوشت و استخوان‌های افراد کمک می‌کنند.

آب قلم به‌طور خاص غنی از کلاژن و برخی از ویتامین‌ها و مواد معدنی مانند آهن، ویتامین‌های محلول در چربی، روی و سایر مواد معدنی کمیاب است. معلوم شده که کلاژن و ویتامین‌های محلول در چربی به بهبود سلامت مو، پوست و ناخن کمک می‌کنند. اما هنوز پژوهش‌های کافی که از سودمندی‌های آب قلم برای سلامت روده حمایت کند، در دست نیست. یک خاصیت دیگر که به آب قلم نسبت داده می‌شود، اثر آن در کاهش وزن است. بررسی‌ها نشان داده‌اند که مصرف آب قلم به‌علت محتوای پروتئینی بالای آن با کاهش اشتها همراهی دارد؛ بنابراین ممکن است از این طریق وزن را کم کند. اما درست به همین دلیل کودکان و زنان باردار نباید هر روز آب قلم بخورند؛ با اینکه امتحان کردن آب قلم ضرری ندارد، اما هیچ غذای واحدی وجود ندارد که بتواند به‌طور معجزه‌آسایی سلامت ما را بهبود ببخشد.

حال خوب سلامت کشور

خبر

وزارت بهداشت این روزها، سلسله نشست‌های خبری به بهانه فرا رسیدن دهه فجر برگزار کرده و برگزار می‌کند. در این نشست‌ها، توسعه پزشکی، سلامت و دارویی ایران در روزهای بعد از انقلاب مورد بررسی قرار می‌گیرد. در یکی از این نشست‌ها، حسین فرشیدی، معاون بهداشت وزارت بهداشت، نکته‌های جالبی درباره حوزه سلامت و پزشکی ایران بعد از انقلاب مطرح کرده است که نگاهی به آنها می‌اندازیم. به روایت وزارت بهداشت، در سال گذشته ۸۰۳هزار تولد زنده داشته‌ایم که در حوزه خودش یک افتخار محسوب می‌شود. یکی از شاخص‌های بررسی سلامت عمومی در یک جامعه، نرخ تولد زنده نوزادان و همچنین مرگ‌ومیر مادران و کم و زیاد بودن آن است که در این حوزه پیشرفت فوق‌العاده‌ای داشته‌ایم. از دیگر نکته‌های جالب مطرح شده در این نشست، سن امید به زندگی ایرانیان است. به روایت وزارت بهداشت، این عدد در زنان ایرانی به ۷۸,۵سال در سال گذشته رسیده؛ و البته در آقایان ۷۶,۲سال بوده. از دیگر نکته‌های مطرح‌شده، موارد مرتبط با بیماری‌های واگیردار بوده است؛ به‌عنوان مثال، مالاریا که هنوز هم در جهان مرگ‌ومیر زیادی دارد، در ایران به‌شدت کم شده است؛ آن‌هم در حالی که این بیماری در برخی همسایگان ما وجود داشت و سیل‌های ۲ سال پیش نیز، باعث رشد آن شده بود، اما حالا، با کاهش چشمگیر آن روبه‌رو هستیم. از دیگر نکته‌های مطرح شده در این نشست، واکسن‌های پنوموکوک و روتاویروس بود که گفته می‌شود از سال ۱۳۹۰ روی میز بوده ولی عملیاتی نمی‌شده است. همچنین از عمده بستری‌های مربوط به بیمارستان‌ها هم صحبت شد که مربوط به بیماری‌های گوارشی هستند. این در حالی است که واکسن‌های مطرح شده، می‌توانند تا ۴۰درصد بیماری‌های گوارشی در بیش از ۱۰ هزار مورد بستری کودکان را کاهش دهند. ریشه‌کنی هپاتیت سی هم که برنامه‌ای اثرگذار در سطح منطقه است، دنبال خواهد شد.

آگهی مزایده - نوبت پنجم

موضوع مزایده:
واگذاری حق بهره برداری موقت از اماکن عرضه محصولات کشاورزی(میوه و سبزیجات) نمونه دستچین و بسته بندی

واجدین شرایط شرکت در مزایده:
کلیه اشخاص حقیقی و حقوقی که به تشخیص خود توانایی انجام فعالیت موضوع مزایده را داشته باشند واجد شرایط شرکت در مزایده هستند.

توجه: اشخاص حقوقی نباید ممنوعیت قانونی جهت فعالیت در موضوع مزایده را داشته باشند.

اماکن موضوع مزایده: به شرح مندرج در لیست پیوست شرایط اختصاصی مزایده.

تذکر: متقاضیان قبل از ارائه پیشنهاد قیمت، حتماً می بایست از میادین و بازارهای مربوطه بازدید به عمل آورند.

مدت فعالیت(بهره برداری) اماکن موضوع مزایده:
مدت قرارداد تنظیمی در صورت رعایت کامل قوانین و مقررات سازمان، **حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۶/۳۱** می باشد.

دستگاه برگزار کننده مزایده:
سازمان مدیریت میادین میوه و تره بار شهرداری تهران

نحوه دریافت اسناد مزایده:
از طریق سایت سازمان به نشانی mayadin.tehran.ir و سامانه مزایده الکترونیک به نشانی: mayadinonline.tehran.ir

مهلت و نحوه ارسال پاکت پیشنهاد قیمت:
متقاضیان می بایست ظرف **۱۰ روز** از تاریخ انتشار این آگهی ضمن ورود به سامانه مزایده الکترونیک سازمان و مطالعه اسناد عمومی و اختصاصی مزایده و آگاهی از شرایط آن، ضمن تکمیل فرآیند شرکت در مزایده، فرم پیشنهاد قیمت که از سامانه چاپ و تکمیل نموده اند را در پاکت در بسته قرار داده و از طریق پست ویژه به مدیریت حراست سازمان به نشانی: تهران، انتهای خانی آباد نو - میدان مرکزی میوه و تره بار- جنب درب ورودی شماره ۳ - ساختمان مرکزی سازمان مدیریت میادین میوه و تره بار- کد پستی شماره ۱۸۹۷۷۳۴۵۸۱ ارسال نمایند.

هزینه انتشار اسناد مزایده:
مبلغ **۱/۰۰۰/۰۰۰ ریال** می باشد که متقاضیان می بایست به روش توضیح داده شده درسامانه مزایده الکترونیک، نسبت به پرداخت آن اقدام نمایند.

میزان سپرده شرکت در مزایده:
متقاضیان می بایست با رعایت موارد مندرج در ماده ۲ و ۳ شرایط اختصاصی، مبلغ سپرده شرکت در مزایده را به روش توضیح داده شده در سامانه مزایده الکترونیک، پرداخت نمایند.

سایر موارد:
۱: متقاضیان محترم توجه داشته باشند که این مزایده به صورت الکترونیک و با ورود به سامانه مزایده به نشانی: mayadinonline.tehran.ir برگزار خواهد شد.
۲: متقاضیان برای کسب اطلاعات بیشتر، همچنین دسترسی به نشانی میادین و بازارها، می توانند به سایت سازمان به نشانی mayadin.tehran.ir مراجعه نمایند.
۳: متقاضیان می بایست، ضمن چاپ و الصاق «برچسب شرکت در مزایده» که از سامانه مزایده الکترونیک دریافت می نمایند، بر روی پاکت دربسته ارسالی، حتماً مشخصات خود شامل: نام و نام خانوادگی، کد ملی و تاریخ تولد برای اشخاص حقیقی؛ نام و شناسه ملی برای اشخاص حقوقی، شماره تلفن ثابت و همراه و موضوع مزایده را درج نمایند.
۴: سازمان در رد یا قبول هر یک از پیشنهادات مختار خواهد بود و هزینه انتشار این آگهی، به عهده برنده یا برندگان مزایده می باشد.
۵: متقاضیان می توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن های ۹۶۰۱۸۳۸۳ و ۹۶۰۱۸۳۸۴ (مدیریت واگذاری) و ۹۶۰۱۸۱۳۴ (مدیریت حقوقی) تماس حاصل نمایند.

روابط عمومی و امور بین الملل
سازمان مدیریت میادین میوه و تره بار شهرداری تهران