**پیگیری وضعیت بیماران دیابتی و پرفشاری خون**

علیرضا زالی، رئیس دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی: متعاقب مشارکت تاریخی مردم در پویش ملی سلامت، دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی و سایر دانشگاه‌های علوم پزشکی با پیگیری پرونده بیماران دیابتی و پرفشاری خون شناسایی‌شده در این پویش، تمام تلاش خود را برای پاسخگویی شایسته به این اعتماد به‌کار بسته‌اند.

**تلاش بین‌المللی برای کاهش جمعیت ایران**

بهرام عین‌اللهی، وزیر بهداشت: یکی از اهداف مهم نظام سلامت، موضوع جوانی جمعیت است که سال‌های سال به‌دلیل سیاست‌های نادرست مورد غفلت قرار داشت. در طول سال‌های قبل بیش از ۸ هزار میلیارد تومان از طریق سازمان‌های بین‌المللی برای اجرای برنامه تنظیم خانواده و کاهش جمعیت در کشورمان هزینه شده بود.

سلامت

آرش نهاوندی؛ روزنامه‌نگار

## ۴ خوراکی انرژی‌زا برای مشاغل امروزی

استرس به یکی از همراهان هر روزه بسیاری از مردمانی که خود را با ریتم تند زندگی پرشتاب امروزی تطبیق داده‌اند، تبدیل شده است. کار پشت میز همراه با سبک زندگی کم‌تحرک منجر به کاهش فعالیت بدنی و ظهور و بروز انواع و اقسام مشکلات جسمانی شده است. علاوه بر این، روند مصرف تنقلات در کارمندان پشت میزنشین در حال افزایش است. این تغییرات منفی در سبک زندگی باعث بروز مشکلات متعددی از جمله ناراحتی معده و افزایش وزن شده است. عادات غذایی ناسالم نه‌تنها مانع تمرکز می‌شود، بلکه تعادل ظریف بین کار و زندگی شخصی را نیز مختل می‌کند.

تنقلات بسته‌بندی شده که اغلب مملو از آرد فرآوری شده هستند، به افزایش این مشکلات کمک می‌کنند. در نتیجه این سؤال مطرح می‌شود چگونه می‌توان گرسنگی را بدون اینکه به غذاهای فرآوری شده متوسل شد، کنترل کرد و در نتیجه تعادل میان کار و زندگی سالم را حفظ کرد. در این مطلب به تعدادی از موادغذایی ضروری اشاره شده که نه‌تنها انرژی شما را افزایش می‌دهند، بلکه به حفظ تعادل نیز کمک می‌کنند.

**دوغ**: به‌گفته متخصصان تغذیه، نوشیدن دوغ به حفظ تعادل بین کار و زندگی سالم و احساس شادابی کمک می‌کند. دوغ دارای خواص ضدقارچی، ضدباکتریایی و ضدویروسی است که در پیشگیری از بیماری‌ها می‌تواند مفید واقع شود. مصرف روزانه دوغ به حفظ سطح انرژی بدن و به کنترل گرسنگی کمک می‌کند. متخصصان تغذیه معتقدند نوشیدن دوغ بین ساعت ۱۰صبح تا ۱۱صبح برای سلامتی مفید است.

**چای نعناع**: چای نعناع به تقویت سیستم ایمنی، بهبود گردش خون، کنترل سطح هورمون‌ها و کاهش استرس کمک می‌کند. کارشناسان تغذیه معتقدند که مصرف چای نعناع بعد از ناهار هضم غذا را بهبود می‌بخشد. علاوه بر این، میل به چای و قهوه را نیز کاهش می‌دهد.

**موز**: موز به‌دلیل فیبر بالای خود شناخته شده است. متخصصان تغذیه می‌گویند که خوردن موز به‌عنوان میان‌وعده صبح یا بعدازظهر به آرامش ذهن کمک می‌کند. قند طبیعی موز باعث افزایش انرژی جسمی و ذهنی می‌شود. موز منبع خوبی از پتاسیم، فیبر و آنتی‌اکسیدان است که به کنترل سطح قند خون و از بین بردن مشکلات قلبی کمک می‌کند.

**پسته**: پسته سرشار از ویتامین C، ویتامین A، آهن، کلسیم، پروتئین، چربی‌های سالم و آنتی‌اکسیدان است که به‌طور مؤثر سطح قند خون را تنظیم می‌کند. مصرف پسته سوخت‌وساز بدن را افزایش می‌دهد و به پیشگیری از سرماخوردگی و سایر بیماری‌های فصلی کمک می‌کند. کارشناسان تغذیه، پسته را به‌عنوان یک میان‌وعده عالی برای رفع گرسنگی توصیه می‌کنند.

# داروهای صدرنشین در نسخه‌های ایرانی

### از شناسایی ۲۰هزار نفر مبتلای قطعی به دیابت در یک هفته تا صدرنشینی متفورمین و لوزارتان

گزارش

مریم سرخوش
روزنامه‌نگار

داروهای بیماران قلبی و دیابتی (متفورمین، ASA و لوزارتان) در صدر فهرست داروهای مصرفی کشور قرار دارند. آخرین پویش وزارت بهداشت هم موید همین ادعاست چون این پویش در حالی به پایان رسید که بیش از ۴۵۰هزار نفر با احتمال ابتلا به دیابت در کشور شناسایی شدند. در پایان پویش هم وزارت بهداشت از تعیین تکلیف ابتلای قطعی این بیماران خبر داد و حتی گفته شد که تنها در طول یک هفته گذشته ۲۰هزار نفر با ابتلای قطعی شناسایی شده‌اند که هم عدد قابل توجهی است و هم تأییدکننده روند افزایش ابتلا در کشور.

چندی پیش انجمن دیابت ایران اعلام کرده بود از هر ۵ایرانی، یک نفر یا به دیابت مبتلاست یا در معرض ابتلا به آن قرار دارد. نصف افراد دیابتی بررسی شده در ایران هم تا قبل از بروز عوارض از بیماری خود آگاهی نداشتند. حالا بررسی آمارنامه دارویی کشور هم همین مسئله را نشان می‌دهد که متفورمین اصلی‌ترین داروی خوراکی بیماران مبتلا به دیابت در صدر تجویزهای کشور در سال جاری قرار دارد؛ این در حالی است که به‌گفته امیرحسین حبیبیان، معاون مرکز آمار و فناوری اطلاعات بیمه سلامت، امسال چیزی حدود ۳۸۰میلیارد تومان هم هزینه تامین انسولین‌های قلمی بوده و این عدد برای تامین تمامی انسولین‌های موردنیاز بیماران به بیش از هزار میلیارد تومان هم رسیده است. به‌گفته این مسئول «اطلاعات سامانه نسخه الکترونیک در سال جاری نشان می‌دهد ۱۱۶قلم داروی تجویز شده در فهرست گران‌ترین داروهای تجویزی در کشور هستند که این داروها بیشتر برای بیماران خاص و صعب‌العلاج، در ۲۸استان کشور تجویز شده‌اند. برخی از این داروها هم از ۷۰میلیون تا یک‌میلیارد تومان قیمت دارند که به‌صورت رایگان در اختیار بیماران قرار گرفته‌اند.»

**۴دسته**
دارویی بدون نسخه (OTC) شامل آنتی‌بیوتیک‌های خوراکی، مُسکن‌ها، داروهای تزریقی غیربستری و دگزامتازون در ایران مصرف‌شان در مقایسه با سایر کشورها بالاست و عمدتا به‌صورت خوددرمانی استفاده می‌شوند.

**۵میلیارد دلار**
ارزش بازار داروی ایران اعلام می‌شود که این عدد در ۱۰سال گذشته حدود ۳.۵میلیارد دلار بوده است. رشد جمعیت و افزایش تعداد افراد بالای ۵۵سال ۲عامل اصلی رشد بازار دارویی کشور است.

**۳۰درصد**
افزایش مصرف داروی متفورمین در ۹ماه سال‌جاری نسبت به سال گذشته ثبت شده است؛ این در حالی است که در ۶ماه نخست امسال بیش از ۱۱۹میلیون و ۵۰۰هزار بار متفورمین تجویز شده؛ درحالی‌که در ۶ماه سال قبل ۸۲میلیون بار تجویز شده بود.

**۱۶درصد**
یعنی چیزی حدود ۱۵میلیون نفر در حال حاضر جمعیت بالای ۵۵سال کشور را تشکیل می‌دهند که این عدد طی یک‌دهه آینده به ۲۳درصد خواهد رسید و متقاضیان دارو را هم متعاقبا افزایش می‌دهد.

**۳دسته**
دارویی در سامانه نسخه الکترونیک به‌ترتیب جزو پرتجویزترین‌وپرمصرف‌ترین داروها هستند؛ شامل متفورمین، آاس‌آ و لوزارتان برای درمان دیابت و پرفشاری خون.

**۳برابر**
بیشتر از برخی کشورهای عضو سازمان همکاری‌های اقتصادی (اکو)، ایرانی‌ها آنتی‌بیوتیک مصرف می‌کنند که منجر به مشکلات گوارشی و پوستی می‌شود و می‌تواند سرانه مصرف سایر داروها را هم افزایش دهد.

**۳۸۰میلیارد تومان**
در سال جاری برای داروی انسولین قلمی هزینه شده که پرهزینه‌ترین داروی تحت پوشش بیمه سلامت از ابتدای ۱۴۰۲ تاکنون بوده است؛ این عدد برای تامین تمامی انسولین‌ها به بیش از هزار میلیارد تومان هم می‌رسد.

عدد خبر

**۱۲۶ مرکز**
سطح۳ خدمات تخصصی و ۷۱مرکز سطح۲ تخصصی درمان ناباروری در کشور طی ۲سال اخیر ایجاد شده است. این امر در حالی عملیاتی شده است که به‌گفته مسئولان وزارت بهداشت، تا مرداد ۱۴۰۰، تعداد مراکز سطح۲ ناباروری کشور، صفر بود.

**۱۰۰ مرکز**
سلامت روان در کشور راه‌اندازی خواهد شد. دانشگاه پایلوت اجرای این برنامه دانشگاه علوم پزشکی تهران بوده است.
این برنامه با عنوان طرح سراج در حال گسترش است تا کاهش و پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی حاصل شود.

نکته روز

## ترس و اضطراب از پیری

جمعیت کشور رو به سالمندی است. یکی از بحران‌های آتی کشور هم، جمعیت سالمندان و مسائل مرتبط با آن است.
اساسا ترس از پیری، از مواردی است که روح و روان بخشی از کسانی که در آستانه ورود به این دوره هستند را خراش می‌دهد.
در این‌باره، سمیه معتضدیان، روانپزشک، به مهر می‌گوید: «اختلالات خلقی، اضطرابی و زوال‌عقل، شایع‌ترین مشکلات دوران سالمندی است. سالمندی دوره جدا و منفک‌شده‌ای از سایر مراحل زندگی نیست بلکه مرحله مهمی از رشد است که به سایر مراحل زندگی انسان پیوند زده شده است.»
او معتقد است تغییراتی که در مغز به‌دلیل سالمندی و عوارض طبیعی آن رخ می‌دهد، می‌تواند فرد را مبتلا به اضطراب، افسردگی و حتی ترس از پیری کند. این روانپزشک، مهم‌ترین راه پیشگیری از افسردگی در سالمندان را حضور در جمع‌های خانوادگی می‌داند و اینکه برنامه‌هایی برای سالمندان باید تدارک دیده شود که حس مفید بودن داشته باشند.

ادامه از صفحه ۲۰

| ردیف | کد ملک | همدان آدرس ملک | پلاک ثبتی | نوع ملک | کاربری | عرصه | اعیان | قیمت پایه | توضیحات ملک شماره تماس کارگزاری استان: ۰۹۱۸۸۳۶۹۹۷۵ | شرایط پرداخت |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ۱ | ۵/۰۱۱۴۲۷ | همدان–شهرک بهشتی–بلوار صیاد شیرازی–اواسط خیابان فرهنگ–۱۲ متری بعثت–سمت چپ–کوچه فرهنگ ۲–پلاک ۹–ساختمان آرین–طبقه سوم–واحد سمت جنوب (سمت حیاط) | ۱۷۵/۱۰۷۸۱ | آپارتمان | مسکونی | قدرالسهم | ۵۷/۱۰ | ۲,۰۳۷,۱۶۱,۴۵۸ | متصرف دارد–سهم بانک ۱۳/۷۰ سهم مشاع از ۹۶ سهم می باشد–دارای پارکینگ و انباری. | الف |
| ۲ | ۵/۰۱۰۵۷۵ | ملایر – روستای مهدی آباد | ۱۱/۱۹ | زمین | مزروعی | ۱۲۲۷۷۷ | ۰ | ۵,۹۸۳,۸۴۴,۰۴۰ | متصرف دارد – سهم بانک ۲۲ شعیر و بیست و هشت صدم شعیر مشاع از ۴۱ شعیر و نود دو،نود و ششم شعیر مشاع از ۹۶ شعیر از ششدانگ | پ |
| ۳ | ۵/۰۶۸۷۹ | اسد آباد – قبل روستای جنت آباد – بر جاده اصلی رستوران راه کربلا | ۴۸/۴۶۳ | ساختمان | رستوران مسکونی | ۶۰۰ | ۳۳۰ | ۳۷,۰۷۲,۰۳۱,۲۵۰ | متصرف دارد – در حال حاضر طبقه همکف رستوران و طبقه فوقانی مسکونی می باشد – سهم بانک ۷۹/۰۸۷ سهم مشاع از ۹۶ سهم | ن |
| ۴ | ۵/۰۱۰۸۷۳ | لالجین–میدان شهرداری–جنب مسجد سجاد | فاقد سند ثبتی | ساختمان | درمانی | ۴۲۳/۸۹ | ۲۱۱۰ | ۸۵,۰۶۵,۳۶۷,۸۰۷ | متصرف دارد–سهم بانک ۳۰/۱۷ سهم از ۹۶ سهم شش دانگ می باشد–اعیان شامل زیر زمین،همکف، اول و طبقات دوم و سوم که به صورت نیمه تمام می باشد–دو دانگ از عرصه ملک اوقافی می باشد – فاقد سند – بصورت مبایعه نامه عادی واگذار می شود و اخذ سند مالکیت و هزینه های مترتبه کلاً و جزئاً به عهده خریدار می باشد | پ |
| ردیف | کد ملک | یزد آدرس ملک | پلاک ثبتی | نوع ملک | کاربری | عرصه | اعیان | قیمت پایه | توضیحات ملک شماره تماس کارگزاری استان: ۰۹۱۳۱۴۰۴۲۴۲ | شرایط پرداخت |
| ۱ | ۵/۰۱۰۸۵۸ | تفت–جاده شهرک سفید کوه–مجتمع غذایی یزد گلسرخ | ۵۱۵۷/۲۹ | کارگاه | صنعتی | ۲۹۶۱/۶ | ۱۵۰۰ | ۴۵,۹۶۵,۹۹۵,۵۵۶ | متصرف دارد–سهم بانک ۳۷/۳۳۷ سهم مشاع از ۷۲ سهم | پ |


## آگهی مزایده از طریق کمیسیون حراج شماره آگهی : ۱۰۱-۱۴۰۲/۹۶

**شهرداری منطقه ۱۳ تهران** در نظردارد موضوعات ذیل را از طریق مزایده عمومی (کمیسیون حراج) به بخش خصوصی واگذار نماید؛
بدینوسیله از متقاضیان واجد شرایط ذیل دعوت بعمل می‌آید جهت شرکت در مزایده و دریافت اسناد و مدارک به امور قراردادهای منطقه ۱۳ مراجعه نمایند:

| ردیف | موضوع مزایده | قیمت پایه کارشناسی ماهیانه (ریال) | جمع کل قیمت کارشناسی برای ۱۲ ماه شمسی (ریال) | مبلغ سپرده شرکت در مزایده (ریال) | نوبت چاپ آگهی |
|---|---|---|---|---|---|
| ۱ | حق بهره برداری از بوفه درب چهارم(خیابان گل مریم تقاطع خیابان بلوط- بوفه شماره ۵) بوستان جنگلی سرخه حصار بصورت اجاره | ۲۷۵,۰۰۰,۰۰۰ | ۳,۳۰۰,۰۰۰,۰۰۰ | ۸۲۵,۰۰۰,۰۰۰ | اول |
| ۲ | حق بهره برداری از سالن آمفی تئاتر کوثر بصورت اجاره | ۱۳۰,۰۰۰,۰۰۰ | ۱,۵۶۰,۰۰۰,۰۰۰ | ۳۹۰,۰۰۰,۰۰۰ | اول |
| ۳ | حق بهره برداری از یک باب مغازه واقع در خیابان دماوند- پاساژ بابایی- واحد ۶۳ | ۶۵,۰۰۰,۰۰۰ | ۷۸۰,۰۰۰,۰۰۰ | ۷۸,۰۰۰,۰۰۰ | دوم |
| ۴ | حق بهره برداری از یک باب مغازه واقع در خیابان دماوند- پاساژ بابایی- واحد ۶۶ | ۵۸,۰۰۰,۰۰۰ | ۶۹۶,۰۰۰,۰۰۰ | ۶۹,۶۰۰,۰۰۰ | دوم |
| ۵ | حق بهره برداری از سر قفلی تجاری خیابان ۱۷ شهریور-نبش خیابان صفا- پلاک ۱۷۹۱ | ۴۵۰,۰۰۰,۰۰۰ | ۵,۴۰۰,۰۰۰,۰۰۰ | ۲۷۰,۰۰۰,۰۰۰ | چهارم |
| ۶ | حق بهره برداری از فضای کارآفرینی واقع در پارک خیام | ۱۰۰,۰۰۰,۰۰۰ | ۱,۲۰۰,۰۰۰,۰۰۰ | ۱۲۰,۰۰۰,۰۰۰ | دوم |

**الف) شرایط مزایده ردیف۱-:** ۱) اشخاص حقیقی یا حقوقی ۲) ارائه حداقل یک نمونه قرارداد یا سابقه مرتبط با موضوع مزایده و ارائه یک رضایت نامه از کارفرمای قبلی مرتبط با موضوع مزایده الزامی است.
**ب)شرایط مزایده ردیف ۲:** ۱)اشخاص حقیقی یا حقوقی طبق مستندات مندرج در شرایط خصوصی ۲)ارائه یک رضایت نامه از کارفرمای قبلی مرتبط با موضوع مزایده الزامی است.
**پ) شرایط مزایده ردیفهای ۳-۵:** ۱) اشخاص حقیقی یا حقوقی ۲)ارائه یک رضایت نامه از کارفرمای قبلی مرتبط با موضوع مزایده الزامی است.
**ت) شرایط مزایده ردیف ۶:** ۱) اشخاص حقیقی یا حقوقی(موسسه یا خیریه های فعال در حوزه توانمند سازی) با تائید اداره آسیبهای اجتماعی۲) دارا بودن صلاحیت فنی، تخصصی و اخلاقی مرتبط با موضوع مزایده از مراجع ذیصلاح اعم از(سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای و اصناف) در رابطه با رشته هایی که مقرر است به مخاطبین ارائه خدمت نماید. ۳ ) دارا بودن رزومه معتبر و قابل قبول و سوابق کاری در حوزه های مختلف فرهنگی و اجتماعی ۴) دارا بودن مدرک معتبر مربیان در حوزه تخصصی خود از موسسات و سازمانهای مرتبط
**ث) محل دریافت اسناد و قبول پیشنهادات:** میدان امام حسین(ع)، خیابان دماوند، بعد از بزرگراه امام علی ( ع ) ضلع شرقی بیمارستان بوعلی، ساختمان ستادی شهرداری منطقه ۱۳، طبقه سوم، امور قراردادهای منطقه ۱۳- تلفن تماس:۹۶۰۳۹۲۵۱. ضمنا کلیه اسناد به صورت فایل PDF بوده لذا جهت دریافت اسناد توسط متقاضی همراه داشتن فلش ممموری الزامی می‌باشد.
**ج) میزان سپرده شرکت در مزایده و شماره حساب:** مبلغ سپرده شرکت در مزایده باید **بصورت نقدی** به حساب شماره ۱۰۰۱۰۰۰۰۱۳۰ بانک شهر شعبه میدان امام حسین(ع) به نام شهرداری منطقه ۱۳واریزگردد.( **ضمنا ارائه ضمانت نامه بانکی معتبر بلامانع می باشد**).
**چ) مهلت دریافت و تحویل اسناد مزایده:** از تاریخ انتشار آگهی به مدت ۱۰ روز
**ح)روز ، تاریخ ، ساعت قرائت پیشنهادات مزایده :** متعاقباً و به نحو مقتضی به اطلاع شرکت‌کنندگان خواهد رسید.
**خ) تعهد:** اجرای ضوابط بهداشت، ایمنی و محیط زیست بر اساس استانداردهای HSE-MS و ISO 140001 الزامی می باشد.
بدیهی است پیشنهاد دهندگان باید یک نسخه از اسناد و مدارک مزایده را از امور قراردادهای منطقه ۱۳ دریافت و ضمن مطالعه دقیق ، تمام صفحات آن را امضاء و به پیشنهاد خود ضمیمه و در پاکتهای لاک و مهر شده(طبق مفاد اسناد دریافتی) به دبیرخانه منطقه تسلیم نمایند. ضمناً شرکت در مزایده و ارائه پیشنهاد به منزله قبول شروط و تکالیف مقرر در اسناد مزایده بوده و شهرداری در رد یک یا کلیه پیشنهادات مختار است.در صورت حضور شرکتهایی با هیئت مدیره مشترک و ضمانت اجرائی یکسان،پیشنهاد هر دو شرکت رد خواهد شد و واگذاری بیش از یک پیمان به بهره بردار صرفاً با تشخیص و صلاحدید اعضای کمیسیون مزایده امکان پذیر است.
**همچنین هزینه انتشار آگهی برعهده برنده مزایده می باشد.توضیح اینکه در صورت وجود هرگونه مغایرت بین آگهی مزایده و اسناد و مدارک موضوع مزایده ، اولویت با اسناد و مدارک موضوع مزایده می‌باشد. شایان ذکر است اسناد مزایده از طریق تالار آگهی معاملات شهرداری تهران به نشانی business.tehran.ir قابل رویت می‌باشد.**
متقاضیان می‌توانند ضمن تحویل اسناد مزایده بصورت فیزیکی در محل تحویل و در مدت زمان مقرر، نسبت به بارگذاری اسناد ( پاکت الف ) در سایت http://business.tehran.ir اقدام و درصورت نیاز به دریافت اطلاعات و اخذ راهنمایی با شماره تلفن‌های ۸۴۱۶۱۷ و ۸۴۱۶۱۲۰۲ سازمان فناوری اطلاعات و ارتباطات شهرداری تهران تماس حاصل نمایند.

**روابط عمومی شهرداری منطقه ۱۳**



## آگهی مناقصه عمومی شماره ۶۰ - ۱۴۰۲

**شهرداری منطقه ۱۲** در نظر دارد اجرای عملیات مشروحه ذیل را از طریق مناقصه عمومی با اعتبار به صورت نقد و غیرنقد به بخش خصوصی (اشخاص حقوقی) واگذار نماید، بدینوسیله واجدین شرایط می‌توانند جهت دریافت اسناد مناقصه به امور قراردادهای منطقه ۱۲ واقع در میدان شهدا، نبش خیابان عظیم‌زادگان طبقه دوم مراجعه نمایند. جهت دریافت اسناد داشتن فلش الزامی می‌باشد. در صورت مغایرت آگهی با مفاد اسناد مناقصه ملاک عمل اسناد مناقصه می‌باشد.

| ردیف | موضوع پروژه | برآورد اولیه پروژه (ریال) | سپرده شرکت در مناقصه در قالب ضمانت‌نامه بانکی و یا واریز نقدی (ریال) | مدت انجام خدمات (ماه) | شرایط متقاضی | مهلت دریافت و تحویل اسناد |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ۱ | عملیات نورپردازی جهت مناسب‌سازی پارک شهر (نصب المان‌های نوری) | ۶۶/۹۹۸/۵۸۲/۲۵۰ | ۲/۱۰۰/۰۰۰/۰۰۰ | ۱۲ | دارا بودن گواهینامه تعیین توان فنی و تشخیص صلاحیت معتبر در رشته نیرو و رتبه مرتبط با مبلغ پیمان از سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی کشور | از تاریخ انتشار آگهی تا حداکثر ۱۰ روز اسناد را تحویل دبیرخانه منطقه ۱۲ گردد. |
| ۲ | عملیات نصب داربست و کفراژ در پروژه‌های تاریخی، بازار، هرندی و پروژه‌های طرح من شهردارم | ۶۹/۹۶۲/۵۰۰/۰۰۰ | ۲/۱۰۰/۰۰۰/۰۰۰ | ۱۲ | دارا بودن اساسنامه مرتبط | |
| ۳ | عملیات تهیه چاپ، نصب، نگهداری و جمع‌آوری بنر جهت مراسم و مناسبت‌ها، فضاهای تاریخی و پروژه‌های طرح من شهردارم | ۹۹/۹۰۰/۰۰۰/۰۰۰ | ۳/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ | ۱۲ | دارا بودن گواهینامه تعیین توان فنی و تشخیص صلاحیت معتبر در رشته صنعت از سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی کشور یا رشته چاپ و نصب بنر از اداره کل برنامه‌ریزی و سرمایه انسانی معاونت خدمات شهری و محیط زیست شهرداری تهران و رتبه مرتبط با مبلغ پیمان | |
| ۴ | عملیات نقاشی نما با تکنیک رنگ آکریلیک مکان‌های تاریخی بازار و پروژه‌های طرح من شهردارم | ۴۹/۷۹۱/۳۳۰/۰۰۰ | ۱/۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰ | ۱۲ | دارا بودن گواهینامه تعیین توان فنی و تشخیص صلاحیت در رشته ابنیه از سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی کشور یا رشته رنگ‌آمیزی از اداره کل برنامه‌ریزی و سرمایه انسانی معاونت خدمات شهری و محیط‌زیست شهرداری تهران و رتبه مرتبط با مبلغ پیمان | |

ضمناً برای تمامی ردیف‌های کارت الکترونیکی پیمانکاران صرفا می‌بایست توسط حوزه معاونت خدمات شهری و محیط زیست شهرداری تهران تایید گردیده و نام حوزه نیز در ردیف مد نظر با وضعیت معتبر در کارت الکترونیکی درج شده باشد و همچنین ارائه گواهینامه صلاحیت ایمنی پیمانکاری از وزارت کار و تعاون و رفاه اجتماعی الزامی می‌باشد. (ارائه گواهی تایید صلاحیت ایمنی موقت نیز بلامانع است.)

**روابط عمومی شهرداری منطقه ۱۲**