

عدد خیر

۲ استان

۳۰ سال

تغذیه

گیلان و مازندران بیشترین آمار زایمان سزارین را دارند که نزدیک به ۸۰ تا ۹۰ درصد است. فاطمه محمدبیگی، نماینده مجلس با اعلام این مطلب تأکید کرده است: «کمترین میزان ولادت در کشور هم به نام این ۳ استان ثبت شده و هشدار اضمحلال جمعیتی در آنها به صدا درآمده است.»

آینده ایران با کاهش جمعیت و سالمندی مواجه خواهد شد. حسین فرشی، معاون بهداشت وزارت بهداشت گفته: «متخصصان زنان نقش پررنگ در زمینه جوانی جمعیت ایفا می‌کنند. بسیاری از امور مرتبط با افزایش جمعیت هم برعهده وزارت بهداشت است که قبل از بارداری تا بعد از تولد نوزاد، مراقب سلامت مادران و فرزندان است.»

غذاهایی که وزن را اضافه نمی‌کنند

خوردن وعده‌های غذایی و میان‌وعده‌های کوچک‌تر تقریباً هر ۳ ساعت یکبار می‌تواند به حفظ سطح قند خون پایدارتر در طول روز کمک کند. همچنین می‌تواند از گرسنگی شدید پیشگیری کند تا در زمان ناهار یا شام پر خوری نکنید. البته متخصصان توصیه می‌کنند که میان‌وعده‌ها از حدود ۱۰۰ تا ۲۰۰ کالری بیشتر نشوند که از جمله آنها می‌توانید این خوراکی‌ها را در برنامه غذایی بگنجانید: آجیل که سرشار از پروتئین و چربی‌های سالم است. انگور که یک میان‌وعده مغذی به‌شمار می‌رود. هوموس غذایی معروف و پرطرفدار لبنانی، جو دوسر به‌عنوان یک کربوهیدرات پیچیده بدون اینکه قند خون را افزایش دهد. آووکادو میوه‌ای سرشار از مواد مغذی به‌عنوان منبع قدرتمند از چربی‌های غیراشباع سالم برای قلب یا درت بوده‌اند و حتی میوه‌های تازه که می‌توان به شکل خرد شده در حد یک فنجان میل کرد.

کاهش تلفات جاده‌ای ضروری است

محمدرضا ظفرقندی، وزیر بهداشت: سالانه ۲۰ هزار نفر بر اثر تصادفات جان خود را از دست می‌دهند که بیشتر آنها جزو جمعیت جوان کشور محسوب می‌شوند. باید موضوع تصادفات در کانون توجه دستگاه‌ها قرار بگیرد تا بتوانیم با هم افزایش میزان مرگ‌ومیر ناشی از تصادفات را به ۱۴ هزار مورد برسانیم.



خیران ۱۰۰۰ دستگاه آمبولانس می‌خرند

رئیس اورژانس کشور از اینکه چرا آمبولانس‌ها دیر می‌رسند و چطور می‌خواهند مشکلات را کاهش دهند، می‌گوید

گزارش پروانه بندی روزنامه نگار

اورژانس کشور یکی از مهم‌ترین مسئولیت‌ها را در زمینه خدمت‌رسانی به مردم بر عهده دارد؛ اما از جمله سامان‌هایی است که با کمبودهای فراوانی دست‌وپنجه نرم می‌کند و آنطور که رئیس این سازمان می‌گوید، با چالش‌های مختلفی مواجه است؛ از کمبود نیرو گرفته تا فرسودگی ۳ هزار دستگاه آمبولانس که بالای ۱۷ سال کار کرده‌اند و لازم است که از رده خارج شوند. به مناسبت نزدیک شدن به هفته اورژانس، بهانه خوبی دست داد تا سراغ این سازمان امدادی مهم برویم و با دکتر جعفر معیادفر، رئیس اورژانس کشور گفت‌وگو می‌داشتیم تا نکته‌ها و آمار خوش را با خوانندگان ما به اشتراک بگذاریم.



آمبولانس‌ها مدام خراب می‌شوند

در دنیا معمولاً آمبولانس‌ها فقط ۵ سال استفاده می‌کنند ولی آمبولانس‌های ما ۱۷ سال استفاده می‌شوند. آمبولانس‌ها به علت فرسودگی مدام خراب می‌شوند و باید به تعمیرگاه برده شوند. به‌خاطر فرسودگی زیاد ممکن است زمان زیادی در تعمیرگاه بمانند. امیدواریم با بودجه مصوب، بتوانیم کمبودها را ۴-۳ ساله رفع کنیم. اکنون خیران هم وارد



در حال حاضر در کشور وجود دارد که ۵۵ درصد آنها فرسوده است

۱۷ ساله در کشور وجود دارد که هزینه نگهداری بالایی دارند. تدارک دیده شده که ۱۳۰ مورد آن توزیع و تا پایان شهریور یا مهر همه این ۵۵۰ دستگاه توزیع خواهد شد.

قرار است در بودجه مصوب امسال از فروش خودروها به خرید آمبولانس اختصاص یابد

۱۰۰ آمبولانس	قرار است مناقصه خرید آنها به زودی برگزار شود
۸۷۵ آمبولانس	در چندماه اخیر وارد ناوگان اورژانس کشور شده است

کوتاه‌تر از گذارش

درمان ناباروری برای ۲ میلیون نفر

تفره پوشش خدمات درمان ناباروری در مراکز دولتی به ۹۰ درصد رسیده و از زمان اجرای قانون جوانی جمعیت تاکنون حدود ۲ میلیون نفر از این خدمات درمانی استفاده کرده‌اند. صابر جباری، دبیر جمعیت وزارت بهداشت با بیان این مطلب درباره اقدامات انجام شده برای رشد نرخ باروری در کشور بیان کرد: «نرخ باروری در ایران به صورت آبشاری سقوط داشته، اما اکنون این روند کاهشی متوقف شده است.» به گفته این مسئول اکنون در سراسر کشور مراکز درمان ناباروری سطح ۳ وجود دارد و مراکز سطح ۲ هم در تمام مراکز دانشگاهی راه‌اندازی شده است.

درمان ناباروری سطح ۲ در کشور ایجاد شده و حضور متخصص طب ایرانی در این مراکز الزامی است

مراجعات به مراکز سطح ۲ درمان ناباروری با موفقیت همراه است

درمان ناباروری سطح ۳ در تمام استان‌ها وجود دارد که این تعداد ۵۰ مرکز دولتی و بقیه خصوصی هستند

در حال حاضر با بیمه سلامت قرارداد منعقد کرده‌اند و در حوزه ناباروری خدمات ارائه می‌کنند

ارتباطی وزارت بهداشت به منظور ثبت شکایات است و خط ۱۶۰ این سامانه مربوط به ثبت شکایات در حوزه جوانی جمعیت می‌شود

آگهی مناقصه عمومی

دومرحله‌ای شرکت سرمایه‌گذاری شهر فراخوان خریدسخت‌افزار تجهیزات رایانه‌ای شرکت واحدتوبوسرانیتهران

شرکت سرمایه‌گذاری شهر وابسته به شهرداری تهران در نظر دارد خرید سخت‌افزار و تجهیزات رایانه‌ای شرکت واحد اتوبوسرانی تهران به شماره ۱۴۰۳/۰۶/۰۵۶ تا ساعت ۱۴:۰۰ را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) برگزار نماید. کلیه مراحل برگزاری فراخوان از دریافت و تحویل اسناد فراخوان تا بازگشایی پاکتها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد. متقاضیان شرکت در فراخوان در صورت عدم عضویت در سامانه، نسبت به ثبت نام و دریافت گواهی امضای الکترونیکی (به صورت برخط) برای کلیه صاحبان امضای مجاز و مهر سازمانی اقدام لازم را به عمل آورند.

مواعد زمانی:

- تاریخ انتشار فراخوان: ۱۴۰۳/۰۶/۲۰
- مهلت دریافت اسناد فراخوان: ۱۴۰۳/۰۶/۲۶ ساعت ۱۹:۰۰ عصر
- مهلت ارسال پیشنهادات: ۱۴۰۳/۰۷/۰۸ ساعت ۱۰:۰۰ صبح
- زمان بازگشایی پاکت‌ها: ۱۴۰۳/۰۷/۰۸ ساعت ۱۴:۰۰ بعد از ظهر
- اطلاعات تماس و آدرس شرکت سرمایه‌گذاری شهر: تهران - خیابان حضرت ولی عصر (عج) - بالاتر از خیابان زرتشت - کوچه میرهادی - پلاک ۷ - تلفن ۴۲۷۱۶۰۰

شرکت سرمایه‌گذاری شهر

اصلاحیه آگهی مناقصه عمومی

پیرو آگهی مناقصه عمومی سازمان عمرانی مناطق شهرداری تهران مندرج در صفحه ۱۶ روزنامه همشهری مورخ ۱۴۰۳/۰۶/۰۸، مناقصه ردیف ۸۱۸۴ با موضوع «تعمیر و سلفق ۱۱ پایگاه پشتیبانی مدیریت بحران (اولویت دوم)»، با توجه به «بند ب ماده ۲۴ قانون برگزاری مناقصات» و به دلیل تغییرات زیاد در اسناد لغو می‌گردد.

آگهی مناقصه

شرکت تامین سرمایه بانک مسکن در نظر دارد تهیه اجناس تخریب و بازسازی ساختمان مسکونی با موقعیت اداری کارائنه واقع در کارائنه جنوبی را از طریق مناقصه واگذار نماید از شرکت‌های فعال در حوزه ساختمان دعوت به عمل می‌آید جهت هماهنگی بازدید و تحویل اسناد مناقصه از تاریخ ۱۴۰۳/۰۶/۲۴ لغایت ۱۴۰۳/۰۶/۲۷ به آدرس سعادت آباد بلسوار فرهنگ نرسیده به میدان فرهنگ نبش کوچه پیوند دو مجتمع سه‌سپه اول واحد یک مراجعه و یا جهت دریافت اطلاعات بیشتر با شماره تماس ۰۹۰۲۷۵۵۱۸۴۸ تماس حاصل فرمایند. آخرین مهلت ارسال پاکت‌های پیشنهادی توسط متقاضیان تا پایان وقت اداری روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۶/۲۸ به واحد دبیرخانه شرکت تامین سرمایه بانک مسکن می‌باشد.

خانه کهنه khaneh

آگهی مناقصه عمومی

دومرحله‌ای - نوبت اول

شرکت خانه (سهامی خاص) در نظر دارد: عملیات تهیه، تأمین، بارگیری، حمل و باراندازی مصالح و اجرای عملیات خاکبرداری، حفاری، شمع، فونداسیون، دیوار حائل، اسکلت بتنی، سفت‌کاری، نازک‌کاری، نما و محوطه به همراه اجرای کامل تأسیسات برقی و مکانیکی و تحویل و راه‌اندازی برج دو قلو آبانو پروژه نمک آبرود را به صورت ۷۰٪ تهازت و با واحدهای برج دو قلو آبانو متعلق به شرکت خانه، به اشخاص حقوقی دارای توان فنی، مالی، تشکیلاتی و سوابق اجرایی مرتبط و دارای حداقل صلاحیت رتبه ۲ ابنیه واگذار نماید. لذا از کلیه واجدین شرایط دعوت می‌شود با پرداخت مبلغ ۴۰۰۰۰۰۰۰ ریال (غیر قابل استرداد) از تاریخ ۱۴۰۳/۰۷/۲۰ لغایت ساعت ۱۵ مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۲۴ ضمن در دست داشتن معرفی‌نامه، به نشانی: تهران - خیابان ولیعصر - خیابان دمشق - پلاک ۸ - شرکت خانه، دفتر امور قراردادهای مراجعه و اسناد را دریافت نمایند و در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۸۸۹۰۹۱۰۱ داخلی ۲۰۱ تماس حاصل نمایند. ضمناً تضمین شرکت در مناقصه عمومی مبلغ ۴۰۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال بوده و آخرین مهلت تکمیل و تحویل اسناد به شرکت خانه تا ساعت ۱۵:۰۰ مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۲۴ می‌باشد؛ به پیشنهادهای مشروط و مبهم و پیشنهادهایی که با شرایط مندرج در آگهی اختلاف داشته باشد و یا بعد از مهلت مقرر واصل گردد، مطلقاً ترتیب اثر داده نخواهد شد. بدیهی است، این شرکت، در رد یا قبول هر یک یا تمام پیشنهادهای، بدون آنکه نیاز به ذکر دلیل یا ارائه مستندات باشد، مخیر است. هزینه درج آگهی به عهده برنده مناقصه می‌باشد. شرایط تکمیلی شرکت در مناقصه در اسناد موجود است و پیشنهاد دهندگان می‌بایست یک نسخه از شرایط مناقصه را دریافت و پس از امضاء و مهر نمودن آن، به پیشنهاد خود ضمیمه نمایند.

شرکت خانه

آگهی مناقصه عمومی (نوبت دوم)

دعوت به شرکت در مناقصه طراحی، تأمین، ساخت، نصب و راه‌اندازی برج خنک‌کننده فابریک کلاس نفت پارس

شرکت نفت پارس در نظر دارد طراحی، تأمین، ساخت، نصب و راه‌اندازی (EPC) برج خنک‌کننده فابریک کلاس خود را از طریق مناقصه عمومی به شرکت واجد شرایط واگذار نماید. لذا از کلیه متقاضیان محترم دعوت می‌شود از تاریخ درج آگهی تا مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۰۱ نسبت به دریافت اسناد مناقصه از طریق وبگاه شرکت نفت پارس به آدرس: <http://www.parsoilco/fa/tender.html> اقدام نمایند.

- مهلت ارسال پاکت پیشنهادهای مربوطه تاریخ ۱۴۰۳/۰۷/۱۵ می‌باشد.
- واگذاری مشروط بر حصول شرایط قانونی، بر مبنای اسناد انجام خواهد شد.
- به پیشنهادهای فاقد: امضا/ مهر، مشروط، مبهم، فاقد تضمین/ سپرده شرکت در مناقصه و پیشنهادهایی که بعد از مدت مقرر در اسناد مناقصه واصل شود، ترتیب اثر داده نخواهد شد.
- این آگهی صرفاً به منزله دعوت به مناقصه می‌باشد و بدیهی است شرکت نفت پارس در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادها مختار است.

آگهی مناقصه عمومی (نوبت دوم)

دعوت به شرکت در مناقصه نقشه برداری، طراحی، تأمین، ساخت، نصب و راه‌اندازی بویلر ۸۵ تن

شرکت نفت پارس در نظر دارد نقشه‌برداری، طراحی، تأمین، ساخت، نصب و راه‌اندازی بویلر ۸۵ تن خود را از طریق مناقصه عمومی به شرکت واجد شرایط واگذار نماید. لذا از کلیه متقاضیان محترم دعوت می‌شود از تاریخ درج آگهی تا مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۰۱ نسبت به دریافت اسناد مناقصه از طریق وبگاه شرکت نفت پارس به آدرس: <http://www.parsoilco/fa/tender.html> اقدام نمایند.

- مهلت ارسال پاکت پیشنهادهای مربوطه تاریخ ۱۴۰۳/۰۷/۱۵ می‌باشد.
- واگذاری مشروط بر حصول شرایط قانونی، بر مبنای اسناد انجام خواهد شد.
- به پیشنهادهای فاقد: امضا/ مهر، مشروط، مبهم، فاقد تضمین/ سپرده شرکت در مناقصه و پیشنهادهایی که بعد از مدت مقرر در اسناد مناقصه واصل شود، ترتیب اثر داده نخواهد شد.
- این آگهی صرفاً به منزله دعوت به مناقصه می‌باشد و بدیهی است شرکت نفت پارس در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادها مختار است.

آگهی مناقصه عمومی دو مرحله‌ای شماره ۱۴۰۳/۱۹

سازمان آتش‌نشانی و خدمات ایمنی تهران در نظر دارد، انجام تعمیرات پمپ‌های تخصصی خود را طبق مشخصات مندرج در اسناد مناقصه، از طریق برگزاری مناقصه عمومی دومرحله‌ای واگذار نماید. لذا از کلیه اشخاص حقیقی و حقوقی توانمند و واجد شرایط دارای مجوزهای معتبر دعوت بعمل می‌آید از تاریخ درج این آگهی به مدت یک هفته در ساعات اداری، ضمن وارز مبلغ ۴۰۰۰۰۰۰۰ ریال بابت شرکت در مناقصه به حساب جاری شماره ۱۰۰۹۳۳ بانک شهر شعبه آزادی - یادگار کد ۲۱۸ به نام این سازمان (قبایل برداخت در کلیه شعب بانک شهر) و در دست داشتن معرفی نامه و رسید وجه پرداختی (رسید در رنگ) به دبیرخانه کمیسیون معاملات واقع در تهران خیابان آزادی، نبش خیابان میمنت مراجعه نمایند.

- برنده شرکت در مناقصه مبلغ ۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال می‌باشد.
- مهلت ارائه پیشنهادها: ۱۵ روز از تاریخ انتشار آگهی می‌باشد.
- انجام معامله از طریق انعقاد قرارداد صورت می‌پذیرد.
- محل تسلیم پاکت پیشنهادها، دبیرخانه سازمان واقع در تهران خیابان آزادی نبش خیابان میمنت می‌باشد.
- سازمان در پذیرش یا رد یک یا کلیه پیشنهادات مختار می‌باشد.

روابط عمومی و امور بین الملل سازمان آتش‌نشانی و خدمات ایمنی تهران

آگهی مناقصه عمومی

شماره ۱۴۰۳/۰۷/۰۲

نوبت دوم

صنایع شهید زین‌الدین در نظر دارد بویلر را برابر مشخصات فنی از طریق برگزاری مناقصه عمومی به پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید

۱- ساخت برج خنک‌کننده فابریک کلاس نفت پارس

۲- تأمین اقلام و اجرای سیستم ساعقه گیر و ارتینگ

۳- شرایط و مدارک اولیه متقاضیان (اشخاص حقوقی):

- ۱- دارا بودن سابقه و ارائه رزومه کاری مرتبط ۲- داشتن توانایی مالی و ارائه ضمانت‌نامه بانکی بابت سپرده شرکت در مناقصه ۳- دارا بودن حسن سابقه کار، تخصص، تجربه و دانش فنی کافی
- ۴- ارائه تأییدیه صلاحیت ایمنی وزارت کار ۵- داشتن گواهی‌نامه سمان معتبر

از متقاضیان محترم که توانایی انجام کار را دارند، دعوت می‌شود حداکثر به مدت ۱۰ روز از تاریخ درج نوبت دوم این آگهی جهت دریافت اسناد شرکت در مناقصه و همچنین ارائه پیشنهاد قیمت به جزایم تعطیل و پنجشنبه‌ها در ساعات اداری (۸ الی ۱۵) به نشانی: کیلومتر ۳۵ جاده خواران، صنایع شهید زین‌الدین، معاونت بازرگانی امور قراردادهای مرجعه و یا جهت کسب اطلاعات بیشتر به نشانی: **۳۶۰۷۶۳۳۴-۳۶۰۷۶۳۵۵-۲۱** تماس حاصل نمایند.

اگرانه مدارک مذکور هیچگونه حقی را برای متقاضیان جهت شرکت در مناقصه ایجاد نخواهد کرد و این صنایع در رد یا قبول هر یک از پیشنهادها مختار است.

ضمناً هزینه درج آگهی به عهده برنده/ برندگان مناقصه می‌باشد.

صنایع شهید زین‌الدین - معاونت بازرگانی

شرکت انبارهای عمومی و خدمات گمرکی تهران

شرکت انبارهای عمومی و خدمات گمرکی تهران در نظر دارد جهت انجام فعالیت‌های تخلیه و بارگیری کالا نسبت به شناسایی راننده و خدمه چرتقیل و مکانیک با مشخصات ذیل اقدام نماید. متقاضیان می‌توانند جهت آگاهی از شرایط عمومی و خصوصی به آدرس سایت شرکت <https://pwcs.co.ir> مراجعه و پس از تکمیل اطلاعات درخواستی فرم‌های مربوطه را از طریق پستی به آدرس تهران بزرگراه فتح خیابان خلیج فارس - انتهای خیابان شهید بهشتی واحد اداری به کد پستی ۱۳۷۹۶۵۶۴۱۱ ارسال نمایند.

عنوان شغل	مدارک تحصیلی	مدارک مورد نیاز	محل خدمت
راننده چرتقیل ۹۰ تن	دیپلم یا بالاتر	دارای گواهینامه پایه یکم ویژه چرتقیل یا حداقل ۵ سال سابقه کار	تهران
راننده چرتقیل ۵۵ تن	دیپلم یا بالاتر	دارای گواهینامه پایه یکم ویژه چرتقیل یا حداقل ۵ سال سابقه کار	تهران
راننده چرتقیل ۵۰ تن	دیپلم یا بالاتر	دارای گواهینامه پایه یکم ویژه چرتقیل یا حداقل ۵ سال سابقه کار	استان کردستان (مرز باشماق) و استان گلستان (مرز اینچه برون)
ریگر (خدمه چرتقیل)	دیپلم یا بالاتر	دارای گواهینامه ریگری چرتقیل یا حداقل ۲ سال سابقه کار	تهران/استان کردستان(مرز باشماق) و استان گلستان(مرز اینچه برون)
تعمیرکار	دیپلم فنی یا بالاتر	تعمیر کارماشین آلات سنگین، چرتقیل و هیدرولیک یا حداقل ۵ سال سابقه کار	تهران

جهت کسب اطلاعات بیشتر در ساعات اداری با شماره ۶۶۲۷۷۲۵ تماس حاصل نمایید.