صفحه‌آرا: مهرداد هاشمیان

دارو سال آینده چند درصد گران می‌شود

اکبر عبداللهی اصل، مدیرکل دارو و مواد تحت کنترل سازمان غذا و دارو، درباره افزایش قیمت دارو در سال ۱۴۰۴ گفته اگر ارز ۲۸۵۰۰ تومانی دارو به‌طور کلی حذف شود قیمت مواد اولیه ۳ برابر خواهد شد و افزایش ۴۰ درصدی را در حوزه دارو خواهیم داشت، البته توقع این است بیش از ۲۰ درصد رشد نداشته باشیم.

خبرهایی که نمی‌بینید

عواقب مصرف بی‌رویه دمنوش‌های گیاهی

رامش مهرآیین، کارشناس نظارت بر فرآورده‌های طبیعی، سنتی و مکمل دانشگاه علوم پزشکی قزوین نسبت به مصرف بی‌رویه دمنوش‌های گیاهی هشدار داده و گفته که استفاده از گیاهان دارویی به مقدار متعادل معمولا عاری از خطر و ضرر است، اما مصرف بیش از اندازه آن باعث مسمومیت‌های شدید شود.

فرصت طلایی برای یک عمر سلامتی

طرح پیشگیری با هدف حذف عوامل خطر سلامت برای کودکان از دوران جنینی اجرا می‌شود

گزارش
مریم سرخوش
روزنامه‌نگار

لابد بسیار شنیده‌اید که می‌گویند پیشگیری، بهترین درمان است. بد نیست بدانید که در حوزه پیشگیری، تقسیم‌بندی‌های خاصی وجود دارد و طلایی‌ترین بازه زمانی موجود به هزار روز طلایی اول معروف است، یعنی ۲۷۰روزی که جنین در شکم مادر است و ۲سال اول. اگر شما این هزار روز را خوب مدیریت کنید، آینده روانی و فیزیکی فرزندتان را برای همیشه بیمه کرده‌اید. در این‌باره، پای صحبت‌های فرشید عابدی، معاون پیشگیری سازمان بیمه سلامت نشسته‌ایم. این سازمان ۲طرح پیشگیرانه را در این بازه زمانی در ۲نقطه کشور اجرایی کرده که نتایج جالبی داشته است. با هم نکته‌های مطرح‌شده را مرور می‌کنیم.

طرح: محمدرضا اکبری

۱ در طرحی که در شهرستان کهیوج کرمان، زهک سیستان و زرند کرمان آغاز کردیم، هدف‌مان این بود که هیچ عامل خطری در کودک ایجاد نشود.

۲ هدف این است که کودک در ۲سال اول، صفحه نمایش(تلویزیون، موبایل، تبلت و...) تماشا نکند. در ۲تا ۵سالگی، بیشتر از یک ساعت در روز درگیر نباشد و بعد از ۵سالگی، با اجازه والدین این اجازه را داشته باشد.

۳ مطالعه‌ای کردیم و دیدیم کودکانی که این چیزها را رعایت نکرده‌اند ۳برابر کسانی که رعایت کرده‌اند اضطراب و افسردگی داشته‌اند.

۴ اگر اقدامات پیشگیرانه در هزار روز طلایی کودکان محقق شود، مصرف آنتی‌بیوتیک‌ها و ویزیت کودک توسط پزشک و متخصص کاهش می‌یابد.

۵ در مرحله بعدی پیشگیری، تا ۸سالگی را برنامه‌ریزی می‌کنیم. هدف این است کودک در این مرحله آسیب مغزی و روانی نبیند و دچار سوءتغذیه نشود.

۶ چالش بزرگ ما تغییر ذائقه کودکان است. این امر باعث می‌شود میکروبیوم‌های روده‌ای در این گروه تغییر کند و منجر به ایجاد بیماری‌های خودایمنی شود.

توصیه‌های آکادمی روانشناسان کودکان آمریکا

- هر نوع صفحه نمایش برای کودکان کمتر از ۲ سال ممنوع
- درصورت ضرورت، بین ۱۸تا ۲۴ماهگی، استفاده از صفحه نمایش فقط برای آموزش
- برای ۲تا ۵سال، تعیین یک ساعت در روزهای هفته و ۳ساعت در آخر هفته برای موارد غیرآموزشی
- ۶سال به بالا محدودیت ندارد، ولی بهتر است فعالیت‌هایی غیراز آن داشته باشد.
- کودک را برای استفاده کردن از صفحه نمایش تنبیه نکنید، بلکه تشویق به تحرک و بیرون رفتن کنید.

تهدید بیماری‌های مزمن

چاقی و کم‌تحرکی از جمله عوامل آسیب‌زا در سلامت آینده کودکان است و آنها را در معرض ابتلا به بیماری‌های مزمن از جمله دیابت قرار می‌دهد. همین حالا هم متخصصان می‌گویند سن فشار خون و دیابت در کشور کاهش پیدا کرده و باید از کم‌تحرکی و افزایش وزن کودکان پیشگیری کرد.

سبک زندگی

کاهش دور کمر با ۱۵۰دقیقه ورزش

تحقیقات نشان می‌دهد اختصاص تنها ۲,۵ساعت در هفته به ورزش‌های هوازی می‌تواند منجر به کاهش قابل توجه سایز دور کمر و چربی بدن شود. متاآنالیز ۱۱۶کارآزمایی بالینی تصادفی با ۶,۸۸۰مشارکت‌کننده بزرگسال مبتلا به اضافه‌وزن یا چاقی، اثربخشی تمرینات هوازی منظم را برجسته می‌کند. براساس این مطالعه، دور کمر، وزن بدن و سطح چربی به‌صورت خطی با افزایش مدت زمان ورزش هوازی کاهش می‌یابد.

۱ چراورزش‌های هوازی معجزه می‌کند؟

ورزش‌های هوازی مانند پیاده‌روی سریع، دوچرخه‌سواری یا شنا، به‌طور ویژه ذخایر چربی در ناحیه میانی بدن را هدف قرار می‌دهند. این فعالیت‌ها با افزایش ضربان قلب و حفظ شدت متوسط تا شدید، کالری سوزی و متابولیسم چربی را افزایش می‌دهند. با گذشت زمان، این تلاش یک دور کمر باریک‌تر ایجاد می‌کند.

۲ باورزش بیشتر چه اتفاقی می‌افتد؟

درحالی که ۱۵۰دقیقه در هفته حداقل آستانه است، این مطالعه نشان می‌دهد که افزایش زمان تمرین به ۳۰۰دقیقه در هفته می‌تواند نتایج مربوط به کاهش ذخایر چربی در ناحیه میانی بدن را تقویت کند.

شما نیازی به تمرینات شدید یا تغییرات شدید در رژیم غذایی خود ندارید. در عوض، سازگاری با فعالیت‌های با شدت متوسط می‌تواند به شما در دستیابی به نتایج قابل توجه کمک کند.

فعالیتی را انتخاب کنید که از آن لذت می‌برید؛ چه دوچرخه‌سواری باشد یا دو یا پیاده‌روی.

به تدریج روال خود را بسازید

اگر ۱۵۰ دقیقه سخت است، از مدت زمان کمتر شروع کنید و هر هفته زمان اضافه کنید.

با تمرینات قدرتی ترکیب کنید

تمرینات مقاومتی با کاهش چربی، بدن شما را تقویت می‌کند.

پیشرفت خود را پیگیری کنید

گزارشی از تمرینات و اندازه‌گیری‌های دور کمر خود را برای حفظ و افزایش انگیزه نگه دارید.

تغذیه

چرا از این روغن استفاده نمی‌کنید؟

روغن بادام زمینی سزاوار توجه بیشتری است. در این مطلب به برخی از مزایای سلامتی شگفت‌انگیز آن اشاره می‌کنیم.

محافظت در برابر بیماری قلبی: به‌طور طبیعی سرشار از فیتوسترول است که برای جذب با کلسترول رژیمی رقابت می‌کند و سطح کلسترول را کاهش می‌دهد.

منبع طبیعی برای طول عمر: سوراترول، یک آنتی اکسیدان قوی موجود در این روغن اغلب با سلامت قلب و عروق، کاهش التهاب و بهبود عملکرد مغز مرتبط است. این ترکیب همچنین با مزایای ضدپیری همراه است، زیرا با استرس اکسیداتیو، که به آسیب سلولی سرعت می‌بخشد مبارزه می‌کند.

تأثیر در بهبود زخم: دارای غلظت بالایی از ویتامین E (توکوفرول) است که خاصیت ارتجاعی پوست را بهبود می‌بخشد و بهبود زخم را تسریع می‌کند.

بهترین حالت برای متعادل کردن هورمون‌ها: این روغن حاوی اسیدهای چرب غیراشباع چندگانه (PUFA) مانند اسید لینولئیک و پیش‌ساز تولید هورمون است.

طب ایرانی

سیب درمانی

متخصصان طب ایرانی، عقیده دارند که سیب اساسا یک میوه درمانگر است. تعجب کردید؟ احتمالا والدین شما هم برای درمان برخی از بیماری‌هایی که داشته و داشته‌اید از سیب استفاده کرده‌اند. اما چطور؟ به توصیه کارشناسان طب ایرانی از سیب به این ۴ شکل می‌توانید برای درمان استفاده کنید:

۱ امروزه چاقی، گریبان بسیاری از کودکان ما را گرفته است. اگر کودک‌تان درگیر چنین وضعیتی است، به او سیب بدهید.

۲ به کودکی هم که از لاغری رنج می‌برد سیب بدهید؛ البته آب سیب.

۳ این یکی را احتمالا خیلی امتحان کرده‌اید، اینکه اگر کودکی دچار اسهال شد، سیب رنده شده تغییر رنگ داده شده به او بدهید تا مشکلش را رفع کند.

۴ به کودکی هم که یبوست دارد سیب بدهید، ولی سیب پخته.

آگهی مناقصه شماره ۱۴۰۳/۲۰

شهرداری منطقه ۲۰ تهران در نظر دارد موارد ذیل را از طریق مناقصه عمومی به بخش خصوصی واگذار نماید، لذا از اشخاص حقوقی واجد شرایط دعوت به عمل می آید:

ردیف	موضوع مناقصه	مبلغ برآورد اولیه (ریال)	وضعیت اعتباری	میزان سپرده شرکت در مناقصه (ریال)	شرایط شرکت در مناقصه	مدت پیمان (ماه)	نوبت چاپ
۱	نگهداری فضای سبز عرصه جنگلکاری شمال واقع در منطقه ۲۰	۹۲،۱۳۴،۳۱۰،۴۴۰	نقد	۴،۶۱۰،۰۰۰،۰۰۰	دارا بودن گواهینامه تعیین توان فنی و تشخیص صلاحیت معتبر در رشته کشاورزی با رتبه مرتبط با مبلغ پیمان از سازمان برنامه و بودجه کشور. ارائه پرینت کاری شامل تعداد کار، سقف ریالی مجاز توسط پیمانکار الزامی می‌باشد. ارائه تاییدیه کارت الکترونیکی از سامانه تامین کنندگان و ارائه‌دهندگان خدمت از حوزه معاونت خدمات شهری و محیط زیست در روز بازگشایی پاکات الزامی می‌باشد.	۱۲	اول
۲	نگهداری فضای سبز عرصه جنگلکاری کوثر ولایت واقع در منطقه ۲۰	۱۱۶،۱۶۳،۴۸۷،۵۳۹	نقد	۵،۸۱۰،۰۰۰،۰۰۰		۱۲	اول
۳	نگهداری فضای سبز بوستان بانوان واقع در ناحیه پنج واقع در منطقه ۲۰	۲۷،۲۰۷،۰۱۰،۷۰۳	نقد	۱،۳۶۱،۰۰۰،۰۰۰		۱۲	اول
۴	نگهداری فضای سبز ناحیه شش واقع در منطقه ۲۰	۲۴۴،۴۷۱،۹۳۰،۱۰۶	نقد	۱۲،۲۲۴،۰۰۰،۰۰۰		۱۲	اول
۵	خرید گل در سطح منطقه ۲۰	۴۰،۵۹۱،۰۰۰،۰۰۰	نقد	۲،۰۳۰،۰۰۰،۰۰۰	اساسنامه مرتبط با موضوع پیمان و ثبت نام در سامانه تامین کنندگان و ارائه دهندگان خدمت شهرداری تهران و سایر شرایط مندرج در شرایط خصوصی	۶	اول
۶	تهیه، چاپ و نصب بنر در سطح منطقه ۲۰	۵۹،۶۳۲،۵۰۰،۰۰۰	نقد	۳،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰	دارا بودن گواهینامه تعیین توان فنی و تشخیص صلاحیت معتبر در رشته صنعت با رتبه مرتبط با مبلغ پیمان از سازمان برنامه و بودجه کشور یا رشته چاپ و نصب بنر از اداره کل برنامه‌ریزی و سرمایه انسانی معاونت خدمات شهری شهرداری تهران با رتبه مرتبط با مبلغ پیمان - ارائه تاییدیه کارت الکترونیکی از سامانه تامین کنندگان و ارائه‌دهندگان خدمت از حوزه معاونت خدمات شهری و محیط زیست در روز بازگشایی پاکات الزامی می‌باشد.	۱۲	اول
۷	تهیه و نصب تجهیزات نور پردازی خیابان رحیمی محله ۱۳ آبان در منطقه ۲۰	۹۵،۳۱۳،۸۶۱،۱۳۴	نقد	۴،۷۷۰،۰۰۰،۰۰۰	دارا بودن گواهی تعیین توان فنی و تشخیص، صلاحیت معتبر در رشته نیرو با رتبه مرتبط با مبلغ پیمان از سازمان برنامه و بودجه کشور و ارائه تاییدیه کارت الکترونیکی از سامانه تامین کنندگان و ارائه‌دهندگان خدمت از حوزه معاونت خدمات شهری و محیط زیست در روز بازگشایی پاکات الزامی می‌باشد.	۶	دوم

در موارد فوق الزاماً می‌بایستی اشخاص حقوقی دارای اساسنامه شرکت، با موضوع مناقصه مرتبط باشد.

- محل دریافت اسناد و قبول پیشنهاد: واحد قراردادها مستقر در ساختمان مرکزی منطقه به نشانی: شهرری، میدان هادی ساعی، خیابان شهرداری، جنب دادگستری شهرستان ری و همچنین اسناد مناقصه از طریق تالار آگهی معاملات شهرداری تهران به نشانی business.tehran.ir قابل رویت و دریافت می باشد. ضمناً در هنگام دریافت اسناد به همراه داشتن فلش مموری الزامی است.

- میزان سپرده نقدی و شماره حساب: مبلغ سپرده شرکت در مناقصه باید به صورت نقدی بحساب ۱۰۰۴۵۶۸۴۸۰ جاری نزد بانک شهر شعبه شهرداری شهرری واریز گردد. یا ضمانت نامه بانکی معتبر سه ماهه با قابلیت تمدید

- مهلت دریافت و ارائه اسناد: ۱۰ روز از تاریخ درج آگهی

- اجرای ضوابط زیست محیطی و مفاد دستور العمل (HSEPLAN) از الزامات انجام پروژه ها بوده و رعایت آن از طرف پیمانکار الزامی می باشد. ضمناً، می بایست جهت اخذ تأئیدیه به واحد HSE مراجعه نمائید.
- کلیه شرکت کنندگان موظف به ثبت نام در سامانه ابلاغ الکترونیک قضایی ثنا و ارائه پرینت آن می باشند.
- روز، ساعت و محل قرائت پیشنهادها در اسناد مناقصه منظور شده است.
- تمامی متقاضیان شرکت در مناقصه موظفند در هنگام تحویل پاکات به دبیرخانه، نسبت به ارائه شناسه ملی برای اشخاص حقوقی اقدام نمایند.
- بدیهی است شرکت در مناقصه و ارائه پیشنهاد به منزله قبول شروط و تکالیف مقرر در اسناد مربوطه و رعایت مفاد ماده ۱۰ آئین نامه معاملات شهرداری تهران می باشد و شهرداری در رد یک یا کلیه پیشنهادها مختار است. ضمناً مشروح شرایط مناقصه در اسناد مناقصه درج می باشد که شرکت کنندگان باید مدارک را پس از اخذ، مهر و امضاء نموده و در پاکتهای لاک و مهر شده تحویل نمایند. همچنین هزینه آگهی به عهده برنده مناقصه می باشد.
- متقاضیان می توانند ضمن تحویل اسناد مناقصه/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 در صورت 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 ۲۰ تهران

نوبت دوم

آگهی مناقصه عمومی

شرکت برج میلاد تهران (وابسته به شهرداری تهران - بهره بردار مجموعه برج میلاد تهران) در نظر دارد عملیات احداث مسیر دسترسی برج و موتورخانه مرکزی مجموعه برج میلاد تهران (ماشین رو) را با مشخصات مشروحه در اسناد را از طریق مناقصه عمومی واگذار نماید.بدین وسیله از اشخاص حقوقی واجد شرایط جهت شرکت در مناقصه دعوت بعمل می آید.

الف) دستگاه مناقصه گزار: شرکت برج میلاد تهران به نمایندگی از شهرداری تهران

ب) مدت اجرای کار: ۸ ماه شمسی

ج) برآورد پایه مناقصه بر اساس فهرس بهای راه و باند و توزیع نیروی برق سال ۱۴۰۳ سازمان برنامه و بودجه کشور می باشد و مبلغ برآورد با احتساب ضریب بالاسری معادل ۱۹۸/۳۷۳/۸۱۱/۱۱۴ ریال می باشد.

د) شرایط مورد نیاز : ۱- ارائه تصویر حداقل رتبه بندی ۴ راه و ترابری سازمان برنامه و بودجه کشور ۲- ظرفیت آزاد حداقل تا سقف مبلغ پیشنهادی

ه) محل دریافت اسناد و قبول پیشنهادات: بزرگراه شیخ فضل اله نوری، ورودی همت شرق، کنار گذر اختصاصی برج میلاد تهران، جنب سایت نمایشگاهی، ساختمان اداری، طبقه همکف، اداره حقوقی و امور قراردادها - تلفن ۸۵۸۵

و) شماره حساب خرید اسناد: پرداخت مبلغ ۱۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال به حساب جاری شماره ۱۰۰۹۰۰۰۰۰۰ بانک شهر شعبه گیشا بنام شرکت برج میلاد تهران (این مبلغ غیر قابل استرداد می باشد.)

ز) شماره حساب واریز مبلغ سپرده شرکت در مناقصه : واریز مبلغ ۹/۹۱۸/۶۹۰/۵۵۶ ریال به حساب سپرده شماره ۷۰۰۲۳۰۸۴۰۴ بانک شهر شعبه پاکنژاد، کد ۲۴۰ به نام شرکت برج میلاد تهران و یا ضمانتنامه معتبر بانکی معادل مبلغ مذکور

ح) مهلت ارائه اسناد: ده روز از تاریخ نشر این آگهی جهت خرید، تکمیل و تحویل اسناد فرصت می باشد، بدیهی است شرکت در مناقصه و ارائه پیشنهادات به منزله قبول شروط و تکالیف مقرر در اسناد مناقصه بوده و شرکت برج میلاد تهران در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادات مختار است ضمنا مشروح شرایط مناقصه در اسناد درج گردیده و شرکت کنندگان باید اسناد را پس از اخذ، با قید کلمه (قبول است) امضاء نموده و در پاکتهای لاک و مهر شده تحویل نمایند. همچنین هزینه هر نوبت آگهی به عهده برنده مناقصه می باشد.

ط) کلیه متقاضیان شرکت در مناقصه می بایست در هنگام تحویل پاکات به دبیرخانه، نسبت به ارائه شناسه ملی برای اشخاص حقوقی اقدام نمایند.

شرکت برج میلاد تهران

نوبت دوم

آگهی مناقصه عمومی

شرکت برج میلاد تهران (وابسته به شهرداری تهران - بهره بردار مجموعه برج میلاد تهران) در نظر دارد عملیات بازسازی و مرمت رستوران گردان و آشپزخانه مرکزی مجموعه برج میلاد تهران را با مشخصات مشروحه در اسناد را از طریق مناقصه عمومی واگذار نماید.بدین وسیله از اشخاص حقوقی واجد شرایط جهت شرکت در مناقصه دعوت بعمل می آید.

الف) دستگاه مناقصه گزار: شرکت برج میلاد تهران به نمایندگی از شهرداری تهران

ب) مدت اجرای کار: ۶ ماه شمسی

ج) برآورد پایه مناقصه بر اساس فهرس بهای سال ۱۴۰۳ سازمان برنامه و بودجه کشور می باشد و مبلغ برآورد با احتساب ضریب بالاسری معادل ۱۳۵/۶۵۶/۰۶۰/۳۰۹ ریال می باشد.

د) شرایط مورد نیاز : ۱- ارائه تصویر حداقل رتبه بندی ۵ ساختمان و ابنیه سازمان برنامه و بودجه کشور ۲- ظرفیت آزاد حداقل تا سقف مبلغ پیشنهادی

ه) محل دریافت اسناد و قبول پیشنهادات: بزرگراه شیخ فضل اله نوری، ورودی همت شرق، کنار گذر اختصاصی برج میلاد تهران، جنب سایت نمایشگاهی، ساختمان اداری، طبقه همکف، اداره حقوقی و امور قراردادها - تلفن ۸۵۸۵

و) شماره حساب خرید اسناد: پرداخت مبلغ ۱۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال به حساب جاری شماره ۱۰۰۹۰۰۰۰۰۰ بانک شهر شعبه گیشا بنام شرکت برج میلاد تهران (این مبلغ غیر قابل استرداد می باشد.)

ز) شماره حساب واریز مبلغ سپرده شرکت در مناقصه : واریز مبلغ ۶/۷۸۲/۸۰۳/۰۱۵ ریال به حساب سپرده شماره ۷۰۰۲۳۰۸۴۰۴ بانک شهر شعبه پاکنژاد، کد ۲۴۰ به نام شرکت برج میلاد تهران و یا ضمانتنامه معتبر بانکی معادل مبلغ مذکور

ح) مهلت ارائه اسناد: ده روز از تاریخ نشر این آگهی جهت خرید، تکمیل و تحویل اسناد فرصت می باشد، بدیهی است شرکت در مناقصه و ارائه پیشنهادات به منزله قبول شروط و تکالیف مقرر در اسناد مناقصه بوده و شرکت برج میلاد تهران در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادات مختار است ضمنا مشروح شرایط مناقصه در اسناد درج گردیده و شرکت کنندگان باید اسناد را پس از اخذ، با قید کلمه (قبول است) امضاء نموده و در پاکتهای لاک و مهر شده تحویل نمایند. همچنین هزینه هر نوبت آگهی به عهده برنده مناقصه می باشد.

ط) کلیه متقاضیان شرکت در مناقصه می بایست در هنگام تحویل پاکات به دبیرخانه، نسبت به ارائه شناسه ملی برای اشخاص حقوقی اقدام نمایند.

شرکت برج میلاد تهران

طرحسا TARHSA

آگهی مزایده عمومی ملک اداری

کد ملک ۲۷۶۴ — نوبت دوم

شرکت طرح و سامان امواج کیش(سهامی خاص)، از شرکت های تابعه شرکت کشتیرانی جمهوری اسلامی ایران در نظر دارد ملک مازاد خود را واقع در تهران، خیابان حافظ شمالی، نرسیده به خیابان کریمخان، بن بست وحدت، پلاک ۵ با کاربری اداری، از طریق مزایده عمومی با وضعیت موجود به فروش برساند.

علاقه مندان به شرکت در مزایده می‌توانند از تاریخ نشر آگهی با مراجعه به شرکت به نشانی: تهران، خیابان قائم مقام فراهانی، نبش کوچه شبنم، پلاک ۱۰۱، طبقه سوم از روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۱۰/۲۲ تا تاریخ ۱۴۰۳/۱۱/۰۶ به جز پنجشنبه و ایام تعطیل از ساعت ۸ صبح لغایت ۱۶ مراجعه و اسناد مزایده را دریافت و ضمن مطالعه ضوابط و رعایت مقررات مربوطه، پیشنهاد قیمت خود را همراه با اوراق تکمیل شده در پاکت دربسته مزایده قرار داده و تا پایان وقت اداری روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۱۱/۱۳ به نشانی شرکت تحویل و رسید دریافت نمایند. بازگشایی پاکات با حضور نمایندگان شرکت طرح و سامان امواج کیش، نهادهای نظارتی و متقاضیان ساعت ۱۴ روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۳/۱۱/۱۵ در سالن جلسات شرکت برگزار می گردد.

متقاضیان می‌توانند به منظور هماهنگی لازم برای بازدید یا هر گونه سوال احتمالی در زمینه ملک موضوع مزایده با شماره تلفن‌های ۸۴۲۰۹۳۰۰ و ۸۴۲۰۹۲۷۴ تماس حاصل نمایند.

کد ملک	شرکت مالک	نوع ملک	نوع کاربری	متر مربع عرصه	متر مربع اعیان	مساحت مفید	پلاک اصلی / فرعی	قیمت پایه تعیین شده (ریال)	درصد مالکیت
۲۷۶۴	طرح وسامان امواج کیش	آپارتمان	اداری	۱۰۸۲.۶۱	۵۰۸۳	۳۳۴۶.۵۷	۳۲۸۲/۷	۳,۳۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	شش دانگ سند تک برگ

شرایط پرداخت: مبلغ کل مبایعه نامه طی چهار قسط به ترتیب ۴۵ درصد همزمان با امضاء مبایعه نامه، ۲۵ درصد ۲ ماه بعد از امضاء مبایعه نامه، ۲۵ درصد ۴ ماه بعد از امضاء مبایعه نامه (همزمان با تحویل) و ۵ درصد همزمان با انتقال سند دریافت می گردد.