صفحه‌آرا: حامد یزدانی

طب سنتی

مسکن خانگی برای دندان‌درد

درمان گران در حوزه دندانپزشکی خیلی‌ها را از مراجعه به دندانپزشکان و رفع مشکلات‌شان در این حوزه منصرف کرده است؛ اگرچه نه درباره آسیب‌های جدی به دندان، اما درباره برخی موارد از جمله حساسیت‌های دندانی می‌توان درمان‌های خانگی را درنظر گرفت. این حساسیت زمانی ایجاد می‌شود که مینای دندان که از لایه‌های داخلی دندان محافظت می‌کند، دچار فرسودگی شود. یکی از مؤثرترین و بهترین درمان‌های طبیعی برای تسکین فوری حساسیت دندان، مخلوط روغن میخک و نمک است. این روغن حاوی اوژنول است و به‌عنوان یک مسکن طبیعی و عامل ضدباکتری، دندان حساس را بی‌حس می‌کند و التهاب را کاهش می‌دهد. نمک هم خاصیت ضدعفونی‌کنندگی دارد و میکروب‌ها و عفونت را از بین می‌برد. این محلول را با ۲ تا ۳قطره روغن میخک، نصف قاشق چایخوری نمک و چند قطره آب گرم آماده کنید و با یک تکه پنبه به‌مدت ۵ تا ۱۰دقیقه روی دندان خود نگه دارید و سپس با آب ولرم بشویید.

سبک زندگی

طول عمر بیشتر با رژیم غذایی سالم

یک مطالعه جدید نشان می‌دهد که رژیم غذایی سالم‌تر می‌تواند طول عمر را بین ۶ تا ۷سال در بزرگسالان میانسال و ۱۰سال در بزرگسالان جوان افزایش دهد. در این مطالعه یک رژیم غذایی بهینه برای افزایش طول عمر اعلام شده که عمدتا حاوی مقادیر زیادی حبوبات (لوبیا، نخود و عدس)، غلات کامل (جو دوسر، جو و برنج قهوه‌ای)، دانه‌ها و گوشت قرمز و فرآوری‌شده کمتر است. محققان این مطالعه همچنین توصیه کرده‌اند که مصرف غذاهای فرآوری‌شده، گوشت قرمز، محصولات لبنی پرچرب، غذاهای با قند بالا و غذاهای از پیش بسته‌بندی‌شده حذف شود و مصرف میوه و سبزیجات افزایش پیدا کند. رژیم غذایی بهینه‌ای که محققان در این مطالعه کشف کرده‌اند شامل بسیاری از مواد غذایی با آنتی‌اکسیدان بالاست. این تغییر رژیم غذایی نامطلوب به مطلوب در سن ۶۰سالگی، امید به زندگی را ۸سال و برای افراد ۸۰ساله هم تقریبا ۳٫۵سال افزایش می‌دهد.

یک پرستار به جای ۳ نفر کار می‌کند

وحید زمان‌زاده، رئیس شورای‌عالی سازمان نظام پرستاری با هشدار نسبت به کمبود نیروی پرستاری در کشور گفت: پرستاران به‌دلیل کمبود نیرو، وظایف تکنسینی انجام می‌دهند و هر پرستار به جای ۲ یا ۳ نفر کار می‌کند اما حقوق ثابت، تعرفه یا اضافه‌کاری که می‌گیرد در حد پایه است.

خبرهایی که نمی‌بینید

داروهایی که کبد را تهدید می‌کند

نازیلا یوسفی، سرپرست دفتر نظارت و پایش مصرف فرآورده‌های سلامت سازمان غذا و دارو گفت: برخی داروها مانند ایبوپروفن، دیکلوفناک و ناپروکسن می‌توانند باعث تجمع چربی در کبد شوند. حتی استامینوفن که بسیاری آن را بی‌ضرر می‌دانند هم درصورت مصرف بی‌رویه ممکن است به کبد آسیب برساند.

جیب خالی سلامت

بی‌پولی، وضعیت نظام سلامت ما را با مشکلاتی روبه‌رو کرده است

گزارش
مریم سرخوش
روزنامه‌نگار

۹۹درصد نیاز بازار دارویی کشور تولید داخل است. علاوه بر این، خدمات پزشکی به‌گونه‌ای عرضه می‌شود که نیاز به اعزام بیماران به خارج از کشور را به صفر رسانده است. اما حوزه سلامت مدت‌هاست که با یک چالش جدی دست و پنجه نرم می‌کند؛ چالش نقدینگی که چند وقتی است به شدت تشدید هم شده است. از حوزه دارو گرفته تا تجهیزات پزشکی و خدمات درمانی در بیمارستان‌هایی که بخش عمده‌ای از آنها گرفتار فرسودگی شده‌اند، اما این چالش چگونه نظام سلامت درخشان ما را با مشکل روبه‌رو می‌کند؟

صنعت داروسازی

فعالان حوزه دارو بیش از ۳۰هزار میلیارد تومان مطالبه دارند که آنها را در تامین هزینه‌ها و خدمت‌رسانی با مشکلات متعددی مواجه کرده است.

حوزه پرستاری

محدودیت منابع مالی، منجر به کاهش نیروهای انسانی شده است. طوری که بخش‌هایی از بیمارستان‌ها با وجود داشتن تجهیزات مدرن، به دلیل نبودن نیروی پرستاری تعطیل مانده‌اند.

پروژه‌های بیمارستانی

۷۰درصد بیمارستان‌ها و ساختمان‌های درمانی کشور فرسوده‌اند که این میزان در تهران ۸۰ درصد است. ۹۰ درصد این ساختمان‌ها هم امکان مقاوم‌سازی ندارند و باید جایگزین شوند. با وجود این پروژه‌های جایگزین بیمارستانی دچار رخوت شده است.

تخت‌های بیمارستانی

کل تخت‌های بیمارستانی در ایران بیش از ۱۵۰هزار است و بودجه بهسازی و ایمن‌سازی آنها حدود ۱۸ هزار میلیارد تومان. تابستان امسال هم دبیر انجمن نگهداری و مدیریت دارایی‌ها از غیرقابل استفاده بودن بیش از ۶۰درصد تجهیزات پزشکی از جمله تخت‌های بیمارستانی خبر داد.

ریشه اصلی بحران کجاست؟

- کاهش ارزش پول ملی
- عدم‌برنامه‌ریزی دولت برای توسعه بیمارستان‌های دولتی
- تمرکز بیمارستان‌های خصوصی در پایتخت

چه باید کرد؟

- اختصاص منابع مالی کافی
- کمک گرفتن از ظرفیت بخش خصوصی
- برنامه‌ریزی جامع و بازنگری در سیاست‌های اقتصادی و بهداشتی کشور
- افزایش سهم حوزه سلامت از تولید ناخالص داخلی

طرح: محمدعلی حلیمی

ماجرا چیست؟

دکتر محمدرضا واعظ‌مهدوی، رئیس انجمن اقتصاد سلامت ایران:

- افزایش نرخ ارز، تورم را رقم زده و کسری بودجه دولت هم به مسئله‌ای جدی تبدیل شده و بار مالی طرح‌های عمرانی را به‌شدت رشد داده است.
- دولت در این شرایط مجبور شده حدود ۱۵۰ میلیارد دلار بیشتر از پیش‌بینی‌های اولیه هزینه کند تا پروژه‌های عمرانی را به سرانجام برساند.
- سرمایه‌ای که باید ظرف دو تا سه سال به بهره‌برداری برسد، ممکن است ۲۰ سال به طول بینجامد؛ یعنی مستهلک شدن پروژه‌ها و افزایش هزینه‌ها.
- بیشتر پروژه‌های درمانی و بهداشتی و بیمارستانی در تهران و شهرهای بزرگ متمرکز شده و می‌شوند، درحالی‌که مناطق محروم از توسعه زیرساخت‌های درمانی بازمانده‌اند. در نتیجه مردم مناطق کم‌برخوردارتر، ناچارند هزینه‌های زیادی متحمل شوند تا از امکانات درمانی استفاده کنند.

تغذیه

پروانه بندپی؛ روزنامه‌نگار

بلاهایی که نان و برنج بر سرتان می‌آورد

نان و برنج از مواد غذایی محبوب ایرانی‌هاست و خیلی‌ها این دو ماده غذایی را به‌صورت همزمان مصرف می‌کنند، آن هم به بهانه اینکه سیر نمی‌شوند. این در حالی است که نان و برنج هر دو از منابع اصلی کربوهیدرات‌ها هستند و مصرف همزمان آنها منجر به دریافت بیش از حد کالری می‌شود. اگر این کالری اضافی به‌صورت فعالیت بدنی سوزانده نشود، به مرور زمان باعث افزایش وزن و چاقی است که خود، عامل خطر بسیاری از بیماری‌ها از جمله دیابت نوع ۲، بیماری‌های قلبی-عروقی و فشار خون بالاست. مسئله اینجاست که تکیه بیش از حد بر نان، فرد را از سایر گروه‌های غذایی مهم مثل سبزیجات، پروتئین‌ها و چربی‌های سالم غافل می‌کند و به او احساس بی‌نیازی می‌دهد. این موضوع می‌تواند منجر به کمبود ویتامین‌ها و مواد معدنی ضروری مانند آهن، کلسیم، ویتامین D و اسیدهای چرب امگا۳ شود. از سوی دیگر مصرف زیاد کربوهیدرات‌ها به‌خصوص اگر همراه با فیبر کافی نباشد، می‌تواند باعث مشکلات گوارشی مانند نفخ، یبوست یا سوءهاضمه هم بشود، چون برنج، نان‌های سفید و بسیاری از نان‌های سنتی فیبر کمی دارند.

راهکارهای ترک عادت

۱ **مصرف متعادل نان و برنج:** به جای مصرف هر دو این خوراکی‌ها، در وعده‌های غذایی یکی را انتخاب کنید یا مقدارشان را کاهش دهید.

۲ **انتخاب غلات کامل:** برنج را می‌توانید با نان سبوس‌دار مصرف کنید. مواد غذایی حاوی سبوس باعث احساس سیری طولانی‌تری می‌شوند.

۳ **مصرف بیشتر سبزیجات:** سبزیجات کم‌کالری هستند، فیبر بالایی دارند و می‌توانند به کنترل قند خون کمک کنند.

۴ **مصرف پروتئین و چربی‌های سالم:** حتماً در هر وعده غذایی منبعی از پروتئین (مانند مرغ، ماهی، حبوبات و...) و چربی‌های سالم (مانند روغن زیتون) داشته باشید.

۵ **فعالیت بدنی:** اگر کالری دریافتی شما بالاست، فعالیت بدنی منظم داشته باشید تا انرژی اضافی سوزانده شود.

دو نکته مهم

۱ اینکه بسیاری از افراد به‌دلیل عادت‌های فرهنگی یا روانی احساس می‌کنند، بدون نان سیر نمی‌شوند، ریشه در عادت‌های کودکی یا حتی جنبه‌های روانی تغذیه دارد.

۲ گاهی احساس گرسنگی یا نیاز به خوردن نان همراه غذا ناشی از کم‌آبی بدن است. نوشیدن آب کافی قبل از غذا می‌تواند به کنترل اشتها و کاهش تمایل به مصرف بیش از حد کربوهیدرات‌ها کمک کند.

مناقصه عمومی دو مرحله ای

شرکت تامین نیروی انسانی خطوط کشتیرانی کیش در نظر دارد از طریق تجدید مناقصه عمومی دو مرحله‌ای با موضوع تبدیل و تجهیز یکی از اتاق‌های شرکت به عنوان سالن برگزاری آزمون‌های ارتقاء و ساخت استودیو هوشمند در آن اتاق، که مشخصات آن به طور کامل در اسناد مناقصه ذکر گردیده است را برگزار نماید.
اشخاص حقوقی واجد شرایط می توانند از تاریخ انتشار این آگهی تا تاریخ **۱۴۰۳/۱۲/۱۴** با ارائه معرفی نامه معتبر (اشخاص حقوقی) جهت دریافت اسناد مناقصه در ساعات اداری به نشانی تهران، شیان، میدان شهید طجرلو، خیابان شهید طجرلو شرقی، شماره ۶۳، طبقه اول، دفتر حراست شرکت تامین نیروی انسانی خطوط کشتیرانی کیش مراجعه نمایند.
در صورت نیاز به اطلاعات تکمیلی متقاضیان می‌توانند با شماره تلفن ۷۲۴۱۵۶۳۶ تماس حاصل نمایند.
شرایط متقاضی شرکت در مناقصه:
- توانایی ارائه تضمین شرکت در مناقصه به مبلغ ۱,۵۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال

آگهی مزایده

یک شرکت سرمایه گذاری در نظر دارد نسبت به فروش یک دستگاه خودرو سواری MG مدل 2012 تیپ 550، رنگ مشکی با قیمت پایه مزایده ۹/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال به صورت نقدی از طریق مزایده عمومی اقدام نماید. علاقمندان می توانند از تاریخ ۱۴۰۳/۱۲/۰۶ لغایت ۱۴۰۳/۱۲/۱۴ جهت بازدید و تحویل اسناد شرکت در مزایده از ساعت ۸ الی ۱۴ به آدرس تهران، میدان آرژانتین، خیابان احمد قصیر، کوچه نهم، پلاک ۲ مراجعه و یا با شماره ۸۸۷۲۶۴۹۰ داخلی ۲۲۰ - ۲۱۰ و ۰۹۱۹۲۰۸۲۶۱۴ تماس حاصل نمایند.
میزان سپرده شرکت در مزایده: ۵ درصد قیمت پایه به صورت واریز به حساب و یا چک تضمینی بانکی مطابق اسناد مزایده
زمان بازگشایی پاکات: چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۵ در آدرس فوق

آگهی مناقصه عمومی

بیمارستان شهید دکتر چمران در نظر دارد خدمات نیروی انسانی شرکتی خود را از طریق مناقصه عمومی به پیمانکاران واجد شرایط دارای گواهی سمتا واگذار نماید. متقاضیان می‌توانند جهت دریافت اسناد مناقصه از تاریخ آگهی به مدت ۱۰ روز کاری به نشانی : تهران - میدان نوبنیاد - خیابان شهید لنگری - خیابان شهید فخری زاده(صنایع سابق) - بیمارستان شهید دکتر چمران - معاونت آماد - مدیریت امور قراردادها - به شماره تلفن: ۲۷۹۵۱۴۷۹_۲۷۹۵۱۴۷۴ مراجعه نمایند.
ضمنا هزینه انتشار آگهی بر عهده برنده مناقصه می‌باشد.

مناقصه عمومی دو مرحله ای

سازمان فناوری اطلاعات و ارتباطات tmicto.tehran.ir
شماره ۱۴۰۳/۲۹
شماره سیستمی ستاد ۲۰۰۳۱۰۱۳۹۷۰۰۰۰۲۵

سازمان فناوری اطلاعات و ارتباطات شهرداری تهران در نظر دارد نسبت به طراحی، تولید و پیاده سازی سامانه مدیریت پایش منابع آلاینده محیط زیست اداره کل محیط زیست و توسعه پایدار از طریق مناقصه عمومی اقدام کند. جهت کسب اطلاعات بیشتر و دریافت اسناد مناقصه می‌توانید به نشانی الکترونیکی www.setadiran.ir مراجعه نمایید.

آگهی مناقصه عمومی ۱۴۰۳/۳۰۸۹

شهرداری منطقه۱۱ در نظر دارد عملیات ذیل را از طریق مناقصه عمومی واگذار نماید. بدینوسیله از اشخاص حقیقی و حقوقی واجد شرایط جهت شرکت در مناقصه دعوت بعمل می آید:

ردیف	موضوع مناقصه	مبلغ برآورد اولیه (ریال)	سپرده شرکت در مناقصه (ریال)	مدت انجام خدمت	میزان ضمانت حسن اجرای تعهدات	شرایط متقاضی
۱	پروژه اصلاح و بازسازی سرویس بهداشتی بوستان های سطح منطقه ۱۱	۲۹,۹۹۱,۵۱۲,۱۵۵	۱,۵۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱۲ ماه شمسی	۱۰ درصد از مبلغ پیمان	دارای رتبه تعیین توان فنی و تشخیص صلاحیت معتبر در رشته ابنیه یا تاسیسات و تجهیزات و ظرفیت آزاد کاری از سازمان برنامه و بودجه کشور و همچنین دارای کارت الکترونیکی معتبر ارائه دهندگان خدمت و تامین کنندگان معاونت خدمات شهری و محیط زیست شهرداری تهران باشند.
۲	پروژه مرمت و بازسازی آبنماهای سطح منطقه ۱۱ سال ۱۴۰۳	۲۹,۰۴۹,۴۳۹,۳۳۶	۱,۴۵۳,۰۰۰,۰۰۰			
۳	مرمت و احداث مقبره الشهدا و بهسازی گلزار شهدا (نوبت سوم)	۱۰۱,۶۷۱,۱۴۶,۶۱۵	۵,۰۸۴,۰۰۰,۰۰۰	۱۲ ماه شمسی	۵ درصد از مبلغ پیمان	دارای گواهینامه صلاحیت پیمانکاری با حداقل پایه ۵ در رشته ابنیه از سازمان برنامه و بودجه کشور و کارت الکترونیکی معتبر ارائه دهندگان خدمت و تامین کنندگان شهرداری تهران و ظرفیت آزاد کاری در رشته ساختمان معاونت فنی و عمرانی شهرداری تهران باشند.
۴	تکمیل ساختمان پارک آموزش ترافیک شهرداری منطقه ۱۱	۳۴,۳۲۶,۰۴۵,۱۴۶	۱,۷۱۷,۰۰۰,۰۰۰			

مهلت پایان ارائه اسناد و ثبت پاکت: متقاضیان می‌توانند از تاریخ انتشار این آگهی حداکثر تا پایان وقت اداری روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۱۸ جهت دریافت، تکمیل و تحویل اسناد (ثبت پاکت های الف و ب) اقدام نمایند. ضمناً کلیه اسناد به صورت فایلPDFمی باشد، لذا جهت دریافت اسناد توسط متقاضی همراه داشتن فلش مموری الزامی می باشد.

الف) محل دریافت اسناد و قبول پیشنهادات : میدان قزوین، خیابان قزوین، شهرداری منطقه۱۱، ساختمان شماره یک، طبقه دوم، اداره امور قراردادها.
ب) میزان سپرده نقدی و شماره حساب : متقاضیان میبایست مبلغ سپرده شرکت در مناقصه را مطابق جدول فوق بصورت نقد به شماره حساب۱۰۰۶۰۷۱۹۵۴نزد بانک شهر شعبه خیابان قزوین واریز و فیش آنرا ارائه نمایند و یا بصورت ضمانتنامه بانکی معتبر تهیه و ارائه نمایند.
ج) سایر شرایط ارائه اسناد : شرکت در مناقصه و ارائه پیشنهاد به منزله قبول شروط و تکالیف مقرر در اسناد مناقصه بوده و شهرداری در رد هر یک یا کلیه پیشنهادها مختار خواهد بود. ضمناً مشروح شرایط مناقصه در اسناد درج گردیده و شرکت کنندگان باید مدارک را پس از اخذ مهر و امضاء نموده و در پاکت های «الف» و «ب» دریافتی به صورت لاک مهر شده تحویل نمایند.
توضیحات۱ : هیچگونه پیش پرداختی در اسناد مناقصه پیش بینی نگردیده است.
توضیحات۲ : اسناد مناقصه از طریق تالار آگهی معاملات شهرداری تهران به نشانیbusiness.tehran.ir قابل رویت و دریافت می باشد.
تعهد به اجرای ضوابط بهداشت، ایمنی و محیط زیست (HSE) و همچنین دستورالعمل ارزیابی عملکرد زیست محیطی پیمانکاران از الزامات پروژه ها و خدمات می باشد.

روابط عمومی شهرداری منطقه ۱۱

آگهی مناقصه عمومی یک مرحله ای همزمان با ارزیابی کیفی (یکپارچه)

بانک ملی ایران

شناسه آگهی : ۱۸۸۹۰۷۹

۱) اداره امور شعب استان قم درنظردارد مناقصه عمومی یک مرحله ای همزمان با ارزیابی (یکپارچه) (نوبت اول) احداث ساختمان بانک ملی شعبه سلفچگان به شماره ۲۰۰۳۰۰۱۵۴۳۰۰۰۰۰۲ را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید. کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد مناقصه تا ارائه پیشنهاد مناقصه‌گران و بازگشایی پاکت ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد و لازم است مناقصه‌گران در صورت عدم عضویت قبلی، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی را جهت شرکت در مناقصه محقق سازند.
۲) موضوع مناقصه : **احداث ساختمان بانک ملی شعبه سلفچگان و دیوارکشی محوطه**
۳) نوع و مبلغ تضمین شرکت درمناقصه: ۸/۴۷۶/۰۱۴/۸۰۰ ریال
(مطابق با مفادآیین نامه تضمین برای معاملات دولتی مصوبه هیأت وزیران به شماره۱۲۳۴۰۲/ت۵۰۶۵۹ مورخ۱۳۹۴/۰۹/۲۲)
تبصره : پیمانکاران مؤظفند تضمین شرکت در فرایند ارجاع کار و تضمین انجام تعهدات را به صورت ضمانتنامه معتبر بانکی ارائه نمایند یا به جای ارائه ضمانتنامه نسبت به واریز مبالغ تضمین به حساب ۰۱۱۰۴۰۰۸۸۶۰۰۹ بانک ملی ایران با عنوان اداره امور شعب استان قم اقدام و فیش واریزی مربوط به تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار را در پاکت (الف) ارائه نمایند.
۴) مهلت شرکت در مناقصه و دریافت اسناد از سامانه ستاد: از تاریخ ۱۴۰۳/۱۲/۰۶ لغایت ۱۴۰۳/۱۲/۰۹
۵) مهلت و مکان ارائه پیشنهاد در سامانه ستاد: تا ساعت ۱۳ مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۲۳ می باشد.
۶) زمان گشایش پاکات مناقصه در سامانه ستاد: ساعت ۱۳:۳۰ مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۲۳ می باشد.
اطلاعات تماس دستگاه مناقصه گزار جهت دریافت اطلاعات بیشتر در خصوص اسناد مناقصه و ارائه پاکت مناقصه: آدرس قم خ امام نبش کوی ۲۶ پلاک ۶۰ طبقه سوم دایره کارپردازی
۷) مبلغ بر آورد پروژه :(مطابق با فهرست بهای ابنیه –تاسیسات مکانیکی و برقی سال ۱۴۰۳) ۱۶۹/۵۲۰/۲۹۵/۷۶۱ ریال
۸) شاخص مبنای تعدیل سه ماهه سوم سال ۱۴۰۳ اعلام می گردد.
۹) اجرای پروژه بصورت سرجمع در قالب بخشنامه سرجمع می‌باشد.
۱۰) رشته و گروه پیمانکاران مورد نظر: دارای پایه های ۱-۲-۳-۴-۵ رشته های ابنیه و تاسیسات مکانیکی و تاسیسات برقی که دارای ظرفیت مجاز برابر یا بالاتر از مبلغ برآورد بر اساس سامانه ساجار می باشد.
۱۱) پاکت مناقصه گرانی که اعضای کمیسیون مناقصه از عملکرد قبلی آنها رضایت نداشته باشند با استناد به سوابق قابل ارائه، بازگشایی نخواهد شد.
۱۲) حدنصاب تعداد شرکت کننده ها، حداقل دو پیشنهاد قیمت قابل قبول می باشد.
۱۳) کلیه اوراق آنالیز قیمت (تجزیه بها) می بایست براساس پیش نویس پیش نویس ارائه گردیده توسط کارفرما، تکمیل و داخل پاکت (ج) سامانه ستاد قرار گیرد.
۱۴) مبلغ بر آورد به هنگام شده پروژه : برابر ۱۶۹/۵۲۰/۲۹۵/۷۶۱ ریال
۱۵) فایل اتوکد کلیه نقشه ها در سامانه ستاد قرار گرفته است و پیمانکاران می بایستی نسبت به تهیه نسخ PDF و امضای الکترونیکی آنها در سامانه ستاد اقدام نمایند.
۱۶) هزینه انتشار هر دو نوبت آگهی به عهده برنده مناقصه خواهد بود و قبل از انعقاد قرارداد می بایست پرداخت شود.