صفحه‌آرا: حامد یزدانی

سبک زندگی

سرعت مهم‌تر از تعداد قدم‌هاست

نتایج یک مطالعه جدید نشـان می‌دهد که پیاده‌روی سریع‌تر به‌مدت ۳۰دقیقـه در روز می‌تواند خطر مـرگ را در برخی از بزرگسـالان کاهش دهد. در جریان این تحقیق پژوهشگرانی از استرالیا و اسـپانیا وضعیت حدود ۷۰هزار بزرگسال در بازه سنی ۴۰تا ۶۹سال را بررسی کردند. شرکت‌کنندگان در ۴گروه دسته‌بندی شـدند: کمتر از ۵۰۰۰قدم در روز، بین ۵۰۰۰تا ۷۰۰۰قدم در روز، بین ۷۵۰۰تا ۱۰هـزار قدم در روز و بیش از ۱۰هزار قدم در روز. پژوهشگران همچنین اوج سرعت در زمان قدم‌زدن ۳۰دقیقه‌ای هر شرکت‌کننده را اندازه‌گیری کردند.

چرا سرعت مهم است؟

نتایج نشان داد افرادی که روزانه کمتر از ۵هزار گام برمی‌داشتند، سطحی از فعالیت که سبک زندگی کم‌تحرک محسوب می‌شود، اما اوج سرعت حرکت آنها در این پیاده‌روی ۳۰دقیقه‌ای ۶۰تا ۹۰گام در دقیقه بود، در مقایسه با کسانی که گام‌های خود را با سرعت کمتری برمی‌داشتند با خطر مرگ کمتری مواجه بودند. نتایج حاکی از آن بود که گروهی با کمتر از ۵هزار گام روزانه که با سرعت ۸۰گام در دقیقه پیاده‌روی می‌کردند نسبت به افرادی که گام‌های کمتری در دقیقه بر می‌داشتند، کمتر دچار مرگ می‌شدند.

میزان خطر مرگ‌ومیر در این افراد مشابه کسانی بود که روزانه بین ۵هزار تا ۷۵۰۰قدم برمی‌داشتند اما سرعت گام‌برداری‌شان کمتر بـود و حداکثر ریتـم حرکت آنها به ۶۰قـدم در دقیقه می‌رسید. دکتر نیکلاس کومل، پژوهشگر ارشد دانشکده علوم روان‌شناختی دانشـگاه موناش، در گفت‌وگو با ای‌بی‌سی نیوز می‌گوید: مـا دریافتیم که در میان افرادی کـه روزانه کمتر از ۵هزار قدم برمی‌دارند، سرعت بیشتر گام‌برداری با خطر کمتر مرگ زودرس مرتبط اسـت و در برخی موارد، این وضعیت با شرایط کسانی که مجموع قدم‌های بیشـتری برمی‌دارند اما سرعتشان کمتر است، قابل مقایسه بود. بنابراین، سرعت حرکت می‌تواند نوعی عامل جبران‌کننده باشد؛ البته دست‌کم تا یک حد مشخص.

۱۰هزار گام برای همه خوب است؟

به‌گفته پژوهشگران، یافته‌ها نشان می‌دهد کسانی که نمی‌توانند به این تعداد قدم برسند، همچنان می‌توانند از افزایش فعالیت بدنی چه با تندتر راه رفتن و چه صرفا با افزودن چند قدم بیشتر به فعالیت‌های روزانه بهره‌مند شـوند. به‌عبارت دیگر، ممکن است یک تعداد قدم یا سرعت پیاده‌روی واحد و ایده‌آلی برای همه وجود نداشته باشد.

هشدار درباره مصرف خودسرانه منیزیم

احمد اسماعیل‌زاده، مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت گفت: استفاده خودسرانه و طولانی‌مدت از مکمل منیزیم توصیه نمی‌شود. افرادی که در برنامه غذایی خود به میزان کافی از مغزها و آجیل‌ها، حبوبات، سبزیجات و سایر منابع غذایی منیزیم استفاده می‌کنند، معمولا نیازی به مصرف مکمل منیزیم ندارند.

خبرهایی که نمی‌بینید

موارد «کرونا» در کشور ۲برابر شد

بنابر اعلام وزارت بهداشت، نسبت نمونه‌های مثبت کووید-۱۹ در کشور در هفته گذشته نسبت به هفته قبل از آن، از ۸/۹درصد به ۱۷/۴درصد رسـیده و رشد حدود ۲برابری داشته اسـت، لذا ضرورت تشدید مراقبت عفونت‌های حاد تنفسی همچنان مورد تأکید ویژه قرار می‌گیرد.

خالی‌فروشی کلیه

همشهری ماجرای آگهی‌های فروش کلیه در اطراف مراکز درمانی را بررسی می‌کند

گزارش

آرش نهاوندی | روزنامه‌نگار | ماجرا از کاغذهایی شـروع می‌شود که با چند کلمه ساده، مثل «فروش کلیه» یا «کلیه برای فروش» و یک شماره تلفن روی دیوارهای اطراف مراکز درمانی جا خوش می‌کنند؛ شماره‌هایی که ظاهرا قرار است بیمار نیازمند پیوند را به فروشنده واقعی کلیه برسانند. برای بیماری که ماه‌ها و گاهی سال‌ها در انتظار پیوند است، چنین آگهی‌هایی می‌تواند در نگاه اول شبیه یک راه نجات باشد اما مسیر رسمی پیوند عضو در کشور از این شماره‌ها و آگهی‌ها عبور نمی‌کند. حسین کرمانپور، سخنگوی وزارت بهداشت صراحتا تأکید کرده که بخش قابل توجهی از این آگهی‌ها واقعی نیستند و در مواردی با هدف جلب ترحم و دریافت کمک مالی از مردم نصب می‌شوند. محمدعلی عبداللهی، معاون توسـعه و مدیریت منابع بیمارسـتان فیروزگر هم در گفت‌وگو با «همشهری» درباره ماهیت این آگهی‌ها جزئیات جالبی را مطرح می‌کند.

به آگهی‌های فروش کلیه به این دلیل اعتماد نکنید

دکتر امید قبادی، نایب‌رئیس انجمن اهدای عضـو ایرانیان پیش‌تر درباره آگهی‌های فروش کلیه گفته بود تنها عضوی که می‌توان به‌صورت کامل از فرد زنده برداشت و به فرد دیگری پیوند زد کلیه است، چون انسان ۲ کلیه دارد؛ اما با ساماندهی صورت گرفته، بازار فروش کلیه عملا از بین رفته است. در این باره دولت مبلغی را تعیین می‌کند و این فرآیند تحت نظارت انجمن حمایت از بیماران کلیوی انجام می‌شود. به گفته قبادی حدود ۳سال است سامانه‌ای طراحی شده که در آن اهداکنندگان و گیرندگان بدون اینکه همدیگر را بشناسند، براساس آزمایش‌ها و سازگاری‌های لازم به هم معرفی می‌شوند، بنابراین آگهی‌های فروش کلیه در سطح شهر موضوعیتی ندارند.



شاید فروشنده نباشند

عبداللهـی می‌گویـد: «برخلاف تصور عمومی بسیاری از افرادی که چنین پیام‌هایی را منتشر می‌کنند نه بیمار هسـتند و نه فروشنده یا خریدار واقعی، بلکه دلالانی هستند که از این طریـق تلاش می‌کنند افراد نیازمند به کلیه را شناسایی کنند. هدف این افراد می‌تواند پیدا کردن بیمارانی باشد که به‌شدت به پیوند کلیه نیاز دارند و از این طریق ارتباطات و معاملات غیررسـمی مرتبط با اعضـای بدن را مدیریت می‌کنند.» او با بیان اینکه اهدای عضو در سـاختار رسـمی نظام درمان، فرآینـدی کاملا متفاوت دارد و تحت نظارت مراجع مشخص انجام می‌شـود، تأکیـد می‌کند: «اهدای عضو یکـی از جنبه‌های ارزشمند کمک انسان‌ها به یکدیگر است اما دلالان تلاش می‌کنند از این فرآیند سوءاستفاده و آن را به مسیری برای سـودجویی تبدیل کنند.»

خرید و فروش در بیمارستان‌های دولتی جایی ندارد

پاسـخ عبداللهی به این سـؤال که اگر بیمار در این آگهی‌ها فروشـنده واقعی پیدا کرد، آیـا می‌تواند در بیمارستان عمل پیوند را انجام دهد، منفی است و در توضیح بیشـتر بیان می‌کند: «امکان تجارت و خرید و فروش کلیه در مراکز رسـمی درمان وجود ندارد و بیمارستان‌های دولتی اجازه انجام چنین معاملاتی را ندارند. سازوکارهای تعیین‌شده از سوی اداره پیوند و بیماری‌های خاص وزارت بهداشت، برای جلوگیری از چنین تخلفاتی درنظر گرفته شده است.»

یکی از مهم‌ترین بخش‌های این سـازوکار، جدا بودن مسیر شناسایی گیرنده و دهنده است و عبداللهی در توضیح این شرایط می‌گوید: «در سیستم رسمی کشور ۲ رکن اصلی، یعنی «گیرنده» و «دهنده» نباید امکان شناسایی یا ارتباط مستقیم با یکدیگر را داشته باشند تا زمینه برای معامله و اعمال نفوذ دلالان ایجاد نشود. بیمارستان‌های دولتی هم بدون معرفی‌نامه رسمی از وزارت بهداشت امکان پذیرش بیمار پیوندی را ندارند و فرآیند پیوند باید تحت نظـارت اداره پیوند وزارت بهداشت و معاونت درمان دانشگاه‌های علوم پزشکی انجام شود، بنابراین اگر فعالیتی از جنس دلالی یا انتشار آگهی در اطراف بیمارسـتان‌ها دیده شود، به‌معنای آن نیسـت که چنین فرآیندی در داخل بیمارستان جریان دارد.»

جلوگیری از معاملات پیوند

عبداللهـی دربـاره یکـی از مهم‌ترین مسـیرهای دریافت عضو پیوندی مثـلا فردی که دچار مرگ مغزی شده، عنوان می‌کند: «پـس از اثبات مرگ مغزی توسط تیم‌های پزشکی، واحدهای فراهم‌آوری پیوند اعضا در دانشگاه‌های علوم پزشکی فرد را شناسایی می‌کنند و اطلاعات او از طریق سامانه‌های مرتبط در اختیار فرآینـد تخصیص عضو قرار می‌گیرد. در ادامه، عضو به بیمارانی که براسـاس ضوابط پزشکی در فهرست انتظار قرار دارند، تخصیص پیدا می‌کند. او تأکید می‌کند که در هر ۲مسیر، ساختار رسمی به‌گونه‌ای طراحی شده که ارتباط مالی و شخصی مستقیم میان گیرنده و دهنده شـکل نگیـرد؛ موضوعی که می‌تواند مانـع از تبدیل فرآیند پیوند به یک معاملـه خارج از شبکه درمان شود.»

به شماره‌های روی دیوار اعتماد نکنید

عبداللهی به مردم توصیه می‌کند بـه هیچ عنوان به شـماره تلفن‌ها و آگهی‌های منتشرشـده در فضای عمومی یا روی دیوار بیمارستان‌ها اعتماد نکنند و برای پیگیری نیاز خود، از مسیرهای قانونی و انجمن‌های تخصصی اقـدام کنند. او انجمن حمایـت از بیماران کلیوی را یکی از مسـیرهای پیگیری معرفی می‌کند و می‌گوید: «این انجمن با همکاری اداره پیوند وزارت بهداشت، مسـیر مشـخصی برای پیگیری و ارتباط متقاضیان با فرآیند رسمی اهدای کلیه دارد.»

تنها ۲مسیر برای پیوند عضو

۱ پیوند از فرد زنده در چارچوب ضوابط رسمی
۲ پیوند از فرد دچار مرگ مغزی

۲۸ مرکز
پیوند کلیه در ایران فعال است.

۴۰۰۰ پیوند
موفق کلیه سالانه در کشور انجام می‌شود.

۴۰ سال پیش بیماران برای دریافت کلیه بـه خارج از کشور اعزام می‌شدند اما امروز ایران در صدر کشورهای منطقه در حوزه پیوند کلیه است.

فراخوان عمومی طراحی و ایده‌پردازی عناصر فضای سبز شهری

سازمان بوستان‌ها و فضای سبز شهرداری تهران

سازمان بوستان‌ها و فضای سبز شهرداری تهران، در راستای ارتقای کیفیت منظر شهری، تلطیف فضاهای عمومی و بهبود سیمای بصری فضاهای سبز در پایتخت، از تمامی هنرمندان، طراحان شـهری، معماران منظر، طراحان صنعتی و متخصصیـن خلاق دعوت می‌نماید تا با ارائه طرح‌های نوآورانه و کاربردی در این فراخوان شـهری مشارکت نمایند. این فراخوان فرصتی است برای بازتعریف زیبایی در شریان‌های اصلی و فضاهای سبز تهران با تکیه بر دانش بومی و نگاه مدرن هنری

محور فراخوان:

طراحی احجام سبز گیاهی و آثار توپیاری (Topiary) :

ارائه طرح‌های خلاقانه برای ساخت سازه‌های حجمی و فرم‌ها و احجام هنری همراه با پوشش سبز گیاه طبیعی

- **هدف :** خلق نشـانه‌های بصری سبز در میادین، لچکی‌ها و بوستان‌های شاخص
- تاکید بر قابلیت اجرای سـازه هنری طرح با اسـتفاده از متریال و مصالح بادوام، سـازگار با محیط و در دسترس و پوشش سبز سازه با استفاده از گونه‌های پوششی گیاهی پایدار و متناسب با شرایط اقلیمی تهران

رویکردهای کلی فراخوان :

- نوآوری و پرهیز از طرح‌های تکراری و تاکید بر ایده‌های خلاقانه
- پایـداری و توجه به مدیریت مصرف آب، هزینه‌های نگهداری و ماندگاری مصالح در برابر عوامل جوی
- هویت منحصربه‌فرد و در نظر گرفتن ویژگی‌های فرهنگی و معماری شـهر تهران

رویکردهای اجرایی :

- طرح های ارسالی باید دارای تناسب با معابر و فضاهای پرتکرار یا مهم شهری باشد. طرح می تواند بر اساس تصاویر واقعی از فضای شهری مکان پیشنهادی جانمایی گردد.
- توجه به ارائه ایده‌ها با قابلیت پایداری و ماندگاری آثار (متریال، شیوه تولید و نصب) و همچنین امکان جابجایی اثر در مناطق مختلف شهری حائز اهمیت است.

سازمان بوستانها و فضای سبز شهرداری تهران

- توجه به انتخاب مصالح بادوام، سازگار با محیط و در دسترس دارای اهمیت است.

شرایط و مقررات ارسال طرح:

۱ـ شرکت در این فراخوان برای تمامی هنرمندان و شرکت‌های تخصصی آزاد است.
۲ـ هر هنرمند می‌تواند با حداکثر ۵ پیشـنهاد در این بخش شـرکت نموده و در صـورت پذیرش طرح در مرحله‌ی نهایی، مسـئولیت اجرای آن ترجیحاً با هنرمند ارائه‌دهنده خواهد بود. پس از پذیرش طرح، هنرمند حق ارائه آن به سـایر اشخاص و ارگان‌ها را نخواهد داشت.
۳ـ جزئیات ابعاد، تناسبات و مصالح مصرفی پیشنهادی برای ساخت طرح ارائه گردد.
۴ـ درصورت پذیرفته شـدن طرح، طراح جزئیـات کامل و آنالیز هزینه‌ها به همراه نقشه‌ها و دیتایل های اجرایی و مصالح و مواد مصرفی (مقدار و نوع) را جهت بررسی و تائید به دستگاه نظارت ارائه می‌نماید.

مـدارک مورد نیاز جهت ارائـه :

هنرمندان می‌بایسـت نسـبت به ارسـال تصویر طرح از زوایـای مختلف یا نمای سـه بعدی، به نحوی که تمام ابعاد و زوایا، رنگ و بافت آن قابل مشـاهده باشـد اقدام نمایند.

برنامه زمان‌بندی فراخوان :

- **آخرین مهلت ارسال آثار ۳۰ مهرماه ۱۴۰۵**
- **داوری آثار ۱۰ آبان ۱۴۰۵**
- **اعلام نتایج ۱۵ آبان ۱۴۰۵**

نحوه ثبت‌نام :

متقاضیان می‌توانند برای دریافت دفترچه کامل فراخوان به سـایت رسمی سازمان بوسـتانها و فضای سبز شـهر تهران به آدرس Parks.tehran.ir و جهت ارائه طرح‌های پیشنهادی به دبیرخانه سازمان بوستانها به آدرس تهران ـ میدان آرژانتین ـ خیابان بیهقی شماره ۳۲ مراجعه نمایند.

آگهی تجدید مزایده (حراج) شماره آگهی : ۰۱/ ۱۲۶/ ۱۴۰۵

شهرداری منطقه یک تهران در نظر دارد عملیات مشـروحه ذیل را از طریـق مزایده (حراج) واگذار نماید. بدینوسیله از اشخاص حقوقی و حقیقی واجد شرایط جهت شرکت در مزایده (حراج) دعوت بعمل می‌آید.

ردیف	موضوع	مبلغ پایه مزایده (ماهیانه) (ریال)	مبلغ پایه مزایده (سالیانه) (ریال)	مبلغ سپرده شرکت در مزایده (ریال)	مدت بهره برداری (به‌ماه)
۱	حق بهره‌برداری از سرقفلی یک باب مغازه تجاری واقع در ملک پلاک‌های ثبتی ۹۳۴ اصلی و ۹۰۶/۱	۵۸۰/۰۰۰/۰۰۰	۶/۹۶۰/۰۰۰/۰۰۰	۱/۳۹۲/۰۰۰/۰۰۰	۱۲

الف) شماره حساب واریز سـپرده شـرکت در مـزایـده (حراج) : ۱۰۰۷۸۵۱۶۳۱۲۱ نزد بانک شهر شعبه میدان قدس یا ارائه ضمانتنامه بانکی به نام شهرداری منطقه یک

ب) محل دریافت اسناد : واحد قراردادهای منطقه یک همراه داشتن فلش از سوی متقاضی جهت دریافت اسناد الزامی است.

ج) شرایط متقاضی : شرکت‌کنندگان می‌بایسـت واجد شرایط مندرج در اسناد و شرایط خصوصی مزایده (حراج) باشند.

د) مهلت ارائه اسناد : ۱۴۰۵/۰۷/۱۸

و) متقاضیان می‌بایست در سایت my.tehran.ir ثبت نام کرده باشند.

بدیهی اسـت شـرکت در مزایده (حراج) و ارائه پیشـنهاد بـه منزله قبول شـروط و تکالیف مقرر در اسناد مزایده (حراج) بوده و شهرداری در رد یک یا کلیه پیشـنهادات مختار است و ضمناً مشروح شرایط مزایده (حراج) در اسناد درج می‌باشـد که شـرکت‌کنندگان باید مدارک را پـس از اخذ امضاء نموده و در پاکت‌های لاک و مهر شده تحویل نمایند.

تمامی متقاضیان شرکت در مزایده (حراج) موظفند در هنگام تحویل پاکات به دبیرخانه، نسـبت به ارائه شناسه ملی برای اشخاص حقوقی و کد ملی و تاریخ تولد برای اشخاص حقیقی اقدام نمایند.

اسناد مزایده (حراج) از طریق تالار آگهی معاملات شهرداری تهران به نشـانی business.tehran.ir **قابل رویت و دریافت می‌باشد.**

((اطلاعات مربوط به معاملات و قراردادها در وبسایت شـفاف‌سازی شهرداری تهران جهت اطلاع عموم شهروندان منتشر خواهد شد))

روابط عمومی شهرداری منطقه یک

آگهی فراخوان عمومی دعوت به مشارکت در ساخت BOLT نوبت دوم شماره : ۰۵/س/ ۱۴۰۵

شـهرداری منـطقه ۵ تهران در نظر دارد برای مشارکت در ساخت طرح‌های خود به شرح زیر از طریق فراخوان و مشارکت در تأمین مالی، طراحی، تأمین تجهیزات و ساخت، شریک انتخاب نماید :

الف)

ردیف	موضوع	مبلغ برآورد اولیه (ریال)	مدت قرارداد (ماه)	سپرده شرکت در فراخوان (ریال)	شرایط متقاضی
۱	طرح پروژه مجموعه ورزشی جاوید به روش BOLT شهرزیبا خیابان مرادی خیابان جاوید مساحت زمین ۸۲۶۶٫۸۵ مترمربع مساحت کل احداثات : ۵۰/۳۴۷۸ مترمربع مدت زمان اجرای پروژه : ۶ ماه	حداقل مبلغ برابر کارشناسی ۲۱۵/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۱۲۰	۱۰/۷۵۰/۰۰۰/۰۰۰	■ احراز حداقل ۲۰۱ امتیاز برابر شرایط مقرر در شیوه‌نامه توانسنجی و تشخیص صلاحیت متقاضیان ■ عدم بدهی و معوقه به شهرداری منطقه ۵ ■ ضرورت دارد متقاضیان نسبت به مطالعه و ارائه مستندات برابر شیوه نامه توانسنجی و تشخیص صلاحیت، اقدام نمایند.

ب) محل ارائه خدمات : سطح شهرداری منطقه ۵

ج) بدینوسـیله از کلیه اشـخاص حقیقی و حقوقی علاقمند دعوت می‌نماید جهت دریافت اسـناد رقابت مبلغ ۱۰/۷۵۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال معادل پنج درصد مبلغ کارشناسـی از طریق واریز به حسـاب سپرده شـماره ۱۰۰۶۰۸۳۰۹۰ نزد بانک شهر شعبه آیت‌الله کاشانی کد ۲۴۴ به‌نام شهرداری منطقه ۵ تهران یـا ارائه ضمانت‌نامه بانکی به‌نام شـهرداری منطقه ۵ با شناسـه ملی منطقه ۱۴۰۰۳۱۸۷۲۶۰ شماره شـبا IR۱۵۰۶۱۰۰۰۰۰۰۰۰۱۰۰۶۰۸۳۰۹۰ کد اقتصادی ۴۱۱۳۸۴۷۹۷۵۹۳ ارائه نمایند.

د) پایان مهلت ارائه اسـناد : تا پایـان وقت اداری روز چهارشـنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۷/۱۵ می‌باشد.

ه) محل دریافت اسناد : اداره سرمایه‌گذاری و مشارکتهای مردمی به آدرس : فلکه دوم صادقیه خیابان آیت‌الله کاشانی ابتدای خیابان الهی شهرداری منطقه ۵ طبقه همکف

محل تحویل اسناد : واحد دبیرخانه در طبقه همکف به آدرس فوق می‌باشد. به درخواسـت هایی که از طریق دیگر یا پس از مهلت مقرر ارائه شـوند ترتیب اثر داده نخواهد شـد. همچنین شهرداری در رد یا قبول هر یک از پیشنهادات مختار است. مدت زمان قید شده صرفاً زمان اجرای پـروژه بوده و حداکثر ۲ ماه جهت طراحی‌های مرحله یک، دو و اخذ مجوز و تاییدیه شـهرداری مهلت داده می‌شود. ضمناً مشروح شرایط در اسناد فراخوان دیده شده که شرکت‌کنندگان می‌بایست پس از رویت و تایید اسناد را مهر و امضا نموده و در پاکت‌های مربوطه قرار دهند. لازم به توضیح اسـت متقاضیان می‌بایسـت شیوه‌نامه توانسنجی و تشـخیص صلاحیت متقاضیان سـرمایه‌گذاری داخلی و خارجـی را مطالعه نموده و کلیه اسناد را جهت اهلیت سنجی در پاکت مزبور قرار دهند.

آگهی فراخوان عمومی دعوت به مشارکت در ساخت BOLT نوبت دوم شماره : ۰۴/س/ ۱۴۰۵

شـهرداری منـطقه ۵ تهران در نظر دارد برای مشارکت در ساخت طرح‌های خود به شرح زیر از طریق فراخوان و مشارکت در تأمین مالی، طراحی، تأمین تجهیزات و ساخت، شریک انتخاب نماید :

الف)

ردیف	موضوع	مبلغ برآورد اولیه (ریال)	مدت قرارداد (ماه)	سپرده شرکت در فراخوان (ریال)	شرایط متقاضی
۱	طرح پروژه مجموعه ورزشی ارم به روش BOLT واقع دربا کری خیابان ارم خیابان استاد شهریار مساحت زمین ۳۰۵۸ مترمربع مساحت کل احداثات : ۱۷۰۰ مترمربع مدت زمان اجرای پروژه : ۱۲ ماه	حداقل مبلغ برابر کارشناسی ۹۰۲,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۶ ماه	۴۵,۱۰۰,۰۰۰,۰۰۰	■ احراز حداقل ۲۰۱ امتیاز برابر شرایط مقرر در شیوه‌نامه توانسنجی و تشخیص صلاحیت متقاضیان ■ عدم بدهی و معوقه به شهرداری منطقه ۵ ■ ضرورت دارد متقاضیان نسبت به مطالعه و ارائه مستندات برابر شیوه نامه توانسنجی و تشخیص صلاحیت، اقدام نمایند.

ب) محل ارائه خدمات : سطح شهرداری منطقه ۵

ج) بدینوسـیله از کلیه اشـخاص حقیقی و حقوقی علاقمند دعوت می‌نماید جهت دریافت اسـناد رقابت مبلغ ۴۵,۱۰۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال معادل پنج درصد مبلغ کارشناسـی از طریق واریز به حسـاب سپرده شـماره ۱۰۰۶۰۸۳۰۹۰ نزد بانک شهر شعبه آیت‌الله کاشانی کد ۲۴۴ به‌نام شهرداری منطقه ۵ تهران یـا ارائه ضمانت‌نامه بانکی به‌نام شـهرداری منطقه ۵ با شناسـه ملی منطقه ۱۴۰۰۳۱۸۷۲۶۰ شماره شـبا IR۱۵۰۶۱۰۰۰۰۰۰۰۰۱۰۰۶۰۸۳۰۹۰ کد اقتصادی ۴۱۱۳۸۴۷۹۷۵۹۳ ارائه نمایند.

د) پایان مهلت ارائه اسـناد : تا پایـان وقت اداری روز چهارشـنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۷/۱۵ می‌باشد.

ه) محل دریافت اسناد : اداره سرمایه‌گذاری و مشارکتهای مردمی به آدرس : فلکه دوم صادقیه خیابان آیت‌الله کاشانی ابتدای خیابان الهی شهرداری منطقه ۵ طبقه همکف

محل تحویل اسناد : واحد دبیرخانه در طبقه همکف به آدرس فوق می‌باشد. به درخواسـت هایی که از طریق دیگر یا پس از مهلت مقرر ارائه شـوند ترتیب اثر داده نخواهد شـد. همچنین شهرداری در رد یا قبول هر یک از پیشنهادات مختار است. مدت زمان قید شده صرفاً زمان اجرای پـروژه بوده و حداکثر ۲ ماه جهت طراحی‌های مرحله یک، دو و اخذ مجوز و تاییدیه شـهرداری مهلت داده می‌شود. ضمناً مشروح شرایط در اسناد فراخوان دیده شده که شرکت‌کنندگان می‌بایست پس از رویت و تایید اسناد را مهر و امضا نموده و در پاکت‌های مربوطه قرار دهند. لازم به توضیح اسـت متقاضیان می‌بایسـت شیوه‌نامه توانسنجی و تشـخیص صلاحیت متقاضیان سـرمایه‌گذاری داخلی و خارجـی را مطالعه نموده و کلیه اسناد را جهت اهلیت سنجی در پاکت مزبور قرار دهند.