پیک سنگین آنفلوآنزا را پشت سر گذاشتیم

دکتر محمدرضا صالحی، رئیس مرکز تحقیقات مقاومت میکروبی دانشگاه علوم پزشکی تهران گفت: کاهش میزان مراجعه به‌دلیل عفونت‌های تنفسی طی ۲ تا ۳ هفته گذشته را مشاهده می‌کنیم. خوشبختانه میزان بستری نیز کاهش چشمگیری دارد. پیک سنگین آنفلوآنزا را پشت سرگذاشتیم.

خبرهایی که نمی‌بینید

آسیب به ۱۸۰ دستگاه آمبولانس و مجروح شدن ۵۰ تکنیسین اورژانس در حوادث اخیر

سیدسجاد رضوی، معاون درمان وزارت بهداشت، درمان و آموزش‌پزشکی گفت: حدود ۱۸۰ دستگاه آمبولانس و ۵۰ تکنیسین اورژانس در حوادث اخیر آسیب دیده و مجروح شده‌اند. همچنین چند مرکز درمانی در برخی از استان‌ها نیز آسیب دیده که در حال ارزیابی میزان خسارات هستیم.

روایت پزشکان از خشونت عریان تروریست‌ها

به‌گفته متولیان حوزه سلامت، اغتشاشگران و گروه‌های تروریستی اعتراضات مردمی را به خشونت‌های مرگبار کشاندند

گزارش

گروه تندرستی | بررسی‌های پزشکی قانونی از آسیب‌دیدگان حوادث اخیر نشان می‌دهد اغلب آنها از ناحیه شکم به بالا مورد اصابت یا آسیب تروریست‌ها قرار گرفته‌اند. این نکته را عباس مسجدی، رئیس سازمان پزشکی قانونی کشور گفته و تأکید کرده «تعداد قابل توجهی از کشته‌شدگان، بر اثر بریده‌شدن گلو یا اصابت چاقو، شلیک اسلحه شکاری به گردن از فاصله بسیار نزدیک و یا مورد اصابت قرار گرفتن از پشت‌بام، جان باخته‌اند. به‌گفته این مسئول، نیروهای تروریستی آموزش‌دیده، اغلب به ارگان‌های حیاتی بدن مردم (از شکم به بالا) آسیب زده‌اند.» و این تنها یک روایت ترسناک از اقداماتی است که توسط گروهک‌های تروریستی رخ داده که به‌گفته مسئولان، اعتراضات را به خشونت‌های مرگبار بکشانند. رئیس سازمان اورژانس کشور از بستن راه‌ها از سوی همین اغتشاشگران برای نرسیدن مجروحان به مراکز درمانی می‌گوید و اینکه آمبولانس‌ها و نیروهای امدادی را هم به آتش می‌کشیدند. رئیس روابط‌عمومی سازمان پزشکی قانونی هم ۲ روایت غمبار از کشته‌شدن افرادی می‌دهد که در روز مرگی‌های زندگی دیگر به آغوش عزیزانشان برنگشتند و البته روایتی تلخ از رئیس جامعه پزشکی درباره جوانی که شاهد بریده‌شدن سر دوستش طی روزهای اخیر بوده است. این روایت‌ها را بخوانید.

مرگ عابران

حامد ناییجی، رئیس روابط‌عمومی سازمان پزشکی‌قانونی ۳ روایت تلخ به نقل از همکارانش مطرح می‌کند؛ از کشته‌شدن یک کودک در مسیر باشگاه ورزشی تا نوجوانی که به خانه مادربزرگ نرسید. ناییجی می‌گوید: «یک گزارش از مرگ پدر خانواده‌ای داشتیم که برای خرید از خانه خارج می‌شود و دیگر برنمی‌گردد. این فرد در راه برگشت و نزدیک منزلش مورد حمله آشوبگران قرار گرفته و به‌دلیل جراحات وارده جانش را از دست می‌دهد.» این مسئول به مرگ یک پسر جوان در میان جمعیت هم اشاره می‌کند و توضیح می‌دهد: «گزارشی هم داشتیم از کشته‌شدن یک جوان زیر ۲۰ سال که قرار بود به خانه مادربزرگش برود. این فرد هم با BRT راهی مقصد می‌شود و پس از پیاده‌شدن از اتوبوس، باید یک مسافتی را پیاده می‌رفت. در شلوغی جمعیت اغتشاشگران ناگهان گلوله می‌خورد و جانش را از دست می‌دهد.»

فرار از داعشی‌ها

محمدحسین زارع‌زاده، مسئول سازمان بسیج جامعه پزشکی هم می‌گوید: «اعتراض مسالمت‌آمیز کسبه و بازاریان را داشتیم اما گروه‌های تروریستی ورود کردند و این اعتراضات را به سمت حرکات تروریستی سوق دادند. پنجشنبه و جمعه هفته گذشته تعداد زیادی از هموطنان ما مورد اصابت گلوله تروریست‌ها قرار گرفتند و مجروح شدند. این حرکات یادآور اقداماتی بود که از سوی داعش شاهد بودیم؛ از سربریدن و قطع کردن دست مشابه همان وضعیتی که چند سال گذشته در سوریه و عراق رخ می‌داد.» او با تأکید بر اینکه مصادیق زیادی از این رفتار داعش گونه را طی روزهای اخیر شاهد بودیم، روایتی هولناک را مطرح می‌کند و می‌گوید: «در یک پایگاه بسیج که درون مسجد قرار داشت یکی از افراد بسیجی در مانیتور نگاه می‌کند که آنها در حال بریدن سر دوست او هستند، با توجه به ورود این افراد به داخل مسجد به پشت بام می‌رود و خودش را به پایین پرتاب می‌کند که به‌دست این افراد داعشی نیفتد و سرش را از بدن جدا نکنند.»

نمی‌گذاشتند آسیب‌دیدگان به مراکز درمانی برسند

جعفر میعادفر، رئیس سازمان اورژانس کشور هم از آسیب اغتشاشگران به نیروها و تجهیزات امدادی می‌گوید: در تهران حدود ۵۴ نفر از کارشناسان اورژانس دچار آسیب شدند و در برخی شهرها هم نیروهای امدادی دچار سوختگی حدود ۲۵ تا ۳۰ درصد شدند. برخی هم آسیب‌دیدگی از ناحیه سر به‌دلیل پرتاب سنگ یا زخمی‌شدن با گلوله و چاقو داشتند. میعادفر در توضیح بیشتر بیان می‌کند: «خدارا شکر که در این اغتشاشات شهیدی در اورژانس ۱۱۵ نداشتیم، اما چند نفر از همکاران در رفسنجان و گیلان به‌دلیل آتش‌زدن آمبولانس‌ها دچار سوختگی شدند. در برخی موارد کارشناسانی که زخمی شده بودند و نیاز داشتند زودتر به بیمارستان برسند توسط اغتشاشاگران محاصره می‌شدند، به‌طوری که تروریست‌ها جلویشان را می‌گرفتند و نمی‌گذاشتند آمبولانس‌ها برای نجات‌شان برسند، یعنی عامدانه مانع خدمت‌رسانی می‌شدند. به‌دلیل مسدودکردن راه‌ها و بستن مسیرها آمبولانس‌ها یا به سختی می‌توانستند تردد کنند یا باید مسیرهای طولانی را طی می‌کردند تا به مصدومین برسند که باعث تأخیر در روند خدمت‌رسانی به افرادی که صدمه دیده بودند می‌شد.»

سبک زندگی | **آرش نهاوندی**؛ روزنامه‌نگار

مؤثرترین درمان‌های خانگی برای حساسیت دندان

حساسیت دندان در هنگام غذا خوردن می‌تواند باعث ایجاد درد شدید شود و شما را از خوردن باز دارد و به این فکر بیندازد که در اسرع وقت برای برطرف کردن این درد به پزشک مراجعه کنید. اما نکته اینجاست که شما می‌توانید با یک‌سری از راهکارهای خانگی پیش از مراجعه به دندانپزشک درد ناشی از حساسیت دندان را کاهش دهید. در ادامه مطلب به نحوه تسکین مؤثر درد دندان‌های حساس و نحوه حفظ بهداشت دهان و دندان اشاره کرده‌ایم:

خمیر دندان ضدحساسیت: این خمیرها با فرمول ویژه حاوی نیترات پتاسیم یا فلوراید قلع درست می‌شوند که مانع از رسیدن حس به اعصاب دندان‌های شما می‌شوند. استفاده منظم می‌تواند مینای دندان را تقویت کند و به مرور زمان حساسیت را به‌طور قابل‌توجهی بهبود بخشد.

چای سبز: کمی چای سبز بنوشید؛ در این وضعیت نه‌تنها از یک نوشیدنی آرامش‌بخش لذت می‌برید، بلکه دندان‌هایتان را نیز درمان می‌کنید. چای سبز که سرشار از آنتی‌اکسیدان‌ها و ترکیبات ضدالتهاب است، می‌تواند به محافظت در برابر حساسیت کمک کند و در عین حال سلامت کلی دهان و دندان را ارتقا دهد.

عسل و آب گرم: با مخلوط کردن عسل با آب گرم، یک محلول درمانی شیرین ایجاد کنید. خواص ضدباکتری طبیعی عسل در حفظ بهداشت دهان و دندان معجزه می‌کند و می‌تواند تسکین‌دهنده دندان‌های حساس باشد.

کپسایسین: ممکن است تند به‌نظر برسد، اما کپسایسین موجود در فلفل چیلی می‌تواند به بی‌حس کردن انتهای عصب در دهان شما کمک کند. کمی کپسایسین را به یک دهانشویه گرم یا خمیر خانگی اضافه کنید تا از مزایای بی‌حس‌کنندگی آن بهره‌مند شوید.

زردچوبه: از قدرت زردچوبه، این ادویه طلایی رنگ طبیعی، بهره ببرید. با ترکیب پودر زردچوبه با آب، خمیری درست کنید و آن را روی نواحی آسیب‌دیده بمالید. خواص ضدالتهابی آن می‌تواند لثه‌های شما را تسکین دهد.

شست‌وشو با آب نمک: شست‌وشو با آب نمک، یک درمان ساده و مؤثر است که می‌تواند التهاب را کاهش بدهد و مواد زائدی را که ممکن است نواحی حساس را تحریک کنند، از بین ببرد. نصف قاشق چایخوری نمک را در آب گرم حل کنید و به‌مدت ۳۰ ثانیه دهان خود را با آن بشویید.

آگهی مناقصه عمومی به صورت الکترونیک شهرداری تهران (منطقه۴)

ردیف آگهی : ۱۰۲-۹۹/ م۴/ ۱۴۰۴

شهرداری منطقه ۴ در نظر دارد امور مشروحه ذیل را از طریق **مناقصه عمومی به صورت الکترونیک** به بخش خصوصی واگذار نماید، متقاضیان می‌توانند اسناد مناقصه را از طریق تالار آگهی معاملات شهرداری تهران به نشانی http://business.tehran.ir دریافت نمایند. شرکت‌کنندگان از زمان انتشار آگهی تا پایان وقت روز سه‌شنبه ۱۴۰۴/۱۱/۱۴ (ساعت ۲۴) می‌توانند نسبت به دریافت و بارگذاری ، امضاء و مهر و موم کلیه اسناد مناقصه در پاکت الف و برگ پیشنهاد قیمت در پاکت ب به وسیله توکن اقدام نمایند. همچنین شرکت‌کنندگان اسناد را به صورت فیزیکی تا پایان ساعت اداری روز سه‌شنبه مورخ ۱۴۰۴/۱۱/۱۴ به دبیرخانه منطقه ارائه نمایند.

(ارائه اسناد الکترونیک و فیزیکی، با امضاء و مهر شرکت کنندگان در **ذیل اسناد به منزله قبولی تمام شرایط مندرج در اسناد می باشد.**)

ردیف	موضوع مناقصه	مدت انجام تعهد (ماه)	مبلغ برآورد اولیه (ریال)	شرایط اصلی داوطلبان شرکت در مناقصه	میزان سپرده شرکت در مناقصه (بصورت نقدی و یا در قالب ضمانتنامه بانکی)	پیش پرداخت	مهلت تحویل اسناد و تسلیم پیشنهاد	زمان قرائت پیشنهادها	میزان تضمین انجام تعهدات قرارداد
۱	نگهداری ، توسعه و بازپیرایی فضای سبز و تاسیسات وابسته جنگل غزال	۱۲	۱۱۳,۹۹۶,۵۸۵,۷۶۹	دارا بودن گواهینامه تعیین توان فنی و تشخیص صلاحیت معتبر در رشته کشاورزی با پایه مرتبط با مبلغ پیمان صادره از سوی سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی کشور (سازمان برنامه و بودجه کشور)	۵,۷۵۰,۰۰۰,۰۰۰	تعلق نمی‌گیرد	پایان وقت اداری روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۴/۱۱/۱۴	ساعت ۹ صبح روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۴/۱۱/۲۰	برابر ۱۰٪ مبلغ پیشنهادی برنده مناقصه خواهد بود
۲	نگهداری ، توسعه و بازپیرایی فضای سبز و تاسیسات وابسته جنگل تلو لتیان		۱۱۳,۲۶۲,۳۷۱,۷۹۹		۵,۷۰۰,۰۰۰,۰۰۰				
۳	نگهداری ، توسعه و بازپیرایی فضای سبز و تاسیسات وابسته جنگل تلو انصارالحسین (ع)		۱۱۰,۱۳۴,۹۹۰,۵۱۰		۵,۶۰۰,۰۰۰,۰۰۰				
۴	نگهداری ، توسعه و بازپیرایی فضای سبز و تاسیسات وابسته ناحیه ۱		۲۱۱,۲۹۰,۱۲۵,۲۱۴		۱۰,۶۵۰,۰۰۰,۰۰۰				

لازم به ذکر است ارزیابی قیمت مناقصه گران وفق آخرین ویرایش دستورالعمل تعیین مناسبترین پیشنهاد در مناقصات پیمانکاری صادره از سوی شورای فنی شهرداری تهران به شماره سند ۴-۱۹-۸-۶ انجام خواهد شد.

محل دریافت اسناد و قبول پیشنهادات :

۱- **اسناد الکترونیک:** در بستر سایت تالار آگهی معاملات شهرداری تهران به نشانی http://business.tehran.ir دریافت می گردد.

۲- **اسناد فیزیکی :** محل تحویل اسناد فیزیکی ، دبیرخانه شهرداری منطقه۴ به آدرس: میدان رسالت- خیابان هنگام - خیابان طاهرخانی می باشد.

مناقصات عمومی

شرکت ساختمانی آ.س.پ

کارفرما : شرکت آ.س.پ (سهامی عام)

موضوع مناقصه : انجام خدمات مهندسی، تامین، حمل و اجرای هلی‌پد در پروژه ساختمان اداری غدیر

دریافت اسناد مناقصه : از تاریخ ۱۴۰۴/۱۰/۳۰ لغایت ۱۴۰۴/۱۱/۰۸

مهلت تحویل اسناد : پایان وقت اداری روز شنبه مورخ ۱۴۰۴/۱۱/۱۱

محل دریافت و تحویل اسناد : تهران، خیابان ولیعصر، خیابان شهید عباسپور پلاک ۱۶ شماره تماس : ۰۲۱-۸۸۷۷۰۷۷۷ (داخلی ۴۱۵ و ۴۰۶)

هزینه خرید اسناد مناقصه مبلغ نه میلیون و پانصد هزار ریال و هزینه نشر آگهی به عهده برنده مناقصه خواهد بود.

فراخوان برگزاری مزایده

شرکت بهره‌برداری راه‌آهن شهری تهران و حومه

شرکت بهره‌برداری راه‌آهن شهری تهران و حومه

در نظر دارد مجوز بهره‌برداری از تعدادی فضای تجاری واقع در ایستگاههای مترو را از طریق مزایده عمومی در بستر سامانه ستاد به نشانی www.setadiran.ir واگذار نماید.

لذا متقاضیان محترم می‌توانند جهت کسب اطلاعات و دریافت اسناد مربوطه، بر اساس شماره فراخوان‌های **۵۰۰۴۰۹۹۹۳۶۰۰۰۴۶۹ الی ۵۰۰۴۰۹۹۹۳۶۰۰۰۴۷۷** در درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) اقدام نمایند.

آگهی برگزاری مناقصه عمومی

سازمان اتکا ETKA ORGANIZATION

شرکت طنین توسعه آراد از شرکت‌های **زیرمجموعه سازمان اتکا** در نظر دارد **نسبت به خرید ۲۰۰/۰۰۰ قوطی خالی کنسرو گوشت ۷۰۰ گرمی و درب آسان بازشو آن** از طریق برگزاری مناقصه عمومی به شرح ذیل اقدام نماید. لذا متقاضیان شرکت در مناقصه از تاریخ انتشار آگهی با توجه به شرایط ذیل اقدام نمایند.

۱ـ **محل دریافت اسناد مناقصه :** تهران ـ سهروردی شمالی ـ کوچه نیکوقدم ـ پلاک ۶ ـ کد پستی ۱۵۵۱۸۱۷۳۱۱ ـ (مدیریت تأمین) تلفن : ۰۲۱-۸۸۷۴۱۹۸۹

۲ـ **مهلت تحویل اسناد مناقصه :** پایان وقت اداری روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۴/۱۱/۰۵

۳ـ **محل تحویل اسناد مناقصه :** تهران ـ سهروردی شمالی ـ کوچه نیکوقدم ـ پلاک ۶ ـ کد پستی ۱۵۵۱۸۱۷۳۱۱ ـ (مدیریت بازرسی)

فراخوان شناسایی پیمانکاران در زمینه برگزاری رویداد

دی ۱۴۰۴-۰۷-۰۴۱۰

شرکت خدمات ارتباطی ایرانسل در نظر دارد تا با شناسایی پیمانکاران محلی(بومی و مستقر در هر استان) واجد شرایط در زمینه **برگزاری رویداد** در **سراسر کشور** فهرست پیمانکاران خود را به‌روزرسانی کند.

جزئیات بیشتر و ثبت نام در سامانه مدیریت تأمین ایرانسل:
sourcing.irancell.ir

مهلت ثبت‌نام: ۱۴ بهمن ۱۴۰۴

ارتباط با ما:
۰۲۱۲۳۱۹۴۵۹۷ commercialTender2026@mtnirancell.ir

ایرانسل MTN

فروش ملک در تهران

یک شرکت ساختمانی معتبر در نظر دارد یکی از پروژه‌های در حال احداث خود در تهران را به‌شرح جدول ذیل و با وضع موجود به‌فروش رساند.

متقاضیان می‌توانند جهت دریافت اطلاعات و اسناد مزایده و هماهنگی جهت بازدید از پروژه مذکور از تاریخ درج آگهی تا روز سه‌شنبه مورخ ۱۴۰۴/۱۱/۷ از ساعت ۸ الی ۱۶ (به‌جز روزهای جمعه و تعطیل رسمی) به نشانی دفتر شرکت مراجعه و یا با شماره تلفن‌های ذیل تماس حاصل فرمایند.

- آخرین مهلت دریافت پیشنهادات ساعت ۱۶ روز سه‌شنبه مورخ ۱۴۰۴/۱۱/۷ در محل مندرج در اسناد مزایده می‌باشد.
- آدرس دفتر مرکزی: تهران، بلوار آفریقا، نبش خیابان یزدان پناه، پلاک ۱ - شماره تماس: ۰۹۱۹۰۲۵۸۶۵۰ و ۰۲۱۵۲۴۸۶۵۵۱
- جلسه بازگشایی پاکات در روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۴/۱۱/۸ ساعت ۱۰ صبح در دفتر مرکزی شرکت برگزار می‌گردد.
- سپرده شرکت در مزایده برابر با ۵ درصد از مبلغ پایه مزایده می‌باشد.
- شرکت‌کنندگان می‌توانند در جلسه بازگشایی پاکات حضور داشته باشند.
- مزایده‌گذار در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادات دریافتی مختار است.

ردیف	پروژه	آدرس	مساحت عرصه طبق سند	قیمت پایه مزایده (ریال)	شرایط پرداخت	توضیحات
۱	مجتمع مسکونی با موقعیت اداری	الهیه، خیابان مریم غربی پلاک ۱۲	۹۶۰ مترمربع	۸,۳۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۲۵ درصد پیش‌پرداخت ۶۵ درصد اقساط ۲۴ ماهه ۱۰ درصد همزمان با انتقال سند سایر شرایط قراردادی طبق اسناد مزایده می‌باشد.	موضوع: واگذاری قدرالسهم فروشنده در پروژه مشارکتی نسیم مریم با کاربری مسکونی (موقعیت اداری) به میزان ۶۸,۱۷ درصد با مشخصات مندرج در اسناد مزایده مساحت اعیان قابل فروش سهم مالک ۲,۲۰۵ متر مربع می‌باشد.