نگاه

نکاتی برای کاهش تشنگی و ضعف روزه‌داران

تشنگی و ضعف ناشی از گرسنگی از آثاری است که ممکن است در ماه رمضان در روزه‌داران ایجاد شود که می‌توان این عوارض را با رعایت نکاتی کاهش داد.

به گزارش ایسنا، بنابر اعلام کانال تلگرامی‌وزارت بهداشت، تشنگی و ضعف در روزه‌داری از اولین آثار روزه است، اما گاهی شدت این موارد باعث می‌شود که نتوانیم از ماه رمضان بهره کافی ببریم. بر این اساس برای جلوگیری از تشنگی شدید باید نکاتی را رعایت کنیم.

- مصرف سرخ‌کردنی‌ها، شیرینی‌های چرب و غذاهای شور و پر ادویه را کاهش دهید.
- از نوشیدنی‌های خنک‌کننده بدن مانند سکنجبین، شربت آب نارنج، شربت آبلیمو، شربت تخم ریحان، خاکشیر و ماءالشعیر طبی در فاصله افطار تا سحر مصرف کنید.
- سوپ جو، کوکو ریحان، خرفه، اسفناج، شیربرنج و ماش‌پلو رطوبت بدن را بیشتر و تشنگی را کاهش می‌دهد.
- در زمان افطار برای با کردن روزه و جهت کاهش تشنگی اصلا از آب یخ، هندوانه یا خربزه استفاده نکنید که بسیر مضر است.
- خوردن هندوانه در وعده سحری هم نمی‌تواند در کاهش تشنگی کمک کننده باشد.

برای کاهش ضعف نیز توصیه‌های زیر را مورد توجه قرار دهید:

- حتما وعده سحری را در زمان خودش مصرف کنید، حتی اگر در حد خوردن یک صبحانه سبک باشد.
- فرنی حریره بادام، کاچی، شله‌زرد و ... مقوی بدن هستند.
- پودر بادام، فندوق و نارگیل را حتما استفاده کنید.
- مصرف شیره انگور هم مقوی است.
- باید توجه کرد که مصرف کافی مایعات علاوه بر کنترل تشنگی به جبران افت فشار نیز کمک می‌کند.

اخبار کوتاه

اورهال دستگاه‌های معاینه فنی تهران در سال جاری

مدیرعامل ستاد معاینه فنی شهر تهران ضمن تشریح برنامه‌های آتی ستاد معاینه فنی از اورهال تجهیزات ستاد خبر داد.

شادی مالکی در گفت‌وگو با ایسنا، در مورد برنامه‌های پیش روی ستاد معاینه فنی شهر تهران در سال‌جاری، گفت: همچون گذشته بر انجام دقیق و درست معاینه فنی در مراکز تأکید داریم و در کنار ارائه خدمات معاینه فنی برآن هستیم که خدمات مرتبط با حوزه خودرویی همچون خدمات تعمیرات را در کلیه مراکز اجرایی کنیم.

وی با بیان اینکه توسعه خطوط معاینه فنی در سال‌جاری در دستور کار قرار دارد، اظهار کرد: براساس برنامه ریزی‌های انجام شده در سال جاری ۸ خط سیار به خطوط معاینه فنی اضافه می‌شود که موجب افزایش سرانه‌های خدماتی در محلات خواهد شد.مالکی با تاکید بر اینکه تعمیر و اورهال دستگاه‌های معاینه فنی در دستورکار قرار دارد بگونه ای که امسال تجهیزات معاینه فنی شهر تهران بازسازی و اورهال می‌شوند، گفت: فعالیت مراکز معاینه فنی شهید آبشناسان، بیهقی و شقایق شبانه روزی است و در نظر داریم ساعت کار و ظرفیت پذیرش اینترنتی مراکز معاینه فنی را نیز افزایش دهیم، بگونه ای که ۲ ساعت به فعالیت مراکز معاینه فنی اضافه خواهد شد.وی از ارائه خدمات معاینه فنی به خودروهای تاکسی و اتوبوس‌های ملکی شهرداری تهران به صورت رایگان خبر داد و گفت: تمهیداتی اندیشیده شده است که خودروهای ملکی و استیجاری شهرداری تهران به مراکز معاینه فنی تهران مراجعه کنند و در حال رایزنی با مدیران مربوطه در این زمینه هستیم تا با ارائه خدمات ویژه، به خودروهای شهرداری تهران و بعد از آن به سایر دستگاه‌ها در حوزه معاینه فنی خدمات ارائه شود.

اتباع و مسافران دارنده پول نقد مشکلی در مترو ندارند

مدیرعامل شرکت بهره‌برداری متروی تهران و حومه گفت: اتباع افغانستان که نمی‌توانند بلیت تهیه کنند با همکاری مأموران مترو از گیت رد می‌شوند.

به گزارش ایسنا، مسعود درستی درباره اینکه آیا اتباع افغانستانی مشکلی در استفاده از متروی تهران دارند یا خیر؟ اظهار کرد: برخی از اتباع افغانستانی به دلیل اینکه کارت بانکی ندارند نمی‌توانند بلیت الکترونیکی مترو تهیه کنند.

درستی گفت: مشکل نقدفروشی بلیت مترو طبق قول سازمان فناوری ارتباطات از اول اردیبهشت مرتفع می‌شود. بر اساس گزارش سایت شهر، مدیرعامل شرکت بهره‌برداری متروی تهران و حومه تاکید کرد: البته در حال حاضر کسانی که نمی‌توانند بلیت تهیه کنند، با همکاری مأموران مترو از گیت‌ها رد می‌شوند و در واقع به صورت رایگان از خدمات استفاده می‌کنند. اگر مسافری کارت نداشته باشد و فقط وجه نقد همراه خود داشته باشد نیز ممانعتی برای ورود او به مترو وجود ندارد.

اعمال نرخ جدید کرایه تاکسی پس از تأیید فرمانداری

مدیرعامل سازمان مدیریت و نظارت بر تاکسیرانی شهر تهران گفت: اعمال نرخ جدید کرایه تاکسی پس از تأیید فرمانداری تهران انجام خواهد شد.

به گزارش ایسنا، مهدی وحدت‌کار با بیان اینکه در ایام اخیر نظارت بر دریافت کرایه از مسافران تاکسی انجام شده است، اظهار کرد: مواردی تخلف و دریافت کرایه اضافی به صورت محدود مشاهده و برخورد شد.

مدیرعامل سازمان مدیریت و نظارت بر تاکسیرانی شهر تهران خاطرنشان کرد: قطعاً رانندگان تاکسی می‌دانند که باید پس از تأیید نرخ کرایه در فرمانداری و ابلاغ آن، کرایه را بر اساس نرخ جدید دریافت کنند؛ لذا تعداد موارد تخلف در این زمینه محدود بود و برخورد لازم صورت گرفت.وی در پاسخ به این پرسش که «آیا نرخ جدید از اول اردیبهشت ماه اعمال خواهد شد؟»، گفت: زمان دقیق اعمال نرخ جدید به تأیید فرمانداری بستگی دارد.وحدت‌کار در بخش دیگری از سخنان خود در خصوص ورود ون‌های جدید به ناوگان تاکسیرانی پایتخت هم تصریح کرد: ۶۳۰ دستگاه ون در سال گذشته رونمایی شد که شهرداری تهران سهم یک سومی‌خود را برای تحویل این ون‌ها پرداخت کرده است.وی در پاسخ به اینکه «آیا علت عدم ورود این ون‌ها به ناوگان مشکل شماره‌گذاری است؟»، یادآور شد: ون‌های جدید مشکل شماره‌گذاری ندارد و تأخیر در ورود و بکارگیری آنها به دلیل مشکلاتی بود که در پرداخت سهم ۷۰ درصدی وزارت کشور وجود داشت.

رئیس کمیسیون عمران مجلس شورای اسلامی:

حدود هزار نفر در تصادفات جاده‌ای ایام نوروز جان باختند

رویداد تصادفات جاده‌ای در سراسر دنیا امری اجتناب ناپذیر است و لزوم یادگیری و همچنین بکارگیری علوم مرتبط در راستای کاهش خسارات و تلفات ناشی از آن ضروری است.

به گزارش ایسنا، رئیس کمیسیون عمران مجلس شورای اسلامی از بررسی عملکرد دستگاه‌های امدادی و خدمات‌رسان در ایام نوروز در جلسه این کمیسیون خبر داد و تاکید کرد که بی‌تردید در موضوع تصادفات جاده‌ای با خلاءهای قانونی مواجه هستیم و کارگروهی با محوریت مرکز پژوهش‌های مجلس برای رفع این خلا قانونی تشکیل خواهد شد.

محمدرضا رضایی کوچی اظهار کرد: علی‌رغم همه تلاش‌های صورت‌گرفته، شاهد فوت حدود حداقل یک‌هزار نفر از هموطنانمان در ایام تعطیلات نوروزی بودیم. چند سالی است که در مجلس و به‌ویژه در کمیسیون عمران در تلاش هستم تا آمار فوتی‌های ناشی از تصادفات جاده‌ای را کاهش دهیم. در این خصوص عوامل متعددی نظیر کیفیت و ایمنی خودروها و جاده‌ها و خطاهای رانندگی اثرگذار هستند. لذا سعی می‌کنیم وضعیت جاده‌های کشور را بهبود بخشیم و برای رفع نقاط حادثه‌خیز و افزایش عرض جاده‌های کشور در برنامه هفتم توسعه که در آستانه تدوین آن هستیم، احکامی‌را داشته باشیم.نماینده مردم جهرم در مجلس شورای اسلامی، تصریح کرد: در بودجه ۱۴۰۲ نیز به این موضوع ورود و تاکید کردیم و البته منابع خوبی هم پیش‌بینی شده است. بر اساس گزارش‌های ارائه شده، {خودروهای تولیدی} سایپا و سپس ایران‌خودرو بیشترین تصادفات جاده‌ای را داشته‌اند چرا که کیفیت این خودروها نامناسب است. کیفیت و ایمنی خودروها باید به نحوی باشد تا در صورت بروز تخلف و انحراف خودروها از جاده‌ها، جان سرنشینان حفظ شود اما متاسفانه این‌گونه نیست.وی در ادامه تاکید کرد: کمیسیون عمران گزارشی تهیه خواهد کرد تا در آن، هم از دستگاه‌های زحمتکش تجلیل و هم به ایرادات و نواقص موجود از جمله کیفیت خودروها، جاده‌ها و بی‌احتیاطی رانندگان که مهمترین عوامل تصادفات بوده، پرداخته شود. امیدواریم در سال‌های آینده شاهد کاهش تصادفات رانندگی و فوتی‌های ناشی از این تصادفات باشیم.

وی افزود: هر چند نسبت به سال گذشته شاهد کاهش ۲۰ درصدی فوتی‌ها بودیم اما این آمار هم بالا بوده و حدود یک‌هزار نفر از هموطنانمان جانشان را از دست داده‌اند. از همه دستگاه‌های متولی درخواست داریم تا برای کاهش این آمارها تلاش کنند. همچنین به مرکز پژوهش‌های مجلس در آستانه تدوین برنامه هفتم توسعه ماموریت دادیم تا با کمک دستگاه‌هایی که در جریان سفرهای نوروزی و در طول ایام سال با تصادفات جاده‌ای درگیر هستند و در این حوزه مسئولیت دارند، کمیته‌ای تشکیل داده و پیشنهادات و احکامی‌در برنامه هفتم توسعه داشته باشند تا برای سال‌های آینده دستگاه‌ها تکلیف خودشان را بدانند و تقسیم کاری صورت بگیرد و هر کجا که نیاز است به دستگاه‌ها اختیار دهیم تا عمل کنند.رئیس کمیسیون عمران مجلس در پایان بیان کرد: بی‌تردید در موضوع تصادفات جاده‌ای با خلاءهای قانونی مواجه هستیم که امیدواریم در این کارگروه که با محوریت مرکز پژوهش‌های مجلس تشکیل می‌شود، این موارد برطرف و شاهد کاهش چشمگیر تصادفات جاده‌ای باشیم.

از سوی دیگر، معاون عملیات سازمان امدادونجات با بیان این که در نوروز امسال ۴۰۷۹ عملیات جاده‌ای انجام شده است، گفت: بیشترین حوادث جاده‌ای در نوروز امسال واژگونی خودرو بوده است.

به گزارش ایرنا ، مرتضی مرادی‌پور افزود: نوروز امسال ۴۰۷۹ عملیات امدادی انجام شد که روز دوم فروردین با انجام ۳۲۲ مورد عملیات، هفتم فرودین با انجام ۲۶۵ مورد عملیات و اول فروردین با انجام ۲۶۳ مورد عملیات شلوغ‌ترین روزها برای امدادگران و نجات‌گران بودند.وی ادامه داد: بیشترین عملیات انجام شده مربوط به حوادث جاده‌ای و با انجام ۱۸۷۵ مورد عملیات بوده است که واژگونی خودرو با ۴۹ درصد، تصادف با ۳۹ درصد، انحراف و برخورد با موانع با ۱۲ درصد و حریق و نقص فنی هر کدام با ۱ درصد، دلایلی هستند که منجر به بروز تصادف و امدادرسانی شده‌اند.

معاون عملیات سازمان امدادونجات با اشاره به اینکه بر پایه داده‌های ثبت شده در طرح ملی امداد و نجات نورزی ۱۴۰۲ در محورهای برون شهری، ۳۴۶ عملیات نجات فنی جهت رهاسازی افراد آسیب دیده در سوانح جاده ای به انجام رسیده است، افزود: بیشترین عملیات نجات فنی در محورهای برون شهری، در استان کرمان با ۴۳ مورد، فارس با ۳۵ مورد و سیستان و بلوچستان هر کدام با ۲۴ مورد و بیشترین رشد عملیات نجات فنی در محورهای برون شهری خراسان جنوبی، قزوین و زنجان بوده است.مرادی‌پور عنوان کرد: طبق آمارهای به دست آمده در ۱۹ روز از اجرای طرح امداد نوروزی، به ۵۸ هزار و ۳۹۷ نفر آسیب‌دیده امدادرسانی شده است که برای ۴۲ درصد از آنان، تست قند و فشار خون انجام شده است، ۳۷ درصد از آنان در محل درمان شدند، به ۱۸ درصد امدادرسانی شده و ۳ درصد نیز به مراکز درمان منتقل شده‌اند.وی ادامه داد: از ۱۱۴۰ مصدوم در طرح نوروزی ۱۴۰۲ که امدادگران و نجاتگران به مراکز درمانی منتقل کردند، بیشترین تعداد مصدوم در استان مازندران با ۱۲۱ نفر، اصفهان ۱۰۶ نفر و خراسان شمالی ۸۳ نفر بوده است.

معاون عملیات سازمان امدادونجات هلال احمر عنوان کرد: بیشترین عملیات امدادونجات در شهرستان دامغان استان سمنان، با انجام ۳۲ مورد عملیات، شهرستان میامی‌استان سمنان با ۳۲ مورد عملیات و زنجان با ۲۹ مورد عملیات بوده است.وی همچنین با اشاره به اینکه بیشترین عملیات امدادونجات از سوی پایگاه شهرک صنعتی شهرستان نکا با انجام ۲۲ مورد عملیات انجام شده است، گفت: پایگاه عامری شهرستان دیلم با انجام ۲۱ مورد عملیات و پایگاه گلگون شهرستان ممسنی با انجام ۲۰ مورد نیز در رتبه‌های دوم و سوم انجام بیشترین تعداد عملیات در طرح نوروزی قرار دارند.

زیرسویه XBB.1.5 عامل اصلی افزایش کرونا در کشور

۱۳ هزار مراجعه روزانه به مراکز درمانی

معاون درمان وزارت بهداشت وضعیت بروز بیماری کرونا در کشور را تشریح کرد و گفت: اکنون حدود ۱۳ هزار مراجعه روزانه به مراکز درمانی داریم که با علائم تنفسی و علائم مشابه سرماخوردگی به مراکز درمانی مراجعه می‌کنند.

دکتر سعید کریمی‌در گفت‌وگو با ایسنا، درباره آخرین جهش‌های ویروس کرونا، گفت: زیر سویه XBB.1.5 از نوادگان سویه اُمیکرون XBB است که قبلا در ایران آن را نداشتیم و این همان سویه‌ای است که در اروپا و آمریکا موج گسترده‌ای ایجاد کرد و در ایران هم روند افزایشی اخیر بیماری مربوط به همین زیر سویه است. وی با بیان اینکه این سویه سرایت پذیری فوق‌العاده زیادی دارد، تصریح کرد: اما میزان کشندگی آن بیشتر از سایر سویه‌ها نیست ولی وقتی سویه‌ای سرایت پذیری بالایی دارد، کسانی که آسیب‌پذیر باشند و به آن مبتلا شوند ممکن است جان خود را از دست بدهند. از این جهت کسانی که بیماری زمینه‌ای دارند باید خود مراقبتی کرده و در زدن ماسک در فضای سربسته، حفظ فاصله فیزیکی، رعایت نکات بهداشتی و ... دقت کنند.وی درباره میزان مراجعین بیمارستانی اظهار کرد: میزان موارد بستری که ما اعلام می‌کنیم طبق دستور سازمان بهداشت جهانی آنهایی هستند که تست PCR مثبت داشته باشند، اما مراجعین کلی بیمارستانی ما اکنون مواردی هستند که مشکوک، محتمل و قطعی کرونا باشند که تا ۷ فروردین ماه این مراجعات به حدود ۱۹ هزار مورد هم افزایش یافته بود، اما کم کم کاهش یافته است و اکنون حدود ۱۳ هزار مراجعه روزانه به مراکز درمانی داریم که با علائم تنفسی و علائم مشابه سرماخوردگی به مراکز درمانی مراجعه می‌کنند.

او در خصوص موج اخیر کرونا در کشور با اشاره به اینکه این موج دو کوهانه بوده است، توضیح داد: یک افزایش موارد مبتلا به بیماری و قله‌ای در ۲۳ اسفند ۱۴۰۱ داشتیم که فروکش کرد و مجددا در ۷ فروردین امسال افزایش موارد را شاهد بودیم که البته دلیل آن هم کاملا مشخص است که به دنبال افزایش دید و بازدیدها و رفت و آمدها اتفاق افتاد.وی افزود: طی چند روز اخیر از نظر مراجعین بیمارستانی تعداد کاهش یافته است. میزان بستری در روز در ICU تا حدود ۱۰۰۰ نفر افزایش یافته است که الان به حدود ۸۰۰ بستری رسیده است و حدود ۳۸۰۰ نفر هم مشکوک، محتمل و قطعی کرونا در بیمارستان‌ها بستری هستند.

شناسایی ۹۴۰ بیمار جدید کرونا در کشور

بر اساس اعلام وزارت بهداشت، در طول ۲۴ ساعت، متاسفانه ۳۹ نفر از بیماران کووید-۱۹ در کشور جان خود را به دلیل این بیماری از دست دادند و مجموع جان باختگان این بیماری، به ۱۴۵ هزار و ۶۵۲ رسید.

به گزارش ایسنا، از روز ۲۰ فروردین ماه تا روز ۲۱ فروردین ماه ۱۴۰۲ و بر اساس معیارهای قطعی تشخیصی، ۹۴۰ بیمار جدید مبتلا به کووید-۱۹ در کشور شناسایی و ۴۹۷ نفر از آنها بستری شدند.بر این اساس مجموع بیماران کووید-۱۹ در کشور به ۷ میلیون و ۵۹۹ هزار و ۸۲۸ نفر رسید.

متاسفانه در طول ۲۴ ساعت، ۳۹ نفر از بیماران کووید-۱۹ در کشور جان خود را از دست دادند و مجموع جان باختگان این بیماری، به ۱۴۵ هزار و ۶۵۲ رسید. خوشبختانه تا روز ۲۱ فروردین ماه ۷ میلیون و ۳۴۹ هزار و ۵۱۱ نفر از بیماران، بهبود یافته یا از بیمارستان‌ها ترخیص شده‌اند.

همچنین ۸۱۸ نفر از بیماران مبتلا به کووید-۱۹ در بخش‌های مراقبت‌های ویژه بیمارستان‌ها تحت مراقبت قرار دارند. تا کنون ۵۶ میلیون و ۷۰ هزار و ۱۶۷ آزمایش تشخیص کووید-۱۹ در کشور انجام شده است.همچنین تا روز ۲۱ فروردین ماه ۶۵ میلیون و ۲۱۴ هزار و ۲۲۹ نفر دوز اول، ۵۸ میلیون و ۶۰۹ هزار و ۸۳۵ نفر دوز دوم و ۳۱ میلیون و ۶۸۷ هزار و ۲۷۸ نفر، دوز سوم و بالاتر واکسن کرونا را تزریق کرده‌اند و مجموع واکسن‌های تزریق شده در کشور به ۱۵۵ میلیون و ۵۱۱ هزار و ۳۴۲ دوز رسید.در حال حاضر ۱۸ شهرستان در وضعیت قرمز، ۷۶ شهر در وضعیت نارنجی، ۲۲۷ شهر در وضعیت زرد و ۱۲۷ شهر کشور نیز در وضعیت آبی قرار دارند.

استاندار تهران اعلام کرد

تشکیل قرارگاه اضطراری «آب» استان تهران

لزوم صرفه‌جویی ۲۰ درصدی مصرف آب

استاندار تهران بر لزوم صرفه‌جویی ۲۰ درصدی مصرف آب تاکید کرد.

به گزارش ایسنا، جلسه کمیته اضطرار ستاد پیشگیری، هماهنگی و فرماندهی عملیات پاسخ به بحران استان با محوریت مدیریت مصرف آب به ریاست علیرضا فخاری استاندار تهران و با حضور محسن نایبی معاون امنیتی و انتظامی‌استاندار، یزدی‌مهر مدیرکل مدیریت بحران استانداری و دیگر مسئولان برگزار شد.

فخاری در این جلسه با اشاره به اهمیت حوزه آب گفت: در این جلسه مباحث آب استان، تطبیق با شرایط سال‌های گذشته، میزان نزولات، مصارف و نوع مصرف و کنترل آنها مورد بحث و بررسی قرار گرفت.وی ادامه داد: طبق بررسی‌های صورت گرفته با کاهش نزولات و افزایش سطح مصرف مواجه هستیم، ضمن اینکه تغییرات اقلیمی‌آب و هوا نیز از عوامل موثر در حوزه مصرف آب است که این مسائل، نظام برنامه‌ریزی جدی در حوزه آب را می‌طلبد.استاندار تهران عنوان کرد: وضعیت نزولات آسمانی، نگهداشت آب، دبی سرچشمه‌ها، آب پشت سدها و چاه‌ها نشان می‌دهد با کسری آب مواجه هستیم، از اینرو عوامل متعددی از جمله مدیریت مصرف آب و جلوگیری از مصارف غیرضروری اهمیت دارد.

فخاری سپس گفت: تغییر رویه مصرف آب در حوزه کشاورزی به ویژه صنایع غرقابی ضروری است، همچنین صنایع پایین‌دست که آب‌بر هستند باید مورد واکاوی قرار گرفته و برای انتقال آن برنامه‌ریزی صورت گیرد.وی تاکید کرد: برای تنش‌های ناشی از کمبود آب باید پیش‌بینی کنیم تا کسری از طریق انتقال منابع آب، کنترل مصرف، رفع نشت‌ها و تاکید بر صرفه‌جویی ۲۰ درصدی مصرف و تغییر سیستم و روش‌های مصرف آب کنترل شود.بر اساس گزارش روابط عمومی‌استانداری تهران، فخاری افزود: آب شرب تصفیه شده با عدم استفاده صحیح به فاضلاب تبدیل می‌شود که در بازگردانی نیز مشکل وجود دارد، از اینرو برای رفع مشکلات آینده در حوزه آب قرارگاه اضطراری برای کنترل و مدیریت مصرف آب در دستور کار قرار گرفته است تا راهکارها کوتاه‌مدت، میان‌مدت و بلندمدت ارائه شود.

(نوبت اول)

فراخوان تجدید دوم مناقصه عمومی یک مرحله‌ای (شماره: ۱۴۰۱/۱۶)

ردیف	شرح
۱	نام دستگاه مناقصه‌گزار: اداره کل بنادر و دریانوردی استان گیلان
۲	نشانی دستگاه مناقصه‌گزار: استان گیلان- بندرانزلی- خیابان شهید مصطفی خمینی نمابر ۴۴۴۲۳۹۰۲-۰۱۳ تلفن کارشناس دریایی ۴۴۹۹۲۲۶۴-۰۱۳ کارشناس حقوقی و قراردادها ۴۴۹۹۲۷۵۶-۰۱۳
۳	موضوع مناقصه: راهبری، نگهداری و تعمیرات تجهیزات مقابله و پاکسازی آلودگی آب دریا
۴	مهلت دریافت اسناد از سامانه و مهلت بارگذاری در سامانه توسط مناقصه‌گزار: تاریخ شروع دریافت اسناد: از ساعت ۱۲ظهر روز سه‌شنبه تاریخ ۱۴۰۲/۰۱/۲۲ تاریخ خاتمه دریافت اسناد: تا ساعت ۱۲ روز شنبه تاریخ ۱۴۰۲/۰۲/۰۲ مهلت بارگذاری اسناد مناقصه‌گران در سامانه ستاد ایران تا ساعت ۱۲ روز شنبه تاریخ ۱۴۰۲/۰۲/۱۶
۵	نشانی محل دریافت اسناد مناقصه: کلیه مراحل دریافت اسناد استعلام ارزیابی تا ارائه و بارگذاری اسناد ارزیابی کیفی و گشایش پوشه‌ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد ایران) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد. اطلاعات سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه مرکز تلفن ۴۱۹۳۴-۰۲۱
۶	نحوه بارگذاری اسناد مناقصه توسط مناقصه‌گران: کلیه اسناد مناقصه باید مطابق شرایط ذکر شده توسط مناقصه گران درسامانه ستادایران (مندرج در بند ۵ آگهی) با درج امضای الکترونیکی بارگذاری گردد، در غیراینصورت اسناد بارگذاری شده مورد بررسی و ترتیب اثرقرار نمی‌گیرد. همچنین مقتضی است، پوشه الف (اصل تضمین فرآیند اجرای کار) علاوه بر بارگذاری در سایت مذکور به صورت فیزیکی قبل از تشکیل جلسه کمیسیون مناقصه به دبیرخانه دستگاه مناقصه‌گزار واقع در طبقه همکف ساختمان اداری به نشانی مندرج در بند۲ آگهی (با اخذ رسید) تحویل گردد.
۷	نوع و مبلغ تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار: تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار بصورت ضمانت نامه بانکی با اعتبارسه ماه و یا واریز نقدی به حساب شماره ۴۱۰۱۰۶۴۵۷۱۲۱۲۳۴۵ نزد بانک مرکزی به مبلغ ۶۳۷/۵۰۰/۰۰۰ ریال به حروف: (ششصد و سی و هفت میلیون و پانصد هزار ریال) می‌باشد.
۸	مبلغ برآوردی موضوع مناقصه: (۱۲/۷۵۰/۰۰۰/۰۰۰) ریال (دوازده میلیارد و هفتصد و پنجاه میلیون ریال) می‌باشد.
۹	تاریخ، زمان و محل گشایش اسناد مناقصه گران: روز شنبه تاریخ ۱۴۰۲/۰۲/۱۶ راس ساعت ۱۲:۳۰ در سالن جلسات اداره کل واقع در طبقه چهارم ساختمان اداری به نشانی مندرج در بند ۲ آگهی
۱۰	شرایط الزامی‌شرکت در مناقصه: دارا بودن گواهی صلاحیت پیمانکاری در رشته خدمات با حداقل رتبه ۵ یا مجوز فعالیت انجام هرگونه خدمات دریایی از سازمان بنادر و دریانوردی یا گواهی صلاحیت پیمانکاری از وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی در زمینه مرتبط درج عبارت «ارائه خدمات دریایی» یا موارد مرتبط با مناقصه در موضوع فعالیت شرکت در اساسنامه آن دارا بودن سابقه انعقاد قرارداد راهبری تجهیزات مقابله با آلودگی و یا انجام عملیات مقابله با آلودگی (در دریا) ارائه رضایت نامه از کارفرمای قرارداد که به عنوان سابقه رائه می‌شود. (براساس فرم پیوست) ارائه گواهینامه تایید صلاحیت ایمنی پیمانکاری معتبراز وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی ارائه گواهی عدم بدهی از اداره کل امور مالی سازمان بنادرو دریانوردی (با ارسال درخواست به نمابر امور مالی با شماره ۸۸۶۵۱۰۷۴-۰۲۱)

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۲/۰۱/۲۲
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۲/۰۲/۲۶

روابط عمومی اداره کل بنادر و دریانوردی استان گیلان