## آئینه شهر

### آغاز خدمات ۲۴ ساعته در مرزخسروی و توزیع ۱۵۰ هزار نقشه راهنمای زائران در طریق الحسین و مرزها

رئیس قرارگاه مرز خسروی از اجرای برنامه‌های گسترده خدماتی و فرهنگی به زائران اربعین به صورت شبانه‌روزی خبر داد.

امیر قاسمی، رئیس ستاد گردشگری شهرداری تهران و رئیس قرارگاه مرزی خسروی در گفت‌وگو با خبرنگار شهر با اشاره به آغاز برنامه‌ریزی‌ها از هفته‌های گذشته اظهار کرد: از جمله اقدامات انجام شده، برگزاری دومین سوگواره میراث اربعین حسینی بود که در آن موضوعات مختلفی در حوزه اربعین مورد بحث و تبادل نظر قرار گرفت. این سوگواره به صورت بین‌المللی برگزار شد و شرکت‌کنندگانی از سراسر کشور در آن حضور داشتند.

وی با تاکید بر ضرورت اطلاع‌رسانی و راهنمایی زائران ادامه داد: یکی دیگر از اقدامات توزیع حدود ۱۵۰ هزار نسخه نقشه راهنمای زائرین اربعین است که مقررشده این نقشه‌ها از طریق راهنمایان مردمی در مسیر طریق نجف به کربلا بین زائران توزیع شود. تعدادی از این نقشه‌ها برای ارائه در مرزها در نظر گرفته شده و قرار است در مرزها به زائران تقدیم شود. قاسمی با بیان اینکه خدمات‌رسانی در مرز خسروری به صورت شبانه‌روزی انجام خواهد شد، گفت: از چهاردهم مرداد خدمات‌رسانی پذیرایی به صورت ۲۴ ساعته در داخل پایانه مرزی خسروی آغاز خواهد شد و تا یک روز پس از اربعین ادامه دارد. وی با اشاره به مشارکت منطقه ۲۲ شهرداری تهران در این طرح افزود: منطقه ۲۲ شهرداری تهران مسئولیت خدمات‌شهری و نظافت محدوده را برعهده دارد. همچنین اقدامات فرهنگی نیز با همکاری منطقه ۲۲ به صورت متمرکز اجرا خواهد شد. رئیس قرارگاه مرزی خسروی خاطرنشان کرد: از جمله اقدامات فرهنگی می‌توان به ارائه اقلام و محصولات فرهنگی و برپایی هیئت و روضه محبان رضا در هر شب در مرز خسروی اشاره کرد. همچنین تلویزیون شهری در محل نصب خواهد شد تا برای راهنمایی زائران مورد استقاده قرار گیرد. وی در پایان با اشاره به استفاده از ابزارهای چندرسانه‌ای در فرآیند اطلاع‌رسانی تصریح کرد: مجموعه‌ای از موشن‌گرافی‌ها برای راهنمایان زائر آماده شده تا با استفاده از آن، زائران از اقدامات مورد نیاز پیش از سفر آگاه شوند و آن‌ها را به موقع انجام دهند.

**آگهی دعوت شرکا شرکت**
**کیانا آرسس ایرانیان (با مسولیت محدود)**
**بشماره ثبت ۵۹۷۵۲۹ و شناسه ملی ۱۴۰۱۱۲۶۰۹۲۰**

بدین وسیله ازکلیه شرکا شرکت کیانا آرسس ایرانیان (با مسولیت محدود) بشماره ثبت ۵۹۷۵۲۹ و شناسه ملی ۱۴۰۱۱۲۶۰۹۲۰ دعوت می شود تا جهت شرکت در جلسات :مجمع عمومی فوق العاده ساعت ۸ صبح روز شنبه ۱۴۰۴/۰۵/۲۵ با دستور جلسه ۱- افزایش سرمایه از طریق ورود شریک جدید ۲- کاهش یا افزایش تعداد اعضا هیئت مدیره و مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده ساعت ۱۰ صبح روز شنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۵/۲۵ با دستور جلسه : ۱- انتخاب و تعیین سمت اعضا هیئت مدیره ۲- تعیین حق امضا مجاز در شرکت در نشانی: خیابان اشرفی اصفهانی-بلوار میرزابابایی-نرسیده به چهارراه عدل-پلاک۷۶ -مجتمع فرید نیا-طبقه سوم واحد۳ - شرکت کیانا آرسس ایرانیان تشکیل میگردد حضور بهمراه رسانید.

**هیئت مدیره**
کد ب-م-۷

«اتحادملت» فرصت‌ها و چالش‌های ویزیت دیجیتالی بیماران را بررسی می‌کند

# طبابت از راه دور

**آمارها نشان می‌دهد روزانه حدود ۳۰۰ ایرانی به دلیل عدم دسترسی سریع به پزشک متخصص جان خود را از دست می‌دهند. با این وجود، پزشکی از راه دور به عنوان یک راه‌حل قابل اتکا مطرح شده است**

اتحادملت - گروه جامعه؛ در دهه‌های گذشته، پزشکان ایرانی برای معاینه بیماران روستایی با روش‌های سنتی همچون سفر با الاغ، مسیری طولانی را طی می‌کردند. اما امروز، همان پزشکان با یک کلیک ساده قادرند خدمات درمانی را به بیماران در دورافتاده‌ترین نقاط کشور ارائه دهند. این تغییر چشمگیر، داستان تحول نظام سلامت ایران از طبابت سنتی به پزشکی هوشمند را روایت می‌کند. در عصر دیجیتال، محدودیت‌های جغرافیایی و زمانی در حوزه سلامت به سرعت در حال کاهش هستند. پزشکی از راه دور، به‌عنوان تحولی نوین، امکان دسترسی همگانی به خدمات پزشکی را فراهم کرده و تلاش دارد مشکلات قدیمی نظام سلامت ایران، مانند نابرابری درمانی و کمبود نیروی متخصص، را برطرف کند. اما این روند چگونه شکل گرفته است و آیا زیرساخت‌های فرهنگی و فناوری کشور آمادگی کامل برای پذیرش این تغییرات را دارند؟ بررسی ابعاد مختلف این موضوع با استفاده از دیدگاه‌های کارشناسان سلامت دیجیتال، هدف اصلی این گزارش است.

### تحولی از طب سنتی به دنیای دیجیتال

اینترنت به‌عنوان پلی جدید میان بیماران و پزشکان ظاهر شده است؛ پلی که فاصله‌ها و محدودیت‌های جغرافیایی را بی‌معنا کرده است. اکنون مشکلات و نیازهای بیماران مناطق روستایی می‌توانند در کلانشهرها شنیده شوند و نسخه‌ها نه بر کاغذ بلکه بر امواج دیجیتال منتقل شوند.

### پزشکی از راه دور: تاریخچه و کاربرد جهانی

پزشکی از راه دور یا تله‌مدیسن، استفاده از فناوری اطلاعات و ارتباطات برای ارائه خدمات درمانی به بیماران در مناطق دورافتاده یا محروم است. آغاز این مفهوم به دهه ۱۹۵۰ و انتقال تصاویر رادیولوژی بین بیمارستان‌ها بازمی‌گردد. اما امروز، با پیشرفت ابزارهایی چون اینترنت و هوش مصنوعی، این مفهوم به مشاوره‌های آنلاین زنده و حتی جراحی‌های از راه دور گسترش یافته است.

### رشد فناوری پزشکی از راه دور در ایران

امروزه تکنولوژی‌هایی نظیر هوش مصنوعی، رایانش ابری و شبکه اینترنت نسل پنجم (5G) وارد فضای درمان شده‌اند. در این مسیر، گوشی‌های هوشمند جای ابزارهای سنتی پزشکی را گرفته‌اند، تبلت‌ها به‌عنوان پرونده‌های پزشکی به کار می‌روند، و ویدئوکنفرانس‌ها امکان ملاقات پزشکان و بیماران را در خانه‌ها فراهم کرده‌اند. ایران نیز از این تحولات بی‌بهره نبوده است.

محسن پیروانی، متخصص انفورماتیک پزشکی، معتقد است که رشد پزشکی از راه دور در ایران، هرچند با تأخیر نسبت به کشورهای پیشرفته آغاز شد، اما روند رشد آن در سال‌های اخیر چشمگیر بوده است. او به جهش ۳۰۰ درصدی در استفاده از پلتفرم‌های مشاوره آنلاین پس از همه‌گیری ویروس کرونا اشاره دارد که نقطه عطفی مهم در این عرصه بود.

### از مراقبت‌های اولیه تا انقلاب دیجیتال

اجرای طرح‌هایی نظیر «پزشک خانواده» از دهه ۱۳۶۰، باعث اصلاحاتی در نظام سلامت ایران شد که تمرکز اصلی آن بر مراقبت‌های اولیه بود. با این حال، مسائل ساختاری مانند نابرابری دسترسی بین شهرها و روستاها، کمبود نیروی انسانی متخصص و هزینه‌های بالای درمان همچنان حل‌نشده باقی ماندند. نادره رضایی، پزشک خانواده، عنوان می‌کند که طرح تحول سلامت علیرغم اجرای گام‌های مثبتی، نتوانسته به‌صورت کامل مشکلات مردم را حل کند. او معتقد است که پزشکی از راه دور می‌تواند به‌عنوان مکملی برای این طرح عمل کرده و دسترسی مناطق محروم به خدمات درمانی را بهبود بخشد. علیرضا مرندی، رئیس فرهنگستان علوم پزشکی ایران نیز بر اهمیت استفاده از فناوری برای کاهش شکاف‌ها در نظام سلامت تأکید دارد. او پزشکی از راه دور را یک ابزار قدرتمند می‌داند که می‌تواند عدالت در دسترسی به خدمات درمانی را گسترش دهد.

### پزشکی از راه دور در ایران: فرصت‌ها و چالش‌ها

بر اساس نظر متخصصان حوزه درمان، پزشکی از راه دور دو مزیت اصلی و حیاتی را به همراه دارد. نخست دسترسی عادلانه به خدمات پزشکی است، که به ساکنان مناطق محروم امکان دریافت مشاوره از متخصصان را می‌دهد. دوم کاهش هزینه‌ها برای بیماران، از جمله صرفه‌جویی در وقت و هزینه‌های حمل‌ونقل برای مراجعه حضوری بیماران و حتی پزشکان.

فرید محمدی، مدیر یکی از استارت‌آپ‌های فعال در حوزه سلامت دیجیتال، توضیح می‌دهد که در یکی از پروژه‌های پایلوت اجرا شده در استان‌های محروم کشور، با راه‌اندازی کلینیک‌های دیجیتال موفق شدند زمان انتظار برای ویزیت متخصص را از سه ماه به تنها چهل‌وهشت ساعت کاهش دهند. آمارها نشان می‌دهد روزانه حدود ۳۰۰ ایرانی به دلیل عدم دسترسی سریع به پزشک متخصص جان خود را از دست می‌دهند. با این وجود، پزشکی از راه دور به عنوان یک راه‌حل قابل اتکا مطرح شده است؛ به‌طوری که طی دو سال گذشته استفاده از مشاوره‌های آنلاین پزشکی در ایران رشدی ۴۰۰ درصدی داشته است. حال این پرسش مطرح می‌شود که آیا این فناوری قادر به جلوگیری از مرگ‌های قابل پیشگیری خواهد بود؟

### موانع پیش‌روی پزشکی از راه دور

به عقیده کارشناسان، موانعی که سد راه گسترش پزشکی از راه دور شده‌اند شامل کمبود زیرساخت‌های اینترنتی، خصوصاً سرعت پایین اینترنت در مناطق روستایی، محدودیت پهنای باند، نبود آگاهی کافی، و مقاومت فرهنگی بخشی از جامعه است. بسیاری از بیماران و پزشکان هنوز ترجیح می‌دهند به شیوه سنتی و حضوری درمان شوند. فاطمه سورانی، روانشناس سلامت، اعتقاد دارد که دیدگاه بیماران، به‌ویژه سالمندان نسبت به درمان چهره‌به‌چهره تغییر دادن نیازمند تلاش جدی در زمینه آموزش و فرهنگ‌سازی است. او می‌گوید که بسیاری از افراد همچنان اعتماد بیشتری به مراجعه حضوری دارند. علی مرادی، فعال حوزه سلامت، پیشنهاد می‌دهد که ترکیب سامانه‌های موجود مانند «سامانه سیب» با پلتفرم‌های تله‌مدیسین می‌تواند زمینه‌ساز ایجاد اکوسیستم یکپارچه‌ای در بخش سلامت دیجیتال باشد.

### مخالفان پزشکی آنلاین چه دلایلی دارند؟

پزشکی از راه دور، با وجود مزیت‌هایش، هنوز مخالفانی دارد. برای مثال، فاطمه، زن ۷۵ ساله‌ای که در محله پامنار تهران زندگی می‌کند، می‌گوید: دکتر آنلاین؟ من حتی نمی‌دانم چطور باید گوشی را جواب بدهم! یک‌بار تلاش کردم با کمک نوه‌ام ویزیت آنلاین داشته باشم، اما مشکل اینترنت پیش آمد و فقط کلی استرس گرفتم. ترجیح می‌دهم همان مطب قدیمی را با بوی آشنای الکل و صدای بیماران حاضر در صف تجربه کنم.

یا محمد، مرد ۸۰ ساله بازنشسته آموزش‌وپرورش، دیدگاه متفاوتی دارد: پزشک باید گوشی معاینه را روی نبض بیمار بگذارد، نه اینکه فقط از طریق صفحه موبایل ارتباط برقرار کند! این روش‌ها باعث شده است احساس کنم مثل یک کالا بررسی می‌شوم، نه یک انسان. امیر، دانشجوی ۲۵ ساله پزشکی در تهران هم با وجود اینکه نگرش نسل جوان اغلب به سمت فناوری‌محور بودن است، چنین نظری دارد: به‌عنوان کسی که با آناتومی بدن آشنا هستم، باور دارم بسیاری از تشخیص‌ها به معاینات حضوری وابسته است. پزشکی از راه دور ممکن است علائم حیاتی مهمی مانند تورم غدد لنفاوی را نادیده بگیرد.

شوک به علوم تغذیه

## افزایش یا کاهش مصرف شیرینی تأثیری بر وزن ندارد

پژوهش بی‌سابقه دانشگاه واخنینگن هلند ثابت کرد کاهش یا افزایش مصرف شیرینی‌جات نه تمایل به شیرینی را تغییر می‌دهد، نه بر وزن بدن تأثیر دارد! این مطالعه، اولین کارآزمایی تصادفی کنترل‌شده جهان در این مقیاس، نشان داد ذائقه شیرین‌پسند انسان‌ها یک امضای بیولوژیک ثابت است که حتی پس از ۶ ماه مداخله غذایی هم تغییر نمی‌کند.

به گزارش گروه علمی ایرنا، وبگاه سای‌تِک‌دِیلی در گزارشی آورده است:

بسیاری از افراد معتقدند خوردن غذاهای شیرین، میل به مصرف آن‌ها را افزایش می‌دهد؛ اما مطالعه‌ای که به تازگی انجام شده، این باور گسترده را زیر سؤال برده است. شاید تعجب کنید اما یافته‌های جدید نشان می‌دهد اینکه هوس طعم‌های شیرین می‌کنید، ممکن است ربطی به میزان قند مصرفی‌تان نداشته باشد.

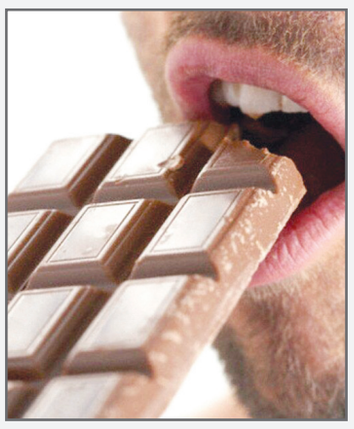
پژوهشگران در یک کارآزمایی تصادفی کنترل‌شده، کشف کردند که افزایش یا کاهش میزان غذاهای شیرین در رژیم غذایی هیچ تأثیری بر تمایل کلی شرکت‌کنندگان به شیرینی ندارد. افراد شرکت‌کننده در این کارآزمایی، شش ماه از رژیم‌های غذایی با سطوح مختلف شیرینی پیروی کردند؛ اما در نهایت، هیچ تغییر معناداری در میزان علاقه آن‌ها به مزه‌های شیرین ایجاد نشد.

پروفسور کیس دی‌گراف (Kees de Graaf)، سرپرست پژوهش از دانشگاه واخنینگن هلند اظهار کرد: ما همچنین دریافتیم که رژیم‌های غذایی با شیرینی کمتر یا بیشتر، با تغییرات مصرف انرژی یا وزن بدن ارتباطی ندارند. با وجود باور عمومی، شیرینی به تنهایی، مقصر دریافت کالری اضافی نیست.

در این پژوهش، کاهش مواجهه با غذاهای شیرین به تغییر در ترجیح طعم شیرین، درک طعم شیرین، انتخاب غذا یا انرژی دریافتی منجر نشد. افزایش مصرف غذاهای شیرین نیز باعث افزایش تمایل به شیرینی نشد.

پژوهشگران هیچ ارتباطی بین مقدار غذاهای شیرین مصرفی با تغییرات وزن بدن، زیست‌نشانگرهای دیابت و بیماری‌های قلبی‌عروقی مشاهده نکردند. شرکت‌کنندگان به طور طبیعی طی یک تا ۴ ماه پس از این مطالعه، به سطح پایه مصرف شیرینی بازگشتند.

دی‌گراف توضیح داد: این مطالعه یکی از نخستین پژوهش‌هایی است که شیرینی کل رژیم غذایی را در محدوده واقعی مصرف مردم اندازه‌گیری و تنظیم کرده است؛ این موضوع اهمیت ویژه‌ای دارد چرا که برخی افراد از غذاهای شیرین اجتناب می‌کنند، زیرا باور دارند قرار گرفتن مداوم در معرض شیرینی‌ها، میل آن‌ها به شیرینی را افزایش می‌دهد، اما یافته‌های ما خلاف این را ثابت می‌کند.



نوبت اول

**تجدید آگهی فراخوان مزایده عمومی**

**در راستای اجرای شیوه‌نامه اجرایی فعالیت‌های گردشگری، تفریحی و توریستی در منابع و تأسیسات آبی و پیرامون آن‌ها شرکت سهامی آب منطقه‌ای کهگیلویه و بویراحمد مطابق ماده ۲۷ قانون الحاق برخی مواد به قانون تنظیم بخشی از مقررات مالی دولت (۲) و دستورالعمل‌های آن‌ها، در نظر دارد مطابق شرایط مندرج در اسناد مزایده در قالب قراردادهای ساخت، اجاره، بهره‌برداری و انتقال (BLOT) به منظور ساخت و بهره‌برداری ابنیه با کاربری گردشگری، تفریحی به متقاضیان واجد صلاحیت به صورت اجاره واگذار نماید.**

**کلیه مراحل مزایده از دریافت اسناد تا پیشنهاد مزایده‌گران و بازگشایی پاکات از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ســـتاد ایران) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد و لازم اســـت مزایده‌گران در صورت عدم عضویت قبلی مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی را جهت شرکت در مزایده محقق سازند.**

| ردیف | نام طرح | محل اجرا | حداقل مبلغ سرمایه‌گذاری (میلیون ریال) | مبلغ تضمین شرکت در مزایده (میلیون ریال) | توضیحات |
|---|---|---|---|---|---|
| ۱ | ساز و کار اجرایی جهت جذب سرمایه گذاری طرح‌های گردشگری پهنه‌ها و تاسیسات آبی استان کهگیلویه و بویر احمد (سد شاه قاسم) | یاسوج سد شاه قاسم | ۳۳۸،۵۰۰ | ۶،۷۷۰ | گردشگری در سد و محیط پیرامونی آن، به مدت ۲۰ سال |
| ۲ | ساز و کار اجرایی جهت جذب سرمایه گذاری طرح‌های گردشگری پهنه‌ها و تاسیسات آبی استان کهگیلویه و بویر احمد (رفتینگ-خیرآباد گچساران) | گچساران-رودخانه خیرآباد | ۸۵،۸۸۰ | ۱،۷۲۰ | گردشگری در رودخانه و محیط پیرامونی آن، به مدت ۲۰ سال |

**۱- دریافت اسناد از تاریخ ۱۴۰۴/۰۵/۱۸ الی ۱۴۰۴/۰۵/۲۱**

**۲- تضمین شرکت در فرامین ارجاع کار بر اساس بخشنامه شـــماره ۴۴۹۱۶/ت ۵۸۱۳۵ هـ مورخ ۱۴۰۰/۰۴/۲۶ اخذ خواهد شد.**

**۳- آخرین مهلت ارائه پیشنهاد: ساعت ۱۰:۰۰ روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۶/۰۳**

**۴- زمان بازگشایی پاکات: ساعت ۱۱:۰۰ صبح روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۶/۰۳**

**برای کسب اطلاعات بیشتر به آدرس کهگیلویه و بویراحمد-یاسوج-بلوار شهید مطهری- قبل از شرکت نفت یاسوج-تلفن: ۰۷۴۳۳۳۳۴۸۱۳-۰۷۴۳۳۳۳۴۸۱۲ آقای عبداله پور مراجعه فرمایند.**

**شرکت آب منطقه‌ای استان کهگیلویه و بویراحمد**
کد ی-ا-۳

نوبت دوم

**آگهی تجدید مناقصه عمومی یک مرحله ای**

**شهرداری بندرانزلی در نظر دارد نسبت به اجرای مناقصه لوله گذاری اطبا کوچه ساحل یک از طریق مناقصه عمومی به شماره ۲۰۰۴۰۰۵۲۳۰۰۰۰۰۱۸ ثبت در سامانه ستاد طبق ضوابط و مقررات به شرح ذیل اقدام نماید.**

**موضوع مناقصه : مناقصه لوله گذاری اطبا کوچه ساحل یک**
**مبلغ برآورد : ۶۳/۴۰۴/۹۱۴/۳۰۷ ریال**
**مبلغ تضمین: ۳/۱۷۰/۲۴۵/۷۱۵ ریال**
**نوع تضمین : ضمانتنامه بانکی شرکت در مناقصه یا یا واریز نقدی در وجه شهرداری و به شماره حساب ۳۱۰۰۰۰۶۷۹۹۰۰۱ بانک ملی به نام شهرداری بندر انزلی و بارگزاری در سامانه ستاد**
**تاریخ انتشار و مهلت بازدید اسناد در سامانه ستاد:از ۱۴۰۴/۰۵/۱۱ لغایت ۱۴۰۴/۰۵/۲۶**
**مهلت دریافت اسناد مناقصه : از تاریخ ۱۴۰۴/۰۵/۱۱ لغایت ساعت ۱۹ مورخ ۱۴۰۴/۰۲/۱۵**
**مهلت ارائه پیشنهاد و بارگزاری اسناد در سامانه ستاد ازساعت ۸ صبح مورخ ۱۴۰۴/۰۵/۱۶ لغایت ساعت ۸ صبح مورخ ۱۴۰۴/۰۵/۲۶**
**زمان بازگشایی پیشنهادها: ساعت ۱۱ صبح روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۵/۲۶ دفتر کار شهردار بندر انزلی**
**-هزینه آگهی به عهده برنده مناقصه می باشد.**

**شهرداری بندرانزلی**
کد گ-ی-۲