



• صاحب امتیاز: علی یوسف‌پور
• سردبیر و دبیر گروه سیاسی: محمد صفری
• دبیر اجتماعی، سیمه ملکی
• دبیر اقتصادی: مهدی یوسفی
• دبیر بین‌الملل و سیاست خارجی: قاسم غفوری

• دبیر فرهنگی: سید مهدی لنگرانی
• سرویس شهرستان‌ها: پرویز قدری
• سازمان آگهی‌ها: ۶۶۸۸۰۰۰۰
• چاپ: کارگر ۶۶۸۱۷۳۱۶

• نشانی: بزرگراه شهید گمنام، خیابان جهان‌آرا، کوچه بابک، پلاک ۱۶
• تلفن: ۰۶-۱۳۸۷۰۰۸۸۰
• فاکس: ۰۰۰۷۵۷۵۰۸۸۰
• کدپستی: ۱۴۳۸۳۳۸۷۱
• شبانه: ۳۹۴۷-۲۰۰۸

درنگ

هشدار به شناگران در آب‌های آلوده

معاون فنی مرکز سلامت محیط و کار وزارت بهداشت نسبت به خطر انتقال بیماری‌های عفونی از طریق شنا در آب‌های آلوده هشدار داد و گفت: آب شناگاه‌ها گرچه به مصرف شرب نمی‌رسند اما در صورت آلوده بودن خصوصا در مواردی که آب فاقد مواد گندزدای موثر فعال باشد، در اثر تماس با بدن انسان یا بلع اتفاقی یا تنفس عامل بیماری‌زا، موجب انتقال بیماری به انسان می‌شود.

شنا ورزشی است که تقریبا تمام عضلات بدن را درگیر می‌کند؛ از بازو گرفته تا پا و شکم. این ورزش قدرت بدنی را افزایش می‌دهد، تناسب اندام را بهتر می‌کند و وزن را متعادل می‌سازد. شنا قلب، ریه و سیستم جریان خون را فعالتر و عملکرد آنها را در حین ورزش و استراحت بهبود می‌بخشد. همچنین طبق مطالعات انجام شده به کنترل قند خون و فشار خون کمک می‌کند و می‌تواند برای بیماران دیابتی و مبتلایان به فشار خون بالا مفید باشد.

این ورزش جزو مدود ورزش‌هایی است که تقریبا برای تمامی گروه‌های سنی قابل اجرا و مفید است. حتی زنان باردار نیز می‌توانند از شنا بهره ببرند. در این هوای داغ تابستانی شنا می‌تواند علاوه بر خنک کردن بدن، روحیه ای با نشاط را برای افراد به وجود آورد. با این حال شنا کردن نکاتی دارد که اگر رعایت نشود می‌تواند منشا بسیاری از بیماری‌ها شود.

معاون فنی مرکز سلامت محیط و کار وزارت بهداشت گفت:در صورت استفاده از آب دریا، دریاچه و رودخانه‌ها بدانید که آب کدر می‌تواند نشان دهنده تعداد بیش از حد معمول میکروب‌ها در آن آب باشد، لذا در صورت مشاهده هرگونه لوله‌ای که به داخل یا اطراف آب تخلیه می‌شود از آب استفاده نکرده و دور بمانید.

محسن فرهادی افزود: حصبه، انواع اسهال، بثورات و عفونت های پوستی، عفونت‌ها و ناراحتی های چشمی، لیپتوسپیروزیس، لژیولانزیس، بیماری‌های انگلی، بیماری‌های ویروسی نظیر هپاتیت A، ذات الریه یا بیماری‌های شبه آنفلوآنزا و بیماری‌های دستگاه تنفسی مانند عفونت سینوس‌ها، عفونت گوش (گوش شناگر) و عفونت گلو، شایع‌ترین بیماری‌های منتقله توسط آب در استخرهای شناى آلوده و غیراستاندارد هستند.

وی در خصوص راه‌های انتقال عوامل بیماری زای عفونی از آب آلوده به انسان، تصریح کرد: در صورت بلعیدن آب، تماس بدن با آب و تنفس قطرات آب آلوده به میکروب و یا در اثر تماس با مواد شیمیایی موجود در آب یا استنشاق مواد شیمیایی که از آب

تبخیر شده و در هوا به گاز تبدیل می‌شوند، ممکن است به بیماری‌های مرتبط با شنا مبتلا شوند. فرهادی در ادامه به تشریح نکات بهداشتی و پیشگیرانه در استفاده از تفریحات آبی پرداخت و گفت: به منظور جلوگیری از آلودگی آب استخر با انداز و مدفوع، شناگران قبل از ورود به استخر از توالیت استفاده کنند و آن را به کودکان خود نیز آموزش دهند. وی افزود: قبل از اینکه وارد آب شوید، دوش بگیرید؛ آلودگی‌ها و مواد آرایشی بدن شما می‌تواند با ترکیب شدن با مواد گندزدای آب استخر ترکیبات سمی ایجاد کند. لذا قبل از ورود به استخر و همچنین بعد از استفاده از آب استخر به منظور جلوگیری از انتقال آلودگی‌های احتمالی آب، بدن خود را با آب گرم و صابون شستشو دهید؛ همچنین، هنگام ورود به استخر حتما از حوضچه مواد گندزدا عبور کنید. فرهادی یادآور شد: در صورت استفاده از توالیت در زمان بعد از ورود به استخر مجددا دوش گرفته و بدن خود را با آب و صابون شستشو داده و از حوضچه کلر عبور کنید.وی تاکید کرد: از شنا کردن در استخرهایی که کاملا آبگیری نشده و یسا اینکه نجات غریق در حال انجام وظیفه نیست، جدا خودداری کنید. فرهادی اضافه کرد: از بردن هر گونه موادغذایی به محوطه داخلی استخر خودداری کنید و همواره از وسایل شخصی نظیر مایو، حوله و دمپایی استفاده کنید؛ به منظور جلوگیری از انتقال عوامل بیماری‌زا در هنگام پوشیدن مایو، سایر لباس‌های زیر حتما خارج شود.

وی ضمن تاکید بر توجه به تابلوهای علائم هشدار، احتیاط و پوستروهای آموزشی در نقاط مختلف استخر، بیان کرد: کدورت آب استخر هموار وضعیت آب استخر را نشان می‌دهد و می‌تواند هشدار می‌بنی بر آلودگی آب استخر باشد، لذا از شنا کردن در آب استخرهایی که به هر دلیلی دارای کدورت هستند، خودداری کنید. شفافیت آب استخر باید به صورتی باشد که در یک مسیر علامت یا ویژگی خاص (مانند سکه یا خطوط کف استخر) در عمیق‌ترین قسمت آن قابل رویت باشد. فرهادی همچنین اضافه کرد: دمای هوای استخرهای سروشیده باید یک تا دو درجه بیشتر از دمای آب باشد و نباید بیشتر از ۳۰ درجه سانتیگراد شود. حداقل دمای آب استخر هم ۲۶ درجه سانتیگراد است. وی در مورد استفاده از آب دریا هم گفت: بعد از استفاده از آب دریا، برای صرف غذا دستهای خود را به مدت ۲۰ ثانیه بشویید، به خصوص اگر در حال بازی یا لمس شن بوده‌اید. اگر آب و صابون در دسترس نیست، از ضدعفونی کننده دست الکلی استفاده کنید که حداقل ۶۰ درصد الکل داشته باشد. ضدعفونی کننده دست ممکن است زمانی که دستها به وضوح کثیف یا چرب هستند، به اندازه کافی موثر نباشد، بنابراین قبل از ضدعفونی، شن و ماسه را از دستپایتان بردارید.

گزارش

رئیس قوه قضائیه گفت: آمار ورودی به زندان‌های سراسر کشور (اعم از محکومین قطعی و بازداشتی‌های موقت) طی سه ماه ابتدایی سال جاری نسبت به مدت مشابه سال گذشته، کاهش یافته است.

حجت‌الاسلام والمسلمین محسنی اژه‌ای دیروز در نشست شورای عالی قوه قضائیه، ضمن تسلیت مجدد شهادت اسماعیل هنیه رئیس فقید دفتر سیاسی جنبش مقاوم حماس، گفت: جنایات و آدمکشی‌ها و سفاکی‌های بی‌سابقه رژیم صهیونیستی کماکان ادامه دارد و قدر مسلم این جنایات بی‌سابقه از حافظه تاریخ فراموش و زوده نخواهد شد. از خداوند می‌خواهیم که به برکت خون‌های پاک ریخته شده در راه آزادی قدس شریف، زوال و نابودی رژیم سفاک و غاصب صهیونیستی را میسر سازد.

رئیس قوه قضائیه در ادامه ضمن گرامیداشت روز خبرنگار گفت: ضمن تبریک و آرزوی سربلندی و موفقیت برای همه فعالان و کنشگران عرصه رسانه و خبر، یاد همه شهیدای عرصه خبرنگاری را گرامی می‌داریم و از ۱۶۰ خبرنگار شهیدی یاد می‌کنیم که طی ۱۰ ماه اخیر در غزه به دست صهیونیست‌ها به شهادت رسیده‌اند؛ خبرنگارانی که راوی و انعکاس‌دهنده رنج‌ها و آلام مردم فلسطین بودند و جنایات بی‌سابقه صهیونیست‌ها را روایت می‌کردند و در آخر به دست همان جلادان صهیونیست به شهادت نائل

رییس سازمان پیشگیری و مدیریت بحران شهر تهران از ابلاغ وظایف شهرداری‌ها برای پیشگیری از بیماری‌هایی که پشه آندس منتقل می‌کند، خبر داد و گفت: بیشتر این وظایف در زمینه پاکسازی مراکز نگهداری آب راکد و مراکز نگهداری زباله‌هاست.

علی نصیری در همایش تبیین وظایف شهرداری‌ها که با موضوع تهدیدات ناشی از ناقل مهاجمین زبستی (پشه آندس) در سازمان پیشگیری و مدیریت بحران شهر تهران برگزار شد، گفت: در موضوع کرونا، ما ابان ماه سال ۹۸ هشدارهایی را اعلام کردیم اما متأسفانه مورد تمسخر قرار گرفتیم تا اینکه در اسفندماه شاهد همه گیری کووید ۱۹ بودیم و دیگر برای بسیاری از اقدامات دیر شده بود. امروز هم زمانی است که ما باید درباره این پشه و بیماری‌هایی که ایجاد می‌کند صحبت کنیم تا دیر نشود و اقدامات پیشگیرانه انجام شود.

رییس سازمان پیشگیری و مدیریت بحران شهر تهران ادامه داد: بر اساس سخنان مقام معظم رهبری ما یک مرکزیتی در بحران‌ها نداریم که مدیریت یکپارچه انجام دهند. نصیری با بیان اینکه شهر تهران در شب‌ها حدود ۹ و نیم میلیون نفر جمعیت دارد، گفت: در وسعت ۷۵۰ کیلومتر این شهر، ما ۵۵ مخاطره در سال

یادداشت

خبرنگاران تثبیت‌کننده احساس امنیت

سردار منتظرالمهدی

معاون فرهنگی و اجتماعی پلیس

خبرنگاری در ظاهر شغلی بر طمع‌طراق اما در باطن راه رفتن بر روی لبه تیغ نازک صداقت و عدالت است.

در عصر دیجیتال، انسان-رسانه و انبوه داده‌های درست و خطا، این خبرنگاران صادی راستین هستند که با توسل به قانون دسترسی آزاد به اطلاعات، عملکردها را شفاف می‌کنند. اصولاً خبر در مقام پاسخشگویی به پرسش‌های

شدند. بدون تردید، خبرنگاران، عکاسان، تصویربرداران، وقایع‌نگاران و به طور کلی همه اصحاب رسانه، نقش مهم و مؤثری برای زنده نگاه داشتن وقایع برعهده دارند و چنانچه این وقایع به دست آنها ثبت و ضبط نشود، امکان تحریف و قلب واقعیت و باطل جلوه دادن حق و بالعکس برای عناصر جاعل و مغرض و مرجفون فراهم می‌شود.

رئیس دستگاه قضا در ادامه با اشاره به تغییر ساعات کار اداری در نقاطی از کشور به سبب گرما و نا ترازوی انرژی، خطاب به کلیه مسئولان ذیربط قضائی در سراسر کشور دستور داد به گونه‌ای تدبیر و تمهید کنند که تغییر ساعات کار اداری، به هیچ‌وجه در رسیدگی به امور قضائی: و حقوقی مردم خلل ایجاد نکند. وی در همین راستا افزود: اوقات تعیین‌شده‌ی رسیدگی به پرونده‌های قضائی نباید به سبب این تغییرات ساعات اداری، تجدید شوند؛ همچنین چنانچه به ضرورت، وقتِ تعیین‌شده برای رسیدگی به یک پرونده قضائی، تغییر کرد و تجدید شد، باید بلافاصله مراتب را به استحضار اصحاب پرونده رساند و هرگز به گونه‌ای نباشد که اصحاب پرونده بعضاً با طی مسافت زیاد در این گرما به محل دادگاه مراجعه کنند و تازه در آنجا متوجه تغییر در زمان رسیدگی شوند.

محسنی اژه‌ای در ادامه با اشاره به در پیش بودن اربعین حسینی و فیض عظیم حضور در پیاده‌روی میلیونی اربعین

هشدار مدیریت بحران نسبت به پرورش گیاه «لاکی بامبو»

۱۴۰۳ شناسایی کردیم که ۱۴ مورد آن در سال ۱۴۰۳ اولویت دارند که یکی از این موارد پشه آندس است. این پشه سه بیماری معروف تب دنگی، چیکن گونیا و زیکا را به انسان‌ها منتقل می‌کند که هر کدام از آنها می‌تواند برای انسان خطرانی داشته باشد. رییس سازمان پیشگیری و مدیریت بحران شهر تهران ادامه داد: در تاریخ ۲۶ خرداد ماه اسمال برنامه ملی مقابله و پیشگیری با پشه آندس ابلاغ شد و وظایف شهرداری‌ها در این باره مشخص شده است.

نصیری گفت: دستورالعملی در راستای وظایف شهرداری‌ها، طراحی، تهیه و پیاده‌سازی شد. همچنین برنامه عملیاتی پدافند زیستی شامل بهسازی و پاکسازی و رفع آلودگی در اماکن دارای آب و رطوبت نیز ابلاغ شد. همچنین مقرر شد سند آموزش شهروندی نیز ابلاغ و تهیه شود.

امنیت و آرامش جامعه دارند؛ چشم، گوش، زبان و همراهان و همکاران صدیق ما در انجام مأموریت هایمان هستند؛ گاه این رسالت‌ خطیر خبرنگاری با اقدامات انتظامی-امنیتی پیوند خورده و در هم تنیده می‌شود. خبرنگاران ما با بینش و آگاهی که لازمه اصلی این شغل پراهمیت خطر خیزاست، فراغ بال، آسودگی فکری و امنیت روانی را به جامعه هبه می‌کنند و اینگونه است که تاب‌آوری اجتماعی و آستانه تحمل شهروندان ارتقا می‌یابد.

فراجا آن زمان به اهداف خود که همان برقراری نظم و امنیت و مقابله با ناهنجاری‌های اجتماعی است به صورت شایسته و مطلوب می‌رسد که خبرنگاران را همگام و

اوقات شرعی به افق تهران

اذان ظهر: ۱۳:۱۰ اذان مغرب: ۱۹:۳۳ اذان صبح فردا: ۳:۴۴ طلع آفتاب فردا: ۵:۱۷

|سمنه‌شنبه ۱۶ مرداد ۱۴۰۳| شماره ۶۴۸۲|

آمار ورودی به زندان‌های سراسر کشور کاهش یافته بوده است

در زمینه کاهش جمعیت کیفری را احصاء و به سایر استان‌ها نیز تجویز کند. رئیس قسوه قضائیه در همین راستا بار دیگر خطاب به مسئولان و مراجع ذیربط قضائی تاکید کرد که از صدور بلا وجهه و فاقد ضرورت قرارهای

بازداشت موقت پرهیز کنند و چنانچه به ضرورت، مهمی را بازداشت کردند، پس از رفع ضرورت و نیاز، به سرعت مبادرت به تبدیل قرار تأمین کنند تا مقدمات آزادی متهم بازداشت شده فراهم شود. وی در عین حال خاطرنشان کرد: ما بر کاهش جمعیت کیفری زندانیان منطبق با موازین قانونی تاکید داریم امسا همانطور که بارها تصریح کرده‌ایم، مرتکبین جرایم خشن و تهدیدکنندگان امنیت مردم و شهروندان، مشمول گونه ارفاقی نمی‌شوند.

رئیس دستگاه قضا در بخش دیگری از سخنانش با اشاره به اهمیت مقوله‌ی شناخت و آگاهی‌های حقوقی و قضائی عموم مردم گفت: افزایش و ارتقای سطح دانش و آگاهی‌های حقوقی و قضائی عموم مردم، اثرات ناغش را برای اجتماع به همراه دارد و در امر خطیر پیشگیری از وقوع جرم نیز تأثیرگذار است؛ بر همین مبنا، مرکز رسانه قوه قضائیه با همکاری رسانه ملی و سایر رسانه‌ها و دستگاه‌های فرهنگی و آموزشی در کشور، طرحی نو دراندازند تا بسترسرها و زمینه‌های افزایش و ارتقای دانش و آگاهی‌های حقوقی و قضائی عموم مردم، فراهم شود.

وی با اشاره به وظایف شهرداری‌ها برای مقابله با پشه آندس و بیماری‌های ناشی از آن نیز افزود:جمع‌آوری و دفع آب‌های شهری، سمپاشی محیط شهری، پاکسازی و رفع آلودگی کانون‌های تجمع زباله، بهسازی آب نماها، جمع‌آوری لاستیک‌ها و خودروهای فرسوده، تشدید نظارت بر آبیاری فضای سبز و جلوگیری از غرق آبی شدن از جمله وظایف شهرداری‌ها است.

رییس سازمان پیشگیری و مدیریت بحران شهر تهران ادامه داد: آزادکوه می‌تواند شرایط را سخت کند و مکانی بحران زا باشد و باید هرچه سریع‌تر این محیط بهسازی شود. نصیری گفت: البته این نکته قابل ذکر است که در آذرماه ۱۴۰۲ ایسن موضوع مورد بحث قرار گرفت و دستورالعمل‌هایی درباره پیشگیری و مقابله با این پشه تهیه شد که موارد بسیاری را شامل می‌شود. جلوگیری از فروش و واردات گیاه لاکی بامبو، فرهنگ‌سازی به رانندگان میادین میوه و تره بار، جلوگیری از انباشت آب در خودروهای حمل میوه نیز از جمله اقداماتی است که در ابلاغیه اولیه ذکر شده بود. باید دقت کنید که گیاه لاکی بامبو گیاهی است که شرایط زندگی این پشه را فراهم می‌کند بنابراین باید از ورود و پرورش آن جلوگیری کرد.

دشوادش خود ببیند.

فراجا خود را از حضور اصحاب رسانه بی نیاز نمی‌بیند؛ چرا که بازنامه‌ی و بازتاب‌یافتن عملکرد مأموریت‌های پلیس توسط خبرنگاران برای شهروندان کمک شگرفی به بهبود روش‌ها در عرصه عمل می‌شود. می‌دانیم اکنون زمانی نیست که به هر قیمت دنبال خریده شدن و خوانده شدن بود؛ بالاخره حقیقت راه خود را باز کرده و این صاحبان قلم هستند که نور را بر حقیقت می‌تابانند.

پلیس به دنبال احضاق حق حقوق تضییع شدگان و قربانیان است و خبرنگاران صدای بسی صدایان و چه همپوشان و نزدیک است این دو رسالت به یکدیگر.

آگهی مناقصه عمومی



نوبت دوم

نام دستگاه مناقصه گزار : شهرداری لنگرود (واحد مالی)

شهرداری لنگرود در نظر دارد براساس مصوبه شورای اسلامی شهر لنگرود به شماره ۲۰۳ مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۳۱ نسبت به انجام امور از جمله نگهداری معابر، خدمات و نگهداری فضای سبز، امور عمرانی و … به مدت یک سال را از طریق مناقصه عمومی برابر آیین نامه مالی شهرداریها و قانون کار اقدام نماید.

– **موضوع مناقصه : انجام امور از جمله نگهداری معابر، خدمات و نگهداری فضای سبز، خدمات عمرانی و …**

۱- کلیه شرایط و مقررات ماده ۵ آیین نامه شهرداریها حاکم می باشد.

۲- مهلت خرید اسناد از تاریخ **۱۴۰۳/۰۵/۰۹** تا **۱۴۰۳/۰۵/۱۶**

۳- خرید اسناد مناقصه و ثبت نام شرکت در مناقصه از طریق سامانه ستاد ایران (**setadiran.ir**) انجام می پذیرد.

۴- مهلت و محل بارگذاری پیشنهادات و ضمانتنامه : تا پایان وقت اداری روز شنبه مورخ **۱۴۰۳/۰۵/۲۷** داخل سامانه ستاد

۵- **ضمنا مبلغ تضمین اجرای پروژه ۱۱/۱۵۹/۶۰۷/۱۹۴ ریال می باشد که بصورت ضمانت نامه بانکی و یا واریز وجه نقد بشماره حساب ۴۹۴۸۳۰۰ نزد بانک رفاه خواهد بود.***

۶- تمامی پاکت الف ، ب ، ج بصورت الکترونیکی و اسکن شده در سامانه تدارکات دولت بارگذاری شود.

*** پاکت الف و ب که حاوی تضامین و اسناد مربوطه می باشد بصورت فیزیکی و مههور شده تحویل واحد قرارداد و پیمان شهرداری لنگرود گردد** *

۷- **شرایط اختصاصی خرید اسناد مناقصه:**

۱-۸ داشتن گواهی تأیید صلاحیت صادره از اداره تعاون ، کار و رفاه اجتماعی

۲-۸ ارائه گواهینامه صلاحیت به هنگام درخواست اسناد مناقصه الزامی است.

۳-۸ پیمانکار باید مجوز ایمنی (HSE) از مراجع ذیصلاح را دارا باشد.

۴-۸ پیشنهاد دهندگان می بایست دارای سابقه اجرای کار مشابه با خدمات موضوع قرارداد با ۴/ چهار شهرداری از شهرداری های کشور در ۶ سال اخیر باشند. (ضمنا کلیه شرایط پیشنهادی در خصوص حقوق و مزایای کارگر باید منطبق به قانون اداره کار باشد)

۵-۸ دارای رضایت نامه مربوط به سابقه کار ارائه شده در بند ۸-۴ الزامی است.

۸- مدت اعتبار پیشنهاد های مناقصه : سه ماه از تاریخ بازگشایی پیشنهاد قیمت.

۹- ساعت ، روز و محل قرائت پیشنهادها : ساعت **۱۲** ظهر روز یکشنبه مورخ **۱۴۰۳/۰۵/۲۸**

۱۰- هزینه انتشار آگهی به عهده برنده مناقصه می باشد.

۱۱- شهرداری در رد یا قبول پیشنهاده‌ها مختار می باشد.

۱۲- شرکتی که بعنوان برنده مناقصه اعلام شود باید قدرت و توانایی مالی آن را داشته باشد که بتواند حقوق ۵ ماه کارکنان شرکتی را پرداخت نماید تا پس از گشایش مالی شهرداری نسبت به وصول آن اقدام نماید.

تاریخ انتشار: ۱۴۰۳/۵/۱۶

شهرداری لنگرود

صالحی صالحی پور