



# توصیه‌هایی برای حفاظت در برابر پرتوهای فرابنفش

مدیر سلامت محیط و کار در معانت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی توصیه‌هایی را برای حفاظت در برابر پرتوهای فرابنفش ارائه کرد. مهندس «بهروز علیزاده» با بیان این که مواجهه طولانی مدت با پرتوهای فرابنفش سبب تغییرات غیر قابل برگشت در سلول‌ها، بافت‌های فیبری و رگ‌های خونی سبب پیری زودرس پوست می‌شود، اظهار کرد: پرتوهای فرابنفش خورشیدی یک عامل خطر محیطی مهم برای انسان است. مواجهه طولانی مدت انسان با پرتوهای فرابنفش

خورشیدی ممکن است منجر به ایجاد طیف وسیعی از عوارض بهداشتی حاد و مزمن بر پوست مانند پیری زودرس پوست، سرطان پوست، واکنش‌های التهابی و آب مروارید در چشم‌ها و ضعف سیستم ایمنی بدن شود. وی به چند اقدام عملی ساده برای محافظت در برابر پرتوهای فرابنفش اشاره و بیان کرد: افرادی که دچار آفتاب سوختگی هستند خطرسرطان پوست در آن‌ها بالاست، همچنین احتمال ایجاد سرطان پوست در کودکان دچار آفتاب سوختگی بالاست. برای پرهیز

از آفتاب سوختگی، از مواجهه مستقیم با نور خورشید به خصوص در اواسط روز، یعنی از ساعت ۱۱ صبح تا ۱۶ برای مدت طولانی خودداری شود. وی به استفاده از کرم ضد آفتاب نیز اشاره و بیان کرد: کرم ضدآفتاب مورد استفاده باید دارای شاخص محافظت در برابر خورشید (SPF) دست کم ۱۵ برای پرتو فرابنفش UV نوع A و B باشد و لازم است حدود ۲۰ دقیقه قبل از بیرون آمدن از خانه از کرم ضد آفتاب استفاده شود. وی ادامه داد: کرم‌های ضد آفتاب را باید به مقدار لازم بر روی تمامی

### خوب است بدانیم

## خطر میکروپلاستیک‌ها

جایی وجود ندارد که بتوانیم از این ذرات ریز پلاستیکی اجتناب کنیم، چرا میکروپلاستیک‌ها بد هستند؟ محققان می‌گویند هنگامی که میکروپلاستیک‌ها وارد بدن انسان می‌شوند و شروع به گردش می‌کنند، سلامتی را به خطر می‌اندازند. به طور خاص، میکروپلاستیک‌ها ممکن است بر سیستم ایمنی بدن انسان، دستگاه گوارش و موارد دیگر تأثیر منفی بگذارند. میکروپلاستیک‌ها فقط بر سلامت انسان تأثیر نمی‌گذارند؛ آن‌ها همچنین به روش‌های منفی عمده‌ای بر محیط زیست تأثیر می‌گذارند. وجود میکروپلاستیک‌ها در اقیانوس فقط یک نگرانی برای محیط زیست نیست، زیرا اکنون می‌دانیم که ماهی‌های حاوی میکروپلاستیک مصرف می‌کنیم؛ به علاوه، میکروپلاستیک به‌طور عمده بر محیط‌های غیر دریایی نیز تأثیر می‌گذارد. با این حال، اخبار امیدوارکننده‌ای وجود دارد. تحقیقات اخیر منتشر شده در سال ۲۰۲۴ نشان داد که جوشاندن آب لوله کشی تنها به مدت پنج دقیقه می‌تواند تا ۹۰ درصد میکروپلاستیک‌ها و نانوپلاستیک‌های موجود در آب‌ارز بین برد. قبل از اینکه به میکروپلاستیک بپردازیم، به طور کلی باید پرسید پلاستیک از کجا می‌آید؟ پلاستیک ماده‌ای است که از ترکیبات مصنوعی (مختلفمانند پتروشیمی ها) و ترکیبات آلی نیمه مصنوعی(مانند پلی لاکتیک اسید از ذرت) تشکیل شده است. پلاستیک‌ها عموماً آسان برای ساخت، ارزان قیمت و همه کاره هستند. شما می‌توانید پلاستیک را تقریباً به هر شکلی درآوردید، به همین دلیل است که آن‌ها در ظروف غذا و نوشیدنی، اسباب‌بازی‌ها، سیم‌کشی‌ها، ماشین‌ها، مواد دیگر می‌بینید. میکروپلاستیک چیست؟ تعریف میکروپلاستیک قطعات کوچک پلاستیکی کوچکتر از ۵ میلی متر است. آن‌ها می‌توانند از قطعات بزرگتر پلاستیک متلاشی‌شوند یا می‌توانند آن‌ها را در محصولاتی مانند لایه بردارها، ظروف غذا و حتی لباس پیدا کنید. میکروپلاستیک‌ها چگونه ایجاد می‌شوند؟ اگرچه پلاستیک‌ها برای مایافت می‌شوند، بلکه در هوایی که تنفس می‌کنیم نیز یافت می‌شوند. اساساً، عمده هیج

مطالعات مختلف در نمونه خون و مدفوع انسان‌ها وجود میکروپلاستیک‌ها را نشان داده‌اند که این امر نشان‌دهنده به‌خطر افتادن سلامت ساکنان کره زمین است. به گزارش دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، مطالعه‌ای که توسط ژانرس محیط زیست اتریش در سال ۲۰۱۸ انجام شد تخمین زد که بیش از نیمی از جمعیت جهان ممکن است بر مدفوع خود میکروپلاستیک‌ها را دفع کنند. بر اساس تحقیقات منتشر شده در Environmental International در مارس ۲۰۲۲، اکنون میکروپلاستیک در خون انسان یافت شده است. این تحقیق در هلند انجام شد، ۲۲ داوطلب سالم مورد آزمایش و مشاهده قرار گرفتند و محققان دریافتند که ۱۷ نفر از ۲۲ نفر دارای میکروپلاستیک در خونشان بودند. محققان به این نتیجه رسیدند: اندازه‌گیری‌های کنترل‌شده با کیفیت ذرات پلاستیک به‌عنوان غلظت‌های جرمی در خون نشان‌دهنده شده است که در این مطالعه یک مجموعه داده منحصربه‌فرد را ارائه می‌کند که از این فرضیه پشتیبانی می‌کند که قرار گرفتن انسان در معرض ذرات پلاستیک منجر به جذب ذرات در جریان خون می‌شود. این نشان می‌دهد که حداقل برخی از ذرات پلاستیکی که انسان با آن‌ها در تماس است می‌تواند در دسترس رستی باشد و سرعت حذف از طریق مجاری صفراوی، کلیه یا انتقال و رسوب در اندام‌ها کندتر از سرعت جذب در خون است. باید مشخص شود که آیا ذرات پلاستیکی در پلاسما وجود دارند یا توسط انواع سلول‌های خاصی حمل می‌شوند (و تاچه اندازه چنین سلول‌هایی ممکن است در انتقال ذرات پلاستیکی در سراسر مخاط به جریان خون نقش داشته باشند). اگر ذرات پلاستیکی موجود در جریان خون واقعاً توسط سلول‌های ایمنی حمل می‌شوند، این سؤال نیز مطرح می‌شود که آیا چنین مواجهه‌ای می‌تواند به طور بالقوه بر تنظیم ایمنی یا استعداد ابتلا به بیماری‌هایی با پایه‌ایمونولوژیک تأثیر بگذارد؟ میکروپلاستیک‌ها نه تنها در آب‌روده‌ها و غذاهای دریایی مایافت می‌شوند، بلکه در هوایی که تنفس می‌کنیم نیز یافت می‌شوند. اساساً، عمده هیج

### خدمات رایگان برای بیماران مبتلا به هپاتیت

رئیس گروه مبارزه با بیماری‌های واگیر در معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی گفت: هپاتیت به صورت فعال در مرکز مشاوره بیماری‌های رفتاری بیمارایی می‌شود و بیماران در این مراکز از خدمات رایگان بهره‌مند می‌شوند. فضل ...پسیندیده با بیان این که بیماری هپاتیت C یک بیماری عفونی و اگیر دار و دارای درمان قطعی است، افزود: در مراکز یاد شده، تست اولیه انجام و در صورت مثبت شدن، نمونه خون فرد برای تایید تشخیص به آزمایشگاه مرجع استان ارسال می‌شود. وی با بیان این که خدمات تشخیصی و درمانی در مراکز بیماری‌های رفتاری این دانشگاه، رایگان به این بیماران ارائه می‌شود، ادامه داد: خدماتی از قبیل ویزیت و مشاوره به بیماران و خانواده‌های آن‌ها، آموزش و اطلاع‌رسانی، واکسن هپاتیت B به اعضای خانواده‌های دارای بیمار مثبت که هنوز

قسمت‌های پوست شامل دست و صورت، لب، پیشانی، گوش و گردن که در معرض نور خورشید هستند استفاده کرد، به‌طوری‌که یک لایه از آن روی پوست باقی بماند. مهندس «علیزاده» خاطر نشان کرد: طرح لباس، نوع و آن میزان اثر حفاظت در برابر پرتوهای فرابنفش را تعیین می‌کند. لباس‌های مورد استفاده برای محافظت از پرتوهای فرابنفش، باید دارای ویژگی‌های گشاده، یقه دار و آستین بلند باشند. وی اضافه کرد: هر چه پارچه لباس بافت متراکم‌تری داشته باشد، محافظت بیشتری در برابر پرتوهای فرابنفش ایجاد می‌کند، زیرا پرتوهای فرابنفش خورشیدی از لباس‌های نازک به راحتی عبور می‌کنند و سبب آسیب به پوست می‌شوند. وی افزود: لباس‌های با رنگ تیره برای محافظت در برابر پرتوهای فرابنفش مناسب‌ترند. خیس کردن لباس‌ها سبب کاهش اثر محافظتی آن‌ها در برابر پرتوهای فرابنفش می‌شود. وی با بیان این که از کلاه مناسب استفاده کنید، یادآور شد: کلاه لبه‌دار باشد و لبه آن دست‌کم به اندازه ۷/۵ سانتی‌متر پهنا داشته باشد. «علیزاده» استفاده‌های آفتابی مناسب را نیز توصیه کرد و گفت: عینک آفتابی مورد استفاده باید دارای برچسب UV absorption up to ۴۰۰ nm یا نشان تأیید شده توسط سازمان‌های معتبر داخلی یا بین‌المللی باشد. این نوع عینک‌ها سبب کاهش پرتوهای فرابنفش به میزان ۹۹ تا ۱۰۰ درصد می‌شوند. عینک‌های آفتابی که دارای برچسب Cosmetic هستند، تنها مانع از حدود ۷۰ درصد پرتوهای فرابنفش به چشم می‌شوند. وی بیان کرد: در صورت امکان در ساعات بین ۱۱ صبح تا ۱۶ در سایه قرار بگیرید. توجه کنید که قرار گرفتن در سایه تنها میزان پرتوهای فرابنفش را کاهش می‌دهد و آن‌را به صفر نمی‌رساند. وی هشدار داد: آب و برف و سطوح ماسه‌ای نظیر سواحل سبب بازتابش پرتوهای زیان‌آور خورشیدی می‌شوند که می‌توانند احتمال آفتاب سوختگی را افزایش دهند و استفاده از روش‌های محافظتی شدید را می‌طلبد. لذا کوپردردی و ماندن طولانی در حاشیه ساحل دریا در این روزها توصیه نمی‌شود. مدیر سلامت محیط و کار در معانت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی تصریح کرد: استفاده از چتر برای جلوگیری از دریافت UV (SPF) دست کم ۱۵ برای پرتو فرابنفش UV نوع A و B باشد و لازم است حدود ۲۰ دقیقه قبل از بیرون آمدن از خانه از کرم ضد آفتاب استفاده شود. وی ادامه داد: کرم‌های ضد آفتاب را باید به مقدار لازم بر روی تمامی



فیزیکی به قطعات کوچکتر تجزیه می‌شوند. برای مثال، وقتی بطری‌های پلاستیکی بزرگ‌تر به آب‌های اقیانوس ختم می‌شوند و سپس به‌طور مداوم در معرض نور خورشید قرار می‌گیرند، شروع به شکستن می‌کنند. میکروپلاستیک‌ها چه می‌کنند؟ هنگامی که میکروپلاستیک‌ها در اقیانوس قرار می‌گیرند، با جریان‌ها، امواج و شرایط با حرکت می‌کنند و در تمام مناطق اکوسیستم دریایی یافت می‌شوند. وقتی ذرات پلاستیک کوچک‌تر می‌شوند و به میکروپلاستیک‌های ریز تبدیل می‌شوند، می‌توانند به راحتی توسط حیات وحش مصرف شوند که امروزه یک مشکل بزرگ در آب‌ر‌ه‌های ما انواع مختلفی از میکروپلاستیک‌ها وجود دارد. در اینجا پنج مورد رایج وجود دارد:

**لیاف:** لیاف از چیزهایی مانند پوشک، لباس‌های پشمی و ته‌سیگار به دست می‌آیند و یکی از راه‌هایی که میکروالیاف وارد آب‌ر‌ه‌های ما می‌شود، از طریق ماشین لباسشویی است. برخلاف مواد پوشاک مانند پنبه یا پشم، میکروالیاف پشمی قابل تجزیه زیستی نیستند. **ریزانه‌ها:** قطر این ذرات پلاستیکی تجزیه‌ناپذیر کمتر از یک میلی‌متر است و می‌توانید آن‌ها را در پاک‌کننده‌های صورت، محصولات لایه‌بردار و حتی خمیر دندان پیدا کنید. ماهی‌ها و سایر موجودات دریایی اغلب دانه‌های میکروبی را با غذا اشتباه می‌گیرند که مشکل بزرگی است زیرا پلاستیک قابل هضم نیست. هنگامی که خورده می‌شود، سپس روده‌های آن‌ها را مسدود می‌کند و احتمالاً غذای قابل تجزیه زیستی نیستند. **قطعات:** این قطعات کوچکتر پلاستیک هستند که از قطعات بزرگ‌تر جدا می‌شوند و سپس اشعه ماوراء بنفش خورشید آن‌ها را به قطعات کوچکتر تجزیه می‌کند. نمونه‌هایی از قطعات شامل قطعات کارد و چنگال، دریا اقلام یکبار مصرف مانند بطری‌های آب است. **گلوله‌های پلاستیکی:** گلوله‌های پلاستیکی کوچکی هستند که برای تولید کالاهای پلاستیکی (رسمی) در ساعت‌اداری فعال هستند. وی تصریح کرد: ای هدف بیمارایی فعال هستند.

مبتلا به بیماری هپاتیت نشده‌اند، تست تشخیصی و در مان برای بیماران مبتلا با مشکوک به هپاتیت نوع C، ویزیت و مشاوره توسط پزشک به صورت رایگان انجام می‌شود. وی اضافه کرد: اقداماتی از قبیل سونوگرافی، آزمایشات و اقدامات تشخیصی نیز در این مراکز انجام می‌شود. «پسیندیده» خاطر نشان کرد: مراکز بیماری‌های رفتاری دانشگاه در مرکز بهداشت شهرستان شاهرز، بیمارستان شایان و مرکز بهداشت و همه روزه از شنبه تا پنج‌شنبه (به جز روزهای تعطیل رسمی) در ساعت اداری فعال هستند. وی تصریح کرد: مصرف کنندگان تزریقی مواد، افراد با بیشترین رفتار آسیب‌زای مرتبط با آج‌ای وی، زندانیان و افراد مبتلا به آج‌ای وی گروه‌های هدف بیمارایی فعال هستند.

### پیک سلامت

## نکاتی درباره خطر غرق‌شدگی



هر ساله با فرارسیدن فصل تابستان، برخی از گردشگران و مسافران با هدف فراهم کردن اوقات مفرح یا انجام ورزش‌های تابستانی به شنا کردن و قایق‌سواری در دریا و مکان‌های آبی می‌پردازند و در برخی موارد به دلیل رعایت نکردن اصول ایمنی، دچار غرق‌شدگی می‌شوند. غرق‌شدگی برخلاف تصور عمومی، غرق‌شدگی فقط در دریا اتفاق نمی‌افتد بلکه شنا کردن در محیط‌های آبی دیگر نظیر کانال، رودخانه و سد نیز می‌تواند موجب غرق‌شدگی شود. ویدا نکاتی را درباره خطر غرق‌شدگی منتشر کرده که در آن آمده است: غرق‌شدگی به معنای ورود آب به داخل ریه‌ها و مجاری تنفسی و خفگی در نتیجه فرو رفتن در آب است. غرق‌شدگان دچار هیپوکسی (کاهش اکسیژن رسانی به بدن) می‌شوند و در نتیجه آسیب به سلول‌های عصبی در دقایق اولیه بعد از غرق‌شدگی روی می‌دهد. یکی از دلایل غرق‌شدگی در دریا این است که وقتی فردی در حال غرق‌شدن است افراد دیگر برای نجات دادن او وارد دریا و آب‌های نیز غرق می‌شوند. نجات دادن فرد غریق، به آشنایی کامل با مهارت شنا و آموزش دیدگی در فن غریق نجات نیاز دارد و هر کسی از عهده این کار بر نمی‌آید و در صورت نداشتن تجربه و مهارت کافی، بعضاً افراد برای نجات فرد غریق، جان خود را از دست می‌دهند. غرق‌شدگی سومین علت مرگ‌های ناشی از حوادث است. علت غرق‌شدگی در روزهای آخر هفته و در ماه‌های گرم سال، شایع‌تر است. قربانیان غرق‌شدگی اکثراً کودکان و جوانان هستند. غرق‌شدگی در افراد مذکر بیشتر از افراد مونث روی می‌دهد. بیماری‌های زمینه‌ای می‌توانند مستعد کننده غرق‌شدگی مانند صرع، بیماری‌های قلبی، ضعف عضلانی و عقب‌افتادگی ذهنی باشد. همچنین مصرف داروهای خواب‌آور و مواد روان‌گردان قبل از شنا می‌تواند زمینه‌ساز غرق‌شدگی باشد. کودکان یک تا ۴ سال بیشتر در معرض خطر غرق‌شدگی در حوض، استخر و وان حمام هستند و آن‌ها به دلیل کنجکاوی، عدم درک خطر و غفلت والدین ممکن است دچار غرق‌شدگی شوند. دریا، رودخانه، سد، کانال، چاه، استخر، حوض و وان حمام برای کودکان مکان‌های آبی پرخطر در غرق‌شدگی هستند. اگر این نشانه‌ها را دیدید بدانید فردی در حال غرق‌شدن است: دست‌باز و بدن غیر طبیعی و تولا کردن، قرار گرفتن سر و صورت زیر آب به مدت طولانی، خم‌شدن سر به عقب، متورم شدن شکم به علت بلعیدن مقدار زیادی آب، تنفس صدادر، تنگی و قطع نفس، قطع شدن ضربان قلب، بهوشی، کبودی یا رنگ‌پریدگی لب‌ها، صورت و پوست بدن، استفرغ و سرفه. از طرفی باید توجه داشت که اصول شنا در رودخانه‌ها متفاوت است. بسیاری از افراد تصور می‌کنند که رودخانه‌ها محلی امن برای شنا کردن هستند اما آمار بسیار بالای مرگ و میر در رودخانه‌ها نشان می‌دهد که این آب‌ها، مکانی خطرناک برای شنا هستند. توجه داشته باشید که از دید یک شناگر باتجربه، آرام بودن ظاهر آب یک عمق بودن ظاهری آب هرگز به معنی بی‌خطر بودن آب برای شنا کردن نیست. با نگاه از بیرون آب، رودخانه ممکن است کاملاً آرام و فریبنده باشد اما در زیر این آرامی، جریان‌ات آب بسیار تند و قدرتمند در جریان است. چرا شنا کردن در سدها خطرناک است؟ اگرچه سطح آب سدها اغلب آرام است و مانند دریا امواج بزرگ در آن‌ها دیده نمی‌شود اما سطح آب زیرین سدها دارای فشار بسیار بالاتری نسبت به آب دریاست که این امر تنفس را مشکل می‌کند و فشار بسیار زیادی به بدن شناگر وارد می‌کند به‌طوری‌که حتی بهترین شناگران نیز در این آب غرق شده‌اند. وزن مخصوص آب چگالی بدن انسان به آب‌های شیرین سنگین‌تر بوده، در نتیجه احتمال غرق‌شدگی در این گونه آب‌ها بیشتر است. آب لایه‌های پایین در سدها بسیار سردتر از لایه‌های سطحی است و این موضوع بر تنفس و عکس‌العمل به موضع عضلات بسیار خطرناک است. کانال مسیری است که برای عبور آب به وجود می‌آید. کانال‌ها به دو دسته قنات یا راه‌آبی زیرزمینی و راه‌آبی برای عبور کشتی‌ها و وسایل نقلیه آبی تقسیم می‌شوند. کانال‌ها حاوی آب‌هایی هستند که به سرعت در حال حرکت هستند. سرعت آب در یک کانال باریک به قدری زیاد است که می‌تواند شمارا از پا در بیاورد حتی اگر آب ۲۰ سانتی‌متر عمیق داشته باشد سرعت آب باعث می‌شود تعادل خود را از دست بدهید و آب شما را با خود ببرد. علاوه بر جریان‌های سریع آب در کانال‌ها، کانال‌های آبیاری ممکن است در زیر خود دارای گل و لای باشند که حتی می‌تواند شناگران قوی را به زیر آب بکشد. کودکان و نوزادان بیشترین گروه آسیب‌پذیر در غرق‌شدن در وان حمام هستند بنابراین صندلی‌های وان بهترین انتخاب برای قرار گرفتن نوزادان در وان هستند اما استفاده از صندلی‌های ایمنی در حین حمام کردن کودکان به والدین، احساس کاذب ایمن بودن را می‌دهد. در صورت بی‌دقتی در استفاده از این صندلی‌ها، خطر واژگون شدن کودک در وان وجود دارد. هرگز نباید کودکان و نوزادان را در وان تنها رها و آن‌را پر از آب کرد. در همین خصوص، رئیس سازمان اورژانس کشور از ثبت ۶۶۷ مورد غرق‌شدگی از ابتدای سال تا ۵ مرداد در کشور و افزایش ۱۶ درصدی غرق‌شدگی در مقایسه با مدت مشابه سال گذشته خبر داد. دکتر «جعفر میعادفر» با اشاره به رشد ۱۵ درصدی مصدومان غرق‌شدگی در ۵ ماه گذشته در کشور، گفت: در طول این مدت، ۲۶۷ مصدوم بر اثر غرق‌شدگی توسط نیروهای اورژانس خدمات‌مورد نیاز را دریافت کرده‌اند. وی با بیان این که کم‌سن‌ترین قربانی غرق‌شدگی در سال جاری، یک پسر یک‌ساله و مسن‌ترین قربانی، یک آقای ۹۰ ساله بوده است، گفت: میانگین سنی مصدومان و قربانیان غرق‌شدگی ۲۳ سال بوده و ۸۰ درصد مصدومان ناشی از غرق‌شدگی در سال جاری مردان و ۲۰ درصد نیز زنان بوده‌اند. رئیس سازمان اورژانس کشور با اشاره به افزایش موارد غرق‌شدگی در فصول گرم و تابستان تصریح کرد: استان‌های فارس با ۶۰۰ مورد، بوشهر با ۵۰۰ مورد، مازندران با ۴۸۱ مورد و هرمزگان با ۴۷۱ مورد بیشترین موارد غرق‌شدگی در کشور را ثبت کرده‌اند. دکتر «میعادفر» ادامه داد: رودخانه‌ها با ۲۵ درصد، دریا با ۱۸ درصد، استخرهای کشاورزی با ۱۶ درصد و استخرهای شنا خانگی و عمومی با ۱۴ درصد بیشترین محل‌هایی بوده‌اند که غرق‌شدگی در آن‌ها هائیت شده است.



## فراخوان مزایده (نوبت اول)

شرکت شهرک‌های صنعتی خراسان شمالی در نظر دارد تعداد ۳ قطعه زمین صنعتی واقع

**در شهرک‌های صنعتی کارگاهی بجنورد و بیدک** را از طریق مزایده عمومی به فروش برساند. لذا از کلیه **متقاضیان دارای جواز تاسیس مرتبط** دعوت می‌گردد طبق برنامه زمانبندی ذیل به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به نشانی [www.setadiran.ir](http://www.setadiran.ir) مراجعه نموده و نسبت به خرید، تکمیل و بارگذاری اسناد اقدام نمایند. لازم به ذکر است تمامی مراحل این مزایده از طریق سامانه فوق (ستاد ایران) انجام می‌گیرد.

| ردیف | عنوان مزایده                                    | مساحت قطعه (مترمربع) | مبلغ برآورد (ریال) | مبلغ ضمانتنامه (ریال) | جواز تاسیس مرتبط               |
|------|---|----------------------|--------------------|-----------------------|--------------------------------|
| ۱    | مزایده قطعه شماره ۱۳۹ا شهرک صنعتی بیدک          | ۱۶۸۰                 | ۲۱۸۴۰۰۰۰۰۰۰        | ۱۰۰۹۲۰۰۰۰۰۰۰          | رده‌های یک تا سه فلزی          |
| ۲    | مزایده قطعه شماره ۱۳۹ب شهرک صنعتی بیدک          | ۱۶۸۰                 | ۲۱۸۴۰۰۰۰۰۰۰۰       | ۱۰۰۹۲۰۰۰۰۰۰۰          | رده‌های یک تا سه فلزی          |
| ۳    | مزایده قطعه شماره ۲۰۱ شهرک صنعتی کارگاهی بجنورد | ۵۳۵                  | ۲۱۰۴۰۰۰۰۰۰۰۰۰      | ۱۰۰۲۰۰۰۰۰۰۰۰۰         | رده یک کارگاهی یا صنعتی-تولیدی |

**آخرین مهلت دریافت اسناد:** ساعت ۱۹ روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۳/۵/۱۶

**آخرین مهلت تسلیم پیشنهادها:** ساعت ۹ صبح روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۵/۲۷

**زمان بازگشایی پیشنهادها:** ساعت ۱۱ صبح روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۵/۲۷

شاهه آگهی: ۱۷۵۹۶۱۴

### شرکت شهرک‌های صنعتی خراسان شمالی

شاهه آگهی: ۱۷۵۹۷۴۲

علی اوسط رستمی رئیس ثبت اسناد و املاک منطقه ۲ بجنورد