دستچین

■ خطر در مجاورت حرم

محسن موسوی خوانساری عضو انجمن آب و خاک پایدار ایرانیان به ایسنا گفت: بالای رودخانه قم‌رود در مجاورت حرم حضرت معصومه(س) جاده و پارکینگ احداث کردند. با ایجاد پارکینگ در این مسیر، هنگام وقوع سیلاب راه فراری برای خودروها و مردم در پارکینگ وجود ندارد و تلفات زیادی خواهیم داد.

■ آپارتاید جهانی واکسن

دکتر حسن ابوالقاسمی رئیس دانشگاه علوم پزشکی بقیةالله(عج) و محقق اصلی واکسن نورا به فارس گفت: آپارتایدی در صحنه بین‌الملل ایجاد شد و کشورهای اروپایی اعلام کردند افرادی که می‌خواهند به کشورهای خارجی سفر کنند باید واکسن ما را تزریق کنند. این موضوع لکه ننگی در تاریخ پزشکی دنیا بود.

■ کنایه به کارگران مشاغل سخت و زیان‌آور

امیر قامتی بازرس کانون هماهنگی شوراهای استان تهران به ایلنا گفت: برخی به کنایه گفته‌اند «شرایط بازنشستگی آن‌قدر سهل و آسان است که امروز برخی خواستگاران را دامادهای بازنشسته و مستمری‌بگیر تشکیل می‌دهند!» آیا گویندگان این حرف‌های کنایه‌آمیز هیچ اطلاعی از شرایط جسمی کارگران مشاغل سخت و زیان‌آور دارند؟

■ وظیفه شهرداری نبود

به گزارش باشگاه خبرنگاران، مهدی چمران رئیس شورای شهر تهران گفت: امامزاده داوود اصلاً جزو محدوده شهر تهران نیست و جزو حریم است که شهرداری دخالت ندارد. آن محدوده خودش بخشداری دارد، با این اوصاف شهرداری سکوت نکرد و به میدان آمد و تا دیروز هزار نیروی خدماتی مشغول کار بودند.

دکتر خلیل فریور
عضو کمیته کشوری ترویج تغذیه با شیر مادر

رسانه ملی نقش مؤثری در نهادینه کردن تغذیه با شیر مادر دارد، اما سالانه فقط در «هفته جهانی تغذیه با شیر مادر» در این خصوص اطلاع‌رسانی می‌کند، ضمن آنکه هیچ‌گونه حمایتی از مادران شیرده نمی‌شود. در حالی که در دوران شیردهی؛ مادران نیازمند حمایت هستند و این حمایت باید از بیت‌المال تأمین شود و همه مادران شیرده یارانه شیردهی دریافت کنند. این حمایت نوعی سرمایه‌گذاری است، زیرا طبق پژوهش‌ها به ازای هر یک دلار که برای مادران شیرده هزینه می‌شود ۳۵ دلار از هزینه‌های جامعه کاهش می‌یابد که علاوه بر سایر مزایایی که تغذیه نوزاد با شیر مادر دارد این رقم نیز در کاهش هزینه‌های کشور قابل توجه است.

عضو کمیته کشوری ترویج تغذیه با شیر مادر در گفت‌وگو با قدس بیان کرد

نقش تغذیه با شیر مادر در کاهش آسیب‌های اجتماعی

اعظم طیرانی | از بین تمام عواملی که بر رشد شیرخوار تأثیر می‌گذارند، تغذیه با شیر مادر به دلیل تأثیر آن بر رشد جسمی و روانی او، از اهمیت بسیاری برخوردار است. ضمن آنکه تغذیه با شیر مادر سالانه ۸۲۰ هزار کودک زیر پنج سال را از مرگ نجات می‌دهد.

روز جهانی شیر مادر فرصت مناسبی است برای اطلاع‌رسانی و ترویج تغذیه با شیر مادر. دکتر خلیل فریور متخصص بیماری‌های کودکان و عضو کمیته کشوری ترویج تغذیه با شیر مادر در گفت‌وگو با ما از این مهم گفته است.

■ آقای دکتر، چرا تغذیه با شیر مادر اهمیت دارد؟

تغذیه با شیر مادر منافع همه‌جانبه جسمی، روانی، عاطفی و اقتصادی دارد. بر پایه مطالعات انجام شده تغذیه با شیر مادر براساس مقدار و مدتی که شیرخوار مصرف می‌کند می‌تواند از بروز بیماری‌ها پیشگیری کند. برای مثال اگر نوزادی ۶ ماهه نخست تولد تنها با شیر مادر تغذیه شود ۷۴ درصد از ابتلای وی به ذات‌الریه پیشگیری می‌شود، ۵۰ درصد ابتلای وی به عفونت گوش میانی کاهش می‌یابد و اگر چهار ماه فقط شیر مادر مصرف کند ۷۴ درصد از عفونت‌های دستگاه تنفسی تحتانی که موجب بستری شدن نوزاد در بیمارستان می‌شود، کاهش می‌یابد. همچنین اسهال که در گذشته شایع‌ترین دلیل مرگ نوزادان بود با هر مقدار شیرمادری که نوزاد تغذیه کند ۶۴ درصد کاهش می‌یابد. ابتلا به دیابت، اگزما، آسم و چاقی در نوزادانی که حداقل سه ماه نخست تولد فقط با شیر مادر تغذیه شوند ۲۷ تا ۴۲ درصد کاهش می‌یابد و تغذیه با شیر مادر به مدت ۶ ماه موجب کاهش ۳۵ درصدی سرطان خون می‌شود و این نوزادان در بزرگسالی کمتر به پوسیدگی دندان، التهاب روده و معده، کم‌خونی و بیماری ام‌اس مبتلا می‌شوند. ضمن آنکه نوزادان دختری که با شیر مادر تغذیه می‌شوند، در بزرگسالی کمتر به سرطان پستان مبتلا خواهند شد.

■ تغذیه با شیر مادر در ایجاد امنیت روانی و کاهش آسیب‌های اجتماعی هم نقش دارد؟

براساس تحقیقات انجام شده، ضریب هوشی کودکانی که از شیر مادر تغذیه کرده‌اند، ۱۲ نمره بالاتر از دیگر کودکان است. ضمن آنکه احساس امنیت روانی بیشتر، روابط اجتماعی سالم‌تر، تربیت‌پذیری، موقعیت تحصیلی و شغلی بهتر و رفتارهای ضداجتماعی، خشونت، بزهکاری و اعتیاد کمتری دارند. خداوند متعال در هشت سوره قرآن کریم توجه کاملی به مادر و اجتماع در قبال تغذیه نوزاد با شیر مادر دارد و تنها جایگزینی که برای تغذیه با شیر مادر قرار داده، تغذیه با شیر دایه است. اکنون نیز سازمان جهانی بهداشت تأکید دارد که در ۶ ماه نخست تولد، نوزاد باید با شیر مادر تغذیه شود و شیرخشک را نمی‌توان جایگزین شیر مادر کرد.

به همین دلیل سال‌هاست به شیرخوارگاه‌های بهزیستی توصیه می‌کنیم سرپرستی نوزادان زیر پوشش این سازمان را دو سال به خانواده‌هایی که نوزاد شیرخوار دارند واگذار کنند و با پرداخت حقوق به آن‌ها علاوه بر بهره‌مند ساختن نوزاد از نعمت تغذیه با شیر مادر، با ایجاد محرمیت امکان داشتن خواهر، برادر، خانواده و فامیل را برای او فراهم کنند.

■ آثار تغذیه کودک از شیر مادر بر سلامت جسمی و روانی مادر چیست؟

بررسی‌های علمی نشان می‌دهد میزان ابتلای مادرانی که یک سال به فرزندان خود شیر می‌دهند به سرطان پستان ۲۸ درصد، سرطان تخمدان ۳۰ درصد، سرطان رحم ۱۱ درصد و ابتلا به سرطان تیروئید ۹ درصد کاهش می‌یابد. ضمن آنکه احتمال ابتلای آن‌ها به فشارخون، دیابت، استرس‌پذیری، خشونت، کودک‌آزاری، چاقی، کم‌خونی، پوکی استخوان، افسردگی و آلزایمر هم کاهش می‌یابد. کودکان باهوش‌تر، علاوه بر افزایش احساس امنیت اجتماعی و روانی برای خانواده‌ها کمتر به آسیب‌های اجتماعی و بیماری‌های جسمی دچار می‌شوند و مادرانی که استرس‌پذیری کمتری دارند در برخورد با همسر و فرزندان خود خوش‌اخلاق‌تر هستند. مجموع این عوامل آینده خوبی را برای خانواده‌ها و در پی آن کشور رقم می‌زنند. استرالیا یکی از کشورهایی است که با ترویج تغذیه با شیر مادر، توانسته سالانه ۲۴ میلیون دلار از هزینه‌های مربوط به خشونت‌های خانگی را کاهش دهد.

■ نگاه فرهنگی کشور ما به تغذیه با شیر مادر در مقایسه با کشورهای توسعه‌یافته چگونه است؟

متأسفانه ما به مادران و تغذیه با شیر مادر اهمیت نمی‌دهیم؛ درحالی که در بعضی کشورها مثل عربستان به مادران شاغلی که نوزاد شیرخوار دارند از اواخر دوران بارداری دو سال و نیم مرخصی زایمان می‌دهند و شیر خشک برای کودکانی استفاده می‌شود که به دلیل بیماری خود و یا مادرشان امکان تغذیه با شیر مادر ممکن نیست. مرخصی زایمان مادران شاغل در کشور ما بسیار محدود است که همین مسئله یکی از موانع شیردهی مادران به نوزادان و ترویج استفاده از شیرخشک محسوب می‌شود. ضمن آنکه در بیشتر داروخانه‌ها و صداوسیما انواع شیرهای خشک تبلیغ می‌شود که اهمیت تغذیه با شیر مادر را به حاشیه می‌کشاند.

همچنین در هیچ یک از دانشگاه‌های کشور رشته تخصصی برای تغذیه با شیر مادر ایجاد نشده و تاکنون کلینیک مشاوره تغذیه با شیر مادر که شبانه‌روزی فعال باشد و یا تلفن برخط برای پاسخ‌گویی به پرسش‌های مادران شیرده ایجاد نشده است. در مراکز بهداشت آن‌گونه که باید به زایمان فیزیولوژیک مادر و حمایت از او برای تغذیه نوزادش با شیر خود تا پایان دو سالگی توجه نمی‌شود. در حالی که در آمریکا مادران تحصیلکرده بیش از سایر مادران به نوزادان خود شیر می‌دهند و برای مادرانی که امکان استفاده از مرخصی شیردهی طولانی مدت ندارند با فراهم ساختن امکان دورکاری و یا ایجاد مهدکودک در محل کار، امنیت روانی مادر و کودک را فراهم کرده‌اند و با تشویق مادران به تغذیه با شیر مادر در ۶ ماه نخست زندگی نوزاد، موجب کاهش سالانه ۹۵۰ میلیون دلار از هزینه‌های مربوط به مراقبت‌های بهداشتی و خرید شیرخشک و دارو شده‌اند.

بهره‌مندی مناطق محروم از ۲۵۰ مرکز بهداشتی و درمانی برکت

به گزارش برنا، محمد ترکمانه مدیرعامل بنیاد برکت گفت: تعداد مراکز بهداشتی و درمانی بنیاد برکت با ساخت ۳۰ مرکز جدید تا پایان امسال به ۲۵۰ مرکز می‌رسد. این مراکز شامل خانه و مرکز بهداشت، مرکز جامع سلامت، آزمایشگاه، پایگاه اورژانس، مرکز تجهیزات پزشکی، پایگاه سلامت و... می‌شوند. وی افزود: این بنیاد در زمینه ساخت ۲۷۵ مرکز بهداشتی و درمانی در کشور تعهد دارد.

شهرداری سرعین
آگهی تجدید مناقصه عمومی یک مرحله ای ۱۴۰۱/۸ (چاپ اول)

به استناد ردیف های شماره ۴۰۲۰۴۰۸ و بودجه ۱۴۰۱ شهرداری ، شهرداری سرعین در نظر دارد از پیمانکاران دارای رتبه راه و باند از سازمان مدیریت و برنامه بودجه جهت انجام موضوع مناقصه با مشخصات ذیل اقدام نماید . لذا از کلیه اشخاص حقوقی و حقیقی که تمایل به شرکت در مناقصه دارند دعوت می نماید جهت دریافت اسناد مناقصه در موعد مقرر و به سامانه WWW.Setadiran.ir مراجعه نمائید .

نام شهر	موضوع مناقصه	محل اجرا ء	برآورد اولیه	محل تأمین اعتبار	مبلغ سپرده شرکت در مناقصه	مبنای قرارداد	مدت اجراء کار	شماره مناقصه
شهر سرعین	اجرای آسفالت ریزی مسیر شهرک اندیشه	شهر سرعین	۲۱/۱۶۳/۶۳۵/۲۷۹/	جاری	۱/۰۶۰/۰۰۰/۰۰۰/	براساس فهرست بهای تجمیع شده راه و باند سال ۱۴۰۱ بدون تعدیل و مابه التفاوت مصالح مربوطه خواهد بود	دو ماه	۱۴۰۱/۸

مبلغ سپرده شرکت در مناقصه باید به یکی از صورتهای زیر در پاکت الف به دستگاه مناقصه گذار (تا آخر وقت اداری تحویل اسناد) به دبیرخانه شهرداری تحویل نمایند.
۱- رسید بانکی وجه مذکور به شماره ۸۵۵۹۶۳۶۹۶۷ بانک ملّت
- مهلت دریافت اسناد : از تاریخ نشر آگهی تا آخر وقت اداری ۱۴۰۱/۵/۱۸ .
۲- ضمانت نامه بانکی به نفع کارفرما
- مهلت تحویل اسناد : تا آخر وقت اداری ۱۴۰۱/۵/۳۰
۳-شهرداری در رد یا قبول هر یک از پیشنهادات مختار است .
- زمان بازگشایی پاکات الف و ب و ج : ساعت ۱۰ صبح روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۵/۳۱
۴-هزینه انتشار آگهی به عهده برنده مناقصه خواهد بود .
* مدت اعتبار ضمانتنامه سه ماه از آخرین روز تسلیم پیشنهادات خواهد بود .
۵- سایر اطلاعات وجزئیات مربوط به معامله در اسناد مناقصه مندرج است .
* درج این آگهی هیچ گونه تعهدی برای دستگاه مناقصه گذار ایجاد نمی کند .
۶-شماره شبا IR ۷۵۰۱۲۰۰۰۰۰۰۰۸۵۵۹۶۳۶۹۶۷ کد اقتصادی ۴۱۱۴۷۴۵۴۱۸۳
* مناقصه گران می توانند جهت رویت مناقصه این شهرداری و دریافت اسناد به سامانه WWW.Setadiran.ir مراجعه و در زمان قید شده ارسال نمایند .
* محل تحویل اسناد: دبیرخانه شهرداری سرعین

رام-شهردار سرعین

ج۴۰۱۰۵۸۷۵

آگهی مفقودی ج۴۰۱۰۵۸۰۷
برگ سبز اتومبیل پراید صبا جی تی ایکس مدل ۱۳۸۰ رنگ سفید روغنی به شماره موتور ۱۳۲۴۵۱۸۳ به شماره شاسی ۱۴۱۲۲۸۰۷۱۸۷۰۸ به شماره پلاک ایران۵۳-۹۱۴ی۵۲ به نام سمیرا محمدزاده مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

آگهی مفقودی ج۴۰۱۰۵۷۹۰
برگ سبز و سند کمپانی پیکان وانت مدل ۱۳۶۵ به شماره پلاک ۵۷ب ۴۹۸ایران۵۹ به شماره شاسی ۱۷۱۶۹۸۳۲ و شماره موتور ۱۵۱۶۵۰۴۷۱۵ به مالکیت محمد حسین غلامعلی نژاد مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می‌باشد.

آگهی مفقودی ج۴۰۱۰۵۸۴۰
اصل برگ سبز و کارت و سند یک دستگاه پیکان وانت بار ۱۶۰۰ مدل ۸۰ به شماره انتظامی ۵۲ ایران۷۶۴ ب۵۵ به شماره موتور ۱۱۵۱۸۰۰۱۴۱۶ و شماره شاسی ۸۰۹۰۴۹۸۵ متعلق به آقای محمد شهابادی مفقود گردیده است.

آگهی فراخوان مزایده عمومی ۱۴۰۱/۱۲ (نوبت اول)
شرکت توزیع نیروی برق استان خراسان رضوی
مزایده گزار: شرکت توزیع نیروی برق استان خراسان رضوی
موضوع مزایده: فروش ضایعات سیم مس برگشتی از شبکه برق به میزان ۵۰ تن
شرایط شرکت کنندگان : صرفا از بین شرکتهای تولید کننده سیم وکابل ومراکز ذوب فلزات با ارائه پروانه معتبر
دریافت وبارگذاری اسناد : از طریق سامانه تدارکات دولت
نشانی اینترنتی دریافت اسنادمزایده:(۱)سایت شرکت(www.kedc.ir)-(۲)سایت معاملات توانیر www.Tavanir.org.ir
زمان فروش اسناد: ازروز شنبه۱۴۰۱/۰۵/۰۸ تا سه شنبه۱۴۰۱/۰۵/۲۵ ساعت ۱۸ با بارگذاری فیش واریزی به
مبلغ ۸۰۰/۰۰۰ ریال به شماره حساب ۱۸۵۴۰۵۴۰۵۶ بانک ملت به نام شرکت توزیع نیروی برق خراسان رضوی
زمان و محل بازدید: روزهای دوشنبه ۱۴۰۱/۰۵/۲۴ و سه شنبه۱۴۰۱/۰۵/۲۵ از ساعت ۹تا۱۳ به نشانی بولوارشهید عباسپور روبروی اداره گاز -۱اداره انبارهای شرکت توزیع نیروی برق خراسان رضوی
مهلت ثبت پیشنهاد در سامانه تدارکات دولت : حداکثر تا ساعت ۱۸ مورخ ۱۴۰۱/۰۵/۲۵
گشایش پیشنهادات :روز چهارشنبه ۱۴۰۱/۰۵/۲۶ساعت ۱۲ درمحل شرکت توزیع نیروی برق استان خراسان رضوی واقع دربلوار فرهنگ-بین فرهنگ ۲۸و۳۰
تلفن برای کسب اطلاعات بیشتر: ۰۵۱۳۳۶۵۱۳۴۳-داخلی۳-کارشناس مزایده
www.kede.ir
روابط عمومی شرکت توزیع نیروی برق استان خراسان رضوی
ج۴۰۱۰۵۸۶۶

فراخوان شناسائی سرمایه‌گذار احداث انبارهای ضایعات یا معرفی زمین

سازمان ساماندهی مشاغل شهری و فراورده‌های کشاورزی شهرداری مشهد در نظر دارد بمنظور برنامه ریزی جهت ساماندهی و احداث انبارهای ضایعات در خارج از محدوده شهر (حریم شهر) ، نسبت به شناسائی سرمایه گذار یا شناسایی زمین (به مساحت بین ۵ تا حداکثر ۳۰ هکتار) اقدام نماید ، لذا از کلیه اشخاص حقیقی یا حقوقی که تمایل به سرمایه گذاری در این بخش دارند ، دعوت می گردد حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۱/۰۵/۱۵ نسبت به ارسال درخواست خود با ارائه اسناد مالکیت زمین پیشنهادی، سوابق کاری مرتبط بهمراه نحوه مشارکت یا سرمایه گذاری به منظور احداث مجتمع ساماندهی انبارهای ضایعات به نشانی ذیل ارسال نمایند:
نشانی : مشهد مقدس ، بلوار وکیل آباد حدفاصل وکیل آباد ۵۵ و ۵۷ - پلاک ۱۱۶۵ دبیرخانه سازمان ساماندهی مشاغل شهری و فرآورده های کشاورزی شهرداری مشهد مقدس
جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۳۱۲۹۸۰۷۴ معاونت ساماندهی مشاغل سازمان تماس یا به آدرس سایت www.samesh.mashhad.ir مراجعه نمائید.
معاونت خدمات و محیط زیست شهری

شهرداری مشهد
سازمان ساماندهی مشاغل شهری و فرآورده های کشاورزی شهرداری مشهد مقدس
ج۴۰۱۰۵۸۵۰

پذیرش غیر حضوری آگهی روزنامه قدس
37088

آگهی مناقصه عمومی (سازمان پارکها و فضای سبز شهرداری مشهد)

*شماره فراخوان سامانه ستاد ۲۰۰۱۰۹۴۹۴۲۰۰۰۰۰۳	موضوع: خرید داوودی طرح پاییزه سال ۱۴۰۱(دفترچه شماره ۱)	مبلغ برآورد: ۱۱,۸۱۱,۱۵۰,۰۰۰ ریال
*شماره فراخوان سامانه ستاد ۲۰۰۱۰۹۴۹۴۲۰۰۰۰۰۴	موضوع: خرید داوودی طرح پاییزه سال ۱۴۰۱(دفترچه شماره ۲)	مبلغ برآورد: ۱۱,۷۱۹,۶۲۵,۰۰۰ ریال
*شماره فراخوان سامانه ستاد ۲۰۰۱۰۹۴۹۴۲۰۰۰۰۰۵	موضوع: خرید بنفشه نشائی طرح پاییزه سال ۱۴۰۱	مبلغ برآورد: ۱۲,۹۴۶,۵۰۰,۰۰۰ ریال
*شماره فراخوان سامانه ستاد ۲۰۰۱۰۹۴۹۴۲۰۰۰۰۰۶	موضوع: خرید گلهای فصلی پاییزه سال ۱۴۰۱(دفترچه شماره ۱)	مبلغ برآورد: ۲۵,۰۸۱,۵۲۱,۵۰۰ ریال
*شماره فراخوان سامانه ستاد ۲۰۰۱۰۹۴۹۴۲۰۰۰۰۰۷	موضوع: خرید گلهای فصلی پاییزه سال ۱۴۰۱(دفترچه شماره ۲)	مبلغ برآورد: ۲۵,۰۸۱,۵۲۱,۵۰۰ ریال

جهت شرکت در مناقصه ومزایده وکسب اطلاعات بیشتر به سایت مناقصات و مزایدات شهرداری مشهد به آدرس http:\\ets.mashhad.ir مراجعه نمائید وهمچنین جهت اطلاع در روزنامه رسمی به آدرس www.rrk.ir درج می گردد.

شهرداری مشهد
سازمان پارکها و فضای سبز شهرداری مشهد
ج۴۰۱۰۵۸۵۷

مناقصه عمومی یک مرحله‌ای - نوبت دوم
دهیاری روستای امیرآباد از توابع بخش مرکزی شهرستان مشهد

بر اساس مصوبه شورای اسلامی روستا در نظر دارد، اجرای عملیات جمع آوری زباله و رفت و روب معابر روستا را از طریق مناقصه عمومی به پیمانکاران و شرکت‌های واجد شرایط و دارای صلاحیت امور خدماتی از اداره تعاون ، کار و رفاه اجتماعی به مدت یکسال واگذار نماید. کلیه مراحل برگزاری مناقصه (خرید و دریافت اسناد و ارائه پیشنهادات) در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به آدرس www.Setadiran.ir صورت می گیرد و شرکت های متقاضی می بایست نسبت به ثبت نام و دریافت گواهی امضای الکترونیکی در این سامانه اقدام نمایند .
مبلغ برآورد اولیه: ۹,۸۶۵,۵۴۰,۵۰۶ ریال مدت زمان اجرای کار : ۱۲ ماه
شماره فراخوان در سامانه ستاد : ۲۰۰۱۰۹۶۵۱۳۰۰۰۰۰۱
مهلت خرید و دریافت اسناد از سامانه: از زمان چاپ آگهی تا ساعت ۱۰ صبح روز یکشنبه ۱۴۰۱/۰۵/۱۵
مهلت ارائه پیشنهاد قیمت در سامانه: تا ساعت ۱۰ صبح روز سه شنبه ۱۴۰۱/۰۵/۲۵
مبلغ سپرده شرکت درمناقصه: ۴۹۴,۰۰۰,۰۰۰ ریال (چهارصد و نود و چهار میلیون ریال)
دارابودن گواهینامه تأیید صلاحیت ایمنی پیمانکاران الزامیست. متقاضیان جهت کسب اطلاعات بیشتر می توانند به آدرس مشهد، بلوار توس، توس ۹۷ ، بین الزهرا ۱۳ و ۱۵ ، دهیاری امیرآباد مراجعه نمایند .
هزینه انتشار آگهی به عهده برنده مناقصه می باشد.
دهیاری امیرآباد
ج۴۰۱۰۵۴۷۳