

۳ جمادی الثانی

سالروز شهادت

حضرت فاطمه زهرا (س)

تسلیت باد

حضرت امام علی (ع)

ایام ولید

صله رحم نعمتها را فراوان و سستی ها را از زمین می برد

سال چهاردهم / شماره ۱۵۲ / اسفندماه ۹۳

شرکت مدیریت تولید برق قم

ماهنامه داهلی

پس از انجام بازدیدهای لازم

واحد چهار گازی نیروگاه قم به شبکه

سراسری برق پیوست



صفحه ۲

در این شماره می خوانید



علمی



انتصاب



انبارگردانی



مسابقه امکام



ورزشی



معراج مؤمن

در مقایسه با اسفندماه ۹۲

افزایش تولید بیش از یک میلیون کیلووات ساعت انرژی در نیروگاه قم

نیروگاه سیکل ترکیبی قم در اسفندماه سالجاری به میزان ۳۸۱ میلیون و ۱۴۰ هزار کیلووات ساعت انرژی تولید نمود. از این میزان تولید ۳۷۴ میلیون و ۵۶۰ هزار ساعت آن انرژی خالص بوده که در مقایسه با اسفندماه سال گذشته بیش از یک میلیون کیلووات ساعت افزایش تولید داشته است.

ممیزی مراقبتی سیستم های تضمین کیفیت با موفقیت انجام شد

صفحه ۲

انجام آزمایشات کنترل سلامتی و معاینات ادواری کارکنان

صفحه ۲

همزمان با سالروز شهادت حضرت فاطمه زهرا (س) کارکنان نیروگاه قم از ضریح در حال ساخت امامین عسکریین (علیهما السلام) بازدید نمودند

صفحه ۳

به مناسبت گرامیداشت روز شهید و ایام فاطمیه

عبور از میدان مین با توسل به حضرت فاطمه زهرا (س)

صفحه ۲

مراقبت های تغذیه ای در ایام نوروز

صفحه ۴

به مناسبت فرارسیدن سال نو

در آیین باستانی نوروز سنت های مورد تأکید و تأیید اسلام مانند صلّه رحم، دید و بازدید بزرگان و فامیل های دور و نزدیک، هدیه دادن، دستگیری از ضعيفان و کمک به مستمندان که هیچ منافاتی با ایام فاطمیه ندارد مورد توجه قرار گرفته و در سخنی از حضرت رسول اکرم (ص) آمده است «اگر می توانید هر روز را نوروز کنید؛ یعنی در راه خدا به یکدیگر هدیه بدهید و با یکدیگر پیوند داشته باشید».

سیره حضرت معصومین (ع) همین اموری است که باید ما همیشه به آنها اهتمام ورزیم ولی در ایام نوروز بیشتر مورد توجه ما قرار گیرد.

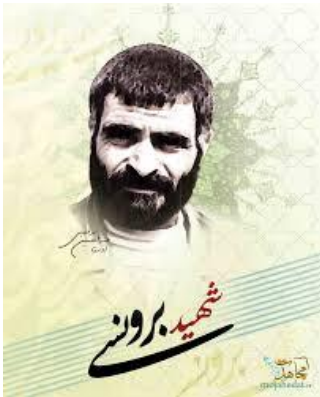
در نوروز و بهار طبیعت، ما ایرانیان سنت های خوبی داریم که باید ترویج کنیم و به نسل های بعدی بپساریم. دید و بازدید، لباس نو پوشیدن، خریداری وسایل پذیرائی، اطعام و اکرام میهمان، صلّه رحم نمودن، عیدی دادن و... بسیار پسندیده و از جمله آداب و رسوم ما ایرانیان در ایام نوروز است. اما امسال نوروز با ایام سوگواری شهادت حضرت فاطمه زهرا (س) مقارن شده است که جا دارد طبق فرمایش بزرگان حرمت این ایام نگه داشته شود.

ضمن گرامیداشت ایام فاطمیه و تسلیت و تعزیت به محضر مبارک حضرت بقیه... الاعظم (روحی فداه) و همه همکاران گرامی، سالی پر خیر و برکت همراه با شادکامی، بهروزی و بهره مندی از مواهب اهل بیت عصمت و طهارت (ع) را از خداوند منان خواستاریم. سر سفره نوروز فاطمی، برای تعجیل در فرج حضرت ولی عصر (عج)، نصرت و یاری اسلام و مسلمانان و شفای بیماران اسلام و غفران و رحمت در گذشتگان دعا می کنیم. ان شاء الله...

هیأت تحریریه

حفاظت از محیط زیست یعنی هماهنگی بین انسان و زمین، محیط زیست برای همه و همه برای محیط زیست

به مناسبت گرامیداشت روز شهید و ایام فاطمیه

معجزه عبور از میدان مین
با توسل به حضرت فاطمه زهرا(س)

اواخر سال ۶۰ بود. شب عملیات، آرام و بیصدا می‌رفتم طرف دشمن؛ ناگهان به میدان مین برخوردیم، بچه‌های اطلاعات عملیات ماتشان بردا چون در شناسایی، چنین میدانی ندیده بودند. اگر صبر می‌کردیم احتمال شکست عملیات بود.

وقتی هم برای خنثی کردن مین‌ها وجود نداشت. شروع کردیم به گشتن معبر خود عراقی‌ها. بی‌فایده بود. گفتند چکار کنیم، برگردیم؟

متوسل شدم به حضرت فاطمه (س) با آه و ناله گفتم: بی‌بی خودتون وضع ما را می‌بینید چه کاری بکنید با حال گریه به سجده افتادم و گفتم: خودتون تو همه عملیات‌ها مواظب ما بودین اینجا هم به عنایتان بستگی داره. یکدفعه نفهمیدم چطور شد بی‌اختیار رفتم نزدیک بچه‌های گردان و گفتم: برپا و دستور حمله دادم. آدمم بروم، یکی از بچه‌های اطلاعات گفت: حاجی چیکار کردی؟ همه را به کشتن دادی!

تازه فهمیدم چه دستوری دادم ولی دیگه دیر شده بود. هر آن منتظر منفجر شدن یکی از مین‌ها بودم ولی به لطف بی‌بی دو عالم بچه‌ها بدون انفجار حتی یک مین تا نفر آخر از میدان مین رد شدند؛ خودم هم از روی همان مین‌ها بسوی دشمن شتافتم. صبح زود هنوز درگیر عملیات بودم، دیدم می‌پرسند حاجی بروسی کجاست؟

رفتم جلو، گفتند: میدونی گردان رو دیشب از کجا رد کردی؟ با آب و تاب توضیح دادند...

گفتم شوخی می‌کنید. گفتند بیا برویم خودت نگاه کن! رفتیم همانجا تمام مین‌ها رویشان جای رد پا بود بعضی حتی شاخک‌هایشان کج شده بود. ولی بحمد... هیچ کدام منفجر نشده بود.

بعدها فردی با ورود به همان محل، مینی عمل کرده و پای او قطع می‌شود. بعد متوجه می‌شوند بقیه مین‌ها هم حالت فعال پیدا کرده‌اند.

منبع: خاک‌های نرم کوشک

پس از انجام بازدیدهای لازم

واحد چهار گازی نیروگاه قم به شبکه سراسری برق پیوست

سیستم‌های روغن کاری مورد بازدید قرار می‌گیرد. لیکن به جهت مشاهده اشکالاتی در پره‌های سایر دریف‌ها، منجر به برداشتن پوسته و در نتیجه افزایش حجم کار تعمیرات گردید. شایان ذکر است با تلاش قابل تقدیر کارکنان بخش تعمیرات و پشتیبانی سایر قسمت‌های ذی‌ربط، کار بازدید با حداقل تأخیر به اتمام رسید.

واحد چهار گازی نیروگاه سیکل ترکیبی قم که به منظور بازدید اتاق احتراق (CI)، طبق برنامه زمانبندی و با هماهنگی مرکز کنترل برای مدت ۹ روز از شبکه سراسری برق خارج شده بود پس از انجام بازدیدهای لازم به مدار تولید بازگشت. در این بازدید، به طور معمول تجهیزات اتاق احتراق و پره‌های ثابت و بخشی از تجهیزات جانبی واحد گاز از جمله

ممیزی مراقبتی سیستم‌های تضمین کیفیت با موفقیت انجام شد



ممیزی مراقبتی سیستم‌های مدیریت کیفیت نیروگاه قم با موفقیت انجام شد.

بنا بر گزارش حمیدرضا خلجی نماینده مدیریت در سیستم مدیریت یکپارچه شرکت، ممیزی تجدید گواهی سیستم‌های مدیریت کیفیت، ایمنی و بهداشت حرفه‌ای و همچنین ممیزی سومین بازبینی و کنترل سیستم مدیریت زیست محیطی شرکت با موفقیت انجام شد.

خاطر نشان می‌گردد این ممیزی توسط پنج نفر از ممیزین خبره شرکت اس جی اس، به سرپرستی مهندس مهران جاوید و به مدت یک روز در تاریخ ۱۶ اسفندماه ۹۳ برگزار گردید.

انجام آزمایشات کنترل سلامتی و معاینات ادواری کارکنان



آزمایشات کنترل سلامتی و معاینات ادواری کارکنان شرکت مدیریت تولید برق قم در محل خانه بهداشت شرکت انجام شد. این آزمایشات شامل تست‌های تخصصی خون، ادرار و معاینات تخصصی شنوایی سنجی (Audio meter) و تنفس سنجی (Spiro meter) می‌باشد.

می‌گردد پس از دریافت نتایج آزمایشات و معاینات و تجزیه و تحلیل آنها توسط کارشناس بهداشت حرفه‌ای، سوابق در پرونده‌های سلامتی کارکنان ثبت خواهد شد.

آزمایشات و معاینات یاد شده همه ساله براساس قوانین حفاظت فنی و ایمنی در دوره‌های منظم انجام می‌شود. خاطرنشان

انتصاب



که در اجرای ماده ۵ آیین نامه انضباط کار از مجموعه مقررات مربوط به فصل دوم قانون کار، مستند به نتیجه انتخابات برگزار شده، سیدشهرام برقی برای مدت ۳ سال به عنوان نماینده کارگران در کمیته انضباطی کار شرکت انتخاب گردید.

همزمان با سالروز شهادت حضرت فاطمه زهرا(س)

کارکنان نیروگاه قم از ضریح در حال ساخت امامین عسکریین (علیهماالسلام) بازدید نمودند



با هماهنگی‌های به عمل آمده از سوی شورای فرهنگی و دینی صنعت آب و برق استان قم، همزمان با سالروز شهادت حضرت فاطمه زهرا(س)، کارکنان شرکتهای صنعت آب و برق استان قم از ضریح در حال ساخت امامین عسکریین (علیهماالسلام) بازدید نمودند.

در این بازدید که یک ساعت به طول انجامید مسئولان ذی ربط گزارش جامعی از مراحل ساخت ضریح به بازدیدکنندگان ارائه نمودند.

به مناسبت روز شهید و روز درختکاری

کاشت نهال توسط کارکنان نیروگاه قم



به مناسبت گرامیداشت روز شهید و روز درختکاری کاشت نهال توسط مدیرعامل و کارکنان شرکت مدیریت تولید برق قم انجام شد.

در این کار خدایپسندانه که با حضور مدیرعامل، معاونین، مدیران و کارکنان شرکت انجام شد تعداد ۲۵ اصله نهال در جهت توسعه فضای سبز نیروگاه قم کاشته شد. در این مراسم از سه نفر کارکنان فعال در فضای سبز شرکت تجلیل به عمل آمد.

عملیات انبارگردانی انبار نیروگاه قم انجام شد

عملیات انبارگردانی انبارهای شرکت مدیریت تولید برق قم و شرکت برق و انرژی پیوند گسترپارس از ۱۹ اسفندماه ۹۳ آغاز گردید.

بنابر گزارش مهندس نوری سرپرست تیم انبارگردانی، در این عملیات تعداد بیش از ۸۸۰۰ قلم کالا از انبار شرکت برق و انرژی پیوندگسترپارس و ۳۰۰۰ قلم کالا از انبار شرکت مدیریت مورد شمارش قرار گرفت که در نهایت این عملیات بدون مغایرت در ۲۷ اسفند ماه به پایان رسید.

دوره آموزشی «منش مدیریت» در نیروگاه قم برگزار شد

دوره آموزشی منش مدیریت برای کارکنان شرکت مدیریت تولید برق قم برگزار شد.

به گزارش واحد آموزش شرکت، این دوره برای تعداد ۲۳ نفر از کارکنان در سطح کارشناسی و برای مدت ۱۶ ساعت توسط دکتر علیپور از سازمان مدیریت صنعتی برگزار گردید.

مسابقه احکام برای کارکنان و همسر کارکنان برگزار گردید

یک دوره مسابقه احکام بین کارکنان و همسران کارکنان نیروگاه قم برگزار گردید که پس از بررسی و امتیاز دهی، با توجه به هم‌امتیاز شدن تعداد ۴ نفر از کارکنان و تعداد ۶ نفر از همسران کارکنان، نفرات برتر به قید قرعه و به شرح زیر برگزیده شدند. کارکنان: پیام پورزارع، حیدر ارکانی و داود میرزایی. همسران کارکنان: خانم کارگر (همسر حسین قربانی)، خانم زلفی گل (همسر علی زلفی گل) و خانم فتحی (همسر ابراهیم غنی‌زاده).

شایان ذکر است هدایایی از طرف شرکت به برندگان مسابقه اعطا می‌گردد.

فرهنگ و ادب

ارزش وجودی انسان

کسی گفت که چیزی را از یاد برده‌ام. مولانا گفت: در این دنیا اگر همه چیز را فراموش کنی باکی نیست. تنها یک چیز را نباید از یاد برد. تو برای کاری به دنیا آمدی که اگر آن را انجام نرسانی، هیچ کاری نکرده‌ای.

از آدمی کاری بر می‌آید که آن کار نه از آسمان بر می‌آید و نه از زمین و نه از کوه‌ها، اما تو می‌گویی کارهای زیادی از من بر می‌آید، این حرف تو به این می‌ماند که شمشیر گرانهای شاهانه‌ای را ساطور گوشت کنی و بگویی آن شمشیر را بیکار نگذاشته‌ام؛ یا این که در دیگی زرین شلغم بار کنی یا کارد جواهرنشانی را به دیوار فرو ببری و کدوی شکسته‌ای را به آن آویزان کنی.

ای نادان! این کار از میخی چوبین نیز بر می‌آید خود را این قدر ارزان مفروش که بسیار گرانهایی! بهانه می‌آوری که من با انجام دادن کارهای سودمند روزگار می‌گذرانم.

دانش می‌آموزم، فلسفه و فقه و منطق و ستاره‌شناسی و پزشکی می‌خوانم، اما این‌ها همه برای تو است و تو برای آن‌ها نیستی.

اگر خوب فکر کنی در می‌یابی که اصل، تویی و همه این‌ها فرع است. تو نمی‌دانی که چه شگفتی‌ها و چه جهان‌های بیکرانی در تو موج می‌زند.

آخر این تن تو اسب توست، اسبی بر سر آخور دنیا، خوراک این اسب که خوراک تو نیست.

منبع: فیه ما فیه

ورزشی

در ادامه مسابقات ورزشی به مناسبت دهه مبارک فجر یک دوره مسابقات فوتسال و والیبال بین کارکنان شرکت به شرح زیر برگزار شد.

فوتسال

این مسابقه با حضور ۵ تیم از قسمت‌های مختلف شرکت برگزار گردید که تیم اداری و مالی با شکست سایر تیم‌ها مقام اول، تیمهای خدمات و بهره‌برداری

مقام‌های دوم و سوم را به خود اختصاص دادند.

والیبال

این مسابقه با حضور ۴ تیم از قسمت‌های مختلف و به صورت دوره‌ای برگزار شد که در پایان تیم تعمیرات مقام اول و تیم‌های اداری - شیمی و بهره‌برداری مقام‌های دوم و سوم را به خود اختصاص دادند.





علیه السلام -
عام علی

مَنْ أَمَرَكَ بِإِصْلَاحِ نَفْسِكَ فَهُوَ أَحَقُّ مَنْ تُطِيعُهُ
**کسی که تو را به اصلاح نفست فرمان دهد، سزاوارترین
کسی است که از او اطاعت کنی.**

He who commands you to improve your soul is the best whom you obey

میزان الحکمه، ح ۱۱۳۰۴

پیام تریک
خبرنامه داخلی شرکت مدیریت تولید برق قم
از انتشارات دفتر روابط عمومی
تهیه و تنظیم: محمدرضا مددی
هیات تحریریه:
علیرضا میرزاابوالحسنی، رمضانعلی قاسمی
علی اکبر مهدی پور، حامد کریمپور
تلفن: ۰۱۳ ۸۷۰۰۹۱۳۳ (۰۲۵) - دورنگار: ۵۵۲۳۳۱۴۰ (۰۲۱)
وب سایت: www.gccpp.ir
پست الکترونیکی: Email: prgccpp@gmail.com

معراج مؤمن

حق نماز
حق نماز این است که بدانی نماز، روی آوردن به درگاه خداست و تو در حال نماز مقابل خداوند ایستاده‌ای؛ حال اگر بر این مطلب آگاه باشی خود را شایسته می بینی که همچون بنده ای «خوار، مشتاق، بیمناک، امیدوار، نیازمند و نالان» در برابرش بایستی و در حال «آرامش و سرافکنندگی و فروتنی همه جانبه» او را بزرگ داری و از «جان و دل» با او «راز و نیاز کنی و از او بخواهی» تا تو را از زیر بار خطاهایی که تو را در بر گرفته‌اند و گناهانی که نابودت می کنند، آزاد نماید و هیچ نیرویی نیست مگر از ناحیه خداوند.
رساله حقوق امام سجاد-علیه السلام-

دلیل داشتن قندهای ساده اصلاً توصیه نمی شود.

برخلاف گروه شیرینی ها و چربی ها، انواع آجیل جزو گروه گوشت طبقه بندی شده و غنی از مواد مغذی مانند کلسیم، فسفر، منیزیم، آهن، و مقادیر بالای پروتئین، ویتامین E هستند که می توانند میان وعده مغزی خصوصاً در کودکان خردسال باشد.

به دلیل بالا بودن درصد چربی مغزها در انواع آجیل، این گروه کالری بالایی دارند. به همین دلیل افرادی که در معرض چاقی هستند، یا به دیابت، فشارخون و بیماری های قلبی مبتلا هستند، باید با احتیاط بیشتری از این گروه، مصرف کنند. بهتر است از مصرف انواع بو داده و پرنمک آنها خودداری کنید.

غالباً مغزها قربانی کپک ها و قارچ های سمی ای می شوند که ماده ای سرطان زا موسوم به «آفلاتوکسین» را ترشح می کنند. دانه های گیاهی که جزو گروه چربی ها هستند، منابع خوب پروتئین، اسیدهای چرب غیر اشباع و انواع مواد معدنی و ویتامین ها بوده

مراقبت های تغذیه ای
در ایام نوروز

مصرف انواع شیرینی و شکلات باعث کاهش اشتها می شود. پس مصرف کمترشان آن هم با فاصله ۲ الی ۳ ساعت از وعده اصلی توصیه می شود.

سعی کنید حداکثر از یکی دو نوع از انواع شیرینی ها و شکلات ها، آن هم در سایزهای کوچکتر خریداری نمایید.

انواع کاکائوهای مرغوب (به دلیل داشتن مواد مفید برای سلامتی سیستم قلب و عروق و پاک شدن راحت تر از سطوح دندانها) را جایگزین شکلاتها و تافی های چسبناکی که به سختی از دندانها جدا می شوند نمایند.

اکثر شیرینی ها، خصوصاً شیرینی های تر از انواع روغن ها و چربی های جامد اشباع تهیه می شوند که عامل افزایش چربی های مضر خون هستند. بنابراین مصرف آنها خصوصاً برای بیماران قلبی و عروقی و افرادی که چربی خون بالا دارند، در حداقل مقدار، توصیه می شود. برای افراد دیابتی، شیرینی جات به

تبریک و تهنیت

همکار گرامی

آقای عزیزاله صابری نژاد

حجتان مشهور سعید تان مشهور

بازگشت جنابعالی را از مکه مکرمه و مدینه منوره فیر مقدم عرض می نمایم.

(روابط عمومی)

تبریک و تهنیت

«گرد مره دویده‌ام، صفا و مزه دیده‌ام
هیچ کجا برای من، کرب و بلا نمی‌شود»

همکار گرامی

آقای مسعود درامامی

بازگشت شما از سفر معنوی نیف

اشرف و کربلای معلی را فیر مقدم می گوئیم.

(روابط عمومی)

تسلیت

«انسان فنا ناپذیر را چه هراس از مرگ،
که مرگ فود تولدی دیگر است»

همکاران گرامی آقایان:

جواد خیر - عباسعلی غلامیان

ابراهیم غنی زاده

مصیبت وارده را به شما و خانواده محترمتان تسلیت عرض نموده و از خداوند منان برای آن درگذشتگان علو درجات و برای بازماندگان صبر و شکیبایی مسئلت داریم.
(روابط عمومی)