

سام تولد

در مقایسه با خردادماه سال قبل

افزایش تولید بیش از ۵ میلیون
کیلووات ساعت برق در نیروگاه قمرجب بیرون شد و شعبان در آمد
برون شد جان زتن جانان در آمدحلول ماه شعبان، ماه منسوب به حضرت ختمی مرتبت
سید انبیا محمد (ص) مبارک باد.ماه میلاد آموزگاران بزرگ در سهای شگفت! حسین (ع)
آن حماسه ساز و انقلابی همیشه تاریخ، آموزگار
«آزادگی» کسی که به «آزادی» روح بخشید و چهره
اول انقلاب، خون را به منصف ظهور رساند و پاسدار
ابدی دین مبین شد.ابوالفضل (ع) آن که «مردانگی» در رکابش
«جوانمردی» آموخت، سرمشق و الگوی تمامی
جانبازان دین و وطن.علی بن الحسین (ع) زینت عابدان و زاهدان، آبروی
ساجدین، هم او که وجهه دوم انقلاب، پیام را به یاری
عمه گرانقدر خویش به گوش همگان رساند.علی بن الحسین (حضرت علی اکبر) بیش از همه کس و
از همه جهات به جدش (پیامبر) شبیه تر، جوانان نیز
خرسند از آن که زادروز آن بزرگوار (روز جوان) را
متعلق به خود می دانند.نظاره گو مباش در این راه و منتظر
والله که هیچ مرگ بتر ز انتظار نیستاینک که به مناسبت دیگر (نیمه شعبان) می رسمیم،
ذهن و قلم را توان ادای حق مطلب نیست! واژه های
بسیاری چون، غیبت، انتظار، فرج، ... به سبب وجود
آن نازنین در قاموس ما معنا گرفت.میلاد قائم آل محمد (ع) که با قیام خویش تلاش همه
معصومین در حفظ و بقای اسلام را به ثمر نشانده،
آنگاه عدالت و مهرورزی را در گستره عالم هستی پیا
خواهد داشت.

هر که بهر تو انتظار کند

بخت و اقبال را شکار کند
ای ناجی! به این امید دم می زنیم که با هر نفس
گامی به تو نزدیک تر شویم ...

در هوایت بی قرارم روز و شب

سر زکویت برندارم روز و شب
روز و شب را همچو خود مجنون کنم
روز و شب را کی گذارم روز و شب ...

اعیاد شعبانیه مبارک باد

در این شماره مسخوانید



فرهنگ ایمنی



فعالیت های سلامت دافلی



فرهنگ و ادب



موفقیت



فطر شنا در دریا



تلاش همکاران

نیروگاه قم در خردادماه سال جاری ۴۲۵ میلیون و
۲۸۸ هزار کیلووات ساعت انرژی برق تولید نمود.از این میزان تولید انرژی ۴۱۶ میلیون و ۵۹۰ هزار و
۹۰۰ کیلووات ساعت آن، انرژی خالص بوده که در مقایسه با
خرداد ماه سال گذشته بیش از ۵ میلیون کیلووات ساعت
افزایش را نشان می دهد. لازم به ذکر است نیروگاه سیکل
ترکیبی قم در سه ماهه نخست سال ۹۱ نیز بیش از یک
میلیارد و ۸۷ میلیون کیلووات ساعت انرژی خالص تولید و
به شبکه سراسری برق تحویل نموده است.

ترکیب جدید هیأت مدیره

شرکت مدیریت تولید برق قم مشخص گردید

صفحه ۲

بازدید اعضای کمیته QHSE معاونت توسعه
انرژی بنیاد مستضعفان از نیروگاه قم

صفحه ۲

تقدیر رئیس کمیته اجرایی و رئیس کمیته علمی
چهارمین کنفرانس نیروگاه های برق کشور

صفحه ۳

در مرحله استانی برگزار شد

نهمین جشنواره قرآنی کارکنان وزارت نیرو

صفحه ۳

در نیروگاه قم تشکیل شد

دوره آموزشی آشنایی با نحوه

بالانس تجهیزات دوار

صفحه ۳

گرامیداشت سالگرد ارتحال رهبر کبیر انقلاب

حضرت امام خمینی (ره)

صفحه ۳

ترکیب جدید هیأت مدیره و مدیرعامل شرکت مدیریت تولید برق قم مشخص گردید



مرتضی برومندفر / حمیدرضا ابروانی / سیدحمید شمس نیا / قاسم شاهسون / علیرضا میرزاابوالحسنی

ترکیب هیأت مدیره و مدیرعامل شرکت مدیریت تولید برق قم پس از واگذاری به بخش خصوصی مشخص گردید.

هیأت مدیره در اولین جلسه خود مهندس مرتضی برومندفر نماینده شرکت برق و انرژی صبا را به عنوان رئیس هیأت مدیره، مهندس سیدحمید شمس نیا نماینده

شرکت بنیاد بارانداز به عنوان مدیرعامل و عضو هیأت مدیره، حمیدرضا ابروانی نماینده بانک سینا به عنوان نائب رئیس هیأت مدیره، مهندس قاسم شاهسون نماینده شرکت سیمان تهران و علیرضا میرزاابوالحسنی نماینده شرکت نفت بهران به عنوان عضو هیأت مدیره تعیین گردیدند.

بازدید اعضای کمیته QHSE بنیاد مستضعفان از نیروگاه قم



رئیس و اعضای کمیته QHSE معاونت توسعه انرژی بنیاد مستضعفان در

خرردادماه امسال از نیروگاه سیکل ترکیبی قم بازدید نمودند.

در این بازدید مهم فعالیتهای شرکت مدیریت تولید برق قم در زمینه های کیفیت، بهداشت، ایمنی، محیط زیست و همچنین خلاصه ای از مصوبات و

پیگیریهای کمیته حفاظت فنی و بهداشت حرفه ای نیروگاه قم توسط مهندس مهدی پور دبیر کمیته و نماینده شرکت در کمیته QHSE، جهت بازدید کنندگان ارائه گردید.

همچنین جهت آشنایی هر چه بیشتر بازدید کنندگان با نیروگاه سیکل

ترکیبی قم، از واحدهای نیروگاه و بخشهای مرتبط با مباحث بهداشت،

ایمنی و محیط زیست بازدید به عمل آمد. در پایان به منظور جمع بندی مباحث و طرح نظرات و دیدگاههای اعضای کمیته، جلسه ای با حضور مدیرعامل و معاون مهندسی و برنامه ریزی شرکت مدیریت تولید برق قم تشکیل گردید.

مهندس مسعود هیوند

فعالیت های ساخت داخل

کورکن بسکت Plug Blind Cover

قطعه مذکور از جنس سوپر آلیاژ می باشد که بر روی بسکت هایی از نوع



جرقه زن (Ignitor) در داخل محفظه احتراق واحدهای گازی میتوسویشی در مسیر عبور گاز داغ نصب شده و در هر واحد به تعداد دو عدد مورد نیاز می باشد.

ساخت قطعه جدید با شرایط کاملاً بهبود یافته نسبت به نمونه اصلی می باشد و به صورت یکپارچه ساخته شده و مقدار زیادی از جوشکاری قطعه حذف شده است.

قطعه مذکور با موفقیت در تست و بهره برداری، در لیست قطعات ساخت داخل نیروگاه قم ثبت گردیده و قیمت تمام شده آن برابر یک پنجم نمونه خرید خارجی شده است.

فرهنگ ایمنی، زیرساخت ها

ادامه از شماره قبل

امروزه تمایل زیادی برای ایجاد و توسعه فرهنگ ایمنی مناسب در صنایع وجود دارد. اما به نظر می رسد تا رسیدن به شرایط ایده آل فاصله زیادی وجود داشته باشد. مثلاً هنوز در بسیاری از موارد تولید بیشتر بر ایمنی ترجیح داده می شود. اما چه فرهنگی را فرهنگ ایمنی مثبت می نامیم؟ در پاسخ: فرهنگی، فرهنگ ایمنی مثبت و خوب ارزیابی می شود که:

- مدیریت ضمن بازدید مرتب از محیط کار، در مورد مسایل و مشکلات مربوط به ایمنی و بهداشت با کارکنان مشورت می کند.
- اطلاعات جامع و کاملی در مورد ایمنی در اختیار کارکنان قرار می گیرد.
- کارکنان بتوانند نظر و پیشنهاد خود را به راحتی و با علم به اینکه عملی خواهد شد ارائه دهند.
- ایمنی همیشه اولین اولویت کاری است، حتی اگر موجب توقف تولید شود. مسئولین همیشه علل ایجاد حوادث و شبه حادثه ها را بررسی کرده، نتایج را به همه اطلاع دهند.
- مسئولین از مسایل روز ایمنی و بهداشت با اطلاع هستند.
- کارکنان آموزش ها و تجهیزات ایمنی متناسب با شغلشان را دریافت می کنند و بودجه کافی برای این امور در نظر گرفته می شود.
- کارکنان تمایلی برای بروز رفتارهای غیرایمن ندارند.
- سیاست و خط مشی کلی ایمنی کاملاً شفاف، صادقانه و براساس مقصر ندانستن افراد طراحی شده.
- جو همدلی و همکاری در محیط وجود دارد.

مدیریت پویا عامل اصلی ایجاد یک فرهنگ ایمنی مثبت

اگرچه عوامل متعددی می توانند در شکل دهی یک فرهنگ ایمنی مثبت مؤثر باشند، ولی از نتایج تحقیقات انجام شده چنین برمی آید که مدیریت کلیدی ترین عنصر در مقوله فرهنگ ایمنی به حساب می آید. مرور و بررسی متون و مطالعات مربوط به فرهنگ ایمنی روشن می سازد که برداشت کارکنان از مجموع نگرشها و رفتارهای مدیریت نسبت به ایمنی، تولید، برنامه ریزی و... یکی از مفیدترین عناصر برای سنجش فرهنگ یا جو ایمنی یک سازمان می باشد. همچنین تحقیقات مؤید آن است که سطوح مختلف مدیریتی روندهای ایمنی و بهداشت را از جنبه های مختلفی تحت تاثیر قرار می دهند، مثلاً مدیران با توجه به اهمیتی که برای ایمنی قائل می شوند و سرپرستان بواسطه نوع ارتباطشان با کارگران.

فرهنگ ایمنی رکن اصلی حفاظت از جان و مال

عملکرد سیستمهای ایمنی و بهداشت و به تبع آن شاخصهای مربوطه در نقاط مختلف دنیا با یکدیگر متفاوت است. بنابر نظر دفتر بین المللی کار (I.L.O) امروزه تفاوت معنی دار در بهداشت و ایمنی شغلی در میان کشورهای مختلف تنها وابسته به تکنولوژی (دیدگاه سخت افزاری و نرم افزاری) نیست بلکه مهمترین اصل در پیشرفت یکپارچه اصول ایمنی و بازتاب آن در محیط کار (پیش نیاز اساسی در کاهش وقوع حوادث، آسیب ها و بیماری های شغلی) توجه به جنبه های فرهنگی و اجتماعی (دیدگاه زیست افزاری) است.

گزارشات ناشی از پژوهش ها فرهنگ ایمنی ضعیف را در شرکت ها عامل تعیین کننده حوادث مطرح می نماید. از سویی دیگر تغییر در رفتارها و نگرش های افراد و تمرکز بیشتر آنها بر ایمنی تنها از طریق شکل گیری فرهنگ ایمنی تحقق یافته که شکل گیری این فرهنگ نیز مستلزم درک و شناسایی فرهنگ فعلی سازمان است.

فرهنگ ایمنی: مجموعه ای از باورها، هنجارها، انگیزه ها، نقش ها و عملکردهای اجتماعی و فنی که موجب کاهش رویارویی کارکنان، مدیران، مصرف کنندگان و عموم مردم با شرایط خطرناک و صدمه رسان شود.

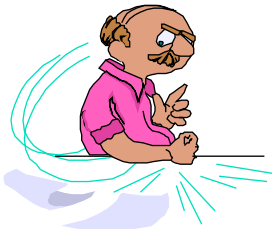
فرهنگ و ادب

از کوره در رفت

این مثل در مورد افرادی به کار می رود که سخت خشمگین شوند و حالتی غیرارادی و دور از عقل و منطق به آنها دست دهد.

آوردن لانه صده ...

کوره آهنگری که در قدیم با زغال سنگ و زغال چوب و در عصر حاضر با برق و نفت و گاز روشن می شود برای جدا کردن آهن از سنگ و گداختن آهن به کار می رود در کوره، آهن را تا آن اندازه حرارت می دهند که به صورت مذاب درآید و از آن مذاب برای ساختن آلات و ابزار زندگی استفاده می کنند. برای گداختن آهن رسم و قاعده بر آن است که درجه حرارت کوره آهنگری را تدریجاً بالا می برند تا آهن سرد به تدریج حرارت بگیرد و گداخته و مذاب گردد.



چه آهن ها بعضاً این خاصیت را دارند که چنانچه غفلتاً در معرض حرارت شدید و چند صد درجه قرار گیرند، سخت گداخته می شوند و با صداهای مهیبی منفجر شده و از کوره در می روند یعنی به خارج پرتاب می شوند.

افراد سریع التاثر و عصبی مزاج اگر در مقابل حوادث غیرمترقبه قرار گیرند آتش خشم و غضبشان چنان زبانه می کشد که مثابه همان آتش گداخته از کوره اعتدال خارج می شوند و اعمالی غیرمنتظره از آنها سر می زند که پس از فروکش کردن و اطفای نائره غضب از کرده پشیمان می شوند و اظهار ندامت کنند.

غرض از تمهید مقدمه بالا این است که چون اعمال غیرطبیعی و غیرارادی ناشی از افراد عصبی مزاج با انفجار و از کوره در رفتن در مورد افراد تندخو و خشمگین که قدرت توانایی کنترل اعصاب را ندارند شبیه است معانی و مفاهیم مجازی پیدا کرده است.

موفقیت

که کریم فردزاری مسئول بهداشت حرفه ای نیروگاه قم بعنوان کارشناس نمونه سال ۹۰ از سوی مرکز بهداشت استان قم انتخاب گردید.



رئیس مرکز بهداشت استان قم با اعطاء لوح، از تلاش و کوشش بی شائبه وی در جهت ارتقاء دانش و فرهنگ سلامت کارگری تقدیر نمود.

که مدیرکل حفظ آثار و نشر ارزش های دفاع مقدس استان قم با اعطاء لوح از تلاش و همت لیلا نوری فرزند همکارمان علی اکبر نوری از کارکنان شرکت بهارستان مطهر در نگارش حماسه های دفاع مقدس، در اولین جشنواره خاطره نویسی دفاع مقدس تقدیر نمود.



گرامیداشت سالگرد ارتحال رهبر کبیر انقلاب حضرت امام خمینی (ره)

شرکت به آنان اعطاء گردید.
شرکت در مراسم ارتحال

مطابق سنوات قبل کاروانی متشکل از ۲۳ نفر از کارکنان شرکت مدیریت تولید برق قم جهت حضور در مراسم سالگرد ارتحال بنیانگذار جمهوری اسلامی ایران به حرم مطهر امام خمینی (ره) اعزام و در مراسم شرکت نمودند.

برپایی ایستگاه صلواتی

به منظور پذیرایی از زائران مرقد حضرت امام خمینی (ره)، ایستگاه صلواتی در مقابل نیروگاه سیکل ترکیبی قم و در مسیر تردد کاروانها دائر گردید و از زائران پذیرایی به عمل آید.

به مناسبت بیست و سومین سالگرد ارتحال ملکوتی رهبر کبیر انقلاب اسلامی ایران حضرت امام خمینی (ره) اقداماتی به شرح زیر در شرکت مدیریت تولید برق قم صورت پذیرفت.

برگزاری مسابقه فرهنگی سیره خط امام (ره)
به منظور آشنایی بیشتر کارکنان با سیره بنیانگذار جمهوری اسلامی ایران حضرت امام خمینی (ره) با تهیه نرم افزار چند رسانه ای خط امام و توزیع آن، «مسابقه فرهنگی خط امام» بین کارکنان نیروگاه قم برگزار شد.
این مسابقه به صورت درون سازمانی برگزار گردید و به تعداد ۷ نفر از کسانی که پاسخ کامل داده بودند هدایایی از سوی

تقدیر رئیس کمیته اجرایی و رئیس کمیته علمی چهارمین کنفرانس نیروگاههای برق کشور

رئیس کمیته اجرایی و رئیس کمیته علمی چهارمین کنفرانس نیروگاههای برق با ارسال لوح سپاس از مهندس سیدحمید شمس نیا مدیرعامل شرکت در زمینه داوری مقالات و همچنین حضور در چهارمین کنفرانس نیروگاههای برق کشور تقدیر نمودند.
در این لوح آمده است حضور ارزشمند و گرمی بخش جنابعالی در چهارمین کنفرانس نیروگاههای برق کشور بر غنا و محتوای کیفی و کمی این کنفرانس افزوده و سبب توفیق و ارتقاء سطح برگزاری آن را فراهم آورده است.

نهمین جشنواره قرآنی کارکنان وزارت نیرو برگزار شد

نهمین جشنواره قرآنی کارکنان وزارت نیرو در مرحله استانی، در رشته های مرحله استانی، در رشته های مفاهیم، قرائت، تحقیق، زبان آموزی و حفظ برگزار شد که نفرات برتر به شرح زیر برگزیده شدند.
خانم مهری همسر مجیدشیری در رشته قرائت نفر اول، خانم گلزار همسر حمید احمدنیا مجرد در رشته قرائت نفر دوم، خانم یزدی زاده همسر سید ماشاء... رئیس کرمی در رشته تحقیق نفر اول، خانم کارگر همسر حسین قربانی در رشته زبان آموزی نفر دوم، خانم سیمرخ همسر حسن عاصی در رشته مفاهیم نفر دوم، خانم

در نیروگاه قم تشکیل شد

دوره آموزشی آشنایی با نحوه بالانس تجهیزات دوار

با توجه به نیاز آشنایی کارکنان با عیب یابی تجهیزات دوار، یک دوره آموزشی آشنایی با نحوه بالانس تجهیزات دوار در محل ساختمان آموزش نیروگاه قم تشکیل گردید. بنابر گزارش واحد آموزش شرکت، این دوره به مدت ۲۴ ساعت و در سه روز توسط مهندس فراز خطیر کارشناس شرکت خدمات مهندسی لیان آریاتش صبا برای تعداد ۱۴ نفر از کارشناسان برگزار گردید.



صلی و علیہ و آلہ
حضرت رسول اکرم

نماز چرخ ناریکی نیاہمت است

پیام تالیف

خبرنامه داخلی شرکت مدیریت تولید برق قم
از انتشارات: دفتر روابط عمومی
تهیه و تنظیم: محمدرضا مددی
هیأت تحریریه:

علیرضا میرزاابوالحسنی، رمضانعلی قاسمی
علی اکبر مہدی پور، علی فہیمی
تلفن: ۰۲۵۱ (۸۷۰۰۹۱۳) - دورنگار: ۰۲۵۱ (۵۴۰۵۶۴۰) (۰۲۱)
وب سایت: www.gccpp.ir
پست الکترونیکی: Email: prgccpp@gmail.com

قدردانی از تلاش همکاران

بنابر گزارش واحد تعمیرات نیروگاه قم، پس از اعلام خرابی یکی از گیربکس های ACC مدول ۱۰ در ساعت ۱۸ روز دهم خرداد، با حضور کارکنان تعمیرات مکانیک (علی فہیمی، سعید درامی، سیدمجتبی یاسینی، مسعود یوسفی، عباسعلی غلامیان و محمد تقی وفادار) و کارکنان تعمیرات الکتریک (علی فراہانی و محمد پورعلی) علیرغم شرایط کاری بسیار سخت و گرمای شدید، الکتروموتور و گیربکس را پس از تلاش مستمر تا ساعت ۳ بامداد روز بعد باز نموده و پس از انتقال گیربکس معیوب به کارگاه، در فاصله زمانی بسیار کم فعالیت تعمیراتی لازم را انجام دادند.

متعاقباً پس از انجام تعمیرات مورد نیاز، گیربکس مذکور در ۱۴ خرداد با تلاش کارکنان تعمیرات مکانیک (سیدعبدالرضا عبادی، سعید درامی، مسعود یوسفی و عباسعلی غلامیان) و کارکنان تعمیرات الکتریک (علی فراہانی، علی دولتی و غلامعلی افشار) در محل خود نصب و راه اندازی گردید.

لازم به ذکر است کنندانسور هوایی واحدهای بخار نیروگاه قم دارای ۱۸ فن و گیربکس است که در فصول گرم سال خرابی هر فن، سبب افت خلاء و کاهش مگاوات تولیدی واحدها می شود.

بدینوسیله از تلاش بی شائبه همکاران یاد شده تشکر و قدردانی به عمل می آید.

در هر دو دسته افراد با توان بدنی بالا و با توان بدنی معمولی:
اگر تشخیص دادید که کمکی به شما نخواهد رسید و باید با توان خود به طرف ساحل برگردید، همراه با امواج خود را به ساحل برسانید هنگامی که امواج بزرگ به سمت شما می آید، چند ثانیه نفس بگیریید و حدود یک متر زیر آب بروید تا از ضربه موج درمان بمانید توجه داشته باشید که ممکن است دوباره درون جریان شکافنده دیگری گرفتار شوید در این هنگام نیز شک نکرده و اجباراً همراه آن به سوی دریا برگردید، ولی مجدداً بر طبق اصول پیش گفته به سمت ساحل بازگشت کنید

چند توصیه مهم

در بستر آب سواحل دریای خزر (بویژه از آستارا تا نکا) پشته های ماسه ای وجود دارد که با ایستادن بر روی آنها چنین تصور می شود که در ناحیه کم عمقی حضور داریم ولی با فقط اندکی جابه جایی، عمق آب شدیداً افزایش می یابد؛ ضمناً پشته های ماسه ای ناپایدار بوده و گاهی زیر پای فرد فروریخته و او را در عمق زیاد آب گرفتار می کند بالا آمدن آب دریای خزر در چند سال اخیر موجب شده که بسیاری از ساختمانها و تأسیسات ساحلی، و چاه های آب و فاضلاب آنها، در زیر آب ساحل مدفون شوند در سواحلی که پاکسازی صورت نگرفته، شناگر در هنگام شیرجه ممکن است با اشیاء چوبی و فلزی و سنگی به جای مانده از این ساختمانها برخورد کند ضمناً چاه های آب و فاضلاب می توانند شناگران را به داخل خود بکشند لذا اگر قصد شنا دارید؛ در مناطق پاکسازی شده و در حضور نجات غریق به این امر اقدام کنید

کریم فردزادعی

ب- یا اینکه برای خروج از جریان شکافنده، موازی با ساحل در عمق آب شنا کنید در اعماق زیرین آب، جریان شکافنده قدرت کمتری دارد لذا می توان به این طریق از مسیر جریان فرار کرده، آنگاه از آب عمیق به آرامی و به صورت مورب به سطح بازگشت و به صورت مورب به ساحل برگشت دقت کنید که این روش نیازمند توانایی حبس نسبتاً طولانی تنفس می باشد ۲- اگر توان بدنی معمولی دارید:

هم جهت با جریان به سمت دریا حرکت کنید معمولاً جریان پس از طی چندین متر تا چند ده متر، قدرت خود را از دست



می دهد در اینجایی می توانید به صورت موازی با ساحل از جریان فرار کرده و پس از طی چندین متر و دور شدن از جریان، ابتدا نفس بگیریید، سپس تقاضای کمک کنید و بعد به صورت مورب به سمت ساحل برگردید لازم به ذکر است که معمولاً دریا در خارج ناحیه شکست امواج آرام تر است ناحیه شکست امواج، ناحیه ای است که موج در آنجا فروریخته و به رنگ کف سفید دیده می شود، و این ناحیه برای شنا کردن مناسب نیست بنابراین شناگری که بتواند خود را در دریا خارج ناحیه شکست امواج روی سطح آب نگاه دارد، از جریان شکافنده در امان خواهد بود (البته به طور کلی فاصله گرفتن زیاد از ساحل برای بیشتر شناگران به هیچ وجه قابل توصیه نیست).

ادامه از شماره قبل خطر شنا در دریا

علائم جریان شکافنده
تشخیص زمان تشکیل جریان شکافنده برای افراد عادی دشوار است. مواقعی که دریا امواج است، احتمال تشکیل جریان های شکافنده بسیار زیاد است توجه داشته باشید که جریانهای شکافنده در تمام دریاها، دریاچهها و اقیانوس های می تواند رخ دهد برخی نشانه های قابل رؤیت جریان های شکافنده عبارتند از:

- آب در محل جریان شکافنده آرام و بدون موج است
- رنگ آب در محل جریان شکافنده با بقیه نقاط تفاوت دارد (تصویر روبرو).
- خطی از آب کف آلود، خزه یا زباله در محل جریان شکافنده به سمت دریا حرکت می کنند
- امواجی که به سمت ساحل می آیند، در محل جریان شکافنده دچار شکست می شوند

روش فرار از جریان شکافنده:

چنانچه درون یک جریان شکافنده گرفتار شدید، نخست آرامش خود را حفظ کنید دوم اینکه هرگز، هرگز و هرگز بر خلاف جریان شکافنده و به سمت ساحل شنا نکنید این اقدام مرگبار منجر به خسته شدن کامل شناگر شده و شناگر از رمق افتاده به راحتی غرق خواهد شد در عوض خود را بر روی آب نگاه دارید؛ اکنون دو گزینه پیش روی شماست:

- ۱- اگر توان بدنی بالایی برای شنا دارید:
- الف- به صورت موازی با ساحل حرکت کرده و از مسیر جریان کاملاً خارج شوید و سپس به صورت مورب به سمت ساحل برگردید

تبریک و تهنیت

«گرد مرم دویدها، صفا و مروه دیدهام
هیچ کجا برای من، کرب و بلا نمی شود»

همکاران گرامی آقایان:

سیدحمید شمس نیا - علی اکبر نوری دهقانی
منصور مهر آرا - ابوالفضل نادری - محمد پور علی
بازگشت شما از سفر معنوی نجف اشرف و کربلا معلی را فیروز مقدم می گوئیم.
(روابط عمومی)

ایمنی



تبریک و تهنیت

هچتان مشهور
سجی تان مشهور

همکاران گرامی آقایان:

حسن شکیبا - ابوالفضل شریفزاده
زیارت مرم امن الهی و قبور ائمه بقیع مقبول حق باشد.
«مقدمتان گلباران»
(روابط عمومی)