



ثبت رکورد جدید در تولید تیرماه

سام تولد

۱۵ رمضان
سالروز ولادت با سعادت
امام حسن مجتبی (ع)
مبارکباد

سال یازدهم / شماره ۱۲۰ / تیرماه ۹۱

شرکت مدیریت تولید برق قم

ماهنامه داخلی

دبیر ستاد اقامه نماز بنیاد مستضعفان در بازدید از نیروگاه قم

ارتقاء دانش فرزندان کارکنان سرمایه گذاری برای آینده سازان میهن اسلامی است



در این شماره منخوانید

بهداشت مرفه‌ای

فعالیت‌های سافت دافل



فرهنگ و ادب

انتصاب

موفقیت



مهارت‌های کنترل‌کنندگانه

تلاش همکاران



دبیر ستاد اقامه نماز بنیاد مستضعفان در بازدید از نیروگاه قم طی نشستی با حضور اعضای شورای فرهنگی نیروگاه قم گفت: ارتقاء دانش فرزندان کارکنان و خانواده آنان سرمایه‌گذاری برای آینده‌سازان میهن اسلامی است. ادامه در صفحه ۲

با افزایش تولید بیش از ۵ میلیون کیلووات ساعت ثبت رکورد جدید در تولید ماههای تیر

نیروگاه سیکل ترکیبی قم با تولید بیش از ۴۱۵ میلیون کیلووات ساعت انرژی خالص در تیرماه موفق به ثبت رکوردی جدید در تولید ماههای تیر گردید.

بیشترین میزان تولید انرژی در ماه‌های تیر به میزان ۴۰۹ میلیون کیلووات ساعت به سال ۸۹ اختصاص داشته است که با افزایش تولید بیش از پنج میلیون کیلووات ساعت در تیرماه سالجاری رکورد جدیدی در تولید نیروگاه قم به ثبت رسید.

تودیع و معارفه فرمانده بسیج کارمندی

صفحه ۲

دوره‌های آموزشی برگزار شده در تیرماه

در تیرماه سالجاری دوره‌های آموزشی آشنایی با علل بروز پدیده تخریب در بویلرها، آشنایی با مفاهیم و الزامات IMS، اثرات صدا و نحوه پیشگیری آن و استفاده از سیستم کارت ساعت لمسی در محل نیروگاه برگزار گردید. ادامه در صفحه ۳

ماه میهمانی خدا

آمد رمضان و عید با ماست قفل آمد و آن کلید با ماست بر بست دهان و دیده‌بگشاد وان نور که دیده دید با ماست مبارک باد حلول ماهی که پیامبر گرامی اسلام و ائمه اطهار آن را مهم و بی‌رقیب می‌دانند. ماه ترکیه و تهذیب نفس، ماه ورع و پارسایی، ماه کیمیاگر! رمضان ماه نزول قرآن، بهار قرآن، ماه بخشش و عضو بندگان، ماه امت اسلامی با رویدادهای شاد چون، ولادت اولین جوان اهل بهشت!.. غمگین، وفات خدیجه کبری؛... تلخ و اسفناک چون؛ شهادت مولود کعبه!... و علی(ع) تالیه زهر آگین پولاد را در پرده‌های مغزش حس می‌کند، احساس می‌کند که بار سنگین آن امامتی که آسمان و زمین و کوهها را می‌شکست، از دوشش افتاد، آزاد شد! از شوق گویی مژده‌ای را فریاد می‌کشد:

«فوت و رب‌الکعبه!»

به خداوند کعبه، رها شدم!

آن هم در چه شبی! یکی از لیالی قدر، شبی که روا شود همه حاجات خلق! این شب چنانست کاش صبحش ندمد! شبی نامیده قرآن که خالق، آن را برتر از هزار ماه دانسته! شب قدر!

در شب قدر، همه امورات عالم اندازه گیری می‌شود به تصویب حجت خدا در هر زمان می‌رسد. دقیقاً معلوم نیست شب قدر کدام شب است؛ گروهی آن را در طول سال محتمل می‌دانند و گروهی در ماه رمضان، گروهی یکی از ۱۲ شب آخر این ماه و گروهی یکی از شب‌های بیست و یکم، بیست و سوم و نوزدهم ماه رمضان را شب قدر می‌دانند. شیعیان نیز عموماً شب بیست و سوم را شب قدر می‌دانند. این شب دارای اعمال فراوانی است که در کتب دعایی مذکور است. خوابیدن در شب قدر مذموم و شب‌زنده‌داری در آن مستحب است.

به این امید که شب قدر را قدر بدانیم!

التماس دعا

با مصرف صحیح و به موقع انرژی همه با هم فرهنگ مصرف‌پهینه انرژی را نهادینه نماییم

دبیر ستاد اقامه نماز بنیاد مستضعفان در بازدید از نیروگاه قم ارتقاء دانش فرزندان کارکنان سرمایه‌گذاری برای آینده سازان میهن اسلامی است

ادامه از صفحه یک

وجدانی برگزاری مسابقات مختلف فرهنگی بین فرزندان کارکنان را با تدابیر تشویقی مورد تأکید قرار دادند. وی حمایت و پیگیری مدیریت ارشد سازمان را در تحقق و انجام موفقیت‌آمیز برنامه‌ها ضروری دانسته و بدین منظور خودارزیابی عملکرد را توصیه نمودند.

دبیر ستاد اقامه نماز بنیاد مستضعفان، شورای فرهنگی نیروگاه قم را با حضور نیروهای مؤثر در زمینه اقامه نماز خوب و کارآمد توصیف و بر بهبود مستمر فعالیت‌های شورا در این خصوص تأکید نمودند.

تودیع و معارفه فرمانده بسیج کارمندی استان قم

طی مراسمی با حضور مدیرعامل، معاون اداری و مالی و فرمانده پایگاه مقاومت بسیج نیروگاه قم تودیع سرهنگ مرتضی فرمانده سابق سازمان بسیج کارمندی و معارفه فرمانده جدید، سرهنگ بوالحسنی تودیع شد.

در این مراسم با اهدا لوح از سوی مدیرعامل شرکت از زحمات سرهنگ مرتضی در طول مدت فرماندهی بسیج کارمندی تقدیر به عمل آمد.



علی اکبر مهدی پور

بهداشت حرفه‌ای

استرس شغلی

تعریف استرس

استرس، فرسودگی بدنی یا عاطفی است که بر اثر مسائل و مشکلات واقعی یا ذهنی پدید می‌آید. در تعریف دیگر، استرس به مجموعه واکنش‌های عمومی انسان نسبت به عوامل ناسازگار و پیش‌بینی نشده داخلی و خارجی اطلاق می‌گردد. بدین‌گونه که هرگاه تعادل داخلی یا خارجی از میان برود، استرس پدید می‌آید.

دکتر هانس (Hans Selve) یکی از پیشگامان پژوهش در زمینه استرس، استرس را به عنوان پاسخ نامشخص بدن به هرگونه تقاضا نامیده است. وی مفهوم حالت سازگاری عمومی را ابداع کرد. حالت سازگاری عمومی پاسخ خود به خودی به هرگونه تهدید بدنی یا احساسی نسبت به سلامت یک ارگانیسم است.



استرس، تجربه‌ای است همگانی و عمومی که هر کس به کرات آن را در زندگی خود احساس کرده است، برخلاف تصور، استرس همیشه شامل حوادث ناخوشایند نیست بلکه می‌تواند محصول موفقیت‌های خوشایند و مطلوبی نیز باشد که سازگاری مجددی را در فرد مطالبه می‌کند.

به عبارت دیگر شاید نکته اصلی در موقعیت‌های تنش‌زا نیاز به انطباق و سازگاری مجددی است که برای فرد ضرورت پیدا می‌کند.

چگونگی عملکرد استرس

استرس با توالی اتفاقات خاصی عمل می‌کند. این توالی را اصطلاحاً نشانگر سازگاری کلی می‌نامند و آن را در سه گام مشخص تعریف می‌نمایند:

۱- **واکنش اخطار:** با آغاز استرس، واکنش اخطار به همراه آن خواهد آمد.

این واکنش معمولاً پاسخی فیزیولوژیکی است که تعداد زیادی از فعل و انفعالات سیستم‌های بدنی را به کار می‌اندازد به این ترتیب که هورمونی توسط غده فوق کلیوی ترشح گردیده و وارد جریان خون می‌شود که نتیجه آن ازدیاد ضربان قلب، ضعیف شدن تنفس، جاری شدن خون از پوست و احشاء به ماهیچه‌ها و مغز (که در نتیجه باعث سرد شدن دست و پاها می‌گردد) و توزیع مواد غذایی مورد نیاز به قسمت‌هایی از بدن و ماهیچه‌ها از جمله این تغییرات می‌باشد.

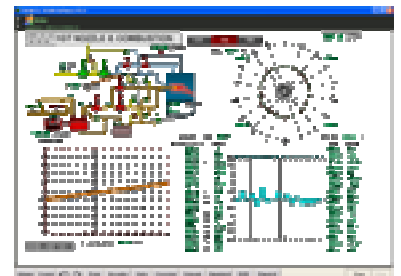
۲- **گام مقاومت:** در صورت پایداری عامل فشار، گام مقاومت آغاز می‌شود و در حالی که به نظر می‌رسد همه چیز به حالت عادی بازگشته است اما بدن امکانات خود را بسیج نموده تا با عامل فشار مبارزه کند.

۳- **گام فرسودگی:** در صورتی که منابع و ذخایر انرژی روانی و جسمی برای مدت طولانی با عامل فشار درگیر شوند کم‌کم به پایان رسیده و مرحله سوم نشانگر تطابق عمومی یعنی فرسودگی به پایان می‌رسد و بار دیگر نشانه‌های مرحله واکنش اخطار ظاهر شده و بدن به علت کارکرد بد اعضایش تا حد زیادی در مقابل امراض آسیب‌پذیر می‌شود. در این مرحله فروپاشی روانی صورت می‌گیرد..... ادامه دارد

دکتر مهدی شریعتمداری

فعالیت‌های ساخت داخل

ساخت و اجرای نرم‌افزار مانیتورینگ (اسکادا) پیشرفته



استفاده از نرم افزارهای واسط انسان-ماشین و اسکادا در فرایندهای تولید و توزیع دو هدف اصلی را دنبال می‌کند:

۱. ایجاد ارتباط ساده و موثر بین تجهیزات، فرایند و اپراتور جهت بالابردن کارایی اپراتور و تسریع عکس‌العمل در شرایط مختلف.

۲. ایجاد یک لایه ارتباطی بین فرایند تولید و سطوح مختلف مدیریت واحد تولیدی، برای نظارت بیشتر و شناسایی عوامل موثر در کارایی فرایند.

در حال حاضر نرم افزارهای موجود با قابلیت بالا و رایج در صنعت می‌توان به نرم افزار SITEC آمریکا، CIMON کره و... اشاره نمود. خوشبختانه با تلاش شرکت‌های داخلی نمونه‌ای موفق با قابلیت‌های بسیار بالا در طراحی، پیاده‌سازی، راه‌اندازی و نگهداری سیستم‌های کنترلی و مانیتورینگ ساخته شده

رمضانلی قاسمی

که هم اکنون در واحدهای گاز و شیمی‌نیروگاه‌قم استفاده می‌شوند.

ویژگیهای این نرم‌افزار عبارتند از:

- محیط گرافیکی قدرتمند دو بعدی با کلبه ابزارها و رنگ‌های لازم.
- دینامیک‌های متنوع، حرکت، دوران، تغییر رنگ و اندازه و سایر افکتهای تصویری برای اشکال مختلف.
- کتابخانه سمبل‌ها و اشکال از پیش تعریف شده برای تجهیزات صنایع مختلف.

- ارتباط نرم‌افزار با محیط بیرون از طریق سرورهای OPC (تجهیزات، کنترل‌گرها و سایر نرم افزارها).

- ارتباط نرم‌افزار با پایگاه داده‌های مختلف.
- مدیریت آلارم‌ها و نمایش نمودار داده‌ها.
- ذخیره آلارم‌ها، وقایع و اطلاعات نمودارها در آرشیو سیستم.
- گزارشگیری بسیار انعطاف‌پذیر با امکان خواندن داده‌های ذخیره شده (در پایگاه داده یا فایل) در محیط Excel.

- بهره‌گیری از سطوح امنیتی مختلف برای بالابردن امنیت داده‌ها و سیستم.

- حمایت از افزونگی در سطوح مختلف.
- امکان طراحی صفحات گرافیکی.

قابلیت اطمینان، قیمت مناسب، سادگی استفاده و مقیاس‌پذیری بالا در پروژه‌های کوچک و بزرگ با تعداد نامحدود ماژول از مهمترین ویژگی‌های این نرم‌افزار می‌باشد.

فرهنگ و ادب

کلاس‌های آموزشی برگزار شده در تیرماه

آشنایی با علل بروز

پدیده تخریب در بویلرها

با توجه به لزوم تعیین عمر باقیمانده بویلرهای با طول عمر بهره‌برداری بیش از ۱۵ سال و ضرورت پایش وضعیت و برنامه ریزی جهت انجام اقدامات اصلاحی و پیشگیرانه در برنامه تعمیرات دوره‌ای آن‌ها با هدف جلوگیری از توقف تولید واحدها و اطمینان از وجود شرایط تولید پایدار، یک دوره آموزشی آشنایی با علل بروز پدیده تخریب در بویلرها در محل نیروگاه قم برگزار گردید.

این دوره به مدت یک روز توسط دکتر سیدابراهیم موسوی دانشیار دانشگاه صنعت آب و برق (دانشگاه شهیدعباسپور) در سطح کارشناسی برگزار گردید.

آشنایی با مفاهیم و الزامات IMS

به منظور آشنایی کارکنان جدید الاستخدام و بازآموزی دیگر کارکنان، دوره‌های آموزشی آشنایی با مفاهیم و

الزامات IMS، شناسایی و ارزیابی پیامدهای زیست محیطی و ریسکهای ایمنی، دوره مستندسازی IMS و دوره ممیزی داخلی IMS به مدت ۴۸ ساعت برای کارشناسان و تکسین‌ها برگزار گردید.

سیستم کارت ساعت لمسی

با توجه به نصب سیستم جدید حضور و غیاب و نیاز آشنایی کارکنان با نرم افزار جدید حضور غیاب، یک دوره آموزشی به مدت ۸ ساعت توسط کارشناس شرکت بگاه آفتاب مجری طرح سیستم یکپارچه اتوماسیون اداری و فنی نیروگاه قم برای کلیه کارکنان برگزار گردید.

اثرات صدا و نحوه پیشگیری آن

به منظور آگاه سازی کارکنان در رابطه با اثرات صدا و نحوه پیشگیری از افت شنوایی، یک دوره آموزشی توسط کریم فردزاری کارشناس مسئول بهداشت حرفه‌ای نیروگاه به مدت ۲ ساعت برگزار گردید.

انتصاب

کمیته طی احکامی جداگانه از سوی مهندس سیدحمید شمس‌نیا مدیرعامل شرکت مدیریت تولید برق قم، مهندس علی معاریان و مهندس علی گل‌آبادی به عنوان اعضای جدید کمیته روغن منصوب شدند.

موفقیت فرزندان همکاران

رتبه اول مسابقات مطالعه و تحقیق

که زینب بیات فرزند همکار غلامرضا بیات موفق به کسب رتبه اول در نهمین دوره مسابقات مطالعه



و تحقیق طرح شاهد ایشارگران با موضوع «شاداب سازی مدارس با تکیه بر فرهنگ اسلامی» گردید. به همین منظور امین جعفری مدیرکل آموزش و پرورش استان قم با اعطاء لوح از زحمات و تلاش صادقانه ایشان تقدیر و تشکر و نمود.

قبولی در آزمونهای نمونه دولتی و تیزهوشان

که دنیا و منا



حدادکلشتری فرزندان همکار یوسف حدادکلشتری به ترتیب موفق به قبولی در آزمون‌های استعدادهای درخشان فرزندان در مقطع راهنمایی و نمونه دولتی فرهنگ در مقطع دبیرستان گردیدند.

قهرمانی در مسابقات کاراته استان قم

که امیرحسین جوادی



فرزند همکار علی جوادی موفق به کسب مقام اول در مسابقات کاراته قهرمانی استان رده سنی نوجوانان به مناسبت اعیاد شعبانیه در قسمت کومیته وزن ۵۵+ گردید.

این موفقیت را به خانواده‌های بیات، مدادکلشتری و جوادی تبریک می‌گوییم.

نخ را باید کوتاه گرفت

این مثل را در موردی به کار می‌برند که بخواهند به کسی بگویند از حاشیه‌های کار کم کند و بر سرعت عمل بیفراید.

آوردن دوخت

خیاطی در شهری زندگی می‌کرد و برای مردم آن شهر لباس می‌دوخت.

خیاط شاگرد زرنگی داشت که سالها با هم کار می‌کردند. شاگرد

خیاط بسیار با سلیقه بود و

مانند استادش لباسهای

خوبی می‌دوخت اما از نظر

سرعت عمل به پای استاد

نمی‌رسید. استاد در عرض

یک هفته لباس یک نفر را

می‌دوخت اما شاگرد برای دوختن همان لباس مجبور بود دو هفته

وقت بگذارد.

شاگرد خیاط خیلی سعی کرد راز سرعت کار استاد را بفهمد، اما

هرچه دقت کرد چیزی نفهمید. یک روز شاگرد از استاد پرسید: «را

کار من راضی هستی؟» استاد گفت: «بله، لباسهای خوبی

می‌دوزی.» شاگرد گفت: ولی نمی‌دانم چرا سرعت کارم به اندازه

شما نیست. لباسی را که من در دو هفته می‌دوزم، شما در یک هفته

تمام می‌کنی. خیلی دوست دارم بدانم ایراد کارم کجاست.

استاد گفت: من در کارم رازی دارم که حالا به تو نمی‌گویم چون

هنوز به تو اطمینان کافی ندارم. می‌ترسم راز کارم را به تو بگویم و

تو دکانی روبروی دکان من باز کنی.

شاگرد گفت: پس کی این راز را به من می‌گویی؟

استاد گفت: بعدها هر وقت احساس کردم که می‌توانم به تو

اطمینان کنم.

سالها گذشت. شاگرد همچنان منتظر بود که استاد، راز کارش را

نزد او فاش کند. تا اینکه یک روز استاد مریض شد. پزشکان گفتند

که خیاط خیلی پیر شده و روزهای آخر عمرش را می‌گذراند. استاد،

شاگرد را نزد خود خواست و گفت: حالا که عمر من به پایان رسیده

است می‌خواهم راز سرعت کارم را به تو بگویم.

استاد گفت: تو نخ دوخت و دوزت را بلند می‌گیری و مجبوری

که بارها نخ بلند را از میان پارچه‌ای که می‌دوزی عبور بدهی. اگر

نخ را کوتاه بگیری، زمان بسیار کمتری تلف می‌شود.



حضرت رسول اکرم
-صلی... وعلیه و آله-

روز کارکنان در راه جهاد است

پیام تولد

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، علی فهیمی
تلفن: ۰۹۱۳ ۸۷۰۰۹۱۳ (۰۲۵۱) - دورنگار: ۵۴۰۵۶۴۰ (۰۲۱)
وب سایت: www.gccpp.ir
پست الکترونیکی: Email: prgccpp@gmail.com

قدردانی از تلاش همکاران

نصب سیستم اعلام حریق نمازخانه

با توجه به وجود مواد مستعد حریق در ساختمان نمازخانه نیروگاه و نداشتن سیستم اعلام حریق؛ براساس پیشنهاد مهندس علی اکبر مهدی پور به دبیرخانه نظام پیشنهادها؛ نمازخانه، اتاق های مجاور و غرفه تعاونی مصرف کارکنان به سیستم دکتورهای دودی و اعلام حریق با مکانیزم تلفنی مجهز شد.

فعالیت های اجرایی این طرح از طریق برون سپاری توسط پیمانکار و با نظارت گروه الکتریک معاونت مهندسی و برنامه ریزی مهندس سیدشهرام برقی انجام شد.

بعد از اعلام پیمانکار، مبنی بر اتمام عملیات تجهیز ساختمان نمازخانه و تعاونی مصرف به سیستم اعلام حریق با هماهنگی کارکنان واحد ایمنی، تست های لازم و ضروری جهت تحویل گیری (دکتورها، شاسی های اعلام حریق محلی، پانل کنترل و سیستم تلفن گویا) سیستم اعلام حریق انجام شد و برخی از اشکالات جزئی مشاهده شده و به پیمانکار اعلام گردید. که پس از رفع معایب، این سیستم از تاریخ ۲۰ اردیبهشت به صورت آزمایشی با حضور و اطلاع کارکنان ایمنی و آتش نشانی در مدار قرار دارد.

بدینوسیله از تلاش همکاران یاد شده تقدیر و تشکر می گردد.

گاهی اوقات شما نیز جلوی یک راننده دیگر درمی آیید... بعضی مواقع این مسئله تصادفی است. آیا نسبت به خود نیز عصبانی می شوید؟

نکته چهارم: از خود بپرسید: «آیا طرف مقابل این کار را به طور عمدی نسبت به من انجام داده است؟» در بسیاری از مواقع متوجه خواهید شد که این مسئله فقط در اثر بی دقتی و تعجیل رخ داده و کسی نمی خواسته شما را ناراحت کرده و بیازارد.

نکته پنجم: سعی کنید قبل از گفتن هر کلامی تا عدد ۱۰ بشمارید. انجام این کار رابطه مستقیمی با عصبانیت ندارد ولی می تواند صدمات ناشی از عصبانیت را به حداقل برساند.

نکته ششم: شمارش تا ۱۰ را با روش های جدید و بهتر انجام دهید مثلا این کار را با یک تنفس عمیق بین هر شماره عملی سازید. تنفس عمیق - از دیافراگم - به افراد کمک می کند تا احساس راحتی کنند.

نکته هفتم: می توانید سرعت شمارش اعداد را کندتر سازید. مثل شمارش شیوه قدیمی، یک کشتی بخار، دو کشتی بخار و... شاید شمارش کشتی بخار زیاد خوشایند نباشد، به جای آن می توانید بشمارید: یک شکلات، دو شکلات و... یا هر چیز دیگری که برای شما خوشایند و خنده دار باشد.

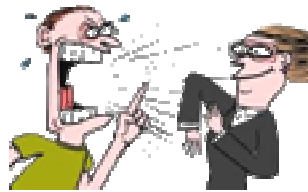
نکته هشتم: تجربه ای آرامش بخش را تجسم نمایید. چشمانتان را ببندید و در ذهن خود سفر کنید. این کار را در مکان های امیدبخش و به دور از استرس انجام دهید.

نیاز برای مدیریت و کنترل آن با سوختن مهارتها و راهکارهای لازم آگاهی یافته اند. برای برخی از افراد مدیریت و کنترل عصبانیت آسان و راحت است.

مهارتهای کنترل عصبانیت را در خود رشد و توسعه دهید.

افراد که کنترل عصبانیت در آنها سخت و دشوار است نیاز به برنامه ای برای کنترل عصبانیت دارند. نکات زیر، مسائل مهمی می باشند که به شما در کنترل عصبانیت کمک می کند.

این نکات را به خاطر سپرده و به کار بندید.



نکته اول: این سوال را از خود بپرسید: «آیا این موضوع ۱۰ سال دیگر هم برایم مهم است؟» به این وسیله می توانید مسئله را از دیدگاهی آرامتر بنگرید.

نکته دوم: از خود بپرسید: «بدترین نتیجه مورد عصبانیت من چیست؟» اگر کسی در پای صندوق فروشگاه از شما سبقت گرفت، سبزی کردن سه دقیقه بیشتر، مسئله ای آنچنان مهم نمی باشد.

نکته سوم: تصور کنید که خود شما نیز همان کار (کاری که موجب عصبانیتان شده است) را انجام می دهید. با خود رو راست باشید. قبول کنید که

مهارتهای کنترل عصبانیت

مهارتهای کنترل عصبانیت را بیاموزید تا استرس را در خود کاهش دهید.

یکی از بزرگترین موانع در راه تحقق موفقیت شخصی و شغلی عصبانیت می باشد...

وقتی نمی توانیم عصبانیت خود را کنترل نماییم از چند جهت دچار آسیب می گردیم:

عصبانیت توانایی ما را برای خوشحالی از بین می برد زیرا عصبانیت و خوشحالی در تضاد با یکدیگر هستند.

عصبانیت موجب خارج شدن روابط خانوادگی و دیگر روابط از مسیر صحیح شان می گردد.

عصبانیت موجب کاهش مهارتهای اجتماعی، سازش و مصالحه شده و دیگر روابط را نیز در معرض خطر قرار می دهد.

عصبانیت به معنای از دست دادن کار است، زیرا روابط را نابود می کند.

همچنین عصبانیت به معنای شکست در کاری است که در صورت عدم عصبانیت و داشتن خلقی نرم تر می توان موفقیتی در پی داشت.

عصبانیت منجر به افزایش فشار و استرس می گردد (و این رابطه دو طرفه است، عصبانیت منجر به افزایش استرس و استرس موجب عصبانیت بیشتر است)

در هنگام عصبانی بودن ما دچار اشتباهات بسیاری می گردیم، زیرا پردازش اطلاعات در آن هنگام برای ما مشکل می باشد.

اکنون افراد از خطرات عصبانیت و

تبریک و تهنیت

«گرد مره دویدها، صفا و مره دیدها»
هیچ کجا برای من، کرب و بلا نمی شود»

همکار گرامی
آقای عزیزا.. صابری نژاد

بازگشت شما از سفر معنوی نجف اشرف و کربلای معلی را فیر مقدمه می گوئیم.

(روابط عمومی)

ایمنی



تبریک و تهنیت

حجتان و شیوخان سخی تان ششگور

همکاران گرامی آقایان

سید عبدالرضا عبادی و هادی جعفری

زیارت مره امن الهی و قبور ائمه بقیع مقبول حق باشد.

«مقدمتان گلباران»

(روابط عمومی)