



در اسفندماه انجام شد

تولید بیش از ۳۱۸ میلیون کیلووات ساعت برق در نیروگاه قم

نیروگاه قم در اسفندماه سال جاری بیش از ۳۱۸ میلیون کیلووات ساعت انرژی برق تولید نمود.

از این میزان تولید انرژی بیش از ۳۱۲ میلیون کیلووات ساعت آن، انرژی خالص بوده و به شبکه سراسری برق تحویل گردید.

خاطر نشان می گردد واحد چهار گازی به دلیل تعمیرات اساسی از مدار تولید خارج گردیده بود.

در این شماره مس خوانید



فرهنگ ایمنی



انتصاب



فرهنگ و ادب



موفقیت فرزند همکار



مسابقه ورزشی



تکنیکهایی برای ایجاد آرامش



Crossword Puzzle

انجام آزمایشات کنترل سلامتی و معاینات ادواری کارکنان

صفحه ۲

برگزاری جلسات کمیته های اجرایی و عالی نظام پیشنهادها

صفحه ۳

عملیات انبارگردانی انبار نیروگاه قم انجام شد

صفحه ۳

بازنشتگی دو تن از همکاران پس از سه دهه خدمت در صنعت برق کشور

صفحه ۳



حفاظت از محیط زیست وظیفه همگان است

پیام نوروزی سرپرست شرکت

یا مقلب القلوب والابصار
یا مدبر الیل والنهار
یا محول الحول والاحوال
حول حالنا الی احسن الحال

حلول سال نو و بهار پرطراوت را خدمت همکاران ارجمند تبریک و تهنیت عرض نموده و سالی سرشار از برکت و معنویت برای یکایک شما عزیزان و خانواده های محترمتان از درگاه خداوند متعال مسئلت دارم.

امیدوارم در سال جدید، در راستای رسیدن به اهداف سازمانی با ویژگیهای:

- * افزایش میزان آمادگی واحدها.
- * افزایش مشارکت در کنترل فرکانس و مگاوار مورد نیاز شبکه.

- * افزایش درصد آمادگی نسبت به سقف تعهدات قراردادی سالیانه فروش انرژی.
- * افزایش متوسط راندمان.
- * کاهش نرخ خروج اضطراری.
- * کاهش درصد مصرف داخلی نسبت به تولید ناخالص.

- * کاهش نرخ حوادث ناشی از کار.
- * آمادگی بالا در شرایط پیک تابستان.
- * اقدامات پیشگیرانه در تعمیرات و جلوگیری از هرگونه محدودیت و تریپ واحد قبل از رخداد.
- * کسب رتبه ممتاز در ارزیابی نیروگاهها گامی مثبت در راستای تحقق اهداف مقدس نظام جمهوری اسلامی ایران برداشته باشیم و این امر در سایه همدلی و همکاری و همت والای کلیه همکاران گرامی میسر خواهد بود.

امید است سال نو، سال مهربانی، دوستی و همدلی باشد و در محیطی آرام، با همت و تلاش شما همکاران عزیز بتوانیم در حصول رضایتمندی همگانی و رسیدن به قله رفیع تعالی سازمانی و «بهترین بودن» گامهایی بلندتر برداریم. انشاءا...

در پایان ضمن آرزوی سلامتی و بهروزی، سالی سرشار از موفقیت و کامیابی برای شما عزیزان و خانواده های محترمتان از درگاه خداوند متعال خواستارم و امیدوارم در سال جدید نیروگاه قم به کسب افتخارات بیشتر در صنعت برق کشور نائل گردد.

ساقیا آمدن عید مبارک بادت
وان مواعید که کردی نرود از یادت
شادی مجلسیان در قدم و مقدم توست
جای غم باد هر آن دل که نخواهد شادت

سید حمید شمس نیا

انجام آزمایشات کنترل سلامتی و معاینات ادواری کارکنان



مهندس علی اکبر مهدی پور

فرهنگ ایمنی

روند صنعتی شدن جوامع بشری و رشد روزافزون و سریع فناوریهای مختلف در جهان و ابداع و ارائه روشهای جدید در صنایع و وقوع اختراعات و اکتشافات علمی و فنی باعث گردید انسان امروزی در معرض تهدید و فشار آن چیزهایی قرار بگیرد که خود به دست خود ساخته و ایجاد کرده است.

در این شرایط نیاز صیانت از سلامتی نیروی کار و سایر دارائی‌های با ارزش او در مقابل خطرات محیط بیش از پیش احساس می‌شود.

تجربه نشان داده است که ایجاد یک فرهنگ قوی ایمنی شغلی و بهداشتی برای کلیه سطوح کاری در جامعه مانند کارگران، کارفرمایان و همچنین دولت‌ها به یک اندازه مفید و ضروری می‌باشد. اعمال روشهای پیشگیری در زمینه بهداشت شغلی و ایمنی تاثیر بسزائی در جلوگیری از بروز حوادث شغلی و بیماری‌های ناشی از کار را به ثبوت رسانده است.

یکی از روش‌های قطعی در کاهش حوادث شغلی در میان کارگران ارتقاء فرهنگ ایمنی می‌باشد.

فرهنگ ایمنی شامل اعمال کلیه ارزش‌های لازم در زمینه بهداشت شغلی و ایمنی، نگرش‌های مؤثر و مفید در این زمینه، به کارگیری قوانین، سیستم‌ها و روش‌های مدیریت و مشارکت در جهت ایجاد محیط کاری سالم و ایمن می‌باشد. از تعاریف دیگر فرهنگ ایمنی می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

که فرهنگ ایمنی، وضعیت‌های ایمن مردم و همچنین برقراری مدیریت ایمنی خوب به وسیله سازمان‌ها می‌باشد. که فرهنگ ایمنی خوب، تقدم بخشیدن به ایمنی می‌باشد.

که فرهنگ ایمنی، ارزیابی همیشگی از ایمنی ماشین آلات و نظم بخشیدن به آنها در سطحی است که بتواند مورد توجه قرار گیرد.

که فرهنگ ایمنی، زیر مجموعه‌ای از سیستم فرهنگ صنعتی است که نقش ویژه آن در حفظ و صیانت نیروی کار مورد نیاز بخش صنعت نمود می‌یابد.

اصول و مبانی تکوین فرهنگ ایمنی را می‌توان در تشکیل و نمود چهار عامل مرتبط با هم تصور و آنها را در شکل یک هرم هندسی (با قاعده مثلثی) تجسم کرد:

که آموزش (سطح قاعده این هرم)

و سطوح جانبی آن عبارت خواهد بود از:

که ایجاد زمینه‌های فیزیکی و روانی ایمنی

که حمایت و نظارت قانونی

که تبلیغ و ترغیب و ...

ادامه دارد



آزمایشات کنترل سلامتی و معاینات ادواری کارکنان در محل خانه بهداشت نیروگاه قم و شرکت ایمن پژوهش گستران انجام گردید.

این آزمایشات شامل تستهای تخصصی خون، ادرار و معاینات تخصصی شنوایی سنجی (Audiometry) و تنفس سنجی (Spirometry) می‌باشد.

آزمایشات و معاینات یاد شده همه ساله براساس قوانین حفاظت فنی و ایمنی در دوره‌های منظم انجام می‌شود. خاطر نشان 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. ضمناً کارکنانی که براساس نتایج آزمایشات و معاینات بعنوان بیمار شناسایی شوند به مرکز معاینات و آزمایشات تخصصی راهنمایی تا در خصوص درمان و یا کاهش گسترش عوارض بیماری خود اقدام لازم به عمل آورند.

برگزاری جلسات کمیته‌های اجرایی و عالی نظام پیشنهادها



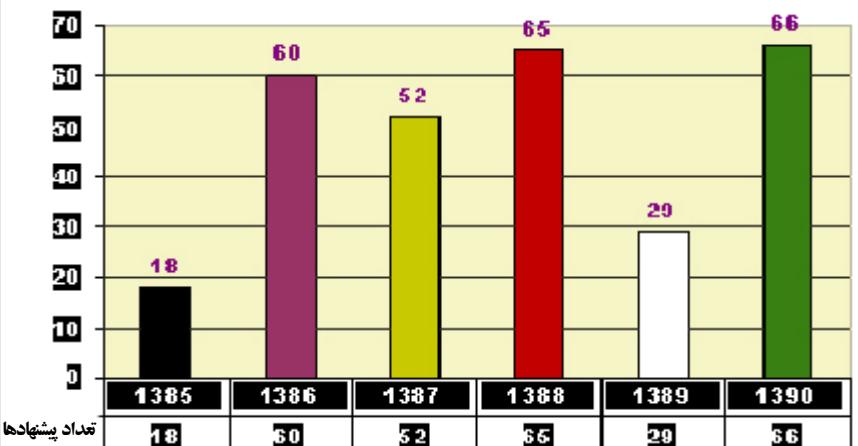
دستور بررسی قرار گیرد.

بر همین اساس با تشکیل ۹ جلسه کمیته اجرایی و ۴ جلسه کمیته عالی نسبت به بررسی ۲۹ پیشنهاد ثبت شده سال ۸۹ و ۶۶ پیشنهاد ثبت شده در سال ۹۰ اقدام شده است. با پیگیری‌های به عمل آمده امید می‌رود در سال ۹۱ شاهد به بار نشستن مشارکت همکاران در بهبود و بهینه کردن تجهیزات، سیستم‌ها، فرآیندها و روش‌های جاری در شرکت مدیریت تولید برق قم باشیم.

اولین جلسه کمیته عالی نظام پیشنهادها در پی بازنگری فرآیندهای نظام و تصویب و ابلاغ دستورالعمل آن در اسفندماه ۸۹ تشکیل گردید.

بنابر گزارش دبیر کمیته نظام، در این جلسه مقرر شد بررسی پیشنهادها ثبت شده در سال ۱۳۸۹ و پیشنهادهایی که از این پس ارائه و ثبت خواهند شد در دستور کار نظام پیشنهادها با فرآیند جدید قرار گرفته و بتدریج و در موقع مناسب پیشنهادهای ثبت شده قبل از سال ۱۳۸۹ حسب تصمیم کمیته عالی در

آمار پیشنهادهای ارائه شده در نظام پیشنهادها



فرهنگ و ادب

مسابقه ورزشی گرامیداشت

عملیات انبارگردانی انبار

دهه مبارک فجر

نیروگاه قم انجام شد



به مناسبت گرامیداشت دهه مبارک فجر یک دوره مسابقه تنیس روی میز بین ده نفر از کارکنان شرکت به روش دو حذفی برگزار شد که در پایان غلامرضا بیات، اکبر خانبابایی و یوسف خلجی رتبه‌های اول تا سوم را به خود اختصاص داده که به رسم یادبود جوایزی از سوی کمیته ورزش شرکت به آنان اهداء گردید.



عملیات انبارگردانی انبار شرکت مدیریت تولید برق قم از ۲۲ اسفند ۹۰ آغاز گردید.

بنابر گزارش مهندس هیوند سرپرست تیم انبارگردانی، در این عملیات که به مدت چهار روز به طول انجامید، تعداد بیش از ۳۰۰۰ قلم کالا مورد شمارش قرار گرفت که در نهایت این عملیات بدون مغایرت در ۲۵ اسفند ماه به پایان رسید.

سه دهه خدمت در صنعت برق کشور

دو تن از همکاران، محمود رودآبادی و محمد سائقی پس از سه دهه خدمت در صنعت برق کشور در اسفندماه ۹۰ به افتخار بازنشستگی نائل گردیدند. ضمن عرض تبریک، سلامتی و موفقیت روزافزون را برای آن دو عزیز از درگاه ایزد منان خواستاریم.



محمد سائقی
تاریخ بازنشستگی:
۹۰/۱۲/۲۰

امروز



دیروز



امروز

محمود رودآبادی
تاریخ بازنشستگی:
۹۰/۱۲/۲۵



دیروز

- متولد ۱۳۴۰/۱۱/۰۱ - بندر انزلی - فوق‌دیپلم برق
- ۱۳۶۳ به مدت ۶ ماه شرکت میتسوبیشی در پست زیاران، تکنسین نصب
- ۱۳۶۳ شرکت توانیر (نیروگاه بندرعباس)
- ۱۳۷۴ شرکت برق منطقه‌ای گیلان، قسمت ژلیاز
- ۱۳۷۶ شرکت مهنیرو مستقر در نیروگاه قم
- ۱۳۸۶ شرکت مدیریت تولید برق قم

انتصاب

طی حکمی از سوی سیدحمید شمس‌نیا سرپرست شرکت مدیریت تولید برق قم حسین قربانی به عنوان دبیر کمیته ورزش برای مدت دو سال منصوب گردید.



موفقت

کسب درجه A دوره رباتیک

علی احمدنیا مجرد فرزند همکاران حمید احمدنیا مجرد موفق به کسب درجه A دوره رباتیک (Mecaro-1) در آموزشگاه علمی آموزشی بتا گردید.



این موفقیت را به خانواده محترم احمدنیا مجرد تبریک می‌گوییم

اشغال و محرم

از خجالت آب شد

آدمی را وقتی خجالت و شرمساری دست دهد بدنش گرم می‌شود و گونه‌هایش سرخی می‌گیرد خلاصه عرق شرمساری که ناشی از شدت و حدت گرمی و حرارت است از مسامات^۱ بدنش جاری می‌گردد. عبارت بالا گویای آن مرتبه از شرمندگی و سرشکستگی است که خجالت زده را یاری سربلند کردن نباشد.



آوردن آینه

بایزید بسطامی (۱۶۲-۱۸۸ ه.ق) و یا به گفته

شیخ فریدالدین عطار آن سلطان العارفین، آن برهان‌المحققین آن پخته جهان ناکامی، شیخ وقت ابویزید بسطامی رحمه... علیه در شهر بسطام در خانه زهد و پرهیز دیده به جهان گشود. در بدایت حال روزی قرآن تلاوت می‌کرد به سوره لقمان و این آیه رسید (ان اشکر لی و لوالدیک) که حق تعالی می‌فرماید: (مرا و پدر و مادرت را شکر و سپاس گوی) بی‌درنگ به خدمت مادر شتافت و عرض کرد من در دو خانه کدخدایی چون کنم؟ این آیت بر جان من آمده است. یا از خدا خواه تا همه از آن تو باشم. یا مرا به خدا بخش تا همه از آن او باشم. مادر گفت: تو را در کار خدا کردم و حق خود به او بخشیدم.

نقل است روزی مریدی از «حیا و شرم» مسئله‌ای از وی پرسید جواب شیخ به آن مسئله چنان مؤثر گشت که درویش آب گشت و روی زمین روان شد. در این موقع درویشی وارد شد و آبی زرد دید. پرسید: یا شیخ این چیست؟ گفت: یکی از در آمد و سوالی از حیا کرد من جواب دادم. طاقت نداشت چنین آب شد از شرم. به قول علامه قزوینی گفت: این بیچاره فلان کس است که از خجالت آب شده است. این عبارت از آن تاریخ به صورت ضرب‌المثل در آمده، در مواردی که بحث از شرم و آزر به میان آید از آن استفاده و به آن استناد می‌شود.

درست بنویسیم

بنویسیم	نویسیم
واهاااا	واهاااا

پسوند «آه» متصل به صفت یا اسم، مبین حالت و کیفیت است مانند: قهرمانانه، کودکانه، لذا «ماهانه» به معنی امری مرتب بر حسب «ماه» ولی «ماهیان» به معنی «همانند ماهی» و «ماهی‌گونه» است و نه حالت چیزی که در هر ماه تجدید و تکرار می‌شود.^۲

۱. مسامات: منافذها و سوراخهای کوچکی که در بدن واقعند و عرق و بخار از آنها خارج می‌شود
۲. آئین نگارش آراء قضایی، دکتر محمد صالحی‌راد.



حضرت امام علی
- علیه السلام -

بهترین عدالت انصاف است

پیام تولیده

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 مهدی پور، علی فهیمی
تلفن: ۸۷۰۰۹۱۳ (۰۲۵۱) - دورنگار: ۵۵۴۰۵۶۴۰ (۰۲۱)
وب سایت: www.gcepp.ir
پست الکترونیکی: Email: prgcepp@gmail.com

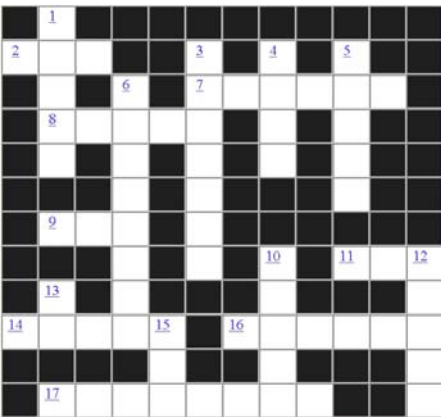
Crossword Puzzle

Across:

- 2- I home at 6:00 yesterday.
- 7- I go swimming with you tomorrow.
- 8- Don't your money now.
- 9- My father is a woman.
- 11- He went of the house.
- 14- Don't your finger at people.
- 16- My is a housewife.
- 17- What is your song?

Down:

- 1- Please don't that. It's dangerous.
- 3- An has eight legs.
- 4- She walked the bank.
- 5- A mechanical man is sometimes called a
- 6- If you have a, ask your teacher.
- 10- The opposite of long is
- 12- You shouldn't rocks at people
- 13- Let's listen some music
- 15- My brother will go,



Level 1

به چقدر قرصه به یک نفر بماند همه می کنند

و اینک تکنیکهای آرامش را در منزل جا گذاشته‌اید. روز شما خیلی بد شروع شد و طوری پیش رفت که بدتر هم شده و حالا شما منتظرید تا زودتر به خانه برگردید وقتی به خانه برمی‌گردید با فاصله نامطلوب بین خودتان و همسر و دخترتان که از صبح از دست شما ناراحت بوده اند روبرو می شوید.

در این گیر و دار کیف کارتان را در منزل جا گذاشته‌اید. روز شما خیلی بد شروع شد و طوری پیش رفت که بدتر هم شده و حالا شما منتظرید تا زودتر به خانه برگردید وقتی به خانه برمی‌گردید با فاصله نامطلوب بین خودتان و همسر و دخترتان که از صبح از دست شما ناراحت بوده اند روبرو می شوید.

تکنیک‌هایی برای ایجاد آرامش

فرض کنید مشغول صرف صبحانه با افراد خانواده خود هستید و ناگهان دست دخترتان به لیوان چای خورده و تمامی آن بر روی پیراهن شما می‌ریزد. با عصبانیت شروع به پرخاش به دخترتان می‌کنید و او هم ناراحت و گریان میز صبحانه را ترک می‌کند، حتی شما ناراحتی خود را بر سر همسران خالی می‌کنید و او را مقصر می‌دانید که چرا لیوان چای را لب میز گذاشته است.



با سرعت به اتاق خواب رفته و پیراهن را عوض کرده و برمی‌گردید ولی اکنون دختر شما که با آن شرایط میز را ترک کرده بود برای سرویس مدرسه نتوانسته آماده شود و همسران هم که عجله دارد، شما هستید که باید با دلخوری و عصبانیت دخترتان را به مدرسه ببرید در راه از سرعت مجاز به علت عجله تجاوز کرده و جریمه هم می‌شوید حالا با یک ربع ساعت تأخیر به مدرسه دخترتان می‌رسید ولی او که هنوز دلخور است بدون خداحافظی در راه باز می‌کند و راهش را کشیده و با شانه‌های افتاده به مدرسه می‌رود. با ۲۰ دقیقه تأخیر به سر کارتان می‌رسید...

«خودمان را»

این تکنیک می‌گوید هر وقت عصبانی می‌شوید فوراً واکنش نشان ندهید. از یک تا ۲۰ بشمارید به آرامی و نفسهای آرام و عمیق و بعد واکنش نشان دهید. هر چقدر بیشتر بشماریم بهتر. این تکنیک با همه سادگی اش بسیار کاربردی است. یادمان باشد به هنگام عصبانیت نه تصمیم، نه تهدید، نه واکنش، زمانی به خودمان فرصت دهیم. تکنیک دوم صحبت از خود و نه دیگری:

ما وقتی عصبانی می‌شویم باید مواظب باشیم که درباره کسی که حرفش یا کارش ما را آزرده است صحبت نکنیم در هنگام خشم از کلماتی که بار احساسی شدیدی دارند استفاده نکنیم. مثلاً نگوئید از تو متنفرم بلکه بگوئید ناراحتی می‌کنی یا صراحت به او بگوئید ناراحتان کرده است اما متهمش نکنید. به او هم فرصت صحبت کردن بدهید. یادمان باشد اگر حرفهای تند پشت سر به طرف مقابل بزنیم پل‌های پشت سرمان را خراب کرده‌ایم و راه بازگشتی نگذاشته‌ایم. ادامه دارد

www.8beheshtgroup.com

Slang → Early bird

Definition:

Someone who wakes up and starts working very early in the day; someone who arrives before an event begins.

Early bird



Example:

1) Tom's a real early bird--he's always the first person at the office in the morning.

Etymology:

This phrase comes from the proverb, "The early bird catches the worm."

ایمنی



تسلیت و همدردی

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

همکاران گرامی آقایان:

غلامرضا بیات - محمدعلی زندی - رضا زند

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

اگر به سعادت خود و فرزندانمان علاقه دارید امر حفاظت را سرلوحه گارتان قرار دهید