

تولید انرژی دی ماه ۸۷

بنابر اعلام معاونت مهندسی و برنامه‌ریزی تولید ناخالص نیروگاه شهید محمد منتظری در دی‌ماه ۸۷ به میزان ۱۰۱۷۸۶۱۰۰۰ کیلووات ساعت بود که به میزان ۹۴۸۴۹۸۶۰۰ کیلووات ساعت تولید خالص تحویل شبکه سراسری نموده است. با این مقدار تولید انرژی در مقایسه با دی ماه سال ۸۶ مقدار تولید ناخالص ۷/۰۱ درصد افزایش داشته است.

بازدید معاون وزیر نیرو

زحمات زیادی در تأمین برق شبکه کشیده‌اند که جا دارد از تلاش همه عزیزان و دست‌اندرکاران تقدیر شود. ایشان در اظهارات خود بیان نمودند با توجه به پتانسیل‌های موجود در پرسنل نیروگاه‌ها و از گذر از بحران‌های گذشته انشاء الله در تابستان امسال هم بتوانیم با داشتن واحدهای پایدار برق مطمئن تولید و تحویل شبکه نماییم.



بخار را از نیروگاه‌هایی دانست که حداکثر تولید مورد نیاز شبکه به عهده آنهاست و در این دو ساله که با بحران خشکسالی روبرو بوده‌ایم انصافاً نیروگاه‌های بخار

آقای دکتر علی‌آبادی معاون وزیر نیرو در امور برق و انرژی به اتفاق آقای مهندس منصوری مدیر دفتر فنی و پشتیبانی شرکت توانیر و آقای مهندس فلاحیان مدیرعامل شرکت برق منطقه‌ای اصفهان از نیروگاه شهید محمد منتظری بازدید نمودند در این بازدید توضیحات لازم توسط آقای مهندس عسکری مدیرعامل و دیگر مسئولان نیروگاه ارائه شد در این بازدید آقای دکتر علی‌آبادی نیروگاه‌های

تولید انرژی بهمن ماه ۸۷

بنابر اعلام معاونت مهندسی و برنامه‌ریزی تولید ناخالص نیروگاه شهید محمد منتظری در بهمن‌ماه ۸۷ به میزان ۱۰۹۰۵۱۰۰۰۰ کیلووات ساعت بود که به میزان ۱۰۱۸۱۹۹۸۰۰ کیلووات ساعت تولید خالص تحویل شبکه سراسری نموده است.

عملکرد کمیته مدیریت انرژی نیروگاه

در پی توصیه‌ها و الزام به مصرف بهینه انرژی و همچنین ایجاد فرهنگ صرفه‌جویی کمیته‌ای تحت عنوان مدیریت انرژی در نیروگاه شهید محمد منتظری تشکیل و طی جلساتی با حضور مدیرعامل شرکت معاونین و مدیران امور و اعضای کمیته مدیریت انرژی تصمیم به اقداماتی پیرامون مصرف بهینه و صرفه‌جویی انرژی گرفته شده که بخشی از عملکرد این کمیته بدین شرح اعلام می‌گردد.

ردیف	شرح کار انجام شده	میزان صرفه‌جویی سالیانه بر حسب کیلووات ساعت (ریال)	میزان تقریبی سرمایه‌گذاری
۱	بهینه‌سازی و اصلاح روشنایی مازوت خانه فاز قدیم	۲۲۵۱۳۲ کیلووات ساعت معادل ۱۶۲/۰۹۵/۰۴۰ ریال	۱۲/۵۰۰/۰۰۰ ریال
۲	نصب دو دستگاه چیلراکتوری اطاق فرمان‌های فاز قدیم	۳۱۹۷۴۰ کیلووات ساعت معادل ۲۳۰/۲۱۲/۸۰۰ ریال حذف میزان مصرف ۵۰۰ کیلوگرم گاز فرئون در سال معادل ۳۷/۰۰۰/۰۰۰ ریال	۸۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال
۳	خارج کردن تعدادی از لامپهای روشنایی در ساختمان‌های اداری- محوطه نیروگاه و بلوار بیرون از نیروگاه بطوری که خللی در عملکرد پرسنل ایجاد ننماید	۸۳۲/۲۰۰ کیلووات ساعت معادل ۵۵۹/۱۸۴/۰۰۰ ریال	صفر
۴	آموزش تعداد ۶۰ نفر از پرسنل بهره‌برداری باعث اشاعه فرهنگ مدیریت مصرف انرژی و آموزش کلیه کارشناسان راجع به مدیریت مصرف انرژی که موجب صرفه‌جویی و کاهش مصرف انرژی می‌گردد.	۱۷۳۳۰۷۲ کیلووات ساعت معادل ۱۰۲۸/۴۹۱/۸۴۰ ریال	۵۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال
	جمع		۸۶۲/۵۰۰/۰۰۰ ریال

قهرمانی تیم بسکتبال جوانان



قهرمانی این دوره از مسابقات را کسب نماید. اعضای تیم آقایان: محمدرضا نوروزی، ایمان عباس پور، نوید ارسطویی، احسان نوروزی، رضا منصوری . سرپرست تیم احمد نوروزی.

تیم بسکتبال جوانان نیروگاه شهید محمد منتظری متشکل از فرزندان کارکنان با شرکت در مسابقات قهرمانی باشگاه‌ها و دستجات آزاد شاهین‌شهر در بین ۱۲ تیم شرکت‌کننده توانست رتبه اول و حکم

برکات انقلاب بهمن

بهمن‌ماه یادآور بیداری، از جان‌گذشتگی، فداکاری، و ایثار ملت مسلمان ایران است. با وقوع انقلاب اسلامی تغییر نگرش در نگاه به زندگی و تغییر اندیشه و به طور کلی تغییر فرهنگ در روح ملت ایران ایجاد گردیده و نسل به نسل منتقل می‌شود. اهمیت این موضوع را می‌توان در این کلام امام راحل (ره) ملاحظه کرد که فرمود: بیست و دوم بهمن در طول زندگی و برای نسل‌های آینده باید سرمشق همه قرار گیرد و تداوم آن در کلام مقام معظم رهبری است که می‌فرمایند: ما میراث بزرگ امام خمینی و همه ارزش‌ها و اصول آن را حفظ خواهیم کرد.

امروز در آستانه شروع چهارمین دهه انقلاب می‌توان رویش فکر و اندیشه، حفظ سرمایه‌های ملی و حرکت در جهت منافع ملی را به چشم دید. از موفقیت دانشمندان ایرانی در عرصه‌های علمی، مخصوصاً موضوع اخیر یعنی چرخش ماهواره «سفیر امید» در مدار زمین می‌توان به شاخصی از این رویکرد نام برد. اما آن اتفاق مهم یعنی وقوع انقلاب اسلامی لایه‌های پربرکت دیگری نیز دارد. مقاومت جانانه شیعیان در جنوب لبنان در مقابل اسرائیل غاصب که نقطه اوج آن جنگ سی و سه روز بود و مقاومت جانانه مردم غزه در طی بیست و دو روز در ناحیه جغرافیایی با نام باریکه غزه که طولی حداکثر ۴۰ کیلومتر و عرض حداکثری ۱۰ کیلومتر دارد و از طرف دریا در محاصره و از طرف خشکی در مجاورت سرزمین اشغالی و گذرگاهی کوچک در اتصال با مصری که سردمدارانی بدتر از صهیونیست دارند نشان بارزی از دمش روح انقلاب اسلامی و لایه‌های مخفی جریان انقلاب ملت ایران است. برای وضوح این اندیکاتور (در اصطلاح فنی که همان شاخص است) می‌توان قیاسی از گذشته و حال نمود. در ژوئن ۱۹۶۷ جنگ چندروزه‌ای بین سه کشور مصر، اردن و سوریه از یک سو و رژیم غاصب صهیونیستی درگرفت. جنگنده‌های اسرائیلی ساعت ۸ بامداد تمام فرودگاه‌های این سه کشور و مخصوصاً مصر از الصعید تا قاهره را در هم کوبیدند و همه هواپیماها را نابود کردند. اسرائیل نام این حمله را حرکت کبوترهای چاهی نام نهاد. همزمان ناوهای اسرائیل حمله به بنادر مصر را آغاز کردند که در نتیجه ده هزار مصری کشته و نزدیک به ۸۰٪ نیروی دریایی مصر نابود گردید. صحرای سینا، بلندی‌های جولان کرانه باختری و غزه به اشغال غاصبین در آمد و قدس قدیم ضمیمه قدس جدید شده و به عنوان پایتخت آتی اسرائیل معرفی گردید. در جنگ بیست و دو روزه با عنوان اسرائیلی عملیات سرب داغ، مقاومت مردم در محاصره، جهانیان را شگفت و اسرائیل بدنام را رسواتر کرد. ظهور الهام انقلاب اسلامی و تأثیر تفکر شیعه علوی و روح حسینی بروز نمود. اگر این اندیشه در آن سال‌ها بروز کرده بود کبوتر نمی‌توانست کاری از پیش ببرند همانطور که «سرب داغ» نتوانست حل مشکل کند. اما شاید بتوان گفت بنا به فرمایشی که از امام باقر (ع) نقل شده است «زمانه» موعود آن را ایجاد ننموده است. بنا بر نقلی امام باقر (ع) با بیان داستانی برای یکی از شیعیان خویش وی را دعوت به صبر برای «زمانه» خاص می‌نماید. آن روزی که به امام خمینی (ره)، معمار انقلاب اسلامی، خبر شهادت فرزند گرامیشان را دادند وی اشاره فرمود که فوت حاج آقا مصطفی از الطاف خفیه الهی است. نگارنده را بر این نظر است که چشم حق بین آن عارف خداپرست، چنین برکاتی را مشاهده می‌نمود.

اخبار کوتاه

همایش بسیج مهندسین



در پی تشکیل بسیج مهندسین در سپاه پاسداران ناحیه شاهین‌شهر و میمه، دومین همایش بسیج مهندسی ادارات و کارخانجات در ایام... دهه مبارک فجر با حضور امام جمعه شاهین‌شهر، فرمانده سپاه پاسداران شهرستان شاهین‌شهر و میمه، مدیرعامل نیروگاه، مدیران و مهندسین عضو بسیج



کسب رتبه اول پروژه‌های تحقیقاتی

در پی تلاش‌های انجام شده در عرصه پژوهش و تحقیقات به ویژه پژوهش‌های کاربردی اثربخش و کارا که منجر به خود کفایی سازمانها و صنایع می‌گردد و در پی ارزیابی‌های انجام شده از طرف شرکت توانیر، شرکت برق منطقه‌ای اصفهان حائز رتبه اول این دوره از ارزیابی‌ها شد. از آنجا که کسب این رتبه موهون

برپایی مسابقات فوتسال



به مناسبت سی‌امین سالگرد انقلاب اسلامی و ایام دهه مبارک فجر یک سری مسابقات فوتسال پیش‌کسوتان بین شرکت‌های صنعت آب و برق استان اصفهان برگزار شد که تیم فوتسال پیش‌کسوتان نیروگاه شهید محمد منتظری موفق به کسب مقام نایب قهرمانی این دوره از مسابقات گردید.

تقدیر و تشکر

در پی انجام وظیفه محوله و حضور به موقع آقای خداکرم عابدیان از کارکنان بهره‌برداری فاز یک و اطلاع ایشان به واحد ایمنی و آتش‌نشانی و همچنین اطفاء حریق و جلوگیری از پیشرفت

همکار بازنشسته



ابوالقاسم امینی از پرسنل واحد ساختمانی نیروگاه، پس از سه دهه تلاش به مقام پیش‌کسوتی و بازنشستگی نائل آمدند

موفقیت فرزند همکار



سرکار خانم مهشید عشاقی فرزند همکار جلال عشاقی در مسابقات خوشنویسی کسب مقام اول این دوره از مسابقات را بین دانش‌آموزان شرکت‌کننده ناحیه دو آموزش و پرورش اصفهان و همچنین مقام دوم استانی این دوره از مسابقات را کسب نموده است. ضمن تبریک به والدین و مربیان، از درگاه خداوند سبحان موفقیت ایشان را در کلیه مراحل زندگی خواستاریم.

موفقیت فرزند همکار



آقای بهنام همتی‌ها فرزند همکار ایرج همتی‌ها در مسابقات قهرمانی تکواندو همگانی (هان مادانگ) استان اصفهان در رشته‌های هوشین سول و تیم نمایش در رده سنی جوانان موفق به کسب مقام اول این دوره از مسابقات شده‌اند. ضمن تبریک به ایشان و والدین و مربیان از درگاه خداوند سبحان توفیق روزافزون وی را در کلیه مراحل زندگی خواهانیم.

لوح سپاس

در پی همکاری‌های نیروگاه در امر گسترش و ترویج ورزش و ایجاد زمینه برای حضور نوجوانان و جوانان در صحنه ورزش و اهتمام ویژه در قهرمانی تیم بسکتبال نیروگاه رئیس اداره تربیت بدنی و همچنین رئیس بسکتبال شهرستان شاهین‌شهر و میمه با اهداء لوح از همکاری‌های نیروگاه در این زمینه تقدیر و تشکر نمودند.

قدردانی و تشکر

در پی همکاری‌های نیروگاه شهید محمد منتظری با اداره آموزش و پرورش شهرستان شاهین‌شهر در خصوص انجام پذیرش هنرجویان و کارآموزان هنرستانها و همچنین ایجاد زمینه بازدید دانش‌آموزان سطوح دبیرستان و هنرستان از نیروگاه شهید محمد منتظری که سهم به سزایی در کسب آموزشهای فنی و حرفه‌ای و تکمیل مهارت‌های آنان دارد رئیس اداره آموزش و پرورش

مسابقات آمادگی جسمانی



به مناسبت سی‌امین سالگرد پیروزی انقلاب اسلامی و ایام... دهه مبارک فجر و به منظور آمادگی جسمانی یک دوره مسابقات با حضور ۵۵ نفر از پرسنل در سه رده سنی و در ۵ آیتم دو ۵۴۰ متر، دو ۴×۹ متر، دراز و نشست، شنا سوئدی و پرش جفت برگزار شد.

مسابقات تنیس روی میز

در ایام... مبارک دهه فجر یک دوره مسابقات تنیس روی میز بین پرسنل برگزار گردید که در این دوره از مسابقات آقایان اصغر منصوری، رحمتا... قدیری و سید مجتبی میرجهانیان به ترتیب مقام اول تا سوم را کسب نمودند.

اخبار کوتاه

دیدار با خانواده شهدا



به مناسبت سی‌امین سالگرد انقلاب اسلامی و ایام... دهه فجر آقای مهندس عسکری مدیرعامل شرکت به اتفاق مسئول بسیج، امور ایثارگران و روابط عمومی



کار گروه نمونه

در پی ارزیابی‌های انجام شده پیرامون انتخاب کارگران نمونه و کارگروه‌های نمونه در سال نوآوری و شکوفایی توسط سازمان کار و امور اجتماعی استان اصفهان، نیروگاه شهید محمد منتظری هم همانند سایر کارخانجات و ادارات اقدام به معرفی کار گروه نمونه نمود که در این راستا

مانور یخ زدگی



به منظور حفظ آمادگی و جلوگیری از بحران در سرما و یخ‌زدگی مانوری تحت عنوان چگونگی مقابله با یخ‌زدگی در نیروگاه شهید محمد منتظری به همت واحد ایمنی و حفاظت فنی و همکاری سایر واحدهای اجرایی برگزار شد در این مانور تجهیزات و وسایل مورد نیاز در مواقع یخ‌زدگی مورد بررسی و بازبینی قرار گرفت.

نمایشگاه دستاوردهای انقلاب



کاهش مصرف آب در امر تولید برق گازسوز نمودن واحدها، احداث فضای سبز، ساخت قطعات ساخت داخل، اقدامات زیست محیطی انجام شده در خصوص کاهش آلاینده‌های زیست محیطی در معرض دید بازدیدکنندگان قرار گرفت این نمایشگاه به مدت ۸ روز برپا بود.

در آستانه سی‌امین سالگرد انقلاب اسلامی



ایران و ایام... مبارک دهه فجر نمایشگاهی با عنوان سیمرغ در محل مصلی نماز جمعه شاهین‌شهر شهر برپا شد. در این نمایشگاه دستاوردهای نیروگاه در طول چند ساله اخیر از جمله اقدامات بهینه تولید برق،

متولدین دی ماه

همکاران گرامی جناب آقایان:

بهارلوئی، عباسعلی احسانی‌فر، حجت‌الله جعفری، رحمت‌الله نوری، مهدی اسحاقیان، منصور طلائی، هادی کریمیان، رسول مسائلی، محسن ابراهیمیان، محمدعلی

جهانبخش فرامرزی، اصغر زمانی، حبیب‌الله ملایک، حسین صراف‌نیا، حسین داوری، علی ابراهیمی، سیدتقی رضوی، کورش

کارگروهی متشکل از آقایان مهندسین سید محمود ابطحی، ناصر درویشی و مجید پورهمدانی تشکیل شد و ابداعات و اقداماتی که پیرامون طراحی و ساخت قطعات ساخ داخل انجام داده بودند و منجر به صرفه‌جویی‌های ارزی و همچنین

مبارک دهه فجر و با حضور آقای دکتر جهرمی وزیر کار و امور اجتماعی آقای بختیاری استاندار اصفهان و دیگر مسئولین استان، تلاش و زحمات این عزیزان مورد تقدیر قرار گرفت و لوح سپاس و همچنین تندیس کارگروه نمونه به آنها اهداء شد.

محمدعلی دهقانی.

تبریکات صمیمانه ما را به خاطر پا گذاشتن به عالم هستی که یادآور بهار تولدتان است را پذیرا باشید.

طالبی، عبدالله حیدریان، مهران نریمانی، رحیم ابراهیمی‌نیا، حسن مزروعی، سید مرتضی طباطبائی، منصور شریف طینت، بهزاد کنگی‌زاده، حسین شریف‌حسینی، مجید نقشینه، فضل‌الله ابراهیمیان، یدالله صالحیان،

مسابقات دوچرخه سواری



به مناسبت سی‌امین سالگرد انقلاب اسلامی و ایام ... دهه مبارک فجر یک دوره مسابقه دوچرخه‌سواری رده‌های سنی بالای چهل سال و زیر چهل سال برگزارشد که در رده بالای سید مهدی نیلچیان و غلامحسین سپهری به ترتیب مقام اول تا سوم و همچنین در رده سنی زیر چهل سال آقایان غلامرضا جزینی، محمدرضا

گندمکاران و غلامحسین لطفاء... خواجو به ترتیب مقام اول تا سوم را کسب نمودند.

مسابقات شطرنج



بسج و رسالت امروز حفظ آمادگی دفاعی

اگر حسین(ع) نبود ما نمی‌دانستیم بر سرقرآن کریم و اسلام عزیز چه می‌آمد حسین‌بن علی (ع) آن عصاره نبوت و یادگار ولایت با فداکردن جان و عزیزان اهداف پیامبر را زنده کرد خون سیدالشهداء است که خونهای همه ملت‌های اسلامی را بجوش می‌آورد.
حضرت امام خمینی (ره)

کسانی که سیر توطئه‌های دشمنان را مرور می‌کنند می‌دانند که آنها گرچه در صحنه جنگ نظامی تمام عیار علیه انقلاب اسلامی شکست خورده از میدان بیرون آمده‌اند اما هنوز سران استکبار جهانی از جمله آمریکا ایران را به حمله نظامی تهدید می‌کنند اسرائیل اشغالگر به‌طور مضاعف در حال انبوه‌سازی تسلیحات و تکمیل کلکسیون نظامی خود است و برخی از کشورهای منطقه نیز در مواقعی که عصبانیت بر آنها غالب می‌شود از تهدید نظامی کشورمان ابایی نمی‌کنند

در چنین شرایطی وظیفه اول آحاد جامعه

اخبار کوتاهاخبار کوتاه‌بار کوتاه

زمستان برفراز دومیر



گروه کوهنوردی نیروگاه شهید محمد منتظری طی یک برنامه یک روزه و به مناسبت گرامیداشت دهه فجر و یوم الله ۲۲ بهمن در صعود سراسری کوهنوردان استان اصفهان به قله دومیر شرکت نموده و موفق به فتح قله ۳۴۵۰ متری دومیر گردید.

اعضای تیم عبارت بودند از: رحمت اله عبدالهی، عباس زمانی(هاشم)، مصطفی صابری، محمدعلی (سرپرست گروه).

برپایی مسابقات والیبال



حفاظت پاها بوسیله کفش مناسب

دقت در انتخاب کفش و توجه به رعایت استاندارد در تولید آن یکی از ضروری‌ترین نیازها برای حفظ سلامت افراد است. انتخاب کفش در وهله اول باید براساس نوع استفاده‌ای که از آن می‌شود صورت گیرد و همان‌طور که زمستان کفش مخصوص خودش را می‌خواهد، تابستان نیز کفش مخصوص همین فصل را می‌خواهد. کفش استاندارد چه نوع کفشی است: یک کفش استاندارد **سه مشخصه بارز دارد: جنس خوب، پاشنه استاندارد و قالب و پنجه استاندارد.**

رویه کفش: رویه بیشتر کفش‌های موجود در بازار از دو جنس مختلف ساخته شده یا رویه‌ای از چرم طبیعی دارند یا از پلاستیک و یا چرم مصنوعی تهیه می‌شوند. به تازگی هم بعضی از تولیدکنندگان ، روی کفش‌ها اسپری بوی مصنوعی چرم می‌افشاندند و خریداران را در انتخاب محصول با مشکل روبه‌رو می‌کنند. چرم طبیعی، به علت دارا بودن منافذ طبیعی در بافتش، امکان تبادل هوا میان بیرون و داخل کفش را فراهم آورده و باعث تنفس پا می‌شود. به همین دلیل ساده، بهترین رویه برای کفش همان رویه چرم طبیعی است. رویه مصنوعی به علت تبادل نکردن هوا باعث بوی بد پا و عرق کردن بیش از حد می‌شود.

تنه کفش: تنه کفش که در واقع چارچوب روی کفش است و دور پا را در برمی‌گیرد، باید به راحتی در برابر فشارهای وارده مقاومت کند و شرایط آناتومیکی را حفظ کند.
تهیه و تنظیم: جعفر احمدی

آیا می‌دانید که:

گاز عرضه شده به نیروگاه حاوی نزدیک به ۹۰٪ متان به فرمول شیمیایی (CH۴) ، حدود ۵٪ ازت و مابقی سایر هیدروکربورها مانند اتان، پروپان و بوتان می‌باشد. این گاز که به نام گاز طبیعی معروف بوده چون در شبکه لوله‌کشی شهری جریان دارد به گاز شهری نیز مشهور است. گاز طبیعی فاقد بو، رنگ و مزه بوده و بویی که از آن در مصارف خانگی به مشام می‌رسد حاصل تزریق بودارکننده‌هاست که شرکت گاز در بعد از ایستگاه‌های کاهنده شبکه شهری به منظور اتخاذ تدابیر ایمنی به آن اضافه می‌کند. این مادهٔ معطره به همراه گاز می‌سوزد. گاز شهری سبک‌تر از هوا و با چگالی حدود ۶۷٪ (جرم مخصوص حدود ۸۶٪ کیلوگرم بر مترمکعب) می‌باشد و در صورت نشت به سطوح بالا می‌رود. مقدار هوای محاسبه شده لازم برای احتراق یک مترمکعب متان، ۹/۵۵ مترمکعب می‌باشد. با سوختن کامل یک کیلوگرم متان ۲/۲۴ کیلوگرم بخار آب و ۲/۷۴ کیلوگرم دی‌اکسید کربن (CO۲) تولید می‌شود. با کمبود هوای لازم برای احتراق، گاز منواکسید کربن(CO) که گازی بی‌رنگ، بی‌بو، بی‌مزه، سمی و کشنده است تولید می‌شود. با تولید این گاز مقدار حرارت قابل دسترس نیز کاهش می‌یابد. با تولید یک کیلوگرم(CO) و عدم تولید (CO۲) در حدود ۵۶۰۰ کیلوکالری انرژی از دست می‌رود. این نکته وقتی قابل توجه است که بدانیم در بویلر واحد ۲۰۰ مگاواتی، با سوخت گاز در حدود ۸۵۰۰۰ کیلوگرم (CO۲) در هر ساعت تولید می‌شود. در زمان سوخت مازوت تولید (CO۲) در حدود ۲۰٪ افزایش می‌یابد. اگر به علت کمبود هوا یا احتراق نامناسب منواکسید کربن در بویلر یکی از واحدهای نیروگاه

واژه MAINTENANCE

اطلاق می‌گردد. این عملیات کارهای نظیر روغنکاری مداوم و دوره‌ای و رفع عیوب و نواقص کوچکی که احتمالاً ضمن کار پیدا می‌شود می‌باشد. زیر نظر داشتن مداوم و قبل از پیدایش گسل‌های بزرگ، تعمیر و لکه گیری ساختمان و تجدید رنگ در فواصل معین و کلیه اموری که باعث برقرار داشتن وضع صحیح کار می‌شود نیز در حوزهٔ شعاع دایره و معنای maintenance نیز می‌باشد. به نظر نگارنده واژه داریدن که فرهنگ معین به معنای «حفظ کردن» آورده شده و در افواه عموم به معنی اداره کردن

روشی تعیین امتیازات فردی کارکنان شرکت‌های مدیریت تولید برق

متناسباً برای خدمت سربازی با رعایت ضوابط مربوط به اعطای امتیاز خدمت سربازی موضوع نظام برخوردار خواهند شد.
هـ – آشنایی با زبان خارجی: با توجه به پیشرفت سریع تکنولوژی و لزوم استفاده از منابع و تجارت خارجی آشنایی کارکنان با زبان خارجی دارای اهمیت ویژه‌ای می‌باشند امتیاز آشنایی با زبان خارجی طبق جدول شماره (۴) برخوردار می‌شوند.

(لیسانس و بالاتر ۲۶ امتیاز)– (فوق دیپلم و دیپلم متوسطه ۲۰ امتیاز)– (کمتر از دیپلم ۱۵ امتیاز)

در موردی که جمع مدت خدمت وظیفه بین یکسال تا هیجده ماه باشد از ۵۰ درصد امتیازات فوق حسب مورد استفاده خواهد نمود.

ضمناً کارکنانی که خدمت وظیفه خود را در صنعت آب و برق طی نموده و یا می‌نمایند

تفاوت‌های فاز یک و دو

تعداد دوازده دستگاه مشعل در دو طبقه بویلر قرار گرفته است. اگر کف طبقه همکف را نقطه صفر بویلر بدانیم ارتفاع محل قرارگرفتن طبقه اول مشعل‌های فاز یک۶/۱۵ متر و فاز دو ۸/۱۵ متر است. یعنی مشعل‌های طبقه اول فاز دو ۲ متر بالاتر واقع شده است. محل قرار گرفتن مشعل‌های طبقه بالایی فاز یک در ارتفاع ۷/۸۵ متر و در فاز دو در ارتفاع ۱۰/۷۵ متر است و یعنی در فاز دو مشعل‌های طبقه دوم ۱/۹ متر بالاتر است.

به علت بالاتر بودن ارتفاع مشعل‌های فاز دو و محصور بودن محوطه والوهای مشعل به کانال و قیفی اکنومایزر محوطه والوها به نسبت تنگ‌تر است.

فتح ... لطفی

آشنایی با دانشمندان ایرانی

عبدالرحمان صوفی

ابوالحسن عبدالرحمان بن عمر صوفی اخترشناس نام‌آور ایرانی است که در سال ۲۹۱ هجری قمری در شهر ری چشم به جهان گشود. خانواده او از مردم فسا بودند. سال‌های زیادی از عمرش را در اصفهان به سر برده است. عبدالرحمان صوفی اخترشناسی را نزد استادی بنام محمدبن الحسین فرا گرفت. کتاب ارزندهٔ این دانشمند بزرگ به نام صورالکواکب تا قرن ۱۹ میلادی نیز مورد استفادهٔ منجمان اروپایی بوده است. در زمان صوفی رصد ستاره‌ها تنها با چشم غیرمسلح انجام می‌شد. برای اولین بار صوفی رصد کهکشان امره الملسله را در کتاب خود ثبت نموده و از آن به خاطر حالت ابری آن به عنوان سحابی نام برده است.

از کارهای مهم دیگر صوفی اندازه‌گیری زاویهٔ بین استوای سَمَوی و دایره‌البروج بود. صوفی این زاویه را به میزان ۲۳ درجه و ۳۳ دقیقه و ۴۵ ثانیه بدست آورد. همچنین صوفی ۳ کتاب در مورد اسطرلاب نوشته و اصلاحاتی نیز در این دستگاه به عمل آورد و موجب شد ستاره‌های بیشتری را بتوان روی اسطرلاب نشان داد.

عبدالرحمان صوفی در سال ۳۷۶ قمری و در سن ۸۵ سالگی در شهر شیراز درگذشت.

۱– مسیر ظاهری خورشید را در طول یک سال دایره البروج می‌نامند و یا ۱۲ صورت فلکی نام‌گذاری شده است.

علیرضا نایب‌زاده

علل کمردرد و راه های درمان آن

کمردرد یکی از دردهای شایع بین جوامع است که علل بروز آن در اکثر افراد اکتسابی و درصد کمتری نیز به علل ناهنجاری‌های مادرزادی است. علل کمردردهای مادرزادی، اغلب، اختلال در اتصال مهره ۵ کمری و مهره اول خارجی به یکدیگر است که در سن بلوغ به شکل کمردرد بروز می‌کند. در خصوص روش‌های درمانی که افراد خود می‌توانند در خانه و محیط کارشان حفظ حالت صحیح بدن هنگام راه‌رفتن یعنی به انقباض درآوردن عضلات شکم و تنفس با قفسه سینه تا فشار کمتری به مهره‌های کمری وارد شود، از جمله کارهایی است که افراد می‌توانند در جهت درمان کمردرد خود انجام دهند.

همچنین دوش گرفتن به صورتی که فرد بر روی یک صندلی زیردوش حمام نشسته و آب را به سمت نقاط حساس به درد در ناحیه کمر هدایت کند، قرار گرفتن در استخر آب، قراردادن یک متکای کوچک در منطقه گودی کمر در حین رانندگی و جلوگیری از قوز‌کردن در هنگام نشستن پشت میز از دیگر اقدامات پیشگیری و درمان در این خصوص به

متولدین بهمن ماه

همکاران گرامی جناب آقایان:

مهران کیانی، اکبر ندیمی، مهران گلپیدی، عبدالله کیخسروکیانی، محمد رحیمی، بخشعلی اسماعیلیان، احمدعلی زرگران، کورش سلطانی‌نژاد، مهدی سعیدی، علی جانقربان، مجید نوری دستجردی، اکبر نریمانی، رحیم شیروی، محسن کرندی، سعید گرچی‌پورمقدم، یدالله جعفری، اصغر مهربانی، پرویز جزینی، رجبعلی خاکی‌زمانی، احمد

تشکر و تشکر

در پی آتش‌سوزی بویلر واحد هشت و اهتمام ویژه و همت شبانه روزی پرسنل تعمیرات در پاک‌سازی، تعمیر و بازسازی و وارد مدار نمودن واحد در حداقل ممکن، آقای مهندس عسکری با ارسال لوح از زحمات کلیه پرسنل که در این مهم تلاش و جدیت داشته‌اند تقدیر و تشکر نمودند.

سی‌امین سالگرد پیروزی انقلاب اسلامی و آغاز دههٔ چهارم انقلاب بر همگان مبارکباد

هیچ پند دهنده‌ای پندگوتر از حق نیست. امام علی (ع)

خواص میوه ها

خوردن پیاز به اشک‌ریختن‌اش می‌ارزد

آلیوم سپال، نام لاتین همان ریشه گیاهی است که هزاران سال است بشر آن را قاتق نان خود کرده استک بی‌تردید خاستگاه پیاز خوراکی، ایران و افغانستان است و گفته می‌شود این محصول سه هزار سال پیش از میلاد مسیح در مصر باستان کاشته می‌شده است. مردم مصر علاقه‌زядای به سیر و پیاز داشتند و آن را می‌پرستیدند و به آن سوگند می‌خوردند اما مجاز نبودند پس از خوردن پیاز وارد معبد شوند و عموماً بر این باور بودند که جهان به شکل همان لایه‌های پوست پیاز است. در فهرستی که بر دیوار اهرام مصر نقش بسته، نام پیاز هم به چشم می‌خورد. هم‌اکنون بیش از ۶۰ گونه گیاه مختلف از جنس سیر و پیاز در مصر و عربستان می‌روید.
خواص پرشمار پیاز:
هر بار که کدبانوی منزل در آشپزخانه پیاز خرد می‌کند و یا همراه با رنده کردن این گیاه، اشک می‌ریزد بی‌تردید مقدار زیادی فسفر،

فلسفه هفت سین نوروزی

۱- سَنجِد، در کتاب‌های علوم تغذیه سَنجد را مقوی دماغ و قلب دانسته‌اند که سرشار از ویتامین A,B وK است. سَنجد نماد سنجیده عمل کردن است، بزرگی فرموده است. کسی که در جسم او خرد نباشد باقیمانده انسانی کامل نیست او پیکره‌ای است بدون روح.

۲- سیب، مادر یا بزرگ خانواده آن را در کنار سَنجد قرار می‌دهد. نماد سلامتی است. جملهٔ معروفی است که می‌گوید هرکس روزانه یک سیب بخورد، وی را نیازی به طبیب نیست.

۳- سبزه، نماد خوش ا خلا قی، خرمی و شادابی است. پیامبر فرموده است من برای اخلاق نیک انتخاب شدم و خداوند کسی را که با ترش‌روئی با برادران دینی خود برخورد کند دوست ندارد.

۴- سمنو، علامت توانائی و قدرت است، انسان در کنشاکش زندگی خود و مبارزه با ناملایمات می‌بایست نیرومند و قوی باشد.

نقشه بارانی شرکت مدیریت تولید برق شهید محمد منتظری

عوارض خوابیدن در بین‌الطلوعین

در مورد خوابیدن که یک امر طبیعی است، در روایات آمده است که «ساعات اولیه شب بخوابید و بین‌الطلوعین بیدار باشید» متأسفانه امروزه افراد، بسیاری از این گونه مسائل را صرفاً به عنوان دستورالعمل‌های ارشادی و اخلاقی در نظر می‌گیرند، در حالی که این دستورات صددرصد کاربردی می‌باشند. به عنوان نمونه یکی از فواید عمل به روایت مذکور این است که هورمونی در بدن به نام هورمون رشد (سوماتوتوروپ) وجود دارد که بیشترین میزان ترشح آن حدود دو ساعت بعد از غروب آفتاب می‌باشد زیرا بدن انسان یک فیزیولوژی خاصی دارد که با عالم هماهنگ می‌باشد. و در روایات آمده که همان ساعت بخوابید. اینکه خواب کافی در زمان مناسب، باعث بلندی قد می‌شود، به این دلیل است که در اوایل شب، این هورمون ترشح می‌شود و اگر کسی سرشب بخوابد، رشد متناسب و متعادلی پیدا می‌کند.

اما یک سری از هورمون‌های استرس‌زا وجود دارند (البته در جای خود مفید می‌باشند) که به آنها (کورتیکواستروئید) گفته می‌شود، مانند هورمون‌های (آدرنالین) و (نوراآدرنالین) بیشترین میزان ترشح این هورمون‌ها دو ساعت قبل از طلوع آفتاب می‌باشد یعنی دقیقاً هنگام بین‌الطلوعین (از طلوع فجر) تا (نماز صبح) (طلوع آفتاب یعنی زمانی که هوا تقریباً

طلوع خورشید

از سفر آمد پرستو خانه گل ریزان کنيد
نور دل آمد عزیزان شمع را سوزان کنيد
آذرخش سالیهای انتظار این وطن
صبح پیروزی نمایان شد زآفاق سحر
ای ظفرمندان طلوع فجر را شادان کنيد
در کنار لاله‌های خفته اندر خاک و خون
نور رحمت انوران کرده بلندی وجود
قاریان خوانید دعا و یاری از یزدان کنيد
خاک من بر قامت سُخت نوشته این کلام
بلبلی آمد پذیرایش صفابخش لب مستان کنيد
محسن از یاد تو دارد قصه شاه و پری
قصه‌سازان قصه‌ام را شعر مکتوبان کنيد
محسن یزدی

بلندترین دوجرخه متحرک:

داشت در سال ۲۰۰۳ در کانادا راند. دوجرخه تنها دوجرخ داشت و هیچ تکیه‌گاهی در اطرافش نداشت.

در مورد فشار خون چه می‌دانید؟

کاهش مصرف نمک ۴- مصرف غذای پتاسیم‌دار ۵- ترک سیگار ۶- انجام فعالیت بدنی ۷- آرام‌سازی و دورشدن از استرسها ۸- مصرف دارو طبق دستور پزشک ۹- اندازه‌گیری مرتب فشار خون و کنترل سایر فاکتورهای خطر بیماری قلبی.
–توصیه‌های لازم در کنترل فشارخون



۱- از لبنیات کم‌چرب مثل شیر ۱٪ چربی و ماست کم‌چرب استفاده کنید.
۲- از روغن مایع استفاده کنید. ۳- اگر کلسترول خون شما بیشتر از ۲۴۰ باشد بهتر است که کلسترول خون فرزندان خود را نیز اندازه‌گیری کنید. ۴- از غذاهای فیبردار مثل نانهای سبوس‌دار، عدس، غلات، سبزیجات و میوه‌های تازه استفاده کنید. ۵- از گوشت کم‌چرب استفاده کنید. ۶- دور شکم خود را اندازه‌گیری کنید در مردان باید کمتر از ۱۰۲ سانتی‌متر و در زنان کمتر از ۸۸ سانتی‌متر باشد.

توصیه‌های غذایی:

۱- از مصرف محصولاتی مثل شیرینی، کیک، پفک، چیپس، نوشابه، غذای کنسروی و نمک‌زده خودداری کنید.
۲- به جای نمک از ادویه‌جات مختلف مثل پودر لیمو عمانی، پودر سیر، زعفران، زردچوبه و سبزیجات معطر و آبغوره استفاده کنید.
۳- از غذاهای پتاسیم‌دار مثل موز، پرتقال، گوجه فرنگی، سیب‌زمینی، لیمو، زردآلو، خرما، انجیر، گلابی، هلو، توت‌فرنگی، چغندر، کلم، بادام زمینی و پر زردآلو استفاده کنید.

گردآورنده جعفر احمدی

– فشار خون چیست؟

فشار خون بالا یک بیماری بیصدا است. زمانی که قلب خون را به درون رگها می‌فرستد و فشار خون دیاستول در زمانی است که قلب در حال استراحت می‌باشد اندازه طبیعی فشار خون براساس معیارهای جدید کمتر از ۱۲۰/۸۰ می‌باشد و فشار

عَن عَلی بنِ الحسین (ع):

لَا تَنَامَنَّ قَبْلَ طُلُوعِ الشَّمْسِ فَائِيْ
اَكْثَرُهَا لَكَ اِنَّ اللهَ يُقَسِّمُ فِيْ ذٰلِكَ
الْوَقْتَ اَرْزَاقَ الْعِبَادِ عَلٰی اَيِّدِنَا
يُجْرِيْهَا (وسائل الشَّيعه- جلد۶- ص۴۹۸)

هرگز قبل از طلوع خورشید نخواب که من آن را برایت خوب نمی‌دانم، زیرا خداوند در آن وقت، روزی بندگانش را به دست ما تقسیم می‌کند.

قال رسول الله (ص)

النُّومُ مَنْ اَوَّلَ النَّهَارِ خَرَقَ وَ نَوْمُ الْقَائِلَةِ نَعْمَةٌ وَ النُّومُ بَعْدَ الْعَصْرِ حَقْمٌ وَ بَيْنَ الْعِشَاءِ يَنْ يَحْرِمُ الرِّزْقَ (مکارم الاخلاق- ص ۲۸۸)

خواب اول روز، نادانی و خواب نیمروزی نعمت و خواب عصر گاهی کم‌خردی است و خواب اول شب (بین دونماز مغرب و عشاء) باعث محروم شدن از روزی می‌شود.

گرد آورنده جعفر احمدی

خون بالاتر از ۱۴۰/۹۰ فشار خون بالا محسوب می‌شود.

– علت فشار خون بالا چیست؟

علت دقیق فشار خون بالا معلوم نیست.

ولی مقاومت رگهای خونی در سطح شریانها در این بیماری افزایش می‌یابد که با ادامه افزایش مقاومت، رگهای خونی چشم، قلب، کلیه، مغز و سایر اعضای بدن صدمه می‌بینند و در نهایت قلب در تلاش برای تحویل خون به بافتهای بدن ضخیم و بزرگ می‌شود.

– علائم فشار خون بالا چیست؟

مبتلایان به فشار خون بالا می‌توانند چندین سال بدون علامت باشند پیداشدن علائم نشان دهنده صدمه عروقی است. بیماری سرخرگ کرویز و آنژین صدری شایع‌ترین عوارض در فشار خون بالا هستند. گرفتاری عروق مغز به صورت سکته مغزی و اختلالات بینائی و یا حملات موقت فلج نیمه بدن و سردرد بروز می‌کند.

– راههای پی بردن به فشار خون چیست؟

تنها یک راه برای فهم این مسائل وجود دارد و آن کنترل فشارخون توسط پزشک یا پرستار می‌باشد.

– راههای کنترل فشار خون چیست؟

۱- کنترل وزن
۲- عدم مصرف الکل
۳-

مسابقه احكام

امام جماعت نیروگاه

افقی:

عمودی:

به دو نفر از کسانی که پاسخ صحیح جدول را ارسال نمایند
برندگان جدول پیک شماره ۳۴ به قید قرعه

تلفنهای ضروری نیروگاه

مرکز تلفن ۱۱۸

اورژانس ۱۱۵

آتش نشانی ۱۲۵

مهلت ارسال پاسخ ۸۷/۱۲/۲۰

امام جماعت نیروگاه

طراح: جلیل اکرمی

Page 10 of 10

خوبیها- ۶- تکیه کلام درویش- الگو و بدل- حروف
انگلیسی- ۷- گلزن رئال مادرید- نفی فارسی- ۸- فیلسوف
آلمانی- کلاً و غالباً- ۹- نامی برای خانمها- آقا و سرور-
همه‌ره و فایده- ۱۰- رهبر و سردسته گروه- استان مذهبی-
گردش و حرکت- ۱۱- معامله قراردادی- چیره‌دستی و
غلبه.

[illegible]

۱۹- فشارهای روانی باعث سکنه‌های خطرناک می‌شوند.
منبع: اینترنت

۲۰- شانه درد را باید جدی گرفت.
گردآوری، محمدعلی جعفری

اگر خدا کفیل روزی است غصه برای چه؟
اگر رزق تقسیم شده است حرص، چرا؟
اگر دنیا فریبنده است اعتماد به آن چرا؟
اگر بهشت حق است تظاهر به ایمان چرا؟
اگر قبر حق است ساختمانهای مجلل چرا؟
اگر جهنم حق است این همه ناحق برای چه؟
اگر قیامت حق است خیانت به مال مردم چرا؟
اگر دشمن انسان شیطان است پیروی از او چرا؟

حمید یزدخواستی

همکاران سوگوار جناب آقایان

محمد حسین قاسمی، یدالہ حاجیان، محمدعلی الماسیہ، منصور شریف طینت، مصطفیٰ رضایی، سعید گرجی پورمقدم با کمال تأثر و تألم مصیبت‌های وارده را تسلیت عرض نموده و از درگاه ایزد منان جهت آن عزیزان سفرکرده علو درجات و برای بازماندگان صبر جمیل و اجر جزیل خواستاریم.

روابط عمومی شرکت مدیریت تولید برق
شهید محمد منتظری