

تولید مردادماه ۹۱

بنابراعلام معاونت مهندسی و برنامه	میزان ۱۰۶۸۵۰۰۰۰ کیلووات	کیلووات ساعت بصورت خالص
ریزی نیروگاه شهید محمد منتظری	ساعت انرژی بصورت ناخالص	تحویل شبکه سراسری نموده است.
این نیروگاه در مرداد ماه ۹۱ به	تولید که به مقدار ۹۸۷۱۲۲۰۰	

شروع به کار پرسنل جدید استخدام

کتابی شرکت نموده اند موفق به پذیرش شده اند و قبولی از بین آن همه شرکت کننده به ضریب هوشی بالا نیاز دارد که الحمد اله همه عزیزانی که جذب نیروگاه شده اند دارند.

ایشان در بخش دیگری از سخنان خود ابداع، اختراع، ارتقاء تحصیلی و کسب مهارت‌های شغلی را از توقعات و انتظارات مسئولین نیروگاه از افراد جدید استخدام برشمرد و اظهار نمودند در جایی که شما مشغول بکار شده اید از حساسیت ویژه ای برخوردار است که نیاز به ابداع، ابتکار، کسب مهارت‌ها، عکس العمل و تصمیم گیری صحیح و سریع در هنگام بهره برداری و یا تعمیرات دارد. ایشان کار در نیروگاه را نوعی عبادت توصیف نمودند و فرمودند از فعالیت شما که همه احاد جامعه از منفعت آن بهره مند خواهند شد و قطعاً دعای خیر مردم را برای شما به همراه خواهد داشت. ایشان با ذکر اینکه نیروگاه شهید محمد منتظری از سال ۹۰ به بخش خصوصی واگذار گردیده است. و این امر در رفع موانع و نقص های قانونی و اداری

در پی فراخوان نیروگاه شهید محمد منتظری مبنی بر تکمیل کادر فنی، مهندسی و اداری و مالی، بازرگانی و آزمون بعمل آمده در اربیشت ماه ۹۱ تعداد ۷۰ نفر از افراد شرکت کننده در آزمون کتبی، مصاحبه های فنی و گزینش موفق به جذب در نیروگاه شهید محمد منتظری شدند. آموزش دوره های عمومی، توجیهی، تخصصی این افراد از تاریخ ۹۱/۶/۱ طی مراسمی با حضور مدیر عامل، معاونین، مدیران و مسئولین نیروگاه شهید محمد منتظری آغاز شد در مراسم افتتاحیه این دوره آموزشی آقای مهندس افتخاری مدیرعامل شرکت طی سخنانی ضمن خیر مقدم به پرسنل جدید استخدام توضیحات مبسوطی پیرامون نقش برق در زندگی احاد افراد جامعه بیان نمودند ایشان صنعت برق را یکی از زیربنایی ترین صنایع در هر کشور دانست و اظهار نمودند که از وجود برق است که چرخ صنایع به گردش در می آید و اقتصاد هر مملکت شکوفا می گردد و در جامعه ما تمامی مردم از نعمت برق بهره مند هستند و این به پاس تلاش و زحمات



و تسریع در انجام امور نقش بسزایی دارد. اظهار نمودند تجهیزات و تأسیسات نیروگاه امانتی در دست شماست. انشاءاله باید سعی کنید امانت دار خوبی باشید. ایشان در پایان با آروزی موفقیت در انجام امور محوله ورود آنان را به عرصه کار و تولید تبریک گفت. شایان ذکر است افراد جدید استخدام پس از گذراندن دوره های آموزشی توجیهی، عمومی و تخصصی و دوره های عملی در بخش های مختلف مشغول بکار خواهند شد.

کلیه افراد شاغل در صنعت برق است. ایشان بخش تولید در صنعت برق را از با اهمیت ترین بخش در این صنعت دانست و اظهار نمودند که جهت ساخت هر نیروگاه سرمایه های عظیمی لازم است که باید در حفظ و بهره برداری بهینه از تأسیسات و تجهیزات نیروگاهی کوشا باشیم ایشان نیروگاه شهید منتظری را یکی از بزرگترین نیروگاه های کشور عنوان و با ابراز خرسندی از اینکه افرادی در نیروگاه شهید محمد منتظری مشغول بکار می شوند از بین هزاران نفر که در آزمون

برنامه کوهپیمایی همراه با ضیافت افطار



بنابر اعلام کمیته ورزش نیروگاه تعداد ۲۱ نفر از اعضای گروه کوهسوروی نیروگاه در شب میلاد باسعادت کریم اهل بیت حضرت امام حسن مجتبی (ع) در یک برنامه کوهپیمایی در کوه صفه اصفهان، خجسته میلاد آن امام همام را گرمی داشتند و پس از انجام کوهپیمایی روزه خود را با صرف افطار باز نمودند.

در این کوهپیمایی آقای مهندس افتخاری مدیرعامل شرکت نیز گروه کوهسوروی را همراهی نمودند.

سر دبیر

سرمد

هدف

هدف و شور و اشتیاق خود را در زندگی پیدا کنید هر کدام از ما با هدف منحصر به فردی در زندگی به دنیا می آییم. همه ی ما به دلیلی در این جهان به سر می بریم و همه ی ما در اینجا هستیم تا به یکدیگر خدمت کنیم. ما مثل سلول های منفرد در یک بدن هستیم، هر یک از ما عملیات منحصر به فرد خود را اجرا می کنیم و در مجموع در خدمت جهان هستی به عنوان یک کل هستیم. زندگی باهدف نه تنها بیان واقعی این مطلب است که شما در واقع که هستید، بلکه به این معنی است که شما موهبتی برای جهان به شمار می روید و جهان به آنچه به آن عرضه می کنید نیاز دارد. هنگامی که هدفمند زندگی می کنید، رضایت خاطر و لذت بیشتری در هر کاری که می کنید، خواهید یافت. وقتی در راستای هدف، شور و اشتیاق و حقیقت باطنی خود زندگی کنید، جهان در کلیه تلاش های شما از شما پشتیبانی خواهد کرد. بنابراین، باید از فرصت استفاده کرده و نگاهی عمیق به درون خود بیندازید و هدف و ماموریت شخصی خود را در زندگی بشناسید. از طریق تامل، دعا و مراقبه آرام این کار به بهترین وجه انجام می شود، اما چند چیز وجود دارد که هم اکنون برای شروع می توانید انجام دهید.

می توانید رفته رفته این حقیقت که هیچ رویداد تصادفی در این جهان وجود ندارد و اینکه شما به راستی به دلیل خاصی در این سیاره هستید، را ملکه ی ذهن کنید. شما در این زندگی و در این جهان هدفی دارید، و کمکتان از اهمیت به سزایی برخوردار است.

بیشتر ما نمی دانیم که هدف ما در زندگی دقیقاً چیست، یعنی واقعا وقت صرف نکرده ایم که در درون خود به جستجو پرداخته تا رسالت واقعی خود را کشف کنیم. مسائل مالی، مسئولیت ها، کار و حتی کمبود اوقات فراغت آن چنان ما را از مسیر اصلی منحرف کرده اند که حتی نمی فهمیم که از چه چیزی واقعا لذت می بریم. این مصالحه ای است میان اینکه واقعا شما که هستید و چه چیزی برای عرضه به جهان دارید. شما باید مقوله کشف ماموریت واقعی خود در زندگی را اولویت اول خود بدانید. اگر هدفمند زندگی نکنید به حداکثر توانش خود نخواهید رسید یا حداکثر تواناییهای خود را ارائه نخواهید داد.

هدف این گونه عمل می کند. شما در سراسر زندگی خود سرنخ های بسیاری را برای هدف خود دریافت کرده اید. شما مواهب، استعدادها، علائق، نقاط قوت و ویژگی های کاملاً منحصر به فرد خودتان را دارید و مقرر است که از آنها استفاده کنید. چیزهایی که در زندگی بیشترین لذت را به شما داده و واقعا به شما احساس زنده بودن می دهند، نشانه های دیگری از هدفتان در زندگی می باشند.

بنابراین خلاصه کلام این است که مقدر است کارهایی انجام دهید که برایتان لذت را به ارمغان می آورند.

موهبت ها و استعدادها یکتا مقدر هستند تا به یاری مردم جهان بشتابند. زندگی کردن با هدف و منظور نوعی از زندگی است که در عمیق ترین سطح مایه ی افتخار روح شماست و آن را تغذیه می کند. در حالی که در همان حال به جهان پیرامون شما نیز یاری می رساند.

کمی وقت آرام و بی دغدغه پیدا کنید تا ذهن شما از هر گونه پریشانی خاطر پاک شود. نهایتاً باید به کمک دعا و مراقبه از عمق بیشتری از خودآگاهی خود به این پرسش ها در زندگی پاسخ دهید.

اخبار کوتاه اخبار کوتاه

ساخت انیمیشن آموزشی ترانس اصلی نیروگاه

دستورالعمل‌های ترانسفورماتور واحدهای ۲۰۰MW استخراج شده پرداخته می‌شود بدین صورت که نکات دستورالعمل‌های فوق استخراج شده و به آن پرداخته می‌شود.

این نکات شامل:

- ۱- بازدیدهای روزانه اپراتورهای الکتریک از ترانس
- ۲- سیستم خنک کاری روغن ترانس اصلی
- ۳- نحوه راه اندازی ترانسفورماتور پس از تریپ در اثر عملکرد حفاظتها
- ۴- نکات ایمنی هنگام کار با ترانس می‌باشد.

شایان ذکر است در قسمتهایی از این انیمیشن با طرح چرائی علت استفاده از رله بوخلتس آشنا می‌شویم و پس از آن اسلایدهایی از ترمومترهای روغن قرار گرفته روی تانک ترانس و نحوه اندازه گیری دمای روغن بیان می‌شود.

این انیمیشن پس از تأیید فنی توسط مهندس قانع در اختیار آموزش قرار گرفته که می‌تواند مورد استفاده پرسنل جدیدالاستخدام و کلیه پرسنل تعمیرات الکتریک و اپراتورهای الکتریک بهره برداری قرار گیرد. ایشان در پایان از حمایتها و مساعدتهای مدیرمحترم نیروگاه فاز ۲ آقای مهندس طلایی همچنین از رهنمودهای مهندس افتخاری مدیرعامل شرکت نیز تشکر و اظهار امیدواری نمودند که مورد استفاده مطلوب قرار گیرد.

انیمیشن آموزشی ترانس اصلی نیروگاه توسط آقای مهندس ابوالفضل زارعی مهندس شیفت بهره برداری و کارشناسی پشتیبانی فاز دو نیروگاه شهید محمد منتظری ساخته شد.

این برنامه آموزشی که برای اولین بار در نیروگاه‌های کشور تهیه شده ضمن تشریح فنی اصول کار ترانسفورماتورها به مسائل حفاظتی و نکات بهره برداری که برای پرسنل ضروری است می‌پردازد. سازنده آقای انیمیشن آموزشی در گفتگو با پیک انرژی نیروگاه در خصوص کاربرد آن گفت: در این انیمیشن ابتدا تصویری با نحوه کار یک ترانسفورماتور قدرت و حفاظتهای دیفرانسیل و بوخلتس و ارت فالت آشنا می‌شویم و سپس محل قرارگیری هر کدام از حفاظتهای ذکر شده بر روی ترانس اصلی را بصورت شماتیک توضیح می‌دهیم. همچنین بیننده پس از مشاهده این برنامه آموزشی می‌تواند یک تصویر روشن از نحوه عملکرد رله های دیفرانسیل و بوخلتس و ارت فالت سمت فشار قوی را داشته باشد و پس از دیدن مثالهای ساده قابل فهم ارائه شده در آن، به تحلیل فنی اتفاقات و اشکالات بوجود آمده پرداخته و ضمن درک صحیح از نحوه کار ترانسفورماتور قدرت نیروگاه با روابط ساده ریاضی و قابل فهم به تحلیل مسائل بپردازد. ایشان در بخش دیگری از توضیحات خود اظهار نمودند در قسمت دیگر این انیمیشن به مسائل مربوط به بهره برداری که از



موفقیت فرزند همکار



روزافزونشان را در کلیه مراحل زندگی خواستاریم.

آقای مجید قاسمی فرزند همکار اسماعیل قاسمی شاغل در قسمت تعمیرات الکتریک نیروگاه در آزمون‌های تیزهوشان و استعدادهای درخشان مربوطه به دوره متوسطه قبول گردیده. این موفقیت را به وی، والدین و مربیان ایشان تبریک و از درگاه خداوند سبحان توفیق

انتصاب

مدیریت تولید برق شهید محمد منتظری طی حکمی از سوی مدیرکل دفتر برنامه ریزی کلان برق و انرژی وزارت نیرو به عنوان عضو کمیته تخصصی تولید آن شورا منصوب شدند.

در اجرای روند تدوین نقشه راه فناوری صنعت برق ایران موضوع مصوبه مورخ ۹۱/۴/۴ شورای برنامه های کلان برق و انرژی وزارت نیرو آقای مهندس سید محسن افتخاری مدیرعامل شرکت

صعود به قله ۳۸۵۰ متری گول جنون

شدند. کوهنوردان صعود کننده عبارتند از آقایان رحمت اله عبدالهی، محمدعلی بشیری، جهانبخش فرامرزی، علیرضا لقائی، داوود رستمی، سید مجتبی هاشمی و به سرپرستی آقای عباسعلی احسانی فر.

بنابراعلام کمیته ورزش نیروگاه کروه کوهنوردی نیروگاه در یک برنامه دو روزه موفق به صعود قله ۳۸۵۰ متری گول جنون یکی از رشته کوههای فنی اشترانکوه واقع در روستای کمندان شهرستان ازنا از توابع استان لرستان



انتصاب

اصلی و سید اصغر حجازی عضو و دبیر کمیته بررسی نظام پیشنهادات منصوب شدند. ریاست این کمیته برعهده شخص مدیرعامل شرکت می‌باشد.

طی حکمی از سوی مهندس افتخاری مدیرعامل شرکت مدیریت تولید برق شهید محمد منتظری آقایان سید محمود ابطحی، غلامرضا اثنی عشران، رحمت اله عباسی، حسین طلایی به عنوان اعضای

انتصاب

به عنوان اعضای کمیته انضباطی شرکت منصوب شدند. ریاست این کمیته بر عهده شخص مدیرعامل شرکت می‌باشد.

طی حکمی از سوی مهندس افتخاری مدیرعامل شرکت مدیریت تولید برق آقایان مسعود اکبری، غلامرضا اثنی عشران، احمد زارع چاوشی، جعفر احمدی

تقدیر و تشکر

جهت تهیه چک لیست های مختلف و اقدام موثر در بستن والو در نشتی شدید آب در زیرزمین واحد ۳ تقدیر و تشکر نمودند.

آقای مهندس افتخاری مدیرعامل شرکت مدیریت تولید برق شهید محمد منتظری با ارسال تشویق نامه و درج در پرونده پرسنلی از زحمات آقای مهندس اصغر مهربانی به

تقدیر و تشکر

ابوالفضل زارعی به جهت طراحی و ساخت انیمیشن آموزشی ترانس اصلی واحدهای فاز دو نیروگاه تقدیر و تشکر نمودند.

آقای مهندس افتخاری مدیرعامل شرکت مدیریت تولید برق شهید محمد منتظری با ارسال تشویق نامه و درج در پرونده پرسنلی از زحمات آقای مهندس

موفقیت فرزند همکار

ایشان، والدین و مربیان وی تبریک و از درگاه خداوند سبحان توفیق روزافزون ایشان را در کلیه مراحل زندگی خواستاریم.

خانم گلناز درویشی فرزند همکار مهندس ناصر درویشی با حضور در مسابقات علمی استان اصفهان موفق به کسب رتبه برتر این دوره از مسابقات گردیده اند. این موفقیت را به

چیلر بخاری (جت چیلر)

در بخش فیزیک حرارت اینطور بیان می شود که در درجه حرارت (دما) میزان سردی و گرمی یک جسم را مشخص می کند و واحد رایج آن درجه سانتی گراد است اما حرارت میزان انرژی (نسبی) یک جسم را بیان می دارد و واحدهای رایج آن کیلو کالری و کیلو ژول می باشد. مثلاً اگر یک ظرف (شماره ۱) داشته باشیم که یک کیلوگرم آب ۸۰ درجه سانتی گراد باشد و ظرف (شماره ۲) حاوی ۵ کیلوگرم آب ۴۰ درجه سانتی گراد باشد، ظرف شماره یک گرمتر و دما یا درجه حرارت آن بالاتر است اما ظرف دوم میزان حرارت (انرژی) آن بیشتر می باشد.

گرما از نقطه گرم یعنی با درجه حرارت (دما) بالا به نقطه سرد با دمای پایین به صورت طبیعی جاری شده و انتقال می یابد. جهت ایجاد سرما بایستی گرم را از منطقه سرد گرفته و به منطقه گرم انتقال داد که این عمل مستلزم صرف هزینه است و در اصطلاح گفته می شود که برای انتقال حرارت بدینگونه (یا ایجاد سرما) بایستی کار انجام داد.

به این عمل اصطلاحاً تبرید گفته می شود. تبرید و ایجاد سرما به نسبت تولید گرما که از طریق احتراق انجام می شود در شرایط کنونی کشور ما هزینه بیشتری را به خود اختصاص می دهد.

ظرفیت تبرید با واحدی با نام تن تبرید شناخته می شود که نبایستی ۱ تن معادل ۱۰۰۰ کیلوگرم اشتباه شود. واحد توان در سیستم انگلیسی بی تی یو بر ساعت (B.T.U/h) می باشد و هر تن تبرید معادل $12000 \frac{B.T.U}{h}$ می باشد. از طرفی یک تن تبرید معادل مقدار سرمای است که یک تن (انگلیسی) یعنی ۲۰۰۰ پوند (معادل ۹۰۷ کیلوگرم) آب صفر درجه سانتی گراد را در مدت ۲۴ ساعت به یخ صفر درجه تبدیل می کند که در سیستم SI معادل $3/52$ (سه و پنجاه دو صدم) تبرید کیلو وات می باشد.

اگر بخواهیم تن تبرید را به زبان ساده بگوییم چنین می توان گفت که یک سردخانه ۱ تنی در هر ساعت تقریباً حدود ۳۸ کیلوگرم یخ (معادل یک و نیم قالب) تولید می نماید.

فتح الله لطفی

اقدامات و اصلاحات انجام شده در اطاق مژرینگ سود و اسید تصفیه خانه شیمی فاز دو



قبل از انجام اصلاح

۷- اصلاح حوضچه کم عمق مژرینگ به حوضچه ای عمیق تر با حجم گنجایش بیشتر و اصلاح و بهینه سازی سیستم اجکتوری تخلیه این حوضچه بر روی استراکچر فلزی
۸- تخریت کف مژرینگ و شیب بندی مجدد و اجرای سرامیکهای ضد سود و اسید با درزبندی ضد سود و اسید به مترای ۱۹۰ مترمربع
ایشان از کلیه قسمتها از جمله معاونت مهندسی و برنامه ریزی، امور تعمیرات مکانیک، امور تعمیرات ابزار دقیق، امور تعمیرات برق و بخش ساختمانی و کارگاه نقاشی که درانجام این پروژه با امور شیمی همکاری داشتند قدردانی نمودند.

نوع دیافراگمی وانجام لوله کشی های لازم در بخش های ورودی و خروجی پمپ های جدید.
۳- جابجایی و بهینه سازی لوله کشی و اتصالات میکسرهای سود و اسید و نصب بر روی استراکچرهای فلزی
۴- اصلاح و جابجایی و بهینه سازی لوله های ورودی و خروجی مژرینگ های سود و اسید به منظور دسترسی و کار راحتتر
۵- ایجاد اتصال خروجی پمپهای تزریق سود و اسید به مژرینگهای مربوط جهت ایجاد قابلیت تخلیه هر مژرینگ
۶- اصلاح و بهینه سازی سطح سنجهای مژرینگ های سود و اسید از حالت معمولی سایت کلاس به نوع سطح سنج مغناطیسی و اولتراسونیک

بنابراعلام مدیر امور شیمی فاز دو نیروگاه سرامیکهای کف اطاق مژرینگ سود و اسید که بر اثر ریزش سود و اسید از تجهیزات و پمپها از بین رفته بود اقدامات و اصلاحاتی انجام گردیده است.

آقای مهندس صفرزاده مدیر امور شیمی فاز دو در گفتگو با پیک انرژی نیروگاه اهم اقدامات انجام شده در این خصوص را بدین شرح اعلام نمودند:

۱- جابجایی کلیه پمپ های تزریق سود و اسید اطاق مژرینگ از حالت نصب روی زمین به حالت نصب بر روی استراکچر فلزی به منظور دسترسی راحتتر به تجهیزات و پمپ ها

۲- تعویض پمپهای پیستونی که دارای ریزش سود و اسید بودند با پمپ هایی از



بعد از انجام اصلاح

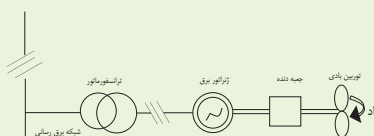
انرژی نو و تجدید پذیر



شرح زیر می باشد:

۱) پره ها: بیشتر توربین ها ۲ یا ۳ پره دارند. باد به پره ها برخورد می کند و باعث چرخش آنها می شود.
۲) ترمز: با استفاده از سیستم ترمز دیسکی می توان توربین را به طور هیدرولیکی در مواقع عادی و حتی اضطراری متوقف کرد.
۳) بخش کنترل: واحد کنترل زمانی که سرعت باد بین ۴ تا ۲۵ متر بر ثانیه است توربین را بکار می اندازد و هنگامی که سرعت باد بالاتر از ۲۵ متر بر ثانیه است آن را متوقف می کند.

ادامه دارد
سیروس نجفی



تبدیل می شود.

انواع توربین های بادی

الف: توربینهای بادی با محور چرخش عمودی که شامل مدل های ساوینوس، داریوس، صفحه ای و کاسه ای می باشد. حسن آن این است که وابسته به جهت باد نمی باشد. عیب عمده آن نیز این است که در جاهایی که سرعت باد کم است کارایی ندارد.
ب: توربینهای بادی با محور چرخش افقی که پیچیده تر و گرانتر از مورد قبلی می باشند. ولی راندمان بالا دارند و در جاهایی که سرعت باد کم باشد هم کارایی دارند. اجزا تشکیل دهنده یک توربین بادی به

ادامه از شماره قبل

بدین ترتیب در دهه های اول قرن بیستم اغلب توربین های بادی در انواع مختلف با بکارگیری قوانین آیرودینامیک و فناوری های جدید ساخته شدند.

ایجاد نیروگاه های بادی و تبدیل به انرژی الکتریکی بعد از جنگ جهانی دوم به دلیل وجود سوخت های فسیلی ارزان قیمت متوقف شد تا اینکه در سالهای ۱۹۷۳ و ۱۹۷۸ دو شوک بزرگ نفتی ضربه بزرگی به اقتصاد انرژیهای حاصل از نفت و گاز وارد آورد به این ترتیب هزینه انرژی تولید شده به وسیله توربین های بادی در مقایسه با نرخ جهانی قیمت انرژی بهبود یافت.

نحوه عملکرد توربین بادی

نحوه عملکرد توربین بادی به این صورت است که انرژی جنبشی باد به انرژی مکانیکی و سپس به انرژی الکتریکی

اخبار کوتاه اخبار کوتاه

جمعی از کارکنان کانتین نیروگاه شهید محمد منتظری



همکاران متولد مرداد ماه

پور، عبدالمجید رضائی، فریدون یدالهی
فارسانی، بهزاد روستائی، حسینعلی کاظمی،
رحمت الله عباسی، سعید منصوری،
محمدعلی جعفری پور، سارن محمودیه
چم پیری، یوسف خلجی پیربلوطی، سعید
طاهری، جعفر نیرومند، محسن مردانه،
مهران شیخ طادی، علیرضا فروتن، محمد
محمد کبیری، محمد امان الهی.

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

همکاران گرامی جناب آقایان:

همایون ریاحی، احمد حاج حیدری، اصغر
بوسعیدی، حمیدرضا پارسا، فیروز مختاری
فرد، اکبر قدوسی، محمدرضا زمانی،
اصغر صفرزاده، ابراهیم اکبر پردنجانی،
کریم هنگامی، سعید داراب زاده، جلال
عشاقی، محسن قوامی دهکردی، علیرضا
عجمین، علی جوادی، خسرو قاسمی، فرید
شیبانی، علی اکبر افتادگان، سید محمدرضا
زاهدی، حیدر کریمی، مهدی غفاری (رضا)،
ابراهیم نصرآزادانی، بابک فتحیان پور،
مهدی ایزدی جزئی، پرویز کشاورزبان

توصیه ای مفید

ویتامین ها و عناصر معدنی موجود در آن را
نام می بریم.

گیلاس

کالری کمی دارد و حاوی فیبر می باشد.
آنتی اکسیدان و ویتامین دارد و استرس را
از بین می برد.

سبزیهای سبزرنگ

حاوی مقدار زیادی اسید فولیک می باشند
و افسردگی را از بین می برند.

گوشت گاو

مقدار زیادی پروتئین دارد و باعث هوشیاری
می شود.

ممکن است بعد از یک کار طولانی،
احساس عصبی بودن و خستگی کنید و
تمایل به خوردن یک غذای ساده مانند
همبرگر، چیپس یا بستنی داشته باشید.
اما مطمئن باشید که این غذاها موجب از
بین رفتن این حالت در شما نمی شوند پس
چه باید کرد؟

این همه را می دانیم که ویتامین ها و
عناصر معدنی برای سلامتی خوب هستند
ویتامین و و روی، اسید فولیک و نیز فیبر
، امگا۳ و آنتی اکسیدان ها همه برای تغییر
حالت و خوشرو بودن مهم است.
برای مثال چند از مواد غذایی را به همراه

عبرت از حوادث

**تدابیری که می بایست برای
پیشگیری از این حوادث بیاندیشیم:**

۱- قبل از دادن مجوز و فرستادن کارگر به
محیطهای کاری خطرناک باید مسئولین با
هم هماهنگ بوده. از محیط بازدید و شرایط
کاملا توضیح داده شده و شفاف سازی شود
و پیامدهای آن مورد تجزیه و تحلیل قرار
بگیرد و به اطلاع کارگر مربوطه رسانده
شود.

۲- بعضی از کارهای تعمیراتی که
از حساسیت خاصی برخوردار است
(کار خطرناک) نیاز است نسبت به آن
احساس مسئولیت بیشتری شده و تکنسین
مربوطه در محل حضور داشته باشد.

۳- هنگام صدور کارت تعمیراتی که از
حساسیت ویژه ای برخوردار است نیاز است
که اپراتور مربوطه با هماهنگی سرپرست
خود حساسیت موضوع را مدنظر داشته و
هشدارهای لازم را به فرد تعمیر کار بدهد و
موضوع به اداره ایمنی نیز اطلاع داده شود.

تهیه و تنظیم:

اداره حفاظت فنی، ایمنی و بهداشت کار نیروگاه

**امید به اینکه از حوادث عبرت
بگیریم و خود آن را تجربه نکنیم!**

با سلام خدمت همکاران عزیز از آنجا که
تجربه را تجربه کردن خطاست قصد داریم
منبعده به منظور پیشگیری از حوادث، یکی از
حوادث اتفاق افتاده در صنایع را مورد بررسی
قرار دهیم امید اینکه مورد توجه قرار گیرد
و شاهد محیطی امن و بدون حادثه باشیم.
کارگری که در حال دمونتاز لوله های
قدیمی امپالس مربوط به مژرینگ تصفیه
خانه شیمی بود پس از بریدن یکی از لوله
ها مقداری اسید سولفوریک حبس شده به
وی می پاشد که باعث سوختگی صورت و
اطراف چشم کارگر می گردد.

علل حادثه

- ۱- عدم تخلیه کامل اسید از لوله امپالس و
شستشوی مسیر
- ۲- عدم قرار گرفتن کارگر در وضعیت
مناسب هنگام کار کردن
- ۳- عدم استفاده صحیح و کامل از لباس
ضد اسید
- ۴- عدم هماهنگی لازم با اداره ایمنی
نیروگاه

**پانزدهم رمضان خجسته سالروز
کریم اهل بیت
حضرت امام حسن مجتبی علیه السلام مبارک باد**

نایب‌داری ظلم

وی، آنها را سر بریده و سرهای آنان را برای صدام فرستادند.

۳- در سال ۱۳۹۰ هجری شمسی (۱۹۱۱ میلادی) ارتش روسیه تساری به حرم حضرت امام رضا علیه السلام حمله کرده گنبد را به توپ بستند و حرم را غارت نمودند. در همان موقع مرحوم سید اشرف الدین قزوینی این شعر را منتشر نمود:

دیشب به سرم باز هوای دگر افتاد
در خواب مرا سوی خراسان گذر افتاد
چشمم به ضریح شه والا گهر افتاد
این شعر همان لحظه مرا در نظر افتاد

با آل علی (ع) هر که در افتاد، ورافتاد
شش سال بعد انقلاب اکتبر ۱۹۷۱ روسیه به وقوع پیوست و طومار حکومت تساری را در هم پیچید.

۴- سوم اسفند ۱۳۸۴ عده ای در لباس پلیس عراق (که هر آدم معقولی سرنخ آن را در دست اشغال گران و صهیونیست می تواند ببیند) مرقد مطهر امام هادی و امام عسکری علیه السلام را منفجر نمودند. این حادثه که به قول رهبر معظم انقلاب دست آمریکا را در بروز آن می توان بخوبی دید منجر به خروج ذلت بار آنان از عراق گردید. اخیراً دست های پنهان و پیدای صهیونیست ها وارد عمل شده و توهین به مقدسات را سرلوحه خود قرار داده است و حتی در مورد یک جوان خام نأگاه را وارد کرده اند که به محضر مقدس امام هادی (ع) توهین نماید.

دیری نباید که این گستاخی ها پاسخ داده شده و دودمان آنان را سر باد دهد.

فتح ... لطفی

۱- شیخ بهائی روایت می کند که نقل می کنند: امام هادی علیه السلام را با حالتی آزاردهنده به طرف کاخ متوکل، خلیفه عباسی می برند. من به ایشان نزدیک شده تا دلجوئی نمایم امام علیه السلام فرمود: بخدا نAFE صالح از من عزیز تر نبود و آنگاه آیه ۶۵ سوره هود که در آن به قوم حضرت صالح متعاقب پی کردن نAFE پس از سه روز وعده عذاب داده شده است را قرائت نمودند. وی می گوید پس از سه روز متوکل به دست فرزند خویش به هلاکت رسید.

۲- پس از حمله کویت به عراق و حمله نیروهای آمریکائی و هم پیمانانش به عراق در سال ۱۳۶۹ و نفوذ تا قلب استان ناصریه، مردم جنوب عراق دست به قیام عمومی زده که به ناگهان آمریکائی ها عقب نشینی کردند و ارتش عراق دست به کشتار قیام کنندگان زد.

در کربلا، مردم به حرم امام حسین علیه السلام پناه بردند. حسین کامل حسن که از اقوام پدری و هم عشیره صدام و همچنین داماد وی و وزیر دفاع عراق بود روبروی حرم ابا عبدالحسین قرار گرفت و گفت: تو حسینی من هم حسینم بجنگ تا ببینیم چه کسی پیروز می شود. و حرم را به گلوله بست. در سال ۱۳۷۴ وی به همراه بردار دیگرش صدام کامل حسن (که او هم داماد دیگر صدام بود) به اردن رفته و اظهاراتی را علیه حکومت عراق ابراز داشتند. چند روز بعد اعلام شد صدام آنها را بخشیده و به زودی به عراق باز می گردند. پس از یک روز اعلام شد عشیره

همکاران بازنشسته

بازنشسته شدن تعدادی از همکاران و ورود آنها به مرحله ای جدید از زندگی را خدمت آنان و خانواده محترمشان تبریک می گوئیم و از زحمات چندین ساله آنها در نیروگاه شهید محمد منتظری تقدیر و تشکر می نماییم. انشاءالله در پرتو عنایات حق تعالی همواره موفق، مؤید و پیروز باشند.



آقای فضل اله شهید
تاریخ استخدام: ۶۴/۱/۲۴
شغل: تکنسین تعمیرات ابزار دقیق
تاریخ بازنشستگی: ۹۱/۶/۱



آقای رمضان بختیاری
تاریخ استخدام: ۶۱/۱۱/۲
شغل: اپراتور مسئول تجهیزات کمکی
تاریخ بازنشستگی: ۹۱/۶/۱



آقای مرتضی کلی باغ مهباری
تاریخ استخدام: ۶۱/۶/۱
شغل: مسئول کارگاه ماشین افزار
تاریخ بازنشستگی: ۹۱/۶/۱



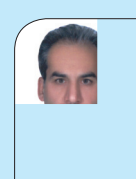
آقای ابراهیم مرادی
تاریخ استخدام: ۶۷/۲/۱۷
شغل: اپراتور الکتریک
تاریخ بازنشستگی: ۹۱/۶/۱



آقای منصور مددیان
تاریخ استخدام: ۶۳/۷/۲۳
شغل: کارگر خدمات کانتین
تاریخ بازنشستگی: ۹۱/۶/۱



آقای مهران نریمانی
تاریخ استخدام: ۶۱/۱۱/۲
شغل: اپراتور مسئول تجهیزات کمکی
تاریخ بازنشستگی: ۹۱/۶/۱



آقای علی کمالی اردکانی
تاریخ استخدام: ۶۱/۱۱/۲
شغل: اپراتور مسئول شیمی
تاریخ بازنشستگی: ۹۱/۶/۱



آقای سعید ایمانی
تاریخ استخدام: ۶۴/۷/۱۳
شغل: اپراتور شیمی
تاریخ بازنشستگی: ۹۱/۵/۱



آقای ابراهیم امانی
تاریخ استخدام: ۶۱/۶/۷
شغل: مسئول تعمیرات مکانیک توربین و ژنراتور
تاریخ بازنشستگی: ۹۱/۶/۱



آقای محمود ندفای
تاریخ استخدام: ۶۱/۶/۸
شغل: مسئول کارگاه الکترومکانیک
تاریخ بازنشستگی: ۹۱/۶/۱



آقای حسن استاد علی
تاریخ استخدام: ۶۱/۸/۳۰
شغل: اپراتور مسئول بویلر
تاریخ بازنشستگی: ۹۱/۶/۱



آقای حسن استاد علی
تاریخ استخدام: ۶۱/۸/۳۰
شغل: اپراتور مسئول بویلر
تاریخ بازنشستگی: ۹۱/۶/۱

بازنشستگی،
آغازی است برای
بهره مندی بیشتر و
بهبود زندگی

همدرد

ای کاش نمیدیدم یا شیشه مشجر بود
خورشید نمی تابید آینه مکدر بود
از سوزش تب طفلی آرام نمی گیرد
در صحنه ی ایامش این پرده ی آخر بود
در چشم پدر گویی باران بهاران بود
دشت و دمن بابا یک صورت لاغر بود
مادر که به ناچاری با زبری دستانش
در درس نوازش هم چون سیلی کافر بود
یک شمع به تاریکی می سوخت گواهی را
افسوس که در خانه طوفان به سراسر بود
(راهی)
کریمی نیروگاه اصفهان

تجارب دیگران در کلامی کوتاه

- ۳۹- تحمل خوشبختی بیش از تحمل بدبختی
۳۶- اگر می خواهید در هر کاری پیروز باشید، باید این طرز فکر که شکست خوردن، بازنده شدن است را از سر به در کنید.
۳۷- اگر مردم مرا شناسند، غصه نخواهم خورد، ولی اگر من مردم را شناسم، افسرده خواهم بود.
۳۸- کاملترین نوع بی عدالتی آن است که عادل به نظر برسیم در حالی که عادل نیستیم.
- ۳۹- تحمل خوشبختی بیش از تحمل بدبختی
نشانه فضیلت اخلاقی است.
۴۰- هدف و غایت زندگی فتح و پیروزی نیست. هدف زندگی رشد و تعالی و خیر انسانی است.
۴۱- لحظه ای که خود را به انجام کاری متعدد می سازید خداوند هم به یاری می آید. دست هایی به یاری می آیند که اگر تعهدی نداشتید نمی آمدند.
جعفر احمدی

ارتقاء زبان انگلیسی

خوانندگان محترم از این شماره به بعد قصد داریم به منظور فراگیری و ارتقاء آموزش زبان انگلیسی مطلبی را به زبان انگلیسی درج نماییم و از خوانندگان عزیز درخواست نماییم که ترجمه ی صحیح آن را برای پیک انرژی ارسال دارند بدیهی است به بهترین ترجمه هدیه ای به رسم یادبود اهدا خواهد شد. مهلت ارسال پاسخ: ۹۱/۶/۲۵

2) A couple were talking together before Marriage:

Gill: When we get married, i want to share all your worries. troubles and lighten your burden.

Boy: it 's very kind of you, darling. But I don't have any worries or troubles.

Girl: Well that's because we aren' t married yet.

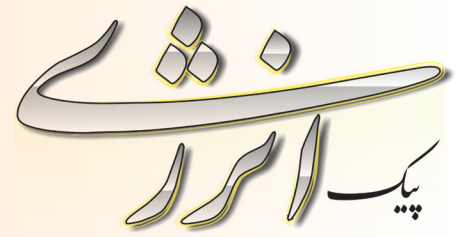
متن ارسالی از: ابوالفضل قاسمی

حکیم مقبول و سعیم مشکور

شما سهیم باشیم اینک که به فضل خدا از سفر معنوی زیارت خانه خدا، مرقد مطهر پیامبر بزرگوار اسلام و ائمه بقیع بازگشته اید مقدمات را گرامی داشته و قبول طاعات و عبادات شما را از درگاه معبود یکتا مسئلت می کنیم.

روابط عمومی نیروگاه

همکار گرامی جناب آقای:
حاج محمدعلی تیموری
عطر دل انگیز عبودیت در سرزمین وحی را با حضور سبزان در میهن عزیز اسلامیمان استشمام می کنیم و دل وجودمان را به اوج عشق و بندگی پرواز می دهیم تا با پر کشیدن به دیار ربانی در ثواب سفر روحانی



شرکت مدیریت تولید برق شهید محمد منتظری

مدیر مسئول : روابط عمومی
سردبیر: مرتضی سیاری
هیئت تحریریه : کمیته انرژی و روابط عمومی
صفحه آرایی و اجرا : کانون تبلیغاتی فارابی
عکس : سمعی بصری روابط عمومی
نشانی : اصفهان، کیلومتر ۸ بزرگراه تهران
تلفن : ۳۸۰۲۵۶۷ نمابر : ۳۸۰۴۴۷۲

مسابقه احکام

ضمن تشکر از شرکت کنندگان در مسابقه احکام و با سلام به محضر پویندگان سوالات شرعی، در پیک شماره ۶۵ سوالی را مطرح نمودیم با این عنوان یکی از واجباتی که فروع دین است و قضا ندارد چیست که پاسخ صحیح آن بدین شرح است:
اهمیت واجبات دین از دو جهت مورد بررسی است. اول اینکه برای بعضی خداوند قضای آن واجب را تکلیف نموده تا مکلف از فیوضات آن واجب جا نماند و بهره مند گردد و برای بعضی زمان انجام و قضا در آیند نگذاشته که می فرمایند آن قدر این واجب مهم است اگر مکلفی دریغ نمود از فیض عظمای آن فریضه باز می ماند که این دومین مورد اهمیت واجبات است در مثال مثل جهاد، امر به معروف و نهی از منکر در صورت انجام وظیفه توسط فرد دیگری این دین از گردن دیگران ساقط و قضا ندارد. که از بین پاسخ دهندگان **آقای فضل اله شمس** به قید قرعه برنده شده اند که هدیه ای به رسم یادبود به وی اهدا خواهد شد.

سوال شماره ۵۹: زکات، خمس، صدقه، زکات فطره و کفاره پول و اشیاء پیدا شده به چه کسی تعلق نمی گیرد؟
مهلت ارسال پاسخ: ۹۱/۶/۲۵

امام جماعت نیروگاه

سوال علمی

در پیک شماره ۶۵ سوال شد چرا در نیروگاه یک جا بخار گرم و در جایی دیگر آب سرد (کندانسور) وجود دارد؟
پاسخ علمی این موضوع این است که براساس قانون دوم ترمودینامیک باید دو سطح حرارتی گرم (بویلر) و سرد (کندانسور) وجود داشته باشد که حرارت از جسم با دمای بالا به موتور حرارتی (توربین) و از موتور حرارتی به جسم با دمای پائین انتقال یابد و طی این انتقال کار انجام گیرد.
به زبان ساده تر در مورد کندانسور می توان گفت که اگر کندانسور نبود و بخار خروجی توربین (که میزان آن هم زیاد است) اگر وارد اتمسفر می شد هدر می رفت و مهمتر اینکه اگر قرار بود آن را دوباره به سمت بویلر پمپاژ نمود (اگر پمپی یانت شود که بتواند آب و بخار را پمپ کند) هزینه و توان مصرفی آن پمپ بیش از توان تولیدی توربین می باشد. که از بین پاسخ دهندگان **آقایان فضل اله ابراهیمیان و قاسم شیخی** پاسخ صحیح ارائه نموده اند که هدیه ای به رسم یادبود به آنان اهدا خواهد شد.

سوال علمی شماره ۸: رژیم کنترل شیمیایی سیکل آب و بخار واحدهای نیروگاه شهید محمد منتظری چه نام دارد و چه مزایایی نسبت به رژیم کنترل شیمیایی که در سایر نیروگاه ها دارد؟

مهلت ارسال پاسخ: ۹۱/۶/۲۵

همکاران سوگوار جناب آقایان:

نصراله شفیعی، مصطفی صابری، علی احمدی
امراه رحیمی و خانواده محترم همکار بازنشسته
سید احمد مرتضوی

با کمال تأثر و تألم مصیبتهای وارده را تسلیت عرض نموده و از درگاه ایزد منان جهت آن عزیزان سفر کرده علو درجات و برای بازماندگان صبر جمیل و اجر جزیل خواستاریم.
روابط عمومی شرکت مدیریت تولید برق شهید محمد منتظری

دو کلمه حرف حساب

گناهان و در نتیجه موجب مصون ماندن از خطرهای می شود.
۴. آمادگی برای انجام تمام عبادتها از چند جهت است که کمترین آنها کم احتیاجی به تخیلی و بدست آوردن غذا و کمتر بیمار شدن به بیماریهای گوناگون است- زیرا معده خانه بیماری و پرهیز سر هر دارویی است. و نیز مانع بوجود آمدن مشکلاتی که از غذا خوردن بوجود آمده و انسان را محتاج مال و مقام دنیا می کند می گردد، مال و مقامی که عده بسیاری را هلاک کرده است.(برگرفته از ترجمه المراقبات ص: ۱۹۶)

با توجه به این مقدمه باید بگوئیم: هنگامیکه ثمرات روزه داری (اعم صفای قلب، از تسلیم در برابر خداوند، گناه نکردن و آمادگی برای عبادت) برای انسان محقق شد انسان می تواند با مراقبت و استقامت در بعد از ماه مبارک رمضان، بر سختی ها و دشواریهایی که برای انجام عبادات وجود دارد صبر نماید.

چون با روزه گرفتن زمینه عبادت را در خود فراهم نموده. همینطور در برابر سختی هایی که در مسیر گناه نکردن وجود دارد نیز صبر نماید چرا که با روزه گرفتن نفس خود را بر این امر آماده نموده و در نهایت به سختی ها و مشکلات و مصیبتهای دنیایی نیز صبر می نماید.

چرا که با روزه گرفتن قلب و جان او در برابر آنچه خداوند برای او مقدر نموده تسلیم می باشد.
باشد که بتوانیم در مقابل تمرینات نفسانی و هجمه های شیطانی خود را محفوظ بداریم و همیشه با معنویات ماه مبارک رمضان مانوس و همگام باشیم.

امام جماعت نیروگاه

طراح: ابوالفضل قاسمی

و آرامبخش-۸- خیلی نه- یک واحد گفتار- با آب خشک می شود-۹- بزرگ ترین بندرآلمان.

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹
۱									
۲									
۳									
۴									
۵									
۶									
۷									
۸									
۹									

مراقبت پس از ماه مبارک رمضان
با سلام و آرزوی قبولی طاعات و عبادات همکاران عزیز در این شماره نظرات شما گرامیان را به تامین نگه داری یا مراقبت پس از ماه مبارک رمضان جلب می داریم چون حفظ و نگهدار یک ماه ضیافت و آن همه معنویت نیاز به تدبیر و پرهیز مستمر دارد:

از ارکان اصلی روزه امساک از خوردن و آشامیدن می باشد که این امساک و تحمل گرسنگی خود منشا تحولات درونی بزرگی در انسان می باشد. برخی از این آثار که علمای اخلاقی با بهره گیری از روایات به آن اشاره نموده اند به شرح ذیل می باشد:

۱. تربیت اندیشه و صفای قلب: از رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم روایت شده است: (کسی که شکم خود را گرسنه نگهدارد اندیشه اش تربیت می شود). و هنگامیکه اندیشه انسان در مسیر صحیح تربیت شد شناخت و معرفت الهی همچون نوری قلب او را صفا می دهد.

۲. تسلیم و تواضع در برابر خداوند و از بین رفتن سرمستی و ناسپاسی او.

چرا که سیری و بی نیاز دیدن خود در برابر خداوند منشأ سرکشی و طغیان می باشد همانگونه که خداوند فرموده: (ان الانسان لیطغی ان راه استغنی) العلق ۶ و ۷- به یقین انسان طغیان می کند، از این که خود را بی نیاز ببیند! لذا وقتی انسان با گرسنگی خوار شد، در مقابل پروردگارش تسلیم و خاضع شده و از سرکشی دست برمی دارد.

۳. شکستن شدت شهوات و کاهش گناهان: از آنجا که بیشتر گناهان کبیره اعم از گناهان گفتاری و رفتاری از سیری و پرخوری سرمنشأ می شوند، گرسنگی باعث کاهش

جدول

افقی:

۱- به محافظ های باتری می گویند-۲- ۸۳۶/۰ مترمربع-۳- گاهی از روی آن پیدایتان می کنند- از غذاهای قرآنی-۴- آدم خیلی مهمی است- می گویند دوسرش هم وجود دارد-۵- پنهان در گویش آذری- وارونه اش کنید تا صندوقچه شود-۶- بچه آران- نابود و هرزه و بی حاصل-۷- پدربزرگ لازا-۸- همان هرگز خودمان است- شهر بلقیس- درد فرنگی-۹- همیشه زیرپای چپ است.

عمودی:

۱- محلولی برای سنجش میزان اکسیژن-۲- یار را میمون بود-۳- از اقوام ایرانی- پسرعموی سیر-۴- خب نیس- در خور-۵- درست نویسی- چهار بیت به هم ریخته-۶- منسوب به نروژ- امر به یافتن-۷- رنگ زیبا و چشم نواز

به دو نفر از کسانی که پاسخ صحیح جدول را ارسال نمایند جایزه نفیس اهداء خواهد شد. مهلت ارسال پاسخ ۹۱/۶/۲۵
برندگان جدول پیک شماره ۶۶ به قید قرعه آقایان:

تلفنهای ضروری نیروگاه

مرکز تلفن ۱۱۸

اورژانس ۱۱۵

آتش نشانی ۱۲۵