



گزاین برتر اندیشه برنگذرد

بنام خداوند جان و خرد

صفحات

۱	پیشگفتار (ویژگی های تشکل های صنفی)
۲	روش های استاندارد جهت نگهداری و انبار کردن سیلندرهای گاز مایع (بخش یکم)
۳	ادامه روند تصمیمات و مصوبات کمیته بازسازی، در جهت ارتقاء سطح ایمنی شیر و سیلندر
۴	اثرات سودمند رعایت استانداردها
۴	شعاع انفجار گاز مایع رها شده در محوطه باز تاسیسات
۵	ویژگیهای عمومی مخازن گاز کش
۵	ضرورت بهینه سازی مصرف انرژی
۶	درباره روانشناسی کار بدانیم
۷	خود ارزیابی با استفاده از مدل EFQM و پیاده سازی آن در سازمان
۸	گوناگون

فهرست مندرجات



سال نو مبارک

ویژگی های تشکل های صنفی

تعاریف گوناگونی برای تشکل های غیردولتی از جمله در حوزه صنعت ارائه گردیده که در رایج ترین تعاریف، ویژگیهای زیر برای تشکل های حرفه ای و صنفی پذیرفته شده است:

غیرسیاسی، غیرانتفاعی، غیردولتی و داوطلبانه بودن سرانجام نیز در مقابل اهداف مندرج در اساسنامه مربوطه پاسخگو باشند.

در دنیایی که افراد علائق و نیازهای متفاوت خود را در بسیاری از موارد همسو و مشترک می یابند، ضرورت دخالت بخش های مختلف از جمله صنعتگران نیز در پیگیری علائق و منافع مشترک، آشکار می شود.

تشکل های داوطلب صنفی، قابلیت همسو کردن نیازها و علائقی را دارند که به هدفی مشترک ختم می شود و به صورت خودجوش و داوطلبانه، توسط گروهی از صنعتگران حقیقی و حقوقی تشکیل شده و اهداف غیرانتفاعی و غیرسیاسی خود را به نحو مسالمت آمیزی پیگیری می نمایند. اهمیت تشکل ها در پاسخگویی به نیازهای عمومی و کارکرد متنوع آنان از رفاه تا توسعه است.

تشکل ها به نحو مطلوب می توانند نقش واسطه را بین بخش خصوصی و دولت ایفاء نموده و دولت را در اجرای برنامه های توسعه، یاری رسانند.



دبیرخانه انجمن



روشهای استاندارد جهت نگهداری و انبار کردن سلیندرهای گاز مایع (بخش یکم)

۱- کلیات

سلیندرهای گاز مایع را نباید در مجاورت اشیاء قابل اشتعال و منابع حرارتی و در محل هایی که احتمال وارد آمدن صدمه فیزیکی به سلیندر وجود دارد، قرار داد.

سلیندرهای گاز مایع را نباید نزدیک دربهای خروجی، پلکانها یا محوطه هایی که به طور معمول مورد استفاده مکرر افراد قرار می گیرد، گذاشت.

نگهداری سلیندر گاز مایع در مجاورت سلیندرهای محتوی اکسیژن یا هوای فشرده به کلی ممنوع است حتی این دو نوع سلیندر را نباید با یکدیگر در یک اطاق یا انبار نگهداری نمود.

نظر به اینکه گاز مایع از هوا سنگین تر است و در صورت نشست، تخلیه فوری آن در محوطه هایی که پایین تر از سطح زمین قرار دارند، به سهولت امکان پذیر نیست بنابراین سلیندرهای گاز مایع را مطلقاً نباید در محوطه های سرپوشیده پایین تر از سطح زمین قرار داد.

شیر سلیندرهای گاز مایع صرفنظر از اینکه پر و یا خالی باشد، به جز در مواقعی که از آنها استفاده می شود در سایر اوقات باید همیشه بسته باشد.

سلیندرها را هنگام انبار کردن باید روی سطح افقی محکم بطور قائم قرار داد به طوریکه دهانه آنها دائماً با فضای محتوی بخار داخل آنها ارتباط داشته باشد.

به طور کلی سلیندرها در انبار نباید در معرض صدمه و دستکاری قرار گیرند.

سلیندرهایی را که حداکثر ظرفیت آنها تا ۱۳ کیلوگرم گاز مایع می باشد باید حتی الامکان در خارج ساختمان قرار داد در حالیکه سلیندرهای بزرگتر باید حتماً در خارج ساختمان نگهداری شود.

۲- انبار کردن سلیندر

در نمایشگاهها یا فروشگاههای وسایل گازسوز فقط می توان حداکثر ۲ عدد سلیندر پر که مجموع ظرفیت گاز مایع آن از ۲۲ کیلوگرم تجاوز ننماید برای نمایش و آزمایش وسایل گازسوز نگهداری نمود.

برای مبارزه با حریق لااقل یک دستگاه کپسول پودری آتش نشانی ۶ کیلویی یا معادل آن باید در این اماکن در محلی که به آسانی قابل دسترسی و رویت فوری باشد، نصب گردد.

۳- انبار توزیع شهری سلیندرهای گاز مایع در هوای آزاد

در صورتی که مجموع ظرفیت سلیندرها از ۵۰۰۰ کیلوگرم بیشتر باشد باید آنها را در هوای آزاد و حتی الامکان زیر سایه بان مناسبی



نگهداری نمود. این انبارها باید دارای شرایط و مشخصات زیر باشند:

- اطراف محوطه مخصوص نگهداری سلیندرها باید بوسیله دیوار یا حصار مناسبی به ارتفاع حداقل ۲ متر محصور گردد تا امکان هرگونه دستیابی و دستکاری به سلیندرها از خارج، وجود نداشته باشد.

- محل نگهداری و چیدن سلیندرها در انبارهای با ظرفیت ۲۵۰ کیلوگرم گاز مایع به بالا باید به صورت سکویی به ارتفاع مناسب با وسایط نقلیه حمل سلیندر باشد تا اولاً عمل تخلیه و بارگیری سلیندرها به سهولت انجام گیرد و از پرت شدن آنها جلوگیری به عمل آید و ثانیاً سلیندرها فقط در روی این سکو نگهداری شود و از قرار دادن آنها در نزدیکی دیوارهای محوطه، ممانعت شود. در انبارهای به ظرفیت کمتر از ۲۵۰ کیلوگرم گاز مایع، احداث سکو اختیاری است.

- در روی سکو چیدن سلیندرها روی یکدیگر ممنوع است برای این منظور باید سکو دارای سطح متناسب با تعداد نگهداری سلیندر باشد تا بتوان سلیندرها را بدون قرار دادن بر روی یکدیگر، روی سکو جا داد.

- استعمال دخانیات و یا استفاده از شعله باز در محوطه این انبارها به کلی ممنوع است و برای اجرای این منظور باید بر روی درب ورودی و همچنین قسمتهای مختلفی از محوطه انبار که در معرض دید کامل باشد، تابلوهای «استعمال دخانیات ممنوع» نصب گردد.

- در انبارهای هوای آزاد، کلیه وسایل برقی که در فاصله افقی یا عمودی کمتر از ۱۵ متر نسبت به نقاط محتمل به نشست گاز قرار دارند، باید از نوع ضد جرقه باشند.





ادامه روند تصمیمات و مصوبات کمیته بازسازی ، در جهت ارتقاء سطح ایمنی شیر و سیلندر

کمیته بازسازی به منظور کنترل و نظارت دقیق و هرچه بیشتر بر روی مقوله های زیر:

الف: خارج کردن شیر و سیلندر های فرسوده از چرخه توزیع.

ب: انهدام و ذوب شیر و سیلندر های فرسوده.

ج: جلوگیری از ورود مجدد شیر و سیلندر های فرسوده به چرخه توزیع.

د: تعمیر و ساخت شیر و سیلندر های جایگزین ، با رعایت استانداردها و خط مشی های مقرر.

پس از بررسی های همه جانبه که طی جلسات متعدد به عمل آورد، کارخانجات مشروحه زیر را مورد تایید قرار داد تا شرکتهای توزیع کننده در خصوص تعمیرات، ساخت و ذوب شیر و سیلندر های تحت مالکیت خود، حسب مورد مراتب را با آنان هماهنگ نمایند:

۱- واحدهای ساخت و تعمیر سیلندر

نام واحد	تلفن	آدرس
آذر سیلندر	۰۴۱۱-۲۸۹۶۹۴۴	تبریز - خیابان راه آهن - جاده سنتو جنب خانه سازی آذربایجان
ارسال مخزن	۰۱۲۲-۷۳۳۲۸۳۰	کیلومتر ۷ آمل - محمود آباد - روبروی پمپ بنزین جمشیدی
ایران سیلندر	۰۲۱-۵۲۰۲۳۸۸	شهر ری - اول جاده قم - خیابان انبار نفت پشت روغن بهران
براز سیلندر	۰۲۱-۸۸۳۵۲۶۴	تهران - ایرانشهر شمالی - نبش آذر شهر - پلاک ۲۰۵ - طبقه ۴
پارس سیلندر	۰۲۱-۸۷۶۶۸۶۶	تهران - سهروردی شمالی - کوچه فیروز - پلاک ۵
پرس سیلندر	۰۲۱-۸۹۰۲۰۳۳	تهران - خیابان استاد نجات الهی - کوچه صارمی - پلاک ۳۴
سرویگاز	۰۲۱-۵۲۴۷۳۲۰	کیلومتر ۱۰ جاده ساوه - چهار دانگه - خیابان شهید محمد حسن - بعد از بل راه آهن - انتهای خیابان شهدای گمنام
ام گاز	۰۲۱-۶۶۰۰۱۷۴	جاده ملارد - جنب مخازن انبار نفت - پلاک ۳۶
*یدک کشاورز	۰۲۲۲-۳۲۳۲۱۰	سمنان - سرخه - صندوق پستی ۱۱۶-۳۵۵۱۵

* واحد یدک کشاورز فقط دارای امکانات تعمیر سیلندر می باشد.

۲- واحدهای ساخت شیر

نام واحد	تلفن	آدرس
البرز یدک	۰۲۱-۸۷۹۸۵۶۳	قزوین - شهر صنعتی البرز - خ میرداماد - خ بیبقی - روبروی بیمه
ایران شیر	۰۲۱-۸۸۱۳۱۲۹	تهران - خیابان مطهری - روبروی شهید سرافراز - پلاک ۳۰۰
صنایع شیر اتحاد	۰۲۱-۶۹۳۲۰۷۸	تهران - خ آذربایجان - خ باستان - شماره ۱۱۸
کامل پیوند	۰۲۱-۸۷۴۶۰۴۲	تهران - خ میر عماد - کوچه دوم - پلاک ۸

۳- واحدهای ذوب سیلندر

نام واحد	تلفن	آدرس
سدید	۰۲۱-۵۲۴۱۰۲۱-۷	تهران - کیلومتر ۱۰ جاده ساوه - مقابل بنز خاور
پارس متال	۰۲۱-۴۵۰۳۸۱۰-۳	تهران - کیلومتر ۸ جاده مخصوص کرج - خ رنگین
فولاد آلیاژی یزد	۷۳۵۳۰۹۰-۴	یزد - بلوار آزادگان - خ شهید دهقان منشادی - کیلومتر ۲۴ جاده اختصاصی
فولاد مبارکه اصفهان	۰۲۱-۸۷۲۲۸۲۳	تهران - خ خالد استانبولی - خ ۱۱ - شماره ۲۸

۴- واحدهای ذوب شیر

نام واحد	تلفن	آدرس
زرین فلز شرق	۰۲۳۲-۴۷۷۲۱۵۹	کیلومتر ۵۰ جاده خاوران - شهرک صنعتی علی آباد - بلوار نخل - بلوار کاج - ترگس ۴ - پ ۳۶
ذوب آلیاژ	۰۲۹۲-۳۲۳۳۴۱۴	کیلومتر ۲۵ جاده خاوران - خاتون آباد دوم - کوچه شهید میر آخوری - خیابان کانال - پ ۲
سیمگون (شبییه)	۰۲۸۱-۲۳۳۲۸۸	کیلومتر ۲ جاده قزوین، رشت - جنب کارخانه شیشه قزوین

تنه راه نجات صنعت گاز مایع ، انجام یک دگرگونی بنیادی در نحوه قیمت گذاری است تا این صنعت بتواند چون سایر بخشها خود را بازسازی نموده و در بازار رقابتی سالم ، خدمات خود را عرضه نماید.



ریشه یابی حوادث از مهمترین و حساس ترین مسئولیتهای مدیران و سرپرستان، به شمار میرود.



اثرات سودمند رعایت استانداردها



رعایت استانداردها نه تنها سبب ارتقاء سطح ایمنی و توسعه صنعت می گردد، بلکه برای کارفرمایان و کارکنان صنعت نیز آینده متعالی و شکوفاتری را به دنبال می آورد.

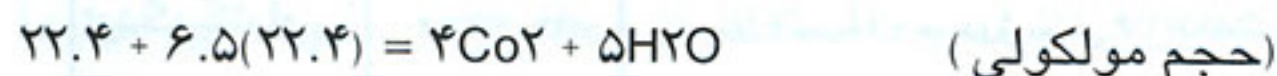
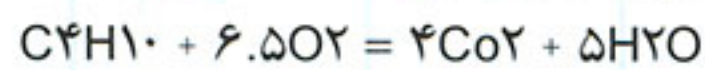
- تأمین و توسعه ایمنی کارکنان و مصرف کنندگان.
- کاهش هزینه انواع بیمه ها.
- تقلیل هزینه های عملیاتی.
- حصول اطمینان از روش های تدارکاتی به لحاظ ضابطه مند بودن تهیه و تأمین لوازم یدکی.
- فراهم بودن شرایط جهت حمایت از کارکنان و کارفرمایان در مراجع قضایی.
- تفکیک مسئولیتها و تعیین تکلیف عوامل اجرایی در هنگام بروز حوادث.
- وجود بهترین و صحیح ترین راه و روش های مدون به عنوان مبنای ارزیابی در مراجع قضایی.
- افزایش اعتماد به نفس کارکنان به لحاظ هماهنگی و یکنواخت بودن وظایف و مسئولیتها.

شعاع انفجار گاز مایع رها شده در محوطه باز تأسیسات



حال چنانچه در مکانی از یک تأسیسات گاز مایع (مثلاً روی سکو)، فقط ۲ کیلوگرم گاز مایع رها شود از آنجا که حجم تبخیر شده ۲ کیلوگرم گاز مایع برابر با ۱ متر مکعب است لذا هنگام انفجار با ۵۰ متر مکعب هوا مخلوط شده و فضای معادل ۵۱ متر مکعب اطراف خودش را خطرناک می کند و اگر ۲۰ کیلوگرم گاز مایع در یک تأسیسات رها شود، خطر برخورد مستقیم آتش در فضای معادل ۵۱۰ مترمکعب به وجود می آید.

فرمول سوختن گاز بوتان با اکسیژن هوا چنین است:



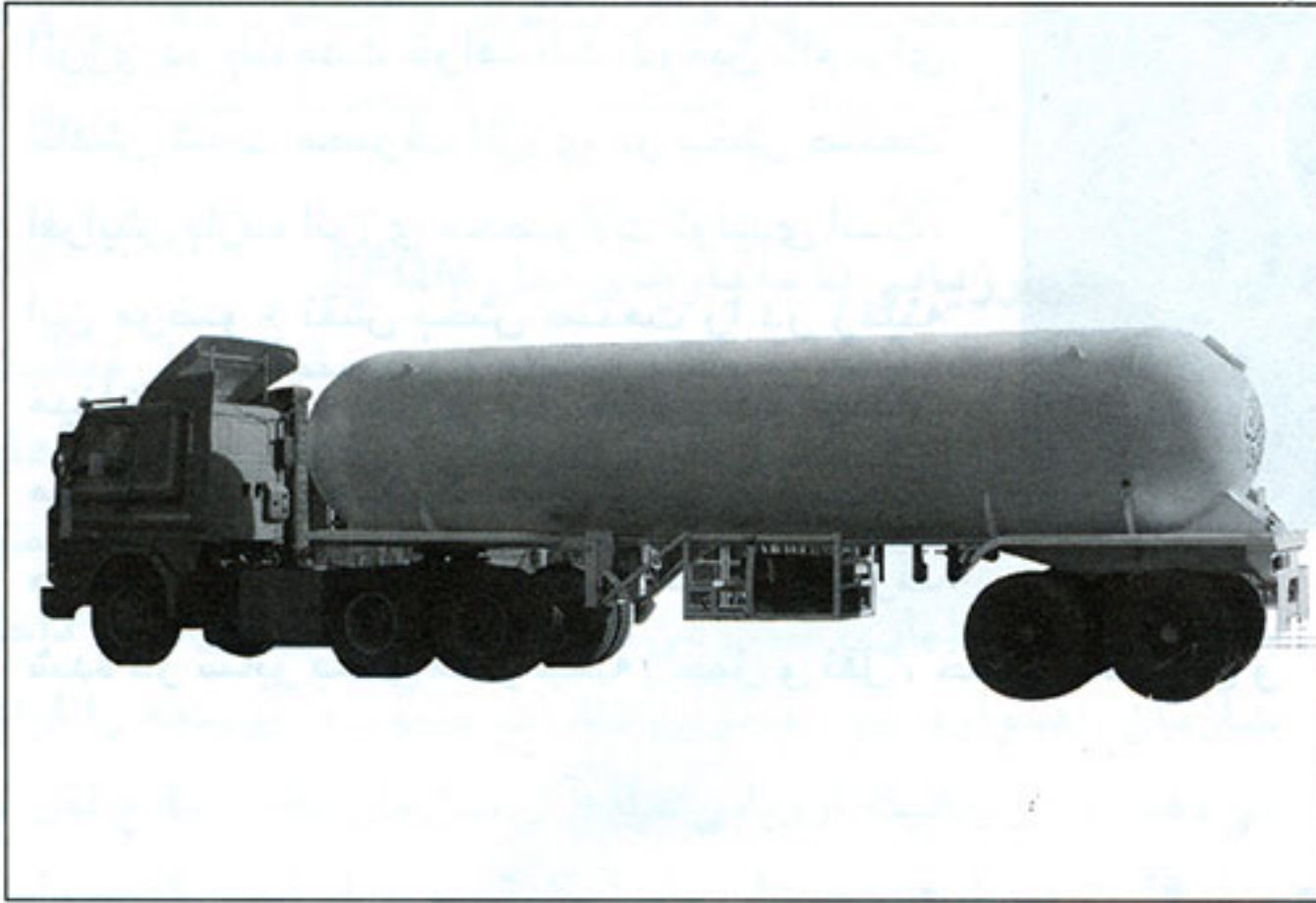
در فرمول بالا ملاحظه می کنیم در سوختن معمولی یک حجم مولکولی بوتان با ۶/۵ برابر حجم مولکولی اکسیژن ترکیب می شود و چون اکسیژن حدود یک پنجم هوا را تشکیل می دهد لذا ۶/۵ × ۵ یا ۲۲/۵ برابر از حجم هوا برای سوختن لازم است.

در محوطه باز یک تأسیسات، چون محدودیتی برای هوای مورد نیاز مخلوط در انفجار وجود ندارد، لذا خطرناکترین حالت انفجار آن است که ماکزیمم درصد هوا با گاز مخلوط شود و انفجار صورت گیرد و گاز مایع هم در حداقل شرایط قابلیت انفجار قرار داشته باشد و در این حالت آن میزان گاز مایع که در محوطه رها شده است در موقع انفجار ۱/۹ درصد مخلوط با هوا را تشکیل می دهد درحالیکه حجم هوای مخلوط شده حدود ۵۰ برابر حجم بخار گاز خواهد بود و از این رو می توان حجم فضایی که در مرکز انفجار قرار دارد محاسبه کرد.

چنانچه گاز مایع در فضای آزاد بالای زمین رها شود، هنگام انفجار هوا از اطراف با بخارات گاز مخلوط و فضای انفجار (در شرایط غیرطوفانی) به شکل کره درآمده و حجم آن حدود ۵۰ برابر حجم بخارات گاز است درحالی که روی زمین و در محوطه باز یک تأسیسات چون به هنگام انفجار، هوا نمی تواند از طرف پایین با بخارات گاز مخلوط شود لذا انفجار گاز در حالت خاصی به شکل نیم کره انجام می گیرد و حجم آن به ۵۰ برابر حجم بخار گاز رها شده خواهد رسید و از آنجایی که بخارات گاز مایع به علت سنگینی وزن نسبت به هوا و همچنین فرار بودن، در روی زمین به صورت نیمکره قرار نگرفته و گستردگی طول آن به اطراف به مراتب بیشتر از ارتفاع آن است بنابراین شکل انفجار گاز بر روی زمین (در شرایط غیرطوفانی)، به صورت مقطعی از کره بوده که شعاع قاعده آن بیشتر از ارتفاع و حجمش حدود ۵۰ برابر حجم بخار گازهای رها



ویژگیهای عمومی مخازن گازکش



- حداکثر فشار کار مجاز هر مخزن نباید از ۱۷/۵ کیلوگرم بر سانتیمتر مربع، کمتر باشد.
- هرگونه جوشکاری روی بدنه، سر و یا هر قسمت از مخزن که مستقیماً در معرض فشار گاز مایع داخل مخزن قرار دارد، باید طبق استاندارد و مشخصات ساخت همان مخزن انجام پذیرد.
- مصالحی که برای ساختن مخزن و منضمت آن به کار می رود بایستی جهت کار کردن با گاز مایع مناسب بوده و با مندرجات آخرین تجدیدنظرهای استاندارد ASME مطابقت داشته باشد.
- مخازنی که ظرفیت آبی آنها بیش از ۱۳۲۰۰۰ لیتر است باید مجهز به دریچه آدم رو باشد.
- هر مخزن باید مجهز به یک یا دو سوپاپ اطمینان از نوع فنری بوده که لوله های خروجی آنها رو به بالا و انتهای آن خمیده نباشد تا در مسیر خروجی، گاز با مانعی برخورد نکند و همچنین فشار تنظیم شده برای شروع خروج گاز و مقدار گاز و همچنین هوای خروجی، باید برحسب واحد حجم در دقیقه (۱۵/۵) درجه سانتیگراد و فشار اتمسفر) به طور وضوح و دائمی بر روی هر سوپاپ اطمینان حک شود.
- سوپاپ اطمینان باید طوری روی مخزن نصب گردد که مستقیماً به فضای محتوی گاز مخزن مربوط باشد و بین سوپاپ اطمینان و مخزن نباید هیچگونه شیرری نصب شود مگر در مخزنی که دارای ۲ سوپاپ یا بیشتر می باشند.
- روی هر یک از سوپاپ های اطمینان باید اطلاعات زیر به طور واضح و ثابت نوشته شده باشد:

- مخزنی که سوپاپ برای نصب بر روی آن طراحی و ساخته شده است.
- میزان فشاری که طی آن، سوپاپ اطمینان باز و گاز خارج می شود.
- میزان واقعی خروج از سوپاپ اطمینان برحسب واحد حجم هوا در شرایط استاندارد.
- اسم سازنده
- سوپاپهای اطمینان مخازن حمل باید هر دو سال یکبار تنظیم و آزمایش شود.

ضرورت بهینه سازی مصرف انرژی

انرژی نهایی کشور را مصرف می کند بلکه نقش اصلی در تعیین میزان بازدهی مصرف انرژی و یا راندمان محصولات مصرف کنندگان انرژی را برعهده دارد که عامل تعیین کننده ای در مصرف انرژی دیگر بخش های اقتصاد است.

بخش صنعت در فرآیند تولید برای ادامه حیات خود، از یکسوم میزان قابل توجهی انرژی مصرف می نماید و از سوی دیگر در اغلب موارد آنچه که در این بخش تولید می شود در زمان به کارگیری نیز نیازمند انرژی است که با توجه به گستردگی محصولات از نظر تنوع و تعداد، اهمیت بخش صنعت را از نظر مصرف انرژی در جامعه بسیار مهم و قابل توجه می سازد و کاهش مصرف انرژی در این بخش، تا حد زیادی می تواند به کاهش مصرف انرژی در کشور کمک کند و لذا نخستین انتظاری که از بخش صنعت می توان

کشور ما به رغم داشتن سابقه طولانی در امر برنامه ریزی، متأسفانه به دلیل فقدان سیاست های مطلوب در استفاده بهینه از منابع انرژی، چندان موفق نبوده و با توجه به اهمیت حیاتی بخش انرژی در اقتصاد ملی، مصرف انرژی در ایران منطقی نمی باشد. باور نادرست مصرف ارزان انرژی به دلیل دارا بودن ذخایر فراوان نفت و گاز، از علل اصلی عدم استفاده مطلوب از این منابع محسوب می گردد. بررسی ها نشان می دهد مجموع ارزش واقعی انرژی مصرفی سالانه در کشور بیش از ۱۵ میلیارد دلار است که با اعمال سیاست های بهینه سازی مصرف و مدیریت انرژی، می توان حداقل ۲۰ درصد آن را صرفه جویی نمود بدون اینکه به تولید و رفاه عمومی لطمه ای وارد گردد و این بدین معنی است که به میزان حداقل ۳ میلیارد دلار در سال (نزدیک به درآمد صادرات غیرنفتی)، امکان صرفه جویی در مصرف انرژی وجود دارد و بدیهی است بهینه نمودن مصرف انرژی بدون مشارکت فعال و موثر بخش صنعت، هرگز میسر نخواهد بود، زیرا این بخش نه تنها ۲۴ درصد

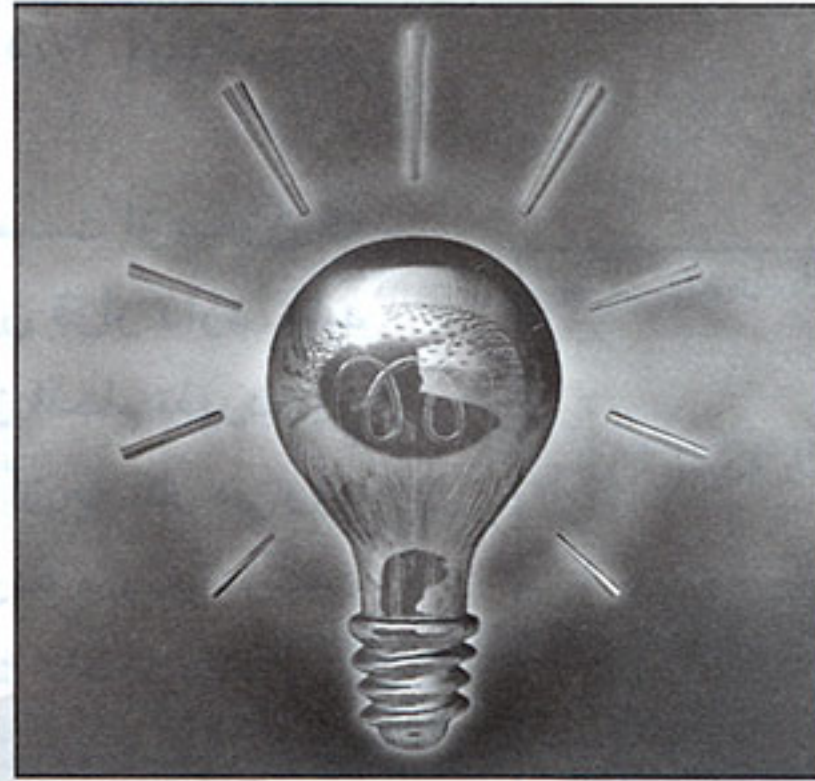
دنباله در صفحه بعد



اگر ما ندانیم چه اتفاقی افتاده و علل آن چیست، از وقوع حوادث بعدی نمی توانیم جلوگیری کنیم.



داشت، افزایش راندمان مصرف انرژی است به گونه ای که میزان مصرف انرژی به ازاء هر واحد تولید کاهش یابد و در کنار آن، توجه به «میزان انرژی بری» خطوط جدید در زمان توسعه واحدهای تولیدی نیز از جمله نکاتی است که باعث کاهش مصرف انرژی در بلندمدت خواهد شد. دومین گام برای کاهش شدت مصرف انرژی در بخش صنعت افزایش بازده انرژی محصولات تولیدی است. این موضوع نقش بخش صنعت را در زمینه میزان مصرف انرژی در کشور دو چندان می کند که در صورت ساماندهی مناسب در صنعت، می توان انتظار داشت انرژی مصرف شده در سایر بخش ها از جمله: حمل و نقل، خانگی، تجاری و



کشاورزی نیز کاهش یابد و در واقع، به نوعی تلاش می شود با تغییر شرایط، مصرف را در «جریان امور» کاهش داد در حالیکه اگر این کاهش به نحوی در فرآیند تولید آن محصولات لحاظ شود، قبل از آنکه به مرحله به کارگیری برسد، مقدمات صرفه جویی انرژی فراهم آمده و در زمان به کارگیری بدون هزینه های جدید، انرژی مصرفی کاهش خواهد یافت. باید توجه داشت صرفه جویی انرژی در دیگر بخش ها، ارتباط نزدیکی با مصرف کنندگان نیز دارد که متأسفانه به دلیل نوسانات موجود در نتایج برنامه های مبتنی بر رفتار انسانها و لزوم لحاظ کردن ضرائب رفتاری، از موفقیت های کمتری برخوردار است.

درباره روان شناسی کار بدانیم.

روانشناسی کار رشته ای از روانشناسی است که در آن، رفتار آدمی در رابطه با کار، مورد مطالعه قرار می گیرد و در واقع قلمروی روانشناسی کار، مطالعه رفتار انسانها در مواردی است که با کار پیوندی تنگاتنگ داشته و می تواند مشکلات انسانی را در محیط کار به حداقل برساند. در روانشناسی کار، کوشش اصلی روانشناسان بر این است که:

- هر سازمان خدماتی و تولیدی، به تولید آن دسته از کالاها و خدماتی پردازد که اولاً نیازهای معقول افراد را تأمین کند و در ثانی در این راه، رفاه جسمی، ارزش های شخصی و انسانی افراد نیز مورد توجه واقع شود.
- شرایطی فراهم شود تا کارکنان سازمانها، با اعتقاد و علاقه به فعالیت پردازند.
- ارزش های شخصی و انسانی کارکنان سازمانها، محفوظ باقی بماند و موجباتی فراهم شود که ایمنی کارکنان در زمینه سلامت جسمی تأمین شود.
- بهداشت روانی کارکنان سازمانها تأمین شود و رشد و بالندگی شخصیت آنان همراه با افزایش کارایی و اثربخشی فعالیتشان مورد نظر قرار گیرد.
- مسائل و مشکلات انسانی در محیط کار به حداقل برسد.

سوانح کار برای سازمانها علاوه بر پیامدهای حزن انگیز بدنی و شخصی، مبالغ قابل ملاحظه ای زیان مالی ناشی از دست دادن ساعات کار، شکایت کارگری، هزینه استخدام مجدد و آموزش کارگران جدید به بار می آورد که اکثراً نیز ناشی از خطاهای انسانی است.

امروزه در کاربرد روان شناسی کار به پدیده هایی همچون تفاوت های فردی، ساختار سازمانی، پاداش و دستمزد، ساختار گروهی در سازمان، طراحی وسایل کار، شرایط کار، نظام تشویق و تنبیه و انگیزش کارکنان، توجه خاص شده و قابل پیش بینی است که در آینده توجه روانشناسان کار به جای عوامل منفرد، به عمل متقابل رفتار آدمی و عوامل دیگری نظیر سازمان، شرایط کار، بهره وری و... معطوف گردد تا حتی الامکان مشکلات افراد در محیط کار، کاهش یابد.

استرس های شغلی، تأثیر گسترده ای بر سلامت روانی و بدنی دارند. استرس ها می توانند کارکرد شغلی را تحت تأثیر قرار داده و منجر به بروز بیماری های جدی شوند که لازم است از طریق ایجاد برنامه های مشاوره و طراحی مجدد مشاغل استرس زا، زمینه آنرا کاهش داد.

سالگرد ایام سوگواری:

شهادت امام حسن مجتبی (ع)

رحلت حضرت رسول اکرم (ص)

اربعین حسینی

شهادت امام رضا (ع)

تسلیت باد.





خود ارزیابی با استفاده از مدل EFQM و پیاده سازی آن در سازمان

با ایجاد هزینه های گزاف صرفاً باعث سردرگمی و حرکت های مقطعی و بی نتیجه سازمان ها از یکطرف و انجام برنامه ریزی ها براساس اطلاعات نه چندان صحیح و بی ارتباط با تصمیم گیری از طرف دیگر، می شود.

مفهوم خودارزیابی با معیارهای مدل EFQM

خود ارزیابی یک بازنگری جامع، منظم و سیستماتیک از فعالیتها و نتایج مربوطه توسط سازمان و افراد آن، براساس شاخص های راهبردی و مدل جامع ارزیابی است. خودارزیابی در سازمان براساس خود اظهاری شکل می گیرد بدین معنا که افراد در داخل سازمان، همواره خود بهترین نظرات بهبود و توسعه را ارائه می دهند و در حالیکه ارزیابی خارج از سازمان بعضاً مانع فکر نو و خلاقیت می شود. خودارزیابی یک تصویر از آنچه که سازمان هست و باید باشد در اختیار مدیران و تصمیم گیرندگان قرار می دهد تا در فرآیند برنامه ریزی و اتخاذ تصمیم مورد بهره برداری قرار دهند. اینکه خود ارزیابی تا چه حد بتواند به نحوی اثربخش و کارآمد در یک سازمان مورد استفاده قرار گیرد فقط بستگی به میزان خلاقیت و نکات آن گروه از افراد سازمان دارد که در دستیابی به تعالی سازمانی دینفع می باشند.

نظام خود ارزیابی در سازمان، علاوه بر ایجاد زمینه تغییر، مقدمات لازم را برای پیدایش یک سازمان یادگیرنده و خلاق فراهم می سازد.

مدل تعالی سازمانی EFQM بستر مناسبی را برای هم راستا کردن کلیه فعالیتها جهت استقرار مدیریت کیفیت فراگیر مبتنی بر بهبود مداوم، فراهم می آورد.

در دنیای امروز که سرعت تغییر و تحول غیرقابل کنترل به نظر می رسد، تداوم بقای سازمانها در گرو میزان انطباق آنها با سیر و روند تغییرات است و این میسر نخواهد شد مگر با استفاده بهینه از تمامی منابع موجود و نیز کشف و به کارگیری مستمر منابع جدید جهت ارائه خدمات با کیفیت بهتر و متناسب با نیازها و انتظارات آشکار و پنهان مشتری، عدم استفاده کامل از تمامی منابع در دسترس به ویژه قوه ابتکار و خلاقیت نیروی انسانی که در هماهنگی سازمانها با توجه به سرعت تغییر تکنولوژیک و نیازهای مشتریان اهمیتی به سزا دارد، سازمانها را خواسته یا ناخواسته محکوم به خروج از گردونه زمان و رانده شدن به حاشیه می نماید، در حالیکه برای حفظ پویایی سازمان، استفاده از فرصتها و نیز بهبود مستمر سیستم های اجرایی و فرآیندهای کاری، به عنوان لوازم هضم و جذب تغییرات و همسازی با شرایط محیطی محسوب شده و موجب حضور موفق در عرصه های مختلف می گردد.

نظارت، کنترل و ارزیابی عملکرد بازرسی گونه، سابقه دیرینه ای در ایران و اکثر کشورهای جهان دارد که تاکنون بیشتر این ارزیابی ها بدون شاخص و هدف تعیین شده و صرفاً به صورت سلیقه ای با استفاده از ابزارهای بیشتر تنبیه و به ندرت تشویق براساس نظرات شخصی بازرسان انجام گرفته است.

به کار گرفتن اینگونه روش ها یعنی تعیین گروهی آنهم بدون تعیین شاخص های مورد نظر جهت ارزیابی عملکرد و حتی در موارد بسیار محدود با استفاده از ملاک های باز گرفته شده از سایر کشورها بدون بومی سازی (Customizing) به خصوص بدون اطلاع متولیان مربوطه، نه تنها زمینه پیشرفت و بهبودی را موجب نمی شود بلکه

۵ روش برای شاد بودن:



-پاک کردن قلب از کینه.

-خالی نمودن ذهن از نگرانی ها.

-ساده زیستن.

-بیشتر بخشیدن.

-کمتر توقع داشتن.

نکته های زندگی

- بهترین امکانات را از بدترین شرایط بساز.
- از به کار بردن عبارات طعنه آمیز، بپرهیز.
- وصیت نامه خود را بنویس و هر سال آنرا تجدید کن.
- گوش دادن را بیاموز، گاهی فرصت ها بسیار آهسته در میزنند.
- همیشه دستی را که از روی دوستی و صفا به سویت دراز شده است، بفشار.





گو ناگون

هیچ روانی با روی خندان، بیمار نیست

آخرین باری که خوب از ته دل خندیده‌اید را به خاطر دارید؟ خنده‌ای که چهره‌تان را گلگون و وجودتان را سرشار از نشاط کرده باشد. «ولتر» می‌گوید: در خنده، همواره نوعی شادی وجود دارد که با تحقیر و بی‌احترامی ناسازگار است. ما در مواقع بحرانی و در هر زمانی نیاز به خندیدن داریم تا بتوانیم شادابی و سرزندگی خود را حفظ و تندرست و سالم بمانیم.

به طور کلی خندیدن، نشانه بارز اعتماد به نفس، سلامت روان و احساس امنیت است. برای سلامتی و شادابی هرچه بیشتر و بهتر به کمک خنده، نکات زیر را باید در نظر بگیرید:

با لبخند به استقبال روز جدید بروید زیرا اگر قرار است یک روز تصمیم بگیرید شاد و خوشحال باشید، چرا همین امروز نباشد. خشم و تنفر خود را کنترل کنید. به عصبانیت پشت پا بزنید و خود را با اندیشه‌های شاد و آرام بخش سرشار کنید. با خندیدن روح خود را شفا بخشید.

سعی کنید کارهایی انجام دهید که به زندگی شما شادی بخشد. اهل شوخی باشید. شوخی مناسب نه تنها خوشایند است و روابط بین اشخاص را بهبود می‌بخشد بلکه از بروز فشارهای روحی نیز جلوگیری می‌کند.

افراد منفی‌باف را کنار بگذارید. مثبت‌اندیشی یکی از اصلی‌ترین عوامل زندگی شادمانه است.

از پيله خود بیرون بیایید. از همین امروز کارهای خود را برنامه‌ریزی کنید.

شکست و ناکامی‌ها را به پیروزی تبدیل کنید. سعی نمایید راه حل درستی برای مشکلات خود بدست آورید. در حقیقت خنده یک سلاح مناسب در برابر مشکلات است.

ناامیدی را از خود دور کنید. هرگز نباید از هیچ کاری ناامید و عصبانی شوید و همیشه خوشحال و خندان بوده و کلمات خوب و شادی بخش بر زبان آورید.

هنگام کار با دیگران مهربان، با ادب و خوش‌رو باشید. و سرانجام، ورزش را فراموش نکنید زیرا افرادی که مرتباً ورزش می‌کنند، شادی را در نزد خود به میزان بالایی، قوت می‌بخشند.

خبرنامه داخلی

ناشر: دبیرخانه انجمن صنفی کارفرمایان توزیع کننده

گاز مایع ایران

آدرس: تهران، بزرگراه حقانی، جنب امدادرسانی

وایستگاه آتش نشانی، پلاک ۴۰، طبقه سوم غربی

تلفن: ۸۷۷۰۸۸۸ تلفاکس: ۸۸۸۰۹۳۰

نقش عوامل غذایی در فشارخون

هرچند ویتامین‌ها و مواد معدنی نقش اساسی در پیشگیری و شاید درمان افزایش فشارخون ایفاء می‌کنند لیکن راه کارهای غذایی دیگری هم به شرح زیر وجود دارند که به حفظ فشارخون طبیعی کمک می‌کنند:

۱- کاهش مصرف کالری

چاقی یکی از عوامل خطرزای افزایش فشارخون است. چاقی احتمال بروز افزایش فشارخون را دو تا شش برابر بیشتر می‌کند و لذا توصیه آن است که با رعایت رژیم غذایی، وزن خود را کاهش دهید و به علاوه روش‌هایی بیابید تا با فعالیت‌های فیزیکی بیشتر، کالری موجود را بسوزانید.

۲- مصرف ماهی

ماهی‌های چرب نظیر قزل‌آلا و ماهی آزاد حاوی اسیدهای چرب امگا ۳ هستند یعنی نوعی چربی که به نظر می‌رسد مصارف زیاد آن موجب کاهش فشارخون می‌شود. در یک بررسی انجام شده بر روی بیماران مبتلا به افزایش خفیف فشارخون که به مدت ۱۲ هفته روزانه ۶ گرم روغن ماهی مصرف کرده بودند ملاحظه گردید، فشارخون آنان به طور متوسط ۲ تا ۴ واحد پایین آمد و لذا توصیه آن است تا حد امکان از ماهی‌های چرب استفاده شود زیرا چربی ماهی به عنوان یک افزودنی مضر محسوب نشده و بلکه جایگزین چربی اشباع شده مضر در بدن می‌گردد.

۳- اجتناب از مصرف الکل

تأثیر الکل بر روی فشارخون به قدری بارز است که برخی از محققان معتقدند الکل عامل بیش از ۵ درصد تمام موارد افزایش فشارخون است و در یک بررسی به عمل آمده پژوهشگران دانشکده پزشکی هاروارد متوجه شدند که در میان ۳۲۷۵ پرستار (با سن ۲۴ تا ۵۹ سال) خطر افزایش فشارخون در کسانی که مبادرت به مصرف الکل می‌کردند تا ۴۰ درصد بیشتر بود.

۴- کاهش مصرف قند

مطالعات آزمایشگاهی انجام شده در دانشکده پزشکی جرج تاون واشنگتن نشان می‌دهد که قند (آن قندی که در قندان و در غذاها وجود دارد) فشار خون را بالا می‌برد. پژوهشگران هنوز نمی‌دانند مصرف چه مقدار قند این مشکل را ایجاد می‌کند ولیکن: «مصرف محدود قند همواره به عنوان یک عقیده پسندیده در جهت سلامت انسان توصیه گردیده است».

۲۹ اسفند ماه

سالروز ملی شدن صنعت نفت

مبارک باد

