



خبرنامه داخلی

انجمن صنفی کارفرمایان
توزیع کننده گاز مایع ایران

به نام خداوند جان و خرد

کز این برتر اندیشه برنگذرد

شماره چهل و پنجم شهریور و مهر ماه ۸۷

۲۰۱
۲
۳
۴
۵
۶
۶
۷
۷

فرآیند بازسازی سیلندر
نشست مطبوعاتی مدیر عامل شرکت ملی پخش
ادغام دو شرکت پرسی و ایرانگاز
صنعت گاز مایع، چالش ها و مسئولیت ها
اثرژی نهفه در تپش شهرها
مدیریت ارتباط با مشتری
قلبی شکر گزار
اهمیت آموزش در عصر اطلاعات و خلاقیت
به مناسبت ماه مبارک رمضان

فهرست

نقصد سرت گنگه

ماه بهار قرآن مبارک باد



ایمنی سیلندر گاز مایع و فرآیند تعمیرات آن

مدرک استانداردهای ۴۷۳ و ۸۴۱

الف-مقدمه

می شوند، حائز کمال اهمیت است. و کوچکترین بی توجهی به اصول ایمنی و استانداردها می تواند حوادث مصیبت باری را به بار آورد که سبب دغدغه خاطر دست اندر کاران صنعت گاز مایع و دستگاههای نظارتی می گردید و لذا تداوم استمرار گردش عملیات گازرسانی در اقصی نقاط کشور و همزمان تأمین ایمنی و رفاه انبوه میلیونی مصرف کنندگان، الزام می داشت که روش های عملیاتی تعمیر و بازسازی سیلندرها در قالب مصوبات و در انطباق با مندرجات استانداردهای ۴۷۳ و ۸۴۱-۱ به نحوی کاملاً صحیح و دقیق به مورد اجرا قرار گیرد و به همین منظور نیز کمیته نظارت بر بازسازی و جایگزینی شیر سیلندر در جلسه مورخ ۱۳۸۷/۶/۵، پس از بررسی های همه جانبه جزئیات اجرایی فرآیند بازسازی سیلندر گاز مایع را در شش سرفصل به شرح زیر مورد بازنگری

سیلندر گاز مایع به عنوان اساسی ترین ابزار صنعت گاز مایع، متداولترین وسیله ای است که در شرایط متعارف و ایمن، انتقال گاز مایع را از تأسیسات متعدد سیلندر پرکنی تا به دست مصرف کنندگان میسر می سازد و در این ارتباط، شرکتهای توزیع کننده که مشخصات آنها بر روی دسته سیلندر حک شده است، مستمراً ملزم به تعمیر، بازسازی، احیاء سیلندرها، مربوطه و در صورت لزوم جایگزینی سیلندر و شیر نو به جای سیلندرها، خراب و نشستی دار می باشند و این مهم با توجه به حجم گسترده عملیات گازرسانی که به موجب آن شرکتهای توزیع کننده سالانه قریب به ۱۵۰ میلیون گاز سیلندر را به انبوه میلیونی مصرف کنندگان عرضه می کنند و طبعاً، متحمل ۳۰۰ میلیون جابه جایی سیلندر

مدیریت ایمنی و رعایت الزمات آن در محیط کار،

به عنوان یک ارزش تلقی می شود.



و توسط اسپری رنگ آمیزی شده و سپس داخل کوره پخت رنگ در معرض حرارت قرار می‌گیرند.

۵- مرحله شیربندی و تست پنچری

سیلندرها توسط ترازوی دیجیتالی و کالیبره شده دقیقا وزن کشی و میزان آن روی دسته سیلندر حک می‌شود و سپس فلنچ سیلندرها قلاویز گردیده و شیر سیلندر ۴ الی ۵ دور با دست بسته می‌شود و در آخر، شیر توسط دستگاه به میزان معین بسته می‌گردد.

۶- مرحله کنترل و تست نهایی

این مرحله ۲۴ ساعت بعد از بازسازی سیلندر انجام می‌گیرد و طی آن سیلندرها تحت هوای فشرده کنترل چشمی شده و در صورت داشتن هرگونه عیب علامت‌گذاری می‌گردند و ضمناً از هر ۱۰۰۰ سیلندر نیز یکعدد برای تست انفجار در نظر گرفته می‌شود و آنگاه سیلندرها علامت گذاری شده جداسازی و بقیه سیلندرها بارگیری می‌شود.

یادآوری مهم:

در تمام مراحل عملیات تعمیر و بازسازی سیلندر، برای واحدهایی که تواما ساخت و تعمیر سیلندر را عهده دار هستند حضور یکنفر کارشناس فنی که صلاحیت وی به عنوان مسئول کنترل کیفیت مورد تأیید موسسه استاندارد قرار گرفته باشد، ضروری بوده (برای واحدهایی که صرفاً به امر بازسازی اشتغال دارند حضور یکنفر کاردان فنی برای این منظور کفایت دارد). و همچنین برای انجام کلیه اقدامات در مجموعه فرآیند ششگانه فوق الذکر نیز وجود نیروهای دوره دیده و کارآزموده الزامی است.



دستگاه پایه شکن



جوش دسته



کوره تنش گیری



دستگاه شات بلاست



تست هیدروستاتیک



بستن شیر سیلندر

قرار داد تا از این پس کلیه واحدهای تعمیراتی سیلندر گاز مایع در سطح کشور، الزاماً از مندرجات آن پیروی نموده و بدیهی است بررسی اسناد و مدارک واصله از واحدهای تعمیراتی نیز با مطابقت از دستورالعمل مورد اشاره، قابل رسیدگی خواهد بود:

فرآیند بازسازی سیلندر گاز مایع به اختصار

۱- مرحله دریافت و بازسازی

سیلندرها از کامیون تخلیه و گاز مایع درون آن توسط کمپرسور یا پمپ به مخازن ذخیره سازی انتقال می‌یابد و بعد از بازشدن شیر سیلندر، رسوبات داخل سیلندر توسط فشار آب گرم تخلیه شده و سپس سیلندرها بر اساس معایب مشهود، به دو حالت قابل بازسازی و اسقاط جداسازی می‌گردند.

۲- مراحل جداسازی و نصب دسته و پایه

بدوا دسته و پایه با دستگاه برش خورده و آنگاه از بدنه سیلندر جدا می‌شوند سپس زائده‌های باقیمانده در محل‌های جوشکاری، با سنگ زدن برداشته شده و دسته و پایه نو به سیلندر جوش می‌گردد.

۳- مرحله تنش گیری تست ۳۵ اتمسفر و شات

محل‌های جوشکاری و سنگ زده شده در معرض عملیات حرارتی و تنش گیری قرار گرفته و آنگاه سیلندر در داخل تونل خنک کننده سرد شده و سپس در معرض تست هیدرو استاتیک قرار گرفته و سرانجام سیلندرها توسط دستگاه، شات‌پلاست می‌شوند.

۴- مرحله رنگ آمیزی

سیلندرها بر روی نوار نقاله قرار گرفته

نشست مطبوعاتی مدیر عامل محترم
شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی ایران

- ۲ میلیارد دلار صرفه جویی ارزی ناشی از سهمیه بندی بنزین تا پایان سال ۱۳۸۶ حاصل شده است.
- مصرف روزانه LPG به میزان ۵۴۰۰ تن بوده که بیانگر رشد مصرف ۱/۳ درصدی آن نسبت به سال قبل است. وی دلیل این رشد را استفاده غیرمجاز از (LPG) در سوخت خودروها عنوان و اضافه نمودند؛ برخی صنایع نیز هنگام قطع گاز طبیعی، از گاز مایع استفاده می کنند که به افزایش مصرف این سوخت منجر می شود.
- در حال حاضر ۸۱ هزار خودرو به طور رسمی با سوخت (LPG) در کشور وجود دارد لیکن متاسفانه برخی خودروها به طور غیرمجاز به استفاده از آن اقدام کرده اند که خطرناک است.
- با کمبود جایگاه عرضه بنزین در کلانشهرها به ویژه تهران مواجه هستیم که با تصمیم مسئولان مقرر شده برای احداث جایگاههای جدید هیچ مانعی برای متقاضیان ایجاد نشود و متقاضیان برای احداث جایگاه در هر ابعاد، میزان و هر نقطه از کشور می توانند برای مجوز احداث جایگاه اقدام کنند.
- در حال حاضر هر تلمبه در جایگاههای تهران، روزانه حدود ۱۱ هزار و ۵۰۰ لیتر بنزین منتقل می کند که استاندارد جهانی آن حدود ۶ هزار لیتر است در حالیکه ظرفیت اسمی این تلمبه ها تنها امکان انجام عملیات توزیع ۱۰ هزار لیتر بنزین را دارد و لازم است برای استانداردسازی تعداد تلمبه ها و جایگاه ها اقدام شود.



- جناب آقای سیدنورالدین شهنازی زاده مدیرعامل محترم شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی ایران در نشست مطبوعاتی خود، فعالیت ها و برنامه های در دست اجرای آن شرکت را تشریح کردند که به گوشه ای از آنها ذیلاً اشاره می گردد:
- افزایش ظرفیت ذخیره سازی فرآورده های نفتی به ۲/۱۱ میلیارد لیتر تا پایان برنامه چهارم توسعه
 - افزایش ۲۹ درصدی کارمزد پرداختی به جایگاهها.
 - تولید روزانه ۴۵/۷ میلیون لیتر بنزین از طریق ۹ پالایشگاه فعال در کشور (۲/۸ درصد رشد نسبت به سال قبل).
 - با اجرای سهمیه بندی بنزین پایین ترین مصرف بنزین ۴۵/۷ میلیون لیتر و بالاترین میزان مصرف ۶۸/۷ میلیون لیتر در روز بوده است.

ادغام دو شرکت پرسی گاز و ایران گاز
تحت پوشش یک مدیریت واحد

مدیریت عامل شرکت پرسی گاز و همچنین نایب رئیس هیأت مدیره انجمن صنفی کارفرمایان توزیع کننده گاز مایع ایران را نیز عهده دار بودند که همواره با اعمال مدیریت مدبرانه و انتقال تجربیات ارزشمندشان رهنمودهای لازم را به همکاران مبذول داشته و در جهت تحکیم هرچه بیشتر تفاهم و همدلی و ایجاد فضای مناسب جهت خدمتگزاری در عرصه صنعت گاز مایع، نقش تأثیرگذاری از خود برجای گذاشته اند و به همین مناسبت جناب آقای مهندس خلیلی رئیس و سایر اعضای محترم هیأت مدیره انجمن به اتفاق مدیران محترم عامل شرکتهای پاسارگاز، ارساگاز و فرگاز در ظهر روز پنجشنبه مورخ ۸۷/۶/۷ در دفتر ایشان حضور یافته و مراتب این انتصاب شایسته را به وی تبریک گفتند و در محیطی آکنده از صفا و صمیمیت مشکلات صنعت را مورد بررسی قرار دادند. سلامتی و توفیق روزافزون این مدیر باتقوی و توانا را در کلیه عرصه ها، از درگاه ایزد متعال خواستاریم.

دو شرکت بزرگ پرسی گاز و ایران گاز با متجاوز از ۵۰ درصد بازار گاز مایع کشور (معادل نیمی از تولیدات پالایشگاهها) از تاریخ اول شهریور ماه ۱۳۷۹ در قالب تبصره ۲۵ قانون بودجه سال ۱۳۷۷ از وزارت نفت منتزع و به دو تشکیلات سرمایه گذاری تأمین اجتماعی و صندوق بازنشستگی کشور اختصاص یافتند و از آن پس به پیروی از خط مشی مجمع عمومی مربوطه، مبنی بر حرکت به سوی بنگاه داری اقتصادی در راستای افزایش میزان بهره وری و ارتقاء سطح کارایی و اتخاذ سیاست های هماهنگ، منسجم و متشکل، اقدامات خود را دنبال نموده و با سپری کردن مراحل محدودکننده متعدد اداری، حقوقی و پرسنلی سرانجام توفیق یافتند از تاریخ ۱۳۸۷/۲/۳۰ تحت عنوان «شرکت پرسی ایرانگاز» در یکدیگر ادغام شده و زیر پوشش یک مدیریت واحد قرار گیرند. آنچه که موجب دلگرمی و مسرت گردید انتصاب ناصر افتخاری به مدیریت عامل این تشکیلات معظم است. ایشان از سالها پیش پست

پایین بودن قیمت حامل های انرژی سبب می شود، تولید محصولات
دارای مصرف انرژی بالا و بازده کم، گسترش یابد.



صنعت گاز مایع چالش‌ها و مسئولیت‌ها



۱- مقدمه

گاز مایع تنها فرآورده نفتی است که در دروازه پالایشگاهها تحویل شرکت‌های توزیع کننده می‌شود و سپس توسط آنها به تاسیسات سیلندر پرکنی حمل و پس از پر شدن در سیلندر، در محل مصرف تحویل می‌گردد و در تمام مراحل مختلف عملیاتی هیچگونه یارانه‌ای هم به این صنعت تعلق نمی‌گیرد و از طرفی عدم توجه به عوامل تشکیل دهنده قیمت تمام شده طی دهه‌های اخیر که سیاست قیمت گذاری گاز مایع از یک منطق اقتصادی پیروی ننموده است جملگی سبب گردیده تا صنعت گاز مایع روزبه روز و به تدریج از درون تهی گردد.

در حال حاضر عمر اکثر کشنده‌های جاده پیما و مخزن دارهای راه آهن که به ترتیب ۹۷ درصد و ۳ درصد گاز مایع را از مبادی تامین به تاسیسات شرکت‌ها حمل می‌کنند، بسرآمده

و لزوماً باید جایگزین گردند و از طرفی

تاریخ قرارداد واگذاری کشنده‌های

حمل که در سنوات گذشته به

پیمانکاران واگذار گردیده بود

نیز در شرف اتمام است و

ضرورت دارد شرکت‌های

سرمایه گذاری عظیمی در

بخش حمل، معمول دارند.

میزان ذخیره سازی ملی

گاز مایع و میزان تحویل

گاز، متناسب با افزایش

مصرف گاز مایع در کشور

توسعه نیافته و این امر

موجب گردیده است با

کوچکترین نوسانی در تولید

پالایشگاه‌ها یا بروز مشکلات

حمل، کمبودها سریعاً خودنمایی کنند

و طبعاً به سرمایه گذاری در این بخش نیازمند

است.

تاسیسات سیلندر پرکنی شرکت‌ها فرسوده و مستهلک شده که لازم است هرچه زودتر بازسازی شوند و به علاوه عملیات بازسازی و جایگزینی میلیونها سیلندر در گردش توزیع نیز به نوبه خود می‌بایست همچنان به صورت گسترده جریان یابد.

با وجود مشکلات اشاره شده، احساس وظیفه و مسئولیت پذیری در قبال جامعه باعث شده است، شرکت‌های خدمتگزار گاز مایع

طی ۵۵ سال گذشته بدون تحمیل به بودجه دولت، در جهت مصالح عمومی و رفاه ملی ضمن مواجه با تمامی ناملازمات و با تحمل زیان‌های نجومی همچنان ایفای وظیفه نموده و بازار کارا و اقتصادی کنونی گاز مایع را اداره نمایند، نمونه آن زمستان گذشته بود که شرکت‌ها آنچه توان داشتند در طبق اخلاص قرار داده و خوشبختانه توفیق یافتند کمبودها گاز طبیعی در نقاط دور دست را در حد مقدرات، جبران نمایند. عدم بهره‌مندی از قیمت مناسب طی سالیان گذشته، شرایطی را برای شرکت‌ها بوجود آورده است که در برخی موارد حتی نسبت به تامین هزینه‌های جاری همچون پرداخت حقوق به کارکنان نیز عاجز باشند. ابعاد ناهنجاری‌ها و معضلات به میزانی است که هر آینه اقدام اساسی و عاجلی برای بقای صنعت صورت نگیرد، شاید بتوان گفت فعالیت‌های امروزی شرکت‌های توزیع کننده، به عنوان آخرین دست و پا زدن آنها

محسوب خواهد شد و تنها راه نجات،

انجام یک دگرگونی بنیادی در نحوه

قیمت گذاری و واگذاری آن به

مکانیسم عرضه و تقاضا

براساس ماده ۷۰ قانون می

باشد تا صنعت بتواند خود

را بازسازی نموده و در

بازار رقابتی سالم،

عرضه خدمات نماید.

۲- اقدامات دبیرخانه

انجمن در این ارتباط

با توجه به معضلات

برشمارده فوق، دبیرخانه

انجمن در طول ماههای

گذشته تا کنون طی معروضات

متعددی که به حضور مقامات و

مسئولین ذیربط مملکتی تقدیم داشته

موارد زیر را مطرح نموده است:

الف- قیمت خدمات گاز مایع

در مورخ ۱۳۸۷/۵/۱۲ طی معروضه ایی که به محضر جناب آقای دکتر احمدی نژاد ریاست محترم جمهور تقدیم نمود ضمن پیوست جداول و مدارک مستند و مستدل دال بر وجود تورم و عدم تعدیل مناسب قیمت گاز مایع که شرکت‌ها را با میلیاردها ریال زیان مواجه نموده است، از پیشگاه ریاست محترم جمهور استدعا نمود:



پیگیری است.

ج- نارسایی گاز مایع

با توجه به روند نامطلوب تحویل گاز در تاسیسات نکا (استان گلستان) و تاسیسات سنگ بست (استان خراسان)، طی ماه های اخیر و از طرفی افزایش ۱۰ درصدی مصرف گاز مایع به مناسبت حلول ماه مبارک رمضان و نیز قرار داشتن در آستانه ورود به نیمه دوم سال و روبه رو شدن با فصل سرما که روند مصرف را معمولاً تا ۲۵ درصد افزایش می دهد، طی معروضه دیگری که به حضور جناب آقای نعمت زاده معاون محترم وزیر نفت و مدیرعامل شرکت ملی پالایش و پخش تقدیم داشت ضمن بیان معضلات و تنگناهای ناشی از کمبود گاز و نگرانی هایی که از این بابت برای فصول سرما پیش بنی می شود و از جانب مرکز پژوهش های مجلس شورای اسلامی و مسولین ذیربط نیز به آن اشاره رفته است، استدعا گردید تدابیری اتخاذ شود که با تامین مستمر و متناسب با نیاز گاز مایع وارداتی، شرکت های توزیع کننده توفیق یابند سهمیه های مربوطه را به میزان کافی دریافت کنند تا انشاءالله از کمبودهای احتمالی که مقدمات آن هم اکنون ظاهر شده است، جلوگیری به عمل آید.

• قیمت خدمات گاز مایع سریعاً بررسی و برای نیمه دوم سال جاری به نحوه عادلانه افزایش یابد تا شرکت ها آمادگی ارائه خدمات مناسب را داشته باشند.

• جهت تجهیز امکانات توزیع، اعتبارات بانکی به شرکت های توزیع کننده اختصاص یابد.

• مجوز اعطای اعتبار جهت خرید و ورود تعدادی کسند دست دوم از کشورهای اروپایی صادر گردد.

ب- تخصیص اعتبارات بانکی

معروضه تقدیمی حضور ریاست محترم جمهور جهت رسیدگی به وزارت محترم دارایی و امور اقتصادی احاله و از آن طریق به شورای عالی بانکها ارجاع گردید، ضمن هماهنگی های تلفنی با آنان، از آنجا که استنباط گردید کارشناسان شورای عالی بانکها، نسبت به معضلات صنعت گاز مایع هیچگونه اشرافی ندارند، لذا طی معروضه ی جداگانه که برای وزیر محترم دارایی و امور اقتصادی ارسال داشت اطلاعات لازم در زمینه عملیات گاز رسانی و چالشهای مربوطه، به آگاهی ایشان رسید و در خصوص اختصاص اعتبارات لازم به شرکت های توزیع کننده مکاتبات جداگانه و پیگیری های لازم تا کنون به عمل آمده و مراتب همچنان تحت

انرژی نهفته در تپش شهرها



تبدیل کرد و برای روشنایی معابر و ساختمانها از آن استفاده کرد. مدیر این موسسه معماری می گوید هزاران نفر از مردم در زمان اوج رفت و آمد، از امکانات شهری مانند ایستگاههای ترن، استفاه می کنند و چنانچه انرژی نهفته در تپش شهر مهار شود، در واقع می توان یک منبع انرژی بسیار مفید را تولید کرد که در حال حاضر هدر می رود. گروه معماری موسسه مورد اشاره در حال همکاری با تیم های تحقیقاتی دانشگاهی هستند تا دو نمونه اولیه از مهارکننده های ارتعاش را تکمیل و به اتمام برسانند.

کارشناسان امیدوارند سامانه ای ابداع کنند که بتواند حداقل ۵۰ درصد از ۶ تا ۸ وات انرژی که هر فرد عموماً در زمان قدم زدن تولید می کند را به انرژی تبدیل کنند. این جریان از انرژی در یک باتری ذخیره می شود که می توان از آن برای روشنایی ساختمانها، معابر یا تجهیزات الکتریکی استفاده کرد.



یک موسسه معماری در لندن در حال کار بر روی پروژه ای است که هدف آن مهار تپش شهر و استفاه از آن به عنوان منبع انرژی قابل تجدید است. مهندسين می گویند با به دام انداختن ارتعاشات ناشی از تردد کامیونها، صدای ترن های در حال حرکت و حتی صدای پای عابرین در شهرهای شلوغ می توان آنها را به انرژی



مدیریت ارتباط با مشتری (CRM) Customer Relationship Management



افزایش پیدا کرده و مشتری به راحتی قادر است میزان وفاداری خود را نسبت به فروشنده تغییر داده و نیازمندی‌های خود را از سازمان‌های دیگر تأمین کند و به همین دلیل نیز شرکت‌ها بایستی به جای تمرکز بر سهم بازار، به سهم مشتری نیز در بازار روی آورند. فلسفه CRM بر پایه موارد زیر است:

- جهت دهی سازمان براساس ارتباط با مشتری.
- حفظ و نگهداری مشتری.
- ارتقاء ارزش ارائه شده به مشتری از طریق مدیریت فرآیندها.
- حداکثر بهره‌گیری از تکنولوژی اطلاعات (IT) برای توانمندی در درک و مدیریت نیازهای مشتری.
- تعریف CRM از دیدگاه استراتژی کسب و کار عبارت است از: در نظر گرفتن حداکثر سوددهی، درآمد و رضایت مشتری از طریق سازماندهی در حول گروه‌های: مشتریان، ترویج رفتار مبتنی بر رضایتمندی مشتری و پیاده‌سازی فرآیندهای مشتری مدار.
- CRM به لحاظ چرخه عمر، شامل سه مرحله است:
- به دست آوردن مشتریان جدید.
- ارتقاء سوددهی مشتریان موجود.
- حفظ و نگهداری دائمی مشتریان سودآور.

زمان تحول می‌آفریند و انسانها و سازمانها ضمن اینکه در شکل‌گیری این تحولات سهیم هستند لازم است از آن به صورت صحیح، اثربخش و مستمر بهره‌گیرند. بخش عظیمی از فعالیت‌های سازمانها در قالب زنجیره تأمین انجام می‌گیرد و زنجیره تأمین طی چند دهه اخیر تحولات شگرفی را به خود دیده است. همانطور که زنجیره از یک سو به سمت تأمین‌کنندگان گسترش یافته از سوی دیگر در جهت نزدیکی به مشتری حرکت کرده است و در واقع اصل مشتری‌مداری در شکل‌گیری زنجیره تأمین نقشی اساسی دارد.

یکی از آخرین تحولات در این حوزه، اهمیت یافتن موضوع مدیریت ارتباط با مشتری (CRM) می‌باشد. فلسفه این تحول براساس مشتری‌مداری، تأمین رضایت کامل مشتری و از سوی دیگر تمرکز به جذب و نگهداری مشتری دارد. امروزه فضای کسب و کار شاهد انتقال قدرت از فروشنده به خریدار می‌باشد و این واقعیت اساسی شکل‌گیری فلسفه «مدیریت ارتباط با مشتری» است. شرکتها دریافته‌اند که تنها با معیارهایی از قبیل قیمت، کیفیت و تنوع نمی‌توانند در میدان رقابت برنده باشند. بلکه علاوه بر موارد مذکور باید ارتباط با مشتری را ارتقاء دهند. البته امروزه انتظارات مشتریان

قلبی شکرگزار



را بر زندگی تان می‌تاباند که در پرتو آن امکاناتی را می‌بیند که قبلا برای تان پنهان بوده و درهایی را به روی تان می‌گشاید که قبل از آن بسته بودند. هرچه بیشتر این امکانات را کشف کنید شادمانی بیشتری خواهید داشت. هنوز برکات زیادی از دید شما پنهان و منتظرند تا شناخته شوند. با نگاهی عمیق و قلبی سپاسگزار به تمام زوایای زندگی تان نگاه کنید. آن‌گاه پاداش این شکرگزاری مبهوت تان خواهد کرد.

وقتی احساس می‌کنید همه چیز علیه شماست، اندکی صبر کنید و بر روی جنبه‌های دیگر زندگی تان تمرکز کنید که واقعا می‌توانید به خاطر آنها شاکر باشید.

ناگهان راه‌های جدیدی را خواهید دید که می‌توانید در آنها به راحتی موانع را پشت سر گذاشته و پیش روید. شکرگزاری جزء لازم یک زندگی بامعنا، مفرح و غنی است. هر زمان که خدا را شکر می‌کنید. زندگی تان بهتر خواهد شد.



هر زمان که شکرگزاری می‌کنید، برکت و ارزشی به زندگی تان وارد می‌شود که نتیجه حق‌شناسی شماست. شکرگزاری نوری



اهمیت آموزش در عصر اطلاعات و خلاقیت



موضوعات و غیر ملموسات که مشخصه بارز آن نوآوری است. و برای جامعه‌ای خلاق تاکیدات زیر به عمل آمده است:

- پرورش و تشویق خلاقیت.
- سرمایه‌گذاری بر روی کیفیت و خلاقیت.
- اطمینان از اینکه، همه حق خلاقیت دارند.
- ارج نهادن به تنوع و خطرپذیری.
- مسئولیت‌تغییر را پذیرفتن.

نظام آموزشی باید انسانها را برای آینده‌ای ناشناخته تربیت کند زیرا دهه‌های آینده را نمی‌توان پیش‌بینی نمود. این نسل باید احساس مسئولیت و مشارکت را در راه رسیدن به اهداف سودمند در خود برانگیزد و برای رویارویی با چالش‌های آینده آماده باشد. در نهایت رقابت میان ملت‌ها در آینده، به رقابت میان نظام‌های آموزشی تبدیل خواهد شد و بهره‌ورترین و ثروتمندترین کشورها، آنهایی خواهند بود که نظام آموزش و پرورش داشته باشند.

به گفته یکی از محققین، در عصر حاضر بی‌سواد کسی است که نتواند بیاموزد، فراموش کند آنچه آموخته دوباره بیاموزد. مشکل اساسی بشر این است که چگونه کهنه‌ها را دور بریزد و قبول کند چیزهای جدید بیاموزد ولیکن باید دانست تنها ضامن و مزیت رقابت پایدار و سازمانها، آموزش پیوسته است و سازمانهایی که نتوانند به طور مداوم نوآوری کنند، نابود می‌شوند و در همین ارتباط، شعار سازمانهای پیشرو و ماندگار این است: «نوآوری یا نابودی» این محقق برای بشر ۴ عصر را برمی‌شمرد:

- ۱- عصر کشاورزی: (کشاورزان) تولید مشخصه این عصر است.
- ۲- عصر صنعت: (کارگران) این عصر با اختراع ماشین بخار آغاز شد و هدف آن، کارایی بود.
- ۳- عصر اطلاعات: (دانشگران) با رواج کامپیوتر وارد این عصر شدیم و هدف، افزایش کارآمدی است.
- ۴- عصر خلاقیت: (خلاقان، هنرمندان و تخیل‌پردازان) عصر

استرس (فشار عصبی) به تعبیر یکی از همکاران



صورت واقعی و صحیح

مثال: در مثال قبلی مشکل عدم مطابقت عکس گرفته شده با موضوع، فقط با گرفتن عکس مجدد با شرایط بهتر برطرف می‌گردد. در زندگی نیز ما ناگزیر هستیم هر لحظه نو شویم و دنیای درون و پیرامون خود را دوباره، بهتر و دقیقتر بشناسیم.

شناخت بهتر منجر به دو حالت می‌شود:

- ۱- پیدا کردن راه حل رفع مشکل یا پیشگیری از تکرار آن.
 - ۲- تشخیص عدم توانایی در تغییر و در نتیجه پذیرفتن آن.
- نتیجه: استرس و فشار عصبی در درون خود ما و به دلیل ضعف شناخت ما از واقعیت‌ها بوجود می‌آید.

محمدرضا خسروی
شرکت بوتان منطقه مشهد

باور غلط: عادت کرده‌ایم عوامل بیرونی شامل: رفتار دیگران، شرایط محیطی و اجتماعی را عامل فشار عصبی و استرس خود بدانیم.

تعریف پیشنهادی برای استرس: عدم شناخت صحیح از واقعیت‌ها، عامل بروز استرس است.

مثال: اگر از موضوعی با دوربین عکاسی عکسی تهیه کنیم و پس از آماده شدن مشاهده کنیم عکس با موضوع واقعی هماهنگ نیست، آیا اشکال از واقعیت موجود است یا از تصویری که ما تهیه کرده‌ایم؟ در زندگی روزمره نیز ما در شرایطی که با باورها و انتظارات خود هماهنگی نمی‌بینیم دچار استرس می‌شویم.

راه حل پیشنهادی برای رفع استرس: شناخت مجدد مشکل به

عید فطر مبارک باد

استمرار برنامه‌های آموزشی،

ضامن افزایش بهره‌وری و پایداری سازمان‌ها است.



هفت ساعت خواب) در ساعت یک بامداد در بدن او برخی مواد شیمیایی شبه مورفین که به عنوان گروه اندورفین ها و آنکفالین ها نام گذاری شده اند، ترشح می شود که این مواد اثر مستقیم روی قسمت های مختلف بدن از جمله عضلات اسکلتی دارد و منجر به راحتی (RELAXTION) عضلانی در طول روز بعدی برای فرد می شود اما چنانچه شخص در ساعت ۱۲ شب بخوابد و صبح روز بعد، ساعت ۱۰ صبح از خواب بیدار شود (یعنی حدود ۱۰ ساعت خواب)، اندورفین ها و آنکفالین ها برخلاف حالت قبلی، ترشح کافی نخواهند داشت و در نتیجه سبب می شود با اینکه شخص حدود سه ساعت بیشتر از حالت قبلی خوابیده است، از آرامش و استراحت عضلانی به اندازه کافی بهره مند نشود و درست به همین علت است که هر چه خواب انسان بیشتر ادامه پیدا کند و مثلاً تا ساعت ۱۰ صبح به درازا بکشد، احساس خستگی و کوفتگی عضلانی بیشتر خواهد بود.

فریضه نماز با اثر درخشان و بی نظیری که در ایجاد سلامت خواب دارد (و به جنبه هایی از آن در قسمت های قبل اشاره کردیم) در این مورد نیز نقش بسیار موثری ایفا می کند چرا که نماز صبح ضمن ایجاد الزام و وجوب برای سحرخیزی، انسان را خودبه خود به سوی یک آرامش عضلانی ناشی از مواد شیمیایی درون زانو سوق می دهد.

بزرگان عرصه علم و اندیشه مانند استاد شهید مرتضی مطهری (ره) نیز برنامه زندگی خود را بر مبنای خوابیدن در ساعت حدود ۱۰ شب و برخاستن از خواب، حدود نیم ساعت قبل از اذان تنظیم کرده بود تا از مواهب خدادادی و بی حد و حصر نماز، حداکثر فیض و بهره را ببرد.

پیام تسلیت

جناب آقای حجت ا... عظیمی

عضو محترم هیأت مدیره انجمن و مدیرعامل شرکت پارس گاز با کمال تأسف درگذشت شادروان اخوی گرامیتان را تسلیت عرض نموده و از درگاه خداوند متعال برای آن مرحوم، علو درجات و برای بازماندگان صبر جلیل آرزو مندیم.

دبیرخانه انجمن

خبرنامه داخلی

ناشر:

دبیرخانه انجمن صنفی کارفرمایان توزیع کننده گاز مایع ایران

نشانی:

تهران - بزرگراه حقانی - جنب امدادسانی و ایستگاه آتش نشانی - پلاک ۴۰ - طبقه سوم غربی

تلفن: ۸۸۷۷۰۸۸۸

تلفاکس: ۸۸۸۸۰۹۳۰

ماه رمضان، فرصتی برای خودسازی



ماه مبارک رمضان فرصتی است برای عبادت، پرستش و بیرون رفتن از دایره عادت های حقیر که انسان را از مقصد و مقصود بازمی دارند. حس نیایش و پرستش یکی از پایدارترین تجلیات روح انسان و یکی از اصیل ترین ابعاد وجودی آدمی است که نتیجه ضروری آن، چشم دوختن به عظمت ها و ارزش های والا و متعالی است. پیام این ماه پرفضیلت، پرستش و ستایش ذات منزله از هرگونه نقص و کاستی و در نتیجه شناخت فضیلت ها و یادآوری جایگاه رفیع و معنوی انسان و محرکی برای بیدارکردن فطرت کمال جویی انسان است.



پیامبر اکرم (ص) در آخرین روز شعبان ضمن خطبه ای، خطاب به یاران و همراهانش در ارتباط با فضائل ماه مبارک رمضان فرمود: ای مردم؛ به راستی سایه افکنده بر سر شما، ماهی بزرگ و مبارک، ماهی که خداوند روزه اش را واجب نموده و به پاداشتن عبادت در آن را مقرر فرموده است.

کسی که با انجام عبادت، تقرب بجوید به خداوند، مانند آن است که در غیر این ماه، فریضه ای انجام داده باشد. این ماه، ماه صبر است و پاداش صبر هم بهشت. ماه رمضان، ماه مواسات و برادری نیز نامیده شده. ماهی که پیوندهای عاطفی تحکیم و حس نوع دوستی تقویت می گردد.

ماه مبارک رمضان، ماهی که آغازش با رحمت، بطنش با مغفرت و آمرزش و نتیجه اش رهایی از آتش جهنم است، بر عموم مسلمانان مبارک باد.

تاثیر نماز بر آرامش عضلات



گروهی از نویسندگان مسلمان کوشیده اند در حرکات حین نماز اعم از قیام و قعود و رکوع و سجود، جنبه هایی از نرمش عضلانی و ورزش بدنی را بجویند و آن را با نرمش های متداول دیگر که منجر به استراحت و آمادگی عضلانی می شوند، مقایسه کنند اما دیدگاه ما به آرامش عضلانی ناشی از نماز از دریچه دیگری است. دانش پزشکی، امروزه به اثبات رسانده است که اگر شخصی حدود ساعت ۱۰ شب بخوابد و ساعت پنج صبح از خواب بیدار شود (یعنی