



خبرنامه داخلی

انجمن صنفی کارفرمایان توزیع کننده گاز مایع ایران

۱
۲
۳
۴ و ۵
۵ و ۶
۶
۷
۷ و ۸

مشارکت و کار جمعی، بر پایه خرد جمعی
ازاده نیرومند دولت برای پیشرفت
مراسم روز جهانی استاندارد
اخبار صنعت گاز مایع
رگولاتور گاز مایع
ایمنی راه کوتاه رسیدن به توسعه
در جستجوی راهزنان زمان
گوناگون



فهرست



مشارکت عامل:

شکوفایی

ایده های نو

کاهش خطاهای احتمالی

و تقویت بنیان های اعتقادی است.

مشارکت و کار جمعی، بر پایه خرد جمعی

جلب مشارکت مردم در اداره امور، با فرهنگ رسانی مناسب و اطلاع رسانی صحیح میسر می گردد. برای کارایی و موفقیت بیشتر در امر مشارکت، باید فاصله بین مراکز تصمیم گیری و مشارکت کننده به حداقل ممکن برسد. اطلاعات ریشه اصلی مشارکت است که جملگی باید به آن دسترسی داشته باشند، دسترسی مساوی به اطلاعات، همانند مشارکت در قدرت محسوب می گردد و در این میان، انگیزه های مادی را نیز نباید نادیده گرفت. تمایلی که مردم ما طی سال های اخیر در مقاطع مختلف برای مشارکت در سرنوشت خویش از خود بروز داده اند، فضای مساعدی را برای فراخوان آن ها، به حضور در صحنه های اقتصادی، ایجاد کرده است.

مشارکت به لحاظ لغوی، یعنی شرکت دو جانبه افراد برای انجام کار و در معنای وسیع خود، عبارت است از ایجاد نوعی همبستگی، تعلق و تلاش دسته جمعی میان افراد جامعه به منظور دستیابی به یک نظام عادلانه اجتماعی. درگیری ذهنی و عاطفی اشخاص در موقعیت گروهی است که آنان را برمی انگیزد تا برای دستیابی به هدف های گروهی، یکدیگر را یاری دهند و در مسئولیت های کاری، درگیر شدن و یاری دادن را پذیرا گردند. به عبارت دیگر یاری دادن، حاصل نوعی انگیزش است که افراد را در موقعیت کمک به دیگران قرار می دهد. مشارکت به مثابه شاخص مهم توسعه یافتگی، تعهدی فعالانه، آگاهانه و مسئولانه و از ساز و کارهای اعمال قدرت به حساب می آید.



اراده نیرومند دولت برای پیشرفت

محسن خلیلی



این کمبود مهم را تا حدودی مرتفع نمایند. به عبارتی دولت محترم با اجرای "قانون بهبود مستمر فضای کسب و کار" و فراهم آوردن زمینه مشارکت انجمن ها و تشکل های اقتصادی و صنعتی و نهادهای مدنی در تصمیم سازی ها و تصمیم گیری ها، می تواند فرآیند گذار از وضعیت موجود به وضعیت مطلوب را تعمیق و تسریع بخشد.

۳- بر اساس روند تاکنون طی شده و عزم و اراده ای که در دولت محترم برای رفع چالش های خارجی و داخلی به چشم می خورد می توان آینده را روشن و آرزوی تحقق وضعیت مطلوب را داشت. درخواست وسیع سرمایه گذاران خارجی برای حضور در بازار ایران مؤید این نظر است. این امر البته، امر عجیب و غریبی نیست، چرا که کشورمان ظرفیت های عظیمی به لحاظ منابع نفتی و گازی و ذخایر معدنی و زیرساخت های مناسب و تجربه چند دهه فعالیت صنعتی و موقعیت ژئوپلیتیک و جوانانی مستعد و تحصیل کرده و مردمی با فرهنگ دارد که این همه برای هر سرمایه گذاری آن هم در شرایط بحرانی در سایر کشورهای منطقه بسیار جذاب است، لذا باید آینده را روشن دید و امیدوارانه برای تحقق این آینده تلاش و همت نمود.

۴- بهبود فضای کسب و کار در پرتو اتحاد و اعتماد و حول حاکمیت قانون و مبارزه با فساد و تقویت سرمایه اجتماعی راهی است که "سرمایه" لازم برای فعالیت اقتصادی در کشور را فراهم می کند. به عبارتی در کشورمان بیش از آن چه از "کمبود سرمایه" در مضیقه باشیم از "مدیریت سرمایه" در ابعاد مختلف سرمایه مالی و فیزیکی، سرمایه انسانی و سرمایه اجتماعی، در مضیقه ایم. لذا اگر شرایط مناسب و اطمینان و امنیت لازم فراهم شود که در این مدت نیز مسئولان محترم در این مسیر تلاش بسیار نموده اند و کاهش تورم به زیر ۲۵ درصد نقطه به نقطه زیر ۱۵ درصد و رشد حدود ۱ تا ۲ درصدی بیانگر این سعی و تلاش است، می توان به جذب و به کار انداختن سرمایه های داخلی و خارجی در روند تولید کشور بسیار امیدوار بود.

۱- اعتقاد و باورم این است که دستیابی به توسعه و رفاه مردم از طریق صنعتی کردن جامعه امکان پذیر است. چرا که بر این اعتقادم که توسعه صنعتی تنها صرف ایجاد چند کارخانه و راه و جاده نیست، بلکه مرحله ای از توسعه اقتصادی است که از طریق دستیابی به فناوری های پیشرفته، ارتباط با بازارهای بزرگ و ساماندهی مدرن بخش خصوصی، منجر به بهبود سطح رفاه جامعه می شود. در این روند آن چه اهمیت بسیار دارد ایجاد روش ها و اختراع ابزارهای نوین تولید است که بهره وری و بالطبع درآمندی را در سایر بخش ها افزایش داده و بارش در آمد، تقاضا برای محصولات مختلف صنعتی و خدماتی افزایش می یابد. بر این اساس اصولاً راهی جز توسعه صنعتی و استفاده از ظرفیت های بالقوه عظیم صنعتی کشور برای حل مشکلات اقتصادی و از جمله رکود تورمی حاکم بر فضای اقتصادی کشور متصور نیست.

آن چه شاید کار را در عمل و اجرا دشوار می کند دیوانسالاری عظیم و گسترده و سنگین دولتی است که با وجود حدود چهار میلیون نیروی شاغل در آن، امکان تحرک و پویایی لازم برای اجرای این سیاست های ارزشمند تدوین شده را از دولت سلب می کند. این ناتوانی در اجرای برنامه ها سبب نارضایتی فعالان اقتصادی و صنعتی و بالطبع به واسطه کاهش سطح تولید، سبب نارضایتی جامعه می شود. در واقع بوروکراسی دست و پا گیر حاکم بر فضای اقتصادی با حجم انبوه و توان کارشناسی محدود، مانعی بزرگ بر سر اجرای هر برنامه توسعه یی آن هم در شرایط ویژه و خاص امروز کشور است. به هر حال تصور این خدمتگزار در نهایت پوزش، آن است که عدم موفقیت دولتمردان دلسوز و فداکار و خدمتگزار نمی تواند مرتبط با بهره وری بدنه دولت نباشد. لذا لازم است چنانکه فرهنگ صنعتی حکم می کند، نظام اداری کشور نیز با ارتقای مسئولیت پذیری و تخصص و آگاهی در تمامی سطوح آن و در قالب یک تحول فرهنگی، همراه و همگام صنعت کشور برای پیشرفت جامعه باشد تا همان طوری که عرض شد تحول و توسعه را در تمامی حوزه های اقتصادی و نه فقط در یک بخش اقتصادی، شاهد باشیم.

۲- بسته خروج از رکود تورمی بسیار مطلوب و موثر تدوین یافته است و به خوبی به نارسایی ها و کمبودهای شرایط حاضر صنعت توجه نموده است و چنان که در بالا اشاره شد عمده مشکل در اجرایی و عملیاتی شدن این راهبردها و برنامه هاست که مجموعه فعالان صنعتی کشور از طریق تشکل های مربوطه شان می توانند



برگزاری مراسم روز جهانی استاندارد



پدیده ها و متغیرهای نوظهوری مواجه هستیم و از دیگر سو تأثیر این پدیده بر حیات فردی و اجتماعی و الگوهای رفتاری ما در حوزه های مختلف زندگی، ایجاب می کند تلاش پیگیر مداومی نماییم.

● اساساً حیات علمی جوامع پویا، مبتنی بر همین ساز و کار است. مواجه شدن با پدیده های جدید و تلاش برای شناخت و در نهایت کنترل آن ها برای تأمین منافع فردی و اجتماعی. مدیریت بر این ساز و کار و انتقال درست دستاوردهای آن به زندگی اجتماعی مردم، رمز موفقیت جوامع پیشرفته است.

● جامعه ای که خود را بی نیاز از شناخت بیشتر بداند، حتی شناخت پدیده ای که تصور می کند آن را شناخته است. دچار رکود و مرگ علمی خواهد شد و می دانیم مرگ علمی به معنای بازماندن از قافله پیشرفت و توسعه و وابستگی همیشگی به جوامع توسعه یافته است و حیات و بالندگی علمی نیز، از طریق توسعه و گسترش زیرساخت های علمی کشورها به ویژه استاندارد محقق می شود.

● سازمان ملی استاندارد ایران با تکیه بر نیروهای پرتوان و تجربه چندین ساله خود و بهره گیری از رهنمودهای مقام معظم رهبری و اجرای بیانات ایشان که فرمودند: "مرکز استاندارد سازی را هر چه می توانید تقویت کنید. شما احتیاج دارید به این که مرکز استاندارد، مرکز دقیق و مؤثری باشد". عزم خود را برای اجرای فرامین رهبری و به ویژه بند ۲۴ سیاست های کلی اقتصاد مقاومتی ابلاغی رهبر معظم انقلاب (افزایش پوشش استاندارد برای کلیه محصولات داخلی و ترویج آن) و همچنین فرمایشات رئیس محترم جمهور دولت تدبیر و امید در خصوص: "لزوم توجه خاص به استانداردسازی و ارتقاء کیفیت محصولات به ویژه در دو حوزه خودرو و محصولات غذایی" به کار خواهد برد و البته رجاء واثق داریم که در این راه، خداوند متعال یاریگر ما خواهد بود.



آیین گرامیداشت روز جهانی استاندارد، روز شنبه بیستم مهرماه سال جاری در سالن مرکز همایش های بین المللی سازمان صدا و سیما در حضور جناب آقای جهانگیری معاون اول محترم ریاست جمهور، معاون محترم اجرایی ریاست جمهور، وزیر محترم صنعت، معدن و تجارت و نیرو و حضور جمعی از نمایندگان محترم مجلس شورای اسلامی و همچنین نمایندگان شرکت های صنعتی و تولیدی به نحو باشکوهی برگزار شد و طی آن به واحدهای نمونه، لوح و تندیس اهداء گردید.

شعار منتخب امسال: "استانداردها، تراز کننده میدان رقابت" بود. شعاری که بیانگر ارتقاء و آسان شدن زندگی با استانداردها است. کشورهایی که استانداردهای بین المللی را در خط مشی ها و قوانین شان جاری ساخته اند، قادر خواهند بود بیش از پیش از جمعیت خود محافظت کنند و همچنین به صنایع، فرصت ورود به بازارهای جدید را داده که سبب بهبود اقتصادی آنان می شود.

در این مراسم سرکار خانم مهندس نیره پیروزبخت ریاست محترم سازمان ملی استاندارد ایران، بیاناتی ایراد نمودند که به سر فصل هایی از آن، ذیلاً اشاره می گردد:

● در عصری زندگی می کنیم که از یکسو به طور مستمر با ورود



تسلیت باد.



اخبار صنعت گاز مایع



۱- انعکاس موضوع تبعات ناشی از کاهش تحویل گاز مایع، به شرکت ملی پخش.

در مورخ ۱۳۹۳/۷/۲۸ با توجه به مواجه بودن با پدیده های زیر:
الف- کاهش تحویل گاز مایع در پالایشگاه های آبادان، اصفهان، اراک، تبریز و بندرعباس.

ب- قطع واردات گاز مایع از آسیای میانه که بخشی از نیازمندی های شمال کشور را تأمین می کند.

ج- ورود به ماه محرم الحرام و تأمین گاز مایع مورد نیاز جهت مراسم سوگواری اباعبدالله الحسین (ع).

د- قرار داشتن در آستانه نیمه دوم سال که به لحاظ برودت هوا با افزایش میزان مصرف روبروست.

مراتب طی معروضه ای به مدیریت محترم تأمین و توزیع شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی ایران منعکس شد و استدعا گردید برای آن که شرکت های توزیع کننده خدمتگزار شرمندۀ تأمین گاز مورد نیاز آن دسته از مصرف کنندگان شریف مملکت که از نعمت گاز طبیعی محروم هستند، نگردیده و به علاوه موجبات نارضایتی مسئولین محترم ذیربط در اقصی نقاط کشور فراهم نشود، موضوع تأمین گاز کافی در کلیه مبادی داخلی و همچنین مخازن ذخیره سازی های سنگ بست و نکاء، مورد توجه جدی واقع گردد.

۲- هیأت مدیره انجمن، در جلسه شرکت بهینه سازی مصرف انرژی

در مورخ ۱۳۹۳/۷/۲۲ هیأت مدیره انجمن به جلسه ای با موضوع: "محدودیت بازار گاز مایع و گسترش بازار CNG در برنامه ششم توسعه." به شرکت بهینه سازی مصرف دعوت شده و مراتب زیر از سوی مقامات مسئول وزارت نفت حاضر در جلسه، مطرح گردید:
● برنامه های وزارت نفت که از سوی وزیر محترم نفت در قالب سیاست های اقتصادی دولت برای خروج از رکود در راستای کاهش مصرف سوخت، توسعه گاز رسانی، ساخت مینی ال ان جی

و جمع آوری گازهای همراه، اعلام گردیده به شرح زیر است:
"وزارت نفت تمرکز اصلی خود را برای بهبود وضعیت اقتصادی، بر روی افزایش تولید گاز قرار داده است که بدین ترتیب امکان صادرات گسترده سوخت مایع فراهم گردد و در این ارتباط، با رعایت ظرفیت های بند "ق" تبصره ۲ قانون بودجه سال ۱۳۹۳، در صورت تأمین گاز سه میلیون خانواده که از این نعمت محروم هستند، در مصرف چهار میلیارد لیتر نفت سفید و دو میلیون تن گاز مایع صرفه جویی خواهد شد.

● وزارت نفت مصمم است ظرف ۳ تا ۶ سال آینده با توسعه استخراج گاز از پارس جنوبی، به تدریج گاز طبیعی را جایگزین سوخت های مایع نموده و از این طریق سوخت های مایع را بعد از تعیین نرخ پایه توسط سازمان بورس، به مشتریان واجد شرایط عرضه کند.

● هم اینک ۶ میلیون تن گاز مایع در سال تولید می شود که تنها ۲ میلیون تن از آن، به شرکت های توزیع کننده اختصاص می یابد.

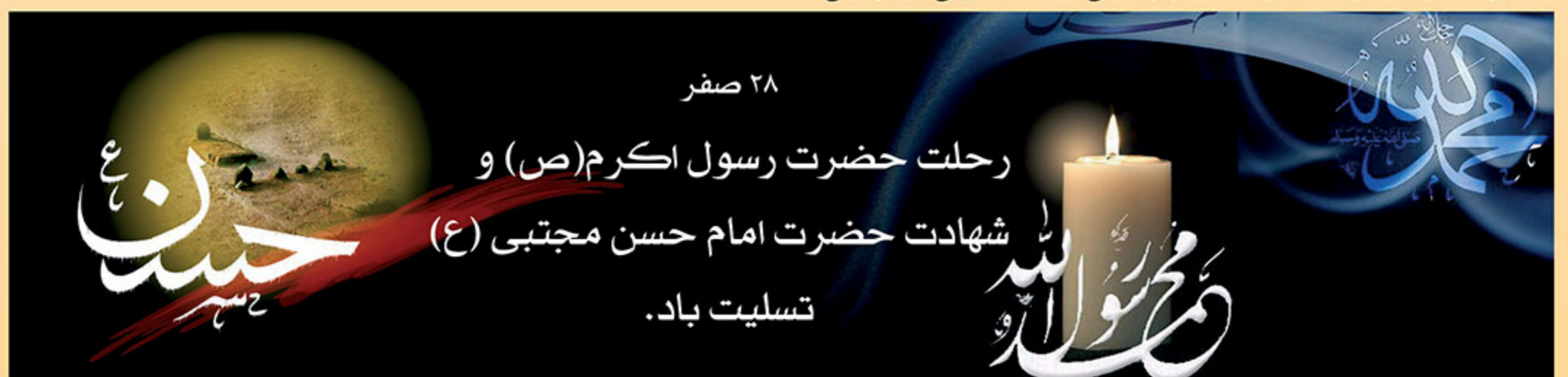
● در حال حاضر فقط نیمی از ظرفیت های سی ان جی کشور مورد بهره برداری قرار گرفته است و اصرار وزارت نفت بر آن است که حداکثر برداشت را از پارس جنوبی به مرحله اجرا درآورد.

مراتب فوق به صورت جداگانه ای در جلسه ماهیانه مورخ ۱۳۹۳/۷/۵ هیأت مدیره انجمن با توجه به عوامل محدود کننده زیر، مورد بررسی دقیق قرار گرفت:

● امکانات حمل جهت صادرات گاز مایع به ویژه ظرفیت های محدود ناوگان حمل دریایی

● گران تمام شدن صادرات گاز مایع به کشورهای غربی

● وجود متجاوز از ۷۰ شرکت توزیع کننده گاز مایع با سرمایه گذاری های بسیار گسترده در سراسر کشور و نقش حائز اهمیتی که طی ۶۰ سال گذشته در زمینه تأمین سوخت مصرف کنندگان میلیونی و اشاعه فرهنگ مصرف گاز در سطح مملکت ایفاء نموده اند.



۲۸ صفر

حیات

رحلت حضرت رسول اکرم (ص) و

شهادت حضرت امام حسن مجتبی (ع)

تسلیت باد.

و محمد رسول الله



کارخانه های: ایران سیلندر، پرس سیلندر، ۳ واحد تعمیراتی پرسى ایرانگاز واقع در (آذربایجان شرقی، خراسان، فارس)، سرویگاز تهران، سرویگاز بم، اتان صنعت، ارسال مخزن، یدک کشاورز سمنان، ام گاز کرج، اندیشه صنعت اصفهان، همایون گاز بروجن و میناب سیلندر هرمزگان.



طی این دوره آموزشی که توسط جناب آقای مهندس فرزاد جعفری کارشناس برگزیده شرکت پرسى ایرانگاز ارائه گردید، مندرجات استانداردهای ملی صنعت گاز مایع به شماره های: (۴۷۳، ۸۴۱، ۱-۸۴۱) و همچنین مصوبات و دستورالعمل کمیته نظارت مرکز در ارتباط با شرح وظایف مربوطه، به صورت سمعی و بصری، برای حاضرین در جلسه بازگو شد و در پایان نیز از طریق مبادله پرسش نامه ای پیرامون مسائل فنی، در خصوص آموزش ارائه شده، بررسی و ارزیابی به عمل آمد.

۳- برگزاری جلسه کمیته نظارت بر بازسازی و جایگزینی شیر و سیلندر

به دنبال هماهنگی های انجام گرفته، جلسه کمیته نظارت بر بازسازی و جایگزینی شیر و سیلندر در ساعت ۱۳ مورخ ۱۳۹۳/۶/۳۱، در دبیرخانه انجمن تشکیل و بر اساس مندرجات دستور کار جلسه، پس از بررسی های لازم به اتخاذ تصمیمات مقتضی نائل آمد که اهم آن شامل:

- تأیید نمایندگان جدید: سه شرکت توزیع کننده بزرگ، واحدهای ساخت و تعمیر شیر و سیلندر که جدیداً برای شرکت در جلسات کمیته بازسازی معرفی گردیده اند.
- اتخاذ تدابیر لازم جهت شرکت های توزیع کننده مستقر در آذربایجان شرقی در ارتباط با نحوه عملکرد آنان که در زمینه هزینه کرد وجوه سپرده بازسازی تا کنون معمول داشته اند.
- تصویب برگزاری یک دوره توجیهی یک روزه جهت مسئولین کنترل کیفی واحدهای ساخت و تعمیر سیلندر

۴- برگزاری دوره آموزشی کنترل کیفیت

در اجرای مندرجات بند ۳ صورتجلسه کمیته نظارت بر بازسازی و جایگزینی شیر و سیلندر مورخ ۱۳۹۳/۰۶/۳۱، یک دوره آموزشی یک روزه در تاریخ ۱۳۹۳/۰۷/۰۸ جهت مسئولین کنترل کیفی ۱۴ واحد ساخت و تعمیر سیلندر گاز مایع به اسامی زیر در دبیرخانه انجمن صنفی کارفرمایان توزیع کننده صنعتی گاز مایع ایران، برگزار گردید:

رگولاتور گاز مایع



استفاده قرار می گیرد که اهم آن ها عبارتند از:

۱- رگولاتورهای یک مرحله ای

در این سیستم، رگولاتور فشار مخزن یا سیلندر را مستقیماً و در یک مرحله، به فشار قابل استفاده کاهش می دهد. رگولاتور معمولاً بر روی مخزن یا سیلندر و یا بر روی لوله کشی های مربوطه خیلی نزدیک به مخزن یا سیلندر نصب شده و بعد از این که فشار گاز توسط این رگولاتور، به فشار مصرف تقلیل پیدا کرد توسط لوله ای فلزی یا شیلنگ به دستگاه گازسوز منتقل می شود. این سیستم یعنی تقلیل فشار یک مرحله ای در بسیاری از تأسیسات و نقاط مصرف به کار می رود و معمولاً کاربرد آن کافی و مناسب می باشد.

ادامه در صفحه بعد

در یک سیستم استفاده کننده از گاز مایع، می توان گفت که رگولاتور به منزله ی قلب آن سیستم است. رگولاتور باید بتواند فشارهای متغیر مخزن یا سیلندر را که ممکن است بین ۱۰ تا ۲۰۰ پوند بر اینچ مربع و یا حتی بیشتر تغییر کند دریافت کرده و این فشار دریافتی را به طور ثابت و یکنواخت تا حدود ۱۱ اینچ (۲۸ سانتی متر) ستون آب تقلیل داده و آن را به دستگاه های گازسوز برساند، علاوه بر آن، برای مقادیر مصارف متغیر گاز در وسایل گازسوز نیز که ممکن است از مقادیر بسیار کم پیلوت شروع شده و تا ظرفیت های زیاد مشعل های بزرگ مرتباً کم و زیاد شود، فشار گاز را به طور مداوم برای این دستگاه ها در همان مقدار معین ثابت نگه دارد در حالی که مقادیر مصرف گاز مورد نیاز را از خود عبور می دهد. رگولاتور و یا تنظیم کننده ی فشار به صورت های مختلفی مورد



یا سیلندر و یا لوله های نزدیک به آن ها سوار شده است، فشار مخزن یا سیلندر را تا حدی تقلیل داده و به ۵ یا ۱۰ و یا ۱۵ پوند بر اینچ مربع می رساند. گاز با این فشار به وسیله ی لوله کشی به رگولا تور مرحله ی دوم که در نزدیکی محل مصرف نصب شده است منتقل شده و در این محل فشار آن توسط رگولا تور دوم به فشار مصرف (۲۸ سانتی متر ستون آب) کاهش داده می شود.

چرا و چگونه باید از سیستم دو مرحله ای تقلیل فشار استفاده شود؟

در موارد زیر باید از سیستم دو مرحله ای تقلیل فشار استفاده شود:

- ۱- مصرف گاز مایع دارای تناوب زیاد است یعنی بعضی مواقع مقدار مصرف خیلی کم و بعضی مواقع خیلی زیاد می باشد.
- ۲- وجود تغییرات درجه حرارت در محل نصب مخزن یا سیلندر و محیط مصرف به گونه ای که بعضی اوقات هوا خیلی سرد و بعضی اوقات گرم است.
- ۳- وجود رطوبت یا بخار آب در گاز مایع محتمل است.
- ۴- طول لوله کشی بین مخزن تا محل مصرف، نسبتا زیاد و بیش از حد معمول است.

۲- رگولا تور یک مرحله ای توأم با تعویض کننده خودکار مخزن

این رگولا تور در عین حالی که فشار مخزن یا سیلندر را در یک مرحله به فشار قابل مصرف تقلیل می دهد، دارای دستگاه خودکاری است که وقتی گاز ذخیره ی مخازن یا مخازن در حال استفاده تمام شود، یعنی فشار گاز آن از حد معینی کمتر شود، رگولا تور به طور خودکار مسیر گاز از مخزن ذخیره را به رگولا تور باز کرده و مسیر گاز از مخزن را که خالی شده است می بندد و بدین ترتیب باعث می شود که گاز بدون انقطاع به دستگاه های گازسوز برسد. این سیستم معمولا برای مصارفی به کار می رود که ماهیت کار آن ها ایجاب می کند که جریان گاز سوخت به آن ها هیچ وقت کم نشود.

۳- رگولا تور دو مرحله ای توأم

این رگولا تور فشار گاز مخزن یا سیلندر را در دو مرحله کاهش داده و نهایتا به فشار مورد نیاز برای مصرف می رساند ولی هر دو دستگاه تقلیل فشار مرحله ی اول و مرحله ی دوم در یک رگولا تور به طور توأم تعبیه شده است.

۴- سیستم تقلیل فشار دو مرحله ای با دو رگولا تور مجزا

در این سیستم رگولا تور مرحله ی اول که معمولا بر روی مخزن

ایمنی، راه کوتاه رسیدن به توسعه



بود که در این میان، نقش مسئولان ایمنی و HSE از همه سنگین تر است. موفق ترین مسئولان ایمنی کسانی هستند که از اهداف بهره وری آگاهند و می توانند دیگران را نیز نسبت به اهمیت محیط های کاری ایمن به عنوان بهترین راه برای رسیدن به این اهداف آگاه سازند. لذا دستیابی به فرهنگ ایمنی و استقرار ایمنی کامل در محیط کار، مستلزم انجام اقدامات بنیادی در تمامی زمینه ها بوده که مهم ترین آن ها ایجاد شرایط لازم جهت ارتقاء سطح دانش، مهارت و بهینه سازی شرایط محیط کار، به ویژه در مشاغل سخت و زیان آور می باشد.

به طور اعم صنعت نفت و به طور اخص صنعت گاز مایع در بین صنایع کشورمان، از پیشگامان رعایت HSE بوده و در واقع الگویی برای سایر نهادها و بخش های صنعتی محسوب می شوند. چرا که مدیران این صنعت بزرگ معتقدند، رعایت HSE هزینه نبوده و بلکه نوعی سرمایه گذاری محسوب می گردد. امروزه رمز موفقیت صنایع دست اول در جهان، ایجاد محیط های کاری ایمن است که در نهایت، به افزایش بهره وری منجر می گردد.

شرکت هایی که دارای سوابق ایمنی هستند، می توانند بهتر از شرکت هایی که درآمد خود را صرف حوادث ناشی از آن می کنند جهت پیشرفته کردن و ایمن ساختن تأسیسات و دستگاه های خود، سرمایه گذاری کنند.

یک سامانه مدیریتی که خوب طراحی شده باشد، به کاهش حوادث، آسیب پذیری، بیماری ها و هزینه های غیر مستقیم (پنهانی) کمک می کند. بر اساس بررسی های انجام شده در صنایع گوناگون جهان، برطرف کردن هر حادثه ای، هزینه های سنگینی دربر دارد. بدون شک کاهش حوادث و افزایش بهره وری، با همکاری، تعهد و مسئولیت پذیری مدیران، کارکنان و کارگران امکان پذیر خواهد



در جستجوی راهزنان زمان



با این زمان مفید می توان دگرگونی های زیادی در زندگی ایجاد کرد و به بخش های زیادی از آرزوهای مان جامه عمل پوشانید و زندگی را در مسیر صحیح تر و با سرعتی فراتر به جلو حرکت کرد.

ما باید نیروی تأثیرگذار و خلاق را در زندگی مان آزاد کنیم و روند زندگی اجتماعی را در دستان خود و کنترل خود بگیریم. چنانچه قادر به انجام چنین کاری نباشیم، یک مرکز کنترل بیرونی بر ایمان ساخته می شود تا توسط اشخاص یا شرایط بیرونی مانند: رئیس، خانواده، درآمد، سلامتی و عوامل دیگر، تحت کنترل در بیاییم و بدین گونه احساس عصبانیت، افسردگی، بی خاصیتی و بیماری خواهیم داشت. یعنی به جای این که خالق شرایط باشیم، خود را مخلوق شرایط می بینیم.

در راه کسب مهارت مدیریت زمان به طور معمول موانع زیادی وجود دارد که برای افراد مختلف متفاوت است ولی عموماً به صورت های زیر دسته بندی می شوند:

- باورهای محدودکننده شخصی
- برنامه ریزی ذهنی منفی
- نگرانی از روند طبیعی زندگی
- خودخواهی و خود پرستی
- اطلاعات ناکافی و ضعیف
- حدود نامشخص مسئولیت
- ملاقات های زیاد بدون هدف

بزرگ ترین اندیشمندان تاریخ در پی پاسخ به این سؤال بوده اند که چگونه زندگی کنیم تا همیشه شاد و خوشبخت باشیم، به عبارت دیگر چه تکنیک هایی را به کار ببندیم تا کیفیت زندگی مان را در هر زمینه ای بهبود بخشیم. با مطالعه زندگی انسان های موفق این مطلب روشن تر دیده می شود که همه ی آن ها، یک ویژگی مشترک داشته و دارند. همگی آنان ارزش فوق العاده ای برای زمان خود قائل بوده و پیوسته تلاش می کنند تا منظم تر و کارآمدتر باشند. درک این نکته که مدیریت زمان در واقع مدیریت زندگی و یا شیرازه زندگی می باشد، از اهمیت کلیدی خاصی برخوردار است.

زمان اصلی ترین سرمایه بشری است، نیاز به فراگیری مدیریت زمان بر پایه این فرض استوار است که به هر چیز گرانبها و با ارزش، راهزنانی چشم دوخته اند تا آن را به اشکال گوناگون از چنگ صاحب آن بربایند. تقویت توان مدیریت زمان توجه به سه مرحله زیر است:

- حساس شدن ذهنی نسبت به یک سرمایه عادی شده ای به نام زمان.
- شناسایی آفات، راهزنان، دام های زمان و دلایل اتلاف آن.
- جستجوی راه حل هایی برای جلوگیری از اتلاف زمان و به کارگیری تدریجی آن.

نقطه شروع کسب مهارت های مدیریت زمان، "اشتیاق" است. برای آن که اشتیاق ما در مدیریت زمان بیشتر شود باید انگیزه قوی توسط آن چه که مزایای مادی و معنوی فراوانی دربردارد، برای خود ایجاد کنیم که این مزایا عبارتست از:

- الف- بهبود کارایی، عملکرد و بهره وری
- ب- کنترل بیشتر بر کارها
- ج- اختصاص وقت بیشتر به خانواده
- د- حفظ بقای جسمانی

به عنوان مثال اگر توفیق یابیم زمان خود را به درستی مدیریت کنیم، حداقل دو ساعت زمان اضافه خواهیم داشت که این دو ساعت اضافه در سال، برابر است با ۵۰۰ ساعت معادل حدود سه ماه ساعت کاری مفید.

باورهای مذهبی ما و توسعه پایدار



محققین و متفکرین در این فرآیند که کاملاً انسانی و دارای پیش زمینه های وسیع معنوی فرهنگی است، کمتر به جایگاه و نقش انسان توجه مبذول می نمودند. به ویژه نسل اول نظریه پردازان

ادامه در صفحه بعد

طی دهه های اخیر، نظریه های توسعه، تغییرات شگفت انگیزی را تجربه کرده است تا پیش از ظهور نسل سوم که در نظریه های فرآیند توسعه، محوریت انسان مورد توجه جدی تری قرار گرفت،



می‌شود و در بین آن‌ها نیز چربی بیش از اندازه خون، یکی از جدی‌ترین عوامل به شمار می‌آید. چربی‌ها پس از آب و پروتئین، سومین ماده تشکیل دهنده بدن هستند که علاوه بر نقش ساختمانی در اجزای بدن، مهم‌ترین منبع ذخیره انرژی به حساب می‌آیند که از طریق مواد غذایی توسط خون به اندام‌های مختلف بدن می‌رسند. در اثر مصرف غذایی بیش از مورد نیاز و یا اختلال در سوخت و ساخت چربی، میزان این چربی‌ها در خون افزایش یافته و با تجمع در دیواره رگ‌ها آن‌ها را مسدود می‌کنند که این انسداد، به تصلب شرائین معروف است. چربی‌های خون به طور عمده عبارتند از تری‌گلیسرید، کلسترول و لیپو پروتئین‌ها.

کلسترول در بدن به دو صورت خوب HDL و بد LDL تولید می‌شوند. کلسترول خوب وظیفه دفع و بیرون راندن چربی از بدن را عهده‌دار است و کلسترول بد چربی بیشتر و پروتئین کمتری را از کبد به سایر قسمت‌های بدن می‌رساند و در نتیجه امکان ابتلا به بیماری‌های قلبی را افزایش می‌دهد. برای افزایش HDL و کاهش LDL، دست کم سه بار در هفته به مدت ۲۰ دقیقه ورزش کنید. از خوردن چربی‌های اشباع (گوشت و لبنیات پرچرب) و روغن‌های نباتی جامد بپرهیزید. از تنقلات پر کالری، چرب و غذاهای آماده و سرخ شده کمتر استفاده کنید.

از نوشیدن مواد الکلی خودداری نمایید، چربی‌های گوشت و پوست مرغ را دور بیندازید، غذاهای خود را با روغن‌های ذرت، زیتون و... بپزید. غذاهای پر فیبر بخورید. از خوردن شیرینی و نوشیدنی‌های شیرین تا حد امکان اجتناب کنید. پرخوری نکنید. با چنگال و آهسته غذا بخورید و آن را خوب بجوید. سیگار نکشید، از مصرف شکر، آرد، سیب زمینی و برنج سفید به مقدار زیاد پرهیز کنید و تا می‌توانید ماهی بخورید و به ویژه ماهی تن و سالمون. خوب بخوابید و در سبد غذایی تان میوه، سبزیجات و غلات را فراموش نکنید و در نهایت همواره مراقب افزایش وزن تان باشید.

خبرنامه داخلی

ناشر: دبیرخانه انجمن صنفی کارفرمایان توزیع کننده گاز مایع ایران
نشانی: تهران - خیابان دکتر بهشتی - خیابان سرافراز - خیابان هفتم - پلاک ۱۷
طبقه ۴ تلفن: ۸۸۷۳۷۹۱۹-۸۸۷۳۴۸۶۲ فکس: ۸۸۵۴۱۴۹۱
کدپستی: ۱۵۸۶۸۳۵۵۱۱
پست الکترونیک: info@anjomanlpg.ir

که با نگاهی جبر گرایانه نسبت به مساله توسعه، نسخه آن برای جوامع توسعه نیافته را همان راه کشورهای توسعه یافته تجویز نموده و به همین دلیل نیز مسیری از پیش تعیین شده برای این جوامع توصیه می‌کردند بدون آن که نقش فرهنگ و ارتباطات در مقوله توسعه و همچنین دغدغه‌های بومی و محلی مردمی که برنامه توسعه برای آنان طراحی می‌شود، در آن ملحوظ واقع گردد. به هر روی ما امروز در جهان با موجی از رویکردهای انسانی نسبت به امر توسعه روبرو هستیم و اصطلاح توسعه پایدار نیز در حقیقت، زاینده این نگاه به توسعه است. در توسعه پایدار، مطابق تعاریف جهانی پذیرفته شده، نگاه به توسعه با در نظر گرفتن نسل آینده و شانس آن‌ها برای بهره برداری از منابع خدادادی است و بر این اساس ما امروز در مقابل حفظ منابع زیر زمینی و بهره برداری اصولی از آن‌ها، حفظ محیط زیست و رعایت استانداردها، مسئول هستیم و منابع زیر زمینی که در اختیار ما قرار دارد در حقیقت گنجی است که متعلق به همه‌ی نسل‌ها می‌باشد و لذا بهره برداری از این ثروت ملی باید به گونه‌ای باشد که هم مسایل انسانی و زیست محیطی و هم نحوه استفاده بهینه از تمام ظرفیت‌های منابع، با اصول اولیه توسعه پایدار سازگار باشد.

این باور نه تنها به عنوان یک ایده مترقی امروزی بلکه در حقیقت یک باور مذهبی برای مسلمانان است.

توجه روزافزون به سلامت و ایمنی نیروی انسانی همراه با در نظر گرفتن سطح قابل قبولی از استانداردهای زیست محیطی از سوی سازمان‌های عامل، حداقل وظیفه‌ای است که در دستان ما قرار داده شده است و باید عهد ببندیم که نسبت به رعایت اصول توسعه پایدار و باورهای مذهبی همراه آن یعنی حراست از بیت المال و دارایی هم میهنان عزیزمان ذره‌ای کوتاهی و تساهل روا نداریم.

چگونه می‌توان مرگ زودرس را دور زد

اگرچه این سخن مرحوم دکتر خانلری که می‌گوید: "گرچه از عمر دل سیری نیست / مرگ می‌آید و تدبیری نیست" واقعیتی انکارناپذیر است اما با افزایش آگاهی‌های لازم در مورد بدن، شناخت بیماری‌ها و شیوه‌های پیشگیری و درمان، می‌شود به گونه‌ای، با دور زدن مرگ زودرس، بر طول زندگی افزود و دست کم زمان حیات را به دور از عوارض ناخوشایند بیماری‌ها، سپری کرد.

یکی از عواملی که امروزه به مرگ و میر می‌انجامد، سکتة‌های قلبی و مغزی است که بر اثر عواملی همچون: فشار خون، چربی بالای خون، چاقی، تغییر الگوی زندگی و تغذیه نامناسب ایجاد