

گرامیداشت ۷ مهر روز ایمنی و آشنشانی...

هفتم مهرماه به نام «آتش نشانی و ایمنی» نامگذاری شده است. در واقع این روز بهانه ای است تا به گرامیداشت انسان هایی بپردازیم که از جان و آسایش خود در راه حفظ جان و آسایش ما می گذرند تا بتوانیم در امنیت زندگی کنیم. به همین منظور روز شنبه مورخ ۹۷/۷/۷ جلسه کمیته HSE و مدیریت بحران همزمان با روز گرامیداشت هفتم مهر و تقدیر از افراد شاخص ایمنی واحدهای مختلف برگزار شد. در ابتدای جلسه آقای مهندس موسوی، مدیرعامل شرکت ضمن گرامیداشت روز ایمنی و آشنشانی این روز را به همکاران آتش نشان و سایر همکاران نیروگاه تبریک گفته و تاکید کردند که ایمنی مسئله ای است که همه کارکنان شرکت باید آن را سرلوحه کار خود قرار دهند.



سپس، آقای مهندس قهرمانی مدیر امور HSE تاریخچه نامگذاری هفتم مهر به عنوان روز ایمنی و آشنشانی را تشریح کردند و ضمن گرامیداشت یاد شهدای آشنشان، این روز را به همکاران آتش نشان تبریک گفتند.

در ادامه خلاصه ای از حوادث رخ داده در شش ماه نخست سال مورد بررسی و تجزیه و تحلیل قرار گرفت. اکثر این حوادث ناشی از عدم رعایت احتیاط و سهل انگاری فرد در محیط کار بوده است که با کمی دقت و رعایت شرایط ایمن کار می توانست این حوادث جزئی هم رخ ندهد. در پایان جلسه از

نفرات شاخص ایمنی انتخاب شده از واحد ایمنی و سایر واحدهای عملیاتی نیروگاه به تعداد ۱۴ نفر تقدیر به عمل آمد و هدایایی به رسم یادبود تقدیم گردید.

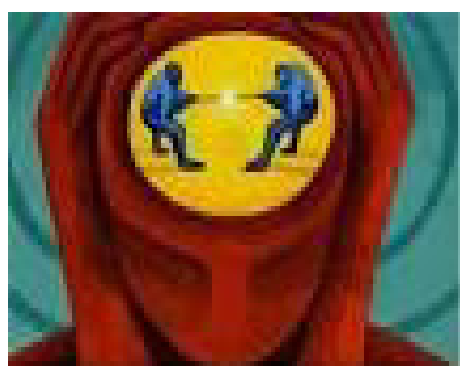
اهمیت بهداشت روان...

روز ۱۰ اکتبر هر سال (مطابق با ۱۸ مهر) روز جهانی بهداشت روان نامگذاری شده که در ایران هفته پایانی مهرماه (۲۴ تا ۳۰ مهر) به نام هفته سلامت روان می باشد. تقریباً از سال ۱۹۳۰ میلادی یعنی بعد از تشکیل اولین کنگره بین المللی بهداشت روان بود که این رشته به صورت جزئی از علوم پزشکی در آمد.

بهداشت روانی همان سلامت فکر و قدرت سازگاری فرد با محیط و اطرافیان است. همچنان که از جسم خود مراقبت می کنیم روح خود را نیز باید مقاوم تر کنیم تا زندگی بهتری داشته باشیم. در زندگی چگونه بودن خیلی مهم تر از بودن یا نبودن است. روانشناسان و روان درمانگران فردی را از نظر روانی سالم می دانند که احساس اجتماعی در او رشد یافته و قادر باشد ارتباط سازنده ای با دیگران برقرار کند.

رابطه پیچیده تر شدن زندگی با بروز بیماری روانی :

دنیای مدرن امروزی دنیای پیچیده ای است که به دلایل مختلف ارتباطات عاطفی افراد را با یکدیگر کم کرده و زمینه بروز بیماری روانی را فراهم می کند. اما در این میان نقش خانواده در درمان اختلالات روانی یک فرد بسیار



مهم و تاثیرگذار است. دنیای مدرن امروز با روابط پیچیده آن که بیش از هرچیز نزدیک شدن به سیستم ماشینی را می طلبد علاوه بر عوارض جسمی، مشکلات روانی را نیز برای افراد به ارمغان آورده است. اغلب مردم به اهمیت

حفظ سلامت جسمانی خود واقف بوده و با روش هایی مانند ورزش منظم، تغذیه مناسب و انجام آزمایش های پزشکی نسبت به سلامت جسمی خود اطمینان کسب می کنند. اما تعداد کمی از مردم به اهمیت حفظ بهداشت روانی خود آگاهند. فشار روانی تا میزان معینی برای انگیزش مفید است اما همین فشار روانی اگر از حدی بالاتر رود می تواند مشکلات جسمانی از قبیل فشار خون بالا، سردرد و خستگی ایجاد کند و ممکن است سرآغازی برای ناتوانی روانی در بعضی از مردم باشد. لذا آشنایی با اهمیت بهداشت روانی، حساسیت به موقع در مورد اختلالات روانی و پیگیری در مراحل اولیه برای جلوگیری از تبدیل آن به بیماری حاد روانی، نحوه رفتار اعضای خانواده با فردی که دچار اختلال روانی شده، علل بروز بیماری روانی، نقش مشاوره های روانشناختی در درمان اختلالات روانی، از مواردی است که نیاز به آگاهی و اطلاع رسانی دارد.

افسردگی، بیماری قرن :

زندگی در دوران مدرن، کم شدن رابطه رو در روی افراد با خانواده و نزدیکان به علت کار بیش از حد، شکاف عاطفی میان افراد ایجاد کرده است. افسردگی بیماری قرن حاضر و مشکل خیلی از افراد است. مشکلی که ممکن است قسمت بیشتری از عمر هرکس را



بگیرد. در ایران نیز متأسفانه ما با این مشکل روبرو هستیم و علی رغم حضور تمام افراد خانواده در خانه، ارتباط عاطفی مطلوب وجود ندارد. همچنین کار بیش از حد باعث فراموش کردن نیازهای عاطفی فرزندان و درک پیچیدگی دوران خاص زندگی آنها به خصوص دوران بلوغ می شود. متأسفانه زمانی به این مهم می رسیم که ممکن است فرزندان تحت تاثیر گروه نامناسب سنی همسالان و آثار تخریبی فیلم ها و استفاده از رسانه های مختلف به مسائل مختلفی مبتلا شوند.

چند درصد از افسردگی های معمولی ممکن است به بیماریهای روانی حاد تبدیل شوند؟

اگر سطح بهداشتی درمانی در یک جامعه بالا باشد بسیاری از موارد افسردگی از طریق مشاوره های روانی با مددکار و روانپزشک و هوشیار کردن خانواده ها به لزوم رسیدگی به بهداشت روانی قابل درمان است. مشکل جامعه امروز این است که هنوز برای بسیاری از خانواده ها جانفیتاده که اعصاب و بیماری های ساده روانی در صورت رسیدگی به موقع با روش های ساده تری قابل درمان هستند.

بیشترین داروهای مصرفی در حوزه اعصاب و روان در کشور کدامند و در چه سنینی بیشتر استفاده می شوند؟

مصرف داروهای ضد افسردگی در کشور بسیار بالا و نگران کننده است. استفاده از این داروها نسبت به قبل در جوانان زیادتر شده است. فرد جوان



طبیعتاً" بلند پرواز و ایده آگراست. یک جوان نسبت به یک فرد مسن قدرت تجزیه و تحلیل نابرابری های اجتماعی را نداشته و این خود را در

برخی موارد حتی با تمایل به خودکشی نیز نشان می دهد. در مورد برخی بیماران روانی جوان نکته مهم مقاومت در برابر مصرف داروست زیرا بسیاری از این دسته داروها، بعد از گذشت ۳ یا ۴ ماه تاثیر خود را بر روان فرد می گذارند.

نقش مواد مخدر صنعتی در بروز بیماری های روانی چگونه است؟

یکی از مواردی که در بیماران اعصاب و روان اتفاق می افتد تغییر رفتار و گفتار بیمار است که در سال های اخیر در اثر مصرف مواد مخدر صنعتی اتفاق می افتد. با مراجعه به اورژانس بیمارستان ها می توانید موارد بسیار زیاد مسمومیت ناشی از مواد مخدر و محرک را در میان نوجوانان و جوانان مشاهده کنید. مصرف این مواد به رفتار غیر طبیعی و خصوصاً توهم دامن می زند و مصرف بیش از حد و طولانی مدت آن می تواند بیماری های خطرناک روانی ایجاد کند.

درمان های مشاوره ای در درمان بیماری های روانی تا چه حد تاثیر دارد؟

در راستای کاهش میزان آلودگی هوا از شهر کاشان روانه شهر مقدس مشهد گردیدند و در تاریخ ۹۷/۷/۱۱ روز چهارشنبه ساعت ۹ نیز از نیروگاه برق بعثت بازدید کردند.

گزارش آقای مهندس نجاتی درباره طراحی صفحه اینترنتی سیستم پایش آنلاین دود

بی شک یکی از ملاحظات اصلی در خط مشی هر واحد صنعتی میزان آلاینده‌گی زیست محیطی آن است که این موضوع در صنایع مادر و بالادستی نظیر نیروگاهها اهمیت صد چندان می یابد. چراکه تولید مداوم و غیرقابل اجتناب در واحدهای تولید برق و مکانیزم های متداول آن که عموماً از تبدیل سوخت های فسیلی به انرژی الکتریکی استفاده می کنند لاجرم با تولید آلاینده های زیست محیطی همراه است. لذا رصد و پایش میزان تولید آلاینده‌گی یکی از دغدغه های اصلی سازمان محیط زیست و متولیان اجرایی آن نظیر واحد محیط زیست HSE در این صنایع می باشد. این میزان اهمیت موجب شده که سازمان محیط



زیست در صدد پایش آنلاین و مستمر سهم آلاینده‌گی صنایع بزرگ برآید و وزارت نیرو اجرای سیستم های پایش آنلاین آلاینده‌گی های زیست

محیطی را در نیروگاه ها تکلیف نماید. متعاقب این تصمیم در نیروگاه بعثت نیز این موضوع مطرح و بایستی اجرا می گردید که با ملاحظات بودجه ای و رویکرد اقتصاد مقاومتی توسط مدیریت محترم تصمیم گرفته شد که از پتانسیل داخلی شرکت برای انجام آن بهره گیری شود که به لطف خداوند متعال و اعتماد مجموعه و مدیریت محترم بنده توانستم در مدت کوتاهی (حدود یکماه) کار طراحی صفحه اینترنتی و برنامه نویسی استخراج اطلاعات سیستم پایش آلاینده‌گی محلی و به اشتراک گذاشتن آن در سایت رسمی نیروگاه بعثت که البته با مساعدت گروه برنامه ریزی شرکت انجام گردید را به سرانجام برسانم. البته که پروژه به شکل کامل و موثری انتظارات سازمان محیط زیست را

مشاوره در کلینیک ها در مورد بیماران نوروتیک بسیار موثر است اما در مورد بیماران مزمن باید ابتدا درمان های روانپزشکی انجام شده و در مراحل بعد درمان های مشاوره ای و کلینیکی نیز اضافه شود. یکی از نکات مهم در درمان بیماران، آموزش و آگاهی دادن به خانواده ها برای نوع رفتار با بیماران است تا ضمن درمان های دارویی امکان برگشت به جامعه هر چه زودتر برای فرد بیمار فراهم شود.

چطور می توان از بروز بیماری های روانی جلوگیری کرد؟

استفاده از مددکاران و مشاوران و روانشناسان اجتماعی در مدارس در جهت آگاه سازی دانش آموزان، آموزش مهارت های ارتباطی به خانواده ها و فرزندان در مساجد و مراکز شورایی و سرای محلات، بالا بردن آگاهی خانواده در شناسایی مشکلات فرزندان تا در مواجهه با مشکلات خانواده را مامن خود دانسته و با والدین مطرح کنند. از سوی دیگر با توجه به دنیای مدرن امروزی و مسائل اقتصادی که مردم با آن روبرو هستند اصلاح روابط کاری در ادارات و مراکز تجاری نیز لازم است تا کمترین آسیب به اعصاب و روان وارد شود.

بازدید دوچرخه سواران نیروگاه کاشان...

کاروان دوچرخه سواری امام رضا امور برق شهرستان کاشان (توزیع برق استان اصفهان) در جهت ترویج مدیریت مصرف انرژی و حمایت از محیط زیست، گسترش فرهنگ دوچرخه سواری و جایگزین کردن آن به جای اتومبیل





ترانس فعلی در حال آماده سازی است و ترانس جابجا شده به عنوان ترانس رزرو در کنار ترانس استیشن واحد ها مستقر گردید تا در مواقع اضطراری مشابه، در حداقل زمان ممکن بتوان این ترانس را جایگزین ترانس استیشن واحدها نموده و مورد بهره برداری قرار داد.

اصلاح اماکن غیر ایمن ...

در ماه گذشته با همت همکاران محترم تعمیرات تاسیسات، واحد رنگ و پوشش امور شیمی، واحد خدمات و پیگیری واحد ایمنی نیروگاه و حمایت های مدیریت، ساختمان نجاری نیروگاه ساماندهی شده و پس از جمع آوری ضایعات داخل انبار نجاری و ساماندهی کابل های کارگاه نجاری، ساختمان



رنگ آمیزی و سقف آن ترمیم و عایق بندی گردید. همچنین حفاظ دستگاه ها و حفاظ فن موجود در کارگاه نجاری بررسی و اصلاح گردید و برخی از این اقدامات از قبیل نصب داکت کابل های بیرون

ساختمان توسط تعمیرات الکتریک در دست پیگیری است. سایر فعالیت های لازم برای ایمن سازی این ساختمان و ساختمان های مشابه کماکان ادامه دارد.

راه های پیشگیری خطرات وسایل گرمایشی گاز سوز

با توجه به فصل سرما و استفاده برخی از خانواده ها از وسایل گرمایی گازسوز، لازم است همکاران محترم از علایم شایع گازگرفتگی مطلع باشند و در صورت مشاهده این علایم، اقدامات اولیه را انجام دهند. گیجی، کرختی مزمن، سردرد ناگهانی و بدون درد از علایم شایع گاز گرفتگی است. افراد

برآورده می کند و در ضمن تکلیف وزارت نیرو برای اجرای پایش را نیز کاملا پوشش می دهد. لازم به توضیح است که در این پروژه از حداقل منابع استفاده شده و صرفه جویی لحاظ شده کاملا قابل توجه است. امیدوارم که توانسته

UNIT1						
Oxygen	Carbon Dioxide	Water Vapour	Carbon Monoxide	Sulphur Dioxide	NOx	Nitric Oxide
25	0.02	0.14	5.95	5.32	23.81	22.68

UNIT2						
Oxygen	Carbon Dioxide	Water Vapour	Carbon Monoxide	Sulphur Dioxide	NOx	Nitric Oxide
0.8	0.68	1.39	48.86	38.11	58.57	55.78

UNIT3						
Oxygen	Carbon Dioxide	Water Vapour	Carbon Monoxide	Sulphur Dioxide	NOx	Nitric Oxide
1.58	3.07	3.81	0	0	18.13	17.27

باشم قدمی در راستای حفظ منافع شرکت و سلامت سیستم و جامعه و ترویج خودباوری بردارم.

جابجایی ترانس استیشن واحد با ترانس رزرو ...

روز چهارشنبه مورخ ۹۷/۷/۱۸ در حین راه اندازی F.D.fan1A جهت تست و اندازه گیری ارتعاشات آن، F.D.fan مزبور به علت اتصال و قطع کابل یکی از فازهای تغذیه الکتروموتور آن، تریپ کرد و شوک الکتریکی ناشی از این حادثه باعث حادثه آرک زدگی در ترانس استیشن واحد ها گردید. لذا به منظور تسریع در مدار آوردن واحد، در حداقل زمان ممکن ترانس استیشن رزرو موجود در انبار جابجا و در محل واحد ۱ مستقر گردید و تست های لازم روی آن انجام شد. همزمان با این کار تست های الکتریکال روی ترانس فعلی انجام و پس از شناسایی اشکال در عایق یکی از شینه های خروجی ولتاژ پایین یکی از فازهای ترانس، عملیات رفع اشکال آن آغاز شد. در حال حاضر

اندازی وسایل گاز سوز گرمایشی، میتواند در پیشگیری از حوادث تلخ و حفظ جان همکاران عزیزمان بسیار کارآمد باشد.

تصویر زیر اقدامات پیشگیرانه لازم جهت جلوگیری از خطرات احتمالی

ناشی از استفاده از وسایل گرمایشی گاز سوز را نشان می دهد.

سالم تر و جوان تر به دلیل این که این علایم دیرتر در آنها بروز می کند، باید کاملاً هوشیار باشند و در صورت مشاهده این علایم در افرادی که حساس تر هستند، سریع اقدامات اولیه را انجام دهند.

انجام اقدامات پیشگیرانه در تمامی شرایط کمک مؤثری جهت جلوگیری از حوادث بزرگ تر در آینده خواهد بود و رعایت چند نکته ایمنی قبل از راه



هشدارهای ایمنی در استفاده از وسایل گازسوز

IRNA
INFOGRAPHIC



منبع: ایرنا