



فصلنامه داخلی شرکت نفت ایرانول | بهار ۱۳۹۳

■ حضور دکتر ربیعی
در جمع کارگران شرکت نفت ایرانول

■ مدیرعامل شرکت نفت ایرانول
در جمع عاملین برتزو
از نظر من همه شما برتر هستید

■ درخشش شرکت نفت ایرانول
با تقسیم سود ۲۸۰۰ ریالی

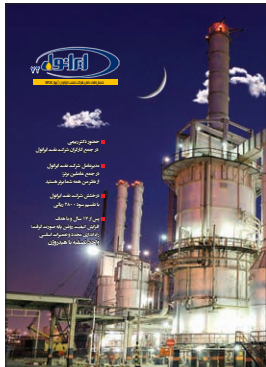
■ پس از ۱۷ سال و با هدف
افزایش کیفیت روغن پایه صورت گرفت؛
راه اندازی مجدد و تعمیرات اساسی
واحد تصفیه با هیدروژن





روغن موتور دیزلی با کارایی عالی
دارای تاییدیه از شرکت ولوو

www.iranol.ir



بسم الله الرحمن الرحيم



صاحب امتیاز: شرکت نفت ایرانول

مسئول اجرایی: مریم امیری

طراح آگهی ها: وحید اسماعیلی

همکاران ما در این شماره: مرتضی علیخانی، مهیار شکیب آذر، علیرضا منصورحسینی، وحیده طوسی، محسن حکمی زاده، محمدرضا دهنوی، ملیحه حسین زاده، سیدکمال شاهچراغی، مهدی محمدی، نوشین آهاری، بهمن هاشمیان

طراح و صفحه آرا: حامد یعقوبی

چاپ و اجرا: چاپخانه نقش پرداز اسراء: ۶۶۷۸۳۹۰۰

نسخه الکترونیکی فصل نامه به آدرس زیر بر روی سایت شرکت نفت ایرانول قابل دسترسی است:

www.iranol.ir

• خوانندگان محترم فصل نامه ایرانول که علاقمند به درج مطلب در شماره های آتی مجله می باشند، خواهشمند است مقالات و یا گزارش های خود را به آدرس نشریه ارسال نمایند.

• مطالب و مقالات ارسالی پس از بازبینی و تایید هیات تحریریه چاپ خواهد شد و هیات تحریریه در اصلاح و ویرایش متون آزاد است.

• مقالات ارسالی به صورت تایپ شده در محیط MS-WORD بر روی CD به همراه نمونه چاپ شده آن و فایل عکس پیشنهادی باشد.

• نقل مطالب با ذکر مآخذ و در صورت ترجمه با یک نسخه از متن اصلی همراه باشد.

• مطالب منتشر شده در فصل نامه الزاما دیدگاه نشریه نمی باشد.

E-Mail Address: iranolnameh@iranol.ir

سامانه پیامکی: ۱۰۰۰۱۳۸۱

نشانی: تهران، میدان ونک خیابان ملاصدرا شماره ۱۹۷
واحد روابط عمومی و تبلیغات شرکت نفت ایرانول
شماره نمابر: ۰۲۱-۸۸۲۱۲۹۹۶

سخن مدیرعامل

ویژه ماه رمضان

- ۳ رستگاران ماه رمضان
- ۴ فضیلت ماه رمضان
- ۴ روزه را به بهانه گرما ترک نکنیم
- ۶ تدابیر طب سنتی برای حفظ تندرستی در ماه مبارک رمضان
- ۷ شعر قدر

مقالات

- ۸ روانکارهای سیستم انتقال پیوسته متغیر
- ۱۱ انتخاب روغن دنده های سنتزی
- ۱۵ پنج ابهام در مصرف سوخت
- ۱۶ کف کردن روغن و عوامل موثر بر آن
- ۱۷ معرفی واحد تحقیق و توسعه
- ۱۸ مقایسه سیستم مدیریت فرآیندها با برنامه ریزی منابع سازمانی
- ۲۰ ده توصیه برای تبلیغات و بازاریابی موثر

گفتگو

- ۲۲ گفتگو با سرپرست معاونت تولید و بهره برداری و مدیر پالایشگاه تهران
- ۲۳ گفتگو با عاملین برتر فروش

اخبار و آلبوم تصاویر

انتصابات جدید در شرکت نفت ایرانول

گردشگری

- ۴۰ ده جاذبه بکر گردشگری ایران که دیدنشان می ارزد

سبک زندگی

- ۴۵ استرس باعث فراموشی می شود
- ۴۶ روش های بین المللی کاهش وزن
- ۴۸ گیاهانی که قند خون را کاهش می دهند
- ۴۹ تاثیر شبکه های مجازی بر کارکرد خانواده
- ۵۰ اگر می خواهید شاد زندگی کنید...
- ۵۳

جدول ایرانول

تبریک



همدلی و همزبانی کلید موفقیت و سربلندی

سال ۹۳ با تمام فراز و نشیب هایش به پایان رسید و سال ۹۴ با دنیایی از امید و نشاط در عرصه‌ی کار و تلاش، برگ‌های زرین خود را بر روی ما گشود. سالی که با کلام مقام معظم رهبری به سال «همدلی و همزبانی، دولت و ملت» مزین شد. سال جدید در شرايطی آغاز شد که تحولات منطقه‌ای و موقعیت استراتژیک کشورمان و همچنین فضای حاکم بر روند مذاکرات هسته‌ای کلیه شئون زندگی فردی و اجتماعی را تحت الشعاع خود قرار داده است. شرایط فوق، برای بخش صنعت به ویژه حوزه نفت، چالش و فرصت‌های جدیدی را پیش روی این صنعت قرار داده است. با درک چنین موقعیتی و محاسبات مبتنی بر وجود فرضیه‌های مختلف در ضرباهنگ روند مذاکرات در هر شکلی که به توافقات هسته‌ای منجر شود، متخصصان عرصه نفت را با این فرصت خوب مواجه ساخته که بر اساس بیانات مقام معظم رهبری که طی چند سال اخیر در بهره‌گیری از توان بومی و استفاده از تولیدات داخلی و اقتصاد مقاومتی تأکید موکد داشته‌اند، متخصصان حوزه نفت و روانکاران را در عزمشان بر تحقق این خواسته جزم تر کرده است.

آغاز سال جدید این فرصت طلایی را برای عزیزان و کارشناسان شرکت نفت ایرانول فراهم ساخت تا در فضای همدلی، همزبانی، اتحاد، کار و تلاش مضاعف در انجام رسالت خطیر خود در اجرای برنامه‌های از پیش تعریف شده شرکت علیرغم رکود حاکم بر کشور و شتاب هرچه بیشتر در تحقق آنها و همچنین محقق ساختن رهنمودهای مقام معظم رهبری، مبنی بر جلوگیری از خام‌فروشی، قدم در مسیر سرافرازی و سربلندی میهن عزیزمان بردارند.

کسب موفقیت تعمیرات اساسی و نصب و راه‌اندازی واحد تصفیه با هیدروژن در عرض ۲۴ روز پس از ۱۷ سال، با همت پرسنل متعهد، دلسوز و جوان شرکت و افزایش سطح کیفی روغن تولیدی پالایشگاه نفت ایرانول، صادرات محصولات نهایی و هدف قراردادن بازارهای جهانی و کاهش هزینه‌ها و قیمت تمام شده و افزایش سهم بازار داخلی و توسعه همه‌جانبه بخش‌های مختلف شرکت نفت ایرانول، از جمله فعالیت‌ها و قدم‌های موثر در مسیر خودکفایی و تکیه بر توان متخصصان داخلی، اقتصاد مقاومتی و همچنین تولیدات داخلی در سال جدید بشمار می‌رود. با همت شما عزیزان، تلاشمان در سال جدید با رویکرد تکیه بر توان و همت خانواده ایرانول خواهد بود و باید به این خودباوری برسیم که توان ما در تولید محصولات در جایگاهی قرار خواهد گرفت که با افزایش کمیت، کیفیت و ایجاد تنوع در تولید محصولات و اتخاذ سیاست‌های منطقی مبتنی بر برنامه ریزی و تداوم همراهی سه ضلع طلایی موفقیت (کارکنان، عاملین فروش و اتوسرویس‌ها)، بازارهای داخلی و منطقه‌ای را اشباع خواهیم کرد و در سالی که به سال همدلی و همزبانی نامگذاری شده، دست در دست هم دهیم به مهر و تمام هم و غم ما پیشبرد اهداف شرکت ایرانول و گامی در جهت توسعه و پیشرفت کشور عزیزمان ایران باشد.

باید ایمان و یقین داشته باشیم که با تکیه بر «همدلی و همزبانی» و درک متقابل همدیگر و ایجاد انگیزه در بدنه کارشناسی و درک شرایط کشور و منطقه، آینده در دستمان خواهد بود. سالجاری سال خوب و پربرکتی برای خانواده ایرانول خواهد بود و امیدوارم در سایه توجهات حضرت ولی عصر (عج) و تلاش شبانه‌روزی تک‌تک شما زحمت‌کشان همدل و همزبان در کنار هم بتوانیم به چیزی کمتر از پیشرو در این صنعت فکر نکنیم و روزهای درخشان را پیش روی خود ترسیم نماییم.

عیسی اسحاقی
مدیرعامل



حجت الاسلام اباذر عبادی

رستگاران ماه رمضان

خدا را بی نهایت شاکریم که از خزانه ی موهبت و الطاف بی کران خود بر ما منت نهاد تا دگرباره بتوانیم این ماه پر برکت و پر فضیلت را درک نماییم؛ ماهی که خداوند متعال در شأن آن می فرماید: «شهر رمضان الذی انزل فيه القرآن هدی لناس و بینات من الهدی و الفرقان...» ماه رمضان ماهی است که در آن برای راهنمایی مردم و بیان راه روشن و هدایت و جدا ساختن حق از باطل، قرآن نازل شده است و در ادامه آیه می فرماید: «فمن شهد منکم الشهر فلیصمه...» پس هر که این ماه را دریابد، باید که در آن روزه بدارد. این قسمت از آیه نیز تأکید بر وجوب روزه، در این ماه دارد ولی با این وجود، مریضان و مسافران را بر اساس احکامی که در شرع مقدس موجود است از این امر عظیم مستثنی دانسته و روزه داری را از آنان ساقط می نماید و این امر واجب را در هنگام سلامتی و فراغت از سفر بر آنان واجب نموده تا کاستی های خود را جبران نمایند؛ «و من کان منکم مریضاً او علی سفر فعدۀ من ایام اخر» (وهر کس که بیمار یا در سفر باشد به همان تعداد از روزهای دیگر روزه بگیرد). و دلیل این امر را سهل و آسان گرفتن پرورگار بر بندگان می خواند، به طوری که در ادامه آیه می فرماید: «یرید الله بکم الیسر ولا یرید بکم العسر...» (خداوند برای شما آسانی و راحتی می خواهد و خواهان سختی برای شما نیست). و بندگان خویش را امر به تکمیل کسری روزه هایشان می نماید؛ «ولتکملوا العدۀ...» (و باید که آن شمار (یعنی روزه هایی که به علت های ذکر شده نگرفته اید) را تکمیل کنید) و در ادامه می فرماید: «ولتکبروا لله علی ما هدیکم و لعلکم تشکرون» (و خدا را بدان سبب که راهنمایی تان کرده است، به بزرگی یاد کنید و باشد که سپاسگزار باشید).

ما باید این ماه را بیش از پیش قدر دانسته و از آن کمال استفاده را نماییم، چرا که این ماه، ماه بسیار پر فضیلتی است و با ماه های دیگر قابل مقایسه نیست، چنانچه رسول گرامی اسلام فرمودند: «لما حضر شهر رمضان سبحان الله! ماذا تستقبلون؟! و ماذا یستقبلکم؟! قالها ثلاث مرات» سبحان الله! به پیشواز عجب ماهی می روید؟! و عجب ماهی به شما روی می آورد؟! و این را سه بار تکرار فرمودند. و در جای دیگر نیز فرمودند: «ان ابواب السماء تفتح فی اول لیله من شهر رمضان و لا تغلق الی آخر لیله منه» (به درستی که در نخستین شب ماه رمضان درب های آسمان گشوده می شود و تا آخرین شب آن بسته نمی شود). از نشانه های عظمت این ماه نسبت به ماه های دیگر همین بس که در قرآن از آن به بزرگی یاد شده و این ماه را ماه نزول قرآن می خواند.

دلیل نامیده شدن این ماه به عنوان ماه رمضان

در این رابطه اشاره می نماییم به حدیثی از رسول مکرّم اسلام (ص) که فرمودند: «انما سمی الرمضان لانه یرمض الذنوب» رمضان بدین سبب رمضان نامیده شده است که گناهان را می سوزاند. با توجه به این حدیث درمی یابیم که در ماه مبارک رمضان، گناهان بندگان آمرزیده شده و توبه آنان پذیرفته می گردد و مهم ترین دلیل نامیده شدن این ماه به عنوان ماه رمضان، به بیان رسول گرامی اسلام (ص) همانا آمرزیده شدن گناهان در این ماه است. حال شاید در اینجا سؤالی در ذهن تداعی گردد که مگر در ماه های دیگر، گناهان انسان آمرزیده نمی شود؟ که در پاسخ باید گفت بلی آمرزیده می شود ولی در ماه مبارک رمضان که ماه میهمانی خداوند است، به نحو افزون تر که غیر قابل وصف است توبه ها پذیرفته و گناهان آمرزیده می شود. چنانچه پیامبر اعظم (ص) در مورد ارزش و برتری این ماه فرمودند: «اگر بنده ارزش ماه (مبارک) رمضان را بداند، آرزو می کند که سراسر سال، رمضان باشد». این در حالی است که آن حضرت، آن قدر بر حرمت و ارزش این ماه تأکید می فرمودند که هر عاقلی باید در نگهداری حرمت این ماه کوشیده و کوتاهی نکند، به طوری که پیامبر اعظم (ص) در حدیثی دیگر فرمودند: «لا تقولوا رمضان بان رمضان اسم من اسماء الله تعالی و لکن قولوا شهر رمضان». نگویید رمضان، چون رمضان یکی از نام های خداوند متعال است، بلکه بگویید ماه رمضان.

سعی کنیم تا می توانیم از این ماه پر برکت غافل نشویم. هنگامی که روایات متعددی را که در شأن ماه مبارک رمضان وارد شده، بررسی نموده و در آن کمی تأمل نماییم، خواهیم دید که در این روایات تأکید بسیاری بر این امر شده است که بندگان باید سعی داشته باشند این ماه را با همان غفلتی که در ماه های گذشته به سر می برده اند، سپری ننمایند، چرا که این ماه، ماهی است سرنوشت ساز که غفلت از آن موجب شقاوت و بدبختی انسان می گردد، چنانچه امام صادق (ع) در سفارش به فرزنداناش در هنگام حلول ماه مبارک رمضان می فرمودند: «فاجهدوا انفسکم فان فیه تقسم الارزاق تکتب الاجال و فیه یکتب وفد الله الذین یفدون الیه وفیه لیله العمل فیها خیر من العمل فی الف شهر» جان های خود را به تلاش و کوشش وا دارید، زیرا در این ماه روزی ها قسمت و اجل ها نوشته می شود و در آن نام های مهمانان خدا که بر او وارد می شوند نوشته می گردد، در این ماه شبی هست که عمل عبادت در آن از عمل عبادت هزار شب بهتر است. امیر مؤمنان حضرت علی (ع) نیز فرمودند: «روزی رسول خدا (ص) برای ما خطبه ای ایراد کرد و فرمود: ای مردم! همانا ماه با برکت و رحمت و آموزش به شما روی آورده است، این ماه نزد خدا، بهترین ماه است و روزهایش بهترین روزها و شب هایش بهترین شب ها و ساعت هایش بهترین ساعات. در این ماه شما به مهمانی خدا دعوت شده اید و در زمره بهره مندان از کرامت خداوند قرار گرفته اید، در این ماه نفس های شما تسبیح خداست و خواب شما عبادت است و اعمال شما پذیرفته و دعایات به اجابت می رسد... من برخاستم و عرض کردم یا رسول الله! بهترین عمل در این ماه چیست؟ پیامبر فرمودند: ای ابالحسن! بهترین عمل در این ماه خویشنداری از حرام های خداوند عزوجل است.

همه این احادیث از عظمت و ارزش والای این ماه پر برکت حکایت دارد، لذا هر انسانی باید در این ماه شعله های نفس سرکش خود را فروکش نموده و در مقابل پروردگار خویش سر به خاک گذارده و همراه با پشیمانی از اعمال گذشته و اشک ریزان، صدای «العفو» خود را به گوش آسمانیان و افلاکیان برساند و دل شیطان را با این حرکت خود به درد آورد تا شاید در این ماه به سعادت و رستگاری دست یابد.

فضیلت ماه رمضان

رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم در خطبه شعبانیه خود درباره فضیلت و عظمت ماه رمضان فرموده است: «ای بندگان خدا! ماه خدا با برکت و رحمت و آمرزش به سوی شما روی آورده است؛ ماهی که نزد خداوند بهترین ماهها است؛ روزهایش بهترین روزها، شبهایش بهترین شبها و ساعاتش بهترین ساعات است.

بر مهمانی خداوند فرا خوانده شدید و از جمله اهل کرامت قرار گرفتید. در این ماه، نفس‌های شما تسبیح، خواب شما عبادت، عمل‌هایتان مقبول و دعا‌هایتان مستجاب است.

پس با نیت‌های درست و دلی پاکیزه، پروردگارتان را بخوانید تا شما را برای روزه داشتن و تلاوت قرآن توفیق دهد. بدیخت کسی است که از آمرزش خدا در این ماه عظیم محروم گردد. با گرسنگی و تشنگی در این ماه، به یاد گرسنگی و تشنگی قیامت باشید.»

روزه را به بهانه گرما ترک نکنیم

چند سالی است که ماه مبارک رمضان با فصل گرم تابستان مقارن شده و همین امر موجب گشته است روزه و روزه داری در این ایام به دلایلی چند، از جمله طولانی بودن روزها و گرم بودن هوا و تشنگی و عطش ناشی از این گرما سخت و طاقت فرسا گردد. اما آیا این بهانه مناسبی برای ترک روزه است؟

آیات خدا در باب وجوب روزه

«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ» (سوره بقره ۱۸۳) «یعنی ای کسانی که ایمان دارید روزه گرفتن بر شما واجب گشت همچنان که بر پیشینیان از شما (از ملت‌های گذشته) واجب شده بود شاید با روزه گرفتن پاک و پرهیزکار شوید.»

«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ» و فهماند که شما مسلمانان نباید از تشریع روزه وحشت کنید، و آن را گران بشمارید، چون این حکم منحصر به شما نبوده، بلکه حکمی است که در امت‌های سابق نیز تشریع شده بود. خداوند به صراحت در قرآن روزه را واجب کرده با این وجود بعد از آیه وجوب روزه مواردی را ذکر می کند که حکم روزه از گردن آنان ساقط شده و آن آیه از این قرار است: کسانی که از شما بیمار یا مسافر باشند و روزه گرفتن برای آنها مشقت داشته باشد از این حکم معافند و باید روزهای دیگری را بجای آن روزه بگیرند کسانی که با نهایت زحمت باید روزه بگیرند (مانند پیر مردان و پیر زنان و بیماران مزمن که بهبودی برای آنها نیست) لازم نیست مطلقاً روزه بگیرند، بلکه باید بجای آن کفاره بدهند، مسکینی را اطعام کند.

وجوب روزه و استثناءهای آن

خداوند در جمله: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ»، مساله وجوب روزه بر مسلمانان را خاطرنشان کرده و بلافاصله فرمود: «كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ» و فهماند که شما مسلمانان نباید از تشریع روزه وحشت کنید، و آن را گران بشمارید، چون این حکم منحصر به شما نبوده، بلکه حکمی است که در امت‌های سابق نیز تشریع شده بود. خداوند به صراحت در قرآن روزه را واجب کرده با این وجود بعد از آیه وجوب روزه مواردی را ذکر می کند که حکم روزه از گردن آنان ساقط شده و آن آیه از این قرار است: کسانی که از شما بیمار یا مسافر باشند و روزه گرفتن برای آنها مشقت داشته باشد از این حکم معافند و باید روزهای دیگری را بجای آن روزه بگیرند کسانی که با نهایت زحمت باید روزه بگیرند (مانند پیر مردان و پیر زنان و بیماران مزمن که بهبودی برای آنها نیست) لازم نیست مطلقاً روزه بگیرند، بلکه باید بجای آن کفاره بدهند، مسکینی را اطعام کند.

در میان استثنائات روزه‌داری به موردی بر نمی خوریم که گرما و طول روز را دلیل مناسبی برای روزه نگرفتن شمرد از این رو می توان گفت حکم وجوب روزه مختص به زمان و مکان خاصی نیست بلکه شامل حال



تمامی مومنین در هر سرزمین و هر فصل سال که ماه رمضان با آن مقارن شده است می باشد. در عین حال خداوند افرادی که مشاغل سختی بر عهده دارند را نیز استثناء نکرده و روزه را برای افراد تا زمانیکه خطری برای سلامتی آنها نداشته واجب کرده است.

گرمای هوا دلیل مناسبی برای روزه خوری نیست

عده ای معتقدند روزه داری در فصل گرم برای سلامتی انسان خطر داشته و به این بهانه روزه را ترک می گویند، در جواب به این افراد باید گفت: ۱- با این سخن علم و رأفت خداوندی زیر سوال می رود چرا که خداوند به انسان نسبت به خود او عالم تر و مهربانتر است و بیش از خود او نگران سلامتی اوست با این وجود چگونه به امری دستور می دهد که سلامتی انسان را به خطر می اندازد. روزه و روزه داری حتی در گرمای زیاد و سخت ترین شرایط فوایدی دارد که امروزه علم برخی از آن را روشن کرده و قسمت عظیم فایده آن در مقوله علم جای نمی گیرد و خارج از توان آن است. روزه به منظور اسرار و عللی بر بندگان واجب شده از جمله: بدین وسیله انسان به درد و الم گرسنگی و تشنگی آگاه شده در نتیجه خاضع و آرام و مأجور و شکایا گردیده و بدین ترتیب به شدائد و سختی های آخرت پی خواهد بود. روزه واعظی است در دنیا که انسان را بر مقدار نیاز و احتیاج بندگان در دنیا و آخرت آگاه می نماید. (علل الشرائع/ ترجمه ذهنی تهرانی / ج ۲)

رمضان

۲- «يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَ لَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ» خداوند راحتی شما را می خواهد و زحمت شما را نمی خواهد». روزه داشتن گرچه در ظاهر یک نوع سختگیری و محدودیت است اما سرانجامش راحتی و آسایش انسان می باشد، هم از نظر معنوی و هم از لحاظ مادی.

امام صادق علیه السلام در توصیه به فرزندان می فرمود: چون ماه رمضان فرا رسد، خود را تا آخرین حدّ توان به کوشش وادارید، زیرا که در آن ماه ارزاق تقسیم می شود، و مدّتهای عمر مقرر می گردد، و در آن ماه نام حج کنندگان که به مهمانی خدا مشرف می شوند نوشته می شود، و در آن ماه شبی هست که انجام عملی در آن از عمل در هزار ماه بهتر است. (من لا يحضره الفقيه / ج ۲). بر هر انسان سالمی لازم است در سال یک ماه روزه بدارد، چرا که برای پرورش جسم و جان او نیز لازم است، به همین دلیل اگر ماه رمضان بیمار یا در سفر بودید باید به تعداد این ایام روزه را قضا کنید تا عدد مزبور کامل گردد.

۳- حکم وجوب روزه مطلق بوده و گرم و سرد بودن هوا در آن قید نشده است. چرا که این آیه خود در شهری (مدینه) نازل شده است که هوای بسیار گرمی داشته و مردمان آن به مشاغلی مشغول بودند که انرژی زیادی از آنان صرف کرده و توان بالایی نیاز داشت بنابراین چنانکه بر مردم آن عصر روزه واجب بوده بر انسان های این دوره نیز این امر واجب است حتی در فصل گرم با وجود سختی های فراوانی که دارد. آیات بالا را ذکر کردیم تا روشن شود که در قرآن به صراحت وجوب روزه و استثنائات آن ذکر گردیده و خداوند به سختی و مشقات آن واقف بوده است با این وجود از عباراتی استفاده می کند تا از وحشت آدمی بکاهد و او را متوجه فایده آن می سازد و بالاخره در پایان آیه این واقعیت را بازگو می کند که «روزه گرفتن برای شما بهتر است اگر بدانید» (وَ أَنْ تَصُومُوا خَيْرٌ لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ). بنابراین با دلالی غیر منطقی و خارج از دستور خداوند و سنت پیامبر نمی توان روزه را کنار گذاشت.

ثواب یک روز روزه در گرما با تشنگی زیاد

روزه در گرما نه تنها بد و زیان آور نیست بلکه برای آن اجری بزرگ نیز در نظر گرفته شده است، امام صادق علیه السلام فرمودند: هر کس که یک روز در گرما روزه بگیرد و خیلی تشنه شود، خدای عز و جل هزار فرشته را وکیل می کند که دست به صورت او بکشند و او را مژده دهند. و زمانی که افطار کند، خدای عز و جل می فرماید: چقدر خوشبو هستی. فرشتگان! گواه باشید که من قطعاً او را آمرزیدم. (ثواب الأعمال / ترجمه بندرریگی/ ۱۱۳)

منابع:

۱. ترجمه میزان، ج ۲
۲. تفسیر نمونه، ج ۱
۳. ثواب الأعمال / ترجمه بندرریگی
۴. من لا يحضره الفقيه / ج ۲
۵. علل الشرائع / ترجمه ذهنی تهرانی / ج



تدابیر طب سنتی برای حفظ تندرستی در ماه مبارک رمضان

روزه از نظر بهداشت جسم و سلامت بدن دارای فواید فراوان است. این عمل در سلامت معده و پاک‌سازی آن از انواع غذاها که موجب بیماری هستند، اثرات فوق‌العاده دارد.

یکی از مهم‌ترین تغییرات، توقف خوردن و آشامیدن در طول ساعات روز در ماه رمضان است. البته بدن انسان طی روزهای اول این ماه به تدریج با این امتناع از خوردن و آشامیدن که در فصل تابستان تا حدود ۱۷ ساعت طول می‌کشد، تطابق پیدا می‌کند و دستگاه‌ها و اعضای بدن با این شرایط کنار آمده و ثبات محیط داخلی بدن را حفظ می‌کنند. اما در ساعات محدود بین افطار و سحر باید زمان و نوع غذاهای مصرفی طوری تنظیم شود که بدن را در راستای حفظ شرایط پایدار خود کمک نماید.

توصیه‌های غذایی در ماه رمضان متناسب با همه‌ی مزاج‌ها

با حلول ماه مبارک رمضان در فصل تابستان، شرایط ویژه‌ای برای روزه‌داری در این ماه فراهم می‌گردد که نیاز به رعایت تدابیری دارد تا روزه‌داران بتوانند با استفاده از فرصت معنوی این ماه، زمینه‌ی پالایش جسم و جان خود را فراهم نمایند.

با توجه به کوتاهی فاصله افطار تا سحر و تأکیدات آموزه‌های طب سنتی در حفظ فاصله‌ی بین زمان خوردن غذا و خواب (خواب حدود ۲ تا ۳ ساعت پس از صرف غذا یعنی پس از عبور غذا از معده باشد) بهتر است غذای افطار در یک وعده میل شود و روزه‌داران در فاصله بین زمان خوردن غذا و خواب، با خوردن میوه (۱ تا ۲ ساعت پس از خوردن غذا) و نوشیدنی‌های طبیعی نیاز بدن را رفع نمایند. رعایت نکات ذیل از دیگر توصیه‌های تغذیه‌ای طب سنتی برای روزه‌داران است:

۱- از خوردن تنقلات فراوان در فاصله افطار تا سحر خودداری شود و روزه‌داران برای خوردن وعده‌ی سحر کمی زودتر از خواب برخیزند.

۲- در وعده‌ی سحر از آشامیدن آب زیاد باید پرهیز نمود زیرا موجب ایجاد نفخ و اختلال در هضم می‌شود. هنگام افطار نیز از آغاز کردن تغذیه با آب سرد، نوشابه و... خودداری شود. توصیه می‌شود از مقداری آب جوش، آب گرم، عسل و لیموترش استفاده کرد.

۳- مصرف بعضی از غذاها که در هنگام افطار متداول است، مثل آش رشته با روغن فراوان، پشمک، زولبیا و بامیه، کله پاچه و سیراب شیردان و... مناسب نیست. به جای آن روزه‌داران با توجه به مزاج خود می‌توانند از آش‌ها و سوپ‌ها، حریره‌ها، مرباها و شیرینی‌های طبیعی مثل عسل، کشمش، مویز، خرما و... استفاده نمایند.

۴- معده‌ی خالی در زمان افطار تحمل غذای سنگین را ندارد، بنابراین استفاده از غذاهای با هضم راحت در این وعده توصیه می‌شود.

۵- استفاده از غذاهای تند و پر ادویه، شور و سرخ‌کرده، غذاهای آماده و بسته‌بندی، غذاهای خمیری مثل ماکارونی، الویه، قارچ، انواع فست‌فودها، یخ، چای پررنگ، قهوه و کاکائو، انواع نوشابه‌ها و آبمیوه‌های صنعتی در این ماه توصیه نمی‌شود. به جای آن روزه‌داران می‌توانند به تناسب مزاج خود از غذاهای شربت‌ها و آبمیوه‌های طبیعی استفاده نمایند.

۶- از پرخوری و روی هم خوری چه در وعده‌ی افطار و چه در وعده‌ی سحر پرهیز شود و نوشیدنی‌ها و میوه حداقل با ۱ تا ۲ ساعت فاصله از غذا مصرف شوند.

منبع: باشگاه خبرنگاران



قدر



شعر: امیر کدخدایی
پرسنل مجتمع تولید
و بسته بندی اصفهان

درمیان این همه شبهای تار
قدر باشد نام این شام عزیز
گشت نازل در شبی مانند این
دین اسلام از همین شب پاگرفت
در چنین شامی بسوی رب شتافت
چون به نزدیک سپیده رفت شام
شاه عالم کرد آهنگ وضو
لیک امشب نیست چون شبهای پیش
گشت آماده علی بهر نماز
پرگشوده بر جلو بشتافتند
درس عشق از این پرنده یادگیر
خنده ای کرد و بیای در رسید
از تعجب لحظه ای بر جای ماند
گو که سنگ است این نه چوب پشت در
عاقبت بگشود در خیبر گشا
شهر کوفه در سکوتی تلخ بود
شد به سوی مسجد کوفه روان
کل عالم نهی کردی رفتش
از همه سو گفتنش زین سو نیا
من نمیدانم که این رسم کجاست
صبح تا شب ما بدنبال چه ایم
کوچه های کوفه در وقت سحر
آشنایند با صدای پای او
دست حق رو کرد سوی آسمان
خوب می دانست پایان ره است
عده ای در صحن مسجد خفته اند
کرد آنان را ز خواب خوش خبر
گفت اینک باش بیدار از پسی
قسمت این است پس ضربت بزن
لیک عدل مرتضی پابنده است
این همه من گریه کردم زین جهان
پس چرا دیر آمدی ای نازنین
بست قامت دست حق بهر نماز
ناگهان اهریمن شوم و پلید
تیغ زهراگین خود را بر کشید
در زمین آسمان غوغا فتاد
گر نبودی در میان حبل المتین
گفت یارب شکر گشتم رستگار
گر بخواهم رفت من تا پیش دوست
بعد این سختی به پایان منزل است

این یکی باشد گزین از صد هزار
هست بهر تیرگی شمشیر تیز
لوح قرآن بر دل مردی امین
کرد زان پس عالمی را در شگفت
آنکه از شمشیر او دنیا شکافت.
شد موذن بهر آیه سوی بام
او که باشد بر جهان چون آبرو
قلب عالم گشت از این شب چو ریش
ناگهان آمد بسویش چند غاز
راه مولا را به پر بشکافتند
چون که شد چشمش بسان آبگیر
دست بردو پستی در را کشید
بار دوم دست را بر در نهاد
گشته از سختی مثال سنگ زر
پا نهاد اندر میان کوچه ها
دار دنیا شعر تلخی می سرود
شاه عالم شافی هر دو جهان
لیک فکر فاطمه بد در سرش
لیک زهرا گفت سوی من بیا
هرچه باشد رسم دنیا بی حیاست
دربدر آواره هر کوچه ایم
قصه ها گویند با دیوار و در
چون که هر شب نان بربری کو به کو
خنده ای کرد و به مسجد شد روان
عاقبت دنیا به پایان آمدست
عده ای آماده بر سجاده اند
تا نگیرد خواب آن قاتل به سر
گر که خواهی بر مراد خود رسی
ریشه عدل علی از جا بکن
آخر هر گریه ای با خنده است
میروم سوی خدا من شادمان
تیغ بر کش خون من ده بر زمین
رکعت اول بجا آورد باز
مثل جعدی بر سر مولا رسید
فرق مولا را به تیغ کین درید
ولوله در عرش والا اوفتاد
یکسره گشتی چنان کار زمین
کار دنیا از سر من و ابدار
پس شهادت بهر من یک آرزوست
فاطمه در آن جهان منتظر است



روانکارهای سیستم انتقال پیوسته متغیر



رضابابائی-کارشناس ارشد
شیمی تجزیه
آزمایشگاه شرکت نفت ایرانول

سیستم های CVT در طراحی کمربند رانندگی (Belt-driven) ۸۸٪ کارایی روانکارهای انتقال دستی را دارد اما مزایایی نظیر هزینه پایین تولید و ایجاد توانایی برای کارایی موثر در RPM های با سرعت بالای وسیله نقلیه کفه ترازو را به سمت این سیستم سوق می دهد.

موقعی که قدرت موتور نسبت به هزینه اقتصادی اهمیت بیشتری می یابد نسبت های متغیر سیستم CVT به موتور این امکان را داده تا RPM را به سمت قدرت های بالاتر سوق دهد و مزیت آخر اینکه سیستم های CVT محدودیت حضور کلاچ را نداشته؛ با این وجود در بعضی وسایل نقلیه نظیر موتورسیکلت ها یک کلاچ سانتیفیوژی اضافه شده تا حالت طبیعی که موتور هنگام پارک شدن احتیاج دارد تسهیل یابد.

سیستم های CVT در بسیاری از تراکتورهای کوچک که قدرت بالا و سرعتی تا حدود ۴۸-۵۱ km/h دارند و نیاز به کلاچ یا دنده های

صنایع روغن سازی و ساخت و تولید روانکارها با توجه به توسعه تکنولوژی و ایجاد بازارهای جدید جهانی روانکار برای پیشی گرفتن از رقبای ملزم به توسعه محصولات خود در زمینه های متنوع و دیکته کردن کیفیت بالای تولیدات خود به بازار می باشند. یکی از روانکارهایی که در صورت بازاریابی صحیح می تواند در زمره ی محصولات خاص یک شرکت محسوب شود روانکار سیستم های انتقال پیوسته متغیر در معنای تحت اللفظی یا به عبارتی CVT ها می باشد.

نامگذاری های مختلفی برای این سیستم وجود دارد که در جدول زیر آمده است: سیستم های CVT سیستم انتقال اتوماتیک است که به صورت یکپارچه در محدوده ماکزیمم و مینیمم نسبت های دنده ای موثر می تواند تغییر کند که مزیت این سیستم نسبت به سیستم های انتقال مکانیکی است که در نسبت های مشخص دنده ای کاربرد دارد. انعطاف پذیری CVT به محور ورودی این اجازه را داده تا سرعت زاویه ای ثابتی را حفظ کند.

Continuously Variable Transmission Lubricants (CVT)

single-speed transmission

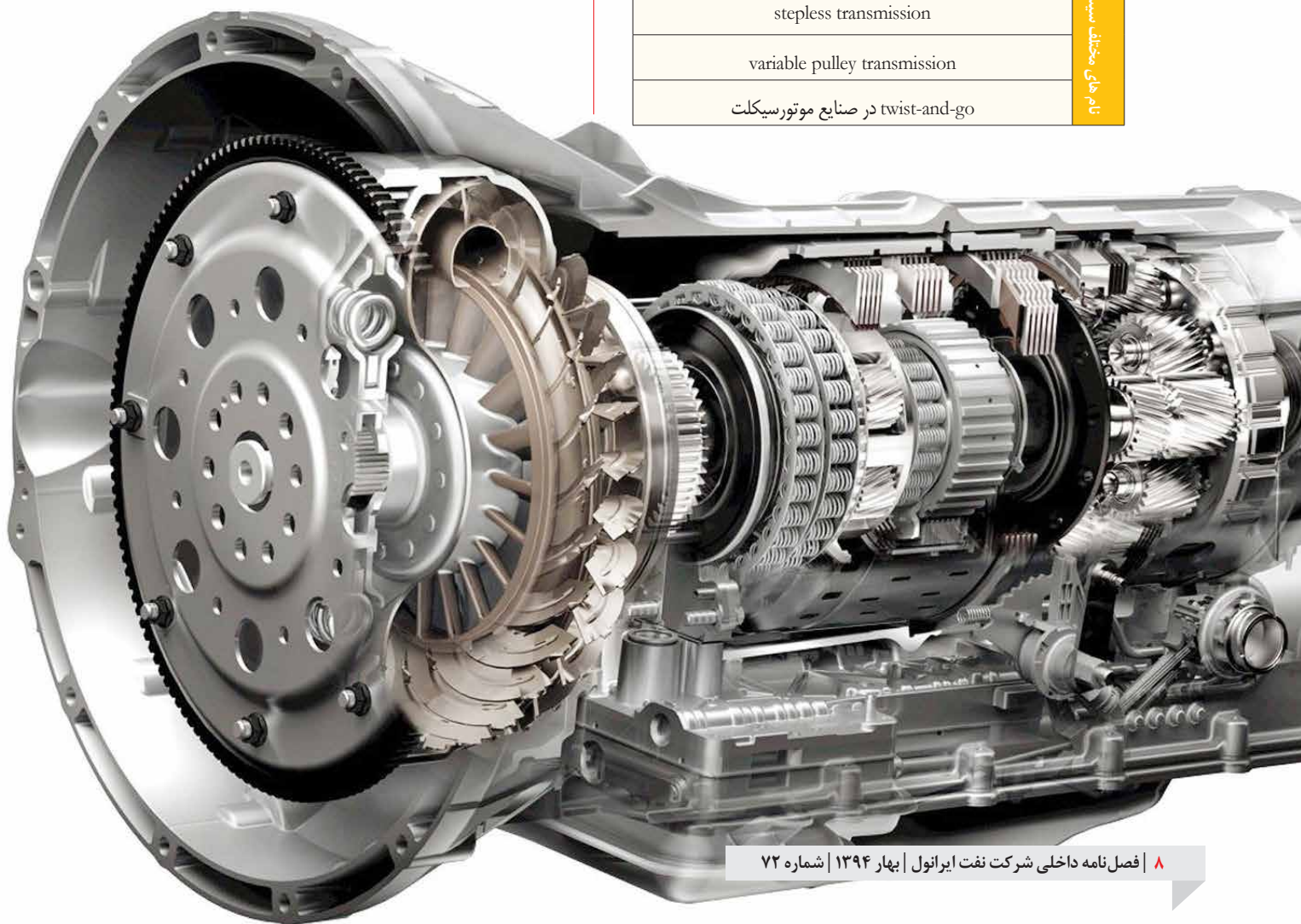
gearless transmission

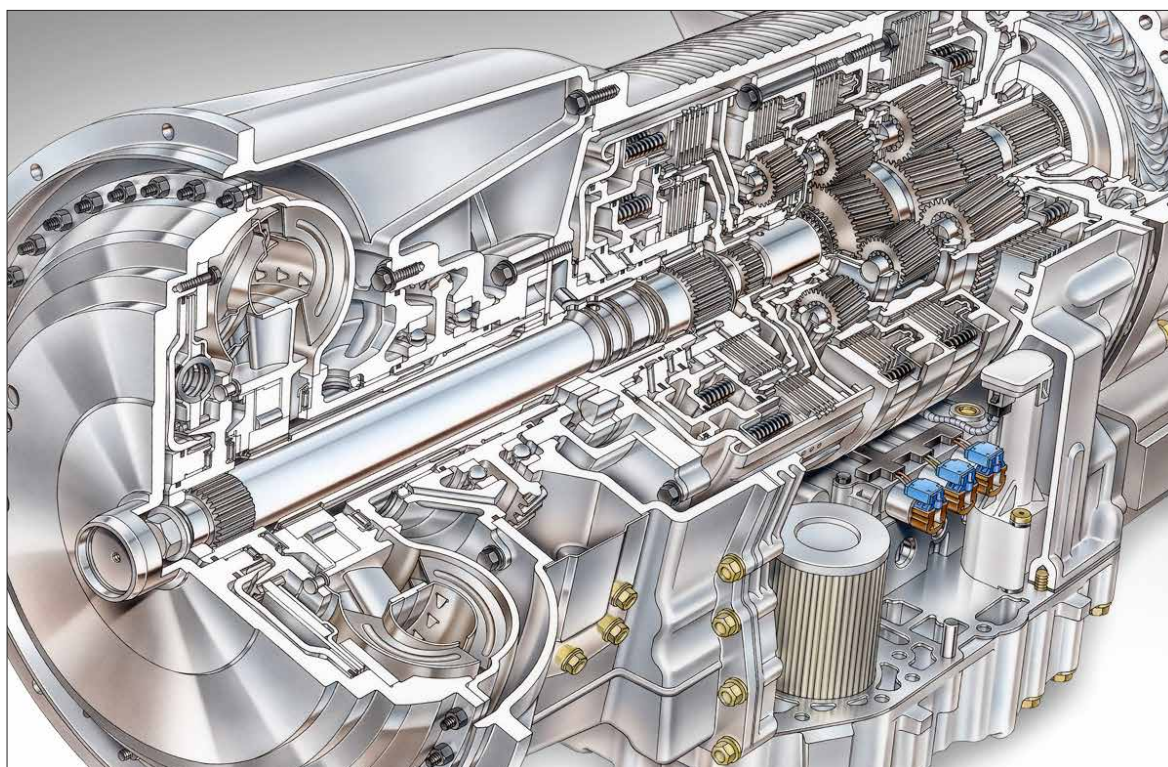
stepless transmission

variable pulley transmission

twist-and-go در صنایع موتورسیکلت

نام های مختلف سیستم انتقال پیوسته متغیر





- o 2. Toroidal or roller-based CVT (Extroid CVT)
- o 3. Magnetic CVT or mCVT
- o 4. Infinitely Variable Transmission (IVT)
- o 5. Ratcheting CVT
- o 6. Hydrostatic CVTs
- o 7. Naudic Incremental CVT (iCVT)
- o 8. Cone CVTs
- o 9. Radial roller CVT
- o 10. Planetary CVT

امروزه تحقیقات علمی متنوعی در زمینه تولید روانکارهای سیستم های CVT به عمل آمده است. یکی از آخرین یافته های علمی که در ۲۵ Feb ۲۰۱۴ در مجله Lubricants توسط پژوهشگران کشور ژاپن به چاپ رسیده است تاثیر افزودنی ها و روغن های پایه را در توسعه روانکار در سیستم های Metal Belt CVT و نقش آن را در ظرفیت گشتاور انتقالی مورد بررسی قرار داده است.

فرمولاسیون افزودنی که شامل ضدسایش فسفری، پاک کننده های کلسیمی و متفرق کننده ها می باشد ثابت اصطکاک بین فلزات را بهبود داده است. آنالیزها نشان داد رفتار اصطکاکی بسیار تحت تاثیر مرفولوژی لایه فیلمی که افزودنی روانکار ایجاد می کند می باشد. تغییرات روغن پایه نشان داد Synthetic Naphthalene(SN) ها نسبت به PAO ها ۱۰٪ ظرفیت گشتاور را افزایش می دهد. این تحقیقات نشان داد تفاوت بین ظرفیت های گشتاور ناشی از تفاوت بین نیروی تنش فیلم روغن است که باعث لغزندگی نسبی بین کمربند و قرقره می شود.

مشخصات لازم برای اینکه روانکاری به سطح کیفیت لازم برای

جایگاهی دارند کاربرد دارند. اتومبیل های برقی، ماشین های گلف و موتوراسکوترها نیز از این سیستم بهره می برند.

این سیستم در کمباین ها اجازه می دهد سرعت جلوبرنده کمباین مستقل از سرعت موتور بوده و اپراتور، دسته بندی های مختلف از غلات را با سرعت بالا جمع آوری کند.

CVT در سیستم های تولید انرژی الکتریکی صنایع هوایی از سال ۱۹۵۰ و در ماشین های مسابقه فرمول آمریکا SCCA از سال ۱۹۷۰ استفاده می شود.

برخی مته های فشاری و ماشین های فرز کاری نیز از این سیستم بهره مندند. برخی از کمپانی های معتبر تولید اتومبیل که سیستم های CVT را برای برخی مدل های اتومبیل های خود پیشنهاد داده اند در جدول زیر آمده است:

Company	Model
Ford	C-MAX
Mitsubishi	Lancer
Proton	Iriz, Saga FLX, PrevéInspira
Honda	Fit, CR-Z hybrid, Capa, Civic GX (CNG), Civic Hybrid, City and AccordInsight
Nissan	Tiida/Versa (SL, SV, and Note S Plus or higher models) Cube, Juke, Sentra, Altima, Maxima, Rogue, X-Trail, Murano, Sunny, Micra,
Jeep	Patriot, Compass
Subaru	Impreza, Legacy, OutbackForester

سیستم های CVT در ۱۰ مدل بسط پیدا کرده اند که در مدل ۷ نقص هایی مشاهده شده است:

- o 1. Variable-diameter pulley (VDP) or Reeves drive

شرکت Afton می باشد که پکیج مناسب این روانکارها بوده و فاقد بهبود دهنده گرانروی می باشد.
زمانی که ۷٪ وزنی یا ۸٪ حجمی با روغن های پایه مناسب فرمولاسیون شود سطح کیفیت تکنولوژی CVT را میسر می سازد.

استفاده و کاربرد در سیستم های CVT انتقال قدرت برسد روش های انجام آزمون و مقادیر به دست آمده نیز در جدول زیر آمده است که با استفاده از روغن پایه و افزودنی مناسب می توان به شاخصه های اصطکاکی کلاچ، شاخصه های اصطکاکی کمربند فلزی، انتقال گرما، انتقال فشار هیدرولیک و روانکاری عمومی دست پیدا کرد: یکی از افزودنی های متداول روانکار سیستم های CVT افزودنی Hitec ۲۴۳۵

Test	Methode	Result
Color		Clear blue
Odour	---	No odour esp. during corrosion test
Toxicity	---	Shall not be toxic and not cause skin
Rust protection	ASTM D665 A	No visible rust or corrosion after 24h, 60°C for steel parts
Copper strip	ISO 2160	No blacking with flaking after 3h. 100°C with 1% distilled water for copper parts
Moisture	DIN 51777	0.05% max
Density	DIN 51757	852±20 kg/m ³ at 15°C
Cubic coefficient of expansion	---	$\beta = 0.00080 \text{ 1/K at } 20^\circ\text{C}$ $\beta = 0.00085 \text{ 1/K at } 60^\circ\text{C}$ $\beta = 0.00091 \text{ 1/K at } 100^\circ\text{C}$
Specific heat capacity	---	$C = 0.43 \text{ Kcal/kg1-}^\circ\text{C} @ 1\text{-}^\circ\text{C}$ $C = 0.54 \text{ Kcal/kg1-}^\circ\text{C} @ 100\text{-}^\circ\text{C}$
Flash point	ISO 2592	177°C min
Pour point	ISO 3016	-40°C max
Viscosity	ASTM D445, D2983, D2270	100°C = 6.5 cSt min 40°C = 36 cSt max -40°C = 25 cP max -20°C = 1900 cP max VI = 135 min
Shear stability	Din 51562	After 20h viscosity decrease = %20 max After 100h viscosity decrease = %30 max After 192h viscosity decrease = %32 max
Miscibility	Ford Mercon test	No observe separation in mixtures using EZL799A as reference fluid
Elastomer compatibility	VDA 675301	Rubber types NBR, FKM, ACM, AEM & HNBR must be within limits for change of hardness, volume, tensile strength & elongation at break
Infra-red spectroscopy	---	Report
Additive Concentration	ASTM D4951 ASTM D5185 ASTM D5185 ASTM D4629	S = 0.05-0.15 P = 0.01-0.03 Ca = 0.04-0.06 N = 0.11- 0.17
Anti-foam properties	ASTM D892	30/0, 30/0, 30/0, 100/0
Vane-pump wear test	ASTM D2882	Weight loss 50 mg max at 80±3°C
Four-ball wear test	ASTM D2266	Scar diameter = 0.50 mm max Time = 30min Temperature = 80±3°C Load = 40 kg Speed = 1500 rpm
Oil purity	ISO 4406	Purity class max - /17/13

انتخاب روغن دنده‌های سنتزی



گردآوری و ترجمه:
محمد صدقی
سرپرست کنترل کیفیت
شیمیایی

اشکال مختلفی می باشند که سطوح روانکاری نامنظمی را در سطح مولکولی ایجاد می کنند. این نامنظم بودن بین مولکول‌های روانکار اصطکاک ایجاد می کند که نیروی لازم برای انجام کار را افزایش داده و کارایی کاهش می یابد.

روغن‌های سنتزی

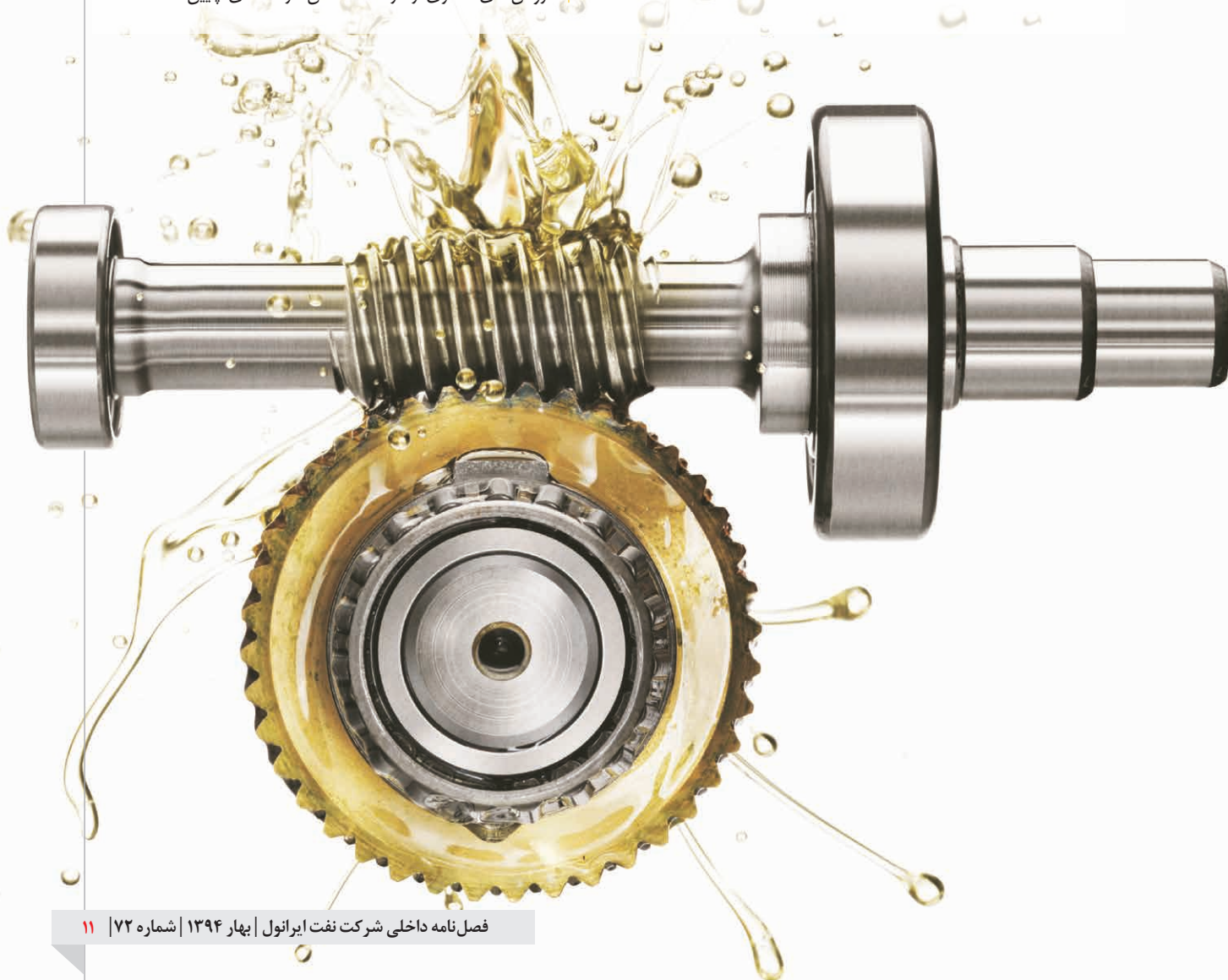
در مقابل، روغن‌های سنتزی محصولات مهندسی شده ای هستند که طی فرایند شیمیایی در فشار و دمای مشخص و دقیق و طبق دستورالعمل ساخته می شوند. تمام اجزا دارای درجه خلوص بالا و پیوندهای قوی مولکولی هستند. در نتیجه محصول نهایی یک ترکیب خالص است که دارای آسیب پذیری کمتر در برابر اکسیداسیون، مقاومت بالا در برابر تجزیه و دارای اندازه‌های مولکولی یکنواخت می باشد. یکنواختی اندازه مولکول‌ها، روغن‌های سنتزی را از سفت شدن در دماهای پایین محافظت

روغن‌های سنتزی به لطف خواص عملکردی بهتر علیرغم داشتن قیمت بالا همچنان در اغلب کاربردها، سهمی از بازار روانکارها را به خود اختصاص داده‌اند. به گونه ای که تقاضا برای روغن‌های سنتزی در ایالات متحده آمریکا به مبلغ ۲,۲ میلیارد دلار در سال رسیده است.

عملا همه مشتریان در مورد چالش انتخاب «روغن‌های معدنی در برابر روغن‌های سنتزی» بحث و بررسی می کنند. در برخی موارد برنامه ریزی برای تقاضا و در برخی دیگر برای ارزیابی طول عمر تاسیسات می باشد.

روغن‌های معدنی

عوامل و فاکتورهای زیادی وجود دارند که باعث اختلاف بین روغن‌های معدنی و سنتزی می شوند، ترکیب آنها و وظایفی که آنها انجام می دهند از جمله این عوامل می باشند. نفت خام طبیعی ترکیبی از هیدروکربن هاست. حتی بعد از تصفیه با حلال، هزاران ترکیب هیدروکربنی بعلاوه ترکیبات آلی اکسیژن، گوگرد و نیتروژن دار در ترکیب روغن معدنی باقی می مانند. این سه ترکیب به طور خاص به خاطر فعالیت اکسیداسیون و تولید اسید، بعلاوه به خاطر کمک به تولید لجن در دماهای بالا مشکل ساز می شود. مولکول‌های مختلف روغن‌های معدنی همچنین دارای



با روغن های معدنی هستند. مزیت اصلی آنها رفتار در سرمای مناسب این روغن ها می باشد. ممکن است تولید کنندگان روانکار با درجه خوراکی (Food-grade) به منظور استفاده از این نوع هیدروکربن ها (SHC) در صنایع غذایی یا دارویی ادتیوهای ویژه ای را مورد مصرف قرار دهند.

• روغن های روانکار بر پایه پلی گلایکول (PAG)

این روانسازها باعث ایجاد نرخ پایین سایش می شوند که این موضوع آنها را برای استفاده در دنده های با لغزندگی بالا بیش از بیش کاربردی می سازد. (دنده های حلزونی و هپوئید). این روغن ها در کنار افزودنی های مناسب باعث ایجاد محافظت عالی در برابر سایش در دنده های حلزونی از جنس استیل/برنز خواهند شد که در عین حال خواص فشار پذیری بسیار مناسبی را نیز ایجاد خواهند کرد.

در سیستم های دنده، پلی گلایکول های با



قطبیت بیشتر، برهم کنش بالاتری را

بین روغن و سطوح فلزی دنده ایجاد می کنند که این خاصیت پلی گلایکولها باعث می شود این روغن ها خاصیت فشارپذیری متوسطی را حتی بدون استفاده از ادتیو از خود نشان دهند. PAG ممکن است اثرات منفی بر مواد آب بندی (واشرهای آب بند) داشته باشند و یا حتی در برخی از موارد رنگ ها را در خود حل نمایند. در دماهای بالای 100°C تنها آب بندهایی که در آنها ترکیب فلئور استفاده شده است مقاومت دارند (PTFE). قبل از استفاده از روغن های PAG در تولید پیشنهاد می شود که سازگاری آنها با رنگ ها، آب بندها و سایت گلاس ها مورد بررسی قرار گیرد. امتزاج پذیری این روغن ها (PAG) با روغن های معدنی دارای محدودیت هایی است. لذا باید از مخلوط نمودن آنها با یکدیگر جلوگیری نمود. PAG ها بر فلزات آهنی و اغلب فلزات غیر آهنی بی تاثیر هستند. اگر دنده حلزونی از یک آلیاژ آلومینیوم-برنز ساخته شده باشد از پلی گلایکول نباید استفاده شود زیرا واکنش

می کند (آنها فاقد پارافین می باشند) و ساختار مولکولی خاص روغن های سنتزی از رقیق شدن آنها در اثر گرما جلوگیری می کند. بنابراین خصوصیات حفاظتی روانکارها قابل پیش بینی است. همچنین مولکول های اشباع که طی فرایند شیمیایی ایجاد می شوند آبگریز بوده و تمایل به تشکیل امولسیون و یا تشکیل محصولات ثانویه نامطلوب در محیط های با رطوبت بالا ندارند.

روغن دنده های صنعتی معمولاً در جاهایی که روغن های دنده های معدنی دارای محدودیت کاربرد هستند و یا نمی توانند الزامات کارایی مد نظر برای یک تجهیز را برآورده سازند مورد استفاده قرار می گیرند.

به عنوان مثال در دماهای خیلی پایین و یا خیلی بالا، در فشارهای خیلی بالا، در شرایط محیطی فوق العاده و یا در شرایطی که روغن های معدنی قادر به پاسخگویی برخی الزامات خاص مانند اشتعال پذیری نمی باشند.

هر چند که ادتیوها می توانند بسیاری از خواص روغن های معدنی را بهبود بخشند اما نمی توانند تمام خصوصیات یک روغن معدنی را تحت تاثیر خود قرار دهند. اما اعمال اثرات نامحدود توسط ادتیوها بر روی تمام خواص معدنی روغن های امکان پذیر نیست. این موضوع به ویژه در مورد خواص فیزیکی روغن ها صادق است که از این خواص فیزیکی می توان به موارد زیر اشاره کرد:

* خواص رفتار در سرمای روغن (سیالیت و نقطه ریزش)

* نقطه اشتعال

* تبخیر پذیری (فراریت)

* مقاومت حرارتی

روغن های سنتزی دارای خواص و مزایای فوق العاده ای می باشند. برخی از مزایای روغن های سنتزی (بسته به نوع روغن پایه مصرفی) به شرح زیر می باشد:

* مقاومت حرارتی و اکسیداسیون روغن را بهبود می بخشند.

* تغییرات ویسکوزیته در مقابل دما را بهبود می بخشند (بالا بودن اندیس گرانیروی)

* خواص رفتار در سرمای روغن را بهبود می بخشند.

* تبخیرپذیری (فراریت) روغن را بهبود می بخشند.

* در برخی از موارد اشتعال پذیری را بهبود می بخشند.

* در برخی از موارد روانکاری روغن را بهبود می بخشند.

* تمایل کم به تشکیل لجن و ته نشست های ناشی از کارکرد روغن.

* مقاومت روغن به شرایط محیطی و عملیاتی را افزایش می دهند.

برخی از معایب روغن های سنتزی به شرح ذیل می باشند:

۱- قیمت بالا

۲- واکنش پذیری با آب (مانند هیدرولیز و ایجاد خوردگی)

۳- مشکلات ناشی از ناسازگاری این روغن ها با برخی از مواد شیمیایی (مانند رنگها و الاستومرها و برخی از فلزات خاص)

با توجه به موضوعات ذکر شده خواص و مزایای این روغن های سنتزی به معایب آنها مستولی است لذا افزایش کاربرد روغن های سنتزی به عنوان روغن دنده به خصوص تحت شرایط عملکردی بحرانی را در صنعت شاهد هستیم.

مشهورترین انواع روغن های سنتزی شامل روغن های هیدروکربنی سنتزی (SHC)، پلی گلایکول ها (PAG) و روغن های استری (E).

• روغن های روانکار بر پایه هیدروکربن های سنتزی (SHC)

هیدروکربن های پارافینیک سنتزی از نظر ساختار شیمیایی بسیار شبیه هیدروکربن های معدنی می باشند. این هیدروکربن ها تقریباً دارای خواص مشابهی

است پایداری هیدرولیتیکی پایینی از خود نشان دهند. هیدرولیز می تواند یک استر را به الکل و اسید تجزیه کند. پایداری هیدرولیتیکی یک استر تابع عوامل زیر است:

۱. نوع استر مورد استفاده
۲. نوع ادتیو مورد استفاده
۳. روش و چگونگی تولید استر
۴. کاربرد استر

• مزایای استفاده از روغن دنده های سنتزی بجای روغن دنده های معدنی:

۱. بهبود کارایی که به علت کاهش قابل ملاحظه اصطکاک در دنده های درگیر هر جعبه دنده توسط روغن های سنتزی ایجاد می گردد.
۲. کاهش تلفات دنده (gearing losses) که به علت کاهش اصطکاک و صرف انرژی کمتر اتفاق می افتد.
۳. افزایش دوره های تعویض روغن تعداد سه تا پنج مرتبه کمتر از زمانی است که از روغن دنده معدنی در شرایط دمایی و عملیاتی مشابه کار می کند.
۴. کاهش دمای عملیاتی تحت فشارهای بالا، افزایش عمر تجهیزات. در برخی موارد حتی احتیاجی به استفاده از تجهیزات خنک کننده نیز نمی باشد.

کاهش تلفات دنده و بهبود کارایی:

به علت ساختار مولکولی ویژه سیالات سنتزی، روانسازهای بر پایه پلی آلفا الفین (PAO) که خود نوعی از سیالات سنتزی (SHC) هستند و پلی گلایکولها، کاهش سایش مربوط به دندانه های دنده ها را نسبت به روغن های معدنی تضمین می کنند. این رقم ممکن است به میزان حداکثر ۳۰٪ نسبت به زمانی که از روغن معدنی به همراه افزودنی های فشارپذیر (Ep additives) مورد استفاده قرار گیرد گزارش می گردد. این موضوع به علت پایین بودن ضریب سایش و اصطکاک در روغن های سنتزی، اصطکاک کم در دندانه های دنده و در نتیجه افزایش کارایی دنده ها اتفاق می افتد. به عنوان مثال کارایی دنده های تحت فشار بالا (دنده های حلزونی و هیپوئید) ممکن است تا میزان ۱۵٪ نسبت به زمانی که از روغن معدنی استفاده می شود افزایش یابد. این ارقام ممکن

انجام شده در منطقه فشار ممکن است باعث افزایش نرخ سایش گردد.

• روغن های روانکار بر پایه استرها:

استرها در نتیجه واکنش اسیدها و الکل ها در مجاورت یک اسید معدنی قوی تولید می گردند. البته نتیجه واکنش ذکر شده ماده دیگری به نام آب خواهد بود. انواع زیادی از استرها وجود دارند و در صنعت شناخته شده هستند. تمامی این استرها خواص فیزیکی و شیمیایی روانسازها را تحت تاثیر قرار می دهند. در گذشته این روغن ها فقط در صنایع هوایی برای روانکاری موتورهای جت هواپیماها یا توربین های گازی سیستم های دنده، استارت و سایر موارد مورد استفاده قرار می گرفتند.

استرها مقاومت حرارتی بالا و رفتار در سرمای بسیار مناسبی را از خود نشان می دهند. در کاربردهای صنعتی استرهای زیست تخریب پذیر (biodegradable) سریعاً از جایگاه مهمی برخوردار شدند و این موضوع به این علت است که به نظر میرسد این استرها می توانند جایگزین گلایکول های با کارایی مشابه شوند البته در صورت جایگزینی استرها باید توجه زیادی به نوع استر انتخابی داشت. استرها ممکن



Table 1. Potential Reduction of Gearing Losses and Improvement of Efficiency if Using a Synthetic Gear Oil Instead of a Mineral Oil.

	Type of Gear	
Effect	Worm Gears, Hypoid Gears	Spur and Helical Gears, Bevel Gears with Axis Not Offset
Reduction of Total Losses	30% and more	20% and more
Improved Efficiency	15% and more	up to 1%
Reduction of Operating (Steady-State) Temperature	68°F (20°C) and more	up to 54°F (12°C)

انتخاب روغن دنده:

* ویسکوزیته:

ویسکوزیته یا گرانروی یکی از مهمترین خواص فیزیکی روانکار می باشد. به علت اینکه ویسکوزیته با تغییر دما تغییر می کند نرخ تغییرات ویسکوزیته با تغییرات دما نیز از اهمیت خاصی برخوردار خواهد بود که این نرخ با شاخص گرانروی (viscosity index) مشخص می گردد. بیشتر روغن های دنده اندیس گرانروی ۹۵ دارند. اندیس گرانروی پایین تر بیانگر این موضوع است که تغییرات ویسکوزیته (گرانروی) روغن با تغییرات دما بیشتر خواهد بود و بالعکس هر چقدر این عدد بالاتر باشد نشان میدهد که تغییرات ویسکوزیته روغن با تغییرات دمایی کمتر است و این خصوصیات برای روانسازها مطلوب تر می باشد. در حقیقت روغنی با اندیس گرانروی بالا در دماهای متفاوت قادر خواهد بود که فیلم روانکاری را بر روی سطوح دنده ها در جعبه دنده به میزان مناسب حفظ کند که این موضوع منجر به سایش و اصطکاک کمتر در دماهای کارکرد یک جعبه دنده خواهد بود. توجه به این نکته ضروری است که اگر چه سطوح دنده ها خیلی صاف به نظر می رسند ولی دارای ناهمواری های زیادی هستند. اگر گرانروی روغن دنده مناسب باشد روغن قادر خواهد بود سطوح را کاملاً از یکدیگر جدا نگاه داشته و از تماس فلز با فلز جلوگیری نماید. ولی اگر به عنوان مثال گرانروی روغن در یک دمای مشخص کمتر از مقدار مورد نیاز باشد تماس فلز با فلز رخ داده و در نتیجه سایش در دنده ها اتفاق می افتد. این مقاله تعداد اندکی از فاکتورهای مهم انتخاب روغن را در اختیار خوانندگان قرار می دهد. لذا استفاده از سایر اطلاعات مربوط به کارایی، سطوح کیفی و سایر الزامات در انتخاب یک روغن مناسب کاملاً ضروری و اجباری است. معمولاً بهترین راه برای انتخاب یک روغن استفاده از دفترچه راهنمای تجهیز و یا مشاوره گرفتن از کارشناسان شرکت های تولید کننده روانکار می باشد.

منبع: مجله machinery lubrication

است در ابتدا ناچیز به نظر آید اما در طول زمان باعث به صرفه بودن و اقتصادی بودن استفاده از روغن های سنتزی به جای روغن های معدنی خواهند بود.

جدول صفحه قبل بیانگر مطالب ذکر شده فوق می باشد:

همانطور که در بالا نیز اشاره شد روغن های سنتزی مقاومت بیشتری در مقابل پیر شدن و کارکرد در دماهای بالا را دارند. بسته به نوع روغن پایه مورد استفاده (PAG/SHC) مدت زمان تعویض آنها ممکن است سه تا پنج مرتبه دیرتر از زمانی که از روغن های معدنی استفاده می شود به تاخیر بیافتد. دوره های تقریبی زمان تعویض روغن های دنده سنتزی در دمای ۸۰ درجه سلسیوس به شرح زیر است:

۱. روغن های معدنی ۵۰۰۰ ساعت عملیاتی

۲. SHC ۱۵۰۰۰ ساعت عملیاتی

۳. PAG ۲۵۰۰۰ ساعت عملیاتی

روغن دنده های سنتزی دارای ضریب اصطکاک و وابستگی دمایی کمتری نسبت به روغن های معدنی در یک گیربکس می باشند. این موضوع باعث می شود که این روغن ها در ویسکوزیته های پایین تر نسبت به روغن های دیگر مورد استفاده قرار بگیرند که در این صورت کاهش دمای عملکردی تجهیز را نیز نسبت به زمانی که از روغن پایه معدنی استفاده می شود به همراه خواهند داشت و همانطور که در پیش نیز ذکر شد این موضوع باعث افزایش طول عمر تجهیزات خواهد شد. مقایسه نتایج زیر بیانگر آزمون سه نوع روغن بر جعبه دنده حلزونی بعد از ۳۰۰ ساعت کار عملیاتی می باشد.

۱. روغن های معدنی ۱۱۰ درجه سلسیوس

۲. SHC ۹۰ درجه سلسیوس

۳. PAG ۷۵ درجه سلسیوس

ضرایب افزایش طول عمر روغن پایه های سنتزی در مقایسه با روغن پایه های معدنی به قرار زیر است:

۱. روغن پایه های معدنی ۱ مرتبه بیشتر

۲. SHC ۹/۵ مرتبه بیشتر

۳. PAG ۳۱ مرتبه بیشتر

پنج ابهام در مصرف سوخت



جواد علیپور صدری
رئیس صادرات

• همیشه بنزین سوپر بهترین است

از قدیم همواره گفته شده است بنزین معمولی یعنی خوب و بنزین سوپر یعنی بهترین (البته در اروپا و آمریکا حد وسطی با عنوان Midgrade نیز عرضه می شود). واقعیت اینجاست

که بنزین سوپر با اکتان بالای ۹۱، مقاومت بیشتری در مقابل خود احتراقی دارد تا سوخت به صورت غیرقابل کنترل در سیلندر مشتعل نگردد. پیشرانده های با کارایی بالا (خودروهای اسپرت و لوکس) به دلیل کار در دمای بالا بیشتر به این معضل دچار شده و به همین علت، همواره استفاده از بنزین سوپر در آنها توصیه می شود. در صورت توجه نکردن به این موضوع، چنین موتورهایی به قله تولید نیروی خود نرسیده و اتومبیل در شتاب گیری یا عبور از سربالایی های شدید، دچار افت می گردد که البته بیشتر رانندگان خیلی متوجه این نقص نمی شوند.

نکته اینجاست که بسیاری از اتومبیل های موجود در بازار برای استفاده از بنزین عادی طراحی شده اند و مصرف بنزین سوپر به غیر از اضافه پرداخت، حاصل دیگری برای مالکان آنها ندارد. بهترین روش برای دستیابی به بالاترین کارایی یک موتور مراجعه به دفترچه خودرو یا دقت روی نوشته های درپوش مخزن سوخت است تا مشخص شود سوخت مناسب آن کدام است.

• افزایش مصرف سوخت در حرکت با شیشه های باز

برخی از مردم با اعتقاد به اینکه بکارگیری سیستم تهویه مطبوع با تحمیل اضافه بار روی موتور موجب بالا رفتن مصرف سوخت می گردد، هنگام حرکت شیشه های اتومبیل خود را پایین می کشند و در مقابل بعضی دیگر معتقدند باز بودن شیشه ها به ویژه هنگام حرکت در جاده ها به دلیل تغییر در ایرودینامیک خودرو، موجب اتلاف سوخت بیشتری می گردد.

برای روشن شدن مسئله، آزمایش کوچکی انجام شد. در این آزمون یک دستگاه هوندا اکورد با سرعت ثابت بین ۱۰۰ تا ۱۰۵ کیلومتر بر ساعت، یکبار با روشن کردن سامانه تهویه و بار دیگر با پایین کشیدن شیشه ها بررسی گردید، حاصل آن حدود ۲ لیتر نیاز به سوخت بیشتر در ۱۰۰ کیلومتر مسافت با استفاده از کولر بود در حالی که تأثیر پایین بودن شیشه ها روی مصرف اصلا به چشم نیامده و قابل محاسبه نبود.

بسیاری از رانندگان اتومبیل های سبک و خودروهای سنگین، بر اساس شنیده ها یا با تکیه بر سعی و خطای خود، معتقدند که انجام دادن یا غفلت از برخی موارد، اثر مستقیم در مصرف سوخت داشته و همواره دیگران را نیز به رعایت این اصول تشویق می کنند. من هم در جایگاه یک راننده مدعی، از این موضوع مستثنی نبوده و نکات خاصی را درباره کاهش مصرف سوخت در ذهن داشته ام اما از چندی پیش تصمیم گرفتم برای اطمینان، درباره برخی از این موارد تحقیق کرده و سپس آنها را بپذیرم. در ادامه پنج مورد از موضوعات مبهم، بدون پشتوانه یا برخی موارد که از قدیم مرسوم بوده اند را بررسی کرده ایم.

• افزایش مصرف سوخت با فیلتر هوای کثیف

آزمایشات صورت گرفته روی خودروهای مجهز به کامپیوتر مدیریت موتور (ECU) نشان می دهند که به دلیل تعریف شرایط مختلف رانندگی در حافظه آنها در صورت کثیف شدن فیلتر هوا و کاهش حجم هوای ورودی به موتور، نسبت اختلاط سوخت به هوا همچنان در حد تعیین شده حفظ می گردد و به این ترتیب میزان مصرف سوخت تغییری نمی کند. نباید فراموش کرد که اگرچه مصرف سوخت ثابت می ماند اما گرفتگی منافذ فیلتر هوا و در نتیجه تنفس سخت موتور، روی عملکرد و به ویژه شتاب خودرو تأثیر منفی خواهد داشت.

این موضوع درباره اتومبیل های کاربراتوری یا انژکتوری قدیمی صدق نمی کند و با کثیف شدن فیلتر هوا، مصرف سوخت آنها بیشتر می شود زیرا نسبت اختلاط هوا و سوخت در سیستم های سوخت رسانی قدیمی، به شکل مکانیکی تنظیم شده و به شرایط رانندگی یا موتور بستگی ندارد.

• گرم کردن موتور قبل از حرکت

یکی از مهم ترین وظایف رانندگان در دوره پیشرانده های کاربراتوری یا انژکتوری قدیمی، پیش گرم کردن موتور قبل از آغاز حرکت بود، موردی که دیگر با حضور سامانه های تزریق سوخت الکترونیکی، هیچ تعریفی ندارد. بدیهی است بالاترین راندمان هر موتور در دمای معین عملکرد (بسته به نوع خودرو و پیشرانده آن بین ۶۰ تا ۹۰ درجه سانتی گراد) بدست می آید اما با تکیه بر سیستم های مدیریتی در موتورهای جدید می توان پس از استارت زدن، شروع به حرکت با دور پایین کرد تا موتور به دمای لازم برسد.

• سوخت بیشتر با سوخت گیری در هوای خنک

سوخت گیری در هوای خنک صبحگاهی، سوخت بیشتری را نصیب رانندگان می کند. چنین تفکری از آنجا بوجود آمده است که از لحاظ تئوری، سوخت سردتر دانسیته بیشتری نسبت به سوخت گرم تر دارد اما محاسبات صورت گرفته نشان می دهند با توجه به آنکه مخازن سوخت جایگاه ها زیرزمین قرار دارند، تبادل حرارتی ناچیزی بین سوخت مخزن و محیط اطراف شکل می گیرد. بر همین اساس مازاد سوخت در هوای سرد، به قدری کم است که نمی توان روی آن حساب کرد.





قطبی کننده، تماس روغن با آب های سخت و... باعث ایجاد برهم کنش های بین مولکولی این مواد با روغن و نهایتاً افزایش کشش سطحی روغن و پایداری کف می شوند.

افزایش ویسکوزیته یا گرانیوی روغن باعث افزایش کشش سطحی و افزایش کف می شود ولی این امر در مورد روغن هایی با ویسکوزیته خیلی بالا صدق نمی کند زیرا در روغن هایی که گرانیوی بالاتر از تقریباً ۳۰۰ سانتی استوک دارند، کشش سطحی روغن به قدری بالاست که با ورود هوا به درون خود مقاومت می کند و در صورت ورود، مولکول های هوا گرد هم آمده و حباب های بزرگ تر تشکیل شده و توسط روغن به بیرون رانده می شود.

ضد کف یا آنتی فوم و چگونگی عملکرد آن ها

با توجه به موارد ذکر شده در خصوص معایب ایجاد کف در روغن، آنتی فوم ها نقش مهمی در فرمولاسیون یک روغن دارند. دو نوع آنتی فوم در روانکارها مورد استفاده قرار می گیرد:

۱- آنتی فوم سیلیکونی ۲- آنتی فوم غیر سیلیکونی

آنتی فوم ها با پخش شدن بر روی سطح باعث کاهش کشش سطحی روغن می شوند در نتیجه به ترکیدن حباب های هوا کمک می کنند. قبل از استفاده از روانکار باید ظرف حاوی روغن خوب بهم زده شود تا از پخش شدن آنتی فوم در روانکار اطمینان حاصل شود. معمولاً در روغن های صنعتی از آنتی فوم غیر سیلیکونی استفاده می شود.

آزمون استاندارد برای ارزیابی میزان کف روغن ASTM D ۸۹۲ است که مقدار مشخصی هوا به مدت پنج دقیقه به درون روغن دمیده می شود و تمایل به ایجاد کف و همچنین پایداری کف بررسی می شود. در شکل های زیر یک نمونه روغن پایه که میزان کف آن قبل از استفاده از آنتی فوم و بعد از استفاده از آنتی فوم اندازه گیری شده، دیده می شود. هر دو شکل مربوط به دقیقه چهارم هوادهی است. همان طور که از شکل پیداست اضافه کردن آنتی فوم نقش بسزایی در کاهش میزان کف دارد.

با ورود هوا به داخل روغن، حباب هایی تشکیل می شوند که توسط لایه ای از روغن پوشیده شده اند. سرعت زیاد حرکت روغن و ایجاد اغتشاش هنگام کار دستگاه های صنعتی یا موتورها باعث ورود هوا به داخل روغن می شود. تجمع این حباب ها تشکیل فوم یا کف را می دهند. گاهی این حباب ها ناپایدار بوده و به محض تشکیل می ترکند اما گاهی پایدارند و براحتی از بین نمی روند و باعث بروز مشکلاتی می شوند. اضافه کردن مقدار ناچیز از ترکیباتی به نام ضد کف یا آنتی فوم به فرمولاسیون روغن تاثیر بسزایی در کنترل کف و کاهش پایداری حباب ها دارد.

معایب ازدیاد کف در سیستم

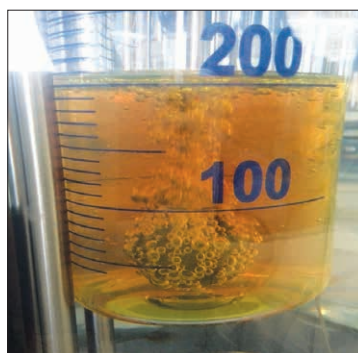
• در صورت ایجاد و پایداری این کف ها سیستم به خوبی روانکاری نمی شود زیرا در بعضی نواحی حباب های هوا به جای روانکار بین سطوح فلز قرار می گیرند و این امر باعث ایجاد سایش سطوح می گردد.

• در برخی سیستم ها ازدیاد کف ها و سر ریز شدن آن ها باعث ورود کف به دیگر قسمت های دستگاه (مانند سیستم الکترونیک) شده که می تواند خطر آفرین باشد.

• در صورت ایجاد کف های پایدار هوا که به مدت طولانی در روغن وجود دارد، احتمال اکسیداسیون روغن و ایجاد ذرات خورنده و همچنین تشکیل لجن زیاد است.

پس از تشکیل کف چه عواملی باعث پایداری آن می شوند؟

همانطور که گفته شد در بهترین حالت کف ایجاد شده به محض تشکیل، می ترکد ولی اکثراً به هنگام تشکیل کف، هوای حبس شده درون لایه روغن، بعلت زیاد بودن کشش سطحی روغن، براحتی خارج نمی شود. برخی آلودگی ها افزودنی های



روغن پایه بدون آنتی فوم



روغن پایه + ۰/۰۲ درصد آنتی فوم

معرفی واحد تحقیق و توسعه



سیده مریم حسینی
واحد تحقیق و توسعه

وتوسعه صورت می گیرد، بر روی نیازی که تاکنون برآورده نشده، متمرکز می شود.

واحد تحقیق و توسعه (پژوهش) شرکت نفت ایرانول از بدو تاسیس این شرکت ایجاد و پس از سازماندهی و آموزش نیروهای متخصص و ایجاد زیرساخت های لازم، حدود شش سال است که فعالیت خود را در زمینه طراحی و توسعه محصولات جدید، بررسی و تایید مواد اولیه مناسب جهت ساخت محصولات با کیفیت و عیب یابی و رفع مشکل در محصولات را به صورت جدی تری انجام می دهد. این واحد فرمولاسیون روغن ها را در سه گروه کاری موتور، خودرویی و صنعتی با به کار گیری نیروهای متخصص، بر پایه نیاز بازار و مشتری همراه با استاندارد های روز صنعت روانکاری، طراحی می کند. بر اساس آمار موجود در کنار محصولات اولیه ایرانول از سال ۸۸ تا پایان سال ۹۳ از میان ۲۰۴ پروژه برای درخواست طراحی محصول ۱۳۴ محصول جدید طراحی شده است، بطوریکه در بخش موتوری ۷۱ محصول، در بخش خودرویی (دنده، فرمان، ضد یخ و ...) ۲۷ محصول و در بخش صنعتی (توربین، کمپرسور، هیدرولیک، دنده صنعتی، عملیات فلز کاری، گردشی و ...) ۳۶ محصول جدید طراحی شده است و بقیه پروژه ها نیز در دست بررسی و تحقیق می باشند. آزمایشگاه واحد تحقیق و توسعه به همراه آزمایشگاه روتین شرکت، گواهینامه استاندارد بین المللی ISO/IEC17025 از موسسه اروپایی ASCB و سازمان ملی استاندارد ایران کسب کرده است. هم اکنون در این واحد هشت نیرو در مقاطع کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکتری (شیمی و مهندسی شیمی) مشغول به فعالیت هستند.

واحد تحقیق و توسعه
(پژوهش) شرکت نفت
ایرانول از بدو تاسیس
این شرکت ایجاد و پس
از سازماندهی و آموزش
نیروهای متخصص و
ایجاد زیرساخت های
لازم، حدود شش سال
است که فعالیت خود
را در زمینه طراحی و
توسعه محصولات جدید،
بررسی و تایید مواد اولیه
مناسب جهت ساخت
محصولات با کیفیت و
عیب یابی و رفع مشکل
در محصولات را به
صورت جدی تری انجام
می دهد

تحقیق و توسعه (R&D) عبارت است از رشته فعالیت های مشخصی در یک کسب و کار. بنا به تعریف سازمان همکاری اقتصادی و توسعه، «تحقیق و توسعه» به «کارخلاقانه ای گفته می شود که به طور سیستماتیک انجام می شود تا به دانش موجود بیفزاید و این دانش را برای ابداع کاربردهای تازه شامل محصولات یا خدمات به کار ببرد.» دسته بندی فعالیت های تحقیق و توسعه از شرکتی به شرکت دیگر متفاوت است، اما در مجموع شامل دو مدل اصلی می شود. در یک مدل، وظیفه اصلی یک گروه تحقیق و توسعه، دستیابی به محصول جدید است؛ در مدل دیگر، وظیفه اصلی گروه تحقیق و توسعه عبارت است از، ساخت و کشف دانش نوین پیرامون عناوین علمی و فناوریانه به منظور توسعه ی محصولات، پروسه ها و خدمات ارزشمند و جدید. در اکثر فعالیت های یک شرکت بازدهی سریع سود یا بهبود سریع در عملکردها، با هدف تسریع در بازگشت سرمایه گذاری معمولاً مورد انتظار است.

طراحی و توسعه محصول جدید معمولاً یک عامل بسیار مهم در بقای یک شرکت به شمار می آید. در صناعی که دارای تحولات سریع هستند، شرکت ها می بایست طراحی ها و میزان محصولات شان را به صورت پیوسته گسترش دهند. تغییرات پیوسته در فناوری، حضور رقبا و اولویت های در حال تغییر مشتریان، این گسترش را اجتناب ناپذیر کرده اند. یک شرکت بدون برنامه تحقیق و توسعه، اگر می خواهد که از قافله عقب نماند، می بایست بر اتحاد استراتژیک، تملک و شبکه های کاری تکیه کنند.

سیستمی که برپایه بازاریابی حرکت می کند، تمرکز آن بر روی نیاز بازار است. اما سیستمی که فعالیت های آن بر پایه تحقیق

مقایسه سیستم مدیریت فرآیندها (BPMS) با برنامه‌ریزی منابع سازمانی (ERP)



شهرام مظهر
مدیر فناوری اطلاعات

ERP و BPMS مفید هستند.

سیستم‌های BPMS برای مدل سازی گردش اقدامات شامل انسان و سیستم‌های نرم افزاری (نوع ۱ و ۲) به خصوص در مواردی که سیستم‌ها خودکار و ناهمگن هستند، مناسب ترند.

در مقابل، سیستم‌های ERP برای مدل سازی گردش کارهای تراکنشی مناسب تر هستند البته اگر گردش کارهای تراکنشی سیستم‌های ناهمگن را در بر داشته باشد، باز هم BPMS بهتر است.

سازمان‌ها ممکن است به سیستم‌های ERP و BPMS یا هر دو نیاز داشته باشند.

سیستم‌های مدیریت کار بیشتر برای مدیریت فرآیند، شامل یکپارچه سازی نرم افزارها و داده‌های ناهمگن، خودکار و سیستم‌های توزیع شده به کار می‌آیند.

بیشتر BPMS ها مستقل از حوزه کاری هستند و بنابراین می‌توان آنها را در هر بخش از کسب و کار، پیاده سازی و استفاده کرد.



ERP لباسی است
از پیش دوخته شده
که بر تن سازمان
پوشانده می‌شود یعنی
سفارشی سازی و اعمال
تغییرات در ERP به
سختی و با صرف زمان
و هزینه بالایی صورت
خواهد گرفت.
نقش BPMS، نقش
چرخ خیاطی است.
پس از طریق BPMS
می‌توانیم متناسب با
شرایط خود عمل نماییم



امروزه استفاده از سیستم‌های برنامه‌ریزی منابع سازمان (یا همان ERP) در صنعت و خدمات رواج یافته است و این سیستم‌ها از جمله ابزارهای پررونق فناوری اطلاعات محسوب می‌شود.

سیستم‌های BPM نیز هر چند در بین اهالی کسب و کار کمتر شناخته شده است ولی چند دهه پیشینه تکامل دارد.

هر دوی این سیستم‌ها ادعای اتوماسیون و مدیریت فرآیندهای سطح عملیاتی سازمان را دارند و البته هر کدام راهکار ویژه‌ای را برای نیل به این هدف عرضه می‌نمایند.

در این جا تفاوت‌ها و شباهت‌های سیستم‌های کلی ERP و BPM را بررسی می‌کنیم.

سیستم‌های ERP و BPMS با قابلیت‌های فنی متفاوتی توسعه یافته‌اند. این تفاوت‌ها را می‌توان در کاربردهای هر کدام مشاهده کرد.

در اصل فناوری فرآیندی از سه نوع کاربرد پشتیبانی می‌کند:

۱. گردش کارهای دربردارنده انسان‌ها

۲. گردش کارهای دربردارنده سیستم‌ها و کاربردها.

۳. گردش کارهای تراکنشی.

که این سه نوع کاربرد برای نشان دادن تفاوت بین سیستم‌های

BPMS(Business Process Management System)
ERP (Enterprise resource planning)

و سرعت اعمال تغییرات بیشتر یعنی BPMS است. به این ترتیب



۱۰ توصیه برای تبلیغات و بازاریابی موثر



اصلاً مهم نیست که شرکت شما به چه میزان خدمات و یا محصولات خوبی ارائه می‌دهد اگر تبلیغ نکنید با هدف فروش خود فاصله بسیار زیادی خواهید داشت.

هدف حرفه‌ای از هر تبلیغاتی این است که با کمترین هزینه و یا هزینه‌ای مقرون به صرفه به تعداد زیادی از مخاطب دسترسی پیدا کنید که راه را برای پیدا کردن مشتری جدید برای شرکت شما هموار کند. البته ریسک این موضوع همیشه پا برجاست. اگر تبلیغات شما به نحو خوبی انجام شود، یک قدم موفقیت آمیز برای شرکت شماست و در غیر این صورت پولی است که دور ریخته شده است. بر خلاف آن چه ممکن است به نظر بیاید تبلیغات شامل حقه‌های کوچکی هم می‌باشد که در ادامه به نحوه ی برنامه ریزی، اجرا و نظارت بر

تبلیغات در ۱۰ نکته اشاره می‌کنیم:

۱- ابتدا مخاطب و بازار خاص را هدف بگیرید

به یاد داشته باشید تبلیغات شما باید برای مخاطبین آن بازار خاص باشد و این یک اشتباه بزرگ است که تبلیغاتی در سطح وسیع بدون اینکه نوع مخاطب در نظر گرفته شود انجام شود. همیشه این سوال را از خود بپرسید چه نوع مشتری را می‌خواهید جذب کنید بعد از آن در تبلیغات تان با همان زبان رایج مخاطبان خاص تبلیغ کنید.

۲- مزایا و تسهیلات جانبی محصول و خدمات خود را پر رنگ کنید

یکی از راه های تبلیغات موثر، تبلیغات و معرفی تسهیلات و امتیازات خرید، استفاده از خدمات و سرویس شرکت شما می‌باشد، این مقوله رقابت

را در بین رقبایان به نفع شما رقم می‌زند. گرچه تبلیغات با حجم بالا یک مزیت محسوب می‌شود، تا زمانی که تسهیلات و امتیازهای جانبی ارائه ندهید در ذهن مخاطب و مشتری مورد نظرتان به حد لازم رسوخ نکرده‌اید.

۳- تصویر و یا نمایه استفاده کنید

خیلی از محصولات مانند مک دونالد را به راحتی از روی تصاویر بیلبوردها می‌توان تشخیص داد. اگر زمینه فعالیت شما کوچک‌تر است به یاد داشته باشید که Logo تبلیغاتی و بسته بندی، اثری مشابه را در ذهن مشتری باقی خواهد گذاشت. به نمایش گذاشتن یک تصویر آن هم به صورت مداوم و پایدار چه در وب سایت های تبلیغاتی، چه در بیلبوردها و چه در فضاهای تبلیغاتی کوچک‌تر حتماً امکان رسوخ به ذهن مشتری را

به شما می‌دهد.

۴- بدانید که برای پول درآوردن مجبور هستید پول خرج کنید

راه‌های زیادی وجود دارند که می‌توان پول را پس انداز کرد اما اشتباه نکنید تبلیغات حیطه خوبی برای پس انداز کردن پول نیست بلکه باید آن را خرج کنید.

ممکن است تبلیغات هدفمند نسبت به تبلیغات سنتی و عام خرج بیشتری داشته باشد، اما نترسید این به این خاطر آن است که سود متقابل را به شما باز می‌گرداند.

۵- مکان تبلیغات بسیار مهم است

سایت اینترنتی، کانال تلویزیونی و رادیویی و یا مجله مورد علاقه شما حتماً و لزوماً مورد علاقه مخاطب و مشتری شما نیست در مورد علاقه‌های احتمالی مشتری و مخاطب هدف خود تحقیق کنید، مطالعه کنید و از سلیقه شخصی خودتان در انتخاب راه‌های تبلیغاتی اجتناب کنید.

هدف شما فقط ارتباط برقرار کردن با مشتری و هدف خاص به نحوی که او می‌پسندد است، نه به نحوی که شما می‌پسندید.

۶- بودجه بی‌بازگشت را صرف تبلیغات نکنید

برای مثال اگر ماهی ۵۰۰ دلار بودجه برای تبلیغات کنار گذاشته‌اید، روی کاغذ درست محاسبه کرده‌اید، اما در عمل شرایطی مانند فصلی بودن محصولاتتان و زمان‌های رکود در بازار هدف‌تان را حتماً در نظر بگیرید.

۷- گوناگونی در تبلیغات

این خیلی معمول است که در فعالیتهای تجاری و بازرگانی، صاحبان شرکت بعد از پیدا کردن مکانی برای تبلیغات که کاملاً برگشت هزینه را همراه دارد دست از گشتن برای پیدا کردن بازارهای دیگر می‌کشند. تا آن جایی که به تبلیغات مربوط می‌شود نباید تمام تخم مرغ‌هایتان را تنها در یک سبد بگذارید. رسانه‌ها و وسایل ارتباطی گوناگونی را انتخاب کنید و هرچند وقت یک بار تغییر و تفاوت ایجاد کنید، چه در بودجه تبلیغاتی خودتان و چه در پیدا کردن بازار هدف جدیدتر.

۸- زیاد سعی نکنید به دنبال ارائه خدمات

و سرویس همه پسند باشید
هیچ محصولی و یا سرویسی مورد پسند همه افراد نیست. تلاش برای گسترش تبلیغات در

مخاطبین متفاوت به منظور گسترش بازار هدف برای فعالیت‌های بازرگانی کوچک اصلاً مناسب نیست. بنابراین به جای همه گیر شدن سعی کنید فقط در بازار هدف خودتان کامل و بی‌نظیر باشید.

۹- مدل‌های تبلیغات خود را از قبل امتحان کنید

پیشاپیش امتحان کنید: آیا افراد متوجه می‌شوند قصد دارید چه پیغامی را از طریق این تبلیغ برسانید و آیا همه پیغام یکسانی دریافت می‌کنند؟ اگر نه، سعی کنید مدل و شعار تبلیغاتی خود را واضح‌تر و گویاتر تدارک ببینید. برای سنجیدن مدل‌های تبلیغاتی، حتی برگه‌های نظر خواهی‌های روان‌شناسی وجود دارند که می‌توانید از آن‌ها استفاده کنید.

۱۰- بر تبلیغات تان نظارت داشته باشید

کار ساده ایست که بدانید مشتریانانتان از چه طریقی با شرکت شما آشنا شده‌اند. حتی خیلی از کارآفرینان این کار را نمی‌کنند و در عوض به دنبال پیدا کردن المان یا فاکتورهای جذابی هستند که در تبلیغات باعث جذب مشتری شده و یا این که چه شرکت تبلیغاتی با فاکتورهای سودآورتری محصول شما را به نحو برجسته تری به نمایش می‌گذارد.

منبع: سایت کتاب اول



پس از ۱۷ سال و با هدف افزایش کیفیت روغن پایه صورت گرفت؛ راه اندازی مجدد و تعمیرات اساسی واحد تصفیه با هیدروژن



مهندس خراطی زاده خاطرنشان کرد: تعمیرات اساسی واحد HFU برای اولین بار در شرکت نفت ایرانول توسط پرسنل خبره واحد های بهره برداری، مهندسی فرایند، تعمیرات و HSE انجام گرفت و در نوع خود تعمیرات منحصر به فردی را در شرکت نفت ایرانول به ثبت رساند و برگ افتخار دیگری بر افتخارات و توانمندی شرکت نفت ایرانول افزود.

وی در ادامه به عملیات تعمیرات اساسی اشاره کرد و گفت: با توجه به نتایج آنالیز عمر تیوب های کوره واحد تصفیه با گاز هیدروژن و گذشت حدود ۹۰۰۰ ساعت از عمر تیوب های کوره فوق و همچنین، لزوم انجام تعمیرات اساسی تجهیزات واحد، در تاریخ ۹۴/۰۳/۰۳ تعمیرات اساسی بر روی تجهیزات مطابق برنامه زمان بندی واحد برنامه ریزی تعمیرات، با نظارت مدیریت پالایشگاه و با همکاری واحدهای عملیات، بازرسی فنی، HSE، تعمیرات و مهندسی فرایند و مهندسی عمومی آغاز و همچنان ادامه دارد.

مهندس خراطی زاده اضافه کرد: تعداد ۴ عدد مبدل، ۷ عدد برج و کوره واحد هایدروفریشینگ و همچنین تعداد ۱۳ مورد تعمیرات در قالب شیر آلات و لوله کشی واحد، در برنامه کار تعمیرات اساسی قرار دارد.

سرپرست معاونت تولید و بهره برداری و مدیر پالایشگاه تهران از عملیات احیای کاتالیست و تعمیرات اساسی واحد HFU در پالایشگاه روغن سازی تهران در سال ۹۴ خبر داد.

مهندس شهرام خراطی زاده دراین باره به خبرنگار فصل نامه ایرانول، گفت: واحد تصفیه با گاز هیدروژن (Hydro Finishing Unit) پالایشگاه روغن سازی تهران واحد منحصر به فرد در پالایشگاه های روغن سازی کشور و منطقه به شمار می آید که وظیفه آن زدودن ناخالصی هایی مانند نیتروژن، سولفور، اکسیژن، ترکیبات فلزی و اولفین ها و جایگزینی آن با هیدروژن است. وی افزود: کاهش ترکیبات ناپایدار در روغن موجب بهبود و پایداری روغن در عمل اکسیداسیون، بهبود رنگ و مشخصات مورد انتظار روغن پایه می شود و در نهایت باعث کاهش میزان ادتیو مصرفی در محصولات نهایی (روغن موتور، صنعتی) و افزایش کیفیت روغن تولیدی می گردد.

سرپرست معاونت تولید و بهره برداری و مدیر پالایشگاه تهران تصریح کرد: با توجه به تاریخ آخرین عملیات احیای کاتالیست ها (۷۸/۴/۷)، عملیات احیای کاتالیست های راکتور لازم و ضروری بوده و بنابراین در تاریخ ۹۴/۲/۳۱ عملیات احیای کاتالیست ها آغاز و تا تاریخ ۹۴/۰۳/۲۴ به طول انجامید.



محصولات ایرانول در مقایسه با شرکت های رقیب ده پله جلوتر است

فصل نامه شرکت نفت ایرانول در هر شماره با چند تن از عاملین برتر فروش این شرکت گفت و گو کرده و نظرات، پیشنهادات و انتقادات آنها را در زمینه فروش و توزیع محصولات ایرانول در راستای رشد و ارتقای این بخش منتشر می کند، از این رو در شماره جدید نیز با دو تن از این افراد مصاحبه کرده و نظرات آنها را به عنوان برترین این حوزه جویا شده است، متن این گفت و گو ها را می توانید در زیر بخوانید.

■ آقای قاسم زاده، به عنوان نخستین سوال چند سال سابقه فعالیت در این حرفه را دارید؟

تقریباً حدود ۲۰ سال است و با توجه به اینکه این حرفه خانوادگی مان است، پدرم نیز در حدود ۳۵ سال است در این حرفه فعالیت دارد.

■ چند سال است با ایرانول همکاری می کنید؟

از بدو تاسیس شرکت یعنی از سال ۸۱ با ایرانول همکاری می کنم.

■ مشتریان شما چقدر ایرانول را می شناسند؟

تقریباً از سال ۹۰ به بعد مشتریان تمام محصولات ایرانول را می شناسند و نیازی به تبلیغات نیست و تا پیش از آن کسی به خوبی محصولات را نمی شناخت و توزیع شهری داشتیم ولی در حال حاضر شرکت به حدی خوب کار کرده است که نیازی به تبلیغات و بازاریابی نیست.

■ کدام محصول ایرانول را بیشتر سفارش می دهند؟

تمام محصولات ایرانول خریدار دارد ولی ایرانول ۱۷۰۰۰ و ۹۰۰۰، ریسینگ و ۷۰۰۰ خریداران بیشتری دارد.

■ مشکلات و انتقادات خود را بیان کنید؟

یکی از اساسی ترین مشکلات ما تغییر مدیریت است البته این مشکل خاص عاملین برتر (رتبه اول و دوم) کشوری است که میزان خرید آنها با نفر سوم در حدود ۳ برابر است بنابراین این افراد نسبت به دیگر عاملین بیشتر متضرر می شوند.

به جرات می توان گفت اگر در شرکت ایرانول تداوم مدیریت وجود داشت تمام شرکت های رقیب فقط ۱۰ درصد بازار را در اختیار داشتند. به دلیل اینکه این شرکت آن قدر پتانسیل دارد که می توانست تمام رقبای را از بازار خارج کند همان طور این شرکت در حال حاضر هم جزء برندهای اول و دوم روغن موتور کشور است.

■ چه پیشنهادی در مورد محصولات ایرانول دارید؟

تمام محصولات ایرانول از لحاظ بسته بندی، کیفیت و نوآوری، حرف اول را میزنند و بازار ایرانول همیشه جزو دو برند اول کشور بوده است.

■ چه پیشنهادی در مورد توزیع محصولات دارید؟

در بخش توزیع ایرانول خوب کار کرده است و پیشنهادی ندارم.

■ حرف و سخن آخر شما

ما ایرانولی هستیم و ایرانولی خواهیم ماند و دربدترین شرایط خودمان را ثابت کردیم و جزء نفرات برتر بودیم. بنده در ۱۰ سال گذشته نفر برتر ایرانول بودم و این به دلیل بازار خوبی بوده که شرکت مهیا کرده است. همچنین در حوزه تبلیغات شرکت بسیار قوی بوده و در مقایسه با شرکت های رقیب حداقل ۱۰

پله جلوتر است. هر کسی که با ایرانول کار بکند از نظر زمان گذاشتن ضرر نمی کند در واقع محصولات ایرانول مثل یک اسب زین کرده است فقط باید بدانید چگونه و چطور راه را پیش ببرید.

■ پهلوانزاده عامل برتر فروش ایرانول در استان مازندران:

برند ایرانول در مقایسه با برندهای دیگر شناخته شده تر است

■ به عنوان نخستین سوال چند سال سابقه فعالیت در این حرفه را دارید؟

بنده ۱۲ سال است و پدرم نیز در این حرفه فعال هستند در واقع ایشان ۵۰ سال است در این شغل مشغول به کار است.

■ چند سال است با ایرانول همکاری می کنید؟

از بدو تاسیس و از سال ۸۱ با مجموعه ایرانول همکاری دارم.

■ مشتریان شما چقدر ایرانول را می شناسند؟

می توان گفت حدود ۷۰ درصد مشتریان ایرانول را به خوبی می شناسند و برند ایرانول در مقایسه با برندهای دیگر در بازار شناخته شده تر است.

■ کدام محصول ایرانول را بیشتر سفارش می دهند؟

در دیزلی ها ۱۷۰۰۰ و D-۷۰۰۰ و در بنزینی ها ۶۰۰۰ و ۸۰۰۰ نسبت به دیگر روغن موتورهای ایرانول بیشتر طرفدار دارد ولی در مجموع تمام روغن های ایرانول با کیفیت است و به خوبی به فروش می رسد.

■ مشکلات و انتقادات خود را بیان کنید؟

خدا را شکر درمجموعه ایرانول همه موارد از جمله ارتباط مردمی، تعهد کارمندان تبلیغات و.. عالی است و هیچ مشکلی وجود ندارد و تنها انتقادی که به این مجموعه وارد است تغییر مدیران طی یکسال است و ای کاش دوران مدیریت در این مجموعه طولانی تر بود. این موضوع برای عاملین فروش برتر بزرگترین مشکل است و اینکه هر مدیری سیاست های خاص خودش را دارد.

■ چه پیشنهادی در مورد محصولات ایرانول دارید؟

تمام محصولات ایرانول با کیفیت است ولی پیشنهاد می کنم شرکت برخی از روغن های خاص از جمله روغن های حرارتی و روغن دنده های ویژه نیز در مقایسه با رقبای دیگر بازار تولید کند.

همچنین در بخش تبلیغات، اقلام تبلیغاتی از جمله لباس و دستمال کاغذی و.. به تعداد بیشتری در اختیار اتو سرویس ها قرار بگیرد.

■ حرف آخر شما

از مدیریت و مجموعه محترم ایرانول درخواست دارم بیشترین عاملین فروش توجه کنند تا تغییر سیاست های شرکت باعث ضرر به عاملین نشود.



قاسم زاده: ما ایرانولی هستیم و ایرانولی خواهیم ماند و دربدترین شرایط خودمان را ثابت کردیم و جزء نفرات برتر بودیم



پهلوانزاده: تنها انتقادی که به این مجموعه وارد است تغییر مدیران طی یکسال است و ای کاش دوران مدیریت در این مجموعه طولانی تر بود

همزمان با تحویل سال نو صورت گرفت

حضور دکتر ربیعی در جمع کارگران شرکت نفت ایرانول

کارگران و بازنشستگان را یکی از برنامه های رفاهی دولت در سال ۹۴ دانست و گفت: براساس تفاهم نامه ای که میان وزارتخانه های تعاون، کار و رفاه اجتماعی و راه و شهرسازی امضا شده است طرح خانه دار کردن این گروه عظیم از جمعیت کشور با جدیت دنبال می شود. وی از طرح بهبودی خدمات تامین اجتماعی کارگران در سال جاری خبر داد و افزود: جهت گیری دولت در این برنامه الکترونیکی شدن دفترچه های بیمه شدگان است. دکتر ربیعی در پاسخ به سوال کارگران شرکت نفت ایرانول درباره امنیت شغلی کارگران گفت: وزارت کار با دقت فعالیت پیمانکاران را زیر نظر دارد تا از اخراج کارگران به بهانه های مختلف جلوگیری کند.

وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی با حضور در جمع کارگران شرکت نفت ایرانول سال ۱۳۹۴ را تحویل کرد.

به گزارش روابط عمومی وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی، دکتر ربیعی در جمع صمیمی و گرم کارگران گفت: من خود را از قشر کارگر و خانواده کارگران می دانم و تصمیم گرفتم که در این جمع صمیمی حضور پیدا کنم. دکتر ربیعی در این دیدار که حدود یک و نیم ساعت طول کشید. پس از تحویل سال و حضور در جمع کارگران و شنیدن درد و دل های آنها از بعضی قسمت های پالایشگاه روغن سازی ایرانول در تهران بازدید کرد. در این دیدار که وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی را مهندس شیرینی مدیر عامل تایپکو و دکتر جمالی پور معاون استاندار و فرماندار شهرری و



مهندس اسحاقی مدیر عامل شرکت نفت ایرانول همراهی می کردند، وی در جریان وضعیت این شرکت قرار گرفت و از اقدامات مدیر عامل جدید این شرکت در ترمیم حقوق و رفاه کارگران و وضعیت شرکت ابراز رضایت نمود.

گفتنی است: در این مراسم دکتر ربیعی علاوه بر اهداء قرآن و گل به کارگران حاضر، عیدی داد و برای آنها و خانواده هایشان سالی همراه با موفقیت و سلامتی آرزو کرد. در ادامه دکتر ربیعی ایجاد مسکن ویژه





برگزاری مراسم روز زن و ولادت حضرت فاطمه زهرا(س) در شرکت نفت ایرانول



به مناسبت ولادت حضرت فاطمه زهرا(س)، بزرگداشت روز زن، مقام مادر و همچنین ولادت با سعادت بنیانگذار فقید جمهوری اسلامی ایران مراسمی در شرکت نفت ایرانول برگزار شد.

به گزارش روابط عمومی و تبلیغات شرکت نفت ایرانول: در این مراسم که با قرائت قرآن و پخش کلیپی از لحظه تحویل سال و حضور وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی در پالایشگاه تهران و پیام نوروزی مدیرعامل آغاز شد، مجید اشجعی مدیر اداری و منابع انسانی ضمن خیر مقدم به بانوان شرکت، گزارشی از عملکرد این مدیریت و اقدامات پیش رو در سال ۹۴ ارائه داد.

در ادامه، مهندس اسحاقی مدیرعامل شرکت سخنانی را در مورد روز زن و ولادت حضرت فاطمه زهرا(س) ایراد کرد.

گفتنی است در پایان این مراسم به رسم یادبود هدایایی به بانوان حاضر در مراسم اهدا شد.



همزمان با روز جانباز صورت گرفت تجلیل از جانبازان شرکت نفت ایرانول

طی مراسمی همزمان با ولادت پر برکت حضرت ابوالفضل العباس(ع) و روز جانباز و همچنین گرامیداشت سوم خرداد سالروز فتح خرمشهر از پرسنل جانباز شاغل در شرکت نفت ایرانول تجلیل و قدردانی شد.

به گزارش روابط عمومی و تبلیغات شرکت نفت ایرانول، در این مراسم مهندس اسحاقی مدیرعامل شرکت نفت ایرانول از آقایان مجید وفایی و بهشت میراصلانی به پاسداشت رشادت ها، از جان گذشتگی، زحمات و مشقات فراوانی که آنان در طول جنگ تحمیلی برای دفاع از این آب و خاک تحمل کردند با اهدای لوح سپاس و هدایا تقدیر کرد.



مدیرعامل شرکت نفت ایرانول در جمع عاملین برتر:

از نظر من همه شما برتر هستید

همزمان با شب ولادت امام محمد تقی(ع) طی مراسمی از عاملین برتر فروش شرکت نفت ایرانول در هتل المپیک تجلیل شد.

به گزارش روابط عمومی و تبلیغات شرکت نفت ایرانول، در این مراسم که ۸ اردیبهشت ماه برگزار شد، ۲۶ عامل برتر فروش شرکت نفت ایرانول در استانها و سه عامل برتر کشوری معرفی و تقدیر شدند.

در این گردهمایی مهندس عیسی اسحاقی مدیرعامل شرکت نفت ایرانول ضمن تبریک ولادت امیر المومنین حضرت علی (ع) و امام محمد تقی(ع) و همچنین روز معلم و گرامیداشت روز کارگر، گفت: قلب تپنده هر شرکتی بخش فروش آن است. امیدوارم با توجه به نامگذاری امسال که سال همدلی و همزبانی است، بتوانیم رابطه متقابلی را بین شرکت و عاملین فروش برقرار کنیم.

مهندس اسحاقی، عاملین فروش را بازوان اجرایی و مشاوران امین شرکت در سراسر کشور عنوان کرد و با تاکید بر این موضوع افزود: سیاست ما حمایت جدی از عاملین فروش در جهت افزایش سهم بازار است و امیدوارم با کمک شما شاهد رشد و توسعه کشورمان و بعد پیشرفت اهداف شرکت نفت ایرانول باشیم. وی اضافه کرد: از نظر بنده تمام عاملین فروش امین و مورد وثوق هستند و همه شما برتر هستید.

سید شهاب عظیمی پور مدیر فروش، بازاریابی و صادرات شرکت نفت ایرانول نیز توضیحاتی در مورد سیاست های سال جدید بخش فروش به عاملین ارائه داد و گفت: از شما می خواهیم پیشنهادات و توصیه های خود را به این واحد منتقل کنید تا با بررسی آنها به سمت اجرایی کردن نقطه نظرات

کارشناسی پیش برویم.

خاطر نشان می شود، در پایان این مراسم با اهدای لوح تقدیر و هدایا از عاملین برتر فروش شرکت نفت ایرانول قدردانی شد و نفرات برتر به همراه خانواده های خود به مشهد مقدس اعزام شدند. اسامی عاملین برتر کشوری:

۱- حمیدرضا قاسم زاده رتبه اول کشوری

۲- شرکت روانکاران صنعت پهلوان زاده رتبه

دوم کشوری

۳- شرکت روانکاران شریف رتبه سوم کشوری

همچنین اسامی عاملین برتر استان ها نیز به شرح ذیل می باشد:

روانکاران صنعت سیلان اردبیل

شرکت روغن موتور پارسین اصفهان

صحبت آزادفر ایلام

محمد پور عبدالله آذربایجان شرقی

محمود مولا نجف آباد آذربایجان غربی

کیومرث عباسی سور شجانی چهارمهل و

بختیاری

محمد تقی قاضی زاده خراسان جنوبی

تعاونی اتوسرویس های مشهد و حومه خراسان

رضوی

محمد محمدی خراسان شمالی

روان سازان صنعت خوزستان

سید محمد حسینی سمنان

شرکت بازرگانی ملک زاده سیستان و بلوچستان

علیرضا امیر آبادی فارس

شرکت روانکاران صنعت قزوین

عباس صیادی زاده کرمان

قادر رحیمی کردستان

ابرج جوادیان کرمانشاه

شرکت روانکارهای گلستان

شرکت صنعتگران روغن گیل توحید گیلان

حسین اناری بز چلویی مرکزی

شرکت قطران یاور قشم هرمزگان

محمود روحانی همدان

احمد صالحی یزد



همزمان با شب مبعث رسول گرامی اسلام صورت گرفت

جشن شرکت نفت ایرانول با حضور خانواده پرسنل پالایشگاه آبادان

مهندس اسحاقی در پایان با اشاره به شهر آبادان و خرمشهر و خون های ریخته شده در این خطه گفت: امیدواریم خدا به حق شهدای این خطه به ما کمک کند تا بتوانیم در تمام امور موفق باشیم و رضایت را به خانواده های ایرانول اهدا کنیم. خاطرنشان می شود: نخستین جشن خانوادگی شرکت نفت ایرانول جمعه ۲۵ اردیبهشت ماه ۹۴ همزمان با شب مبعث پیامبرگرامی اسلام حضرت محمد (ص) از ساعت ۱۶ تا ۱۹:۳۰ در سینما نفت آبادان برگزار شد. در این مراسم برنامه های شاد و موسیقی سنتی اجرا و به رسم یادبود هدایایی به خانواده های پرسنل اهدا شد.

فرهنگی و... از جمله اقدامات این شرکت در سال جاری است.

مهندس عیسی اسحاقی در ادامه به افزایش حقوق کارمندان و کارگران این مجموعه اشاره کرد و گفت: این اقدام یکی از برنامه هایی بود که در پایان سال گذشته برای رفاه و رضایت کارمندان و کارگران مجموعه اجرایی شد.

مدیر عامل شرکت نفت ایرانول تصریح کرد: مهمترین اصلی که در هر شرکتی مدنظر است همراهی کارمندان و کارکنان یک شرکت با مدیر مجموعه است و افزایش حقوق کوچکترین قدمی بود که در این راستا برداشته شد.

نخستین جشن خانوادگی شرکت نفت ایرانول همزمان با شب مبعث پیامبرگرامی اسلام حضرت محمد (ص) با حضور خانواده های پرسنل و کارکنان پالایشگاه آبادان در سینما نفت این شهر برگزار شد.

به گزارش روابط عمومی و تبلیغات شرکت نفت ایرانول، در این مراسم که با حضور جمع کثیری از خانواده های پرسنل برگزار شد، مدیرعامل شرکت ضمن تبریک عید مبعث رسول اکرم (ص)، گفت: شرکت نفت ایرانول یک شرکت بزرگ و پیشرو است و توسعه همه جانبه بخش های مختلف شرکت از جمله بخش فروش، تولید و کارهای



بازدید مدیر عامل ایرانول از مجتمع تولید و بسته بندی اصفهان



وبسته بندی اصفهان گزارش جامعی از برنامه ها و فعالیت های انجام شده در حوزه های بهبود و ساختار و در جهت توسعه آتی مجتمع ارائه داد. گفتنی است، طی این سفرمهندس اسحاقی مدیرعامل شرکت و هیات همراه از واحد تولید روغن های صنعتی شرکت روانکاران احیاء سپاهان و مجتمع گریس سازی واقع در شهرک صنعتی مورچه خورت اصفهان نیز بازدید به عمل آوردند.

بازاریابی و صادرات، تولید مدیر مالی، طباطبایی مدیر تدارکات، مقتصدی مدیر برنامه ریزی و انبار، اشجعی مدیر منابع انسانی، غیاثیان رئیس روابط عمومی و تبلیغات، تدین رئیس پژوهش، اسکندری مدیر کنترل کیفیت و پژوهش و حکمی زاده مشاور مدیرعامل، مهندس اسحاقی مدیر عامل شرکت نفت ایرانول را همراهی می کردند. لازم به ذکر است، در این بازدید مهندس موسوی زادگان مدیر مجتمع تولید

مهندس عیسی اسحاقی مدیر عامل شرکت نفت ایرانول ۳۰ فروردین ماه ۹۴ به منظور بررسی وضعیت موجود از مجتمع تولید وبسته بندی اصفهان بازدید کرد. به گزارش روابط عمومی و تبلیغات شرکت نفت ایرانول، در این بازدید آقایان خراطی زاده سرپرست معاونت تولید و بهره برداری و مدیر پالایشگاه تهران، فخرزادگان مدیر پیشین پالایشگاه تهران، عظیمی پور مدیر فروش و

حضور شرکت نفت ایرانول در نمایشگاه معدن و صنایع معدنی



و ماشین آلات سنگین، تکنولوژی و فناوری، حوزه مالی، پردازش، شرکتهای معدنی و صنایع مربوطه از جمله مشخصات حاضران در این نمایشگاه ذکر شد. در این نمایشگاه غرفه ایرانول میزبان بازدیدکنندگان بود، مهندس شیرازی مدیرعامل شرکت سرمایه گذاری نفت، گاز و پتروشیمی تامین (تاپیکو) از این نمایشگاه بازدید و در غرفه ایرانول حضور یافت. وی از حضور شرکت نفت ایرانول به عنوان تنها شرکت کننده روانکارها در نمایشگاه معدن و صنایع معدنی ابراز خشنودی کرد و خواستار افزایش فعالیت در بازار تامین روانکارهای معدن و صنایع معدنی شد. همچنین دکتر کرباسیان معاون وزیر صنعت، معدن و تجارت و مدیرعامل ایمیدو نیز از غرفه ایرانول بازدید کرد و در این بازدید از حضور ایرانول به عنوان برند مطرح در روغن های دیزلی و هیدرولیک ابراز خرسندی کرد و در خصوص رقابت با سایر تولیدکنندگان راهکارهایی ارائه کرد.

همزمان با برگزاری بزرگترین اجلاس بین المللی معدن و صنایع معدنی ایران، نمایشگاه معدن و صنایع معدنی نیز در روزهای دهم و یازدهم خرداد ماه دایر شد که شرکت نفت ایرانول نیز در این نمایشگاه غرفه داشت. به گزارش روابط عمومی و تبلیغات شرکت نفت ایرانول، در این نمایشگاه براساس برنامه ریزی ۴۴ شرکت داخلی و خارجی در فضایی به مساحت بیش از ۵۰۰ مترمربع حضور داشتند. در نمایشگاه مزبور حرفه ای ترین ابزار آلات معدن و صنایع معدنی و خدمات مربوطه به نمایش گذاشته شد. ۱۶ شرکت خارجی در کنار ۲۸ شرکت داخلی در این نمایشگاه حضور داشتند و محل نمایشگاه هم در حاشیه اجلاس یادشده در مرکز همایش های بین المللی برج میلاد بود. لازم به ذکر است، حوزه اکتشاف، استخراج و فرآوری، محصولات معدن و صنایع معدنی، خدمات مشاوره ای حرفه ای، ابزارآلات



استقبال گسترده بازدیدکنندگان نمایشگاه بین المللی نفت، گاز، پالایش و پتروشیمی از غرفه ایرانول



در جریان برگزاری بیستمین نمایشگاه نفت، گاز، پالایش و پتروشیمی غرفه ایرانول با حضور و استقبال گسترده مراجعه کنندگان و بازدیدکنندگان مواجه شد.

به گزارش روابط عمومی و تبلیغات شرکت نفت ایرانول، بیستمین نمایشگاه بین المللی نفت، گاز، پالایش و پتروشیمی (چهارشنبه ۱۶ اردیبهشت ماه) با حضور دکتر اسحاق جهانگیری معاون اول رئیس جمهور، مهندس بیژن زنگنه وزیر نفت و مدیران شرکت های تابعه وزارت نفت و فعالان داخلی و خارجی صنعت نفت در محل نمایشگاه های بین المللی تهران آغاز به کار کرد.

تقویت ساخت داخل با اتکا بر اصول اقتصاد مقاومتی، شعار امسال نمایشگاه اعلام شد و بیش از ۱۲۰۰ شرکت داخلی و ۶۰۰ شرکت خارجی از ۲۹ کشور در فضایی به وسعت ۵۰ هزار مترمربع در آن حضور داشتند. در بیستمین نمایشگاه نفت، گاز، پالایش و پتروشیمی، هیات های تجاری و اقتصادی نروژ و لهستان و کشورهایی همچون ایتالیا، چین، آلمان، امارات، هند، ترکیه، روسیه، فرانسه، بلژیک، انگلستان، سنگاپور، موناکو، کره جنوبی، اوکراین، اسپانیا، اتریش، قزاقستان و سوئیس به صورت شرکت یا پویون حاضر شدند.

ایرانول میزبان چهره های سرشناس

غرفه ایرانول طی چهار روز نمایشگاه میزبان چهره های سرشناس در عرصه های مختلف کشور بود. مهندس نعمت زاده وزیر صنعت، معدن و تجارت، دکتر علی مروی رئیس کمیسیون انرژی و نفت مجلس و اعضای کمیسیون انرژی، دکتر فیاض بخش مدیرعامل شرکت سرمایه گذاری تامین اجتماعی شستا و اعضای هیات مدیره شستا، مهندس شیرازی مدیرعامل شرکت

سرمایه گذاری نفت، گاز و پتروشیمی تامین (تاپیکو)، دکتر عماد حسینی معاون وزیر نفت، برخی از نمایندگان مجلس، برخی از چهره های ورزشی، مدیران صنایع افرادی بودند که در این چهار روز از غرفه ایرانول بازدید کردند و ایرانول افتخار داشت میزبان آنان باشد.



▲ دکتر علی مروی رئیس کمیسیون انرژی و نفت مجلس



▲ مهندس نعمت زاده، وزیر صنعت، معدن و تجارت



▲ مهندس شیرى مدیرعامل تاییکو



▲ دکتر فیاض بخش مدیرعامل شرکت سرمایه گذاری تامین اجتماعی شستا



▲ دکتر عماد حسینی معاون وزیر نفت



▲ نمایی از نمایشگاه نفت، گاز، پالایش و پتروشیمی



▲ همکاران



▲ مدیرعامل در جمع همکاران

درخشش شرکت نفت ایرانول با تقسیم سود ۲۸۰۰ ریالی



۱۳۹۴ که سال دولت و ملت، همدلی و هم‌زمانی توسط مقام معظم رهبری نام گذاری شده است نیز به تمامی اهداف مورد نظر در تولید، فروش و سود نائل شود.

پنج برنامه توسعه‌ای شرکت

مدیرعامل شرکت نفت ایرانول در این جلسه با اشاره به پنج پروژه توسعه‌ای که چند سالی است این مجموعه به دنبال اجرای آن است ابراز امیدواری کرد با تامین مالی این پروژه‌ها در سال جاری موفق به اجرای آن بشوند.

عیسی اسحاقی پروژه مخازن، یوتیلیتی و طرح تولید واکس خشک را از جمله این پروژه‌ها عنوان و اظهار کرد که بازده سرمایه آن بسیار زود خواهد بود.

چشم انداز شرکت

ما برآنیم که با اتکا به توانمندی در تولید انواع روغن و تنوع‌بخشی به محصولات ویژه، در عرصه صنعت روانکاری در منطقه سرآمد باشیم.

بیانیه مأموریت شرکت

شرکت نفت ایرانول، از طریق تولید، عرضه و تجارت انواع روغن، روانکارهای صنعتی و خودرویی، مشتقات نفتی و حضور در کسب و کارهای مرتبط و پربازده در جهت تامین منافع ذی‌نفعان اقدام می‌نماید.

به ۱۳۹۳/۱۲/۲۹.

۳- انتخاب بازرس قانونی و حسابرس شرکت برای سال مالی منتهی به ۱۳۹۴/۱۲/۲۹.
۴- انتخاب روزنامه کثیرالانتشار جهت درج آگهی‌های شرکت.

۵- انتخاب اعضای هیات مدیره

۶- سایر موارد قابل طرح در مجمع عمومی عادی.

پیام هیات مدیره

حمد و سپاس خداوند یکتا را، که با الطاف بی‌کرانش در سال ۱۳۹۳ این توفیق را به ما اعطا نمود تا با تکیه بر عزم راسخ کلیه کارکنان متخصص و متعهد و اعتماد شما سهامداران محترم، بتوانیم در عرصه تولید و کار به رغم وجود تنگناهای شدید مالی و تحریم‌های بین‌المللی اقتصادی خدمتگزار شما عزیزان و جامعه باشیم. هیات مدیره شرکت نفت ایرانول معتقد است تمامی افتخارات و موفقیت‌های کسب شده در سایه حمایت‌های بی‌دریغ شما سهامداران محترم حاصل شده است. تعامل مطلوب و بیان انتقادات سازنده سهامداران محترم مطمئناً چراغ راه موفقیت هر چه بیشتر ما در آینده خواهد بود. امید است به یاری خداوند متعال با تداوم این حمایت و رهنمودها، شرکت نفت ایرانول بتواند در سال

مجمع عمومی سالانه شرکت نفت ایرانول در حالی با حضور ۹۴/۳۴ درصد از سهامداران برگزار شد که گزارش وضعیت هیات مدیره این شرکت نشان از پیشستازی نماد «شرانول» در عرصه تولید روانکار در کشور دارد.

این مجمع در هتل المپیک تهران برگزار و ۲۸۰ تومان سود نقدی به ازای هر سهم تصویب شد. براساس اعلام بهروز خالقی ویردی رئیس مجمع نفت ایرانول ۳۵۲ میلیارد تومان سود انباشته دارد که ۲۷۲ میلیارد تومان آن مربوط به عملکرد سال ۹۳ شرکت است.

این جلسه با حضور سهامداران، نماینده موسسه حسابرسی و خدمات مالی فراز مشاور (بازرس قانونی شرکت) و نماینده سازمان بورس تشکیل و پس از احرار حد نصاب قانونی، طبق مفاد ماده ۱۰۱ اصلاحیه قانون تجارت و اساسنامه شرکت نسبت به انتخاب هیات رئیسه مجمع اقدام و پس از انتخاب هیات رئیسه و تایید رسمیت جلسه دستور جلسه توسط دبیر مجمع به شرح ذیل قرائت شد:

۱- استماع گزارش هیات مدیره و بازرس قانونی و حسابرس مستقل برای عملکرد سال مالی منتهی به ۱۳۹۳/۱۲/۲۹.

۲- تصویب صورتهای مالی (دوره) مالی منتهی

جذب آنها و توسعه جغرافیایی بازارهای داخلی شده است. همچنین با همسو شدن با بازارهای جهانی در قیمت‌گذاری محصولات صادراتی، جذب مشتریان جدید و توسعه جغرافیایی بازارهای صادراتی و افزایش بازارهای روغن‌های نهایی، گسترش توزیع شبکه مویرگی در سطح کشور، افزایش حجم فروش محصولات در داخل کشور و تغییر سیاست خام‌فروشی به محصول نهایی و ایجاد ارزش افزوده بیشتر، جزء برنامه‌های اصلی شرکت می‌باشد.

طرح‌های توسعه‌ای نفت ایرانول

اهداف و سیاست‌های شرکت در حوزه طرح‌های توسعه با ذکر شاخص‌های سنجش درخصوص دستیابی به اهداف و کمیت‌های قابل پیش‌بینی در مقاطع زمانی شامل ۵ پروژه به شرح زیر است:

- ساخت مخازن در سایت نفتی بندرامام: قطع هزینه‌های اجاره مخازن و ایجاد درآمد
- افزایش صادرات و ارائه خدمات بازرگانی مخزن‌داری. (با ۱۸/۳۹ درصد پیشرفت)
- طرح تولید واکس خشک و افزایش ظرفیت تولید پالایشگاه تهران: تولید واکس کم‌روغن ۱۰ درصد در مرحله اول و واکس خشک با روغن زیر یک درصد
- افزایش ظرفیت روغن پایه و واکس کم روغن و مرغوب. (۵۶/۹ درصد پیشرفت)
- طراحی و ساخت واحد utility پالایشگاه تهران: قطع وابستگی به تامین برق، بخار و هوای فشرده دریافتی از پالایشگاه تهران و جلوگیری از توقف پالایشگاه روغن‌سازی در فصل زمستان به علت قطع برق. (۳ درصد پیشرفت)

- توسعه و نوسازی روغن‌سازی پالایشگاه آبادان: افزایش تولید روغن پایه و واکس (مطالعاتی)
- احداث واحد جدید P.D.A پالایشگاه تهران: افزایش تولید روغن پایه سنگین برای استاک و واکس با ارزش پترولاتوم به میزان دو برابر مقدار فعلی (مطالعاتی)

در مجمع عمومی سالانه نفت
ایرانول اعضای هیات مدیره این
شرکت برای ۲ سال به شرح زیر
انتخاب شدند:

شرکت سرمایه‌گذاری نفت، گاز
و پتروشیمی تامین
شرکت سرمایه‌گذاری صندوق
بازنشستگی کشوری
شرکت سرمایه‌گذاری صبا تامین
شرکت نفت پاسارگاد
صندوق بازنشستگی کشوری

۲- ارتقای بهره‌وری مالی و عملیاتی سازمان از طریق تقویت زیرساخت‌های تولیدی، دانشی و مالی

۳- توسعه بهره‌وری منابع انسانی (توانمندسازی، تخصصی، دانش محوری و تناسب ساختاری).

ارزش‌های کسب و کار نفت ایرانول

۱- توجه به کارکنان به‌عنوان سرمایه‌های اصلی سازمان

۲- تعهد به کیفیت

۳- توسعه دانش و یادگیری

۴- رعایت اخلاق حرفه‌ای

۵- رقابت سازنده و پویا

۶- رعایت مقررات و الزامات قانونی، ایمنی و زیست‌محیطی.

مشتریان و بازارهای جدید

شرکت با حفظ ثبات در سیاست‌گذاری‌های فروش و جلب اعتماد مشتریان سابق، موفق به

تقدیرنامه‌ها و گواهینامه‌ها در سال ۱۳۹۳

- * کسب بالاترین مبلغ فروش به مبلغ ۱۳ هزار و ۸۱۵ میلیارد ریال
- * کسب بالاترین سود عملیاتی به مبلغ ۳ هزار و ۱۲۰ میلیارد ریال
- * افزایش روند مقداری صادرات بیش از ۲۵۳ هزار مترمکعب
- * افزایش روند مقداری فروش داخلی بیش از ۲۹۷ هزار مترمکعب
- * دریافت گواهینامه صد شرکت برتر ایران
- * دریافت گواهینامه جایزه مدیریت مالی در ایران

- * دریافت نشان مسوولیت‌پذیری اجتماعی در کنفرانس ملی برند پایدار
- * دریافت تندیس طلایی رهبری و مدیریت بنگاه‌های اقتصادی
- * دریافت گواهینامه رعایت حقوق مصرف‌کنندگان
- * دریافت گواهینامه استاندارد مدیریت در صنعت نفت و گاز و پتروشیمی
- * دریافت گواهینامه استاندارد مدیریت زیست‌محیطی ISO 14001:2004
- * دریافت استاندارد مدیریت کیفیت ISO 9001:2008
- * دریافت گواهینامه سیستم مدیریت کیفیت آزمایشگاه ISO /IEC 17025 از شرکت ASCB انگلستان
- * دریافت گواهینامه VOLVO سوئد برای محصول POWER
- * دریافت گواهینامه MAN آلمان برای محصولات روغن‌های موتور

دیزلی

- * اخذ تاییدیه REACH از شرکت SCC کانادا برای روغن‌های فرآیند سبز ایرانول (ایرانول) (TRAIE, TDAE)

استراتژی‌های «شرانول»

۱- توسعه سهم بازار در کلیه محصولات از طریق افزایش توان رقابتی و مشتری‌مداری با تاکید بر شبکه توزیع و برند



شرکت نفت ایرانول موفق به دریافت نشان مسئولیت پذیری اجتماعی از کنفرانس ملی برند پایدار شد

مسئولیت پذیری اجتماعی را از معاون رئیس جمهور دریافت کرد. لازم به ذکر است، علی غیاثیان رئیس روابط عمومی و تبلیغات شرکت نفت ایرانول به نمایندگی از طرف مهندس اسحاقی مدیرعامل این شرکت لوح و نشان مسئولیت پذیری اجتماعی را از کنفرانس ملی برند پایدار دریافت کرد.

ایرانول، در این کنفرانس که با حضور دکتر الهام امینزاده معاون حقوقی رئیس جمهور و مهندس غلامحسین شافعی، رئیس اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی ایران، یحیی آل اسحاق رئیس اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی تهران و دیگر مسئولین اقتصادی کشور برگزار شد، شرکت نفت ایرانول نشان

کنفرانس ملی برند پایدار با رویکرد مسئولیت اجتماعی بنگاه های اقتصادی کشور با هدف توسعه کسب و کار با تکیه بر تعهدات اجتماعی دوم اردیبهشت ۹۴ در سالن همایش های بین المللی صدا و سیما برگزار شد. به گزارش روابط عمومی و تبلیغات شرکت نفت



تمدید پروانه ۹ محصول ایرانول توسط اداره استاندارد و تحقیقات صنعتی ایران

- ایرانول Racing ۲۰۶, به شماره استاندارد ملی ۹۱۸۶
- ایرانول Henza, به شماره استاندارد ملی ۹۱۸۵
- ایرانول D۴۰۰۰, ۴۰۰۰ به شماره استاندارد ملی ۱۳۴۳
- ایرانول Souma D۵۰۰۰, به شماره استاندارد ملی ۱۳۴۲
- ایرانول D۷۰۰۰ به شماره استاندارد ملی ۶۲۷۹
- ایرانول Lenj ۲, D۹۰۰۰, به شماره استاندارد ملی ۱۱۳۷۸-۱۱۳۷۹
- ایرانول D۱۷۰۰۰ به شماره استاندارد ملی ۱۱۳۸۰

واحد کنترل، کیفیت و پژوهش در راستای فعالیت برای اخذ و تمدید پروانه علامت استاندارد محصولات شرکت نفت ایرانول، موفق به تمدید پروانه محصولات از اداره استاندارد و تحقیقات صنعتی ایران شد.

به گزارش روابط عمومی و تبلیغات شرکت نفت ایرانول، این امر تنها با تلاش شبانه روزی مدیریت، کارشناسان و بازرسان واحد کنترل کیفیت و پژوهش محقق شده است. لازم به ذکر است تمدید تمامی پروانه های اداره استاندارد بر اساس چندین مرحله نمونه گیری دوره ای صورت گرفته از سوی آن اداره در طول یک سال از انبار پالایشگاه و در مراکز استانی و بر اساس بررسی نتایج محصولات فوق با استانداردهای مربوطه و تأیید آنها از سوی آن اداره صورت می گیرد. اسامی محصولاتی که موفق به تمدید پروانه محصولات از اداره استاندارد و تحقیقات صنعتی ایران شده اند به شرح ذیل است:

- ایرانول هیدرولیک H به شماره استاندارد ملی ۶۴۲۳
- ایرانول ترانس Trans به شماره استاندارد ملی ۲۶۶۱

مدیر مجتمع ظرفسازی و بسته بندی ایرانول خبر داد

خود کفایی مجتمع در ساخت ظروف پلاستیکی



مدیر مجتمع ظرفسازی و بسته بندی ایرانول از خودکفایی مجتمع ظرفسازی و بسته بندی در ساخت ظروف یک و دو لیتری پلاستیکی خبر داد.

مهندس سید محمد طایفه در این باره به خبرنگار فصل نامه ایرانول گفت: با توجه به وجود ماشین آلات تمام اتوماتیک ساخت ظروف پلاستیک بادی در مجتمع که بدلیل تغییر طرح ظروف در عمل از سال ۱۳۹۰ از رده خارج شده بودند، طی دستور مدیریت ارشد شرکت که خواستار ساخت قالب ظروف جدید متناسب با دستگاه های مجتمع بود، این اقدام صورت گرفت. وی تصریح کرد: این پروژه پس از طی حدود یکسال و نیم در پایان سال ۹۳ با به تولید رسیدن قالب های یک و ۲ لیتری در فاز یک اجرایی شده و در حال حاضر تمامی نیازهای محصولات شرکت به این ظروف در رنگ های مختلف در داخل مجتمع تولید می شود. مدیر مجتمع ظرفسازی و بسته بندی ایرانول تصریح کرد: با استعانت از خداوند متعال و حمایت مدیریت محترم شرکت در حال حاضر نیز کارشناسان واحدهای تعمیرات و تولید مجتمع در حال آماده سازی دو دستگاه دیگر ظرفساز موجود در واحد تولید برای ساخت و نصب قالب های ۳/۵ و ۴ لیتری هستند. لازم به ذکر است که همزمان با آماده سازی این دو دستگاه عملیات ساخت قالب ها نیز در جریان بوده و این دو کار به صورت موازی در حال اجرا است.

کارکنان شرکت نفت ایرانول تحت پوشش آزمایشات ادواری قرار گرفتند

معتمد بررسی و به کارکنان ارایه می شود که امسال نیز انجام معاینات ادواری با استقبال کارکنان، با موفقیت اجرا و به پایان رسید.

تمامی کارکنان شرکت نفت ایرانول چهارشنبه ۲۰ خرداد ۹۴ تحت پوشش آزمایشات ادواری قرار گرفتند.

به گزارش روابط عمومی و تبلیغات شرکت نفت ایرانول، این اقدام به منظور حفظ سلامتی و پیشگیری از ابتلا به بیماری های کارکنان به طور سالیانه در این شرکت صورت می گیرد.

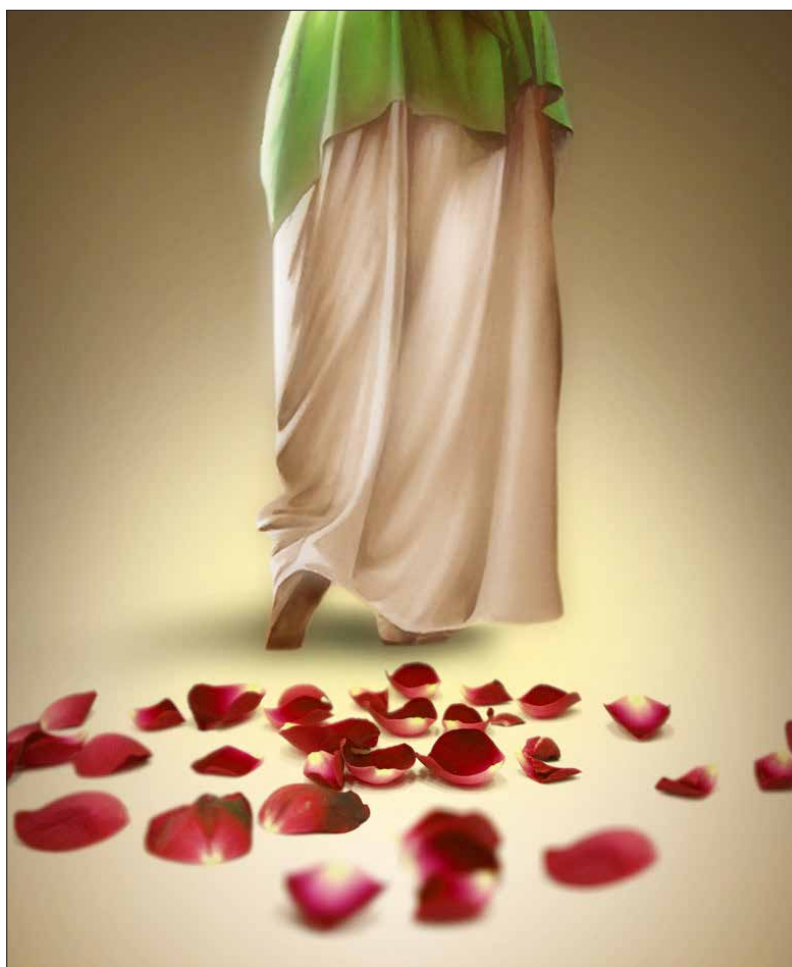
گفتنی است، انجام آزمایش ها و معاینات کنترل سلامت کارکنان هر ساله با نمونه گیری از تمام کارکنان اجرا و پس از انجام آزمایش های تخصصی روی نمونه های دریافتی، نتایج از سوی پزشک



توزیع سبد کالای رمضان برای نخستین بار در شرکت نفت ایرانول

برای نخستین بار به مناسبت ماه مبارک رمضان سبد کالا میان کارکنان شرکت نفت ایرانول توزیع شد. به گزارش روابط عمومی و تبلیغات شرکت نفت ایرانول، این اقدام در راستای تامین معیشت و رفاه پرسنل صورت گرفت. این سبد شامل ارزاق مورد نیاز کارکنان از جمله برنج، روغن، مرغ، خواربار و... می باشد.

برگزاری مسابقه ویژه نامه آشتی با امام زمان (عج)



همزمان با نیمه شعبان، سالروز میلاد حضرت قائم (عج) مسابقه کتابخوانی با موضوع «ویژه نامه آشتی با امام زمان (عج)» برگزار شد.

به گزارش روابط عمومی و تبلیغات شرکت نفت ایرانول، این مسابقه با طرح هشت سوال از کتاب «آشتی با امام زمان (عج)» اجرا شد و کارکنان شرکت (تهران و آبادان) به همراه اعضای خانواده هایشان در این مسابقه شرکت کردند.

گفتنی است از مجموع پاسخ های رسیده به ۱۵ نفر از کسانی که به پرسش های مورد نظر پاسخ صحیح دادند به قید قرعه هدایایی توسط واحد روابط عمومی و تبلیغات اهدا خواهد شد.

اسامی برندگان به شرح زیر است:

علی رضایی، حسین باقری (همسر خانم بهرامی)، خانم منصوره اصغری (همسر آقای نوری)، ندا یآوری، سهیلا اشرفی سمیه مظلومیان (همسر آقای لامی نژاد)، مهرسا زارع (فرزند خانم شاطری) سمیه ناظری (همسر آقای قنوتی)، شبنم ملکی (همسر آقای مظهر)، هانیه رضا (همسر آقای محمود شکراله زاده)، فرخ نوری نژاد مهسا عسگری، سیده فاطمه موسوی فاطمه تحفه، ریحانه انارکی.



متأسفانه باخبر شدیم همکاران محترم پالایشگاه تهران جناب آقای کاظم مسلمی و آقای آرش کاظمی در غم از دست دادن پدر گرامی اشان و آقای جلال باقری پور در غم از دست دادن مادر ارجمند خویش به سوگ نشسته اند. خبرنامه ایرانول به نمایندگی از طرف کلیه همکاران مجموعه بزرگ ایرانول این ضایعه را به خانواده های این عزیزان تسلیت عرض نموده و از درگاه ایزد متعال برای درگذشتگان مغفرت و برای بازماندگان شکیبایی خواستار است.



جناب آقای ماهرزاده مدیرعامل محترم شرکت پروتکتار انجمن ایمنی و درگذشت مادر گرامیتان را تسلیت عرض نموده و از درگاه یزدان بی همتا برای آن مرحومه مغفرت و برای شما و سایر بازماندگان صبر و شکیبایی آرزو مندیم روابط عمومی و تبلیغات شرکت نفت ایرانول



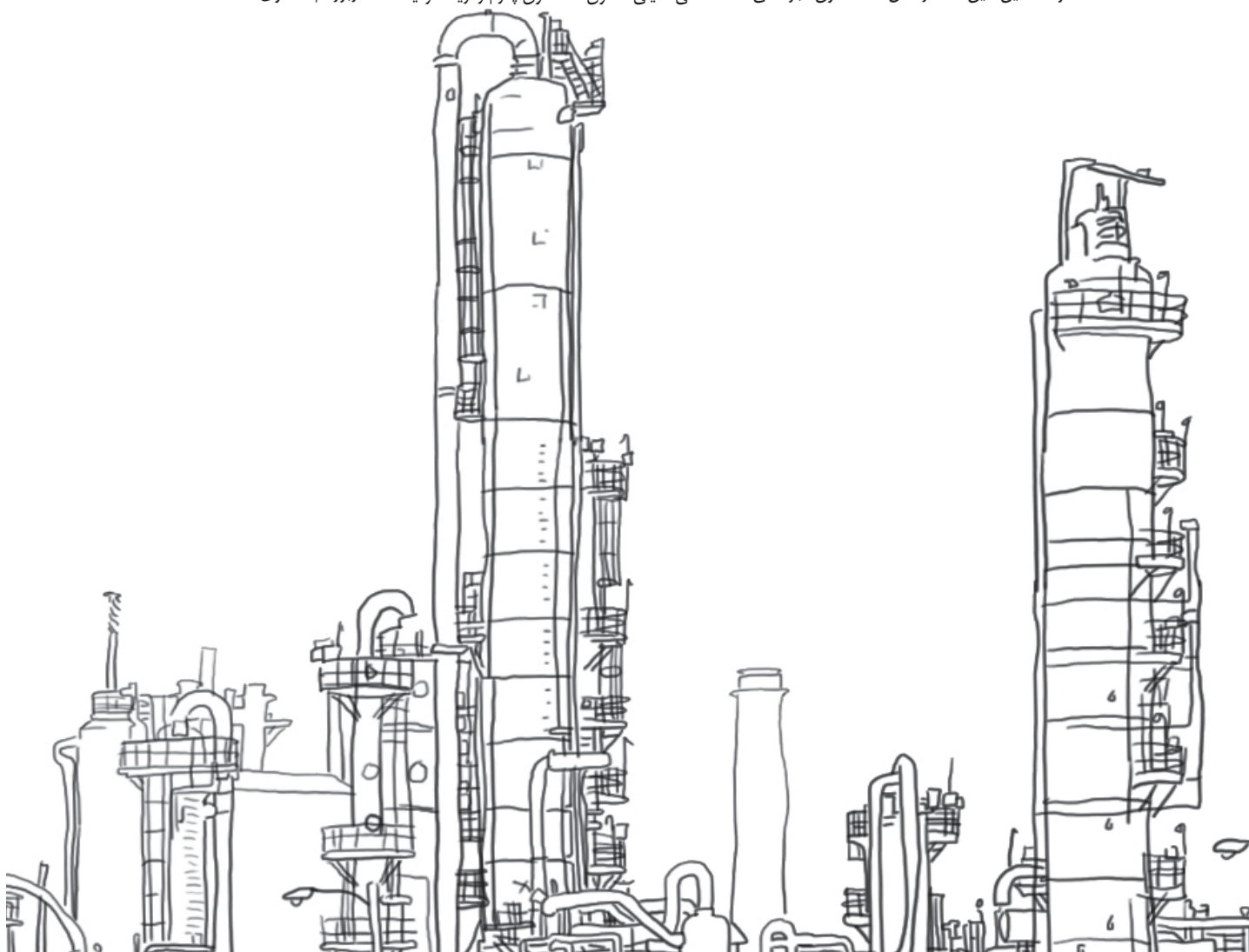
تشرک پرنسل نفت ایرانول به خاطر افزایش حقوق نامه فرزند یک کارگر شرکت نفت ایرانول به مهندس اسحاقی

و باعث خوشحالی او و خانواده شدید. پدرم می گوید مدیرعامل جدید به فکر کارگران و پرسنل است و بعد از این که در شب عید آجیل و میوه به همه کارگران داد، حقوق ها را نیز اضافه کرد و همه او را دوست دارند و به فکر قشر کارگر است. آقای اسحاقی؛ خدا به شما عوض بدهد چون پدرم به غیر از ما به پدر بزرگ و مادر بزرگم نیز که در شهرستان هستند، کمک می کند و پدر بزرگ و مادر بزرگم دعاگوی شما هستند.»



شد. اما در بین نامه های ارسالی جالب تر از همه نامه فرزند یکی از کارگران پالایشگاه بود که این فرزند هشت ساله با خط خود نوشته بود «آقای مهندس اسحاقی؛ خیلی ممنون که حقوق پدرم را زیاد کردید

پرسنل شرکت نفت ایرانول با ارسال نامه های گروهی و خصوصی از اقدام مهندس عیسی اسحاقی مدیرعامل شرکت نفت ایرانول به خاطر افزایش حقوق تشکر کردند. به گزارش روابط عمومی و تبلیغات شرکت نفت ایرانول، مهندس عیسی اسحاقی در ابتدای ورود و با هدف ایجاد انگیزه و رفع تبعیض ها مبادرت به اجرای آئین نامه افزایش حقوق پرسنل شرکت نفت ایرانول کرد که این آئین نامه از سال ۸۹ تاکنون اجرا نمی





مهندس سید محمد طایفه : مدیر مجتمع ظرفسازی و بسته بندی

لیسانس مهندسی شیمی دانشگاه صنعتی شریف

دارای ۱۷ سال سابقه فعالیت، از جمله سوابق وی مدیر کارخانه شرکت شیمیایی کیان کاوه، مدیر کارخانه شرکت تولید ظروف یکبار مصرف شرکت سهامی عام کف، مدیر تولید شرکت شوینده و پتروشیمی شازند اراک می باشد.



حمید رضا اسکندی: مدیر کنترل کیفیت و پژوهش

لیسانس شیمی

۱۶ سال سابقه کار در حوزه نفت

وی پیش از این دارای سوابقی همچون کارشناس کنترل کیفیت آزمایشگاه و مسوول فنی سازمان خدمات و پشتیبانی صنعت نفت، کارشناس آزمایشگاه کنترل کیفیت، مسوول کارشناسی آزمایشگاه، کارشناس مخازن و بلندینگ، کارشناس مهندسی فروش و رئیس کنترل کیفیت شرکت نفت ایرانول بوده است.



مجید مقتصدی: مدیر برنامه ریزی و انبارها

کارشناسی ارشد مهندسی شیمی

دارای ۱۴ سال سابقه در شرکت پالایش نفت بندرعباس و شرکت نفت ایرانول، وی پیش از این سمت به عنوان رئیس آمار و اطلاعات، معاون برنامه ریزی پالایشگاه تهران، سرپرست مدیریت برنامه ریزی و توسعه سیستم ها مشغول به فعالیت بوده است.



لیلا ذی فهم: سرپرست سفارشات خارجی

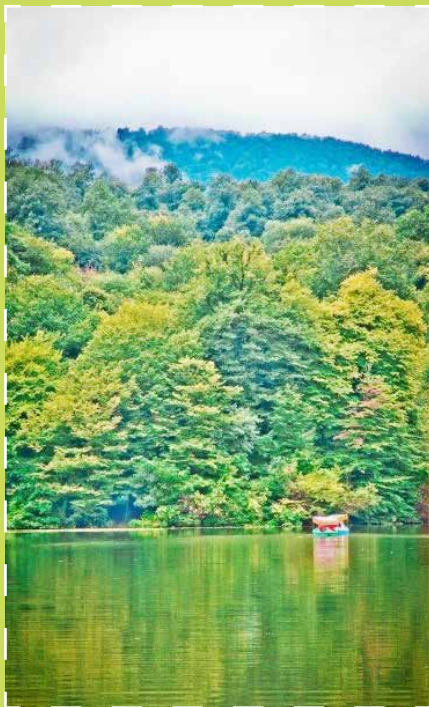
لیسانس مترجمی زبان انگلیسی

دارای ۲۲ سال سابقه فعالیت در امور بازرگانی خارجی شرکت های تحت پوشش سازمان صنایع ملی ایران، مسوول خریدهای خارجی در یکی از شرکت های تحت پوشش هلدینگ پتروشیمیایی و صنایع سلولزی تامین.

ده جاذبه بکر گردشگری ایران که دیدنشان م‌ارزد...

مقاله زیر را بخوانید و با ده مکان زیبا و در عین حال بکر و کمتر شناخته شده طبیعت ایران آشنا شوید، مکان هایی که در فصل بهار و تابستان زیبایی شان دوچندان می شود:

چمستان - الیمالات



دریاچه چمستان در هشت کیلومتری نور در مسیر جاده نور به چمستان قرار دارد و فاصله آن از جاده اصلی نور به چمستان حدود سه کیلومتر است. این دریاچه که در دل جنگل واقع شده، به عنوان گردشگاه مورد استفاده قرار می گیرد. وقتی برای اولین بار بعد از طی کردن و دور زدن در جاده ای پردرخت به دریاچه می رسید و وارد محوطه اش می شوید شکوه طبیعت آن شما را می گیرد و باورتان نمی شود که با چنین منظره ای روبرو هستید. این دریاچه آنقدر زیباست که گویی جنگل را در آغوش گرفته است. در آنجا همه چیز برای چند ساعت تفریح و البته آرامش مهیاست. اتومبیل را که پارک کردید مسیری پنج دقیقه ای را پیاده روی کنید و بعد از طی این مسافت از بلندی به سمت پایین که دریاچه آنجاست هدایت می شوید. پلی زیبا شما را به آنجا وصل می کند. نمای زیر پل سدی است که بعضی وقت ها پرآب است. پس از پشت سر گذاشتن چند پله به سنگ های زیبای کنار رودخانه نزدیک می شوید. می توانید روی سنگ های کنار رودخانه بنشینید و ساعت ها به جنگلی که دریاچه را بغل کرده نگاه کنید و از انعکاس آن همه درخت در آب، آن را سبز ببینید. بعد از آن وقتی به خود می آید که زمان خیلی زیادی گذشته و به غروب آفتاب نزدیک می شوید و این توقف زمان برایتان از آن لحظه هایی است که بسیار کم در زندگی پیش می آید. قایق ها برای رفتن به دریاچه منتظر شما هستند؛ قایق های پدالی و موتوری که برای مسافران پهلو گرفته اند و با هر بادی که می وزد کمی در جایشان تکان تکان می خورند و موج کوچکی را در اطرافشان ایجاد می کنند. دریاچه الیمالات در مسیر جاده ارتباطی نور به چمستان قرار دارد و در قسمت جنوبی دوراهی روستای کارگر کلا جای گرفته است.

ارس

ارس که در شمال غربی ایران قرار دارد، یکی از بکرترین مناطق ایران برای سفر است. این منطقه ۵۱ هزار هکتار وسعت دارد و با جمهوری های ارمنستان، آذربایجان و جمهوری خودمختار نخجوان همسایه است. ساحل رودخانه ارس از جلفا تا خداآفرین با کوه های سرسبز و سر به فلک کشیده، دشت های زیبا، رودهای خروشان جنگل های انبوه، حیات وحش کم نظیر میزبان گردشگران است. آب و هوای مناسب و پوشش گیاهی متنوع شامل نیزار، پوته زار درختچه های گز و انار، افرا و نسترن، بید، زرشک، گردو، گیاهان مرتعی و دارویی، توجه هر گردشگری را برای سفر به این منطقه جلب می کند. در دشت های این منطقه زیبا حیواناتی چون آهو، مارال، قوچ، میش، بز، پلنگ و خرس قهوه ای در سرزمین زیبایی ها می تازند و سیاه خروس، کبک، عقاب طلایی، اردک، حواصیل، اگرت و بوتیمار، قرقاول، طرلان و بالابان در پستی و بلندی زمین سبزش می خرامند.



دهدز

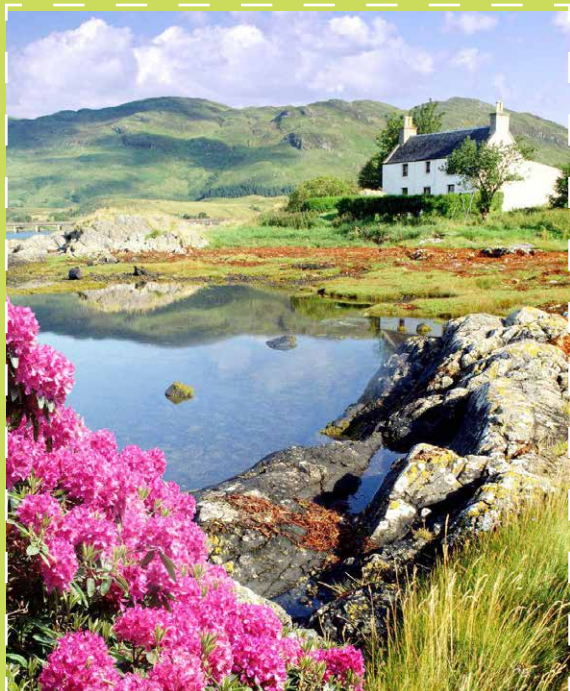
دهکده توریستی دهدز یکی از مناطق بسیار زیبا و خوش آب و هوا در منطقه ایذه بخصوص در فصل بهار است. این دهکده تفریحی توریستی به مساحت ۲۰۶ هکتار، ۲۵۰ کیلومتری شمال شرقی شهرستان اهواز در ۶۹ کیلومتری جنوب شرقی شهرستان ایذه، ۱۴ کیلومتری جنوب شهر دهدز و ۳۹ کیلومتری سد کارون ۳ است. آبشار شیوند که روبروی دهکده قرار دارد، بسیار زیبا و دیدنی بوده و می‌تواند خاطره‌ای به یاد ماندنی برای دوستداران طبیعت بر جای بگذارد. در کنار این دهکده، کوه‌های منگشت و طبیعت برفگیر و جنگل‌های بکر آن واقع شده که می‌توان با برنامه‌ریزی مناسب یک کوهنوردی و طبیعت‌گردی به یاد ماندنی در آن داشت. ورزش‌های آبی، قایق‌سواری، رستوران آبی، سوئیت‌ها و کافی‌شاپ‌های آبی از امکانات تفریحی این دهکده به شمار می‌روند.



جهان‌نما

جهان‌نما یک دهکده ییلاقی در جنوب شهرستان کردکوی استان گلستان است. این منطقه منحصر به فرد در میان رشته‌کوه‌های البرز قرار دارد که بر فراز ارتفاع آن می‌توان دشت گرگان و دریا را نظاره کرد. چشم‌اندازهای زیبا و در عین حال ناشناخته این روستا در همه فصول پذیرای گردشگران زیادی است. این منطقه توریستی، به دلیل داشتن چشم‌اندازهای زیبا و مشرف به تمام نقاط جلگه‌ای از جمله کردکوی، گرگان، خلیج گرگان، میانکاله، بندر ترکمن و سایر روستاها، طبیعت زیبا، برخورداری از آب و هوای مناسب از جمله مناطق جالب و منحصر به فرد کشور است. همچنین این دهکده ییلاقی در داخل منطقه حفاظت شده قرار دارد. دهکده با برخورداری از طبیعت و چشم‌اندازهای زیبا، جنگل‌های پهن برگ و سوزنی برگ، جانوران وحشی از جمله منابع اکوتوریستی بالارزش استان گلستان است. یکی از جاذبه‌های زیبای دهکده ییلاقی جهان‌نما مکانی است در شمال این دهکده که به چکل‌آتشان معروف است. وجود چشمه‌های فراوان، وسعت دشت، در کنار گلها و گیاهان دارویی و جنگلی و کوهستانی زیبایی خاصی به این دهکده بخشیده است. برای رفتن به دهکده جهان‌نما می‌توانید از مسیر کردکوی به سمت پارک جنگلی کردکوی روستای درازنو و رادکان و حاجی آباد و دهکده ییلاقی جهان‌نما بروید. این جاده ۷۰ کیلومتر است که ۳۰ کیلومتر آن خاکی است و بهتر است با ماشین مخصوص بروید. یک راه دیگر هم از دامغان دارد: دامغان، چشمه‌علی، دیباج، چمن‌ساور و حاجی‌آباد.





دریاچه کوه گل

دریاچه کوه گل در شمال شهرستان بویراحمد و در شمال شرقی شهرتوریستی سی سخت در دهانه انبری گردنه مشهور بیژن و در کنار تپه‌های کوه گل واقع شده است. محل استقرار دریاچه یکی از زیباترین نواحی استان است که در فصل بهار و تابستان از انواع گل‌های شقایق و گیاهان وحشی و همچنین آویشن خوش عطر کوهستانی مملو می‌شود. در فصل تابستان، تجمع پرندگان مهاجر همراه با پرندگان بومی در سواحل و کنار دریاچه، زیبایی حیرت‌انگیزی پدید می‌آورد. از پرندگان مهاجری که در دامن این دریاچه اتراق می‌کنند، می‌توان به انواع مرغابی و اردک کله‌سبز، لک‌لک، حواصیل، درنا، خروس کولی و چنگر اشاره کرد. این منطقه زیبا که در فاصله هشت کیلومتری شرق سی سخت و ۴۴ کیلومتری مرکز استان قرار دارد و از سه مجموعه دریاچه زیبای کوه گل، دشت‌های لاله‌های واژگون و آبشار زیبای تنگ‌نمک با نمای طبیعی و آب و هوای مطبوع تشکیل شده است. در کنار این مجموعه زیبای گردشگری، منطقه حفاظت شده دنا قرار دارد که باعث افزوده شدن به زیبایی چشم‌انداز طبیعی این منطقه شده است. این منطقه گردشگری یکی از مهمترین مراکز توریستی در سطح کشور است.

چشمه کانی گراوان

چشمه کانی گراوان یکی از جاذبه‌های مهم گردشگری شهرستان سردشت است که در فاصله دو کیلومتری شهرستان ربط و ۱۲ کیلومتری شمال شرقی شهرستان سردشت واقع شده است. کانی گراوان از چشمه‌های آب معدنی است که املاح محلول در آن حداقل یک گرم در لیتر است، چشمه در کنار روستایی به نام کانی گوین در جنوب شرق حوضه زاب قرار گرفته که آب جوشان از آن بیرون می‌آید، در کل این چشمه معدنی و گازدار است و حتی در امور پوست درمانی مورد استفاده قرار می‌گیرد. آب چشمه پس از جریان در سطح زمین از خود موادی برجای می‌گذارد و به دنبال آن روز به روز بر حجم توده مخروطی شکل و زیبای آن افزوده می‌شود. چشمه گراوان علاوه بر این ویژگی‌های منحصر به فرد، در طبیعتی زیبا و کنار رودخانه هرمزآباد واقع است. توده‌ای زیبا از جنگل‌های بلوط و چشمه پرآب کانی کردان نیز در نزدیکی آن قرار دارند. هر ساله با فرا رسیدن فصل بهار چشمه گراوان به طبیعت زیبای منطقه چشم‌اندازی زیباتر می‌بخشد و رودخانه هرمزآباد (که در مجاورت آن قرار دارد) پرآب می‌شود، دشت‌های مجاور آن پرگل و جنگل‌های همجوارش هم سرسبز می‌شوند.



جزیره هنگام

در جنوبی‌ترین نقطه ایران پهناور، جزیره‌ای کوچک و دیدنی با نهایت زیبایی خودنمایی می‌کند که هنگام نام دارد. جزیره مرجانی هنگام در جنوب جزیره قشم واقع شده است. آبهای نیلگون خلیج فارس و انواع گونه‌های جانوران دریایی که با کمی دقت می‌توان به وفور آنها را در جزیره پیدا کرد، معروف‌ترین آنها دلفین‌ها هستند که از جاذبه‌های گردشگری این جزیره به حساب می‌آیند. از نقاط دیدنی جزیره تاسیسات بندری انگلیسی‌هاست. تماشای دسته‌های دلفین اطراف جزیره یکی از دیدنی‌های این جزیره به شمار می‌رود. شنا و غواصی در سواحل پیرامون جزیره و تماشای لاک‌پشت‌های دریایی، سواحل زیبای صخره‌ای و شنی از جمله جاذبه‌های دریایی اطراف جزیره هنگام و طبیعت منحصر به فرد، آهوان و تنها پارک کروکودیل کشور از جاذبه‌های داخل جزیره محسوب می‌شوند. برای رفتن به جزیره هنگام باید از راه کناره جنوبی جزیره قشم به سمت روستای شیب دراز رفت و از آنجا قایق‌ها به صورت دربست شما را به گشت دور و داخل جزیره می‌برند.



دره نی‌گاه (نی‌گا): «گراند کانیون» زیبای ایران

در امتداد دریاچه گهر، رودخانه‌ای به نام سفیدآب جریان دارد که پس از طی چند کیلومتر وارد یک دره نیمه‌صخره‌ای با عرض تقریبی ۵۰۰ متر می‌شود. این تنگه باریک که رود سفید آب در قعر آن جاری است دارای دیواره‌های صخره‌ای بلندی است که فقط پیاده می‌توان در آن راهپیمایی کرد. در امتداد رودخانه انواع درختان میوه‌ای خودرو همچون گردو، انجیر، سیب، بادام، توت و... رویده‌اند. این دره صخره‌ای به دره نی‌گاه معروف است که همراه با منطقه عمومی اشترانکوه و دریاچه گهر از سوی سازمان حفاظت محیط زیست به عنوان منطقه حفاظت‌شده حیات‌وحش اعلام شده است. در امتداد تنگه تا پله به دریاچه گهر می‌رسیم که بعد از دریاچه تنگه نی‌گاه بزرگ شروع می‌شود که تا بنار پنبه کار ادامه پیدا می‌کند. علت بزرگ نامیدن آن وسعت پهنای این قسمت از تنگه است. در شمال نی‌گاه بزرگ اشترانکوه قرار دارد. نی‌گاه کوچک نیز چون عرضش از نی‌گاه بزرگ بسیار کمتر است به این نام شهرت یافته است. این تنگه از بنار پنبه کار شروع می‌شود و تا روستای «تی» ادامه دارد. در شمال تنگه ارتفاعات زیبای پریز قرار دارد. دره نی‌گاه کوچک مجموعه‌ای از دیواره‌های عظیم و ناشناخته و زیبایی است که به حق می‌توان آن را «گراند کانیون» ایران نام برد.



مرگور - سیلوانا

دهستان مرگور از توابع بخش سیلوانای ارومیه، با مساحتی بالغ بر ۴۴۲/۵ کیلومترمربع، یکی از مناطق نادر ایران از نظر شرایط اقلیمی و موقعیت جغرافیایی و تنوع زیستی گونه‌های مختلف گیاهی است که در بین رشته کوه‌های زاگرس محصور بوده و امتداد سلسله کوه‌های زاگرس مانند حصارای این منطقه را دربر گرفته است. دهستان مرگور از نظر وجود قله‌های بلند، دره‌های عمیق و سرسبز، چشمه‌های آب گرم، دریاچه‌های مرتفع، باغ‌های زیبا، رودهای کوچک و بزرگ، آبشارهای طبیعی، روستاهای زیبای کوهپایه‌ای و صدها منظره طبیعی دیگر نه تنها در شمال غرب کشور بلکه در تمام کشور کم‌نظیر است. مهمترین جاذبه‌های مرگور عبارتند از: دره زیبا و سرسبز بنار، روستاهای واقع در کوهپایه همچون کچله و نوی، آبشار روستای سوله دوکل (معنی سوله دوکل در کردی، آبشار دودآلود است چرا که ذرات آب این آبشار هنگام برخورد با سنگ‌ها، در اطراف آبشار فضای مه‌آلودی را به وجود می‌آورند که چشمان هر بیننده‌ای را خیره می‌کند)، دریاچه‌های طبیعی گهرزیرین و مامه‌شیخ، چشمه‌های آب روستای چریک‌آباد که همچون آب معدنی سیلوانا در شهرستان معروف است و آب آن برای بیماران کلیوی توصیه می‌شود. روستای سیلوانا هم که در ۳۰ کیلومتری شهر ارومیه در میان دو دره واقع شده یکی از پاک‌ترین آب و هوا را دارد. در این روستا درختان گردوی کوهی، درختان سیب و درختان جنگلی زیادی چهره روستا را بیش از پیش زیبا کرده است. دره‌های سرسبز بنار و ملیان و چشمه‌های متعدد آب شیرین مانند چشمه کانی‌تابر و چشمه چل‌آشان زیبایی خاصی را برای این روستا به ارمغان آورده. خانه‌های روستای سیلوانا معماری جالبی دارند و به شکل پلکانی ساخته شده‌اند. در این خانه‌ها اهالی خانه‌های بالادستی می‌توانند از سقف خانه‌های پایین دستی به عنوان حیاط استفاده کنند.



شهرستان سرخس

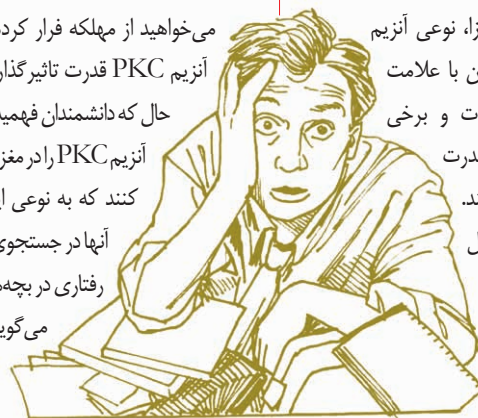
شهرستان سرخس به واقع دیدنی است، با شنیدن صدای دل‌انگیز آب خروشان چشمه‌ها، زیبایی خیره‌کننده دریاچه آبی رنگ، گاو و گوسفندان و سیاهی چادرهای عشایر که به بیلاق آمده‌اند، شکوفه‌های درختان و لباس سبزی که دشت و دمن بر تن می‌کند، بوی بهشت را با تمام وجود احساس می‌کنید. لباس بهاری دشت و بیلاق‌های شهرستان سرخس پر از گل‌های لاله است و وجود این گل‌ها در انتهای سلسله کوه‌های هزار مسجد، زیبایی خیره‌کننده‌ای دارد به طوری که هر سال بسیاری از بومیان منطقه و مسافران ترکمنی و ایرانی به شوق چیدن گل به این دشت سرازیر می‌شوند. شهرستان سرخس تابلویی از زیبایی طبیعت در فصل بهار و تابستان است به گونه‌ای که دشت، دمن، کوه، دریاچه، رود، چشمه و جنگل همه با هم همزمان با تولد بهار، لباس نو به تن می‌کنند و طرحی زیبا از طبیعت را در این تابلو می‌آفرینند.





اولین علائم روان‌پریشی را در او ایجاد کرده و در مجموع زمینه را برای بروز اختلال‌های روانی بعدی فراهم سازد. آنها می‌گویند آنزیم PKC به عنوان یک عامل موثر، مغز را تحت تأثیر قرار داده و فرد را دچار حالت‌هایی از جمله حواس پرتی، شتاب زدگی در رفتار و نیز ضعف در قدرت تصمیم‌گیری - که از نشانه‌های بارز اختلالات روانی هستند - می‌کند. این آنزیم روی آن قسمتی از مغز تأثیر می‌گذارد که مسوول استدلال‌های نظری بوده و روی حافظه‌ای که مدام در حال نو و امروزی شدن است، کار می‌کند. به همین خاطر این قسمت از حافظه در مواجهه با استرس‌های ملایم هم دچار ضعف و سستی شده و به سرعت دچار اختلال می‌شود. از طرفی دانشمندان می‌گویند این اختلال و حواس پرتی نوعی مکانیسم دفاعی غریزی است که فرد در رویارویی با استرس و تنش از خود بروز می‌دهد. درست مثل اینکه در یک جنگل تاریک گم شده‌اید و گیج و سردرگم مانده‌اید که از کدام مسیر فرار کنید. همین حواس پرتی و اختلالی که در رفتارشان به وجود آمده باعث می‌شود کوچکترین و ضعیف‌ترین صداها را هم بشنویید و سریع نسبت به آن واکنش نشان دهید. در آن لحظه نمی‌خواهید انسان آرامی بوده و با طمأنینه و عاقلانه رفتار کنید، بلکه فقط می‌خواهید از مهلکه فرار کرده و جان سالم بدر ببرید. پس می‌بینید که آنزیم PKC قدرت تأثیرگذاری بالایی دارد...

حال که دانشمندان فهمیده‌اند استرس‌های غیرقابل کنترل و ناگهانی، آنزیم PKC را در مغز فعال می‌کنند، امیدوارند بتوانند دارویی کشف کنند که به نوعی این آنزیم را از فعالیت بازدارد. علاوه بر آن، آنها در جستجوی راهی برای کشف حواس پرتی و شتاب‌زدگی رفتاری در بچه‌هایی هستند که با سرب مسموم شده‌اند. آنها می‌گویند میزان خیلی کم سرب، آنزیم PKC را هم فعال می‌کند و همین وضعیت ممکن است به کنترل رفتار در بزرگسالی صدمه بزند.



به نظر شما چند نفر از مردم پس از گذراندن یک روز سخت کاری و پراسترس، وقتی به خانه‌هایشان برمی‌گردند تازه متوجه می‌شوند که انجام برخی کارهای مهم روزمره را فراموش کرده‌اند؟... مسلماً می‌گویید تعداد این افراد زیاد است و روز به روز هم زیادتر می‌شود. خوب حالا فکر می‌کنید علت چیست و چرا چنین اتفاقی رخ می‌دهد؟... ما به شما می‌گوییم: «استرس باعث فراموشکاری می‌شود!...» برای اطمینان بیشتر اگر به سراغ افرادی که قبلاً روی سن سخنرانی کرده یا در امتحانات شرکت کرده‌اند، بروید و احساس آن موقع آنها را سوال کنید، حتماً به شما خواهند گفت که در برخی موارد، هنگام با استرس و تنش‌های روحی، نکات مهمی را فراموش کرده‌اند.

در این رابطه دانشمندان سالها سرگرم تحقیق بوده‌اند تا اینکه به تازگی علت آن را کشف کرده‌اند و اکنون امیدوارند که از این کشف مهم در جهت درمان موثرتر بیماری‌هایی نظیر شی‌زوفرنی (نوعی اختلال روانی که با آشفتگی در فرم و محتوای فکر، مثل هذیان و توهم و... مشخص می‌شود) و اختلال خلقی دوقطبی (bipolar disorder) استفاده کنند. از یافته‌ها چنین برآمده

که انسان به محض رویارویی با موقعیت‌های تنش‌زا، نوعی آنزیم در مغزش فعال می‌شود. این آنزیم که نوعی پروتئین با علامت اختصاری PKC است، روی حافظه کوتاه مدت و برخی عملکردهای مربوط به ناحیه جلو کورتکس (مخ) و قدرت تصمیم‌گیری اثر منفی گذاشته و آنها را ضعیف می‌کند. این نوع آنزیم در بیماری‌های شی‌زوفرنی و اختلال خلقی نیز فعال است و دخالت عمده‌ای در تشدید آنها دارد. طبق گفته یکی از پزشکان تیم تحقیقاتی، قرار گرفتن فرد در یک وضعیت تنش‌زا و پراسترس - مثل اولین روز ورود به دانشگاه یا ارتش - می‌تواند

روش های بین المللی کاهش وزن

اهمیت زیادی می دهند. ۹۲ درصد از خانواده های فرانسوی در کنار هم شام می خورند و این آمار در مقایسه با ۲۸ درصد خانواده های آمریکایی که هنگام صرف غذا دور هم جمع می شوند، بسیار چشمگیر است. یک متخصص تغذیه در این باره می گوید: «دور هم غذا خوردن یکی از مهمترین اتفاقات روزانه در فرانسه است که سبب می شود افراد هنگام صرف غذا حوادثی را که طی روز برایشان رخ داده تعریف کنند و منحرف شدن ذهن از غذا خوردن باعث ایجاد وقفه در صرف غذا شده و آهسته تر غذا خوردن سبب کاهش حجم غذا و زودتر سیر شدن می شود.»

۳. مکزیکی ها یک عصرانه مفصل می خورند و یک شام سبک

معمولاً در همه جای دنیا، سه وعده اصلی غذا شامل صبحانه، ناهار و شام است اما مکزیکی ها به جای شام، یک عصرانه مفصل حدود ساعت چهار بعد از ظهر می خورند. آنها اعتقاد دارند که خوردن عصرانه کامل باعث اجتناب آنها از صرف وعده شام می شود یا شام آنها را بسیار سبک می کند و در نتیجه، گرسنگی هنگام صبح به سراغشان می آید و آنها را مجبور به خوردن یک صبحانه کامل و مغذی می کند. مکزیکی ها می گویند که کالری روزانه کسب شده از طریق صبحانه، ناهار و عصرانه تا شب هنگام و وقت خواب می سوزد

در فرانسه افراد هنگام صرف غذا حوادثی را که طی روز برایشان رخ داده تعریف می کنند و منحرف شدن ذهن از غذا خوردن باعث ایجاد وقفه در صرف غذا شده و آهسته تر غذا خوردن سبب کاهش حجم غذا و زودتر سیر شدن می شود

همه آنهايي که اضافه وزن دارند و به سلامت خودشان اهمیت می دهند، احتمالاً با یک قصه پُرغصه دست به گریبان هستند: رژیم برای کاهش وزن! حالا اگر این قصه، غصه شما هم هست، بد نیست این مطلب را بخوانید تا ببینید در برخی کشورها از چه روش هایی برای کاهش وزن استفاده می شود:

۱. آفریقایی ها چای و دم کرده گیاهان را می نوشند

اهالی کشور آفریقای جنوبی علاقه فراوانی به نوشیدن چای، چای سبز، دم کرده انواع گیاهان و نوعی چای به نام «روی باس» دارند. آنها این نوشیدنی ها را معمولاً بدون شیرین کننده های مصنوعی می نوشند و با این کار کمترین کالری را نسبت به نوشیدن قهوه شیرین یا چای همراه با قند و شکر دریافت می کنند. آفریقایی ها به خوبی می دانند که در مواجهه با استرس باید یک دم کرده گیاهی بخورند، نه مقدار زیادی خوراکی پُر کالری. آنها همچنین همیشه به پیام گرسنگی مغزشان توجه نمی کنند و اعتقاد دارند که اکثر اوقات پیام گرسنگی بر اثر کمبود آب بدن از سوی مغز صادر می شود بنابراین به جای غذا خوردن، یک لیوان چای یا دم کرده گیاهان را می نوشند.

۲. فرانسوی ها پشت میز شام می نشینند و با هم گپ می زنند

فرانسوی ها به دور هم بودن اعضای خانواده برای صرف شام



۷. تایلندی‌ها غذاهای تند و پرادویه می‌خورند

غذاهای تایلندی مانند غذاهای هندی از جمله تندترین و پرادویه‌ترین غذاهای دنیا هستند و همین موضوع را می‌توان علتی برای چاق نشدن مردم تایلند دانست.

فلفل باعث افزایش سوخت و ساز در بدن شده و غذاهای پُرادویه سبب می‌شوند تا فرد آهسته‌تر غذا بخورد و در نتیجه زودتر احساس سیری کند، بنابراین درست کردن غذاهای پرادویه می‌تواند راهکار مناسبی برای

لاغر شدن به حساب آید.

۸. برزیلی‌ها نان و حبوبات می‌خورند

یکی از عادات مردم برزیل این است که به همراه تمام وعده‌های غذایی‌شان مقداری نان میل کنند. نان جزو منابع غذایی کربوهیدرات‌ها بوده و به علت دیر هضم شدن سبب می‌شود افراد به مدت طولانی‌تری سیر بمانند. همچنین مصرف مقدار کمی از این ماده غذایی سبب زودتر سیر شدن افراد هم می‌شود و تحقیقات جدید ثابت کرده که ۱۴ درصد از افرادی که همراه غذایشان مقداری نان یا حبوبات می‌خورند در مقایسه با سایرین کمتر به چاقی و اضافه وزن مبتلا می‌شوند.

۹. انگلیسی‌ها ساندویچ‌های کوچک می‌خورند

یکی از رازهای لاغر بودن اغلب انگلیسی‌ها این است که آنها همیشه وقتی به رستوران می‌روند، کوچک‌ترین و کم‌کالری‌ترین ساندویچ را سفارش می‌دهند. ساندویچ‌های چندلایه به همراه پنیر و سس اضافه، در فهرست غذایی اغلب انگلیسی‌ها جایی ندارد.

۱۰. نروژی‌ها در تعطیلات ورزش می‌کنند

این یک سنت ریشه‌دار و عادت قدیمی در بین نروژی‌هاست که تمام روزهای تعطیل کل اعضای خانواده از پیر و جوان در کنار یکدیگر جمع می‌شوند و با هم از خانه بیرون می‌زنند و تمام روزشان را با فعالیت‌های ورزشی مختلف از پیاده‌روی گرفته تا فوتبال، هاکی و اسکی پر می‌کنند. درست برعکس آمریکایی‌ها که ترجیح می‌دهند روزهای تعطیل جلو تلویزیون لم بدهند و فوتبال تماشا کنند و هله‌هوله بخورند.

منبع: سایت بیتوته

و بدین ترتیب آنها دیگر با مشکلات چاقی و اضافه وزن روبرو نمی‌شوند.

۴. سوئیسی‌ها روزانه یک ظرف «میوزلی» می‌خورند

«میوزلی» ترکیبی است از جو دوسر بوداده و یک نوع میوه (معمولاً سیب)، به علاوه کمی از انواع مغزها و کشمش. سوئیسی‌ها یک ظرف از این معجون را هر روز به عنوان صبحانه صرف می‌کنند تا به سالم‌تر ماندن و کنترل وزنشان کمک کنند. فیبر موجود در «میوزلی» باعث می‌شود این غذا به آهستگی در بدن هضم شده و

در نتیجه فرد برای مدت طولانی‌تری سیر بماند. اگر قصد دارید که شما هم این صبحانه مغذی و خوشمزه را در منزل تهیه و صرف کنید، هرگز بیشتر از ۱۴ گرم شکر به آن اضافه نکنید.

۵. آلمانی‌ها صبحانه را جدی می‌گیرند

۷۵ درصد از آلمانی‌ها بدون خوردن صبحانه از خانه خارج نمی‌شوند اما این طور هم نیست که هر روز تخم‌مرغ و نیمرو بخورند و کلی چربی و کالری به درون رگهایشان بفرستند. آنها کمی زودتر از خواب برمی‌خیزند، یک لیوان آبمیوه طبیعی و تازه می‌گیرند و آن را به همراه مقداری نان سبوس‌دار میل می‌کنند. شاید تصور خیلی از افراد این باشد که با حذف یک وعده غذایی مانند صبحانه می‌توانند سریع‌تر و راحت‌تر لاغر شوند اما اعتقاد پژوهشگران انگلیسی این است که نخوردن صبحانه و گرسنه ماندن سبب تحریک افراد نسبت به خوردن خوراکی‌های پرکالری قبل از وعده ناهار می‌شود. حذف این وعده غذایی مساوی با نخوردن مواد غذایی مفید و مصرف خوراکی‌های پرکالری و چاق‌کننده است.

۶. لهستانی‌ها غذاهای خانگی را جایگزین غذاهای رستورانی می‌کنند

تنها پنج درصد از لهستانی‌ها وقت خود را صرف غذا خوردن در بیرون از منزل می‌کنند. مردم لهستان به خوبی دریافته‌اند که مصرف نکردن غذاهای خانگی یعنی خوردن هر چه کمتر مواد غذایی سالم و استفاده هر چه بیشتر از غذاهای چرب و پُرکالری رستوران‌ها یعنی چاقی‌های بیش از اندازه. اعتقاد لهستانی‌ها این است که با تهیه غذاهای خانگی علاوه بر سلامت، می‌توان پول بیشتری هم ذخیره کرد.

نان جزو منابع غذایی کربوهیدرات‌ها بوده و به علت دیر هضم شدن سبب می‌شود افراد به مدت طولانی‌تری سیر بمانند. تحقیقات جدید ثابت کرده که ۱۴ درصد از افرادی که همراه

غذایشان مقداری نان یا حبوبات می‌خورند در مقایسه با سایرین کمتر به چاقی و اضافه وزن مبتلا می‌شوند

گیاهانی که قند خون را کاهش می‌دهند

بیماری دیابت یکی از مشکلات شایع مردم جهان است که روز به روز هم به آمار آن افزوده می‌شود. از مهمترین علل افزایش آمار ابتلا به دیابت، تغذیه غلط و نداشتن تحرک است اما می‌توان برای مقابله با این بیماری، با تصحیح نوع تغذیه و رعایت رژیم غذایی و داشتن تحرک کافی، تا حد زیادی عوارض جانبی و عواقب آن را کاهش داد. اگرچه افراد مبتلا، باید تحت نظر پزشک متخصص باشند و به توصیه‌های او عمل کنند ولی در مواردی که مشکل دیابت حاد نباشد، می‌توان از گیاهان دارویی و داروهای گیاهی مربوطه استفاده کرد. ناگفته نماند که بسیاری از گیاهان به دلیل داشتن الیاف (فیبر) در کاهش قندخون موثر هستند. در بین گیاهانی که اثر کاهش قندخون آنها قابل ملاحظه است می‌توان به نمونه‌های زیر اشاره کرد:



سیروپیاز

سیر و پیاز از جمله گیاهان کاهش‌دهنده قندخون هستند و البته اثر سیر به مراتب بیشتر از پیاز است. در صورتی که این گیاهان به طور مرتب مصرف شوند تا حدی قندخون کاهش می‌یابد. می‌توان از فرآورده‌های قرص و کپسول تهیه‌شده از سیر هم برای کاهش قندخون استفاده کرد. البته فرآورده‌های صنعتی سیر بیشتر برای کاهش کلسترول و چربی خون به بازار عرضه شده‌اند زیرا در این موارد تاثیر بسزایی دارد اگرچه مصرف آنها تا حدی کاهش قندخون را به دنبال دارد.

روش مصرف: قرص سیر را می‌توانید روزانه یک تا سه عدد به طور خوراکی مصرف کنید.

گیاهان دیگری که می‌توان آنها را در رژیم غذایی گنجانده و باعث کاهش قندخون می‌شوند عبارتند از:

هویج، گشنیز، کنگر فرنگی، کرفس، کدوتنبیل، زیتون، جنسینگ، جو یونجه، کاسنی، انار، توت سفید، ثعلب، سماق، شوید، عدس، عنب و خرفه. در بین گیاهان فوق سماق، عدس، انار، کدوتنبیل، جو و عنب از اثرات قوی‌تری برخوردارند. یکی از میوه‌هایی که برعکس انتظار باعث کاهش قندخون می‌شود، انگور است. خیلی‌ها تصور می‌کنند چون انگور شیرین است باعث افزایش قندخون می‌شود در حالی که قند موجود در ترکیبات انگور، فروکتوز است که باعث افزایش قندخون نمی‌شود. نتایج تحقیقات جدید نشان داده که عنصر کروم در ترکیبات انگور به میزان قابل توجهی وجود دارد و این ماده در کاهش قندخون موثر است. افراد مبتلا به دیابت باید در مصرف انگور حد تعادل را رعایت کنند زیرا ممکن است مصرف بیش از حد آن باعث افزایش قندخون شود. مصرف کشمش یا مویز با چای (که از زمان قدیم و در حال حاضر نیز معمول است) گواهی بر نتایج تحقیقات جدید مبنی بر تاثیر این میوه بر کاهش قندخون است.

منبع: سایت بیتوته



دانه شنبلیله

شنبلیله گیاهی با نام علمی «TRIGONELLA FOENUM GRACEUM» و از خانواده نخود است و با وجودی که اثرات مختلفی از جمله خواص ضد درد ضد التهاب، مقوی قلب، صفراآور، کاهش‌دهنده کلسترول، چربی خون و فشار خون از آن گزارش شده اما اثر قابل توجهی در کاهش قندخون دارد.

روش مصرف: برای مصرف این گیاه، یک گرم پودر دانه شنبلیله را حداقل سه ساعت در یک استکان آب سرد بریزید، سپس آن را صاف و میل کنید. این عمل را می‌توان روزی پنج بار تکرار کرد. مصرف روزانه پنج گرم پودر دانه به طور خوراکی اشکالی ندارد.

به دلیل تلخ بودن پودر دانه شنبلیله، در برخی کشورها آن را به صورت قرص تولید می‌کنند. مصرف دانه‌های این گیاه به خاطر داشتن بافتی سفت و سخت بی‌تاثیر است بنابراین آنها را با آسیاب پودر و سپس استفاده کنید. در ضمن می‌توان پودر شنبلیله را همراه با مواد غذایی مصرف کرد؛ مثلاً آن را با ماست مخلوط کرد.

گیاه گالگا

گالگا گیاهی با نام علمی «GALEGA OFFICINALIS» و از خانواده نخود است. در گذشته از آن به عنوان یک گیاه مدر، معرق، تب‌بر و ضد تشنج استفاده می‌کردند. همچنین مدتها از این گیاه برای افزایش شیر مادران استفاده می‌شد که در حال حاضر نیز کاربرد دارد. یکی از مهمترین خواص این گیاه، کاهش قندخون در افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ است. خوشبختانه در حال حاضر از گالگا فرآورده‌ای به صورت قرص تهیه شده که در داروخانه‌ها عرضه می‌شود.

روش مصرف: مقدار مصرف قرص در راهنمای همراه دارو ذکر شده است.

تاثیر شبکه های مجازی بر کارکرد خانواده

{ حجت الاسلام عبادی }

در این مجال سعی می شود تاثیرات مخرب استفاده ناصحیح از شبکه های مجازی (وایبر ، واتس آپ ، تلگرام ، اینستاگرام و...) بر کارکرد خانواده بررسی شود بدون شک هر تکنولوژی جدید در جهت راحتی و آسایش است البته اگر هدف و نحوه استفاده از آن بدرستی شناخته نشود می تواند باعث دردسر و گرفتاری هایی شود که در اینصورت مفهوم تکنولوژی به معنای دسترسی انسان به پیشرفت و تسهیل در امر زندگی مبهم و مشکل ساز خواهد شد، اگر بدانیم وقتی در محیط خانواده قرار می گیریم تعاملات ما با اعضای خانواده دیگر مجازی نیست و آنچه مسلم است ارتباط در خانواده از جنس چهره به چهره و همجواری روحی و روانی است که به هر میزان از این ارتباط و تعامل کاسته شود اثرات منفی بر وضعیت روحی و روانی محیط خانواده خواهد گذاشت.

امروزه روانشناسان و متخصصین امر بهداشت روانی خانواده معتقدند حتی جدا کردن نوزاد از آغوش پدر و مادر و قرار دادن آن در وسایلی که جایگزین این آغوش گرم است می تواند ارتباط روحی و روانی در زمان نوزادی که می تواند منشا شکل گیری رابطه عاطفی عمیق در دوران نوجوانی و جوانی باشد را مورد خدشه قرار می دهد.

وقتی مساله ارتباط با اعضای خانواده آنهم در این زمان که ارکان اصلی خانواده مشغله های فرعی بسیاری به جهت تامین هزینه های مادی دارند ، تنها فرصت ارتباط روحی و روانی مناسب ساعت های بودن در خانواده است. یقیناً سرگرم شدن به فضای مجازی این هسته ارتباطی را متزلزل می کند و منشا خلاء های روحی و روانی و باعث پدید آمدن مشکلات عاطفی و حتی افسردگی در زمان نوجوانی و جوانی برای فرزندان و باعث طلاق های عاطفی بین همسران خواهد شد. باید دقت کرد که محیط خانواده را از وارد کردن در فضای مجازی در اوقات با هم بودن دور و ایمن نگه داشت، چرا که به هر میزان ارتباط عاطفی میان اعضای خانواده جایگزین ارتباط مجازی با دیگران بشود به همان میزان علاقه و عاطفه از بین رفته و خسارت جبران ناپذیری در انتقال فرهنگ خانوادگی و فامیلی خواهد زد و دیگر نباید انتظار داشت که پسران و دختران گرایش به روحیات و اخلاقیات و فرهنگ پدری و مادری داشته باشند. باشد که تامل و تفکر ویژه ای در این باب داشته باشیم.



اگر می‌خواهید شاد زندگی کنید

که سبب تکامل روحمان می‌شوند. مثلاً شما می‌توانید پیام آن حادثه به ظاهر بد را بعد از گذشت مدت زمانی بفهمید و یا حتی ممکن است تا زمانی که زنده هستید متوجه نشوید زیرا بسیاری از این وقایع فراسوی ادراک ما و جزو اسرار الهی هستند و تلاش برای فهم حکمت خداوند با هوش محدودمان، مانند سنجش اقیانوس با پیمانه است. بیایید کاملاً بپذیریم که در هر موقعیت نامطلوب، نیکی پنهانی برای همه وجود دارد؛ «ساقی هر چه ریزد از لطف اوست.»

۵- دید گسترده‌ای داشته باشید: اجازه ندهید مشکلات کوچک شما را آشفته کند و به وادی افسردگی بیفکند.

۶- باورهای مثبت داشته باشید: باورهای فرد در شکل‌گیری برداشت‌های او از اتفاقات اطرافش بسیار تأثیرگذار و مهم است و باعث می‌شود احساس فرد به سمت مثبت یا منفی گرایش پیدا کند. در نتیجه فردی که همیشه ترشو و عبوس است به طور حتم کمتر شاد خواهد بود و کمتر از زندگی لذت خواهد برد در حالی که یک فرد سرزنده و خوش خلق، شادی بیشتری را تجربه می‌کند. پس عوض شدن افکارمان می‌تواند شادی‌مان را بیشتر کند.

۷- مثبت فکر کنید: هر فکر، صورتی از انرژی است که در جهت نیکی یا بدی خود تولید می‌کنیم، پس یاد بگیرید که احساس‌هایتان را از طریق افکار مثبت مهار کنید. به دقت افکارتان را زیر نظر بگیرید و هنگامی که یک فکر منفی هجوم می‌آورد، خودتان را واری و به جای آن یک فکر مثبت جایگزین کنید. ذهن مثبت، اوضاع مثبت را به خود جلب می‌کند. به خاطر داشته باشید که عالم به نیت ما پاسخ می‌دهد. افکار و عقاید ما به صورت انرژی از وجودمان ساطع می‌شود و به جهان بیرون راه می‌یابد و محیط سعی می‌کند آنچه را که می‌خواهیم، به ما هدیه کند. راز توفیق آن است که میزان انرژی خود را در جهت مثبت و صعودی افزایش دهیم و برای خود و دیگران همیشه بهترینها را بخواهیم چرا که حتی اگر در مورد دیگران نیت بد و منفی داشته باشیم، آثار مخرب آن گریبانگیر خودمان می‌شود. چه زیباست که بهترین نیت و آرزوها و افکار را برای خود و دیگران داشته باشیم تا به اوج آرامش و شادی برسیم.

در روان‌شناسی مثبت‌اندیشی و شادزیستن، برخلاف بسیاری از مقوله‌های روان‌شناسی به اختلال‌های روانی توجه نمی‌شود بلکه تمرکز بر شادی و لذت از زندگی است اما به راستی چگونه می‌توان با شادی زندگی کرد، مثبت‌اندیش بود و از زندگی لذت برد؟

۱- با خدا ارتباط برقرار کنید: حداقل نیاز انسان به روح خدایی، مانند احتیاج نوزاد است به مادر. به همان میزان که جسم برای ادامه حیات به هوا و غذا نیازمند است، روح و باطن نیز به هدایت الهی و روح ربانی محتاج است. آرامش جان و قلب است، بکارید تا به خوبی دانه‌های «خواست و نیاز» در آن به خوبی می‌روید، نیازهای به حق خود را در یاد خداوند که آرامش جان و قلب است، بکارید تا به خوبی تحقق یابند. خداوند همراه کسی است که او همراه خداوند باشد. با توجه به خداوند و ذکر نام‌های او، همراهی و پشتیبانی خدا را به سوی خود جلب کنید. به خدا توکل کنید. هر چه ارتباط شما با خدا بیشتر و بیشتر شود، آرامش و نشاط بیشتری را در خود تجربه می‌کنید و هر چه ارتباط شما با خدا محدودتر شود، ترس و اضطراب بیشتری بر شما چیره می‌شود. خداوند فرموده است: «اگر مرا یاری کنید، شما را یاری می‌کنم و قدم‌هایتان را استوار می‌گردانم.» یار خدا بودن یعنی بر اساس قوانین الهی رفتار کردن، گناه نکردن، کمک به دیگران، نرنجاندن دیگران، احترام به والدین و...

۲- خوشبین باشید: به زندگی با دیدی مثبت نگاه کنید تا خود را به دلیل احساس انرژی و خوشحالی بسیار زیادی که نصیبتان خواهد شد، شگفت‌زده کنید.

۳- مسئولیت‌پذیر باشید: مسئولیت‌پذیری باعث افزایش درجه خوشحالی می‌شود. هر چقدر انسان مسئولیت‌پذیرتر باشد به همان اندازه شادتر هم خواهد بود، البته به شرطی که بیشتر از توان خود مسئولیت قبول نکند. پس اصلاً فکر نکنید که با شانه خالی کردن از زیر بار مسئولیت‌هایتان شادتر خواهید بود!

۴- قضاوت خود را به تأخیر بیندازید: در این جهان، هیچ حادثه‌ای برحسب تصادف نداریم و در همه وقایعی که روی می‌دهند لطف و رحمت الهی نهفته است. تمام حوادث برای ما پیام‌هایی دارند

فقر هم می‌تواند روی کیفیت زندگی تاثیر منفی بگذارد. نتایج تحقیقی که در انگلستان انجام شده، نشان داده هر دوست خوب برابر است با ۵۰ پوند انگلیس و نداشتن هر دوست خوب می‌تواند چیزی در همین حدود به شادکامی شما ضربه بزند. پس تا می‌توانید قدر دوستان خوبتان را بدانید.

۱۳- از آنچه هستید راضی باشید و از جسم خود مراقبت کنید: خوب بخورید و خوب ورزش و استراحت کنید. به باشگاه بروید و کمی بدوید یا در یک بازی ورزشی شرکت کنید.

۱۴- دیگران را در شادمانی‌هایتان شریک کنید: هنگامی که فردی دیگران را در شادی خود شریک می‌کند، شادی خودش هم بیشتر می‌شود. بنابراین اگر می‌خواهید شادیتان را بیشتر کنید تا می‌توانید دیگران را در شادیتان سهیم کنید و هرگز به تنهایی جشن نگیرید و از در میان گذاشتن خوشحالی‌تان با کسانی که دوستشان دارید دریغ نکنید.

۱۵- به دستورات

اخلاقی احترام

بگذارید: از کنجکاوی

کردن در زندگی دیگران

دوری کنید، بخصوص از

خواندن نامه‌های شخصی

و دفتر خاطرات محرمانه

دیگران و گوش دادن به

مکالمات خصوصی آنها!

بدون در زدن و اجازه

گرفتن وارد هر مکانی

نشوید. سعی در اثبات

درستی نظرات و عقاید خود به دیگران نداشته باشید. تلاش نکنید که به زور، افکار و عقاید دیگران را تغییر دهید زیرا در صورت رعایت نکردن این دستورات، آرامش خود را بر هم می‌زنید. به پدر و مادر خود نیکی کنید و با آنان با صدای بلند صحبت نکنید. زمانی که به درگاه خداوند دعا می‌کنید، این دعاها به صورت شعاع‌های نورانی به طرف آسمان بالا می‌روند و فرشته‌ها برای اجابت آن به زمین می‌آیند ولی در میان این شعاع‌های نورانی یکی از همه فوق‌العاده قوی‌تر و نورانی‌تر است و فرشتگان به محض مشاهده آن سریع به آن مورد رسیدگی می‌کنند و آن پرتو قدرتمند و خیره‌کننده، دعای مادر در حق شماسست. دعای مادر خالصانه‌ترین دعاهاست. چه زیباست که به والدین خود از صمیم قلب احترام بگذارید و نیازهای آنان را تأمین کنید زیرا که مهر و نیکی به آنان سبب آرامش و نشاط در شما می‌شود.

۱۶- برنامه‌های روزانه خود را تغییر دهید تا انرژی جدیدی پیدا کنید.

۸- سپاسگزار باشید: از دیگران قدردانی کنید، مثلاً از همکار خود به خاطر کمکش سپاسگزاری کرده و به دلیل پیروزی در انجام کارش به او شادباش بگویید.

۹- با دیگران خوب برخورد کنید: شاید گمان کنید که نوع برخورد شما با دیگران تنها در روحیه فرد مقابل تاثیر دارد اما اصلاً چنین نیست چون نه تنها طرف مقابل از نوع برخورد شما تاثیر می‌گیرد بلکه نوع برخورد شما با دیگران در حس شادی خودتان هم موثر خواهد بود. کسانی که با گشاده‌رویی با دیگران تعامل برقرار می‌کنند شادتر خواهند بود.

۱۰- بر آرامش درونی تمرکز کنید: در دل توفان هم آرامش نهفته است. مهم نیست که در هر زمانی از روز چه اتفاقی بیفتد. هرچه مسائل به نظر مشکل و پردردسر بیایند و هر چقدر هم که بخواهیم کارهای زیادی را در آن واحد انجام دهیم، باید فقط به خلوتگاه درون خویشتن برگردیم و آرامش درونی پیدا کنیم. برای دسترسی به خلوتگاه

درونی، چشم‌هایتان

را ببندید و روشنایی

آرام و ملایمی را

در درون خود تصور

کنید. این فضا جایی

است که ضربان

قلبتان به فرمان شما

آرام می‌تپد، به آنجا

بروید. از دوردست،

استاد معنوی‌تان از راه

می‌رسد و در گوش‌تان

زمزمه می‌کند: «هرجا

می‌توانید خوبی کنید،

در هرچه می‌توانید، به هر شکل که می‌توانید، هر وقت که می‌توانید، به همه اشخاصی که می‌توانید و تا زمانی که می‌توانید.» آنگاه نور سفیدی فضای دلتان را آرام می‌کند، سپس بر این آرامش حاصل شده تمرکز کنید.

۱۱- کارهایی انجام دهید که از انجام دادن آنها لذت

می‌برید: اتومبیل‌تان را بشوید، به برخی تعمیرات کوچک در منزل بپردازید، تلویزیون تماشا کنید و خرید کنید.

۱۲- دوستان خوب داشته باشید: به نظر شما داشتن یک دوست خوب بهتر است یا داشتن ثروت بیشتر؟ به اعتقاداتان کدام یک می‌تواند شما را شادتر کند؟ جالب است بدانید که یک دوست خوب می‌تواند به راحتی جای ثروت اضافه را بگیرد و در شادی شما بیشتر از ثروت اضافه موثر باشد. توجه کنید که ما گفتیم پول و ثروت اضافه! منظور از ثروت اضافه، در واقع مازاد ثروت و درآمد است، یعنی درآمد و ثروتی بیشتر از نیاز فرد و گرنه هیچ کس منکر این نیست که زندگی در





۱۷- با مردم در تماس باشید: آیا به خاطر می‌آورید زمانی که یک دوست قدیمی به طور غیرمنتظره با شما تماس گرفت چه احساسی داشتید؟ با افراد فامیل و یا دوستان قدیمی خود تماس گرفته و از حال آنها باخبر شوید.

۱۸- خلاق باشید: روزه‌ای برای انرژی خلاق خود بیابید. این خلاقیت ممکن است شامل کاردستی، بازسازی، نقاشی، ترسیم کاریکاتور، نویسندگی و یا حتی باغبانی باشد. مهم نیست که چقدر مشغله داشته باشید و یا تا چه اندازه در آخر هفته احساس بی‌حالی می‌کنید، اگر زمانی را برای انجام فعالیت‌های خلاق اختصاص دهید، احساسی شادتر و سالم‌تر خواهید داشت.

۱۹- صفات مثبت خود را افزایش دهید: از غیبت، تهمت، قضاوت نسنجیده در مورد افراد یا حوادث، حسادت، کینه، دروغ، جروب‌بحث کردن با دیگران و خلاصه رنجاندن دیگران بشدت پرهیز کنید زیرا با انجام این گونه اعمال تراکمی از نیروهای منفی را به دور خودتان جمع می‌کنید و کسی که از این همه نیروی منفی عذاب می‌کشد، خودتان هستید. زمانی که به دیگران خوبی و کمک می‌کنید، تجمعی از نیروهای مثبت به دور خودتان فراهم می‌آورد و این نیروهای مثبت باعث آرامش و شادی شما می‌شوند، هنگامی که وضو می‌گیرید، الکتریسیته‌های ساکن را به سطح بدن خود می‌آورید، آب نیز رساناست و شما امواج آلفا (امواج آرامش‌بخش) تولید می‌کنید. با کشیدن مسح سر، این امواج را به کورتکس مغز انتقال می‌دهید و باعث می‌شوید ناحیه شلوغ ذهن آرام گیرد. با مسح پا، انتقال امواج آلفا را در اندام‌های پایینی سرعت می‌بخشید. بیشترین منطقه‌ای که در روی کره زمین امواج آلفا دارد، کعبه است. زمانی که شما نماز می‌خوانید و در جهت خانه خدا قرار می‌گیرید و هفت قسمت بدن شما با زمین تماس پیدا می‌کند، امواجی را دریافت می‌کنید که باعث آرامش شما می‌شوند. برای افزایش نیروهای مثبت خود می‌توانید در یک وان حمام پر از آب و نمک به مدت ۲۰ دقیقه قرار بگیرید. در

بطری‌های رنگی آب خوراکی بریزید و به مدت دو ساعت در معرض نور شدید آفتاب قرار دهید، سپس آنها را در یخچال بگذارید و در موقع لزوم بنوشید. بدون کفش و جوراب روی چمن راه بروید زیرا طبیعت منبع انرژی نیروهای مثبت است.

۲۰- تخیل کنید: آرزوها و بلندپروازی‌های خود را یادداشت کرده و بتدریج آنها را واقعیت ببخشید، آنگاه همیشه چیزهایی برای انتظار کشیدن و جایی برای متمرکز کردن انرژی خود خواهید داشت.

۲۱- بخشنده باشید: شاید زمان آن فرا رسیده که کسی (یا خودتان) را به خاطر چیزی که اتفاق افتاده و یا گفته شده مورد بخشایش قرار دهید. اتفاقات و اشتباهات گذشته را پذیرفته و فراموش کنید. بدانید که نمی‌توانید زمان را به عقب برگردانید، پس شادمانی خود را با از یاد بردن ناامیدی‌ها و شکست‌های گذشته دوباره به دست آورید.

۲۲- وسایل اضافی را از محیط زندگی تان خارج سازید: اشیای درون خانه‌تان را لمس کنید و از خودتان بپرسید آیا به این وسایل احتیاج دارم؟ کتاب‌ها را از درون قفسه بیرون بیاورید و ببینید آیا دوباره قصد خواندن این کتاب‌ها را دارید. هر شی یادگاری را بررسی کنید و از خودتان بپرسید آیا هنوز لحظاتی را که این شی به یاد می‌آورد، برایم مهم و با ارزش هستند؟ لباس‌هایتان را باز کنید و ببینید آیا به تمام این لباس‌ها احتیاج دارید و از آخرین باری که آنها را پوشیده‌اید چقدر زمان می‌گذرد و آیا دوباره تصمیم به پوشیدن آنها دارید؟ بعد از این بررسی کاملی که به عمل می‌آورد تمام وسایل و لباس‌های اضافی تان را یا به دیگران ببخشید و یا آنها را حراج کنید زیرا که هر شی انرژی خودش را دارد و اگر به کار نرود در خانه به آب راکد تبدیل می‌شود. پس مراقب باشید و بگذارید انرژی آزادانه جریان یابد و آب جاری گردد. اگر کهنه‌ها را نگه دارید، تازه‌ها جایی برای تجلی خویش نمی‌یابند. پس برای چرخش انرژی و پیشرفت در زندگی تان وسایلی را که مورد احتیاجتان نیست از محیط خارج سازید.



هشت کاری که افراد موفق متفاوت با بقیه انجام می‌دهند

آن‌ها با آغوش باز به سراغ همه مسائل می‌روند

بعضی شغل‌ها به تلاش و کوشش، بیش از مهارت نیاز دارند. بسته‌بندی مواد خوراکی، تحویل بسته‌های پستی و رسیدگی به مشتریان همگی از جمله کارهای آسان می‌باشند. تنها تفاوت در میزان تلاش افراد است. عملی بیشتر از یک تشکر ساده برای کسی که بدون هیچ چشم‌داشتی برای شما کاری انجام می‌دهد انجام دهید. لب‌خند بزنید. با چشمانتان ارتباط برقرار کنید و کلماتی با محبت بیان کنید.

در اطراف شما افراد سخت‌کوش ناشناس بسیاری وجود دارند. تبدیل شدن به شخصی که هر روز حداقل با یکی از این افراد آشنا می‌شود بسیار خوب است. شما با احترام گذاشتن به این افراد بهترین نوع احترام را در جواب دریافت می‌کنید، احترامی

بعضی دوره‌های کاری جویا شود. مسئله‌ای که او واقعا می‌خواهد بداند این است که آیا شما آینده خوبی برای پیشرفت او در شرکت می‌بینید؟ او امیدوار است که جواب شما مثبت باشد و همچنین امیدوار است دلیل آن را با او در میان بگذارید. پشت سر همه سوال‌ها، یک سوال پرسیده نشده وجود دارد. به آن سوال‌ها نیز دقت کنید، چرا که شاید آن سوالی باشد که طرف مقابل شما واقعا به دنبال جواب آن می‌گردد.

آن‌ها منتظر نمی‌مانند

شما نباید منتظر باشید که کسی شما را کشف کند. شما نباید منتظر تایید باشید. شما نباید منتظر شخصی برای کمک به خود باشید. شما می‌توانید هر کاری که به ذهنتان می‌رسد را همین الان انجام دهید. شاید موفق نشوید. اما شما نباید منتظر بمانید. پس در یک کلام، منتظر نباشید!

شما می‌توانید یک انسان تحلیل‌گر، اطلاعات‌محور و یا یک تاجر مصمم باشید، اما تجارت نهایتاً در ارتباط با مردم خلاصه می‌شود. این بدان معناست که تجارت با احساسات سر و کار دارد، احساسات شما و افرادی که هر روزه با آن‌ها در ارتباط هستید. افراد بسیار موفق نه تنها در زندگی خود، بلکه در زندگی افرادی که به آن‌ها اهمیت می‌دهند، چه در زندگی شخصی و چه در زندگی حرفه‌ای، تغییرات بزرگی ایجاد می‌کنند.

آن‌ها جواب سوال‌های پرسیده نشده را می‌دهند

شاید طرف مقابل شما مردد است، شاید او متزلزل و یا خجالتی باشد، جواب هرچه باشد، مردم معمولاً سوالات متفاوتی می‌پرسند که انتظار دارند شما به آن‌ها پاسخ دهید. ممکن است کارمندان نظر شما را در مورد گذراندن

که ناشی از یک تغییر است، هرچند که در زندگی فرد دیگر زودگذر باشد.

آن‌ها به جای دستور دادن آزادی عمل می‌دهند

شاید شما مسئول کاری باشید. شما می‌دانید چه کار کنید. پس طبیعی است که به کارمندانان بگویید که چه کار کنند و چگونه آن کار را انجام دهند اما در حین کار شما خلاقیت آن‌ها را از بین خواهید برد و باعث تنزل مهارت و تجربه آن‌ها خواهید شد.

اجازه دهید کارمندانان نحوه انجام و چگونگی کار را نشان دهند. این امر نشانگر احترام شما به توانایی‌ها و اعتماد به تصمیم‌گیری آن‌ها می‌باشد. در دنیایی پر از دستور و کنترل، آزادی عمل یک تنفس برای افراد است و هدیه‌ای است که هر انسان، توانایی بخشیدن آن را دارد.

آن‌ها زمانی را برای تفکر در مورد زندگی اختصاص می‌دهند

شما نقشه‌های بزرگی در سر دارید. شما اهداف بزرگی دارید. شما هیچ‌وقت راضی نمی‌شوید، چرا که رضایت داشتن منجر به تن آسائی می‌شود. بنابراین اکثر اوقات شما ناراحتید، زیرا شما بیشتر به چیزهایی که به دست نیاوردید، انجام نداده‌اید و ندارید فکر می‌کنید.

زمانی را برای تفکر در مورد کارهایی که در زندگی حرفه‌ای و شخصی خود انجام داده‌اید اختصاص دهید. در این لحظه شما بیشتر از آن چیزی هستید که زمانی تصور می‌کردید.

قطعا همیشه باید برای بیشتر از چیزی که هستید و دارید تلاش کنید، اما فراموش نکنید زمانی را برای فکر کردن به همه چیزهایی که دارید اختصاص دهید، مخصوصا ارتباطاتی که با افراد جامعه بدست آورده‌اید که مهم‌تر از هر چیزی هستند که شما می‌خواهید داشته باشید. برخلاف یک خواسته، آن چیزی که شما دارید یک امید، آرزو و یا رویا نیست. چیزهایی که شما دارید واقعی و فوق‌العاده و از آن خود شما هستید. قدر آن‌ها را بدانید.

آن‌ها سطحی نگر نیستند

بعضی وقت‌ها مردم مرتکب اشتباهاتی می‌شوند. بعضی وقت‌ها شما را رها می‌کنند. هنگامی که این اتفاق‌ها می‌افتد، طبیعی است که تصور کنیم آن‌ها حرفمان را نشنیده گرفته‌اند و یا توجه نکرده‌اند. ولی معمولا دلیل مهم‌تری وجود دارد. شاید آن‌ها احساس سرکوب شدن دارند. شاید احساس می‌کنند هیچ کنترلی ندارند. ممکن است احساس بی‌په‌ودگی، به حاشیه رانده شدن، نادیده گرفته شدن و یا کمبود توجه داشته باشند.

اگر شما مسئول هستید، چه در محل کار و یا در خانه، احتمالا شما مجبور هستید که به اشتباهاتشان رسیدگی کنید. اما پس از آن به گذشته آن عمل برای مشخص کردن دلیل آن نگاه کنید. هر کسی می‌تواند آزادانه نظم و انضباط را برقرار سازد. این کار با میسر ساختن تفاهم، یکدلی و کمک به دیگران برای رسیدگی به مسائل بزرگی که منجر به یک اشتباه می‌شود همراه است.

در پایان ممکن است خود شما مسبب اصلی آن

اشتباه باشید.

آن‌ها دوست داشتن را در عمل نشان می‌دهند

شما کارتان را دوست دارید. وقتی که شما مشغول به کارتان هستید، این احساس در هر عمل و صحبتی که انجام می‌دهید بارز است. شما خانواده‌تان را دوست دارید. وقتی شما با آن‌ها هستید، آیا این احساس در صحبت و رفتار شما مشخص است؟ دوست داشتن یک احساس است و احساسات معمولا خودخواهانه هستند. احساساتان را در عمل نشان دهید. عشقتان به افرادی که شما را دوست دارند را در عمل ابراز کنید. نشان دهید که آن‌ها را هم در کلمات و هم در رفتار و کردارتان دوست دارید. وقتی که شما دوست داشتن را به فعل و عمل تبدیل کردید، افرادی که شما به آن‌ها اهمیت می‌دهید متوجه احساس واقعی شما می‌شوند پس مطمئن شوید که این گونه است.

آن‌ها تلاش می‌کنند که فقط خودشان باشند

شما نگران این هستید که مردم به چه چیزی فکر می‌کنند (احساس بدی به خود راه ندهید، مطمئنا اکثر افراد اینگونه‌اند). مهم نیست که چقدر سخت تلاش می‌کنید، شما نمی‌توانید همه آن چیزی باشید که مردم می‌خواهند. اما شما می‌توانید مطابق میل افرادی که شما را دوست دارند و به شما عشق می‌ورزند رفتار کنید. شما می‌توانید بهترین فردی باشید که توانایی‌اش را دارید. خودتان باشید، این کاری است که شما بهتر از هر فرد دیگری می‌توانید انجام دهید.

منبع: سایت فارنت



۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	
	۱۹												۱		۱
															۲
															۳
															۴
															۵
															۶
															۷
															۸
															۹
															۱۰
															۱۱
															۱۲
															۱۳
															۱۴
															۱۵

عمود:

۱- یکی از مهمترین مراجع قیمت‌گذاری نفت در بازار بین‌المللی -
 ۲- طایفه چادر نشین - به شخص درگذشته اطلاق می‌شود
 ۳- قاره سرسبز - شن وارونه - شکاف - برگه دریافت کالا
 ۴- موی نرم - دستبند زنانه - شخص
 ۵- مربوط به ناحیه آب و هوایی - واحد
 ۶- خالص - آنچه به آن استناد کنند - گاواهن - علی ای
 ۷- یار غم - نسبت دو زن با یک شوهر - اتاق پذیرایی
 ۸- پدر به روایت ترکها - گاز استخر - عدد - زمین وسیع
 ۹- متنها همراه گداز، نیش سرما - خبر افشاگرانه
 ۱۰- مخالف آشنا - توشه، خوراک سفر - از وسایل مخابراتی
 ۱۱- پرچم - روین تن افسانه‌ای - قاره سه تکه
 ۱۲- پرگویی - بندگاه میان ساعد و بازو، مرفق - به
 ۱۳- سلطان آسمان - پسوند شباهت - مخفف چه چیزی
 ۱۴- بزرگداشت - افیون، شیر خاشاک - درخت مخروطی شکل همیشه
 ۱۵- بی‌حرکتی اقتصادی - از پایانه‌های نفتی کشورمان

افقی:

۱- نوعی شیرینی خوشمزه - جایگاه لامپ روشنایی
 ۲- قبض پرداخت پول - تقسیم کردن - فرو شدن - بالابر ماشین
 ۳- تپه کوچک - سلاح کمری - جمع امیر، سرداران - بلندی و بزرگی قدر
 ۴- نظیر، مانند - خط‌کش مهندسی - بندشده، پایند
 ۵- مادر عرب - گنجه لباس - کشور نیشکر - خاندان
 ۶- همسر زن - دختر ژوپیتر - جوان، برنا
 ۷- مربوط به دریا - آفتاب - پایین - پایان‌نامه
 ۸- شهری در آرژانتین - مبنای فاصله در کهکشان
 ۹- رطوبت - انبار غله - نهر، جویبار - ستمکار
 ۱۰- گرو گذاشتن - شهر جوی‌دنی کردستان - جاده، طریق
 ۱۱- شالوده و بنیاد - نمایش غم‌انگیز - سلاح انفجاری - همگی
 ۱۲- چهارمین سیاره از منظومه شمسی - پاسخ جدول - از ورزشهای آبی
 ۱۳- تهویه‌کننده آشپزخانه‌نشین - اسب نباشد گونه‌ای خودروست
 - سازمان جاسوسی آمریکا - نور اندک
 ۱۴- نقشه انگلیسی - بزرگترین جزیره یونان - تیراندازی - حرف پرسشی
 ۱۵- از حواس پنجگانه - مکانیزه کردن.

برندگان جدول ویژه نامه نوروزی ایرانول

محمد اکبری، غلامحسین حسین زاده و سعید محسنی برندگان جدول ویژه نامه نوروزی ایرانول هستند. به این اشخاص به رسم یادبود هدایایی از سوی روابط عمومی و تبلیغات شرکت نفت ایرانول اهدا می‌شود.
 این افراد می‌توانند برای دریافت هدایای خود به واحد روابط عمومی و تبلیغات شرکت نفت ایرانول مراجعه و یا با شماره تلفن ۰۴۳۰۰۴۳۰ تماس حاصل کنند.

فرزند تازه متولد

محمدرضا پاشا نجاتی - مرزبان شکری - نادر غفرانی - حسین قاسمی فرد - محمدحسین خدادی - جاسم هلالی - بهزاد یعقوبی.

پیوند

مهران حق دوست - شاهین کرم نهال - حمیدرضا عسگری اردستانی - حمیدرضا ابوطالبی - محسن اسدی - رضا رستمی فر - علی جبالی - محسن بختیاری پور الیاس کبیری - محمود یکرنگ - سارا فراهانی - مهران خیری.

تولد

دفتر مرکزی

قربان علی شکر اله زاده - سجاد رضائی مرکیه - رضا مهدی پور پیله رود - شهاب الدین تهرانی - محسن اسدی حیدری - سید محمد حسین طباطبایی مینا پویان راد - زهره سادات سجادی - علی رحیمی - محمد خوش گفتار پسیخانی - حامد معماریان - ملیحه حسین زاده سرکاریزی - محمد قدیریان ارانی آرین مهدی زاده - حمید رضا خلیلی یاجلو - احسان هدایت نیا - جواد علی پور صدی - لیلا رهبری گنجه - افسانه انصاری - سارا بهرامی - پریسا کرمانی زهره زرابادی پور - عباس رحمانی - مجید اشجعی - جواد کاوه - محمد رضا اسدی - ابوالفتح زینعلی - محمد مددی اندیلی - حمیدرضا محمود پور.

پالایشگاه تهران

حسام سمیع ابیانه - علیرضا داودی - عبدالله افرا - مهدی باباباشی - بهنام مالکیان - عباس زالی - صالح توده فلاح - محمد مهدی قدیری - علیرضا ابراهیمی یعقوب مختاری دوست - سامرند کریم نژادیان - کامبیز شریفی مقدم - مسعود نیک پور - سید رضا طباطبایی - محمد سلطانی سنجگانی - کامران هوبخت پرهام پدنی - میثم باجمالو - علی یوسفی اسکویی - مهدی لشگری - ضیاء الدین مناجی ایررود - سحر یاوند طاهری - علیرضا قرائی - علیرضا شعبانی مهدی زمانی رازلیقی - داود قاسمی سهی - علی کاظمی - امیرحسین مراقی - مهدی ضیایی - علی عامری - محمد محمدی علی بابالو - محمد عظیمی محمدرضا مصطفوی اصل - مهدی عنداله - مجید رباط جزئی - مهدی اردستانی رستمی - سپیده آقاجانی - سجاد جعفری گرده - محسن درگاهی کشن محمد شهامت کریمی - سارا پورحنیفه - علیرضا کریمی - زین العابدین نصیری - سعید شیرازی زاده - محمدجعفر بیگلر - اکبر احمدی - امید علیجانی علی شکوهی بافقی - محمد ابنیکی - محمد مقدم - مهدی اخلاق دوست - لیلا ذی فهم - فاطمه تحفه - وحید محمدی آذر - مرتضی قدیانی - مهران روحی کریمی مهرداد کروندی - علی باقری - الهام زارع - نیره مهدی خواه میاب - امید شاه پروری - محمدرضا گودرزی - محمد علی ناصریان - علیرضا رحمانی اسکندری علی صارمی - مرتضی شامی - حسین رضائی سمنگانی - عطوف بهرامی - علی جلمبادانی - رضا رستمی فر - ذبیح قاسمی فرد - ولی اله باقر پور محمدرضا پور اسماعیلی مریمی - نادر غفرانی ماجلان - شمسعلی علی زاده فرد هریس - مهدی مهاجری - ناصر خاکپور آماچوان - شیرینعلی محمدی - محرم پاداشی منوچهر رحیمی - هوشنگ رومیانی - حجت خاکپور - رحمان گلزاری - اشکان شهبازان - مجتبی قاسمی کلام - محمدرضا رشیدخان - مهدی آب برین مجتبی بقرایی - میلاد طلعتی - چمران علیپور زارنجی - ابوالفضل سالاروند - محمد سلگی - علیرضا مومنی نژاد - مسعود صیامی خانیکی محمد شهامت کریمی انزاب - پوریا اکبری - علی عقباپی - مهیار مصطفی پور - رسول شکوهی بافقی - بهرام مهدوی - حسین محمدی - شاهین تاجیک - ناصر عرب براقی اسماعیل انارکی - علیرضا حسنی - شهاب مستوفی - شهرام ترک چین - حسن نظری فرد - شعبان حاجی پور - حمیدرضا باقری - سید وحید صحافی مهدی محمدیان - کاظم عینی - مهدی یوسفی - محمد محمدی - سید اعلا حسینی اقلند - هادی قاسمی اقباش - اسماعیل ملاح لیوانی - احمد شامانی امید حلاج - حمیدرضا عسگری زاده - جواد واثقی پناه.

مجتمع تهران

بیژن فیضی - محمد حسن محب الرحمان - حیدر منصفی سعید - کرملی ترکاشوند - احمد عبادی - نبی اله اصل بیگی - قاسم شعبانی - علی صدائی اوغانی حسین قاسمی فرد - محسن عباسی روزبهانی - سهیل فردی آقچای - مسعود الیاسی - مهدی برازنده - میثم ماشاء اله - محمدرضا انزلی - اکبر شیرعلیزاده دامنجان فرهاد صادقی مقدم - علی مهربان توانا - امیر حسین نصرتی متین - داود حسین زاده - پوریا جعفری - سید علی موغاری.

پالایشگاه آبادان

کامیار موسوی - محمدرضا محمدی پور - احمد بغلانی - علیرضا بیرانوند - عبدالله ناحمی - عبدالرضا میرزاییان - محمد مهدی شریفی - عبدالعلی اسدی کوهباد جعفر خورشیدی - سید رضا ازور - سید علی موسوی - مجید بیات - مهدی شکرالهی یانچشمه - زاده مصلی نژاد - عامر بغلانی - سید بشیر حسینیان میثم مختاری کرچگانی - محمدراشدی - مهدی غابشی - شهرام رستمی - احمدنیکونی - علی هنری زاده - سلیمان محمدی - سید عبدالحمید موسوی - علیرضا صابحی زاده مسعود زبیدی - فرزین راشدی - محمد بغلانی - بیژن ضیغمی - سعید نورانی زاده - نیما پور مشکو گل گیری - فواد فرحانی شلشی - مجید محمودی بهروز دهقانی سهر فروزانی - محب دشتی.

مجتمع اصفهان

حسین بابادی میرزا عوض - امیر کدخدائی - بهیار گرامی - علیرضا تیراژه علی ابادی - سید حمیدرضا اثنی اشری.

ایرانول
شرکت نفت ایرانول



IRANOL 4 Lit. Royal

روغن موتور چند درجه ای ویژه بنزینی و دیزلی

ما رقابت می کنیم تا شما برنده باشید

www.Iranol.ir

