

پتروپارس

نشریه داخلی گروه پتروپارس



سفرنامه فاز ۱۱ با طعم گپ و گفت با جمعی از بهترین‌های پتروپارس

تحميل سختی‌ها؛ فقط به عشق ایران



۳۰ مهر ماه ۱۳۸۷
سالروز افتتاح فازهای ۶، ۷ و ۸ پارس جنوبی



گاز ثروت است، نفت ثروت است، اما از این ثروت ها خیلی مهمتر
نیروی انسانی با استعداد و علاقه‌مند و دارای توان کار است.
مقام معظم رهبری

PETROPARS

ماهنامه پتروپارس

نشریه داخلی گروه پتروپارس
شماره ۱۴۴ (دوره جدید)

صاحب امتیاز:

گروه پتروپارس

مدیر مسئول:

امیر حاجی‌نیا

سر دبیر:

حسن شجاعی

دبیر تحریریه:

مهدی میرفی

دبیر هنری:

راحله فراهانی

دبیر عکس:

سیدامیدمیر معصومی

طراح و صفحه‌آرا:

شهناز امیرکبانی

همکاران تحریریه:

محمد سجاد کوثری ، علی کشوری
ارسلان نبینی، حجت اله مردان
رامان رضائی، سیده سمیه موسوی
سعید واحدی، سرور نامر
سید محمد امام زاده
بهرام آریافر، سینا محسنی رودباری
پرستو خلیلی، لیلا شقیعی‌نیک
فرزانه مسگری، فرزاد پناه تژاد
و علیرضا فرحانی‌تژاد

عکس روی جلد:

حسن شجاعی / سکوی فاز ۱۱

آدرس : تهران، سعادت آباد

بلوار فرهنگ، پلاک ۳۳

تلفن: ۲۲۳۷۲۳۴۰

تمایر: ۲۳۰۳۵۸۰۰

nashrieh@ppars.com

www.petropars.com



۶ رفع ناترازی گاز در مدر اولویت‌های پتروپارس ...
۱۰ نگاهی گذار بر تعمیرات اساسی ...
۱۶ نقش مدیریت استراتژیک در موفقیت ...
۱۹ حلقه گمشده موفقیت، پروژه مدیریت الزامات ...



۲۲ مدیریت چیزی فراتر از اعمال قدرت و ...
۲۶ حرکت در مسیر توسعه پایدار ...
۲۹ دستیابی به ۳/۵ میلیون نفر ساعت کار ...
۳۰ تعریف Expeditor و شرح وظایف آن ...



۳۱ مسافری از هند! ...
۳۳ کمال‌گرایی؛ موفقیت یا ناکامی ...
۳۸ گنجینه‌های ناشناخته شرق ایران ...
۴۲ آرتور فلیک یا جوکر؛ نبرد از درون ...

روابط عمومی و امور بین‌الملل گروه پتروپارس
در ویرایش مطالب ارسالی همکاران آزاد است

برقراری عدالت آموزشی رویکرد گروه پتروپارس در حوزه مسئولیت اجتماعی



امیر حاجی‌نیا
مدیر مسئول

گروه پتروپارس همواره به انجام وظایف خود در حوزه مسئولیت‌های اجتماعی پایبند بوده و ظرف سال‌های اخیر در بخش‌های فرهنگی، آموزشی و زیست محیطی اقدامات شایسته‌ای را در مناطق عملیاتی به انجام رسانده است.

یکی از دغدغه‌های گروه پتروپارس، برقراری عدالت آموزشی و توزیع عادلانه محصولات فرهنگی در مناطق محروم و کم‌برخوردار است و در این راه براساس نیازهای احصا شده از بخش‌های مختلف کشور توزیع اقلام و بسته‌های آموزشی و لوازم التحریر را در دستور کار دارد.

امسال نیز در آستانه آغاز سال جدید تحصیلی، این اتفاق مبارک با حمایت‌های سرپرست محترم گروه پتروپارس و همراهی بخش‌های مختلف ستادی و عملیاتی به انجام رسید تا یکبار دیگر لبخند رضایت و خوشحالی بر لبان کودکان و نوجوانان ایران عزیز بنشیند.

روابط عمومی و امور بین الملل گروه پتروپارس با همراهی همکاران تلاشگر واحد پشتیبانی و سایر شرکت‌های گروه، امسال نیز با بررسی نقاط آسیب‌پذیر در حوزه مناطق عملیاتی و پروژه‌های گروه، تلاش کرد تا ضمن بررسی نیازهای دانش‌آموزان و با تجارب ارزنده‌ای که از سال گذشته به دست آمده بود، اقلام لوازم التحریر با کیفیت و استاندارد را بین دانش‌آموزان مقاطع ابتدایی، راهنمایی و دبیرستان در شهرها و روستاهای هویزه، کرمان، زاهدان، دهلران، بوشهر، دهدشت، دشت آزادگان و کنگان توزیع کرده تا در مسیر آموزش این عزیزان کمترین خللی وارد نشود.

اعتقاد ما در مجموعه گروه پتروپارس بر این است که هیچ دانش‌آموزی به دلیل مشکلات مالی و اقتصادی نباید از امر مهم و سرنوشت‌ساز تحصیل باز بماند و با این رویکرد، ظرف دو سال گذشته بیش از ۱۵ هزار بسته لوازم التحریر در مناطق کم‌برخوردار مناطق عملیاتی و پروژه‌های گروه پتروپارس با همراهی و حمایت کمیته امداد امام خمینی (ره) توزیع شده است. بازخوردها و بررسی‌های میدانی نشان داده که این اتفاق ارزشمند تا چه اندازه رضایتمندی کودکان و نوجوانان این مناطق را همراه داشته و والدین این عزیزان با تقدیر و تشکر از همراهی گروه پتروپارس، قدردان این اقدام فرهنگی و آموزشی هستند.

امید است این مسیر ارزشمند در سال‌های آینده نیز تداوم داشته و گروه پتروپارس در اجرای وظایف خود در حوزه مسئولیت‌های اجتماعی بیش از گذشته قدم‌های مثبت و ماندگاری را بردارد.



توجه به سرمایه‌های انسانی

لازمه تغییرات مثبت سازمانی

حسن شجاعی

سر دبیر



در مجموعه پتروپارس تا چه اندازه اثربخش و امیدآفرین بوده است. حال که وعده‌های داده شده از سوی مدیرعامل گروه در حوزه‌های معیشتی محقق شده و انشاءالله در ادامه نیز اتفاقات مثبت و ارزشمند دیگری نیز به واسطه نگاه مثبت ایشان به سرمایه‌های انسانی رقم بخورد، انتظار می‌رود چرخ توسعه و حرکت پروژه‌ها و طرح‌های گروه نیز شتاب دوچندانی گرفته و تعهدات گروه پتروپارس هرچه زودتر به سرانجام برسد تا پروژه‌های تازه و ملی جدید برای عملیاتی شدن به گروه پتروپارس اضافه شود.

فراموش نکنیم همه ما با هدف‌های خاص خود در مجموعه پتروپارس گرد هم جمع شده ایم، اما اگر هدف اصلی ما در سه کلمه برای ایران، مردم و قلبمان تعریف شود خواهیم دید چالش‌ها و مشکلات کمتر به چشم آمده و مسیر موفقیت و سربلندی گروه پتروپارس با انرژی مثبت و ارزشمندتری طی خواهد شد.

تغییر و تحول، اساس توسعه و پیشرفت هر مجموعه پویایی است که برای رسیدن به اهداف بزرگ خود به دنبال تغییرات مثبت و کارگشاست. در مجموعه‌های صنعتی نیز این قاعده مصداق دارد و با توجه به روش‌های متفاوت برای بهبود عملکردها و اصلاح روش‌ها، تغییرات عموماً مثبت تلقی شده و هیچگاه حمل بر ناکارآمدی و ضعف مدیریت‌های پیشین تلقی نمی‌شود. در شرکت‌های پروژه محور نیز این تغییرات به شکل دیگری گره گشای مشکلات فنی و اجرایی هستند و با اینکه اهداف از پیش تعیین شده‌ای برای اتمام طرح‌ها وجود دارد، اما تغییر ساز و کارها و روش‌های اجرایی و مدیریتی، کمک می‌کند تا کاستی‌ها کمتر شده و چالش‌های پیش رو برای دست یابی به اهداف مدنظر به حداقل کاهش یابند.

در دوره جدید مدیریتی گروه پتروپارس نیز شاهد هستیم، مسیر و چشم انداز همان انجام موفق و بهینه طرح‌ها و پروژه‌های واگذار شده به مجموعه عظیم و ملی پتروپارس است، اما مدیریت کلان گروه در نظر دارد در وهله اول با استفاده از تجارب قبلی و پیشینه تخصصی خود، تغییر را در رویکرد و نگاه به حوزه منابع انسانی قرار داده تا ضمن رفع مشکلات، با ابزارها و راهکارهای تازه، این مسیر سخت و دشوار را بپیماید.

توجه ویژه به حوزه سرمایه‌های انسانی گروه در نخستین روزهای تغییر و تحول در مدیریت کلان گروه پتروپارس نشان داد دکتر ثقفی، توفیق در برنامه‌های آتی گروه را در توجه ویژه به این بخش مهم و سرمایه‌ای گروه می‌داند و اعتقاد دارد اگر دغدغه همکاران در حوزه‌های معیشتی و اقتصادی براساس ظرفیت‌های گروه حل

شود آنگاه مدیریت مجموعه نیز می‌تواند انتظار داشته باشد مسیر

تغییر و تحول در راستای اهداف پیش رو، در حوزه صف و ستاد به بهترین شکل ممکن شکل بگیرد.

اینکه همکاران در ستاد و مراکز عملیاتی حس کنند مدیرعامل گروه نهایت تلاش و ظرفیت خود را برای رفع دغدغه‌های آنان که عموماً مسایل اقتصادی و معیشتی هستند به کار گرفته، به طور قطع و یقین «تمام» خود را پای کار خواهند آورد و آنگاه شاهد خواهیم بود تغییرات صورت گرفته





سرپرست گروه پتروپارس، کمک به رفع ناترازی گاز در زمستان ۱۴۰۳ را یکی از مهم‌ترین رویکردهای این گروه عنوان کرد. دکتر حمیدرضا ثقفی پس از حضور و بازدید از پروژه‌های خشکی پتروپارس در واحد فرآورش مرکزی میدان نفتی آزادگان جنوبی (CTEP) و فاز اول طرح توسعه میدان نفتی آزادگان جنوبی (GC)، اینبار به همراه حمید بورد مدیرعامل شرکت ملی نفت ایران بر روی سکوی فاز یک پارس جنوبی و موقعیت SDP1 حضور یافت تا موضوع رفع ناترازی گاز بر روی پروژه‌های دریایی این گروه را ارزیابی نماید. بنابراین گزارش، دکتر ثقفی در این بازدید که حجت‌الاسلام موسی احمدی رئیس کمیسیون انرژی مجلس شورای اسلامی و اعضای هیئت مدیره شرکت ملی نفت ایران حضور داشتند، بر روی سکوی Well Target 1 ضمن ارائه گزارشی از اقدامات صورت گرفته توسط گروه پتروپارس در زمینه حفاری چاه‌های درون میدانی (Infill) در این منطقه، بر تغییر رویکرد فنی پتروپارس در زمینه حفاری چاه‌ها به منظور تسریع در انجام تعهدات در دست انجام، خبر داد.

دکتر ثقفی خاطرنشان کرد: با توجه به ناترازی گاز در کشور و خصوصاً در فصل سرما، تصمیم بر این شد تا به جای حفاری batch drilling در سکوی SPD1 که چاه‌ها در سال آینده به مرحله تولید می‌رسند، یک چاه تا مخزن حفاری تکمیل شده و تا آذر ماه ۱۴۰۳ تولیدی شود؛ بدین منظور تمهیدات ویژه‌ای در برنامه ریزی‌های عملیاتی حفاری و تولیدی کردن چاه مذکور صورت گرفته است. گفتنی است با اجرایی شدن پروژه حفاری ۸ حلقه چاه درون میدانی (Infill) تحت قرارداد گروه پتروپارس بیش از ۱۵ میلیون مترمکعب به ظرفیت تولید گاز کشور اضافه شده و کمک شایانی به رفع ناترازی گاز کشور صورت گیرد.

دکتر ثقفی سرپرست گروه پتروپارس خبر داد

رفع ناترازی گاز کشور در صدر اولویت‌های پتروپارس



نشست هم اندیشی سرپرست
گروه پتروپارس با مدیران شرکت برگزار شد

آرامش و آسایش همکاران اولویت حوزه منابع انسانی



رفتار شده تا آن‌ها نیز از نظر فنی و تخصصی ارتقاء پیدا کنند، برای همیشه این اتفاق در یاد آنها خواهد ماند و به عنوان یک فرهنگ سازمانی در نسل‌های مختلف شرکت منتقل خواهد شد. دکتر ثقفی اضافه کرد: وظیفه ما و شما این است که آرامش و آسایش را به تمامی همکاران گروه پتروپارس منتقل کنیم؛ همکاران ما باید حس کنند برایشان احترام قائل هستیم و این مهم میسر نخواهد شد مگر اینکه رفاقت، همدلی و دوستی در تمامی بخش‌های گروه بیش از گذشته برقرار شود.

وی ادامه داد: هنر شما باید این باشد که آسایش و آرامش همکاران را فراهم کنید و در این مسیر باید شرایطی فراهم شود تا حقوق و مزایای دریافتی آنان گذران زندگی را دچار مشکل نکند. ضمن اینکه می‌بایست برای همکاران جذابیت لازم جهت کار در گروه پتروپارس را فراهم کرد و اگر این مهم در شرکت اتفاق بیفتد حتما شاهد رشد و شکوفایی آن خواهیم بود. سرپرست گروه پتروپارس با تأکید بر اینکه هیچ انسانی بی‌خطا و اشتباه نیست تأکید کرد: باید به نحوی عمل کنیم که خطا و اشتباه همکاران توسط سایرین پوشش داده شود و این موضوع محقق نخواهد شد مگر اینکه برای آینده برنامه ریزی داشته باشیم و براساس شرایط هر واحد نسبت به افزایش توانمندی همکاران و رفع مشکلات تلاش کنیم. ضمن اینکه در صورت بروز توانمندی‌های بیشتر در کار و یا خطا و اشتباه، حتما نظام تشویق و جریمه برقرار خواهد بود تا براساس آن برای همکاران موفق، انگیزه لازم ایجاد شود.

دکتر ثقفی با تأکید بر برنامه ریزی تمامی واحدهای گروه در خصوص ارایه شرایط فعلی نیروی انسانی یادآور شد: به عقیده من مدیران بایستی برای جذب و استفاده از نیروی انسانی، شاخص داشته باشند و براساس آن سمت‌های مازاد و کمبودهای هر واحد مشخص شود تا در پروژه‌های آتی بتوان از توان و ظرفیت نیروهای مازاد استفاده کرد. ضمن اینکه برای جذب نیرو براساس برنامه ریزی واحدها باید برنامه داشته باشیم تا مشکلات کمبود نیروی متخصص و حرفه‌ای در شرکت به حداقل برسد.

در پایان این نشست، تعدادی از مدیران سؤالات خود را در زمینه حفظ و نگهداشت نیروی انسانی مطرح کردند که توضیحات لازم از سوی دکتر ثقفی ارایه شد.

نشست هم‌اندیشی سرپرست گروه پتروپارس با مدیران ارشد و میانی گروه در زمینه راهکارهای حفظ و نگهداشت نیروی انسانی برگزار شد. در ابتدای این نشست مسعود ذاکر مشفق سرپرست برنامه ریزی شرکت پتروپارس طی سخنانی ضمن اشاره به اهمیت برگزاری این نشست در خصوص راه‌های برقراری تناسب بین نیروی انسانی ستاد و پروژه‌ها توضیحاتی ارایه کرد.

وی با بیان اینکه مهمترین سرمایه گروه پتروپارس، نیروی انسانی توانمند آن است یادآور شد، این جلسه با تأکید سرپرست گروه پتروپارس و با هدف بررسی سیاست‌ها و استراتژی‌های حفظ و نگهداشت نیروی انسانی در شرکت برگزار شده است.

در ادامه این نشست صمیمانه، دکتر حمیدرضا ثقفی، سرپرست گروه پتروپارس ضمن خیرمقدم به همکاران، توضیحاتی در مورد شرایط فعلی گروه در حوزه نیروی انسانی و نقاط قوت و ضعف آن ارایه کرد. وی با بیان این نکته که همه مدیران گروه باید روی همکاران شرکت غیرت داشته و برای اعتلا و پیشرفت آنان تلاش کنند گفت با برنامه ریزی صورت گرفته، از تمامی واحدها خواسته ایم که در مورد الزامات و نیازهای حوزه منابع انسانی خود اطلاعات لازم را در اختیار مدیریت برنامه ریزی قرار داده تا پس از پایش و بررسی لازم، نسبت به استفاده بهینه از همکاران که سرمایه‌های اصلی گروه محسوب می‌شوند در پروژه‌ها و بخش‌های مختلف ستادی تصمیم‌گیری شود. سرپرست گروه پتروپارس با اشاره به این نکته که هیچگونه تعدیل نیروی انسانی در گروه پتروپارس انجام نخواهد شد تأکید کرد: استراتژی ما در زمینه حفظ و نگهداشت نیروی انسانی در وهله اول جلوگیری از تعدیل نیروها و در مقابل عدم استخدام جدید است. در این راستا باید ضمن حفظ نیروهای توانمند، زمینه برای ارتقاء توان علمی و فنی سایر همکارانی که در مراتب پایین تری قرار دارند صورت گیرد تا انشاالله در یک بازه زمانی مناسب، شرایط برای افزایش مهارت سایرین نیز فراهم شود.

وی ادامه داد: مطمئن باشید اگر با همکارانی که نیازمند آموزش هستند، به نحو شایسته



سفیر ونزوئلا با دکتر ثقفی سرپرست گروه پتروپارس دیدار کرد

راه‌های توسعه همکاری‌های نفتی دو کشور بررسی شد

دکتر ثقفی سرپرست گروه پتروپارس در دیدار با سفیر ونزوئلا، بر تداوم همکاری‌های دوجانبه در راستای منافع ملی دو کشور تأکید کرد. در نشست صمیمانه که با حضور دکتر حمیدرضا ثقفی سرپرست گروه پتروپارس، محمدرضا مصباح عضو هیات مدیره و مدیر مالی گروه پتروپارس و «خوزه رافائل سیلوا» سفیر جمهوری ونزوئلا در تهران برگزار شد، دو طرف ضمن ابراز خرسندی از روند اجرای «طرح افزایش ظرفیت ذخیره سازی و صادرات پایانه نفتی بندر خوزه» رفع مشکلات و موانع موجود در این پروژه بین‌المللی را خواستار شدند. در این جلسه دکتر ثقفی با بیان اینکه اجرای این پروژه به اقتصاد دو کشور دوست کمک خواهد کرد گفت: هدف ما از حضور در ونزوئلا علاوه بر اجرا و تکمیل پروژه بندر خوزه، انتقال دانش فنی به صنعت نفت و گاز این کشور است و تلاش داریم با استفاده از ظرفیت نیروی انسانی متخصص این کشور شرایطی را فراهم آوریم تا بخش مهمی از پروژه توسط کارشناسان ونزوئلایی به انجام برسد. وی خاطر نشان کرد: پتروپارس علاقه مند است تا در حوزه‌های مختلف صنعت نفت و گاز توانمندی‌های خود را در ونزوئلا گسترش داده و به عنوان بزرگترین شرکت تولید و اکتشاف (E&P) ایرانی خواهان توسعه فعالیت‌های خود در این کشور هستیم. دکتر ثقفی با تأکید بر این نکته که در آینده نزدیک کارشناسان و متخصصان دو طرف برای رفع موانع موجود در روند اجرایی پروژه بندر خوزه نشست تخصصی خواهند داشت گفت:

علاقه مند هستیم تا مدیران ارشد وزارت نفت کشور ونزوئلا بیش از پیش با توانمندی‌های فنی و تخصصی گروه پتروپارس در توسعه صنعت نفت و گاز این کشور آشنا شوند و راه‌های همکاری‌های دوجانبه بیش از گذشته توسعه یابد. سرپرست گروه پتروپارس با اشاره به استقبال این مجموعه در رفع هرچه سریع‌تر مشکلات مالی و فنی پروژه بندر خوزه یادآور شد از جانب ما هیچ محدودیتی برای برپایی نشست‌های تخصصی در راستای رفع مشکلات وجود ندارد و از طرف ونزوئلایی نیز تقاضا داریم ضمن تسریع در انجام تعهدات مالی شرایطی را فراهم آورند که پتروپارس بتواند براساس تفاهات و قرارداد منعقد در زمان تعیین شده تعهدات خود را به انجام برساند. دکتر ثقفی تصریح کرد: گروه پتروپارس برای ارتقاء روابط نفتی دو کشور آماده هر گونه همکاری در سطح مدیران ارشد وزارت نفت است و تلاش خواهد کرد با ظرفیت و توان فنی و تخصصی بالای خود برای توسعه صنعت نفت و گاز ونزوئلا و انتقال دانش به متخصصان این کشور تلاش نماید. در این نشست صمیمانه، «خوزه رافائل سیلوا» سفیر ونزوئلا در ایران ضمن ابراز خرسندی از دیدار با دکتر ثقفی و حضور در گروه پتروپارس، از تمایل دولت متبوع خود برای توسعه روابط صنعتی با جمهوری اسلامی ایران به ویژه در حوزه نفت و گاز گفت و تصریح کرد: علاقه مند هستیم تا مشکلات و موانع موجود در انجام پروژه «طرح افزایش ظرفیت ذخیره سازی و صادرات پایانه نفتی بندر خوزه» هرچه سریع‌تر مرتفع شده و در زمان مقرر به سرانجام برسد. به همین خاطر اینجا هستیم تا ضمن تسهیل در برگزاری نشست‌های تخصصی بین گروه پتروپارس و وزارت نفت ونزوئلا، شرایطی را فراهم شود تا با رفع موانع مالی و فنی، زمینه برای توسعه همکاری‌های نفتی دو کشور بیش از گذشته فراهم شود.

گفتنی است در پی تفاهم نامه‌ای همکاری میان وزارت نفت جمهوری اسلامی ایران و ونزوئلا، قرارداد افزایش ظرفیت ذخیره سازی و صادرات ترمینال نفتی بندر خوزه مابین شرکت پتروپارس و شرکت ملی نفت ونزوئلا (PDVSA) از بهمن ماه ۱۴۰۲ وارد فاز اجرایی شد. این نخستین قرارداد بین المللی نفت و گاز یک شرکت ایرانی است که در قالب قرارداد EPC و با تأمین مالی توسط طرف ونزوئلایی منعقد شده و بر اساس آن شرکت پتروپارس متعهد شده است ظرف مدت یکسال، ظرفیت ذخیره سازی بندر خوزه ونزوئلا را افزایش دهد.



دکتر ثقفی: انشاءالله در سایه همدلی و همراهی شرکت نفت و گاز پارس و پیمانکاران حاضر در این طرح، زمینه تولید و تأمین پایدار انرژی از فاز ۱۱ فراهم شود



دکتر ثقفی سرپرست گروه پتروپارس اعلام کرد

برنامه ریزی جهت عملیات نصب جکت فاز ۱۱ در موقعیت SP11A در بهمن ۱۴۰۳

توسط شرکت صدرا آغاز شده است گفت: براساس برنامه ریزی انجام شده و تمهیدات لازم توسط تیم مدیریت طرح در شرکت پتروپارس و پیمانکار، انتظار می رود جکت فاز ۱۱ مطابق با برنامه آماده نصب در موقعیت SP11A شود. دکتر ثقفی همچنین در زمینه ادامه حفاری چاه های میدان گازی فاز ۱۱ پارس جنوبی نیز خاطرنشان کرد: متعاقب نصب جکت SP11A، دکل حفاری در موقعیت جکت مستقر شده و عملیات حفاری آغاز خواهد شد تا انشاءالله در سایه همدلی و همراهی شرکت نفت و گاز پارس و پیمانکاران حاضر در این طرح، زمینه تولید و تأمین پایدار انرژی از فاز ۱۱ فراهم شود.

در حاشیه عملیات Roll-up جکت چهارپایه فاز ۱۱ میدان گازی پارس جنوبی، دکتر ثقفی با حضور در جمع کارگران و پیمانکاران این طرح از نزدیک با آنان گفت و گو کرد و در جریان مشکلات آنان قرار گرفت و ضمن ارائه راهبردهای لازم، یادآور شد برای رفع مشکلات تلاش خواهد کرد.

عملیات Roll-up جکت فاز ۱۱ میدان گازی پارس جنوبی در موقعیت SP11A با حضور دکتر حمیدرضا ثقفی سرپرست گروه پتروپارس با موفقیت به انجام رسید.

این عملیات با حضور سید محی الدین جعفری، معاون پیشین طرح های توسعه ای شرکت نفت و گاز پارس محمدرضا رجایی، مجری طرح توسعه فاز ۱۱ پارس جنوبی شرکت نفت و گاز پارس، علی ندریان مدیر طرح توسعه فاز ۱۱ پارس جنوبی شرکت پتروپارس، منوچهر علیپور مدیرعامل شرکت صنعتی دریایی ایران (صدرا) و جمعی از مدیران گروه پتروپارس و شرکت های پیمانکاری فعال در طرح فاز ۱۱ اجرا شد. دکتر حمیدرضا ثقفی سرپرست گروه پتروپارس در این بازدید با تأکید بر اهمیت توسعه فاز ۱۱ پارس جنوبی در رفع ناترازی گاز کشور گفت: با اجرای تعهدات عملیاتی فاز ۱۱ و با همت عوامل اجرایی این شرکت شاهد کاهش محسوس ناترازی گاز در مصارف صنعتی و خانگی کشور خواهیم بود و گروه پتروپارس ضمن تأکید بر تحقق تعهدات خود برای تأمین انرژی کشور در میدان گازی پارس جنوبی، از هیچ تلاشی فروگذار نخواهد کرد. وی با تأکید بر اینکه با تکمیل و بهره برداری از فاز ۱۱ پارس جنوبی ظرفیت تولید از این میدان استراتژیک به ۵۶ میلیون مترمکعب در روز خواهد رسید، تأکید کرد: به لطف خدا و تلاش همکاران سختکوش گروه پتروپارس، نصب جکت موقعیت SP11A در این میدان در بهمن ماه سالجاری انجام خواهد شد. سرپرست گروه پتروس با بیان اینکه ساخت جکت چهارپایه SP11A که مراحل عملیاتی Roll-up آن به انجام رسید با وزنی در حدود ۴ هزار تن و ارتفاع بیش از ۷۵ متر در اول خردادماه امسال در یارد بوشهر

نگاهی گذار بر تعمیرات اساسی
پالایشگاه‌های گاز پارس جنوبی

POMC پرچمدار اجرای موفق‌ترین تعمیرات‌های اساسی و دوره‌ای در صنایع نفت، گاز و پتروشیمی کشور

علی‌کشوری

مدیر پروژه‌های بهره‌برداری و تعمیرات شرکت POMC



محوریت و اهداف اجرای تعمیرات اساسی در پالایشگاه‌های گاز را می‌توان سر فصل‌هایی از قبیل، بازدید کلیه تجهیزات ثابت و دوار، رفع عیوب مشاهده شده حین بهره‌برداری، پایش خوردگی و فرسایش خطوط و تجهیزات، اجرای دستور کارهای اداره مهندسی در راستای بهبود بهره‌برداری و شستشو، نمونه‌برداری و تعویض قطعات معیوب تقسیم کرد.

شرکت POMC بعنوان پرچمدار اجرای موفق‌ترین تعمیرات‌های اساسی و دوره‌ای در صنایع نفت، گاز و پتروشیمی کشور عزیزمان ایران همچون گذشته با تکیه و پشتیبانی کادر مدیریتی، کارشناسی و اجرایی خود در گروه مدیریت پروژه‌های بهره‌برداری و تعمیرات اقدام به برگزاری اورهال‌های متعدد و موفق در پالایشگاه‌های گازی پارس جنوبی نموده است که در آخرین تعمیرات اساسی انجام گرفته ذیل قرارداد بهره‌برداری و تعمیرات پالایشگاه دهم (فاز ۱۹) طی ماه‌های تیر و مرداد رکوردی جدید در زمینه تعداد دستور کارها و زمان بسیار فشرده این تعمیرات بدون هرگونه حادثه ناتوان کننده به اجرا رسانیده است.

پالایشگاه دهم پس از سه سال متوالی تولید بدون وقفه نیازمند اجرای یکی از سنگین‌ترین تعمیرات‌های اساسی بود که با برنامه ریزی‌های دقیق طی یک سال گذشته احجام کاری استخراج و جهت برگزاری تعمیرات اساسی به زمانی بالغ بر ۳۴ روز اعلام نیاز شد؛ این زمان پس از برگزاری جلسات متعدد

با توجه به وجود یکی از بزرگترین میادین گازی در حوضه خلیج فارس و برپایی بزرگ‌ترین مجتمع پالایشگاهی گاز جهان در مناطق پارس یک و دو واقع در منطقه ویژه اقتصادی پارس جنوبی در نزدیکی شهرستان‌های عسلویه و کنگان در جنوب کشور عزیزمان ایران، لزوم برگزاری تعمیرات اساسی و دوره‌ای منظم و با کیفیت از الزامات تداوم برداشت گاز از این منابع گاز طبیعی است.

با توجه به ناترازی‌های موجود در تولید و مصرف گاز طبیعی بویژه در فصول سرد سال، انجام تعمیرات اساسی این پالایشگاه‌های گازی به منظور تامین خوراک واحدهای صنعتی، پتروشیمیایی و مصارف مسکونی از اهمیت بالایی برخوردار بوده و می‌بایست طبق برنامه ریزی‌های دقیق صورت گرفته و زمانبندی ابلاغی از سوی ستاد شرکت ملی گاز و در تابستان صورت پذیرد.

واحد HSE شرکت POMC اجرای این حجم از کار در دو شیفت روز و شب بدون هرگونه حادثه منجر به وارد آمدن خسارت و صدمه ناتوان کننده بوده است که باعث شد رکورد ساعت کار بدون حادثه در پالایشگاه هفتم به بیش از ۶ میلیون نفر ساعت برخی از رکوردهای ثبت شده در این تعمیرات اساسی سنگین در پالایشگاه دهم از قرار زیر است:

- تعمیرات اساسی بیش از ۱۰۰۰ دستگاه شیرآلات صنعتی.
- تعمیر و اجرای روتین C کمپرسور و توربین بخار کمپرسور پروپان این پالایشگاه برای نخستین بار و به دست توانمند کارشناسان ایرانی و شرکت POMC.
- انجام تست سنجش میزان نشتی کابل ها برق زیر زمینی از محل مفصل های اتصالی توسط تیم متخصص برای نخستین بار در سطح پالایشگاه های پارس جنوبی به منظور پیش گیری از قطع جریان برق در زمان تولید.
- بازرسی، تعمیر و چک های روتین هر دو سازه و تیپ های فلر پالایشگاه دهم به ارتفاع اقمیری یکصد و بیست متر.
- لازم به توضیح است کلیه فعالیت های یاد شده تعمیرات اساسی پالایشگاه دهم در گرم ترین روزهای منطقه و در ماه های تیر و مرداد صورت پذیرفت که به لطف خداوند و برنامه ریزی دقیق واحد پشتیبانی شرکت POMC کلیه اقدامات اسکان جابجایی، سرو غذا و نیم چاشت، توزیع به موقع آب، یخ و شربت در طول بازه زمانی اورهال انجام گرفت و سهم بسیار مهمی در بدست آوردن این موفقیت برای میهن عزیزمان و شرکت POMC توسط اداره مدیریت بر پروژه های بهره برداری و تعمیرات رقم زد.



با مرکز مدیریت توزیع گاز کشور به ۲۲ روز کاهش یافت و مورد تصویب قرار گرفت.

● تعمیرات بیش از ۱۰۷۰ عدد شیرآلات که شامل باز کردن، انتقال به کارگاه تعمیرات شیرآلات، تعمیرات، تست های بازرسی فنی و انتقال و بستن مجدد این شیرآلات است.

- آماده سازی و بازرسی فنی از کلیه کوپن های سنجش میزان خوردگی در سطح پالایشگاه.

● اجرای روتین C برای کلیه مبدل های حرارتی ترین های گازی شامل خارج نمودن تیوب باندل ها و شستشوی تحت فشار تیوب ها و رسوب زدایی از آنها.

● اجرای روتین C برای کلیه درام ها، شامل بازرسی فنی و کنترل خوردگی تمیز کاری سطوح داخلی بوسیله فشار آب و تعمیر سطوح طبق دستور کار بازرسی فنی.

- تعویض مولکولارسیل راکتورهای ترین های گازی.
- انجام بیش از بیست مورد دستور کار اصلاحی واحد مهندسی پالایشگاه.
- انجام بیش از یکصد کورد روتین های دوره ای تعمیر و نگهداری تجهیزات دوار (پمپ).

- شستشوی تمامی کولر های هوایی.
- بازرسی و اجرای روتین های پست های برق پالایشگاه.
- جوشکاری و اجرای فعالیت های لوله کشی به حجمی بالغ بر سه هزار اینچ قطر اهم فعالیت های یاد شده در بالا با استخدام و به کار گیری پرسنل اجرایی مشتمل بر ۷۰۰ نفر نیروی انسانی و بیش از یکصد و پنجاه عدد خودروهای سبک و سنگین به وقوع پیوست که ماحصل آن بواسطه حضور و نظارت تمام وقت پرسنل و مدیریت





سفرنامه فاز ۱۱ با طعم گپ و گفت با جمعی از بهترین‌های پتروپارس

تحمل سختی‌ها؛ فقط به عشق ایران

■ محمدرضا رازقی: کار در دریا یعنی چالش!



محمدرضا رازقی فوق لیسانس زمین‌شناسی را از دانشگاه تهران اخذ کرده است و از سال ۱۳۹۷ در طرح توسعه میدان مشترک نفتی آزادگان جنوبی با گروه پتروپارس همکاری خود را شروع کرده و از سال ۱۳۹۹ در پروژه فاز ۱۱ پارس جنوبی فعالیت خود را ادامه داده و در حال حاضر به عنوان

زمین‌شناس فاز یازده در موقعیت SPD11B حضور دارد. وی پیش از این با شرکت‌های متعددی از جمله دانا انرژی در فازهای ۱۷B و ۱۸B پارس جنوبی در پروژه دریایی همکاری داشته است.

وی در خصوص شرح کار، چالش‌ها و زندگی در دریا گفت: رشته زمین‌شناسی در نگاه اول برای جامعه، علمی ناشناخته است و حتی پر بیراه نیست بگوییم حتی کسانی که در این رشته قبول می‌شوند نسبت به این رشته آگاهی کافی ندارند، ولی این تخصص، بویژه در صنعت نفت و گاز که شامل اکتشاف و تولید می‌شود در هر دو حوزه نقش پررنگی دارد.

وی در ادامه بیان کرد: رشته زمین‌شناسی در تشخیص وجود منابع که مرحله اول اکتشاف در این صنعت است کمک می‌کند؛ در مرحله تولید گاز یافت، زمین‌شناس از ابتدای حفاری به صورت پازل و راهبری عملیات حفاری را انجام می‌دهد؛ مثلاً یک زمین‌شناس براساس اطلاعات این تشخیص را می‌دهد باید تا چه عمقی در دریا عملیات حفاری انجام شود تا به مخازن گازی سازندهای کنگان و دالان برسیم و این مرحله ادامه دارد تا تعیین کند عمق نهایی چاه چقدر است.

علیرضا فرحانی نژاد
خبرنگار



سفر به فاز یازده هم فال است و هم تماشا؛ دیدن یکی از عظیم‌ترین سازه‌های نفتی کشور در موقعیت SPD11B و دیدن جمعی از بهترین متخصصان و مهندسان کشور حال و هوای آدم را عوض می‌کند. سفری ۸ ساعته با «کروبو» از پایانه یارد کیش آنهم در هوای شرجی جنوب و گرمای تند و تیز شهریور ماه را تنها شوق دیدن همکاران عزیز و تلاشگر دکل Welltarget2 جبران می‌کند.

با لباس‌هایی که از شرجی بالای هوا خیس شده خودم را به طناب‌های سبد انتقال از «کروبو» به دکل آویزان کرده و با هزار «هول و ولا» ارتفاع ۳۵ متری را با سرعت طی می‌کنم تا وقتی پایم صفحه فلزی Welltarget2 را لمس نمی‌کند قلبم آرام نمی‌گیرد.

با استقبال آقا احسان ماندنی پور «کمپانی من» خوش اخلاق ول تارگت ۲ خود را آماده می‌کنم تا از لحظه لحظه حضور در فاز ۱۱ استفاده کنم و هر آنچه از تلاش‌ها و زحمات بچه‌های خونگرم این مجموعه بزرگ می‌بینم برای شما روایت کنم. آنچه در ادامه می‌خوانید درددل جمعی کوچک از گروهی تلاشگر و کوشاست که برای کمک به رفع ناترازی انرژی در کشور و روشن ماندن چراغ صنعت و خانه‌های ما از هیچ کوششی فروگذار نیستند و من از نزدیک شاهد این مدعا هستم. با هم در ادامه این گفت و گوهای صمیمانه را می‌خوانیم.



سکوی SPD11B به مجموعه پتروپارس پیوست و پیش از آن از سال ۱۳۹۷ تا ۱۴۰۲ در فازهای ۱۳، ۲۲ و ۲۴ با مجموعه تسکو، همچنین حدود ۵ سال هم با مجموعه آب و فاضلاب با همان سمت ابزار دقیق همکاری داشته است. رحمانی به شرح وظایف کاری و عنوان شغلی خود اشاره کرد و گفت: عنوان شغلی من تکنسین ارشد ابزار دقیق است و کار اصلی من در این حوزه شامل

تعمیر و نگهداری سیستم‌های ابزار دقیق از جمله سنسورهای گاز، سیستم‌های کنترلی، فشار و دمای گاز، نصب و جابجایی تاسیسات است و می‌توان گفت نصب و راه‌اندازی از مهم‌ترین فعالیت‌هایی است که باید توسط تکنسین ارشد صورت گیرد. وی ادامه داد: پایدار نگه داشتن تولید گاز، بزرگ‌ترین چالش کاری تیم ابزار دقیق است و یکی از مشکلات رایج در این حوزه قطع برق تجهیزات است که باید در کوتاه‌ترین زمان ممکن برطرف شود تا تولید به حالت طبیعی باز گردد. رحمانی در پایان بر چالش‌های کاری و خانوادگی افرادی که در سکوهای دور از خشکی فعالیت می‌کنند، اشاره کرد: نتایج کاری این مجموعه نمایانگر به کارگیری تمام توان کارکنان است اما با توجه به فشار کاری و خطرات موجود، توجه بیشتری به وضعیت مالی و خانوادگی کارکنان صورت گیرد و از آنجا که مشکلات در این حوزه به طور مستقیم در روند کاری تاثیر گذار است، توجه بیشتری به ویژه برای افرادی که مستاجر یا دارای فرزند هستند می‌تواند با روحیه‌ای بهتر و کارایی بالاتر به کار خود ادامه دهند.



■ هادی نامدار: شرایط کار در سکوهای دریایی سخت و طاقت‌فرسا است
هادی نامدار، اپراتور اتاق کنترل، با بیش از ۲ سال سابقه در پروژه‌های خشکی و دریایی فعالیت‌های خود را از سال‌های ۱۳۹۰ و ۱۳۹۱ با پروژه خشکی فاز ۱۹ در شرکت POMC آغاز کرد. وی پس از آن در پروژه‌های مختلفی از جمله فازهای ۱۴، ۱۷، ۲۲ و ۲۴ همکاری داشت.

همچنین او در تحویل‌گیری سکوی 12C از نفقات POGC حضور داشت و با شرکت‌های تسکو و نیلسان در پروژه‌های مختلف دریایی همکاری کرده است. نامدار در خصوص پروژه سکو ۱۲ چارلی توضیح داد: این سکو پس از آماده‌سازی، بر روی شناور قرار گرفت و به مدت ۶ ماه در لنگرگاه عسلویه مستقر بود تا کارهای تعمیرات و نصب متريال بر روی آن انجام شود. در نهایت، این سکو در خردادماه ۱۴۰۲ روی پلتفرم IIB نصب و پس از پیش‌راه‌اندازی و بهره‌برداری، در شهریورماه تحویل گروه پتروپارس شد. وی در خصوص وظایف روزانه خود گفت: کنترل وسایل و تجهیزات از جمله چک کردن بیسیسم، تلفن و سیستم‌های هشدار از مهم‌ترین فعالیت‌ها است. همچنین او به تنظیم فشار و دمای مخازن و تنظیم فلو گاز اشاره کرد که فرآیند پیچیده‌ای است و نقش مهمی در بهره‌برداری از چاه‌ها ایفا می‌کند. نامدار در ادامه از مشکلات فنی از جمله نشت گاز سخن گفت که با همکاری تیم‌های مختلف مستقر بر سکو برطرف شده و منجر به حادثه انسانی نشده است. او تاکید کرد که افراد در این سکو نه تنها بهره‌برداری و تعمیرات را انجام می‌دهند، بلکه پیش‌راه‌اندازی و فعالیت‌های دیگری نیز به آن‌ها واگذار شده است. وی در پایان به سختی‌های کار در دریا اشاره کرد و اظهار داشت:

محمدرضا رازقی در ادامه به شرح وظایف متخصص زمین‌شناس پرداخت و گفت: مطالعه خرده‌های حفاری، تعیین سر سازندها، تعیین نقاط جداری (کیسینگ و لاینر) تعیین عمق نهایی چاه (TD)، مطالعه اولیه نمودارهای که در حین حفاری گرفته می‌شود «کورلیشن لاگها» با استفاده از نرم افزار پترل، نظارت بر عملیات نمودار گیری بعد از حفاری هر مقطع (مانند نمودارهای CBL/VDI و نمودارهای مخزنی - نوترون و چگالی و لاگ‌های مقاومت)، نظارت بر عملیات نمودار گیری LWD، جمع‌آوری کاتینگ‌های حفاری هر مقطع هر ۵ متر و پاکت کردن جهت ارسال به انبار مرکزی شرکت جهت طرح‌های مطالعاتی آینده، تعیین مسیر چاه و نظارت بر آن، نظارت بر واحد ماد لاگینگ و چک کردن سنسورهای مربوطه، آماده کردن مستر لاگ (Masterlog) با استفاده از نرم افزار مربوطه تهیه گزارش زمین‌شناسی نهایی برای هر چاه که شامل اطلاعات زمین‌شناسی، حفاری مشکلات حفاری، مقدار گاز برای مخزن شرح کار یک زمین‌شناس در پروژه است. لازم می‌دانم به این نکته اشاره کنم که صرفاً داشتن تحصیلات آکادمیک برای کار در پروژه کافی نبوده و حضور در پروژه و عملیات و به دست آوردن تجربه و وجه تمایز متخصصین در این حوزه کاری است. وی در پایان در خصوص چالش‌های زندگی بر روی دریا اظهار داشت: کار در دریا یعنی چالش و زندگی در دریا یعنی دوری از خانواده و وابستگی‌ها برای رسیدن به هدفی والا و آن هدف چیزی نیست جز خدمت به ایران.

■ احسان ماندنی پور: زندگی اقماری سراسر مبارزه است



احسان ماندنی پور ناظر ارشد عملیات حفاری شرکت پتروپارس، مستقر در فاز ۱۱ پارس جنوبی پلتفرم B؛ دستگاه حفاری Welltarget2 به فعالیت‌هایی در حال انجام و چالش‌های خود در این پروژه پرداخت. وی بیان کرد: با همکاری تمام نفرات پتروپارس در عملیات، مهندسی و مدیران بالادستی و پروژه موفق به حفاری و بهره‌برداری ۶ حلقه چاه به صورت کامل حفرو

وارد مدار شد، هم اکنون در حال حفاری چاه هفتم تا عمق سه هزار و صد متری هستیم که امید است کمتر از یک ماه آینده آن را به تولید و بهره‌برداری برسانیم. ماندنی پور ادامه داد: فرآیند حفاری و کار در دریا از ابتدا تا انتها سرشار از چالش‌های مختلف است و هر گونه خطا باعث بروز هزینه‌های جبران ناپذیر مالی یا جانی را به دنبال خواهد داشت علاوه بر آن حضور در سکو بهره‌برداری و تولید این چالش‌ها را افزایش خواهد داد. ناظر ارشد عملیات حفاری افزود: از چالش‌های عمده فوران چاه، گیر کردن رشته حفاری، عدم نشت‌بندی تجهیزات WellHead است که در پی آن نشت گاز را به دنبال داشته باشد. وی در پایان به شرایط زندگی اقماری اشاره کرد و گفت: این نوع زندگی سراسر مبارزه است؛ به این معنا که نیمی از زندگی در اقامتگاه‌ها سپری می‌شود و نیم دیگر آن به مبارزه با لایه‌های زمین و دکل‌های حفاری اختصاص می‌یابد.

■ وحید رحمانی: بهبود معیشت همکاران فراموش نشود

وحید رحمانی، ۳۸ ساله و فارغ‌التحصیل کارشناسی ارشد مهندسی ابزار دقیق و اتوماسیون با سابقه کاری در حوزه ابزار دقیق و هم‌اکنون به عنوان تکنسین ارشد ابزار دقیق و اتوماسیون در شرکت POMC مشغول به کار است. او حدود یک سال پس از بهره‌برداری

شرایط کار بر روی سکوی دریایی سخت و طاقت فرسات و کارکنان در دریا به دور از خانواده و با خطرات بیشتری مواجه هستند و نیاز است توجه بیشتری به امور رفاهی و بهبود مزایا و حقوق برای افرادی که در چنین شرایط سخت دریایی مشغول به کار هستند صورت گیرد که جان خود را برای تولید گاز و پیشرفت کشور به خطر می اندازند.

■ نوح عالیوند: رفع مشکلات رفاهی همکاران مدنظر قرار گیرد



نوح عالیوند، با ۱۵ سال سابقه کاری در دریا و خشکی، به عنوان سوپروایزر پلنفرم در پتروپارس مشغول به فعالیت است. او از سال ۱۴۰۲ به پتروپارس پیوسته و پیش از این با شرکت هایی

همچون فاتح صنعت، صدرا، جهان پارس، نیلسان کیش و ساوا صنعت همکاری داشته است. او در پروژه های مختلفی در جزیره سیری، عسلویه و پروژه های فاز ۷، ۸، ۶، فاز ۱۲ و فاز ۱۲، ۱۸ در پارس جنوبی فعالیت کرده است.

وی در خصوص شرح وظایف و نقش مدیریتی گفت: نقش من در خصوص سرپرستی سکو و هماهنگی میان دیسپلین های مختلف کاری، مدیریت ShootDown در شرایط خاص مثل نشت گاز است. تیم من از نفرات بخش های تعمیرات، پروسس، مکانیک، ابزار دقیق و ایمنی تشکیل شده که در هر شیفت حضور دارند و باید به حضور افرادی که به صورت دوره ای در سکو فعالیت می کنند اشاره کرد. عالیوند در ادامه به چالش های کاری اشاره کرد و گفت: «سکوی 12C که حدود ۱۰ تا ۱۱ سال پیش راه اندازی شده و به دلیل تولید کم، نگهداری کافی نداشته و شرایط سختی دارد.» او این سکورا به ماشینی قدیمی تشبیه کرد که در یک محیط خورنده قرار دارد و باید مجدداً استفاده شود. علاوه بر نگهداری این سکوی فرسوده چالش هایی چون حفاری، نشت گاز و ریختن روغن نیز وجود دارد که ایمنی در آن اهمیت ویژه ای دارد. عالیوند افزود: «در یک مورد نشتی گاز داشتیم که خوشبختانه با سرعت عمل تیم، به خوبی کنترل شد و هیچ حادثه ای رخ نداد. امیدوارم با ادامه روند ایمنی و بدون حادثه بتوانیم پروژه را پیش ببریم.» وی در پایان از مدیران درخواست کرد: همانطور که پیگیر وضعیت ایمنی و رعایت آن هستند نیاز است که به رفع مشکلات رفاهی کارکنان سکو نیز توجه بیشتری داشته باشند.

■ مسعود حمیدیان: به کارکنان وفادار توجه بیشتری شود



مسعود حمیدیان، متولد ۱۳۵۷، فعالیت حرفه ای خود را از سال ۱۳۸۳ در پتروپارس آغاز کرد. وی ابتدا به مدت سه سال در فاز یک پارس جنوبی در عسلویه مشغول به فعالیت بود و پس

از آن به مدت دو سال به شرکت SPGC به عنوان مأمور منتقل شد. پس از اتمام

مأموریت و دوره گارانتی فاز یک، به فازهای ۷، ۸، ۶ منتقل شد و تا پایان پروژه در آنجا حضور داشت. حمیدیان سپس به دفتر تهران مدیریت HSEQ منتقل و در مأموریت های مختلف از جمله دوره گارانتی فازهای ۷، ۸، ۶ فعالیت کرد. او دوره ای طولانی در ریونینگ فاز یک دریا حضور داشت و در پروژه های حفاری در فازهای ۱۲ و ۱۹ نیز فعالیت کرده است. وی همچنین به آزادگان جنوبی منتقل شد و پس از انجام یک سال فعالیت در آنجا، برای همکاری با توتال به مصاحبه رفت و جزو ۲۰ نفر منتخب برای حضور در فاز ۱۱ انتخاب شد. با عدم حضور توتال حمیدیان به درخواست مدیر پروژه و موافقت مدیر عامل وقت پتروپارس به فاز ۱۱ آمد و اکنون به مدت چهار سال به عنوان سرپرست در این فاز پارس جنوبی مشغول به فعالیت است. حمیدیان به شرح وظایف خود در این پروژه اشاره کرد و گفت: وظیفه ما نظارت بر میزان تطابق تمام فعالیت ها از جمله تولید، حفاری و ساخت، با قوانین و آیین نامه های پتروپارس، دولتی-ملی و بین المللی است که در صورت عدم تطابق گزارش های لازم را ارائه خواهیم کرد. همچنین از دیگر وظایف ما تحقیق و بررسی در صورت بروز حوادث و پاسخ دهی به نامه های POGC به عنوان کارفرما را می توان اشاره کرد. وی در خصوص چالش های موجود در این حوزه بیان کرد: از مهم ترین چالش های ما برداشتن سکو تولیدی و انتقال آن به موقعیت SP11B و انجام فعالیت های مربوط به فاز ۱۲ در موقعیت SP12C جهت انتقال بوده که تمام تلاش و تاکید ما انجام آن به صورت ایمن و بدون بروز خطا بود و از آنجا که چاه به صورت Live بوده، مجبور به جداسازی سکو از چاه بودیم که اینکار به مدت یک ساعت زمان برد و امکان بروز حوادث جبران ناپذیری وجود داشت که با کمک تیم مهندسی و نظارت دقیق آنها انجام آن محقق شد. وی با اشاره به نقش مهم منابع انسانی در ایجاد کارایی و انگیزه ادامه داد: دوره ای که پتروپارس با رکود و چالش های زیادی روبه رو بود، برخی از کارکنان همچنان در شرکت ماندند و به کار خود ادامه دادند، و جادارد که به این عزیزان توجه بیشتری صورت گیرد.

وی توضیح داد که برخی از افرادی که در پروژه ها حضور داشتند، در شرایط مختلف تصمیم به ترک شرکت گرفتند، در حالی که گروهی از کارکنان با وفاداری در شرکت باقی ماندند و توقع دارند قدردانی بیشتری از آنها صورت گیرد. حمیدیان تأکید کرد که در چنین محیط هایی، قدردانی از افرادی که در شرایط بحرانی ماندند و به فعالیت خود ادامه دادند، بسیار ضروری است و عدم توجه به این موضوع می تواند به کاهش انگیزه و بهره وری در کارکنان منجر شود.

■ علی شاه محمد: سقف حقوق کارکنان مناطق عملیاتی برداشته شود



علی شاه محمد، فارغ التحصیل فوق لیسانس مهندسی نفت از دانشگاه کلگری کانادا و مهندسی از دانشگاه صنعت نفت اهواز، با ۱۸ سال سابقه فعالیت در شرکت های نفتی از

جمله نفت، مپنا و پتروپارس در حوزه مهندسی مخزن، تست چاه، تکمیل چاه و تولید فعالیت کرده است او هم اکنون به عنوان مهندس حفاری دکل Welltarget2 در

این سکو گفت: یک از مشکلاتی که ما با آن رو به رو هستیم قدیمی و فرسوده بودن تجهیزات است که به دلیل خاصی که بر شرایط این صنعت برقرار است سعی کردیم با تلاش شبانه روزی آن‌ها را تعمیر کنیم. یکی دیگر از این مشکلات، سولفات شدن پل دیودها است که به دلیل رطوبت بالای دریا مجبور به لحیم کاری و بازسازی آن‌ها شده، تادیزل ژنراتورها از سرویس خارج نشده و سکو به کار خود ادامه دهد.

میر احمدی در پایان با اشاره به کار در دریا گفت: کار در دریا بسیار دشوار است و هر ثانیه آن آبستن اتفاق‌های خارج از تصور است، ولی باید گفت شرایط نسبت به سال‌های گذشته بهبود یافته اما دوری از خانواده، شرایط زندگی بر روی سکو و دکل و آب و هوا از جمله مسائلی هستند که فشار را بر روی نیرو کار بر دریا چند برابر می‌کند. وی خواستار فراهم کردن شرایط بهتر از سوی مجموعه از جمله بهبود امکانات مالی و رفت و آمد پرسنل شد تا بتوانند بدون دغدغه به کار خود ادامه دهند.



■ روح الله بهرامی: مشکلات ما

به چشم نمی‌آید

روح الله بهرامی از سال ۱۳۹۲ فعالیت خود را در گروه پتروپارس و شرکت پسکو در قسمت QC آغاز به کار کرده است و مدت ۷ ماه به عنوان Materiyalman (انباردار) در پایگاه کیش مربوط به فاز یازده حضور دارد. از سابقه وی می‌توان به فعالیت در حوزه QC (کیفیت کنترل)

متریال، بازرسی و هماهنگی‌های فاز ۱۲، ۱۹ پروژه سلمان، فروزان و چشمه خوش اشاره کرد. بهرامی به شرح وظایف خود پرداخت و گفت: در این قسمت به عنوان Materiyalman مشغول فعالیت است و به کنترل تمام کالاهای وارداتی از لحاظ مشخصات درج شده، بررسی و تعداد و ثبت در سیستم می‌پردازد و علاوه بر این، با تیم حفاری نیز همکاری‌های لازم را انجام می‌دهد. وی با اشاره به چالش‌های موجود در این حوزه بیان کرد: حوزه عملیات با چالش‌های فراوانی همراه است و باید تمام حواس خود را در راستای بررسی کالاها و میزان آن به حد نیاز و دقیق به کار گرفت. از چالش‌های دیگر که در دریا می‌توان به آن اشاره کرد این است که باتوجه به بالا بودن هزینه حمل و نقل و کندی سرعت، برنامه‌ریزی دقیق جهت موجودی انبار و ثبت سفارش و تامین به موقع اقلام اشاره کرد. او به سختی‌های زندگی بر دریا اشاره کرد و افزود: دوری از خانواده، نداشتن تفریح و زندگی در یک اتاق کوچک از سختی‌های زندگی بر دریا است. بهرامی در پایان گفت: از آنجایی که در حال خدمت به کشور هستیم، مشکلات و چالش‌هایی که با آنها مواجه می‌شویم اغلب به چشم نمی‌آیند و تمام تلاش خود را به کار می‌گیریم که در این مسیر موفق باشیم.

سکوی 11B پارس جنوبی مشغول به کار است.

شاه‌محمد در پروژه‌های بزرگ نفتی از جمله آزادگان، فاز ۱۲، فاز ۱۹ و پروژه بلال با گروه پتروپارس همکاری داشته است. وی از چالش‌های متعددی که در فرآیند حفاری وجود دارد سخن گفت و افزود کار بر روی دکل حفاری از چالش‌های بسیاری برخوردار است و تمامی عملیات از کوچک‌ترین جزئیات تا بزرگ‌ترین مراحل مانند جابه‌جایی کشتی و بالا آوردن چاه توسط تیم فنی انجام می‌شود همراه با چالش است و تمام تلاش خود را به کار می‌گیریم که تمام کارها طبق برنامه پیش برود.

وی بزرگ‌ترین چالش در دریا را لجستیک و به موقع رساندن ابزار و تجهیزات به محل چاه عنوان کرد و گفت: با همکاری و همت اعضای تیم، تاکنون وقفه‌ای در روند کار به وجود نیامده است. شاه‌محمد همچنین با اشاره به موفقیت در حفاری ۶ حلقه چاه و حفاری چاه هفتم ابراز امیدواری کرد که تادر آینده‌ای نزدیک تمامی ۱۲ چاه تعیین شده به بهره‌برداری برسند و وارد مدار شوند.

در پاسخ به این سوال، که سخت‌ترین لحظات دوره کاری شما چه زمانی بوده، گفت یکی از سخت‌ترین لحظات کاری من زمانی بود که هنگام Remove سکو که باید از لوکیشن 12C منتقل می‌شد به عنوان نفر چاه در آنجا حضور داشتیم و باید تمام محاسبات و تمهیدات لازم را برای جلوگیری از برخورد با چاه‌ها انجام و با نظارت در با فاصله‌ای ۱۰ سانتی‌متری از یکی از چاه‌ها انجام می‌شد که این موضوع با موفقیت انجام شد.

شاه‌محمد به قدردانی ناکافی از تیم‌های فعال در این پروژه‌ها اشاره کرد و گفت: تمام افراد حاضر در این پروژه شبانه روز فعالند تا بر اساس سیاست‌های کلی مجموعه نفت در خصوص ناترازی انرژی در کشور گاز از این فاز تولید شود و با وجود فعالیت خالصانه آنها حقشان به طور کامل ادانی شود و انتظار می‌رود پتروپارس هم همانند برخی شرکت‌ها سقف پرداخت حقوق نداشته باشد توجه بیشتری به مزایای کارکنان خود داشته باشد.



■ سید مرتضی میر احمدی: دوری از

خانواده بسیار سخت و دشوار است

سید مرتضی میر احمدی، تکنسین ارشد برق شرکت POMC، با سابقه‌ای ۱۷ ساله در دریا که طی یک سال گذشته با گروه پتروپارس همکاری دارد. او پیش‌تر در شرکت‌های تأسیسات دریایی و صدرا مشغول به کار بوده و هم‌اکنون مسئولیت تعمیرات و نگهداری

الکتروموتورها، دیزل ژنراتورها، روشنایی و برق سکو

را بر عهده دارد. وی در خصوص

مشکلات





■ مقدمه

مدیریت استراتژیک مبتنی بر درک واضح سازمان از مأموریت خود است؛ چشم‌انداز آن برای جایی که می‌خواهد در آینده باشد و ارزش‌هایی که اقدامات آن را هدایت می‌کند.

این فرآیند مستلزم تعهد به برنامه‌ریزی استراتژیک است زیرمجموعه‌ای از مدیریت کسب و کار که شامل توانایی سازمان برای تعیین اهداف کوتاه‌مدت و بلندمدت است. برنامه‌ریزی استراتژیک همچنین شامل برنامه‌ریزی تصمیمات استراتژیک، فعالیت‌ها و تخصیص منابع مورد نیاز برای دستیابی به آن اهداف است. داشتن یک فرآیند تعریف‌شده برای مدیریت استراتژی‌های یک مؤسسه به سازمان‌ها کمک می‌کند تصمیمات منطقی بگیرند و اهداف جدید را به سرعت توسعه دهند تا همگام با فناوری در حال تحول، بازار و شرایط کسب و کار باشند. بنابراین، مدیریت استراتژیک می‌تواند به سازمان کمک کند تا مزیت رقابتی کسب کند، سهم بازار را بهبود بخشد و برای آینده خود برنامه‌ریزی کند. با توجه به تعریف آکسفورد می‌توان گفت «استراتژی» برنامه‌ای عملی است که برای دستیابی به هدفی بلندمدت یا کلی طراحی می‌شود.

حال اگر این واژه را برای محیطی تجاری بسط دهیم و آن را مدیریت منابع شرکت برای دستیابی به اهدافی معین تعریف کنیم، اصطلاح مدیریت استراتژیک (Strategic Management) را خواهیم داشت. اصطلاح مدیریت استراتژیک عمدتاً برای تعریف برنامه‌های عملیاتی استفاده می‌شود که به ما برای رسیدن به اهداف داخلی شرکت کمک می‌کند. تعریف گسترده‌تر این کلمه تعیین اهداف را نیز شامل می‌شود و نتیجه اصلی مورد انتظار از مدیریت استراتژیک در

نقش

مدیریت استراتژیک

در موفقیت

سازمان‌ها

محمد سجاد کوثری

نایب رئیس هیئت مدیره و رئیس کمیسیون معاملات POMC



مدیریت استراتژی می‌تواند به کسب و کارها کمک کند تا در بازارهای مربوطه خود موفق‌تر و رقابتی‌تر شوند. به طور کلی، مدیریت استراتژیک سازمانی عمدتاً از دو طریق به کسب و کار کمک می‌کند که عبارت‌اند از برنامه‌ریزی و تخصیص منابع. کمک به برنامه‌ریزی در فعالیت‌ها؛ دلیل اصلی استفاده از مدیریت راهبردی در شرکت‌ها، توسعه یک نقشه راه مناسب است. این نقشه راه، شرکت را به سمت نتایج موردنظرشان هدایت می‌کند. در واقع، برنامه‌ریزی به معنی ساختن این نقشه راه برای مشخص کردن شاخه‌بندی اهداف و نتایج کلیدی آن کسب و کار است. با پیاده‌سازی مدیریت استراتژیک می‌توان نقشه راه مورد نظر متشکل از اهداف و نتایج کلیدی (OKR) شرکت را توسعه داد. این امر به رشد شرکت در یک دوره معین کمک می‌کند. کمک به بهبود تخصیص منابع: تخصیص منابع همان تخصیص نیروی انسانی و بودجه برای اهداف مورد نظر کسب و کار است. درک واضح اهداف اصلی که می‌خواهیم به آن‌ها برسیم و اهدافی که باید دنبال کنیم، کمک می‌کند تا این اهداف را بر اساس اهمیت استراتژیک آن‌ها رتبه‌بندی کنیم. تخصیص منابع نیز در مرحله بعدی اتفاق می‌افتد. اهداف دارای اهمیت بالاتر، اهدافی هستند که باید منابع بیشتری را به آن‌ها اختصاص دهیم.

■ سطوح و فرایند مدیریت استراتژیک

مدیریت استراتژیک در سه سطح قابل بررسی است:

✓ **استراتژی کسب و کار:** یک استراتژی تجاری بر توسعه یک برنامه اقدام بلندمدت برای دستیابی به اهداف یک شرکت، مانند افزایش سود یا سهم بازار تمرکز دارد. این نوع استراتژی شامل تجزیه و تحلیل بازار فعلی و رقبا، ایجاد یک چشم‌انداز استراتژیک و تعیین اهداف کوتاه و بلندمدت است.

✓ **استراتژی شرکتی:** استراتژی شرکتی یک برنامه عملی است که نحوه دستیابی شرکت به اهداف و مقاصد خود را مشخص می‌کند. این شامل تجزیه و تحلیل محیط فعلی، شناسایی اهداف استراتژیک و تعیین بهترین راه برای رسیدن به آنها است.

✓ **استراتژی عملیاتی (رقابتی):** استراتژی رقابتی یک برنامه عملی است که شرکت‌ها برای برتری نسبت به رقبا خود از آن استفاده می‌کنند. این موضوع شامل تجزیه و تحلیل رقبا، شناسایی نقاط قوت و ضعف و ابداع استراتژی‌هایی برای سرمایه‌گذاری از فرصت‌ها و کاهش تهدیدها است.

مدیریت استراتژیک از مراحل مختلفی تشکیل شده است. گام اول تعریف چشم‌انداز مأموریت و اهداف کسب و کار است. تدوین استراتژی مرحله بعدی فرایند مورد نظر است. پس از آن، باید این استراتژی را در کسب و کار خود پیاده کنید. کنترل و ارزیابی استراتژی، آخرین مرحله از فرایند مدیریت استراتژیک است. در ادامه هر یک از این مراحل را با جزئیات بیشتری بررسی می‌کنیم.

کسب و کارها، ایجاد مزیت رقابتی برای آن‌هاست. مزیت رقابتی اساساً مزیتی است که یک کسب و کار نسبت به رقبای خود در همان بازار مربوطه دارد.

در واقع، پیاده‌سازی درست مدیریت استراتژیک به شرکت‌ها کمک می‌کند تا فعالیت‌شان در بازار پیشرو باشد. شرکت‌های زیادی بوده‌اند که در دنیای کسب و کار درخشیده‌اند یا با گذشت زمان از بین رفته‌اند. به عنوان مثال شرکت اپل (Apple) را می‌توان نام برد؛ این شرکت تکنولوژی‌های خود را همسو با تحول دنیای دیجیتال تغییر داد. در واقع، در حوزه‌های مختلف نوآوری همواره پیشرو، و یکی از شرکت‌هایی بود که در طی دهه گذشته در میان کاربران درخشید.

از سوی دیگر، شرکت نوکیا (Nokia) را می‌توان مثال زد که نتوانست تکنولوژی خود را با تحولات بخش تلفن همراه سازگار کند و به تدریج از بین کاربران حذف شد. در نتیجه می‌توان گفت که عامل کلیدی برای موفقیت یک شرکت یا شکست و حذف آن عمدتاً استراتژی شرکت و نحوه مدیریت آن است که تحت عنوان «مدیریت استراتژیک» شناخته می‌شود.

■ ضرورت و اهمیت مدیریت استراتژیک

مدیریت استراتژی مهم است زیرا به سازمان‌ها جهت می‌دهد و آنها را قادر می‌سازد تا از قبل برنامه‌ریزی کنند و اهداف تعیین کنند. همچنین به سازمان‌ها کمک می‌کند تا محیط بیرونی و چگونگی پاسخگویی به تغییرات را درک کنند.

مدیریت استراتژیک سازمان‌ها را قادر می‌سازد تا عملکرد فعلی خود را ارزیابی کرده و برای بهبود آن تصمیم‌گیری کنند. علاوه بر این، داشتن یک استراتژی می‌تواند به سازمان‌ها کمک کند تا رقابتی باقی بمانند و همچنین فرصت‌های رشد را شناسایی کنند. در نهایت، مدیریت استراتژی می‌تواند به سازمان‌ها کمک کند تا اهداف خود را با منابع همسو کنند و به آنها اجازه می‌دهد کارآمدتر و مؤثرتر باشند.

تأثیر مدیریت استراتژی بر کسب و کار می‌تواند قابل توجه باشد. یک استراتژی مؤثر می‌تواند منجر به افزایش سودآوری، بهبود مزیت رقابتی و روابط بهتر با مشتری شود. همچنین می‌تواند به جذب و حفظ کارکنان با استعداد، شناسایی و توسعه بازارهای جدید و تضمین پایداری کسب و کار کمک کند. یک استراتژی موفق می‌تواند به بهبود کارایی، تصمیم‌گیری بهتر و روحیه بالاتر کارکنان منجر شود. به طور کلی

جمع بندی

مدیریت استراتژی مبتنی بر درک واضح سازمان از مأموریت خود است. چشم انداز آن برای جایی که می خواهد در آینده باشد و ارزش هایی که اقدامات آن را هدایت می کند. این فرآیند مستلزم تعهد به برنامه ریزی استراتژیک است، زیرمجموعه ای از مدیریت کسب و کار که شامل توانایی سازمان برای تعیین اهداف کوتاه مدت و بلندمدت است. برنامه ریزی استراتژیک همچنین شامل برنامه ریزی تصمیمات استراتژیک فعالیت ها و تخصیص منابع مورد نیاز برای دستیابی به آن اهداف است. داشتن یک فرآیند تعریف شده برای مدیریت استراتژی های هر واحد کاری به سازمان ها کمک می کند تا تصمیمات منطقی بگیرند و اهداف جدید را به سرعت توسعه دهند تا همگام با فناوری در حال تحول، بازار و شرایط کسب و کار باشند. بنابراین، مدیریت استراتژیک می تواند به سازمان کمک کند تا مزیت رقابتی کسب کند، سهم بازار را بهبود بخشد و برای آینده خود برنامه ریزی کند. ارتباطات مؤثر، جمع آوری داده ها و فرهنگ سازمانی نیز نقش مهمی در فرآیند مدیریت استراتژی ایفا می کنند به ویژه در شرکت های بزرگ و پیچیده. فقدان ارتباطات و فرهنگ منفی سازمانی می تواند منجر به ناهماهنگی برنامه مدیریت استراتژی سازمان و فعالیت های انجام شده توسط واحدها و بخش های مختلف تجاری آن شود. بنابراین، مدیریت استراتژی شامل تجزیه و تحلیل تصمیمات تجاری بین عملکردی قبل از اجرای آنها برای اطمینان از همسویی آنها با برنامه های استراتژی است. مدیریت استراتژی مونتاژ و مدیریت منابع برای دستیابی به اهداف یک شرکت است. مدیریت استراتژی به شرکت ها کمک می کند تا اهداف را تعیین کنند، یک امتیاز رقابتی کسب کنند منابع خود را بهتر مدیریت کنند و موارد دیگر. اما برای همه سازمان ها یک نسخه وجود ندارد. شرکت ها باید یک فرآیند مدیریت استراتژی را ایجاد و تطبیق دهند که برای شرکت خود و کسانی که در آن خدمت می کنند بهترین کارایی را داشته باشد. مدیریت استراتژی با اجرای موفقیت آمیز استراتژی ها پایان نمی یابد. مدیریت استراتژیک یک فرآیند بسیار سودمند است که می تواند برای اکثر سازمان ها اعمال شود، با توجه به اینکه شما آن را به درستی برنامه ریزی و اجرا می کنید. اگر می دانید چگونه از آن به نفع خود استفاده کنید، بسیار موفق خواهید بود.

✓ تعریف سطوح هدف استراتژیک: این سطوح عمدتاً تعریف

چشم انداز و مأموریت شرکت و تعیین اهداف کسب و کار را شامل می شود. چشم انداز کسب و کار همان چیزی است که در تصویری بزرگ تر از هدف کلی می خواهید به آن برسید. مأموریت کسب و کار به عنوان بیانیه ای کلی از چگونگی دستیابی به چشم انداز مورد نظر تعریف می شود. اهداف کسب و کار نیز نقاط عطفی هستند که در دستیابی به هدف نهایی شرکت کمک می کنند. برای مثال، چشم انداز شرکت مایکروسافت با توجه پایه فعالیت آن، یک کامپیوتر به ازای هر میز و در هر خانه بود. به عبارت دیگر این همان چیزی بود که شرکت مایکروسافت به عنوان هدف جامع خود می خواست به آن دست یابد.

✓ تدوین استراتژی، یکی از مراحل فرایند مدیریت

استراتژیک: کاری که یک کسب و کار در این مرحله از فرایند مدیریت استراتژیک سازمانی انجام می دهد، ساختن استراتژی مختص به خودش است. برای این منظور باید محیطی که شرکت در آن فعالیت می کند و همچنین سازمان را ارزیابی کرد. همان طور که پیش از این

اشاره شد، ارزیابی ماتریس سوات روشی عالی برای

مشاهده فرصت ها و تهدیدهای موجود در محیط

در حین ارزیابی نقاط قوت و ضعف شرکت است.

✓ اجرای استراتژی: شرکت در این مرحله

استراتژی هایی را که در مرحله قبل تدوین شده

پیاده سازی می کند. برای این منظور استراتژی هایی

که باید دنبال شوند، به نیروی کار مربوطه اختصاص

می یابد. کسب و کار در ادامه تیم هایی را برای دستیابی

به اهداف تعریف شده انتخاب کرده یا تشکیل می دهد

و جدول زمان بندی پروژه ها را تنظیم می کند. بودجه

پروژه ها نیز در این مرحله تخصیص می یابد. درواقع این

مرحله یکپارچه سازی استراتژی با کسب و کار به حساب

می آید.

✓ ارزیابی و کنترل استراتژی آخرین مرحله از فرایند

مدیریت استراتژیک: حال مرحله بعدی از فرایند مدیریت

استراتژیک آغاز می شود که همان کنترل و ارزیابی استراتژی است.

مدیران باید در این مرحله از فرایند مدیریت استراتژیک نحوه ی

پیشروی پروژه ها را کنترل و ارزیابی کنند و ببینند که برای دستیابی

به هدف مورد نظرشان به ایجاد استراتژی جدیدی نیاز دارند یا

خیر. در این مرحله اگر دستیابی به اهداف خیلی آسان یا

سخت باشد، استراتژی ها باید دوباره تغییر یابند. در غیر

این صورت، می توان گفت که مراحل قبلی مدیریت

استراتژیک به خوبی تدوین شده و کسب و کار در مسیر

درستی قرار دارد.



حلقه گمشده موفقیت، پروژه مدیریت الزامات

۱۹



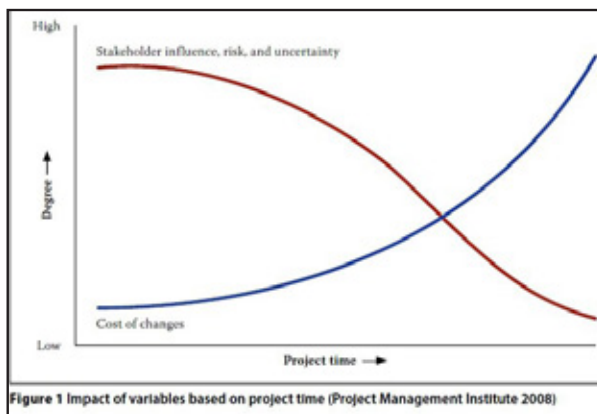
در مدیریت پروژه، موفقیت به یک درک جامع و مدیریت موثر الزامات بستگی دارد. هر پروژه (تولید یک نرم افزار، ساخت ساختمان، یا راه اندازی یک کمپین بازاریابی) با تعریف و مدیریت الزامات خود آغاز می شود. الزامات پروژه حلقه گمشده مدیریت موثر پروژه در ایران است. متأسفانه این حوزه در اکثر پروژه ها نادیده گرفته می شود و این آغاز خارج شدن پروژه از مسیر موفقیت است. در واقع می توان گفت الزامات زیربنای یک پروژه است که عدم شناسایی و مدیریت درست آن می تواند کل پروژه را به ورطه نابودی بکشاند. الزامات به عنوان پایه ای که پروژه بر پایه آن ساخته می شود عمل می کنند. به طور ساده آن ها مشخصات، قابلیت ها و محدودیت هایی هستند که یک پروژه باید برای دستیابی به اهداف خود داشته باشد. این الزامات می توانند به انواع مختلفی از جمله الزاماتی کار کردی، غیر کار کردی، فنی و تجاری تقسیم شوند.



رامان رضائی

سرپرست برنامه ریزی پروژه دهدشت

پروژه شروع به تکاپو و سعی در کاهش این تاخیرات دارند. در واقع این تاخیرات علت ها نیستند بلکه معلول ها هستند و می بایست علت ها را شناسایی کرد. در واقع این علت ها همان الزامات هستند که در ابتدای پروژه به درستی شناسایی نشده اند و در طول عمر پروژه سیستماتیک و موثر مدیریت نشده اند. اگر بخواهیم از منظر هزینه به آن بپردازیم متوجه می شویم خیلی از هزینه هایی که در طول پروژه انجام شده است، اکثراً به دلیل مدیریت ضعیف الزامات است. به شکل ذیل توجه کنید:



عدم قطعیت، ریسک و تاثیرات ذینفعان در ابتدای پروژه بسیار زیاد است و هرچه به انتهای پروژه نزدیک می شویم، این موارد کمتر می شود. لذا شناسایی ذینفعان و الزامات آنها در ابتدای پروژه از اهمیت بالایی برخوردار است. حال به این نکته توجه کنید که نمودار دیگر هزینه تغییرات در طول پروژه را نمایش می دهد؛ به این صورت که هر چه به انتهای پروژه حرکت میکنیم هزینه تغییرات به صورت نمایی افزایش می یابد. این تغییرات همان الزاماتی هستند که در ابتدای پروژه به درستی شناسایی نشده اند. البته به این نکته می بایست توجه کرد که تغییرات اجتناب

■ **الزامات کیفی:** این الزامات مشخص می کنند که کیفیت هر کدام از تحویل شدنی ها و یا حتی الزامات چه مشخصاتی داشته باشند. به عنوان مثال می توان به کیفیت بتنی که در فونداسیون به کار می رود اشاره کرد.

■ **الزامات ذینفعان:** به الزاماتی گفته می شود که از طرف ذینفعان پروژه تعریف می گردد و می بایست برآورده شود. به عنوان مثال الزاماتی که توسط سازمان نظام مهندسی برای ساخت یا ساختمان تدوین شده است.

■ **الزامات کار کردی:** اینها مشخص می کنند که سیستم باید چه کاری انجام دهد. به عنوان مثال، در یک پروژه نرم افزار، الزاماتی کار کردی ویژگی هایی مانند تأیید هویت کاربر، اعتبارسنجی داده و تولید گزارش را تعریف می کنند.

■ **الزامات غیر کار کردی:** اینها ویژگی های کیفی سیستم را تعریف می کنند، مانند عملکرد، قابلیت مقیاس پذیری، امنیت و قابلیت استفاده. آن ها توصیف می کنند که سیستم باید چگونه عمل کند به جای آن که چه کاری انجام دهد.

■ **الزامات فنی:** اینها محدودیت ها و مشخصات فنی مورد الزامات برای پیاده سازی سیستم را مشخص می کنند. آن ها شامل الزاماتی سخت افزاری، نرم افزاری و زیرساخت هستند.

■ **الزامات تجاری:** اینها اهداف و اهداف اصلی پروژه را از دیدگاه تجاری در برمی گیرند. آن ها مشکلی که پروژه قصد حل آن را دارد و ارزشی که باید به ذینفعان ارائه دهد را تعریف می کنند.

مدیریت الزامات فرایند سیستماتیک شناسایی، مستند سازی، تجزیه و تحلیل اولویت بندی و پیگیری الزامات در طول چرخه عمر پروژه است. این فرآیند شامل کلیه ذینفعان مختلف است تا اطمینان حاصل شود که پروژه به الزامات و انتظارات آن ها پاسخ می دهد. این فرآیند تکراری تطبیقی مطمئن می شود که پروژه ها با خروجی های پروژه و الزاماتی ذینفعان هماهنگ شده باشند.

در تمامی پروژه زمانی که تاخیرات زمانی و هزینه ای اتفاق می افتد، تمام ارکان

ناپذیرند؛ لیکن می‌بایست مدیریت شوند و از بروز تغییراتی که غیر ضروری هستند می‌بایست اجتناب کرد. عدم مدیریت موثر الزامات می‌تواند به چالش‌ها و خطرات متعددی در طول چرخه عمر پروژه منجر شود:

گسترش محدوده پروژه (Scope Creep): بدون الزاماتی واضح محدوده پروژه می‌تواند بدون کنترل گسترش یابد، که منجر به افزایش بودجه و زمان پروژه می‌شود.

عدم هم‌خوانی (Misalignment): تفسیر نادرست یا مستند شده الزامات می‌تواند منجر به تولید محصولاتی شود که انتظارات ذینفعان را برآورده نمی‌کنند، که منجر به عدم رضایت و اضافه کاری می‌شود.

ایرادات کیفی (Quality Issues): الزاماتی ناکافی می‌تواند منجر به تولید محصولات با کیفیت پایین شود که به استانداردهای عملکردی یا قابلیت استفاده پاسخ مناسب نمی‌دهند.

قطع ارتباط (Communication Breakdown): عدم مدیریت مناسب الزامات می‌تواند منجر به سوء تفاهم و قطع ارتباط بین ذینفعان پروژه شود، که منجر به تضاد و تأخیر می‌شود.

ایجاد یک سیستم و ساختار در هر سازمان مزایا و معایبی دارد که با توجه به فرهنگ سازمانی، ارزش افزوده ایجاد شده برای سازمان می‌توان تصمیم گرفت که آیا برای سازمان مفید است یا خیر. در ادامه تعدادی از مزایا و معایب این سیستم می‌پردازیم:

● مزایا

افزایش رضایت ذینفعان: الزاماتی واضح و مدیریت شده به خوبی اطمینان می‌دهند که محصولات پروژه انتظارات ذینفعان را برآورده می‌کنند و این منجر به افزایش رضایت می‌شود.

بهبود کنترل پروژه: مدیریت الزامات به یک رویکرد ساختارمند برای تعریف محدوده پروژه ارائه می‌دهد، که امکان نظارت و کنترل پیشرفت پروژه را آسان‌تر می‌کند.

کاهش دوباره کاری
با شناسایی و رفع الزامات در زمان ابتدایی چرخه عمر پروژه، مدیریت

الزامات احتمال دوباره کاری‌های پرهزینه را کمتر می‌کند.

بهبود مدیریت ریسک: تجزیه و تحلیل دقیق الزامات به شناسایی ریسک‌ها و وابستگی‌های ممکن کمک می‌کند، که به تیم‌های پروژه اجازه می‌دهد تا به صورت پیش‌فعال آن‌ها را کنترل کنند.

● معایب:

زمان‌بر بودن: مدیریت الزامات نیازمند زمان و تلاش قابل توجهی برای جمع‌آوری، تجزیه و تحلیل و مستند سازی است که می‌تواند فاز آغاز پروژه را افزایش دهد.

پیچیدگی: مدیریت تعداد زیادی الزامات از ذینفعان مختلف می‌تواند چالش‌هایی را ایجاد کند، به خصوص در پروژه‌های پیچیده با الزاماتی در حال تغییر.

مقاومت در برابر تغییر: ذینفعان ممکن است در برابر تغییرات در الزامات بعد از آن که آن‌ها ثبت و تأیید شده‌اند مقاومت کنند.

اضافه کاری: تمرکز بیش از حد بر گرفتن هر الزامی می‌تواند منجر به اضافه کاری شود، که تیم‌های





در مدیریت پروژه، موفقیت به یک درک جامع و مدیریت موثر الزامات بستگی دارد. هر پروژه (تولید یک نرم افزار، ساخت ساختمان، با راه اندازی یک کمپین بازاریابی) با تعریف و مدیریت الزامات خود آغاز می شود. الزامات پروژه حلقه گمشده مدیریت موثر پروژه در ایران است



■ **اولویت بندی الزامات:** الزامات را بر اساس اهمیت و تأثیر آن ها بر اهداف پروژه اولویت بندی کنید و بر روی ارائه ویژگی های ارزشمند اولیه تمرکز کنید. می توان از روش های تصمیم گیری برای اولویت دهی به الزامات استفاده کرد.

■ **ردیابی الزامات:** پیوندهای ردیابی را بین الزامات، طراحی، تدارکات، ساخت تست های کیفی و... برقرار کنید تا اطمینان حاصل شود که هماهنگی در طول چرخه عمر پروژه حفظ می شود.

■ **مستند سازی الزامات:** الزامات را به شیوه ای واضح، مختصر و بدون ابهام با استفاده از فرمت های استاندارد مانند فعالیتهای مرتبط، موارد استفاده و مشخصات الزامات مستند کنید.

■ **اعتبارسنجی و تأیید الزامات:** الزامات را با ذینفعان اعتبارسنجی کنید تا اطمینان حاصل شود که دقیقاً الزاماتی آن ها را بازتاب می دهند و از طریق آزمون و بررسی ها تأیید کنید که محصولات پروژه این الزامات را برآورده می کنند.

■ **مدیریت تغییر:** یک فرآیند مدیریت تغییر را برای رسیدگی به تغییرات در الزامات به کار بگیرید تا اطمینان حاصل شود که هر گونه تغییراتی به طور موثر مدیریت می شوند، و هر گونه تغییراتی مستند شده، برای اثرات آن ها ارزیابی می شوند و توسط ذینفعان مربوط تأیید می شوند.

در نتیجه مدیریت موثر الزامات برای موفقیت پروژه بسیار حیاتی است و تیم ها را قادر می سازد تا محصولات با کیفیت بالا را تولید کنند که انتظارات ذینفعان را در دامنه، زمان و بودجه محدودیت ها برآورده می کنند. با درک اهمیت مدیریت الزامات، دسته بندی موثر الزامات و اجرای روش های بهتر، مدیران پروژه می توانند خطرات را کاهش دهند، ارتباطات را بهبود بخشند و اهداف پروژه را به طور کارآمد دستیابی دهند.

پروژه منابع را در

ویژگی هایی که ارزش

کمتری برای ذینفعان دارند

سرمایه گذاری می کنند.

پیاده سازی مدیریت الزامات در سازمان

نیاز به تعهد مدیریت و همکاری تمام ارکان

سازمان و پروژه دارد. با ایجاد این سیستم از دوباره

کاری و هزینه اضافی که به پروژه تحمیل می شود جلوگیری

می کند.

در ادامه فرآیند پیاده سازی مدیریت الزامات را با هم مرور می کنیم.

اجرای این مراحل به صورت جداگانه و با فواصل زمانی زیاد نه تنها کمکی به سازمان و پروژه نمی کند بلکه هزینه های اضافی و وقت و انرژی زیادی از سازمان می گیرد. پیاده سازی این سیستم همانند دیگر سیستم های سازمانی می بایست مستمر و با همپوشانی هر مرحله با مراحل دیگر انجام گیرد.

■ **مشارکت ذینفعان:** ذینفعان را از حوزه های مختلف در ابتدای فرآیند شناسایی الزامات درگیر کنید تا اطمینان حاصل شود که الزامات و انتظارات آن ها به درستی ثبت می شوند.

■ **تکنیک های شناسایی الزامات:** از تنوعی از تکنیک ها مانند مصاحبه، گروه های تمرکز، دلفی، نظر سنجی ها و مستندات پروژه برای جمع آوری الزامات از ذینفعان استفاده کنید.

مدیریت چیزی فراتر از اعمال قدرت و نظارت

ارسلان نبیئی

سرپرست برنامه ریزی و توسعه پتروپارس ایران



• **معایب:** کارکنان در این محیط‌ها کمتر انگیزه و خلاقیت پیدا می‌کنند، زیرا احساس می‌کنند که نظر ایشان اهمیت ندارد. این سبک ممکن است در محیط‌های نظامی یا تولیدی که نیاز به نظم و انضباط بالا دارند، کارساز باشد. اما در شرکت‌های خلاقانه که نوآوری ارزش زیادی دارد، باعث سرکوب ایده‌های تازه می‌شود.

مدیریت مشارکتی (Participative Management)

مدیریت مشارکتی شامل مشورت مدیر با کارکنان و در نظر گرفتن نظرات آن‌ها در تصمیم‌گیری‌ها است. این سبک باعث می‌شود کارکنان حس کنند در موفقیت سازمان سهیم هستند و به همین دلیل، انگیزه بیشتری برای کار پیدا می‌کنند.

• **ویژگی‌ها:** مدیران به کارکنان گوش می‌دهند و آن‌ها را در تصمیم‌گیری دخیل می‌کنند.

• **مزایا:** افزایش تعامل و بهبود روحیه کارکنان. افراد در این سبک احساس ارزشمندی می‌کنند.

• **معایب:** تصمیم‌گیری ممکن است زمان‌بر باشد، و در شرایط اضطراری این روش به کندی پیش برود.

این سبک در سازمان‌هایی که نوآوری و خلاقیت مهم هستند، بسیار موثر است. محیط‌های کاری که به ایده‌های جدید و تفکر خلاق اهمیت می‌دهند از این روش بهره‌مند خواهند شد.

مدیریت، هنر ایجاد تعادل بین اهداف سازمانی و نیازهای کارکنان است. هر مدیری رویکرد خاص خود را در مدیریت انتخاب می‌کند، و انتخاب سبک مدیریتی مناسب می‌تواند تأثیر قابل توجهی بر عملکرد و رضایت کارکنان داشته باشد. در این مقاله قصد داریم نگاهی به چند سبک مدیریتی داشته باشیم که در محیط‌های کاری مدرن رایج هستند.

مدیریت مستبدانه (Autocratic Management)

مدیریت مستبدانه به این معناست که مدیر تمام تصمیمات را به تنهایی می‌گیرد و کارکنان از او پیروی می‌کنند. شاید به نظر سخت‌گیرانه بیاید، اما در برخی شرایط، به ویژه زمانی که تصمیمات باید سریع و دقیق گرفته شوند، این سبک کارآمد است.

• **ویژگی‌ها:** در این سبک، مدیر نظارت کاملی دارد و کارکنان بیشتر در نقش اجرای دستورات قرار می‌گیرند.

• **مزایا:** در شرایط بحرانی که تصمیم‌گیری سریع لازم است، این سبک می‌تواند از هرج و مرج جلوگیری کند.



مدیریت چیزی فراتر از اعمال قدرت و نظارت است. موفق ترین مدیران آن هایی هستند که توانایی تطبیق با شرایط مختلف را دارند و می توانند بر اساس نیازها و اهداف تیم خود سبک مناسبی را انتخاب کنند



- **ویژگی ها:** مدیر به نیازهای عاطفی و حرفه ای کارکنان توجه می کند و در تلاش است محیطی امن و حمایتی ایجاد کند. تمرکز اصلی بر بهبود روحیه و انگیزه کارکنان با تاکید بر رشد فردی و تیمی می باشد.
- **مزایا:** کارکنان حس امنیت و حمایت بیشتری دارند و این باعث افزایش بهره وری و رضایت شغلی می شود. همچنین برای حفظ استعدادها و انگیزه افراد در سازمان بسیار مفید است.
- **معایب:** ممکن است کارکنان بیش از حد به مدیر تکیه کنند و این موضوع استقلال آن ها را کاهش دهد.
- این سبک بیشتر در سازمان هایی دیده می شود که رشد و توسعه فردی کارکنان برایشان اهمیت بالایی دارد.

مدیریت موقعیتی (Situational Management)

- مدیریت موقعیتی بر خلاف سبک های دیگر که یک رویکرد ثابت دارند، انعطاف پذیر است و مدیر براساس شرایط مختلف، روش خود را تغییر می دهد. به عبارتی، بسته به نیازهای محیط، سبک مناسب مدیریت را انتخاب می کند.
- **ویژگی ها:** انعطاف پذیری و توانایی تطبیق با شرایط مختلف.
- **مزایا:** مدیر می تواند بسته به موقعیت، بهترین تصمیم را بگیرد.
- **معایب:** نیاز به تجربه و دانش بالا از سوی مدیر دارد تا بتواند به درستی سبک مناسب را انتخاب کند. این سبک برای مدیرانی که در سازمان های پویا کار می کنند بسیار موثر است. توانایی تطبیق با شرایط مختلف، به مدیران کمک می کند تا در مواجهه با چالش های غیرقابل پیش بینی بهتر عمل کنند.

نتیجه گیری

در نهایت، مدیریت چیزی فراتر از اعمال قدرت و نظارت است. موفق ترین مدیران آن هایی هستند که توانایی تطبیق با شرایط مختلف را دارند و می توانند بر اساس نیازها و اهداف تیم خود، سبک مناسبی را انتخاب کنند. هر مدیری با شناخت دقیق تر سبک های مختلف، می تواند بهتر با چالش های محیط کار مواجه شود و فضایی ایجاد کند که هم کارکنان و هم سازمان در آن رشد کنند.

مدیریت دموکراتیک (Democratic Management)

- در مدیریت دموکراتیک تصمیمات نهایی بر اساس رای اکثریت گرفته می شود. کارکنان نقش فعال تری در تصمیم گیری ها دارند و این احساس که صدای آن ها شنیده می شود می تواند انگیزه بالایی به آن ها بدهد.
- **ویژگی ها:** تصمیمات با رای گیری از کارکنان انجام می شود.
- **مزایا:** افزایش اعتماد بین کارکنان و مدیران، تقویت روحیه تیمی.
- **معایب:** ممکن است برای سازمان های بزرگ که تعداد زیادی از کارکنان باید مشورت داده شوند، زمان بر و پیچیده باشد.
- این سبک برای تیم هایی که به دنبال تصمیم گیری های جمعی و ایجاد حس همکاری قوی هستند، مفید است. اگر شما در محیطی کار می کنید که همکاری و مشورت ارزش بالایی دارد، این روش می تواند فضای مثبت و پرانرژی ایجاد کند.

مدیریت مربی گری (Coaching Management)

- در مدیریت مربی گری، مدیر به عنوان یک مربی عمل می کند و بیشتر تمرکز خود را بر توسعه فردی و حرفه ای کارکنان قرار می دهد. این روش بیشتر روی رشد درازمدت و بهبود مستمر تمرکز دارد تا تنها رسیدن به اهداف کوتاه مدت.
- **ویژگی ها:** مدیر به کارکنان کمک می کند تا مهارت ها و قابلیت های خود را توسعه دهند.
- **مزایا:** افزایش مهارت ها و توسعه فردی کارکنان، بهبود کارایی بلندمدت سازمان.
- **معایب:** ممکن است زمان بر باشد و در شرایطی که نیاز به تصمیم گیری فوری است، ناکارآمد باشد.
- این سبک برای سازمان هایی که به توسعه و رشد مداوم کارکنان اهمیت می دهند، مثل شرکت های فناوری یا مشاوره، بسیار مناسب است.

مدیریت آزاد (Laissez-Faire Management)

- مدیریت آزاد یعنی به کارکنان آزادی کامل داده می شود تا کارهای خود را به روش دلخواه انجام دهند. در این سبک، مدیر کمترین دخالت را دارد و بیشتر نقش پشتیبان و تسهیل گر را ایفا می کند، نه کسی که دائماً در تصمیم گیری ها حضور داشته باشد.
- **ویژگی ها:** در این سبک مدیریت کمترین دخالت را دارد و کارکنان مسئولیت کامل بر کارهای خود را دارند. تصمیم گیری ها به عهده تیم است و مدیر بیشتر به صورت یک تسهیل گر عمل میکند.
- **مزایا:** کارکنان آزادی عمل زیادی دارند و می توانند خلاقانه کار کنند. برای محیط هایی که به نوآوری اهمیت می دهند، این سبک بسیار مناسب است.
- **معایب:** در صورتی که کارکنان نیاز به راهنمایی داشته باشند و مدیر درگیر نشود ممکن است سردرگمی یا کاهش بهره وری به وجود بیاید. این سبک مدیریت معمولاً در محیط هایی استفاده می شود که کارکنان خودمختار و با انگیزه هستند.

مدیریت پشتیبانی (Supportive Management)

- مدیریت پشتیبانی به نیازهای کارکنان توجه ویژه دارد. در این سبک، مدیر تلاش می کند تا فضایی حمایتی و امن ایجاد کند تا کارکنان احساس کنند که منابع، آموزش و راهنمایی لازم برای موفقیتشان فراهم است.

«پترو مهر» یکساله شد

طرح حمایت از دانش آموزان مناطق محروم موسوم به «پترو مهر» برای دومین سال متوالی از سوی گروه پتروپارس در بیش از ۸ شهر کشور انجام شد. با آغاز سال تحصیلی جدید و در راستای ایفای مسئولیت‌های اجتماعی، با همکاری کمیته امداد امام خمینی (ره) بیش از ۷۵۰۰ بسته لوازم التحریر از سوی گروه پتروپارس در مناطق محروم شهرهای بوشهر، کرمان زابل، دشت آزادگان، هویزه، دهدشت، دهلران و کنگان بین اقشار آسیب پذیر توزیع شد





بنابراین گزارش، به دلیل پراکندگی جغرافیایی و جمعیتی جامعه هدف و نیز تلاش در جهت رسیدن اقلام اهدایی به دست نیازمندان واقعی، جمعی از همکاران گروه پتروپارس با حضور در مناطق محروم فرایند تهیه و توزیع اقلام اهدایی را برعهده داشتند.

لازم به ذکر است گروه پتروپارس سال گذشته نیز با همکاری کمیته امداد امام خمینی (ره) و در استان های مختلف کشور تعداد ۷۵۰۰ عدد بسته لوازم التحریر و ۳ هزار بسته معیشتی در مناطق محروم و عملیاتی تحت پوشش خود توزیع کرد.





مدیریت سبز سازمان؛

حرکت در مسیر توسعه پایدار

حجت اله مردان

کارشناس محیط زیست



توسعه نیز به استناد بند «ز» ماده (۳۸) بر اجرای مدیریت سبز تأکید شده است. آیین نامه اجرایی و «دستورالعمل و راهنمای اجرای آیین نامه نظام مدیریت سبز» در سال ۱۳۹۸ به تصویب هیأت وزیران رسیده و ابلاغ شد. دبیرخانه «مدیریت سبز» از ابتدای برنامه پنجم توسعه در دفتر ارزیابی زیست محیطی سازمان حفاظت محیط زیست، تشکیل و پس از ابلاغ آیین نامه اجرایی ماده ۱۹۰ متناسب با تکالیف اجرایی، فعالیت جدی این دبیرخانه آغاز شده است.

■ مدیریت سبز چیست؟

مدیریت مصرف انرژی، مواد و حفظ محیط زیست در مؤسسات با بکارگیری موثر و کارآمد تمامی منابع مادی و انسانی، سازماندهی و برنامه ریزی به منظور هدایت آنها جهت نیل به اهداف زیست محیطی است. برای اجرای برنامه مدیریت سبز؛ مدیریت مصرف انرژی، آب، مواد اولیه تجهیزات و کاغذ، کاهش مواد زائد و بازیافت آنها الزامی می باشد، لذا کلیه بخشهای یک سازمان ملزم به رعایت شاخص های ۶ گانه مدیریت سبز هستند:

- مدیریت پسماند (پایش، تفکیک، نگهداشت، انتقال، بازیافت و ...)
- مدیریت آب (پایش، تأمین، توزیع، مصرف، بهداشت و ...)
- مدیریت حاملهای انرژی (پایش، تولید، نگهداشت، توزیع و انتقال و ...)
- مدیریت مصرف انرژی (پایش، راندمان مصرف و ...)
- مدیریت آلاینده های هوا و گازهای گلخانه ای (پایش، کاهش تولید، مدیریت و ...)
- مدیریت پساب (پایش، دفع، هدایت، بازیافت و ...)

تحقق توسعه پایدار (Sustainable Development) در جوامع و سازمانها مستلزم تعادل بین سه اصل اساسی؛ کسب منفعت همراه با حفظ منابع، صیانت اجتماعی از شهروندان و تکریم محیط زیست است. به عبارتی؛ تأمین نیازهای نسل کنونی جهان، بدون به مخاطره انداختن تأمین نیازهای نسل های آتی را توسعه پایدار می گویند. در دهه های پیشین، موفقیت سازمانها؛ در تواناییهای مالی و اقتصادی صرف، دیده می شد. امروزه تعالی سازمانها مرهون توجه به اهداف اقتصادی و اجتماعی توسعه پایدار در کنار توجه به مسائل «زیست محیطی و مدیریت سبز» است.

برنامه مدیریت سبز (Green Management) در کشور ما نیز به فاصله زمانی کوتاهی نسبت به کشورهای پیشرو جهان، از دو دهه پیش در قوانین، مقررات و اسناد فرادستی لحاظ گردید. برای اولین بار در بند «پ» تبصره ۲۰ قانون بودجه سال ۱۳۸۲ و ماده ۶۶ برنامه چهارم توسعه (۱۳۸۸-۱۳۸۴) نسبت به اعمال سیاست های مصرف بهینه منابع پایه و محیط زیست و اجرای برنامه مدیریت سبز تأکید گردید.

در ادامه سیر تعالی مدیریت سبز در قوانین اجرایی و به استناد ماده ۱۹۰ قانون برنامه پنجساله پنجم توسعه و آیین نامه اجرایی مصوب هیأت محترم وزیران، برنامه مدیریت سبز بعنوان یک ابزار قدرتمند اجرایی، اهمیت و جایگاه ویژه ای بدست آورد و یکی از وظایف، مأموریت ها و مسئولیتهای اصلی مدیریت هر سازمان عمومی تلقی شد. در برنامه ششم

ستاد و هم در پروژه‌ها الزامیست.

پسماندهای عادی که در ادامه این نوشته بیشتر بدان پرداخته شده است، به تمامی پسماندهایی گفته می‌شود که به صورت معمول از فعالیت‌های روزمره انسان‌ها (از قبیل زباله‌های خانگی و نخاله‌های ساختمانی) در شهرها، روستاها و خارج از آن‌ها تولید می‌شود.

در سازمانها و شرکت‌هایی (نظیر ستاد پتروپارس) که دارای ماهیت اداری هستند پسماندهای عادی عمدتاً شامل:

- پسماندهای تر (باقی مانده مواد غذایی و سایر پسماندهای فاسدشدنی و دارای رطوبت
- پسماندهای خشک (کاغذ و کارتن، شیشه، پلاستیک، ضایعات چوبی، نان خشک، پسماندهای فلزی غیر صنعتی)
- نخاله‌های ساختمانی (ناشی از تعمیرات و بازسازی)

به منظور مدیریت پسماندهای عادی در شرکتها و سازمانها لازم است نسبت به ایجاد ساختار و سیستم مدیریتی و ممیزی پسماند اقدام شود. پس از شناسایی دقیق انواع پسماندهای عادی نسبت به کاهش، تفکیک و بازیافت پسماندها

در بخش‌های مختلف برنامه ریزی می‌شود.

نظر به اهمیت محیط زیستی و بهداشتی شناسایی پسماندها، بررسی موردی از سوی دپارتمان HSEQ برای کسب اطلاع از مقادیر پسماند رستوران پتروپارس صورت گرفت. نتایج بدست آمده نشان می‌دهد (جدول زیر) که متوسط روزانه پسماند مواد غذایی تولید شده برای سرو ناهار حدود ۱۷۰ کیلوگرم است که حدود ۵۵ درصد آن پسماند خشک (کارتن، قوطی فلزی، ظروف بسته بندی غذا بطری، کاغذ و...) و ۴۵ درصد آن پسماند تر (باقیمانده مواد غذایی، سبزیجات، نان و...) است. حجم فشرده نشده پسماندهای مذکور، روزانه حدود ۶ تا ۹ مترمکعب برآورد شده است.

■ بررسی کمیت پسماند رستوران ساختمانهای ستاد پتروپارس (شهریورماه ۱۴۰۳)

شاخص مدیریت سبز در پسماند عادی شامل:

۱ - استقرار و اجرای تفکیک پسماندها در سه دسته:

- پسماند کاغذی
- پسماندهای تر
- سایر پسماندها شامل (شیشه، پلاستیک و فلزات)
- کاهش میزان تولید پسماندها
- بهبود سالانه تفکیک از مبدأ به میزان ۵ درصد نسبت به شاخص هدف تعیین شده در شرکت



■ مدیریت پسماندهای عادی

مدیریت پسماند یکی از مهمترین شاخصهای مدیریت سبز است که باید در فرآیند اجرای نظام مدیریت سبز مورد توجه قرار گیرد. با توجه به آیین نامه اجرایی مدیریت سبز، ۱۰ درصد از کل ۱۰۰۰ امتیاز مدیریت سبز به مدیریت پسماند اختصاص یافته است در قانون مدیریت پسماندها (مصوب ۱۳۸۳) به مواد جامد، مایع و گاز (غیر از فاضلاب) گفته می‌شود که به طور مستقیم یا غیر مستقیم حاصل از فعالیت انسان بوده و از نظر تولیدکننده زائد تلقی می‌شود، پسماند گفته می‌شود. پسماندها شامل ۵ گروه ذیر است:

- ✓ پسماندهای عادی
- ✓ پسماندهای پزشکی
- ✓ پسماندهای ویژه
- ✓ پسماندهای کشاورزی
- ✓ پسماندهای صنعتی

ماده ۱ قانون مدیریت پسماندها این گونه بیان می‌کند که جهت تحقق اصل پنجاهم (۵۰) قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران و به منظور حفظ محیط زیست کشور از آثار زیانبار پسماندها و مدیریت بهینه آنها، کلیه وزارت خانه‌ها و سازمانها و موسسات و نهادهای دولتی و نهادهای عمومی غیر دولتی که شمول قانون بر آنها مستلزم ذکر نام می‌باشد و کلیه شرکتها و موسسات و اشخاص حقیقی و حقوقی موظفند مقررات و سیاستهای مقرر در این قانون را رعایت کنند. این موضوع در ماده ۸ آیین نامه اجرایی قانون مدیریت پسماندها نیز تصریح شده است. مطابق مواد قانونی فوق، اجرای برنامه مدیریت پسماند در شرکت‌هایی نظیر پتروپارس هم در ساختمان‌های





ردیف	تاریخ	آمار غذای سرو شده (پرس)	پسماند تر (kg)			پسماند خشک (kg)			مجموع پسماند روزانه (kg)
			رستوران	آشپزخانه	جمع	رستوران	آشپزخانه	جمع	
۱	۱۴۰۳/۰۶/۲۵	۸۵۰	۳۰	۴۲	۷۲	۳۲/۵	۲۳	۵۵/۵	۱۲۷/۵
۲	۱۴۰۳/۰۶/۲۶	۷۵۰	۴۱	۴۱	۸۲	۴۸	۴۴	۹۲	۱۷۴
۳	۱۴۰۳/۰۶/۲۷	۸۴۶	۱۹	۱۲۸	۱۴۷	۱۹/۳	۲۷	۴۶/۳	۱۹۳/۳
۴	۱۴۰۳/۰۶/۲۸	۸۵۰	۲۸	۸۵	۱۱۳	۳۰	۱۴	۴۴	۱۵۷
۵	۱۴۰۳/۰۷/۰۱	۸۴۰	۲۷/۵	۳۳/۸	۶۱/۳	۵۶/۲	۷۶/۵	۱۳۲/۷	۱۹۴

و انجام اقدامات اجرایی به منظور دستیابی به شاخص مدیریت پسماند عادی می باشد.

تفکیک پسماندها: از اهدافی است که با همکاری مدیریت خدمات پشتیبانی پتروپارس در قسمت دفاتر اداری و ستاد پروژه‌ها در دست برنامه ریزی است. این فرآیند گام موثری در کاهش مقدار پسماند و حفاظت از محیط زیست و منابع طبیعی به شمار می رود.

کاهش میزان تولید: اجتناب از تولید (Prevention) یا کاهش در مبدا (Source Reduction)، از اجزای اصلی و حایز اهمیت در مدیریت پسماند برای کاهش میزان تولید به شمار می رود. زیرا به صورت سیستماتیک سایر مراحل مدیریت پسماند را تحت تاثیر قرار داده و از نظر اقتصادی و محیط زیستی تاثیرات شگرفی در پی دارد.

توصیه‌هایی برای کاهش تولید پسماند مواد غذایی:

- غذا را بر اساس علاقه خود انتخاب کنید تا از دور ریز شدن غذاهای مصرف نشده پرهیز شود.

- حجم غذای خود را به آشپز سفارش دهید. اغلب حجم غذای استاندارد ارائه شده بیشتر از مقدار مصرف ما است. از این رو بخش مازاد غذا

دور ریخته می شود.

- در صورتیکه میل چندانی به غذا ندارید یا کلا کم غذا هستید، باقیمانده غذای خود را با ظروف مناسب به منزل ببرید.

- مقدار مواد جنبی غذای اصلی نظیر نان لواش بسته بندی شده، سس‌های تک نفره، سماق، نان تست، آب لیمو، نوشیدنی‌ها (ماء الشعیر و دوغ نی، خلال دندان و دور چین‌ها (خیار شور، گوجه فرنگی، زیتون، ماست و..)) را بر حسب نیاز و متناسب با مصرف خود، انتخاب نمایید.

در بررسی اخیر و تفکیک صورت گرفته بر روی پسماند رستوران، مشخص شد مقدار زیادی از مواد دور ریز شامل بخش‌های مصرف نشده از دور چین‌ها خوراکی‌های جنبی غذا و نوشیدنی‌ها می باشد.

- در صورتیکه تمایلی به مصرف کامل نوشیدنی‌های همراه غذا ندارید آن را با دوستان و همکاران به صورت اشتراکی مصرف کنید. مایعات باقیمانده در بطریها در نهایت به تولید حجم زیادی از شیرابه پسماند منجر می شوند.

اهداف بزرگ با گامهای کوچک شروع می شود
برای ایران سبز هم گام شویم.



در گفت و گو با مهندس اکبر جلالی رئیس HSE پروژه CTEP مطرح شد

دستیابی به ۳/۵ میلیون نفر ساعت کار بدون حادثه ناتوان کننده

■ از آخرین حادثه در پروژه CTEP چه مدت می گذرد و راهکار شما برای جلوگیری از بروز حوادث در محیط کار چه بوده است؟

آخرین حادثه پروژه در اسفندماه سال ۱۴۰۲ اتفاق افتاد و ما بیش از ۲۲۰ روز بدون حادثه سپری کرده ایم و تا این لحظه به رکورد ۳ میلیون و پانصد هزار نفر ساعت کار بدون حادثه ناتوان کننده رسیده ایم. ما در ابتدا خطرات عمده شامل کار در ارتفاع، لیفتینگ، برق، آتش سوزی و حریق را شناسایی و به واسطه راه اندازی سوئیچ یارد ۳۳ کیلو ولت و همچنین Sub Station Oil از مردادماه امسال، که عملاً وارد مرحله راه اندازی زود هنگام شدیم آمادگی خود را برای مقابله خطرات در سایت بالا بردیم. در این راستا، پس از شناسایی خطرات، تمرکز خود را بر روی بحث آموزش تخصصی نفرات کافرا، گروه پتروپارس و پیمانکاران گذاشته و با برگزاری دوره های آموزشی تخصصی و ایمنی در حوزه های کاری مختلف از جمله کار در ارتفاع، لیفتینگ و آتش سوزی و حریق سعی کردیم آگاهی نفرات را بیشتر کنیم که تا امروز مفید واقع شده است. همچنین یک ساختمان آموزشی در ورودی سایت احداث کرده که آموزش به صورت متمرکز صورت گیرد و در این مدت زمان آموزش تخصصی را از ۵۰۰ ساعت به بیش از ۴ هزار ساعت رساندیم که تاثیر آن را در پروژه و جلوگیری از حوادث می بینیم. در ادامه با حمایت مدیر سایت دوفنر در راستای تقویت واحد HSE به چارت اضافه شد که با این تغییر بخش کنترل و نظارت عملیات مادر این مدت بالغ بر ۴۱۰۰ مجوز کاری صادر کرده و ماسه ای کردیم فعالیت های سایت را به صورت متمرکز و واحد به واحد کنترل کنیم. همچنین برای فعالیتهای روزمره ارزیابی ریسک را به روز کردیم و برای فعالیتهای خاص که خطرات ویژه ای هم دارند روش جاری کار را از پیمانکار گرفته و با استفاده از روش های علمی آن را برای اجرا تایید می کنیم.

■ کلام آخر؟

در انتها باید به این نکته اشاره کنم با توجه به نزدیکی راه اندازی زود هنگام پروژه CTEP به تجهیزات و لوازم آتش نشانی نیاز داریم که خوشبختانه با موافقت مدیر عامل پتروپارس ایران به زودی این تجهیزات تحویل سایت می شود. لازم به ذکر است تامین تجهیزات به ویژه تجهیزات آتش نشانی بخشی از تعهدات ما است تا نگرانی ما به حداقل برسد. ضمن اینکه بخشی از تعهدات HSE در این پروژه بر عهده شرکت POMC است که در حال پیگیری هستیم انجام شود تا یک راه اندازی ایمن را داشته باشیم. در پایان لازم میدانم به همه همکاران در گروه پتروپارس، مخصوصاً همکارانم در پروژه CTEP خسته نباشید و خلاقیت گفته و ابراز امیدواری کنم به زودی شاهد راه اندازی زود هنگام این پروژه بدون حادثه باشیم.

افزایش تولید و رفع ناترازی انرژی در پروژه های مختلف کشور رویکردی است که وزارت نفت دولت چهاردهم برای مقابله با مشکلات حاصل از کمبود گاز در زمستان پیش رو در دستور کار دارد. بر این اساس، پروژه واحد فرآورش مرکزی میدان مشترک نفتی آزادگان جنوبی که یکی از مهمترین پروژه های صنعت نفت و گاز ایران به شمار می رود برای دستیابی این اهداف برنامه ریزی شده است به مناسبت روز ملی آتش نشانی و ایمنی و در آستانه راه اندازی زود هنگام این پروژه با مهندس اکبر جلالی، رئیس بهداشت، ایمنی و محیط زیست (HSE) پروژه CTEP به گفتگو نشستیم.

■ اهمیت و کارکرد حوزه HSE در پروژه CTEP را چگونه ارزیابی می کنید؟

ابتدا جا دارد هفتم مهر، روز ملی آتش نشانی و ایمنی و دستیابی به رکورد ۳ میلیون و پانصد هزار نفر ساعت کار بدون حادثه ناتوان کننده در پروژه CTEP را تبریک عرض کنم. ۲/۵ درصد از وزن نیروی انسانی پروژه CTEP را همکاران تلاشگر HSE تشکیل می دهند و از ابتدای شروع پروژه تا این لحظه، درصد پیشرفت کلی پروژه ۶۹/۴۵ درصد است که در این مدت، همکاران واحد HSE زحمات زیادی را برای رسیدن به این دستاورد ارزشمند متحمل شدند که قابل تحسین است. مهم ترین مساله در پروژه، کیفیت فنی و تخصصی افراد است که در روند اجرایی پروژه تاثیر بسزایی دارد و این کیفیت چیزی جز حس تعهد و مسئولیت پذیری نیست و در کنار این موضوع بخش HSE سعی کرده است با ایجاد محیطی ایمن و همراه با رعایت استانداردهای لازم شرایطی را فراهم آورد که این کیفیت به بالاترین حد ممکن ارتقاء یابد.

همان طور که می دانید پروژه CTEP در زمره پروژه های دارای الویت مجموعه وزارت نفت است، به همین دلیل توجه و نظارت ویژه ای از سوی شرکت ملی نفت ایران کافرما و گروه پتروپارس وجود دارد تا این پروژه با بالاترین کیفیت ممکن و در زمان مقرر به بهره برداری برسد. با توجه به توضیحاتی که دادم اهمیت ایمنی در این شرایط دوچندان خواهد بود که خوشبختانه در این مسیر مهندس زمان مدیر عامل شرکت پتروپارس ایران مهندس نامی مدیر پروژه و مهندس قصیری مدیر سایت CTEP همراهی و هماهنگی لازم را با واحد HSE پروژه دارند که این امر مسئولیت ما را مضاعف کرده است.

تعریف Expeditor و شرح وظایف آن



سرور نامبر

کارشناس خرید

تجهیزات مکانیک پتروپارس ایران

عدم پرداخت به موقع پول به سازنده و همچنین تغییرات زیاد مهندسی که منجر به تاخیر در انجام ساخت بموقع کالا در زمان مورد نظر می شود سازنده ممکن است CLAM مالی کند. در هر پروژه ای ممکن است یک Expeditor چندین قرارداد تامین کالا در اختیار داشته باشد و این شخص باید توانایی و مهارت مدیریت چندین قرارداد را بصورت همزمان داشته باشد.

■ مشکلات و موانع کار Expeditor ها:

وجود تحریم ها در سال های اخیر و تامین کالا از سازندگان داخلی کشور موانع و مشکلات خود را به همراه دارد. به طور مثال در برخی از شرکت های سازندگان داخلی عدم وجود نفقات متخصص در زمینه مهندسی و مدیریت پروژه سبب تاخیر در نهایی شدن مدارک مهندسی و شروع فرایند ساخت و در نهایت تاخیر در تحویل کالا می گردد. از دیگر مشکلات کار کردن با برخی از سازندگان داخلی عدم ثبات نیروی های آن شرکت است که این امر موجب سخت شدن کار Expeditor پروژه شده و گاهی نفقات جایگزین هیچگونه اطلاعی از روند سابق پروژه نداشته و Expeditor در نهایت باید آموزش های لازم را به نفر جدید بدهد. ممکن است این موضوع ۳ الی ۴ بار در هر پروژه ای تکرار شود که این امر به خودی خود سبب تاخیر در کل پروژه می شود. در بعضی موارد کارفرمای پروژه بدلیل تاخیر در پرداخت ها به سازندگان و یا عدم وجود نقدینگی به طور کل پروژه توسط سازندگان متوقف می شود و عملاً پیگیری تامین کالا و رفع مشکلات سخت تر خواهد شد. در نهایت وظیفه اصلی Expeditor مدیریت رفع تمامی موانع و مشکلات و برطرف نمودن آن است تا کالا را در اسرع وقت به سایت ارسال نماید.

در هر پروژه تعریف شده توسط کارفرما به پیمانکار و فرایند تامین کالاها، پس از برگزاری مناقصات و تعیین برنده جهت مدیریت تسریع بخشی در بخش کالای پروژه یک متخصص در این زمینه بعنوان Expeditor انتخاب می شود. این بخش در ادامه کار مناقصه تامین کالا پس از ابلاغ قرارداد به سازنده است. از مرحله شروع ساخت کالا تا تحویل آن به سایت، وظیفه اصلی بدوش expeditor خواهد بود. مسوولیت پیگیری پرداخت ها پس از ارسال در خواست وجه به مالی و تشکیل جلسات فنی و بازرگانی در ارتباط با تسریع شروع ساخت کالای موضوعه و هماهنگی و همچنین اخذ گزارش پیشرفت خرید و ساخت و مهندسی از سازنده و ارسال آن برای پروژه و جلوگیری از ایجاد CLAM مالی برای سازنده براساس قرارداد تنظیم شده و برداشتن تمامی موانع ساخت کالا با هماهنگی مهندسی و پروژه با ارسال نامه رسمی و تذکر کتبی به سازنده در مواردی که از زمان تحویل کالا عدول می کند به عهده این شخص است. EXPEDITOR در ابتدا می بایست قرارداد و شرایط پرداخت قرارداد و مصوبه کمیسیون و تضامین بانکی و VPIS و TIMESCHEDULE و ITP را بدقت مطالعه نماید و به همه آنها مسلط باشد و هر دو هفته یکبار از سازنده PROGRESS REPORT دریافت و به کمک TIMESCHEDULE پیشرفت کار را ردیابی کند و در صورت عدول سازنده و تاخیر از زمان بندی تذکرات لازم را به سازنده اعلام نموده و در کارگاه سازنده جهت پیگیری ساخت حضور پیدا کند و اگر مسوولیت تاخیر و تغییرات مهندسی باشد در جهت رفع آن از تیم پروژه پیگیری نماید تا تحویل بتاخیر نیفتد. البته در پاره ای موارد بدلیل متفاوت نظیر



طرز تهیه خورشت مرغ کاری مسافری از هند!



بهرام آریافر

مسئول رستوران گروه پتروپارس

مواد مورد نیاز برای چهار نفر:

- ۱- سینه مرغ بی خس ۶۰۰ گرم
- ۲- پیاز ۲ عدد (سایز پرتقال)
- ۳- یک قاشق غذاخوری سیر خرد شده + یک قاشق زنجبیل تازه خرد شده
- ۴- یک عدد گوجه متوسط
- ۵- یک قاشق غذاخوری رب گوجه
- ۶- ماست چکیده سفت یک فنجان
- ۷- پودر کاری ۳ قاشق غذاخوری
- ۸- فلفل تند یک عدد خرد شده
- ۹- زیره سیاه نصف قاشق غذاخوری + نصف قاشق چایخوری دارچین
- ۱۰- کره نارگیل (در صورت نبودن پودر رنده شده خشک نارگیل ۵۰ گرم)
- ۱۱- نمک و فلفل سیاه به مقدار دلخواه

سپس سیر و زنجبیل خرد شده را نیز به آن اضافه کرده و تفت می‌دهیم حال فلفل تند خرد شده و رب گوجه فرنگی را اضافه کرده و تفت می‌دهیم اکنون پودر کاری را اضافه کرده باز هم تفت می‌دهیم زمانی که همه مواد به خوبی سرخ شد گوجه خرد شده را نیز اضافه می‌کنیم سپس دو تا سه لیوان آب گرم اضافه کرده شعله را کم کرده تا مواد خوب پخته شوند (۱۵ الی ۲۰ دقیقه - جوشیدن به صورت آسته)

مواد پخته شده را با هم زن برقی (بلندر BLENDER) (گوشت کوب برقی) خوب میکس می‌کنیم تا یکدست شود سپس یک فنجان ماست چکیده سفت را به آن اضافه کرده و به خوبی مخلوط می‌کنیم تا مانند سس شود حال سینه مرغ را خرد کرده داخل سس کاری ریخته تا پخته شود (حدوداً یک ربع) زیره را هم می‌توانید به آن اضافه کنید در نهایت پودر نارگیل یا کره نارگیل را اضافه کرده و ۵ دقیقه دیگر می‌گذاریم خوب پخته شود و زمانی که بر روی خورش روغن افتاد حاضر است اکنون خورش کاری ما آماده است و می‌توانید با چلو سرو نمایید.

نوش جان

خورشت کاری یک خورشت محبوب هندی است که طعم بسیار لذیذی داشته و شهرت جهانی دارد.

طرز پخت خورشت کاری:

ابتدا پیاز خرد شده را در روغن تفت می‌دهیم تا طلایی رنگ شود





صبحانه روزتان را می سازد

■ مشخصات صبحانه ایده آل

صبحانه ایده آل آن است که به قند خون جهش زیاد ندهد، برای رسیدن به این هدف باید حاوی مقادیر کافی پروتئین، فیبر، چربی، کمی نمک (در افراد دارای فشار خون طبیعی) و در صورت تمایل کربوهیدرات اندک باشد. افزودن پروتئین به صبحانه یا خوردن صبحانه پرپروتئین، هورمون های سیری و گرسنگی را در تمام روز تنظیم می کنند. بنابراین، تخم مرغ رادر صبحانه بگنجانید. به افزودن چربی اشاره کردیم، منظور چربی های مفید مانند زیتون، روغن زیتون و دانه های روغنی همچون آفتابگردان، کنجد، کدو و دانه چیا است. گزینه بعدی برای داشتن یک ترکیب طلایی با هدف تثبیت قند خون و در نتیجه انسولین، افزودن فیبر به وعده صبحانه است. ممکن است خوردن فیبر در صبحانه دشوار به نظر برسد زیرا به معنای خوردن سبزیجات است ولی فراموش نکنید که افزودن این مورد تأثیر زیادی در صاف نگه داشتن منحنی قند خون شما دارد. لطفاً به مثال های زیر توجه کنید:

– تخم مرغ آبپز + زیتون + فلفل دلمه ای نارنجی یا قرمز

– اسفناج ساپوری + تخم مرغ آبپز خرد شده + ماست یونانی + گردو + نان تست جو سبوس دار

– انواع املت تخم مرغ با سبزیجاتی همچون کدو، اسفناج، گوجه و بروکلی + زیتون

– کره بادام زمینی + نان تست سبوس دار + یک لیوان شیر

– پنیر + گردو + نان تست سبوس دار

در هیچکدام از موارد بالا خبری از عسل، شیر، خرما و مربا نیست، ترکیب این نوع شیرینی ها هر چند با قند طبیعی و نان سفید، برآیندی جز افزایش زیاد قند خون نخواهد داشت. سعی کنید بیشتر روزهای هفته در وعده صبحانه از ترکیب مناسب پروتئین، چربی و فیبر استفاده کنید، خیلی سریع متوجه خواهید شد که احساس سبکی، نفخ کمتر، خلق و خوی بهتر و انرژی بیشتری خواهید کرد. لازم به ذکر است که در مثال های یاد شده فوق مقدار مصرف یعنی کالری دریافتی نیز اهمیت دارد که از فردی به فرد دیگر متفاوت است.

لیلا شفیعی نیک

کارشناس تغذیه مرکز سلامت گروه پتروپارس



رابطه بین رژیم غذایی و خلق و خو به طور آشکار معلوم است. ما معمولاً فکر می کنیم یک صبحانه شیرین به ما انرژی می دهد، درحالی که خوردن مواد غذایی شیرین به ما لذت می دهد و بهترین راه برای داشتن انرژی نیست. همانطور که می دانید وقتی قند می خوریم انسولین ترشح می شود تا آن را از جریان خون خارج کند و از مضرات آن در امان باشیم. به جای اینکه مولکول های تازه هضم شده در بدن باقی بمانند و به عنوان سوخت عمل کنند، به شکل گلیکوژن (ذخیره کربوهیدراتی در کبد و عضلات یا چربی ذخیره می شوند).

نکته اساسی اینجاست که پس از خوردن صبحانه نباید جهش شدید قندی داشته باشیم. این شرایط محدودیت هایی برای بدن ایجاد خواهد کرد اول اینکه باعث می شود گرسنگی سریع تر برگردد و دوم و مهم تر این که در تمام روز قند خون نامنظم می شود. در نتیجه ناهار و شام نیز باعث جهش شدید قند خون می شوند. اگر صبحانه ما باعث افزایش قند خون شده باشد، قند خون ما تا شب نوسان دارد و برعکس اگر صبحانه ای بخوریم که قند خون ما را صاف کند، در ناهار و شام نیز قند خون تثبیت می شود. به راحتی می توانید کسلی بعد از ظهر خود را به ترکیب غذایی که صبح بعد از بیدار شدن از خواب خورده اید، ربط دهید. علاوه بر این، هنگام بیدار شدن از خواب، زمانی که ناشتا هستیم، بدن بیشترین حساسیت به قند را دارد. با معده خالی عمل هضم بسیار سریع می شود. خوردن شکر و نشاسته برای صبحانه اغلب به بزرگترین جهش قند خون روز منجر می شود. صبحانه بدترین زمان روز برای خوردن قند و نشاسته است، با این حال این دقیقاً کاری است که اکثر ما انجام می دهیم. رژیم غذایی حاوی مقادیر زیاد کربوهیدرات، انرژی موجود پس از هضم غذا را محدود می کند بنابراین، انرژی در دسترس بدن کاهش می یابد.



کمال گرایی؛ موفقیت یا ناکامی

۳۳



پرستوخیلی

روانشناس مرکز سلامت گروه پتروپارس

■ نشانه‌های کمال گرایی

✱ **ترس از شکست:** افراد کمال گرا اشتباه کردن به شدت می‌ترسند و شکست را به عنوان یک نقص شخصی تلقی می‌کنند.

✱ **استانداردهای بسیار بالا:** آنها استانداردهایی دارند که دست یافتن به آنها تقریباً غیرممکن است و حتی وقتی به هدفی می‌رسند، هنوز راضی نیستند.

✱ **خود انتقادی:** این افراد در مواجهه با اشتباهات خود، سختگیر و منتقد هستند.

✱ **به تعویق انداختن کارها:** به دلیل ترس انجام کارها به صورت ناقص، ممکن است کارها را به تعویق بیندازند.

✱ **نیاز به تایید دیگران:** افراد کمال گرا به تایید و تمجید دیگران نیاز دارند تا احساس ارزشمندی کنند.

✱ **نگرانی دائمی:** آنها دائماً نگران نتایج و عملکرد خود هستند و به سختی می‌توانند از موفقیت‌های خود لذت ببرند.

✱ **تمرکز بر اشتباهات کوچک:** کمال گراها بیشتر روی اشتباهات و کاستی‌های کوچک تمرکز می‌کنند و آنها را بزرگ می‌بینند.

✱ **احساس عدم رضایت:** حتی زمانی که به اهدافشان می‌رسند، احساس رضایت نمی‌کنند و فکر می‌کنند می‌توانستند بهتر عمل کنند.

برای کاهش کمال گرایی و راههای مقابله با تاثیرات منفی آن می‌توان این مراحل را دنبال کرد: انتظارات غیرواقعی را شناسایی کنید و سپس آنها را بازبینی کنید.

به خودتان اجازه اشتباه دهید و از شکست و اشتباهات خود نترسید و آنها را به چشم فرصت ببینید، این بخشی از رشد فکری هر انسانی می‌باشد. به جای تمرکز روی کمال

مطلق روی پیشرفت تمرکز کنید از افکار غیرمنطقی و سخت گیرانه دوری کنید. ذهن آگاهی می‌تواند به شما کمک کند که در لحظه حاضر باشید و از قضاوت‌های

مدام درباره خود و عملکردتان فاصله بگیرید.

کمال گرایی به نگرش یا رفتاری گفته می‌شود که فرد تمایل دارد همه چیز به بهترین و کامل ترین شکل ممکن انجام شود. در این حالت افراد معیارهای بسیار بالایی برای خود یا دیگران تعیین می‌کنند و به دنبال دستیابی به استانداردهای بی نقص و بی اشتباه هستند.

این ویژگی می‌تواند در برخی مواقع به پیشرفت و موفقیت منجر شود، اما بسیاری از موارد ممکن است باعث اضطراب، استرس و احساس نارضایتی شود.

کمال گرایی می‌تواند در سه نوع اصلی ظاهر شود:

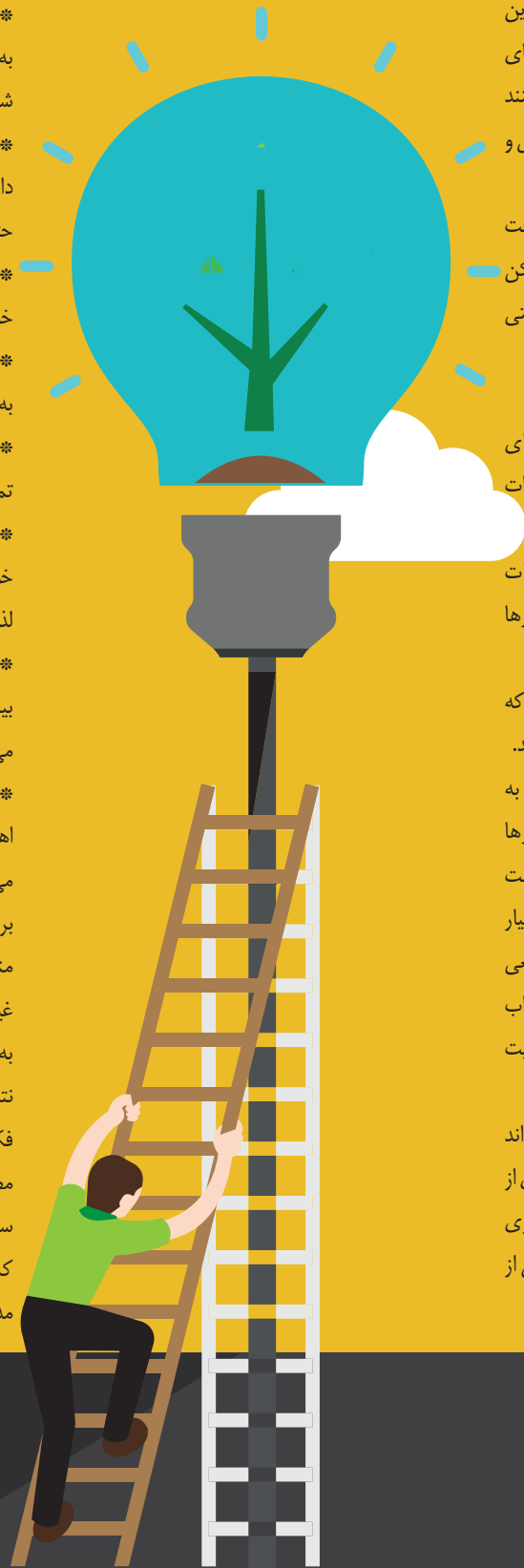
۱- **کمال گرایی نسبت به خود:** افراد معیارهای سخت گیرانه‌ای برای خود تعیین می‌کنند و انتظارات بسیار بالایی از عملکرد شخصی خود دارند.

۲- **کمال گرایی نسبت به دیگران:** فرد انتظارات زیادی از دیگران دارد و از آنها می‌خواهد که در کارها بی نقص باشند.

۳- **کمال گرایی اجتماعی:** فرد احساس می‌کند که دیگران از او انتظار دارند که کامل و بی اشتباه باشد.

کمال گرایی به معنای تمایل فرد به دستیابی به استانداردهای بسیار بالا و غیر واقع بینانه در کارها و اهداف است. این ویژگی می‌تواند در ابتدا مثبت به نظر برسد، زیرا افراد کمال گرا معمولاً بسیار پر تلاش و دقیق هستند، اما اغلب به دلیل غیرواقعی بودن انتظاراتشان دچار افسردگی، استرس، اضطراب و نارضایتی می‌شوند و منجر به کاهش کیفیت زندگی می‌شود.

در حالی که کمال گرایی در برخی موارد می‌تواند محرکی برای تلاش بیشتر باشد، اما در بسیاری از مواقع باعث ترس از شکست، تاخیر در تصمیم گیری و عملکرد و حتی عدم شروع کارها به دلیل ترس از عدم کمال می‌شود.



لزوم اهمیت تولید لباس‌های دوستدار محیط زیست

مد پایدار؛ الگوی جدید صنعت پوشاک



سیده سمیه موسوی

مسئول دفتر پروژه آرادگان جنوبی (GC)

صنعت مد به عنوان یکی از پر مصرف ترین و آلاینده ترین صنایع جهان شناخته می شود. این صنعت سالانه مقادیر عظیمی از منابع طبیعی همچون آب انرژی و مواد خام را مصرف و در مقابل، پسماندها و آلودگی های زیست محیطی فراوانی را تولید می کند. با افزایش آگاهی نسبت به تغییرات اقلیمی و تأثیرات زیست محیطی انسان ها، توجه به مد پایدار و استفاده از لباس های دوستدار محیط زیست بیش از پیش مطرح شده است. در این مقاله به بررسی ابعاد مختلف مد پایدار و برندهایی که در زمینه تولید لباس های پایدار فعالیت می کنند، خواهیم پرداخت.

■ مفهوم مد پایدار

مد پایدار به رویکردی در طراحی، تولید و مصرف پوشاک اشاره دارد که هدف اصلی آن کاهش اثرات منفی زیست محیطی و بهبود شرایط اجتماعی در طول زنجیره تأمین است. این مفهوم شامل استفاده از مواد با کمترین آلودگی ممکن، بهبود شرایط کاری کارگران، کاهش زباله و مصرف منابع کمتر می شود. مد پایدار بر اصول محیط زیستی، اجتماعی و اقتصادی استوار است که هدف آن ایجاد تعادل بین نیازهای اقتصادی و حفاظت از محیط زیست و منابع طبیعی است.





■ اصول کلیدی مد پایدار

۱. استفاده از مواد اولیه پایدار

مواد استفاده شده در مد پایدار شامل الیاف طبیعی مانند پنبه ارگانیک، بامبو، کتان و کنف هستند که برای رشد آنها از مواد شیمیایی مضر استفاده نشده است. همچنین مواد بازیافتی مانند پلی استر بازیافتی از لباس های قدیمی و ضایعات پلاستیکی نیز مورد استفاده قرار می گیرند.

۲. کاهش زباله و مصرف منابع

یکی از اهداف اصلی مد پایدار کاهش هدررفت منابع طبیعی و جلوگیری از تولید زباله های بی رویه است. تولید لباس های باکیفیت و بادوام به کاهش خرید و دور انداختن لباس ها کمک می کند.

۳. افزایش طول عمر لباس ها

در مد پایدار، تمرکز بر تولید لباس هایی است که ماندگاری بیشتری داشته باشند و مصرف کنندگان بتوانند برای مدت طولانی تری از آنها استفاده کنند. این رویکرد به کاهش چرخه مصرف و دور انداختن لباس های کهنه منجر می شود.

■ لباس های دوستدار محیط زیست

لباس های دوستدار محیط زیست، لباس هایی هستند که با استفاده از مواد پایدار و روش های تولید کم آسیب به محیط زیست ساخته می شوند. این نوع پوشاک به طور مستقیم به کاهش آلودگی های محیطی، استفاده کمتر از منابع طبیعی و کاهش زباله کمک می کنند.

■ ویژگی های لباس های دوستدار محیط زیست

۱. استفاده از الیاف طبیعی و ارگانیک

لباس های دوستدار محیط زیست معمولاً از مواد اولیه طبیعی مانند پنبه ارگانیک، کنف، کتان و بامبو ساخته می شوند. این الیاف با روش های کشاورزی پایدار تولید می شوند و کمترین اثرات زیست محیطی را دارند.

۲. استفاده از مواد بازیافتی

برخی از برندها از الیاف و مواد بازیافتی مانند پلی استر بازیافتی، نایلون بازیافتی و پلاستیک های دورریختنی برای تولید لباس های جدید استفاده می کنند. این روش نه تنها مصرف منابع خام را کاهش می دهد، بلکه به کاهش حجم زباله های پلاستیکی نیز کمک می کند.

۳. کاهش مصرف آب و انرژی در تولید

تولید پوشاک معمولاً به مصرف زیادی از آب و انرژی نیاز دارد. اما برندهای پایدار از روش هایی استفاده می کنند که مصرف آب و انرژی را به حداقل برسانند. برای مثال، برخی از آنها از تکنیک های رنگرزی کم آب استفاده می کنند.

۴. بسته بندی قابل تجزیه و بازیافت

بسیاری از برندهای پایدار، از بسته بندی های زیست تجزیه پذیر یا قابل بازیافت استفاده می کنند تا اثرات آلودگی های پلاستیکی را کاهش دهند.

■ روش های حفاظت از منابع طبیعی در مد پایدار

۱. استفاده از الیاف طبیعی و ارگانیک

لباس های پایدار معمولاً از مواد طبیعی و ارگانیک مانند پنبه ارگانیک، کتان و بامبو و کنف تولید می شوند. این مواد بدون استفاده از آفت کش ها و مواد شیمیایی مضر کشت می شوند و به طور قابل توجهی آب و منابع طبیعی کمتری مصرف می کنند. علاوه بر این، این الیاف به راحتی تجزیه می شوند و به کاهش زباله های زیست محیطی کمک می کنند.

۲. بازیافت و استفاده مجدد از مواد

بسیاری از برندهای پایدار از مواد بازیافتی مانند پلی استر بازیافتی، پلاستیک های بازیافتی و الیاف قدیمی برای تولید لباس های جدید استفاده می کنند. این روش نه تنها از مصرف مواد خام جدید جلوگیری می کند، بلکه به کاهش حجم زباله ها و آلودگی های ناشی از دفع لباس های قدیمی نیز کمک می کند. مد پایدار و لباس های دوستدار محیط زیست به عنوان پاسخی به بحران های زیست محیطی و اجتماعی امروز، نه تنها به حفظ منابع طبیعی و کاهش آلودگی ها کمک می کنند، بلکه به بهبود شرایط کاری و رفاه کارگران نیز توجه دارند. این صنعت با بهره گیری از مواد پایدار، کاهش مصرف منابع و تلاش برای افزایش طول عمر لباس ها، می تواند تغییرات مثبتی در جهت حفظ محیط زیست و ایجاد یک جامعه عادلانه تر ایجاد کند. با این حال، تحقق کامل اهداف مد پایدار نیازمند همکاری گسترده بین دولت ها، برندها و مصرف کنندگان است. دولت ها می توانند با ارائه مشوق ها و تنظیمات قانونی، برندها را به سمت استفاده از روش های پایدارتر سوق دهند. برندها نیز باید با شفافیت و تعهد به اصول پایدار، اعتماد مصرف کنندگان را جلب کنند و مصرف کنندگان نیز با انتخاب های مسئولانه تر، نقش خود را در ایجاد تغییرات مثبت ایفا کنند. مد پایدار یک راه حل برای مواجهه با بحران های زیست محیطی و اجتماعی است و می تواند به شکل گیری آینده ای سالم تر و پایدارتر برای همه انسان ها منجر شود.

رشد عضله یا هایپرتروفی به روش‌های مختلف

میدان



سعید واحدی

کارشناس ورزشی مرکز سلامت پتروپارس

هایپر تروفی، واژه پیچیده‌ای است که حتی بعضی‌ها در تلفظ این کلمه هم به مشکل بر می‌خورند. بنابراین بهتر است از ابتدا برایتان توضیح دهیم تا برای همیشه معنی این واژه در ذهن‌تان باقی بماند. تلفظ صحیح آن (های-پر-تروفی) است. هایپر تروفی عضلانی (هایپر به معنی «بیشتر» و تروفی نیز به معنی «بزرگ شدن») یک اصطلاح تخصصی برای افزایش سایز عضلات است. بنابراین به صورت کلی معنی هایپر تروفی همان رشد سلول‌های عضلانی است. برای این که ببینیم در فرایند هایپر تروفی عضلانی دقیقاً چه اتفاقی می‌افتد، ابتدا باید ببینیم عضله از چه چیزی تشکیل شده است ساختار پیچیده بافت عضلانی، از رشته‌های عضلانی به صورت دسته‌ای و داخل بافت همبند ضخیمی با نام پریمیسیوم perimysium تشکیل شده است.

■ ساختار ماهیچه اسکلتی

حدود ۶۰ تا ۸۰ درصد از وزن بافت عضلانی، حاوی آب است؛ گلیکوژن به شکل کربوهیدرات داخل عضلات ذخیره شده و حدود ۵ درصد از وزن عضلات را تشکیل می‌دهد؛ حدود ۲۰ درصد از وزن عضلات‌تان از پروتئین است. در نتیجه برای اینکه عضلات‌تان دچار هایپر تروفی شوند، نیاز به افزایش آب، گلیکوژن و پروتئین دارید. چگونه هایپر تروفی اتفاق می‌افتد؟ عملکردهایپر تروفی به چه صورت است؟ هر بار که شما عضلات خود را منقبض می‌کنید فرآورده‌های متابولیکی مانند اسید لاکتیک تولید شده و اطراف سلول‌های‌تان را احاطه می‌کنند. سپس بدن‌تان سعی می‌کند تا خون بیشتری را به سمت عضلات ارسال کند تا این چسبنده‌های مزاحم را دور کند، همین روند باعث می‌شود تا سلول‌های عضلات‌تان دچار تورم شوند. البته ناگفته نماند همین لاکتیک‌های صهیونیستی که فضای دور سلول را اشغال می‌کنند، باعث می‌شوند تا آب بیشتری به سمت سلول‌ها سرازیر شده و باز هم ترافیک داخل سلول بیشتر شود. حال در ذهن‌تان تصور کنید که آن حجم آب و خون قفل شده داخل عضلات‌تان باعث چه افزایش حجم و تورم می‌خواهد شد. به خاطر همین است که در نتیجه پمپ عضلانی و هایپر تروفی، شاهد تورم سریع تر سلولی عضلات هستیم و شواهد قوی وجود دارد که نشان می‌دهد که این افزایش سنتز پروتئین منجر به ساخت سلول‌های پروتئینی عضلانی جدید می‌شود.

■ انواع هایپر تروفی عضلانی

هایپر تروفی دو نوع دارد که برای رسیدن به هر یک، باید روش ویژه و متمایزی را در پیش بگیرید. اکنون این دو نوع را همراه با توضیحات‌شان به شما می‌گوییم.

۱- هایپر تروفی تارچه‌ای

وقتی مربی‌تان در باشگاه می‌گوید هایپر تروفی عضلانی، منظورش همان افزایش میزان پروتئین داخل عضلات است. این همان نوع اول هایپر تروفی، معروف به تارچه‌ای است که به افزایش میزان پروتئین موجود در سلول‌های

عضلانی هر شخص بر می‌گردد. هایپر تروفی تارچه‌ای یا میو فیبر یلار ترکیب دو واژه «میو» به معنای «عضله» و «فیبریل» به معنای «ساختار سلولی» است. اگر می‌خواهید هایپر تروفی تارچه‌ای اتفاق بیفتد، باید تمرینات با وزنه سنگین و تکرارهای کم را در برنامه ورزشی‌تان بگنجانید.

۲- هایپر تروفی سارکوپلاسمی

نوع دیگر هایپر تروفی، سارکوپلاسمی نامیده می‌شود. «سارکو» به معنی «گوشت» و «پلاسمی» اشاره به «پلازما» یا همان ماده شیبیه به ژل داخل سلول‌ها دارد. خب از طرف دیگر هایپر تروفی سارکوپلاسمی اشاره به افزایش حجم مایع و اجزای غیر انقباضی داخل عضلات مثل گلیکوژن، آب و مواد معدنی دارد. در تصویر زیر، عملکرد دو نوع هایپر تروفی کاملاً مشخص است. اگر می‌خواهید شاهد هایپر تروفی سارکوپلاسمی باشید، این کار فقط از طریق تمرین با وزنه‌های سبک با تکرار بالا و سوپرست‌ها به دست خواهد آمد.

۳- هایپر تروفی سارکوپلاسمی و تارچه‌ای

مشخص است که در اجزای سارکوپلاسمی، سلول‌های عضلانی همراه با رشد تارچه‌ای اتفاق می‌افتد و هایپر تروفی سارکوپلاسمی با کارهایی مانند پمپ عضله یا بارگیری کراتین یا کربوهیدرات اتفاق خواهد افتاد.

■ تفاوت هایپر تروفی تارچه‌ای و سارکوپلاسمی

بگذارید این بحث را با طرح یک سوال، شروع کنیم: «چگونه یک وزنه‌بردار ۸۰ کیلویی می‌تواند در رقابت اسکوات، یک بدنساز را شکست دهد؟» تفاوت بین هایپر تروفی سارکوپلاسمی و تارچه‌ای جواب این پرسش است. خیلی از بدنسازان به دنبال این هستند که عضلات‌شان را به بزرگ‌ترین اندازه ممکن برسانند و بیشتر به سایز عضلات و شکل ظاهری آن توجه دارند. در حالی که افراد وزنه‌بردار، تمرکزشان، بیشتر روی پروتئین‌های انقباضی و افزایش قدرت عضلات است. اگر ساده‌تر بخواهیم بگوییم ورزشکاران قدرتی حرکات اسکوات، ددلیفت و پرس سینه بیشتری نسبت به بدنسازان انجام می‌دهند و همین تمرینات باعث می‌شود تا در رقابت بالا بهتر عمل کنند و بتوانند راحت‌تر چنین ورزش‌هایی را انجام دهند.

■ آیا سرعت رشد سارکوپلاسم سریع‌تر از رشد تارچه‌ای است؟

این طور به نظر می‌رسد که هایپر تروفی تارچه‌ای تاثیر بیشتری در افزایش سایز و حجم عضلات داشته باشد؛ اما به طور کلی باید گفت که این دو نوع هایپر تروفی از هم جدایی‌ناپذیرند. هایپر تروفی سارکوپلاسمی به صورت مستقیم منجر به افزایش سایز عضلات نشده و بیشتر نقش محرک اولیه برای شروع هایپر تروفی تارچه‌ای را دارد. در نتیجه هر دو نوع هایپر تروفی مکمل یکدیگر هستند و باهم باعث بزرگ شدن عضلات‌تان خواهد شد.

■ سخن پایانی

هایپر تروفی، اصطلاحی تخصصی به معنی رشد عضلات و افزایش پروتئین موجود در آن‌ها است. هایپر تروفی دو نوع تارچه‌ای و سارکوپلاسمی دارد برای رسیدن به هایپر تروفی تارچه‌ای باید تمریناتی با وزنه سنگین و تکرارهای کم را انجام دهید و اگر بدنساز سطح متوسط تا پیشرفته هستید بهترین راه برای دستیابی به هایپر تروفی سارکوپلاسمی، استفاده از تکنیک تکرار زیاد در برنامه ورزشی‌تان است.

خواف و نشتیفان

گنجینه‌های ناشناخته شرق ایران

• دسترسی ریلی:

دسترسی به خواف از طریق قطار نیز امکان‌پذیر است. خط راه‌آهن مشهد-خواف که به تازگی توسعه یافته، یکی از راه‌های راحت و ایمن برای سفر به این منطقه است. این مسیر ریلی، علاوه بر کاهش هزینه‌های سفر، فرصت مناسبی برای لذت بردن از مناظر زیبای مسیر را فراهم می‌کند. قطارهای مسافری به طور منظم از مشهد به خواف حرکت می‌کنند و تجربه‌ای راحت و لذت‌بخش از سفر را ارائه می‌دهند.

• دسترسی هوایی:

در حال حاضر فرودگاه فعال در شهرستان خواف وجود ندارد، اما نزدیک‌ترین فرودگاه‌ها به این منطقه در مشهد و بیرجند واقع شده‌اند. پس از رسیدن به این فرودگاه‌ها، می‌توانید از طریق مسیرهای جاده‌ای یا ریلی به خواف و نشتیفان سفر کنید. این گزینه برای گردشگرانی که از شهرهای دورتر به این منطقه سفر می‌کنند مناسب است.

■ جاذبه‌های تاریخی

منطقه خواف و نشتیفان با داشتن آثار تاریخی متعدد، یکی از غنی‌ترین مناطق ایران از نظر میراث فرهنگی است. این آثار تاریخی شامل مساجد، آرامگاه‌ها، قلعه‌ها و میل‌های تاریخی می‌شود که هر یک داستان‌هایی از گذشته پر افتخار این منطقه را بازگو می‌کنند.

■ آسبادهای نشتیفان:

یکی از برجسته‌ترین جاذبه‌های تاریخی این منطقه، آسبادهای نشتیفان هستند. این آسبادهای که از گل، خشت و چوب ساخته شده‌اند، به دوران صفویه بازمی‌گردند و به عنوان یکی از بزرگ‌ترین مجموعه آسباد خشت و گل جهان شناخته می‌شوند. ساختار این سازه‌ها به گونه‌ای است که بادهای شدید نشتیفان را به نیرویی برای آسیاب کردن گندم و جو تبدیل می‌کنند. بازدید از این آسیاب‌ها که همچنان در حال کار کردن هستند، نه تنها به شما امکان می‌دهد تا با یکی از شاهکارهای مهندسی ایرانیان آشنا شوید، بلکه چشم‌انداز زیبای اطراف نیز تجربه‌ای دلنشین را برای شما به ارمغان می‌آورد.

■ مسجد ملک زوزن:

این مسجد تاریخی که در روستای زوزن در ۵ کیلومتری شمال غربی خواف واقع شده است، مسجد ملک زوزن با معماری خاص و تزئینات زیبا، یکی از آثار برجسته دوره خوارزمشاهیان به شمار می‌رود. این مسجد با آجرهای ساده و محراب‌های زیبا نمونه‌ای از هنر معماری اسلامی در ایران است. بازدید از این مسجد شما را با بخشی از تاریخ و فرهنگ کهن این منطقه آشنا می‌کند.

محمد امام زاده

سرپرست قراردادهای پتروشیمی دهدشت



شهرستان خواف و روستای نشتیفان، از مناطق کمتر شناخته شده شرق ایران هستند که با تاریخ کهن و جاذبه‌های طبیعی و فرهنگی بی‌نظیرشان، پتانسیل بالایی برای تبدیل شدن به مقصدی محبوب برای گردشگران داخلی و خارجی دارند.

■ موقعیت جغرافیایی و تاریخی

شهرستان خواف در جنوب شرقی استان خراسان رضوی و در نزدیکی مرز ایران و افغانستان واقع شده است. این شهرستان از شمال به تربت حیدریه، از جنوب به تایباد و از غرب به شهرستان زاول محدود می‌شود. منطقه خواف به دلیل موقعیت جغرافیایی خاص خود، از دیرباز به عنوان یکی از مراکز مهم فرهنگی و تاریخی شناخته شده و آثار تاریخی متعددی در آن به ثبت رسیده است. نشتیفان نیز روستایی است که در نزدیکی شهر خواف واقع شده و با آثار تاریخی و معماری بومی منحصر به فرد خود، یکی از دیدنی‌ترین روستاهای شرق ایران به شمار می‌رود. این روستا به ویژه به دلیل وجود مجموعه‌ای از آسبادهای خشتی که از شاهکارهای مهندسی دوران گذشته به شمار می‌روند، شهرت دارد.

■ بهترین زمان برای سفر

بهترین زمان برای سفر به این منطقه، فصل‌های بهار و پاییز است که آب و هوای منطقه معتدل و دلپذیر است و طبیعت زیبای اطراف با شکوفه‌ها و رنگ‌های پاییزی جلوه‌ای بی‌نظیر به این مناطق می‌بخشد. در فصل بهار، دشت‌ها و کوه‌های اطراف پوشیده از گل‌های وحشی و گیاهان دارویی می‌شوند که تجربه‌ای لذت‌بخش از طبیعت‌گردی را برای شما فراهم می‌کند. پاییز نیز با هوای خنک و رنگ‌های زیبای طبیعت، زمانی ایده‌آل برای بازدید از آثار تاریخی و لذت بردن از فضای آرام و دلنشین این مناطق است. تابستان‌ها به دلیل گرمای شدید و زمستان‌ها به دلیل سرمای زیاد سفر به این منطقه ممکن است برای برخی از گردشگران چالش‌برانگیز باشد.

■ راه‌های دسترسی

• دسترسی زمینی:

برای دسترسی به خواف و نشتیفان از طریق جاده، می‌توانید از مسیر مشهد به خواف استفاده کنید که از طریق تربت حیدریه می‌گذرد. این مسیر جاده‌ای حدود ۲۵۰ کیلومتر است و از مناظر زیبا و دیدنی کوهستانی و بیابانی عبور می‌کند. این مسیر با وجود پیچ و خم‌های متعدد، تجربه‌ای لذت‌بخش از رانندگی در دل طبیعت ایران را برای شما فراهم می‌کند.

■ آرامگاه حافظ ابرو

حافظ ابرو، یکی از بزرگترین تاریخ‌نگاران و جغرافی‌دانان دوره تیموری، در مرکز شهر خواف به خاک سپرده شده است. این آرامگاه با معماری ساده و بی‌تکلف خود، فضایی مناسب برای تأمل و آشنایی با زندگی و آثار این دانشمند بزرگ فراهم می‌کند.

■ قنات قصبه

قنات قصبه که در ۳۰ کیلومتری غرب خواف قرار دارد، یکی از شاهکارهای مهندسی آبیاری در ایران است و در فهرست میراث جهانی یونسکو به ثبت رسیده است. این قنات با طولی بیش از ۳۳ کیلومتر، یکی از طولانی‌ترین و عمیق‌ترین قنات‌های ایران به شمار می‌آید و هنوز هم به عنوان منبع اصلی آب در این منطقه مورد استفاده قرار می‌گیرد. بازدید از این قنات شمارا با یکی از مهم‌ترین دستاوردهای علمی و فنی ایرانیان در زمینه آبیاری و مدیریت منابع آبی آشنا می‌کند.

■ میل خواف

یکی از قدیمی‌ترین برج‌های دیدهبانی و راهنمای کاروان‌های عبوری از این منطقه در فاصله ۱۰ کیلومتری شرق خواف واقع شده است. این میل با ارتفاع بلند خود، چشم‌اندازی زیبا از منطقه اطراف را ارائه می‌دهد و بازدید از آن به علاقه‌مندان به تاریخ و معماری ایرانی توصیه می‌شود.

■ جاذبه‌های طبیعی خواف و نشتیفان

علاوه بر آثار تاریخی، منطقه خواف و نشتیفان دارای جاذبه‌های طبیعی فراوانی نیز هست که گردشگران را به سوی خود جذب می‌کند. این جاذبه‌ها شامل کوهستان‌ها، دره‌ها، دشت‌ها و چشمه‌های آب گرم و سرد هستند که هر یک جلوه‌ای از زیبایی‌های طبیعی ایران را به نمایش می‌گذارند.

■ کوه‌های باخرز

کوه‌های باخرز که در شمال غربی خواف واقع شده‌اند، با ارتفاعات بلند و مناظر بکر خود، یکی از جاذبه‌های طبیعی محبوب برای کوهنوردان و علاقه‌مندان به طبیعت‌گردی هستند. این کوه‌ها با داشتن مسیرهای متنوع برای پیاده‌روی و کوهنوردی، فرصت مناسبی برای لذت بردن از طبیعت و آرامش کوهستان فراهم می‌کنند. در فصل بهار و تابستان، این منطقه پوشیده از گل‌های وحشی و گیاهان دارویی می‌شود که منظره‌ای زیبا و دلپذیر را به گردشگران ارائه می‌دهد.

■ دشت‌های نشتیفان

دشت‌های وسیع و بکر اطراف نشتیفان، با چشم‌اندازهای طبیعی خود، یکی دیگر از جاذبه‌های این منطقه هستند. این دشت‌ها که در فصل بهار و اوایل تابستان پوشیده از گل‌های رنگارنگ می‌شوند، مکان مناسبی برای پیاده‌روی و عکاسی هستند. همچنین در این دشت‌ها، گونه‌های مختلفی از پرندگان مهاجر و بومی به چشم می‌خورند که تجربه‌ای خاص از تماشای حیات وحش را برای علاقه‌مندان فراهم می‌کند.

■ چشمه‌های آب گرم خواف:

در نزدیکی خواف، چندین چشمه آب گرم وجود دارد که یکی از معروف‌ترین این چشمه‌ها چشمه آب گرم خواف است که با فضایی آرام و دلنشین، خستگی سفر را از تن به در می‌کند.

■ سوغاتی‌ها:

خواف و نشتیفان با داشتن محصولات کشاورزی و صنایع دستی متنوع، از جمله فرش‌های دستباف، زعفران، زیره و محصولات گندم، سوغاتی‌های بی‌نظیری را برای گردشگران فراهم می‌کنند.

■ شکم گردی:

یکی از معروف‌ترین غذاها، آش بلغور است که با ترکیب گندم بلغور، حبوبات و سبزیجات محلی طبخ می‌شود و طعمی دلچسب و گرم دارد. همچنین قورمه محلی، نوعی خورش خوش طعم با گوشت گوسفندی و سبزیجات معطر است که همراه با نان محلی تازه سرو می‌شود. در کنار این‌ها، نان ساجی نیز از نان‌های سنتی و مقوی این منطقه است که به روش‌های قدیمی و روی ساج تهیه می‌شود و همراه با عسل یا کره محلی، تجربه‌ای فراموش‌نشدنی را برای گردشگران رقم می‌زند.

■ اقامتگاه:

خواف و نشتیفان با داشتن اقامتگاه‌های بومگردی و سنتی، تجربه‌ای خاص و به یادماندنی از اقامت در دل طبیعت و فرهنگ بومی را برای گردشگران فراهم می‌کنند. یکی از اقامتگاه‌های برجسته در این منطقه، «خانه بومگردی پور یعقوب» است که در ده قدمی آبشار قرار دارد. اقامت در همسایگی این سازه‌های تاریخی تجربه‌ای خاطره‌انگیز از سفر به شرق ایران را برای شما رقم می‌زند.



تحلیل سناریوهای احتمالی و
پیامدهای استراتژیک درگیری‌های
غرب آسیاچالش‌های
امنیتی و
سناریوهای
احتمالی آینده

■ مقدمه

تقابل میان اسرائیل، حزب‌الله و ایران یکی از مهم‌ترین بحران‌های منطقه‌ای در غرب آسیا است که تأثیرات گسترده‌ای بر امنیت و ثبات منطقه و حتی فراتر از آن داشته است.

این درگیری به دلایل متعددی، از جمله اختلافات ایدئولوژیک، سیاست‌های منطقه‌ای و رقابت‌های ژئوپلیتیک، به عنوان یک مسئله پایدار در روابط میان این کشورها باقی مانده است. این مقاله به تحلیل عوامل موثر بر ادامه و گسترش جنگ میان این بازیگران و پیش‌بینی سناریوهای احتمالی آینده این تقابل خواهد پرداخت.

■ علل و عوامل تنش

تنش میان اسرائیل، حزب‌الله و ایران در سه بُعد اصلی قابل تحلیل است:

۱. اختلافات ایدئولوژیک و مذهبی

ایران به عنوان یک کشور شیعه، از گروه‌های مقاومت شیعه در منطقه حمایت کرده و حزب‌الله به عنوان بازوی نظامی و سیاسی ایران در لبنان، نقش مهمی در این استراتژی ایفا می‌کند. در مقابل، از منظر اسرائیل، تقابل با این گروه‌ها به عنوان تهدیدات امنیتی مستقیم، به عنوان اولویت اولیه استراتژی نظامی این کشور تعریف شده است.

۲. رقابت‌های ژئوپلیتیک

ایران و اسرائیل هر دو به دنبال گسترش نفوذ خود در غرب آسیا هستند. از دیدگاه رئالیستی دولت‌ها به عنوان بازیگران اصلی صحنه بین‌المللی، به دنبال افزایش قدرت و امنیت خود بوده و دستیابی به برتری نظامی و سیاسی در مرکز توجه این دولت‌ها قرار دارد. ایران با حمایت از حزب‌الله و گروه‌های دیگر به دنبال تقویت نفوذ خود در سوریه، لبنان و سایر کشورهای منطقه است، در حالی که اسرائیل به دنبال تضعیف این نفوذ و مقابله با گسترش قدرت ایران است.

۳. مسائل نظامی و امنیتی

اسرائیل به طور مداوم نگران توسعه توانایی‌های نظامی حزب‌الله و ایران، به ویژه توان موشکی و شبکه‌های پشتیبانی این گروه‌ها است. حملات هوایی اسرائیل به اهداف ایرانی و حزب‌الله در سوریه و لبنان نمونه‌هایی از تلاش این کشور برای مقابله با تهدیدات امنیتی هستند.

فرزاد پناه نژاد

دکتری جغرافیای سیاسی



■ سناریوهای احتمالی آینده

با توجه به عوامل مذکور، آینده این تقابل می‌تواند در چندین سناریو مختلف پیش برود:

۱. سناریوی ادامه وضعیت فعلی (تقابل محدود)

در این سناریو، جنگ و درگیری‌ها به صورت محدود ادامه خواهند یافت و حملات متقابل موشکی و هوایی میان اسرائیل و حزب‌الله و همچنین حملات به تأسیسات نظامی و نیروهای ایرانی در سوریه ادامه خواهد داشت. این نوع تقابل ممکن است به دلیل محاسبات سیاسی و نظامی دو طرف، به عنوان یک وضعیت کنترل شده و قابل مدیریت باقی بماند، اما همچنان تهدید بزرگی برای ثبات منطقه است.

۲. سناریوی گسترش جنگ به یک درگیری بزرگ‌تر

یکی از احتمالات این است که یک حادثه غیرمنتظره یا یک حمله موفقیت‌آمیز علیه مواضع حساس، جنگ را به یک درگیری گسترده تبدیل کند. برای مثال، حمله اسرائیل به تأسیسات حیاتی در داخل ایران، مانند تأسیسات هسته‌ای، می‌تواند باعث واکنش شدید تهران و در نتیجه ورود بیشتر گروه‌های شبه نظامی به درگیری‌ها شود. این وضعیت به راحتی می‌تواند به جنگی فراگیر در منطقه تبدیل شود و کشورهای همسایه مانند سوریه، عراق و حتی عربستان سعودی را نیز درگیر کند.

۳. تشدید رقابت‌های تسلیحاتی و سرعت بخشیدن ایران به توسعه برنامه هسته‌ای

۴. سناریوی کاهش تنش و مذاکرات دیپلماتیک

با وجود تنش‌های موجود، امکان دارد که فشارهای بین‌المللی، به ویژه از سوی قدرت‌های بزرگ مانند آمریکا، روسیه و اتحادیه اروپا، اسرائیل و ایران را وادار به مذاکرات دیپلماتیک کند. این مذاکرات ممکن است به توافقاتی برای کاهش تنش و جلوگیری از تشدید جنگ منجر شوند. با این حال، احتمال موفقیت چنین مذاکراتی به دلیل اختلافات عمیق و بی‌اعتمادی میان طرفین، کم است.

■ نقش قدرت‌های بین‌المللی در آینده تقابل

نقش قدرت‌های بین‌المللی در شکل دهی به آینده جنگ میان اسرائیل و حزب‌الله و ایران بسیار مهم است.

• آمریکا

به عنوان متحد اصلی اسرائیل، نقش کلیدی در تعیین راهبردهای نظامی و دیپلماتیک این کشور دارد. افزایش حمایت نظامی آمریکا از اسرائیل و اعمال تحریم‌های شدیدتر علیه ایران می‌تواند به تشدید تقابل منجر شود.

• روسیه:

به دلیل حضور فعال در سوریه و روابط نزدیک با ایران، روسیه می‌تواند نقش میانجی یا حتی بازیگر تأثیرگذار در این درگیری داشته باشد. نقش روسیه در کاهش تنش‌ها یا حمایت از یکی از طرفین می‌تواند به تغییر معادلات منجر شود.

• اتحادیه اروپا:

کشورهای اروپایی به دنبال راه حل‌های دیپلماتیک برای کاهش تنش هستند و از هرگونه درگیری بزرگ در منطقه که می‌تواند به بحران‌های مهاجرتی و نوسانات بازار انرژی منجر شود، اجتناب می‌کنند.

■ تأثیرات احتمالی بر منطقه

آینده جنگ میان اسرائیل و حزب‌الله و ایران می‌تواند پیامدهای گسترده‌ای بر منطقه غرب آسیا داشته باشد:

۱. **تأثیر بر بازار انرژی:** با توجه به وابستگی اقتصاد جهانی به منابع انرژی منطقه، هرگونه تشدید درگیری‌ها می‌تواند منجر به افزایش قیمت نفت، کاهش سرمایه‌گذاری‌ها و ریسک‌های امنیتی شود.

۲. **تأثیر بر بحران‌های انسانی:** گسترش جنگ می‌تواند به افزایش

تعداد آوارگان و مهاجران منجر شود و فشار بیشتری بر کشورهای همجوار کند.

۳. **تغییر در توازن قدرت:** ادامه تنش‌ها و درگیری‌ها می‌تواند به تغییر توازن قدرت در منطقه منجر شود. قدرت‌های منطقه‌ای مانند عربستان سعودی و ترکیه نیز ممکن است مجبور به تغییر راهبردهای خود شوند تا با تغییرات در توازن ژئوپلیتیک سازگار شوند.

■ نتیجه‌گیری

تقابل میان اسرائیل، حزب‌الله و ایران به عنوان یکی از پیچیده‌ترین بحران‌های منطقه‌ای در غرب آسیا، با توجه به عوامل متعدد و بازیگران مختلف، دارای سناریوهای متنوعی برای آینده است. ادامه وضعیت فعلی، گسترش درگیری‌ها یا کاهش تنش‌ها و مذاکرات دیپلماتیک، همگی ممکن هستند، اما هر یک به عوامل مختلفی مانند محاسبات راهبردی، نقش قدرت‌های بین‌المللی و تحولات داخلی کشورهای درگیر بستگی دارد. از منظر ژئوپلیتیک، تقابل ایران و اسرائیل در غرب آسیا ناشی از رقابت برای دستیابی به برتری منطقه‌ای و تضمین امنیت ملی است و این تقابل با در نظر گرفتن عواملی مانند برنامه هسته‌ای ایران و ادامه تنش‌ها و رقابت‌های منطقه‌ای، ژئوپلیتیک اقتصادی غرب آسیا همچنان در معرض تغییرات بیشتری قرار گیرد. افزایش ریسک امنیتی، باعث بالا رفتن قیمت نفت و نوسانات شدید در بازارهای جهانی انرژی می‌شود. این وضعیت می‌تواند به کاهش درآمدهای ارزی کشورهای صادرکننده نفت و افزایش هزینه‌های وارداتی برای کشورهای مصرف‌کننده منجر شود.

نقد و بررسی فیلم جوکر؛ جنون مشترک (Joker: Folie à Deux)

آرتور فلیک یا جوکر؛ نبردی از درون



سید امید میرمعصومی

دبیر گروه عکس

مشخصات کلی فیلم:

- سال تولید ۲۰۲۴
- کارگردان تاد فیلیپس
- نویسنده: تاد فیلیپس و اسکات سیلور
- سبک: درام، روان شناختی

بازیگران اصلی:

- واکین فینیکس در نقش آرتور فلیک / جوکر
- لیدی گاگا در نقش هارلی کوئین
- زازی بیتز در نقش ساسکیا
- براندون گلیسون
- کاترین کینا
- رمبرانت ویرژی

بعد از نمرات نسبتاً ضعیفی که توسط مخاطبین عام و حتی دوستان صاحب قلم به فیلم «جوکر ۲» داده شد، اما با توجه به سابقه ای که از کارگردان سراغ دارم حس کردم که لایه های پنهان فیلم به صورت کامل درک نشده است، به همین دلیل دوباره فیلم را دیدم و متوجه شدم جدای از نام فیلم و فارغ از انتظارات ما، با یک اثر روانشناختی و فاخر طرف هستیم که مخاطب را به فکر فرو می برد و باعث می شود نمونه های شخصیت آرتور فلیک و یا جوکر را در اطراف خود جست و جو کنیم.

این فیلم درباره جوکر نیست. این فیلم درباره آرتور فلیک است. یکی از دلخراش ترین و ترازیک ترین داستان هایی که در جریان اصلی یک فیلم روایت شده است. به عنوان یک منتقد سینمایی نقدهای منفی را درک می کنم.

فیلم به سمت یک افول می رود. نقطه عطف دقیق زمانی است که جوکر با پیروزی به صحنه برمی گردد. او به زمین کشیده می شود، در حالی که جوکر می گوید و به نگهبانان سیلی می زند. او در اوج قدرت است، اعتماد به نفس دارد و ما به عنوان تماشاگران انتظار داریم که این جوکر پیروز شود. او یک برنامه دارد. حتماً باید داشته باشد، درست است؟

نه. او هیچ برنامه ای ندارد. به جای آن، دوباره از عرش به فرش برمی گردد. خشونت (به شدت تلویحی) و سوءاستفاده جنسی او را به وضعیت شکننده اش برمی گرداند. پس از آزار او، تنها دوستی که دارد می میرد، در حالی که او نمی تواند کاری بکند. ما به عنوان تماشاگران شاهد این واقعه نیستیم، بلکه دعوت می شویم که آن را تصور کنیم، درست همان طور که آرتور مجبور به این کار است.

او در برابر هیئت منصفه قرار می گیرد و اعتراف می کند. «جوکر وجود ندارد». جنایاتی که مرتکب شده به عنوان آرتور فلیک بوده است. او نمی تواند آن چنان که مردم از او انتظار دارند، باشد زیرا او فقط یک مرد ضعیف و شکننده است که خیلی فراتر از توانش قرار دارد. مردی با قلبی خوب که فقط بیش از حد تحت فشار قرار گرفته است. این تمام چیزی است که اوست، جوکر چیزی جز خیال نیست. اما این خیال از او فراتر رفته

است، جوکر دیگر فقط آرتور فلیک نیست، بلکه جنون است

که شهر را فرا گرفته و ناشی از غفلت و فساد یک

جامعه است. تلاش برای انتقال این

فریاد همدردی برای

مردم اطرافش، به آخرین میخ در تابوت تبدیل می‌شود. پایان تراژیک آرتور فلیک هر لحظه نزدیک‌تر می‌شود....

چرا فیلم یک درام دادگاه است؟ زیرا ما باید تصمیم بگیریم. آیا جوکر، آرتور فلیک است یا آن‌ها دو موجود جداگانه‌اند؟ جوکر دقیقاً چیست؟ قبل از اینکه هیئت منصفه رأی خود را بدهد، دادگاه منفجر می‌شود.

■ ابتدای داستان یادتان هست؟ جوکر و سایه‌اش

آرتور فلیک با یک تجلی فیزیکی از سایه‌اش مواجه می‌شود. مردی که دقیقاً مانند او لباس پوشیده و سعی دارد او را به سمت خود بکشاند تا نقش رهبری جنبش آن‌ها را ایفا کند. اما آرتور نمی‌خواهد. او فرار می‌کند، دور از سایه‌اش، در حالی که او را صدا می‌زند. پس از آن او با هارلی ملاقات می‌کند. همه می‌خواهند که او کسی باشد که نیست، جوکر و این قلب تراژیک فیلم است.

«من آزاد هستم، می‌توانیم فرار کنیم.»

از طریق اعترافش در دادگاه، او از جوکر آزاد می‌شود. او آزاد است که آرتور فلیک باشد و می‌تواند زندگی جدیدی را با هارلی آغاز کند. اما هارلی آرتور فلیک را دوست ندارد و خیال را دوست دارد. او جوکر را دوست دارد. هارلی در طول فیلم دروغ می‌گوید، ما واقعاً درباره او چیزی نمی‌آموزیم، تنها چیزی که می‌دانیم این است که او جوکر را دوست دارد و می‌خواهد آرتور فلیک تجسم آن جنون باشد. او هر ترفندی که می‌تواند انجام می‌دهد تا آرتور را متقاعد کند که خود را رها کند، تا کاملاً به خیال تبدیل شود همان‌طور که او شده است. اما آرتور فلیک این کار را نمی‌کند. زیرا این هرگز آن چیزی نبود که او می‌خواست. تمام چیزی که او می‌خواست عشق بود، چیزی که هارلی نمی‌تواند به او بدهد. خوشحالی دلخراش را که در آرتور می‌بینید، در خششی در چشمانش که بالاخره عشقی را که تمام عمرش انتظارش را کشیده است، دریافت می‌کند... و این برای او نیست. این صحنه به شدت دردناک و ظالمانه است. این صحنه باعث شد من به طرز غیرمنتظره‌ای در این فیلم گریه کنم. جوکر به یک تماشاگر نیاز دارد. جنون دو نفره، فولی آدو، نه هارلی کوئین و جوکر است. این ما هستیم. تماشاگران، دوربین‌هایی که دادگاه را دنبال می‌کنند، مصاحبه‌گرانی که او را تعقیب می‌کنند، در انتظار یک کلمه برای اضافه کردن به برنامه‌شان.

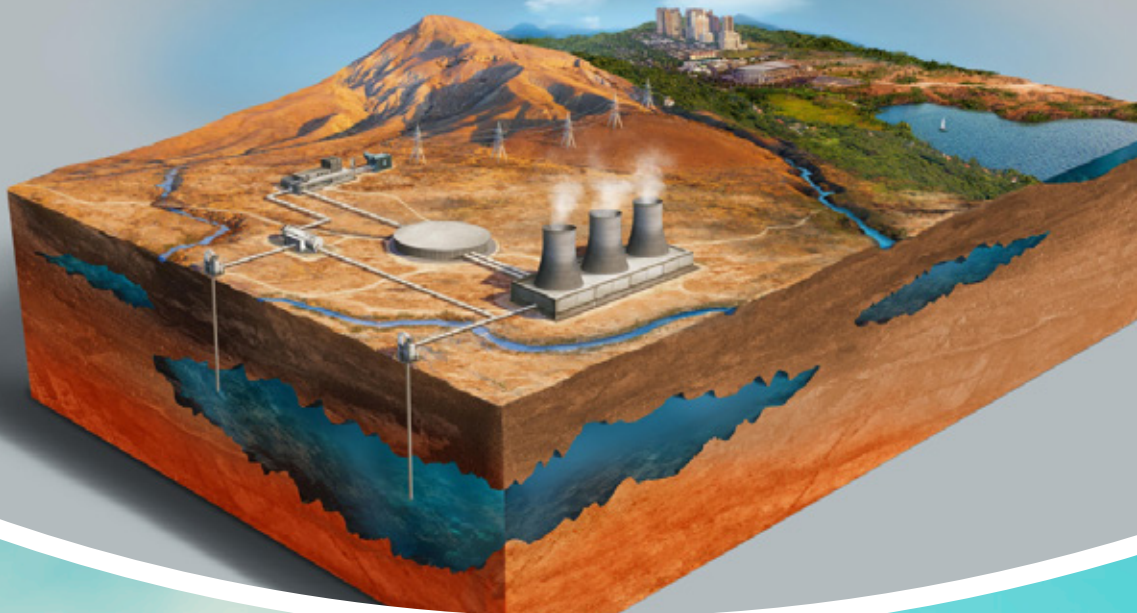
«این همان سرگرمی است!» این عبارت در طول فیلم تکرار می‌شود.

ما خیال خشونت‌آمیز جوکر را زمانی ایجاد می‌کنیم که او را با تشنگی برای خشونت تماشا می‌کنیم و می‌خواهیم او طبیعت خشونت‌آمیز ما را بر ایمان به نمایش بگذارد. برای من، هر صحنه رضایت‌بخشی که می‌خواستم برای این فیلم شامل خشونت بود... قتل نگهبانان، قتل هاروی دنت، همه صحنه‌هایی که اگر این فیلم به سمت بزرگداشت آنچه جوکر نماد آن است می‌رفت، در این فیلم وجود داشت.

تنها کسی که آزاد است، جوکر است که در صحنه‌نهایی با یک چرخش

کنایه‌آمیز از جوکی که آرتور به موری در فیلم اول گفت، می‌بینیم. جوکر جنون است به همراه تماشاگر. آن‌ها با هم، از یکدیگر تغذیه می‌کنند. اگر به این فیلم آمید و انتظار هرج و مرج خشونت‌آمیز را داشتید، جوکر که دشمنانش را شکست می‌دهد و جوکر می‌گوید ناامید خواهید شد. اما... اگر این فیلم را آن‌گونه که هست ببینید. داستان دلخراش و تراژیک آرتور فلیک فیلمی خواهید دید که پس از ترک سینما در ذهنتان خواهد ماند چرا این نقد را نوشتیم؟ احساس کردم که باید این نقد را بنویسم، زیرا بسیاری از انتقاداتی که خوانده‌ام کاملاً ناعادلانه است. معتقدم اگر این فیلم را «خسته‌کننده» بنامید شما دقیقاً فردی هستید که باید پیام این فیلم را بیشتر با جان و دل درک کنید این فیلم، در وهله اول، بسیار خوب نوشته شده است. مضامین سرگرمی، خشونت‌آمیز عشق به عنوان یک خیال و گناه، همه به شیوه‌ای جالب در هم تنیده شده‌اند. اگر واقعاً فکر کنید چرا این فیلم به سمت نزول رفت، شروع به فکر کردن درباره پیام خواهید کرد به یاد داشته باشید کلمات گری پادلز در دادگاه: «تو تنها کسی بودی که هرگز به من نخندیدی، آرتور! چرا این کار را کردی؟» این داستان باید به عنوان یک داستان تراژیک از آنچه وقتی یک فرد با اختلال روانی با جامعه‌ای که او را رها کرده و مانند زباله با او رفتار می‌کند، ترکیب می‌شود، به یاد آورده شود. شما با فقدان تراژیک یک انسان مواجه می‌شوید لطفاً این فیلم را با ذهنی باز ببینید بخشی از جنون نباشید

PHOENIX GAGA
JOKER
THE WORLD IS A STAGE
ONLY IN THEATERS



demand for transportation fuel will increase to 80% by 2035. One of concerns fossil fuels is the speculation about the exhaustion of a huge part of these reserves by 2050.

Fossil fuels play the most negative role in the emission of pollutants, greenhouse gases, and damage to the environment. The production of large amounts of CO₂, NO_x, and SO_x pollutants and their destructive effects on the environment are only part of the harmful effects of using fossil fuels. the developed countries are looking for a 40% reduction in greenhouse gas emission levels by 2030 compared to 1990.

In 2006, the emission of carbon dioxide from the combustion of fossil fuels reached a figure of about 30 billion tons. Of this amount, a third is absorbed by the oceans, which changes the pH of the water and makes it acidic. Statistics show that 70% of carbon dioxide emissions caused by humans is related to urban areas. the transportation industry accounted for 24% of carbon dioxide emissions in the world in 2019, of which 75% belonged to the road transportation sector.

Energy in Iran

Iran is a country rich in renewable and non-renewable energy sources. out of the 13 climates in the world, there are 11 types in Iran. the annual report of OPEC in 2018, Iran had the fourth-largest oil reserves and the second-largest gas reserves in the world. In Figure 1, the amount of use of different energy sources in Iran and other countries around the world is shown. Iran's oil production in 2010 was about 528 million barrels, which is expected to reach about 790 million barrels by 2030.

Forecasts show that Iran's gas production will increase from 110 billion cubic meters to 240 billion cubic meters between 2010 and 2030. Forecasts indicate a 2.6% annual increase in energy demand in Iran from 2003 to 2030. The increase in gas consumption in Iran is from 7% in 1980 to 56% in 2018. On the other hand, the total energy consumption per capita in Iran is 0.77 times higher than the member countries of the Economic Cooperation Organization and 1.7 times higher than the average global consumption.

Figure 1: The amount of use of different energy sources in a) the world and b) Iran.

48% of fossil fuel consumption in Iran is related to the transportation sector. The average daily fuel consumption for each car in Iran is about 10.5 liters, which is 5.2 and 2.6 times higher than that in Europe and America, respectively. The trend of carbon dioxide emissions in the last 28 years in Iran is shown in Figure 2. Due to Iran's extensive consumption of fossil fuels, this country ranked 10th in carbon dioxide emissions in the world in 2009. In 2015, Iran's carbon dioxide emissions were reported at 471 million tons, while the global average was only around 451 million tons.

In this regard, based on its commitments at the Paris Summit, Iran must reduce carbon dioxide emissions by 8% by 2030. In the world, the contribution of non-fossil and renewable energies is more than 18.7%, while this rate in Iran is only 0.7 percent.

Figure 2: CO₂ emissions in Iran during the years 1990-2018.



Fossil fuels: statistical analysis of production and consumption in Iran and the world



Sina Mohseni Roudbari

senior expert in chemical engineering,
paint and insulation expert of CTEP project

Abstract

Energy is one of the basic factors for improving the quality of life human societies. Fossil fuels are one of the most important sources of energy. Indiscriminate use of fossil fuel has faced the world with various challenges. The reduction of fossil fuel reserves, high pollution and their destructive effects on the environment have caused increasing concerns among countries. This study is focused on investigating the sources of fossil fuels, advantages and disadvantages of these sources in Iran and the world.

Keywords: energy, fossil fuel, pollution

Introduction

The need for energy in all health, industry, agriculture, transportation, etc., cannot be ignored. Global energy demand has been increasing at a rate of 1.8% since 2005.

According to the report of the American Energy Agency, the growth of energy consumption from 2015 to 2040 will be around 28%. The doubling of the world's population since 1960 and the predicted population increase of up to 9 billion people in 2050 are other reasons for the increase in energy demand. Today two-thirds of the world's energy to be used in urban areas, while this amount was less than 50% in 1990.

The most common source of energy supply is fossil fuel. This group of sources supplied 40% of the energy needed in the world at the beginning of the 20th century and it has reached more than 90% in recent years. Three sources of crude oil, natural gas, and coal, they are responsible for 32.6, 23.7, and 30 percent of energy demand, respectively. Out of a total of 87 countries with fossil fuel resources, 45 of their members show 32 to 100% dependence on these fuels.

the forecasts indicate an increase in the consumption of petroleum fuels from 95 million barrels per day (in 2015) to 113 million barrels per day (in 2040). According to the statistics issued by various organizations, the amount of transportation industry consumption of the total volume of petroleum fuels in 2015 was equal to 61.5%, that the

پتروپارس در گذر زمان



فرزانه مسگری

مسئول دفتر روابط عمومی و امور بین الملل گروه پتروپارس

ناول پر بار
وقتی که باد می وزد
کوچه ها اسیر خاک
خانه ها دست به دست هم
عمو زنجیر باق
پنجره ها چون خردسالانی که لذت می برند
تیرهای برق از خواب بیدار می شوند
کسی از تنهایی خودش سرگ می کشد
پنجره هایی که به روی هم گشوده می شوند
بدر خسته از کار
ناول هایی پر بار در قاعده انکشتاش
دست هایش را می شوید
لیخندی ساده ولی عمیق
بوی مطبوع چای و آبگوشت
زیباتر از همه این ها
لیخندهای مادرم
بدر تنهایی اش را بین من و مادرم
تقسیم می کند
از من سروصدا
از مادر مهر
از ریمان جلوی پنجره
ستاره ها آویزان
بدر هنوز امیدوار است
مادر سکوت پدر را وصله می زند
امشب برای عروسم قصه ی دیگری خواهم گفت

علی اکبر صاحب نوری؛
کارشناس ارشد زمین شناسی در بخش حفاری (زمین شناسی سرچاه)

نگاه به گذشته و یادآوری خاطرات روزهای خوب، فرصت مغتنمی است تا با مرور گذشته، آینده پیش رو را غنیمت بدانیم و از گذشت شتابان عمر برای مسیر مقابل درس بیاموزیم. براساس آنچه از پیش وعده کردیم و همانند شماره قبل، در این شماره نیز بنا داریم خاطرات سال های نه چندان دور گروه پتروپارس را که در شماره های سال های گذشته ماهنامه پتروپارس منتشر شده برای شما عزیزان به نمایش بگذاریم تا هم تجدید خاطره ای باشد و هم یاد و نام عزیزی که در سالیان گذشته در خانواده پتروپارس منشا خیر و اثر بوده اند نیز گرامی داشته شود.

■ مهرماه - ۱۳۹۳ ارسال مطالب هنری همکاران برای ماهنامه

در مهرماه سال ۱۳۹۳ ماهنامه گروه پتروپارس میزبان مطالب ارزنده همکاران در حوزه های فرهنگی و هنری بود و از این فراخوان استقبال زیادی نیز به عمل آمد یکی از صفحات خواندنی آن روزها اشعار آقای علی اکبر صاحب نوری کارشناس ارشد زمین شناسی در بخش حفاری در آن ایام و سرپرست عملیات زمین شناسی فاز ۱۱ فعلی بودند که علاقه مندان زیادی شعرهای ایشان را در آن روزها دنبال می کردند. برای این همکار عزیز سلامتی و موفقیت در تمامی عرصه های زندگی از خداوند منان مسئلت می نماییم.

مسابقات ورزشی هفته دفاع مقدس برگزار شد

در راستای توسعه و گسترش فعالیت های تفریحی و ورزشی بین همکاران یک دوره مسابقات ورزشی به مناسبت هفته دفاع مقدس برگزار شد. این مسابقات از تاریخ ۱۴۰۳/۰۷/۰۴ بین ۲۵۰ نفر از همکاران در ۷ رشته ورزشی شامل ۲ رشته گروهی (فوتبال دستی و طناب کشی) و ۵ رشته انفرادی (پرتاب دارت آمادگی جسمانی، تنیس روی میز، شطرنج و شنا) برگزار شد. اسامی نفرات و تیم های برنده به شرح زیر است:

ردیف	مسابقات	نفر اول / تیم اول	نفر دوم / تیم دوم	نفر سوم
۱	پرتاب دارت	سرکار خانم مریم صابری	سرکار خانم حدیثه دادمزی	سرکار خانم حلیمه احمدیان
۲	آمادگی جسمانی خانم ها	سرکار خانم فرزانه افشاری راد	سرکار خانم حلیمه احمدی	سرکار خانم مهدیه شعبانی
۳	آمادگی جسمانی آقایان	جناب آقای علی دارابی	جناب آقای محمدحسین محرابی	جناب آقای احمد ملک محمودی
۴	شطرنج	جناب آقای اکبر جعفری	جناب آقای احسان طالقانی	جناب آقای حمید نادرزاد
۵	فوتبال دستی	آقایان جعفر ابراهیمی - مرتضی مقصودزاده	آقایان فرهاد حمیدی - ایرج صبوری	-
۶	طناب کشی خانم ها	خانم ها مرضیه اخلاقی - فاطمه کسرائیان مهدیه شعبانی - زینب محمودی - سارا فقهی	-	-
۷	طناب کشی آقایان	آقایان یاشار شالچی - علی بیگدلی - عمار برزگر امید اصفهانی - حجت مردان	آقایان کوروش فلاحتی - حامد کرمی وحید احمدزاده - مهدی اژدری مسلم نجم آبادی	-
۸	شنا	جناب آقای مسعود آقاظیفی	جناب آقای ایمان قهرمانی	آقایان محمدعلی مهدوی علی آزادپیمما
۹	تنیس روی میز	جناب آقای یوسف ربوبور	جناب آقای داود نجفی	جناب آقای مرتضی مقصودزاده

۹ مهر، افتتاح کارخانه تکنولوژی تکمیل چاه کیش (KCT) گرامی باد





۷ مهر، روز ملی آتش‌نشانی و ایمنی گرامی باد

عکس: سیدامید میرمعصومی / سکوی فاز ۱۱