

# ۹۶۷ مستعار

نشریه کارکنان صنعت نفت ایران ۴۸ صفحه ، شنبه ۲۰ اردیبهشت ۱۳۹۹



توسعه فاز ۱۱ پارس جنوبی آغاز شد

# صیانت از حقوق ملت

**شهادت؛** مظلومترین شهید محراب، مولای متقیان حضرت امیرالمؤمنین علی (ع)،  
در شب های نزول آیات رحمانی، پیروان راستی آن امام تسلیت باد.



الْحَمْدُ لِلَّهِ الْمَوْلَى



امام حسن مجتبیٰ (علیه السلام) :  
کسی که در قلبش جز رضا و خشنودی خدا خطور نکند، چون خدا را بخواند  
من ضامن اجابت دعای او هستم.

کافی (ط-الاسلامیه) ج ۲، ص ۶۲، ح ۱۱

شنبه ۲۰ اردیبهشت ۱۳۹۹

نشانی: تهران، خیابان طالقانی، رو به روی ساختمان مرکزی وزارت نفت

ساختمان شماره ۲۴ نفت-طبقه چهارم

تلفن: ۶۱۶۲۶۰۸۴

فکس: ۶۶۴۹۱۳۰۹

اداره کل روابط عمومی وزارت نفت

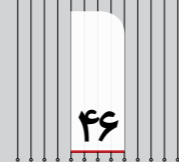
جمهوری اسلامی ایران

# www.mashal.ir

MASHAL.MOP.IR

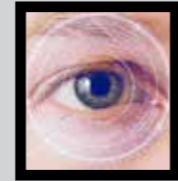
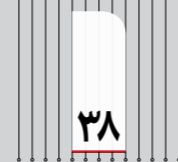
Email: mashal@mop.ir

از طریق اسکن بارکد «کیو آر» وارد سایت مشعل شوید.



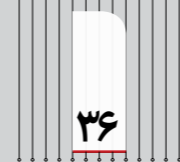
بین الملل

صنعت نفت آمریکا در اغما



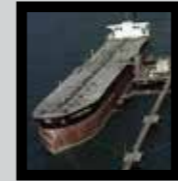
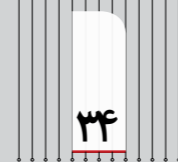
سلامت

مراقبت چشم‌هایتان بشید



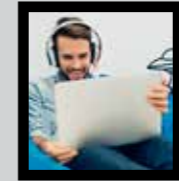
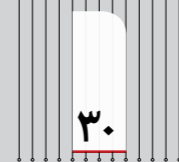
خانه داری

ترفندهایی که به کارتان می‌آید



تاریخ

بوی تند دلارهای نفتی



گردشگری

بدون محدودیت سفر کنید

فکر عمیق و سخن ساده

۲۲



منطقه ۲ عملیات انتقال گاز؛ شاهراه انتقال انرژی

۱۶



برای برگزاری لیگ تابع

تصمیم ستاد کرونا هستیم

۴۳



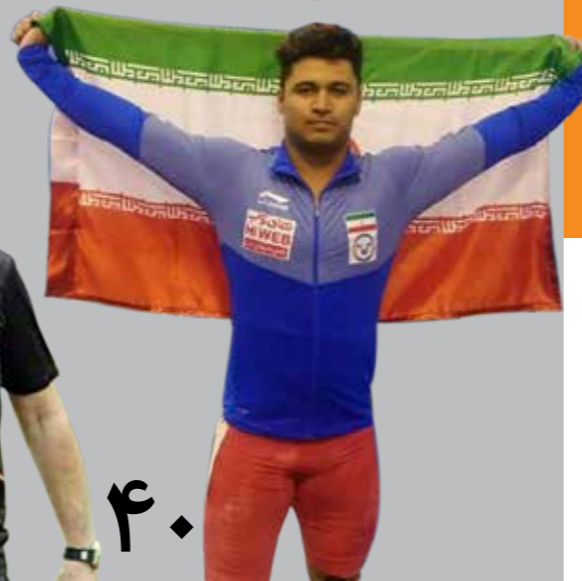
نحوه بازگشت به کار کارکنان مبتلا به کرونا

می‌گوید: «در معاینات سلامت کارکنان، معایناتی به عنوان «بازگشت به کار» داریم، یعنی زمانی که فردی دچار بیماری یا حادثه‌ای مهم می‌شود، یا اینکه برای مدت طولانی یا موضوعی غیر پزشکی از محیط کارش دور بوده و می‌خواهد به کار بازگردد، برای مطمئن شدن از توانایی انجام کار او و اینکه برای سایر کارکنان مشکلی پیش نمی‌آید و باعث حادثه و خطری نیز در محیط کار نمی‌شود، گواهی بازگشت به کار می‌دهیم. این روند از گذشته بوده و یکی از ارکان مهم معاینات سلامت شغلی به شمار می‌رود و برای بیماری کووید ۱۹ نیز دنبال می‌شود.» حال ممکن است این سوال پیش آید که وقتی فردی دچار کووید ۱۹ شده است، بعد از بهبود باید چه مرحله‌ای را برای بازگشت به کار

۲۰

سید ایوب موسوی در گفت و گو با مشعل:

کسب مدال در المپیک، دور از دسترس نیست



۴۰

با توجه به شیوع کووید ۱۹ (کرونا) در کشور، احتمال ابتلای کارکنانی که در محیط‌های کاری متفاوت ارائه خدمت می‌کنند نیز وجود دارد؛ از این رو افرادی که دوران نقاهت خود را پشت سر گذاشته‌اند، قبل از بازگشت به کار باید گواهی سلامت خود را از مراکز سلامت کار دریافت کنند و بعد با در نظر گرفتن شرایط ویژه‌ای که داشته‌اند، بر سر کار خود حاضر شوند. این افراد هم از نظر سیستم ایمنی ضعیف هستند و هم بر اثر پشت سر گذاشتن این بیماری سخت، امکان دارد دچار بیماری روحی شده باشند، از این رو باید شرایط این کارکنان قبل از ورود به کار پایش شود. در این زمینه افشین بلوری، رئیس معاونت طب صنعتی بهداشت و درمان صنعت نفت تهران به «مشعل»

رئیس جمهوری در گفت و گو با وزیر نفت خواستار شد

شرکت‌های نفتی و پتروشیمی در بورس فعال تر شوند

۴

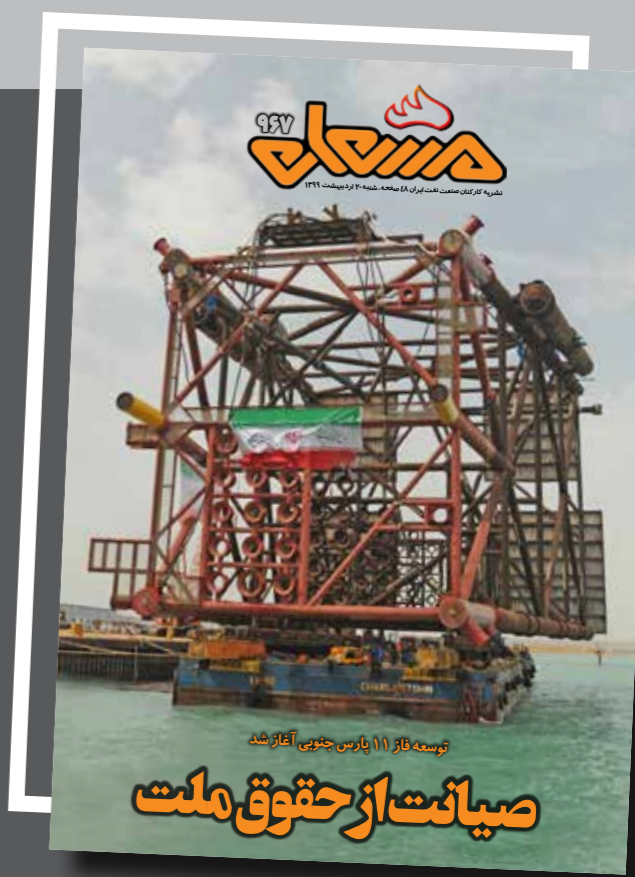
طرح‌نوسازی تأسیسات مناطق نفت خیز جنوب کلید خورد

۶

با هدف تداوم تولید پایدار انجام می‌شود

تعمیرات اساسی ۱۶ مجتمع پتروشیمی در نیمه نخست امسال

۷



مشعل ۹۶۷

نشریه کارکنان صنعت نفت ایران، شماره ۲۰ اردیبهشت ۱۳۹۹

توسعه فاز ۱۱ پارس جنوبی آغاز شد

صیانت از حقوق ملت

عکس جلاد: سید حسن حسینی



۴۴

گفت و گو با کارگر نمونه استان هرمزگان که از خانواده بزرگ نفت است

کار خوب حتما دیده می‌شود

## کاهش قیمت نفت به دلیل بالا رفتن سطح ذخیره سازی‌های آمریکا

قیمت شاخص نفت خام برنت ساعت ۵ و ۳۱ دقیقه روز چهارشنبه (۱۷ اردیبهشت‌ماه) به ۳۰ دلار و ۹۷ سنت و قیمت شاخص دلبیوتی‌ای آمریکا به ۲۴ دلار و ۴۱ سنت رسیده به گزارش خبرگزاری رویترز از ملبورن، قیمت نهایی شاخص نفت خام برنت روز سه‌شنبه (۱۵ اردیبهشت‌ماه) نیز ۳۰ دلار و ۹۷ سنت و قیمت شاخص دلبیوتی‌ای آمریکا ۲۴ دلار و ۵۵ سنت بود.

قیمت نفت خام روز چهارشنبه (۱۷ اردیبهشت‌ماه) بر خلاف روز قبل از آن با کاهش روبه‌رو شد. علت این افت قیمت، تمرکز سرمایه‌گذاران بر مازاد عرضه بود؛ زیرا در حین محدودیت‌های اعمال شده برای جلوگیری از وپروس کرونا و کاهش تقاضای نفت، ذخیره‌سازی نفت آمریکا بیش از آنچه انتظار می‌رفت، افزایش یافت. لاجلان شاو، رئیس تحقیقات کالای بانک ملی استرالیا در این باره گفت: درست است که دریاه عادی شدن عرضه و تقاضا صحبت می‌کنیم، اما راه زیادی پیش رو داریم‌وی اظهار کرد: کاهش عرضه بسیار رخ داده است. این مسأله در کنار برخی نشانه‌های اولیه افزایش تقاضا، به معنای کند شدن روند افزایش ذخیره‌سازی است.

## افزایش تولید نفت برزیل در مارس ۲۰۲۰

تولید نفت برزیل در ماه مارس، با وجود شرایط همه‌گیری ویروس کرونا، اندکی افزایش یافت.به گزارش خبرگزاری رویترز از ریو دو ژانیرو، مؤسسه ای ان پی (ANP) که نهاد نظارت بر صنعت نفت برزیل است، روز دوشنبه (۱۵ اردیبهشت‌ماه) اعلام کرد برزیل در ماه مارس ۲ میلیون و ۹۷۳ هزار بشکه در روز نفت تولید کرده است که نسبت به ماه فوریه یک‌دهم درصد و نسبت به ماه مارس پارسال ۱۶.۱ درصد رشد داشته است.این آمار حاکی از آن است که کاهش تولید اعلام‌شده در پایان ماه مارس از سوی غول نفتی دولتی پترولیو برزیلریو (SA) تأثیر نسبتاً کمی در تولید این ماه داشته است.شرکت ملی نفت برزیل (پتروبراس) روز چهارشنبه (۲۷ فروردین‌ماه) اعلام کرد، عملیات تعلیق ۶۲ سکوی آب‌های کم عمق در حوزه‌های کامپوس، سرگیپ، پورتیگار و سیرا را آغاز کرده است.پتروبراس پیش‌تر از تعطیلی این سکوها خبر داده بود و این شرایط سبب کاهش تولید روزانه ۲۳ هزار بشکه در روز می‌شود.

## آتش سوزی تولید نفت ونزوئلا را کاهش داد

اسبب‌های ناشی از آتش‌سوزی سبب توقف تولید میدان‌های نفتی و در پی آن کاهش تولید نفت خام ونزوئلا شده.به گزارش خبرگزاری رویترز، اسناد مشاهده شده در روز شنبه (۱۳ اردیبهشت‌ماه) بیانگر آن است که میدان‌های نفتی ونزوئلا در این روز، ۶۸۷ هزار بشکه نفت خام تولید کردند که در مقایسه با تولید ۶۵۳ هزار بشکه‌ای روز جمعه (۱۲ اردیبهشت‌ماه)، رقم تولید افزایش یافته است.این در حالی است که مقدار تولید نفت این کشور در مقایسه با تولید ۷۱۸ هزار بشکه‌ای اعلام‌شده برای ماه مارس، کاهش یافته است.بر اساس دو سند داخلی شرکت ملی نفت ونزوئلا (پدوسا)، این افت در حالی رخ داد که برداشت نفت از کمر بند نفتی اورینوکو این کشور، دارنده بزرگ‌ترین ذخایر نفت خام سنگین جهان، در طول سه هفته نزدیک به ۱۰۰ هزار بشکه در روز کاهش یافت و روز شنبه (۱۳ اردیبهشت‌ماه) به ۳۰۷ هزار بشکه در روز رسید.بنازگی یک رشته از آتش‌سوزی در جنگل‌های این منطقه به مخازن و ایستگاه‌های پمپاژ نفت سرایت کرده و بعضی از مناطق تولید نفت را وادار به متوقف کردن موقت عرضه کرده است.

سخنگوی دولت:

## عرضه سهام ۴ پالایشگاه ایران از تیر ماه آغاز می‌شود



دولت در پالایشگاه‌های اصفهان، تهران، تبریز و بندرعباس است که از یکم تیرماه آغاز می‌شود. واگذار کند و با تأمین مالی آنها بتواند در دوران کرونا از سرمایه‌گذاری‌ها و ایجاد اشتغال‌های جدید یا حتی پایان پروژه‌های نیمه‌تمام حمایت کند.

دکتر حسن روحانی، رئیس‌جمهوری روز جمعه (۱۲ اردیبهشت‌ماه) در گفت‌وگوی تلفنی با بیژن زنگنه، وزیر نفت با اشاره به ارائه سهام شرکت‌های دولتی در بازار سرمایه با هدف تقویت بورس کشور، بر ضرورت حضور بیشتر و فعال‌تر شدن شرکت‌های نفتی و پتروشیمی در بورس تأکید کرد.

سخنگوی دولت گفت: واگذاری سهام دولت در پالایشگاه‌های اصفهان، تهران، تبریز و بندرعباس از یکم تیرماه آغاز می‌شود.

به گزارش ایرنا، علی ربیعی، واگذاری سهام شرکت‌های دولتی را از مهم‌ترین اقدام‌های دولت برای رشد اقتصادی کشور دانست و گفت: این واگذاری‌ها، به سرمایه‌گذاری‌های دوباره در اقتصاد و صنعت منجر خواهد شد که عامل اصلی برای رونق تولید، افزایش اشتغال و سرمایه‌گذاری‌های جدیدتر است.

وی با اشاره به برنامه واگذاری سهام شرکت‌های دولتی افزود: عرضه سهام و واگذاری شرکت‌های دولتی، گام دیگری برای کوچک‌سازی دولت و بزرگ کردن حوزه عمومی و بخش‌های صنعتی خصوصی در کشور به‌عنوان یک راهبرد از سوی دولت دنبال می‌شود.

سخنگوی دولت با اشاره به راهبردهای دولت در اصل ۴۴ خصوصی‌سازی و واگذاری شرکت‌ها عنوان کرد: برخی این روزها الفاظی به‌کار می‌برند که دولت با این واگذاری‌ها می‌خواهد هزینه‌های جاری خود را تأمین کند، یا پول آن را به بخش‌های غیرمولد ببرد که به‌طور قطع این‌گونه نیست.

ربیعی افزود: مرحله دوم واگذاری‌ها از طریق صندوق‌های سرمایه‌گذاری قابل معامله در بورس که در مرحله دوم، واگذار خواهند شد، باقیمانده سهام

رئیس‌جمهوری در گفت‌وگو با وزیر نفت خواستار شد

## شرکت‌های نفتی و پتروشیمی در بورس فعال‌تر شوند



از سوی معاون اول رئیس‌جمهوری صادر شد

## مجوز انتشار اوراق مالی اسلامی برای توسعه طرح‌های نفت و گاز

وزارتخانه‌های مذکور اجازه داده می‌شود از طریق شرکت‌های تابع ذی‌ربط و با تصویب شورای اقتصاد، اوراق مالی اسلامی (ریالی یا ارزی) در سقف ۳۵ هزار میلیارد ریال منتشر کنند و بازپرداخت اصل و سود این اوراق را از سوی شرکت‌های یادشده از محل افزایش تولید همان میدان‌ها (برای طرح‌های وزارت نفت) و عایدات طرح (برای طرح‌های وزارت صنعت، معدن و تجارت و وزارت نیرو) تضمین کنند.

بر همین اساس، دستورعمل‌های موضوع این آیین‌نامه به‌طور مشترک از سوی سازمان برنامه و وزارت امور اقتصادی و دارایی تهیه می‌شود و دستگاه‌های اجرایی موظف هستند متناسب با آن اقدام‌های لازم را انجام دهند.



گاز با اولویت میدان‌های مشترک وزارت نفت و طرح‌های زیربنایی و توسعه‌ای وزارت صنعت، معدن و تجارت و وزارت نیرو، به

معاون اول رئیس‌جمهوری، آیین‌نامه اجرایی انتشار اوراق مالی اسلامی در سال ۱۳۹۹ را برای اجرا به دستگاه‌های ذی‌ربط ابلاغ کرد.

به گزارش پایگاه اطلاع‌رسانی دفتر هیات دولت، با تصویب آیین‌نامه اجرایی انتشار اوراق مالی اسلامی در سال ۹۹، در جلسه سوم اردیبهشت‌ماه، شرکت‌های دولتی می‌توانند تا سقف ۶۵ هزار میلیارد ریال اوراق مالی اسلامی ریالی برای اجرای طرح‌های دارای توجیه فنی، اقتصادی، مالی و زیست‌محیطی خود که به تصویب شورای اقتصاد می‌رسد، با تضمین و بازپرداخت اصل و سود از سوی خود، با رعایت قوانین و مقررات مربوط منتشر کنند.

بر همین اساس و به‌منظور سرمایه‌گذاری در طرح‌های نفت و

## نماینده ایران در هیات عامل اوپک در کما



عهده داشت.

وی در فاصله سال‌های ۱۳۶۹ تا ۱۳۷۴ سفیر ایران در ژاپن بود و از سال ۱۳۷۴ تا ۱۳۸۷ نیز نمایندگی ایران در اوپک را به‌عهده داشت. کاظم‌پور اردبیلی از سال ۱۳۹۲ تاکنون نیز در جایگاه نماینده ایران در اوپک فعالیت می‌کند.

کاظم‌پور اردبیلی در تمام طول خدمتش همواره مدافع منافع ملی کشور بوده و در همه مذاکرات انجام شده در محافل بین‌المللی به کشور خدمت کرده است. او با نفت ۶ دلاری از وزارت خارجه به نفت آمد و سال ۸۷ با نفت ۱۲۶ دلاری از وزارت نفت رفت. وی پس از بازگشت بیژن زنگنه، وزیر نفت بار دیگر به نفت برگشت و در تمام این سال‌ها (از سال ۹۲ تاکنون) در کنار وزیر نفت از منافع ایران در مجامع بین‌المللی دفاع کرده است.

حسین کاظم‌پور اردبیلی، نماینده ایران در هیات عامل اوپک، به دلیل خونریزی مغزی در بیمارستانی در تهران به کما رفت.

تازه‌ترین پیگیری از احوال ایشان حاکی است هنوز تغییری در وضعیتشان ظاهر نشده و همچنان در حالت کما و در بخش مراقبت‌های ویژه بیمارستانی در تهران بستری است.

کاظم‌پور اردبیلی سیاستمدار، دیپلمات و مدیر اجرایی از نجات‌یافتگان بمب‌گذاری دفتر حزب جمهوری اسلامی

در تاریخ ۷ تیر ۱۳۶۰ است. وی در فاصله سال‌های ۱۳۵۹ تا ۱۳۶۰ در کابینه محمدعلی رجایی، وزیر بازرگانی بود. از سال ۱۳۶۰ تا ۱۳۶۴ در جایگاه معاونت اقتصادی وزیر امور خارجه فعالیت می‌کرد و از سال ۱۳۶۴ تا ۱۳۶۹ نیز معاونت امور بین‌الملل وزیر نفت و عضویت هیات مدیره شرکت ملی نفت ایران را به

## عرضه انواع فراورده هیدروکربوری در بورس انرژی ایران



بورس انرژی ایران شاهد عرضه انواع فراورده هیدروکربوری بود.

به گزارش بورس انرژی، رینگ داخلی این بورس، روز سه‌شنبه (۱۶ اردیبهشت‌ماه) شاهد عرضه کالاهای بلندپننگ نفتا پالایش نفت بندرعباس، بنزول خام ذوب آهن اصفهان، بنزین پیرولیز پتروشیمی امیرکبیر، پروپیلن و نرمال هگزان پالایش نفت سازند، گاز پروپان صنعتی، گاز مایع صنعتی و هگزان پتروشیمی بندر امام، میعانات گازی مجتمع گاز پارس جنوبی و میعانات گازی

پالایش گاز سراجه قم بود. در همین حال، برش سنگین، برش سنگین (محموله دریایی)، حلال ۴۰۲، سید پایه ۹۹۱، نفتای ترش، نفتای سبک و نفتای میانی شرکت نفت ستاره خلیج‌فارس، بنزین اکتان ۸۷، بنزین اکتان ۸۷ (محموله دریایی)، بنزین اکتان ۹۱، بنزین اکتان ۹۱ (محموله دریایی) و گازوئیل شرکت ملی پخش فراورده‌های نفتی ایران، زیغورمیت و هیدروکربن سنگین

تحولات صنعت نفت در هفته ای که گذشت



استقرار امور پیمان‌های متمرکز در مدیریت امور حقوقی  
فرایند مناقصه‌ها و ساختارهای قراردادی شرکت ملی نفت بهبود می‌یابد

مدیر امور حقوقی شرکت ملی نفت ایران، مکانیزه‌سازی و بهبود فرایندهای مرتبط با مناقصات و ساختارهای قراردادی در سطح شرکت ملی نفت ایران را از اهداف این مدیریت در سال جاری عنوان کرد. سیدحسن موسوی افزود: نگرش یکپارچه به مناقصه‌ها و قراردادها، یکی از راه‌های کمک به جهش تولید و بسط عدالت در این حوزه است که سنگ بنای آن با استقرار امور پیمان‌های متمرکز در مدیریت امور حقوقی گذاشته شده است.

وی در توضیح بیشتر گفت: مسؤلیت‌ها و وظایف مربوط به مناقصات و قراردادها در این شرکت با واحدهای متقاضی خدمات و مجریان پروژه‌ها بود، اما اوایل سال گذشته، با نظر مدیرعامل شرکت ملی نفت ایران و پیشنهاد معاون وقت عملیات غیرصنعتی، تصمیم بر تمرکز امور قراردادها در

یک واحد مستقل گرفته شد. مدیر امور حقوقی شرکت ملی نفت ایران ادامه داد: به دنبال این تصمیم، در تیر سال گذشته دستور تشکیل امور قراردادها ظرف مدت ۶ ماه به امور حقوقی داده شد و پیرو این دستور، انجام برنامه‌ریزی‌های لازم در دستور کار قرار گرفت و همه وظایف تعریف‌شده در آذرماه و پیش از مهلت تعیین‌شده انجام و امور پیمان‌های متمرکز در مدیریت امور حقوقی مستقر شد. به گفته موسوی، بجز وظایف نظارتی نسبت به فرایندهای مناقصه‌ها و ساختارهای قراردادی در شرکت‌های تابعه که تاکنون متولی مستقلی نداشته است، اجرای فرایند مناقصه‌ها و مزایده‌ها، امضای قراردادها و نظارت حقوقی بر اجرای آنها با همکاری دستگاه‌های ذی‌ربط در ستاد شرکت ملی نفت ایران به عهده امور پیمان‌های مدیریت امور حقوقی این شرکت است.

با هدف تداوم تولید پایدار انجام می‌شود

تعمیرات اساسی ۱۶ مجتمع پتروشیمی در نیمه نخست امسال



جمع و مروراید در منطقه ویژه اقتصادی انرژی پارس برنامه‌های اورهال خود را انجام خواهند داد. در دیگر مناطق نیز واحدهایی از پتروشیمی خراسان، شیراز، ارومیه و ایلام براساس برنامه‌ریزی‌های انجام‌شده در نیمه نخست امسال به اورهال خواهند رفت. پتروشیمی‌های ممین و دماوند در منطقه عسلویه و پتروشیمی فجر در منطقه ماهشهر با حفظ تداوم تولید و به صورت ناپیوسته تعمیرات خود را انجام خواهند داد. براساس این گزارش، تعداد دیگری از مجتمع‌های پتروشیمی از جمله پتروشیمی نوری، پتروشیمی پردیس، پتروشیمی خارک، پتروشیمی کرمانشاه، پتروشیمی خوزستان، پتروشیمی شهید تندگویان، پتروشیمی اروند و واحدهایی دیگر از پتروشیمی‌های بندر امام، ارومیه، رازی و فن‌آوران در نیمه دوم امسال تعمیرات اساسی خود را انجام می‌دهند.

مجتمع‌های پتروشیمی کشور با هدف تداوم تولید پایدار در سال ۹۹ برنامه‌های مختلفی را برای تعمیرات اساسی انجام خواهند داد. براساس برنامه‌ریزی‌های انجام‌شده، ۱۶ مجتمع پتروشیمی کشور در نیمه نخست امسال تعمیرات اساسی را در واحدهای مختلف خود با هدف تداوم تولید پایدار، تأمین نیازهای کشور و صادرات انجام خواهند داد. عواملی مانند تعمیرات فازهای پارس جنوبی، اوج مصرف گاز طبیعی، تأمین نیاز داخل و بازارهای صادراتی ممکن است، به تغییراتی در برنامه تعمیرات اساسی پیش‌بینی‌شده منجر شود که در صورت تغییر احتمالی اطلاع‌رسانی خواهد شد. برپایه این گزارش، واحدهایی از پتروشیمی‌های بندر امام، بوعلی سینا، مارون، رازی، فن‌آوران و کارون در منطقه ویژه اقتصادی پتروشیمی و پتروشیمی‌های پارس،

طرح نوسازی تأسیسات مناطق نفت‌خیز جنوب کلید خورد



شده و شرکت ملی نفت ایران به‌طور جدی آن را پیگیری می‌کند. وی ایمنی و افزایش بازدهی تأسیسات و توجه به محیط زیست و ذی‌نفعان را از اهداف این طرح عنوان کرد.

طرح نوسازی و بازسازی تأسیسات نفتی مناطق نفت‌خیز جنوب با انتخاب مجموعه بهره‌برداري و نمکزدایی اهواز-۱ (کریت) به عنوان پایلوت، وارد فاز اجرا شد. به همین منظور فرخ علیخانی، معاون امور تولید شرکت ملی نفت ایران به همراه مدیران مناطق نفت‌خیز جنوب از واحدهای بهره‌برداري و نمکزدایی اهواز-۱ (کریت) بازدید کرد. وی در این بازدید با بیان اینکه طرح نوسازی تأسیسات، برنامه وزارت نفت و شرکت ملی نفت ایران است که در چند فاز اجرا خواهد شد، افزود: طرح نوسازی تأسیسات مناطق نفت‌خیز جنوب با توجه به فرسودگی و ظرفیت بالای فرآوری آن در دستور کار قرار گرفته و مجموعه اهواز-۱ به عنوان پایلوت انتخاب شده است. احمد محمدی، مدیرعامل شرکت ملی مناطق نفت‌خیز جنوب نیز عنوان کرد: طرح نوسازی تأسیسات به‌منظور دستیابی به تولید ایمن و پایدار تعریف

تشریح اهم دستاوردهای واحد HSE&PD طرح گوره - جاسک



- ۲- ابلاغ دستورعمل‌های ۱ و ۲ و ۳ وزارت نفت و دستورعمل‌های وزارت بهداشت
- ۳- ضد عفونی و گندزدایی روزانه همه اماکن کارگاهی و خوابگاهی، سرویس‌ها، ماشین‌آلات، تجهیزات و همچنین اماکن عمومی، تهیه تجهیزات بهداشتی از جمله ماسک، دستکش و مایع و ژل ضد عفونی‌کننده
- ۴- اهدای ۷ هزار بسته بهداشتی به مردم محلی با هماهنگی ستاد مدیریت کرونا در مناطق محروم و روستاهای منطقه
- ۵- پایش روزانه نقرات، تب‌سنجی و پالس‌اسکیمتری، تست‌های CBC و CRP-P برای آن دسته از پرسنل که از مرخصی بازگشته‌اند، همچنین، قرنطینه کردن آنها به مدت ۷۲ ساعت براساس رویه ذکر شده شرکت مهندسی توسعه نفت و صدور مجوز شروع به کار از سوی پزشک
- ۶- ایجاد محدودیت رفت و آمد به مناطق شهری و خارج از کارگاه به مدت دو هفته برای حفظ سلامت عمومی و کاهش ریسک مواجهه احتمالی با افراد مبتلا
- ۷- افزایش کمپ‌های اقامتی پیمانکاران

اهم فعالیت‌ها و دستاوردهای انجام‌شده از سوی واحد HSE&PD طرح راهبردی و ملی انتقال نفت خام گوره به جاسک و پایانه صادراتی جاسک، از طرح‌های توسعه‌ای شرکت مهندسی و توسعه نفت تشریح شد. به مناسبت روز جهانی ایمنی و بهداشت حرفه‌ای، مهم‌ترین فعالیت‌های این شرکت از سوی واحد HSE&PD طرح ملی انتقال نفت خام گوره به جاسک را می‌توان موارد زیر برشمرد:

- قریب به ۵/۵ میلیون نفر ساعت کارکرد از زمان شروع طرح گوره - جاسک بدون حادثه جدی منجر به فوت و یا نقص عضو
- بیش از ۱۵ هزار نفر ساعت آموزش از ابتدای عملیات طرح گوره - جاسک، با توجه به نیازسنجی‌های آموزشی از پیش تعیین‌شده از سوی کارفرما در زمینه‌های مختلف ای‌اس‌ای
- برگزاری بیش از ۵۰ مانور عملیاتی با موضوعاتی نظیر کرونا، سیل، اطفای حریق، مارگزیدگی، شکستگی و تروما برای افزایش توان عملیاتی و سرعت واکنش پرسنل در مقابله با حوادث احتمالی
- انجام اقدام‌هایی درباره پیشگیری از بروز شرایط بحرانی و ایجاد تمهیدات لازم در خصوص مقابله با تغییرات آب و هوایی منطقه با توجه به موقعیت توپوگرافی و همچنین ارزیابی مخاطرات
- اقدام‌هایی نظیر احداث سیل‌بند، مسیرهای انحرافی به‌منظور هدایت سیلاب به منطقه امن و پیشگیری از خسارات احتمالی با همکاری عوامل نظارتی
- انجام ارزیابی ریسک دقیق و جامع از مسیرهای تردد از سوی شرکت‌های ذی‌صلاح و همچنین برگزاری کلاس‌های آموزشی مانند رانندگی تدافعی در راستای پیشگیری از وقوع تصادفات موتوری بین‌جاده‌ای
- همچنین برنامه‌ریزی و اجرای اقدام‌های پیشگیرانه از زمان شیوع ویروس کرونا در همه مناطق عملیاتی طرح به شرح زیر است:
- ۱- تهیه دستورعمل جامع مقابله و پیشگیری با کووید ۱۹ و راهنمای بازگشت به کار پرسنل

پرداخت حقوق کارکنان ملی حفاری بر مبنای نرخ امسال



افزایش سنواتی حقوق و مزایای سال جدید کارکنان شرکت ملی حفاری ایران با بهره‌مندی از کاربست سامانه جامع دستمزد و مزایای کارکنان ارکان ثالث (HRM) برای نخستین بار در صنعت نفت بر مبنای نرخ جدید محاسبه و پرداخت شد.

سیدامیر موسوی‌فخر، مدیر امور مالی این شرکت گفت: تا پیش از این افزایش سنواتی این دسته از کارکنان طبق روال معمول در خرداد یا تیرماه اعمال می‌شد که از نظر پرداخت به موقع کسورات تأمین اجتماعی، سوابق بیمه و بازنشستگی مشکلاتی به دنبال داشت.

وی افزود: سامانه HRM در مجموع ارائه خدمات به ۱۰ هزار نفر از کارکنان ارکان ثالث را به عهده دارد که از این تعداد ۷۰ درصد ثبت و مشخصات ۳۰ درصد دیگر در این سامانه تاکنون ثبت نشده و پرداختی‌های آنان به شیوه سنتی انجام می‌شود. در این زمینه تمهیداتی اندیشیده شد و با تعیین یک بازه زمانی، پیمانکاران طرف قرارداد و مسؤولان بخشی‌هایی که این کارکنان در آنجا شاغل هستند، ملزم به انجام مراحل ثبت‌نام در این سامانه شده‌اند. مدیر امور مالی شرکت ملی حفاری ایران افزود: ۱۰ هزار

امضای تفاهمنامه همکاری شرکت‌های پتروپارس و ملی حفاری

به اجرای طرح و پروژه‌های متعدد در حوزه نفت، گاز و پتروشیمی از ظرفیت بالایی برای بهره‌گیری از خدمات پیمانکاران ایرانی در راستای تقویت توان داخلی برخوردار است. شرکت ملی حفاری ایران نیز با در اختیار داشتن ۷۵ دستگاه دکل حفاری خشکی و دریایی، بزرگ‌ترین ناوگان ماشین‌آلات و تجهیزات حفاری را داراست که می‌تواند خدمات مورد نیاز حفاری را برای شرکت‌های نفتی ایرانی فراهم کند.

شرکت پتروپارس و شرکت ملی حفاری ایران برای همکاری در اجرای پروژه‌های نفت و گاز تفاهمنامه همکاری امضا کردند. در این تفاهمنامه که به امضای حمیدرضا مسعودی، مدیرعامل گروه پتروپارس و سید عبدالله موسوی، مدیرعامل شرکت ملی حفاری ایران رسید، طرفین بر فراهم کردن شرایط برای همکاری‌های مشترک در اجرای طرح‌ها و پروژه‌های آتی تأکید کردند. پتروپارس به‌عنوان یکی از شرکت‌های اکتشاف و تولید ایرانی با توجه



**مشعل** - عملیات توسعه فاز ۱۱ پارس جنوبی به عنوان تنها فاز باقی‌مانده میدان گازی پارس جنوبی با آغاز بارگیری جکت سرچاهی سکوی ۱۱B این فاز به‌طور رسمی آغاز شد تا با انتقال آن به محل نصب در مرز مشترک ایران و قطر، فصل تازه‌ای برای این فاز پرفراز و نشیب رقم بخورد. طبق اعلام حمیدرضا مسعودی، مدیرعامل گروه پتروپارس، این اقدام همسو با اهداف دولت و وزارت نفت و منویات مقام معظم رهبری در سال جهش تولید بوده و بارگیری این جکت به دلیل نخستین گام توسعه فاز ۱۱ پارس جنوبی (آخرین فاز توسعه پارس جنوبی) حائز اهمیت است؛ چه آنکه با بارگیری این جکت طلسم توسعه فاز ۱۱ پارس جنوبی شکسته شد. شرکت پتروپارس طرح توسعه فاز ۱۱ پارس جنوبی را پس از خروج شرکت‌های توتال فرانسه و شاخه بین‌المللی شرکت ملی نفت چین (سی‌ان‌پی‌سی‌آی) به دلیل تحریم در اختیار گرفت. هدف از اجرای این طرح، تولید ۲ میلیارد فوت مکعب گاز غنی، انتقال به پالایشگاه‌های موجود پارس جنوبی و استفاده از ظرفیت فرآوری این پالایشگاه‌هاست.

#### برداشت روزانه قطر از میدان مشترک پارس جنوبی

به گفته محمد مشکین‌فام، مدیرعامل شرکت نفت و گاز پارس، برداشت روزانه قطر از میدان مشترک پارس جنوبی ۵۸۰ میلیون مترمکعب است، در حالی که ایران از این میدان مشترک ۶۵۰ میلیون مترمکعب گاز برداشت می‌کند و امیدواریم تا پایان سال جاری این رقم به ۶۷۰ میلیون مترمکعب افزایش یابد.

#### پارس جنوبی در اوج اقتدار

نام فاز ۱۱ پارس جنوبی اوایل امسال با توضیحات وزیر نفت برجسته شد که در بیان اولویتهای صنعت نفت در سال ۹۹ از حفاری نخستین چاه طرح توسعه فاز ۱۱ پارس جنوبی در سال ۹۹ خبر داد. زنگنه همزمان با روز خلیج فارس نیز در حساب توییتری خود نوشت: «ایران عزیز با برداشت حداکثری از میدان گازی پارس جنوبی در اوج اقتدار در خلیج فارس است.» مدیرعامل گروه پتروپارس گفته است: این شرکت از مهرماه ۹۸ برنامه‌ریزی فشرده‌ای را برای توسعه فاز ۱۱ آغاز کرده است و کارها طبق برنامه پیش می‌رود و شرکت پتروپارس مصمم و با جدیت این مسیر را ادامه می‌دهد. با انجام بارگیری جکت سرچاهی سکوی ۱۱B فاز ۱۱ پارس جنوبی و روزهای تازه برای این فاز، میتوان برای بسته شدن کامل پرونده پارس جنوبی لحظه شماری کرد. وزن این چهار پایه ۲ هزار و ۱۲۰ تن و ارتفاع آن ۸۰ متر و نیم است، این جکت قرار است در ناحیه ۱۱B منطقه پارس جنوبی در ۱۳۵ کیلومتری از ساحل عسلویه و در عمق ۷۱ متر از سطح دریا نصب شود. جکت دارای چهار پایه میان تپی است که عملیات شمع کوبی و استحکام آن در کف خلیج فارس از طریق آنها انجام می‌شود. این جکت دارای ۱۵ حلقه کانداکتور گاید به قطر ۲۶ اینچ است. کانداکتور گایدها قطعاتی مخروطی هستند که با قرار گرفتن در طبقات زیرین سازه به‌عنوان راهنما برای عبور ۱۵ ردیف خط لوله حفاری عمل می‌کنند. یعنی پس از نصب جکت در دریا و استقرار دکل حفاری روی آن، لوله‌های حفاری از میان جکت و از طریق این مخروطها به سطح دریا هدایت می‌شوند تا با عبور متنها عملیات حفاری انجام شود. این هدایتگرها با توجه به ارتفاع زیاد جکت از انحراف و خمیدگی لوله‌ها بر اثر فشار آب جلوگیری می‌کنند. در همین زمینه رسول فلاحت‌نژاد، مدیر مهندسی و ساختمان شرکت نفت و گاز پارس اعلام کرده است: تلاشمان این است که بخش نخست توسعه این فاز را هر چه سریع‌تر به سرانجام برسانیم. او همچنین گفته است مراحل نصب جکت سکوی فاز ۱۱B پارس جنوبی پایان خردادماه تکمیل می‌شود. فلاحت‌نژاد ارتفاع این سازه دریایی را ۷۶ متر اعلام کرد که در عمق آب حدود ۷۱ متری در موقعیت مخزنی بلوک B فاز ۱۱ پارس جنوبی در خلیج فارس به روش به‌اندازی، نصب خواهد شد. به گفته مدیر مهندسی و ساختمان شرکت نفت و گاز پارس، جکت سرچاهی سکوی ۱۱B SPD یکی از دو جکت فاز ۱۱ پارس جنوبی است که پس از نصب، امکان حفاری ۱۲ حلقه چاه تولیدی را در موقعیت نخستین عرشه گازی این طرح در مرز مشترک ایران و قطر در آب‌های خلیج فارس فراهم می‌کند. پس از عملیات مهاربندی و انتقال این سازه به موقعیت گازی فاز ۱۱ پارس جنوبی، نصب جکت ۱۱B SPD توسط شرکت صدف و با استفاده از شناور صدف ۳۰۰۰ تا پایان خردادماه امسال به اتمام خواهد رسید و موقعیت آماده آغاز حفاری می‌شود.

#### چرا فاز ۱۱ توسعه نیافت؟

فلاحت‌نژاد همچنین درباره توسعه نیافتن فاز ۱۱ پارس جنوبی در سال ۹۲ به شانا توضیح داده است که سال ۹۲ از یک سو طرح‌های متعدد پارس جنوبی با پیشرفت‌های مختلف در دستور کار قرار داشت و از سوی دیگر کشور با کمبود گاز در کنار کمبود منابع مالی روبه‌رو بود. وی به شرایط سخت تحریم در آن مقطع هم اشاره و با یادآوری اینکه قرارداد طرح توسعه فاز ۱۱ اواخر دولت دهم به روش بیع متقابل امضا شد، اظهار کرد: واقعیت این است که امکان تأمین مالی برای این پروژه در آن شرایط نبود. سرپرست طرح توسعه فاز ۱۱ پارس جنوبی در شرکت نفت و گاز پارس تصمیم وزارت نفت برای اولویت‌بندی فازهای پارس جنوبی در سال ۹۲ را راهبردی دانست و گفت: با این تصمیم طرح‌هایی که پیشرفت بالایی داشتند، در اولویت قرار گرفتند تا افزون بر تأمین سوخت زمستانی، نیازهای ارزی کشور را برای توسعه دیگر طرح‌ها فراهم کند. وی با بیان اینکه توسعه فازهای ۱۲، ۱۵، ۱۶ و ۱۷ و ۱۸ که در اولویت توسعه قرار گرفت، همانند فاز ۱۱ در مرز قرار داشتند، تصریح کرد: پیشرفت بالای این پروژه‌ها سبب شد نسبت به فاز ۱۱ در اولویت قرار گیرند. فلاحت‌نژاد به واگذاری توسعه این طرح به کنسرسیوم توتال و سی‌ان‌پی‌سی‌آی چین در سال ۹۶ اشاره کرد و گفت: هدف وزارت نفت این بود تا از گشایشی که ایجاد شد، افزون بر استفاده از فناوری روزآمد و پیمانکاران خارجی از منابع مالی خارجی استفاده کند. آنچه اکنون مهم است اینکه توسعه متعارف این فاز پس از خروج خارجی‌ها برای صیانت از حق و حقوق و برداشت طبیعی این فاز آغاز شده است و به سرعت انجام خواهد شد. محمد مشکین‌فام، مدیرعامل شرکت نفت و گاز پارس برداشت روزانه گاز از میدان مشترک پارس جنوبی را ۶۵۰ میلیون مترمکعب عنوان کرده و درباره تأمین گاز مصارف خانگی کشور از پارس جنوبی نیز گفته است: ظرفیت برداشت روزانه گاز هر یک از سکوه‌های گازی پارس جنوبی ۵۰۰ میلیون فوت مکعب گاز (معادل ۱۴ میلیون مترمکعب گاز) است و به‌طور متوسط مصرف روزانه هر خانوار ایرانی روزانه ۲۵ مترمکعب گاز است، در نتیجه هر یک از سکوه‌های گازی پارس جنوبی مصرف گاز ۵۰۰ هزار خانوار را تأمین می‌کند، بنابراین کل مصرف خانگی گاز در فصل زمستان از پارس جنوبی تأمین می‌شود.

#### توسعه فاز ۱۱ پارس جنوبی آغاز شد

# صیانت از حقوق ملت



تکذیب ادعای ترخیص  
۲۰ دکل حفاری از  
سوی وزارت نفت

## تداوم مجاهدت کارکنان خدمت صنعت نفت با قوت وجدیت

مشعل: «با وجود شرایط دشوار بین‌المللی و تحولات صنعت نفت جهان، همگام با برنامه‌های کلان کشور، هیچ‌یک از برنامه‌های توسعه صنعت نفت جمهوری اسلامی ایران متوقف نشده و کار و مجاهدت کارکنان خدمت این صنعت در همه عرصه‌های عملیاتی برابر برنامه‌ریزی صورت گرفته با قوت و جدیت ادامه دارد.» این پاسخ و موضع وزارت نفت در واکنش به بازی جدید رسانه‌های مخالفان منافع ملی کشور بود که با عنوان «ترخیص ۲۰ دکل حفاری به دستور وزیر نفت» بار دیگر این وزارت‌تخانه را نشانه رفتند. ماجرا از این قرار بود که خبرگزاری فارس در گزارشی کذب مدعی شد «به دستور وزیر نفت، شرکت ملی مناطق حفاری خیز جنوب موظف به ترخیص ۲۰ دکل حفاری شرکت ملی حفاری ایران شده است. ترخیص این دکل‌ها باعث بیکاری مستقیم ۴ هزار نفر از کارکنان این دکل‌ها خواهد شد و اشتغال حدود ۱۰ هزار نفر را که کارشان به صورت غیرمستقیم در ارتباط با صنعت حفاری است، به خطر می‌اندازد.» وزارت نفت در واکنش به این خبر آن را کذب خواند و اعلام کرد که شرکت ملی مناطق نفت‌خیز جنوب به عنوان قطب اصلی تولید نفت خام کشور نیز با استفاده از توان سازندگان و صنایع داخلی و با همکاری همه‌جانبه شرکت ملی حفاری، برنامه‌های تولید و توسعه خود را گام به گام اجرا کرده و با وجود شرایط پیچیده و دشوار کنونی صنعت نفت ایران و جهان و به‌ویژه شرایط دشوار مالی ناشی از همه‌گیری ویروس کرونا و تحریم‌ها، برخلاف بسیاری از شرکت‌های بزرگ نفتی جهان، نه یک نفر از کارکنان صنعت نفت و حفاری ایران شغل خود را از دست داده و نه در پرداخت دستمزدها تأخیر داشته است.

برخلاف ادعاهای خبرگزاری فارس که در گزارش خود آورده، طرح نگهداشت و افزایش تولید موسوم به «۲۸ مخزن» ضامن رونق اشتغال در صنعت نفت و حفاری است و حجم و تعداد طرح‌های توسعه بالادستی اجرا شده و در دست‌انجام شرکت ملی مناطق نفت‌خیز جنوب و میزان سرمایه‌گذاری صورت گرفته و برنامه‌ریزی شده در این طرح‌ها، در ۲۵ سال گذشته بی‌سابقه است و اجرای آنها، ضامن بویابی همه‌ارکان صنعت نفت و نیز باینداری اشتغال و رونق کسب و کار در کشور و استان‌های نفت‌خیز بویژه استان خوزستان است.

### پاسخ شرکت ملی مناطق نفت‌خیز جنوب به ادعاهای دروغ

در همین زمینه، شرکت ملی مناطق نفت‌خیز جنوب هم با تکذیب این ادعای رسانه‌ای اعلام کرد:

«یک- نه تنها اساساً وزیر نفت، هیچ‌گونه دستوری مبنی بر بیکار کردن دکل‌های شرکت ملی حفاری ایران خطاب به این شرکت صادر نکرده، بلکه با وجود شرایط سخت بین‌المللی و تحولات صنعت نفت جهان، مشی همیشگی و تأکید همواره ایشان، اجرای بدون وقفه برنامه‌های توسعه‌ای صنعت نفت و بویژه بخش بالادستی در راستای رونق فضای کسب و کار، تقویت حداکثری سازندگان و صنعتگران ایرانی و حرکت به سمت استقلال صنعتی بوده و هست.

دو- اصلاح شیوه‌آخذ خدمات حفاری و ارتقا از روش بسیار قدیمی

«اجاره دکل» به روش «زنجره کامل مهندسی- تأمین کالا- حفاری (EPD)» که دهها سال است در کل صنعت نفت دنیا امری تأیید شده و نه تنها سبب افول صنعت حفاری ایران نخواهد شد، بلکه در بحرانی‌ترین مقطع کنونی صنعت نفت جهان، سبب رونق بیشتر صنعت حفاری کشور و بویابی بیش از پیش این صنعت خواهد شد.

سه- ادعای عقب‌ماندگی ۸۰ درصدی پروژه‌های طرح ۲۸ مخزن، ادعایی اشتباه و مبین در ک نادرست از مبانی مدیریتی پروژه در طرح‌های توسعه میدان‌های نفتی است و وقفه موقتی در برگزاری مناقصه‌های مربوط به این طرح نیز تنها ناشی از تغییر در شرایط بازار سرمایه و در نتیجه لزوم انطباق اسناد مناقصه‌ها با شرایط جدید بوده است که بی‌شک با اقدام‌های اجرایی مدیریتی خواهد شد.

چهار- ادعای ارتزاق طرح ۲۸ مخزن از بودجه عمومی کشور نیز از اساس کذب بوده و سرمایه مورد نیاز طرح به‌طور کامل از طریق یک شرکت تأمین‌کننده سرمایه و با فروش اوراق تأمین شده است. پنج- از خبرگزاری فارس به‌عنوان یکی از خبرگزاری‌های رسمی کشور انتظار می‌رود همواره منادی دفاع از حق، حقیقت و ارزش‌های راستین انقلاب باشد و به جای استناد به سخنان راویان بدون نام و نشان نظیر «جمعی از کارشناسان مناطق نفت‌خیز جنوب»، تحلیل خود را بر اطلاعات درست و دقیق کارشناسان دلسوزی که دارای نام و نشان مشخص و آشکار در صنعت نفت کشور هستند،

مبتنی سازد.»

شایان توجه است:

در هر دکل حفاری حداکثر ۱۳۰ نفر به کار اشتغال دارند، نه ۲۰۰ نفر.

✱ با توجه به پرداخت کلیه مطالبات شرکت ملی حفاری ایران پارسال (بویژه تریق بی‌سابقه بیش از هزار میلیارد تومان در نیمه دوم اسفندماه ۱۳۹۸ برای پرداخت طلب پیمانکاران و تأمین کنندگان از سوی شرکت ملی نفت ایران)، بدون شک نه تنها کارکنان خدمت رسمی و قراردادی این شرکت، بلکه حتی کارکنان از کان ثالث و پیمانکاری نیز در دوره گذار از الگوی سنتی قراردادهای حفاری به‌الگوی نوین (EPD) برخلاف سایر شرکت‌های بزرگ نفتی جهان، بیکار نشده و در دریافت دستمزد نیز با وقفه روبه‌رو نخواهند شد که این بی‌شک برگ زرینی در کارنامه مدیریت شرکت ملی نفت ایران و وزارت نفت است.

✱ از مجموع ۴۰ دکل شرکت ملی حفاری ایران که در مناطق نفت‌خیز جنوب به کار اشتغال دارند، تنها ۱۵ دکل کاندیدای انتقال به پروژه‌های ای‌بی‌دی طرح ۲۸ مخزن شده‌اند که به‌مرور با شروع عملیات اجرایی طرح، مشغول عملیات حفاری خواهند شد.

✱ علاوه بر ۲۵ دکلی که هم‌اکنون در سطح شرکت ملی مناطق نفت‌خیز جنوب فعال هستند، به‌زودی ۱۸ دکل دیگر با آغاز به کار هفت بسته جدید طرح ۲۸ مخزن و ۱۵ دکل نیز پس از آن و با فعال شدن ۴ بسته در آستانه انتخاب پیمانکار، به کار اشتغال خواهند یافت که معادل ۵۸ دکل و بیش از کل تعداد دکل‌های کنونی شرکت ملی حفاری در مناطق نفت‌خیز جنوب خواهد بود و این معنایی جز رونق دوچندان صنعت حفاری کشور با اجرای طرح ۲۸ مخزن شرکت ملی مناطق نفت‌خیز جنوب نخواهد داشت.

بی‌تردید در سخت‌ترین روزهای صنعت نفت جهان که شرایط سخت تحریم‌ها از یک سو و اپیدمی ویروس کرونا از سوی دیگر، فرزندان فداکار ملت ایران در صنعت نفت را به چالشی تاریخی کشاند، کمترین انتظار آن است که دلسوزان نظام و این مرز و بوم، بر چهره خدمت و حقیقت تیغ نکشند و به شایعات مایوس‌کننده و دشمن‌شادکن دامن نزنند.

### ناوگان خشکی و دریایی فعال است

سیدعبدالله موسوی، مدیرعامل شرکت ملی حفاری

در واکنش به انتشار مطالبی در برخی رسانه‌ها، درباره ترخیص تعدادی از دکل‌های این شرکت گفت: اکنون ناوگان حفاری خشکی و دریایی این شرکت در ۶ استان نفت‌خیز کشور فعال و آماده حفر چاه‌های نفت و گاز و ارائه خدمات فنی و مهندسی براساس برنامه‌های صنعت نفت است.

او اعلام کرد که گردش کار در شرکت ملی حفاری با توجه به نیازهای صنعت نفت کشور به‌صورت موافقت‌نامه، امضای قرارداد، پروژه‌ای و مشارکتی انجام می‌شود و در اصل پایان یک پروژه، آغاز قرارداد جدید، تغییر کارفرما، توقف عملیاتی دکل‌های حفاری و کار، یابی آنها در دیگر پروژه‌ها امری طبیعی و این روند در ۴۰ سال گذشته استمرار داشته است. ارائه آمارهای واقعی و منطبق بر واقعیت و مقایسه در ست‌آن، نخستین گام در اطلاع‌رسانی صحیح به مخاطبان هوشمند است و انتظار می‌رفت رسانه‌ها با ارتباط و پرسش از مسوولان شرکت در بازتاب واقعیت‌ها دقت بیشتری کنند. بی‌تردید صنعت حفاری، مهم‌ترین حلقه زنجیره فرایند تولید در بحث ایجاد ظرفیت‌های جدید، توسعه مخازن نفت و گاز و حفظ نگهداشت تولید است و بر همین مبنا این شرکت به‌عنوان زیرمجموعه شرکت ملی نفت ایران در چهار دهه گذشته با وجود محدودیت‌ها و تحریم‌های ظالمانه، توانمندی‌های خود را به اثبات رسانده و پاسخگوی نیازهای صنعت نفت کشور بوده است.

موسوی افزود: ماهیت کار در صنعت حفاری منطبق بر نیاز بازار و رقابت است و این شرکت نیز با توجه به تغییر شرایط کار در شرکت ملی مناطق نفت‌خیز جنوب و آغاز طرح موسوم به توسعه ۲۸ مخزن، برنامه‌های خود را با برنامه‌های صنعت نفت تطبیق داده تا با همکاری و مشارکت در قراردادهای مربوط به این طرح در قالب امضای قرارداد، تفاهمنامه و مشارکت‌نامه با شرکت‌های بخش خصوصی و همچنین حضور در قراردادهای EPD حضوری فعال داشته باشد. مدیرعامل شرکت ملی نفت ایران و مقام‌های استان خوزستان تأکید دارند که در تغییر برنامه‌های توسعه مخازن نفت و گاز، دکل‌های حفاری طبق روال پیشین به‌کارگیری شوند و هیچ‌گونه مشکلی برای کارکنان شریف و زحمتکش این شرکت پیش نیاید که تاکنون نیز احدی بیکار نشده و حقوق و مزایای مجموعه کارکنان اعم از رسمی، قراردادی و پیمانکاری به‌موقع و به‌طور مستمر پرداخت شده است. در شرایط کنونی بازار نفت و تحریم‌های ظالمانه موافق انتشار مطالب باهدف انگیزه خاص به قصد زیر سوال بردن مقام‌های وزارت نفت و ایجاد نگرانی برای کارکنان و خانواده‌های شرکت ملی حفاری ایران نیستیم و از رسانه‌ها نیز انتظار می‌رود با نگاهی ژرف و به دور از بازی‌های سیاسی با نقد منصفانه و نگاه حرفه‌ای صنعت نفت را یاری دهند. بیژن عالیپور، مدیرعامل پیشین شرکت ملی مناطق نفت‌خیز جنوب نیز با توضیحاتی موضوع را شفاف‌تر کرد و اظهار داشت: با توجه به سوابق طولانی مدت این‌جانب در صنعت نفت و سال‌ها خدمت در مناطق نفت‌خیز جنوب، لازم می‌دانم به‌منظور تنویر افکار عمومی نکات زیر را مطرح کنم.

اساساً نیاز شرکت ملی مناطق نفت‌خیز جنوب به دکل‌های حفاری و تعداد دکل‌های مورد نیاز برای عملیات حفاری چاه‌ها، اعم از چاه‌های توسعه‌ای و تعمیراتی، در چارچوب برنامه‌هایی فصلی صورت می‌گیرد که بنا به ماهیت، برنامه‌هایی مبتنی بر پیش‌بینی و کاملاً منعطف است.

برنامه‌های فصلی براساس نیاز عملیاتی تولید، صرفاً در زمان اجرا منطبق با مقتضیات و نیاز واقعی تحقق یافته و به‌همین دلیل امکان تغییر در موقعیت چاه‌ها و تعداد و زمان استفاده از دکل‌ها امری اجتناب‌ناپذیر است. در همین رابطه، توقف موقت، آماده‌به‌کاری، جایگزینی یا اضافه کردن دکل‌ها در طول زمان اجرای قراردادهای تأمین دکل، امری عادی تلقی و متناسب با هر یک از موارد یادشده، نحوه مدیریت آنها در قراردادهای فی‌مابین این دو شرکت به‌صورت دقیق پیش‌بینی و توافق شده است.

از این‌رو مطلب عنوان شده در رابطه با بیکاری و اخراج کارکنان ۲۰ دستگاه دکل شرکت ملی حفاری، بیش از آنچه با هدف ایجاد تشویش در اذهان عمومی و کارکنان زحمتکش این دکل‌ها منتشر شده باشد، ناشی از عدم اطلاع نگارندگان این قبیل اخبار کذب از روند فعالیت‌های جاری در مجموعه عظیم وزارت نفت است.







منطقه ۲ عملیات  
انتقال گاز؛ شاهراه انتقال انرژی

# از پارس جنوبی تا شمال کشور

**مهدی مهرابی** | استان اصفهان از دیرباز عنوان شاهراه ارتباطی انتقال گاز از جنوب به شمال کشور را با خود یدک می‌کشد و در حوزه گاز نیز با مرکزیت منطقه دو عملیات انتقال گاز، عبور ۶ خط لوله سراسری و ارتباط با چند منطقه عملیات انتقال گاز، یکی از تأثیرگذارترین مناطق عملیاتی در کردور (شاهراه انتقال انرژی) انتقال گاز از جنوب به شمال کشور به شمار می‌آید. سال ۸۴ با تفکیک مدیریته انتقال از بخش پالایش و پخش و تأسیس شرکت انتقال گاز ایران، منطقه دو عملیات انتقال گاز به خدمات انتقال گاز را در محدوده هفت استان کشور شامل سه استان اصفهان، یزد و چهارمحال و بختیاری به طور کامل و بخش هایی از استان های کهگیلویه و بویراحمد، خوزستان، لرستان و مرکزی به عهده گرفت. منطقه دو عملیات انتقال گاز ایران، گاز طبیعی خروجی پالایشگاه های فجر جم، بیدبلند، پارسیان و فاز های پارس جنوبی را به وسیله ۶ خط لوله سراسری، دریافت و با انجام فرایند تراکم و انتقال، آن را به مناطق ۳ و ۷ عملیات و سایر مصرف کنندگان صنعتی، تجاری و خانگی به محدوده حوزه استحفاظی خود تحویل می‌دهد. برای آشنایی بیشتر با این حوزه عملیات گفت و گو با سید مجتبی گلستانه، مدیر منطقه دو عملیات انتقال گاز گفت و گو کردیم که مشروح آن را می‌خوانیم.

لطفاً درباره پیشینه کاری خود توضیح دهید.  
از سال ۶۲ در صنعت نفت استخدام و مشغول به انجام وظیفه شدم و هم‌اکنون در سمت مدیر منطقه دو عملیات انتقال گاز، در حال خدمت‌رسانی هستیم. پیش از این، در سمت‌های رئیس بهره‌برداری مجتمع تأسیسات تقویت فشار گاز دوراهان، رئیس بهره‌برداری مجتمع تأسیسات تقویت فشار گاز اصفهان، رئیس مجتمع تأسیسات تقویت فشار گاز اصفهان، مسئول هماهنگی عملیات ایستگاه‌های منطقه دو عملیات انتقال گاز، معاون مهندسی و خدمات فنی منطقه دو، معاون عملیات ایستگاه‌های منطقه دو عملیات انتقال گاز مشغول به فعالیت بوده‌ام. همچنین سال ۸۸ به عنوان کارمند نمونه شرکت ملی گاز ایران انتخاب شدم.

از اصفهان به عنوان شاهراه ارتباطی کشور یاد می‌شود؛ آیا در حوزه صنعت گاز نیز این موضوع حاکم است؟  
بله، منطقه دو عملیات انتقال گاز با مرکزیت استان اصفهان، مسئولیت دریافت گاز از مناطق ۱ و ۵ و انتقال آن به منطقه ۳ به وسیله خطوط ۱، ۲، ۳، ۴، ۸، ۱۰ سراسری را به عهده دارد.

این به آن معناست که گاز تولیدی در میدان‌های جنوبی کشور مانند آغاچاری و گازهای تولیدی در فازهای پارس جنوبی توسط این منطقه به شمال، شمال غرب و شمال شرق کشور منتقل می‌شود. به همین دلیل منطقه دو عملیات انتقال گاز، یکی از تأثیرگذارترین مناطق عملیاتی در کردور (شاهراه انتقال انرژی) انتقال گاز از جنوب به شمال کشور است.

در سال ۹۸ در مجموع چند میلیارد متر مکعب گاز از این منطقه منتقل و در این مدت، چند کیلومتر از خطوط لوله منطقه پیگرانی و نشت‌یابی شده است؟

از ابتدای فروردین تا پایان بهمن ماه سال گذشته، ۱۳۷ میلیارد متر مکعب گاز از این منطقه منتقل و ۶ هزار و ۸۰۶ کیلومتر عملیات نشت‌یابی و ۲۷۴ کیلومتر پیگرانی تمیز کننده نیز انجام شده است.

به طور خاص در سال ۹۸ چه اقدام‌هایی برای تحقق شعار سال (رونق تولید) و حمایت از شرکت‌های ایرانی داشته‌اید؟

با شرکت‌ها، تأمین‌کنندگان و پیمانکاران در خصوص تعدیل قراردادهایی که به دلیل نوسان‌های اخیر ارز باعث عدم توانایی برای تولید محصولات درخواستی می‌شود، تعامل داشته‌ایم.

حفظ حریم خطوط انتقال گاز، از جمله چالش‌های مناطق عملیاتی به شمار می‌آید. چه فعالیت‌هایی برای حفظ حریم خطوط لوله داشته‌اید؟ از چه

نرم‌افزارهایی در این حوزه بهره می‌برید؟  
گشت و بازدید از خطوط لوله از سوی ۸ گروه نیروی گشت کنترل حریم خطوط سراسری و انتقال گاز (اکثراً در مناطق سخت‌گذر)، صدور ۲۸۰ اخطار به هنگام رویت تجاوز از سوی افراد حقیقی و حقوقی متجاوز به حریم که منجر به مکاتبه از سوی ذینفع با منطقه شده، از اقدام‌های این منطقه در حوزه حفظ حریم خطوط انتقال گاز بوده است. همچنین با توجه به لزوم حفظ حریم ایمنی از سوی منطقه و مقدار وسعت این سطح (۲۵۰ متر از طرفین) و باز شمنند شدن عرصه در مسیر عبور خطوط لوله، لزوم آگاهی هم‌جواران، مسوولان استانی، فرمانداران، شهرداران و دهیاران همواره مدنظر است.

مکاتبه با ۷ استانداری در حوزه فعالیت منطقه دو عملیات انتقال گاز در ابتدای سال مبنی بر اطلاع‌رسانی به تمام ادارات و ارگان‌های زیرمجموعه خود برای اخذ استعلام از منطقه در خصوص واگذاری زمین به اشخاص حقیقی و حقوقی مختلف، ۵۹ مورد رفع تجاوزات حرام خطوط لوله، ۴۳۸ مورد بازدید و بررسی اولیه و ارائه استعلام به ذی‌نفعان در ۱۷ استان، ۷ مورد حضور در محل برای اجرای احکام قضایی برای پاکسازی حریم، ۱۵۰ مورد مراجعه به سازمان‌ها و ادارات دولتی، خصوصی و ... برای افزایش تعاملات و همکاری و آگاهی بخشی، تهیه و نصب تابلوهای عبور ممنوع و ساخت و ساز ممنوع در حریم خطوط لوله برای آگاهی مجاورین خطوط لوله، تکمیل فرم رضایت‌مندی از سوی مجاورین خطوط لوله، برگزاری جلسه توجیهی با دهیاری‌ها و بخشدارهای ها و پیگیری استقرار کامل مأموران کنترل حریم در باردها و پیگیری از نزدیک موارد تجاوز به حریم، از دیگر اقدام‌های این منطقه به شمار می‌آید.

آیا به طور خاص با شرکت‌های دانش‌بنیان و پارک‌های علم و فناوری همکاری دارید؟

بله. بر نامه‌ریزی و اعزام همکاران منطقه به دفتر مشترک صنایع همکار در محل شهرک علمی تحقیقاتی اصفهان به منظور بهبود و تقویت ارتباط با این قطب علمی و صنعتی در اصفهان، عقد قرارداد همکاری با متصدیان ثبت اختراعات در شهرک علمی تحقیقاتی اصفهان به منظور شناسایی ارزش‌یابی و ثبت اختراعات منطقه، استفاده از اساتید دانشگاه‌های اصفهان و صنعتی اصفهان در قالب اعضای شورای پژوهش منطقه و بهره‌برداری از ظرفیت‌های موجود در دانشگاه‌های معتبر شهر اصفهان، همچنین شرکت‌های دانش‌بنیان به منظور دریافت پروپوزال برای اجرای پروژه‌های تحقیقاتی منطقه، از برنامه‌های این منطقه در حوزه همکاری با شرکت‌های دانش‌بنیان و پارک‌های علم و فناوری است.

فصل جدیدی از خودکفایی در شرکت انتقال گاز ایران رقم خورده است. در منطقه دو عملیات انتقال گاز شاهد بومی‌سازی و خودکفایی در چه بخش‌هایی هستیم؟ یا برگزاری نمایشگاه دائمی خودکفایی چه هدفی را دنبال می‌کنید؟

حدود ۱۷۰ قطعه عملیاتی شامل قطعات مکانیکی توریو کمپرسور، بردهای ابزار دقیق و تجهیزات برقی

بومی‌سازی شده است. هدف از برگزاری نمایشگاه دائمی خودکفایی، بازدید شرکت‌های دانش‌بنیان و سازندگان داخلی و آشنایی با نیازهای عملیاتی منطقه است.

در قالب تعمیرات اساسی سال ۹۸ چه میزان دستور کار اجرا شد؟ آیا در آرایش خطوط انتقال گاز نیز تغییراتی با هدف افزایش پایداری شبکه انتقال گاز انجام شده است؟

سال گذشته، تعمیرات اساسی ۲۶ دستگاه توریون و ۲۶ کمپرسور گاز در سطوح مختلف انجام شده است. همه موارد پایش و تعمیرات موردی و ایمن‌سازی، ابنیه‌ساختمانی خطوط لوله طبق برنامه انجام شده و خطوط سراسری با ظرفیت کامل و گاهی بیشتر از توان در سرویس زمستانی بودند.

برنامه‌ریزی تعمیرات اساسی سال ۹۹ کلید خورده است؟ چه حجم فعالیت و دستور کار رقم خواهد خورد؟

برنامه‌نهایی سال ۹۹ به ستاد ارسال شده که این برنامه شامل بازرسی و تعمیرات ۳۷ دستگاه توریو کمپرسور در سطوح مختلف و ۱۳ کیلومتر تمویض پوشش خطوط ۵۶ اینچ است.

در حوزه تعمیرات توریو کمپرسورها اقدام‌های خوبی صورت گرفته و رکوردهای قابل توجهی ثبت شده است. در خصوص مهم‌ترین موارد، توضیحاتی بیان کنید؟

تعمیرات افزایش عمر دو دستگاه توریون زار یا مدل DJ۵۹ در تأسیسات بل کله ۲ برای اولین بار در ایران از سوی کارشناسان تعمیرات اساسی منطقه در مدت ۴ ماه برای هر واحد انجام شده است. انجام فرایند PMO و بر حسب نتایج به عمل آمده EXTEND کردن روتین‌های تعمیراتی توریون‌های نتویینون منطقه، انجام فرایند تخمین عمر روی قطعات HOT SECTION توریون‌های زار یا DJ۵۹ و زمینس ۶۰۰ SGT و EXTEND کردن روتین‌های تعمیراتی ۱۰ هزار ساعت در توریون‌های زار یا ۲۰ هزار ساعت در توریون‌های زمینس، از دیگر اقدام‌های این منطقه به شمار می‌آید.

بهار سال ۹۷ و ۹۸ شاهد وقوع سیل در برخی استان‌ها بودیم. آیا برای شرایط خاص و حفاظت از شبکه، تأسیسات و مراکز بهره‌برداری آمادگی دارید؟ در این زمینه چه اقدام‌هایی انجام شده است؟

حوزه تحت پوشش منطقه دو عملیات انتقال گاز شامل اقلیم‌های بسیار متفاوتی از لحاظ آب و هوایی و توپوگرافی می‌شود. استان‌های کهگیلویه و بویراحمد و چهارمحال و بختیاری کاملاً کوهستانی و وسیل گیر و سایر استان‌ها ظرفیت بالایی از لحاظ سیلاب دارند. این منطقه طی برنامه مفصلی همه‌ابنیه‌های ساختمانی مثل آن‌ها، کابین‌گذاری پایین دست خطوط لوله در تقاطع با رودخانه‌ها، کانال‌های سیلابی، مسیل‌ها، شب‌های تاب‌یادار در امتداد و متقاطع با خطوط لوله، کانال‌های سیلابی داخل تأسیسات، دیوارهای حائل تأسیسات و ... را کاملاً ایمن‌سازی و با تمهیدات مهندسی و رعایت اصول محیط زیست، از تأسیسات و خطوط صیانت کرده و نمونه عملی آن در سیلاب‌های سنگین اوایل سال ۹۸ بود که هیچ‌گونه وقعه عملیاتی در تأسیسات و خطوط انتقال پیش نیامد و با اطمینان عملیاتی، جریان انتقال گاز پایداری برقرار بود.

در پایان اگر نکته‌ای باقی مانده بیان بفرمایید.  
مجموعه منطقه دو عملیات انتقال گاز با انگیزه، توانمند، خلاق، با ابتکار، مسئولانه و ایمن با حفظ محیط زیست، سامانه انتقال گاز، ایستگاه‌های مخابراتی و فیبر نوری و کل مجموعه را که بزرگ‌ترین منطقه عملیاتی گاز کشور محسوب می‌شود، نگهداری، تعمیرات، بهره‌برداری می‌کند و همواره شعار انتقال پاک، پایدار، ایمن، بهره‌ور، گاز طبیعی سرلوحه کارها خواهد بود و حقوق هم‌جواران و ذی‌نفعان مدنظر جدی خواهد بود.

**از ابتدای فروردین تا پایان بهمن ماه سال گذشته**

# 127

**میلیارد متر مکعب از منطقه ۲ عملیات منتقل شده است**



# پتروشیمی

## بازار سرمایه

### پرچم دار

تاکید رئیس جمهور بر فعال تر شدن پتروشیمی ها در بازار بورس

شرکت های پتروشیمی بدهکار است و این شرکت ها باید بتوانند از این بازار مطالبه کنند. ربیعی با اشاره به اینکه به عرضه اولیه شرکت ها در بورس می توان منابع مالی خوبی کسب کرد، تصریح کرد: دو شرکت از زیر مجموعه شرکت صنایع پتروشیمی خلیج فارس در سال های ۹۷ و ۹۸ وارد بورس شدند و حداقل هزار و ۷۰۰ میلیارد تومان از این عرضه منبع جمع شد. مدیر عامل شرکت صنایع پتروشیمی خلیج فارس افزود: این شرکت می تواند تجربه های خود را در مورد انتشار اوراق مبتنی بر سهام در بورس را در اختیار شرکت های علاقه مند قرار دهد. وی با تأکید بر اینکه از ورود شرکت های بمان به بورس نترسیم، ادامه داد: درست است که بورس مقداری محدود کننده است، اما به همان میزان هم می تواند کمک مالی داشته باشد؛ ارزش سهام شرکت ها شفاف تر می شود که بر اساس همین ارزش شرکت های می توان اوراق منتشر کرد و با وام گرفت یا وثیقه گذاشت.

**تعلق یک سوم معاملات بورس کالا به پتروشیمی**  
در عین حال در فضا محتشمی پور، معاون عملیات و نظارت بر بازار بورس کالای ایران آبان ماه ۹۸ با اشاره به این که حدود یک سوم معامله های بورس کالا متعلق به شرکت های پتروشیمی است، گفته بود: تأمین مالی پتروشیمی ها از مسیر بورس کالا با استفاده از ابزارهای نوین مالی می تواند منجر به تحولی بزرگ شود. وی افزود: همکاری میان پتروشیمی ها و بورس کالا منجر به تحقق دستاوردهای مطلوبی در زمینه تأمین مالی شود و در این زمینه شرکت ملی صنایع پتروشیمی می تواند در این زمینه سیاست گذاری های لازم را به ویژه در تأمین مالی کوتاه مدت معمول کند.

محتشمی پور تصریح کرد: برای استفاده صنعت پتروشیمی از ظرفیت های بازار سرمایه، مدیریت مالی در این صنعت نیازمند بازنگری و اصلاح است و به خصوص در شرکت ها و هلدینگ ها این امر باید مورد توجه قرار بگیرد. از سوی دیگر افت خرید توان بازار داخلی در نتیجه تورم شدید همراه با برخی اشکالات و سیاست گذاری صنعت موجب افت فروش داخلی صنعت پتروشیمی در حدود ۱۷ درصد شد که باید با کمک بانک ها و تأمین مالی صنایع پایین دستی این بازار را احیا کرد.

بر اساس این گزارش می توان گفت که صنعت پتروشیمی به عنوان یک بخش پردرآمد و نا حدى مستقل در زیر مجموعه صنعت نفت توانسته است صنعت، بازار سرمایه و صادرات غیر نفتی کشور را وارد شریطی قابل قبول کند و همزمان چرخه تولید صنایع پایین دستی، اشتغال و گردش مالی ربالی و ارزی را هم تحت تأثیر جدی قرار دهد و تبدیل به موتور حرکت اقتصاد کشور شود. این رویکرد در داخل مجموعه صنعت نفت و پتروشیمی و حمایت و توجه دولت می تواند روزه های امید خوبی را پیش رو قرار دهد.

حمایت از هر دو طرف خریدار و فروشنده و حفظ شرایط متعادل این بازار، دولت با تدبیر مدیران بازار سرمایه شرایط رونق در این بازار را فراهم کند. به خصوص در این روزها که نقدینگی سرگردان بازار به سمت بورس هجوم آورده، لازم است در مورد عرضه سهام های قابل توجه شرایط و تدبیر لازم اندیشیده شود. باید توجه داشت که کاهش نرخ سود سپرده در بانک ها با هدف آزاد شدن نقدینگی در بازار از یکسو و همچنین کاهش نرخ ذخیره قانونی بانک ها نزد بانک مرکزی و نیز وجود رکود در بازارهای موازی مانند مسکن و سکه و طلا باعث روی آوردن مردم به سرمایه گذاری در بورس شده است. نگاهی به روند رو به رشد سود در بازار بورس برای شرکت های پتروشیمی نشان می دهد که این روند افزایشی به شکلی مدام و امیدوار کننده در چند سال اخیر ادامه داشته است.

### رشد ۳۸ درصدی معامله محصولات پتروشیمی در بورس

به عنوان نمونه معامله های محصولات پتروشیمی در بورس کالا در سال ۹۸ رشد ۳۸ درصدی ارزش داشته و حدود ۴۶ میلیون تن کالا به ارزش ۴۲ هزار و ۲۵۲ میلیارد تومان معامله شده است. سال ۹۸ بازار پلیمر های بورس کالا شاهد داد و ستد ۳۲ میلیون تن از انواع پلیمر ها بود که نشان می دهد وضعیت تولید در صنایع تکمیلی به رغم برخی محدودیت های اقتصادی از کارنامه قابل قبولی برخوردار بوده است. این وضعیت در شریطی به ثبت رسید که سال گذشته رشد قیمت نیمازی ارز تکانه مهمی برای رشد قیمت ها در بورس کالا و بازار آزاد بود اگر چه افت بهای جهانی محصولات پتروشیمی می تواند به کاهش قیمت ها در بورس کالا کمک کند. بازار محصولات پلیمری در بورس کالا سال گذشته را در شریطی پشت سر گذاشت که شاهد سقوط آزاد بهای نفت خام بود و متعاقب آن قیمت ها در غالب بازارهای پلیمری، افت نرخ جدی را سپری کردند. یکی از نکات قابل توجه در مورد بورس کالا که دولت و رئیس جمهور نیز به خوبی به آن واقف هستند، اثر گذاری کوتاه و بلند مدت پتروشیمی ها در روند رو به رشد بورس است و به عبارتی جهش شاخص بورس با نقش آفرینی پتروشیمی هاست. بسیاری از فعالان این عرصه اثر گذاری را که عرضه اولیه سهام پتروشیمی نوری بر بازار سرمایه و بورس داشت، به چشم دیدند که چطور همه گروه ها از فروشنده و خریدار راضی بودند و این الگو باز هم تکرار شد.

آنچه امروز به عنوان تأثیر گذاری پتروشیمی ها بر بازار بورس عنوان می شود، جریانی است که از سال ها قبل شروع شده است. جعفر ربیعی، مدیر عامل شرکت صنایع پتروشیمی خلیج فارس، مهر ماه پارسال در کنگره راهبردی نفت و نیرو با اشاره به اینکه بخش زیادی از سرمایه شرکت های پتروشیمی سود آور در بورس وجود دارد، گفت: شرکت های پتروشیمی حدود ۲۰ درصد بازار سرمایه کشور را در اختیار دارند، یعنی به نوعی بورس به

**مشعل | پتروشیمی ها از سال های گذشته تا امروز شرایط بحرانی و سختی را پشت سر گذاشته اند و به قولی در خط مقدم مقابله با تحریم های یکجانبه و بسیار سخت اقتصادی بوده اند و حالا هم چند ماهی است که با شروع شیوع ویروس کووید-۱۹ شرایطشان سخت تر هم شده است. در عین حال پتروشیمی ها در شرایط تحریم یکی از مراجع اصلی صادرات و جلوگیری از تک محصولی به عنوان صادر کننده نفت بودند و در تأمین ارز مورد نیاز دولت نیز کمک قابل توجهی و بدلی داشتند. این مجموعه ها سالهاست که تلاش کرده با شفافیت بیشتر در عملکرد مالی، مجموعه های پتروشیمی را به عنوان بنگاهی پیشرو معرفی کنند و یکی از مهمترین اقدام ها در این عرصه ورود آنها به بورس بوده است. هلدینگ ها و شرکت های پتروشیمی این روزها نقشی مهم و تأثیر گذار در جهش شاخص بورس تهران دارند و سهم شرکت های پتروشیمی وارد شده در عرصه بورس کالا در این سال ها، یکی از قابل اعتماد ترین و سود بخش ترین سهام بوده است که خریداران با اعتماد کامل آنها را خریداری می کنند.**

### فعال شدن پتروشیمی در بورس

اما این شرایط قابل اعتماد و سود بخش سبب شده است تا در این شرایط اقتصادی پتروشیمی ها نقشی حمایتگر را در بازار سرمایه در کنار دولت داشته باشند و در همین راستا مسوولان دولتی از وزیر نفت و پتروشیمی ها خواسته اند تا در بورس فعال تر شوند. حسن روحانی، رئیس جمهوری سوم اردیبهشت ماه جاری به وزیر نفت دستور داد برای حضور بیشتر و فعال تر شدن شرکت های نفتی و پتروشیمی در بازار سرمایه اقدام های لازم را به سرعت انجام دهد. دکتر حسن روحانی با اشاره به ارائه سهام شرکت های دولتی در بازار سرمایه با هدف تقویت بورس کشور، بر ضرورت حضور بیشتر و فعال تر شدن شرکت های نفتی و پتروشیمی در بورس تأکید کرد. وی در این گفت و گو ضمن پیگیری نحوه پیشرفت پروژه ها و طرح های نفتی گفت: وزارت نفت در شرایط سخت حاکم بر کشور ناشی از تحریم های ناعادلانه، با تلاش و کوشش بیشتر برای تسریع در بهره برداری پروژه های می تواند در تحقق شعار «جهش تولید» پیشگام باشد. این حضور در بورس فراز و فرود بسیاری دارد و لازم است برای

**دریافت مجوز بازگشت به کار نیروهای قراردادی و بیماتکاری**

کارکنان قراردادی و بیماتکاری نیز می توانند از طب کار سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت برای دریافت گواهی بازگشت به کار استفاده کنند، اما دریافت این خدمات دارای شرایطی است. بلوری در توضیح چگونگی دریافت خدمات این گروه از کارکنان می گوید: «کارکنان قراردادی یا توجه به اینکه کارفرمای مستقیم آنها ادارات و شرکت های نفتی هستند، می توانند از مرکز سلامت کار بهداشت و درمان صنعت نفت مجوز بازگشت به کار را دریافت کنند، اما اگر این روند نیاز به اقدامات تشخیصی یا درمانی



در گفت و گوی «مشعل» با رئیس معاونت طب صنعتی و بهداشت و درمان صنعت نفت تهران بررسی شد

# نحوه بازگشت به کار کارکنان مبتلای به کرونا

**سمیه راهیما** | با توجه به شیوع کووید ۱۹ (کرونا) در کشور، احتمال ابتلای کارکنانی که در محیط های کاری متفاوت ارائه خدمت می کنند نیز وجود دارد؛ از این رو افرادی که دوران نقاهت خود را پشت سر گذاشته اند، قبل از بازگشت به کار باید گواهی سلامت خود را از مراکز سلامت کار دریافت کنند و بعد با در نظر گرفتن شرایط ویژه ای که داشته اند، بر سر کار خود حاضر شوند. این افراد هم از نظر سیستم ایمنی ضعیف هستند و هم بر اثر پشت سر گذاشتن این بیماری سخت، امکان دارد دچار بیماری روحی شده باشند، از این رو باید شرایط این کارکنان قبل از ورود به کار پایش شود.

بیشتری داشته باشد و بخواهند از خدمات درمانی سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت استفاده کنند، هزینه های آن باید از سوی فرد بیمار پرداخت شود، زیرا این گروه از کارکنان تحت پوشش بیمه ای سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت نیستند، بیمانکاران نیز همین گونه هستند؛ از این رو بیمانکاران می توانند گواهی بازگشت به کار خود را از مراکز بهداشت و درمان خارج از بهداشت و درمان صنعت نفت دریافت کنند. در سطح کشور مدیریت سلامت کار وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی دستور عملی برای دریافت گواهی بازگشت به کار صادر کرده و فرم های خاصی برای آن طراحی شده است تا اگر فردی بخواهد بازگشت به کار داشته باشد، به مرکز تخصصی سلامت کار مراجعه کنند و از سوی متخصصان این امر مجوز را دریافت کنند. اما اگر شرکت های نفتی بخواهند کارمندان از سوی سلامت کار بهداشت و درمان صنعت نفت بررسی شوند، با کمی تفاوت از وزارت بهداشت و درمان و در نظر گرفتن شرایط ویژه صنعت نفت انجام می شود.

**گام نخست رعایت نکات بهداشتی**

ماموریت اصلی سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت، حفظ و حراست سلامت کارکنان است و در همین زمینه از آغاز شیوع کووید ۱۹ در کشور تاکنون خدماتی برای مقابله با این ویروس ارائه داده است تا به صفر رسیدن آن نیز ادامه دارد. رئیس معاونت طب صنعتی و بهداشت و درمان صنعت نفت تهران در زمینه رعایت نکات بهداشتی هم در مراکز درمانی بیمارستان نفت و هم در ادارات و شرکت ها و جاهایی که تحت پوشش بهداشت و درمان است، می گوید: «گام نخست رعایت نکات بهداشتی و آموزش دستورعمل های مرتبط با ویروس کووید ۱۹ و چگونگی ضد عفونی و گندزدایی مکان هایی است که کارکنان مشغول به کار هستند، در جلسه های متعددی که برگزار کرده ایم، مدیریت شرکت های نفتی در جریان این بیماری قرار گرفته اند و در مرحله بعد کار کردن همزمان با شیوع این بیماری و

در این زمینه افشین بلوری، رئیس معاونت طب صنعتی بهداشت و درمان صنعت نفت

تهران به «مشعل» می گوید: «در معاینات سلامت کار کارکنان، معایناتی به عنوان

«بازگشت به کار» داریم، یعنی زمانی که فردی دچار بیماری یا حادثه ای مهم می شود، یا

اینکه برای مدت طولانی با موضوعی غیر پزشکی از محیط کارش دور بوده و می خواهد به

کار بازگردد، برای مطمئن شدن از توانایی انجام کار او و اینکه برای سایر کارکنان مشکلی

پیش نمی آید و باعث حادثه و خطری نیز در محیط کار نمی شود، گواهی بازگشت به کار

می دهیم. این روند از گذشته بوده و یکی از ارکان مهم معاینات سلامت شغلی به شمار

می رود و برای بیماری کووید ۱۹ نیز دنبال می شود.» حال ممکن است این سوال پیش آید

که وقتی فردی دچار کووید ۱۹ شده است، بعد از بهبود باید چه مرحله ای را برای بازگشت

به کار طی کند؟ بلوری در پاسخ به این پرسش می گوید: «مهم ترین مساله که مرکز سلامت

کار به آن توجه می کند، این است که آیا فرد هنوز آلوده به این ویروس هست یا خیر، آیا

سایر همکاران خود را مبتلا می کند یا خیر؟ به همین دلیل نخست باید نسبت به سلامت

او مطمئن شویم و در محله بعد بررسی می کنیم آیا عوارضی که این ویروس روی تنفس

می گذارد، در کارش تأثیر می گذارد؟ اگر پاسخ به این پرسش مثبت بود، برای او

محدودیت هایی در نظر گرفته می شود.» به گفته او، «یکی دیگر از پرسش هایی که در

زمینه بازگشت به کار بررسی می شود، این است که آیا فرد بهبود یافته با توجه به وضعیت

جسمی و روحی، قادر به انجام وظایف معمول خود هست یا خیر؟ در این زمینه دستور

عملی صادر شده است و براساس آن مدیریت منابع انسانی و شرکت های مختلف

نفت کارکنان را برای گواهی بازگشت به کار نزد ما (سلامت کار) می فرستند

و توسط متخصصان طب کار معاینات انجام و سوابق و مستندات

بررسی می شود. گاهی ممکن است برای اطمینان بیشتر از سلامت فرد متقاضی بازگشت به کار آزمایش یا

سی تی اسکن ریه گرفته می شود و در صورت نیاز

تصمیم گیری می شود که آیا این فرد به محل کار بازمی گردد یا نیاز به تمدید

استراحت دارد؟»

اقداماتی که باید انجام شود مانند فاصله گذاری اجتماعی آموزش داده شد. همچنین افرادی را که مستعد این بیماری هستند، شناسایی کرده ایم و توصیه های لازم به افراد واجد شرایط دور کاری نیز شده است.»

**رعایت فاصله اجتماعی در بیمارستان نفت**

بلوری با بیان اینکه فاصله های اجتماعی باید همه جا رعایت شود و در محیط بیمارستانی و مراکز درمانی اهمیت بیشتری دارد، ادامه می دهد: «به دلیل کاهش کووید ۱۹ حضور در بیمارستان را تا جای ممکن به حداقل رسانده ایم، این کاهش هم برای بیماران و مراجعه کنندگان و هم کارکنان بیمارستان ها است تا بدین طریق بتوانیم از حداقل افرادی که مورد نیاز است استفاده کنیم، از این رو بسیاری از کارکنان دور کاری می کردند و کلینیک های تخصصی و کارهایی که غیراورژانسی بودند، تعطیل شد و به جز موارد اورژانس اقدامی در بیمارستان نفت انجام نمی شد، ضمن آنکه مراکز درمانی دیگر مانند خانواده نیز به ما برای معاینه بیماران کمک می کردند.» به گفته او، «بعد از گذراندن دوران اوج شیوع کووید ۱۹، تصمیم گرفته شده تا به صورت پلکانی شرایط به حالت عادی باز گردد. از اول اردیبهشت ۱۳۹۸ کلینیک هایی که بیشتر تقاضا برای آنها بود با تعداد محدود و کمتر از حد مجاز باز شدند تا وضعیت کار بیمارستان به حالت عادی باز گردد. خوشبختانه تعداد مراجعه کنندگان کم است و رعایت می کنند.» رئیس معاونت طب صنعتی بهداشت و درمان صنعت نفت تهران می افزاید: «برای اینکه شرایط فاصله اجتماعی در بیمارستان رعایت شود یکسری علائم در نظر گرفته شده، روی صندلی ها یک در میان نواربندی شده است تا کسی روی آنها ننشیند، براساس فاصله گذاری اجتماعی علامتی تهیه شده که برای دریافت نوبت و صف کجا بایستند، همچنین بین صندلی هایی که رفت و آمد بود نیز طبق یا شیشه گذاشته شده است.»

**سامانه غربالگری پایش و پیگیری کووید ۱۹**

سامانه غربالگری پایش و پیگیری کووید ۱۹ کارکنان برای آگاهی از وضعیت سلامت کارکنان صنعت نفت از جمله رسمی، قراردادی و بیماتکاری نیز از سوی سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت ایجاد شد و مراجعه کنندگان می توانند اظهارات خود را ثبت کنند و اگر کوچکترین علامتی داشته باشند، از سوی کاربران آموزش دیده و پزشکان با آنها تماس گرفته می شود و توضیحات و مشاوره لازم را می دهند، اگر مورد مشکوکی بود، آنها را برای معاینات بیشتر به مراکز بهداشتی درمانی راهنمایی می کنند. بلوری در این زمینه می گوید: «این کنترل تجربه ای عالی بود تا به این شیوه پایش خوبی داشته باشیم و خیلی زودتر از کشور روند نزولی را در سال جدید شاهد بودیم و به شکل قابل ملاحظه ای تعداد فوتی ها در مراکز بیمارستانی ما کاهش پیدا کرد و تعداد مراجعه کنندگان و بستری شده ها نیز کاهش یافت.»

**دریافت مجوز سلامت برای ۴۰۰ نفر از کارکنان اقماری**

اقدام دیگری که از سوی طب صنعتی بهداشت و درمان صنعت نفت تهران انجام شد، به ارائه مجوز بازگشت به کار پرسنل مناطق عملیاتی (کارکنان اقماری و سکوی نفتی) بازمی گردد. او در این باره می گوید: «به دلیل اینکه محیط زندگی در مناطق عملیاتی محدود است و با هم زندگی می کنند، امکان ابتلای آنها زیاد است و این مساله حساسی بود که از سوی سامانه پایش و غربالگری انجام شد و این افراد موظف شدند تا قبل از اینکه به محل خدمت خود بروند و بلیت برای آنها صادر شود، باید مجوز ورود دریافت کنند. روند دریافت مجوز به این شکل است که نخست افراد باید به سامانه پایش و غربالگری کووید ۱۹ مراجعه و اظهارات خود را وارد کنند و براساس آن اطلاعات کسانی که مشکلی نداشتند، مجوز بازگشت به محل کار برایشان صادر می شد، بدون اینکه به مراکز طب صنعتی مراجعه کنند. آنهایی که کمترین مشکلی اعلام می کردند مورد بررسی قرار می گرفتند و فراخوان می شدند تا به مراکز درمانی مراجعه کنند، خوشبختانه تعداد آنها کم بود و در صورت نیاز مدت قرنطینه این افراد تمدید می شد.» رئیس معاونت طب صنعتی بهداشت و درمان صنعت نفت تهران می افزاید: «همکاری خوبی میان شرکت ها و سازمان بهداشت و درمان ایجاد شده است و در منطقه تهران حدود ۴۰۰ نفر از کارکنانی که در مناطق اقماری و سکوی نفتی کار می کردند، مجوز سلامت از طریق سامانه پایش و غربالگری کووید ۱۹ دریافت کرده اند.» بهداشت و درمان صنعت نفت تهران ۱۵ تا ۱۶ هزار نفر از نیروهای رسمی را پوشش می دهد و با توجه به تقسیماتی که در سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت ایجاد شده است، مناطق البرز و قم نیز تحت پوشش تهران هستند.

**ناقلان خاموش**

بلوری در پایان خاطر نشان می کند: «از تمام همکاران تقاضا دارم تا همچنان این بیماری را جدی بگیرند و مسائل مربوط به بهداشت فردی و فاصله گذاری اجتماعی را رعایت کنند، زیرا برخی افراد ناقل خاموش هستند و ممکن است دیگران را درگیر کنند، بنابراین تا زمانی که هشدارها ادامه دارد، رعایت نکات بهداشتی الزامی است.»

**بعد از گذراندن دوران اوج شیوع کووید ۱۹، تصمیم گرفته شده تا به صورت پلکانی شرایط به حالت عادی باز گردد. از اول اردیبهشت ۱۳۹۸ کلینیک هایی که بیشتر تقاضا برای آنها بود با تعداد محدود و کمتر از حد مجاز باز شدند تا وضعیت کار بیمارستان به حالت عادی باز گردد**





# سقوط لوله به داخل کانال حفاری

صنعت نفت از صنایع پیچیده و با ریسک بالا است که بروز حوادث در این صنعت، می تواند خسارت های جانی و مالی جبران ناپذیری را به همراه داشته باشد. در طول تاریخ، حوادث زیادی در این صنعت رخ داده که پیامدهای فراوانی دربر داشته است؛ از این رو اهمیت درس آموزی از حوادث و سوانح در این صنایع برای شناسایی مناطق پرریسک چند برابر می شود. همانطور که می دانید، دانش به دست آمده در مورد علل حادثه، می تواند اجازه استقرار اقدام های پیشگیرانه و کاهش دهنده حوادث در محل را صادر کند، ضمن آنکه باز خورد ناشی از آن می تواند موجب بهبود رفتار ایمنی در افراد مستقر در فضای پالایشگاه شود. با بهره مندی از نکات درس آموزی از حوادث، می توان از نوع وقایع ناخواسته تشدید کننده و بازدارنده آن، عواقب احتمالی وقایع ناخواسته و... به اقدام های کنترلی که می تواند عواقب ناشی از حوادث را محدود کند، دست یافت. به دلیل اهمیت این موضوع، هفته نامه «مشعل» قصد دارد با چاپ برخی درس آموزی از حوادث صنعت نفت کشورمان و جهان، گامی در مسیر کاهش حوادث بردارد. در ادامه درس آموزی از حادثه «سقوط لوله ۸ اینچ ریسه شده به طول ۳۰۰ متر به داخل کانال حفاری» را می خوانید:

## شرح حادثه

به دنبال صدور مجوز، عملیات جوشکاری (ریسه کردن) روی لوله به طول ۳۰۰ متر صورت می گیرد. بعد از اتمام کار جوشکاری روی لوله ها؛ روز دوم، مجوز حفاری به منظور حفر کانال به طول ۳۰۰ متر صادر می شود. بعد از اتمام عملیات حفاری، صبح روز حادثه، کار رگلاژ روی کانال توسط دو نفر از کارگران صورت می گیرد تا کانال را برای خواباندن لوله در داخل کانال آماده کنند. صبح همان روز کار به دلیل نداشتن مجوز از سوی اداره راه متوقف می شود. به دنبال آن کار در ساعت حدود ۱۲ از طرف ناظر مقیم پروژه و پیمانکار تعطیل و بعد از دادن ناهار کارگران توسط پیمانکار به آنها اعلام می شود که کار تعطیل شده و می توانند محل کار را ترک کنند (بنا به اظهار پیمانکار) ولی متوفی در محل حضور داشته و محل را ترک نمی کند تا اینکه در ساعت حدود ۱۷ از افتادن لوله روی فرد با خبر می شوند که لوله روی او افتاده و وی به حالت خوابیده به صورت در داخل کانال قرار داشته است.

## تجربه و تحلیل حادثه

علت مستقیم: سقوط لوله ۸ اینچ ریسه شده به طول ۳۰۰ متر به داخل کانال حفاری علل غیر مستقیم: نزدیک بودن بیش از حد لوله های ریسه شده به لبه کانال نبود هیچ گونه مهار و مانعی به منظور جلوگیری از افتادن لوله در داخل کانال نبود هشدار دهنده به منظور آگاهی و جلوگیری از ورود افراد به محدوده حفر شده قرار دادن گونی های پر شده با کلوخ و خاک نامناسب در زیر لوله علل زمینهای: شروع به کار کردن قبل از دریافت مجوز و اعلام موافقت از طرف شرکت های مربوطه مراقبت نکردن از پروژه متوقف شده جهت ممانعت از ورود افراد آموزش ندادن به کارگران درباره خطرهای مرتبط با گودبرداری و لوله گذاری صادر نکردن کار برای فعالیت هایی که در داخل کانال حفاری صورت می گیرد، از جمله رگلاژ کردن کانال

## علل ریشه ای:

مواردی همچون عملکرد ضعیف دستگاه نظارت در خصوص مواردی از قبیل نبود مهار و هشدار دهنده، استفاده نکردن از بالشتک های مناسب، رعایت نکردن فاصله ایمن قرارگیری لوله های ریسه شده از لبه کانال، در ارزیابی ریسک پروژه مشاهده شده و به عنوان اقدام های کنترلی پیشنهاد شده است. رعایت نکردن دستور عمل ها و آیین نامه های مرتبط با حفاری و لوله گذاری از جمله استقرار مهار و مانع به منظور جلوگیری از افتادن لوله در داخل کانال، استقرار هشدار دهنده ها به منظور آگاهی و جلوگیری از ورود افراد به محدوده حفر شده و استفاده از بالشتک های مناسب در زیر لوله ها نیز از سوی نظارت کنندگان گزارش شده است. نقص در مدیریت پروژه و نبود هماهنگی، ارتباطات و اطلاع رسانی مناسب با شرکت های ذی ربط در خصوص دریافت مجوزهای مرتبط با کار حفاری و لوله گذاری، از دیگر نقاط ضعف این پروژه به شمار می رود، ضمن آنکه عملکرد ضعیف در خصوص سیستم مجوز کار به گونه ای که برای کارهای انجام گرفته در داخل کانال حفاری صادر نشده است.

## راهکارهای فنی و پیشنهادی برای جلوگیری از تکرار حادثه

- ۱- نظارت مستمر و دقیق ناظران و مسوولان پروژه به منظور اطمینان از انجام کارها به روش صحیح و ایمن
- ۲- نظارت دقیق بر حسن اجرای اقدامات کنترلی پیشنهادی ارزیابی ریسک های انجام شده از پروژه ها
- ۳- رعایت دستور عمل ها و آیین نامه های مرتبط با حفاری و لوله گذاری به ویژه استقرار مانع به منظور جلوگیری از افتادن در داخل کانال، استقرار هشدار دهنده ها به منظور آگاهی و جلوگیری از ورود افراد به محدوده حفر شده و قرار دادن بالشتک های مناسب در زیر لوله
- ۴- مدیریت مناسب پروژه به گونه ای که هماهنگی و ارتباطات مناسب با شرکت های ذی ربط در خصوص دریافت مجوزهای مرتبط با کار حفاری و لوله گذاری قبل از شروع پروژه ها برقرار شود.
- ۵- بهبود سیستم مجوز کار در خصوص عملیاتی حفاری و لوله گذاری؛ به گونه ای که علاوه بر صدور مجوز برای عملیات حفاری، برای سایر کارهای انجام شده در داخل کانال حفاری نیز مجوز صادر شود و از ورود نفرات بدون مجوز جلوگیری شود.
- ۶- آموزش کارکنان قبل از شروع به کار

## درس حادثه:

ارزیابی ریسک تنها زمانی می تواند مفید واقع شود که اقدامات کنترلی پیشنهادی آن به نحو احسن اجرا و پایش شوند.





# آمنعت نفت آمریکا در اغما

نویسنده اوایل پراپس در تحلیل خود

معتقداست،بخش عمده‌صنعت‌نفت

آمریکادر شرایط‌کنونی‌بازارهای

جهانی نفت خام، بازی را باخته است و از آنجا که صنعت نفت و پالایش اکنون‌نقش‌قابل‌ملاحظه‌ای در بخش اقتصاد و اشتغال آمریکا دارد، ایالات

متحد ه برای جلو گیری از فر و پاشی اقتصادی و سقوط صنعت نفت چاره‌ای جز ملی کردن این صنعت

ندارد.
قیمت‌های جهانی نفت خام باسقوط قابل توجهی روبه‌رو شده‌وذخیر‌سازی‌های‌نفت‌خام در حال تکمیل شدن است. تنها گزین

پیش‌رو برای بسیاری از تولیدکنندگان،

توقف‌فعالیت‌چاه‌های‌نفتی‌است.ادامه

این وضع به معنای کاهش در آمد برای شرکت‌های نفتی و به دنبال آن بدی‌های قابل توجه و سرانجام

ورشکستگی است.
یگی نونان، ستون‌نویس

روزنامه‌وال استریت ژورنال بنزگی در یادداشتی با عنوان «باز است: اندکی بخشش و تاحدودز یادی ادغام»نوشته‌است: «این‌وضع‌نوعی‌فاجعه‌اقتصادی

در سطح‌ملی‌به‌شمار می‌آیدکه تاکنون تجربه‌نشده‌ودر تاریخ‌نمی‌توان بزر گتر از آن را مشاهده کرد و نمایی سطحی از عمق فاجعه است.» شیوع وپروس جهانی

کووید-۱۹ تأثیر شگرفی بر شرایط داشته‌است، دوام این وضع و آثار منفی ناشی از آن، آینده‌امبهم‌تر می‌کند،به‌طوری‌که‌دیگر‌نمی‌توان‌شاهد‌وضع‌پیشین‌بود. بسیاری از مردم، سیاستگذاران و اقتصاددانان نمی‌توانند اوضاع پیش آمده برای

صنعت‌انرژی‌را تجزیه‌و تحلیل کنند،بنابر این‌از درک عمق تحولات‌وعواقب آثار منفی

این وپروس همه‌گیر برای صنایع انرژی عاجزند.انرژی،بخش جدانشدنی اقتصاداست‌ونفت خام،مهمترین‌وسازنده‌ترین‌نقش‌را‌در صنایع انرژی دنیا‌دار د.مصرف‌نفت‌خام‌آمریکاکنون به پایین‌ترین‌سطح‌خود‌از سال ۱۹۷۱ میلادی یعنی زمانی که تولیدنفت‌این‌کشور تنها حدود ۷۸ درصد‌رقم تولیددر سال ۲۰۱۹ بود،رسیده‌است. تداوم روند کنونی برای بازار نفت، شرایط اقتصادی را هم تحت‌فشار می‌گذارد. صنعت‌نفت‌و اقتصاد قدیمی، تحت تأثیر شیوع ویروس کرونا، هر دو دچار بحرانی بی‌سابقه شده‌اند. منابع انرژی که زیربنای اقتصاد است، شرایط متفاوتی خواهد داشت. تا حدود زیادی بعید به نظر می‌رسد که اوضاع تولید و قیمت‌های جهانی نفت خام به سطوح سال ۲۰۱۸ میلادی باز گر دد. با توجه به شرایط کنونی وارزان شدن سوخت‌های فسیلی تا حدود زیادی تلاش‌ها برای استفاده از انرژی‌های نو و تجدیدپذیر با هدف کاستن از آثار مخرب سوخت‌های فسیلی بر محیط‌زیست، کاهش می‌یابد.

**شرایط بسیار بد است**

میانگین تقاضا برای نفت خام در سال جاری میلادی ممکن است روزانه ۲۰ میلیون بشکه کمتر از مقدار سال ۲۰۱۹ میلادی باشد، این بر آور ددر واقع یک آزمایش فکری است؛ زیرا بر آورد واقعی مقدار عرضه و تقاضا در شرایط کنونی غیر ممکن است و این احتمال وجود دارد که نسبت به رقم کنونی کمتر شود یا فراتر رود. شرایط بسیار غیر قابل تصور و سرشار از نااطمینانی است؛ زیرا هیچ فردی نمی‌داند تا چه زمانی بحران کنونی در بازارهای جهانی نفت خام و شرایط اقتصادی متأثر از آن ادامه خواهد داشت و اینکه چه زمانی این اوضاع احیا می‌شود یا اینکه اصلا شرایط دوباره عادی می‌شود.

نخست‌بر این باورم که روند عرضه با سرعت بیشتری نسبت به دیگر منابع کاهش می‌یابد و دلیلیش این است که ظرفیت ذخیر‌سازی‌ها بزودی تکمیل می‌شود و تنها گزین

موجود برای تولیدکنندگان، کاهش تولید خواهد بود. دوم، با وجود بازگشایی

کسب‌وکارها و از سرگیری فعالیت‌های اقتصادی در سه ماهه دوم سال ۲۰۲۰

میلادی، بعید می‌دانم تقاضا برای نفت خام جهان تا سه ماه‌سوم امسال احیا شود؛ زیرا ما هم‌اکنون با بحرانی جهانی روبه‌رو هستیم. آمار بیکاری‌ها همچنان بالا خواهد بود و مصرف‌کنندگان به دلیل گذراندن ماه‌های قرنطینه‌و نبود در آمدزایی، آسیب‌می‌بینند، واقعبین‌ان‌است‌که‌من‌در باره بهبود شرایط تقاضاشک‌دارم. روند فعال شدن اقتصادهای دنیا کند خواهد بود و در مقایسه‌ای مفید

می‌توان گفت که به‌مثابه‌ماد

مکن است چراغ سبز شود؛ اما هنوز نمی‌توانید حرکت کنید و چراغ دوباره قرمز می‌شود و تازه پس از چند بار سبز و قرمز شدن سرانجام می‌توانید از چراغ رد شوید. مصرف‌نفت خام

آمریکانسیبت‌به‌رقم‌روزانه ۲۰ میلیون بشکه در ماه ژانویه‌سال جاری میلادی، حدود ۲۰ درصد کاهش یافته‌ودر ماه آوریل به ۱۴ میلیون

بشکه در روز رسیده است. ظرفیت بهره‌گیری از تولید پالایشگاه‌ها نسبت به سه ماهه نخست امسال ۲۵ درصد

کاهش یافته و بافت بیشتر مصرف‌باز هم شاهد کاهش بیشتری خواهیم بود و پالایشگاه‌ها رو به تعطیلی می‌روند. بیشتر پالایشگران آمریکایی برای تأمین خوراک خود، نیازمند انواع نفت خام سنگین و متوسط هستند که همه آنها وارداتی است. تعداد کمی از انواع نفت خام آمریکا قابلیت استفاده برای تولید گازوئیل

بدون اختلاط با انواع نفت خام وارداتی را دارند؛ زیرا آنها برای افزودن ترکیبات ارگانیک به‌منظور تولید گازوئیل بسیار سبک هستند و باظراحی پالایشگاه‌ها هم این شرایط را تغییر نمی‌دهد. استخراج، چرخه ارسال و توزیع منابع طبیعی جهان متکی به تولید گازوئیل است، در صورت کاهش تولید یا تعطیلی پالایشگاه‌ها و افت

تولید گازوئیل، روند استخراج منابع طبیعی کندتر می‌شود و این به معنای فعالیت‌های اقتصادی کمتر و کاهش خرید کالاست. فرایند تولید گازوئیل به‌گونه‌ای است که اگر نخست‌بترین تولید نشود، نمی‌توان این فرآورده را تولید کرد. ایالات متحده آمریکا از اواخر سال

۲۰۱۴ میلادی با مازاد عرضه‌بترین‌روبه‌رو بوده‌و این رقم هم‌اکنون به بالاترین سطح خود در پنج سال گذشته رسیده‌است. تقاضا برای گازوئیل، به‌دلیل نقش بسیار حیاتی آن در حمل و نقل جادام، قابلیت ارتجاعی کمتری نسبت به تقاضا برای بنزین دارد. اگر ظرفیت

ذخیر‌سازی‌های بنزین آمریکا پر شود، برای مازاد تولید بنزین این کشور چه اتفاقی رخ می‌دهد؛ افرادی که در کاهش نیاز به نفت، فرصتی برای افزایش استفاده از انرژی‌های تجدیدپذیر می‌بینند، باید تأملی دوباره کنند تولیدکنندگان صفحه‌های فتوولتائیک خورشیدی، توربین‌های بادی و ماشین‌های برقی در کل زنجیره عرضه خود، از استخراج تا کالای تمام شده، به خوراک

گازوئیل نیاز دارند. رکود در اقتصاد جهان، الگوی مصرف را به سمت ارزان‌ترین و سازنده‌ترین سوخت‌ها سوق می‌دهد. عرضه نفت خام برای مدتی طولانی ارزان و فراوان خواهد بود، از این رو تمایل کمتری برای سرمایه‌گذاری در صنایع انرژی‌های نو و استفاده از این منابع وجود خواهد داشت. تلاش در زمینه تغییرات آب‌وهوایی برای افرادی که دغدغه آنها زنده ماندن است، زیاد نخواهد بود. در نمونه‌ای دیگر، از یک آزمایش فکری شمار دکل‌های حفاری استخراج‌نفت‌شیل (Tight Oil) و تولید، برای بر آورد مقدار تولیدنفت خام آمریکا استفاده شده‌است. مسیر عادی بر آورد این است که تولیدنفت چگونه کاهش یابد، در حالی که شمار دکل‌های حفاری نفت، یکی پس از دیگری به دلیل فقدان سرمایه‌گذاری‌های در حال کاهش است. بر این اساس تولید نفت شیل ممکن است حدود ۵۰ درصد کاهش یابد و تا ژوئیه سال ۲۰۲۱ میلادی از رقم کنونی روزانه هفت میلیون بشکه کنونی به سه میلیون و ۵۰۰ هزار بشکه برسد. مسیر توقف تولید از احتمال رسیدن مقدار تولیدنفت شیل آمریکایه پایین‌تر از روزانه سه میلیون بشکه در ماه ژوئن امسال حکایت دارد. از آنجا که نفت شیل حدود ۵۵ درصد مجموع تولید نفت خام آمریکا را شامل می‌شود، پیش‌بینی آن است که مجموع تولید روزانه نفت خام و میعانات گازی ایالات متحده در نیمه نخست سال جاری میلادی از ۱۲ میلیون بشکه به پنج میلیون و ۵۰۰ هزار بشکه برسد. این بر آورد بسیار ناامیدکننده‌تر از پیش‌بینی‌های اداره اطلاعات انرژی آمریکا است؛ زیرا این اداره به‌طور کامل سرعت توقف تولید یا ذخیر‌سازی‌های تکمیل شده را در کنار هم لحاظ نکرده است.

**انرژی قلب اقتصاد است**

از آنجا که نفت خام، بخشی جدانشدنی از اقتصاد است، تولید ناخالص داخلی (جی‌دی‌پی) با مصرف‌نفت رابطه مستقیم دارد. جنبه‌های تولید و استفاده از کالاها و خدمات نیازمند مصرف سوخت‌های فسیلی است. برداشت یک بشکه نفت خام معادل حدود چهار سال و نیم کار سرمایه انسانی است (ارتباطات شخصی و بشکه نفت، نوشته‌ان‌جی‌هگز). هیچ یک از منابع دیگر انرژی تا این حد به چگالی انرژی نزدیک نمی‌شود. آن دسته که معتقدند، بانک جهانی همانند سوخت‌های فسیلی روی انرژی‌های تجدیدپذیر مانند باد و خورشید با چگالی انرژی کمتر تاکید دارد، باید در متن کتاب‌های فیزیک بازنگری کنند. شما نمی‌توانید چهار سال و نیم کار از انرژی‌های بادی و خورشیدی را با پنج میلیون و ۶۰۰ هزار فوت مکعب فضای بشکه‌های نفت برابر کنید. ۱۷ تحلیلگر سرمایه‌گذاری بنزانی بر آورد کرده‌اند که تولید ناخالص داخلی آمریکا در سال ۲۰۲۰ به‌طور میانگین ۳۰ تا ۳۵ درصد کاهش می‌یابد و در محدوده ۹ تا ۵۰ درصد در نوسان خواهد بود. بر پایه بر آورد‌ها در پاره‌افت مصرف نفت خام آمریکا، تولید ناخالص داخلی ۲۰ تا ۲۵ درصد کاهش می‌یابد. هر رقمی در این بازه فاجعه‌بار است. لارنس سامرز، اقتصاددان، هشدار داد که سیستم مالی ایالات متحده آمریکا ممکن است به‌دلیل ریزش‌های آبشاری پیش‌فرض با سقوط روبه‌رو شود. حدود ۲۵ درصد مستأجران آمریکایی، کرایه‌های خود را پرداخت نکرده‌اند و در ماه آوریل ۲۳ درصد آمریکایی‌ها قادر به بازپرداخت ماهانه وام‌های خود نبودند. زمانی که مردم نمی‌توانند طلب‌های خود را پرداخت کنند، به همین شکل و زنجیر دوار طلب‌ها پرداخت نمی‌شود. جوزف استیگلتز بنزانی اعلام کرده است که آثار منفی شیوع ویروس کرونا بر کشورهای در حال توسعه، بیشتر از کشورهای توسعه یافته خواهد بود و این موضوع احتمال دارد به مهاجرت‌های گسترده منجر شود و جابه‌جایی‌های ۶ سال گذشته از آفریقا و خاورمیانه را جبران کند.

**آینده مبهم صنعت نفت**

ممکن است شمار زیادی از افراد، تحلیل‌های من‌را بسیار بدبینانه بدانند؛ اما ثبت قیمت‌های منفی نفت خام شاخص دلبیوتی‌آی برای تحویل در ماه مه نمی‌تواند سیگنالی قوی‌تر از ناامیدی و توقف تولید برای تولیدکنندگان به ارمغان بیاورد. بخش بزرگی از صنعت نفت آمریکا باید پیش از پایان سال جاری میلادی، ملی اعلام شود. حتی در صورت ظرفیت کافی برای ذخیر‌سازی نفت، قیمت‌های جهانی نفت خام، کف‌اف هزین‌های استخراج رانمی‌دهد. ارزش یک بشکه نفت خام معادل چهار سال و نیم کار یک نیروی

کار است. برای جلوگیری از فروپاشی اقتصادی و احیای شرایط کنونی در آمریکا، این کار ضرورت دارد. ایالات متحده آمریکا از زمان آغاز تولیدنفت شیل در یک دهه گذشته، سیاست تخلیه تمام منابع نفت آمریکا را در پیش گرفته‌است، تا جایی که نفت تولید داخل، جایگزین نفت سبک‌وارداتی شد؛

اماصدارت بیشتر معنایی نداشت. به‌ندرت پیش می‌آید که ما بگوئیم الان شرایط کاملاً متفاوت است؛ اما اکنون یکی از همان لحظه‌هاست، ما نمی‌دانیم چه فاجعه‌ای در انتظار است و چه ایهام بزرگی پیش‌روست. بازی برای نفت آمریکا به پایان رسیده، او باید تلاش خود را روی نجات اقتصاد متعزکز کنیم. امیدوارم از آنچه در حال رخ دادن است، درس‌و آ از آن به‌عنوان فرصتی برای آسان‌سازی بهره‌گیری و بیم‌وزیم که هر کس باید به شرایط فعلی خود راضی باشد؛ زیرا بعید است که حق انتخاب زیادی برای ما وجود داشته باشد.

نویسنده: آ تور برمن، زمین‌شناس نفتی، کارشناس صنعت نفت شیل و مشاور شرکت‌های اکتشاف و تولید و سرمایه‌گذاری در حوزه انرژی

منبع: اوایل پراپس مترجم: امیردشتی

الگوی نرم‌افزاری مقابله باویروس کرونا(کووید-۱۹)و تأثیر آن بر پایداری عملیات وتولید شرکت ملی نفت ایران درنشدنی باحضور معاون مدیر عامل درامور تولید شرکت ملی نفت ایران،بررسی و ارزیابی شد.در این نشست فرخ علیخانی با تائید بر رسالت شرکت ملی نفت ایران برای حفظ سلامت نیروی انسانی و تولید ایمن و پایدار انرژی گفت: این الگو برای مقابله باویروس کرونادر ۴ سطح، پیشگیری، آمادگی، مقابله و بازسازی ازسوی کمیته مدیریت شرایط اضطراری سطح ۳ شرکت ملی نفت از اوایل اسفندماه پار سال تدوین وبرای بررسی و تکمیل آن تاکنون ۲۰ نشست برگزار شده است. وی با اشاره به تازه‌ترین نسخه این الگو (نسخه بیست‌وچهارم) ونظر سنجی تخصصی درباره آن از پزشکان ومتخصصان شرکت ملی نفت ایران، همچنین تکامل روز به روز این الگوی نظام مند از تأیید آن در سطح کلان ازسوی عضو هیات علمی انستیتوپاستور خبر دادو افزود: شرکت ملی نفت ایران این الگو را در سه بخش صنعت نفت(کادر در مانی، کارمندان ستادی و کارکنان عملیاتی) به اجرا گذاشته است. جانشین رئیس کمیته مدیریت شرایط اضطراری سطح ۳ شرکت ملی نفت علیخانی از الگوی

نرم‌افزاری مقابله با ویروس کرونا به‌عنوان الگویی پویا و همواره قابل تکمیل و اصلاح یاد کرد. وی با اشاره به ارائه نسخه بیست‌وپنجم الگوی نرم‌افزاری مقابله با کووید-۱۹ اظهار کرد: با به اجرا گذاشتن این الگو در سطح شرکت ملی نفت ایران به همت سازمان بهداشت و درمان صنعت نفت، صورت‌جلسه‌ای برای لزوم به‌کارگیری آن در دیگر بخش‌های صنعت نفت تهیه‌شده‌است.علیخانی تصریح کرد: براساس نشست‌های متعدد باسازمان پدافند غیرعامل کشور وبر پایه خواسته این سازمان مبنی بر ارائه نسخه فارسی الگوی نرم‌افزاری مقابله با کرونا، قرار است ازاین الگو در دیگر سازمان‌ها نیز استفاده شود.وی با بیان این که تا امروز الگوی رسمی اینفوگرافیک برای مقابله با ویروس کرونا یا تمرکز بر مرحله پیشگیری در داخل کشور طراحی نشده است، افزود: الگوهای موجود تنها بر حوزه‌های تشخیص بیماری و درمان تأکید دارند،در حالی که موضوع پیشگیری درباره چنین بیماری‌هایی به مراتب اهمیت بیشتری دارد.

**الگوی نفت قابلیت اجرا دارد**

در ادامه، احسان مصطفوی، عضو هیات علمی انستیتو پاستور ایران و عضو

- پتروشیمی لردگان

## ثبت ۲۶ میلیون نفر — ساعت کار کرد بدون حادثه



پتروشیمی لردگان با بیان این که التزام همگلی به قواعد ومقررات بهداشت،ایمنی ومحیط زیست، دقت ومسئولیت‌پذیری کارکنان از مهم‌ترین عوامل در بهبود شاخص‌های ای‌چ‌اس‌ای و ثبت رکورد ساعت کار بدون حادثه در این مجموعه است،

تصریح کرد: این شرکت در راه‌اندازی این مجتمع در چارچوب یک نظام مدیریت ای‌چ‌اس‌ای بارویکردی پیشگیرانه به پایش و ارزیابی عملکرد عناصر مختلف سیستمی پرداخته و با اجرای کارآمد و اثربخش آن همراه با بازخورد برای بهبود مستمر در راستای نیل به اهداف کلان مجموعه در حرکت است. محمودی اظهار کرد: «ایمنی همراه با کار» کلیدواژه‌ای است که در قالب آن می‌توان نیازهای فزاینده در صنعت برای افزایش بهره‌وری، صیانت از نیروی انسانی، حفاظت از محیط زیست به روش صحیح و مناسب و حفاظت از سرمایه‌ها و اعتبار سازمان را محقق ساخت.»



مدیر تعمیرات شرکت ملی مناطق نفت‌خیز جنوب از انجام تعمیرات اساسی ۱۶۱ تجهیز ومخزن در واحدهای بهره‌برداری ونمکز دایی، هشت کارخانه گاز وگازمایع (NGL) و ۱۲ مجموعه صنعتی تقویت فشار گاز در این شرکت در سال گذشته خبر داد. مراد کمالی

با اشاره به انجام این تعمیرات بدون حادثه و در شرایط سخت ناشی از تحریم گفت: درباره زمانی یادشده ۸۳درصد دستور کارهای تعمیرات اساسی واگذار شده، عملیاتی شدو ۱۷درصدملقی نیز که به‌دلیل شرایط کاری ناشی از شیوع کرونا به سال جدید منتقل شده بود، هم‌اکنون به پایان رسیده یا در دست اجراست. وی افزود: در بخش تأسیسات فرآورشی، تعمیرات اساسی ۱ واحد فرآورشی نزدیک دومه زودتر از زمان پیش‌بینی شده به پایان رسید، همچنین دو کارخانه NGL درباره زمانی کمتر از ۲۰ روز تعمیر و تحویل شد که حد نصاب زمانی

کمیته کشوری اپیدمیولوژی کووید-۱۹ گفت: مزیت مدل طراحی شده از سوی شرکت ملی نفت ایران برای مقابله با کووید-۱۹، حالت شمانیک و قابل رؤیت بودن آن است. وی افزود: در صورت به اشتراک گذاشتن الگو با دیگر سازمان‌ها وبازتاب دیدگاه‌های آنها در جهت ارتقای سطح کیفی این مدل، از آن می‌توان به‌عنوان مدلی موفق در کشور یاد کرد. مصطفوی تأکید کرد: مدل طراحی شده از سوی کمیته شرایط اضطراری شرکت ملی نفت ایران، همه وجوه را(از پیشگیری تادرمان) در برمی‌گیرد و از شمول قابل قبولی برخوردار است.عضوهیات علمی انستیتوپاستور ایران وعضو کمیته کشوری اپیدمیولوژی کووید-۱۹ عملکرد شرکت ملی نفت ایران را در مقابله با کووید-۱۹ مناسب ارزیابی کرد و گفت: لازم است به‌طور ویژه، امکاناتی فراهم شود تا بتوان ظرفیت است.عضوهیات علمی انستیتوپاستور ایران وعضو کمیته کشوری اپیدمیولوژی کووید-۱۹ عملکرد شرکت ملی نفت ایران را در مقابله با کووید-۱۹ مناسب ارزیابی کرد و گفت: لازم است به‌طور ویژه، امکاناتی فراهم شود تا بتوان ظرفیت آزمایش کووید-۱۹ در سطح این شرکت افزایش داد. مصطفوی با «پویدید» خولندن کرونا در جهان گفت: بنابر الگوسازی‌های انجام‌شده پیش‌بینی می‌شود درباره زمانی یک تایک ونیم ماه، شیوع ویروس کووید ۱۹ به روند نزولی خود ادامه دهد و تا اواخر بهار بتوان به شرایط مهار بیماری رسید.



با تلاش متخصصان شرکت پتروشیمی پردیس، این شرکت در نخستین دوره حضور خود در جایزه ملی مدیریت انرژی با کسب بالاترین امتیاز، موفق به دریافت دو تندیس نقره‌ای دو ستاره شد. شرکت پتروشیمی پردیس در اولین دوره حضور خود در پنجمین دوره جایزه ملی مدیریت انرژی

- وزارت نفت

### انتصاب مدیر عامل شرکت بهینه‌سازی مصرف سوخت



وزیر نفت در حکمی علی‌مبنی دهکردی را به عنوان مدیر عامل جدید شرکت بهینه‌سازی مصرف سوخت منصوب کرد. در حکم بیژن زنگنه، وزیر نفت آمده است: «با توجه به اهمیت موضوع درحکم دیگری محسن دلاویز



رابطه‌عنوان مشاور وزیر منصوب کرد. در حکم بیژن زنگنه به دلاویز آمده است: «با توجه به استغای جنابعالی از مسؤولیت مدیر عاملی شرکت بهینه‌سازی مصرف سوخت، ضمن موافقت با این استعفا از زحمت آن جناب در دوران تصدی این مسؤولیت تقدیر وتشکر کرده و با توجه به صلاحیت‌ها وتجارب جنابعالی بدینوسیله به‌عنوان مشاور وزیر منصوب می‌شوید. توفیق روزافزون شما را از خداوند متعال مسئلت‌می‌کنم.»

رئیس روابط عمومی شرکت ملی پخش فراوردههای نفتی منطقه اصفهان گفت: هم‌زمان با شیوع ویروس کرونا و کاهش حجم فعالیت تانکرها، یک شرکت حمل‌ونقل در اقدامی خداینسازانه برای کمک به صنف زحمتکش حمل‌ونقل فراورده، اجاره تانکرهای خود را در فروردین ماه ۵۰ درصد کاهش داد.

، بهمن علیپور با اشاره به همکاری حدود ۱۸ شرکت حمل‌نقل فراورده با شرکت ملی پخش فراورده‌های نفتی منطقه اصفهان اظهار کرد: این میزان تخفیف معادل یک میلیارد و ۵۷۲ میلیون ریال (یکصد و پنجاه و هفت میلیون و سیصد هزار تومان) بوده است.

هم‌زمان با شیوع ویروس کرونا به کشور از اسفندماه پارسال، همه حوز‌های اقتصادی کشور تحت تأثیر از گاز تا پایان سال جاری از ۷۵ درصدی کنونی به ۸۲ درصد ارتقا می‌یابد.

جامعه کاهش یافت.

مستعل مسئلت‌می‌کنم.»

- شرکت گاز استان تهران

### قرائت کنتورهای گاز از سر گرفته شد

عملیات کنتورخوانی در شرکت گاز استان تهران، براساس تصمیم شرکت ملی گاز ایران از سر گرفته‌شد.احمدداری، مدیرعامل شرکت گاز استان تهران، گفت: با توجه به تصمیم‌گیری‌های شرکت ملی گاز ایران، عملیات کنتورخوانی با رعایت کامل پروتکل‌های بهداشتی و ایمنی فردی توسط کنتورخوان‌ها در استان تهران دوباره آغاز شد. وی ادامه داد: کنتورخوانی یکی از مهم‌ترین وظایف شرکت ملی گاز است؛ به همین دلیل از مأموران کنتورخوان خواسته شده است با رعایت کامل نکات بهداشتی عملیات کنتورخوانی را آغاز کنند. سیستم‌مدیریت انرژی ومعیارهای مصرف‌بهینه انرژی و لزوم فرهنگ‌سازی در این زمینه از سوی سازمان مدیریت صنعتی بر گزار می‌شود.

پایده‌سازی سیستم مدیریت انرژی ایزو ۵۰۰۱ برای کلیه فرایندهای تولید و کاهش چشمگیر مصرف انرژی در سه فاز تولیدی اوره و آمونیاک پتروشیمی پردیس، از جمله شاخصه‌هایی بود که

مورد توجه داوران این رویداد قرار گرفت. این شرکت در نخستین دوره حضور خود در جایزه ملی مدیریت انرژی با کسب بالاترین امتیاز، موفق به دریافت دو تندیس نقره‌ای دو ستاره شد. شرکت پتروشیمی پردیس در اولین دوره حضور خود در پنجمین دوره جایزه ملی مدیریت انرژی ایزو ۵۰۰۱ موفق به دریافت دو تندیس نقره‌ای دو ستاره شد. شرکت پتروشیمی پردیس در اولین دوره حضور خود در پنجمین دوره جایزه ملی مدیریت انرژی ایزو ۵۰۰۱ موفق به دریافت دو تندیس نقره‌ای دو ستاره شد. شرکت پتروشیمی پردیس در اولین دوره حضور خود در پنجمین دوره جایزه ملی مدیریت انرژی ایزو ۵۰۰۱ موفق به دریافت دو تندیس نقره‌ای دو ستاره شد. شرکت پتروشیمی پردیس در اولین دوره حضور خود در پنجمین دوره جایزه ملی مدیریت انرژی ایزو ۵۰۰۱ موفق به دریافت دو تندیس نقره‌ای دو ستاره شد. شرکت پتروشیمی پردیس در اولین دوره حضور خود در پنجمین دوره جایزه ملی مدیریت انرژی ایزو ۵۰۰۱ موفق به دریافت دو تندیس نقره‌ای دو ستاره شد.

## • شرکت گاز استان کرمان اجرای بیش از ۲ هزار کیلومتر خطوط انتقال گاز

مدیرعامل شرکت گاز استان کرمان از اجرای دو هزار و ۲۷۵ کیلومتر خطوط انتقال، تغذیه و شبکه توزیع در سال گذشته خبر داد. منوچهر فالاح گفت: این شرکت با اجرای این مقدر خط انتقال، تغذیه و شبکه توزیع موفق به کسب رتبه دوم کشوری شده است. وی با بیان این که این رکورد از زمان تأسیس این شرکت تاکنون بی‌سابقه بوده است، گفت: موضوع محرومیت و محرومیت‌زدایی از نواحی شهری و روستایی به‌عنوان مقدمه دست‌یابی به توسعه پایدار، از مسائل مهم و مطرح در استان کرمان و کشور است.

فلاح با بیان این که گازسانی بی‌سابقه به ۴۶۷ واحد صنعتی در سال گذشته موجب ۵۱ میلیون لیتر صرفه‌جویی در سوخت مایع و کاهش ۴۰ درصدی کل سهمیه سوخت مایع در استان کرمان شده است، این مهم را گامی در جهت جلوگیری ریشه‌ای قاچاق سوخت عنوان کرد. مدیرعامل شرکت گاز استان کرمان شمار شهرهای بهره‌مند از گاز طبیعی در این استان را ۵۶ و روستاها ز برپوشش گاز را هزار و ۲۸۱ مورد اعلام و اظهار کرد: با اقدام‌های زیربنایی و برنامه‌ریزی‌های در دست اجرا، طرحی و روستای ۴۷ و روستای واجد شرایط باقیمانده استان شد. دست‌انجام‌طراحی و انتخاب پیمانکار است.

فلاح اظهار کرد: هم‌اکنون گازسانی به ۱۵ شهر باقیمانده نیز در دست

اجرا و طراحی است. وی گازسانی به ۱۰ شهر و ۱۴۸ روستای استان کرمان را از برنامه‌های امسال این شرکت اعلام و اظهار کرد: بنابر فرمایش رهبر انقلاب و نام‌گذاری امسال به نام «جهش تولید»، درصد خانوارهای بهره‌مند از گاز تا پایان سال جاری از ۷۵ درصدی کنونی به ۸۲ درصد ارتقا می‌یابد.

مجرى پروژه احداث مخازن ذخيره‌سازى نفت خام در طرح ملى انتقال نفت خام گوره – جاسک گفت:بیش از ۹۰درصد کالاهای مورد نیاز این پروژه از داخل کشور تامین می‌شود. عبدالله احمدی گفت: تاکنون نزدیک به ۵۰درصد کالاها و تجهیزات مورد نیاز این پروژه سفارش گذاری شده و مابقی نیز تا دو ماه آینده تعیین تکلیف خواهد شد،همچنین طراحی و اجرای این پروژه ۱۰۰ درصد در داخل کشور انجام می‌شود.

به گفته احمدی، بر اساس برنامه زمانبندی دو میلیون بشکه‌از این مخازن تا پایان سال ۱۳۹۹ و مابقی نیز تا آبان سال ۱۴۰۰ بهره‌برداری می‌شود. وی افزود: افزون بر احداث مخازن ذخیره‌سازی نفت،احداث نیروگاه برقی به ظرفیت ۱۴ مگاوات تا پایان امسال و کارخانه آب شیرین کن به ظرفیت ۵۵۰مترمکعب در روز تا انتهای پروژه به بهره‌برداری خواهد رسید. احمدی گفت:هم‌اکنون نزدیک به ۶۰۰نفر درمحل اجرای پروژه

- پخش فرآورده‌های نفتی منطقه خراسان رضوی

## عملیات ضدعفونی در جایگاه‌های عرضه سوخت



مدیر شرکت ملی پخش فرآورده‌های نفتی منطقه خراسان رضوی گفت: برای مقابله با ویروس کرونا، عملیات ضد عفونی جایگاه‌های عرضه سوخت با دو دستگاه خودرو وانت و چند دستگاه موتورسیکلت انجام شد علی اصغر

اصغری در نشست باحضور جانشین فرمانده سپاه استان در بسیج اقشار و متخصصان، جانشین سازمان بسیج ادار مهاو کارمندان استان، همچنین فرمانده حوزه شهید عباسپور، با ارائه گزارشی از فعالیت منطقه و پایگاه مقاومت بسیج در یک سال گذشته افزود: هم‌ زمان با شیوع ویروس کرونا، این شرکت نیز تاکنون پنج‌هزار بطری یک‌ونیم‌لیتری محلول ضدعفونی دست و سطوح همچنین ۲۰۵ بسته مواد غذایی از محل کمک‌های همکاران و بسیجیان منطقه را امیان نیازمندان حاشیه شهر و روستاهای مشهد توزیع کرده است. حمید کرد

نوروزیان، فرمانده بسیج منطقه خراسان رضوی نیز در تشریح عملکرد بسیج گفت:از زمان اعلام شیوع ویروس کرونا، بیش از ۷۰۰مجرای عرضه سوخت توسط همکاران بسیجی پایش و نکات لازم به کارکنان جایگاه‌هامبینی بر

استفاده از ماسک، دستکش و نحوه ضدعفونی کردن جایگاه‌ها، نصب بنر و رعایت نکات بهداشتی در زمان سوخت رسانی توسط اپراتورها، یادآوری شده‌است.محمدحسن عفت‌پناه،جانشین فرمانده سپاه استان خراسان رضوی نیز با تقدیر از پایگاه مقاومت بسیج شرکت ملی پخش فرآورده‌های نفتی منطقه خراسان رضوی در کسب رتبه نخست بسیج ادارات، لوح تقدیری به مدیر شرکت ملی پخش فرآورده‌های نفتی منطقه خراسان رضوی و فرمانده پایگاه مقاومت بسیج خراسان رضوی اهدا

- شرکت مهندسی و توسعه نفت

# تأمین ۹۰ درصدی کالاهای پروژه جاسک از داخل



مشغول به کار هستند که تا دو ماه آتی این میزان به بیش از دو نفر افزایش خواهد یافت. به گفته وی، در این پروژه برای بیش از پنج‌هزار نفر به‌صورت غیرمستقیم اشتغال‌زایی خواهد شد.

### راهداندازی زود هنگام تفکیک گر سیار

**در یاران جنوبی**

تفکیک‌گرسیار (MOS) در طرح توسعه میدان نفتی یاران جنوبی به زودی راهاندازی می‌شود و ظرفیت تولید نفت این

- پخش فرآورده‌های نفتی منطقه میاندوآب

## توزیع بیش از ۸میلیون لیتر سوخت در بخش کشاورزی



مدیر شرکت ملی پخش فرآورده‌های نفتی منطقه میاندوآب از توزیع بیش از هشت میلیون لیتر نفت گاز در میان بهره‌برداران بخش کشاورزی جنوب استان آذربایجان غربی خبر داد.

سیدجواد فیض‌حسینی گفت: این میزان سوخت با توجه به شرایط ویژه جغرافیایی آب وهوایی منطقه میاندوآب و آغاز فعالیت بخش کشاورزی، سهمیه سوخت ادوات بخش کشاورزی براساس سطح زمین زیر کشت و تعدادادوات کشاورزی از طریق فروشندگی‌های مجاز توزیع شده است. وی افزود: فعالان ومنتقاضیان سوخت بخش کشاورزی می‌توانند با مراجعه به سامانه نیو تجارت آسان و تکمیل اطلاعات، درخواست برای تحویل سهمیه اختصاصی را ثبت واقعی کنند. مدیر شرکت ملی پخش فرآورده‌های نفتی منطقه میاندوآب همچنین با اشاره به فعالیت بیش از دو هزار و ۵۰۰دستگاه تراکتور و بیش از سه

- شرکت بهره‌برداری نفت و گاز زاگرس جنوبی

## برگزاری ۲مانور برای مقابله با کرونا

منطقه عملیاتی پارسین شرکت بهره‌برداری نفت و گاز زاگرس جنوبی دو، مانور واکنش سریع برای مقابله با کرونا بر گزار کرد و با حضور در آزمایش «هواسات، همدلی و کمک مؤمنانه»، به یاری نیازمندان وخانواده‌های آسیب‌دیده از بحران کروناشتافت.باهدف افزایش آمادگی برای مقابله با شیوع ویروس کرونا و اقدام به موقع در برابر این بیماری، دو مانور واکنش سریع در منطقه عملیاتی پارسین بر گزار شد. محمد نجفی رئیس منطقه عملیاتی پارسین گفت:به‌منظور سنجش آمادگی کارکنان و هماهنگی واحدها در شرایط اضطراری مقابله با کرونا،مانور مقابله با ویروس کروناطبق استانداردهای بهداشتی و در شرایط کاملا ایمن در دو ناحیه گازی ایثار و تلیناک برگزار شد.نجفی ادامه داد:منطقه عملیاتی پارسین شرکت بهره برداری نفت و گاز زاگرس جنوبی در آستانه ماه مبارک رمضان نیز با حضور در آزمایش هواسات، همدلی و کمک مؤمنانه، به یاری نیازمندان و خانواده‌های آسیب‌دیده از بحران کرونا در شهرستان لامرد رفت.وی با اشاره به اهمیت عمل به مسؤولیت اجتماعی و حمایت از اقشار آسیب‌پذیر جامعه گفت: با تلاش کارکنان

- خطوط لوله و مخابرات نفت منطقه شمال شرق کمک به خانوار های همجوار خطوط لوله



بی سرپرست، مرکز نگهداری بیماران اعصاب، مرکز خبریه آبشار علفچه‌هاو- تحویل شد.

فرمانده پایگاه مقاومت بسیج شرکت خطوط لوله و مخابرات نفت منطقه شمال شرق گفت: بسیجیان این منطقه حدود ۲۵۰میلیون ریال به خانواده‌های آسیب‌دیده از کرونا وکم‌بر خوردار همجوار خطوط لوله کمک کردند . سید مصطفی سیدرضایی اظهار کرد: به همت بسیجیان منطقه شمال شرق مبلغی حدود ۱۱۰ میلیون ریال نیز برای کمک به محله‌های کم‌بر خوردار و آسیب‌دیده از کرونا جمع‌آوری شد.وی گفت: پس از شناسایی محله‌های آسیب‌دیده از کرونا وکم‌بر خوردار حریم خط لوله توسط پایگاه مقاومت بسیج انصار منطقه شمال شرق، بسته‌هایی شامل موادبهداشتی وضدعفونی‌کننده تهیه و بین وبه امداد محله‌های این مناطق تحویل شد. فرمانده پایگاه مقاومت بسیج انصار خطوط لوله و مخابرات نفت منطقه شمال شرق اظهار کرد:بخشی از کمک‌ها به مرکز نگهداری کودکان و دختران انجام داده است.

این منطقه بسته‌های معیشتی به ارزش دو میلیون و ۵۰۰هزار ریال شامل اقلام غذایی نظیر برنج، مرغ،ماکارونی،سویا،حبوبات،روغن،رب، گوجه فرنگی و شکر مبرج، ۶۵ خانوار نیازمند شهرستان لامرد توزیع شد. نجفی با بیان این که این اقدام نوع‌دوستانه با همکاری منطقه عملیاتی پارسین، همیاری مسؤولان وناحیه مقاومت بسیج سپاه شهرستان لامرد انجام شده است، اظهار کرد: منطقه عملیاتی پارسین در جهت عمل به مسؤولیت اجتماعی، پیش از این نیز در قالب گروه‌های جهادی، در ضد عفونی و گندزدایی معابر شهری وروستایی، همچنین مسدودسازی و کنترل ورودی جاده‌های میدان‌های گازی و حضور در ایستگاه‌های پایش سلامت در ورودی شهرها، در طرح فاصله‌گذاری اجتماعی شهرستان‌های لامرد، مهر و خنج مشارکت داشته‌است.منطقه عملیاتی پارسین شامل چهارمیدان فعال عملیاتی تلیناک،هما،شاول و وروی است که در جنوب استان فارس ودرجوارت شهرستان‌های لامرد، مهر، خنج وپارسین قرار دارد وخوراک مورد نیاز پالایشگاه گاز پارسین را تأمین می‌کند.

- خطوط لوله و مخابرات نفت منطقه مرکزی

## انتقال ۱۲ محموله نفتابه پتروشیمی شازند



رئیس مرکز انتقال نفت شازند شرکت خطوط لوله و مخابرات نفت منطقه مرکزی گفت:سال گذشته با استفاده از بستر خطوط لوله انتقال مواد نفتی واز طریق مرکز انتقال نفت شازند، ۱۲ محموله نفتابه مخازن پتروشیمی شازند تحویل شد.محمدسلیمی پناه مقدر محموله تحویلی به پتروشیمی شازند را ۱۱۰ میلیون لیتر اعلام کرد.

وی افزود: بار سال این مقدار نفتا به وسیله خط لوله، از تردد ۲۵۰۰ دستگاه تانکر با ظرفیت حمل ۲۹ هزار لیتر در جاده‌های جنوب به شمال کشور جلوگیری شده است.

رئیس مرکز انتقال نفت شازند شرکت خطوط لوله و مخابرات نفت منطقه مرکزی تأکید کرد:انتقال نفتا از خطوط لوله منطقه مرکزی از پنج سال گذشته در دستور کار قرار گرفته است و با توجه به برنامه‌ریزی‌های انجام شده با جدید ادامه می‌یابد. سلیمی پناه تصریح کرد:انتقال ایمن این حجم نفتا از جنوب کشور (پالایشگاه بندرعباس) به شازند، ضمن کاهش تردد نفتکش‌ها و جلوگیری از مخاطره‌های احتمالی جاده‌ای، نقش مؤثری در کاهش آلاینده‌های زیست محیطی ایفا کرده‌است.

- منطقه ۶ عملیات انتقال گاز

## نخستین پیگرانی هوشمند خط لوله هفتم سراسری



سختستین پیگرانی هوشمند خط لوله هفتم سراسری به طول ۳۳۱ کیلومتر با تلاش کارکنان منطقه ۶ عملیات انتقال گاز، با رعایت موارد ایمنی و بهداشتی و فاصله‌گذاری اجتماعی به پایان رسید.علیرضا عربلو گفت: برای بررسی سلامت خط لوله هفتم سراسری و مشخص کردن عیوب خط، پیگرانی هوشمند بر اساس برنامه‌ریزی انجام شده از اواخر سال گذشته، آغاز شد و بعد از حدود یک ماه، فروردین‌ماه امسال با موفقیت پایان یافت. وی با بیان این که این عملیات شامل پنج مرحله پیگرانی بوده که در هر مرحله برخی موارد مربوط به وضع خط لوله مشخص می‌شود، افزود: پس از بررسی نتایج پیگ هوشمند، برنامه‌های تعمیرات اساسی و اضطراری برای به حداقل رساندن آسیب‌ها و انتقال پاک، ایمن، پایدار و به‌رهور گاز طبیعی به مصارف خانگی و صنعتی، تعریف و اجرا خواهد شد. سرپرست منطقه ۶ عملیات انتقال گاز اظهار کرد: در شرایطی که ویروس کرونا در کشور شیوع یافته و مخاطرات و مشکلاتی را به‌وجود آورده است، کارکنان واحدهای عملیاتی این منطقه ضمن رعایت موارد ایمنی و بهداشتی و فاصله‌گذاری اجتماعی با تکیه بر همدت و تلاش و ایثار و از خودگذشتگی، در جهت خدمت‌رسانی به مردم، طبق برنامه‌ریزی انجام‌شده این عملیات را با موفقیت به پایان رساندند.عربلوزحمت کارکنان واحدهای مرکز بهره‌برداری خطوط لوله سرخون، امور بازرسی فنی، دیسپچینگ، شیرهای خودکار، امور ایس‌ای و پدافند غیرعملی، خدمات اجتماعی و رفاهی تقدیر کرد. حدود ۸۰۰ کیلومتر از خط لوله هفتم سراسری در محدوده منطقه ۶ عملیات انتقال گاز قرار دارد که از عسلویه آغاز می‌شود و تا استان سیستان و بلوچستان ادامه دارد. در این محدوده، امسال برای دومین بار عملیات پیگرانی انجام شده است.

## شرکت گاز استان خوزستان شتاب‌بخشی به اجرای طرح‌های گازرسانی روستایی

مدیرعامل شرکت گاز استان خوزستان از شتاب‌بخشی به طرح‌های گازرسانی در مناطق روستایی این استان خبر داد. عبدالله ابول‌بور گفت: با توجه به درخواست‌های مکرر اهالی روستاهای فاقد گاز در استان خوزستان، قصد داریم گازرسانی به مناطق روستایی را با شتاب بیشتری انجام دهیم. وی با اشاره به تلاش این شرکت در جهت تحقق شعار «جهش تولید»، افزود: پار سال طراحی گازرسانی به ۴۳۰ روستا انجام شده که در صورت دریافت مجوزهای لازم و تخصیص بودجه، به مرحله اجرا می‌رسند. مدیرعامل شرکت گاز استان خوزستان تصریح کرد: هم‌اکنون طرح‌های گازرسانی به ۲۲۶ روستای استان در مرحله اجرا قرار دارد و امیدواریم در آینده نزدیک شاهد بر خوردرای روستاییان از نعمت گاز طبیعی باشیم. ابول‌بور گفت: سال گذشته با پایان یافتن عملیات اجرایی گازرسانی به ۱۶۱ روستا، هزار و ۹۸۱ روستا به شبکه گاز سراسری متصل شدند و انتظار می‌رود تا پایان امسال نیز تعداد قابل توجهی از مناطق روستایی از گاز طبیعی بهره‌مند شوند.



کسانی که اموال بی‌ایمان را به ستم می‌خورند (در حقیقت تنها آتش می‌خورند و این بیانگر نقش غذای حرام و که به روح و روان و ایمان فرد خسارت می‌زند. امام حسین(ع) با اشاره به یکی از علل رفتار پست و ناهنجار کوفیان در کربلا می‌فرماید: قد ملئت بطونکم من الحرام؛ شکم‌های شما از حرام پر شده است. امام رضا(ع) فرمود: بدان که نیرو و توان و روح و روان، تابع مزاج بدن‌هاست. توضیح روایت آنکه مراد از نفوس، روح انسان است که چون مرغی اسیر قفس تن اوست. به هر اندازه که مزاج و جسم او سالم باشد، روح او نیز سالم و کامل‌تر خواهد بود. روح سالم در بدن سالم است. رمز سلامت روح و جسم در یک قیاس منطقی، چنین قابل تبیین است: سلامت روح، تابع سلامت تن است و سلامت تن تابع غذا و تغذیه سالم، پس سلامت روح، تابع غذا و تغذیه سالم است. در سبک زندگی اسلامی اصولی برای تغذیه بیان شده که بخشی از آنها به این شرح است:

#### غذا خوردن هنگام گرسنگی کامل

امام علی(ع) در روایتی درباره اصول تغذیه می‌فرماید: هر کس در گرسنگی کامل غذا بخورد، غذا را خوب بجود و در حالی که هنوز میل به خوردن دارد، غذا را واگذارد، به هیچ بیماری جز بیماری مرگ مبتلا نمی‌شود. و همچنین امام علی(ع) به فرزند خود امام حسن(ع) فرمود: بسرم آ یا تو را نکاتی نیاموزم که به کمک آنها از طیبی بی‌نیاز شوی؟ فرمود: چرا ای امیر مومنان و حضرت فرمود: بر سر سفره نمی‌نشینم، مگر آن هنگام که گرسنه‌ای و از سر سفره بر نمی‌خیزی، مگر آنگاه که هنوز میل خوردن داری...

همچنین از پیامبر(ص) نقل شده است که جان کسی که شکم خود را انباشته باشد به ملکوت آسمان‌ها راه نمی‌یابد.

#### به آهستگی غذا خوردن

خادم حضرت رضاع(ع) چنین روایت کرده است هنگامی که یکی از ما با امام رضاع(ع) غذا می‌خورد، او را به کاری دستور نمی‌داد که دست از غذا بگذارد و بعد با عجله غذا بخورد، این بدان سبب بود که غذا خوردن با عجله ممکن است موجب سوءهضم شود و عوارض دیگری همچون اختلال عصبی پدید آورد.

یکی از سفارش‌های امیر مومنان به کمیل بن زیاد چنین است که ای کمیل هر گاه غذا می‌خوری، خوردنت را طولانی کن تا افرادی که با تو غذا می‌خورند، به اندازه کافی از غذا بهره بگیرند و دیگران را به این وسیله روزی دهی. همچنین توصیه شده است که نوشیدن آب نیز همراه با تانی و درنگ باشند و هیچ‌گاه با یک نفس آب نیاشامیم.

#### اعتدال در تغذیه

خداوند در قرآن کریم به اعتدال و میانه‌روی فرمان داده و بیان داشته که بخورید و بیاشامید، اما زیاده‌روی نکنید و از پیامبر بزرگوار اسلام(ص) نیز نقل شده است برای آدمی چند لقمه‌ای که قامت او را استوار نگه دارد، بس است و چنانچه چاره‌ای نباشد، باید یک‌سوم معده را برای غذا و یک‌سوم را برای آب و یک سوم هم برای نفس باشد.

پیامبر اسلام(ص) در این حدیث یک نسخه طی بزرگ تجویز کرده که اگر مسلمانان به نور آن پی‌ببرند از بیماری‌های روحی و روانی زیادی ایمن می‌شوند که متخصصان علوم پزشکی جدید نیز بر آن مهر تایید زده‌اند.

همچنین پیامبر(ص) از خوردن غذای خیلی داغ یا خیلی سرد منع کرده‌اند و می‌فرمایند: غذا را خنک کن. زیرا در غذای داغ برکت نیست و از خوردن آب خیلی سرد بپرهیز که معده را تباه می‌کند.

**حمید فلاحتی** - لیدر: در دو شماره گذشته به ظرفیت‌های سبک زندگی برای مقابله با کرونا اشاره و مواردی چون بهداشت و سلامت، همیاری و خدمت‌رسانی، تغییر بینش و... را بررسی کردیم. اکنون و در شماره سوم از این سلسله مطالب، به مواردی درباره تغذیه می‌پردازیم. مواردی که می‌تواند ظرفیت‌های سبک زندگی ایرانی - اسلامی را برای پیشگیری و مقابله با بیماری کرونا به نمایش بگذارد.

\*\*\*

غذا و تغذیه در سبک زندگی ایرانی اسلامی همچون سایر موضوعات، مورد توجه قرار گرفته است. مبدا پیدایش غذا از سوی خداوند است که برای تندرستی، تداوم حیات و توانمندی در انجام تکالیف به انسان عطا شده است. نیاز انسان به غذا، مهم‌ترین و حیاتی‌ترین نیاز روزمره اوست که از تولد تا مرگ وی را همراهی می‌کند و حتی انبیا و اولیای الهی نیز از این قاعده مستثنی نیستند.

تغذیه

رشد، طول عمر، تندرستی، آرامش اعصاب و روان، خلق و خوی و رفتار، توانمندی و قدرت، تکثیر نسل و تولید مثل و به طور کلی سلامت جسم و روح همه به نوعی و امدار تغذیه سالم است. نزدیک به ۲۵۰ آیه قرآنی و دهها روایت از معصومین(علیهم‌السلام) بر اهمیت غذا و تغذیه دلالت می‌کنند. نامگذاری پنجمین سوره قرآن به مانده (سفره غذایی)، از صفات خداوند، رزاق و معطم بودن، سوگند خداوند به غذا (واللین والذین)، درخواست مانده آسمانی توسط حضرت عیسی و درخواست غذا توسط حضرت موسی(ع) هر یک، مهر تاییدی بر اهمیت غذا و تغذیه است.

همچنین خداوند بر اهل مکه به دو چیز منت می‌نهد: «غذا» و «امنیت». الذی اطعمهم من جوع و آمنهم من خوف، همان کس که آنها را از گرسنگی نجات داد و از ترس و ناامنی ایمن ساخت.

امام رضا(ع) فرمود: فان صلاح البدن و قوامه یتکون بالطعام والشراب و فسادة یتکون بهما. سلامتی و پایداری بدن و همچنین بیماری آن به غذا و نوشیدنی است. نکته جالبی که از آیات و روایات به دست می‌آید: این است که تاثیر غذا و تغذیه، منحصر به جسم نیست، بلکه اخلاقی و رفتاری و به تعبیر دیگر، روح آدمی را نیز تحت تاثیر قرار می‌دهد. خداوند میان تغذیه کافران و مومنان تفاوت قائل شده است. در مورد کافران می‌فرماید: والذین کفروا یستمعون و یاکلون کما تاكل. توضیح آنکه حیوانات علف می‌خورند، بی‌آنکه بدانند از کجا آمده، حلال است یا حرام؟ غصبی است یا میباح؟ کافران نیز غذا می‌خورند، بی‌آنکه به جرس و پایداری و حلال و حرام بودن آن توجه داشته باشند؛ از این‌رو فرجامی مشابه دارند. اما مومنان که به تاثیر اخلاقی و معنوی غذا توجه دارند، مقید به رعایت غذای پاکیزه و حلال هستند. مردی خدمت پیامبر(ص) گفت: دوست دارم دعایم مستجاب شود، حضرت فرمود: غذای خود را پاکیزه کن و از هرگونه غذای حرام بپرهیز. لذا به مومنان دستور داده شده فقط از غذاهای پاکیزه و حلال استفاده کنند: یا ایها الذین آمنوا کلوا من طیبات ما رزقناکم؛ ای مومنان! از روزی پاکیزه که به شما دادیم، بخورید. در برخی آیات از تباط تنگاتنگی بین غذای پاکیزه و عمل صالح دیده می‌شود. کلوا من الطیبات و عملوا صالحا؛ از غذاهای پاکیزه بخورید و عمل صالح انجام دهید. زیرا هم‌چنان که سخن پاکیزه، عمل صالح را به آسمان عروج می‌دهد، غذای پاکیزه نیز انسان را در جهت کسب کمالات معنوی و حفظ ارزش‌های اخلاقی یاری می‌بخشد و به مانند باران پاکیزه موجب رویش سبزه‌ها و گل‌های معطر در وجود آدمی می‌شود.

اصحاب کهف که دغدغه حفظ ایمان و معنویت خود را داشتند، وقتی از خواب طولانی بیدار شدند، به دنبال غذایی بودند که پاک و پاکیزه باشد و سبب خاموش شدن نور الهی در وجود آنان نشود. برخلاف غذاهای خبیث و حرام که موجب تاریکی قلب، سنگدلی و از بین رفتن نور ایمان می‌شود، در آیه‌ای از قرآن آمده است: شیطان می‌خواهد به وسیله شراب (غذای پلید) و قمار در میان شما عداوت و کینه ایجاد کند و در آیه‌ای دیگر خوردن مال حرام را آتش خوردن معرفی کرده است:

## آثار تربیتی روزه (بخش سوم)

ماه مبارک رمضان از دیدگاه اسلام از فضیلت و اهمیت زیادی برخوردار بوده، ماه تعیین سرنوشته، تقسیم روزی، مشخص شدن اجل‌ها و ماه نزول قرآن خوانده شده است. این ماه بر اساس روایات اهل بیت(ع) ماه مغفرت و آمرزش، ماه برکت و ماه ضیافت الهی است. کسانی از برکت این ماه به گونه‌ای کامل بهره‌مند می‌شوند که روزه داری را به صورت کامل تری رعایت کنند و علاوه بر امساک از مفطرات روزه، بر اعضا و جوارح خود نیز مسلط بوده، آنها را کنترل کنند و در صورت ممکن فکر و ذهن خود را از تفکر درباره گناه مصون بدارند. روزه همچنین آثار تربیتی فراوانی در پی دارد، می‌توان تقویت اراده، پرورش صبر و پایداری، تعدیل غرایز و بیداری و غفلت‌زدایی را به عنوان آثار تربیتی فردی و نیز مساوات، پرورش روحیه همدردی و مواسات و صرفه‌جویی را از آثار تربیتی روزه در بعد اجتماعی به حساب آورد. ضمن اینکه در بعد عبودی، باعث تقویت روحیه عبودیت و اخلاقی و نزدیکی بنده به خدا می‌شود. در بخش سوم از سلسله مطالب آثار تربیتی روزه به مواردی چون «پرورش روحیه سخاوت» و «کاهش جرایم» اشاره کرده‌ایم.

#### پرورش روحیه سخاوت

با توجه به توصیه‌های زیادی که در منابع دینی به دادن افطاری و طعام در ماه رمضان شده و نیز اجر و پاداش فراوانی که در قبایل آن وعده داده شده است، ماه رمضان می‌تواند فرصت مناسبی برای پرورش و تقویت این خصلت در افراد باشد.

پیامبر(ص) فرمود: من فطر صائما کان له مثل اجره من غیر ان ینقص منه شیء؛ هر کس روزه‌داری را افطاری دهد برای او اجری مانند پاداش آن روزه‌دار داده می‌شود، بدون آنکه از مزد او کاسته شود.

پیامبر اکرم(ص) در پاسخ به پرسش فردی که عرض کرد همه توانایی مالی چندانی ندارند تا افطاری دهند، فرمود: ان الله کریم یعطی هذا الثواب لمن لایقدر الا علی مدقه من لبن یفطر بها صائما او شربه من ماء عذب او ثمرات لا یقدر علی اکثر من ذلک؛ خداوند کریم بوده، این ثواب و پاداش را برای کسی که به جز مقداری از شیر یا جرعه آب یا چند دانه خرما، بیشتر توانایی ندارد نیز عطا می‌کند.

روایاتی از این قبیل که در منابع زیاد وارد شده، عامل مهمی برای پرورش روحیه سخاوت و مهما نوازی در افراد جامعه است و بسیاری افراد به امید رسیدن به ثواب و اجر معنوی، اقدام به افطاری دادن در ماه رمضان می‌کنند، هر چند که به تعداد اندکی از افراد روزه‌دار را شامل شود. همچنین واجب بودن زکات فطریه در پایان ماه رمضان عامل دیگری برای تقویت و پرورش خصلت سخاوت است.

#### کاهش جرایم

یکی دیگر از آثار روزه‌داری، کاهش جرم و گناه در جامعه است. در ماه مبارک رمضان در اثر کنترلی که افراد روزه‌دار بر خواسته‌ها و تمایلات خودشان دارند، عوامل و زمینه‌های گناه به مقدار قابل توجهی کاهش پیدا می‌کند. از این‌رو به مقدار زیادی از جرایم کاسته شده و امنیت اجتماعی به میزان زیادی افزایش می‌یابد. شاید آنچه در روایات اسلامی درباره زنجیر شدن

شیطان و عوامل آن وارد شده، اشاره به همین اثر روزه‌داری باشد. چنانکه پیامبر اکرم(ص) فرمود: یامعاشر الناس اذا طلع هلال شهر رمضان غلت مرده الشیطان... و غلت ابواب النار؛ ای مردم زمانی که هلال ماه رمضان طلوع کند شیطان و عواملش در زنجیر می‌شوند و... درهای آتش بسته می‌شود.

در بیان دیگری از پیامبر اکرم(ص) آمده است: وفی اول یوم من شهر رمضان تغل المرده الشیاطین...؛ در آغاز ماه رمضان عوامل شیاطین در بند می‌شوند. شاید بتوان گفت که منظور پیامبر اکرم(ص) از به زنجیر شدن شیاطین، کاهش یافتن عوامل و زمینه‌های گناه در ماه رمضان است. با کاهش جاذبه‌ها و زمینه‌های گناه، وسوسه‌های شیاطین نیز کارایی خود را از دست می‌دهد؛ گویی که شیطان در بند شده و نمی‌تواند انسان‌ها را به سوی گناه، خلاف و فساد بکشاند. به این ترتیب می‌توان گفت که یکی از آثار و پیامدهای روزه‌داری کاهش جرم و خلاف در جامعه و افزایش امنیت اجتماعی است.







سلاح‌های پیشرفته‌ای شد که برای کشورهای عضو ناتو نیز گران قیمت بود». همچنین در کتاب «سیاست خارجی ایران در دوران پهلوی» درباره پیامدهای تصمیمات اقتصادی در این دوران آمده است: «ایران در افزایش درآمدهای نفتی میلیارد‌ها دلار سلاح‌های جدید به آمریکا سفارش داد به‌ویژه پس از سفر نیکسون به ایران مبلغ ۱/۲ میلیارد دلار سفارش به آمریکا داد که تا آن زمان بزرگ‌ترین معامله سلاح به شمار می‌آمد که شامل ۱۷۵ فروند جت جنگنده و ۵۰۰ هلیکوپتر و تعداد زیادی موشک‌های زمین به هوا بود». در کتاب «مقاومت شکننده» نیز درباره اوضاع و احوال اقتصادی پس از گرانی نفت آمده است: «همزمان با دستیابی شاه به چنین درآمد سرشار، محمدرضا پهلوی مصمم شد با اعطای وام و کمک‌های مالی بلاعوض، پرستیژ بین‌المللی خود را ارتقا بخشد. به همین منظور وی به کشورهایی نظیر ایتالیا، انگلستان، فرانسه و مصر وام‌هایی با مبالغ هنگفت داد و کمک‌های بلاعوض خود را به افغانستان، هند، پاکستان، بنگلادش و سنگال روانه ساخت. این در حالی بود که در داخل کشور بحران‌های انسانی و اجتماعی بزرگی که ناشی از سیاست‌های اقتصادی نادرست بود، گریبانگیر مردم بود، به گونه‌ای که در دهه ۱۳۵۰ ایران از نظر نابرابری در درآمد (که نتیجه آن فاصله طبقاتی و توزیع ناعادلانه ثروت بود) بدترین جایگاه را در خاورمیانه به خود اختصاص داده بود. در این میان افزایش تولید نفت و افزایش صادرات نفتی، این نابرابری را عمیق‌تر کرد؛ به گونه‌ای که تورم کمتر از ۴ درصد در سال‌های ۱۳۴۷ تا ۱۳۵۰ به ۱۵٫۷ درصد در سال‌های ۱۳۵۲ تا ۱۳۵۶ رسید.»



منابع:

- ۱- کتاب «گفت‌وگوهای من با شاه» (خاطرات محرم‌ان میراسدالله علم).
- ۲- قانون برنامه پنجم عمرانی کشور، مجلس شورای ملی، دوره بیست‌وسوم قانون‌گذاری
- ۳- برنامه عمرانی چهارم (۱۳۵۱-۱۳۴۷)، سازمان برنامه و بودجه
- ۴- کتاب «معمای هویدا»، نوشته عباس میلانی
- ۵- کتاب «ایران بین دو انقلاب»، نوشته پروانده آبراهامیان
- ۶- کتاب «سیاست خارجی ایران در دوران پهلوی»، نوشته هوشنگ مهدوی
- ۷- کتاب «مقاومت شکننده»، نوشته جان فوران

ناگهان بودجه را در اوایل دهه ۱۳۵۰ افزایش داد؛ به‌طوری‌که بودجه سال ۱۳۵۱، ۲۱ درصد و نسبت به هفت سال قبل از آن، ۲۴۰ درصد افزایش یافت. بر همین اساس قرار شد در برنامه پنجم، ظرف سال‌های ۱۳۵۲ تا ۱۳۵۶ هزینه‌های عمرانی دولت از ۲۱۰ به ۴۳۵ میلیارد ریال برسد». اما نکته اینجاست که ثروت ایران در برنامه پنجم و خصوصاً تجدیدنظر آن به شدت افزایش یافت. این دلیل نداشت به جز همان افزایش شگفت‌انگیز قیمت نفت. «در برنامه پنجم و به‌ویژه برنامه تجدیدنظر شده پنجم که به دوران پس از افزایش ناگهانی درآمدهای نفتی مربوط می‌شد، حجم سرمایه‌گذاری‌های ثابت و جاری دولت چندین برابر شد؛ به‌طوری‌که طبق آمارها، کل اعتبارات دولت طی برنامه پنجم پس از تجدید نظر به ۳۵/۶۲۴۱ میلیارد ریال رسید». حالا دولت و دربار مانده‌اند و یک دریا پول و ثروت، اما یک چیز نبود؛ برنامه‌ریزی و واقع‌گرایی برای استفاده درست از این منابع در خدمت به کشور.

**بیراهه اقتصادی، مقدمه‌ای بر فروپاشی**

پول کلان نفتی به برنامه‌ریزی نیاز داشت و بسیاری از کارشناسان و خبرگان برنامه و ایده‌های خود را مطرح کردند، اما یک مانع بسیار جدی اجازه نداد که در آمد نفتی به طور کارشناسانه به اقتصاد ایران تزریق شود، آن یک مانع یک کلمه بود «استبداد». استبداد رسوخ یافته در تار و پود حاکمیت که اجازه نمی‌داد تصمیمات عقلانی پیش برود. در کتاب «معمای هویدا» در این باره آمده است: «به دنبال افزایش درآمدهای نفتی دو دیدگاه در کشور برای نحوه مواجهه با آن به‌وجود آمد: یک ایده که جوانان تحصیلکرده در سازمان برنامه و بودجه و نیز غالب اقتصاددانان بر آن بودند این بود که در صورت تزریق سریع بودجه به اقتصاد، به دلیل فقدان بسترسازی و نیز ناتوانی اقتصاد کشور به جذب این همه منابع، کشور با تورم بالایی روبرو خواهد شد که نجات خیرخواهانه برای سرعت بخشیدن به رشد و رفاه را معکوس خواهد کرد، اما در آن سوی ماجرا شاه قرار داشت که به دلیل شتاب برای رسیدن به دروازه تمدن و نیز کسب اعتبار بیشتر و جلب افکار عمومی و نیز کسب وجهه بین‌المللی در جهان، معتقد به بهره‌گیری فوری از درآمدها برای رسیدن به رفاه از طریق واردات سریع کالاهای ضروری، ایجاد صنایع، تقویت نیروهای نظامی از طریق واردات تسلیحات پیشرفته، افزایش دستمزد و امثال آن بود. شاه در کنفرانس رامسر نگاه و نظر اقتصاددانان را در این خصوص به سخره گرفت». در این زمینه که تصمیمات غلط و مستبدانه درباره اقتصاد ایران چگونه فرصت طلایی رشد را از کشور گرفت، بحث‌های فراوانی شده است، اما در ادامه و به عنوان نکات پایانی این مطلب به چند نمونه از آنها که توسط محققان بیان شده است، می‌پردازیم: در کتاب «ایران بین دو انقلاب» آمده است: «ورود درآمدهای نفتی به عرصه اقتصاد بر زندگی شهرنشینان و افراد مرفه موقتا تاثیر مثبتی گذاشت، اما روستاییان و مردم عادی از اینکه این درآمد نقشی در سفره‌های آنان نداشت ناراضی بودند. پول‌های نفتی بیشتر صرف واردات به‌ویژه

از ششم تا بیست و پنجم اکتبر به طول انجامید، موفقیت‌های چشمگیری داشتند، اما میدان جنگ مغلوب شد و رژیم صهیونیستی توانست هم به اشغالگری بیشتری ادامه دهد و هم اینکه اشغالگری خود بر سرزمین‌های تصرف شده در جنگ شش روزه را نیز به تثبیت برساند. در این فضا بود که پای نفت به میدان باز شد.

**تحولات شگفت‌انگیز**

در اثنای جنگ یوم کپور که کشورهای عربی آن را جهت بازپس‌گیری سرزمین‌های اشغال شده‌شان در جنگ شش روزه، آغاز کرده بودند، آمریکا به اسرائیل کمک نظامی علنی و بسیار جدی می‌کرد. همین مساله موجب شد که در اوپک ممنوعیت و تحریم نفت را اعلام کردند که با پایان یافتن تحریم در مارس ۱۹۷۴ قیمت نفت از بشکه‌ای ۳ دلار به بشکه‌ای حدود ۱۲ دلار رسید. شاید حالا بتوان حرف اسدالله علم را بهتر درک کرد. این وضعیت در ادبیات اقتصاد سیاسی بین‌الملل به بحران نفتی ۱۹۷۴ یا شوک نفتی، نامگذاری شده است. این وضعیت در روابط منطقه‌ای و بین‌المللی تاثیر بسیار شگرفی داشت، برخی کشورهای اروپایی و آسیایی راه خودشان را در دنباله‌روی از سیاست‌های خاورمیانه‌ای آمریکا جدا کردند، حتی در ناتو نیز از هم‌گسیختگی زیادی پیش آمد.

**در ایران چه خبر بود؟**

یکی از محققان درباره اختلاف درآمد نفتی ایران در دهه ۴۰ و دهه ۵۰ می‌نویسد: «در حالی که در سال ۱۳۴۲ تولید نفت درآمدی بالغ بر ۴۰ میلیارد ریال داشت، این عدد در سال ۱۳۴۶ به بیش از ۹۰ میلیارد ریال رسید و در سال ۱۳۵۱ با رشدی باورنکردنی یک‌باره روی عدد ۱۳۳۳٫۳ میلیارد ریال ایستاد و در ادامه با فراز و فرودهایی همین رویکرد ادامه یافت، به گونه‌ای که در سال ۱۳۵۶، درآمد ۱۲۸۴٫۹ میلیارد ریالی را تجربه کرد. بر همین اساس در حالی که میزان استخراج و صادرات نفت در سال ۱۳۴۹ چیزی بیشتر از ۳٫۸ میلیون بشکه در روز بود، این عدد در سال‌های ۱۳۵۱ تا ۱۳۵۷ به ۴٫۵ تا ۶ میلیون بشکه در روز رسید» درآمد بسیار زیاد نفتی که به ایران رسید، نظریه‌پردازی‌های پهلوی دوم آغاز شد. نظریه‌پردازی‌هایی که ایران را دچار شوک صنعتی کرد. به عبارتی دیگر، دنیا در شوک نفتی رفت و ایران نیز در شوک صنعتی.

**ثروت و نبود واقع‌گرایی و برنامه‌ریزی**

اگرچه از دهه ۳۰، وابستگی بودجه و اداره کشور به نفت، سال به سال افزایش می‌یافت، اما این روند وابستگی از ابتدای دهه ۵۰ بیشتر از هر زمان دیگری نمایان شد و حکمرانی کشور را به وادی دیگری برد. یکی از محققان در این باره می‌نویسد: «یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های اقتصاد ایران نقش درآمدهای نفتی در بودجه دولت و اداره کشور است؛ به‌طوری‌که سهم عواید نفتی به‌تدریج از دهه ۱۳۳۰ به بعد در بودجه دولت افزایش یافت و همین مساله به ابزار اصلی دولت برای دخالت موثر در اقتصاد و تسریع در برنامه‌های رشد و توسعه کشور تبدیل شد. این روند در دهه ۱۳۴۰ افزایش یافت و در دهه ۱۳۵۰، با افزایش ناگهانی درآمدهای نفتی و چند برابر شدن آنها شدت بیشتری یافت که از آن به شوک نفتی تعبیر می‌شود. یکی از مهم‌ترین آثار افزایش درآمدهای نفتی بر اقتصاد ایران، دولتی شدن اقتصاد بود. با بررسی برنامه‌های عمرانی پنج‌گانه در دوران پهلوی دوم، نقش و جایگاه بلامنازع دولت در برنامه‌ریزی اقتصادی و پیشران بودن انحصارگرایانه دولت در مدیریت و اجرای برنامه‌ها و فعالیت‌های اقتصادی کشور مشخص می‌شود. این نقش به‌ویژه از برنامه سوم که دولت درصدد آغاز مسیر صنعتی کردن کشور بود، روند صعودی به خود گرفت. در برنامه چهارم عمرانی پیش‌بینی شده بود که ۸۰ درصد کل درآمد نفت به سازمان برنامه اختصاص داده و به مصرف عمرانی این برنامه رسانده شود. در مجموع کل درآمد نفت برای این دوره پنج‌ساله حدود ۴۸۷ میلیارد ریال یا ۷۰۳۲ میلیون دلار پیش‌بینی شد. با افزایش قیمت نفت در دهه ۱۳۵۰ سهم بودجه دولت از درآمدهای نفتی به سرعت افزایش یافت؛ به‌طوری‌که در سال ۱۳۵۲ به ۶۶ درصد و در سال ۱۳۵۳ به ۵/۷۸ درصد رسید. به عبارت دیگر، افزایش قیمت نفت

نمی‌توان از جنگ اکتبر یا «یوم کپور» که در سال ۱۹۷۳ میلادی رخ داد، نام برد و درباره آن صحبت کرد و از جنگ شش روزه که در سال ۱۹۶۷ به وقوع پیوست، سخنی میان نیاورد. چرا که جنگ شش روزه، مقدمه‌ای مفصل بر جنگ اکتبر بود. طرف‌های اصلی جنگ شش روزه، رژیم صهیونیستی و کشورهای سوریه، مصر و اردن بودند. نتیجه‌اش این بود که صهیونیست‌ها سرزمین‌های بسیار بیشتری از کشورهای عربی را اشغال کردند. توار غزه و صحرای سینا از مصر، شرق اورشلیم و کرانه باختری رود اردن، از اردن و بلندی‌های جولان از سوریه، مناطقی بود که به اشغال صهیونیست‌ها درآمد و آنها را در برابر این سه کشور، پیروز نبرد کرد. با اشغالگری‌های جدید رژیم صهیونیستی، کشور اسرائیل از نظر وسعت به سه برابر زمان پیش از جنگ شش روزه رسید. اینها مقدمه‌ای شد که جنگ دیگری در اکتبر سال ۱۹۷۳ میلادی بین مصر، سوریه و اسرائیل درگیرد، اگر چه کشورهای متحد عربی در ابتدای این جنگ

یکی از محققان درباره اختلاف درآمد نفتی ایران در دهه ۴۰ و دهه ۵۰ می‌نویسد: «در حالی که در سال ۱۳۴۲ تولید نفت درآمدی بالغ بر ۴۰ میلیارد ریال داشت، این عدد در سال ۱۳۴۶ به بیش از ۹۰ میلیارد ریال رسید و در سال ۱۳۵۱ با رشدی باورنکردنی یک‌باره روی عدد ۱۳۳۳٫۳ میلیارد ریال ایستاد و در ادامه با فراز و فرودهایی همین رویکرد ادامه یافت، به گونه‌ای که در سال ۱۳۵۶، درآمد ۱۲۸۴٫۹ میلیارد ریالی را تجربه کرد. بر همین اساس در حالی که میزان استخراج و صادرات نفت در سال ۱۳۴۹ چیزی بیشتر از ۳٫۸ میلیون بشکه در روز بود، این عدد در سال‌های ۱۳۵۱ تا ۱۳۵۷ به ۴٫۵ تا ۶ میلیون بشکه در روز رسید» درآمد بسیار زیاد نفتی که به ایران رسید، نظریه‌پردازی‌های پهلوی دوم آغاز شد. نظریه‌پردازی‌هایی که ایران را دچار شوک صنعتی کرد. به عبارتی دیگر، دنیا در شوک نفتی رفت و ایران نیز در شوک صنعتی.

علی بهرامی | برای علاقه‌مندان به تاریخ نفت و تحولات اقتصادی ایران، همیشه این سؤال پیش آمده است که چرا نفت در دهه ۵۰ خورشیدی اینقدر گران شد. در این مطلب کوشیده ایم تا نقش تحولات منطقه‌ای و بین‌المللی را در درآمد سرشار ایران در سال‌های آخر عمر سلطنت پهلوی را مرور کنیم. تحولاتی که دور از میدان اراده رژیم سابق رخ داد، اما عواید مالی و تحولات تاریخی بسیار زیادی را برای ایران آن روزگار رقم زد.

آغاز دهه ۵۰ خورشیدی، آغازی بود بر افزایش یک ثروت افسانه‌ای. ثروتی نفت‌محور که خزانه‌های ایران را سرشار از دلار کرد. بد نیست که ماجرا را از یک بخش از گزارش اسدالله علم، شروع کنیم که در کتاب «گفت‌وگوهای من با شاه» می‌نویسد: «جنگ اکتبر اعراب و اسرائیل، موجب افزایش شدید بهای نفت در بازارهای بین‌المللی شد. وزرای اوپک در جلسه‌ای در دوم دی در تهران، بهای تجدید نظر شده را تعیین کردند. قیمت نفت خام سبک عربی، که ۱۷/۹ دلار آن به عنوان سهم دولت تخصیص یافت، حال آنکه تنها دو سال پیش در قرارداد ۱۹۷۱ تهران، این رقم به میزان ۱۸/۲ دلار هر بشکه تثبیت شده بود. در آمد نفت ایران که از ۹۰ میلیون دلار در سال ۱۹۵۵ تا ۱/۱ میلیارد دلار در سال ۱۹۷۰ بالا رفته بود، اکنون به رقم سرسام آور ۴/۲۱ میلیارد دلار افزایش یافت.»

نگاهی به نتایج افزایش قیمت نفت در دهه پنجاه خورشیدی  
پولی تبدیل دلارهای نفتی



### تازه نگه داشتن هویج

اگر زمان گذاشتن هویج در یخچال، سر آن را ببرید، مدت بیشتری تازه می ماند و پلاسیده نمی شود.

### قند سوخته

از قند سوخته می توان به عنوان بوگیر یخچال کمک گرفت، بخصوص زمانی که قصد دارید به مسافرت بروید. قرار دادن قند سوخته در یخچال تمام بوهای نامطبوع را از بین می برد.

### سفیدتر شدن برنج

زمان پختن برنج برای آبکشی، می توان برای سفیدتر شدن دانه های برنج، کمی آبلیمو به آب آن اضافه کرد.

### نپاشیدن روغن

یکی از دغدغه های زنان خانه دار در آشپزی نپاشیدن روغن به اطراف است. برای جلوگیری از این اتفاق، هنگام آشپزی می توان کمی نمک در روغن موجود در تابه ریخت تا از پاشیده شدن آن به اطراف جلوگیری شود.

### کرفس و کاهو

برگ های خارجی کاهو و کرفس را وقتی قصد استفاده از آنها را دارید، جدا کنید. همچنین از برگ های کرفس می توانید در ترشی و سوپ استفاده کنید و از برگ های کاهو هم برای تهیه ته دیگ برنج.

### شوری غذا

با یک قاشق سرکه یا یکی، دو حبه قند و البته کمی شکر می توان شوری غذا را از بین برد. استفاده از سیب زمینی هم گزینیه خوبی است.

### پوست گوجه فرنگی

برای اینکه بتوانید پوست گوجه فرنگی را راحت جدا کنید، آن را در آب جوش بیندازید و سپس در آب یخ غوطه ور کنید. با این کار پوست گوجه فرنگی راحت جدا می شود.

### رفع شیرینی غذا

گاهی بیش می آید که شیرینی غذا بیش از حد می شود. برای برطرف کردن این مشکل می توان از یک قاشق سرکه کمک گرفت.

### کارکرد بهتر فریزر

شاید برایتان کمی عجیب باشد، اما فریزر وقتی پر باشد، بهتر کار می کند. برای این کار فضاهای خالی آن را با بطری های آب پر کنید تا متوجه کارکرد بهتر آن شوید.

### کپک نان و مربای خانگی

برای اینکه مربای شما کپک نزنند، کافی است به مربا کمی پودر دارچین اضافه کنید. نان را هم می توانید با کمک گرفتن از یک چوب دارچین سالم نگه دارید. قرار دادن یک چوب دارچین در کیسه نان مانع از کپک زدن آن می شود، چراکه دارچین یک ضدعفونی کننده قوی و دشمن کپک است.

### روشن کردن شمع

برای جلوگیری از پخش شدن بوی غذای سرخ کردنی، بهترین کار این است که کنار اجاق گاز یک شمع روشن کنید. شمع مانع پخش شدن بوی غذا در خانه می شود.

### فریز کردن گوشت

قبل از اینکه گوشت را در فریزر قرار دهید، بهتر است به وسیله یک نی، گوشت بسته بندی شده را به مربع های کوچک تقسیم بندی کنید. با این کار بعد از منجمد شدن گوشت، به راحتی می توانید آن را در قطعات کوچکتر استفاده کنید.

### استفاده از سیب زمینی

با استفاده از یک سیب زمینی می توانید بسادگی از چسبیدن گوشت و ماهی به سیم های کباب پز جلوگیری کنید. ضمن اینکه باعث صرفه جویی در وقت شما هنگام تمیز کردن هم می شود.

### برش نان باگت

برای جلوگیری از خرد شدن نان باگت هنگام برش، چاقو را درون آب جوش فرو کنید یا آب جوش را روی چاقو بپاشید، سپس براحتی می توانید نان باگت را بدون خرد شدن، برش بزنید.

### روغن های اسانسی

برخی از روغن های اسانسی می توانند زمان برش پیاز مانع از اشک ریختن شوند. اسانس میخک یکی از این روغن هاست که می توان آن را در کاسه ریخت و کمی آب گرم به آن اضافه کرد و در کنار میز برش قرار داد.

### پوست کندن سیر

برای اینکه سیر را بدون نیاز به چاقو پوست بکنید، به یک کاسه آب گرم نیاز دارید. آب را درون کاسه بریزید و بوته سیر را حدود ۵ دقیقه در آن قرار دهید. به این ترتیب پوست سیرها خیلی سریع و آسان جدا می شود.

### روغن نباتی یازیتون

هنگامی که می خواهید فلفل های تند را برش بزنید برای محافظت از دستانتان می توانید از روغن نباتی یا روغن زیتون استفاده کنید. قبل از برش فلفل، یک قاشق چایخوری از آن را روی دستان خود بریزید و آن را مالش دهید تا پوستتان آسیب نبینند.



### املت بادمجان

محمد ناصری

#### مواد لازم

تخم مرغ: ۴ عدد  
بادمجان: ۲ عدد  
گوجه: ۴ عدد  
سیب زمینی: یک عدد  
پیاز متوسط: ۲ عدد  
رب: یک قاشق غذاخوری سربر  
آب جوش: مقداری  
نمک، فلفل و زردچوبه: به میزان لازم

#### طرز تهیه

ابتدا یک بادمجان را به صورت مکعبی برش می‌زنیم، بادمجان دیگر را کبابی می‌کنیم به اندازه‌ای که نرم شود، حالا آن را با پوست به صورت اریب برش می‌زنیم. در این مرحله کمی روغن در تابه می‌ریزیم و بادمجان مکعبی را اضافه می‌کنیم و تفت می‌دهیم تا جایی که نرم شود، سپس بادمجان کبابی را به آن اضافه کرده و ۳۰ ثانیه تفت می‌دهیم. حالا در یک ظرف دیگر سیب زمینی را حلقه‌ای برش زده و در تابه می‌ریزیم و نمک و زردچوبه به آن اضافه می‌کنیم. دو طرف سیب زمینی را سرخ کرده و در ظرفی می‌ریزیم. در این مرحله پیاز را هم خلالی خرد کرده و سرخ می‌کنیم و کنار می‌گذاریم. نوبت برش زدن گوجه‌هاست. آنها را حلقه‌ای برش می‌زنیم و کمی تفت می‌دهیم. رب را با کمی آجوش مخلوط کرده و به آن اضافه می‌کنیم. نصف بادمجان مکعبی و پیاز سرخ شده را به گوجه می‌افزاییم و کمی تفت می‌دهیم. سپس تخم مرغ‌ها را هم می‌زنیم و روی مواد داخل تابه می‌ریزیم. در تابه را می‌گذاریم و چند دقیقه صبر می‌کنیم. در ظرف را برمی‌داریم و در ردیف دوم بقیه موادمان (سیب زمینی، بادمجان کبابی و پیاز) را می‌چینیم و چند دقیقه صبر می‌کنیم تا همه مواد طعم‌دار شوند، حالا املت آماده خوردن است.



# سوپ کالدو ورد

### غذاهای سالم، مقوی

### و آسان پیزید

با آمدن ماه رمضان، یکی از دغدغه‌هایی که مادران و زنان خانه‌دار با آن مواجه هستند، پختن غذاهای مقوی است. تغذیه مناسب در ماه مبارک رمضان، می‌تواند سلامت بدن را به دنبال داشته باشد و شرایط آسان تری را برای روزه‌داری ایجاد کند؛ از این رو باید غذاهای مناسبی را برای وعده سحر و افطار تدارک دید. غذاهایی که هم خوشمزه و متنوع باشند و هم سرشار از مواد مغذی. در این شماره طرز تهیه یک سوپ ساده، سالم و متفاوت، اما خوشمزه را برایتان آورده‌ایم که مطمئناً طعم دلپذیر آن تا مدت‌ها از خاطر تان نخواهد رفت

#### طرز تهیه

ابتدا سوسیس‌ها را به صورت حلقه‌ای خرد کرده و سرخ می‌کنیم. سپس در همان تابه پیاز نگینی خرد شده را سرخ و بعد از طلایی شدن، سیر را می‌افزاییم. حالا نوبت اضافه کردن سیب زمینی‌های خرد شده است. مواد را کمی با هم تفت می‌دهیم، سپس آب مرغ را اضافه کرده و صبر می‌کنیم تا سیب زمینی‌ها کاملاً پخته شوند. در این مرحله فلفل، نمک، برگ چغندر یا اسفناج خرد شده و سوسیس‌های سرخ شده را اضافه می‌کنیم. ۱۵ دقیقه صبر می‌کنیم تا از پخته شدن کامل تمام موادمان با حرارت ملایم مطمئن شویم. سوپ آماده شده را درون ظرف مورد نظر بریزید و کنار خانواده با آرامش میل کنید.

#### مواد لازم

سوسیس: ۲ عدد  
پیاز نگینی خرد شده: یک عدد متوسط  
سیر خرد شده: ۲ حبه  
سیب زمینی خرد شده: ۲ عدد متوسط  
عصاره مرغ یا آب مرغ: ۳ لیوان  
اسفناج یا برگ چغندر خرد شده: ۱۰۰ گرم  
نمک و فلفل سیاه: به میزان لازم

### تان پارکر

مهشید عرب بیگی

#### مواد لازم

تخم مرغ: ۲ عدد  
آرد: ۴/۵ پیمانه  
شکر: ۴ قاشق غذاخوری  
شیر: یک پیمانه  
پودر خمیرمایه: ۲/۵ قاشق چایخوری  
کره آب شده: ۴ قاشق غذاخوری  
زرده تخم مرغ: یک یا ۲ عدد

#### طرز تهیه

نصف پیمانه شیری را که از قبل گرم کرده‌ایم و ولرم شده با خمیرمایه و یک قاشق شکر می‌گذاریم تا خمیرمایه عمل بیاید و پف کند (حواستان باشد که هم نزنید، فقط بپاشید روی شیر و کنار بگذارید)، باقی مانده شیر را با کره آب شده مخلوط می‌کنیم (همان شیری که از قبل گرم کرده‌ایم)، کمی صبر می‌کنیم تا کاملاً شیر خنک شود، حالا دو قاشق شکر باقی مانده و تخم مرغ‌ها را به آن اضافه می‌کنیم و خوب هم می‌زنیم. سراغ خمیرمایه عمل آمده، می‌رویم و آن را به مخلوط شیر و تخم مرغ‌ها اضافه می‌کنیم. سپس آرد الک شده را با یک پنس نمک، کم کم اضافه کرده، به طوری که خمیر نرمی که کمی چسبنده است، به دست آید. خمیر آماده شده را به مدت یک ساعت در جای گرمی قرار می‌دهیم تا حجم آن دو برابر شود. حالا از خمیر به اندازه یک نارنگی برمی‌داریم و روی قالبمان قرار می‌دهیم. تمام خمیر را به همین شکل درمی‌آوریم و کنار هم می‌چینیم. دوباره حدود یک ربع استراحت می‌دهیم. بعد از گذشت این مدت، روی آن را زرده تخم مرغ می‌مالیم و کنجند و مغزهای دلخواه می‌پاشیم. سپس در فر از قبل گرم شده با درجه ۱۸۰ به مدت ۲۰ دقیقه می‌گذاریم تا کاملاً پخته شود.

## گردشگری مجازی

گردشگری دیجیتال، در زمینه فناوری ارتباطات، اطلاعات ملی و بین‌المللی تعریف شده است که با استفاده از این شبکه جهانی می‌توان شرایطی برای دیدن، خواندن و شنیدن اطلاعات و زیبایی‌های مدنظر همه مردم دنیا ایجاد کرد تا بتوانند از راه دور، سفری هیجان‌انگیز را در اماکن مورد علاقه‌شان تجربه کنند.

این نوع گردشگری، مقوله جدید و نوپایی است که در سال‌های اخیر مطرح شده و مورد توجه قرار گرفته است. همانطور که گفتیم، این نوع گردشگری بر پایه فناوری اطلاعات، ارتباطات و ابزار است که از طریق آن، گردشگر می‌تواند در کوتاه‌ترین زمان و با کمترین امکانات و هزینه از یک کشور یا یک مکان خاص و جاذبه‌های آن بازدید کند. افرادی که قصد گردشگری مجازی دارند، باید در مرحله اول سایت‌های گردشگری مجازی را بیابند، سپس در آنها اطلاعات مدنظرشان از جمله آثار و بناهای تاریخی، موزه‌ها، گالری‌ها و مکان‌های دیدنی را جست‌وجو کنند و با استفاده از اطلاعات به دست آمده، آماده سفرهای مجازی شوند. این اطلاعات از خدمات کاربردی گردشگری مجازی است. در گردشگری مجازی می‌توان به تمام بخش‌های سنتی صنعت گردشگری هم دسترسی داشت. این نوع گردشگری مرزهای کشورها را کنار می‌زند و گامی موثر در افزایش آگاهی و شناخت ملل مختلف برمی‌دارد و گردشگران مجازی را با فرهنگ و میراث دیگر کشورها آشنا می‌کند.

حالی که از گردشگری مجازی کمی آگاهی به دست آورید، در روزهایی که ویروس کرونا در کل دنیا همچنان در حال جولان دادن است و مسافرت رفتن مانند گذشته مقدور نیست، بهترین گزینه برای خروج از دل‌تنگی سفر و طبیعت‌گردی در این روزهای بهاری، گردشگری در قالب رایانه‌ها یا گوشی‌های هوشمندمان است، جایی که می‌توان در خانه و به دور از دغدغه ابتلا به کرونا در کمال آرامش رایانه را روشن کرد و با ورود به یکی از صدها سایت گردشگری مجازی، مقصدی را برگزید و در عرض چند دقیقه خود را در آن منطقه دید. با استفاده از گوشی‌های هوشمند هم می‌توان سفری هیجان‌انگیز را تجربه کرد.

درست است که گردشگری مجازی به اندازه حضور فیزیکی در طبیعت یا شهر و کشور مورد نظر آنچنان که باید هیجان ندارد، اما شاید با یکبار امتحان دیدن جاذبه‌های مناطق مختلف بتواند جایی در برنامه‌های ما پیدا کند. پس زمان را از دست ندهید و برای یکبار هم که شده، گردشگری مجازی را امتحان کنید.

## گردشگری مجازی

## بدون محدودیت

# سفر کنید

**شبیم اعماری** شیوع ویروس کرونا در ماه‌های اخیر، در شرایطی همه را خانه‌نشین کرده که در تمام دنیا مردم برنامه‌های زیادی برای سفر داشتند. کرونا اولین بحرانی نبوده که صنعت گردشگری را به مخاطره انداخته و آخرین آن هم نخواهد بود. در حوزه گردشگری همیشه چالش‌هایی وجود داشته که باعث از رونق افتادن و محدود شدن صنعت گردشگری شده است.

## آشفته بازار کرونایی

اتفاقات رخ داده در این صنعت باعث شده در عصر فناوری، تغییری در حوزه گردشگری ایجاد شود و این صنعت به سمت دیجیتالی شدن برود. از این رو با وجود همه‌گیری کرونا و قرنطینه بسیاری از مردم جهان در خانه، سفرهای تفریحی و گردشگری شاید به ظاهر متوقف شده‌اند، اما با ایجاد گردشگری دیجیتال این صنعت توانسته همچنان خود را سر پا نگه دارد. نرم‌افزارهای موجود در عصر تکنولوژی، ابزارهای کاربردی هستند که توانسته‌اند مردم را به صورت مجازی راهی سفر کنند و توانمندی این صنعت را در این آشفته‌بازار کرونایی به رخ بکشند. محدودیت‌های سفر در روزهای کرونایی فرصتی ایجاد کرد تا مردم با صنعت گردشگری دیجیتال بیشتر آشنا شوند و با استفاده از آن هر روز به تماشای نقطه‌ای از ایران یا جهان بنشینند و تجربه جدیدی به دست آورند. امروز و در روزهایی که دل‌تنگ مسافرت هستیم، می‌توان با نشستن پشت رایانه با کمک گرفتن از گوشی‌های هوشمند به دنیایی دیگر سفر و از زیبایی‌ها و جاذبه‌های دیدنی ایران و دنیا دیدن کرد. علاوه بر این می‌توانیم با کمترین هزینه از مراکز سیاحتی، زبانی و موزه‌هایی که تاکنون امکان بازدید از آنها را نداشتیم، دیدن کنیم، چراکه این روزها در فضای مجازی این مکان‌ها به راحتی در دسترس قرار دارند.



# فکر عمیق و سخن ساده

بررسی راهکارهای مطالعه و توجه به فرهنگ کتاب خوانی در گفت و گویا همکار رفتی

«لطفاً خودتان را معرفی کنید و بگویید از چه زمانی و چگونه وارد خانواده صنعت نفت شدید؟

من رضا تانار هستم. در یک خانواده هفت نفره بزرگ شدهام و فرزند ارشد خانواده هستم. یک برادر و سه خواهر دارم. متاهلم و حدود ۱۵ ماه است که خداوند به من و همسرم لطف کرده و بسرم امیرعلی را به ما داده است. در سال ۸۱ به دلیل یک حساسیت پوستی توانستم در رشته صنایع شیمیایی دانشگاه تلمین الحجاج مشهد مقدس ادامه تحصیل بدهم، معادل هشت شدومهر دانشجوای اخراجی (تحصیلی) روی کارنامه‌ام نقش بست؛ اما ناامید نشدم، دوباره تلاش کردم و مدرکم را گرفتم. یک روز اقبالی تابستان سال ۹۰ به صورت اتفاقی چشمم به آگهی استخدام وزارت نفت در روزنامه بازار کار افتاد. آخرین روز مهلت قانونی برای ارسال مدارک بود، باهرز حمتی بود مدارک را تهیه و ارسال کردم. در آزمون استخدامی قبول شدم و محل کارم بالايشگاه تبریز شد. همان سال بخشنامه دادند که این بالايشگاه خصوصی شده و من وسایر دوستانم را به سازند اراک فرستادند. از آنجا دستور جدیدی آمد و ما وارد شرکت خطوط لوله و مخاربات نفت ایران شدیم و هر فرد با توجه به زادگاهش به یک استانی فرستاده شد. قسمتم این بود که به منطقه شمال شرقی بیم، خوشحالم که این اتفاق افتاده و از همان زمان تاکنون در شاهرود مشغول به فعالیت هستم.

«از چه زمانی و چگونه به کتاب خوانی علاقه مند شدید؟

از همان کودکی به کتاب خوانی علاقه داشتم. پدرم بیسواد بود؛ اما کتابخانه داشت و همیشه فردی را می آورد تا بر ایمن داستان های «امیر ارسلان نامدار» و «قصه های هزار و یک شب» را بخواند. این مهم، عامل اصلی

اینکه در اسفند ۹۸ برای تهیه عکس و خبر گندزدایی و ضد عفونی ساختمان های مرکز انتقال نفت شهید سر بر زرگر شاهرود، همراه تیم اج اس ای این منطقه وار داین مرکز شدم. در بین همه اماکنی که ضد عفونی کردیم، یک دفتر توجهم را بیشتر از سایر نقاط به خود جلب کرد: «آزمایشگاه کنترل کیفیت مواد نفتی مرکز انتقال نفت و تأسیسات شهید سر بر زرگر شاهرود». دفتری که در کنار تجهیزات کتابخانه مجهز در این مرکز انتقال، خودش با کمترین امکانات، کتابخانه ای را بنا نهاده و ضمن مطالعه خود، همکارانش را نیز به مطالعه تشویق و ترغیب می کرد. به سراغ این همکار خلاق رفتم تا با مرور تجربه های نام وارزش کارش را در ترویج کتاب خوانی گرامی بداریم. او اصالتاً مشهدی است و طبق گفته خودش در سال ۹۱ به صورت غیر قابل باوری به استخدام شرکت خطوط لوله و مخاربات نفت ایران درآمده و از همان زمان تاکنون در منطقه شمال شرق خدمت می کند. کتاب های زیادی خوانده تا جایی که حساسی از دستش در رفته است؛ اما مهمترین عامل تغییر مسیر زندگی اش را مطالعه کتاب «موقبت نامحدود» در ۲۰ روز» می داند. آنچه در ادامه می خوانید، خلاصه ای از گفت و گوی دو ساعته ما با این همکار خلاق و اهل فرهنگ است که دست تنها، هم خودش مطالعه می کند و هم بسیاری از همکارانش را کتاب خوان کرده است.

گرایش ما به کتاب خوانی شد. دوران دبستان و راهنمایی آنقدر از کتابخانه مدرسه کتاب می گرفتم که همیشه در مقابل نامم پر بود از نام کتاب ها و برخی مواقع هم کلاسی هایم باور نمی کردند که کتاب ها را بخوانم و تصورشان این بود که فقط یک کار احساسی و بیچگانه برای خودنمایی انجام می دهم؛ اما من همه آن کتاب ها را می خواندم.

«تا به حال پیش آمده که با کتاب قهر کنید؟

شاید قهر کلمه درستی نباشد؛ اما در دوره دبیر ستانم به علت یک اشتباه، دو یا سه سالی دوستانم را بگزین کتاب کردم و مدتی از کتاب خوانی فاصله گرفتم که هنوز هم از این موضوع ناراحت و پشیمانم و دیگر اجازه ندادم که این اتفاق تکرار شود، حتی قبل از ورود به صنعت نفت زمانی که شاگرد مشاور املاک یکی از دوستان پدرم بودم، هر روز رمان می خواندم. یادم می آید، رمان «خسرو پرویز»، «فسانه شجاعان» و «سنگ عیار» آنقدر برام جذاب بود که مشتریان را ردمی کردم و به مطالعه ادامه می دادم.

«در کتاب چه دیدید که این همه شیفته اش شدید؟ نویسنده کتاب «لوله برقی» یکی از ثرتمندان مشهور جهان است که در بورس اوراق بهادار فعالیت دارد و بنا به اظهارات خودش روزی ۷۰۰ صفحه کتاب می خواند. من هم مثل او معتقدم که رسیدن به آرزوها فقط با کتاب میسر است. آرامش و آسایش می خواهید؟ خوشبختی و زندگی موفق می خواهید؟ روابط اجتماعی بالا و تربیت عالی فرزندان می خواهید؟ عاقبت بخیری این دنیا و آن دنیا را می خواهید؟ و حتی اگر ثروت می خواهید «کتاب بخوانید، کتاب بخوانید و کتاب بخوانید و کتاب بخوانید». روایت داریم یک ساعت تفکر از ۷۰ سال عبادت بهتر است. کتاب، مصالح تفکر را به ما می دهد. متأسفانه امروزه فضای مجازی جای کتاب را گرفته و جوانان ماقیانوس با عمق یک ساعت فضای مجازی را با اقیانوس بزرگ کتاب جایگزین کرده اند. این یک رنگ خطر جدی برای نسل آینده ماست، مسوولان فرهنگی باید فکری به حال آن کنند.

«یعنی شما مخالف فضای مجازی هستید؟

خیر، مخالف فضای مجازی نیستم؛ اما این نسل را که غرق در فضای مجازی شده اند، درک نمی کنم. معتمد فضای مجازی جای کتاب و کتاب خوانی را نمی گیرد. در همین ایام قرنطینه اجباری کرونا، روزی نیم ساعت برای فضای مجازی وقت می گذاشتم و مابقی وقتم را به کتاب خوانی اختصاص می دادم. لذت مطالعه، غیر قابل وصف است. به قول نویسنده ای «بهشت یک کتابخانه بزرگ است» و مطالعه یعنی لذت بی پایان.

«و سعیت کتابخانه های عمومی را چگونه می بینید؟ خوشبختانه مخزن کتابخانه ها پر از کتاب های خوب است؛ اما متأسفانه خیلی از آنها سال هاست که در قفسه مانده و کسی مطالعه نکرده است. شناسنامه پیوست جلد کتاب، گواهی می دهد که گاه یک دهه است که کسی این کتاب را برای مطالعه پیشنهاد نداده است. بعضی از عزیزان بلند مطالعه کتب درسی شان به کتابخانه می آیند. این خوب است؛ اما کتاب درسی هرگز کتاب خوانی به حساب نمی آید. یعنی لذت بی پایان.

«تجربه به من می گوید که برخی مواقع، به دلیل نگراش سخت برخی کتب، جوانان از مطالعه سرباز می زنند، شما موافق هستید؟

بله؛ اما این مشکل هم راهکار دارد. شما اگر با مطالعه ۱۰

۲۰ صفحه اول هر کتاب، جذب آن نشدید، آن کتاب را کنار بگذارید؛ چون از مطالعه آن لذت نخواهید برد و همین موضوع باعث دلسردی شما شده و قطعاً از آن مطالعه چیزی تربیت کودکان برای من و همسرم قابل لمس تر است و همین شرایط ما را وادار می کند تا با راهکارهایی به فرزندانم برطعراق استفاده می کنند؛ اما اندیشه ای پشت این حرفشان نیست. فقط طوطی وار کلماتی را که شنیده اند، بازگویی کنند و اتفاقاً مستمع خوبی هم ندارند، به نظر

باید عمیق فکر کرد و ساده سخن گفت، مثل امام خمینی (ره) که با همین ادبیات، همه را مجذوب خودش کرده بود.

«اگر بخواهیم فرهنگ کتاب خوانی را افزایش بدهیم، چه باید کنیم؟

۱- قانون ۱۵ دقیقه مطالعه در روز راه بیندازیم. یک قانون برای خودمان وضع کنیم و خود را ملزم به رعایت دقیق آن بدانیم. یعنی به خود تکلیف کنیم که لااقل روزی ۱۵ دقیقه کتاب بخوانیم. ۱۵ دقیقه در روز، یعنی حدود ۲۰ صفحه رمان یا چند داستان کوتاه، یعنی سالی ۲۰ جلد کتاب. به عبارت دیگر اگر هر روز فقط ۱۰ صفحه کتاب مطالعه کنیم، سالی ۳۶۵۰ صفحه کتاب خوانده ایم. یعنی حدود ۱۸ کتاب ۲۰۰ صفحه ای و اگر یک سوم این کتاب ها در یاره رشد فردی باشند، زندگی مان متحول می شود.

۲- بلند کتاب بخوانیم: بلند کتاب خواندن، آن هم در کنار خانواده یکی از مهمترین راهکارهای کتاب خوانی فرزندان

است، بچه های می بینند و تکرار می کنند.

۳- کتاب در دسترس باشد: دسترسی به کتاب آسان باشد، یعنی به جای داشتن کتابخانه های بزرگ با چند هزار جلد کتاب در ادار ها، قفسه های کوچک با پنج تا ۱۰ جلد کتاب تهیه کرده و در همه اتاق های اداری قرار دهیم. کتاب ها با موضوعات متنوع در این قفسه ها قرار داده شود و به صورت مستمر کتاب ها را در بین قفسه ها جابه جا کنیم تا سلیقه همه همکاران را در تهیه کتاب رعایت کرده باشیم.

۴- هر چیزی را از کتاب های یاد می گیریم، با دیگران به بحث بگذاریم؛ این کار باعث خواهد شد با زاویه های دید مختلفی یک کتاب را بخوانیم. به دیگران نیز این نکته را یاد بدهیم تا همه با هم لذت ببریم.

۵- نباید کتاب را فقط خرید، بلکه می توان امانت داد یا

امانت گرفت و حتی گراهی کرد.

۶- فرهنگ کتاب خوانی از کودکی آغاز می شود: نباید فراموش کنیم که اگر بچه ها همیشه در دست ما بزرگترها کتاب ببینند و چشم هایشان به دیدن کتاب عادت کند، گام بزرگی در علاقه مند کردن آنها برای کتاب خواندن و تغییر فرزندمان، کمورمان و حتی جهان بر داشته ایم.

«در دوران مدرسه مشوقی برای کتاب خوانی داشتید؟ در مدرسه معلم یا هم کلاسی هایی که مشوق کتاب خوانی و قفسه گویی باشند، من اصرار زیاد معلم هایم را خواندن کتاب های درسی و مخالفت با مطالعه کتاب ها و مجلات متفرقه، مزید بر علت بود؛ اما من راهم را انتخاب کرده بودم. تقریباً کتابی در کتابخانه مدرسه نبود که نخوانده باشم.

«آیا برنامه ای برای کتاب خوانی یا قسه گویی برای فرزندان دارید؟

بله؛ با کمک همسرم به جای لالایی، برای بسرم شعر می خوانیم و قصه های کودکانه تعریف می کنیم، به شکلی که عادت به قصه قبل از خواب، بخشی از برنامه تربیتی ما و برنامه زندگی فرزندانم شده است. همچنین یکی از بازی هایی که سه نفره انجام می دهیم، خواندن کتاب با صدای بلند است. چند صفحه من و چند صفحه مادرش؛ البته تا حدی که خسته نشود. گاهی فقط چند خط خوانده می شود، گاهی نیز وقتی خودش مشغول بازی است، ما کتاب مورد علاقه مشترکمان را بلند می خوانیم، شاید بگویید خیلی کوچک است؛ اما در ناخود آگاهی ثبت می شود.

«نقش قصه گویی یا کتاب و کتاب خوانی برای آرامش کودکان آن هم در روزگار امروز که عصر انفجار اطلاعات در شبکه های مجازی است، چیست؟ آیا آن را مؤثر و سودمند می دانید؟

فرزندم در دهه ۹۰ به دنیا آمده، بنابراین درک شرایط امروز تربیت کودکان برای من و همسرم قابل لمس تر است و همین شرایط ما را وادار می کند تا با راهکارهایی به فرزندانم امید و امنیت بدهیم و اتفاق نظر داریم که قصه گویی فعال و حرفشان نیست. یکی از بهترین و کوتاه ترین راههاست؛ از این رو برنامه همیشگی ما شده تا جایی که از الان یک

کتابخانه کوچک با کتاب های قصه متفاوت در اتاق خواب او در نظر گرفته ایم و برنامه مطالعه روزانه را در حضور او ادامه می دهیم که ایجاد انگیزه کند.

«در ایام کرونا و خانه نشینی چه می کنید؟

در این روزها که پوینش در خانه ماندن همگانی شده، مهم ترین سرگرمی من و خانواده ام کتاب خوانی است. حتی ایام فراغت از کارم را نیز به همین امر اختصاص می دهم. در هر جمعی که حضور بیامی کنیم، سعی خواهیم کرد با توجه به سن و علاقه حضار، خلاصه ای از کتبی که در همان زمینه خوانده ام را خدمت دوستان ارائه کنم. شاید مفید فایده باشد و اینگونه توانستم یکی از عزیزانم را به کتاب خوانی علاقه مند کنم و اگر کسی در جمع تجربه مشابهی داشت حتماً از تجارب او استفاده خواهیم کرد تا دوستی را بیشتر تمرین کنم و با هم از این موضوع لذت ببریم.

«آخرین کتاب های که خوانده اید؟

آخرین کتاب هایی که خوانده ام عبار تنداز: «ختر کی که ره ایش کردی»، «سالار مگس ها»، «قرار به غرب» و «جنگل تروزی».

«چه پیشنهادی دارید که مادران و پدران جوان برای بچه هایشان قصه بگویند یا کتاب بخوانند؟

بچه های امروز با بچه های دیروز خیلی فرق دارند. تبلت و بازی های کامپیوتری دارند. خیلی از آنها تک فرزندان تنها هستند. خیلی از بچه های این نسل دست والدین گوشی می بینند و اینکه همه چیز در تلگرام و اینستاگرام جالب شده است. خب این بچه ها وقتی کتاب خوانی و قصه گویی

و بازی مداوم با همسالان و بستگان ندارند، چطور می توانند لذت های که والدینشان داشتند را تجربه کنند. بچه های نسل اینترنت تنها هستند. پیشنهاد می کنم عزیزان تضمین خداوند رزاق بر تامین روزی فرزندان را جدی بگیرند و برای اضافه شدن چند خواهر و برادر دیگر برای فرزندان همت کنند. تحقیقات و کتاب های خوبی از معایب تک فرزندی و مزایای چند فرزندی وجود دارد. پیشنهاد می کنم کتاب خوانی را برای کودکان هجان انگیز کنیم یا کتاب هایی که کارتون فیلمشان را ساخته اند با هم برایشان بخیریم. وقتی خیلی کوچک هستند، کتاب هایی بخیریم تا آنها فقط یاره شان کنند. اگر کتاب خودمان را برداشتنند به زور از دستشان بگیریم، حتی اگر یک صفحه اش را هم پاره کردند. من خودم خیلی روی کتاب حساسم، اما وقتی فرزندم کتابم را امچاله می کند یا مصوری از او می گیرم تا در آینده در برابر خواندن کتاب مقاومت نکند

«برای ترویج کتاب و کتاب خوانی در بین همکارانتان چه راهکاری دارید؟

همکاران ما با کتاب خواندن می توانند از صفات خلاقیت، ایده و... بر خوردار شده و شیوه یا راهکار تازه ای برای بالا بردن بهره وری ارائه دهند و محیط کار خود را از روزمزمگی رها ساخته و در بر نشاط کردن فضای کاری گامی بلند بردارند. من نیز هر آنچه را که در توان دارم، خلاصانه تقدیم خواهم کرد تا فرهنگ مطالعه در بین همکاران رواج پیدا کند، مثلاً حاضر م هزینه ایی را که همکاران برای کتاب خوانی می کنند، بپردازم کتاب های کتابخانه شخصی خود را به دوستان امانت داده و حتی هدیه کنم. برای انتخاب کتب به دوستان و همکارم کمک کنم و تجربیاتم را در اختیارشان قرار دهم. به مسوولان کتابخانه منطقه شمال شرق برای تجهیز کتابخانه های مراکز انتقال نفت و تأسیسات تابعه این منطقه کمک کنیم؛ با همکاران مدیر و روابط عمومی منطقه، کتابخانه های سیار داخل خودروهای شرکت راه اندازی کرده تا همکاران مادر زمان سفرهای کاری و ماموریت بتوانند از کتب موجود در خودرو استفاده کرده و وقتشان را به بطالت نگذرانند. پویش ۱۵ دقیقه مطالعه در روز راه بیندازیم و خودمان لااقل روزی ۱۵ دقیقه کتاب بخوانیم و آن را به پویش همگانی تبدیل و از این پویش حمایت کنیم.

## منبع

فرهنگ و هنر

«چه توصیه ای در رابطه با مطالعه و انس با کتاب برای جوانان دارید؟

۱- قدرت کلمات و واژه ها را دست کم نگیرید. معجزه آخرین پیغمبر خدا، کتاب آسمانی قرآن است. این خود بهترین گواه برای اهمیت کتاب است.

۲- کتاب «هنوس تا به دست آوری» را حتما بخوانید. این کتاب اثبات می کند که با نوشتن می توان به تمام آرزوها دست پیدا یافت.

۳- کتاب «آین دوست یابی»، زندگی ۵۰۰ ثروتمند دنیا را بررسی کرده و بهترین راهکارها را پیشنهاد داده است، به راحتی از کنار این کتاب رد نشوید.

۴- کتاب های «جزء از کل»، «ملت عشق»، «دایی جان ناپلئون»- ایرج یوشکزان» و «اثر مرکب» را حتما مطالعه کنید

«حرف آخر؟

سال ها پیش یکی از دوستانم به دلیل مشکلاتی مجبور بود شب ها در محل کارش بخوابد. یک روز چهار کتاب و تعدادی دی وی دی به او هدیه دادم، مطالعه کرد و گوش داد و همزمان در چند سمینار هم شرکت کرد. الان یک هلدینگ در شهر مشهد مقدس راه اندازی کرده و دو سال پیش در برج میلاد، سمینار موفقیت گذاشته بود، یک کتاب به نام «تبیجه» دارد که در مقدمه این کتاب به این موضوع و هدیه من البته بدون ذکر نامم- اشاره کرده و علت موفقیتش را مطالعه همان کتاب ها و دی وی دی ها ذکر کرده است. بس فرصت ها را غنیمت بشماریم و براحتی فرصت سوزی نکنیم

معتمد فضای مجازی جای کتاب و کتاب خوانی را نمی گیرد. در همین ایام قرنطینه اجباری کرونا، روزی نیم ساعت برای فضای مجازی وقت می گذاشتم و مابقی اختصاص می دادم

## روش‌های تقویت بینایی

# مراقبت چشم‌هایتان باشید

توانایی دیدن این دنیا نعمت بزرگی است. چشم‌ها به عنوان عضوی حساس، وظیفه مهمی به عهده دارند. به همین دلیل هم باید به خوبی از آنها مراقبت کرد. چشم انسان، یکی از حساس‌ترین، پرکاربردترین، دقیق‌ترین و آسیب‌پذیرترین قسمت‌های بدن است. بنابراین مراقبت از آنها نقش موثری در بینایی دارد. البته سن، ژنتیک و برخی وسایل الکترونیک گاهی بینایی را تحت تاثیر قرار می‌دهند و روی بینایی و سلامت چشم‌ها اثرات منفی می‌گذارند. از این روش‌هایی را در ادامه آورده‌ایم که با انجام آنها به راحتی می‌توانید به تقویت قدرت بینایی و چشم‌ها کمک کنید.

### آشنایی با عملکرد بینایی

اگر با نحوه عملکرد بینایی آشنا باشید، می‌توانید بفهمید که برای تقویت آن چه کارهایی باید انجام دهید. با دانستن این موضوع، بهتر است برای تقویت بینایی روش‌های همیشگی دیدن و استفاده کردن از چشم‌ها را تغییر دهید.

### نوشیدن آب

همان‌طور که می‌دانید بدن انسان به‌طور متوسط از ۶۰ درصد یا بیشتر، آب تشکیل شده است. اگر چشم‌های شما بیشتر مواقع خشک است، زود خسته می‌شود یا تاری دید دارید، مصرف آب روزانه‌تان را افزایش دهید تا به رفع این موارد کمک کنید.

### مصرف آمینواسیدها

این مواد تقویت‌کننده بینایی هستند. آمینواسیدها از چشم‌ها در برابر رادیکال‌های آزاد محافظت می‌کند و بافت چشم را سالم نگاه می‌دارد و جلوی زوال چشم را می‌گیرد.

### نمودار بینایی

با نصب یک نمودار بینایی روی دیوار و استفاده از آن می‌توانید پیشرفت بینایی خود را اندازه بگیرید. کمک گرفتن از این نمودار به شما کمک می‌کند هر زمان که خواستید، بتوانید بینایی‌تان را بسنجید و از سالم بودن چشم‌ها اطمینان پیدا کنید.

### کمی بخوابید

خواب خوب و کافی روی تمام عملکردهای بدن تاثیر گذار است. استراحت مناسب می‌تواند تقویت بینایی را به دنبال داشته باشد. چراکه خواب به ماهیچه‌های چشم که زیاد کار می‌کنند، اجازه می‌دهد که استراحت کاملی داشته باشند.

### استفاده از عینک آفتابی

از دیگر اقداماتی که برای تقویت بینایی باید انجام داد، حفظ چشم‌ها در برابر اشعه UV است. استفاده از عینک‌های آفتابی مناسب از چشم‌ها در برابر اشعه UV حفاظت می‌کند.

### مصرف ویتامین‌های مفید

از دیگر کارهایی که باید برای تقویت بینایی انجام داد، مصرف ویتامین‌هایی است که برای بینایی مفید هستند. استفاده از موادی را که مقدار زیادی ویتامین‌های A، C، لوتئین و... دارند، فراموش نکنید. اسیدهای چرب امگا ۳ هم از مواد مغذی مفید دیگری هستند که نه تنها به سلامت قلب، بلکه به سلامت شبکیه هم کمک می‌کند و جلوی روند کاهش دید مرتبط با افزایش سن را می‌گیرد.

### حفظ رطوبت

یکی از مهم‌ترین مواردی که در زمینه سلامت چشم‌ها باید به آن توجه کنید، حفظ توازن طبیعی رطوبت چشم‌هاست. خشکی چشم‌ها باعث ایجاد خارش، قرمزی و درد می‌شود. برای رفع این مشکل مرتب پلک بزنید، حتی زمانی که به صفحه تلویزیون یا رایانه مستقیماً نگاه می‌کنید.

### استراحت دادن‌های پشت سرهم

چشم‌ها هم مثل سایر اعضای بدن برای اینکه عملکرد خوبی داشته باشند، به تغذیه مناسب نیاز دارند. بنابراین مصرف هویج، کلم پیچ، زغال اخته، زردآلو و غذاهایی که منبع غنی بتاکاروتن هستند، می‌تواند باعث تقویت بینایی شود.

### استراحت دادن

از دیگر روش‌های تقویت بینایی، استراحت دادن به چشم‌هاست. برای این کار، کف دو دست خود را روی هم بکشید تا کمی گرم شود، حالا کف دستانتان را روی چشمانتان بگذارید تا استراحت کنند. این کار را در طول روز هر چند وقت یکبار انجام دهید، به خصوص اگر پشت رایانه نشست‌اید. بستن چشم‌ها برای چند دقیقه و استفاده از کمپرس‌های جایگزین سرد و گرم هم می‌تواند گزینه خوبی برای استراحت دادن به چشم‌هایتان باشد. اگر از چشم‌هایتان برای مدت طولانی کار می‌کشید، توصیه می‌شود هر ساعت، ۱۰ دقیقه به آنها استراحت دهید تا فرصتی برای بازیابی پیدا کنند.

### ورزش دادن

مطمئناً همه می‌دانند که فعالیت ماهیچه‌ها باعث ورزیده‌تر شدن آنها می‌شود، این موضوع در خصوص چشم‌ها نیز صادق است. پس با ورزش دادن عضلات چشم‌ها، از تنبلی آنها جلوگیری کنید. برای تقویت ماهیچه‌های چشم ورزش‌های خاصی وجود دارد که با انجام آنها می‌توانید به تقویت بینایی کمک کنید. یکی از این ورزش‌ها، استفاده از روش ۲۰×۲۰×۲۰ است. برای این کار هر ۲۰ دقیقه روی یک شی که فاصله‌ای ۶۰۰ سانتیمتری دارد برای ۲۰ ثانیه تمرکز کنید. روش دیگر اینکه چشم‌هایتان را به صورت دورانی، ۱۰ بار در جهت حرکت عقربه‌های ساعت بچرخانید و این کار را ۱۰ مرتبه دیگر در جهت عکس تکرار کنید.

### افزایش انعطاف

اگر کارتان به شکلی است که ناچارید زمان‌های طولانی را مقابل صفحه رایانه‌تان بنشینید، به فاصله یکی، دو ساعت روی اشیایی که دورتر قرار گرفته‌اند، تمرکز و سعی کنید. نگاه کردن طولانی‌مدت به صفحه کامپیوتر، تلویزیون و هر چیزی که باعث این اتفاق می‌شود، می‌تواند آسیب‌پذیری چشم‌ها کمک کند. استراحت دادن‌های پشت سرهم اگر از چشم‌هایتان برای مدت طولانی کار می‌کشید، توصیه می‌شود هر ساعت، ۱۰ دقیقه به آنها استراحت دهید تا فرصتی برای بازیابی پیدا کنند.

**سید ایوب موسوی در گفت و گو با « مشعل »:**

# کسب مدال در المپیک، دور از دسترس نیست

خود، در خانه تمرین می کند تا برای المپیک مشکلی نداشته باشد و قرنطینه خانگی را بهترین و مؤثرترین راه پیشگیری از کرونا می داند. با سید ایوب موسوی در خصوص وضعیتش و اینکه در دوران کرونا چه می کند؟ گفت و گویی داشتیم که با هم می خوانیم.

قزاقستان و روسیه هستند؛ اما در المپیک همه آماده اند و برای کسب مدال می آیند؛ اما در آسیا همان طور که گفتیم، وزنه برداران کشورهای آسیای میانه رقیب اصلی هستند.

آیا فکرمی کردید روزی موفق به کسب مدال جهانی شوید؟ از کودکی فکرمی کردم روزی بتوانم به مدال جهانی و آسیایی برسیم، اگر غیر از این بود، وارد این رشته نمی شدم. امیدوارم بتوانم در صورت برگزاری مسابقات قهرمانی آسیا یک نتیجه خوب و ابرومندانه بگیرم. هرکسی برای خودش اهدافی ترسیم کرده و من هم از این قاعده مستثنا نیستم

سال ۹۸ به لحاظ ورزشی برای شما سال خوبی بود؟ از نظر ورزشی سال خوبی داشتم؛ چون در ۴ مسابقه قهرمانی آسیا، قهرمانی جهان، جام نعیم سلیمان او غلو ترکیه و قطر کاب صاحب مدال شدم و این نشان از عملکرد خوب من در سال گذشته است.



رقیبان از کدام کشورها هستند؟ رقیبان اصلی من از کشورهای ازبکستان،

پیش روی آسیایی چه مدالی کسب کنید و همین طور برای المپیک چه برنامه ای دارید؟ تاریخ مسابقات جدید هنوز معلوم نیست و متأسفانه شما نمی توانید برنامه ریزی مناسب داشته باشید؛ اما با تمام این اوصاف جای یک مدال طلا و قهرمانی آسیا در ویتنرین افتخاراتم خالی است. من به دنبال قهرمانی در آسیا هستم. با گرفتن سهمیه المپیک هم سعی می کنم بر روی سکو بروم. البته کار خیلی سختی در پیش دارم اما کسب مقام در المپیک دور از دسترس نیست، بخصوص اینکه حالا فرصت خوبی برای آماده سازی داریم.

مدالت در المپیک چه رنگی خواهد بود؟ تعیین رنگ مدال از الان خیلی سخت است. باید وارد مسابقات شوید و بدانید با چه وزنه بردارانی باید رقابت کنید؛ اما با تمام این اوصاف سعی می کنم که روی سکو بروم و یک مدال خوش رنگ برای کشورم کسب کنم

اما گویا مسابقات آسیایی هم لغو شده؟ بله درست است. مسابقات وزنه برداری قهرمانی آسیا گزینشی المپیک توکیو قرار بود در شهر «تاشکند» ازبکستان برگزار شود، که لغو شد؛ البته ابتدا قزاقستان میزبان مسابقات بود که به دلیل شیوع ویروس کرونا و اینکه دولت قزاقستان اجازه حضور تعدادی از کشورها را نمی داد، فدراسیون جهانی قهرمانی میزبانی را به ازبکستان واگذار کرد. با این حال برگزاری مسابقات در ازبکستان هم کنسل شد و حالا باید دید تکلیف برگزاری مسابقات قهرمانی آسیا چه می شود.

فکرمی کنید تعویق مسابقات آسیایی و نیز المپیک به نفع ورزشکاران ایرانی بود؟

ما در کوران مسابقات لیگ قرار داشتیم و به قولی بدن ها آماده بود و می خواستیم در اردو حاضر شویم. همین موضوع شانس ما را برای قهرمانی در آسیا و کسب سهمیه المپیک افزایش می داد. این اتفاق رخ نداد و من فکرمی کنم زمان بیشتری برای تمرین و آمادگی داریم. به هر حال باید صبر کنیم ببینیم چه پیش می آید. من به فال نیک می گیرم.

آیا تمرین در خانه مفید است؟ مسلمانان تمرین در باشگاه با خانه خیلی فرق می کند. در باشگاه کنار سایر هم تیمی ها تمرین می کنید و انگیزه بیشتری است؛ چون باید رقابت کنید؛ اما در خانه چنین شرایطی وجود ندارد. به هر حال تمرین در خانه از هیچی بهتر است.

شما یک مقام سومی جهان و همین طور نایب قهرمانی آسیا را در کارنامه خود دارید. فکرمی کنید در مسابقات

بهداشتی پیشقدم شوند و برای رعایت امور بهداشتی و در خانه ماندن با افراد جامعه صحبت کنند. با هم تأکید داریم و از شهروندان می خواهم به بهداشت فردی بیشتر توجه کرده و از تردد، مخصوص در اماکن عمومی خودداری کنند. از مردم انتظار داریم که دست به دست هم دهند تا این ویروس را برای همیشه ریشه کن کنیم.

از وضعیت خودتان بگویید. الان که تمرین ها تعطیل شده، چگونه برای المپیک و مسابقات آسیایی آماده می شوید؟ برای مسابقات قهرمانی آسیا که گزینشی المپیک توکیو است، آماده می شوم و با توجه به تعطیلی اماکن ورزشی واردوی تیم ملی. تمرین های خود را به صورت اختصاصی و روزانه در منزل انجام می دهم.

توصیه ای هم برای مردم ورزشکاران دارید؟ برای اینکه بتوانیم از انتشار این ویروس بخوبی جلوگیری کنیم، باید قرنطینه خانگی را که بهترین و مؤثرترین راه پیشگیری از کروناست، رعایت کنیم. بهترین درمان، پیشگیری است و بهترین پیشگیری هم در رابطه با ویروس کرونا در کشور پرهیز از حضور در اجتماعات است.

نقش ورزشکاران در این دوران چقدر مهم است؛ بخصوص ملی پوشان؟

ورزشکاران، الگوهای خوبی برای جامعه هستند و به توصیه های آنها توجه می شود. بنابراین باید خود در انجام توصیه های

یک تا دو ساعت پس از خوردن یک غذایی سبک است که البته در این فاصله فرد باید به مقدار کافی آب بنوشد تا بتواند به انجام تمرین های ورزشی بپردازد. ورزش پیش از خوردن سحری هم از دیگر زمان های مناسب ورزش کردن در ماه رمضان است. برای ورزش کردن در این زمان فرد باید ساعت ۱۱ شب بخوابد تا بتواند نیم ساعت قبل از زمان سحر بیدار شده و ورزش کند. با توجه به اینکه بدن افراد ورزشکار در ماه رمضان به آب بیشتری نیاز دارد، به این افراد توصیه می شود که بین وعده افطار تا سحری به مقدار کافی مایعات و بویژه آب بنوشند. ورزشکاران می توانند برای تأمین املاح مورد نیاز بدن خود، به یک لیوان آب، یک قاشق غذاخوری آب لیمو و مقدار بسیار کمی شکر اضافه کنند. همچنین تأکید می شود در این ماه ورزشکاران از نوشیدن مایعات کافئین دار مانند قهوه پرهیز کنند، چرا که این نوشیدنی ها باعث تکرر ادرار و دفع مقدار زیادی آب از بدن می شود که در نهایت بدن ورزشکار با کمبود آب، بی حالی و خستگی مواجه خواهد شد.

## معاون باشگاه نفت آبادان؛ معاون لیگ تابع ستاد مقابله با کرونا هستیم

فیفا مشکل مربی تیم ملی و نفت آبادان را حل می کند

سی و ستاد مقابله با کرونا بگویند ما هم تابع هستیم؛ البته در این خصوص نظر نهایی را مدیرعامل و رئیس هیات مدیره و اعضای هیات مدیره می دهند و این سخن من بر اساس شنیده ها و صحبت هایی است که با این دوستان داشتم. رضاییان در مورد شرایط مالی این باشگاه نیز گفت: در این مدت تعطیلی توانستیم ۲۰ درصد دیگر قرارداد با بازیکنان را بدهیم و مثل سایر تیم ها مجموع پرداختی های ما به بازیکنان به ۵۰ درصد رسیده است؛ البته پول اسکوچیج برسد، مبلغ نسبتا خوبی است و می توانیم گوشه ای از مشکلات مالی باشگاه را حل کنیم.

کر و تا چه می کنید؟ ما هم مثل سایر مردم درگیر این ویروس خطرناک هستیم. امیدوارم هر چه زودتر این ویروس ریشه کن شود و مردم به زندگی عادی خود برگردند؛ البته به مردم توصیه می کنم که در خانه بمانند و با رعایت اصول بهداشتی به از بین بردن هر چه زودتر این بیماری سرعت ببخشند.

توصیه ای هم برای مردم ورزشکاران دارید؟ برای اینکه بتوانیم از انتشار این ویروس بخوبی جلوگیری کنیم، باید قرنطینه خانگی را که بهترین و مؤثرترین راه پیشگیری از کروناست، رعایت کنیم. بهترین درمان، پیشگیری است و بهترین پیشگیری هم در رابطه با ویروس کرونا در کشور پرهیز از حضور در اجتماعات است.

نقش ورزشکاران در این دوران چقدر مهم است؛ بخصوص ملی پوشان؟ ورزشکاران، الگوهای خوبی برای جامعه هستند و به توصیه های آنها توجه می شود. بنابراین باید خود در انجام توصیه های

خانواده اش در کرواسی باز گردد؛ اما طولی نکشید که بعد از جدایی از جمع طلایی پوشان آبادانی سر از فدراسیون فوتبال ایران در آورد و سرمربی تیم ملی فوتبال کشورمان شد. همان موقع باشگاه صنعت نفت آبادان، تعهدی را که از این مربی کروات گرفته بود تا در صورت حضور در تیم دیگری غیر از صنعت نفت آبادان در ایران باید غرامت بدهد، به جریان انداخت. با توجه به بی توجهی اسکوچیج نسبت به این موضوع، مسوولان باشگاه صنعت نفت آبادان هم از او به فیفا شکایت کردند. به همین منظور هفته گذشته سرمربی تیم ملی فوتبال کشورمان در حالی که در یک گفت و گوی تلویزیونی حضور داشت، در مورد این پرونده مدعی شد که مشکلش با صنعت نفت آبادان در حال حل شدن است. مسعود رضاییان، معاون باشگاه صنعت نفت آبادان در گفت و گو با «مشعل» با تکذیب حل شدن موضوع از سوی سرمربی سابق صنعت نفت، گفت: از روزی که اسکوچیج رفته تا کنون خبری نشده است؛ البته اوایل ایمیلی می زد؛ اما الان دیگر آن ایمیل را هم نمی زند. برای همین ما منتظر رأی فیفا در این زمینه هستیم. او در ادامه در خصوص اینکه اسکوچیج چرا هیچ اقدامی نکرده است، گفت: نه اینکه اقدامی نکرده باشد، وکیل ایشان چند بار از طریق ایمیل، با باشگاه ارتباط برقرار کرد و در آخرین ایمیل خود، از باشگاه فرصت بیشتر خواسته بود، چون در مقابل شکایت ما یک لایحه ارائه داده بود که مهلت آن هم ۲۸ آوریل یعنی هفته گذشته به پایان رسید و هنوز هم خبری از آنها نیست. رضاییان در ادامه با اشاره به این موضوع که دیگر فقط فیفا باید تکلیف را روشن کند، گفت: باشگاه به خاطر حرمت تیم ملی خیلی صبر کرد و تا کنون منتظر ماند؛ اما منافع باشگاه صنعت نفت آبادان مهم تر از هر چیزی است و نباید بگذاریم حتی خورده شود، بنابراین دیگر همه چیز تمام شده و حالا از این به بعد منتظر رأی فیفا هستیم. معاون باشگاه صنعت نفت آبادان در خصوص اینکه فدراسیون فوتبال اقدامی برای حل مشکل انجام داده است یا خیر، گفت: فدراسیون تا به حال هیچ اقدامی نکرده و به قول معروف پیشقدم نشده است؛ البته جایی که بحث پول باشد، هیچ کسی پیشقدم نمی شود. البته باید این را هم اضافه کنم که طرف حساب ما نه فدراسیون فوتبال و نه وزارت ورزش است. ما با خودش طرف هستیم.

معاون باشگاه صنعت نفت آبادان همچنین در خصوص شرایط این تیم در دوران کرونایی و تعطیلی مسابقات گفت: بازیکنان طبق خواسته سرمربی، در منازل خود در حال تمرین هستند و ما هم مثل بقیه منتظر تصمیم مسوولان هستیم. در خصوص شروع بازی ها، جزو باشگاه هایی نیستیم که مخالفت کنیم. هر چه فیفا ای اف

ورزش کردن در ماه مبارک رمضان، مستلزم رعایت نکات و اصولی است و اگر این نکات و اصول مورد توجه قرار نگیرد، ممکن است بدن فرد دچار کمبود آب و افت شدید انرژی شود. افراد در این ماه باید به نسبت روزهای دیگر، ورزش های سبک تری انجام دهند. علاوه بر کاهش میزان شدت ورزش در این ماه، باید مدت زمان آن را هم کم کنیم. به گونه ای که اگر در روزهای عادی سال سه جلسه یک ساعت و نیمی در طول هفته ورزش می کردیم، در این ایام باید آن را به پنج جلسه نیم ساعته تغییر دهیم. طراحی تمرین برای ورزش کردن در این ماه نقش مهمی دارد. بنابراین پیشنهاد می شود ورزشکاران روزه دار سه روز در هفته را به انجام برخی ورزش های هوازی مانند ایروبیک با شدت پایین، پیاده روی سریع، دو آرام و دوچرخه سواری اختصاص دهند و دو روز هم ورزش های قدرتی مانند وزنه زدن سبک انجام دهند. بهترین زمان برای انجام ورزش در این ماه نیم ساعت قبل از افطار است، چرا که بدن ورزشکار بلافاصله پس از تمرین به آب نیاز پیدا می کند. زمان مناسب دیگر برای ورزش کردن در این ماه، حدود

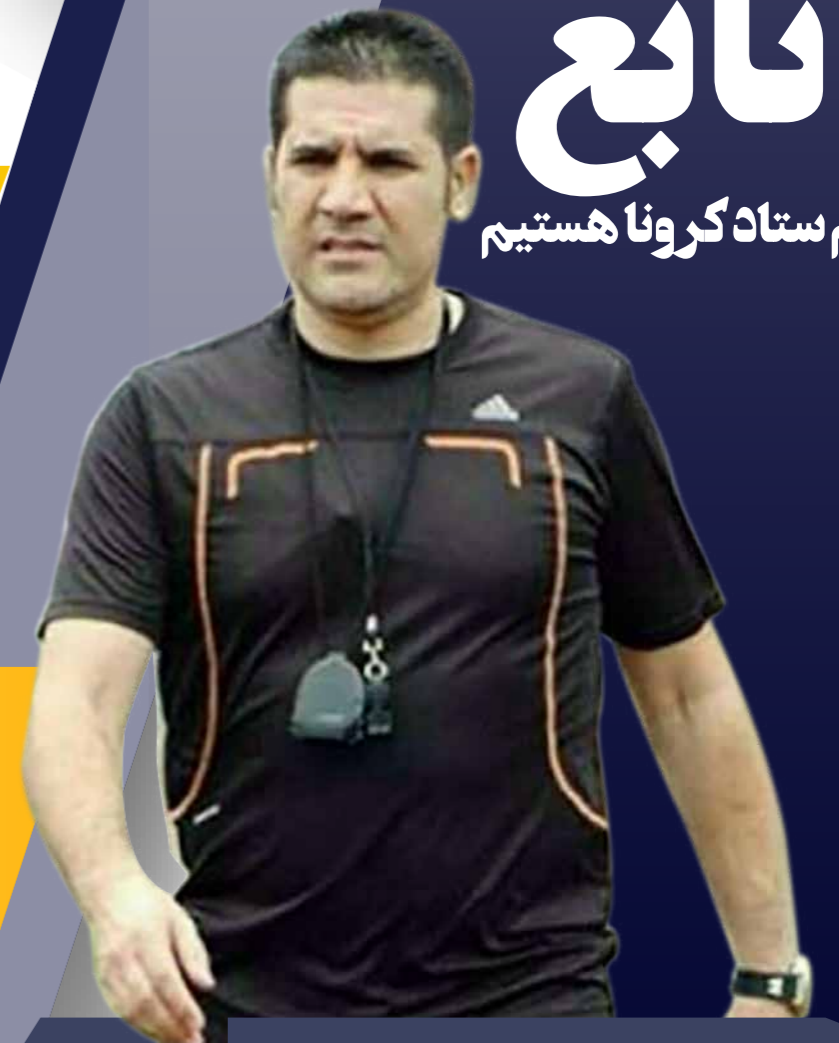
## در ماه مبارک رمضان چگونه ورزش کنیم؟

ورزش کردن در ماه مبارک رمضان، مستلزم رعایت نکات و اصولی است و اگر این نکات و اصول مورد توجه قرار نگیرد، ممکن است بدن فرد دچار کمبود آب و افت شدید انرژی شود. افراد در این ماه باید به نسبت روزهای دیگر، ورزش های سبک تری انجام دهند. علاوه بر کاهش میزان شدت ورزش در این ماه، باید مدت زمان آن را هم کم کنیم. به گونه ای که اگر در روزهای عادی سال سه جلسه یک ساعت و نیمی در طول هفته ورزش می کردیم، در این ایام باید آن را به پنج جلسه نیم ساعته تغییر دهیم. طراحی تمرین برای ورزش کردن در این ماه نقش مهمی دارد. بنابراین پیشنهاد می شود ورزشکاران روزه دار سه روز در هفته را به انجام برخی ورزش های هوازی مانند ایروبیک با شدت پایین، پیاده روی سریع، دو آرام و دوچرخه سواری اختصاص دهند و دو روز هم ورزش های قدرتی مانند وزنه زدن سبک انجام دهند. بهترین زمان برای انجام ورزش در این ماه نیم ساعت قبل از افطار است، چرا که بدن ورزشکار بلافاصله پس از تمرین به آب نیاز پیدا می کند. زمان مناسب دیگر برای ورزش کردن در این ماه، حدود



سرمربی تیم فوتبال نفت امیدیه :

# برای برگزاری لیگ تابع تصمیم ستاد کرونا هستیم



مشعل - حضور در تیم سرخ‌های پایتخت با اینکه کوتاه‌مدت بود، باعث شد فوتبال ایران بر سر زبان‌ها بیفتد. اوبعد از پایان فوتبال مدارج مربیگری را پله پله طی کرد تا امروز که هدایت تیم نفت امیدیه را در لیگ دسته دوم فوتبال باشگاه‌های ایران به عهده دارد. سرمربی تیم فوتبال نفت امیدیه می‌گوید در این روزها که مردم با ویروس کرونا دست‌به‌گر بیان هستند، با در منزل ماندن و رعایت نکات بهداشتی به از بین بردن این ویروس کمک کنند. جهانبخش جعفری به اوضاع تیمش هم اشاره دارد و می‌گوید: به خاطر کرونا فعلا تمرین نداریم و شاگردانم به صورت انفرادی در خانه تمرین می‌کنند. امیدوارم این مشکل حل و شرایط ادامه لیگ فراهم شود؛ در غیر این صورت باید لیگ را تعطیل کرد تا سلامت بازیکنان و مردم در خطر نیفتد. با جهانبخش جعفری، سرمربی تیم نفت امیدیه گفت‌وگویی داشتیم که مشروح آن را با هم می‌خوانیم.

«از پیشینه خودتان بر ایمان می‌گویید تا بیشتر آشنا بشویم؟ جهانبخش جعفری هستم، بازیکن سابق تیم‌های پرسپولیس، پاس و برق شیراز که با پرسپولیس در سال‌های ۷۶ و ۷۷ به‌عنوان بازیکن در جام حذفی و لیگ آزادگان قهرمان شدم و در ادامه به‌عنوان سرمربی در تیم‌های راهیان کرمانشاه، راه آهن تهران و البدر بندر کنگ در لیگ یک و همچنین کیمیا فرایند تهران، بعثت کرمانشاه، نفت امیدیه و البدر بندر کنگ در لیگ دسته دوم کار کردم که موفق شدم با البدر بندر کنگ به لیگ دسته یک صعود کنم. این روزها با کرونا چه می‌کنید؟ ما هم مثل سایر مردم درگیر این ویروس خطرناک هستیم. امیدوارم هر چه زودتر این ویروس ریشه‌کن شود و مردم به زندگی عادی برگردند؛ البته به مردم توصیه می‌کنم در خانه بمانند و با رعایت اصول بهداشتی به از بین بردن هر چه زودتر این بیماری سرعت ببخشند. «وضعیت در تیم شما چگونه است؟ ما هم مثل سایر تیم‌ها و با توجه به شرایط، تمرینات را تعطیل کردیم.

متأسفانه این بیماری و ویروس باعث شد که مسابقات تعطیل شود و همه بلا تکلیف باشیم. امیدوارم هر چه زودتر تکلیف مشخص شود و به تیم‌ها خبر دهند که چه می‌خواهند بکنند و از چه زمانی مسابقات آغاز خواهد شد. «پس شما هم در این مدت تمرینات نفت امیدیه را مانند سایر تیم‌ها تعطیل کرده‌اید؟ بله در دست است، بالاخره شرایط ایجاد می‌کند که تمرینات تیم ما مانند سایر تیم‌ها تعطیل باشد چون سلامت و حفظ جان بازیکنان و نیز تمام عوامل تیم از کادر فنی تا تدارکات همه و همه مهم است. «شما به تعطیل شدن تمرینات معترض نیستید؟ در این وضعیت کسی نمی‌تواند معترض تعطیلی تمرینات و لیگ باشد، این یک ضرورت بوده و باید منتظر باشیم و ببینیم که تکلیف چه می‌شود. من خودم هم وقتی با مسئولان صحبت می‌کنم، حرف آنها خارج از منطق نیست. آنها می‌گویند آیا کسی می‌داند کرونا چه زمانی از کشور می‌رود که ما بازی‌ها را شروع کنیم؟ به نظرم در این وضعیت باید صبر و حوصله داشته باشیم تا هر زمانی مسئولان به این نتیجه رسیدند که ویروس کرونا کنترل شده، بعد از آن ما هم می‌توانیم تمرینات ما را آغاز کنیم. «بعضی‌ها عقیده دارند که لیگ کلاً باید تعطیل شود. شما با این تعطیلی موافق هستید یا اینکه لیگ ادامه پیدا کند؟ بالاخره تیم‌ها هزینه کرده‌اند و می‌خواهند نتیجه بگیرند و برای خودشان

برنامه و هدف دارند. در بالای جدول چند تیم در کورس قهرمانی هستند و در انتهای جدول هم برای بقا می‌جنگند؛ بنابراین بهترین حالت، ادامه مسابقات است، اما در عین حال باید شرایط را هم بسنجیم و بر اساس آن تصمیم بگیریم. «با توجه به اشاره شما به این موضوع، بعضی تیم‌ها که در کورس قهرمانی هستند و بعضی‌ها هم دارند سقوط می‌کنند، اصرار به مشخص شدن تکلیف قهرمانی و بقای تیمشان دارند، به نظر شما چه باید کرد؟ به نظر من اصلاً درست نیست. اینها موضوعاتی است که در اولویت‌های بعدی قرار دارد. در حال حاضر اولویت اصلی سلامت مردم و جامعه است. اینکه اگر ویروس ادامه‌دار باشد، چه تصمیمی باید برای لیگ گرفته شود، اولویت بعدی است. البته باید در این خصوص به قانون هم توجه کرد و اینکه تصمیم قیفا را هم مدنظر گرفت چون لیگ‌های اروپایی هم تعطیل است و باید دید آنجا چه تصمیمی می‌گیرند. البته همان‌طور که گفتیم، نمی‌شود خرده‌هم گرفت بالاخره تیم‌ها هزینه کرده‌اند و زحمت کشیده‌اند. «بازیکنان شما در تعطیلات برنامه تمرینی نمی‌داشتند؟ بله مثل بیشتر تیم‌ها بازیکنان تیم ما هم در طول تعطیلات برای حفظ آمادگی بدنی تمرینات اختصاصی داشتند به این ترتیب که ما هر روز صبح برنامه تمرینی برای بازیکنانمان ارسال می‌کنیم و آنها هم گزارش خود را از تمریناتشان برای ما می‌فرستند. «سال گذشته و در واقع فصلی که هنوز تمام نشده، برای شما چطور

سرپرست تیم فوتسال بانوان ملی حفاری :

## قهرمانی حق ملی حفاری است

سرپرست تیم فوتسال بانوان ملی حفاری عقیده دارد اگر لیگ ادامه پیدا نکند، با توجه به این که این تیم قهرمان مرحله گروهی لیگ برتر شده است و بازی رفت از مرحله پلی آف را هم برده‌اند، قهرمانی حق آنهاست ولی در عین حال معتقد است که جام‌های این چنینی به آنها نمی‌چسبد و ادعا نمی‌کنند که جام را به خانه‌شان بفرستند چرا که می‌خواهند در زمین سابقه حرفشان را بزنند. منیژه زیبا در پاسخ به این پرسش که گفته می‌شود مرحله پلی آف لیگ برتر فوتبال بانوان را بزنند، می‌گوید: ما هم در این پرسش چطور مسابقات فوتبال و فوتسال لیگ برتر آقایان برگزار می‌شود، اما نمی‌توانند برای فوتسال بانوان تصمیم‌گیری کنند، گفت: نمی‌دانم مدیریت ندارند یا اصلاً نمی‌دانند چریان

اوایل خردادماه آغاز خواهد شد به «مشعل» گفت: هنوز مسئولان درباره زمان آغاز مسابقات، صحبتی با باشگاه‌ها نداشته‌اند. اما مسئولان موقعی مسابقات لیگ برتر فوتسال بانوان را تعطیل کردند که بعد از تاریخ بازی‌های پلی آف بانوان، پلی آف لیگ برتر فوتسال آقایان و همچنین لیگ برتر فوتبال آقایان برگزار شد. جالب این است که روز برگزاری بازی، تصمیم به برگزار نشدن پلی آف لیگ برتر فوتسال بانوان گرفتند، در حالی که تیم‌های میهمان وارد شهر تیم‌های میزبان شده بودند، به نظرم این تصمیم، به عدم مدیریت و برنامه‌ریزی کمیته بانوان برمی‌گردد. سرپرست تیم فوتسال ملی حفاری در ادامه در پاسخ به این پرسش چطور مسابقات فوتبال و فوتسال لیگ برتر آقایان برگزار می‌شود، اما نمی‌توانند برای فوتسال بانوان تصمیم‌گیری کنند، گفت: نمی‌دانم مدیریت ندارند یا اصلاً نمی‌دانند چریان

به این سوال که آیا فدراسیون حاضر است در صورت تصمیم به برگزاری مسابقات در کیش که هزینه بسیاری بر دوش باشگاه‌ها خواهد گذاشت، از نظر مالی به باشگاه‌ها کمک کند، گفت: فدراسیون حکم‌های قهرمانی چندین سال قبل ما، پاداش فوتسالیست‌های تیم ملی و پاداش قهرمانی‌های حفاری را نداده است و در تمام سال‌هایی که قهرمان شده‌ایم، فقط

یک بار پاداش دریافت کرده‌ایم. منیژه زیبا در ادامه در خصوص کرونا گفت: در این شرایط سلامت جامعه باید برای ما مهم باشد. اما نمی‌دانم چرا برخی مربیان اصرار به برگزاری مسابقات دارند. مگر برگزاری لیگ به قیمت جان انسان‌ها هم می‌شود؟ سرپرست تیم فوتسال بانوان ملی حفاری در پاسخ به این سوال که درست است که سه تیم



دیگر مرحله پلی آف تمرین داشته‌اند؟ گفت: از این موضوع اطلاعی ندارم. ولی از زمانی که به ما اعلام کردند مسابقات لغو است، از بازیکنان خواستیم که به شهرهایشان برگردند و جزو اولین تیم‌هایی بودیم که خوابگاه‌ها را هم تعطیل کردیم و به ابلاغیه‌های صادر شده پایبند بودیم. سلامت بازیکنان برای ما مهم است و کسب قهرمانی به هر قیمت ارزش ندارد. منیژه زیبا درباره عنوان قهرمانی در صورت تعطیلی لیگ گفت: ما مثل برخی تیم‌های لیگ برتری ادعا نمی‌کنیم که چون قهرمان مرحله گروهی شده‌ایم، باید جام قهرمانی را به ما بدهید، ما می‌گوییم در یک شرایط عادلانه و یک فرصت برابر و در صورتی که کرونا فروکش کرده باشد، مسابقات را برگزار کنند. اگر لیگ ادامه پیدا نکند، با توجه به این که ما قهرمان مرحله گروهی شدیم و یک بازی از پلی آف را هم برده‌ایم، قهرمانی حق ماست ولی جام‌های این چنینی به ما نمی‌چسبد و ادعای نمی‌کنیم که جام را با اسنپ به درب خانه‌هایمان بفرستند و می‌خواهیم در زمین مسابقه حرف‌مان را بزنیم.

## پولاد مردان ملی حفاری و مناطق نفتخیز جنوب سوم و پنجم شدند



معرفی شوند. به این ترتیب تیم‌های وزنه برداری ملی حفاری اهواز که در پایان هفته سوم با ۲۲۰۲ امتیاز در رده سوم قرار گرفته بود در نهایت به کسب مقام سوم لیگ دست پیدا کرد و نیز همین‌طور تیم وزنه برداری مناطق نفتخیز جنوب که با ۱۸۶۸ امتیاز در پایان هفته سوم در تبه پنجم قرار داشت به همان مقام دست پیدا کرد تا پرونده پولاد مردان نفتی با دو مقام سوم و پنجمی در رده بزرگسالان در فصل جاری بسته شود.

تیم‌های وزنه برداری ملی حفاری و مناطق نفتخیز جنوب در پایان لیگ برتر وزنه برداری باشگاه‌های ایران به ترتیب به عنوان‌های سوم و پنجم دست پیدا کردند. هفته چهارم و پایانی لیگ برتر وزنه برداری باشگاه‌های ایران که پیش از این قرار بود، اسفندماه ۹۸ برگزار شود، به دلیل شیوع ویروس کرونا برگزار نشد. در ادامه برای اینکه تکلیف قهرمان و سایر تیم‌ها مشخص شود با تصمیم فدراسیون و نظر خواهی از تمام باشگاه‌ها، قرار شد که تیم‌های برتر بر اساس رده‌بندی تا پایان هفته سوم لیگ برتر

## در پایان لیگ برتر وزنه برداری ایران





چه بخوانیم؟

پراگ در تبعید

این رمان، داستان زندگی آدم‌هایی است که می‌خواهند یک جایی از زندگی‌شان را عوض کنند...



چه ببینیم؟

ماتکن

این سریال به کارگردانی حسین سهیلی زاده و تهیه‌کنندگی ایرج محمدی در شهریور ۹۸ منتشر شد...



نکاتی برای والدینی که می‌خواهند فرزندشان بهترین باشد

مسیر کشف استعداد را اشتباه نرویم

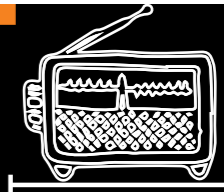


چطور استعداد کودک خود را کشف کنیم؟

اول از همه توجه کنید که باید این فرهنگ غلط «کودک من باید دکتر یا مهندس یا خلبان شود» را کنار بگذارید...

مشعل کشف استعداد های کودکان، یکی از مهمترین اتفاقات و موضوعات مهم در زندگی آنها و والدین به عنوان مسوول زندگی آنها حداقل تا سنی که به سمت انتخاب های خود بروند...

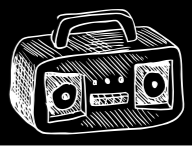
بسیاری از کودکان از همان سنین پایین، ممکن است به شکلی چشمگیر به موسیقی، ورزش، هنر و برخی رفتارهای بزرگترها توجه و علاقه نشان دهند...



شعر

لاابالی چه کند دفتر داتایی را طاق و عطف نباشد سر سودایی را آب را قول تو با آتش اگر جمع کند...

\*سعدی



چه بشنویم؟

کولی

این قطعه از آلبوم «نه فرشته‌ام، نه شیطان» همایون شجریان است که با استقبال زیادی رو به رو شده است...



شرح عکس



عکس: امیر حسامی، تژاد - مهر

امسال ماه مبارک رمضان در بیمارستان‌ها و مراکز درمانی حال و هوایی متفاوت دارد. بیمارستان کامکار قم بخش عمده‌ای از بیماران مبتلا به کرونا را در خود گنجانده است و پرسنل آن در حین کار، افطار می‌کنند.

معرفی اپلیکیشن



گفت‌وگو با کارگر نمونه استان هرمزگان که از خانواده بزرگ نفت است

# کار خوب حتما دیده می‌شود

## 1 Stock Wars

این نرم‌افزار مخصوص کاربران iOS یعنی آیفون و شما را در یک محیط کاملاً شبیه سازی شده از بازار بورس قرار می‌دهد و به سادگی شما را با مفاهیم اصلی سرمایه‌گذاری در بورس و استراتژی‌های آن آشنا می‌سازد. اطلاعات جامعی که این برنامه در مورد بازار سهام، سهام شرکت‌ها و روندهای بازار در اختیار کاربر می‌گذارد، تقریباً به شکلی جامع ارائه می‌شود و برخی از امکانات حرفه‌ای تر همچون تحلیل‌های تکنیکال را می‌توان با پرداخت مبالغی در اختیار داشت. یکی از مهم‌ترین و بهترین امکانات این ابزار، این است که شما را یخوبی در تعامل با سایر کاربران قرار می‌دهد و شما قادر به رصد فعالیت‌ها و استراتژی‌های آنها هستید.



## 2 بورسی‌ها

خیلی‌ها دوست دارند با پس اندازشان وارد بازار سرمایه شوند و از طریق بورس به داد و ستد بپردازند؛ اما نمی‌دانند چطور به صورت آنلاین و بدون مراجعه به کارگزاری وارد بورس شوند. این نرم‌افزار به بسیاری از سوالات شما درباره بورس پاسخ می‌دهد و همزمان آموزش مقدماتی، تکنیکال، بنیادی و اصطلاحات رایج در بورس را دارد و کد بورسی را هم به طور آنلاین و غیر حضوری به صورت رایگان در اختیار شما قرار می‌دهد.

## 3 Stock Market Simulator

این نرم‌افزار رایگان که مخصوص اندروید است، به شما امکان می‌دهد در یک محیط شبیه‌سازی شده از بازار بورس جهانی فعالیت خود را آغاز کنید. با ۱۰ هزار دلار سرمایه مجازی اولیه می‌توانید خرید و فروش سهام را آغاز کنید و همراه تحولات بازار، سهام مورد علاقه را رصد کرده و از نظر بگذرانید. همچنین این نرم‌افزار از تعدادی امکانات حرفه‌ای برخوردار است که البته برای فعال کردن آنها، باید مبالغی پرداخت کنید. برخلاف سایر برنامه‌های مشابه که محیط و در کل همه چیز در بورس را برای شما ساده می‌کند، این نرم‌افزار همه اطلاعات مورد نیاز شما در مورد عملکرد شرکت، تاریخچه وضعیت، جایگاه شرکت در بازار و هر آنچه یک بورس باز حرفه‌ای در دنیای واقعی به آن نیاز دارد را در اختیار شما می‌گذارد. یکی از بهترین امکانات این ابزار، قابلیت گفت‌وگو متن‌آلاین با سایر کاربران است.

کارگر نمونه می‌گوید، اختراع او که حالا به ثبت هم رسیده، قابلیت تغییر اندازه و حالت برای استفاده در موقعیت‌های دیگر را هم دارد. چنین اقدام و ارائه‌ای از سوی کارگران و نیروی انسانی پالایشگاه زمانی به نتیجه می‌رسد که مسئولان این مجموعه فضا و زمینه‌های لازم را برای کارگران و نیروهای اجرایی فراهم کنند و باید از این همراهی هم تشکر کرد. او ادامه می‌دهد: این طرح را در سال ۹۸ در جشنواره ای که هر ساله اداره کار، تعاون و رفاه اجتماعی برگزار می‌کند، ارائه داده و با توجه به ملاک‌های مختلفی که دخیل بوده، انتخاب شده است. یکی از ملاک‌های آنها رزومه کاری و گذراندن دوره‌های آموزشی بود که خوشبختانه من رزومه کاری خوبی داشتم و دوره بین‌المللی نبوش (nebosh) را هم به شکلی مجزا و انفرادی گذرانده بودم و همه اینها دلایلی برای انتخاب من به عنوان کارگر نمونه و این طرح شد. مظلومی می‌گوید: در مورد این طرح و سازه تولید شده، موضوع صرفه جویی مالی برای شرکت، کاهش خطرات و رعایت پروتکل‌های ایمنی هم مطرح بوده که در این موارد هم این طرح قابل دفاع است. در واقع یکی از دلایل انتخاب این طرح و انتخاب او به عنوان کارگر نمونه، حذف داربست بندی دردرون ظروف صنعتی، افزایش ایمنی، کاهش خطرهای ناشی از فعالیت در فضاهای محصور، کاهش هزینه در هنگام اجرای تعمیرات روی ظروف صنعتی و صرفه جویی ارزی و ریالی بوده است.

**مشعل** | آرش مظلومی، کارگر خوش فکر پالایشگاه بندر عباس است که در روز کارگر امسال به عنوان کارگر نمونه استان هرمزگان انتخاب شده است. او در بخش صنعت «جشنواره امتنان از کارگران»، به خاطر طراحی خلاقانه سبد حمل نفر برای فعالیت در فضاهای محصور مورد تقدیر قرار گرفت. آرش مظلومی متولد شیراز است و از خانواده نفت که سال‌هاست به واسطه شغل پدر جزو خانواده نفت بوده و حالا به عنوان یکی از نیروهای خلاق پالایشگاه بندرعباس معرفی شده است. پدر او سال‌ها در پالایشگاه شیراز مشغول به کار بوده و در ادامه به پالایشگاه بندرعباس منتقل می‌شود و با خانواده به بندرعباس می‌آیند. آرش مظلومی در این شهر بزرگ شده و در دانشگاه صنعت نفت آبادان، مهندسی شیمی آتش خوانده است. او به عنوان دانشجوی نخبه بورسیه نفت می‌شود؛ اما به دلیل تغییرات در برنامه‌های وزارت نفت جذب نفت نمی‌شود. او دو سال به عنوان مسئول ایمنی در پتروشیمی برزویه فعالیت داشت و همزمان دوران سربازی خود را هم گذراند. در ادامه مدتی به عنوان مشاور اج‌اس‌ای شرکت پیمانکار خصوصی در شیراز فعالیت کرد و در نهایت در سال ۹۶ در پالایشگاه بندرعباس به عنوان مسئول ایمنی جذب شد. مظلومی بر این باور است که کار خوب در هر موقعیتی که باشد، دیده می‌شود و باید تلاش کرد بهترین کار را ارائه کرد. او می‌گوید: در پالایشگاه بندرعباس با چالشی در یکی از راکتورها مواجه بودیم که در شرایط عادی امکان رسیدگی نداشت و من به کمک همکارانم، امکانی خلاقانه را ارائه کردیم تا این مشکل، ساده و کم خطر برطرف شود. او با بیان اینکه پیشنهاد، ایده پردازی و طراحی این سازه با من بود، اما در جریان ایده پردازی و ساخت، همکارانم کمک زیادی کردند، می‌افزاید: این سبد، سبکی معمولی است که با طراحی مجدد و تغییر شکل آن را برای استفاده در فضای محصور و برای جلوگیری از تکان‌های زیاد آماده کردیم. این تلاش‌ها قطعاً نمی‌توانست تنها از طریق من انجام شود، بنابراین باید کمک همکارانم را نیز یادآوری کنم. این