



۱۶۱

ماهیه داخلي گروه کارخانجات مقصود
الشانزدهم / ۶۸ صفحه / عید نوروز ۱۴۰۲



● پیام ریاست هیئت مدیره گروه
در آستانه نوروز ۱۴۰۲

● حضور گروه کارخانجات مقصود
در نمایشگاه فرانکوکوت آلمان

● پروژه راه اندازی اپال پنج

IROPAL®

The bright side of life



سپیده جام توس Sepideh Jam Toos

شرکت سپیده جام توس در سال ۱۳۸۰ با هدف تولید شیشه های اپال (کدر) ، بسته بندی کالاهای مذکور و سایر امور بازار گانی مرتبط با مواد اولیه مورد نیاز و فروش محصولات تولیدی و همچنین مشارکت در پروژه های فرآوری مواد اولیه ای این صنعت در فاز یک شهرک صنعتی توس مشهد تاسیس شد.

شرکت در تاریخ ۱۳۸۵/۸/۳۰ موفق به اخذ پروانه بهره برداری در زمینه تولید پروژه پیرکس با ظرفیت سالانه ۱۰۵۰۰ تن و در تاریخ ۱۳۸۶/۴/۲۳ موفق به اخذ پروانه بهره برداری در زمینه تولید پروژه اپال با ظرفیت سالانه ۱۲۰۰۰ تن گردید که این ظرفیت با راه اندازی کوره ۵ در مردادماه ۱۴۰۱ به ۱۷۰۰۰ تن در سال افزایش یافته و بالغ بر ۱۰۰۰ نفر نیروی تولید ، فنی و ستادی مشغول به فعالیت می باشند.

دستاوردها شرکت سپیده جام توس

- ۱- پروژه توسعه کوره ۵ اپال و ماشین آلات مربوطه
- ۲- جایگزینی تامین آجر نسوز با کیفیت از سورس های اروپایی به جای آجرهای چینی در تعمیر اساسی کوره ها
- ۳- پروژه بهره برداری از طرح استفاده مجدد از پساب خروجی (آب فربت) شرکت سپیده جام توس
- ۴- جایگزینی مواد اولیه داخلی به جای سورس های خارجی با هدف کاهش قیمت تمام شده محصول و حذف وابستگی خارجی
- ۵- افزایش ظرفیت منابع انرژی از جمله برق و گاز با توجه به راه اندازی کوره ۵
- ۶- اورهال اساسی کوره ۴ و ماشین آلات مربوطه

تعداد شاغلین: ۱۰۰۰ نفر
ظرفیت تولید: ۱۷۰۰۰ تن سال





پیام ریاست محترم هیات مدیره گروه
جناب آقای مهدی ایمانی به مناسبت سال نو

بسم الله الرحمن الرحيم

يَا مُقْلِبَ الْقُلُوبِ وَ الْأَبْصَارِ يَا مُدَبِّرَ اللَّيْلِ وَ النَّهَارِ يَا مُحَوِّلَ الْحَوْلِ وَ
الْأَحْوَالِ حَوْلُ حَالَنَا إِلَى أَحْسَنِ الْحَالِ

به فضل پروردگار و به برکت همکاری با شما بزرگواران سالی دیگر با دستاوردها و نتایجی ارزشمند رو به اتمام است و بهار که زمینه ساز تحول در زندگی و زمانی برای تفکر، تعمق و اصلاح امور است در حال آمدن است.

اینجانب فرا رسیدن ایام نیکو و زیبای بهاری را خدمت همه همکاران گرامی که در تحقق اهداف گوناگون و رسیدن به دستاوردهای سازمان تلاش نموده اند تبریک عرض نموده و آرزومندم با بهره گیری از انوار قرآن کریم و فضیلتهای ماه مبارک رمضان که طلیعه رحمت پروردگار برای این سال نیکوست سالی همراه با شکوفایی روز افزون را داشته باشیم و در افزایش تولید و اشتغال جامعه سهیم گردیم.

در سالی که گذشت با راه اندازی پروژه های جدید، افزایش سطح کیفیت محصولات، تعامل با مشتریان محترم و همچنین شفافیت بیش از پیش در فعالیتهای مالی برای دومین سال متوالی گزارش مالی تلفیقی را در شرکتهای گروه با وضعیت سود ده ارائه نمودیم و خدارا شاکریم که توانستیم در کنار یکدیگر با وجود مشکلات و چالش های ایجاد شده طی ماههای اخیر که تجربه ای که آن نیز در مسیر چابکسازی هزینه گردید به توفیقات بسیاری دست یابیم.

انشا... در پرتو توجهات خداوند متعال، در سال ۱۴۰۲ در کنار برکات الهی و به همت و کوشش شما بزرگواران ضمن تقویت هر چه بیشتر مجموعه بتوانیم در مسیر تعالی بیشتر ملت شریف ایران همراه گردیم.

گروه کارخانجات مقصود
Grand Maghsoud Group
مهدی ایمانی
ریاست هیئت مدیره گروه





نشریه داخلی گروه کارخانجات مقصود
Internal Journal of Maghsoud Factories Group

سال شانزدهم | شماره ۱۶۱ | ویژه نوروز
Sixteenth year | N.O 161 | Special for Nowruz

پرویزرو حبخش - سردبیر

تقارن بهار طبیعت و بهار قرآن مبارک

از سوی دیگر عید سعید نوروز یعنی فرارسیدن بهار طبیعت، امسال با بهار قرآن یعنی ماه میارک رمضان تقارن یافته و نوید سالی پر برکت و توان با سازندگی را می‌دهد. سازندگی و تولیدی که از همینک نشانه هایش در گامهای محکم و عزم های استوار کارکنان گروه به خوبی هویداست.

پوشیدن لباس گروه کارخانجات مقصود امروز برای هر جوان ایرانی که سودای عزت کشور و سربلندی اقتصادی آن را در اقصی نقاط جهان در سر دارد افتخاری بزرگ است.

روزی با همین امید و اطمینان معمار کبیر گروه، شادروان غلامرضا ایمانی سنگ بنای مجموعه را به عشق و راستگویی و هنر و تلاش بنا نهاد و امروز ریاست هیئت مدیره گروه با همان انگیزه و اطمینان و اعتماد به نیروی انسانی گروه یعنی بزرگترین سرمایه آن، این کشتی عظیم را بر فراز امواج اقیانوس عظیم تولید به پیش می راند و لبخندی بر لب دارد که نشان از رضایت و موفقیت و همکاری همه کارکنان در این مسیر صعب دارد.

به هر تقدیر بهار طبیعت و عطر شکوفه های سیب، رویش و آغازی دوباره را در همه هستی نوید می دهد.

در هنگامی که دعای سال تحويل را زیر لب زمزمه میکنیم برای آرامش روح بلند پنیان گذار گروه و نیز موفقیت و سلامتی خلف شایسته اش، ریاست هیئت مدیره گروه دعا کنیم تا هر روز این سفره بزرگ و بزرگتر شود و جوانان بیشتری بر آن جای گیرند و از سویی با تولید بهتر همچنان جایگاه ویژه گروه در عرصه های رقابتی و بین المللی حفظ گردد.

Farrasidin Unid-Nowruz, Behar-e-Bahar-e-Quran, Rahbe-Shma-Hemkaran-e-Garami
تبریک می گوییم.

با گل گشت طبیعت و شکوفایی غنچه های هزار رنگ و شکوفه های بهاری سال ۱۴۰۲ و عید سعید نوروز از راه رسید. طبیعت درس بزرگی است، چهره نو می کند و با پوشیدن لباس سبز، از نوری دیدن و از نو آغاز کردن را به همه اجزای هستی یادآور می شود. رقص شکوفه های بهاری بر فراز شاخه های نو رسته نشان از عشق و تلاش و کوشش دوباره ای دارد که معلم بزرگ طبیعت سعی دارد به ما بیاموزد.

بیاموزد که همه چیز در چرخه آغازی دوباره است و کار و تلاش و تولید نیز که ماستگارانش در گروه بزرگ کارخانجات مقصود هستیم از این قاعده مستثنی نیست.

گروه بزرگ مقصود سال گذشته در عرصه های تولید و توسعه، گامهای اساسی و بلندی برداشت و در شرایط ناساعد اقتصادی حاصل از تحریم ها، همچنان به جذب نیرو برای عزت بخشی به عرصه اقتصاد کشور همت گمارد و در همین راستا پرچم تولید ناب را در سراسر گیتی به اهتزاز در آورد و بی همتای و موفقیت خویش را در این صنعت آمیخته به هنر به رخ جهانیان کشید.

واين در حال است که برنامه های توسعه ای و تولید گروه کارخانجات مقصود همچنان با مدیریت حاج آقا مهدی ایمانی در سال نو نیز ادامه خواهد داشت.

از نگاهی دیگر باید اذعان کرد که معیشت کارکنان و کارگران گروه همواره در اولویت مدیریت محترم گروه بوده و توزیع بسته های معیشتی حمایتی گواهی بر این مدعاست.

با احترام



فهرست

contents



ماهnamه برگ سبز مقصود

چاپ و نشر: گروه کارخانجات مقصود

مدیر مسئول: مهدی ایمانی

سر دبیر: پرویز روحی خوش

اعضای تحریریه: اکرم ساقی، محمد حسین کوثر، حجت نیک مرام، علی آراسته، محمد نصیری، زهرا ایمانی

دبیر تحریریه: الهام خواب بیان

مدیر هنری: امیر برادران

عکاس: امیر رضایان

با تشکر از همکاران گرامی و متخصص که با ارسال مقالات علمی و فنی و ... یاریگر ماهنامه بودند:

آقایان:

دکتر علی آراسته نگاهی به رویداد دانشگاه ادکنفرمایی جو لایی درمان احتیاد و روش های آن | دکتر شکرالله خوشی روزه داری روح الله اسکندری فرآیند قانونی انتخاب مدیران امیران غیاثی حالت شکست و تجزیه و تحلیل محمدمباقری کنترلرهای صنعتی زیمنس | احسان خزیمه توسعه محوری شرکت سپیده چام مهدی راستگو استراتژی فروش ارمنان غلامی مبانی اینمنی و آشنانی خاتم ها:

الهام خواب بیانان کمالگرایی اخذیجه سیرغانی دانستی های شیرینی انتگار فتحی تعادل کار و زندگی

نشانی: شهرک صنعتی توس افزاییک گروه کارخانجات مقصود

تلفن تماس: ۰۵۱۰۳۵۰۰۰

مقصود ما، مقصد شماست

همراه ما باشید

e www.grandmaghsoud.com
info@grandmaghsoud.com

@grandmaghsoud
@maghsoudpress



سپیده جام تووس
Sepideh Jam Toos



سال شاهد
نیزه نوروز
برگزینش

پروژه راه اندازی اپال پنج

این پروژه به عنوان طرح توسعه شرکت سپیده جام تووس و پنجمین کوره اپال این مجموعه در زمینی به مساحت ۴۴۰۰ مترمربع در سه بخش تولید ۱، تولید ۲ و دکور ساخته شده است.

این مجموعه دارای ۴۱۷۳ مترمربع سالن تولید و ۳۱۵۷ مترمربع زیرزمین برای نصب تاسیسات مکانیکی و برقی و ۱۲۰۰ مترمربع نیم طبقه برای فضای دکور میباشد.

کلیه طراحی های ساختمانی و معماری با توجه به سازه های موجود و توسط کارشناسان داخلی مجموعه انجام شده است. این پروژه شامل یک کوره تولید ظروف رومیزی اپال و یک خط تولید مجهر به پرس ۱۶ ایستگاهه به همراه فایر پولیش مربوطه و یک خط تولید مجهر به پرس ۱۲ ایستگاهه با فایر پولیش مربوطه و یک خط تولید پرس بلو برای تولید ایتمهای هوایی خاص مثل پارچ و سس خوری با زوایای منفی در بدنه میباشد. راه اندازی خط پرس بلو باعث تکمیل بیش از پیش خانواده تولیدات در مجموعه سپیده جام گردیده است.

با توجه به این که این پروژه مبایست در کار سالن های تولید موجود شرکت سپیده جام اجرا میشد لازم بود تا با حفظ ساختار معماری مجموعه جانمایی ماشین آلات و کوره جدید طراحی شود تا علاوه بر امکان استفاده ماشین آلات جدید همانگی با خطوط تولید قبلی نیز حفظ شود. از این رو در مرحله اول با در نظر گرفتن موارد بالا همچنین طرح توسعه آینده برای کوره ششم اپال لی اوت اولیه کل سایت تهیه گردید مواردی که بر اساس تجربیات چندین ساله تولید اپال لازم بود تا مورد توجه قرار گیرد نیز منظور گردید.

انجام محاسبات و مهندسی بخش بخش پلنت موجود به نحوی که بچ پلنت موجود بتواند کوره اپال ۵ را هم پاسخگو باشد. برای این منظور بچ پلنت در شرایط جدید مهندسی مجدد گردید و کلیه تجهیزات و ماشین آلات برای ظرفیت جدید محاسبه و ماشین آلات و مخازن که باید اضافه میشدند مشخص شد. کلیه عملیات مهندسی این بخش به صورت کامل توسط تیم کارشناسان شرکت سپیده جام انجام شد. طراحی و ساخت ماشین آلات و تجهیزات تکمیلی بچ پلنت به صورت ۱۰۰ درصد در مجموعه



ماهنشاهی تخصصی
گروه کارخانجات مقصود
سال شانزدهم و سیزدهم نوروز ۱۴۰۲





Special for Nowruz
Sixteenth year

N.O 161

5



سپیده جام و آذین قالب صورت گرفت و ساخت این ماشین آلات نیز در بخش ماشین سازی مجموعه انجام شد.

کوره تمام الکتریکی اپال

کشور چین با توجه به سرمایه گذاری وسیعی که در بخش ساخت کوره های الکتریکی شیشه های خاص انجام داده است در حال حاضر یکی از قوی ترین تامین کنندگان کوره های الکتریکی برای صنعت اپال میباشد که با توجه به بررسی های کارشناسی انجام شده با شرکت sgmt که توسط یک نهاد دانشگاهی و علمی در طراحی کوره پشتیبانی میشود عقد قرار گردید.

طراحی کوره به صورت شش گوش و بدون استفاده از الکترودهای تاپ یا الکترودهای جانسی در تانک مذاب است و البته فورهارت های گازی از دیگر ویژگی های این کوره میباشد که تاکنون در مجموعه سپیده جام وجود نداشته است.

طراحی کوره به صورت شش گوش می باشد که نسبت به کوره های موجود از ویژگی های منحصر بفردی برخوردار است از جمله کاهش سرعت خوردگی در کوره و افزایش طول عمر عملیاتی کوره.



برگزاری
نهمین
سال



ماهنه‌مه‌تخصصی
گروه کارخانجات مقصود
سال شانزدهم و سیزدهم نوروز
۱۴۰۲

۶



سازه فلزی این کوره یا استیل استراکچر آن در زمان حضور کارشناسان مجموعه در کشور چین به صورت کامل مورد بازبینی قرار گرفت و نقشه های آن با توجه به شرایط موجود و تبادل نظر انجام شده اصلاح ساختاری گردید.

لازم به ذکر است که طراحی استیل استراکچر کوره به صورت سه بعدی و بر اساس نقشه های اولیه به صورت قطعات تفصیلی و مجموعه کامل توسط کارشناسان مجموعه به صورت ۱۰۰ درصد انجام گرفت و ساخت و نصب سازه های فلزی اصلی کوره نیز مسکlad در مجموعه سپیده جام و آذین قالب صورت گرفت که برای اولین بار در مجموعه انجام میشد توان طراحی و ساخت یکی از اساسی ترین بخش های کوره تمام الکتریکی در کشور در این مجموعه عملابه اثبات رسید.

طراحی پلت فرم های بارگیری و پلت فرم های اپراتوری و جانبی کوره کلا توسط کارشناسان مجموعه انجام گردید و ساخت آن توسط بخش آهنگری مجموعه انجام شد.

از ویژگیهای خاص این پروژه انجام عملیات مهندسی و طراحی و ساخت بیشتر تجهیزات (کانوایرها ، اسکرایپر ، اسکیل ، دایورتور ، مخازن آب و ...) در داخل مجموعه سپیده جام و آذین قالب است.

با توجه به شرایط اقلیمی خاص و همچنین با توجه به تجربیات از سایر کوره ها سیستم آب خنک کاری کوره به صورت کاملاً جدید طراحی و بهینه سازی شد محاسبات بار حرارتی کوره و الکترودها و محدودیت های طراحی در سرعت خنک کاری سایر پارامترهای خاص کوره محاسبات ویژه مهندسی در این بخش رامی طلبید که داشش فنی و تجربه تخصصی موجود یک طراحی ویژه و کاربردی را نتیجه داد البته کلیه عملیات طراحی و ساخت این مجموعه نیز در داخل مجموعه انجام شد.

طراحی و انجام محاسبات لازم در طراحی سیستم های تامین هوای اکسیژن و هوای فشرده نیز بخشی از نتایج کارکرد تیم مهندسی پروژه است.

لازم است به این موضوع اشاره شود که با استفاده بهینه از اکسیژن سازه های موجود و تغییر جانمایی و بهینه سازی ساختاری و عملیاتی انها ظرفیت اکسیژن سازه ای را به نحوی افزایش پیدا کرد که خطوط اضافه شده تولید را پوشش دهد و کاملاً این مورد به صورت عملیاتی محقق گردید.

در خصوص تجهیزات هوای فشرده و طراحی سیستم هوای فشرده این نکته حائز اهمیت است که یک دستگاه توربو کمپرسور که یکی از پیشرفته ترین کمپرسورهای تولید هوای فشرده و با جدیدترین تکنولوژی موجود میباشد برای این مجموعه خریداری و نصب شده است که عمر طولانی تجهیز و کیفیت بالای هوای فشرده تولیدی آن از ویژگی های منحصر بفرد این نوع کمپرسور است.

طراحی تاسیسات برقی و تابلوهای توزیع مجموعه جدید را تیم کارشناسی برق مجموعه با در نظر گرفتن بالاترین سطوح استاندارد و اینمنی و استفاده از تکنولوژی های جدید همچون پست های برق GIS و همچنین پشتیبانی برق اضطراری به انجام رسانده و کلیه عملیات اجرایی از قبیل نصب و تجهیزات و کابل کشی های قدرت و ابزار دقیق توسط تیم اجرایی داخل مجموعه سپیده جام صورت گرفت.

نصب ماشین آلات این پروژه توسط تیم های اجرایی و منطبق بر نقشه های تهیه شده انجام شده است.

از ویژگی های منحصر بفرد این نوع کمپرسور است.

طراحی تاسیسات برقی و تابلوهای توزیع مجموعه جدید را تیم کارشناسی برق مجموعه با در نظر گرفتن بالاترین سطوح استاندارد و ایمنی و استفاده از تکنولوژی های جدید همچون پست های برق GIS و همچنین پشتیبانی برق اضطراری به انجام رسانده و کلیه عملیات اجرایی از قبیل نصب و تجهیزات و کابل کشی های قدرت و ابزار دقیق توسط تیم اجرایی داخل مجموعه سپیده جام صورت گرفت.

نصب ماشین آلات این پروژه توسط تیم های اجرایی و منطبق بر نقشه های تهیه شده انجام شده است.

شرکت سپیده جام توسعه کلیه لهرهای آنیل و تمپر مربوط به این پروژه را با توجه به دانش فنی موجود طراحی و عملیات ساخت آن به صورت ۱۰۰ درصد در شرکت آذین قالب واحد ماشین سازی انجام شد.

(لهر آنیل مربوط به خط پرس ۱۶ ایستگاهه به عرض ۲.۷۰ سانتیمتر و طول ۳۸ متر) (لهر آنیل مربوط به خط پرس ۱۲ ایستگاهه و خط پرس بلو به عرض ۲.۷۰ سانتیمتر و طول ۴۲ متر) (لهر تمپر دکور به عرض ۱.۲۰ سانتیمتر و طول ۴۲ متر ساخته شده است)

ساخت لهرهای آنیل و تمپر برای ظروف اپال اولین بار با موفقیت صد درصدی در مجموعه سپیده جام انجام شد و ساخت این لهرها و نتایج حاصله توانایی ویژه تیم کارشناسان مجموعه را برای طراحی این لهرها و دستیابی به دانش فنی طراحی و ساخت این تجهیزات به اثبات رساند.

با تأکید مدیریت سازمان بر تأمین شرایط محیطی کاری حتی بالاتر از استانداردهای الزامی به عنوان یکی از ویژگیهای خاص پروژه جدید استفاده از غبار گیر مرکزی قوی برای تأمین یک محیط کاری سلامت و پاکیزه برای همکاران شاغل در سالن تولید در نظر گرفته شد به نحوی که سلامت و پاکیزگی و شرایط استاندارد قابل تضمین باشد. ویژگی منحصر بفرد اجرای این پروژه در شرکت سپیده جام توسعه این است که قبیل از اجرای پروژه کلیه نقشه های قسمت های مختلف پروژه از قبیل سازه های فلزی، آجر چینی تانک ها، فورهارت ها ماشین آلات تولید، فرمینگ، لهرها تاسیسات مکانیکی، خطوط کالت برگشتی، لوله کشی های آب، گاز، اکسیژن، هوا فشرده و کابل کشی همه جزیئات این پروژه به صورت سه بعدی در واحد مهندسی دفتر پروژه تهیه و مدل سه بعدی نهایی آن ایجاد گردید.

تهیه روشهای اجرایی پروژه براساس مدل های سه بعدی و اجرای پروژه در این بعد با این روش یکی از افتخاراتی است که برای اولین در مجموعه سپیده جام حاصل گردید و نتیجه به کار گیری نرم افزارهای مهندسی و استفاده از تجربه چندین ساله و دانش مهندسی بروز و ادغام آنها بود.

تجربه تولید چندین ساله اپال باعث شده است تا تیم تحقیق توسعه و مهندسی تولید با اتکا به دانش موجود و با استفاده از مواد اولیه کاملایرانی ترکیب مواد اولیه خاصی را برای ذوب شیشه در این کوره به دست آورد که ضمن حفظ تشابه پارامترهای بصری نسبت به تولیدات سایر کوره بهینه سازی کیفیتی و عملیاتی را نیز نتیجه دهد.

آیتمهای جدید برای تولید بین خطوط و باروش تولید فری پرس در نظر گرفته شده بود که بخش طراحی قالب در شرکت آذین قالب با دستیابی به دانش فنی این روش و استفاده از دانش طراحی قالب خود اقدام به طراحی و ساخت قالبهای موردنیاز نمود. کلیه آیتمهای موردنظر برای تولید با خطوط تولید توسط تیم اجرایی تست تولید عملیاتی شده و با کیفیت و راندمان مناسب و استاندارد به متولیان تولید تحويل شد.

سایه اپیدمی کووید ۱۹ بر کل جهان و تحریم ها عامل شده که باعث عدم پشتیبانی مناسب از طرف شرکت های خارجی شده بود دلیلی بود بر اینکه مدیران و کارشناسان و کارگران مجموعه دست به دست هم داده و در این دریای طوفانی کشته این پروژه را با اتکا به توانایی های خود به ساحل آرامش برسانند.





جلسه مجمع عمومی سپیده جام توس

مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده شرکت سپیده جام توس مورخ ۱۴۰۱/۰۸/۱۰ با حضور نماینده‌گان محترم شرکت سرمایه گذاری گروه توسعه ملی و سایر سهامداران محترم در محل کارخانه برگزار و ضمن تقدیر از همراهی کارگران و مدیران محترم در تحقق اهداف مجموعه با توجه به سود ده بودن شرکت و عملکرد مشبت هیئت مدیره، صورتهای مالی منتهی به سال مالی ۱۴۰۰/۱۲/۲۹ مورد تصویب مجمع قرار گرفت و حسابرس و بازرس قانونی برای سال مالی ۱۴۰۱ انتخاب گردید.



ماهنشا
گروه کار خانجات مقصود
سال شانزدهم ویژه نوروز ۱۴۰۲



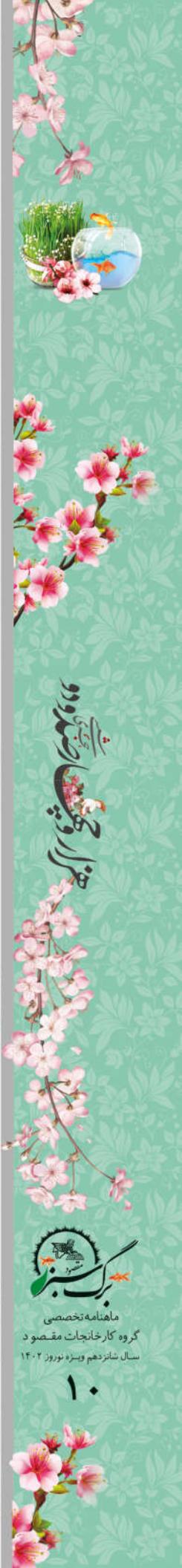
Special for Nowruz
Sixteenth year

N.O 161

9

توسعه محوری شرکت سپیده جام

در راستای توسعه محوری شرکت سپیده جام، یکی از برنامه های مهم شرکت سپیده جام توس در سال ۱۴۰۲ احداث خط شیشه مظروف اپال ۶ با ظرفیت ۲۵ تن در روز می باشد . نظر به دانش فنی و تجربه بالای این شرکت در بهره برداری از ۵ خط فلی شیشه مظروف اپال ، این شرکت طراحی و ساخت کوره خط ۶ را با همت و تخصص داخلی مهندسین خود در این شرکت انجام می دهد. تولید شیشه اپال چز صنایع High tech محسوب می شود و این شیشه به دلیل ساختار خاص آن شیشه سخت تولید محسوب می شود ، لذا دانش تخصصی عمیقی لازم است تا شرکتی بتواند به این سطح از توانایی درخصوص طراحی و ساخت دست یابد . همچنین در سال ۱۴۰۱ خط توسعه شماره ۵ با ظرفیت ۲۰ تن محصولات جدید و پرسی راه اندازی شد و طی تلاش شبانه روزی پرسنل این شرکت به بهره برداری رسیده و برنامه تولید محصولات متنوع تر همچنان در برنامه قرار دارد . همچنین از دیگر برنامه توسعه محور شرکت سپیده جام توس تولید ظروف شیشه ای سبک با استفاده از فناوری اروپایی میباشد که پیرو جلسات انجام شده در نمایشگاه گلستانک آلمان در سال ۱۴۰۱ و مذاکرات ابتدایی با تولید کنندگان بنام اروپایی جهت تولید روزانه ۲۰ تن صورت پذیرفته است و مقرر شده است که در سال جدید فارهای بعدی جهت شروع زیرساختهای مربوطه و راه اندازی تولید ظروف شیشه ای سبک به عنوان اولین تولید کننده در استان خراسان رضوی در دستور کار شرکت سپیده جام توس قرار گیرد.





Special for Nowruz
Sixteenth year

N.O 161

11

بازدید اعضاء و پرسنل مجمع کارآفرینان ایران



در تاریخ ۱۴۰۱/۰۸/۱۱ گروه مقصود میزبان دبیر محترم و اعضاء و پرسنل مجمع کارآفرینان ایران بود. مجمع کارآفرینان ایران یک نهاد تخصصی و مشورتی در حوزه پیشران های اقتصادی و کارآفرینی است که در سال ۱۳۹۳ شروع به کار کرد. آغاز به کار مجمع در شرایطی بود که تشییع جایگاه و پیشران های حوزه مولد و کارآفرینی یک ضرورت در اقتصاد کشور به شمار می رفت. مرحوم غلامرضا ایمانی بنیانگذار گروه کارخانجات مقصود از فعالین این مجمع بوده و پس از ایشان جناب آقای مهدی ایمانی به عضویت مجمع ملی در آمدند اعضا این مجمع از بزرگان کارآفرینی و صنعت و اقتصاد کشور تشکیل شده اند.

در این بازدید که با حضور جناب آقای دکتر غزنوی دبیر کل محترم مجمع انجام شد توانمندیها و پتانسیل های شرکت های گروه مشاهده و ایشان در پایان خرسندی خود را از وجود چنین شرکتهایی در کشور و تقویت تولید ملی ابراز نمودند.



آغاز عملیات اورهال اساسی کوره یک

کوره یک سپیده جام با طراحی شرکت LSL آلمان دارای ظرفیت ۲۵ تن روزانه بوده و دارای یک خط اسپین و یک خط پرس میباشد این کوره در آخرین مرحله پس از تعمیر موقت ۲۱ ماه کارکرد داشته است که پس از اتمام طول عمر و تخلیه کوره سریعاً نسبت به اقدامات اصلاحی کوره شروع به کار انجام شد.

در ابتداء تغییراتی در اسکلت اصلی کوره ایجاد نموده ایم که با این اصلاحات میتوان دیواره کوره را مقاوم نموده و باعث افزایش طول عمر کوره میشود همچنین تغییراتی در نحوه خنک کاری دیواره تانک ایجاد شد، که این نیز نسبت مستقیمی در افزایش راندمان دارد آجرهای نسوز کوره دارای ساختار و شرایط تولید خاص بوده و کشورهای محدودی قادر به ساخت آن نمیباشد. در سال‌های اخیر این قطعات نسوز از شرکتهای چینی خریداری میگردید که دارای قیمت پایین تر و به همان نسبت کیفیت ضعیف تری بوده است ولی در سال اخیر و با توجه به اهمیتی که مدیریت عالی به کیفیت و بهره وری بیشتر داده میشود این آجرها از سورس های اروپایی تأمین میگردد آجرهای کوره یک در تاریخ ۱۴۰۱/۱۱/۱۹ وارد سازمان شده و در همان روز عملیات چیدمان شروع گردید. حساس ترین قسمت در این کوره ها تروت میباشد لذا اولین قسمت چیدمان از همین ناحیه شروع شده و پس از اندازه گیری های دقیق جهت نصب که باید دقیقاً مطابق نقشه و در راستای محورهای کوره نصب و کاملاً تراز گردد و سایر قسمتها با محوریت تروت نصب می گردد

پس از تروت دیواره های تانک با جانمایی دقیق و فاصله معین با یکدیگر نصب گردد که در نصب تمامی آجرها لازم است فاصله های تعریف شده ای مطابق نقشه جهت انساط آجرها در زمان گرم شدن قرار داده شود. این درزهای انبساطی نقش بسیار مهمی در کنترل فشارهای کوره داشته و هرگونه فاصله بیشتر از استاندارد باعث ایجاد خوردگی و سوراخ شدن کوره میشود

در انتهای چیدمان فورهارهای کوره نصب و محل خروجی مذاب باید با محل لقمه گیری دستگاه تولید آیتم تنظیم می شود چیدمان کوره در دوره های قبل توسط تیم های تخصصی خارج از سازمان انجام میشده است ولی در چیدمانهای اخیر و با توجه به کسب تجربه و درک بیشتر حساسیت های این کوره ها عملیات چیدمان توسط پرسنل کوره در داخل سازمان انجام میشود لذا تمامی معایب و مشکلات کوره در سال‌های اخیر اینجا حل نموده اند و در اینجا این اقدامات اصلاحی انجام شده است تا بتوان با افزایش عمر کوره ها در جهت پیشرفت و بهره وری بیشتر از کوره ها اقدامی انجام نمود

پس از چیدمان کامل آجرهای نسوز باید تجهیزات راه اندازی آن شامل هولدر الکترودها - الکترودها - رادیات خروجی مذاب - ترموکوپل ها - مشعل ها - کابل ها و سایر تجهیزات نصب و تست سرد جهت راه اندازی شد. پس از کنترل و بررسی تمامی تجهیزات توسط تیم فنی و کوره مشعل های تانک مذاب روشن و عملیات هیتاب کوره مطابق جدول زمان بندی شده طی زمانبندی تعریف شده انجام میشود که در ابتداء کوره تا مدتی ۱۳۰۰ درجه داغ و سپس نسبت به بارگیری آن اقدام میشود و میزان بارگیری کوره نیز بر اساس دمای تعریف شده و به صورت مرحله ای میباشد تا هیچ گونه نوسان دمایی به آجرهای نسوز وارد نشود. لازم به ذکر است هر گونه شوک دمایی باعث ایجاد ترک و شکست در آجرهای نسوز میشود

در انتهای و پس از بارگیری کامل کوره و پس از جاری شدن مذاب از خروجی های فوره رث عملیات لقمه گیری و تولید آیتم شروع میشود



کنترل و پایش سلامت کارکنان گروه کارخانجات مقصود با انجام معاینات ادواری سال ۱۴۰۱

نویسنده: سارا خاکسار
کارشناس بهداشت حرفه‌ای گروه

مرکز بهداشت مقصود
Maghsoud Health Co

معاینات ادواری پرستن (Periodic Examination)

معاینات دوره‌ای یکی از شناخته ترین نوع معاینات شغلی طب کار می‌باشد. این نوع معاینات که نوعی از پیشگیری ثانویه است، با فواصل زمانی معین (غلب یکساله) انجام می‌شود.

نکات مهم در این معاینات

- تشخیص زودرس بیماری‌ها و عوارض ناشی از کار
- توصیه برای تغییر شغل یا محدود کردن کار افراد بیمار
- تعیین اثر محیط کار بر سلامت کارگران و به کارگیری نیروی انسانی در کار مناسب با توانمندی جسمی، روحی و روانی
- تعیین اثر محیط کار بر سلامت کارگران و به کارگیری نیروی انسانی در کار مناسب با توانمندی جسمی، روحی و روانی (Fitness For Work) (که یکی از اهداف مهم معاینات ادواری به حساب می‌آید)
- ارزیابی روش‌های کنترل و پیشگیری
- تهیه اطلاعات پایه در زمینه سلامتی شاغل جهت بررسی‌های مقایسه‌ای بعدی در معاینات ادواری
- جلوگیری از انتقال و انتشار بیماری‌های واگیردار

لزوم انجام معاینات ادواری طب کار

انجام معاینات سلامت شغلی و از جمله معاینات ادواری و معاینات بدو استخدام یکی از الزامات نظام مراقبت سلامت شغلی است



ماهنشاهه تخصصی
گروه کارخانجات مقصود
سال شانزدهم و سیزدهم نوروز ۱۴۰۲

نویسنده: حوریه جلالیه
کارشناس مرکز بهداشت

تزریق ویتامین سی در گروه کارخانجات مقصود

بدن ما برای بهبود خشم و تولید حامل های شیمیایی و حامل های عصبی به ویتامین سی نیاز دارد. هدف از تزریق آن برای کسانی که کمبود شدید ویتامین سی دارند پیشگیری از سرماخوردگی فصلی و ویروسی و بهبود روند بیماری می باشد و همچنین در کاهش دردهای عضلانی و مفصلی کمک می کند. به طور کلی برای تامین این ویتامین در بدن باستی از منابع غذایی و مکمل های ویتامین سی استفاده کرد. در گروه کارخانجات مقصود امسال نیز همچون سالهای گذشته کل پرسنل مجموعه، توسط همکاران مرکز بهداشت گروه، تحت پوشش تزریق عمومی آمپول ویتامین سی قرار گرفتند.



بر اساس ماده ۹۲ قانون کار، انجام معاینات دوره ای حداقل سالی یکبار برای کلیه شاغلین تحت پوشش قانون کار الزامی است. در یک برنامه سلامت شغلی، با شناخت و آگاهی کامل از محیط کار، فرآیندهای کاری، خطرات و عوامل زیان آور در محیط کار و تاثیر این عوامل بر سلامت شاغلین، معاینات دوره ای طب کار با هدف تشخیص، درمان و بازتوانی به موقع بیماری ها و آسیب های ناشی از کار انجام می شود.

هداف معاینات دوره ای
اهداف انجام معاینات ادواری طب کار را می توان به صورت کلی در موارد ذیل خلاصه نمود:

- تشكیل پرونده سلامت جهت کلیه شاغلین و انجام معاینات دوره ای پزشکی
- شناسایی به موقع بیماری های شغلی و مداخله موثر
- قرار دادن شاغلین در کار مناسب با توانایی جسمی و روانی آنان
- آگاهی از اثرات منفی شرایط کاری بر سلامت شاغلین
- تشخیص زودرس بیماری های ناشی از کار و بیماری های غیر شغلی
- درمان به موقع بیماریها با هزینه کمتر درمان برای کارفرما
- پیشگیری از پیشرفت بیماریهای موجود و ارتقای سلامت کارکنان
- جلوگیری از انتقال و انتشار بیماری های مسری و در نتیجه بهبود سلامت کل مجموعه
- توصیه برای تغییر شغل و یا محدود کردن کار در فرد بیمار

از زیبایی روش های پیشگیری و اینمنی، کاهش میزان غیبت از کار و افزایش رضایت شغلی شاغلین

لذا جهت برگزاری این امر مهم نیاز به مکانی مناسب جهت انجام آزمایشات بالینی، نمونه گیری، تست شناوی سنجه، بینایی سنجه، ویزیت متخصص طب کار می باشد که **گروه کارخانجات مقصود با هدف توجه به سلامت و رفاه حال همکاران، مرکز بهداشت کار را در سال ۱۳۸۸ در مجموعه احداث و همکاران ضمن مراجعت برای انجام تمامی مراحل معاینات ادواری با توجه به استقرار تیم طب کار واحد HSE از سایر خدمات این مجموعه نیز بهره مند می شوند.**

بنابراین در دی ماه سال ۱۴۰۱ همچون سالهای قبل، آزمایشات بالینی و نمونه گیری شروع و به دنبال آن در بهمن ماه تا کنون، شناوی سنجه، بینایی سنجه و معاینه پزشک متخصص جهت تمامی پرسنل با تعداد حدودی ۱۶۰۰ نفر در حال انجام می باشد.



بازدید سرzedه اعضا شورای تامین

شهرستان طرقبه و شاندیز از شرکت‌های گروه

پس از فعل و افعالات و تغییرات مدیریتی مبهمی که در شرکت چینی مقصود در آبانماه به وقوع پیوست و تیم مدیریت جدید بدون توجه به تشریفات قانون تجارت و صرافا با رأی شورای تامین شهرستان طرقبه و شاندیز در این شرکت مستقر گردیدند و معضلاتی که پیرو این تصمیم در شرکت چینی مقصود و دیگر شرکت‌های گروه ایجاد شد و قاعده‌ای در آینده و در جای خود مورد بحث و بررسی قرار خواهد گرفت، اعضا محترم شورای تامین شهرستان طرقبه و شاندیز با حضور همه اعضاء این شورا و با مدیریت فرماندار محترم این شهرستان جناب آقای رحیمان و در میت دادستان محترم دادگاه عمومی انقلاب شهرستان جناب آقای محمدزاده برای اولین بار در شرکت چینی مقصود حضور بهم رسانیده و از دیگر شرکت‌های گروه نیز بازدید به عمل آورندند. در این بازدید جناب آقای محمدزاده که ریاست کمیسیون حمایت قضائی شهرستان رانیز به عهده دارند در حمایت از تولید و اشتغال رهنماهی ازه نموده و درجهت رفع معضلات و موافع تولید قول همکاری داند.

از آنجاییکه شورای تامین و اعضا محترم این شورا برای اولین بار از شرکت‌های گروه مقصود بازدید به عمل آورندند، در طول بازدید ریاست محترم هیئت مدیره گروه جناب آقای مهدی ایمانی دستاوردهای ۳۰ ساله این گروه صنعتی و همچنین تغییرات اساسی و توسعه‌ها و پیشرفت‌های دو سال اخیر را به طور کامل برای ایشان و دیگر اعضا شورا به صورت مبسوط تشریح نموده و طرحهای توسعه آتی نیز ارائه گردید.





Special for Nowruz
Sixteenth year

N.O 161

17



گزارش حضور گروه کارخانجات چینی مقصود در نمایشگاه بین المللی Ambiente 2023

گسترده تولیدکنندگان در ۱۲ سالن برگزار گردید نمایشگاه بازدید به عمل آوردند که ۵۹ درصد از این نمایشگاه با سازماندهی مناسب و بهینه بازدیدکنندگان یعنی حدود ۷۴۸۰۰ نفر از خارج سالن ها، خریداران را قادر ساخت تا به شکلی از آلمان و مابقی از کشور آلمان از این نمایشگاه کارآمدتر نسبت به سال های گذشته به قسمت بازدید نمودند.

های مختلف از جمله لوازم آشپزخانه، هدایا و همچنین ۴۵۶۱ غرفه دار از ۹۲ کشور در این نمایشگاه دکوراسیون وغیره مراجعه کنند. در این دوره حضور داشتند که ۸۵۵ درصد غرفه داران خارجی و ملکی بیش از ۱۵۴۰۰۰ هزار بازدیدکننده از ۱۷۰ کشور غرفه داران از کشور آلمان بودند. امسال برخلاف سالیان از جمله ایتالیا، چین، فرانسه، اسپانیا وغیره از این گذشته دو سالن به ظروف آشپزخانه و ظروف چینی نمایشگاه بازدید به عمل آوردند که ۵۹ درصد از اختصاص پیدا نموده بود که از این حیث رشد و حضور بازدیدکنندگان یعنی حدود ۷۴۸۰۰ نفر از خارج رقبادر صحنہ معادلات بین المللی قابل توجه است.

از آلمان و مابقی از کشور آلمان از این نمایشگاه امسال پس از سه سال مجدد و با توجه به استقبال مطابق با سنتوات گذشته نمایشگاه بین المللی لوازم خانگی و دکوراسیون آمبینتی ۲۰۲۳ از تاریخ ۱۴ الی ۱۸ بهمن ۱۴۰۱ (۲۰۲۳ الی ۷ فوریه ۲۰۲۳) در فرانکفورت آلمان برگزار گردید و شرکت سپیده جام توسعه به نمایندگی از گروه کارخانجات مقصود به منظور توسعه صادرات محصولات خود و گروه کارخانجات مقصود در اروپا و بقیه نقاط دنیا در این نمایشگاه حضور بهم رسانید.

این نمایشگاه یکی از بزرگترین نمایشگاههای تخصصی در زمینه لوازم خانگی در دنیا می باشد و امسال پس از سه سال مجدد و با توجه به استقبال





Ambiente Frankfurt 2023



شرکت سپیده جام توس نیز به نمایندگی از گروه کارخانجات مقصود به منظور توسعه بازارهای هدف برای محصولات خود در این نمایشگاه حضور یافت و طبق سالیان گذشته حضور مستمر و ثابت خود را در این نمایشگاه ادامه داد. مساحت غرفه سپیده جام در این دوره حدود ۹۰ متر مربع و در سالن ۱۲ بود استقرار یافته بود. محصولات ارائه شده در این دوره توسط گروه کارخانجات مقصود شامل اوپال، بن چاینا و محصولات درسا بود که محصولات اوپال ارائه شده به خصوص اوپال طرح دار مورد توجه مشتریانی از اروپایی و شرقی قرار گرفت و در صورت ارائه مناسب آن در آینده می تواند بازار مناسبی برای این نوع از محصولات فراهم گردد.

در این دوره از نمایشگاه غرفه گروه کارخانجات چینی مقصود بازدید کنندگانی از کشورهای ایتالیا، اسپانیا، آلمان، انگلستان نژو، سوئیس، رومانی، یونان، مولداوی، هند، پاکستان، بنگلادش، ویتنام، ترکیه، تونس، امارات وغیره داشت. فروش و حضور در تمام نقاط دنیا ممکن است سخت باشد اما حضور و فعالیت در حوزه های جدید می تواند داشت و تجربه جدید به همراه داشته باشد. حاضر بودن در بالاترین سطح و آشنایی با آخرين استانداردهای تولید می تواند به ارتقابینش تصمیم گیران امر تولید و صادرات منطبق بر قوانین و استانداردهای بازار هدف کمک نماید.



Special for Nowruz
Sixteenth year

N.O 161

19

کنترلرهای صنعتی زیمنس

● محمد باقری

(مدیر اتوماسیون صنعتی)



PID با قابلیت تنظیم خودکار پارامترهای K_p, T_d, T_i را برای ۵V-۱۲۰۰ فرآهم می نماید.

ضمناً این سری از PLC‌ها دارای حافظه بارگذاری داخلی از نوع ماندگار (Retain) می باشند اما میتوان به منظور افزایش حافظه بارگذاری، انتقال برنامه به PLC یا به روزرسانی Firmware از کارت حافظه استفاده نمود.

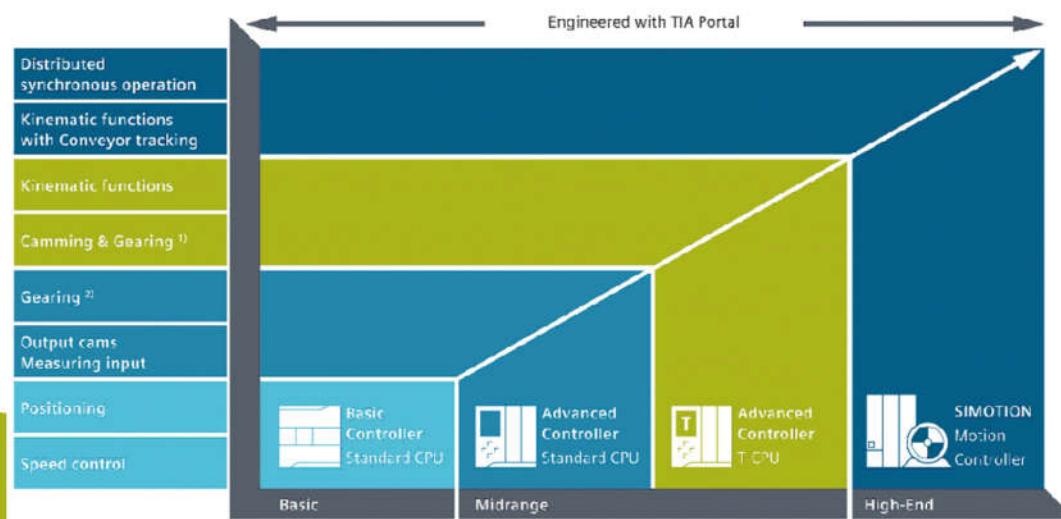
با توجه به قابلیت های گفته شده و قیمت مناسب این سری از PLC ها می توان در برخی سیستم های پیشرفتہ تر نیز جایگزین PLC‌های سری ۳۰۰ شده اند. در سیاری از پروژه های بومی گروه کارخانجات مقصود نیز این کنترلر استفاده شده به عنوان نمونه کوره های لعب و بیسکوئیت ۳، ۴، ۵، ۶ فرمینگ های طرح توسعه شرکت سارگل شرق و لهر های آنبل اپال ۵، تپر ۱۲۰، مانیتورینگ کوره اپال ۵، افزایش ظرفیت بچ پلاتن سپیده جام تووس ... در گروه کارخانجات مقصود مجهز به این کنترلر می باشند.

در گروه دوم، کنترلرهای پیشرفتہ تر، شامل PLC‌های سری ۴۰۰، ۵V-۴۰۰ و نسل جدیدتر یعنی ۵V-۱۵۰۰ قرار دارند و برای کاربردهای کنترلی در سطوح متوسط تا پیشرفته مناسب میباشند.

کاربردهای کنترلی ارتقا دارای ساختاری مازولار بوده و طیف وسیعی از PLC های ۳V-۳۰۰ میباشد. کنترلرها مازولهای CPU ، مازولهای سیگنال، مازولهای ارتباطی (CP: Processor Communication)

هر ماشین یا کارخانه بسته به میزان کارایی مورد نیاز و پیچیدگی پروsesه های داخلی، نیازمند سیستم کنترل مخصوص به خود می باشد. شرکت زیمنس در راستای پاسخگویی به تمامی نیازهای کاربران، مجموعه ای از PLC‌ها و کنترلرهای اراده چهار گروه از کاربردهای کنترلی بسیار ساده تا کاربردهای بسیار پیچیده صنعتی طراحی و به بازار عرضه نموده است.

در گروه نخست این دسته بندی که برای کاربردهای اتوماسیونی سطح پایین تا سطح متوسط طراحی شده است. شرکت زیمنس به منظور کنترل پروسه های کوچک تا سطح متوسط صنعتی، کنترلرهای ۵V-۲۰۰ را در سال ۱۹۹۵ طراحی و به بازار عرضه نمود. این کنترلرها که به دو صورت کامپکت و مازولار طراحی شده بودند، حداقل از قابلیت پردازش ۲۴۸ پروردی و خروجی برخوردار بودند و برنامه نویسی این سری از کنترلرهای از طریق نرم افزار Win/Micro STEPY صورت می پذیرفت. مشکلات موجود در نرم افزار برنامه نویسی این سری از PLC ها همچون عدم کاربرپسندی، عدم برخورداری از شبیه ساز داخلی و خطایابی دشوار، سبب عدم استقبال مناسب مشتریان از ۵V-۲۰۰ گردید و شرکت زیمنس PLC‌های سری ۱۲۰۰ را در سال ۲۰۰۹ به عنوان جایگزین آنها به بازار معرفی نمود. ۵V-۱۲۰۰ با برخورداری از ابعادی کوچک و ظاهری شکلی، کیفیت مناسب، برنامه نویسی داخلی پرتابل TIA و بهره مندی از ویزگیها و توابع یکپارچه آن، امکان اتصال به انواع شبکه های صنعتی و عیوب یابی سریع و آسان توانست موفقیت مناسبی در بازار کسب نماید. برنامه نویسی این سری از PLC ها داخلی TIA Portal با نرم افزار STEPY امکان استفاده از قابلیتهای ممتاز Portal مهچون امکان استفاده از برخی از توابع تکنولوژی مانند شمارش سریع، توابع کنترلی حلقه باز سرعت، کنترل موقعیت موتورهای پله ای یا سرو موتورها، کاربردهای ساده کنترل حرکت و حلقه های کنترلی PID با قابلیت تنظیم خودکار پارامترهای T_d, T_i برای ۵V-۱۲۰۰



1) Synchronization with specification of the synchronous position

2) Synchronization without specification of the synchronous position



برنامه
اصفهان
زیمنس

ماهنه‌نامه تخصصی
گروه کارخانجات مقصود
سال شانزدهم ویژه نوروز ۱۴۰۲

بارز این سری از PLC‌ها میباشد. لازم به ذکر است بر طبق قابلیت پردازش همزمان، امکان تقسیم یک برنامه سنگین و پیچیده روی حداقل چهار CPU سری ۴۰۰-۵۷ وجود دارد، به گونه‌ای که این CPU‌ها به منزله یک CPU واحد عمل نمایند. با توجه به حجم گسترده تعداد سیگنال‌های ورودی و خروجی و حساسیت پروسه در سیستم‌های کنترل کوره‌اپال و بچ پلات شرکت‌های سپیده جام تووس و ساینا از کنترل‌سری ۴۰۰ استفاده شده.

کارایی و کیفیت بالاتر؛ خوداری کنترلهای ۱۵۰۰-۵۷ از سرعت پردازش بسیار بالا (تا حدود ۴۰ برابر نسبت به PLC‌های سری ۳۰۰) حجم حافظه بیشتر، قابلیت پردازش ورودی - خروجی‌های بیشتر، افزایش سرعت باس‌ها و تنوع بالای شبکه‌های ارتباطی، ارائه مازولهای سخت افزاری متنوع و ارتقاء قابلیتها و امکانات سخت افزاری و نرم افزاری سبب افزایش کارایی این سری از PLC‌ها گردیده و این سری را به عنوان یکی از برترین گزینه‌ها، جهت طراحی سیستمهای کنترل اتماسیون کارخانه‌ای مطرح نموده است.

برخورداری از مجموعه گسترده‌ای از توابع به لطف برنامه نویسی داخل پرتال TIA قابلیت یکپارچه سازی کلیه اجزاء و المانهای سیستم کنترل در محیط پرتال TIA و برخورداری از مجموعه گسترده‌ای از توابع از پیش برنامه نویسی شده در حوزه‌های مختلف همچون توابع خطایابی، ایمنی، امنیتی و کاربردهای تکنولوژی همچون کاربردهای کنترل حرکت، حلقه‌های کنترل PID ... طیف وسیعی از قابلیتها و کاربردها را برای کنترلهای ۱۵۰۰-۵۷ رغم زده است و این سری را به اختصار آن برای اکثر کاربردهای صنعتی نموده است. پیاده سازی سیستمهای خطایابی پیشرفته برای سیستم کنترل و مانیتورینگ به مدد این توابع، تنها با فشردن چند کلیک محقق گشته است و تعریف سیستمهای حفاظتی پیشرفته در لایه‌های مختلف، امکان دسترسی غیرمجاز به اطلاعات بلوهای مختلف برنامه را غیرممکن نموده است. همچنین وجود توابع جدیدی همچون Trace، علاوه بر خطایابی سریعتر، امکان پیاده سازی سیستمهای پایش و وضعیت تجهیزات را مهیا ساخته است.

CPU‌های سری ۱۵۰۰ در شش کلاس استاندارد، کامپکت، مخصوص شرایط سخت صنعتی، ایمنی در برابر خراشی، تکنولوژی و ODK طراحی و ساخته شده اند. CPU‌های کلاس استاندارد در سری ۱۵۰۰، مدل پایه برای کاربردهای مختلف بوده و خود از ۸ مدل CPU تشکیل شده اند که این مدلها از لحاظ سرعت، حجم حافظه، تعداد ورودی-خروجی‌های قابلپردازش، تعداد و نوع پورتهای موجود روی CPU و... با یکدیگر متفاوت میباشند.

CPU‌های کلاس F که بارنگ زرد در صفحه نمایشگر از سایر کالسها تمایز میگردد، به منظور پردازش همزمان برنامه نرمال و برنامه ایمنی ماشین یا پروسه مورداستفاده قرار میگیرند.

پایان بخش اول



، مازولهای (IM: Inter-Module، FM: Function Module) ... برای آنها طراحی و ارائه شده است. PLC‌های (face Module) ۱۹۹۵-۵۷ همزمان با PLC‌های سری ۳۰۰-۴۰۰ در سال ۱۹۹۵ میلادی برای کاربردهای پیچیده اتماسیون صنعتی در هر دو نوع سیستم کنترل کارخانه‌ای و پروسه‌ای طراحی و به بازار عرضه شدند. این سری از PLC‌ها، علاوه بر برخورداری از مزایای ذکر شده برای PLC‌های سری ۳۰۰ همچون ساختار مازولار و بهره مندی از طیف وسیعی از مازولهای متنوع، دارای قابلیت‌های منحصریه فردی میباشند که سبب گردیده است تا امروز، شرکت زیننس با ارتقاء و بروز رسانی قابلیتهای این سری از کنترلهای، آنها را همچنان در صدر قویترین و مطمئن ترین PLC‌های ساخت خود حفظ نماید.

سیکل زمانی کوتاه و سرعت پردازش بالا به علت برخورداری از چهار Accumulator در معماری CPU، قابلیت پردازش تعداد نامحدودی ورودی - خروجی، برخورداری از حجم حافظه بزرگتر، قابلیت اتصال به انواع شبکه‌های صنعتی، پشتیبانی از تکنیک افزونگی (Redundant) و امکان دستیابی به سیستمهای با قابلیت اطمینان بالا، قابلیت پردازش CPU روی چند Multi Computing همزمان، قابلیت تغییر پیکره بندي و تعویض مازولهای سیگنال در هنگام اجرای برنامه (Hot Swapping or Configuration in Run: CIR)

بررسی چشم‌انداز بازارها در سال ۱۴۰۲

سمینار «دنیای اقتصاد» از کارشناس بازار سرمایه از شرایط کنونی بازار سهام

دانش



● صابرہ پور حکماک
(متولی حوزه گزارشات مالی مدیریت)

ارزش پول و در امان ماندن از گزند تورم راهی بازارهای سرمایه‌گذاری خواهد شد.

نرخ بهره بدون ریسک

در روزهای اخیر، با توجه به اقدامات بانک‌مرکزی، تقاضای پول کمتر شده است. نرخ بهره بدون ریسک بهشت بر بازار سهام تاثیرگذار است و گروهی خواهان افزایش نرخ بهره برای کنترل نرخ تورم هستند.

در پاسخ باید گفت: فرضاً با نرخ تورم ۵۰ درصدی، اگر نرخ سپرده نیز تا سطح نرخ تورم بالا برده شود، این نرخ بهره توسط بانک‌ها پرداخت خواهد شد و بانک‌ها این پول را باید از محل افزایش نرخ تسهیلات جبران کنند، چون در اقتصاد کشور رشد اقتصادی وجود ندارد، اغلب وام‌های سرمایه‌گذاری شرکت‌ها خود را نشان می‌دهد و سرمایه‌گذاری نیز یکی از مهم‌ترین عوامل تاثیرگذار بر روند بهای تاماشده تولید است، پس اگر در برجه فعلی، نرخ بهره از ۲۳ تا ۵۰ درصد افزایش باید، یک تاخیر زمانی، اینبار تجار و شرکت‌ها و کارخانه‌ها

دنیای اقتصاد - علی عبدالحمیدی: روز پنجم‌شنبه سمینار «دنیای اقتصاد» با موضوع بررسی چشم‌انداز بازارها در سال ۱۴۰۲ برگزار شد و ولید هلالات به عنوان کارشناس بازار سرمایه به ارائه تحلیل‌های خود از شرایط کنونی بازار سهام، دلایل عدم رشد قیمت‌ها در بازار سهام و وضعیت بازار سهام در سال پیش رو پرداخت. صحبت‌های سخنران با طرح این سوال آغاز شد که: آیا بازار سهام می‌تواند به عنوان بازار مطلوب برای سرمایه‌گذاری در سال ۱۴۰۲ مدنظر سرمایه‌گذاران قرار گیرد یا خیر؟

وی با اشاره به اینکه وقوع درگیری نظامی در منطقه به دلیل نتایج زیان‌باری که برای کشورهای همسایه دارد، تقریباً دور از ذهن است و بازار از ناحیه این ریسک‌ها تقریباً در امان است. احتمال توافق نیز در شرایط فعلی با توجه به شواهد و قرائن کم به‌نظر می‌رسد و شرایط در سال آتی به‌گونه‌ای پیش‌خواهد رفت تا سرمایه‌گذاران برای حفظ

در سال ۹۹ نرخ بهره‌ای که در محدوده ۲۰ درصد ثبات داشت، به دلیل وپروس کرونا تا محدوده ۱۴ درصد نیز افت داشت. دلیل کاهش نرخ بهره به رقم مذکور این بود که کرونا باعث شد بسیاری از بنگاهها با تعطیلی یا کاهش تولید مواجه شوند یا سرمایه‌درگردش کمتری نیا داشته باشند و متابع بین‌بانکی به صورت مازاد نمایان شود و نرخ بهره بین‌بانکی کاهش یابد و نرخ بازارهای اوراق بدون ریسک نیز متأثر از بازار بین‌بانکی کاهش یابد و این موضوع موجبات رشد عجیب و غریب قیمت‌ها در سال ۹۹ را فراهم کرد. افزون بر موارد فوق، مصاحبه‌هایی که در آن مقطع در راستای افزایش نقش بازار سرمایه در تامین مالی بنگاه‌های اقتصادی صورت گرفت نیز سبب شد تا ذهنیت سرمایه‌گذاران به این سمت متوجه شود که دلیل کاهش نرخ بهره کرونا نیست و دولت قصد دارد برای تامین مالی از بازار سهام و ایجاد جذبیت در قیمت‌ها، نرخ بهره را پایین نگه دارد. سپس افزایش افسار گسیخته قیمت‌ها و افزایش مجدد نرخ بهره سبب شد بازار سهام و قیمت‌ها با ریزش مواجه شود. نرخ بهره واقعی در حال حاضر بین ۲۸ الی ۳۳ درصد است که بر روی E/P بازار تاثیرگذار است. در سال آتی انتظاری برای کاهش نرخ بهره وجود ندارد و این پارامتر به صورت خنثی با بازار حرکت خواهد کرد و نه منجر به افت و نه سبب رشد بازار خواهد شد.

شاخص بورس و شاخص مسکن

مقایسه بازدهی شاخص مسکن با شاخص بورس از سال ۹۶ نشان می‌دهد که روند شاخص مسکن همواره صعودی بوده و بازار مسکن همیشه با افزایش قیمت مواجه است و دلیل اصلی آن نیز کسری عرضه است. بازار سهام در تایستان سال ۹۹ نسبت به مبدأ یعنی سال ۹۶، دوهزار درصد رشد را ثبت کرده بود، اما شاخص مسکن فقط رشد ۴۰۰ درصدی را ثبت کرده و بخشی از خروج بول از بازار بورس در سال ۹۹ در راستای انتقال به سایر بازارهای مواری که از رشد قیمتی عقب‌مانده بودند انجام گرفت.

دلیل انتخاب بازار مسکن از سوی مردم برای سرمایه‌گذاری این است که این بازار همواره با رشد قیمتی همراه بوده است. در حالی که در بازار سهام، نقطه روود سرمایه‌گذار به بازار اهمیت دارد و همین موضوع سبب ایجاد تفاوت فاحش میان بازدهی تحلیلگران و قدیمی‌های بازار با تازهواران به بازار سهام می‌شود.

دلار و شاخص هموزن

مقایسه بازدهی دلار بازار آزاد و بازدهی تجمعی شاخص هموزن از سال ۹۶ نشان می‌دهد که این شاخص تا سال ۹۸ با رشد ۵۰۰ درصدی همراه بوده، در حالی که دلار در این مقطع زمانی فقط دوبرابر شده است.

بررسی نمودارهای بلندمدت نشان می‌دهد که شاید در مقاطعه کوتاه‌مدت بنای دلایل مختلف، ما شاهد واگرایی شاخص‌های سهامی با نرخ دلار باشیم، اما در بلندمدت قیمت‌ها در بازار سهام خود را با تغییرات نرخ دلار همگام می‌کنند. سناریوی فعلی رخداده یعنی افزایش قیمت دلار و عدم واکنش قیمت‌ها در تالار شیشه‌ای تحت تاثیر دو عامل است: اول اینکه دلاری که مبنی‌قیمت شرکت‌ها است، دلار ۲۸ هزار و ۵۰۰ تومانی نیما است و ثانیاً به دلیل ناظمینانی‌هایی که نسبت به آینده وجود دارد، مردم از بازار سهام دوری می‌گزینند. تنها عاملی که سبب خواهد شد تا این مسائل حل و فصل شود، گذشت زمان است.

مقایسه بازدهی شاخص کل و شاخص هموزن نیز حاکی از آن است که از زمستان ۹۷ به بعد، شاخص کل در ثبت بازدهی از شاخص هموزن جامانده بود و صنایع بزرگ نسبت به صنایع کوچک تقریباً دوبرابر شرکت‌های بزرگ بازدهی داشته‌اند. این موضوع دو علت اصلی دارد: اول اینکه دولت سهامدار شرکت‌های بزرگ است و انواع و اقسام ریسک‌ها را به این سهم‌ها تحمیل می‌کند و دوم اینکه افراد به دلیل عدم ثبات سیاست‌گذاری کلان اقتصادی، پول را در سهم‌های کوچک مشغول هستند.

با سرمایه‌درگردشی که با نرخ ۵۰ درصد تامین مالی شده است، مجدداً تورم را به سطح جامعه برمی‌گرداند، بنابراین افزایش نرخ بهره یک راهکار کوتاه‌مدت است.

انتظارات تورمی و نرخ ارز

یکی از مهم‌ترین مسائلی که اخیراً پیرامون بازار سهام مطرح شده است، عقب‌ماندگی قیمتی سهام نسبت به قیمت دلار است که دلیل آن پایین‌بودن نرخ نیمایی است. در رابطه با نرخ ارز در سطح بازار سهام، دو نوع تصمیم‌گیری وجود دارد، اگر نرخ ارز به دلیل درگیری‌ها و کشمکش‌های نظامی افزایش پیدا کند، بر روی بازار سهام تأثیر منفی و معکوسی خواهد داشت و اگر نرخ ارز به دلیل انتظارات تورمی افزایش پیدا کند، اکثر بازارها و به خصوص بازار سهام را نیز همراه باز خواهد کشید. فقدان رشد اقتصادی واقعی سبب شده می‌باشد که بازارهایی مثل ارز و طلا و سکه به عنوان یک گزینه سرمایه‌گذاری وزن دهیم. نرخ بازدهی دلار از ابتدای سال پیش از ۸۰ درصد است و نرخ دلار نیمایی که شرکت‌های بزرگ درآمد خود را با آن تسعیر می‌کنند نیز تقریباً شاهد رشد ۲۰ درصدی بوده است. شاخص کل بورس نیز تقریباً ۱۵ درصد رشد داشته است، پس دلیل عقب‌ماندگی بازار سهام نسبت به دلار بازار آزاد این است که قیمت دلار بازار آزاد در بازار سهام به رسمیت شناخته نشده است. سناریویی که همواره به صورت تکراری اتفاق می‌افتد این است که دلار نیمایی سرکوب می‌شود و دلار بازار آزاد با رشد مواجه می‌شود و بازارهای موازی نیز هم‌است با دلار بازار آزاد رشد می‌کنند و قیمت‌ها در بازار سهام جا می‌ماند، چون شرکت‌ها در آمد خود را بیک دلار فرعی بهمنام دلار نیمایی تسعیر می‌کنند.

انواع تقاضا در بازار سهام

مجموعه اتفاقات مذکور در بازار سهام دو پیشامد را رقم می‌زنند؛ ابتدا موجب افزایش قیمت صنایع دلاری می‌شود و صنایع غیردلاری تقریباً بدون رشد قیمتی نوسان می‌کنند و سپس سهام دلاری استراحت می‌کنند و صنایع غیردلاری رشد می‌کنند. در بازار سهام تقاضای دومی هم وجود دارد که بر پایه ارزش جایگزینی شرکت‌ها شکل می‌گیرد. در وهله اول نگاه معامله‌گران، به تغییر در سودآوری شرکت‌ها است و در مرحله دوم دیگر کسی به سودآوری شرکت‌ها توجهی ندارد و سهام شرکت‌ها را به دلیل دارایی‌هایی که دارند، می‌خرند. این همان مرحله‌ای است که عموم مردم نیز در آن وارد بازار سهام می‌شوند و بدون توجه به سودآوری، سهام شرکت‌ها مورد استقبال قرار می‌گیرد. این چرخه به صورت دوره‌ای همواره در بازار در جریان است.

ارتباط نرخ بدون ریسک و شاخص کل

مقایسه نرخ بدون ریسک و بازدهی تجمعی شاخص کل گویای آن است که بین این دو متغیر همواره واگرایی وجود داشته است. افزایش یا کاهش نرخ بهره، با یک تاخیر زمانی سبب رشد یا افت شاخص کل بورس نیز می‌شود.



گروه کارخانجات مقصود

Grand Maghsoud Group

www.grandmaghsoud.com

تلفن امور مشتریان: ۰۵۱-۳۵۱۵۲۶۰



سرمهگاه، طرح: سرمهگاه

Opal Design: Mah Kame



شرکت سپیده جام توس گروه کارخانجات مقصود



مرکز آموزش علی- کاربردی
گروه کارخانجات مقصود

نگاهی به رویداد های دانشگاه علمی- کاربردی مقصود ” در ۶ ماه گذشته

۱- کسب شاخص عالی و برتر در ۴۵ زمینه از ۸۲ زمینه ارزیابی دانشگاه های کل کشور در بررسی عملکرد دانشگاه در نوادمین جلسه شورای نظارت و ارزیابی دانشگاه جامع علمی کاربردی که منجر به اعتبار و رضایتمندی در تخصیص دوره ها گردید. شایان ذکر است که در بهمن ماه ۹۹ امکان تخصیص رشته از دانشگاه گرفته شده بود.

از جمله شاخص های مهم دانشگاه در این ارزیابی می توان به بهبود موارد زیر اشاره نمود:

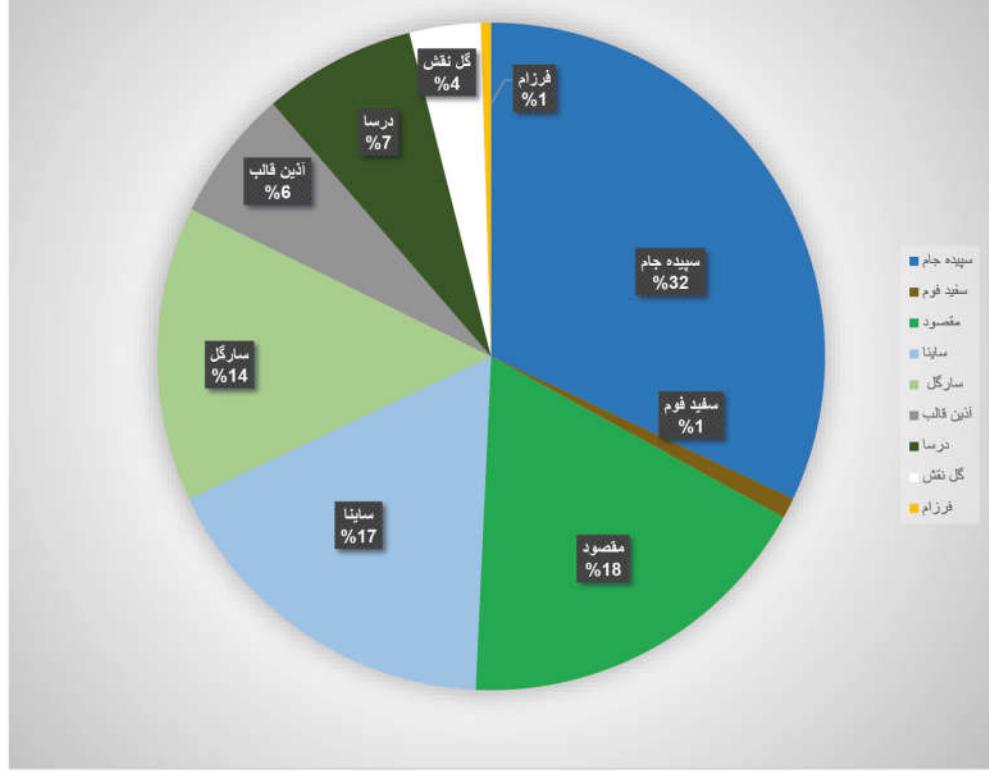
- ✓ نسبت دوره های کوتاه مدت اجرا شده به مجوز های اخذ شده
- ✓ تعداد برنامه های درسی تدوین شده و بازنگری شده توسط مرکز و مصوب دانشگاه
- ✓ درصد جذب پذیرفته شدگان دارای انتخاب واحد به کل پذیرفته شدگان
- ✓ نسبت رشته های تحصیلی اجرا شده به کد رشته محل های اختصاص یافته در ۲ سال اخیر
- ✓ امکان جذب دانشجو در حوزه بین الملل
- ✓ وجود دانشجو نمونه در جشنواره ای ملی بین المللی، استانی و دانشگاهی در ۲ سال اخیر
- ✓ تعداد تیم های ورزشی تشکیل شده
- ✓ تعداد دانش آموختگان شاغل در یکسال گذشته
- ✓ فعالیت مؤثر در مرکز نوآوری
- ✓ مشارکت در جشنواره ها، مسابقات و المپیاد های درون دانشگاهی
- ✓ برخورداری از فضای مناسب آموزشی- پژوهشی
- ✓ کتابخانه هوشمند و ...



در حال حاضر وضعیت دانشجویان در حال تحصیل در مرکز به صورت زیر می باشد:

پراکنده‌گی دانشجویان در شروع نیمسال دوم ۱۴۰۱			
ردیف	نام رشته	تعداد	کارشناسی
		کاردادنی	
۱	ایمنی کار	۱۴	کارشناسی ندارد
۲	مکانیک ماشین افزار	۸	کارشناسی ندارد
۳	برق صنعتی	۱۲	
۴	مدیریت کسب و کار	۲۶	
۵	حسابداری بها تمام شده	۲۹	
۶	سرامیک	۷۵	
۷	حسابداری صنعتی	۳	
۸	گرافیک	۲	کارشناسی ندارد
۹	مهندسی ابزار دقیق	۷	کاردادنی ندارد
	مدیریت تبلیغات تجاری	۳۵	کاردادنی ندارد
	جمع کل	۲۱۳	
	جمع کل دانشجویان	۳۱۸	

نمودار دانشجویان شاغل در گروه مقصود به تفکیک هر شرکت





۴- برگزاری جلسه کمیسیون دانشجویی منطقه شهرستان طرقبه و شاندیز در مورخ ۱۴۰۱/۷/۲۱ با حضور معاونت محترم فرماندار شهرستان جناب آقای بزم آرا و هیئت همراه به میزبانی مرکز آموزش علمی کاربردی گروه کارخانجات مقصود به منظور ارزیابی عملکرد دانشگاه درخصوص نحوه خدمات دهی و آسیب شناسی رفتاری دانشجویان که رضایتمندی درخصوص فرهنگ بالای دانشجویان و نحوه عملکرد آنها همراه بود.

۳- موفقیت در اخذ رشته مهندسی برق صنعتی برای اولین بار در دانشگاه علمی کاربردی واحد استان خراسان رضوی و پذیرش دانشجو در نیمسال های مهر و بهمن

۴- بازدید ریاست محترم دانشگاه جامع علمی کاربردی جناب آقای دکتر سلจوقی و هیئت همراه از دانشگاه و مرکز نوآوری گروه به منظور ارزیابی توانمندی های این مرکز جهت ارائه رشته های موردنیاز گروه، انجام فعالیت های پژوهشی صورت گرفته و ارزیابی عملکرد فرایند آموزشی و پژوهشی در مرکز.



۶- بازدید مدیریت پارک علم و فناوری استان جناب آقای دکتر مسعود میرزاچی شهرابی و هیئت همراه از دانشگاه و مرکز نوآوری گروه به منظور بررسی همکاری های دو جانبه به خصوص در زمینه فعالیت های داشت بنیان.



۲- تدوین و تصویب تعداد ۵ دوره کوتاه مدت همراه با اعطاء گواهی نامه های مورد تایید وزارت علوم که دوره به شرح زیر در بهمن ماه ۱۴۰۱ برگزار گردید و برای این دوره ها گواهی پایان دوره از طرف وزارت علوم و تحقیقات به شرکت کنندگان ارائه شد.

- ✓ آموزش های بدو استخدام کارکنان در مورخه ۱۴۰۱/۱۱/۱۰
- ✓ دوره آموزشی تکنولوژی اپال در مورخه های ۱۴۰۱/۱۱/۱۱ و ۱۴۰۱/۱۱/۱۲ با تعداد ۳۱ شرکت کننده.
- ✓ دوره آموزشی تکنولوژی چینی سخت در مورخه های ۱۴۰۱/۱۱/۱۶ و ۱۴۰۱/۱۱/۱۷ با تعداد ۲۰ شرکت کننده.



کارخانجات مقصود
ماهنه تخصصی
سال شانزدهم و سیزدهم نوروز ۱۴۰۲

- ۱۳- شرکت در نمایشگاه هفته پژوهش سازمان صنایع و معادن
- ۱۴- شرکت در سیزدهمین کنگره سرامیک ایران و سومین کنفرانس بین المللی سرامیک ایران و ارائه ۷ مقاله توسط مرکز نوآوری



- ۱۵- برگزاری مراسم روز دانشجو (۱۶ آذر) با اهداء گل و هدیه به تمامی دانشجویان مشغول به تحصیل



- ۱۶- با توجه به رسالت دانشگاه در جهت پرورش نیروی زیسته، باهدف حضور در بازارهای خارجی، در حال برنامه ریزی جهت امکان جذب دانشجو از کشورهای هدف صادراتی، از جمله: افغانستان - ترکمنستان - آذربایجان و عراق هستیم که پس از طی کردن دوره های آموزشی بتوان از آن ها در کشورهای خودشان به عنوان نماینده گروه استفاده نمود.

- ۱۷- با توجه به متمرکز بودن آزمایشگاه های پژوهشی و مرکز تحقیق و توسعه و بزرگ بودن بخش پژوهش، امکان جذب دانشجوی تحصیلات تکمیلی در حال بررسی توسط دانشگاه جامع علمی کاربردی می باشد.



- ۷- بازدید معاونت آموزش متوسطه اداره کل آموزش و پرورش استان جناب آقای دکتر رضایی و هیئت همراه از دانشگاه به منظور آشنایی با ظرفیت های آموزشی-پژوهشی گروه به جهت جذب دانشجو و امکان برقراری همکاری فی مابین.



- ۸- دعوت از مشاوران-مدیران و معاونین مدارس به منظور اطلاع از پتانسیل های تحقیقاتی و آموزشی گروه و ارائه راه کارهای همکاری در زمینه ارائه تجربیات گروه در ارتقاء سطح تحصیلی مدارس و جذب دانشجو



- ۹- برگزاری استارت اپ(رویداد شتابی) در زمینه های تولیدات گروه

- ۱۰- ایجاد تعداد ۶ هسته نوآوری در زمینه های مختلف برای تحقیقات واحدهای تحقیق و توسعه در سطح گروه

- ۱۱- دعوت از اساتید برتر از جمن سرامیک ایران به عنوان عضو افتخاری در مرکز نوآوری

- ۱۲- شرکت در بیست و سومین نمایشگاه سالانه هفته پژوهش و فناوری و فن بازار استان با حضور کلیه اساتید و دانشجویان برتر در محل نمایشگاه بین المللی مشهد

**مرکز آموزش علمی-کاربردی
گروه کارخانجات مقصود**



فضای مجازی و کودکان (بخش دوم)



نویسنده:
مصطفی کاظمی
مدیر فناوری اطلاعات



آسیب فضای مجازی برای کودکان ارفتار غیر قانونی

برخی از کودکان در هنگام استفاده از فناوری‌های دیجیتال درگیر رفتارهای نامناسب، ضد اجتماعی یا غیرقانونی می‌شوند. درست مانند دنیا واقعی، گروه‌ها یا دسته‌ها می‌توانند به صورت آنلاین تشکیل شوند و فعالیتهایی که در ابتدا به عنوان سرگرمی بی‌ضرر معرفی می‌شوند، مانند اپراز عقیده مخالف به یکی دیگر از اعضای اتاق گفتگو، به سرعت به چیزی بسیار جدی تر که تبعات قانونی دارد، تبدیل شوند.

برخی از کودکان و نوجوانان درگیر سایر فعالیت‌های به همان اندازه جدی می‌شوند. خطرات احتمالی شامل دزدی هویت یا مشارکت در وبسایت‌های نفرت‌پراکنی یا فرقه‌افکن، یا خرید و فروش کالاهای دزدیده شده است. سهولت دسترسی به قمار آنلاین، سایت‌های خودکشی، سایت‌های فروش سلاح، سایت‌های هک و سایت‌هایی که دستور تهیه مواد مخدر را راهه می‌دهند نیز نگران کننده هستند. شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد کودکان خواسته یا ناخواسته در مشاهده، ساخت و توزیع تصاویر ناشایست و یا کودک آزاری و تصاویر مستهجن مشارکت داشته‌اند.

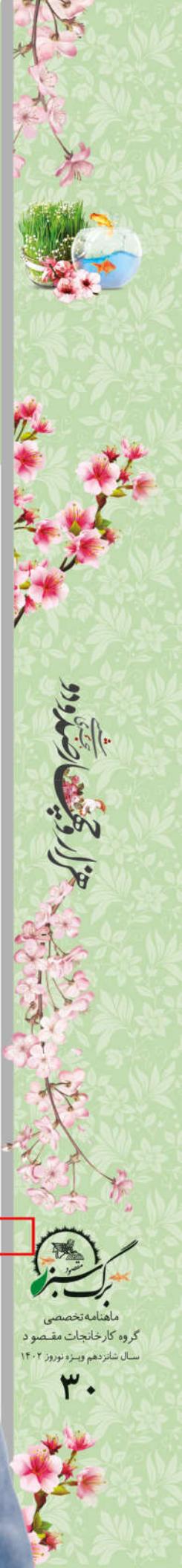
آسیب فضای مجازی برای کودکان | افشاء اطلاعات شخصی

اکثر والدین به فرزندان خود اجازه نمی‌دهند اطلاعات شخصی خود را به صورت آنلاین ارائه دهند و حدود ۵۰ درصد از کودکان این موضوع را تایید می‌کننداما کمتر از نیمی از کودکان ۹ تا ۱۹ ساله‌ای که هفته‌ای یک بار آنلاین می‌شوند، می‌گویند که اطلاعات شخصی خود مانند نام کامل، سن، آدرس، آدرس ایمیل، شماره تلفن، سرگرمی‌ها، نام مدرسه وغیره را به کسی که در اینترنت با آن‌ها آشنا شده اند داده‌اند.

مزایای رسانه‌های اجتماعی

اینترنت مزایای آموزشی و اجتماعی مثبت بسیاری را ارائه می‌دهد، اما متأسفانه خطراتی نیز وجود دارد. مانند هر حوزه دیگری از زندگی که کودکان و نوجوان آسیب پذیرتر هستند هنگام استفاده از اینترنت و سایر فناوری‌های دیجیتال نیز، آگاهانه یا ناآگاهانه کودکان خود را در معرض خطر قرار می‌دهند. سپس والدین، کودکان خود را درگیر فعالیت‌هایی می‌بینند که نامناسب یا احتمالاً غیرقانونی هستند. به طور خلاصه، خطرات مرتبط با استفاده از اینترنت و فناوری‌های دیجیتال اغلب به عنوان ناشی از محتوا، تماس، تجارت یا فرهنگ طبقه بنده می‌شوند.

استفاده از رسانه‌های اجتماعی به معنای آپلود و به اشتراک گذاری محتوا است. ایجاد پروفایل‌های آنلاین، ارسال نظرات یا چت کردن، آپلود عکس و فیلم، واکنش نشان دادن یا «لایک کردن» پست‌های دیگران، به اشتراک گذاری لینک‌ها، برچسب گذاری عکس‌ها و مطالب و ایجاد و به اشتراک گذاری بازی، میکس یا تغییر محتوای موجود و به اشتراک گذاری آن از جمله این فعالیت‌های محتواسازی و محیط حاکم بر فضای مجازی می‌باشد. بسیاری از شبکه‌های اجتماعی دارای محدودیت سنی هستند. به عنوان مثال، برای داشتن یک حساب کاربری در فیس بوک یا اینستاگرام باید ۱۳ سال سن داشته باشید.



سودارسانه های دیجیتال

کاوش و بررسی در رسانه های اجتماعی می تواند به فرزند شما کمک کند تا دانش پیامزید که اگر افراد اطلاعات شخصی را می پرسند، یا لحنی بداخل قایم مهارت هایی را برای لذت بردن از فعالیت های آنلاین و اجتناب از خطرات آنلاین توهین آمیز دارند، عکس های شرم آوری از فرزند شما می سازند و پست ایجاد کند. سواد رسانه ای اسباب رشد تفکر انتقادی از جمله در واکنش به انواع می کنند یا اطلاعاتی را که به آن ها پیوند می دهد به اشتراک می گذارند، به لحاظ پیگرد های قانونی چه امکاناتی در دسترس شماست. پس از آگاهی خبرهای دریافتی در این فضا باشد.

کسب آگاهی در مورد رسانه های اجتماعی

کودک فعال در فضای مجازی می تواند از رسانه های اجتماعی برای به اشتراک گذاشتن محتواهای آموزشی، چه به صورت غیررسمی و چه در محیط های رسمی مدرسه استفاده کند که با دیگر همسالان خود اشتراک داشته باشد. همچنین کودک استفاده می کند اطلاع داشته باشید. می توانید از فرزند پرسید که کدام پلتفرم ها محبوب هستند و خود او کدامها را دوست دارد و بیشتر از کدامیک استفاده می کند. همچنین از کودک بخواهید که به شمانشان دهد این پلتفرم مورد بحث چگونه کار می کند.

یادگیری مشارکتی و تقویت خلاقیت

ارتباط با خانواده و حلقه گسترده دوستانه و همچنین شرکت در نشست های آنلاین محلی و جهانی احساس ارتباط و تعلق داشتن گروهی در کودک را افزایش داده و اسباب بهبود اعتماد به نفس در او می شود. افزایش اعتماد به نفس می تواند پخشی از سلامت روان کودک را بهبود ببخشد.

کاهش خطرات رسانه های اجتماعی

صحبت در مورد استفاده از رسانه های اجتماعی، بهترین راه برای محافظت از در فضای مجازی خواهد بود. اگر می خواهید فرزند شما تا رسیدن زمان کودکان در برابر خطرات رسانه های اجتماعی و اطمینان از امنیت اینترنت در مناسب عضویت در فضای مجازی صبر کند، می توانید از چند گزینه برای دسترس او است. صحبت کردن به شما این فرصت را می دهد که با کمک ترغیب او استفاده کنید. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره پیشگیری از فرزند پرسی کنید که آن ها بایگران چگونه رفتار می کنند و همچنین در اعتیاد به اینترنت کلیک کنید.

فضای مجازی با آن ها چگونه رفتار می شود. برای مثال، می توانید فرزند شما را تشویق کنید که فقط نظرات مثبت بدهد و به نظرات دریافتی منفی بی شکنی در رسانه اجتماعی داشته باشد بامصالحة کردن بر سر این موضوع تفاوت باشد یا سریعاً آن ها را با والدین در میان بگذارند. در این مورد می توانید از مشاوره کودک نیز مشورت بخواهید.

شناسایی خطرات احتمالی

خطرات ناشی از استفاده از رسانه های اجتماعی را با آگاهی از شیوه های آزار عدم تحریم شبکه های اجتماعی مجازی بهتر می توانید شناسایی کنید. برای مثال، ممکن است فرزند شما در یک عکس غیراخلاقی که در یک مهمانی گرفته شده است برجسب زده رسانه های اجتماعی به طور فزاینده ای در برنامه ها، بازی ها، وب سایت ها شود (منشن شود). یاد بگیرید که چگونه خطرات را کنترل کنید. اگر فرزند و حتی محیط های آموزشی جاسازی می شوند و به نحوی فعالیت شما یک سلفی قابل شناسایی در پیچ خود پست می کند، می تواند با درج محتوای آموزشی به این فضاهای وابسته شده است. بنابراین منع نکردن اطلاعات شخصی، خطرات بالقوه موجود را کاهش دهد. با دادن این کردن آن، حتی برای کودکان کوچکتر دشوار است؛ ضمن اینکه اگر رسانه های اجتماعی را ممنوع کنید، ممکن است کودک بیشتر وسوسه شود که وقتی از خانه دور است، آن را بررسی کند. این بدان معناست که شما بهترین فرصت را از دست می دهید تا به فرزند خود بیاموزید که چگونه خطرات رسانه های اجتماعی را از خود دور کند و در رسانه های اجتماعی محترمانه رفتار کند.

یک گزارش از میزان آسیب ها

- اتحاد جهانی (2020) اعلام اطلاعاتی را در آوریل ۲۰۲۰ منتشر کرد که شامل تهدیدات پیش بینی شده برای کودکان در طول دوره محدودیت های COVID-19 بود. برخی از تهدیدات در گزارش آن ها عبارتند از:
- افزایش سوء استفاده جنسی از کودکان در فضای مجازی
- استفاده پیش از اینترنت بدون نظارت و در تنوجه خط پیشتر زور گویی جنسی، اخاذی و دستکاری مجرمان
- افزایش تعداد بیشتری از کودکان اسیب پذیر از نظر عاطله و بنابراین افزایش خطر اضافی با کودک توسط مجرمان

آسیب فضای مجازی برای کودکان سخن آخر

در عین حال که اینترنت می تواند درهای شگفت انگیز را به روی کودکان بگشاید که نسل های قبلی حتی نمی توانستند در خواب هم ببینند، کودکان ممکن است ناخواسته خانواده خود را در معرض تهدیدات اینترنتی قرار دهند. به عنوان مثال، با دانلود تصادفی بدافزارهایی که به مجرمان سایبری امکان دسترسی به حساب بانکی والدین یا سایر اطلاعات حساس را از طریق فیشنینگ می دهد. حفاظت از کودکان در اینترنت یک موضوع وابسته به آگاهی است.

دانستن اینکه چه خطراتی در کمین کودکان است و اینکه چگونه می توان از آن ها محافظت کرد کمک بزرگی خواهد بود. با نظارت صحیح، از اینم بودن فضای آنلاین فرزندان خود مطمئن شوید تا آن ها شادی ها و فرست های دنیای آنلاین را تجربه کنند و از خطرات آن اجتناب کنند. هوشیاری شما اولین گام برای آگاه شدن کودکان است. به طور فعال در زندگی دیجیتالی و روزمره فرزندان خود مشارکت داشته باشید و آشکارا با دنیایی که آن ها در آن سیر می کنند ارتباط برقرار کنید و از تجربیات و دانش مشاوره روانشناسی در این زمینه غافل نشوید...



استراتژی فروش

نویسنده:

مهردی راستگو

کارشناس فروش حوزه مرکزی

نکته مهمتر اینکه مشتریان وفادار اقدام به بازاریابی دهن به دهان می نمایند و این مورد باعث جذب مشتریان بیشتر می گردد.



تنوع محصولات

یکی از راهکارهای ساده و ضروری برای جذب مشتری، تنوع محصولات می باشد. تنوع محصولات باعث بهبود فروش و رفع نیازهای مشتری می گردد.

ارائه محصولات متنوع می تواند در پیشبرد یکدیگر نیز موثر باشند. در جامعه کنونی که طیف سلیقه ای مشتریان نسبت به گذشته بیشتر شده، تنوع محصولات باعث رضایت و جذب مشتریان می گردد. تنوع محصولات باعث می شود که سازمان متکی بر یک منبع درآمد نباشد. این مورد ریسک را کاهش و جذب مشتری را فراخیش می دهد. به عنوان مثال کسانی که منبع درآمدی بالاتری دارند اقدام به خرید محصولات لوکس پذیرایی می نمایند. تنوع محصولات باید مربوط و هم راستا با تولیدات سازمان باشد و چنانچه مخالف این امر نباشد. سازمان باید بسیار محاطانه عمل نماید.

شناخت بازار و تجزیه تحلیل آن

هر سازمان قبل از تدوین اهداف و استراتژی های نیاز به تجزیه و تحلیل بازار دارد. تجزیه و تحلیل بازار باعث شناخت درست تر هدف و چشم انداز بهتری را در اختیار استراتژیست ها قرار می دهد. هر سازمان در تجزیه و تحلیل بازار نقاط قوت و ضعف و فرصت ها و تهدید ها را می شناسد. عدم شناخت درست از بازار باعث اتخاذ تصمیمات نادرست و اشتباه و تعیین استراتژی های غلط و در نهایت نابودی سازمان می گردد.

در پایان ذکر این نکته مهم است که استراتژی های فروش نقشی تعیین کننده در آینده سازمان دارند و سازمان های بزرگ نیاز به اتاق فکر جهت استراتژی های فروش خود دارند.



هر سازمان برای رسیدن به اهداف و استراتژی های خوبیش نیاز به پیاده سازی برنامه های خود در درون و برون سازمان دارد.

یکی از استراتژی های مهم سازمان استراتژی فروش می باشد که باعث سود و سهم بیشتر سازمان در بازار رقابتی می گردد.

استراتژی های فروش جهت پیشبرد بازار به سوی مقاصد سازمان بسیار حائز اهمیت می باشند. سازمان های بزرگ که سهم بازار را در اختیار دارند باید نسبت به استراتژی فروش با چشم انداز وسیع تر نگاه کنند. چه بسا سازمان های بزرگی که به علت ناکارآمدی در استراتژی فروش اکنون نامی از آنها شنیده نمی شود. سازمان های بزرگی که به آنها سازمان های دایناسوری (سازمان های بزرگ با مغز کوچک) گفته می شوند.

در ادامه به معرفی و توضیح چهار عامل مهم استراتژی فروش می پردازیم.

حفظ مشتریان

مشتری، شریک تجاری هر سازمان محسوب می شود و عدم حفظ مشتری به معنای از دست دادن یک شریک تجاری می باشد.

عدم حفظ مشتری باعث می شود که زیر مجموعه های آن مشتری نیز پراکنده و سهم رقیبان گردند. حفظ مشتریان در جامعه کنونی بسیار حائز اهمیت می باشد و اولویت هر سازمان حفظ مشتریان بویژه مشتریان وفادار خود می باشد. مشتریان وفادار از آنجا برای سازمان مهم هستند که هزینه کمتری دارند، شناخت سازمان نسبت به مشتری وفادار خود بیشتر می باشد. با استراتژی های سازمان سریعتر همسو می گردند و امتحان کالا و محصولات جدید

توسط مشتری وفادار بسیار بیشتر است. تمام این موارد باعث شده است که اگر مشتری جدید به سازمان متصل گردد، اولویت سازمان باز هم مشتری وفادار خود می باشد.

شناخت رقبا

یکی از عوامل مهم بقاری هر سازمان شناخت رقبا و توان رقابتی با آنها می باشد.

شناخت رقبا نیازمند اطلاعات کامل، جامع و مفید دیاره آنها است تا سازمان نقاط قوت و ضعف آن هارا بداند و بتواند توسط گروهی از تصمیم گیرنده ها، هوش رقابتی را بالا ببرد و پس از آنالیز کامل رقبا، تصمیماتی جهت رقابت بهتر و قوی تر اتخاذ نماید.

در بازار رقابتی امروز هر سازمان باید بداند که چه رقیبی را رقیب بداند و در چه حوزه ای با آن ها رقابت کند. این نکته نیز حائز اهمیت می باشد که انتخاب رقیب نامناسب باعث ضعف سازمان می گردد.



ماهنشانه تخصصی
گروه کارآجات مخصوص
سال شانزدهم و پنجم نوروز ۱۴۰۲

دانستنی های شیرین

فوايد مصرف شيريني جات



نويسنده:

خدیجه سیر غانی
مسئول فني شركت
عصر شيرين مقصود



شیرینی ها ز سکته های مغزی محافظت می کنند
چند لقمه شیرینی در روز خطر سکته مغزی را کاهش
می دهد بر اساس طالعهای کسه در بخش مغز و
اعصاب انجام شده است، افراد بین ۴۵
تا ۷۸ سال که هر روز مقداری شیرینی مصرف می
کنند، خطر سکته مغزی را تا ۱۷ درصد کاهش
می دهند.

افزایش طول عمر

براساس مطالعات انجام شده در هاروارد آمریکا بر روی سلامت عمومی افراد، نتیجه گیری شده است که افرادی که شکلات می خورند از افرادی که نمی خورند بیشتر عمر می کنند. افرادی که می آید که این احساس در نتیجه ترشح ماده ای به نام دو پامین در سطح بطور متعادل شکلات مصرف می کنند یک تا سه بار در ماه سالم مغز است، فرد برای تکرار این حس خوشایند به خوردن شیرینی عادت ترند. ولی حتی آن دسته از افراد که روزانه (بدون زیاده روی) می کنند و این فرمان توسط سلول های مغزی منتشر می شود، بنابراین شکلات می خورند نیز بیشتر عمر می کنند.

چرا به خوردن شیرینی جات عادت می کنیم؟

تمامی شیرینی ها به دلیل قند و روغن بکار رفته در آنها، تراکم کالری بسیار بالایی دارند. با این حال شیرینی های ساده و بدون کرم، خامه، کرامل و فوندات، درصد کالری شان کم تر است. از طرفی شیرینی های خشک نسبت به شیرینی های تر انتخاب بهتری هستند. درواقع درصد کره و روغن بکار رفته در شیرینی های خشک نسبت به درصد خامه شیرینی های تر بسیار کمتر است.

راعیت فاصله زمانی بین غذا و خوردن شیرینی

شما باید بین شیرینی خوردن و غذا خوردن خود فاصله بگذارید. یک قاتون را در ذهن خود داشته باشید که بعد از غذا بلا فاصله شیرینی نخوردید. یک عادت غلطی است که بیشتر هم از جوامع غیری وارد شده است، به اسم دسر خوردن یا دسر شیرین خوردن، سریعاً بعد از غذا چیز شیرین خوردن متداول شده است. چرا این عادت متداول شده است؟ چون

شیرینی خوردن باعث می شود که معده زود خالی شود. وقتی شما احتمالاً در مورد به اثرات شکلات بر سلامتی بدن شنیده اید. شیرینی می خورید چون کبد میل و تمایل بسیار زیادی به شیرینی دارد، در حقیقت استثنای هایی هم وجود دارد ولی براساس تحقیقات هر خوارکی شیرینی در واقع مطلوب کبد است.

در طب ایرانی یک جمله معروف داریم که می کوییم کبد عاشق شیرینی انجام شده، کسانی که در هفته پنج بار یا بیشتر شکلات می خورند و شیرینی را در هر جایی که باشد به سوی خود جذب می کند. حالا اگر این شیرینی بالای غذا خورده شد یعنی در لایه بالای غذا در معده قرار گرفته است تمام غذایی که هضم نشده است، نیمه هضم شده است در مسیر آن با این کشش و فشاری که معده به غذای شیرین وارد می کند یا به دسر شیرین، خوارکی شیرین وارد می کند این ها به سمت خالی می شود. این عادت غلط از این جایجاد شده است. یعنی فرد می کبد کشیده می شوند، پس غذا درست هضم نمی شود، اما معده زودتر افزایش می یابد و انسولین از لوزالمعده ترشح و مصرف می شود

این قندها خیلی سریع توسط بدن مصرف می شوند و قند خواهد معدہ او زود سبک شود که برای وعده بعدی خود آماده تر باشد خون افت می کند پس فرد احساس گرسنگی می کند و روی این شیرینی می خورد هر چند این معده را سبک می کند، اما غالباً میل به خوردن دارد.

ذخیره نیرو و توسط قند

صرف یک قند منجر به افزایش استقامت و تمرکز افراد می شود. مصرف چند تکه شکلات هنگام انجام یک فعالیت شدید موجب افزایش توان افراد می شود.

کاهش خطر بیماری های قلبی و عروقی

احتمالاً در مورد به اثرات شکلات بر سلامتی بدن شنیده اید. در حقیقت استثنای هایی هم وجود دارد ولی براساس تحقیقات هر خوارکی شیرینی در واقع مطلوب کبد است.

کسانی که در هفته پنج بار یا بیشتر شکلات می خورند و شیرینی را در هر جایی که باشد به سوی خود جذب می کند. حالا اگر این شیرینی بالای غذا خورده شد یعنی در لایه بالای غذا در معده قرار گرفته است تمام غذایی که هضم نشده است، نیمه هضم شده است در مسیر آن با این کشش و فشاری که معده به غذای شیرین وارد می کند یا به دسر شیرین، خوارکی شیرین وارد می کند این ها به سمت خالی می شود. این عادت غلط از این جایجاد شده است. یعنی فرد می کبد کشیده می شوند، پس غذا درست هضم نمی شود، اما معده زودتر افزایش می یابد و انسولین از لوزالمعده ترشح و مصرف می شود

این قندها خیلی سریع توسط بدن مصرف می شوند و قند خواهد معدہ او زود سبک شود که برای وعده بعدی خود آماده تر باشد خون افت می کند پس فرد احساس گرسنگی می کند و روی این شیرینی می خورد هر چند این معده را سبک می کند، اما غالباً میل به خوردن دارد.

روزه داری

روزه گرفتن و اصول تغذیه مناسب در ماه رمضان

نویسنده

دکتر شکرالله خوشی
پزشک طب کار
گروه کارخانجات مقصود



تخم شربتی جهت رفع تشنجی در روزه داران

یکی از خوارکهایی که باید به طور جدی در برنامه تغذیه سالم در روزه داری گنجانده شود، تخم شربتی است. دانه‌های سیاه رنگی که آب را داخل خودشان نگه می‌دارند و آن را به تدریج به سلول‌های مختلف می‌رسانند تا مانع از تشنجی شدید و کم‌آمی بدن شوند. البته یادتان باشد از نوشیدن شربت خیلی شیرین حاوی تخم شربتی چه در افطار و چه در سحر خودداری کنید چون نه تنها عطشتان رفع نمی‌شود بلکه یکباره قند خونتان هم افت می‌کند و دچار سرگیجه و ضعف و لرزش و... می‌شوید.

روزه اثرات مثبت روحی، روانی، بهداشتی و جسمی فراوانی دارد. روزه داران در ماه مبارک رمضان با روزه گرفتن جدای از ادای تکلیف، از این مزايا و اثرات روزه بهره مند می‌شوند. روزه گرفتن اگر با اصول تغذیه مناسب انجام شود، پس از پایان ماه رمضان باعث کاهش میزان کلسیترول، کاهش وزن، بهبود و کاهش فشار خون، کاهش اضطراب و افسردگی خواهد شد.

اصول تغذیه مناسب در ماه رمضان

روزه داران عزیز، باید از رژیم غذایی سالم و با کیفیت بالایی پیروی کنند تا بتوانند بدن خود را با شرایط جدید تطبیق دهند. در ایام روزه داری، برنامه‌ی غذائی افراد به دو وعده ی اصلی افطاری و سحری محدود می‌شود. در این خصوص، وعده ی سحری از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. زیرا پس از این وعده، ساعت‌های روزه داری شروع می‌شود و بدن، انرژی دیگر دریافت نمی‌کند که بهتر است از غذاهای دیرهضم مانند غذاهای حاوی کربوهیدرات‌پیچیده (قندهای مرکب) و فیر نظیر میوه، سبزی، غلات کامل و جویبات مثل جو، گندم، عدس، لوبیا، نان‌های سبوسدار... در این وعده استفاده می‌شود. کارشناسان تغذیه، تأکید دارند که در این وعده ی غذایی باید از خوردن غذاهای سرخ کرده، پرچرب و شیرین، پرهیز شود.

تغذیه نامناسب در ماه رمضان

تغذیه نامناسب در ماه رمضان به دلیل زمان زیادی که معده خالی از مواد غذایی است، می‌تواند مشکلات متعددی به علت گرسنگی و تشنجی و پس از آن پرخوری ایجاد کند. به عنوان مثال، سوءهاضمه، سردرد خفیف یا شدید، احساس بی حالی و کسالت پس از افطار، از جمله نشانه‌های تغذیه نامناسب در ایام روزه داری است.

صرف لبنتیات

محصولات لبنتی پروبیوتیک سیستم ایمنی را تقویت می‌کنند و مانع از رشد میکروگاریانیسم‌های بیماری‌زا در بدن می‌شوند. استفاده از ماست پروبیوتیک در ماه مبارک رمضان هم در وعده شام و هم در وعده ناهار می‌تواند پروتئین مورد نیاز شما را تامین کند. همچنین اگر به لاکتوز یا قند شیر حساسیت دارید و نمی‌توانید آن را هضم کنید و به همین خاطر بعد از خوردن شیر دچار نفخ و دل‌پیچه... می‌شوید، پروبیوتیک‌ها بهترین انتخاب برای شماست. شیر می‌تواند بخشی از نیاز شما به مایعات را در روز جبران کرده و مانع از دهیدراتاسیون یا کم‌آبی بدن شود. از آنجا که ماست به رفع سوءهاضمه و مشکلات گوارشی کمک می‌کند، انتخابی ایده‌آل برای وعده افطار است.



گروه کارخانجات مقصود
سال شانزدهم و سیزدهم نوروز ۱۴۰۲

خرما عضو سفره افطار

خرما عضو جدایی ناپذیر تغذیه سالم در روزه داری است که مصرف آن هم در افطار و هم در سحر پر فایده است. خرماهای خشک در مقایسه با انواع دیگر قند خون را سریعتر افزایش می دهند و کالری بیشتری به بدن می رسانند. موقع خرید خرما حتماً در جعبه آن را باز کرده و مطمئن شوید که شیرهای خارج نشده، خرمها برس نشده و به هم نچسبیده و شکرک نزدنهاند. شکرک زدن، هم خواص ارزشمند خرما را کاهش می دهد و هم باعث می شود خرما به سرعت به سمت فاسد شدن و ترشیدگی پیش برود. دراقع خرماهایی که به هم چسبیده و پرس شده هستند ممکن است از همان زمان خرید شروع به فاسد شدن کرده و مدت زمان زیادی باقی نمانند. مراقب باشید که خرمای تازه را حتماً در طول ماه مبارک رمضان داخل یخچال و در ظرف در بسته نگه داری کنید. از آنجا که خرما فیبر بالایی دارد و قند خود را خیلی سریع داخل خون رها نمی کند، انتخاب مناسبی برای سحری است و مصرف آن در افطار همراه با آب جوش یا چای کمرنگ مانع از افت قند خون می شود.



تغذیه سالم در روزه داری، کاسنی

کاسنی جزو معدود گیاهانی است که می تواند بدن را خنک و به سلامت کبد کمک کند. کاسنی و عرق آن همچنین از نظر طب سنتی صفرابر هستند و به تصفیه خون و رفع گرمادگی کمک می کنند بنابراین حتماً یکی دوشیشه عرق کاسنی برای روزه های گرمی که قرار است روزه بگیرید تهیه کرده و کنار بگذارید و هنگام خوردن آب یا شربت گاکشیر، چند قطره کاسنی هم به آن اضافه کنید.



آرد برنج و سسوس برنج در وعده افطار

مشاوران تغذیه توصیه می کنند برای تغذیه سالم در روزه داری و عده افطار با چند قاشق فرنی کم شیرینی با بدون شکر آغاز شود. فرنی که از مخلوط شیر و آرد برنج تهیه می شود، تا حد زیادی جلوی میل شدید به خوردن شیرینی جاتی همچون زوبابا و بامیه را می گیرد. اما از آنجا که آرد برنجی که در بازار است، کاملاً سسوس گرفته است، ارزش غذایی چندانی ندارد و در عوض بهتر است موقع پخت فرنی مقداری سسوس آسیاب شده نیز به آن اضافه شود تا مانع از ایجاد یبوست در ایام ماه مبارک رمضان شود.

با مصرف جو فیبر مورد نیاز بدن را تامین کنید

جو که به ۳ صورت پوست کنده، پوست نکنده یا سسوس دار و سفید به بازار عرضه می شود، این روزها محبوبیت زیادی دارد. شما می توانید در ایام این ماه از جو بهترین استفاده را در سوپ هایی بکنید که برای عده افطار پخته و آماده می شوند. جو علاوه بر اینکه فیبر بالایی دارد و ملین است، به کاهش کلسترول خون نیز کمک می کند.

رمضان و تعطیلات نوروز

با توجه به مصادف شدن ماه مبارک رمضان با ایام دید و بازدید نوروز بهتر است برای عده افطار از غذاهای کم کالری و سبک به عنوان مثال پنیر سبزی - پنیر خرما - سوپ کم چرب - فرنی و... استفاده کنند تا دچار عوارض گوارشی به دلیل مصرف آجیل و شیرینی جات در دوره هی های عید و بازدید نشوند و در صورت مصرف غذاهای سنتی و چرب تا حداقل ۲ ساعت از خوردن آجیل و شیرینی بعد از عده افطار خودداری شود.

برنامه غذایی مناسب در ماه رمضان

کارشناسان بهداشت معتقدند که برنامه غذایی مناسب در ماه رمضان باید متنوع و متعادل باشد، به طوری که تمامی مواد غذایی موردنیاز حفظ سلامت و ابریزی بدن، در آن گنجانده شده باشد. نان، غلات، میوه ها و سبزیجات، گوشت و حبوبات، تخم مرغ و لبنتیات از جمله این مواد غذایی هستند که باید در ۳ وعده غذایی شامل سحر، افطار و شام مصرف شوند. به گفته کارشناسان اگر روزه داران تمامی مواد غذایی مورد نیاز بدن خود را از آشامیدنی ها گرفته تا لبنتیات و پروتئین ها، بالا قابل در لحظه افطار مصرف کنند، دستگاه گوارش خود را از حالت تعادل خارج می سازد و به بیماری های دستگاه گوارش مبتلا خواهد شد، به همین دلیل باید به هنگام سحر، افطار و شام عده های غذایی به صورت کم حجم و مفید مصرف شود، این در حالی است که تامین نشدن نیازهای اساسی غذایی، از مقاومت بدن انسان می کاهد و آنان را در معرض ابتلا به بیماری های گوناگون قرار می دهد.





حالات شکست و تجزیه و تحلیل اثرات یا (FMEA)

نویسنده
مهران غیاثی
مدیر عامل آذین قالب



که با نام Product FMEA نیز شناخته می‌شود، به طور خاص طراحی محصول را هدف قرار داده است. این روش به پیشگیری از مسائل مربوط به طراحی محصول قبل از ورود به تولید می‌پردازد؛ مانند نقص‌های احتمالی، کاهش عمر سرویس یا مسائل ایمنی و مقرراتی.

PFMEA به دنبال شناسایی شکست‌های احتمالی در مراحل برنامه ریزی و اجرا یا تغییرات فرایندها است. این روش می‌تواند شامل تولید، مونتاژ، معاملات یا خدمات باشد. در FMEA، تیم بر روی حالت‌های خرابی و علل آن تمرکز می‌کند که می‌تواند ناشی از فرایند تولید یا خدمات واقعی باشد و نه طراحی محصول.

زمان استفاده از FMEA

اگرکنون که با مفهوم FMEA آشنا شدیم باید زمان استفاده از آن را نیز بدانیم، برای استفاده از ماکریزم اثربخشی حالت شکست و تجزیه و تحلیل اثرات یا FMEA باید بدانیم که چه موقعی آن را به کار ببریم که می‌توان از مراحل زیر استفاده کرد.

• هنگامی که در حال طراحی یا بازطراحی یک فرایند، محصول یا خدمات هستید.

• قبل از تدوین برنامه‌های کنترلی برای یک فرایند جدید یا اصلاح شده.

• زمانی که اهداف بهبود برای یک فرایند، محصول یا خدمات موجود را برنامه‌ریزی می‌کنید.

• هنگامی که مشغول تجزیه و تحلیل شکست‌های یک محصول یا فرایند هستید.

• به صورت دوره‌ای در طول فرایند.

تفاوت FMEA و FMECA چیست؟

روش FMEA فقط اطلاعات کیفی را ارائه می‌دهد درحالی که FMECA علاوه بر اطلاعات کیفی، اطلاعات کمی را نیز ارائه می‌دهد. اطلاعات کمی به ما توانایی اندازه‌گیری را نیز می‌دهد. درواقع FMEA توسعه یافته FMECA است.

مراحل FMEA

این روش به صورت کلی از هفت مرحله تشکیل شده است که به اختصار به شرح زیر است.

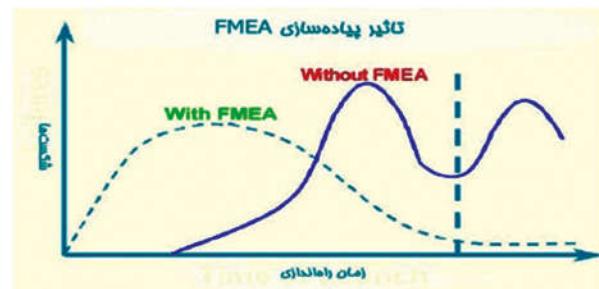
❶ برنامه‌ریزی و آماده‌سازی

❷ تجزیه و تحلیل ساختار

FMEA چیست؟

حالات شکست و تجزیه و تحلیل اثرات یا FMEA روشی است که به سازمان‌ها اجازه می‌دهد تا تمام شکست‌های احتمالی در یک فرایند تکوین محصول یا خدمات در مراحل اولیه پیش‌بینی کنند. این روش یکی از اولین روش‌های بهبود قابلیت اطمینان در فرآیندها است که یک رویکرد گام به گام برای شناسایی تمام خرابی‌های احتمالی در یک طراحی، فرایند تولید، مونتاژ و را بررسی و پیش‌بینی می‌کند و به همین دلیل آن را به عنوان یک ابزار رایج تجزیه و تحلیل فرآیندها معرفی می‌نمایند.

در این روش هرگونه خطأ یا نقصی در محصول یا خدمات را به عنوان شکست تعریف می‌کنیم؛ به ویژه مواردی که بر مشتری تأثیر می‌گذارد. «تجزیه و تحلیل اثرات» به مطالعه پیامدهای شکست‌ها اشاره دارد. شکست‌ها بر اساس میزان جدی بودن پیامدها، تعداد دفعات رخدان و اینکه چگونه می‌توان آنها را شناسایی کرد اولویت بندی می‌شوند. هدف FMEA این است که اقداماتی را برای حذف یا کاهش شکست و خرابی‌ها مطابق با اولویت‌بندی محصول یا خدمات ارائه دهد.



انواع FMEA چیست؟

روش FMEA که شامل ۴ شاخه اصلی که به ۲ مورد مهم و پرکاربرد آن به شرح زیر به می‌پردازیم.

تجزیه و تحلیل اثرات حالت شکست فرایند

Process Failure Mode Effects Analysis - PFMEA

شکست عملکردی و تجزیه و تحلیل اثرات

Functional Failure Mode and Effects Analysis - FFMEA

خرابی نرم‌افزار و تجزیه و تحلیل اثرات

SFMEA - SOFTWARE FAILURE MODE AND EFFECTS ANALYSIS

شکست طراحی و تجزیه و تحلیل اثرات

DFMEA - Design failure mode and effect analysis

DFMEA



ماهنهامه تخصصی
گروه کارخانجات مقصود
سال شانزدهم و سیزدهم و نوزدهم
۱۴۰۲

۳ تجزیه و تحلیل تابع

۴ تجزیه و تحلیل شکست

۵ تجزیه و تحلیل ریسک

۶ بهینه‌سازی

۷ مستندسازی نتایج

این مراحل را می‌توان به سه دسته کلی تقسیم کرد:

۰ مراحل ۱ تا ۲ نشان‌دهنده مرحله «تحلیل سیستم» از یک مطالعه FMEA است.

۰ مراحل ۳ تا ۶ مرحله «تحلیل شکست و کاهش ریسک» را نشان می‌دهد.

۰ مرحله سوم یا «ارتباطات ریسک»، مرحله مستندسازی نتایج را پوشش می‌دهد.

برنامه‌ریزی و آماده‌سازی

مطالعه با یک تعريف هدفمند و دقیق از دامنه شروع می‌شود. تیم مدیریت مسئول تعیین محدوده مطالعه است.

تجزیه و تحلیل ساختار

تجزیه و تحلیل ساختار برای شناسایی و تجزیه فرایند به مراحل متوالی، استفاده می‌شود. هدف تجزیه و تحلیل ساختار تسهیل در کامل فرایند است. برای مثال فرایندی را که بخشی از آن است شناسایی کنید و در نهایت، تمام عناصر مرتبط با آن را مشخص کنید.

تجزیه و تحلیل تابع

باید بررسی شود که محصول در مرحله تحلیل عملکرد چه کاری انجام داد، و چگونه این عملکرد تسهیل می‌شود. با استفاده از تجزیه و تحلیل ساختار توسعه یافته در مرحله ۲، هر عنصر به طور جداگانه از نظر عملکرد و الزامات مربوطه تجزیه و تحلیل می‌شود.

تجزیه و تحلیل شکست

تجزیه و تحلیل خرابی‌ها شامل شناسایی اینکه چگونه ممکن است عناصر تمرکز عملکردهای مورد نظر مستند شده توسعه تجزیه و تحلیل عملکرد را ندهند.

تجزیه و تحلیل ریسک

این مرحله از روش FMEA شدت، موقع و تشخیص هر زنجیره شکست را روزی‌بایی می‌کند. سطح اولویت اقدام (بالا-متوسط یا پایین) را بر اساس ارزیابی‌ها به دست می‌آورند. اگر سطح بدست آمده بالا باشد، باید اقداماتی برای بهبود پیشگیری و تشخیص عیوب انجام شود و اگر کم باشد می‌توان برای بهبود اقدام کرد اما ضروری نیست.

بهینه‌سازی

هدف اولیه مرحله بهینه‌سازی توسعه اقداماتی است که ریسک‌ها را کاهش داده و با بهبود کیفیت محصول، رضایت مشتری را فریباش می‌باید. بیشتر اقدامات شامل کاهش احتمال وقوع علل خرابی یا بهبود کنترل فرایند است. هر یک از این رویکردها منجر به یک طراحی قوی تر خواهد شد.

مستندسازی نتایج

نتایج هر مطالعه FMEA باید به طور کامل مستند شود. مطالعه FMEA تا زمانی که مرحله ۷ کامل نشده است به اتمام نمی‌رسد.

مراحل و روش پیاده سازی

با سیاست توجه داشت که یک روش عمومی کنترل فرایند است و جزئیات خاص ممکن است بسته به استانداردهای سازمان یا صنعت شما متفاوت باشد. در ادامه توضیحی عمومی از روند پیاده‌سازی این

روش برای آشنایی اولیه شما ارائه می‌دهیم:

- تیمی از افراد با دانش متنوع گردآوری کنید. تخصص‌های موردنیاز عبارت‌انداز: طراحی، ساخت، کیفیت، آزمایش، قابلیت اطمینان، تعمیر و نگهداری، خرید (و تأمین کنندگان)، فروش، بازاریابی و خدمات مشتری.
- محدوده FMEA را شناسایی کنید. برای چه مفهومی به آن نیاز دارد؟ چه مزه‌هایی وجود دارد؟ چقدر باید دقیق باشیم؟
- از فلوچارت‌ها برای مشخص کردن دامنه کار استفاده کنید و مطمئن شوید که همه اعضای تیم آن را با جزئیات درک می‌کنند.
- در روش FMEA باید کارکردهای محدوده خود را شناسایی کنید. مشخص کنید که هدف از این سیستم چیست؟ و مشتریان چه انتظاری از آن دارند؟ سازمان را به زیرسیستم‌ها، ایتم‌ها، قطعات، مجموعه‌ها یا مراحل پردازش جداگانه تقسیم کنید و عملکرد هر کدام را مشخص نماید.
- تمام راههایی را که ممکن است شکست رخ دهد را برای هر بخش شناسایی کنید. در صورت لزوم، به عقب برگردید و عملکرد را با جزئیات بیشتر بازنویسی کنید تا مطمئن شوید که حالت‌های مختلف از دستدادن عملکرد سیستم را بررسی کرده‌اید.
- برای هر حالت خرابی، تمام پیامدهای سیستم را شناسایی کنید.
- شدت اثرات خرابی را درجه‌بندی کنید. شدت را معمولاً در مقیاسی از ۱ تا ۱۰ درجه‌بندی می‌کنند.
- شکست‌ها را ریشه‌یابی کنید. از ابزارهای طبقه‌بندی شده به عنوان ابزار تجزیه و تحلیل علت و همچنین داشن افراد با تجربه تیم استفاده کنید.
- علل شکست را ثبت و رتبه‌بندی کنید. دلایل وقوع را در مقیاسی از ۱ تا ۱۰ درجه‌بندی می‌کنند که در آن ۱ بسیار بعید و ۱۰ اجتناب‌ناپذیر است.
- آزمایش‌ها، رویدهای برای جلوگیری از تکرار خطاهای طراحی کنید. تدبیر کنترلی احتمال وقوع آن خطای را بررسی کنید.

FMEA طراحی

- برای طراحی حالت شکست و تجزیه و تحلیل اثرات یا FMEA باید مواردی را مرتبط با سازمان خود در نظر بگیرید. احتمال نقص در عملکرد محصول، کاهش عمر محصول و نگرانی‌های ایمنی و نظارتی ناشی از:
- خواص مواد • هندسه • بارها و تحملها • رابطه بین اجزا و سیستم‌ها
 - Nose مهندسی: محیط‌ها، مشخصات کاربر، تخریب، تعاملات سیستم‌ها
 - مزایای استفاده از FMEA

از نظر تاریخی، هرچه زودتر یک شکست کشف شود، هزینه کمتری خواهد داشت. اگر یک شکست در اوایل توسعه یا عرضه محصول کشف شود، تأثیر آن به طور تصادعی مخرب‌تر است. کشف شکست در مراحل اولیه توسعه محصول با استفاده از FMEA مزایای زیر را به همواره دارد:

- انتخاب‌های متعدد برای کاهش خطر • قابلیت بالاتر تأیید و اعتبارسنجی تغییرات • همکاری بین طراحی محصول و فرایند • طراحی بهبودیافته برای ساخت و مونتاژ • راه حل‌های کم‌هزینه تولید محصول

پس از نهایی کردن FMEA، با نتایج چه باید کرد؟

- پس از نهایی کردن FMEA، از نتایج برای موارد زیر استفاده می‌کنیم: شکست‌های پر خطر را کاهش دهید.
- با پیش‌بینی ریسک‌ها، شدت اثرات و احتمال وقوع خرابی را کاهش دهید.

- کنترل‌های مشخصی برای بهبود تشخیص خرابی پیاده‌سازی کنید.
- برنامه‌های عملیاتی را بر بنای زمانی ایجاد کنید و افراد مسئول اجرای هر بهبود را مشخص کنید.

برای اطمینان از دستیابی به اهداف، ارزیابی مستمر داشته باشید.

نتایج روش FMEA در بهبود اطمینان از خدمات ارائه شده و رضایت بیشتر در بین مشتریان، کاربران و مصرفکنندگان نهایی کمک خواهد کرد. در نهایت، این روش در شناسایی و تصحیح شکست‌های فرایند در مراحل اولیه به طرز چشمگیری مؤثر است تا بتوانید از عواقب بد و عملکرد ضعیف جلوگیری کنید.

مبانی ایمنی و آتش نشانی

نویسنده

رمضان غلامی
مسئول آتش نشانی و ناظر
HSE شرکت های سپیده
جام توس و ساینا



اکسیژن، حرارت، ماده سوختنی (مواد قابل اشتعال)
و واکنش های زنجیره ای می باشدند



تاریخچه آتش

یکی از مهمترین نوآوری های بشر نخستین، کشف آتش است که دانشمندان سالها در تلاش برای یافتن نخستین منشأ آن هستند

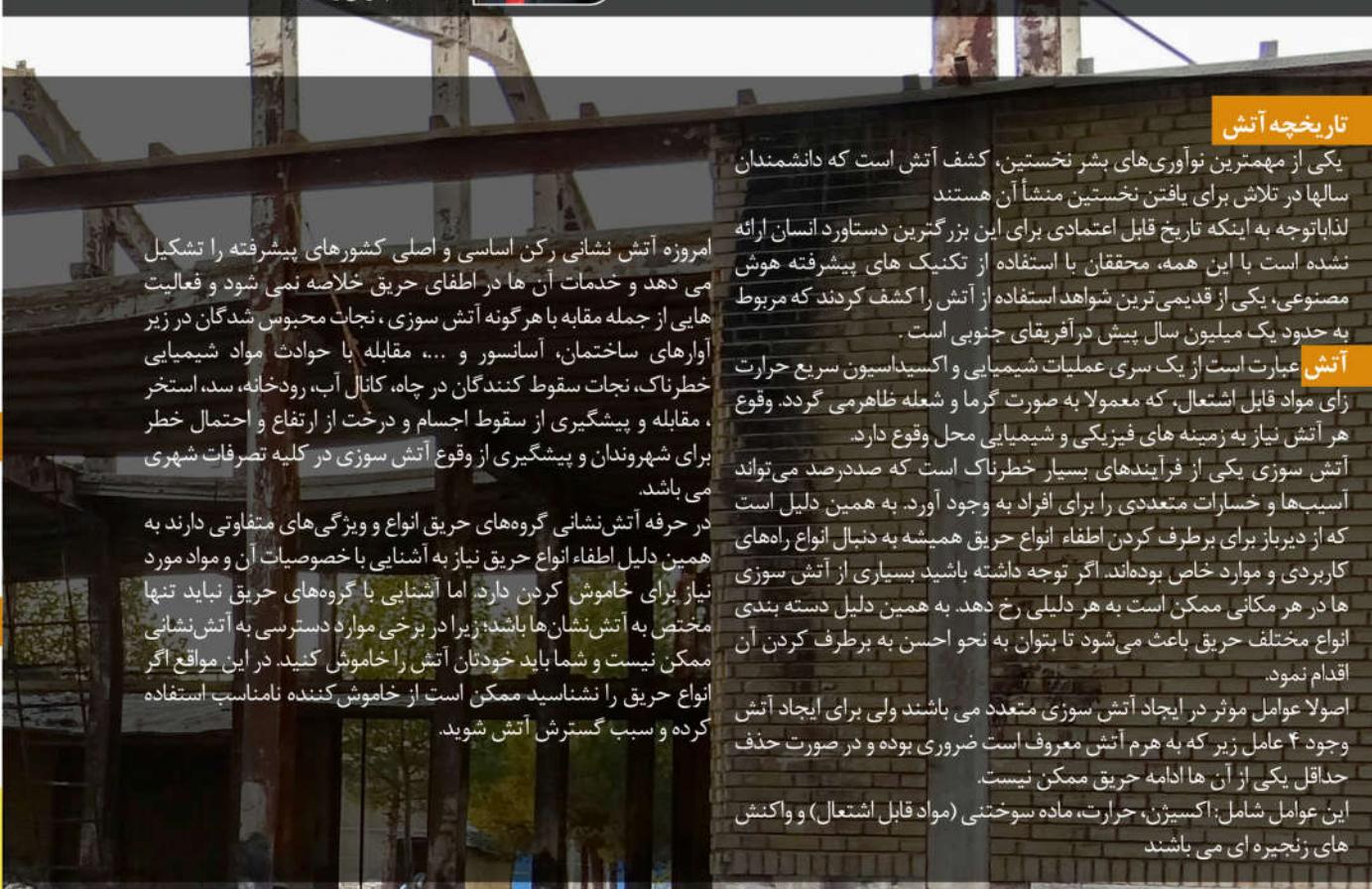
لذباً توجه به اینکه تاریخ قابل اعتمادی برای این بزرگترین دستاوردن انسان ارائه نشده است با این همه، محققان با استفاده از تکنیک های پیشرفته هوش مصنوعی، یکی از قدیمی ترین شواهد استفاده از آتش را کشف کردند که مربوط به حدود یک میلیون سال پیش در آفریقای جنوبی است.

آتش عبارت است از یک سری عملیات شیمیایی و اکسیداسیون سریع حرارت زای مواد قابل اشتعال، که معمولاً به صورت گرما و شعله ظاهری گردید. وقوع هر آتش نیاز به زمینه های فیزیکی و شیمیایی محل وقوع دارد.

آسیب ها و خسارات متعددی را برای افراد به وجود آورد. به همین دلیل است که از دیرباز برای برطرف کردن اطفاء انواع حریق نیاز به آشنایی با خصوصیات آن و مواد مورد نیاز برای خاموش کردن دارد. اما آشنایی با گروه های حریق نباید تنها مخصوص به آتش نشانی باشد. زیرا در برخی موارد دسترسی به آتش نشانی ممکن نیست و شما باید خودتان آتش را خاموش کنید. در این موقع اگر انواع حریق را نشناشید ممکن است از خاموش کننده نامناسب استفاده کرده و سبب گسترش آتش شوید.

اصولاً عوامل موثر در ایجاد آتش سوزی متعدد می باشند ولی برای ایجاد آتش وجود ۴ عامل زیر که به هرم آتش معروف است ضروری بوده و در صورت حذف حداقل یکی از آن ها ادامه حریق ممکن نیست.

این عوامل شامل: اکسیژن، حرارت، ماده سوختنی (مواد قابل اشتعال) و واکنش های زنجیره ای می باشند



ماهنشاهه تخصصی
گروه کارخانجات مقصود
سال شانزدهم و سیزدهم نوروز ۱۴۰۲

کلاس	روش مقابله	ماده اطفاری
A	سرد کردن	آب
B	خفه کردن	پودرخشک شیمیایی
C	جدا سازی	پودرخشک شیمیایی
D	خفه کردن	سایر مواد اطفاری (پودرخشک شیمیایی)
E	جدا سازی	گاز CO ₂
F	خفه کردن	سایر مواد اطفاری (پودر ترشیمیایی)

دستورالعمل استفاده از فایرباکس

- ۱- با حفظ خونسردی اقدام به باز نمودن درب فایرباکس نمایید. ۲- با چرخاندن قرقه به بیرون از فایرباکس اقدام به باز نمودن شلنگ نمایید.
 ۳- دو سر شلنگ را بررسی نموده و اقدام به کوپل سرنازل به شلنگ و شلنگ به شیر نمایید. ۴- سرنازل آمده (متصل به شلنگ) را به دست گرفته و به سمت حریق حرکت نمایید. ۵- شیر اصلی فایرباکس را باز نمایید و تاخاموش شدن کامل آتش به عملیات خود ادامه دهید.

به یاد داشته باشید:

استفاده از فایرباکس صرفا جهت جامدات قابل اشتعال مناسب می باشد.

استفاده از فایرباکس جهت اطفا تجهیزات الکتریکی و مایعات قابل اشتعال ممنوع می باشد.

استفاده از فایرباکس به صورت انفرادی ممنوع می باشد.

۱۰- فاییده اصلی دویدن

نویسنده: سید هادی کلالی
سرپرست برش گروه

۹- رژیم

دویدن، بیشتر از تایمی که از شما میگیرد به شما بازمیگرداند !!
طبق تحقیقات، ۱ ساعت دویدن، ۷ ساعت به طول عمرتان می افزاید
به همین خاطر جزء سالمترین کارهاییست که میتوان انجام داد !

آیا دویدن برای زانوی شما زیان آور است؟

خیلی ها معتقدند دویدن برای زانو مضر است و می تواند به تدریج موجب سائیدگی در آن شود. اما یک مطالعه جدید نشان داده است که دویدن بر عکس می تواند التهاب در مفصل زانو را کاهش دهد.
محققان می گویند این تفکر که دویدن مسافت های طولانی برای زانو مضر است یک افسانه است.

با بررسی مایع مفصلی تعدادی زن و مرد سالم با سن ۳۵-۱۸ سال مواد شیمیایی التهابی را قبل و بعد از سی دقیقه دویدن در زانوی آن ها مورد بررسی قرار دادند. نتیجه آن ها این بود که در افراد جوان و سالم دویدن می تواند محیطی ضدالتهابی را در مفصل زانو به وجود آورد که در درازمدت به نفع مفصل است.

محققان می گویند دویدن می تواند ایجاد و بروز ساییدگی مفصل را به تعویق بیندازد. همچنین دویدن می تواند یکی از بهترین راه های پیشگیری از پوکی استخوان باشد.

بهبود فعالیت فکری- افزایش بافت استخوانی- افزایش طول عمر
غلبه بر افسردگی- قویوت سیستم تنفسی- بهبود عمل گوارش
کاهش اضافه وزن- خواب راحت و عمیق- تقویت قلب- کاهش چربی
خون تا حد طبیعی
*دویدن، استحکام استخوانها را در درازمدت تضمین می کند
** محققان دانشگاه میشیگان به این نتیجه رسیدند که ۲۰ تا ۲۵ دقیقه دویدن سه بار در هفته باعث افزایش مقدار مواد مفید معدنی در استخوانها می گردد!



آیا اعتیاد واقعاً قابل ترک است؟ به چه روشی اقدام کنیم؟



درمان اعتیاد و روشهای آن

قسمت دوم

اثر نالتترکسون به این ترتیب است که در صورتی که فرد وسوسه زیادی جهت مصرف ماده مخدر داشته و آنرا مصرف نماید از تأثیر ماده مخدر بر روی بدن وی جلوگیری می نماید، که این مسئله اهمیت سیار زیادی در پیشگیری از عود دارد، بدليل آنکه بدن بال عدم تأثیر ماده مخدر بر روی بدن فرد احتمال ادامه مصرف ماده مخدر بسیار پایین می آید و فرد از تلاش بیهوذه فوق دست خواهد کشید (البته در برخی از بیمارانی که هروئین بر روی نالتترکسون مصرف می نمایند بدليل آنکه هروئین موجود در بازار اغلب همراه با داروهای خواب آور می باشد ممکن است حالات خواب آلودگی بروز نماید، یعنی نالتترکسون جزو مخدري هروئین را خنثی می نماید ولی جزو خواب آور آن اثر می نماید که در چنین شرایطی تست ادراری در تشخیص کمک کننده است).

در صورتیکه اگر این دارو مصرف نشود کافی است فقط فرد یکبار پس از ترک ماده مخدر استفاده نماید و ماده فوق بر روی بدن اثر نماید که در اینصورت قطعاً این روند ادامه یافته و فرد دچار برگشت اعتیاد می شود. در برخی از موارد در صورتیکه ماده مخدر بر روی نالتترکسون مصرف شود امکان بروز علائم و عوارض خفیی از جمله حالت تهوع نیز وجود دارد.

علاوه بر اثر فوق نالتترکسون تا حدودی وسوسه و میل به مصرف ماده مخدر را نیز کم می نماید. البته نه به این معنا که این دارو ضد وسوسه یا تنفسزامی باشد و تبلیغاتی که در این زمینه می شود بی پایه و اساس است و راه ایجاد تنفر تنها با روان درمانی است.

عوارض داروی نالتترکسون تا چه حد جدی است؟

داروی نالتترکسون در فردی که مبتلا به اعتیاد به مواد مخدر می باشد علائم بسیار شدید سندرم محرومیت را ایجاد می نماید که کنترل آنها غالب بسیار دشوار بوده و عوضاً با خطرات جدی روبرو می شوند. ولی این دارو در افرادی که سم زدایی شده‌اند ندرتاً عوارضی را در پی دارد که هیچ‌کج جدی نیست. مهمترین عارضه ای که در ارتباط با نالتترکسون مطرح است افزایش آنزیمهای کبدی است که بسیار نادر و در عین حال عارضه جزئی است. بدليل اینکه نالتترکسون بدون آنکه به سلولها یا بافت کبدی آسیبی برساند سبب تحریک این آنزیمهای گردد و برخلاف بعضی از

طی مدت ۴ ساعت کلیه علائم از بین می رود بی پایه و اساس است.

برگترین مشکل در روش سم زدایی فوق سریع ضعف عمومی بدن پس از مدت بیهوذه است که بطور متوسط ۳ تا ۵ روز ادامه دارد و با گذشت زمان بیهوذه می یابد. بجز مسئله سرفه عمومی که در اکثریت بیماران پس از سم زدایی فوق سریع مشاهده می شود، در برخی از بیماران علائم دیگری از قبل علائم گوارشی، خمیزای، درد بدنی، بیقراری یا بیخواهی نیز به درجات مختلف دیده می شود که جهت کنترل آنها داروهای موثری موجود بوده و علائم فوق اغلب برای بیمار مشکل ساز نمی باشند. شدت و نوع علائم جسمی پس از سم زدایی فوق سریع در افراد مختلف متفاوت بوده و تا حدودی قبل از سم زدایی قابل پیش بینی است.

پس از انجام سم زدایی فوق سریع در صورتیکه بدرستی انجام شده باشد داروی نالتترکسون از روز اول برای بیمار شروع گردیده و می بایست روزانه و اغلب بمدت یکسال مصرف شود. یکی از راههای تشخیص اینکه UROD درست انجام شده است یا خیر این است که آیا برای بیمار نالتترکسون از روز اول شروع شده است یا خیر. متناسبانه بدليل پیچیدگی هایی که شروع نالتترکسون در این روش دارد در برخی از موارد این دارو در روزهای بعدی برای بیماران شروع می شود که همراه با عوارض و مشکلات عدیده، عدم تحمل بیمار یا شکست سم زدایی می باشد. یکی از دلایل عدمه موقفيت بالای روش فوق سریع شروع نالتترکسون از روز اول است (که اگر نتوان این کار را انجام داد میزان موقفيت سم زدایی بسیار پائین می آید).

داروی نالتترکسون چیست و چه نقشی در درمان دارد؟

داروی نالتترکسون یک داروی ضد مخدر بوده و از عود اعتیاد به مواد مخدر پیشگیری می نماید. (البته در کنار مصرف این دارو انجام روان درمانی نیز ضروری است). این دارو در افرادی که اعتیاد دارد قابل استفاده نبوده و همراه با عوارض بسیار شدیدی می باشد و تنها پس از سم زدایی قابل تجویز در بیماران می باشد و بعنوان یک برنامه استاندارد پژوهشی لازمست تمامی بیماران پس از پایان سم زدایی با هر یک از روشهای موجود تحت درمان با این دارو بمدت یکسال قرار گیرند.

نویسنده:
دکтор سعید قاضی جولاوی
پزشک طب کار
گروه کارخانجات مقصود

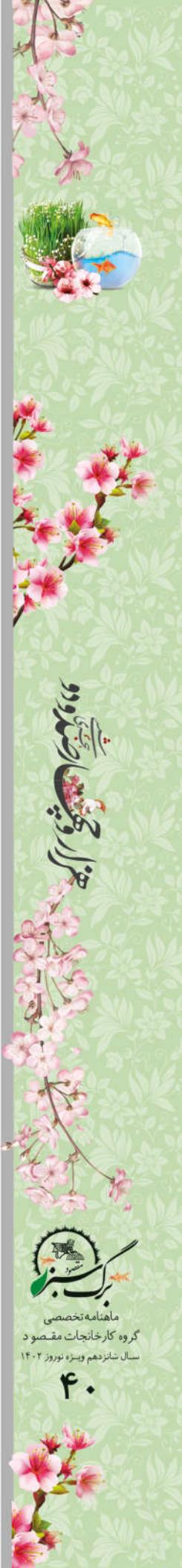


روش سم زدایی فوق سریع چیست؟

این روش که در زبان انگلیسی Ultra Rapid Opiate Detoxification یا به اختصار URD UROD نامیده میشود، جدیدترین روش جهت سم زدایی مواد مخدر است. البته بهترین روش در همه موارد نمی باشد و در همه موارد امکان پذیر نیست و به این ترتیب است که بیمار اغلب به مدت ۲۴ تا ۴۸ ساعت در مرکز درمانی بستری گردیده و در طی ۳ تا ۴ ساعت تحت بیهوذه عمومی (نه خواب عمیق) که فوق العاده خطرناک است) در اتاق عمل قرار می گیرد. در طی مدت بیهوذه داروهای ویژه ای برای بیمار تجویز می گردد که منجر به بروز علائم ترک بصورت سریع و فشرده می شوند. (البته بیمار در طی بیهوذه هیچ‌گونه علامت خاصی را احساس نماید). این عمل منجر به ترشح سریع مواد مخدر داخلی بدن گردیده که جایگزین مواد مخدر مصرفی بدن بیمار می گردد و تحمل بدن فرد نسبت به علائم ترک بسیار بالا می رود. در این روش بیمار بیشترین شدت علائم جسمی را در طی مدت بیهوذه سپری می نماید.

بیشترین مزیت روش سم زدایی فوق سریع نسبت به روشهای دیگر سم زدایی، میزان موقفيت آن (در مرحله سم زدایی) است و در صورتیکه بدرستی انجام گیرد میزان روش آن نزدیک به ۱۰۰٪ است. البته انجام روش سم زدایی فوق سریع نیاز به دانش و تجربه بسیار بالایی دارد، در غیر اینصورت نه تنها به موقفيت نمی انجامد بلکه می تواند با خطرات و آسیبهای جدی نیز همراه باشد. البته لازم به ذکر است روش فوق در تمامی موارد امکانپذیر نبوده و در صورتیکه بیماری زمینه ای قلبی، ریوی شدید یا برخی از بیماریهای دیگر وجود داشته باشد نمی توان به آن اقدام نمود. این روش عمدتاً در مواردی کاربرد دارد که سم زدایی با روشهای دیگر مقدور نبوده و احتمال شکست بالایی دارند.

مزایای دیگر این روش نسبت به سایر روشهای سرعت بهبودی بالاتر و در اغلب موارد (نه همه موارد) راحتی بیشتر آن است. البته باید در نظر داشت در این روش کلیه علائم در طی مدت بیهوذه از بین نرفته و بطور کلی هیچ روش سم زدایی وجود ندارد که بدون علائم باشد و تبلیغاتی که راجع به این روش می شود که در



ماهنهامه تخصصی
گروه کارخانجات مقصود
سال شانزدهم و سیزدهم نوروز ۱۴۰۲



از همکاران چه خبر

گفتگو با همکار: امید گرگانی

برای معرفی همکارمان آقای امید گرگانی به سراغ ایشان می رویم. آقای گرگانی خود را متولد سال ۱۳۶۶ زاپل معرفی کرده و می گوید با مدرک تحصیلی سیکل از دی ماه سال ۱۳۹۲ با گروه کارخانجات مقصود آشنا و در این گروه مشغول به کار شده است. وی میگوید در حال حاضر در شرکت درسا در بخش پولیش دستی به خدمت اشتغال دارد.

آقای گرگانی در مورد زندگی خانوادگی اش می گوید: متأهل و دارای دو فرزند دختر هستم و مثل هر پدری برای آنان موفقیت در زندگی، تحصیل و عاقبت بخیری آرزو دارم.

از وی دلیل موفقیت گروه مقصود را می پرسیم می گوید: به نظر من مدیریت صحیح و یکپارچگی و همدلی کارکنان سخت کوش گروه، پویایی آن و حرکت به سوی افق های تازه در این صنعت و پیشرفت های روزافزون گروه مقصود را پدید آورده است.

از آقای گرگانی درباره تجربه های کسب شده اش در گروه می پرسیم میگوید: آشنایی با دستگاه های تولید و شناخت مراحل تولید قاشق و چنگال و نیز ارتباط مناسب با همکاران و کسب تجربه و آموزش از آنان برای من بسیار با ارزش است.

آقای گرگانی مهمترین ویژگی اخلاقی و سازمانی مدیریت گروه را داشتن درک بالا از شرایط کارکنان تحت مدیریت خود، بخشش و نیکوکاری و حامی مهم و مقنن کارکنان بودن، می داند.

وی در پاسخ این پرسش که چه پیشنهادی برای افزایش راندمان کار در گروه دارد می گوید: کارکنان گروه همچنان با جدیت و تلاش در جهت ارتقاء ظرفیت های کاری شرکت و گروه فعالیت کنند و مقصود را به عنوان گروهی که باید همواره رو به جلو در حرکت باشد بپذیرند. او همچنین استفاده بهینه از مواد اولیه و مواد مصرفی و جلوگیری از اتلاف منابع را از وظایف همه کارکنان تولید می داند.

آقای گرگانی همچنین پیشنهاد ایجاد طبقه بندی کارکنان را از نظر راندمان و کیفیت کار ارائه می دهد، هرچند این امر همواره مورد توجه سرپرستان خطوط تولید و مدیریت گروه بوده است.

برای همکارمان آقای گرگانی و خانواده چهار نفره اش در زندگی و خانواده بزرگش، گروه کارخانجات مقصود آرزوی موفقیت های بیش از پیش را داریم.



داروها که هپاتیت و آسیب کبدی به همراه دارند چنین

عارضه ای در مورد نالترکسون مطرح نمی باشد.

افزایش آنزیمهای کبدی با آزمایش دوره ای مشخص می گردد و در صورت بروز، با قطع دارو به حد طبیعی باز می گردد. لازم به ذکر است بسیاری از بیماران مبتلا به اعتیاد در زمان مراجعه به درمان آنزیمهای کبدی بالا دارند که پس از اقدام به درمان و شروع نالترکسون آنزیمهای کبدیشان به حد طبیعی باز می گردد.

آزمایشات مربوط به اعتیاد به مواد مخدر تا چند روز

پس از اقدام سه زدایی منفی می شوند؟

آزمایشات فوق معمولاً از ۲ تا ۱۰ روز پس از قطع مصرف مواد مخدر منفی می شوند. در روش فوق سریع هر چند مواد مخدر از روز اول از سطح سلولها پاک می شوند ولی از آنجائی که دفع این مواد عمده‌است و بسته به دفع کبدی آنها از بدن است این روش تاثیر زیادی در تسريع منفی شدن تستهای آزمایشگاهی فوق ندارد.

لازم به ذکر است متساقته تستهای آزمایشگاهی در برخی موارد منفی یامثبت کاذب داشته و از اینرو به تنها ی انتبار زیادی ندارند. مواردی که انگیزه شان از مراجعة به درمان تنها منفی شدن تستهای آزمایشگاهی می باشد متساقته پیش آگهی خوبی نداشته و اغلب همراه با عود زود هنگام همراه هستند و پژشک در این موارد می بایست دقت بیشتری در پذیرش بیمار داشته باشد.

آیا روش خاصی از سه زدایی وجود دارد که از عود

اعتیاد پیشگیری نماید؟

خیر. درمان اعتیاد بطور کلی به دو بخش درمان وابستگی جسمی (سه زدایی) و درمان وابستگی روانی تقسیم می شود. البته درمان مراحل جزئی تری را نیز شامل می شود (از جمله مشاوره انگیزشی در ابتدای درمان که حداقل یک ساعت بطول می انجامد و ...) که در راستای یکی از بخش های دوگانه فوق می باشند. سه زدایی با هر یک از روش های علمی فوق الذکر تنها بیمار را از نظر عالمی جسمی یا روانی سندروم محرومیت کنترل مینماید و تاثیر مشخصی در درمان وابستگی روانی به تنها ی تاثیر ندارد. از اینرو روش سه زدایی فوق سریع به تنها ی تاثیر و برتری مشخصی در پیشگیری از عود اعتیاد ندارد و نمی تواند حایگزین مراحل درمانی دیگر در این زمینه شود.

البته روش سه زدایی فوق سریع از این نظر که داروی نالترکسون سریعتر برای بیماران شروع می گردد و بیماران سریعتر از نظر جسمی بهبود می یابند می توانند به بیماران کم ک نماید تا با شرایط بهتر و مطمئن تری بتوانند به درمان و مبارزه با وابستگی روانی خود بپردازنند.



Special for Nowruz
Sixteenth year

N.O 161

41



گروه کارخانجات مقصود

Grand Maghsoud Group

www.grandmaghsoud.com

تلفن امور مشتریان: ۰۰۰۱۵۲۶۳۵۱۵





Sargol Porcelain

سرویس بین جاین، طرح: ۱۸۰۶۷

Bonechina Design: 18067



شرکت سارگل شرق گروه کارخانجات مقصود



تعادل بین کار و زندگی شخصی

ایجاد تعادل درست بین کار و زندگی شخصی،

از نظر رسیدن به زندگی بدون استرس، بسیار مهم است. در جهان کسب و کار پرشتاب کنونی، هر فرد، به دنبال تعادل بین محیط کاری و زندگی شخصی خود میباشد به این شکل که کارشان را اولویت بندی کنند تا اوقات فراغت کافی داشته باشند. این تعادل در حوزه کسب و کار بسیار مهم است، زیرا الهم بخش کارکنان است و باعث تحکیم وفاداری به سازمان می‌شود. به همین منظور ما به شما می‌توبیم که با تمرکز بر نکات زیر، چگونه بین زندگی شخصی و کاری تعادل ایجاد کنید که نه انگیزه خود را در کار از دست بدھید و نه بهره‌وری تان کاهش پیدا کند.

۱- ایجاد تعادل بین کار و زندگی روی سلامتی قان تاثیر مستقیم دارد.

ثبت شده کسی که بیش از حد کار می‌کند و خسته است دچار فرسودگی ذهنی می‌شود. کمی استرس در زندگی روزمره عادی است، اما فرسودگی شغلی نه فرسودگی شغلی قادر است به سلامت فردی بی توجه آسیب بزند و حتی ممکن است به بیماری‌های دیگری همچون مشکلات تنفسی منجر شود. رخنه استرس کاری به زندگی شخصی، قطعاً یکی از علائم نبود تعادل بین کار و زندگی است اما با حفظ ثبات می‌توانید این مشکلات را تا حد چشمگیری کاهش دهید. با کاهش مشکلات، تمرکز و کارآبی افزایش می‌یابد. برای بهبود سلامتی، کافی است به نکات زیر توجه کنید:

الف- رژیم غذایی: رژیم غذایی سالم تیری بدن را تامین و انرژی لازم را فراهم می‌کند که بدون مشکل کار کنید. وقتی بدن مواد غذایی درست را دریافت می‌کند، احتمال اضطراب و اختلالات روانی کمتر می‌شود.

ب- خواب خوب: «زود بخوابید و زود بیدار شوید تا سالم، ثروتمند و خردمند باشید». مردم غالباً معتقدند که دوش بی خوابی برای شان ضرری ندارد، چون پیامدهای هشداردهنده این بی خوابی را نمی‌بینند. خواب سالم و درست، حیاتی است، چون به احیای جسم و روح، و در عین حال، تقویت هشیاری ذهن، کمک می‌کند.

ج- مراقبه: وقتی تعادل بین کار و زندگی برقرار باشد، کنترل حواس بیشتر و توانایی تمرکز تقویت می‌شود. از طریق مراقبه، ذهن متوجه‌تر و چابک‌تر می‌شود و درنتیجه، مردم بهتر می‌توانند موقعیت‌های سخت را مدیریت کنند. ذهن آرام بهتر می‌تواند تمرکز کند، افکار منفی را کنار بگذارد و خوب کار کند.

۲- خانواده و دوستان از عنصرهای جدالشدنی تعادل بین کار و زندگی هستند.

بیش از حد کار کردن، زندگی خانوادگی و اجتماعی را مختل می‌کند. گذراندن اوقات فراغت با خانواده یکی از مولفه‌های اصلی روابط است. مردم غالباً نیاز به حفظ روابط سالم را که در بلندمدت تحت تاثیرشان قرار می‌دهد، درک نمی‌کنند. تعادل بین کار و زندگی کمک می‌کند که وقتی تنان را میان کار، خانواده و دوستان تقسیم کنید و به همه آنها اختصاص بدھید. حفظ و تقویت روابط مهم



است، چون روابط، سیستم‌های پشتیبان و دلیل شادکامی هستند. افرادی هستند که از بودن در جمع دوستان و خانواده انرژی می‌گیرند و در مقابل این افراد وجود دارند کسانی که با قرار گرفتن در جمع زیاد، انرژی خود را از دست می‌دهند. شما برای اینکه بتوانید تعادل بهتری برقرار کنید، ابتدا باید بدانید جزء کدام گروه هستید: درونگرا یا برونگرا؟

اختصاص دهد، چون تنهایی فرصتی برای کشف خود و کمک به حل و فصل موثر مشکلات است. بعد از کار، باید کاملاً دوشاخه کار را از برق بکشید و دنبال سرگرمی مورد علاقه بروید مانند: رفتن به دامان طبیعت، مطالعه و ورزش زیرا ذهن شاداب می‌شود، و ذهن شاداب به زندگی شادتری منجر می‌شود.

تعادل بین کار و زندگی چرا اهمیت دارد؟

توازن میان کار و زندگی یکی از مهم‌ترین جنبه‌های محیط کار سالم است. حفظ تعادل باعث کاهش استرس و جلوگیری از فرسودگی در محیط کار، استرس مزمن است. یکی از شایع‌ترین مشکلات بهداشتی در محیط کار، استرس مزمن است. معیارهای ایجاد تعادل میان کار و زندگی شخصی چیست؟^۱ سلامت جسمی و روحی کارکنان^۲ اهمیت دادن به خانواده و دوستان.^۳ بهره‌وری^۴ زمان‌های استراحت و اوقات فراغت

فرم نظر سنجی

در راستای ارائه خدمات بهتر و جلب رضایت کلیه خوانندگان ماهنامه، اطلاع از نظرات شما بزرگواران راهگشای ما خواهد بود. لذا خواهشمند است با ارائه پاسخ‌های مناسب به سوالات زیر ما را در نیل به اهداف و چاپ نشریه ای با کیفیت و پر محتوی یاری فرمایید. (طفا فرم نظر سنجی را به دیر نشریه تحويل نمایید)

چه میزان از مطالب نشریه را در هر شماره مطالعه می‌کنید؟

- تمامی مطالب را به دقت مطالعه می‌کنم.
- برعی از مطالب را انتخاب و مطالعه می‌کنم.
- آن را توانم مطالعه می‌کنم و فقط چند مطلب را مطالعه می‌کنم.

کدامیک از سرویس‌ها را به طور ثابت در هر شماره مطالعه می‌کنید؟

- مطالب تخصصی سطح گروه
- مطالب آموزشی و مهارتی
- مطالب روانشناسی و انجیزشی
- سبک زندگی
- مطالب پژوهشی
- سرگرمی و تفریحی

سطح مطالب نشریه را چگونه ارزیابی می‌کنید؟

- مطالب نشریه در حد متوسطی است
- به مطالب نشریه بسیار علاقمند و از آن بهره مند می‌شوم.
- مطالب نشریه خیلی بالا است و از آنها سر در نمی‌آورم
- سطح مطالب خیلی بالا است و از آنها سر در نمی‌آورم

طراحی و گرافیک نشریه را چطور ارزیابی می‌کنید؟

- ضعیف
- متوسط
- خوب
- عالی
- نظری ندارم

در جهت بهبود و پر بار شدن مطالب نشریه چه عنوانی را پیشنهاد می‌کنید؟

۳- عدم تعادل بین کار و زندگی

بهره‌وری را کاهش می‌دهد.

ذهن خسته بازده زیادی ندارد یا اصلاً کار نمی‌کند. وقتی خودتان را گرفتار کار می‌کنید، غالباً این کار سراغ آن کار می‌روید و کنترل اوضاع از دستان خارج می‌شود. حتی اگر کارمند کارآمدی باشید، نمی‌توانید صدرصد تمکن را روی کاری که در حال انجام آن هستید، قرار دهید، و در نتیجه از تمام پتائسیل تان استفاده کنید. در اینجا، چند روش را معرفی می‌کنیم که با استفاده از آنها عبور از مشکلات زندگی کاری راحت‌تر می‌شود:

۱- تحلیل وظایف روزمره: تحلیل وظایف روزمره، حیاتی است. زیرا به شما کمک می‌کند که متوجه شوید چقدر زمان صرف کارهای بی‌فایده کردیده‌اید تخصیص زمان به کارهای مختلف را بهبود بدهید. همچنین، تحلیل کمک می‌کند که متوجه شوید برای تصمیم‌گیری و حل مشکلات به چقدر زمان نیاز دارید، تا برگرامه‌ریزی درست، برای انجام کارهای دیگر هم زمان کافی داشته باشد.

ب- کارهای بینان راولویت‌بندی کنید: یکی از کارهایی که به شما در ایجاد تعادل بین کار و زندگی کمک می‌کند، اولویت‌بندی کردن فعالیت‌ها است. وقتی فعالیت‌های زیادی برای انجام دارید، غالباً تحت فشار قرار می‌گیرید و همه کارها را بدون رعایت چارچوبی ساختارمند انجام می‌دهید. این روش نتیجه مثبتی ندارد و نتیجه آن سرخوردگی کارکنان می‌باشد. پس، اگر کارهای را بدقت، بر حسب اهمیت، اولویت‌بندی کنید، ریسک شکست به حداقل می‌رسد و در نتیجه، کار به شکل کارآمدتر انجام می‌شود. این کار زمان‌بندی دقیق و هوشمندانه می‌باشد.

ج- مسئولیت‌ها را محول کنید: تحقق اهداف اولویت‌دار الزامی است، و این کار مستلزم پروسه روش کار هوشمندانه در معززان است. باید نقاط قوت و ضعف اعضاً تیم را شناسایی کنید و متعاقباً مسئولیت‌های این محول کنید تا زمان منابع موجود به شکل بهینه‌ای بهره‌برداری و استفاده کنید. در حالی که این روش به معنای تحمیل مسئولیت اضافه به همکاران و کاهش حجم کار نیست، بلکه استعدادهای هر یک از کارکنان را به سمت وظایف درست هدایت می‌کنید.

به این شکل، نه تنها می‌توانید به موقع کارکنان را تمام کنید، بلکه پیامدهای نیز اثربخش تر می‌شود.

۴- اوقات فراغت را در برنامه کاری خود قرار دهید

مردم غالباً مفهوم تمدد اعصاب را دارد کم می‌گیرند. انسان‌ها برای انجام وظیفه به استراحت نیاز دارند. ذهن خسته، همیشه کارآبی کمتری دارد و نمی‌تواند با تمام توان کار کند. تمرین فعالیت‌های بدون استرس به ذهن کمک می‌کند که از افکار مغشوش، خالی و احیا شود. از طرفی باید وقتی را به خودتان



نویسنده:
روح الله اسکندری
مدیر حقوقی

صادرات ایران



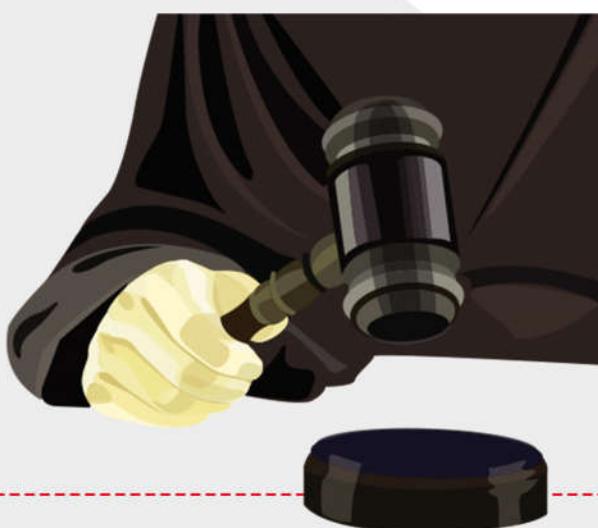
فرآیند قانونی انتخاب مدیران شرکت‌های تجاری

شرکت همان اشخاصی می‌باشد که در اداره ثبت شرکت‌ها سابقاً به صورت قانونی ثبت شده‌اند و هنوز هیچ تغییری در مفاد آن ایجاد نشده است. بر این اساس آگهی منتشره از سوی اداره ثبت شرکت‌ها به عنوان معترض‌ترین مرجع استعلام نسبت به اعضای هیأت مدیره و دارندگان حق امراض قانونی محسوب و درکلیه مراجع قضایی و غیرقضایی نیز این مهم قابلیت نمود و اجرا داشته است.

در این میان سؤال مهم و اساسی آن است که آیا نهادهای مختلف قابلیت تفسیر یا انجام تغییراتی در شرایط موصوف و فرایند قانونی اجرای نص صریح قانون تجارت و قوانین ثبتی را دارند یا خیر؟ آیا در این شرایط قانونی نهادهایی مانند شورای تأمین می‌توانند نسبت به موضوعات حقوقی و هرگونه تصمیم سازی اقدام نمایند؟ یا قانون‌گذاری و تأسیس رویه‌ای درخصوص مفاد خارج از موارد مورد

مطابق قانون تجارت مدیران شرکت‌های سهامی توسط مجمع عمومی عادی انتخاب می‌شوند و مدت مدیریت مدیران نیز حداقل دو سال است (۱۰۸ و ۱۰۹). مدیران شرکت‌ها باید افراد دارای اهلیت، شایسته و فاقد سابقه کیفری (برخی جرایم خاص) هستند که اختیار اداره امور شرکت را دارند. لازم به ذکر است در صورت جلسه مجمع عمومی، شخصی بعنوان نماینده از سوی اعضاء مکلف به اعلام تصمیمات مجمع از جمله انتخاب عضو جدید هیأت مدیره به اداره ثبت شرکت‌ها می‌گردد و اگر شخص مذکور از انجام آن خودداری نماید مطابق ماده ۲۴۳ قانون تجارت به مجازات حبس و جزای نقدی محکوم خواهد شد؛ حتی اگر خود از شخص بر اساس تصمیم همان مجمع عمومی مدعی مدیریت در آن شرکت باشد مکلف به اجرای تصمیمات آن مجمع و مقررات ماده موصوف خواهد بود.

آنچه مشخص است اینکه در امور تشریفاتی شرکتها، قوانین لازم الاجرا و شرایط شکلی خاص و امره‌ای وجود دارد که تمامی شرکت‌ها مکلف به اجرای آن موارد هستند. بدین سان حتی بر خلاف افراد با این تصور که قانوناً مدیر شرکت تجارتی به شمار می‌روند، اقدام به تشکیل جلسه هیأت مدیره‌ای برخلاف مفاد آمره و قوانین جاری و الزامات قانون تجارت نموده و سمت‌های ریاست هیأت مدیره و مدیرعاملی را تعیین نمایند؛ این موضوع را باید تکلیف‌باشد اداره ثبت شرکت‌ها اعلام نمایند و متعاقباً اداره ثبت شرکت‌ها در صورت احراز قانونی بودن این تصمیم و سمت‌های فوق مبادرت به اعلان عمومی و آگهی مفاد تصمیمات مذکور نموده و این آگهی تا زمان ثبت آگهی دیگری بعنوان آگهی آخرین تغییرات شرکت در دسترس و اعلان قرار خواهد گرفت و تمامی اشخاص حقیقی و حقوقی وکلیه ارگانها و سازمانها و محاکم دادگستری مکلف و ملزم به تبعیت از این مجرای قانونی و استفاده برمبنای آن آگهی ثبت شده در اداره ثبت شرکت‌ها خواهند بود. بنابراین، مدیران ثبتی و رسمی



فرایند انتخاب و انتصاب مدیران

ازسوی دیگر در اقدامات ناشی از انجام فرآیندهای فراقانونی در عمل مشکلات عدیده ای برای افراد آسیب پذیر و به اصطلاح کوچکترین افراد ذی حق یک شرکت که همان صاحبان سهام نام گرفته اند پیش خواهد آمد، چه بسا در آشفتگی تفسیر قوانین تخصصی تجارت و حاکم برشکرت های تجاری و کارخانجات تولیدی این آسیب پذیری بر دوش تک تک کارگران هر مجموعه تولیدی بار خواهد شد و یا برخی مدیران برخلاف قوانین جاری مبادرت به اعمال نظرات شخصی نمایند. برهمین اساس ماده ۱۴۲ قانون تجارت بلاحظ جلوگیری از اقدامات مدیران هر شرکت قوانین خاص و تعهدات لازم را وضع نموده است. به عنوان مثال، در این ماده مدیر عامل شرکت در برابر شرکت و اشخاص ثالث نسبت به تخلف از مقررات قانونی و اساسنامه و یا مصوبات مجمع عمومی (مانند اعلام حساب مشترک بدون آنکه این حساب به اداره دارای اعلام گردیده باشد) بر حسب مورد منفردا یا مشترکاً دارای مسئولیت خاص می باشد و محاکم قضایی نیز حدود مسئولیت هر یک را برای جبران خسارات تعیین خواهند نمود. آنچه به نظر متبار می گردد این مقرره قانونی صرفاً

بيانگر یک نوع مسئولیت مدنی ساده برای مدیران متخلف است که البته نافی مسئولیت کیفری آنان نخواهد بود.

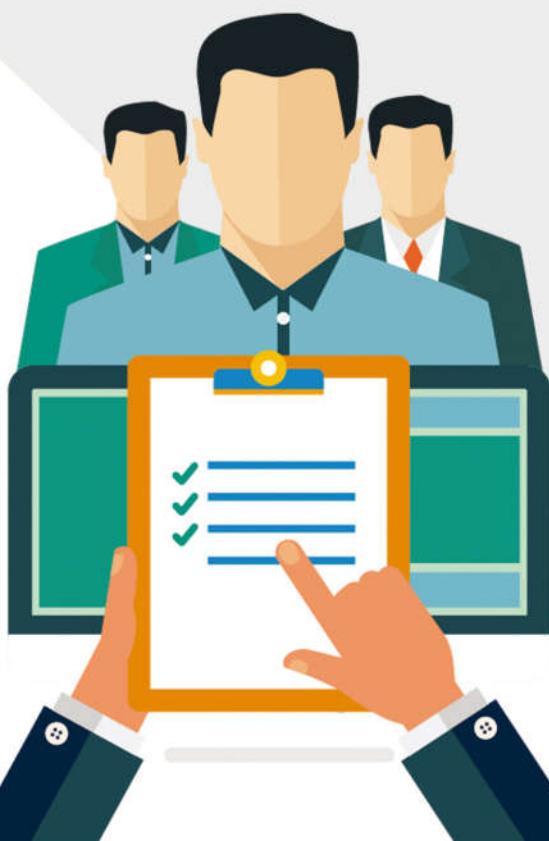
همچنین مدیرانی که اموال یا اعتبارات شرکت را برخلاف منافع شرکت برای مقاصد شخصی مورد استفاده قرار دهند، مانند برداشت از حساب شرکت برای امور شخصی تحت عنوانی (خیانت در امانت)، فرار مالیاتی، ارائه حساب شخصی جهت فروش مخصوصات شرکت های تجاری (کلاهیرداری) مرتکب اقدامات مجرمانه ای شده اند که قطعاً این موضوع قابلیت رسیدگی و تعقیب در مراجع قضایی بی طرف و صلاحیتدار خواهد بود.

لذا شایسته آن است که در حفظ حقوق عامه و آحاد اجتماع کارگران و تلاشگران عرصه تولید با رعایت قوانین جاری و امور خاصه شرکت های تولیدی سعی در اجرای فرامین و رهنمودهای مقام معظم رهبری در راستای حمایت از تولید و کارگران و مدیران پر تلاش این مرز و بوم داشت.

صلاحیت شورای مذکور و ارجاع شده به آن بر اساس ماده ۵ قانون راجع به تعیین وظایف و شکیلات شورای امنیت کشور مصوب ۱۳۶۲، وجود دارد تاین شورا که قطعاً وظایف خطیر و حساسی در ایجاد امنیت این مرز و بوم و سطح جامعه داشته نسبت به آن اقدام نماید. آیا قانونگذار نجوه ورود به این مهم و همچنین شرایط مشخص قانونی آن اقدامات را در راستای اعلان به اهداف عالیه نظام مقدس جمهوری اسلامی ایران بر مبنای رهنمودهای مقام معظم رهبری پایه ریزی و مشخص نموده است؟ در باش به این موضوع می بايست وظایف شورای تأمین از منظر قانونی مورد بررسی قرار گیرد.

وظایف شورای تأمین عبارت است از: **الف- جمع‌بندی و بررسی اخبار و گزارشات و تجزیه و تحلیل های مربوط به امور حساس امنیتی، سیاسی و اجتماعی استان ب- گزارش وضع امنیتی، سیاسی و اجتماعی استان به شورای امنیت کشور ج- ایجاد هماهنگی با شورای امنیت کشور د- تبیین حدود وظایف و اختیارات هر یک از ارگان ها و نهادهای در رابطه با امنیت استان در چهارچوب وظایف قانونی هر یک از آنها ه- برقراری ارتباط مستقیم با شورای تأمین شهرستانها و بخشها تابعه.**

بر این اساس، شورای تأمین قانوناً می تواند به امور قضایی و حقوقی با پیش شرط وضعیت امنیتی موضوع مبتلا به رأساً ورود و تصمیم گیری به صورت مشورت کلی توسط اعضای آن صورت گیرد، اما آنچنان که از منطق صریح وظایف و اختیارات محوله به آن شورا مشخص است این نهاد حق مداخله در امور قضایی و حقوقی غیرامنیتی را نداشته و نهایتاً در راستای حراست از منافع کلی نظام و تحقق اهداف و وظایف محوله می تواند به مراجع قضایی نظریه مشورتی و اعلام نظر نموده وجه بساند مهم موجب حفظ امنیت قضایی و البته حفظ فرایند تفکیک قوای مقننه از قوه قضاییه گردد. به نظر می رسد مداخله نهادهای دولتی اداری در موضوعات قضایی /حقوقی و تخصصی نه تنها عاملی برای ایجاد بی نظمی در رسیدگی به امور قضایی و تخصصی خواهد شد، بلکه اساس استقلال قوه قضاییه و نظم حاکم بر فرایند اجرای صیح قوانینی را نیز تحت تأثیر خود قرار خواهد داد.



تولید ناب چیست؟



نویسنده

واحد صنایع

گروه کارخانجات مقصود

تولید ناب چیست؟

یکی از مفاهیم اصلی در صنعت و در اصل مهندسی صنایع، مبحث تولید ناب است. ایده اصلی تولید ناب در واقع کاملاً ساده است. در راستای از بین بردن اتلاف های فرآیند تولید یا مودا تلاش می کند

ناب

- ناب به مجموعه ای از روش های مدیریتی برای بهبود کارایی و اثر بخشی به همراه از بین بردن اتلاف ها گفته می شود.
- مجموعه ای از روش های مدیریتی برای بهبود کارایی و اثر بخشی به همراه از بین بردن اتلاف ها.
- ناب به معنای ایجاد ارزش بیشتر برای مشتریان است که منابع کمتری دارد.
- اصل مهم ناب: کاهش و از بین بردن فعالیت های بدون ارزش افزوده و اتلاف ها می باشد.
- تولید ناب در راستای از بین بردن اتلاف های خط تولید تلاش می کند.

تاریخچه

در اوخر دهه ۱۹۴۰، هنگامی که تویوتا پایه و اساس تولید ناب را قرار داد، هدف آنها کاهش فرآیندهایی بود که برای محصول نهایی ارزشی ندارند. با این کار، آنها موفق به دستیابی به پیشرفت های چشمگیری در بهره وری، کارایی، زمان جرخه و مقرون به صرفه شدند. به لطف این تأثیر قابل توجه، تفکر ناب در بسیاری از صنایع گسترش یافته و به ۵ اصل اساسی مدیریت ناب تبدیل شده است که توسط موسسه مدیریت ناب توصیف شده است.

تعیین ارزش: ارزش توسط مشتری بر حسب محصولات و خدمات تعیین می شود.

تعیین جریان ارزش: اقدامات فرآیند و وظایف مورد نیاز برای تبدیل ورودی ها به خروجی ها را در نقشه مرتبط با هم از ابتدای آنها ترسیم کنید تا بتوان از آن برای تعیین و حذف اتلافات استفاده کرد.

- جریان ارزش پیوسته: اتلافات را حذف کنید بقیه قدم های ارزش آفرین را به جریان در آورید.
- به مشتری اجازه بیرون کشیدن ارزش را بدهید: کشش مشتری بطور آشعاری تمام مسیر برگشت را تا پایین ترین سطوح تأمین کنندگان طی می کند و تولید به موقع را امکان پذیری نماید.
- تعقیب کمال: فرایند های بهبود در تلاش برای کمال را به طور پیوسته تعقیب کنید.

مدیریت ناب چیست؟

✓ مدیریت ناب یک روش مدیریتی است که هدف آن بهبود مستمر یک شرکت با استفاده از کمترین منابع (وقت، پول، تلاش) است.

✓ مدیریت ناب همچنین با تولید ناب مرتبط است. در این حالت هدف اصلی تولید باز بین بردن هرچه بیشتر ضایعات است.

ابزارهای تولید ناب

برای اینکه شما بخواهید اتلاف ها را در سازمان کاهش بدهید لزوماً به تمامی این ابزارهای نیاز ندارید اما دانستن این ابزارها و شناختن آنها به شما کمک می کند که متوجه بشوید از کدام ابزارها در مکان و با هدف مناسب استفاده نمایید.

البته ابزارهای ناب دیگری هم وجود دارد برای جهت جلوگیری از اتلاف ها ولی چند مورد از پرکاربرد ترین ابزارها را مادر اینجا آورده ایم:

- ۵۵ کلین
- کلبان
- شش سیگما
- نگهداری و تعمیرات جامع
- اثربخشی کلی تجهیزات اثربخشی کلی تجهیزات OEE
- ...

نتیجه

می توان گفت، ناب فلسفه مدیریتی است که از صنایع تولید خودرو سرچشمه گرفته است و راه حل های عملی آن به فرآیندهای غیرتولید گسترش و در حال حاضر با توجه به موفقیت آن، در سایر سطوح همانند فن آوری اطلاعات، خدمات مشتریان، عملیات اداری و ... کاربرد دارد. ایده اصلی ناب، حداکثر سازی ارزش مشتریان با حداقل اتلاف می باشد. به زبان دیگر، ناب به معنای ایجاد ارزش بیشتر برای مشتریان با حداقل منابع می باشد.



رقبت شرکت های متوسط و متوسط برای اقتصاد اروپا حیاتی است.

اتخاذ فلسفه ناب یک رویکرد مناسب و محبوب برای توسعه تولید و امکان بهبود مستمر است.

اتلاف چیست؟

اتلاف به عنوان هر فعالیتی تعریف می شود که از دید مشتری ارزش افزوده ای ندارد. طبق تحقیق انجام شده توسط مرکز تحقیقات LERC، به طور کامل ۶۰٪ از فعالیت های تولیدی در پیک کار تولید معمول، ضایعات است؛ خبر خوب این است که تقریباً در مورد هر شرکتی با استفاده از تکنیک های تولید ناب و سایر روش های مناسب تولید، فرصت فوق العاده ای برای پیشرفت در اختیار شما قرار می گیرد. تکنیک هایی که به شما امکان می دهد محصولات با کیفیت بالاتر را با هزینه های قابل توجه کمتری تحويل دهید. برتری سیستم تولید ناب برای اولین بار توسط ونمک و جونز در تحقیقات خود در مورد خودروسازان ژاپنی مشخص شد. در ابتدا اعتقاد بر این بود که تکنیک های ناب فقط برای تولید قابل استفاده است، در حالی که امروز می دانیم این اصول را می توان در هر بخش اعمال کرد.

اگر بخواهیم به صورت مختصر تولید ناب را تعریف کنیم، می گوییم: اصطلاح "تولید ناب" به مجموعه ابزارها و تکنیک هایی گفته می شود که برای ساده سازی و بهبود سیستم تولید یک شرکت استفاده می شود.

ویژگی های اصلی سیستم تولید ناب این واقیت است که مراحل مختلف تولید به صورت توالی و بدون وقفه (معروف به جریان) اتفاق می افتد و سرعت تولید توسط مشتریان تعیین می شود.

تفاوت تولید ناب و انبوه

تولید انبوه روشی برای ساخت و ارائه محصولات در مقیاس بسیار وسیع می باشد در عین حال تولید ناب بر کاهش ضایعات تولید با حفظ کیفیت تولید دلالت دارد.

در ابتدا تولید انبوه توسط هنری فورد و با توجه به شرایط بازار خود معرفی گردید. او با ابداع خط تولید در واقع تولید انبوه را پایه ریزی کرد. تولید انبوه پاسخی مناسب برای تضادی بالای بازار و عرضه اندک محصول بود. فورد با استفاده از تولید انبوه و فلسفه بازاریابی مبتنی بر فروش توانست بازارها را تسخیر کند و خیلی زود تولید انبوه در میان کارخانه ها رواج یافت.

با گذشت زمان با تغییر نیازهای تنوع طلبانه مشتریان، پیشرفت فناوری و افزایش رقبابت، دیگر تولید انبوه پاسخگوی نیاز مشتریان نبود. یکی از این رویکردهای جدید، تولید ناب است. تولید ناب در سالهای پایانی جنگ جهانی دوم توسط تائیچی او هنوز در شرکت خودروسازی تویوتا در ژاپن مطرح گردید.

تولید ناب را به عنوان ترکیبی از مدل تولید سنتی فورد و مدل کنترل اجتماعی در محیط تولید ژاپنی می باشد.

تفاوت در اهداف نهایی

تفاوت در ارتباط با تأمین کننده

تفاوت در طراحی کارخانه

تفاوت در پایان خط تولید

تفاوت در رفتار با مشتری

تفاوت در فروش

علل نشانه ها درمان

نویسنده:

الهام خواب بیان

سرپرست چرم گروه



کمالگرایی

﴿ معایب کمال گرایی ﴾

برخی معایب کمالگرایی عبارتند از: تاثیر منفی بر سلامت روان، افسردگی، اضطراب، خود انتقادی، خود سرزنش گری، پرخاشگری، ترس از شکست، تاثیر منفی بر نوآوری و خلاقیت و ...

﴿ ده ویژگی فرد کمال گرا ﴾

کمال گرایان بسیار شبیه افراد موفق هستند اما تفاوت های کلیدی دارند. در ادامه ده صفت معرف کمال گرایان آمده است که شاید بتوانید آنها را در خود یا آشنایان تشخیص دهید. آیا هیچ کدام از اینها آشنا به نظر می‌رسند؟

- ۱- تفکر همه یا هیچ
- ۲- بسیار انتقادگر
- ۳- تحت فشار ترس بودن
- ۴- داشتن استانداردهای غیر واقعی
- ۵- تمکن از صرف برنتایج
- ۶- احساس افسردگی بابت اهداف محقق نشده
- ۷- ترس از شکست
- ۸- اهمال کاری
- ۹- حالت تدافعی
- ۱۰- عزت نفس پایین

﴿ غلبه بر کمالگرایی ﴾

(۱) کمال گرایی را در خود تشخیص دهید.

(۲) بایدها را راه کنید.

(۳) فرق بین تلاش زیاد کردن و کمال گرایی را یاد بگیرید

(۴) اهداف خود را براساس واقعیت انتخاب کنید

(۵) از مسیر لذت ببرید

اگر علاوه مند به مطالعه در زمینه‌ی کمال گرایی باشید می‌توانید این کتابها را بخوانید:

وقتی خوب بودن به اندازه کافی خوب نیست نوشته مارتین آنتونی، موهبت کامل نبودن؛ چگونه کمال گرا نباشیم؟ نوشته استفان گایز، از حال بد به حال خوب، نوشته دیوید برنز، هیچ کس کامل نیست اثر هندری واینینگر

﴿ کمالگرایی ﴾

کمال گرایی یا بی نقش گرایی به افکار و رفتارهای مخربی گفته می‌شود که هدف آنها رسیدن به اهداف به شدت افراطی و غیر واقع بینانه و آرزوی کامل شدن است که احساس رضایت و آرامش را از فرد می‌گیرد و او را در معرض ناکامی‌ها و شکست ها قرار می‌دهد. استانداردهای این افراد بسیار فراتر از دسترس یا منطق است، آنان بی‌وقفه برای رسیدن به اهداف ناممکن می‌کوشند و میزان بازدهی و موفقیت خود را مبنای ارزیابی ارزش شان قرار می‌دهند.

کمال گرایی گاهی فقط شامل یک حوزه از زندگی فرد می‌شود و گاهی چندین حوزه را در بر می‌گیرد. حوزه‌های مختلف مثل: محل کار یا مدرسه یا دانشگاه؛ روابط صمیمانه و یا دوستانه و یا عاشقانه؛ درفعالیت‌های فیزیکی؛ محیط زندگی؛ بهداشت و سلامت؛ در صحبت روزمره و نوشتن؛ ظاهر بدند. اختلالاتی مانند وسواس هم در کمال گرایی نقش دارد. بین اختلال وسواس فکری عملی و کمال گرایی همبستگی وجود دارد؛ اما لازم است بدانید لزوماً هر فردی که کمال گرایی دارد، وسواس ندارد و هر فرد وسواسی ای هم کمال گرانیست.

﴿ انواع کمال گرایی ﴾

کمال گرایی سازگار

این نوع از کمال گرایی توسط فرد متخصصی به نام دکتر بن شاهار مطرح شده است. در همین ابتدا باید بدانید این نوع از کمال گرایی، کمال گرایی مثبت می‌باشد. فردی که دارای کمال گرایی سازگار است، با خوش بینی ذاتی خود، سعی می‌کند تلاش خود را برای رسیدن به خواسته‌ها و اهدافش بیشتر کند.

کمال گرایی ناسازگار

این نوع از کمال گرایی نیز توسط دکتر بن شاهار مطرح شده است، فردی که دارای این کمال گرایی می‌باشد، هیچ زمانی قدردان هر آنچه که دارد، نیست. بدین منظور این فرد ممکن است همیشه غمگین به نظر برسد و دائماً از اینکه شکست بخورد، بترسد.



ماهنه‌ی تخصصی
گروه کار خانجات مقصود
سال شانزدهم ویژه نوروز ۱۴۰۲

پرسشنامه کمال گرایی هیل

کاملاً موافق موافق مخالف مخالف



روش نمره گذاری

این مقیاس برای مقیاس
لیکرت چهار گزینه‌ای

کاملاً مخالف(۱=)

مخالف(۲=)

موافق(۳=)

کامل موافق(۴=)

اعتباریابی و رواسازی شده
است

بر اساس میزان نمره
پرسشنامه (تفسیر) تحلیل

حد پایین نمره ۵۸
حد متوسط نمرات ۱۷۴
حد بالای نمرات ۲۲۲

الف. چنانچه نمره
محاسبه شده بین ۵۸ تا
۱۱۶ باشد، کمال گرایی
در فرد پایین می باشد

ب. چنانچه نمره
محاسبه شده بین ۱۱۶ تا
۱۷۴ باشد، کمال گرایی
در فرد متوسط می باشد

ج. چنانچه نمره
محاسبه شده بین ۱۷۴ به
بالا باشد، کمال گرایی
در فرد بالا می باشد

۱- برای اینکه راضی باشم کارهایم باید عالی باشد.

۲- نسبت به نظرات دیگران بیش از اندازه حساسم.

۳- وقتی کارهای دیگران در حد استانداردهای من نبیست معمول به آنها اطلاع می دهم.

۴- قل از تصمیم گیری درباره اختیاراتی خود به دقت فکر می کنم.

۵- اگر استیاهی مرتكب شوم، ممکن است مردم نسبت به من نظر خوبی نداشته باشند.

۶- همیشه از طرف والدینم برای بهترین بودن تحت فشار بوده ام.

۷- اگر کاری را کمتر از حد کمال انجام دهم، زمان برایم به دشواری سیری می شود.

۸- همیشه از رضای خود را برای به دست آوردن یک نتیجه بی عیب به کار می برم.

۹- کارهایم را با کارهای دیگران مقایسه، و اغلب احساس عدم کفایت می کنم.

۱۰- وقتی دیگران استانداردهای من را رعایت نکنند آشفته می شوم.

۱۱- فکر می کنم خیزها باید سرجای خود باشند.

۱۲- بیشتر تصمیمات خود را بر نامه ریزی می کنم.

۱۳- از شکست خوردن خیلی شرمende می شوم.

۱۴- والدینم را با استانداردهای بال تکه داشته ام.

۱۵- برای کارهایی که انجام داده ام یا نیاز دارم انجام دهم، بیش از اندازه نگرانم.

۱۶- تحمل کارهای نیمه تمام برایم بسیار دشوار است.

۱۷- درباره واکنش دیگران به کارهای خود حساس هستم.

۱۸- در مورد بهانه های دیگران به خاطر کارهای ضعیف آنها، کمتر صبور هستم.

۱۹- خود را به عنوان یک شخص منظم معرفی می کنم.

۲۰- بسیاری از تصمیمات بعد از تفکر درباره آنها اتخاذ می شود.

۲۱- درباره اشتباههای شدت و اکتشاف نشان می دهم.

۲۲- راضی کردن والدینم کار بسیار دشواری است.

۲۳- اگر استیاهی انجام دهم همه هی روزم خراب است.

۲۴- در هر تکلیفی که انجام می دهم باید بهترین باشم.

۲۵- همواره نگران آن هستم که مردم رفتار مرا تایید می کنند یا نه.

۲۶- اغلب اوقات از دیگران انتقاد می کنم.

۲۷- دوست دارم همیشه سازمان یافته و منضبط باشم.

۲۸- قبل از اینکه بدانم چه می خواهم معمول نیاز به تفکر دارم.

۲۹- اگر کسی به اشتباههای من پی ببرد احساس می کنم به گونه ای احترام او را از دست داده ام.

۳۰- والدینم برای پیشرفت من دارای توقعات زیادی هستند.

۳۱- اگر کار بدی انجام دهم یا چیز بدی بگویم، بقیه هی روز را به آن فکر می کنم.

۳۲- خود را به شدت به سوی استانداردهای بالایی کشانم.

۳۳- به ندرت چیزی می گویم چون می ترسم اشتباه کنم.

۳۴- بارها توسط کارهای ضعیف و نامرتب دیگران خشمگین شده ام.

۳۵- خانه ام را اغلب تمیز می کنم.

۳۶- برای تفکر درباره ی یک برنامه قبیل انجام کاری به زمان نیاز دارم.

۳۷- اگر کاری را خراب کنم ممکن است مردم درموده هر کاری که انجام می دهم از من سوال کنند.

۳۸- وقتی بزرگ شدم، برای انجام درست کارها فشار زیادی احساس می کردم.

۳۹- وقتی مرتكب خطای شوم عموماً نمی توانم تفکر درباره آن را متوقف کنم.

۴۰- باید هر کاری را به صورت عالی انجام دهم.

۴۱- از هر چه مردم درباره من فکر می کنند آگاهم.

۴۲- درباره اشتباهات بی دقت دیگران تحمل کنم دارم.

۴۳- از اینکه بعد از کار با چیزها بالاصله آن را در جای خود قرار دهم، اطمینان حاصل می کنم.

۴۴- تمایل دارم قبل از تصمیم گیری، عمیقاً فکر کنم.

۴۵- برای من اشتباههای مساوی شکست است.

۴۶- والدینم برای موفق شدن من، فشار زیادی به من تحمیل می کنند.

۴۷- درباره برخی از کارهایی که انجام داده ام اغلب وسوسات دارم.

۴۸- اغلب نگران هستم مردم از گفته های من برداشت اشتباهی داشته باشند.

۴۹- از اشتباهات دیگران اغلب نامیدم می شوم.

۵۰- گنجه خانه ام تمیز و مرتب است.

۵۱- به ندرت تصمیمات لحظه ای می گیرم.

۵۲- اشتباه نشانه ی حمact است.

۵۳- همیشه احساس کرده ام والدینم می خواهد عالی باشم.

۵۴- بعد از شروع یک برنامه، همواره درباره چیزی که انجام آن فکر می کنم.

۵۵- محل کار من عموماً سازمان یافته است.

۵۶- اگر یک اشتباه جدی مرتكب شوم، احساس حقارت می کنم.

۵۷- والدینم همیشه از من انتظار بهترین بودن را دارند.

۵۸- مدت هانگران عقیده ی دیگران نسبت به خودم هستم.





امدادی مواد غذایی و هفت اقلام معمولی از سوی ریاست جانشینی
وفاق حضرت معمود، به کارکنان گروه کارخانیات مجموعه مس تاریخ ۱۴۰۰/۰۱/۰۵

برگزاری جشنواره بزرگداشت



ماهنشمه تخصصی
گروه کارخانیات مجموعه مس
سال شانزدهم و سیزدهم نوروز ۱۴۰۲

آماده سازی پک های شب یلدا
اهدای پک یلدا

Grand Maghsoud Group

نی آشیانه با حصولات پریده جاه مس
The Beauty Of The Kitchen With
Pepideh Jam Tarts Projects



Special for Nowruz
Sixteenth year

N.O 161

53

وی در حال حاضر مدیر تولید شرکت آذین قالب جام می باشد. می گوید در سال ۹۵ ازدواج کرده ام و شمره ای ازدواج دو پسر به نامهای امیر عباس و امیر حسین است و خدا را بابت آرامش زندگیم شاکرم او می افزاید آرزوی هر پدری سر بلندی و موفقیت فرزندانش می باشد و من نیز تمام تلاشم اینست که با تربیت صحیح، فرزندانی تحويل جامعه بدhem که خدمتگزار واقعی باشند.

آقای عرب دلیل موفقیت گروه را مدیریت عالی گروه می دارد که با ایجاد همانگی و اتحاد میان همکاران که به قول معمار کبیر گروه فشار دوان غلام رضا ایمانی سرمایه های اصلی سازمان هستند، محیط کاری با نشاط و راندمان بالایی را بوجود آورده اند. استفاده از افراد مجبوب و متخصص در پست های کلیدی و نیز استفاده از دانش روز دنیا در موفقیت گروه نقش دارند.

وی می افزاید بهترین تجربه ام اینست که می توان با استفاده از توان داخلی و دانش بومی و اعتماد به نفس بالا به هدف رسید و با توجه به تحریم ها به خود کفایی در نیازمندی های گروه و کشور رسید.

وی درباره ویژگی های اخلاقی و سازمانی مدیریت عالی گروه می گوید: ایشان انسانی با اخلاق و پشتکار بالا هستند که در مدت حضور شان با نگاه ویژه به وضعیت زندگی کارکنان ... ازدواج جوانان شادی، آرامش و رضایتمدی بالایی به گروه بخشیده اند و همچنین با ... و انگیزه بالا سعی در توسعه گروه مقصود داشته اند که در زمینه نیز موفق بوده اند.

آقای عرب این پیشنهادها را برای افزایش راندمان کار در گروه مطرح می کند.
- با توجه به کارکرد زیاد بعضی از دستگاهها در گروه اصلاح اساسی یا خرید دستگاه جدید صورت گیرد.

- تبادل اطلاعات و ارتباط با شرکت های برنده دنیا انجام شود.
- سیستمی برای نظارت بر عملکرد هر نفر (راندمان فردی) و تشویق افراد برتر ایجاد شود.
- برگزاری بیشتر استارت آپ در سطح گروه و حتی خارج از گروه برای جمع اوری بیشتر ایده ها.
- کلاس های آموزشی بیشتری بر مبنای دانش روز دنیا در هر شرکت و بسته به نوع کار هریک برگزار شود.

برای آقای عرب و خانواده محترم و همکاران عزیزان در شرکت آذین قالب جام آرزوی موفقیت همیشگی داریم.



از همکاران چه خبر

گفتگو با همکار: آقای علی عرب

به سراغ آقای علی عرب می رویم تا با ایشان گفتگو کنیم و
به شان بپردازیم
آقای عرب متولد خرداد سال ۱۳۶۴ و کارشناس
مکانیک(ساخت و تولید) می باشد از سال ۱۳۹۶ با گروه
کارخانجات مقصود هکاری می کند.

معرفی کتاب

همه چیز به فنا رفته (کتابی در مورد امید)

نویسنده:

مارک منسون

مترجم:

علی اکبر متواضع

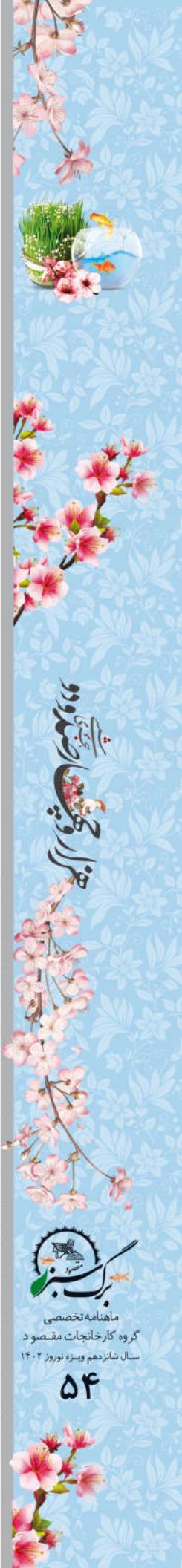
ناشر:

نشر جیحون



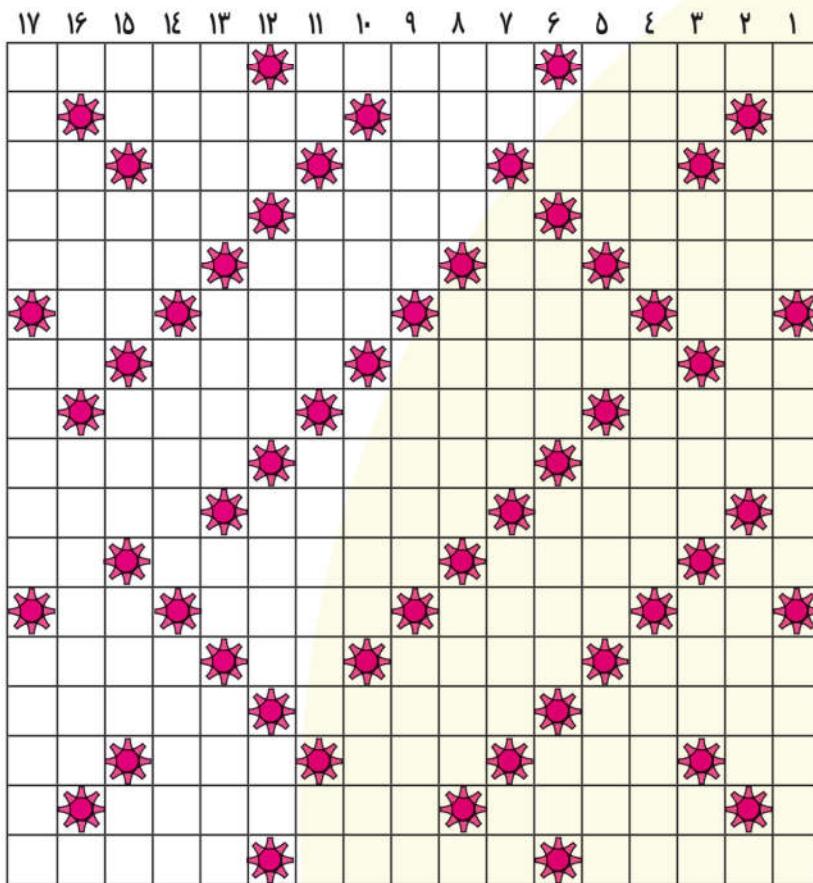
جملات برگزیده کتاب همه چیز به فنا رفته، کتابی درباره امید:

- چه طور می توانید به کسی بگویید "روز خوبی داشته باشی" در حالی که می دانید تمام افکار و انگیزه های او، در نیاز بی پایان او برای فراموش کردن پوچی ذاتی وجود خودش به عنوان یک انسان ریشه دارد؟
- نقطه مقابل خوشحالی، عصبانیت یا آندوهانک باشید، یعنی هنوز به چیزی اهمیت می دهید. یعنی هنوز چیزی برای شما مهم است. یعنی هنوز امید دارید.



ماهنشانه تخصصی
گروه کارخانجات مقصود
سال شانزدهم و پنجم نوروز ۱۴۰۲

جدول کلمات متقطع



- ۱- باسخ دادن-غوطه ور در آب-از خشکبار
- ۲- شهری خوش آب و هوادر مازندران-بهودی
- ۳- نیم تنه مردانه-چاه معروف جهنم-ولیکن-ابزار
- ۴- یک ورق کاغذ
- ۵- ناگزیر به کاری-شهری در هند-فهیدن
- ۶- حالتی است برای نگاه کردن-آب شرعی-
- ۷- دست افزار بنایان-دم بریده
- ۸- حرف شگفتی-ایالتی در آمریکا-بازدارنده-
- ۹- حرف ندا
- ۱۰- نقشه فرنگی-کنایه از حدنهای غرب-مرغ نر-دل
- ۱۱- آزار کنه
- ۱۲- گند فیم-دستگاه ضبط مغناطیسی تصویر-انجمان
- ۱۳- بین المللی حمل و نقل هواپی
- ۱۴- جمع دین-ستاره فرنگی-خوردنی
- ۱۵- نصف-سالن-نوعی نمایشنامه
- ۱۶- آش-توبه کار-مسیر قطار-عدد منفی
- ۱۷- داغ جگرسوز-پوست پیرا-جهان-باران انداک
- ۱۸- مرکز افغانستان-نزاد-ضمیر وزنی-تصویر
- ۱۹- ذهنی
- ۲۰- ثریا-سراب-کیسه علوفه چهارپایان
- ۲۱- واحد تنسی-ماه مدرسه-امید داشتن-ضمیر
- ۲۲- جمع-اشاره به دور
- ۲۳- بیماری قند-بدبختی، ادبیار
- ۲۴- شهری در سویس-لقبی اشرافی در اروپا-پارچه
- ۲۵- اموات
- ۲۶- عمودی:

۱۵- عدد روستا-پول حرام-هوای انگلیسی-از

۱۶- ماههای قمری-تیر پیکان دار

۱۷- از زبانهای هندواروپایی-مدرسه تربیت معلم قدیم

۱۸- احتکار کننده-بیم-متخصص علوم فنی

۱- طبقه-جمع مکتب-مخزن گاز مایع

۲- تارهای طول و عرض پارچه-برگی، بندگی

۳- اصطلاحی برای کالای نو-ظرفی برای روغن

۴- مذهب-چغدر پخته-سدی در جنوب

۵- خیابان عریض-آدمکشی، قتل-علم طسمات

۶- لاستیک خودرو-تصدیق آلمانی-سمبل-پنهان

۷- فرمان خودرو-کشور نیشکر-عظمت-از چاشنی‌های غذا

۸- همراه آمد هم می‌آید-از حوار یون عیسی(ع)-پدر-

۹- حرارت بالای بدن

۱۰- علامت-یونجه-گذشته

۱۱- به پایان رسانیدن-کوهان بزرگ-کارگر

۱۲- از اقیانوسها-هراه غذامی خورند-لباس شنا

۱۳- نشان مفعولی-پوست کن-هادی-رود آرام

۱۴- نت چهارم-منسوب به هنر-رودی در اروپا-واریته

۱۵- متضاد پایین-مجلسی در انگلستان-علامت

۱۶- جمع-مالک شدن

۱۷- پیروی-ایستان-پی در پی شدن

جدول سودوکو ۴۰۰۲

اعداد ۱ تا ۹ را در هر سطر و ستون و مربع های کوچک 3×3 طوری قرار دهید
که هر عدد، فقط یک بار در جدول

۳	۹	۲		۵
۵	۸		۶	۳
۷			۸	۴
		۴	۱	۳
۲	۳	۷	۵	۴
۷	۴	۳	۹	
۴	۲			۶
۳	۹		۵	۴
۵			۱	۷

به فرمان بیزدان نیکی فرای که اویست بر نیک و بد رهنمای

فردوسي

ساندویچ مرغ

مواد لازم:

۳۰۰ گرم	فیله مرغ
ا عدد	پیاز
۱ پیمانه	هیوچ رنده شده
۱ پیمانه	ذرت
یکچهارم پیمانه	شوید تازه
دو سوم پیمانه	خیارشور
۲ پیمانه	کاهو
دو سوم پیمانه	ماست
یک سوم پیمانه	سنس مایونز بدون چربی
۴ عدد	نان مینی باگت
نمک، فلفل سیاه و زرد چوبه	به مقدار لازم

ساندویچ مرغ سرد یکی از انواع ساندویچ های خوشمزه و فوری است که با مواد گوناگونی درست می شود، برای آموزش کامل و مرحله به مرحله طرز تهیه این غذای متنوع با ما همراه باشید.

طرز تهیه:

در ابتدای کار فیله های مرغ به همراه مقداری آب، نمک، فلفل سیاه، زرد چوبه و پیاز به روش آپیز بپزید. پس از پخته شدن فیله های مرغ، آنها را به صورت ریش ریش خرد کنید. حالا خیارشور را به صورت نگینی ریز خرد کرده و به همراه هیوچ رنده شده، ذرت و فیله های مرغ درون یک کاسه مناسب ببریزید. در ادامه کاهو را به صورت ریز خرد کرده و به همراه شوید خرد شده به کاسه اضافه کنید. حالا ماست را به همراه سنس مایونز و مقداری نمک و فلفل سیاه درون یک کاسه مخلوط کرده تا یکدست شوند، سپس به کاسه حاوی مواد اضافه کنید و با دو قاشق به خوبی مخلوط کنید تا سنس خورد مواد ساندویچ برود. این مرحله نان مینی باگت را به دو قسمت تقسیم کرده و ۲ قاشق از مواد ساندویچ درون آن ببریزید و با خلال دندان فیکس کنید. در نهایت ساندویچ را به مدت ۱ ساعت درون یخچال گذاشته، سپس سرو کنید. نوش جان.



سوشی موز



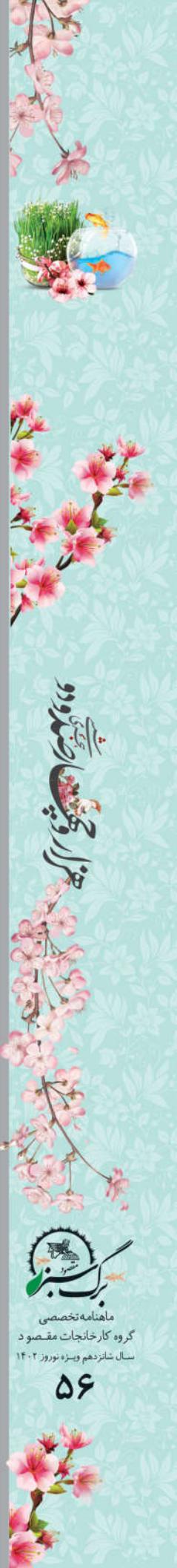
سوشی موز یکی از انواع وعده غذایی خوشمزه و متنوع که برای میان وعده و صبحانه بسیار مناسب و مقوی است، برای آموزش کامل پخت این صبحانه با ما همراه باشید.

طرز تهیه:

در ابتدای کار نان لواش را روی سطح کار گذاشته، سپس شکلات صبحانه را روی آن ببریزید و با قاشق کاملا پخش کنید تا سطح نان لواش را کاور کند. حالا پوست موز را جدا کنید. در ادامه موز را ابتدای نان لواش گذاشته و به آرامی رول کنید، سپس کره بادام زمینی را روی رول ببریزید و با قاشق کاملا پخش کنید تا سطح رول را پوشش دهد. حالا فندقهای خرد شده را روی رول ببریزید. حالا رول را به اندازه های دلخواه برش زده، سپس برای تزیین مقداری سنس کارامل به صورت زیگزاگ درون ظرف موردنظرتان ببریزید و سوشهی های موز را درون ظرف بچینید و با اسلایسهای توت فرنگی تزیین کنید. نوش جان.

مواد لازم:

۱ عدد	نان لواش
۱ عدد	موز
۳ قاشق غذاخوری	شکلات صبحانه
۱ قاشق غذاخوری	کره بیسکویت یا کره بادام زمینی ...
۲ قاشق غذاخوری	گرانولا یا فندق خرد شده



ماهنشمه تخصصی
گروه کار خانجات مقصود
سال شانزدهم و سیزدهم نوروز ۱۴۰۲

شگفتی‌های انجیر خشک

● **خواص انجیر خشک برای زنان** انجیر خشک برای زنان باردار خواص زیبادی دارد. انجیر خشک نه تنها از لحاظ وجود ریز مغذی‌هایی مثل فیبر، آهن، کلسیم و منیزیم، دست کمی از انجیر تازه ندارد، بلکه سرشار از امکانات و فیبر موجود در انجیر محافظت زنان در برابر ابتلاء به سرطان سینه بعد از یائسگی است.

● **کنترل فشار خون** اگر افزایش سدیم با کاهش پتانسیم همراه شود، نتیجه آن افزایش فشار خون است. انجیر از طرفی دارای مقادیر زیادی پتانسیم و از طرف دیگر دارای میزان کمی سدیم است. در نتیجه این میوه برای مبارزه با فشار خون گزینه مناسبی است. انجیر با ایجاد تعادل در فشار خون برای شما آرامش به همراه می‌آورد.

● **تقویت حافظه** خوردن انجیر خشک همراه پسته، بادام و گردو موجب تقویت حافظه و قدرت تعقل و تفکر می‌شود و گجاندن آن در برنامه غذایی زنان باردار باعث تقویت حافظه جنین خواهد شد.

● **سلامت دهان و دندان** انجیر خشک باعث سفید شدن دندان‌ها و جرم‌گیری آن‌ها می‌شود و در ورم لشه موجب تسکین درد و رفع التهاب خواهد شد.

● **رفع تنگی نفس** شربت انجیر مسکن گلو و سرفه و ملین سبکی است، از این رو برای تهیه آن باید ۵ تا ۱۰ عدد انجیر خشک رادر مقداری آب جوشاند تا آن که به حالت شربت در آید.

● **تقویت استخوان** انجیر خشک دارای فسفر است. فسفر در شکل گیری استخوان‌ها یا جوش خوردن آن‌ها پس از آسیب دیدگی یا شکستگی مؤثر است.

● **تاثیر انجیر خشک بر لاغری** انجیر مقدار زیادی کلسیم، آهن و پتانسیم به همراه میزان زیادی فیبر دارد که می‌تواند در کاهش وزن هم مفید باشد. انجیر خشک نسبت به انجیر تازه ۵ برابر بیشتر کالری دارد.

● **مفید برای افراد مبتلا به کم خونی** انجیر خشک حاوی مقادیر زیادی آهن و پوتامین ۵ است؛ که برای افراد مبتلا به کم خونی و فقر آهن مفید است.

● **درمان بیوست** از خواص درمانی انجیر خشک، درمان و پیشگیری از بیوست است. انجیر خشک خیسانده در آب یا شیر می‌تواند مؤثر ترین درمان برای رفع بیوست باشد.

● **داشتن موهای سالم** وجود گوگرد در انجیر خشک باعث ازدیاد موشده و از ریزش آن جلوگیری کرده و شوره سر را درمان می‌کند.

چرا خواب‌های مختلف می‌شود؟



رابطه مستقیمی میان خواب کم و عدم کارایی در محل کار را نشان می‌دهند. برای داشتن خواب باکیفیت و کافی باید از قبل برنامه‌ریزی کنید، چون بعضی از آنها مانند موارد زیر خواب شمارا خراب می‌کنند:

برای داشتن خواب باکیفیت و کافی باید اجازه ندهید عادات بد در برنامه شما مداخله کنند. خواب خوب قدرت افزایش بهره‌وری، شادی، تصمیم‌گیری‌های خوب و ایجاد راههای جدید را دارد. در مقابل، تحقیقات

■ خواب بیشتر در آخر هفته

معمولًاً در اکثر افراد تفاوت عمدۀ ای میان میزان خواب در طول هفته و روزهای آخر هفته وجود دارد اما خواب بیشتر در آخر هفته ساعت بدن شما با چرخه جدیدی از خواب تنظیم می‌شود و این چرخه دوباره در روزهای کاری تغییر می‌کند. بهترین روش برای خواب بهتر، داشتن برنامه‌ای یکسان در تمام روزهای هفته است.

■ ناساز گاربودن

داشتن روال منظم در خواب از جهات دیگر نیز مفید است. استرس روز کاری آرامش ذهن را سلب می‌کند. باید این موضوع را در ک و برای خواب برنامه‌ریزی کرد. یک دوش آب گرم قبل از خواب استرس تمام روز را می‌شود.



■ ریلکس نکردن قبل از خواب

زمانی که در طول روز استرس زیاد و جمع می‌شود، خوابیدن در شب را تقریباً غیرممکن می‌کند. زیرا آرام کردن مغز دشوار می‌شود. بدون صرف اندکی زمان قبل از خواب برای آرام کردن ذهن و دور کردن افکار از مسائل کاری، خوابیدن تقریباً غیر ممکن است زیرا هنوز به نگرانی‌ها فکر می‌کنید. یکی از راه‌ها نوشتن تمام کارهایی است که روز بعد باید انجام دهید.

■ کار با گوشی در رختخواب

صفحه‌نماش LED گوشی‌های هوشمند چیزی به نام نور آبی از خود منتشر می‌کند که مطالعات نشان داده به بنایی آسیب می‌زند و تولید ملاتونین را کم می‌کند. ملاتونین هورمونی است که چرخه خواب را تنظیم می‌کند.

■ خوابیدن در نور

به هیچ وجه نباید هیچ گونه نوری در اتاق خواب باشد. چه نور چراغ کنار جاده باشد که از پرده گذشته وارد اتاق می‌شود و چه نیروهای چشمکزن تلویزیون و تلفن. تمام این نورها خواب ترمیمی و عمیق را مختل می‌کنند.

■ ادامه ندادن تمرين‌های ورزشی

مطالعات نشان داده‌اند که ورزش صبحگاهی و عصرگاهی می‌تواند کیفیت خواب شب را بهبود بخشد. طبق این مطالعات ورزش حدود ۴۵ دقیقه به خواب شب اضافه می‌کند.

■ خوردن غذا در اوخر شب

اگر وعده غذایی سنگینی بخوریم و سپس مستقیم به رختخواب برویم، خواب ما به اندازه کافی اعاده کننده نخواهد بود. زیرا سیستم گوارش غذایست. خوردن غذا در طول روز به کاهش رفلکس اسید معده کمک می‌کند که یکی از عوامل اصلی خواب بد است.

■ کار در رختخواب

نور لپ‌تاپ نیز از ترشح ملاتونین جلوگیری می‌کند. کار در رختخواب یعنی به خود وقت کافی برای آرامش قبل از خواب را نمی‌دهید. بعلاوه کار در رختخواب این پیام رامی رساند که اتاق محل کار است نه خواب. هر چه بیشتر در رختخواب کار کنید، ذهن شما بیشتر متمرک و هشیار می‌ماند.

نقاشی کودکان



کوثر خواجوي



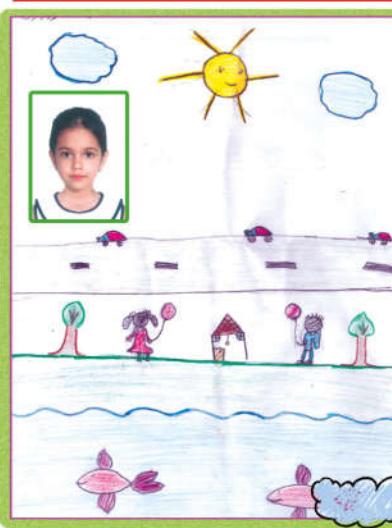
مهیا کلمگانی



الینا غلامپور



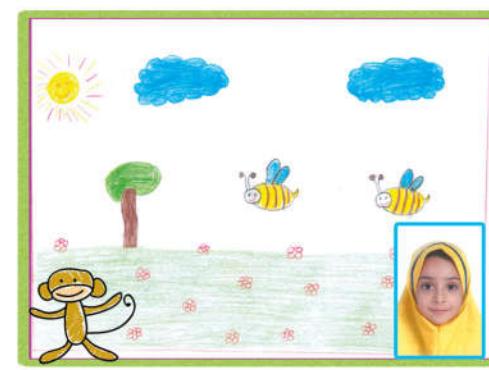
نازنین قنبری



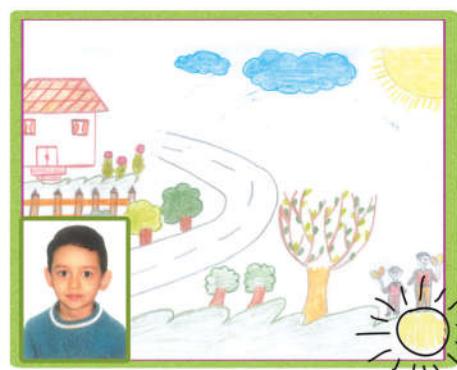
نفسیه نوروزی



کوثر حمید پور



درسا درانی



سهیل صدیق



سال شانزدهم و سیزدهم
گروه کار خانه های مخصوصی
۱۴۰۲



ماهنامه تخصصی
گروه کار خانه های مخصوصی
سال شانزدهم و سیزدهم نوروز
۱۴۰۲



Special for Nowruz
Sixteenth year

N.O 161

59



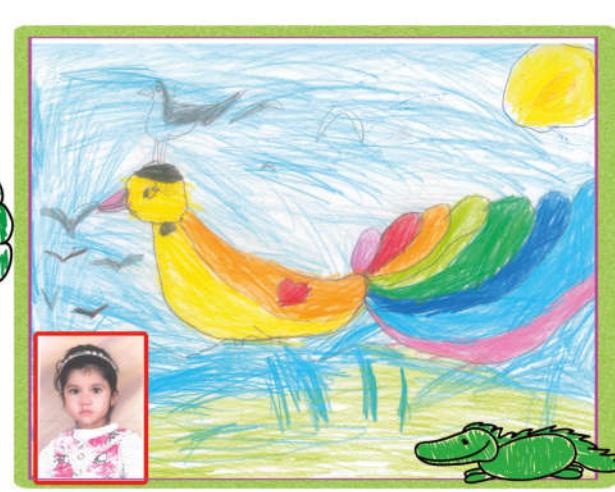
یاسمین ندایی مقدم



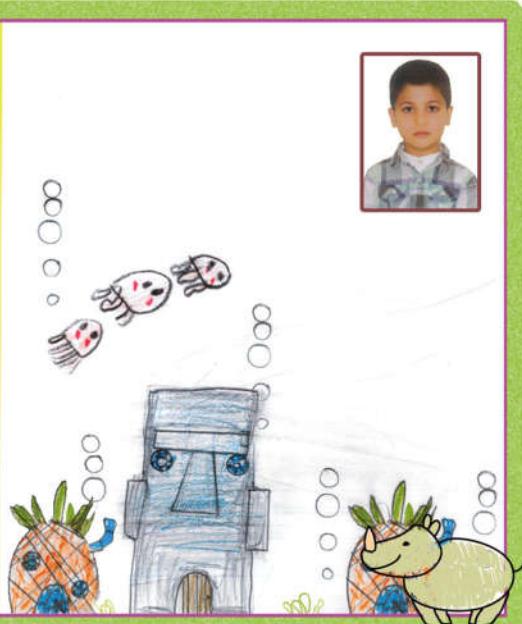
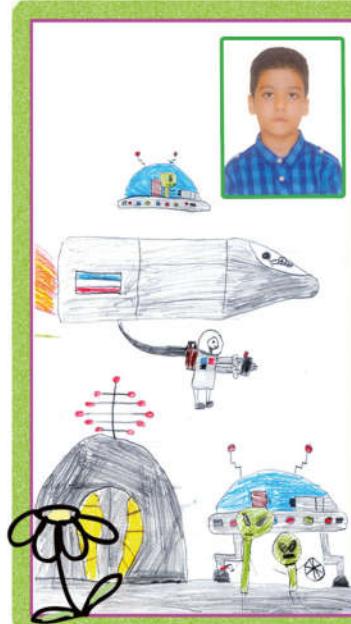
امیر عباس علیزاده



حلما چاری صادق



عاطفه خزاعی پور



شهریار، همایون نظر پور

همکاران ارجمند، آقایان

محمد توکلی نژاد(لیانا) | مصطفی مهرپور(محمد طاها) | حمید احمدی(هانا)

مجتبی عسکری داوولی(رسنا) | محمد توکلی نیا(نرگس) | حسین رسالتی زاده(اسماء)

علی وفادار بعد(نیکان) | علی عباسی گیت(امیرحسین) | اسلام عرفانی قلی پور(پارمیس)

مهدى ایزدی(مهیا) | مسلم فرحانی(الیاس) | محمود نوروزی(حليا)

سید ایمان حسینی(سید آزاد) | حمید بهمن یار(ادوین) | ابوالفضل فرهادی نژاد(ملکا)

علی براتی(نیکراد) | امیر رحمتی(سلین) | جواد صمیعی(امیر عباس)

اسماعیل چوبانی(ریحانه) | محسن نجفی سیاککی(محیا) | علی اکبر حیدر زهی(دنیا)

رضا حبیب زاده(امیر) | علی قوچی(محمد جواد) | حسن دهقان مقدم(آدرین)

مجید ساقی(آرسام) | احمد هرمزی(آرتا) | مجتبی حدادی(اسرا)

بهروز اکبریان میل کاریز(دنیا) | امیر شهنازی(محمد جواد)

قدم نور سیده مبارک

همکاران گرامی آقایان

محمد خاک | محمد محمودی

پیوند تان مبارک

همکاران ارجمند، آقایان

دکتر سعید قاضی جولائی | محمد محمد زاده | محمد چنارانی

و
خانم آیداناوخی

در گذشت عزیزان تان را تسلیت گفته،
مارا در غم خود شریک بدانید





گروه مقصود در سالی که گذشت



برگزاری
سال
نوروز
۱۴۰۲



ماهنشا
گروه کارخانجات مقصود
سال شانزدهم و پنجم نوروز ۱۴۰۲



هزار پنجمین سالگرد
برآورده



Special for Nowruz
Sixteenth year

N.O 161

63





بازدید سفیر فنلاند از گروه کارخانجات مقصود



بازدید استاندار خراسان جنوبی و
هیئت همراه از گروه کارخانجات مقصود

سال شانزدهم و پنجمین
سالگرد تاسیس
گروه کارخانجات مقصود

برباز
ماهنه‌نامه تخصصی
گروه کارخانجات مقصود
سال شانزدهم و پنجمین نوروز ۱۴۰۲





نوروز
پیش از
برگزاری



Special for Nowruz
Sixteenth year

N.O 161

65



مراسم افتتاحیه رستوران سارگل





سازمان
تبلیغاتی
گروه
کارخانجات
مقصود



ماهنامه تخصصی
گروه کارخانجات مقصود
سال شانزدهم و سیزده نوروز ۱۴۰۲



برگزاری
دومین دوره
استارتاپ



Special for Nowruz
Sixteenth year

N.O 161

67



ماه رمضان

روقات شرعی ماه مبارک رمضان



روزهای هفت	رمضان	اذان صبح	طلع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
پنجشنبه ۳ فروردین	۱	۵:۰۶	۶:۳۲	۱۲:۳۸	۱۸:۴۴	۱۹:۰۳
جمعه ۴ فروردین	۲	۵:۰۵	۶:۳۰	۱۲:۳۸	۱۸:۴۵	۱۹:۰۴
شنبه ۵ فروردین	۳	۵:۰۳	۶:۲۹	۱۲:۳۸	۱۸:۴۶	۱۹:۰۵
یکشنبه ۶ فروردین	۴	۵:۰۲	۶:۲۷	۱۲:۳۸	۱۸:۴۷	۱۹:۰۶
دوشنبه ۷ فروردین	۵	۵:۰۰	۶:۲۶	۱۲:۳۷	۱۸:۴۸	۱۹:۰۷
سه شنبه ۸ فروردین	۶	۴:۵۸	۶:۲۴	۱۲:۳۷	۱۸:۴۹	۱۹:۰۸
چهارشنبه ۹ فروردین	۷	۴:۵۷	۶:۲۳	۱۲:۳۷	۱۸:۴۹	۱۹:۰۸
پنجشنبه ۱۰ فروردین	۸	۴:۵۵	۶:۲۱	۱۲:۳۶	۱۸:۵۰	۱۹:۰۹
جمعه ۱۱ فروردین	۹	۴:۵۴	۶:۲۰	۱۲:۳۶	۱۸:۵۱	۱۹:۱۰
شنبه ۱۲ فروردین	۱۰	۴:۵۲	۶:۱۸	۱۲:۳۶	۱۸:۵۲	۱۹:۱۱
یکشنبه ۱۳ فروردین	۱۱	۴:۵۰	۶:۱۷	۱۲:۳۵	۱۸:۵۳	۱۹:۱۲
دوشنبه ۱۴ فروردین	۱۲	۴:۴۹	۶:۱۶	۱۲:۳۵	۱۸:۵۴	۱۹:۱۳
سه شنبه ۱۵ فروردین	۱۳	۴:۴۷	۶:۱۴	۱۲:۳۵	۱۸:۵۵	۱۹:۱۴
چهارشنبه ۱۶ فروردین	۱۴	۴:۴۵	۶:۱۳	۱۲:۳۵	۱۸:۵۵	۱۹:۱۵
پنجشنبه ۱۷ فروردین	۱۵	۴:۴۴	۶:۱۱	۱۲:۳۴	۱۸:۵۶	۱۹:۱۵
جمعه ۱۸ فروردین	۱۶	۴:۴۲	۶:۱۰	۱۲:۳۴	۱۸:۵۷	۱۹:۱۶
شنبه ۱۹ فروردین	۱۷	۴:۴۱	۶:۰۸	۱۲:۳۴	۱۸:۵۷	۱۹:۱۷
یکشنبه ۲۰ فروردین	۱۸	۴:۳۹	۶:۰۷	۱۲:۳۳	۱۸:۵۹	۱۹:۱۸
دوشنبه ۲۱ فروردین	۱۹	۴:۳۷	۶:۰۶	۱۲:۳۳	۱۹:۰۰	۱۹:۱۹
سه شنبه ۲۲ فروردین	۲۰	۴:۳۶	۶:۰۴	۱۲:۳۳	۱۹:۰۱	۱۹:۲۰
چهارشنبه ۲۳ فروردین	۲۱	۴:۳۴	۶:۰۳	۱۲:۳۳	۱۹:۰۱	۱۹:۲۱
پنجشنبه ۲۴ فروردین	۲۲	۴:۳۲	۶:۰۲	۱۲:۳۲	۱۹:۰۲	۱۹:۲۲
جمعه ۲۵ فروردین	۲۳	۴:۳۱	۶:۰۰	۱۲:۳۲	۱۹:۰۳	۱۹:۲۲
شنبه ۲۶ فروردین	۲۴	۴:۲۹	۵:۵۹	۱۲:۳۲	۱۹:۰۴	۱۹:۲۳
یکشنبه ۲۷ فروردین	۲۵	۴:۲۸	۵:۵۸	۱۲:۳۲	۱۹:۰۵	۱۹:۲۴
دوشنبه ۲۸ فروردین	۲۶	۴:۲۶	۵:۵۶	۱۲:۳۱	۱۹:۰۶	۱۹:۲۵
سه شنبه ۲۹ فروردین	۲۷	۴:۲۴	۵:۵۵	۱۲:۳۱	۱۹:۰۷	۱۹:۲۶
چهارشنبه ۳۰ فروردین	۲۸	۴:۲۳	۵:۵۴	۱۲:۳۱	۱۹:۰۷	۱۹:۲۷
پنجشنبه ۳۱ فروردین	۲۹	۴:۲۱	۵:۵۲	۱۲:۳۱	۱۹:۰۸	۱۹:۲۸
جمعه ۱ اردیبهشت	۳۰	۴:۲۰	۵:۵۱	۱۲:۳۱	۱۹:۰۹	۱۹:۲۹





سالروز ولادت با سعادت حضرت حمدی (عج) مبارک باد.

ماه رمضان

بهترین فرصت برای جداسدن
از خود و رسیدن به خداست

حلول ماه مبارک رمضان مبارک باد



گروه کارخانجات مقصود
Grand Maghsoud Group