



نشریه داخلی شرکت پتروشیمی فجر

ویژه تعالی فرد، خانواده، سازمان

سال چهارم - شماره شانزدهم - بهار ۱۳۹۸



بِسْمِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



سال نو مبارک



نشریه داخلی شرکت پتروشیمی فجر
ویژه تعالی فرد، خانواده، سازمان

روابط عمومی		ناشر
بهنام صیفوری		سردبیر
علیرضا مشتاق		دبیر اجرایی
روابط عمومی		دبیر تحریریه
علیرضا مشتاق		صفحه آرایی و عکس
مهدی هادیان (روابط عمومی)، نادیا زهیری (روابط عمومی)		همکاران
اکرم حیدری (محیط زیست)		
رضا افضل (مرکز مطالعات و برنامه ریزی راهبردی)		
برنامه ریزی خدمات اداری		
امور HSE شرکت پتروشیمی فجر، انجمن دیده بان انرژی پاک فجر		
پایگاه مقاومت بسیج فجر، امور ورزش		

نقاشی ارسالی توسط درسا گشتاسبی
فرزند همکارمان فرزاد گشتاسبی





سلام

سرمقاله	۳
پیام مدیرعامل	۴
خلایقیت چیست؟	۵
فرهنگ ایمنی	۷
لغتنامه تعالی	۱۱
برنامه ریزی ذهن	۱۲
گفتگو با خانواده همکاران	۱۴
فرزندان موفق خانواده فجر	۱۷
دفتر کار سبز	۲۰
کار دستی	۲۲
انقراض گونه ها	۲۴
چه گیاهانی را در اتاقمان بگذاریم؟	۲۵
شعر و دانشنامه همکاران	۲۸
فراخوان مابقیه عکاسی	۲۹
داستان	۳۰
معرفی فیلم	۳۳
جدول و سرگرمی	۳۴
تقویم نوبتکاری	۳۵



مژده

به مژگان مژده آوردند که عید از راه می آید
دلت را مژدگانی ده طرب از راه می آید

به جام و مطرب و ساقی خبر آورده اند اکنون
که آن یار سمرقندی کنون از راه می آید

مزین کن دل خوشت به عطر و آب و آینه
که رونق بر خراب آباد دل از راه می آید

قناری نغمه میخواند به طرف سوسن و سنبل
زمستان رفته و اکنون بهار از راه می آید

از سروده های همکارمان آقای علیرضا امیدی

چون به نوروز کند پیرین از سبزه و گل

آن بخارین همه رنگ و همه بوی یمن

همکاران گرانقدر

کارکنان پر تلاش و فرهیخته پتروشیمی فجر

سال ۱۳۹۷ را به گونه ای با هم به پایان رساندیم که در ادامه موفقیت های سالیان گذشته پایداری تولید مجتمع، آرامش خاطر صنعت را به همراه داشت که خود نشان دهنده عزم کارکنان و مدیران شرکت بوده است. فرای این موفقیت، بخاری ستمر با شبکه برق سراسری در شرایط گرم تابستان گذشته و بهره رسانی به مردم عزیز استان خوزستان، قدرشناسی مسئولین استانی از شما همکاران گرامی را به همراه داشته است.

این کامیابی ها نشان از ادامه راهی است که سالیان گذشته با هم آغاز کرده و تا رسیدن به افق های نوین طی خواهیم کرد.

مجموعه توانا، شاداب، چابک و همدل پتروشیمی فجر در سال گذشته موفق به تعمیرات اساسی همه انواع توربین های گازی شد که در حافظ شرکت ما و صنعت پتروشیمی به یادگار خواهد ماند. پیشرفت در حوزه فناوری اطلاعات، موفقیت در فرایندهای آزمایشگاهی، پیاده سازی طبقه بندی مشاغل و متعاقب آن رفع دغدغه و افزایش رضایتمندی همکاران ارجمند، تغییر نگرش به اصل مشتری مداری و توسعه فرهنگ مشتری گرایی، صد ها هزار ساعت کار بدون حادثه، تقسیم به تعریف چشم انداز جدید، تدوین استراتژی های سازمان و توسعه "فرهنگ سازمانی" از جمله اقدامات و نتایج موثر را به بردی، برنامه ای و فرایندی در سال ۱۳۹۷ بوده است.

در کسب همه موفقیت های ما، خانواده های صبور، همراه و همدل بوده اند که سم آنها در اعتلای مجموعه غنیمت پتروشیمی فجر بود و پیوندشان با سرنوشت سازمان، ناگستنی است.

اکنون و در حالیکه وارد سال ۱۳۹۸ می شویم، انتظار داریم با ادامه تلاش و کوشش مضاعف بتوانیم به این اهداف دست یابیم:

۱- با تداوم پایداری در تولید سرویس های حیاتی، یکپارچه گاه مطمئن و آرامش بخش برای همه ذی نفعان باشیم.

۲- بعنوان یک سازمان مولد بتوانیم ارزش فراینده تری برای سهامداران خود، به ویژه مجموعه معطم صنایع پتروشیمی خلیج فارس، خلق نماییم.

۳- همچون گذشته، بعنوان سازمان "یادگیرنده" و سرآمد باعث اعتلای اعتبار "فجر" باشیم.

۴- بیش از پیش اخلاق حرفه ای را سرلوحه کارهای خود قرار دهیم و با رعایت مسئولیت های اجتماعی، همچنان در ایجاد توسعه متوازن، حفظ محیط زیست و جامعه موثر باشیم.

امیدوارم و از خدای تبارک و تعالی خواهیم که سال نو برای شما، خانواده های گرامی، گرامیترتان، همه هم میهنان و عموم مردم جهان، خوب، خوش و همراه با همدلی، تندرستی، برابری و صلح باشد.

غلامعلی زال خانی

نایب رئیس هیئت مدیره و مدیرعامل



خلاقیت چیست؟

خلاقیت به معنای رسیدن به ایده های جدید به منظور حل مشکلات با صحیح ترین روش است. هر تلاشی در زمینه اصلاح، کوتاه سازی، بهینه سازی، اقتصادی کردن و هر فرایند دیگری که باعث بهتر شدن فعالیت از روش جدید می شود را بکارگیری خلاقیت در آن فعالیت نامید. بکارگیری نیروی ذهن و قوای جسمانی در پرداختن به انبوه تصورات، رفتارها و در نهایت بازدهی را می توان نوعی خلاقیت نامید.

به واقع خلاقیت چیست؟

است و حاصل تلاش فردی و تنها یک موقعیت یا مسئله عمومی نیست؛ از این رو، فردی ممکن است چیزی را خلق کند که قبلاً هیچ گونه سابقه ذهنی از آن نداشته باشد؛ اگر چه آن چیز به صورت های مشابه یا کاملاً یکسان قبلاً توسط شخص دیگری و در موقعیت خاصی خلق شده باشد.

فرد خلاق، تمایل دارد که مسائل مختلف را به طرق متفاوت حل کند؛ هر چند در ظاهر، یک راه حل بیشتر برای آن وجود ندارد.

خلاقیت شما شامل عوامل متعددی است که تمام آنها قابل فراگیری و گسترش است. بنابراین شما به کمک چند روش می توانید قدرت ابتکار و خلاقیت خود را تقویت کنید.

واقعیت این است که تا کنون، روان شناسان و محققان، برداشت های متفاوتی از این واژه داشته و تعاریف متنوعی از آن ارائه کرده اند. وجود چنین اختلاف نظری، ناشی از ماهیت پیچیده آن است.

خلاقیت، یک فرایند ذهنی است که از فرد معینی و در یک زمان مشخص دیده می شود؛ فرآیندی که در نتیجه آن، یک اثر جدید - اعم از ایده یا چیزی نو و متفاوت - تولید می شود. تولید جدید و متفاوت، می تواند کلامی یا غیر کلامی و عینی یا ذهنی باشد.

خلاقیت می تواند خلق اشکال یا صورت های جدیدی از ایده ها یا تولیدات کهنه باشد در این صورت، اغلب فکرها و ایده های گذشته، اساس خلاقیت های تازه است. خلاقیت امری انحصاری



ابداع:

ابداع یکی از اصول خلاقیت است و نمایانگر توانایی شما در تولید و خلق ایده های جدیدی است که فقط به شما اختصاص دارد.

ثبات و پیوستگی در کارها و ایده ها:

یک فرد خلاق می داند که مغز انسان همانند یک سیستم ماشینی است و او از این اطلاعات بهره لازم را می برد. افراد خلاق می دانند که چگونه از مغزشان به عنوان یک سیستم ماشینی دقیق و بدون محدودیت استفاده کنند.

انعطاف پذیری:

انعطاف پذیری شامل توانایی شما در دیدن موارد مختلف از زوایای مختلف است. بررسی یک موضوع از چند نقطه نظر متفاوت، درک مفاهیم قدیمی و ارائه آنها به شیوه های نوین، توانایی شما در استفاده از کلیه حواستان هنگام خلق عقاید و ایده های جدید و نگرش متفاوت به مسائل از جمله توانایی های است که با رشد مهارت انعطاف پذیری شما در ارتباط است.

بنابراین شما به کمک چند روش می توانید قدرت ابتکار و خلاقیت خود را تقویت کنید.

از جمله:

تهیه ی یادداشت و پیاده کردن ذهنیات:

برای همه ما بسیار پیش آمده ایده ای جالب داشته ایم که به علت عدم یادداشت، آن را فراموش کرده ایم. باید قادر باشید محفوظات ذهن خود را بر روی کاغذ بیاورید تا در بررسی کردن آنها بیشتر موفق شوید.

کلام روان و سلیس:

بارها برای همه پیش آمده که فکر یا ایده ای ناب برای حل مسئله ای داشته اند اما در زمان ارائه دادن و توضیح این مطالب زبان از ارائه مفهوم ناتوان بوده و افراد دیگر متوجه ایده ناب ما نشده اند. توسط سرعت کلام می توانید نظریه های جدیدتان را عنوان کنید و در واقع فصاحت کلام مقیاسی است برای بازدهی بیشتر خلاقیت شما، شما از طریق این مهارت می توانید ایده و تفکرات خود را بیان کنید.

انعطاف پذیری:

انعطاف پذیری شامل توانایی شما در دیدن موارد مختلف از زوایای مختلف است. بررسی یک موضوع از چند نقطه نظر متفاوت، درک مفاهیم قدیمی و ارائه آنها به شیوه های نوین، توانایی شما در استفاده از کلیه حواستان هنگام خلق عقاید و ایده های جدید و نگرش متفاوت به مسائل از جمله توانایی های است که با رشد مهارت انعطاف پذیری شما در ارتباط است.

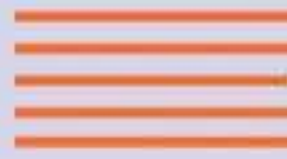
گسترش و بسط ایده ها:

شما باید بتوانید یک ایده را به عنوان مرکز و هسته تفکرات خود قرار دهید و آنرا در جهات مختلف تفسیر، توسعه و گسترش دهید. این گسترش با استفاده از تکنیک ها و روش های مختلف بدست می آید.

۱- فراموش نکنید خلاقیت مهارت خارق العاده و مختص افراد خاصی نیست، همه انسان ها دارای خلاقیت هستند و در زندگی روزمره اشان از آن استفاده می کنند.

۲- خلاقیت یک مهارت اکتسابی و قابل بهبود می باشد. شما می توانید در هر لحظه این مهارت خود را بهبود ببخشید.

۳- خلاقیت به هیچ وجهی با سطح فرهنگ، میزان تحصیل و شغل شما ارتباطی ندارد.



ارزیابی فرهنگ ایمنی در سازمان و روند بهبود :



مقدمه :

تحقیقات و بررسی های انجام گرفته، نشان می دهد عوامل انسانی مهمترین عامل بروز حوادث می باشد و تقریباً ۸۰٪ حوادث به علت اعمال نا ایمن فرد رخ می دهد. امروزه این عقیده از زوایای دیگر مورد بررسی قرار گرفته است. در این میان، حوادث ناشی از کار در مقایسه با دیگر حوادث، هزینه های انسانی و اقتصادی شدیدتری بر جوامع تحمیل می کنند.

برای مثال روزانه به طور متوسط ۶۰۰۰ نفر در اثر حوادث وبیماری های شغلی جان می سپارند که تعداد کل آنها در سال بیش از ۲/۲ میلیون نفر میرسند. بر اساس امار موجود در ایالات متحد آمریکا سالانه ۳/۱۱ میلیون نفر دچار جراحات شدید ناشی از شغل شده و حدود ۱۱۰۰۰ نفر نیز در این حوادث می میرند. یکی از اصلی ترین راه کار های کنترل حوادث، خصوصاً در صنایع، تلاش برای بهبود و ارتقای فرهنگ ایمنی در سازمان است.

تعاریف مختلف فرهنگ ایمنی :

• جنبه هایی از فرهنگ که بر ایمنی تاثیر می گذارند.

• رفتار ها و نگرش های مشترک، باور های ارزشی و اقدامات مربوط به اهمیت بهداشت و ایمنی و لزوم کنترل موثر آنها (IOSH ۱۹۹۵)

• فرهنگ ایمنی یک سازمان، محصول ارزش های فردی و گروهی، نگرش ها، صلاحیت ها و الگوی رفتاری است که برنامه های ایمنی را تعیین میکنند. سازمان هایی که دارای فرهنگ ایمنی مثبتی هستند با مشخصه ارتباط بر اساس اعتماد متقابل، برداشت های مشترک از اهمیت ایمنی و اطمینان کارآمدی اقدامات پیش گیرانه شناخته می شوند.

• فرهنگ ایمنی در یک شرکت محصول ارزش های فردی و گروهی نگرش ها، برداشت ها، صلاحیت ها و الگوهای رفتاری است که میزان تعهد به اجرا، سبک و کارایی مدیریت بهداشت و ایمنی یک سازمان می باشد را تعیین می کند.



هدف :

ارزیابی فرهنگ ایمنی در سازمان به منظور ارتقاء و بهبود روند آن

فرهنگ ایمنی :

هر فرد عضو گروه، برداشت خاص خود را از فرهنگ دارد. هر سازمان، فرهنگ سازمانی مخصوص به خود دارد که دائماً در حال تغییر و تحول است. در درون این فرهنگ، عنصری نیز وجود دارد که به عنوان (فرهنگ ایمنی) معرفی میشود که همان نگرش ها، ارزش ها، برداشت ها و آگاهی ها یا باورهایی است که با موضوعات مدیریت ایمنی مرتبط هستند. از فرهنگ ایمنی اغلب به عنوان عامل اساسی در تعیین عملکرد ایمنی، یک شرکت نام برده می شود برای مثال، در گزارش حادثه در نیروگاه هسته ای چرنوبیل، از فرهنگ ایمنی به عنوان دلیل اصلی و اساسی حادثه نام برده شده است.



همچنین می توان به صورت منطقی استدلال کرد که فرهنگ ایمنی اغلب در پیشامدهایی که منجر به وجود شرایط خطرناک می گردند، عامل ایجادکننده و مسبب قلمداد می گردند. به منظور پیش بردن اهداف مدیریت ایمنی امروزه بیشتر شرکت ها فرهنگ ایمنی را به عنوان عامل کلیدی لحاظ می نمایند.

امروزه در شرکت ها، سیستم ها به نحوی در جایگاه خود مستقر شده اند که اضافه کردن کنترل های مدیریتی بیشتر مزیت های زیادی به همراه نخواهند داشت. در اکثر موارد، مشکل از مواردی چون بوروکراسی بیش از حد، پیچیدگی و یا عدم انعطاف پذیری می باشد. توجه بیش از حد به سیستم های رسمی و اطاعت بی چون و چرا میتواند باعث بی تفاوتی کارکنان شده و در واقع، به میزان علاقه مندی به موضوع ایمنی آسیب برساند.

نردبان فرهنگ ایمنی:

پله اول

سطح بیمارگونه (Pathological)

افراد، به ویژه کارکنان سطوح پایین تر در بروز حوادث مقصر هستند. تنها به الزامات قانونی و موارد اجباری از جمله بازرسی ها و ممیزی ها اهمیت داده می شود. اغلب برنامه های ایمنی در این سطح فاقد تاثیر هستند زیرا ایمنی تنها یک مانع برای انجام عملیات تصور می شود. مدیریت سازمان تنها در صورت اجبار پاسخگویی الزامات صریح قانونی بوده و برنامه های ایمنی را تنها برای جلوگیری از پیگرد قانونی استقرار می دهند. در این سطح، افراد برای بروز حوادث مقصر شناخته می شوند برنامه ای تدوین شده ایمنی به ندرت توسط مدیریت سازمان مورد پذیرش قرار می گیرند.

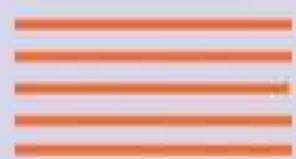


اهمیت فرهنگ ایمنی:

از زمان حادثه چرنوبیل، در چند گزارش حادثه دیگر نیز به ضعف بودن (فرهنگ ایمنی) به عنوان عامل فاجعه اشاره شده است. در روز ۶ جولای سال ۱۹۹۸ در دکل نفتی آلفا واقع در ۱۰۰ مایلی ساحل شرقی اسکاتلند دریای شمال، خروج گاز قابل اشتعال باعث آتش سوزی گردید. گاز منفجر شد و در این حادثه ۱۶۷ نفر جان خود را از دست دادند. بعلاوه بسیاری از افراد به صورت مستقیم و غیر مستقیم به جهت از دست دادن عضوی از خانواده در این حادثه درگیر شدند. محابات خسارت مالی رقمی بیش از ۴ میلیارد دلار بود. دلیل فوری این فاجعه خروج گاز از قسمت پمپ فشرده کننده گاز بود، که در این قسمت شیر اطمینان برای تعمیرات از مدار خارج شده بود.

مشکلی که پیش روی شرکت های مختلف وجود دارد این است که چگونه بر فعالیت های کارکنان شرکت در دورترین جایگاه ها در چارت سازمانی شرکت و جزیی ترین فعالیت های شرکت نظارت داشته باشند و چگونه رفتارها علیرغم وجود بوروکراسی پیچیده ای که برای مطمئن ساختن گروه های ذینفع از ایمنی سازمان بوجود آمده تغییر دهد. بنابراین، ترویج فرهنگ ایمنی مطلوب در دستور کار بسیاری از صنایع مخاطره آمیز قرار گرفته است.

ارتباط بین حوادث و اثرات مخرب آن بر مبانی پایه ای سازمان (به صورت مستقیم و غیر مستقیم) کاملاً تبیین شده است. هرم کلاسیک عوامل حادثه، رابطه بین خطرات بالقوه (اعمال یا شرایط تا ایمن) و حوادث جدی را نشان می دهد. فرهنگ ایمنی اثر مستقیم بر رفتار و اعمال خطرناک، بویژه آن دسته از خطراتی که در زمره تخلف قرار میگیرد (نه خطا یا اشتباه) دارد.



نردبان فرهنگ ایمنی :

پله دوم

سطح واکنشی (Reactive)

سازمان مسایل ایمنی را دارای اهمیت می داند اما فقط وقتی حادثه ای اتفاق می افتد. سازمان باور دارد که عامل بروز اکثر حوادث، کارکنان سطوح پایین تر سازمان هستند. مهارت های مربوط به ایمنی هم در میان کارکنان و هم در میان مدیران سازمان بسیار ابتدایی است. سازمانها در سطح واکنشی برای برنامه هایی ارزش قایل هستند که مرتبط با مسایل و حوادث مهم بوده و کاملاً قابل مشاهده و ملموس باشد (برای مثال عدم استفاده از کمربند ایمنی) . در چنین شرایطی تمرکز بر روی خطرات بالقوه ، شبه حوادث و یا حوادثی که متحمل بوده اما تاکنون رخ نداده اند بسیار دشوار خواهد بود .

پله سوم

سطح حسابگرانه (Calculative)

سازمان ها در این سطح به نقش و ارزش سیستم ها در مدیریت عملکرد ایمنی و به کارگیری ابزارها و آموزش های مرتبط اعتقاد دارند . تمرکز برنامه ها در این سطح بیشتر بر آمار و ارقام است و کمتر به بررسی اثربخشی و کیفیت عملکرد سازمان پرداخته می شود . متخصصان ایمنی معمولاً به عنوان اداره کننده فعالیت های ایمنی شناخته می شوند و اصولاً مسئولیت عملکرد ایمنی باید بر اساس عملکرد و مشکلات فعلی سازمان به کار گرفته شوند تا بتوان ریسک ها و رویدادهای مربوط به موضوعات خاص موجود در سازمان را به خوبی پوشش و کاهش داد.

پله چهارم

سطح پیشگیرانه (Proactive)

سازمان در این سطح ، ایمنی را یک موضوع و ارزش بنیادی می داند. مدیران در تمامی رده های سازمانی برای سلامتی و رفاه کلیه کارکنان و پیمانکاران ارزش قایل هستند . چنین سازمانهایی دلیل اساسی و اولیه وقوع حوادث را در ضعف

سیستم مدیریت می داند. در این سطوح ، از اطلاعات مربوط به شبه حوادث و خطرات بالقوه ، همانند اطلاعات موجود از حوادث گذشته سازمان برای انجام هدف گذاری های ایمنی استفاده می شود.

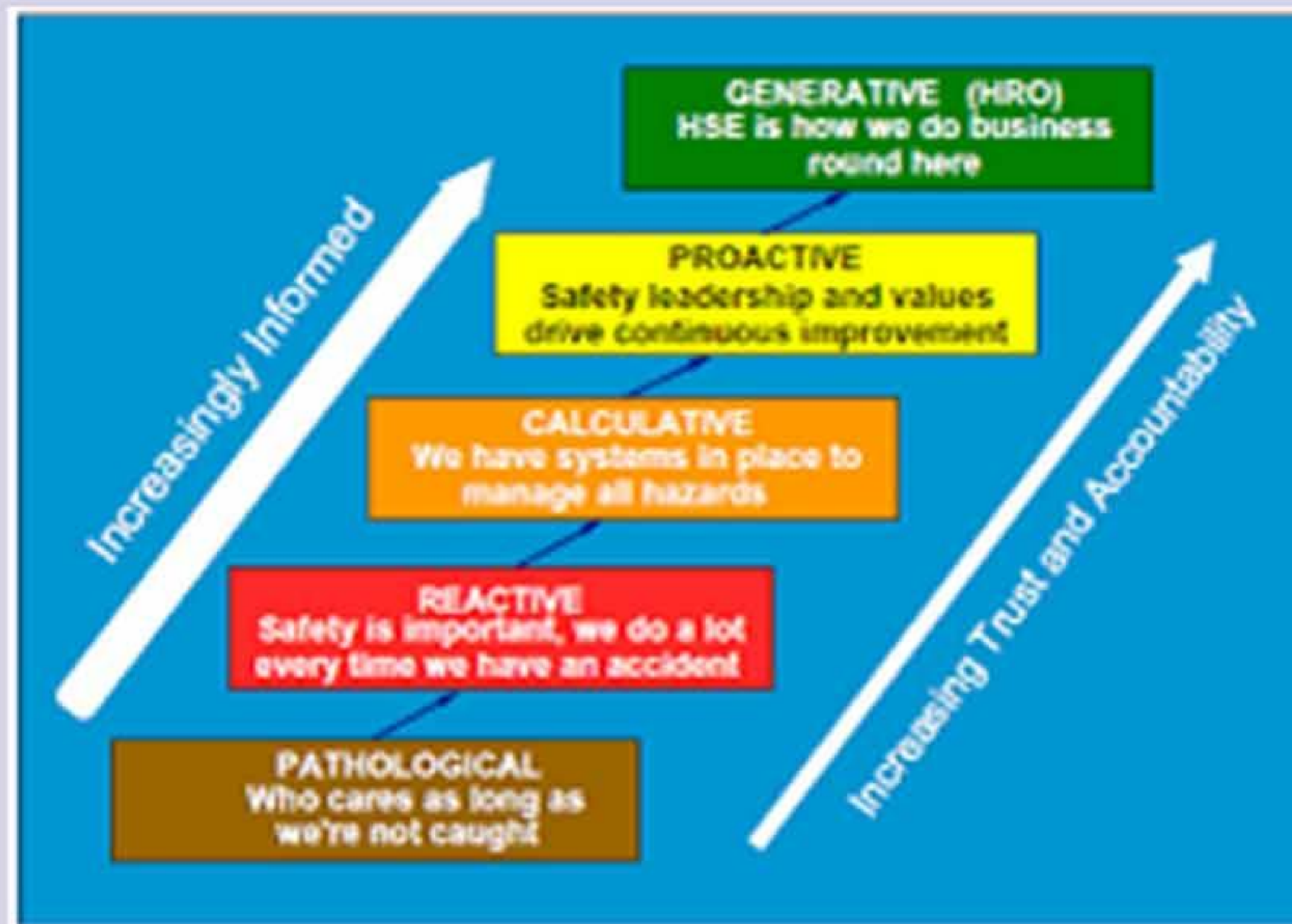
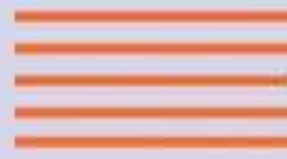
برنامه هایی در این سطح به کار گرفته می شوند که فرایندهای کاری را ساده تر نموده و مدیران صف را نیز همانند کارکنان تحت پوشش قرار دهد. بهبود مستمر در این سطح از فرهنگ ایمنی به عنوان هدف نهایی سازمان مطرح می شود .

پله پنجم

سطح خلاقانه (Generative)

سازمان ها در این سطح ، خود اتکایی بالایی داشته و تلاش بسیاری در زمینه شناخت و اداره فضای کاری خود به خرج می دهند . برنامه هایی باید انتخاب و به کار گرفته شوند که تمامی سطوح کارکنان در انتخاب و استفاده از آن مشارکت داشته باشند . در صورتی که ابزاری به صورت اجباری مورد استفاده قرار گیرد نتیجه عکس داشته و موجب از بین رفتن فضای اعتماد میان افراد سازمان خواهد شد. در این سازمانها افراد برای مطرح نمودن و بررسی حوادث و مسایل بالقوه و بالفعل آزاد هستند. در چنین شرایطی کارکنان برای حل مشکلات ایمنی احساس قدرت و اختیار نموده و مدیران ارشد حمایت های لازم را از آنها انجام می دهند.





نردبان فرهنگ ایمنی :

روند بهبود فرهنگ ایمنی

گام اول : حرکت از جهالت به آگاهی
افزایش آگاهی
ایجاد نیاز در افراد
ایجاد هدف برای افراد علاقمند
در دسترس قرار دادن اهداف

گام دوم : حرکت از آگاهی به آمادگی
تحلیل و اصلاح نگرش افراد
ساخت و تدوین برنامه
تعیین معیار برای برنامه تعیین شده
ایجاد تعهد در افراد برای اجرای برنامه

گام سوم: حرکت از آمادگی به اقدام
اجرای برنامه های تدوین شده
بازنگری شاخص ها و معیارهای برنامه
اصلاح نقاط ضعف و مشکلات اجرای برنامه

گام چهارم: نگهداری و تثبیت
بازنگری برنامه های تدوین شده
اطمینان از اثربخشی برنامه
درونی شدن ارزش ها و باورهای جدید

تغییر مرحله ای سطوح

حرکت صعودی نردبان فرهنگ ایمنی نیازمند ایجاد تغییراتی در موارد زیر است :

- رفتارها
- ارزش ها
- نگرش ها
- برداشت ها
- صلاحیت های جاری در سازمان

تمام موارد بالا باید بر طبق الگوی صحیح و مناسبی ایجاد گردند.

این الگو باید به گونه ای باشد که اولاً گام به گام بوده و ثانیاً نتایج حاصل از آن برگشت پذیر نباشند و در واقع به نوعی نتایج حاصله را تثبیت نماید .
در جهت نیل به اهداف و برنامه های فوق (مدل تغییر مرحله ای سطوح) برای حرکت از یک سطح نردبان فرهنگ به سطح بالاتر ، الگوی مناسب به نظر می رسد.



تهیه و تنظیم
یونس بهرامی (امور HSE)



لغتنامه تعالی

Agility (چابکی): توانایی سازمان در سازگار نمودن (وفق دادن) خود به صورت سریع و کارا با تغییرات.

Approach (رویکرد): یک راه (طریق) تمام شمول که به وسیله آن یک کاری صورت می گیرد. یک رویکرد شامل فرآیندها و اقدامات ساخت یافته در چارچوبی از اصول و خط مشی هاست .

Benchmarking (بهینه کاوی): یک مقایسه نظام مند رویکردها با دیگر سازمان های مرتبط است که بدین طریق بینشی به دست می آید که به سازمان کمک می کند تا برای بهبود عملکرد خود اقدامی انجام دهد.

Benchmark (الگو ، بهینه کاویده): یک موفقیت با دقت انتخاب شده به منظور مقایسه و هدف گذاری.

Business Model (مدل کسب و کار): عناصر کسب و کار که ارزش ها را خلق و ارائه می دهند. این عناصر معمولاً عبارتند از : ارزش پیشنهادی، فرمول سوددهی، منابع کلیدی و فرآیندهای کلیدی سازمان.

Business Stakeholders (ذینفعان کسب و کار): افرادی هستند که برای سازمان تأمین سرمایه می کنند و تیم مدیریت در نهایت به آنها گزارش می دهد. در شرکت ها این افراد می توانند مالکین، سهامداران یا سرمایه گذاران باشند. در بخش عمومی، این ذی نفعان می توانند دولت، وزراء یا سیاستمداران باشند .

Capabilities (قابلیت): کیفیت و درجه ای از توانایی تبدیل نمودن ظرفیت به اقدامات (عمل) و نتایج از طریق دستیابی به دانش، شایستگی، تخصص و فرآیندهای مربوطه.

Capacities (ظرفیت ها): سنجش چیزی که از لحاظ نظری می توان به آن دست پیدا کرد و معمولاً بر حسب اندازه، حجم یا تعداد بیان می شود. این موضوع غالباً در سازمان ها به مقایسه حداکثر برونداد نظری یا برونداد واقعی اشاره داشته و نتیجه حاصله به صورت درصد بیان می شود .

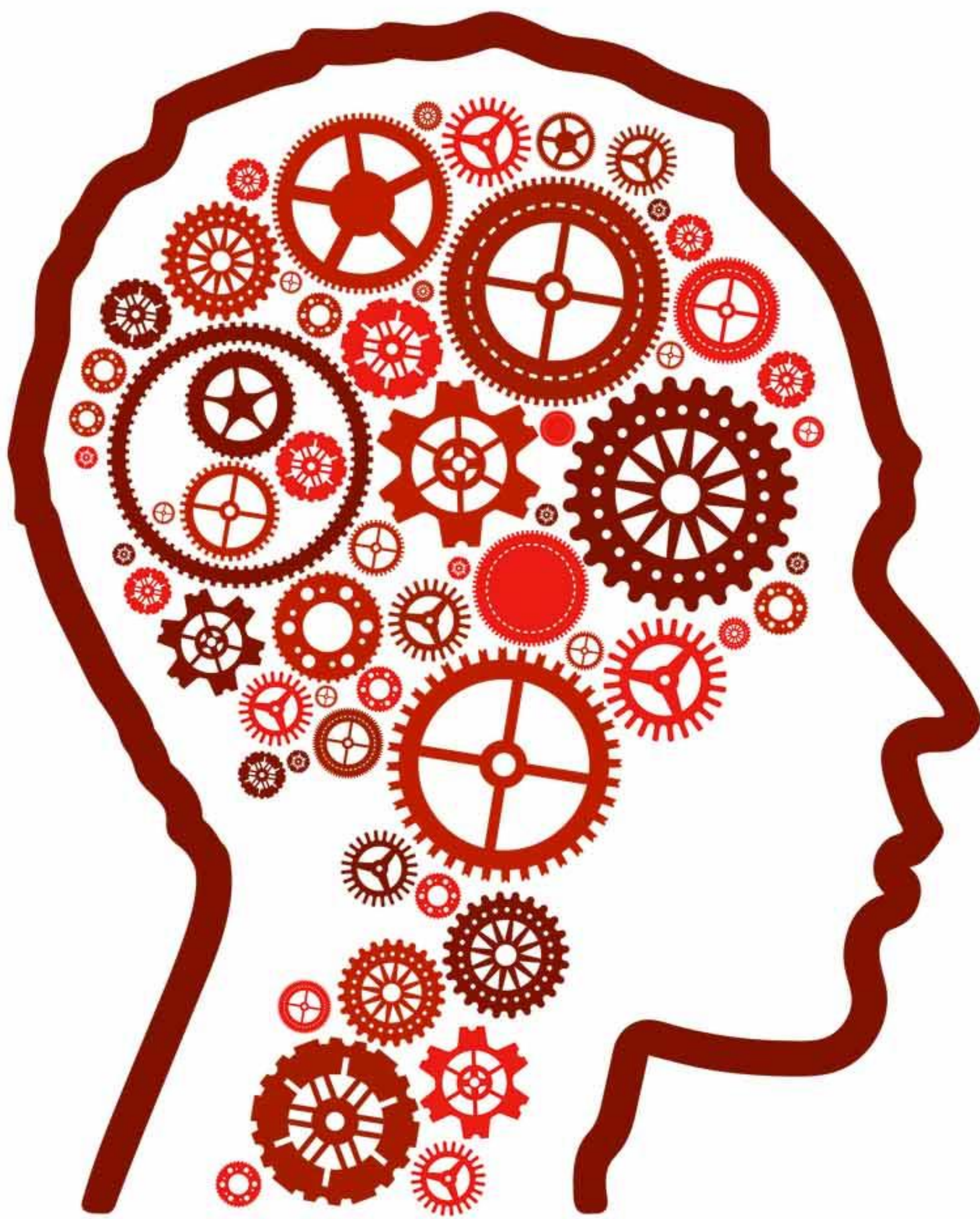
Change Management (مدیریت تغییر): رویکردی برای هدایت گذار و انتقال افراد، تیم ها و سازمان ها از وضعیت موجود به وضعیت تعریف شده و مطلوب آینده. مدیریت تغییر یک فرآیند سازمانی است که قصد دارد تا به ذی نفعان متأثر در پذیرش و استقبال از تغییرات در محیط کسب و کار خود کمک کند.

Comparisons (مقایسه ها): داده هایی که برای مقایسه عملکرد یک سازمان یا فرآیند با سازمان یا فرآیند دیگری استفاده می شود.



سیستم فعال کننده مشبک یا RAS در مغز

سیستم فعال کننده مشبک یا RAS در مغز
(Reticular activating system)



یکی از سیستم های جالب و قابل توجه در مغز انسان سیستم فعال کننده مشبک یا RAS در مغز است. این سیستم شبکه کوچکی از سلولهایی است به اندازه یک چهارم سیب در مغز انسان که وظیفه آن فیلتر کردن اطلاعات خصوصی از بین اطلاعاتی است که به ما می رسند.

مثلا اگر شما یک کفش بخرید، پس از آن وقتی به خیابان می روید دائما کفش هایی از نوع و رنگ کفش خود را می بینید، گویی کفشهایی از نوع کفش شما در پای مردم بیشتر شده اند درحالیکه که این طور نیست فقط سیستم فعال کننده مشبک یا RAS در مغز شما کفش های هم شکل را از بین کفش های مردم انتخاب می کند و به ذهن شما وارد می کند.

وظیفه RAS نیز همین انتخاب و گزینش اطلاعات از دنیای اطراف و نتایج کارهای شما است، با توجه به چیزی که شما می خواهید، یعنی نوعی فیلتر کردن اطلاعات که به مغز شما وارد می شوند.

شیوه تفکر تان

مثلا اگر تصمیم بگیرید که فکر کنید شما انسان خوشحالی هستید، سیستم فعال کننده مشبک یا RAS در مغز مشغول جمع آوری اطلاعاتی است که نشان گر خوشحال بودن شماست و بعد آن را به سیستم پردازش مغز شما وارد می کند و ذهن شما هم با توجه به اطلاعاتی که دریافت می کند به شما ثابت می کند که شما درست گفته اید و آنچه فکر می کنید هستید.

در این مورد هنری فورد نظریه ای دارد که جا دارد آن را در اینجا بیان کنم. او می گوید: اگر فکر می کنید که می توانید و اگر فکر می کنید که نمی توانید در هر دو صورت درست فکر کرده اید. پس شیوه تفکر شماست که از شما آنچه که می خواهید می سازد اگر فکر می کنید که آدم خوش شانسی هستید پس خواهید بود و بالعکس.

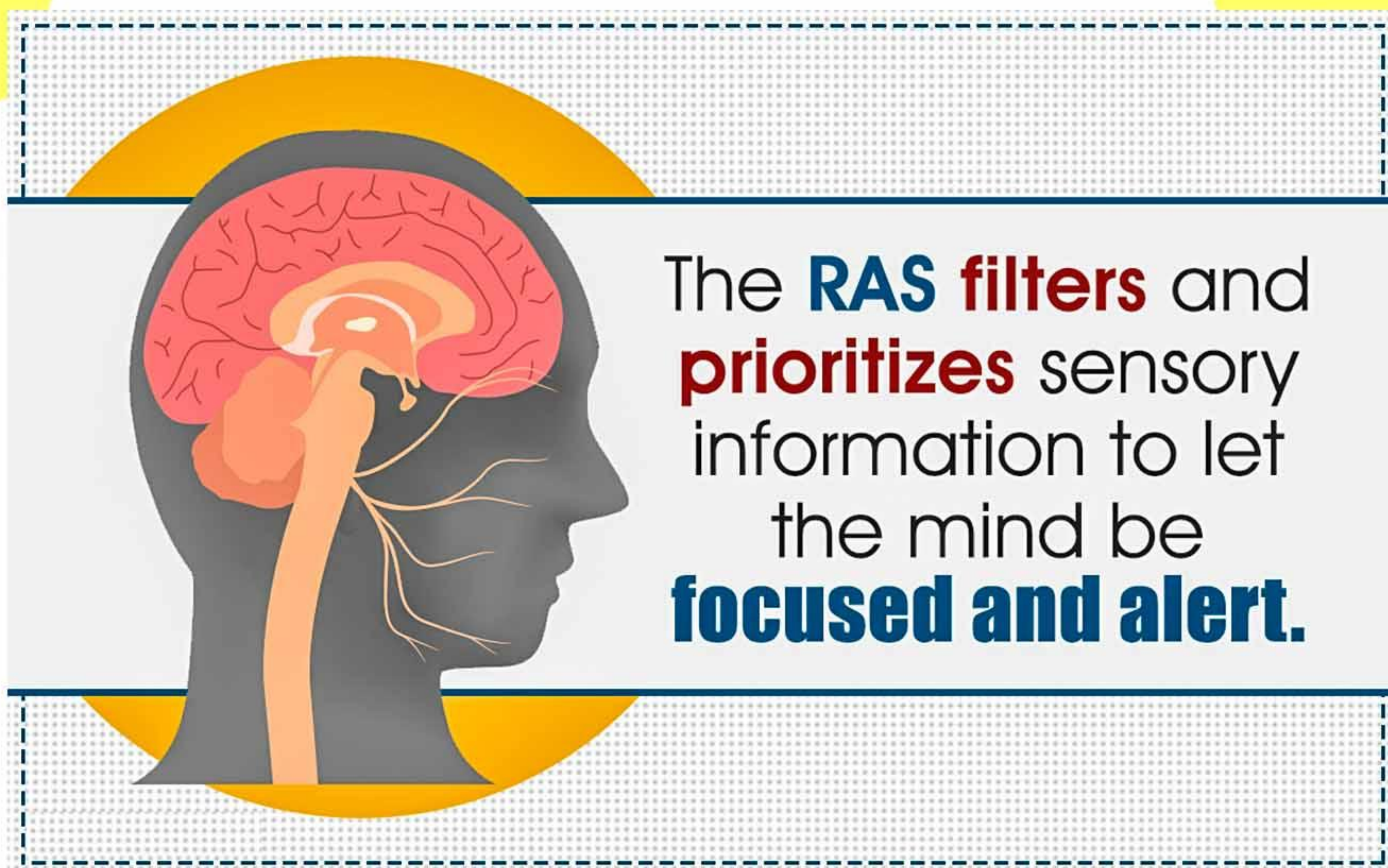
برنامه ریزی ذهنتان

پس متوجه شدید اینکه شما احساس خوشبختی و بد بختی کنید کاملا در اختیار شماست و فقط بستگی به چگونگی و شیوه برنامه ریزی ذهن توسط خودتان و تصمیم هایی دارد که با توجه به اطلاعات خود می گیرید.

اگر همین الان تصمیم بگیرید که موفق باشید و بر تصمیم خود پایبند باشید، در اینصورت سیستم سیستم فعال کننده مشبک یا RAS در مغز شما سعی می کند شما را به چیزی که می خواهید برساند.

بارها شده است که صبح زود با حالت کسل و بی انگیزه ای از خواب بیدار شده باشید و با خود بگویید یک روز تکراری دیگری را باید شروع کنم و در ذهن خودتان دنبال این باشید که روزی داشته باشید تکراری و در این روز هیچ هدفی را دنبال نکنید.

باید خودتان متوجه شده باشید که چیزی را که در ذهنتان مرور کرده اید واقعا برایتان اتفاق افتاده است و آن روز برایتان تکراری و کسالت آور بوده است.



برنامه ریزی برای رسیدن به اهداف

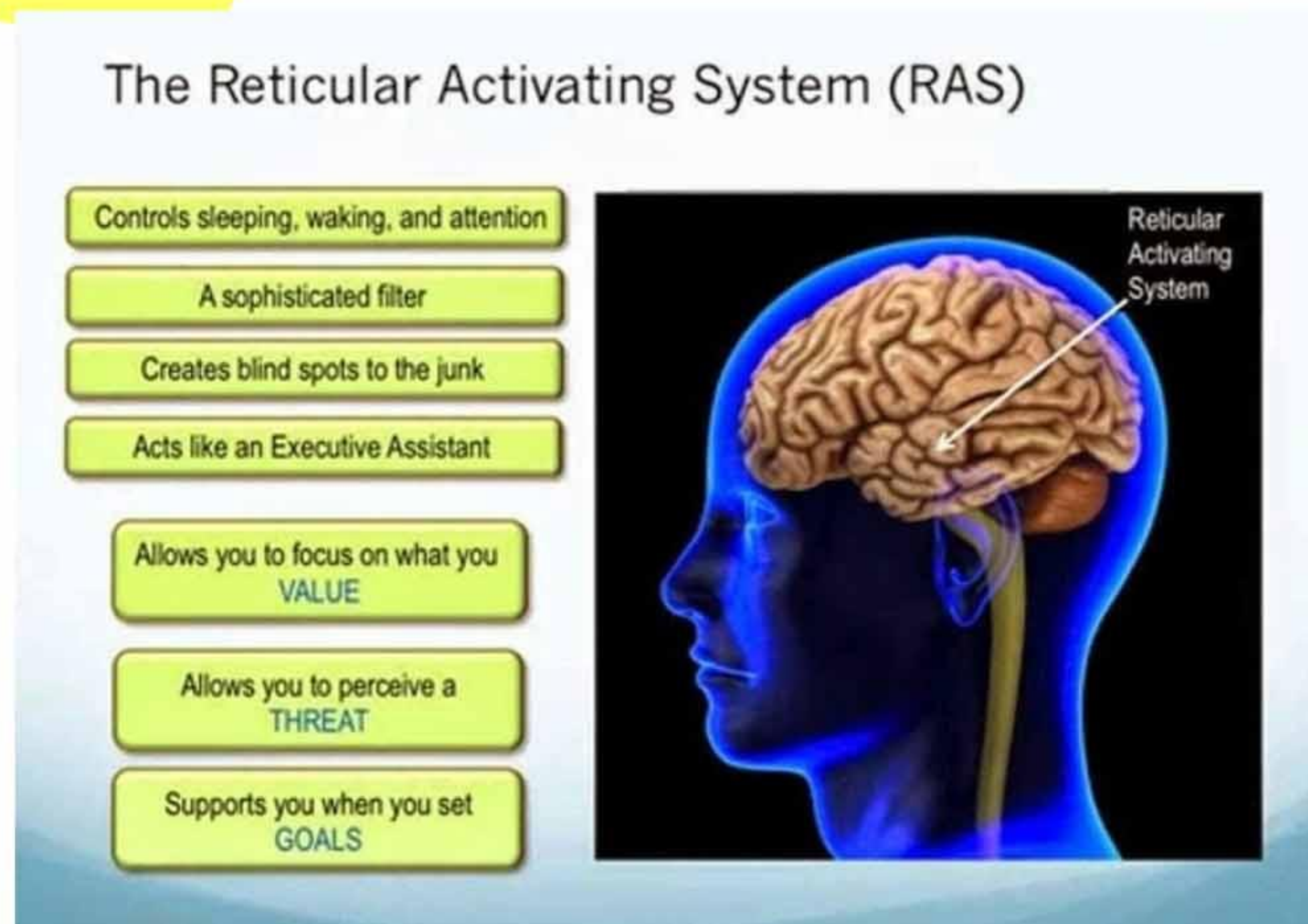
برای رسیدن به هدف هایی که دارید لازم است اهداف کوتاه مدت و بلند مدت خود را انتخاب کنید و حتما آنها را یادداشت کنید و برای رسیدن به آنها مدت زمان معینی را مشخص کنید و برای اینکه به اهدافتان برسید برنامه ریزی و تلاش کنید.

باید بدانید که این اهداف باید واقع گرایانه باشند و دور از دسترس نباشند. مثلاً این طور نباشد "رفتن به مریخ بعد از شش ماه". این هدف یک هدف دور از دسترس است و رسیدن به آن به منابع و زمان بیشتری نیاز دارد. در مقدمات بعدی در مورد هدف گذاری بیشتر صحبت خواهیم کرد.

هدف گذاری

با این توضیحات پیشنهاد می کنیم برای خود اهدافی را انتخاب کنید و حتما این اهداف را بنویسید و خود را ملزم کنید تا با برنامه ریزی و تلاش به این اهداف برسید اگر این کار را انجام دهید مغز شما به کمکتان خواهد آمد و به شما در راه رسیدن به مقصودتان کمک خواهد کرد. پس شما هم می توانید به انسانهای پیروز و موفق پیوندید فقط کافی است بخواهید.

ذهن انسان مانند کامپیوتری است که منتظر برنامه ریزی است. اگر به ذهن خود برنامه ای ندهیم، خودش شروع به کار می کند و طبق برنامه هایی که خودش دارد پیش می رود. گاهی اوقات ما را یاد خاطرات تلخ می اندازد، در بعضی زمان ها احساس ناراحتی و نگرانی می کنیم، گاهی اوقات مضطرب می شویم و اینها همه کارهای خودمختارانه ذهن ماست. چون که ما ذهن خود را برنامه ریزی نکرده ایم و ذهن ما خودش برای ما تصمیم می گیرد.





در یکی از روزهای بهمن ماه به خانه همکار پیشکسوتمان آقای فرزاد گشتاسبی رفتیم و با خانواده وی به گفتگو نشستیم.

خانه ای گرم و صمیمی که در بدو ورود با دیدن مادر بزرگ به عنوان یکی از اعضای خانواده می توان دریافت که چقدر این خانواده مقید به آداب و رسوم اصیل هستند و کانون این خانواده در روزگاری که کمتر به روابط افراد اهمیت داده می شود، محکم و ستودنی است و این نکته می تواند دلیل قاطعی باشد که این خانواده را یک خانواده موفق برشمرد.

همه چی برای آمدن ما مهیا شده بود، مادر خانواده هر آنچه که شایسته یک مهمانی ایرانی است تدارک دیده بود و اعضای خانواده وقت خود را برای این مهمانی اختصاص داده و آماده یک گپ و گفت شیرینی بودند.

حاصل این ازدواج ۲ فرزند به نام های دانیال ۲۰ ساله و درسا ۱۵ ساله است، فرزندی بسیار سالم و صالح که بزرگترین موفقیت خانواده ما محسوب می شود، فرزندانم در کنار موفقیت تحصیلی موفقیت های دیگری نیز کسب کرده اند که در ادامه بیشتر توضیح می دهم.

احترام، آرامش و به ویژه اعتقادات مذهبی از اصلی ترین دلایل خوشبختی ماست به گونه ای که همواره حضور خداوند را در زندگی و در کنار خودمان احساس کردیم، روزهای خوشی را به لطف خود در زندگی سپری کردیم و سختی ها را نیز با یاری خداوند متعال هر بار پشت سر گذاشتیم و شادکامی مهمان خانه ما شد.

گزارشگر: خانم گشتاسبی در ابتدا به عنوان مقدمه برای ما خانواده خود را توصیف کنید؟

خانم گشتاسبی: من لیسانس مدیریت گردشگری و اهل تبریز هستم، با مردی از خطه خوزستان شهر آبادان ازدواج کردم، با وجود تمامی سختی ها و دشواری ها از خانواده خود جدا و به همراه آقای گشتاسبی ساکن بندرماهشهر شدم، این ازدواج حاصل دو فرهنگ کاملاً متفاوت بود و می توان یکی از مهم ترین دلایل موفقیت ما را پذیرش این تفاوت ها دانست که با گذشت حدود ۲۵ سال از ازدواج ما در کمال آرامش در کنار یکدیگر زندگی می کنیم.



من بعد از اتمام دوران خدمت سربازی که در دوران هشت سال دفاع مقدس بود، سال ۶۹ در آزمون استخدامی وزارت نفت شرکت کردم و تا سال ۸۴ در شرکت شیمیایی رازی مشغول به کار شدم، بعد از آن در سال ۸۵ به پایانه ها و مخازن نفتی رفتم و تا سال ۹۱ در آنجا فعالیت کردم، در سال ۹۲ به توصیه یکی از دوستانم به شرکت پتروشیمی فجر آمدم و در اداره تعمیرات و سپس در اداره HSE این شرکت به فعالیت پرداختم، در حال حاضر به عنوان سرپرست تجهیزات و ایمنی پتروشیمی فجر در ناحیه ۱ هستم و به مدت ۲۹ سال و ۱۰ ماه است که در صنعت نفت مشغول به خدمت می باشم و بهترین سال های عمرم را در این صنعت سپری کردم.

گزارشگر: در کنار اشتغال در صنعت به چه فعالیت هایی علاقه مند هستید؟

من همواره عاشق ورزش بوده و هستم، در رشته های دو میدانی، بوکس، شنا، فوتسال و فوتبال فعالیت دارم و هربار به لطف خدا به عنوان بازیکن منتخب مسابقات ورزشی صنعت نفت که هر دو سال یک بار برگزار می شود، معرفی می شوم.

در کنار ورزش، به فعالیت های زیست محیطی نیز علاقه مند و به عنوان فعال محیط زیست در برنامه های مختلف زیست محیطی مشارکت دارم.

به یاری همسر که همیشه حضورش موجب موفقیت من و فرزندانم بوده، همزمان با اشتغال در صنعت توانستم مدرک لیسانس مهندسی مکانیک را اخذ کنم، بعد از اشتغال در پتروشیمی فجر؛ سال دوم فعالیتیم نیز جزو نفرات نمونه از نظر رعایت مقررات HSE شناخته شدم.

گزارشگر: فکر می کنید دلایل موفقیت خانواده شما چه بوده؟

خانم گشتاسبی: مسئولیت پذیری و پشتکار همسر بزرگترین پشتوانه زندگی ما بود که توانستیم زندگی ایده آل را برای خود رقم بزنیم، این حس مسئولیت پذیری و پشتکار داشتن نیز در فرزندانم به پیروی از پدرشان به وضوح دیده می شود که همین عامل کمک بسیاری به آنها در مراحل مختلف زندگی شان کرده است.

الحمدلله مادرم اخیرا از تهران به جمع ما پیوسته و قرار است در کنار ما در بندرماهشهر زندگی کند، شهری که در ابتدا برای من زندگی کردن در آن به دور از خانواده بسیار دشوار بود، و اوایل زندگی کردن در تهران را بسیار بر زندگی کردن در بندرماهشهر ترجیح می دادم، اما در یک مقطعی بعد از زندگی کردن در تهران به مدت یک سال، متوجه شدم چقدر زندگی کردن در بندرماهشهر راحت و مناسب است، در حال حاضر بندرماهشهر را بسیار دوست دارم و نه تنها خودم و فرزندانم اینجا هستیم، مادرم را نیز متقاعد به زندگی کردن در این شهر کردم که بسیار برایش خوشایند است، واقعا این شهر بسیار دوست داشتنی است و این موضوع حداقل برای من که زندگی کردن در شهر بزرگ را تجربه کرده ام، کاملا قابل درک است.

فرزاد گشتاسبی:

گزارشگر: آقای گشتاسبی در ابتدا کمی از خودتان بگویید و مسیر پیشرفتتان را در صنعت توضیح بدهید؟

آقای گشتاسبی: شاید هربار اسم فرزاد گشتاسبی به میان بیاید فردی قانون مدار و دقیق در ذهن دوستان و همکارانم نقش ببندد، قانون مداری یکی از بارزترین خصیصه های اخلاقی من است که همواره سعی کردم برای سلامت کاری ام این ویژگی را حفظ کنم، با گذشت این همه سال با وجود سختی های قانون مدار بودن، بسیار خرسندم که اطرافیانم بنده را به این خصلت می شناسند، ان شالله که توانسته باشم برای نهادهای کردن این فرهنگ موثر واقع شوم.



ادامه تحصیل در یکی از دانشگاه های بین المللی هستم، خوشبختانه زبان انگلیسی را نیز فرا گرفته ام.

هنر و درس مکمل یکدیگر هستند، به تمام هم سن و سال هایم توصیه می کنم این دو را در کنار هم داشته باشند.

مهمانی ما با صحبت های شیرین مادر بزرگ و تشریح وی از آداب و رسوم آذری ها و تاکید بسیار آنها به مهمان نوازی و پذیرایی ویژه از مهمانان همراه بود، صحبت های دلنشینی که به جمع ما گرمی و صفایی دوچندان بخشید.

یقینا که به فعالیت های هنری و ورزشی ام ادامه می دهم و دوست دارم برای ادامه تحصیل رشته دامپزشکی را در یک دانشگاه خوب انتخاب کنم.



خیلی خوب است که جوانان برای کم کردن ریسک آینده خود در کنار تحصیل حرفه و پیشه ای را فرا گیرند حتما روزی به کارشان می آید.

گزارشگر: دانیال از تحصیل و فعالیت هایت بگو و اینکه آیا خودت را یک فرد موفق می دانی؟

دانیال: در حال حاضر که ترم ۵ رشته مهندسی شیمی هستم، بسیار مصر هستم که ادامه تحصیل بدهم چراکه فکر می کنم یکی از ملزومات موفقیت هر فردی تحصیلات است و مخصوصا در شرایط فعلی و سرعت بالای پیشرفت علم، داشتن تحصیلات دانشگاهی از حداقل های موفقیت یک جوان است، از این رو تلاش می کنم ترم های دانشگاهی ام را با موفقیت بگذرانم و با معلومات بالا و کافی فارغ التحصیل شوم که بتوان شغل و جایگاه مناسبی را در جامعه کسب کنم.

گزارشگر: به چه فعالیت هایی علاقه مند هستی و چه آینده ای را برای خود ترسیم کرده ای؟

من در کنار تحصیل، به حرفه آشپزی بسیار علاقه مند، شاید ارتباط زیادی به رشته تحصیلیم نداشته باشد اما شغل آشپزی، شغل دیرینه خانواده مادری ام است و شاید به همین دلیل است که به این حرفه علاقه مند شدم و فکر می کنم در این حرفه توانایی داشته باشم، خیلی خوب است که جوانان برای کم کردن ریسک آینده خود، در کنار تحصیل حرفه و پیشه ای را فرا گیرند، حتما روزی به کارشان می آید.

گزارشگر: درسا خانم شنیدیم که در کنار موفقیت های تحصیلی، هنرهای زیادی داری، از موفقیت ها و علاقه مندی هایت برایمان بگو:

درسا: من بسیار معتقدم که هیچ فردی نباید تمام وقت خود را تنها صرف یک چیز و یا درس و مدرسه کند، چرا که هر فردی استعداد های زیادی دارد که باید از زمان خودش استفاده کند و این استعدادها را شکوفا کند.

من هر سال با معدل بالا مقطع تحصیلم را می گذرانم، در کنار درس به نقاشی، موسیقی و ورزش علاقه دارم و سعی کردم در هر سه موفق حاضر بشوم و آرامش خوبی از این فعالیت ها به دست بیاورم.

ورزش شنا را از سال سوم دبستان شروع کردم از آن پس سال اول مقام دوم، سال دوم مقام سوم کشوری را کسب کردم، سال سوم نیز در رشته والیبال مقام دوم را به دست آوردم، از پایه هفتم ورزش را کنار گذاشتم که بسیار تصمیم اشتباهی بود، امسال دوباره به ورزش روی آوردم.

در نقاشی نیز به مدت ۲ سال آموزش دیدم، که در حال حاضر فکر می کنم به مرحله ای رسیده ام که بتوانم در جمع هنری ها خودم را اثبات کنم البته که نیاز به آموزش های مستمر هست، در موسیقی ساز گیتار را انتخاب کردم که گاهی در جمع خانوادگی اجرا می کنم.

گزارشگر: برنامه ات برای آینده چی هست و دوست داری چه مسیری را طی کنی؟

درسا: یقینا که به فعالیت های هنری و ورزشی ام ادامه می دهم، اما دوست دارم برای ادامه تحصیل رشته دامپزشکی را در یک دانشگاه خوب انتخاب کنم، البته که اگر شرایط مهیا شد، بسیار علاقه مند به



گفتگوی اختصاصی بامداد با فرزندان موفق خانواده فجر

خواهد رسید.

در پایان از معلم شیمی دوران دبیرستانم، آقای اهرام باف و همچنین معلم فیزیکم آقای محمد زاده که زحمات زیادی برای موفقیت من کشیدند، تشکر می کنم.



سینا برهانی

سینا برهانی، متولد ۳۰ آذر ۱۳۷۸ در اراک و ساکن بندرماهشهر هستم. در دبیرستان رشته تجربی را انتخاب کردم و اکنون نیز دانشجوی دندان پزشکی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان می باشم. در آزمون سراسری رتبه ۱۰۴ منطقه سه و رتبه کشوری ۶۹۲ کسب کردم.

من در خانواده متکی به خودم هستم. مشوق اصلی من در خانه مادرم بود و پدرم هم مرا همراهی می کرد. مشورت با دوستان نیز خیلی به من در این راه کمک کرد.

از کتاب های کمک آموزشی، بسیار بهره بردم. در آزمون های آزمایشی موسسه ی قلمچی شرکت می کردم ولی در کلاس های کنکور شرکت نکردم. شرکت در آزمون های آزمایشی برای یک داوطلب کنکور بسیار موثر است، زیرا دانسته ها و نحوه ی مطالعه ی خود را در یک بازه ی زمانی خاص می سنجد.



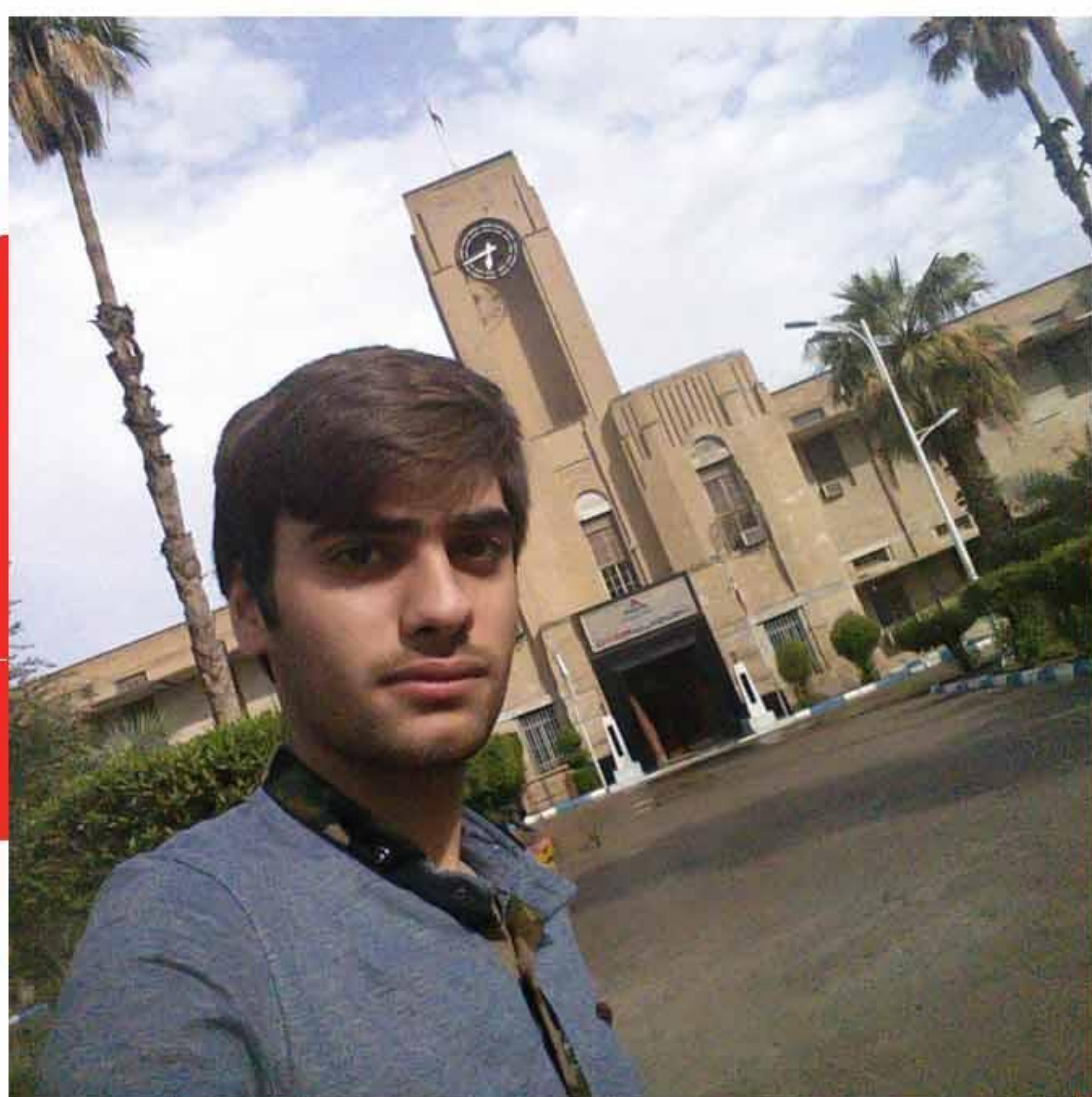
سینا فارسی زاده

سینا فارسی زاده، متولد ۱۲ فروردین ۱۳۷۹ و دانشجوی پزشکی دانشگاه شهید بهشتی تهران هستم. دوره دبیرستان را در مدارس اهواز سپری کردم.

مشوق اصلی من پدرم بود و برای موفقیت من بسیار زحمت کشید. برای قبولی در رشته مورد علاقه ام برنامه ریزی داشتم. نحوه ی درس خواندن من اینگونه بود که خواب شب برای من بسیار اهمیت داشت و در حالت عادی ۸ تا ۹ ساعت می خوابیدم. صبح تا ظهر مطالعه می کردم. ظهر مدت کوتاهی استراحت کرده و پس از آن دوباره مطالعه را آغاز می کردم و تا شب به مطالعه می پرداختم.

کلاس های جانبی برای من مفید نبود، به همین دلیل من در سال کنکور در هیچ یک از کلاس های موسسات آموزشی شرکت نکردم. اما از کتاب های کمک آموزشی استفاده کرده و در کنکورهای آزمایشی موسسه قلمچی شرکت می کردم.

به کنکوری ها توصیه می کنم ابتدا به استعداد و علایق خود توجه کنند و سپس تصمیم بگیرند برای رسیدن به صندلی دانشگاه های علوم پزشکی وارد رقابت شوند. در رشته تجربی رقابت بسیار شدید است. من دوستانی داشتم که استعداد آن ها به عنوان مثال در زمینه هنر بوده است ولی به اصرار خانواده یا تفکر اشتباه خودش، این رشته را انتخاب کرده و دو سه سال از زندگی خود را پشت کنکور هدر داده است. قطعاً اگر انسان رشته ای را با علاقه و استعداد دنبال کند، به نتایج مطلوب خود



میلاد ملیحی

میلاد ملیحی، متولد اسفند ۱۳۷۸ در شهرستان بهبهان و ساکن بندرماهشهر هستم. در دوران دبیرستان رشته ریاضی فیزیک را انتخاب کردم. در کنکور موفق به کسب رتبه ۴۶۶ منطقه سه و ۶ هزار کشور شدم و اکنون دانشجوی رشته مهندسی شیمی دانشکده نفت آبادان می باشم.

مشوق اصلی من در خانواده پدر و برخی از دوستانم بودند که باعث افزایش انگیزه و تلاشم شدند. بازار کار رشته مهندسی شیمی در منطقه ی ما و همچنین سطح بالای تدریس در دانشکده نفت آبادان از دلایل انتخاب این رشته از سوی من بود.

در دوران کنکور با معلم شیمی دبیرستانم، آقای قنواتی در خصوص نحوه ی مطالعه دروس مشورت می کردم. در این دوران، از کلاس های کنکور و یا لوح های فشرده ی آموزشی استفاده نکردم و استفاده از کتب کمک آموزشی را به کلاس های کنکور ترجیح دادم. در آزمون های آزمایشی موسسه ی قلمچی شرکت می کردم و از این طریق نحوه مطالعه ی خود را می سنجیدم.

تابستان سال ۹۶ و با پایان یافتن سال سوم دبیرستان مطالعه برای کنکور را آغاز کردم. در ابتدا ساعت مطالعه ی من در طول روز ۵ تا ۶ ساعت بود. این میزان مطالعه برای دانش آموز کنکوری نسبتاً کم است. به مرور و با آغاز دوره پیش دانشگاهی ساعت مطالعه ام افزایش یافت و در روزهای قبل از کنکور به روزی ده ساعت نیز رسید.

در دوران دبیرستان از جمله دانش آموزان زرنگ کلاس بودم. در سال کنکور به عنوان مثال یک روز ۱۵ تا ۱۶ ساعت درس میخواندم و روزهایی هم بود که ساعت مطالعه ی پایینی داشتم و یا کلا درس نمی خواندم. اما به طور میانگین روزانه ۱۱ ساعت مطالعه داشتم. تفریحات را نیز در برنامه ام گنجاندم تا درس خواندن زیاد سبب خستگی ام نشود.

کنکور دادن دو جنبه دارد: یکی روحی و دیگری درسی. بیشتر افراد از لحاظ روحی قبل از آزمون تسلیم می شوند و از کنکور برای خود غول می سازند. از این رو تمرکز خود را بر مسائل درسی از دست می دهند. در بعد روحی، اعتماد به نفس، پشتکار و در کنار آن ها تلاش برای دستیابی به اهداف و علایق، در راه رسیدن به موفقیت بسیار مهم است. در بعد درسی نیز برنامه ریزی نقش اساسی دارد.

در انتخاب این رشته بازار کار و مسائل مالی اولویت اول من بود و به این رشته نیز مقداری علاقه داشتم. توصیه ی من به داوطلبان کنکور این است که اعتماد به نفس داشته باشند و برای اهداف خود تلاش کنند.



جرم آسمانی که رصد کردید، چه بود؟ او می گوید یک نوع "کوازار" بوده که بسیار دور تر از ما و به سختی قابل رویت است.

مهیاری که شیفته فیزیک است، ادامه می دهد که تابستان گذشته موفق به قبولی در رشته فیزیک دانشگاه شریف شدم.

رتبه کنکور من ۳۷۹ منطقه یک بوده و رتبه ام در رشته ریاضی و فیزیک ۷۷ بوده است.

مهیاری در پاسخ به این سوال که آیا در کلاس ها کنکور شرکت کردید، می گوید: "خیر" بدون استفاده از کلاس های کنکور موفق به این کسب رتبه شده ام.

از ورزش کردن مهیار جستجو شدیم و او گفت که صبح ها در دو محوطه ی دوندگی دانشگاه می دود. به آن هم اعتقاد دارد. او می گوید از اینکه زمان مطالعه برای کنکور وقت برای ورزش نگذاشته، خوشحال نیست. پس الان جبران می کنم. الان هم به دوستان ورزش را توصیه می کنم. مهیاری می گوید: به کار تحقیقاتی در نجوم علاقمند هستم و قصد دارم که از راه تحقیقات و تدریس المپیاد، مسیر شغلی ام را ادامه بدهم

او خطاب به کسانی که در دبیرستان هستند تجربه خود را می گوید:

دبیرستان هر جایی که هستند. اتفاق هست. کمی اگر می توانند زمینه هایی هست که علاقه دارند و نمی دانند. خودشان را کشف کنند و کار کنند.

علم، دانش و زمینه پشت کتابها باشه. خارج از مدرسه ببینند. مثلاً تجربه من تا نجوم را ندیدم، استعداد خود را کشف نکرده بودم.

من فکر می کنم اول **هدف** خود را پیدا کنیم، بعد وارد کنکور و دانشگاه شویم. با دید بازتر جستجو کنیم که علاقمندی ما چیست.

توصیه ی من به دانش آموزان کنکوری تعیین **هدف** است. **هدف** مهمترین بخش برای رسیدن

به موفقیت است. پس از تعیین هدف باید برای رسیدن به آن، تلاش و پشتکار نشان دهند تا قله های موفقیت را فتح کنند. در این راه باید از حواشی زندگی روزمره خود بکاهند تا از مسیر خود خارج نشوند. علاقه نیز بسیار مهم است.

در پایان از پدر و مادر که زحمات زیادی برای من کشیدند و همچنین از معلمانم و آقای حسینی مدیر دبیرستان شاهد حضرت ابوالفضل(ع) تشکر می کنم.



مهیاری عباسی لری

مهیاری عباسی هستم. متولد سال ۷۸ و دانشجوی رشته فیزیک دانشگاه شریف می باشم.

بنا به علاقمندی که در خود دیدم، ابتدا به مطالعه نجوم پرداختم و سپس در سال ۹۴ در اصفهان به فعالیت های رصد آسمان و نجوم آماتوری مشغول شدم. که موفق شدم در ماراتن مسیه (رقابت رصدی تجربی) مقام دوم کشوری را کسب نمایم.

همچنین رتبه نخست مسابقات جامع منجمان اماتور ایرانی (استارکاپ ۹۵) را به دست آوردم. آزمون های استارکاپ شامل آزمون های کتبی، شفاهی و رصد آسمان است.

الان هم طی سه دوره مستمر، داور مسابقات نجوم هستم. وقتی که از مهیاری پرسیدیم آخرین



چرا در بطری های پلاستیکی را جمع می کنیم؟



واحد محیط زیست
پتروشیمی فجر

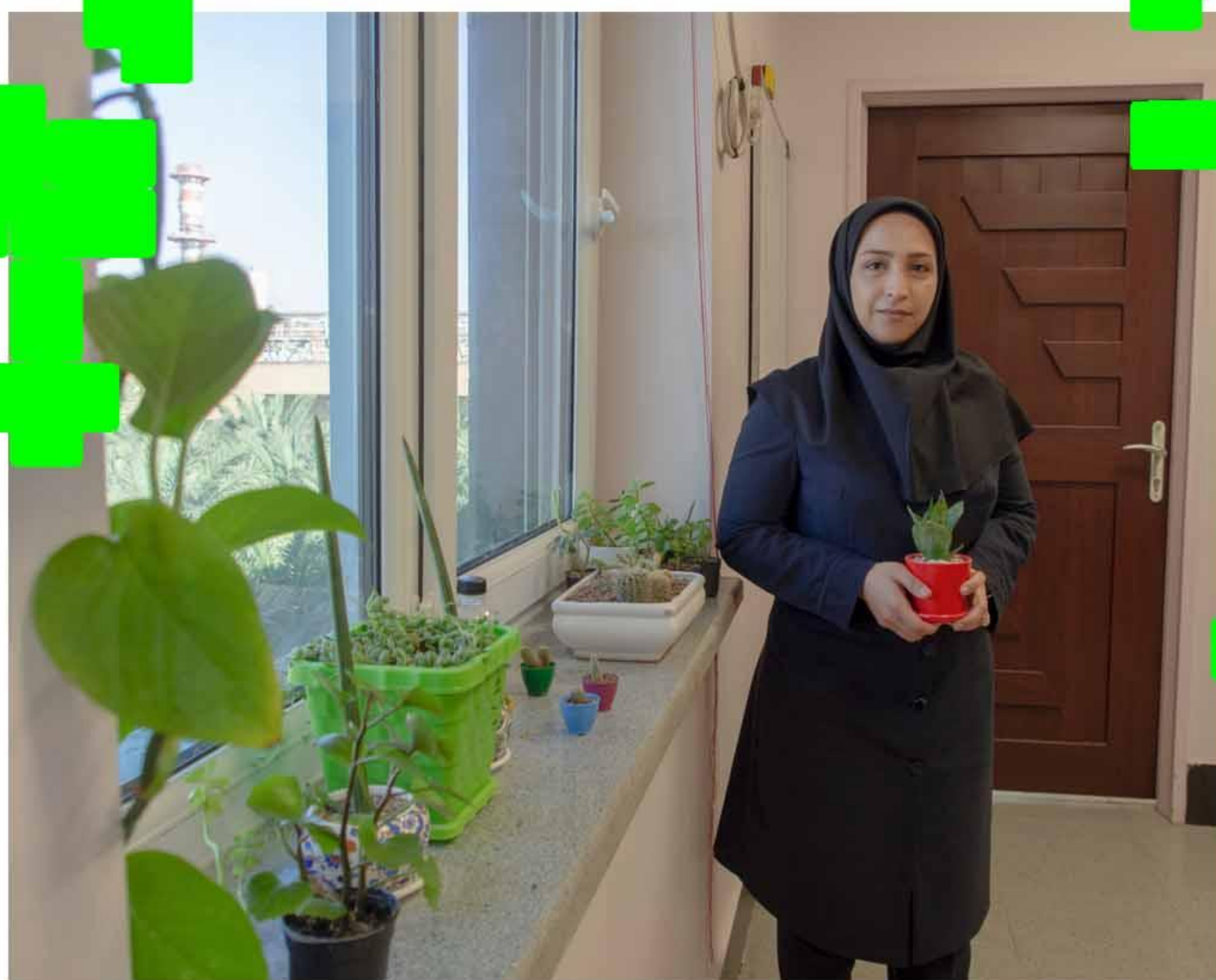
آیا تا کنون این موضوع برای شما پیش آمده است که بعد از پایان یک مهمانی درب بطری نوشابه را به همراه چند درب بطری دیگر که روی میز است جمع آوری کنید و سایرین با تعجب بپرسند برای چه این درها را جمع کرده اید؟

بطری های پلاستیکی معمولاً برای ذخیره مایعاتی مانند آب، نوشیدنی های گازدار، روغن موتور، روغن آشپزی، دارو، شامپو، شیر و جوهر استفاده می شوند. درب بطری ها از جنس پلی اتیلن است و نقش بسیار زیادی در تخریب محیط زیست دارند، این درب ها در طبیعت رها می شوند و چون تجزیه پذیر نیستند قرن ها در طبیعت باقی می مانند.

هدف از جمع آوری درب های بطری استفاده از آن ها در تهیه ایزوگام می باشد، این درب ها جمع آوری گردیده و در راستای تهیه ملزومات (خرید ویلچر، سمک و عصا و) معلولین نیازمند شهرستان و استان با همکاری انجمن اصلاح ساختار معلولین استان خوزستان خریداری می گردد.

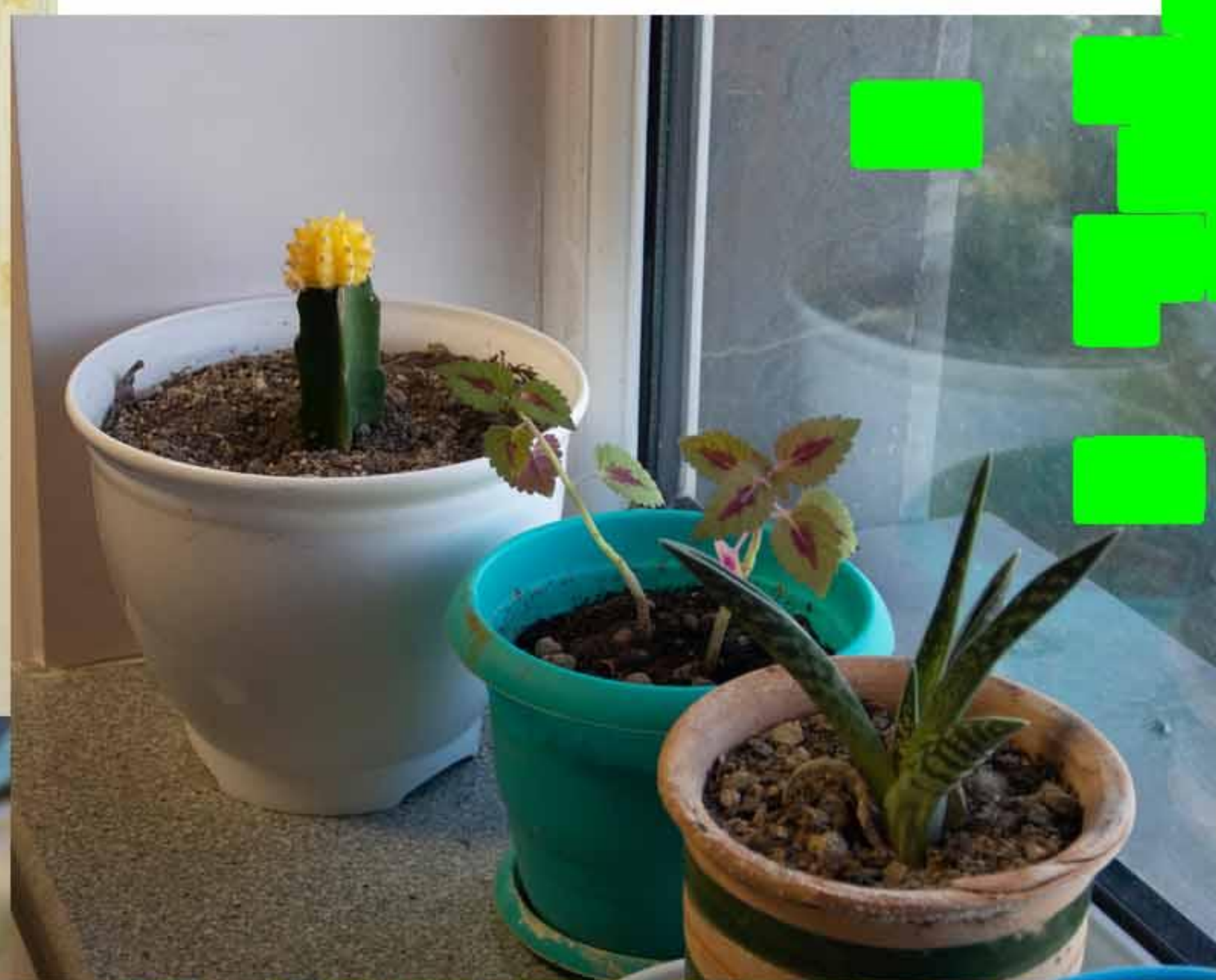
"مسابقه دفتر کاری سبز"

به مناسبت هفته درختکاری واحد محیط زیست مسابقه ای با عنوان "دفتر کاری سبز" برگزار نمود. از واحدهای متقاضی شرکت در مسابقه بازدید بعمل آمد و در این راستا جوایزی به "رسم یادبود" به برگزیدگان اهدا شد.





ویژه تعالی فرد، خانواده، سازمان





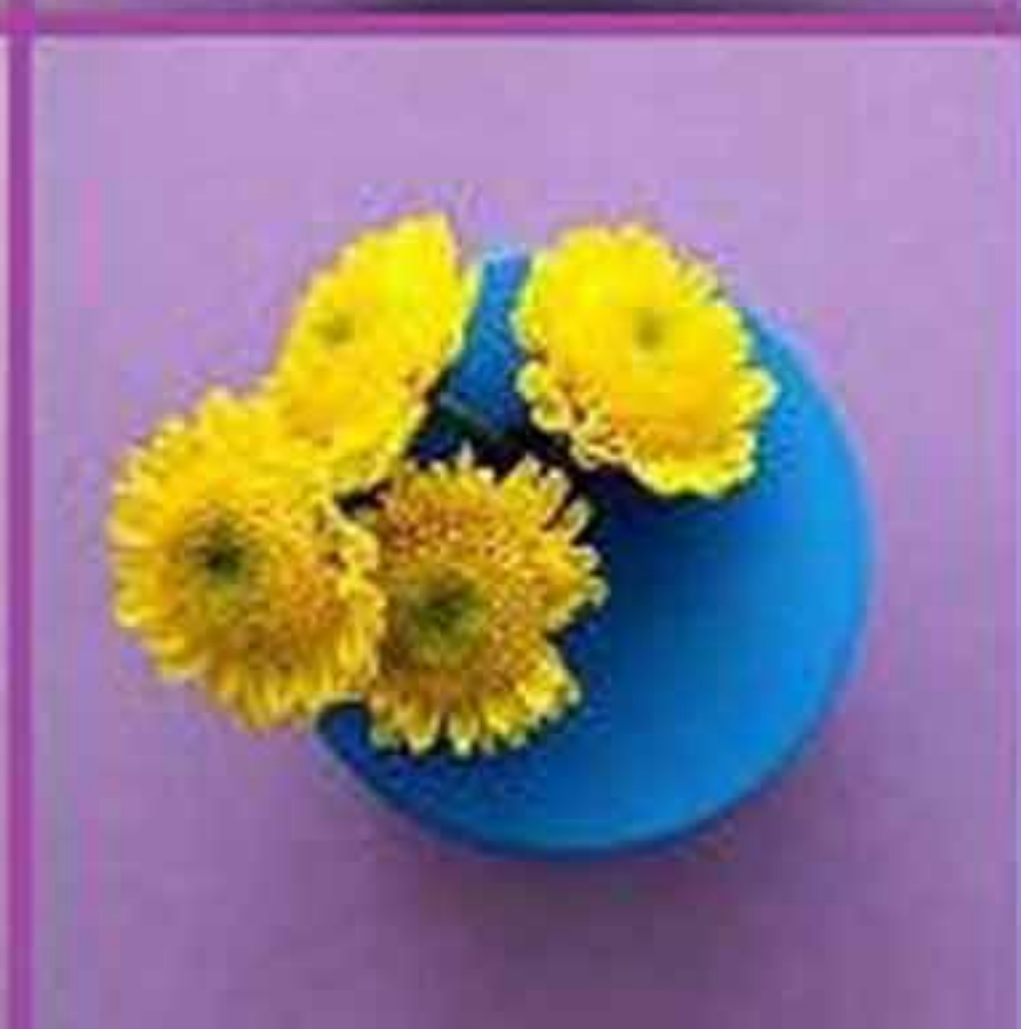
آموزش تصویری ساختن کاردستی و لوازم کاربردی با دور ریختنی ها :

برای ایجاد تنوع در قسمت های مختلف منزل بدون صرف هزینه می توانید با استفاده از ابزارهای ساده و وسایل غیر قابل استفاده و دور ریختنی فقط با به کارگیری احساس هنری، خلاقیت و کمی حوصله وسایل دکوری زیبا بسازید.

در واقع برای تغییرات حتما نیازی به صرف هزینه بالا نیست و با وسایل موجود می توان خانه را به زیبایی چیدمان کرده و زیبایی آفرید. با این کار هم در هزینه ها صرفه جویی کرده و هم از وسایل بی استفاده ، دکوری های زیبا و وسایل کاربردی برای خانه خود درست کرده اید. در مجموعه زیر چندین تصویر آموزشی فوق العاده آسان را مشاهده می کنید که شامل ایده های مختلف برای درست کردن وسایل دکوری و لوازم کاربردی از وسایل دور ریختنی برای خانه می باشد با الهام گرفتن از آموزش ها می توانید برای ایجاد تغییر در دکوراسیون خانه خود دست به کار شده و از آنها لذت ببرید.

اینکار علاوه بر خلق وسایل کاربردی و تقویت خلاقیت در شما سبب می شود تا با دیدی موثرتر به اطراف نگاه کرده و سلیقه و تم شخصی خود را در خانه ایجاد کنید.







انقراض گونه ها

تصور کنید گل یک گیاه توسط گونه خاصی از زنبور عسل گرده افشانی شود. اگر یکی از این گونه ها منقرض شود بنابراین گونه دیگر نیز از بین می رود.



هشدار پژوهشگران درباره انقراض گونه ها به سبب تغییرات اقلیمی

تحقیقات نشان می دهد با وجود ارتباط بسیار پیشرفته گونه های زیستی با زندگی انسان ها، همان گونه که گونه های زیستی کمتر مقاوم از بین می روند، گونه های قوی تر به سبب وابستگی به گونه های ضعیف منقرض می شوند.

به دلیل لحاظ نکردن عوامل موثر بر انقراض زنجیره ای همچون آب و هوایی متعدد، میزان و گستردگی گونه های از دست رفته به درستی پیش بینی نمی شود.

در مقالات متعدد هشدار داده شده است که نباید عوامل مختلف تاثیر گذار بر انقراض، نادیده گرفته شود.

در نظر نگرفتن این تاثیرات پشت سرهم و متوالی باعث ایجاد یک دیدگاه بیش از حد خوش بینانه و غیر واقعی در مورد اثرات تغییرات آب و هوایی در آینده می شود.

تصور اینکه از بین رفتن یک نوع جانور یا گیاه کوچک تا این اندازه مهم باشد سخت است اما محققان اعتقاد دارند پیگیری و بررسی نابودی کامل گونه ها نشان می دهد نبود حتی یک گونه تاثیرات زیست محیطی گسترده باقی می گذارد.

نکته قابل توجه دیگر در این تحقیقات که به طور خاص در ارتباط با گرمایش زمین وجود دارد، این است که فقدان تحمل گونه ها در برابر گرما به علاوه سایر عوامل تاثیر گذار بر انقراض می تواند منجر به این شود که فقط افزایش ۵-۶ درجه ای میانگین گرمای زمین به تنهایی حیات روی کره زمین را از بین ببرد.

این تحقیقات نشان می دهد گرمایش هوا پیامدهای منفی زیانبارتری در قیاس با انقراض های تصادفی و حتی زمستان اتمی دارد.

تحقیقات نشان می دهد نابودی گونه های گیاهی و جانوری به دلیل تغییرات آب و هوایی، خطر انقراض های زنجیروار گونه ها را افزایش می دهد که می تواند در نهایت به نابودی حیات کامل در زمین منجر شود.

محققان ایتالیایی و استرالیایی ۲ هزار نوع از گونه های مرتبط با گیاهان و جانوران را در محیط آزمایشگاهی شبیه سازی کرده اند. آنها با استفاده از این شبیه سازی مدرن، محیط آزمایشگاهی را در معرض تغییرات زیست محیطی فاجعه باری قرار دارند که در نهایت می تواند حیات بشر را نابود کند.

از نمونه های این بلایای شبیه سازی شده می توان به گرمای جهانی فزاینده، سناریوی زمستان اتمی که به دنبال انفجار چندین بمب اتمی رخ می دهد و اصابت یک شهاب سنگ بزرگ اشاره کرد.

هدف مورد نظر از آزمایش ها این بود که اثبات شود میزان تحمل گونه های مختلف در برابر گرمایش یا سرمايش شديد می تواند به تنهایی معیار کافی و مناسبی برای توصیف و توضیح سرعت انقراض گونه ها باشد. حتی سازگارترین و مقاوم ترین گونه ها نیز به ناچار تحت فشار ناشی از استرس های فروپاشی زیست بوم توسط عوامل منقرض کننده قرار می گیرند و از بین می روند.

یافته ها نشان می دهد بدترین قسمت سناریوی انقراض این است که گونه ای به دلیل وابستگی به گونه ای از قبل نابود شده، از بین برود که به این پدیده "هم انقراضی" می گویند.

ارسال شده توسط

خانم حیدری (واحد محیط زیست)



چه گیاهانی را در اتاق مان بگذاریم؟

روحي و رواني ما تاثير مي گذارند. گياهان گلداري مانند کاکتوس ها، شمعداني، بنفشه آفريقايي، ارکيده، سانسوريا، عبایي و درخت بونساي از بهترين مدل هاي گياهان گلداري براي منزل و آپارتمان ها هستند. کاکتوس ها به دليل راحتی، نياز کمتر به نگهداري و زيبايي فوق العاده اي که در هنگام رشد به خود مي گيرند يکي از پرتعدادترين گياهان گلداري در بين خانه دارهاي سرتاسر جهان است. البته در نگهداري کاکتوس بايد توجه داشته باشيد که افراط در آبياري کاکتوس باعث گنديگي آن مي شود. خصوصا در زمستان که کاکتوس ها در خواب بسر مي برند و نياز چندانى به آب ندارند.

گياهان گلداري تاثير بسيار زيادي بر نشاط و سرزندگي افراد در محيط خانه مي گذارد. نتايج بسياري از تحقيقات علمي نشان مي دهد ميكروب هايي که هوا را آلوده مي کنند در نزديكي محيط هايي که گياهان گلداري قرار دارند به ميران بسيار کمتری وجود دارند. به ويژه در زندگي شهري و پرتراфик امروزي که نفس کشيدن در هواي پاک به يکي از دغدغه هاي مردم تبديل شده است داشتن گياهان سرسبز در دکوراسيون منزل بيش از پيش اهميت پيدا مي کند. علاوه بر اين هوای آلوده، ما روزانه لوازمي را با خود به خانه مي آوريم که از مواد شيميايي مضرى تشکيل شده اند که مرور زمان ميكروب هايي را در هوا پخش مي کنند و بر سلامت



سانسوريا

گياه سانسوريا که به نام گياه ماري و زبان مادر شوهر نيز شناخته مي شود، نه تنها در فهرست ۱۰ گياه برتر تصفيه کننده هوای ناسا قرار داشته، بلکه از جمله گياهان خانگيست که هنگام شب دي اکسيد کربن را به اکسيژن تبديل مي کند. بيشتر گياهان خانگي اين کار را تنها در روز انجام مي دهند.

ژربرا

همانند گياه سانسوريا، ژربرا ديزي نيز هنگام شب دي اکسيد کربن را به اکسيژن تبديل مي کند. از اين رو، اين گياه انتخاب عالي براي اتاق خواب محسوب مي شود.



دراسينا کلومرا

طي مطالعه اي که در سال ۱۹۸۹ توسط ناسا انجام شد، از دراسينا کولوراما به عنوان يک گياه تصفيه کننده هوا نام برده شده است. اين گياه توانايي جذب بنزن، فرمالدهيد، زایلن، و تولوئن از هوا را دارد و اتاق را به محيطي بهتر براي خواب تبديل مي کند.





سوسن صلح

گیاه اسپاتی فیلوم یا سوسن صلح یکی دیگر از گزینه‌هایی است که می‌توانید برای تصفیه هوا و خواب بهتر در خانه خود نگهداری کنید زیرا این گیاه توانایی جذب سموم از هوا را دارد.



اسطوخودوس

گیاه اسطوخودوس رایحه‌ای خوشایند را در فضا پخش می‌کند که به طور طبیعی احساس آرامش را در انسان ایجاد کرده و خواب راحت و بهتر شبانه را ممکن می‌سازد.



پاپیتال

گیاه پاپیتال یا پیچک انگلیسی نیز در فهرست ۱۰ گیاه برتر تصفیه کننده هوای ناسا قرار داشته و به واسطه توانایی خود در جذب فرمالدهید شناخته شده است. از آنجایی که فرمالدهید یک ترکیب ارگانیک فرار (VOC) است، قرار گرفتن طولانی مدت در معرض آن ممکن است موجب سرطان و مشکلات رشد در رحم شود.

آلئو

گیاه آلئو در تسکین بریدگی‌ها و سوختگی‌ها عملکرد فوق العاده‌ای دارد، اما آیا می‌دانستید که به بهبود کیفیت هوا نیز کمک می‌کند؟ افزون بر پاکسازی آلاینده‌های هوا، زمانی که مقدار مواد شیمیایی مضر در هوا بیش از حد زیاد است، ظهور لکه‌های قهوه‌ای رنگ روی برگ‌های گیاه آلئو نسبت به این مساله هشدار می‌دهد.



عنکبوتی

گیاه عنکبوتی گزینه‌ای محبوب برای افرادی است که به آویزان کردن گلدان‌های خود علاقه دارند. این گیاه به مبارزه با آلاینده‌های مختلف از جمله بنزن، فرمالدهید، مونوکسید کربن، و زایلن که می‌توانند کیفیت خواب انسان را کاهش دهند، کمک می‌کند.



سرخس لانه پرنده

گیاه سرخس لانه پرنده دوستدار رطوبت است از این رو، به شما یادآوری می‌کند که از خشکی بیش از حد هوای اتاق خواب خود پیشگیری کنید.

فیلودندرون برگ قلبی

فیلودندرون یا پتوس برگ قلبی از جمله گیاهان رونده است که به مراقبت زیاد نیاز نداشته و به طور خاص در جذب فرمالدهید از هوای داخل ساختمان بسیار موثر عمل می‌کند.



تاثیر گیاهان در یادگیری

بررسی های نشان داده است میزان یادگیری در کودکانی که مدتی از روز را با گل و گیاه سپری می‌کنند، نسبت به سایر هم سن های خودشان که در تماس با گل و گیاه نیستند، بیشتر است؛ به علاوه حضور در محیط های طبیعی باعث بهبود و افزایش توانایی های کودکان از جمله توجه بالا، کاهش بی نظمی، افزایش تمرکز و ارتباط بیشتر با محیط اطراف می‌گردد.

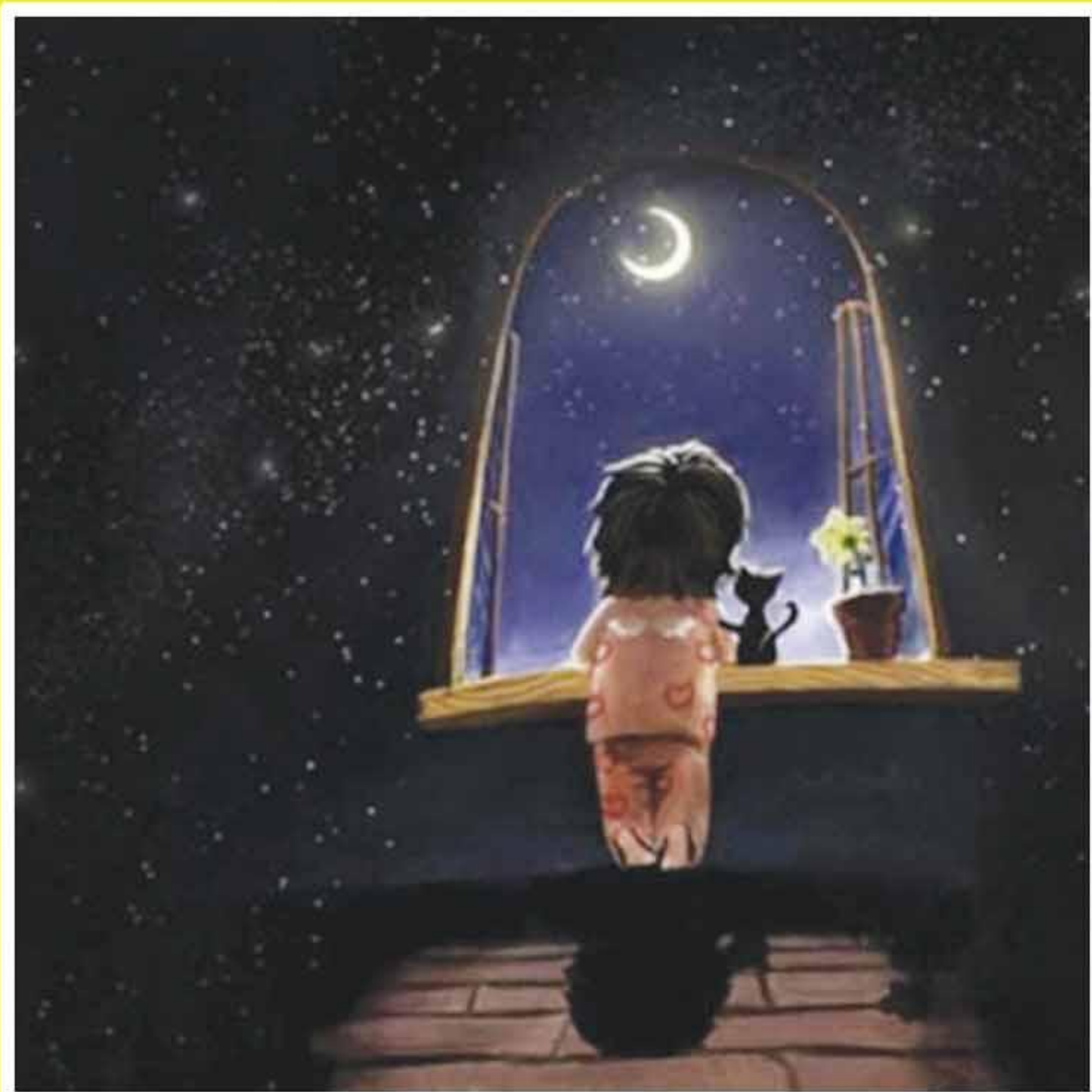


گیاهان و سریع تر شدن روند بهبود بیماران

«برونو کورتیس»، متخصص قلب دانشگاه شیکاگو می‌گوید: «گیاهان موجب می‌شوند افراد احساس آرامش بیشتری کنند و مثبت اندیش تر شوند». بررسی ها نشان داده است بیماران بستری در بیمارستان که تخت شان روبروی پنجره ای با نمای باغ است، بسیار سریع تر از بیمارانی که تخت شان رو به دیوار است، بهبود می‌یابند؛ همچنین وجود گیاهان زینتی در اتاق های ریکاوری بیمارستان ها به بیماران آرامش و تسلی می‌دهد و منجر به بهبود سریع تر آنها می‌شود.

گیاهان و سلامت خانواده

ثابت شده است که گل و گیاه می‌تواند بر وضعیت جسمی و روحی افراد تاثیر مثبت داشته باشد، به عقیده کارشناسان به دلیل اینکه گیاهان از عوامل هماهنگی در طبیعت هستند، به هماهنگ ساختن نیروهای فکری و جسمی بدن افراد نیز کمک کرده و به آنها تعادل می‌بخشند. به همین دلیل بهتر است افرادی که در شهرها و به دور از طبیعت زندگی می‌کنند، هر روز برای مدتی پنجره ها را باز بگذارند تا هوای آزاد در محیط داخل جریان یابد و گیاهان بتوانند با استفاده از این هوا به سالم سازی محیط کمک کنند.



کودک بازیگوش

شب نسیمی به وزیدن آمد
تن عریان درختی لرزید
خنده ماسید بر آن پنجره که
کودک بازیگوش
پشت آن می رقصید
آن نسیم بر سر آن شاخه پرید
بر سر دودکش آن خانه گذشت
کودک بازیگوش
چشم بر آن شاخه کشید
لحظه ای اندیشید
که بهار در راه است
و درخت چارقد رنگین
بر سر دوش خود انداخته است

ناز کم کن

آدم جانم به قربانت
دلیلش ساده است
عشق کهنه کار
دست نخطه بایم داده است
از هضای این روزها
حال و هوایم بهتر است
حس دیدارت به من
جانی دوباره داده است
نوشدارو نیستم اما پریم از حس ناب
آنچه بر ترازمی و سگار و هرباده است
بودنم یعنی توهم، شور یعنی اشک تو
اتفاقی بیش از این در ذهن من افتاده است
هرچه دارم غیردکته‌ای تماش مال تو
این تمام ثروت یک عاشق دل داده است
سینه میخوای اگر تو شره شره از فراق
ناز کم کن نازینا سینه ام آماده است



مسابقه عکاسی هفت سین



بدون تردید در سراسر این سرزمین پهناور آداب و رسوم و آیین های خاص اقوام در ایام نوروز ساری و جاری است اما معتقدیم که حلقه رابط و نشان ثابت نوروز همه ایرانیان، سفره هفت سین است و به استناد همین موضوع و عنوان مسابقه ما هم **هفت سین** است. سفره‌ای بی مثال که در هر جا که گسترده می‌شود نشان از مهمان نوازی و همدلی ایرانیان و مایه شور و نشاط است و بی تردید یکی از خاطره ساز ترین پدیده های فرهنگی زندگی ما است.

این مسابقه با نگاهی وسیع به موضوع «سفره هفت سین» برگزار می‌شود.

محوریت آیین‌ها و رسوم در تدارک و گستردن «سفره پر برکت هفت سین» اعم از: تهیه، خرید، بازار، برخورد و نگرش اقوام ایرانی، آرایش سفره، نقش اعضای خانواده در تزیین این سفره، تکریم جایگاه پدر و مادر، نگاه‌های ویژه به حاشیه‌های این سفره، احترام به حریم سفره و... مد نظر شرکت کنندگان قرار گیرد.

تمامی همکاران و اعضای خانواده آنها به صورت مستقل بدون محدودیت سنی می توانند در این مسابقه شرکت کنند.

هر شرکت کننده مجاز به ارسال حداکثر ۳ قطعه عکس می باشد.

سفره هفت سین می تواند موضوع اصلی یا فرعی عکس ها باشد.

خلاقیت و نگاه نو در عکس ها دارای امتیاز ویژه است.

زمان ارسال عکس ها تا **۲۴ فروردین** ماه ۹۸ می باشد.

عکس های خود را به وسیله واتس اپ به شماره **۰۹۱۶۲۰۲۵۸۳۹** با ذکر مشخصات (نام ، نام خانوادگی

، محل کار) شرکت کننده ارسال فرمایید. (عکس های بدون مشخصات فرستنده از مسابقه

حذف می شوند) .

نوع و تکنیک عکاسی آزاد می باشد.





پسر تنبل

مردی پسر تنبلی داشت که از زیر کار در می رفت و همه چیز را به شوخی می گرفت. روزی او را نزد شیوانا آورد و گفت: از شما می خواهم به این پسر من چیزی بگویید که دست از این تنبلی و بی تفاوتی اش بردارد و مثل بقیه بچه های این مدرسه به دنیای واقعیت و کار و تلاش برگردد.

شیوانا با لبخند به پسر نگاه کرد و گفت: پسر! اگر تو همین باشی که پدرت می گوید زندگی سخت و دشواری مقابلت هست. آیا این را می دانی؟

پسر تنبل شانه هایش را بالا انداخت و گفت: مهم نیست؟

شیوانا با تبسم گفت: آفرین به تو که چیزی برای گفتن داری. لطفاً همین که می گویی را درشت روی این تخته بنویس و برای استراحت با پدرت چند روزی میهمان ما باش.

صبح روز بعد وقتی همه شاگردان برای خوردن صبحانه دور هم جمع شدند شیوانا به آشپز گفت که برای پسر تنبل غذای بسیار کمی بریزد. طوری که فقط سر پایش نگه دارد.

پسر که از غذای کم خود به شدت شاکی شده بود نزد شیوانا آمد و به اعتراض گفت: این آشپز مدرسه شما برای من غذای بسیار کمی ریخت.

شیوانا بی آن که حرفی بزند به نوشته ای که شب قبل پسر روی تخته نوشته بود اشاره کرد و گفت: این نوشته را با صدای بلند بخوان! حرفی است که خودت نوشته ای.

روی تخته نوشته شده بود: مهم نیست. و این برای پسر تنبل بسیار گران تمام شد. ظهر که شد دوباره موقع ناهار غذای کمی تحویل پسر تنبل شد. این بار پسر با اعتراض همراه پدرش نزد شیوانا آمد و گفت: من اگر همین طوری کم غذا بخورم که خواهم مرد.

شیوانا دوباره به تخته اشاره کرد و گفت: جواب تو همین است که خودت همیشه می گویی.

روز سوم پسر تنبل زار و نحیف نزد شیوانا آمد و گفت: لطفاً به من بگویید اگر بخواهم غذای کافی به دست آورم چه کار کنم؟

شیوانا به آشپزخانه رفت و گفت: هر چه را آشپز می گوید تا ظهر انجام بده.

پسر تنبل تا ظهر در آشپزخانه کار کرد و ظهر به اندازه کافی غذا خورد. او خوشحال و خندان نزد شیوانا آمد و گفت: چه خوب شد راهی برای نجات از گرسنگی پیدا کردم و بعد خوشحال و خندان برای تامین شام خود به آشپزخانه برگشت.

پدر پسر تنبل با تعجب به شیوانا نگاه کرد و از او پرسید: راز این به کار افتادن فرزندم چه بود؟

شیوانا با خنده گفت: او حق داشت بگوید مهم نیست! چون چیزی که برای شما مهم بود و برای حفظ اهمیتش حاضر بودید تلاش کنید، او به خاطر تنبلی اش و این که همیشه شما بار کار او را بر دوش می گرفتید، دلیلی برای نا مهم شمردنش پیدا می کرد. اما وقتی موضوع به گرسنگی خودش برگشت فهمید که اوضاع جدی است و این جا دیگر جای بازی نیست. معنی مهم بودن را فهمید و به خود تکانی داد. شما هم از این به بعد عواقب کار و نظر او را مستقیم به خودش برگردانید و بی جهت بار تنبلی او را خودتان به تنهایی به دوش نکشید. خواهید دید که وقتی ببیند نتیجه اعمال ناپسندش مستقیم متوجه خودش می شود اعمال درست برای او مهم می شوند و دیگر همه چیز عالم برایش نامهم نمی شوند.



داستان چنگیز خان و شاهینش

ولی دیگر جریان آب خشک شده بود. چنگیز خان که مصمم بود به هر شکلی آب را بنوشد، از صخره بالا رفت تا سرچشمه را پیدا کند. اما در کمال تعجب متوجه شد که آن بالا برکه‌ی آب کوچکی است و وسط آن، یکی از سمی‌ترین مارهای منطقه مرده است. اگر از آب خورده بود، دیگر در میان زندگان نبود. خان شاهین مرده‌اش را در آغوش گرفت و به اردوگاه برگشت. دستور داد مجسمه‌ی زرینی از این پرنده بسازند و روی یکی از بال‌هایش حک کنند:

یک دوست، وقتی کاری می‌کند که شما حتی آن کار را دوست ندارید، هنوز دوست شماست.

یک روز صبح، چنگیز خان مغول و درباریان‌ش برای شکار بیرون رفتند. همراهانش تیر و کمانشان را برداشتند و چنگیز خان شاهین محبوبش را روی ساعدش نشاند. شاهین از هر پیکانی دقیق‌تر و بهتر بود، چرا که می‌توانست در آسمان بالا برود و آنچه را ببیند که انسان نمی‌دید.

آن روز با وجود تمام شور و هیجان گروه، شکاری نکردند. چنگیز خان مایوس به اردو برگشت، اما برای آنکه ناکامی‌اش باعث تضعیف روحیه‌ی همراهانش نشود، از گروه جدا شد و تصمیم گرفت تنها قدم بزند.

بیشتر از حد در جنگل مانده بودند و نزدیک بود خان از خستگی و تشنگی از پا در بیاید. گرمای تابستان تمام جویبارها را خشکانده بود و آبی پیدا نمی‌کرد تا اینکه رگه‌ی آبی دید که از روی سنگی جاری بود. خان شاهین را از روی بازویش بر زمین گذاشت و ظرف نقره‌ی کوچکش را که همیشه همراهش بود برداشت. پر شدن ظرف مدت زیادی طول کشید، اما وقتی می‌خواست آن را به لبش نزدیک کند، شاهین بال زد و جام را از دست او بیرون انداخت.

چنگیز خان خشمگین شد، اما شاهین حیوان محبوبش بود، شاید او هم تشنه‌اش بود. جام را برداشت، خاک را از آن زدود و دوباره پر کرد.

اما جام تا نیمه پر نشده بود که شاهین دوباره آن را پرت کرد و آبش را بیرون ریخت. چنگیز خان حیوانش را دوست داشت، اما می‌دانست نباید بگذارد کسی به هیچ شکلی به او بی‌احترامی کند، چرا که اگر کسی از دور این صحنه را می‌دید، بعد به سربازانش می‌گفت که فاتح کبیر نمی‌تواند یک پرنده‌ی ساده را مهار کند.

این بار شمشیر از غلاف بیرون کشید، جام را برداشت و شروع کرد به پر کردن آن.

یک چشمش را به آب دوخته

بود و دیگری را به شاهین. همین که جام

پر شد و می‌خواست آن را بنوشد، شاهین

دوباره بال زد و به طرف او حمله آورد.

چنگیز خان با یک ضربه‌ی دقیق

سینه‌ی

شاهین را شکافت.





اثر: شهید استاد مرتضی مطهری

مهمانان علی

مردی با پسرش، به عنوان مهمان، بر علی - علیه السلام - وارد شدند. علی با اکرام و احترام بسیار آنها را در صدر مجلس نشانید و خودش روبروی آنها نشست. موقع صرف غذا رسید. غذا آوردند و صرف شد.

بعد از غذا، قنبر غلام معروف علی، حوله ای و طشتی و ابریقی برای دست شویی آورد. علی آنها را از دست قنبر گرفت و جلو رفت تا دست مهمان را بشوید. مهمان خود را عقب کشید و گفت: مگر چنین چیزی ممکن است که من دستهایم را بگیرم و شما بشوئید. علی فرمود: برادر تو، از سر تو است، از تو جدا نیست، می خواهد عهده دار خدمت تو بشود، در عوض خداوند به او پاداش خواهد داد، چرا می خواهی مانع کار ثوابی بشوی؟ باز هم آن مرد امتناع کرد. آخر علی او را قسم داد که من می خواهم به شرف خدمت برادر مؤمن نائل گردم، مانع کار من مشو. مهمان با حالت شرمندگی حاضر شد.

علی فرمود: خواهش می کنم دست خود را درست و کامل بشوی، همان طوری که اگر قنبر می خواست دستت را بشوید می شستی، خجالت و تعارف را کنار بگذار. همین که از شستن دست مهمان فارغ شد، به پسر برومند خود محمد بن حنفیه گفت: دست پسر را تو بشوی. من که پدر تو هستم دست پدر را شستم و تو دست پسر را بشوی. اگر پدر این پسر در اینجا نمی بود و تنها خود این پسر مهمان ما بود من خودم دستش را می شستم، اما خداوند دوست دارد آنجا که پدر و پسری هر دو حاضرند، بین آنها در احترامات فرق گذاشته شود. محمد به امر پدر برخاست و دست پسر مهمان را شست. امام عسکری وقتی که این داستان را نقل کرد، فرمود: شیعه حقیقی باید این طور باشد.

داستان مرد و مرگ

روزی مرگ به سراغ مردی رفت و گفت: امروز آخرین روز توست.

مرد گفت: اما من آماده نیستم!

مرگ: امروز اسم تو اولین نفر در لیست من است.

مرد: خب، پس بیا بشین تا قبل از رفتن با هم قهوه ای بخوریم!!!

مرگ: حتما.

مرد به مرگ قهوه داد و در قهوه او چند قرص خواب ریخت.

مرگ قهوه را خورد و به خواب عمیقی فرو رفت.

مرد لیست او را برداشت و اسم خودش را از اول لیست حذف کرد و در آخر لیست گذاشت.

هنگامی که مرگ بیدار شد گفت:

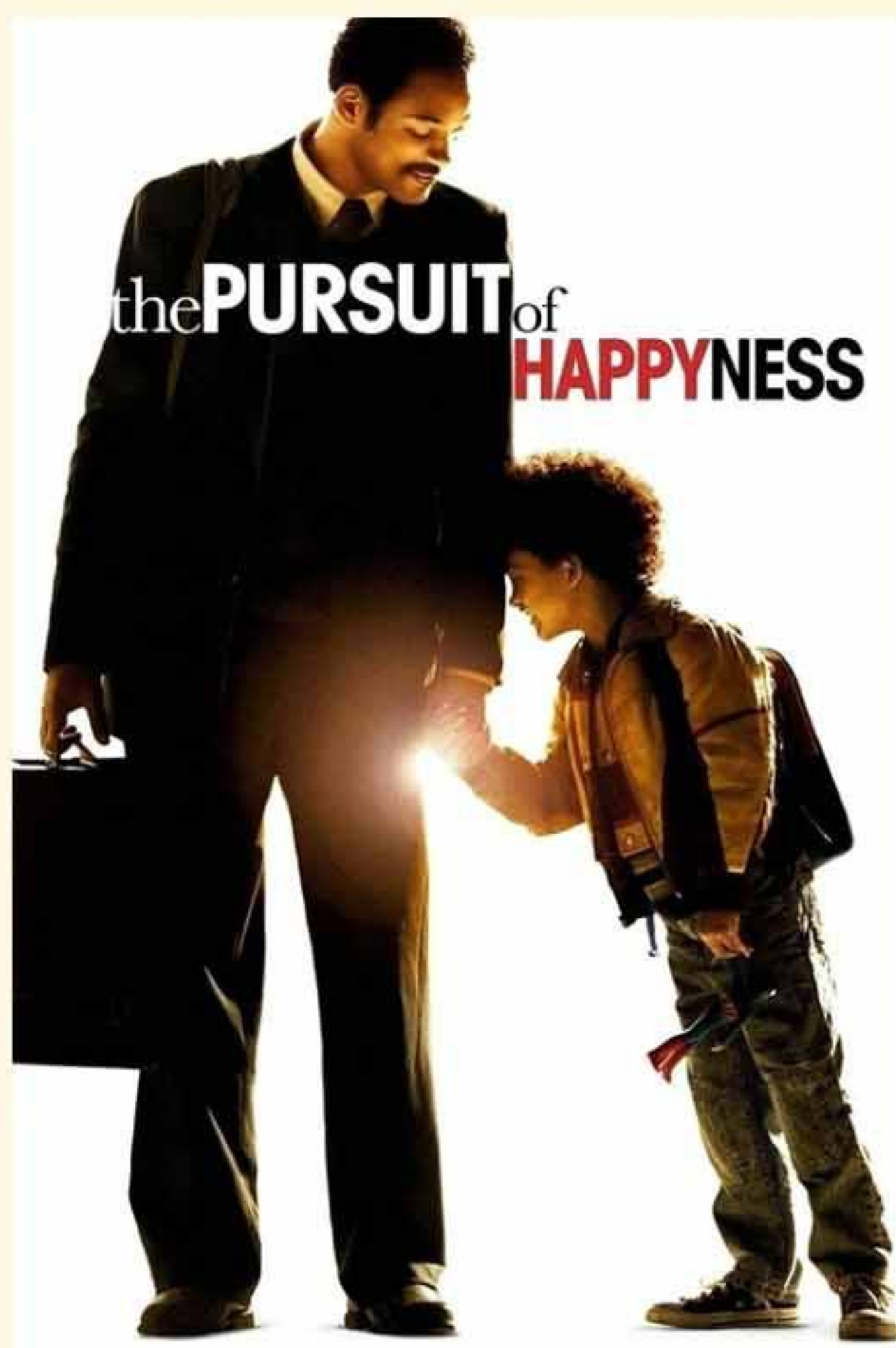
این مرد با من خیلی مهربان بود پس برای جبران مهربانی او امروز کارم را از آخر لیست شروع می کنم!!!



سه فیلم که حال شما را به طرز عجیبی خوب می کنند!

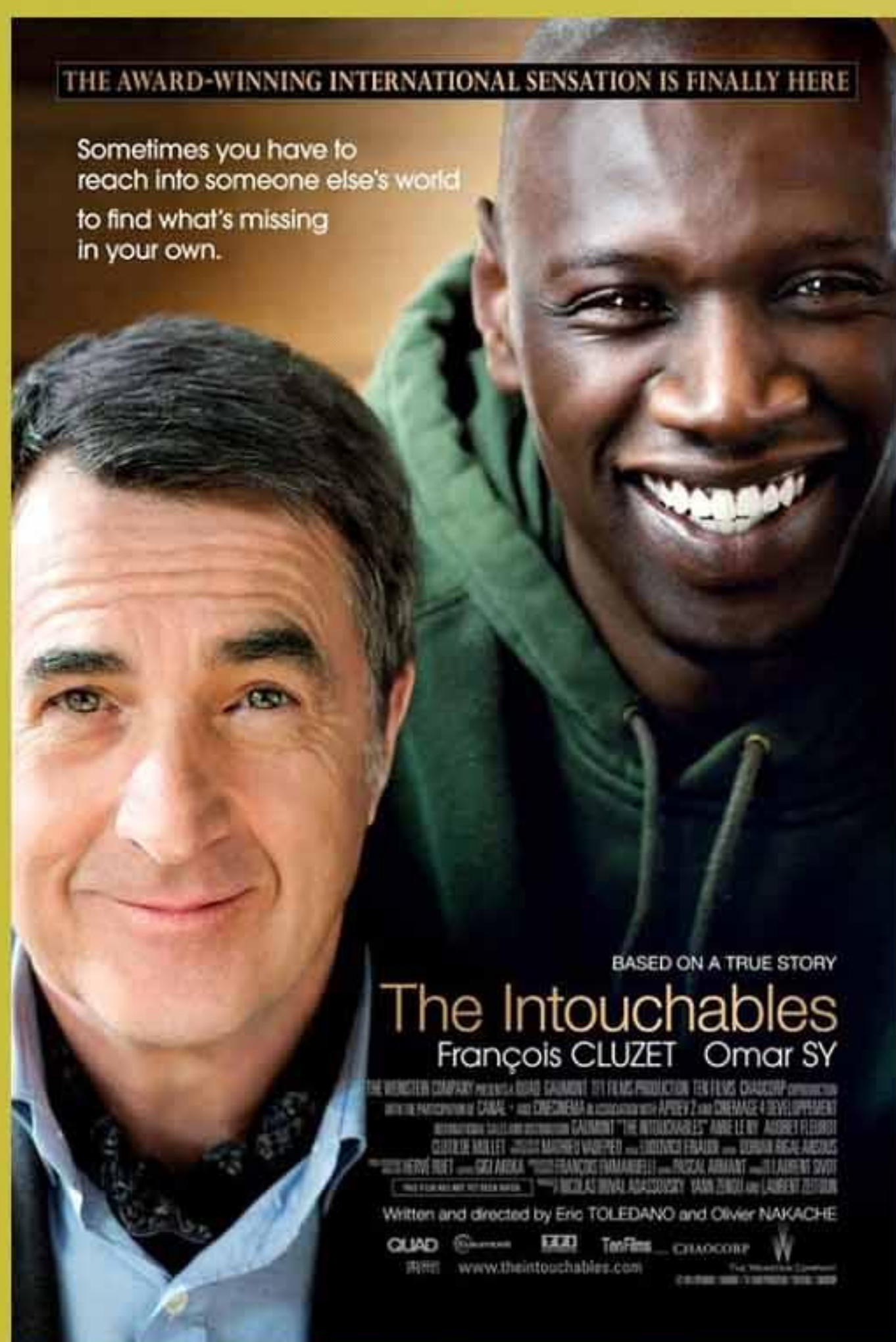
روزانه فیلم‌های زیادی در ژانرها و موضوعات متفاوت در جهان ساخته می‌شود؛ فیلم‌های شاد، غمگین، جنگی، عاشقانه و ... که هر کدام داستان یا واقعه‌ای را روایت می‌کنند و گاه با احساسات تماشاچی بازی می‌کنند. در این مطلب قصد داریم به معرفی سه فیلم انگیزشی پردازیم که نه تنها حس خوب و انگیزه بی‌نظیری را به شما تزریق می‌کنند، بلکه باعث می‌شوند چند روزی از حس بد دور باشید.

۱- در جستجوی خوشبختی (The Pursuit of Happyness)



کریستوفر پائول گاردنر متولد نهم فوریه سال ۱۹۵۴، یک میلیونر کارآفرین سخنران چیره دست و همچنین یک انسان خیر و بشر دوست است. داستان زندگی او از سال ۱۹۸۰ شروع می‌شود. او یک بی خانمان و خرده فروش اسکنرهای پزشکی است که مشتری زیادی هم ندارد. از لحاظ مالی در وضع بدیست و به همراه همسرش لیندا و پسرش کریستوفر زندگی سختی را دارد تا اینکه لیندا (همسرش) او را ترک می‌کند. حال دغدغه کریس نگه داشتن شغلش و همچنین نگهداری از فرزند کوچکش است. کریس بعد از کشیدن مشقت‌های زیاد از قبیل خوابیدن در مترو، بی غذایی و هزاران مصیبتی که یک بی خانمان متحمل می‌شود، بعد از نشان دادن هوش و استعداد خود در امر بازاریابی وسایل پزشکی، در شرکت مزبور استخدام، و همین امر و تلاش بی وقفه کریس باعث می‌شود تا او شرکت سرمایه گذاری خود را با نام Gardner rich & co پایه گذاری کند، که در سال ۲۰۰۶ سرمایه این شرکت چیزی بالغ بر ۶۵ میلیون دلار تخمین زده شده است...

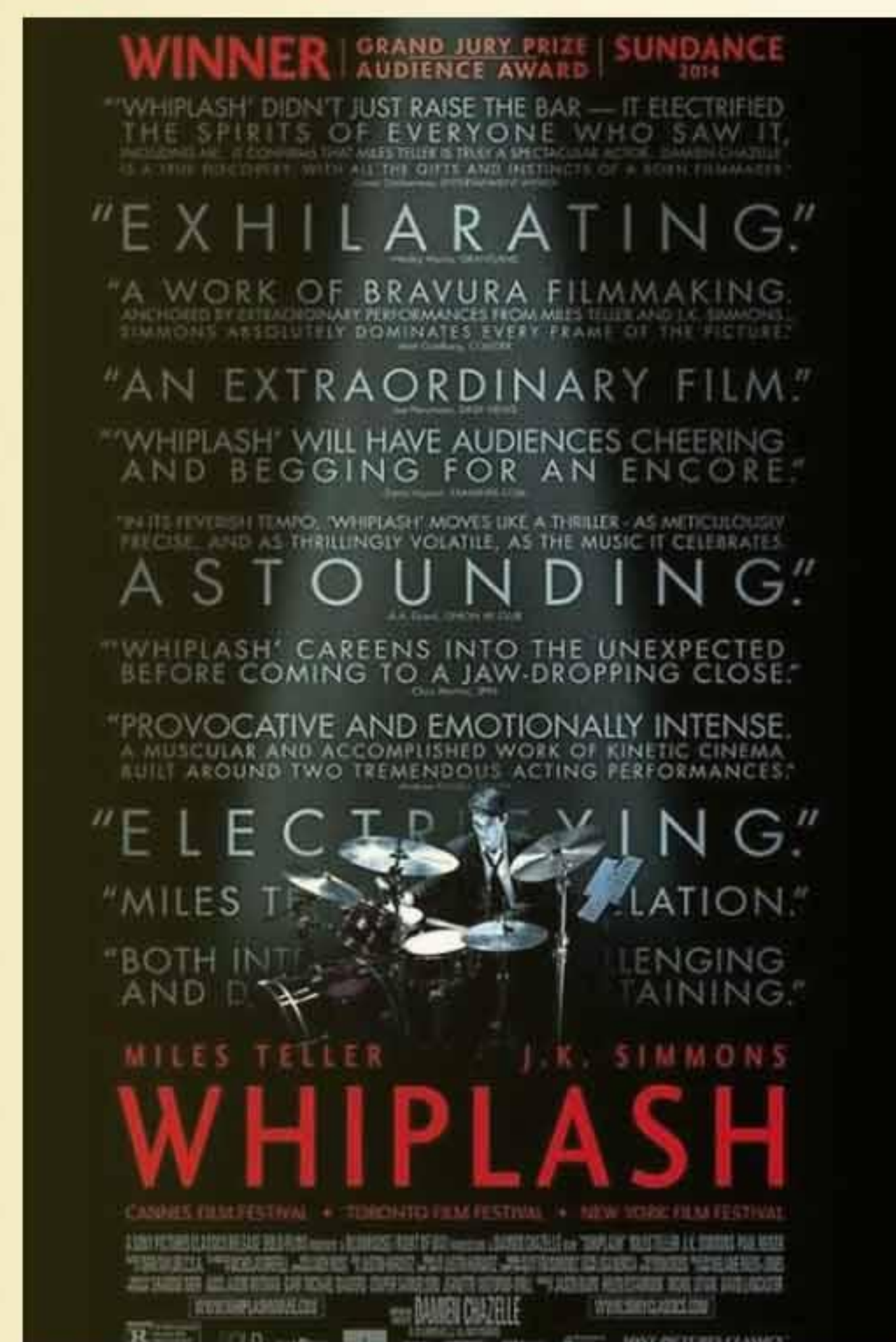
۳- دوباره زندگی (The Intouchables)



این فیلم، داستان زندگی فیلیپ پوتزو دی بورگو اشرف زاده ای است که از سال ۱۹۹۳ و بعد از سقوط با چتر، از گردن به پایین فلج شده است و داستان آشنایی او با خدمتکارش دریس را روایت می‌کند.

۲- فیلم شلاق (Whiplash)

شلاق یک فیلم انگیزشی و تاثیرگذار است که قدرت دوباره برای ادامه مسیر هدف به شما می‌بخشد و محال است حس خوبی از فیلم نگیرید، حتی اگر از آن خوشتان نیاید! پس شلاق را هم برای دیدن در برنامه خود بگذارید.



افقی:

- ۱- کوچکترین جزء یک جسم که همه خواص آن جسم را دارد- بر گه شامل سوالات ۲- نشانه از انبیاء الهی- زینت رو- درس تر سیمی
- ۲- طلای خالص- قاب عینک- رونده- گرداگرد دهان
- ۴- کار شرعاً گناه- عامل آشوب
- ۵- راننده هواپیما- جدا- کاتبی
- ۶- کبوتر صحرایی- نخ خیاطی دور آن پیچیده شده- کلام بیهوده
- ۷- رسته‌ای از جانوران دریایی از نوع شانه داران- ضمیر متکلم وحده- قدم یکپا
- ۸- مغز سر- نوعی آش سنتی ایران- بوبیدن
- ۹- حرف درد- تلخ- اول جوانی
- ۱۰- پاییز- داد و فریاد- خشک
- ۱۱- عقوبت کننده- اطوار- فیل ماقبل تاریخ
- ۱۲- آلتی در چرخ خیاطی و تفتنگ- نوعی خوراک رقیق از شیر، آرد برنج و شکر
- ۱۳- تخم مرغ فرنگی- فرزند سهراب- شاخه باریک و دراز درخت- خط کش
- مهندسی
- ۱۴- جوانمرد- طرف- هدیه- بی حس
- ۱۵- جزیره‌ای در جنوب- کوه کشتی نوح

عمودی:

- ۱- بیماری روانی خود آزاری- از سلاح های آتشین جنگی
- ۲- ذهن- قلق کار- انباره الکترونیکی- لباس ویژه اتاق عمل
- ۳- یک ورق کاغذ- ریسمان ها- از هنرهای دستی ایران- وحشی
- ۴- از یاد رفته- روی بند
- ۵- خراب- کرجی- شادمان
- ۶- جوشکاری با قلع- مرکز کشور اهرام ثلاثه- جمع وزیر
- ۷- دریا- پررو، لجوج- تعبیر استخفاف آمیز از کسی
- ۸- عدد هندسی- غیر معمول- چه وقت
- ۹- از صفات خداوند متعال- علامت تفریق- حرف فاصله رسان
- ۱۰- چاق، فربه- هم شأن- روز آتی
- ۱۱- گواهاها- شناور جنگی- جیوه، سیماب
- ۱۲- ورزشی گروهی معروف به فوتبال آمریکایی- کامپیوتر
- ۱۳- واحد سطح- پول یمن- مشهور، نامدار- رودی در فارس
- ۱۴- سالخورده- نمو- شامه نواز- دیوار بلند و رفیع
- ۱۵- هم جوار- شهری در هلند

جدول سود و کو

اعداد ۱ تا ۹ را در هر سطر و ستون و مربع‌های کوچک 3×3 طوری قرار دهید که هر عدد فقط یک بار درج شود.

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

[illegible]

طراحی: عبداله حیدر بیگ



نشریه داخلی شرکت پتروشیمی فجر

ویژه تعالی فرد، خانواده، سازمان

سال چهارم - شماره شانزدهم - بهار ۱۳۹۸



شرکت پتروشیمی فجر

— Fajr Petrochemical Company —