



# شرکت بهره برداری نیروگاه طرشت

”ما بر آنیم که طلایه دار توسعه پایدار در صنعت نیروگاهی کشور باشیم“

ماهنامه

شماره ۶۶

دی ۱۳۹۹

## السلام علیک یا ام العباس

السلام علیک یا حضرت ام البنین (سلام الله علیها)

نیفتاد از لبش نام حسینش  
اگر چه داغ سقا بر دلش بود

### در این شماره می خوانید:

- صفحه ۲ فعالیت های تعمیراتی و بهره برداری دی
- روش های پیشگیری از بیماری های فکری
- صفحه ۳ ذخیره گذروازه ها بر روی مرورگر،
- مارا در برابر حملات آسیب پذیر می کند
- صفحه ۴ سخنی از حضرت امیرالمومنین (ع)
- کارگاه آموزشی بازرسی رنگ و پوشش

مدیر مسئول: پری خسروان

سر دبیر: صبا اکبری

عکاس: هادی ستارزاده

### ممیزی داخلی IMS

در راستای انجام امور مرتبط با IMS سال ۱۴۰۰، در تاریخ ۲۲ دی ماه، ممیزی داخلی برگزار گردید. بر این اساس طبق برنامه اعلامی، ممیزی توسط دو گروه با سرپرستی آقای مهندس سخنور (مشاور امور IMS) و سرکار خانم مهندس شمعی (ممیز مدعو) از ساعت ۸:۰۰ لغایت ۱۴:۰۰ برگزار شد. عطف به گزارش ممیزی داخلی موارد عدم تطابق واحدها و نیز توصیه های ممیزین در اختیار مسئولین پاسخگو در هر واحد قرار می گیرد، بدین ترتیب هر یک از واحدها با رفع موارد عدم تطابق و به کار بستن توصیه ها، با آمادگی حداکثری در ممیزی نهایی شرکت خواهند کرد.

پیش از برگزاری ممیزی نهایی جلسه بازنگری مدیریت ۱۴۰۰ در نیمه اول بهمن ماه برگزار خواهد شد. بر این اساس نیاز است تا کلیه واحدهای ذی ربط جهت شرکت در جلسه مورد اشاره مستندات خود را جهت ارائه به نماینده مدیریت در امور IMS ارائه دهند. اهم موارد و ورودی های جلسه بازنگری مدیریت سال ۱۴۰۰ به شرح ذیل می باشد:



ردیف	نام مدرک	متولی تهیه مدرک	توضیحات
<b>در قالب استاندارد ISO9001:2015</b>			
۱	ریسک و فرصت سازمانی سال ۱۴۰۰	کلیه واحدها	
۲	اهداف و برنامه های مدیریتی سال ۱۴۰۰ و میزان تحقق اهداف سال ۱۳۹۹	کلیه واحدها	
۳	آخرین گزارش سه ماهه مقادیر شاخص های عملکردی	کلیه واحدها	مربوط به سه ماهه سوم ۱۴۰۰
۴	اقدامات اصلاحی و پیچید سال ۱۴۰۰	کلیه واحدها	
۵	آخرین گزارشات نظرسنجی از طرفهای ذی نفع	روابط عمومی	
۶	شرح شکایات واصله در سال ۱۴۰۰	روابط عمومی	
۷	گزارش ممیزی داخلی سال ۱۴۰۰	نماینده مدیریت	
۸	گزارش ممیزی خارجی سال ۱۳۹۹	نماینده مدیریت	
۹	گزارش خروجی های جلسه بازنگری مدیریت سال ۱۳۹۹	نماینده مدیریت	
۱۰	گزارش مدیریت تغییر ۱۴۰۰	کلیه واحدها	
<b>در قالب استاندارد ISO45001:2018 و ISO14001:2015</b>			
۱۰	شرح حوادث سال ۱۴۰۰ به همراه اقدامات اصلاحی اجرا شده	ایمنی	
۱۱	شرح شبه حوادث سال ۱۴۰۰ به همراه اقدامات اصلاحی اجرا شده	ایمنی	
۱۲	تحلیل معاینات انورزی و عوامل زیان آور (آلاینده ستجی) سال ۱۴۰۰	ایمنی	
۱۳	شرح مانورهای سال ۱۴۰۰	ایمنی / کمیته پدافند غیرعامل	
۱۴	شرح گواهی ها و تأییدیه های فنی	کلیه واحدها	مانند گواهی جاهای ارت / جزئیات / ماینات فنی خودرو



شایان ذکر است در راستای صرفه جویی و مدیریت منابع و حذف مستندات فیزیکی (کاغذی) کلیه مدارک و اسناد مرتبط با IMS در شبکه اینترنت شرکت به آدرس کمیته ها/ کمیته راهبردی IMS در دسترس پرسنل قرار دارد؛ این مدارک همواره در دست ویرایش و بروزرسانی می باشند.

ممیزی IMS سال جاری، ممیزی صدور گواهینامه های IMS بوده و برای اولین بار، شرکت بهره برداری نیروگاه طرشت درخواست ممیزی گواهی مدیریت ایمنی و بهداشت شغلی تحت استاندارد جدید ISO 45001:2018 به جای استاندارد قدیمی OHSAS 18001:2007 را ارائه کرده است.

امیداست تا با استعانت از خداوند متعال و مساعدت و مشارکت کلیه همکاران، همچون سنوات گذشته موفق به کسب گواهی های مرتبط با استانداردهای مدیریت یکپارچه شامل استاندارد ISO 9001:2015، ISO 14001:2015 و ISO 45001:2018 شده و گام مهمی در راه تعالی شرکت برداشته شود.



## فعالیت‌های تعمیراتی و بهره‌برداری نیروگاه طرشت در دی ماه ۱۴۰۰

در دی ماه سال جاری پرسنل بهره‌برداری و شیمی به صورت نوبت کاری تحت نظارت معاونت تولید و مدیریت امور بهره‌برداری مشغول بهره‌برداری از واحد گازی G12 بوده‌اند. در ضمن علاوه بر فعالیت‌های بهره‌برداری، امور تعمیرات اضطراری (EM) در سه حوزه تعمیرات مکانیک، الکتریک و ابزار دقیق تحت نظارت دفتر فنی و واحد HSE و زیر نظر معاونت مهندسی و برنامه ریزی، پیگیری شده است. علاوه بر انجام تعمیرات واحدهای بخار و گازی، پرسنل تعمیرات پیگیر انجام تعمیرات در تاسیسات ساختمان‌های اداری، سیمولاتور و محوطه نیز بوده‌اند. در این ماه جلسه شماره ۴۳۱ هماهنگی دفتر فنی و برنامه ریزی در تاریخ ۱۴۰۰/۱۰/۱۵ تشکیل گردید. شایان ذکر است کلیه فعالیت‌های بهره‌برداری، تعمیراتی، نظارتی و جلسات فنی با اجرای دقیق پروتکل‌های مربوط به فاصله گذاری اجتماعی انجام شده است.

در این ماه فعالیت‌های تعمیرات دوره‌ای در واحدهای S4 و G12 پیگیری شده و به اتمام رسید. بدین ترتیب که تعمیرات دوره‌ای واحد S4 بخار از تاریخ ۱۴۰۰/۰۹/۳۰ لغایت ۱۴۰۰/۱۰/۰۹ و تعمیرات دوره‌ای واحد G12 از تاریخ ۱۴۰۰/۱۰/۰۲ لغایت ۱۴۰۰/۱۰/۲۱ انجام گردید. از مهمترین فعالیت‌های تعمیراتی می‌توان به سرویس و تعویض پکینگ ولوها، تعویض، ترمیم و جوشکاری لاین‌ها و تجهیزات دارای نشی داخلی و خارجی، جابجایی رگولاتور روغن واحد ۱ و ۴، دمونتاز، بازدید و سرویس صندوقی توربین، بازدید و تمیزکاری کولر روغن و کولر ژنراتور، تمیزکاری درام بالا و پایین بویلر، بازدید و تمیزکاری کندانسور و ... در واحد S4 بخار اشاره کرد. در ضمن در واحد

G12 سرویس و تمیزکاری IGV، واتر واشینگ توربو کمپرسور، رفع نشی روغن تب چنجر و تعویض روغن ترانس اصلی، تصفیه روغن توربین، شستشوی ترانسفورماتورهای واحد، نصب ترانس دیوسر باس ۳۴، سرویس و بازدید ذغال‌های ژنراتور، سرویس کامل و رنگ آمیزی برج خنک‌کن کمپرسور گاز، تعویض فیلترهای روغن هیدرولیک و مسیر هوای فشرده، دمونتاز، بازدید، تست NDT، جایگزینی سویلر برنرهای واحد (۱۰ عدد) با سویلرهای جدید، ترمیم و تعویض جداره داخلی اگر است و عایق مربوطه و ... انجام شده و پس از آن واحد در مدار تولید قرار گرفته است.

در ادامه پروژه تخریب برج‌های خنک‌کن واحدهای S1 و S2 جهت جایگزینی واحدهای پایه گازسوز جدید، مهمترین فعالیت‌های انجام شده در ماه جاری به شرح ذیل بوده است:

جابجایی الکتروموتور، گیربکس و ولوهای برج خنک‌کن از محل موقت دپو به سوله انبار قدیم، جمع آوری و انتقال ضایعات فلزی برج خنک‌کن از محل موقت دپو به خارج از نیروگاه، ادامه تخریب دیواره‌های استخر برج خنک‌کن و خاکبرداری در حریم پیرامون، انتقال خاک و نخاله از محل خاکبرداری به خارج از نیروگاه، ادامه فعالیت‌های مرتبط با اصلاح مسیر هیدرانت در ضلع شرقی برج خنک‌کن، اصلاح روشنایی محوطه کارگاه از بالای برج خنک‌کن، برشکاری و آماده سازی میلگردهای موجود در محل پارکینگ شرقی (محل دپو موقت) به منظور بکارگیری در فعالیت‌های عمرانی آتی، انجام اقدامات مرتبط با مش بندی شبکه ارت نیروگاه و ...

### دفتر فنی و برنامه ریزی

## ((روش‌های پیشگیری از بیماری‌های فکری))

افرادی که دچار بیماری‌های فکری مانند ترس و استرس هستند باید از مصرف افراطی غذاهای شور و تند، سیر و پیاز خام، پیازچه، تربچه گوشت گاو، گوشت گوساله، گوشت شتر، ماهی، میگو، قارچ، غذاهای ترش، ترشیجات، شاهی، کاکائو، قهوه، نسکافه، چای پررنگ، عدس، کلم، بادمجان، نوشابه‌های گازدار، گوجه فرنگی، رب گوجه، غذاهای کنسروی حاوی مواد نگهدارنده، ماکارونی، سالاد الویه، انواع سس، خیار، آب یخ پرهیز کنند.

**\*\* مواد خوراکی مفید :**

بادام درختی شیرین خام، مویز و انجیر، سیب، آلو، خورش آلو اسفناج، آش ماش و کشنیز بیشتر استفاده کنید.

**\*\* توصیه های مفید :**

-- انجام ورزش و فعالیت‌های بدنی مانند پیاده روی در حدی که خستگی ایجاد نکند.

-- از رنگهای تیره و قرمز در محیط زندگی اطرافتان حتی المقدور استفاده نکنید و از رنگ‌های ملایم و شاد مانند سبز کمرنگ و آبی آسمانی استفاده کنید.

-- استفاده از عطرها ملایم، حتی بو کردن سیب آرامش و نشاط می‌دهد.

**\*\* بهترین راهکارها برای درمان بیماری‌های فکری**

۱- جاه طلبی خوب است اما خواستن ایده آل، غیرواقعی بنانه و غیرعملی است. باید با تلاش مثبت به دنبال پیشرفت مداوم باشید.

۲- فکر و خیال بیهوده نکنید و برحسب واقعیات عمل کنید.

۳- اجازه ندهید ترس بر توانایی‌هایتان شما غلبه کند. فعال‌تر باشید و به جای فکر کردن وارد عمل شوید.

۴- مناسب‌ترین پرسش‌ها را ابتدا از خود بپرسید. پرسش‌هایی که می‌تواند شما را از نظر ذهنی در وضعیتی مثبت، عملی، کاربردی و متمرکز بر راه حل قرار دهد.

۵- سعی کنید کارهایی که توان انجام آن را ندارید را قبول نکنید.

۶- داشتن یک مربی، دوست یا یکی از آشنایان و ... می‌تواند بازخورد خاص، معقول، مرتبط و غیراحساسی به شما بدهد. شما نمی‌توانید نسبت به خود بی طرف باشید. شخص موردنظر باید حرف‌هایی که باید بشنوید را به شما بگوید نه صحبت‌هایی که دوست دارید بشنوید.

۷- برای تبدیل شدن از سطح متوسط به عالی باید برنامه ریزی کرده و کاملاً به آن پایبند شوید. بهترین رفتارهای خویش را پیدا کرده و به آنها متعهد مانید.

۸- داشتن دفترچه برای ثبت موفقیت بسیار مفید است. ثبت افکار، تصمیمات، رفتارها و نتایج بدست آمده، راهی عالی برای ایجاد تمرکز، انگیزه و حفظ نگرش است.

۹- گاهی اوقات لازم است تا بعضی از افکاری که در ذهنتان می‌چرخد بیرون ریخته شوند، بعضی از آنها در ذهن شما گیر کرده‌اند. برخی از آنها می‌توانند میل و انگیزه شما را با احساس گناه و اضطراب از بین ببرند.

۱۰- گاهی لازم است تا کمی از افکارتان خارج شده و در جایی آرام و زیبا، فرای افکارتان قرار بگیرید. جایی که آرامش، امنیت، لذت و آزادی وجود داشته باشد. دست یافتن به این وضعیت، نیاز به تلاش و تمرین دارد، می‌توانید تقریباً در هر مکانی و هر زمانی این کار را انجام دهید. بعنوان مثال گوش دادن به موزیک مورد علاقه می‌تواند بسیار تاثیرگذار باشد.

### واحد آشنایی و بهداشت



## ذخیره گذرواژه ها بر روی مرورگر، ما را در برابر حملات آسیب پذیر می کند

اغلب فعالان در حوزه امنیت هشدار می دهند که مدیران رمزعبور مبتنی بر مرورگر فاقد امنیت و ویژگی های نرم افزار رمز عبور اختصاصی هستند. گزارش جدیدی از AhnLab ASEC ثابت می کند ذخیره گذرواژه ها در مرورگر شما را به شدت در برابر هکرها آسیب پذیر می کند، حتی اگر از رمزهای عبور منحصر به فرد برای هر یک از حساب های خود استفاده کنید.

محققان در AhnLab ASEC در حین بررسی یک نقض اطلاعات اخیر دریافتند که هکرها اطلاعات ورود به سیستم شرکت را از مرورگر یک کارگر راه دور دزدیده اند. هکرها از یک بدافزار رایج استفاده کردند تا این اطلاعات ورود به سیستم را بازیابی کنند. نرم افزار آنتی ویروس این بدافزار را که احتمالاً از طریق ایمیل فیشینگ توزیع شده بود، شناسایی نکرد.

مرورگرهایی مانند کروم و اج دارای ابزارهای مدیریت رمز عبور هستند که به طور پیش فرض فعال هستند و تمام تلاش های ورود به سیستم را با اطلاعات مربوطه مانند تاریخ و زمان، URL وبسایت و هر نام کاربری یا رمز عبوری که استفاده کرده اید، پیگیری می کنند. محصولاتی وجود دارند که می توانند به این داده ها دسترسی داشته باشند و آنها را تفسیر کنند، که هکرها ممکن است از آنها استفاده کنند یا به بازیگران بد بفروشند.

برای جلوگیری از این آسیب پذیری، باید ابزارهای مدیریت رمز عبور داخلی مرورگر خود را به طور کامل غیرفعال کنید. مرورگر داده های ورود به سایت خاصی را به خاطر می سپارد و همچنان URL سایت را ثبت می کند، که هکرها از آن استفاده کرده تا بدون مجوز ورود به حساب شما وارد حساب شما شوند.

بنابراین رمز عبور داخلی مرورگر خود را غیرفعال کنید و از نرم افزار اختصاصی استفاده کنید. تعداد زیادی گزینه رایگان و پولی عالی وجود دارد، و می توانید به راحتی رمزهای عبور، Chrome، Edge یا Firefox خود را به یک مدیر رمز عبور اختصاصی در آن استفاده کنید.



# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

(۶)

**امیر المومنین (علیه السلام) فرمود:**

**أَوْصِيكَ بِعِمَارَةِ قَلْبِكَ بِذِكْرِهِ**

**(فرزندم) تو را سفارش می کنم که دلت را با یاد خدا زنده کنی**

خدا خلقت روح انسان را به گونه ای بنا فرموده است که با یاد و توجه به خدا و دستورات او دارای حیات و زندگی معنوی خواهد بود. پس بر ما لازم است با خواندن نماز، قرائت قرآن، مناجات با خدا و پیروی از فرامین او، شادابی و حیات را برای قلب و روح خود ایجاد نماییم. (نامه ۳۱ نهج البلاغه)

**التماس دعا**

**شورای فرهنگی شرکت**

## کارگاه آموزشی بازرسی رنگ و پوشش در نیروگاه طرشت برگزار گردید



کارگاه آموزشی بازرسی رنگ و پوشش به میزبانی نیروگاه طرشت در تاریخ ۲۹/۱۰/۱۴۰۰ برگزار گردید. مدرس این دوره خانم دکتر نرگس اسماعیلی از کارکنان نیروگاه طرشت و محتوای علمی دوره آشنایی با پروسه های آماده سازی سطح رنگ آمیزی- مواد اولیه رنگ های صنعتی- اندازه گیری عمق پروفیل و زبری سطح- دستورالعمل های تعیین زمان خشک شدن فیلم رنگ- آشنایی با عیوب رنگ های صنعتی و راهکار جهت برطرف کردن آنها بود. در این دوره، همکاران مرتبط از نیروگاه های بیستون، بعثت، شهید رجایی، کرمان، مفتاح، برق حرارتی، لوشان و شرکت تولید نیروی برق تهران حضور داشتند.

### همکاران گرامی متولد بهمن ماه :

آقایان: رضا احمدپور- مهدی مهدی فراهانی  
 فرهاد خوانچه سپهر- مسعود صالحی- مرتضی

فرخی- آرمان طالبی- هادی ستارزاده

**ضمن آرزوی سلامتی و توفیق روز افزون  
 در سال جدید پیشاپیش سالروز تولد شما  
 را تبریک عرض می نمایم.**



### همکاران گرامی

سرکار خانم بهاره نادری

سرکار خانم شبنم موسیوند

جناب آقای داودی

مصیبت وارده را صمیمانه تسلیت عرض نموده  
 و برای آن در گذشتہ از درگاه احدیت رحمت  
 و مغفرت واسعه الهی و برای بازماندهگان  
 صبر و شکیبایی مسئلت می نمایم.



### روابط عمومی شرکت بهره برداری نیروگاه طرشت

نشانی: تهران خیابان ستارخان- بین پل ستارخان و یادگار امام

تلفن: ۰۳-۴۴۲۸۰۰۰۰ فکس: ۴۴۲۸۰۲۸۱

نشانی اینترنتی: [www.tpp.ir](http://www.tpp.ir) دفتر روابط عمومی: ۴۴۲۸۱۱۳۳

ایمیل روابط عمومی: [public.relations@tpp.ir](mailto:public.relations@tpp.ir)