



شرکت بهره برداری نیروگاه طرشت

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

ماهانامه

شماره ۶۳

مهر ۱۴۰۰

در این شماره می خوانید:

- ۲ صفحه فعالیت های تعمیراتی و بهره برداری مهر
- ۱۲ کام طلایی برای جلوگیری از سگته در هوای سرد
- ۳ صفحه کلاهیبر داری و شیدای به کارت واکسن کرونا رسید
- ۴ صفحه زنان و مدیریت سلامت روان در بحران کرونا

مدیر مسئول: پری خسروان

سر دبیر: صبا اکبری

عکاس: هادی ستارزاده

همراه گردید

مصاحبه معاون تولید جناب آقای مهندس گوهری در خصوص افزایش راندمان با نوسازی نیروگاه های فرسوده



سیکل ترکیبی، راه حلی بسیار کارآمد، سریع بوده و راندمان بالایی برای تامین برق مورد نیاز شبکه دارد، تاکید کرد: در کنار این اقدام، استفاده از برج های خنک کن خشک در مجموعه این نیروگاه ها مصرف آب را بسیار پایین می آورد. همچنین می توان شیوه های جدید بازتوانی (Repowering) را برای نیروگاه های قدیمی به کار گرفت. به طور مثال استفاده از حرارت خروجی از دودکش واحدهای گازی جهت تغذیه حرارتی بویلرهای کمکی یا اصلی، ضمن کاهش مصرف سوخت، به افزایش راندمان نیز منجر شده و از افزایش دمای محیط به واسطه مهار حرارت خروجی از دودکش جلوگیری خواهد کرد.

کمبود منابع مالی بزرگ ترین مشکل بخش خصوصی

معاون تولید شرکت بهره بردار نیروگاه طرشت با اشاره به اینکه برای افزایش راندمان و پایداری نیروگاه طرشت برنامه ریزی های دقیقی انجام شده، خاطرنشان کرد: برنامه های منظم در خصوص تعویض و نوسازی لوله های بویلر، کندانسور و همچنین برج خنک کن به خودی خود در پایداری واحدها و افزایش راندمان نیروگاه طرشت موثر بوده اند. به علاوه اضافه کردن یک واحد گازی ۲۵ مگاواتی در سال ۹۸ هم گام بلندی در جهت افزایش راندمان نیروگاه طرشت بود که میزان راندمان نیروگاه را ۵ درصد افزایش داد. وی در ادامه افزود: در صورت استفاده از حرارت خروجی از این واحد گازی در بویلرهای مجموعه، امکان بالاتر بردن راندمان وجود دارد که طراحی های آن صورت گرفته و در صورت اختصاص بودجه مناسب، قابل اجرا خواهد بود. برنامه بعدی در راستای افزایش توان و راندمان این نیروگاه، جایگزینی واحدهای قدیمی بخار با واحدهای جدید راندمان بالا است که این اقدام در کنار اضافه شدن دو واحد جدید با راندمان بالا تا تابستان ۱۴۰۱، راندمان نیروگاه طرشت را افزایش می دهد و با تکمیل پروژه و نصب ۴ واحد راندمان بالا در ادامه (مجموعاً ۶ واحد)، علاوه بر افزایش راندمان، شاهد افزایش ظرفیت تولید نیز خواهیم بود.

(ادامه در سایت دنیای اقتصاد ۲۷ مهرماه) روزنامه دنیای اقتصاد

لزوم توجه به افزایش آلایندهی نیروگاه در زمستان

معاون تولید شرکت بهره برداری نیروگاه طرشت در گفت و گو با «دنیای اقتصاد» ضمن تاکید بر لزوم افزایش بهره وری و راندمان نیروگاه ها به ویژه نیروگاه های قدیمی تر، اعلام کرد: در سال ۱۴۰۰ با توجه به برنامه شرکت مادر تخصصی تولید نیروی برق حرارتی جهت نوسازی نیروگاه های فرسوده، واحدهای بخار ۵۱ و ۵۲ نیروگاه طرشت، دهم مهر ماه سال جاری بعد از ۶۲ سال بهره برداری موفق و پایدار با هدف جایگزینی واحدهای جدید راندمان بالا از مدار خارج شدند. طبق برنامه ریزی صورت گرفته قرار است تا پیک سال ۱۴۰۱ دو واحد و در ادامه چهار واحد جدید راندمان بالا با تکنولوژی روز به مجموعه واحدهای نیروگاه طرشت اضافه شود. محمد رضا گوهری داراب خانی، در خصوص افزایش آلایندهی نیروگاه در صورت استفاده از سوخت مایع در زمستان با توجه به موقعیت مکانی آن در مرکز پایتخت خاطرنشان کرد: با توجه به اینکه تنها سوخت استفاده شده در نیروگاه طرشت گاز شهری است، از این رو امکان استفاده از سوخت دیگری میسر نیست. به علاوه طبق برنامه های ابلاغی وزارت نیرو، نیروگاه طرشت در پیک شبکه و در فصول گرم موظف است که در مدار تولید باشد و در فصول سرد به صورت آماده باش (رزرو) در می آید. بنابراین در صورت نیاز و با شرط تامین گاز، امکان بهره برداری از آن وجود خواهد داشت. وی با تاکید بر اینکه نیروگاه طرشت مخزنی برای انباشت سوخت مایع ندارد، تصریح کرد: معمولاً نیروگاه هایی که سوخت مایع مصرف می کنند به صورت مرتب و با برنامه ریزی مشخصی اقدام به تکمیل ظرفیت منابع خود می کنند. افزون بر اینکه تامین سوخت مایع نیازمند همکاری گسترده وزارت نفت، وزارت نیرو و سیستم حمل و نقل سنگین است و ناهماهنگی در هر کدام از این مراحل، باعث عدم تامین به موقع سوخت مایع برای نیروگاه ها خواهد شد. از این رو در صورت نیاز با برنامه ریزی و هماهنگی بیشتر، امکان تامین سوخت مایع و در نهایت تامین مطمئن برق شبکه، میسر است. گوهری داراب خانی با بیان اینکه تبدیل نیروگاه های بخار به

فرایند بازنشسته کردن قدیمی ترین نیروگاه کشور آغاز شد خروج همیشگی دو واحد نیروگاه طرشت بعد از ۶۲ سال



واحدهای یک و دو نیروگاه طرشت پس از ۶۲ سال بهره برداری موفق و پایدار، در راستای نوسازی نیروگاه و با هدف جایگزینی واحدهای جدید راندمان بالا از مدار خارج شدند.

سیدیحیی نوخت، مدیرعامل شرکت بهره برداری نیروگاه طرشت با اشاره به اینکه این دو واحد با مجوز دیسپاچینگ از مدار خارج تولید شده اند، گفت: این مهم در حالی است که تا روز گذشته میزان تولید این واحدها ۳۰ میلیون کیلووات ساعت فراتر از تعهد پیش بینی شده بوده و همچنان تولید در واحدهای سه و چهار بخار و واحد ۲۵ مگاواتی گازی ادامه دارد. وی افزود: پروژه جایگزینی واحدهای جدید مدتی پیش تصویب و برنامه ریزی شده بود که از دهم مهرماه استارت این برنامه با خروج واحدهای یک و دو خورده شد.

فعالیت‌های تعمیراتی و بهره‌برداری نیروگاه طرشت در مهر ماه ۱۴۰۰

موارد به شرح ذیل می‌باشند: فنس کشی محدوده کارگاه، جمع‌آوری تجهیزات Table Cooler Fan مولد هشت مگاواتی هیوندایی، تخریب سازه چوبی در نقاط مختلف برج خنک‌کن، جدا سازی و انتقال سیستم استحصال آب از بخارات برج خنک‌کن، انتقال گیربکس و الکتروموتورهای سلول‌های برج خنک‌کن، برشکاری و انتقال هدرهای سایز ۹۰۰ برج خنک‌کن و

از طرفی در راستای آمادگی و برنامه ریزی جهت انجام تعمیرات نیمه دوم سال ۱۴۰۰ واحدهای S۳ و S۴ و G۱۲ لیست دیفکت‌ها جهت انجام فعالیت‌های تعمیراتی اصلاحی و روتین‌های تعمیراتی جهت تعمیرات پیشگیرانه تهیه و با مشارکت واحدهای بهره‌برداری، شیمی و تعمیرات (مکانیک، الکتریک و ابزار دقیق) نهایی گردید. بر اساس برنامه تعمیرات ابلاغی تعمیرات واحد S۳ از تاریخ ۱۴۰۰/۰۸/۲۰ به مدت ۴۰ روز، واحد S۴ از تاریخ ۱۴۰۰/۰۹/۳۰ به مدت ۱۰ روز و واحد G۱۲ از تاریخ ۱۴۰۰/۰۹/۳۰ به مدت ۱۵ روز می‌بایست انجام شده و واحدهای مذکور جهت فصل بهره‌برداری جدید آماده باشند.

دفعه‌های ویژه ریزی

مهر ماه سال ۱۳۳۸)، از مدار تولید خارج شده و بازنشسته شدند. بدین ترتیب طی برنامه ریزی‌های از پیش انجام شده این واحدها با مولدهای پایه گازسوز جدید با راندمان بالا جایگزین خواهند شد تا ضمن نوسازی، افزایش ظرفیت و راندمان نیروگاه، گامی بزرگ در مسیر حفظ منابع کشور (خصوصاً گاز طبیعی و آب) برداشته شود. در



تاریخ ۱۴۰۰/۰۷/۲۱ واحدهای S۳ و S۴ نیز پس از گذراندن موفق پیک تابستان ۱۴۰۰ به درخواست دیسپاچینگ از مدار تولید خارج شدند. بدین ترتیب با خارج شدن واحدهای بخار مقدمات تحویل برج خنک‌کن و محوطه مربوطه به شرکت پیمانکار و مشاور پروژه نصب مولدهای پایه گاز سوز فراهم آمده و از تاریخ ۱۴۰۰/۰۷/۲۴ رسماً عملیات عمرانی پروژه آغاز گردید. در حال حاضر با گذشت تقریبی یک هفته از آغاز فعالیت‌های عمرانی پروژه، اهم

در مهر ماه سال جاری پرسنل بهره‌برداری و شیمی به صورت نوبت کاری تحت نظارت معاونت تولید و مدیریت امور بهره‌برداری مشغول بهره‌برداری از چهار واحد بخار و یک واحد توربین گاز 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 تاریخ ۱۴۰۰/۰۷/۰۷ جلسه شماره ۴۲۹ هماهنگی دفتر فنی و برنامه ریزی 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.

مهر ماه سال ۱۴۰۰ به عنوان نقطه عطفی در تاریخ نیروگاه طرشت ثبت گردید، زیرا در ۱۴۰۰/۰۷/۱۰ واحدهای S۱ و S۲ پس از ۶۲ سال بهره‌برداری مستمر (از

۱۲ گام طلایی برای جلوگیری از سکنه در هوای سرد



۵- تنفس خود در شب را بررسی کنید. اگر خروپف می‌کنید حتماً به پزشک

متخصص مراجعه کنید.

۶- خواب کافی

۷- حداقل ۴ بار در هفته خوراکی‌های فیبردار بخورید.

۸- روزانه ۲ فنجان چای بنوشید.

۹- فندق بخورید.

۱۰- روزی یک عدد پرتقال بخورید.

۱۱- هر دو ساعت یک لیوان آب بنوشید.

۱۲- زود به زود به دستشویی بروید. مثانه پر باعث افزایش ضربان قلب می‌شود و شریان‌های قلبی را تحت فشار قرار می‌دهد.

تداخل سرمای هوا و آلودگی هوا باعث افزایش مضرات آلودگی به خصوص ایست قلب می‌شود، با رعایت چند نکته می‌توانید احتمال این اتفاق را کاهش دهید.

۱- توصیه‌هایی برای بیماران قلبی

کسانی که بیماری قلبی یا ریوی مزمن دارند به هیچ وجه و به هیچ دلیلی وارد هوای آلوده نشوند.

۲- مصرف مواد غذایی مفید

مصرف آنتی‌اکسیدان‌ها، که به ویژه در میوه‌ها و سبزیجات یافت می‌شود، نوشیدن مایعات فراوان و به خصوص شیر (اگر نارسایی شدید قلبی ندارند) تا حدودی به سم زدایی کمک می‌کند.

۳- در طول هفته شکلات تلخ مصرف کنید.

شکلات تلخ منبعی غنی از فیبر و منیزیم است. اگر شکلات تلخ را با شیر مخلوط کنید این خاصیت خود را از دست می‌دهد و حتی باعث افزایش کلسترول هم می‌شود.

۴- ویتامین B کمپلکس (یعنی ترکیبی از اسید فولیک، ویتامین B۱ و B۱۲) مصرف کنید.



کلاهبرداری و شیادی به کارت واکسن کرونا رسید



رئیس پلیس فتا استان مرکزی گفت: با توجه به واکسیناسیون همگانی و لزوم ارائه کارت واکسن کرونا جهت دریافت خدمات روزانه، هم وطنان باید مراقب کلاهبرداران فعال در این زمینه باشند. پایگاه اطلاع رسانی پلیس فتا: سرهنگ احسان آنقی رئیس پلیس فتا استان مرکزی در تشریح این خبر گفت: امروزه سودجویان در کمین نشسته اند تا از این فرصت استفاده کرده و از راه دلالی و جعل کارت واکسن، مبالغ هنگفتی را به جیب بزنند.

این مقام مسئول افزود: با توجه به این موضوع که برخی کشور های خارجی، خصوصا کشورهای عربی تنها به افرادی که با واکسن های مشخص واکسینه شده اند مجوز حضور و تردد در آن کشور را صادر می کنند، سودجویان در کمین نشسته از این فرصت استفاده کرده و از راه دلالی و جعل واکسن مبالغ هنگفتی را به جیب بزنند.

سرهنگ آنقی بیان کرد: مجرمان سایبری برای فروش کارت واکسن های جعلی از برنامه هایی چون اینستاگرام و تلگرام استفاده می کنند و با اعلام این موضوع که توانایی ارائه کارت واکسن معتبر را دارند، اقدام به ترغیب افراد به واریز وجه می کنند و اعمال مجرمانه ی خود را انجام می دهند. وی افزود: به هیچ وجه به افراد ناشناس در شبکه های اجتماعی اعتماد نکنید و در نظر داشته باشید به راحتی می توان فردی که واکسن زده و نزده را با ورود کد ملی در سامانه وزارت بهداشت راستی آزمایی کرد و فقط نام افرادی که واکسن زده باشند در این سامانه قید شده است.

این مقام انتظامی بیان داشت: تنها مدرک معتبر واکسیناسیون ایران، کارت دیجیتال صادر شده از سوی وزارت بهداشت است که از طریق سامانه salamat.gov.ir صادر شده است و به هیچ وجه نباید به لینک هایی که در پیامک برای شما ارسال می شود مراجعه نمایید.

سرهنگ آنقی در خصوص تعیین اصالت کارت واکسن دیجیتال گفت: کاربران کافی است بارکد دوبعدی QR-Code مندرج روی کارت واکسن دیجیتال خود را توسط یک گوشی تلفن همراه هوشمند اسکن کنند تا از اصلی یا جعلی بودن آن مطلع شوند.

**زنان و مدیریت سلامت روان در بحران کرونا**

پاندمی کووید ۱۹ تاثیر زیادی بر روی زندگی ما گذاشته است. بسیاری از ما با چالش‌هایی روبرو هستیم که استرس را با طاققت فرسا بوده، باعث ایجاد شرایط روحی آسیب‌زا در بزرگسالان و کودکان می‌گردد. اقدامات پیشگیری نظیر فاصله گذاری اجتماعی، اگرچه برای کم کردن خطر انتقال ضروری هستند ولی می‌توانند احساس تنهایی و ایزوله شدن در فرد ایجاد کرده، باعث افزایش اضطراب و نگرانی شوند. ترس از مرگ و از دست دادن عزیزان، دسترسی مداوم به اخبار بد، محدودیت در حرکت و جابجایی، کار در خانه، مدرسه در خانه، بیکاری‌های موقت، از دست دادن تماس فیزیکی با اعضاء خانواده، دوستان و همکاران همه و همه تغییراتی است که می‌تواند بر سلامت روان ما تاثیر بگذارد.

تاثیرات کووید ۱۹ بر روی بانوان با توجه به نقش‌های متعدد و توأمانی که به عهده دارند، می‌تواند موجب بالا رفتن میزان استرس و اشکال در عملکرد آنان شود، لذا آگاهی زنان از نقش خود مراقبتی بر حفظ سلامت آنان دارای اهمیت بسیاری است.

سازمان جهانی بهداشت مجموعه ملاحظاتی را برای حفظ سلامت روانی اجتماعی در جریان همه گیری کووید ۱۹ منتشر کرده اند که چکیده آن بدین شرح است:

- گوش دادن به اخبار را محدود کنید. بخصوص اخبار موجود در شبکه‌های مجازی. آگاه بودن بسیار خوب است ولی شنیدن مداوم اخبار همه گیری ناامید کننده است.
- تغذیه سالم داشته باشید. بطور منظم ورزش کنید.
- خواب کافی داشته باشید.

- به ذهن خود استراحت دهید. زمانی برای انجام کارهایی که دوست دارید در نظر بگیرید.
- با دیگران در ارتباط باشید. با افراد قابل اعتماد در مورد نگرانی‌ها و احساسات خود صحبت کنید.
- از فرصت‌های مختلف برای صحبت‌های مثبت استفاده کنید. به عنوان مثال صحبت در مورد افرادی که از کووید بهبود یافته اند و یا افرادی که در این زمینه دیگران را حمایت می‌کنند.

پیام‌هایی برای مادران و سایر افرادی که از کودکان مراقبت می‌کنند:

- به کودکان کمک کنید که احساساتی نظیر غم یا ترس را بیان کنند. هر کودک روش خود را برای بیان احساس دارد. گاهی انجام فعالیت‌های خلاقانه نظیر بازی و نقاشی می‌تواند کمک کننده باشد. بیان احساسات در محیطی مطمئن و حمایت‌گر، به کودکان در رهایی از این احساس کمک می‌کند.

- برنامه‌های روتین کودک را حفظ کنید و یا برنامه‌های روتین جدید برای او ترتیب دهید. این فعالیتها می‌تواند آموزشی یا بازی باشد. داشتن روابط اجتماعی حتی در حد محدود به خانواده برای کودکان مناسب است.

- در شرایط استرس، کودکان بیشتر احساس وابستگی را از خود نشان می‌دهند. برای آنها به زبانی صادقانه و مناسب سن در مورد مشکل توضیح دهید.

پیام‌هایی برای کسانی که از افراد مسن و یا دارای بیماری زمینه‌ای مراقبت می‌کنند:

- افراد مسن، بویژه آنان که مشکلات شناختی دارند، در شرایط سخت طغیان بیماری و یا قرنطینه، بیشتر دچار اضطراب، خشم، استرس و بیقراری و انزواطلبی می‌شوند. حمایت‌های عملی و روانی خانواده برای آنها لازم است.

- دستورالعمل‌های ساده برای کم کردن خطر (شست دست،) را به زبانی روشن، محترمانه، صبورانه و قابل فهم در اختیار آنان قرار دهید. زمانی که لازم شد موضوع را تکرار کنید.

- فعالیت ساده فیزیکی و ورزش‌های سبک را برای فردی که از او مراقبت می‌کنید در نظر بگیرید. حفظ فعالیت فیزیکی به کاهش احساس دلزدگی کمک می‌کند.

فعالیت بدنی

- همه گیری کووید ۱۹ موجب در خانه ماندن بسیاری از افراد و افزایش فعالیت‌های نشستن شده است.

- اما حتی در این زمان نیز، انجام هر اندازه فعالیت بدنی برای تمام گروه‌های سنی بسیار ضروری است. انجام ۳-۴ دقیقه حرکات ورزشی سبک مانند راه رفتن یا حرکات کششی، بهبود گردش خون و فعالیت عضلانی را به همراه دارد.

- فعالیت‌های هوازی، فعالیت‌های هوازی با شدت متوسط را که عموماً معادل با راه رفتن سریع است و

به‌نحو چشمگیری ضربان قلب را تسریع می‌کند.

در شرایط خانه نشینی ناشی از شیوع کرونا می‌توان راه رفتن در حیاط یا پارکینگ منزل یا تردمیل را در نظر گرفت. می‌توان

با جمع دوره‌هایی که حداقل ۱۰ دقیقه یا بیشتر طول می‌کشند، تا حداقل ۳۰ دقیقه روزانه انجام گردد.



هفته ملی "سلامت بانوان ایران"، همه ساله در هفته پایانی مهرماه با هدف اطلاع‌رسانی و حساس‌سازی گروه‌های مختلف جامعه در خصوص اولویت‌های سلامت زنان به عنوان نیمی از جمعیت کشور، برگزار می‌شود.

شعار سال ۱۴۰۰ (زنان، مدیریت سلامت، مهار کرونا)

شنبه ۲۴ مهر: زنان، مدیریت اطلاعات و ارتقای سواد سلامت در بحران کرونا (دریافت اطلاعات از منابع معتبر، تشخیص منابع معتبر از غیر معتبر، استفاده صحیح و انتشار اطلاعات در شبکه‌های مجازی)

یکشنبه ۲۵ مهر: زنان، مدیریت سلامت روان خود و خانواده در بحران کرونا (مدیریت سوگ، مدیریت استرس، خشونت خانگی، روابط خانوادگی سالم، تقویت مهارت‌های ارتباطی، حمایت همسران از یکدیگر)

دوشنبه ۲۶ مهر: زنان و مدیریت زندگی سالم در بحران کرونا (تغذیه سالم، فعالیت بدنی در منزل)

سه شنبه ۲۷ مهر: زنان و سلامت اجتماعی در بحران کرونا (فقر، بیکاری، از دست دادن سرپرست خانواده، زنان سرپرست خانواده، فرصت کارآفرینی، آموزش راه اندازی کسب و کار در فضای مجازی برای زنان)

چهارشنبه ۲۸ مهر: زنان و سلامت باروری در بحران کرونا (روابط زناشویی ایمن و سالم، بارداری، زایمان، شیردهی)

پنجشنبه ۲۹ مهر: زنان و واکسیناسیون بیماری کووید ۱۹، واکسیناسیون زنان باردار، واکسیناسیون نوجوانان و جوانان، مشاغل پرخطر و واکسیناسیون کرونا)

جمعه ۳۰ مهر: زنان و مدیریت سلامت خانواده (حمایت از همسر و فرزندان، پیشگیری از انتقال کووید در بین افراد خانواده)

**همکاران گرامی متولد آبان ماه:**

خانمها: سمیه حیدرزاده

آقایان: کامران بامشاد - سید جواد موسوی - عباس صفرپور

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

**همکاران گرامی**

جناب آقای مجتبی جاوری

جناب آقای مرتضی جاوری

مصیبت وارده را صمیمانه تسلیت عرض نموده و برای آن در گذشته‌ها درگاه احدیت رحمت و مننّت واسعه الهی و برای بازماندگان صبر و شکیبایی مسئلت می‌نماییم.

روابط عمومی شرکت بهره برداری نیروگاه طرشت

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

تلفن: ۰۲۱-۴۴۲۸۰۰۰۰ فکس: ۴۴۲۸۰۲۸۱

نشانی اینترنتی: www.tpp.ir دفتر روابط عمومی: ۴۴۲۸۱۱۳۳

ایمیل روابط عمومی: public.relations@tpp.ir

