

سال چهارم - شماره ۷۶  
نیمه اول آبان ماه ۸۸

میلااد مسعود ثامن الائمه  
حضرت رضا (ع) مبارک

# نگار

نشریه ویژه بازنشستگان صنعت نفت



۵۸ سال خدمت  
۵۳ سال  
زندگی مشترک

۱۴



تمرین  
یا ورزش مغزی  
ضامن سلامت  
ذهن سالمندان

۱۳



فرزند مرا  
هیچ میاموز  
به جز عشق

۹



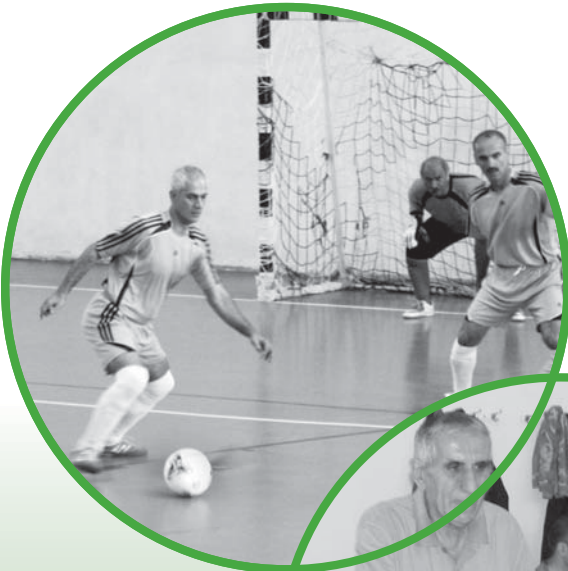
آموخته‌ایم  
مستقل و پیشگام  
باشیم

۴



تودیع و معارفه  
در مشهد مقدس

۳



در المپیاد پنجم پیشکسوتان وزارت نفت  
یک هفته رقابت، نشاط و شورورزی

نیمه اول آبان ماه

۱۳۴۹	آغاز بهره‌برداری از خطوط لوله سراسری گاز ایران
۱۳۳۲	اعلام مخالفت ایران با واگذاری هرگونه امتیاز نفتی
۱۳۳۱	امضای قرارداد نفت با کنسرسیوم شرکت‌های بزرگ نفتی
۱۳۳۱	افتتاح پتروشیمی آبادان

۱۰۰ سال با صنعت نفت

یادداشت

المپیاد بازنشستگان  
آرزویی دیرینه

آن چه در زبان و ادبیات فارسی باجاء «ورز» و «ورزیدن» همراه شده و به حوزه فرهنگ و مراودات روزمره مردم راه یافته، در واقع همان نقطه انفصال شور زندگی از سکون، جمود و خمودگی است. همان ورزشی است که به تعامل فردی و جمعی انسان در جغرافیای ذهنی و زیست بوم عینی افراد شکل و معنی می‌دهد و با دخالت دادن عنصر تحرک و نشاط، مفهومی انسانی و خواستی به زندگی می‌بخشد، مهرورزی، خردورزی، عشق‌ورزی، رقابت‌ورزی و مفاهیم فراوان دیگری از این دست است که پویایی و تحرک را به ذهن متبادر می‌کند و ورزش را از انحصار ورزش به مفهوم تن‌ورزی و تقویت جسم می‌رساند. با این همه، ورزش به معنای عرف آن در جامعه، همان شور و تحرک بدنی است که نشاط و سرزندگی می‌آورد و پایه و مبنایی می‌شود برای تأمین سلامت فردی، بهداشت روانی و ورزشی و آمادگی جسمانی.

برگزاری پنجمین المپیاد ورزشی پیشکسوتان وزارت نفت در محمودآباد، به مثابه یک رخداد مهم در زندگی کارکنان شاغل و بازنشسته ۴۵ ساله به بالا، بار دیگر یادآور اهمیت و جایگاه واقعی ورزش در خانواده بزرگ صنعت نفت بود.

این دوره المپیاد نیز همانند دوره‌های گذشته با استقبال خوبی روبرو شد. حضور بازنشستگان نفتی سالدیده در کنار شاغلان و بازنشستگان میانه‌سال، گو این که پدیده تازه‌ای در پیشینه برگزاری این المپیاد نبود، اما همانند همیشه، سخت به چشم آمد و تحسین و تشویق همگان را برانگیخت. چنین رویکردی، چندی است به یک انتظار و یک درخواست عمومی تبدیل شده و آن، برگزاری المپیاد بازنشستگان صنعت نفت است.

تفاوت مشهود سنی در بین گروه‌های شرکت‌کننده در پنجمین المپیاد ورزشی پیشکسوتان (شاغل و بازنشسته) در کنار رویکرد هر دم گسترده‌تر به ورزش سالمندی، شاید انگیزه لازم را برای مسؤولان صندوق‌های بازنشستگی فراهم آورد تا ایده برگزاری سالانه المپیاد ورزشی بازنشستگان را در دستور کار خود قرار دهند و در کنار وظایف اصلی و تعریف شده خود، به این خواست جمعی نیز جامه عمل ببوشانند. ان شاء...!

نفت و خاطره

تفنگداران پلیس جنوب (S.P.R)

فرشید خدادادیان



نگهبانان پرداختند و با پوشاندن لباس‌های متحدالشکل، آنان را MP به نشانه مخفف (MILITARY POLIC) نامیدند. پلیس‌های محلی وظیفه داشتند از اموال و دارایی‌های شرکت محافظت کنند. اما با پیشرفت و توسعه فعالیت‌های نفتی، شرکت به سیستم منسجم‌تری در حفاظت از تاسیسات خود نیازمند شد. دولت ایران هیچ‌گاه نتوانست حافظ خوبی برای منافع شرکت در ایران باشد و با اتفاقات بین‌المللی سال‌های بعد، لزوم داشتن نیروی مستقل برای حفاظت و نگهبانی از منافع شرکت بیشتر به چشم می‌خورد. تفنگداران پلیس جنوب (SOUTH POLIC RIFLE) و به اختصار S.P.R. یا نیروی انتظامی محافظ اموال شرکت نفت انگلیس و ایران، نتیجه این تصمیم بود که نیروهای آن توسط خوانین بختیاری و شیخ خزعل تأمین می‌شد.

حراست و حفاظت از دارایی‌های شرکت یکی از مهم‌ترین اموری بود که یک شاغل نفت می‌توانست به آن اشتغال داشته باشد و اهمیت آن کمتر از سمت‌های اداری و دفتری نبود. این‌گونه بود که شغل اس پی آر (ی) به مرور به شغلی مهم و افتخارآمیز تبدیل و عضویت در آن مستلزم طی مراحل سخت شد.

نکته مهم و قابل توجه، افتخارآمیز بودن این حرفه بود و این اهمیت تا به آنجا پیش رفت که با شروع طرح صدور شناسنامه و تعیین نام خانوادگی برای افراد، عنوان "اسپاری" حتی در بین نام‌های خانوادگی بسیاری از افراد نیز جای گرفت. نام خانوادگی که از ریشه و دیرینه صاحبان آن در صنعت نفت ایران نشان دارد.

مسأله حفاظت و حراست از تاسیسات و چاه‌های نفتی در مناطق نفت خیز ایران از نخستین روزهای ایجاد تاسیسات از دغدغه‌های اصلی متولیان امر بود. اکتشاف نفت در جنوب غرب ایران همان قدر برای کاشفان صاحب امتیاز هیجان‌انگیز بود، که برای افرادی که با راهزنی و استفاده از دسترنج دیگران روزگار می‌گذراندند! افزون بر این که در طول سالیان بعد رقابتی خارجی کاشفان نیز از ایجاد مشکل در تاسیسات نفتی بریتانیا در ایران بیکار ننشستند.

ایجاد منطقه‌های نفتی، مراجعه نیروی متقاضی کار به این مناطق را نیز به همراه داشت و از این منظر نیز لزوم ایجاد پست‌های نگهبانی ضروری به نظر می‌رسید.

در میدان نفتون (نخستین منطقه نفتی)، شرکت در مسیر ورود به منطقه دروازه‌ای تعبیه کرد تا عبور و مرور را کنترل کند. البته این کنترل تنها در مسیر وسایل نقلیه اعمال می‌شد، چرا که منطقه کوهستانی و تپه‌ماهور پیرامون مانع از این بود که بتوان تمام منطقه را تحت نظارت داشت. چوپانان، عشایر و افراد متفرقه به راحتی می‌توانستند از تپه‌ماهورهای اطراف به مرکز میدان نفتون رفت و آمد کنند. اما رفت و آمد رسمی که از مسیر جاده شوسه میسر می‌شد محلی بود نیازمند کنترل و ثبت ایاب و ذهاب.

بدین ترتیب پست‌های نگهبانی مناطق نفت خیز با بهره‌گیری از نیروهای بومی تحت نظارت خوانین بختیاری در مسجدسلیمان و شیخ خزعل در آبادان آغاز شد. افسران انگلیسی به آموزش

## تقدیر از دو دهه تلاش صادقانه



بیست و هشتم مهرماه همزمان با میلاد با سعادت حضرت فاطمه معصومه(س)، باحضور آقای محمدی رییس صندوق‌های بازنشستگی، پس‌انداز و رفاه کارکنان صنعت نفت و هیأت همراه طی مراسمی که در تالار مخمل زائرسرای نفت مشهد برگزار شد، ضمن تقدیر از زحمات و تلاش‌های صادقانه آقای حبیبی، طی دهه‌های ۷۰ و ۸۰ در مجتمع زائرسرای نفت مشهد، آقای علیزاده به عنوان مسؤؤل جدید این مجتمع معرفی شد.

آقای محمدی سخنان خود را با اشاره به روایت معصومین مبنی بر «خدمت کردن به مؤمن، ثواب ۷۰ حج مقبول را دارد» آغاز کرد و اولین مشخصه خدمت را مطابقت آن با رضای خداوند متعال دانست و گفت: رضایت خداوند نیز در رضای بندگان است و کسی که در جهت جلب رضایت بندگان حرکت می‌کند قطعاً عمل او رضای خداوند را نیز در پی خواهد داشت.

رییس صندوق‌ها با برشمردن ویژگی‌های یک خدمتگزار صدیق از جمله خدمت خالصانه، بی‌ریا و بی‌منت، داشتن تخصص و تعهد، سعه‌صدر، برخورد منطقی با کار و پرهیز از اعمال تبعیض در بین همکاران، انجام کار در مسؤولیت‌های خدمتی را از جمله سخت‌ترین مشاغل دانست

و عنوان کرد: خیر و شر پذیرش مسؤولیت در چنین مشاغلی تنها به خود فرد بازمی‌گردد بلکه هر یک از کارکنان آن مجموعه را متأثر می‌سازد، همان‌گونه که بازتاب مثبت عملکرد آقای حبیبی همه مسؤولان صندوق را سربلند کرده است. آقای محمدی در پایان ضمن تقدیر از خدمات آقای حبیبی و برشمردن توانمندی‌های مدیر جدید، کار در مسؤولیت‌های خدمتی را هنر خواند و از زحمات تمام کارکنان مجموعه زائرسرای نفت تشکر کرد.

در این مراسم آقای شیخ بهایی نماینده مدیران صنعت نفت خراسان بزرگ با ایراد سخنانی، آقای حبیبی را فردی انقلابی و بااخلاق خواند که با توان مدیریتی بالا از سال ۷۴ تاکنون در شرایط دشوار این مسؤولیت خطیر را به دوش گرفته است. آقای حسین‌خانی معاونت امور مالی و پشتیبانی صندوق‌ها نیز ضمن تأکید بر عملکرد مطلوب ایشان، از آقای حبیبی درخواست کرد با قبول پست مشاوره‌ای مشابه، مجموعه صنعت را از تجربیات ارزنده خود برخوردار سازد.

آقای علیزاده رییس جدید زائرسرای مشهد با تقدیر از خدمات مدیریت پیشین و نفی نگاه اقتصادی به مجموعه زائرسرای نفت، جلب رضایت میهمانان را از مهم‌ترین اهدافی خواند که تاکنون در سایه تلاش و مساعدت مسؤولان محقق شده است. وی با ابراز امیدواری از پیشبرد این اهداف، به اهم برنامه‌های مدیریتی خود اشاره کرد. تقدیر از زحمات آقای حبیبی با اهدای هدایای واحدهای مختلف به ایشان پایان‌بخش این مراسم بود.

## تودیع و معارفه در دفتر نمایندگی مشهد



در مراسمی جداگانه باحضور آقای محمدی، رییس صندوق بازنشستگی و هیأت همراه در دفتر نمایندگی مشهد، ضمن تقدیر از خدمات آقای مهدویان رییس پیشین این دفتر، آقای ممتاز به عنوان رییس حوزه ۴ شامل شهرهای مشهد، تربت حیدریه، سرخس و شاهرود معرفی شد.

در این مراسم آقای محمدی با اشاره به انتخاب صندوق بازنشستگی به عنوان واحد برتر طرح تکریم ارباب رجوع طی دوسال پیاپی گفت: هم اکنون ۴۳ دفتر نمایندگی در سراسر کشور داریم که عمده مراجعه بازنشستگان به این دفاتر است. درحقیقت این دفاتر یاریگر ما در کسب عنوان «برتر» بوده‌اند و این موفقیت به دست نمی‌آمد مگر با تلاش مدیران و کارکنان دفاتر نمایندگی.

رییس صندوق‌ها با یادآوری این مطلب که دفتر نمایندگی مشهد نیز طی دوسال پیاپی به عنوان دفتر نمونه انتخاب شده، آن را ناشی از توانایی، فراست و مدیریت توانمند آقای مهدویان دانست و روحیه تعاون و تلاش را در وی ستود. آقای محمدی از ایشان خواست همچنان با انتقال تجربیات ثمربخش خود، مسؤولان این دفتر را یاری کنند و سپس با آرزوی توفیق برای آقای ممتاز در مسؤولیت جدید به سخنان خود پایان داد. آقای حاجی صادق معاون امور بازنشستگی

ورفاه نیز با اشاره به تلاش آقای مهدویان برای حل مشکلات ارباب رجوع، وی را کارمندی خدوم خواند که همواره در جهت جلب رضایت مراجعان تلاش می‌کرد و با ابراز امیدواری از بهره‌مندی از نظرات راهگشای وی در اداره امور و پیشبرد اهداف دفتر نمایندگی مشهد برای وی آرزوی توفیق کرد.

آقای شیرازی مدیر عامل شرکت خدمات پشتیبانی صبا نفت نیز با اشاره به نتایج مثبت سومین ارزیابی عملکرد دفتر نمایندگی مشهد گفت: این دفتر همواره بیشترین درصد رضایتمندی را داشته است، البته همسایگی با زائرسرا در کسب این موفقیت مؤثر بوده است، اما نقش مدیریتی آقای مهدویان و همکارانشان در برقراری ارتباط مؤثر با مجموعه بازنشستگان

مشهد نشان‌دهنده عملکرد مطلوب و موفق ایشان است. وی از توجه آقای مهدویان به سایر مناطق خارج از حوزه مشهد نظیر تربت حیدریه، سرخس و... قدردانی و برای ایشان آرزوی تندرستی و موفقیت کرد.

آقای عبدالعزیزی ضمن تأکید بر عملکرد مطلوب آقای مهدویان طی دوران ریاست در دفتر نمایندگی مشهد و با اشاره به تغییرات ساختاری در صندوق بازنشستگی، گفت: با ایجاد این تغییرات در صندوق، ۹ حوزه برای دفاتر نمایندگی تعریف شده که هر حوزه ۷ تا ۵۷ دفتر نمایندگی را شامل می‌شود که ناگزیر باید برای مدیریت هر حوزه، یک کارمند رسمی شاغل انتخاب می‌شد.

### احساس رضایت

آقای مهدویان رییس پیشین دفتر نمایندگی

مشهد به بیان پیشینه راهاندازی دفتر نمایندگی مشهد پرداخت و گفت: با علاقه‌ای که به کار داشتم پس از ۳۷ سال خدمت در صنعت، نزد یکی از مسؤولان دفتر نمایندگی تهران آمدم و اظهار علاقه کردم که رابطی باشم میان صندوق بازنشستگی و بازنشستگان مشهد و با گفت‌وگویی که با مسؤولان صندوق داشتم خواسته‌ام پذیرفته و این مسؤولیت به من واگذار شد. اکنون پس از گذشت ۱۴ سال، از این که توانستم در این مدت خدمتی برای دوستان انجام دهم احساس رضایت می‌کنم.

آقای مهدویان با تشکر از همه افرادی که او را در راهاندازی دفتر نمایندگی مشهد یاری رسانده بودند، به ویژه آقای حاجی صادق که با اعتماد به کار و عمل ایشان از وی حمایت کرده بود، به سخنان خود پایان داد.

آقای ممتاز رییس جدید دفتر نمایندگی مشهد پس از قدردانی از زحمات همکاران با بیان روایتی از حضرت علی(ع) گفت: اگر روزی احساس خوشحالی کردید بدانید قلب کسی را خشون کرده‌اید و در ادامه گفت: در مدت کوتاهی که در کنار آقای مهدویان بودم ایشان را انسانی دلسوز، مسؤولیت‌پذیر و شائق به خدمت دیدم. هدف ما نیز همچون ایشان خدمت است و امیدوارم که بتوانم به بهترین نحو در خدمت بازنشستگان عزیز که وجودشان منشأ خیر و برکت است، باشم.

### شرکت مهندسی و ساختمان صنعت نفت (OIEC) چگونه شکل گرفته و پیشینه فعالیت آن به کجا باز می‌گردد؟

بحث شکل‌گیری شرکت مهندسی و ساختمان صنایع نفت در سال ۱۳۶۶ توسط مدیر مهندسی و ساختمان وقت شرکت ملی نفت ایران آغاز شد. در آن تاریخ، من معاون اداره مهندسی شرکت ملی نفت ایران بودم. هدف از پرداختن به این موضوع، گردآوردن نیروهای کارشناس و امکانات موجود برای تأسیس شرکت‌هایی بود که بتوانند به تدریج مدیریت پروژه‌های بزرگ را عهده‌دار شوند. پس از تهیه اساسنامه، شرکت مهندسی ساختمان در سال ۱۳۶۷ تأسیس شد و اولین پروژه‌های را که در دست گرفت، نصب واحد روغن‌سازی پالایشگاه اصفهان بود. همزمان با پیشرفت کار، در سال ۱۳۶۹ بخشی از امور ساختمانی پروژه پالایشگاه بندرعباس به عنوان پالایشگاه هشتم به شرکت مهندسی و ساختمان واگذار شد. نصب مکانیکی واحد تقطیر یک پالایشگاه بندرعباس، نصب واحد اوره پتروشیمی بجنورد و ساختمان و نصب واحد استایرین پتروشیمی تبریز از دیگر پروژه‌هایی بود که شرکت را از موقعیت بهتر و برتری برخوردار ساخت. به تدریج، شرکت وارد کارهای طراحی و مهندسی شد.

در سال ۱۳۷۵ شرکت باتوجه به توسعه فعالیتش تصمیم گرفت بخش مهندسی را به صورت مستقل و تحت عنوان شرکت مهندسی طراحی انرژی اداره کند. در حالی که صددرصد سهام آن متعلق به شرکت مهندسی و ساختمان بود. در سال ۱۳۷۷ برای اولین بار در مناقصه "EPC" و در پروژه‌های NGL ۱۳۰۰ و NGL ۱۲۰۰ مناطق نفتخیز شرکت کردیم. در حقیقت، شرکت تصمیم گرفت به سراغ پروژه‌های کلید در دست برود که هم مهندسی‌اش را انجام دهد، هم تدارک و هم نصب و ساختمان را. خوشبختانه این پروژه‌ها با شرایط بسیار خوبی اجرا شد و شرکت را از یک آزمون دشوار، سربلند بیرون آورد. اجرای پروژه آب زاهدان و پروژه تلمبه‌خانه‌های خط سراسری دوم و سوم گاز از دیگر پروژه‌های موفق شرکت بودند. برای ورود شرکت به پروژه‌های بالادست و تأسیس شرکت‌های فرعی از جمله شرکت طراحی قشم، مطالعات ۱۶ میدان از مناطق مرکزی شرکت ملی نفت ایران به این شرکت واگذار شد. با تأسیس یک شرکت دیگر که در کیش به ثبت رسید، مهندسی مخزن، لرنه‌نگاری، زمین‌شناسی و تهیه طرح‌های تفصیلی توسعه میادین را برعهده گرفتیم. با تأسیس شرکت‌های فرعی در دубی، لندن، سنگاپور و مناطق دیگر، شرکت مهندسی و ساختمان نفت توسعه بیشتری پیدا کرد. تا آنجا که اجرای پروژه‌های بزرگ از جمله طرح توسعه فازهای ۹ و ۱۰ و ۱۷ و ۱۸ پارس جنوبی را عهده‌دار شد. به تازگی نیز در مناقصه طرح توسعه فازهای ۲۰ و ۲۱ پارس جنوبی برنده شده‌ایم و این در حقیقت، بزرگ‌ترین پروژه‌ای است که تاکنون یک شرکت ایرانی برعهده گرفته است. در این پروژه برخلاف پروژه‌های قبلی که به صورت کنسرسیوم سهم داشتیم کار را چه در خشکی و چه در دریا و هم پیش حفاری به صورت صددرصد در اختیار داریم. حالا دیگر، حوزه

### از دیروز، تا امروز...

مهندس جوادی متولد سال ۱۳۳۶ در ابهر زنجان، دانش‌آموخته رشته مهندسی برق از دانشکده نفت و دارای مدرک کارشناسی ارشد در رشته مدیریت است. او از لحظه ورودش به دانشکده نفت در سال ۱۳۵۴ تا دریافت حکم بازنشستگی‌اش در زمستان سال ۱۳۸۶ راهی دشوار، طولانی و پرتلاش را پشت سر گذاشته است. چندان که پست‌های اجرایی و سمت‌های اداری وی در طول سال‌های اشتغال، فهرستی بلند از مشاغل گوناگون را در واحدها و سازمان‌های مختلف تشکیل می‌دهد: معاونت اداره مهندسی خطوط لوله و مخابرات، مسؤلیت طرح پالایشگاه گاز سرخون در بندرعباس، مدیریت مهندسی و ساختمان، عضویت در هیأت مدیره شرکت ملی گاز، مدیریت پروژه‌ها و عضویت در هیأت مدیره شرکت مهندسی و ساختمان صنایع نفت، مدیریت تدارکات و عضویت در هیأت مدیره شرکت کالای لندن، مدیریت عامل شرکت ملی صادرات گاز و سرانجام مدیریت عامل شرکت مهندسی و ساختمان صنایع نفت (OIEC) و رییس هیأت مدیره شرکت‌های تابعه.

گفت‌وگویی «زندگی نو» با مهندس رکن‌الدین جوادی مدیر عامل شرکت مهندسی و ساختمان صنایع نفت

## آموخته‌ایم مستقل و پیشگام باشیم



ما و همکارانمان در شرکت OIEC تلاش می‌کنیم به سهم خود و با استفاده از آن‌چه که به عنوان سرمایه در اختیار داریم، در مسیر حمایت از بازنگستان گام برداریم و حافظ منافع آنان باشیم

#### مقدمه:

بهره‌گیری از قابلیت‌ها و ظرفیت‌های داخلی، همواره به عنوان رویکردی راهبردی در صنعت نفت مورد توجه بوده است. اساساً ماهیت کار در صنعت نفت اقتضا می‌کند، منابع مالی و انسانی در دسترس، برای اجرای طرح‌ها و پروژه‌های توسعه در اولویت قرار گیرد. به ویژه در صنعت نفت ایران که به عنوان قدیمی‌ترین صنعت نفت منطقه و با برخورداری از بیش از یکصد سال تجربه، این قابلیت و استعداد را دارد که به منابع انسانی داخلی و شیوه‌های کارآمد و بومی رویکردی جدی و فعالانه داشته باشد.

شرکت مهندسی و ساختمان صنایع نفت (OIEC) از جمله واحدهای زیر مجموعه صندوق بازنشستگی و مظاهر چنین رویکرد و اعتمادی است. شرکتی داخلی که در طول دو دهه فعالیت خود، روندی رو به توسعه را طی کرده و اینک شانه به شانه بسیاری از شرکت‌های طراحی، مهندسی و اجرایی جهان می‌سازد. آشنایی با چگونگی شکل‌گیری و توسعه (OIEC) آن هم به روایت مدیر عامل موفق و سخت‌کوش آن که پس از بازنشستگی در این جایگاه قرار گرفته، می‌تواند روشنگر جلوه‌های از خواست و اراده جوانان ایرانی در پیشبرد اهداف صنعت نفت کشور باشد.



سرمایه‌گذاری در زمینه آموزش نیروی انسانی توجه بیشتری داریم، چرا که معتقدیم در صورت کوتاهی در این زمینه، ناگزیریم بهای سنگینی را در آینده بپردازیم.

### تعامل تان با صندوق بازنشستگی چگونه است؟

سپه‌امدار اصلی ما در حال حاضر، شرکت سرمایه‌گذاری صندوق بازنشستگی است که حدود ۶۷ درصد سهام شرکت را در اختیار دارد. شرکت ملی نفت ایران نیز دارای حدود ۲۹ درصد سهم است و قریب ۴ درصد از سهام نیز به کارکنان صنعت نفت اختصاص یافته است. به این ترتیب، خطوط اصلی سیاست شرکت از ناحیه صندوق بازنشستگی تعیین می‌شود و ما در این میان تلاش می‌کنیم امین خوبی برای منابع و دارایی آنان باشیم. ما امیدواریم بتوانیم با حمایت بیشتر شرکت سرمایه‌گذاری صندوق بازنشستگی، طرح‌های توسعه شرکت را به اجرا درآوریم. چرا که OIEC به صورت بالقوه، جای کار بسیاری دارد. ما باید از بازار کار خارج از کشور استفاده کنیم و برای بازنشسته‌های صنعت نفت، منابع مالی و پشتیبانی بیشتری فراهم آوریم.

### تعریف شما از یک بازنشسته چیست؟

بازنشستگی، آینده‌ای رویاروی جوانان است. جوان‌ها باید خودشان را در این آینده، شاداب و سرزنده ببینند و انگیزه بیشتری برای کار و تلاش پیدا کنند. جوان‌ها باید از بازنشسته‌ها راه و رسم زندگی کردن را بیاموزند. مسأله مهم در صندوق بازنشستگی که یک تکلیف اخلاقی، شرعی و حرفه‌ای است، تقویت روحیه قدرشناسی و احترام به کسانی است که سال‌های جوانی‌شان را صرف پیشرفت و آبادانی کشور کرده‌اند.

### چه ویژگی‌ای را در بازنشسته صنعت نفت در قیاس با بازنشسته دیگر سازمان‌ها می‌بینید؟

پایه و اساس نفت، نظم و وفاداری به کار است. این ویژگی‌ها به نوعی فرهنگ مسلط بر کار در نفت بوده و موجب شده است وظیفه‌شناسی و جدیت در انجام کار، شرط اصلی موفقیت در این بخش باشد. به یاد می‌آورم در دوره جنگ و در جریان بمباران پالایشگاه آبادان، تعدادی از کارکنان به شدت گریه می‌کردند. تصورم این بود که شاید همکاری را از دست داده‌اند و وقتی جویای مسأله شدم، معلوم شد اشک ریختن‌شان به خاطر پالایشگاهی است که آسیب دیده و در حال سوختن است. این نوع برخورد در آن زمان و در شرایطی که تنها ۲۱ سال داشتیم، تأثیر بسیار زیادی روی من داشت. شاید در کمتر سازمان و تأسیساتی بتوان چنین روحیه و چنین وابستگی و دلبستگی را شاهد بود و این، ویژگی مهم کارکنان صنعت نفت است.

### ... و سخن آخر؟

من به همه همکاران شاغل خود در صنعت درود می‌فرستم و برای بازنشستگان عزیز نیز آرزوی تندرستی و شادکامی و طول عمر با عزت دارم. ما و همکارانمان در شرکت OIEC تلاش می‌کنیم به سهم خود و با استفاده از آن‌چه که به عنوان سرمایه در اختیار داریم، در مسیر حمایت از بازنشستگان گام برداریم و حافظ منافع آنان باشیم.

### در حال حاضر هیچ پروژه‌ای در صنعت نفت نیست که نتوانیم مسؤولیت اجرای کامل آن را بپذیریم

تغییراتی روبه‌رو می‌شود. در حال حاضر، شرکت متشکل از یک هیأت مدیره و تعدادی مدیران ستادی است. وظیفه مدیران ستادی، تهیه دستورالعمل‌ها، روش‌ها، استانداردها و قراردادهای به صورت یکنواخت و نظارت حرفه‌ای بر اجرای پروژه‌هاست.

### شرکت OIEC اینک به عنوان نماد دانش فنی و فناوری در صنعت نفت شناخته می‌شود. این شرکت در تراز بین‌المللی و در مقایسه با شرکت‌های بزرگ و فعال در سطح جهان، از چه موقعیت و جایگاهی برخوردار است؟

بی‌گمان OIEC در مقایسه با شرکت‌هایی که برای اجرای پروژه به ایران آمده‌اند چیزی کم ندارد. برای نمونه می‌توان این شرکت را به لحاظ مهندسی از همه شرکت‌های کره‌ای و چینی که در ایران به فعالیت پرداخته‌اند جلوتر دانست.

### به عنوان یک بنگاه اقتصادی چطور؟

با تغییراتی که در شرکت به وجود آمده است و محور فعالیت‌های تازه در زمینه کنترل هزینه، کنترل کیفیت و بحث توسعه مدیریت، OIEC تاکنون حدود ۱۵۰ میلیون نفر-ساعت کار انجام داده که ۹۰ میلیون نفر-ساعت آن، صرف فازهای ۹ و ۱۰ پارس جنوبی شده است. این نشان‌دهنده حاکمی است که شرکت به رغم جوان بودن و محدودیت‌های مالی و غیره توانسته است اهداف خود را به عنوان یک بنگاه اقتصادی نیز به خوبی پیش ببرد. به گونه‌ای که در حال حاضر هیچ پروژه‌ای در صنعت نفت نیست که نتوانیم مسؤولیت اجرای کامل آن را بپذیریم. البته در بخش بالادستی، هنوز جوان و تازه کار هستیم. در بخش مهندسی و مطالعات مخزن، تسلط کامل داریم و امیدواریم تا یکی دو سال آینده در بخش حفاری خشکی و دریا نیز بتوانیم فعال عمل کنیم.

### در زمینه توسعه نیروهای انسانی که ارزشمندترین سرمایه هر مجموعه‌ای است، چه تدابیری اندیشیده شده است؟

در بخش نیروی انسانی تا حدودی روی روش استاد-شاگردی متمرکز هستیم. در جاهایی که با مشارکت خارجی‌ها در پروژه‌های فعال بوده‌ایم، سعی کرده‌ایم پایه‌پای آن‌ها، جوان‌هایمان را به کار بگیریم. در حال حاضر در بخش مهندسی شرکت ۷۰۰ نفر فعال هستند که ۸۰ درصدشان را جوان‌ها تشکیل می‌دهند. یک سری آموزش‌های کلاسیک نیز داریم که بخشی از آن برمی‌گردد به آموزش زبان، آموزش نرم‌افزارهای تخصصی و روزآمد و تشکیل کلاس‌های آموزش تخصصی در داخل و خارج از شرکت. در مجموع به بخش

فعالیت شرکت، دریا و خشکی را شامل می‌شود. پروژه طرح توسعه فازهای ۲۱ و ۲۰ پارس جنوبی حدود ۶ میلیارد دلار ارزش دارد و ما باید آن را در فاصله ۵۲ ماه نهایی کنیم. باتوجه به تجربیاتی که از کار در پروژه‌های قبلی پارس جنوبی به دست آورده‌ایم اطمینان داریم به لطف خدا می‌توانیم پروژه را در مدت مقرر به انجام برسانیم.

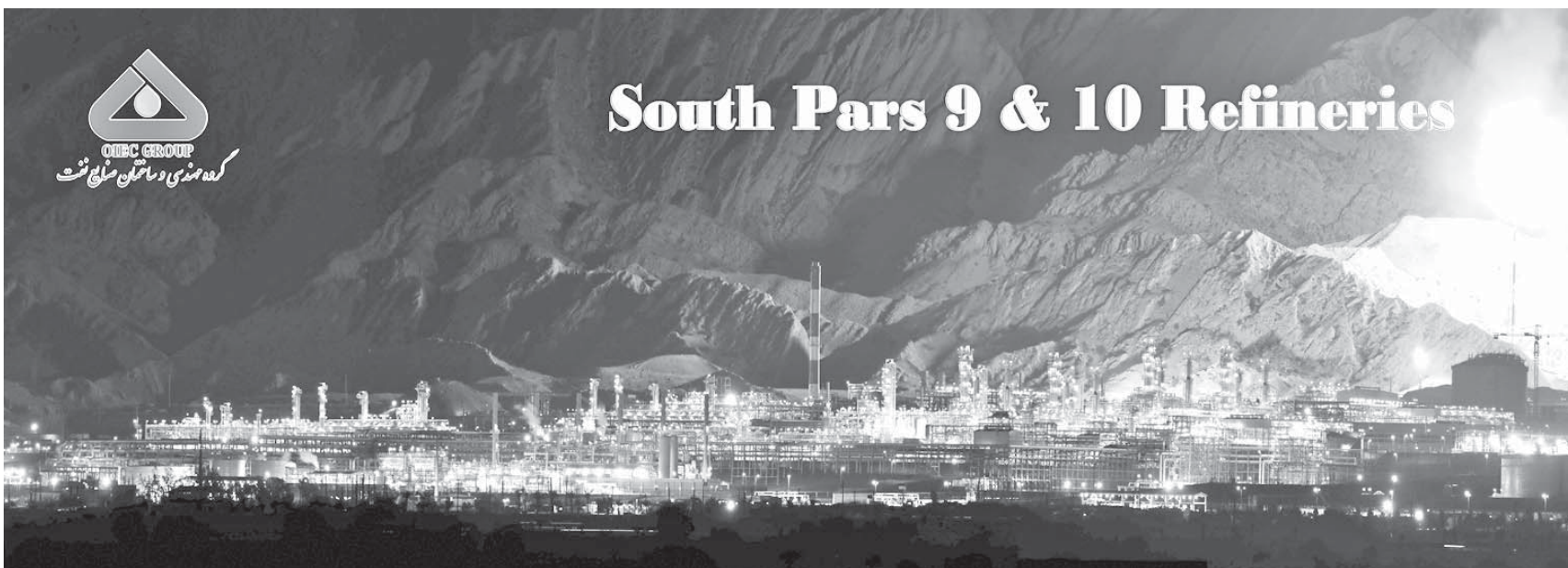
البته علاوه بر پروژه‌های گازی، در پروژه‌های پالایشگاهی نیز شرکت داشته‌ایم. برای نمونه در اجرای پروژه دو میلیارد دلاری احداث پالایشگاه نفت سنگین هرمز، به ظرفیت ۳۰۰ هزار بشکه مشارکت داریم و پس از تکمیل طراحی پایه (Basic) از اول اردیبهشت وارد طراحی تفصیلی آن شده‌ایم. همزمان، مطالعات اجرای اولین پروژه «بای بک» را به عنوان یک شرکت ایرانی شروع کرده‌ایم. این در حقیقت اولین پروژه «بای بک» در ایران خواهد بود. مشارکت در اجرای پروژه پتروشیمی ایلام، واحد بنزین‌سازی پالایشگاه تبریز، طراحی پالایشگاه خوزستان، پروژه ایستگاه‌های تقویت فشار، طرح‌های نمک‌زدایی در مناطق نفتخیز، طرح توسعه دهلران، طرح توسعه میدان آغاچاری و طرح‌های بسیار دیگر، شرکت مهندسی و ساختمان صنعت نفت و شرکت‌های تابعه‌اش را امروز با برخورداری از ۲۵۰۰ نفر مجموعه کارکنانش در موقعیت ویژه و برتری قرار داده است.

### در پروژه‌های برون مرزی نیز شرکت کرده‌اید؟

مشارکت ده درصدی در میدان نفتی شاه دنیز جمهوری آذربایجان و انجام کار لوله‌گذاری در کشور مراکش از جمله فعالیت‌های برون مرزی ما بوده است. با توجه به افزایش حجم کار شرکت، دو سال پیش تصمیم گرفتیم بازاریابی در خارج از کشور را متوقف کنیم و پس از سازماندهی حرفه‌ای و اصلاح ساختار شرکت، بار دیگر به فعالیت‌های برون مرزی بپردازیم. خوشبختانه اینک هیأت مدیره و مجمع شرکت به این جمع‌بندی رسیده که شرکت به آن حد از بلوغ کاری دست یافته است که فعالیت برون مرزی‌اش را پی بگیرد. به همین دلیل، بازاریابی در آمریکای لاتین، آسیای میانه، عراق و برخی نقاط دیگر را آغاز کرده‌ایم.

### ساختار شرکت و ساماندهی و آرایش شرکت‌های تابعه بر اساس چه اهدافی شکل گرفته است؟

شرکت مهندسی ساختمان صنایع نفت، همان‌گونه که از نامش پیداست یک شرکت پیمانکاری "EPC" است که اینک در حال تبدیل شدن به "GC" یا GENERAL CONTRACTOR است. ما امیدواریم در آینده بتوانیم هولدینگ مناسبی را برای کارها تشکیل بدهیم. به همین دلیل، ساختار شرکت، پروژه محور است. به این معنی که وقتی در پروژه‌ای به ویژه پروژه EPC برنده می‌شود و قرارداد می‌بندد، در حقیقت شرکت کوچکی مشابه خود را در دل پروژه ایجاد می‌کند. بر این اساس، شرکت دارای مجموعه‌ای از واحدهای ستادی است که در ساختار جدید با هدف نهادینه کردن تجربیات پروژه‌ها و نهادینه کردن دانش در ستاد با نگرش دانش محوری، با



## در المپیاد پنجم پیشکسوتان وزارت نفت یک هفته رقابت، نشاط و شورورزی

اشاره:

پنجمین المپیاد ورزشی پیشکسوتان وزارت نفت که در فاصله روزهای ۲۳ تا ۲۸ مهرماه در پنج رشته شنا، فوتسال، تنیس، پینگ پنگ و شطرنج با شرکت نزدیک به ۲۵۰ تن از ورزشکاران پیشکسوت (۴۵ سال به بالا) در مجتمع تفریحی ورزشی محمودآباد برگزار شد، یادآور نکات پیش گفته بود. جشنواره‌ای ورزشی باشکوه پیشکسوتانی که در رشته تخصصی خود، به عنوان برترین ورزشکاران انتخاب و به این آوردگاه اعزام شده بودند. نکته جالب این که در میان پیشکسوتان، جمع کثیری از بازنشستگان نیز حضور داشتند که با بیش از ۶۰ و در مواردی ۷۰ سال سن، شانه به شانه رقیبانی، ۲۰ تا ۳۰ سال جوان تر از خود ساییده و در مواردی، گوی سبقت را از آنان نیز ربودند. در رشته‌هایی مانند تنیس و پینگ پنگ، این مسأله نمود بیشتری داشت.

بی‌گمان آنان که پس از گذر از کنکور مسابقات انتخابی، گام به المپیاد پنجم گذاشته بودند، چه آنان که صاحب عنوان شدند و چه آن گروه که به مقامی دست نیافتند، جملگی برنده این میدان هستند، چرا که با ورزش زندگی می‌کنند و با جسم و روحی آمیخته به این پدیده سالم و انسان ساز، خود را از آلاینده‌های جسمی و روحی دور می‌سازند. آن چه در پی می‌آید گزارشی است از این جشنواره بزرگ ورزشی که امسال باشکوهی بیشتر و در محیطی سرشار از رقابت دوستانه، نشاط و شورورزی برگزار شد.

ورزش از جمله پدیده‌هایی است که ماهیتی ویژه و منحصر به فرد، در مقایسه با دیگر پدیده‌های اجتماعی دارد. از گرانیگی ورزش هر چه گفته شود ناکافی است و در استنتاج نهایی، پاره‌ای از ابعاد و جوانب آن ناگفته می‌ماند. تضمین سلامت، بیداری جسم، سرزندگی و نشاط روحی، از جمله پیامدهای شناخته شده و قابل درک این پدیده بی‌همتا به ویژه در دوران میانسالی و سالمندی است که عبور از گذرگاه‌های دشوار زندگی را ممکن می‌سازد. البته نه به این مفهوم که ورزشکاران و ورزش‌دوستان برای همیشه می‌پایند، بلکه می‌توان گفت به طور معمول، تا هنگامی که زنده‌اند از روح و جسمی سالم تر از دیگران برخوردار می‌شوند و تا آخرین لحظات عمر با کودک درون خود در تعاملی پنهان اما دلپذیر باقی می‌مانند.

ناگفته پیداست سازمان‌های مسؤول، مانند صندوق بازنشستگی، می‌توانند با نگاهی جدی تر به مقوله ورزش، جهت‌گیری خدمات را در مسیر تقویت و بهینه‌سازی این بخش از زندگی فردی و جمعی بازنشستگان تداوم بخشند و نگاه به ورزش را نه به صورت تجربیدی و انتزاعی که به عنوان پدیده‌ای تأثیرگذار بر کلیه جوانب زندگی بازنشستگان و بستری مناسب برای تأمین سلامت جسم و تحولات فکری و ذهنی آنان، به شمار آورند.

### صندوق بازنشستگی، قهرمان فوتسال

تیم پیشکسوتان نفت (الف) عبارت بود از: سید محمود حقیقیان، عزت قادری، سیدعلی موسوی، عبدالحمید زارعی، عباس صمغ‌آبادی، حسن علوی‌نژاد، مهدی فراهانی، محسن صالحی، یدالله سهرابی، مهدی فراهانی، احمد صدوقیان زاده و هادی نوری (سرپرست).  
گفتنی است که حضور محمود حقیقیان بازیکن سابق تیم ملی به عنوان بازیکن و مربی، نقشی اساسی در توفیق تیم صندوق بازنشستگی، طی سال‌های اخیر و از جمله، مسابقات المپیاد پنجم داشته و این تیم را در جایگاهی دست نیافتنی در صنعت نفت نشانده است.

تیم فوتسال صندوق بازنشستگی که با نام تیم «نفت الف» در مسابقات فوتسال پنجمین المپیاد پیشکسوتان وزارت نفت شرکت کرده بود، با اقتدار تمام به مقام قهرمانی دست یافت. این تیم در بازی‌های انجام یافته به ترتیب با نتایج ۶ بر ۵ تیم پالایش و پخش (ب)، ۳ بر یک تیم پالایش و پخش (الف) و یک بر صفر تیم پتروشیمی را شکست داد و در مسابقه نهایی نیز طی یک بازی سخت و نزدیک، با نتیجه یک بر صفر بر تیم پر قدرت نفت (ب) فائق آمد و به مقام قهرمانی دست یافت. تیم نفت (ب) به مقام دوم رسید و تیم پالایش و پخش (الف) نیز بر سکوی سوم ایستاد. اسامی اعضای



### نفت تهران، قهرمان تنیس

با کسب دو پیروزی و سه شکست عنوان سوم این مسابقات را به دست آوردند.

اعضای تیم‌های اول تا سوم عبارت بودند از: نفت تهران، قهرمان مسابقات: عبدا... لازم‌زاده، مهرداد امیرغیاثوند، حسن اسفندیاری، داود مقدم‌تبار و مهدی برازندگان. سیاوش خضرای (مربی) و محمودیان (سرپرست).

شرکت ملی گاز، نایب قهرمان: طغرل اصائلو، بیژن رشیدی، ابراهیم جانکی، نیک‌نژاد و محمدتابتی، منوچهر شمس (مربی).

مناطق نفتخیز، صاحب عنوان سوم: جاسم عامری، احمد سرخی، موسی بیرون، سهراب یزدان‌پرست، سیدجلال‌الدین شمس و امیر سوده (مربی).

در مسابقات انفرادی نیز به ترتیب سهراب یزدان‌پرست مقام نخست را از آن خود ساخت، احمد سرخی به مقام دوم رسید، طغرل اصائلو و ابراهیم جانکی به مقام سوم مشترک دست یافتند.

پیشکسوتان نفت تهران (نفت الف) با کسب چهار پیروزی و یک شکست عنوان قهرمانی را از آن خود ساخت.

تیم پیشکسوتان شرکت ملی گاز با سه پیروزی و دو شکست عنوان دوم و تیم مناطق نفتخیز جنوب (نفت ب)

تیم تنیس پیشکسوتان نفت تهران، به عنوان قهرمانی پنجمین المپیاد ورزشی وزارت نفت دست یافت. در این مسابقات که در فاصله روزهای ۲۵ تا ۲۸ مهرماه در ورزشگاه تنیس دانشگاه شهرستان امل برگزار شد، تیم تنیس



اعضای تیم قهرمان و نفرات برتر مسابقات تنیس را بازنشستگان تشکیل می‌دادند

## پتروشیمی میزبان سنتی المپیاد پیشکسوتان



از پنج دوره مسابقات المپیاد پیشکسوتان وزارت نفت، سه دوره را شرکت ملی صنایع پتروشیمی به عنوان میزبان مسابقات برگزار کرده است.

محسن بهمن آبادی رییس امور ورزش شرکت ملی صنایع پتروشیمی، ضمن بیان این مطلب، گفت: مسابقات امسال با شرکت ۲۹ تیم در پنج رشته فوتسال، شنا، تنیس زمینی، تنیس روی میز و شطرنج با حضور نزدیک به ۲۵۰ ورزشکار پیشکسوت (بالای ۴۵ سال) شاغل و بازنشسته و سرپرستان و مربیان مربوطه، با کیفیتی برتر از دوره‌های قبل برگزار شد.

وی افزود: هدف اصلی برگزاری این مسابقات، تقویت روحیه دوستی، محبت و فراهم آوردن فرصتی چند روزه برای تجدید خاطرات پیشگامان و متقدمان صنعت نفت است. بهمن آبادی ضمن اشاره به حضور پرشور جمعی از بازنشستگان ورزشکار در این جشنواره ورزشی، نقش صندوق بازنشستگی را در ترغیب آنان به امور ورزش، راهبردی دانست و افزود: صندوق بازنشستگی می‌تواند ضمن جلب همکاری فعالان ورزشی در چهار شرکت اصلی، با ایجاد سامانه‌ای ویژه، نسبت به تدوین و اجرای برنامه‌های گسترده ورزشی اقدام کند تا ضمن پاسخ‌گویی به یکی از نیازهای اساسی بازنشستگان، شرایط لازم را برای پرکردن اوقات فراغت، حفظ سلامت، ارتقای روحیه و ایجاد انگیزه در میان این عزیزان فراهم سازد.

وی در خاتمه با اشاره به این که، خود نیز تا دوران بازنشستگی فاصله چندانی ندارد تصریح کرد: حضور پر تعداد و سرشار از انگیزه بازنشستگان در المپیاد امسال، بازتابی است بر ضرورت تدوین برنامه‌های ورزشی برای آنان و من نیز سعی خواهم کرد با انتقال نظرات خود به مسؤولان و سیاستگذاران، نقشی مؤثرتر از گذشته، در این زمینه ایفا کنم.

## تجلیل از پیشکسوتان ورزش صنعت نفت

در مراسم پایانی المپیاد پیشکسوتان وزارت نفت که با حضور احمدرضا حراف مدیر امور اداری و آموزش شرکت ملی صنایع پتروشیمی و رییس ستاد برگزاری مسابقات، دکتر علی‌نژاد مدیر کل ورزش وزارت نفت، مسؤولان امور ورزش شرکت‌های اصلی و جمع ورزشکاران حاضر در مسابقات، در سالن بزرگ اجتماعات مجتمع تفریحی ورزشی محمودآباد برگزار شد، ضمن اجرای برنامه‌هایی ویژه، از شش تن از پیشکسوتان ورزش کشور و بازنشسته صنعت نفت تجلیل به عمل آمد.

منوچهر شمس‌ا شمس عضو تیم ملی بسکتبال در سال‌های دهه ۱۳۳۰ و ۱۳۴۰، محمد حسین محبی قهرمان بلندآوازه کشتی جهان، فریدون لقمان عضو تیم ملی فوتبال در دهه ۱۳۵۰، سیدصادق سیدعلی‌خانی مربی سابق تیم ملی و نفت تهران، استاد عباس فتاحی و استاد بهروز حسینی‌زاده.



شرکت ملی گاز به کسب رتبه‌های دوم و سوم نایل آمدند. مهدی قریشی‌زاده، ابوالفضل طباطبایی، تورج منتظری، حمید جلیل‌زاده و عبدالعلی طاباری چهره‌های برتر این مسابقات بودند که در میزهای یک تا پنج بر کلیه حریفان خود غلبه کردند.



## شنا شطرنج و تنیس روی میز

در مسابقات شنا، تیم پیشکسوتان نفت تهران به مقام قهرمانی دست یافت و تیم‌های مناطق نفت‌خیز جنوب و شرکت ملی صنایع پتروشیمی عناوین دوم و سوم را به دست آوردند.

در این رقابت‌ها، ابراهیم یزدان‌پناه از تیم نفت تهران با کسب مدال طلا، چهره شاخص مسابقات بود. در رقابت‌های تنیس روی میز، نفت تهران بر سکوی نخست ایستاد و مناطق نفت‌خیز جنوب و پالایش و پخش سکوه‌های دوم و سوم را به خود اختصاص دادند. در مسابقات انفرادی این رشته نیز، مسعود امیری به مقام اول دست یافت، صادق ادهمی در مکان دوم قرار گرفت و منصور زیبا و حسین مطلبی مشترکاً سوم شدند. در نبرد اندیشه‌ها نیز شطرنج‌بازان پیشکسوت مناطق نفت‌خیز در صدر قرار گرفتند و تیم‌های نفت تهران و

## بزرگ خانواده پینگ‌پنگ ایران:

## راکت‌ها را زمین نمی‌گذارم

۱۳۴۲ همراه آقای ایرج طهماسبی در رشته دونفره به مقام نخست دست یافتیم.

تلاش فدراسیون تنیس روی میز ایران به ویژه مهندس شاهرخ شهنازی را برای پیشرفت این رشته مفرح و پر تحرک ورزشی قابل تقدیر می‌دانم و از برگزارکنندگان مسابقه و نیز آقای بهمن رشیدی به نیکی یاد می‌کنم. می‌گوید:

خوب است چنین مسابقاتی در سطح وزارت نفت هر سال برگزار شود. البته برای این کار به سالن استاندارد نیاز است که در محمودآباد چنین سالی وجود ندارد.

صالح‌پور، با تأکید بر این که سخنش بدون غرض و نظرش حقیقی و ثابت است، نامه‌اش را با طرح یک پیشنهاد و یک گله کوچک به پایان برده است: در مسابقات المپیاد ورزشی، قرار دادن مینای سن ۴۵ سال به بالا عادلانه نیست. آیا مبارزه من با ۷۵ سال سن با یک ورزشکار جوان ۴۵ ساله از نظر کارشناسان، منطقی است؟ در حالی که بهتر است مینا را ۵۰ تا ۶۰ سال و ۶۰ سال به بالا قرار داد! از طرفی، آیا در جریان مسابقات، برای امثال من که علی‌رغم ۷۵ سال سن و مشکلات عدیده همچنان پای به میدان مسابقات می‌گذاریم، نمی‌توان جایزه‌های در نظر گرفت؟



در مسجد سلیمان شروع کرده است. ورزشی که به گفته او به وسیله انگلیسی‌ها به منطقه آورده شده بود. می‌گوید: در سال ۱۳۳۲ در جریان مسابقات قهرمانی کشور، همراه تیم مسجد سلیمان به مقام چهارم دست پیدا کردم. در کنار قهرمانان پراوازه ایران مانند امیراحمدشام‌زاده، کرلو، بزرگ‌زاده، مرحوم اصلاح‌چی و دیگران به حدود ۴۰ عنوان دست پیدا کردم. در سال‌های ۱۳۴۰، ۱۳۴۱ و

۷۵ سال دارد و هنوز راکت به دست، جوانی می‌کند. به سوی توپ جست می‌زند و شادمانه آن را به زمین حریف بازی می‌گرداند. سیدرسول سادات صالح‌پور، زاده مسجد سلیمان و قهرمان پیشکسوت ورزش پینگ‌پنگ را شاید بتوان شاخص‌ترین چهره پنج‌مین المپیاد ورزشی وزارت نفت در محمودآباد دانست. ۶۴ سال است که در همه مسابقات کشوری و مسابقات قهرمانی صنعت نفت شرکت می‌کند. به عنوان پیشکسوت پیشکسوتان رشته پینگ‌پنگ، حتی باختش نیز در میدان مسابقه، قهرمانانه و تحسین‌برانگیز جلوه می‌کند. وقتی شرحی از زندگی پرافتخارش را تقاضا کردیم در نامه‌ای که با دقت و حوصله نوشته و با عنوان «کوچک خانواده پینگ‌پنگ ایران» امضا کرده است، خواندیم و دانستیم که مرد میدان مبارزه با رنج و اندوه نیز هست: دختر ۲۶ ساله‌ام فلج مادرزاد است، همسر من نیز پوکی استخوان دارد و گرفتار شکستگی ستون فقرات است. روز بیستم بهمن ماه سال ۱۳۸۵ خودم دچار سکته مغزی شدم. اما در اسفند همان سال، بار دیگر راکت به دست گرفتم و به میدان مسابقه برگشتم! او دارای ۵ فرزند (دو پسر و سه دختر) است. صالح‌پور، ورزش تنیس را از ۱۲ سالگی

## منوچهر شمس‌ا شمس پیشکسوت ورزش:

## سالانه برگزار شود بهتر است

این شرکت را در مسابقات المپیاد برعهده داشت، در گفت‌وگویی کوتاه ضمن اشاره به جنبه‌های مفید این گونه مسابقات گفت: چنانچه فاصله برگزاری این مسابقات کوتاه شده و از هر دو سال یک بار کنونی به سالانه تغییر یابد، علاوه بر ایجاد شوق و انگیزه‌های مستمر در میان پیشکسوتان، به ویژه بازنشستگان، اثرگذاری این گونه برنامه‌ها را افزایش داده و آثار سازنده آن را تداوم خواهد بخشید.

منوچهر شمس‌ا شمس چهره قدیمی ورزش کشور و از فعالان ورزش صنعت نفت که اینک در دوران بازنشستگی به سر می‌برد، از جمله شش پیشکسوتی بود که از سوی ستاد برگزاری المپیاد به عنوان پیشکسوت برگزیده معرفی شد و در مراسم پایانی این مسابقات مورد تجلیل قرار گرفت. وی که علی‌رغم بازنشستگی، همچنان با امور ورزش شرکت ملی گاز همکاری دارد و هدایت تیم تنیس



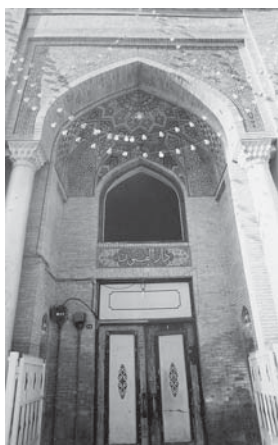
## میانگین روند طول عمر در جهان رو به افزایش است

در این گزارش همچنین پیش‌بینی شده رسیدن به سن ۸۰ سالگی و بالاتر، در جهان روندی شتابان به خود گرفته و تخمین زده شده است که تا حدود ۴۰ سال آینده تعداد افرادی که ۱۰۰ سال یا بالاتر دارند به ۱۴ برابر میزان کنونی خواهد رسید. براساس این گزارش، پیش‌بینی شده است جمعیت ۱۰۰ سالگان جهان تا سال ۲۰۵۰ میلادی یعنی حدود ۴۰ سال آینده از میزان حدود ۲۸۰ هزار نفر کنونی به ۳/۷ میلیون نفر می‌رسد. برآوردهای به عمل آمده حاکی از آن است که زنان سالمند در برابر مردان بالاتر از ۶۰ سال در شرایط کنونی و در آینده، اکثریت خواهند داشت. در حال حاضر نیز ۵۵ درصد از سالمندان یا افراد گروه سنی ۶۰ ساله و بالاتر را زنان تشکیل می‌دهند و در آینده ۶۴ درصد سالمندان را زنان تشکیل خواهند داد.

پایگاه اینترنتی «ایچ استیم» که در آن بیشتر مسائل مربوط به جمعیت، سالمندان و سلامت و درمان منتشر می‌شود، در گزارشی تازه به مناسبت روز جهانی سالمند تصریح کرده با وجود گسترش روند بیماری‌های مزمن دوران سالمندی، در ۴۰ سال آینده از هر ۵ نفر جمعیت روی زمین یک نفر به گروه سنی بالاتر از ۶۰ سال تعلق خواهد داشت. در این گزارش با استناد به برآوردهای محافل درمانی و پزشکی تخمین زده شده تا سال ۲۱۵۰ میلادی یا حدود ۱۴۰ سال آینده از هر ۳ نفر جمعیت روی زمین یک تن بالاتر از ۶۰ سال است. این در حالی است که اکنون از هر ۱۰ نفر جمعیت جهان یک نفر بالاتر از ۶۰ سال سن دارد.

### احیای میراث امیر کبیر

## سر بر آوردن دارالفنون از فراموشخانه تاریخ



کلاس‌هایی که از نورگیر زیبا و مناسبی برخوردارند هم از گزند آسیب در امان نمانده‌اند.

در طی سال‌های مختلف، قسمت‌های زیادی از حیاط مدرسه به مغازه‌های اطراف فروخته شده و شرکت مخابرات نیز که در ضلع شمالی مدرسه قرار دارد، پیش از انقلاب نزدیک به دو هزار متر از زمین مدرسه را گرفته است.

ساختمان بلند این مرکز، نمای زیبایی شمالی را مخدوش کرده و در مدرسه را که به میدان امام خمینی (ره) راه داشته بسته است، ضمن این که ارتفاع این ساختمان مانع از ثبت جهانی مدرسه دارالفنون شده است. زنگ مدرسه دارالفنون برای اولین بار به دست ناصرالدین شاه به صدا در آمد. اولین تماس تلفنی در ایران نیز با مدرسه دارالفنون برقرار شده که تلفن آن نیز هم اکنون در همین مدرسه نگهداری می‌شود.

حالا دارالفنون آرام کنار خیابان ناصرخسرو نشسته و منتظر بازسازی و مقاوم‌سازی است، گویی برخی از مسؤولان عزم به بیرون آوردن این مدرسه از فراموشخانه تاریخ کرده‌اند.

منبع: خبرگزاری مهر

کمتر گواهی بود که خود را دهکده این مدرسه می‌دانست.

بازسازی مدرسه از ابتدای سال ۱۳۸۸ آغاز شده است. مسؤول پروژه، سازمان نوسازی مدارس وزارت آموزش و پرورش است و میراث فرهنگی نیز نقش ناظر را دارد.

ساختمان اولیه را چوب، آجر و خاک تشکیل می‌دهد و دیوارهای آن بالای ۷۰ سانتی متر ضخامت دارد.

مدرسه دارالفنون با زیربنای ۶ هزار و ۱۰۸ متر و دوهزار و ۳۵۴ متر حیاط مرکزی و دوهزار و ۷۲۳ متر حیاط بیرونی در دو مرحله ساخته شده است. در گذشته ساختمان یک طبقه بود. تنها ایوانی در قسمت شمالی مدرسه ساخته شده بود که ناصرالدین شاه در آن می‌نشسته و از آنجا مدرسه را نظاره می‌کرده است. اما حدود ۸۰ سال پیش مارکوف روسی طبقه دوم این مدرسه را ساخت. شاگردان مدرسه را بیشتر اعیان‌زادگان و شاهدگان تشکیل می‌دادند و به همین دلیل مدرسه سه راه به کاخ‌های اطراف از جمله شمس‌العماره داشته است.

دارالفنون ۳۰ کلاس درس، دو تالار آمفی تئاتر و یک سالن اجتماعات دارد.

اینجا دارالفنون است. نخستین مدرسه نوین ایرانی که حالا بوی خاک و نمش از کهنگی آن حکایت می‌کند. دارالفنون تنها یک مدرسه متروکه و وامانده نیست، که نماد و نشانه تمدن طلبی و خواست تاریخی پیشرفت و آبادانی ایران بوده و هست و خواهد بود.

شهریار، پروفیسور حسابی، منوچهر احترامی، جمال زاده، نادر ابراهیمی، جلال آل احمد، روح‌الله خالقی، مصطفی چمران، علی اکبر نفیسی و... تنها تعدادی از نام‌های پر آوازه‌ای هستند که این هوا را نفس کشیده و این زمین را تجربه کرده‌اند.

اینجا مدرسه‌ای است که اولین عمل جراحی قلب باز، نخستین پرواز بالن در ایران و اولین تماس تلفنی در آن انجام شده است. روزگاری مدرن‌ترین دستگاه چاپ نیز برای چاپ کتاب‌های دانش‌آموزان به این مدرسه آورده شد.

سردر زیبای دارالفنون را لرزاده - معمار معروف - پدید آورده و خط چشم‌نواز بالای آن از عبدالحمید ملک‌الکلامی ملقب به امیرالکتاب است. سال‌ها اهل قلم و ادب می‌نوشتند مدرسه در حال تخریب است و نیاز به عزمی راسخ برای بازسازی دارد اما

### نام‌های آشنا

۴۸

انریکو ماتیهی

Enrico Mattei

قسمت آخر

### سقوط مرگبار



در اوت ۱۹۵۷، معامله «ماتیهی» با ایران تقریباً تمام شده و دلایلی بر حضور وی در تهران در دست بود. سفیر بریتانیا از تهران گزارش داد: «نخست سفارت ایتالیا حضور وی را به شدت پنهان می‌داشت، اما ما تقریباً مطمئن بودیم که او در تهران است. از این رو دل به دریا زد و شنبه شب... سوار بر اسب از قلعهک به سوی اقامتگاه تابستانی سفیر ایتالیا در فرمانیه راندم مطمئناً کسی جز خود «انریکو ماتیهی» در جمعیت سفیر نبود. آنها زیردرختی نشسته و با خوشحالی، پیروزی «ماتیهی» را جشن گرفته بودند، زیرا در همان روز وی با ایران قرارداد بسته بود. او با مهربانی و آزادانه سخن می‌گفت. وی با خوشرویی اظهار داشت: «در باره قرارداد «آجیپ» مطالب محرمانه وجود ندارد، به هر حال این قرارداد اکنون به دولت تعلق دارد.» وی آنگاه در باب این تز خود داد سخن داد که: «اینک خاورمیانه باید به باختر میانه اروپای صنعتی بدل شود.» و پس از این مشاهده سفیر انگلیس با استادی و مهارت و شیوایی خاصی نوشت: «مطمئناً «ماتیهی» با ضربه‌هایی شجاعانه و با استفاده از قلم مویی بزرگ بر پرده عریضی نقش می‌زند.»

«ماتیهی» در محفل خودمانی و خصوصی خود صریحاً ابراز می‌کرد که از واکنش شرکت‌های عمده نفتی گیج و مبهور شده است. وی می‌گفت: «ما در ایران موفق شدیم به مختصر موفقیتی دست یابیم و این موفقیت سرورصدای زیاد همه را موجب شده است.» البته او دلیل این امر را می‌دانست، اما مشارکت ایران و «انی» نه به دلیل خود معامله که به دلیل زمین‌شناسی منطقه مورد معامله، پیشرفت چندانی نکرد، زیرا در منطقه مذکور نفت زیادی که قابل بهره‌برداری تجاری باشد، کشف نگردید. از این رو ورود به صحنه نفت ایران رویای «ماتیهی» را در ارتباط با ایجاد منبع مطمئنی برای رفع نیازهای نفتی ایتالیا، محقق نساخت، اما او به بخشی از بلندپروازی دیگر خود دست یافت. اصل پنجاه - پنجاه متر لرزل شده بود و به گمان وی پایه‌های قدرت «هفت خواهران» بر همین اصلی استوار بود که وی آن را سست کرده بود. سفیر بریتانیا در تهران در اوت ۱۹۵۷ باخشم گزارش داد که: «شاه و وزرایش می‌کوشند از راه بازی با کلمات و آرتیست‌بازی‌های کلامی، خود را بی‌گناه جلوه دهند و تظاهر کنند که اصل پنجاه - پنجاه دست نخورده باقی‌مانده است، لیکن ما می‌دانیم که دوران اصل پنجاه - پنجاه لاجرم سپری شده است.» سرانجام تلاش‌های «ماتیهی»، انی و شرکت وابسته به آن «آجیپ» را به قدرتی جهانی در صحنه بین‌المللی نفت بدل کرد و «ماتیهی» خود به ثروتمندترین مرد ایتالیا و قهرمانی محبوب و مشهور تبدیل شد. وی بیش از هر شخصیت دیگر در شکوفایی اقتصاد ایتالیای پس از جنگ که «معجزه ایتالیا» خوانده می‌شد، نقش داشت. اما زندگی این مرد موفق دنیای نفت و اقتصاد پایان خوشی نداشت. در ۲۷ اکتبر سال ۱۹۶۲ بود که هواپیمای جت شخصی او که از جزیره سیسیل به مقصد میلان در پرواز بود به طرزی مشکوک سقوط کرد و به کشته شدن او و همراهانش منجر شد. برخی محافل، سرویس‌های اطلاعاتی غرب را عامل این سقوط دانستند و متهم به دستکاری در هواپیمای او کردند.

## یادایام

جزیره خارگ  
چگونه جان گرفت| قسمت دوم |  
عیسی قیصری

برادرم طالب قیصری در خاطرات خود می‌نویسد: «ما یک گروه سه نفره بودیم که حدود ۵۰ سال پیش در ساحل جزیره خارگ مستقر شدیم و با ابزارهایی که در اختیار داشتیم روزانه وضع جزر و مد سواحل کم عمق را از نظر بیشترین ارتفاع آب دریا در بالاترین مد و کم‌ترین آن در پایین‌ترین جزر، دو بار ثبت می‌کردیم. سپس اطلاعات به دست آمده را برای تلفیق با اطلاعاتی که به وسیله کارشناسان شرکت «هالوین هیوز» از سواحل عمیق تهیه می‌شد به کارشناسان مستقر در کشتی تحویل می‌دادیم. این اطلاعات برای جمع‌بندی و تهیه نقشه‌های تحلیلی، به مرکز شرکت «هالوین هیوز» در لندن ارسال می‌شد. عملیات شناسایی سواحل جزیره به وسیله گروه مستقر در ساحل و گروه کارشناسان خارجی مستقر در کشتی «سروش» پس از دوماه تلاش بی‌وقفه به پایان رسید و پس از آن جزیره و سواحل آن را ترک کردیم...» پس از حدود دو سال از آغاز شناسایی و نقشه‌برداری از سواحل جزیره و آب‌های عمیق نزدیک به آن و انجام مطالعات مقدماتی و تفصیلی، کارهای ساختمانی برای احداث تأسیسات در جزیره خارگ آغاز شد.

پروژه نخست، ایجاد انبارهای نفت با گنجایش ۲ میلیون و ۷۴۰ هزار بشکه و اسکله‌ای با چهار لنگرگاه به ظرفیت بارگیری ۱۰ هزار تن در ساعت بود. احداث خانه‌های مسکونی برای کارکنان، از دیگر بخش‌های پروژه نخست بود که در میانه سال ۱۹۶۰ میلادی تکمیل شد.

پروژه دوم، زیر عنوان بخشی از عملیات طرح چم در سال ۱۹۶۶ میلادی به پایان رسید. تبدیل بندر ماهشهر به بندر صادرات فرآورده‌های نفتی، تمرکز کلیه صادرات نفت خام در جزیره خارگ، ساختن یازده انبار نفت خام به ۸ میلیون و ۲۴۰ هزار بشکه، کشیدن ۴ خط لوله ۴۸ اینچی از مخازن به اسکله و افزودن قدرت بارگیری آن تا ۵۲ هزار تن در ساعت و ساختن ۶ لنگرگاه جدید، خارگ را به بزرگ‌ترین اسکله صادراتی نفت خام در جهان مبدل کرد.

پروژه سوم، شامل ۳ انبار یک میلیون بشکه‌ای و یک مخزن ۵۰۰ هزار بشکه‌ای بود که ظرفیت انبارها را به بیش از ۱۱ میلیون و ۷۰۰ هزار بشکه افزایش می‌داد. سه انبار یک میلیون بشکه‌ای با سقف‌های شناور در نوع خود در جهان بزرگ‌ترین هستند. لوله‌هایی به قطر ۷۲ اینچ که از محوطه انبارها تا اسکله کشیده شده است از قطورترین لوله‌های دنیاست. پس از تکمیل طرح توسعه و تحمل فشارهای ناشی از جنگ تحمیلی و پس از گذشت حدود ۵۰ سال از زمان شروع عملیات، به همت کارکنان غیرتمند و سخت‌کوش صنعت نفت، جزیره خارگ همچنان با قدرت و سرافرازانه نفت خام را به اقصی نقاط جهان صادر می‌کند.

در سرزمین مادری می‌توان احساس بسیار خوبی داشت. می‌توان به نشاط و سرزندگی رسید. خوشبختی کسر متعارفی است با صورت امکانات و مخرج توقعات. هر چه مخرج کسر کوچک‌تر باشد، کسر بزرگ‌تر می‌شود و هر چه صورت کسر بزرگ‌تر باشد، باز هم کسر بزرگ‌تر می‌شود. بنابراین باید به امکانات افزود و یا توقعات را کم کرد. این هر دو، در جهت احساس خوشبختی است. ابوالعلاء معری شاعر و حکیم پرآوازه می‌گوید: «در لحظه زندگی کن و این لحظه را از دست نده. آن چه که رفته، رفته است و آن چه که نیامده، پیدا نیست که چیست و چگونه است.» این، درس خوبی است برای آن‌ها که غصه‌خوارند و همواره زانو در بغل دارند. به هر حال، از نگاه من، بازنشستگی پایان کار نیست، بلکه تنها یک تغییر است. تغییری که می‌تواند لذت‌بخش باشد و سرآغاز امیدهای تازه‌تر. در این دوران، انسان احساس تعلق به خود می‌کند و مخیر است به هر شکلی که مایل است، اوقاتش را سپری کند.

## معجزه ورزش و تغذیه سالم

آقای اکبری، نسخه‌پیچ نیست، اما توصیه‌هایی برای هم‌سن و سالانش دارد که می‌توان به آن‌ها توجه کرد:

ورزش سبک به ویژه راهپیمایی همراه با غذای ساده و مناسب، معجزه‌آفرین است. آن گاه که به این دو، کتاب‌های مورد علاقه و دوستان خوب نیز اضافه شوند، می‌توان خود را در گلستان یافت. چنان که مولانا می‌گوید **هر دوست، یک شاخه گل است.** من حتی در دوران اشتغال نیز از کار لذت می‌بردم. کارم در خطوط لوله بود و به خاطر انجام صحیح وظایفم، در ایران و آمریکا آموزش دیدم. آذر ماه سال ۱۳۷۲ با ۳۷ سال و ۶ ماه سابقه خدمت بازنشسته شدم. هم‌سرم نیز حدود سال ۱۳۷۵ بازنشسته شد.

## خاطرات خوش، عین زندگی است

آقای اکبری پیگیری امور رفاهی و اقتصادی بازنشستگان صنعت نفت را از سوی مسؤولان صندوق‌های بازنشستگی بسیار ارزشمند می‌داند و با امید به ادامه این تلاش‌ها می‌گوید:

مسؤولان با خلوص نیت و علاقه کار می‌کنند و همه چیز، قابل قبول است. دوران بازنشستگی، دورانی است که باید با تلاش بیشتر و سرگرمی افزون‌تر همراه باشد، تا آنجا که انسان فرصت پیدا نکند از خود یا از دیگری بی‌رسد احساس خوشبختی می‌کند یا خیر. من تلاش کرده‌ام در طول زندگی‌ام روحیه کار و تلاش را در فرزندانم نیز تقویت کنم. گو این که پیری را باید به عنوان یک فرایند تدریجی و قطعی پذیرفت، اما کیفیت آن بسیار مهم است. هر روز که از خواب برمی‌خیزم از خدا می‌خواهم مرا در آن روز و روزهای دیگر حفظ کند. چنین دعایی، بهانه‌ای است برای زندگی و عشق ورزیدن به آن. ما ناگزیریم به این بهانه‌ها متوسل شویم تا احساس شادابی، طراوت و ماندگاری کنیم. خاطرات خوش سال‌های مفید بودن، عین زندگی است.



میهمان این شماره

فرزند مرا هیچ میاموز  
به جز عشق

دکتر حسایی اهواز را خانه به خانه طی می‌کند تا سال ۱۳۳۲ که در اوج تحولات نفتی دیپلم ریاضی می‌گیرد. می‌گوید: دانش‌آموز برجسته‌ای نبودم، اما به ادبیات عشق می‌ورزیدم. از آن دوران چهره‌های ماندگار فراوانی از جمله زنده یاد عباس جدلی، رییس دبیرستانم را در ذهن دارم. حتی رایحه خوش موی خانم معلم مهربانم را که برابرم سرمشق می‌نوشت. پس از دریافت دیپلم به شرکت «کاستنر جان براون» یا CGB که پیمانکار لوله‌گذاری بود رفتم. در ادامه تحصیل، لیسانس زبان و ادبیات انگلیسی گرفتم و در سال ۱۳۳۶ به استخدام شرکت نفت درآمد. سال بعد به تهران آمدم و به فاصله یک سال، ازدواج کردم. هم‌سرم اپراتور تلفن و کارمند مخابرات بود و ارتباط کاری‌مان به ازدواج منجر شد. حاصل این ازدواج دو پسر و یک دختر است. پسر بزرگم امیرحسین متولد سال ۱۳۳۹، دندانپزشک و صاحب دو فرزند است. فرزند بعدی‌ام «میترا» متخصص بیماری‌های دهان و دندان و ساکن آمریکاست. از او که با پسر دایی‌ام ازدواج کرده است دو نوه پسر و یک نوه دختر دارم. پسر کوچکم انوشیروان یک لابراتور دندانسازی را اداره می‌کند. هنرمند و نقاش است و ساکن آمریکا. از او یک نوه دختر دارم. به این ترتیب از فرزندانم صاحب ۶ نوه هستیم که همگی در خارج از کشور به سر می‌برند.

## سرخوشم در سرزمین مادری

عبدالحسین اکبری شیفته سرزمین مادری است. به همین دلیل تمایلی به زندگی در کشوری دیگر ندارد. وابستگی اقلیمی و سرزمینی، او را به خوشبختی پیوند داده است. می‌گوید:

کلام پرشور، چهره گشاده و لب خندان، کمتر مجالسی به آشکار شدن سن و سال واقعی‌اش می‌دهد. ۷۵ ساله است و متولد اهواز، به دفتر نشریه آمده بود تا جدول طراحی شده ویژه‌ای را برای پر کردن اوقات فراغت هم‌سن و سالانش را ایه کند و بگوید چگونه می‌توان به شیوه‌های گوناگون، از زوایه‌نشینی گریخت و روز و روزگار بازنشستگی را با امید بیشتر به زندگی بهتر گذراند. عبدالحسین اکبری از پنجره‌ای به زندگی نگاه می‌کند که روبه پیری گشوده نمی‌شود. سرشار از انرژی است و اعتقاد دارد هر کس همان قدر سن دارد که احساس می‌کند. بنابراین عجیب نیست اگر در سن پیری و به رغم پیامدهای طبیعی و بدیهی جسمانی ناشی از گذشت سال‌های عمر، پای چنین پنجره‌ای نشست و از زندگی لذت برد. گفت‌وگوی ما را با میهمان این شماره نشریه می‌خوانید.

عبدالحسین اکبری در مهرماه سال ۱۳۱۳ در خانواده‌ای ادب دوست، از پدری اهل کسب و کار و مادری خانه‌دار زاده شده است. کودکی‌اش را چندان دوست ندارد، چراکه گذران سختی داشته است. با این همه، مشق عشق به زندگی و به اطرافیان، از همان کودکی بزرگ‌ترین سرگرمی و دغدغه‌اش بوده است. تا آنجا که از پدر به نیکی یاد می‌کند و می‌گوید:

روح پدرم شاد که می‌گفت به استاد  
فرزند مرا هیچ میاموز، به جز عشق

دبستان دانش پهلوی، دبستان خیام، دبستان ودبیرستان فروغی، دبیرستان شاهپور و دبیرستان

## داستانک

## دوست

فاصله دخترک تا پیرمرد روی نیمکت چوبی، یک نفر بود. پیرمرد از دختر پرسید: غمگینی؟ دختر: نه. پیرمرد: مطمئنی؟ دختر: نه. پیرمرد: چرا گریه می‌کنی؟ دختر: دوستانم منو دوست ندارن. پیرمرد: چرا؟ دختر: چون زیبا نیستم. پیرمرد اما تو زیباترین دختری هستی که من تا به حال دیده‌ام. دختر: راست

بهزاد هجیر

## تقدیر و تشکر

### منصور شاملو - دفتر نمایندگی همدان:

به این وسیله از زحمات و تلاش دلسوزانه آقای متی پور رییس دفتر نمایندگی استان کردستان در رسیدگی و درمان اعضای خانواده حادثه دیده زنده یاد علی یکتا پزوه تقدیر و تشکر می شود. مرحوم یکتا پزوه عضو بازنشسته دفتر نمایندگی همدان در جریان یک حادثه رانندگی در کردستان درگذشت و اعضای خانواده وی آسیب دیدند.

**خانواده یوسفیان از تمامی کارکنان** شایسته امور بازنشستگی صنعت نفت غرب تهران به دلیل برگزاری جشن آینده سازان و فراهم آوردن اوقات خوش و لحظه های به یادماندنی برای آنان سپاسگزاری کرده اند.

### حسین شاهین فر - تهران:

از تمامی کارکنان مجتمع زائرسرای مشهد به دلیل برخورد توأم با رأفت و مهربانی و گشاده رویی شان تشکر می کنم و برای این خدمتگزاران صدیق که در جوار حرم ملکوتی امام رضا (ع) با سعه صدر به خدمت به هموطنان خود مشغولند آرزوی سلامت و توفیق دارم.

### عباس آزاد مهر: کار مدیر انگلیسی درست بود



در پی چاپ گفت و گوی «زندگی نو» با آقای عباس آزاد مهر در صفحه «کنجینه» نشریه شماره ۶۶ (نیمه اول خردادماه ۸۸) ایشان در نامه ای، ضمن اشاره به بخشی از گفت و گوی چاپ شده توضیح داده اند: روز چهارم مهرماه سال ۱۳۴۵ به پاس ۱۳ هزار روز خدمت در صنعت نفت، طی مراسمی با حضور آقای «بیکر» رییس کل انگلیسی مناطق نفت خیز مورد تقدیر قرار گرفتیم و مدال ویژه دریافت کردم. این مدال را آقای رمضان نیا مدیر ایرانی صنعت نفت از طرف رییس کل مناطق نفت خیز به سینه من آویخت و این کار با توجه به قرار گرفتن اداره امور صنعت در دست ایرانیان، پس از ملی شدن صنعت نفت، کار درستی بود، در حالی که در گزارش آمده است غرور آقای «بیکر» اجازه نداده بود به سینه یک ایرانی مدال بیاویزد که این تلقی درستی نبود. من این مدال را چندی پیش، به موزه شرکت ملی نفت اهدا کردم.

## شما کی منتظرید

### پیشنهاد توفیق یوسفزاده - تهران:

محل کنونی کانون بازنشستگان تهران به ویژه برای بازنشستگان ساکن غرب تهران بسیار دور است مخصوصاً برای افراد سالمندی که وسیله نقلیه هم ندارند، پیشنهاد می شود این ساختمان را به چهارراه ولیعصر انتقال دهند تا به صندوق های بازنشستگی نیز نزدیک باشد.

### بازنشستگان پتروشیمی هم کارت استخر می خواهند

از مسؤلان پتروشیمی گله مند هستیم، چرا که ما بازنشستگان پتروشیمی همانند بازنشستگان دیگر شرکت ها نمی توانیم از کارت استخر استفاده کنیم. این یک بام و دو هوا برای چیست؟ چرا در

### به خود می بالیم.... حسین قنبریان دهکردی - تهران:

زادگاه من در همسایگی چاه شماره یک مسجد سلیمان است. اینک که پس از عمری تلاش، در سن ۷۰ سالگی، کارت تبریک تولدم را به همراه یک شاخه گل زیبا دریافت می کنم با وجود آن که از پا افتاده و بیمار هستم، به خود می بالم و سخت شادمانم که هنوز فراموش نشده ام. اقدام زیبایی روابط عمومی صندوق های بازنشستگی را ارج می گذارم و با استفاده از فرصت، نکته ای را نیز به عنوان پیشنهاد مطرح می کنم و آن این که چه خوب است اگر در تعرفه های درمانی به ویژه خدمات تشخیصی تجدید نظری صورت بگیرد. دست همگی تان را به گرمی می فشارم و برای همه شما عزیزان آرزوی تندرستی و سربلندی می کنم.

## پاسخ به نامه ها

است که با عملی ساختن این پیشنهاد، مقصود او بی حاصل خواهد ماند.

### آقای سعید موحد - تهران

پیشنهادتان دریافت شد. پیش از این نیز این راهکار به ذهن گردانندگان نشریه رسیده بود، اما با توجه به تیراژ بالای نشریه و کثرت مخاطبان، متأسفانه عملی کردن آن ممکن نیست.

### آقای حسین شریفیان - شیراز

راه حل پیشنهادی تان (تقسیم هزینه خرید دستگاه های کاغذسازی پیشرفته - که «عطا» درصدد تهیه آن بود - بین بازنشستگانی که اعداد درج شده در استیتمنت شان ناخواناست) کاملاً کارساز خواهد بود، اما مشکل اینجاست که «عطا خان» حاضر به پذیرش آن نمی شود. همان طور که خودش بارها اعلام کرده، قصد او تنها کمک به رفاه حال پیشکسوتان ارجمند

### خانم مریخه وزیری زاده - کرمان

سروده تازه تان با عنوان «پرواز پرستوها ی عاشق» دریافت شد. باتشکر از شما خواننده پراحساس و خوش قریحه، امیدواریم در عرصه مورد علاقه خود، بیش از پیش موفق باشید.

### آقای علی توکلی طاحونه - تهران:

نامه شما دریافت شد. متأسفانه در شرایط کنونی امکان به کارگیری تخصص و گرایش شما در نشریه وجود ندارد، امیدواریم همان گونه که خودتان نیز اشاره کرده اید «امید، رویا نیست، بلکه راهی است برای تحقق رویاها» بتوانید در

این زمینه ترتیب اثری داده نمی شود؟

### دور از تهران بودن یعنی از تسهیلات کمتر برخوردار بودن

#### البرز سلطانی - شهرکرد:

دور بودن از تهران و برخی مراکز استان، یعنی تحمل سختی و محدودیت بیشتر. اینک که به دوران بازنشستگی رسیده و نیاز فراوان به رفاه و آسایش بیشتر داریم، متأسفانه در مقایسه با بازنشستگان ساکن در دیگر نقاط کشور به ویژه تهران، روزگار سختی را می گذرانیم. نبود برنامه های تفریحی و گردشگری، نبود تسهیلاتی چون کارت استخر و معطل ماندن بخشنامه های اداری، از جمله مشکلاتی است که بازنشستگان شهرستانی با آن روبه رو هستند. امیدواریم مسؤلان دلسوز برای رفع این مشکلات چاره ای بیاندیشند.

آینده نزدیک به آنچه که دلخواه و شایسته تان است، دست پیدا کنید.

### خانم فرخنده کبیری - تهران

متن زیبا و شاعرانه تان آنقدر تأثیر گذار بود که دریغ مان آمد عین آن را چاپ نکنیم، ضمن اینکه از لطف تان نسبت به نشریه سپاسگزاری می کنیم. «مطالب نشریه همیشه جالب است، اما یادآوری روز تولد مادر یا پدری که به تنهایی چشم به در دوخته از سوی دوستانی مثل شما، نوید بودن را بشارت می دهد.» آنچه را که خانم کبیری عنوان کرده اند، می توان از میان سطور نامه های بی آرایش خانم ها مهوش جروند و محترم فتحی زاده و آقایان مجید عندلیب و محمد مرتضی زاده نیز یافت.

## دلَم تنگه برای می سلیمون



کِش می روی؟! از من اصرار و از پدر انکار، تا این که شعر دیگری نوشتم و به دستش دادم: خدایا ما اریم از شهر چلگرد مبادا بی خور از دره بویم پرد

### «خین گل»

سروده محمدرضا دادگر، شاعر خوش قریحه بختیاری وزاده مسجد سلیمان است. او که از خانواده بزرگ صنعت نفت به شمار می آید، سال های بسیاری است با عشق سرودن شعر به زبان محلی بختیاری روزگار می گذراند.

کتاب حاضر که در ۳۲۰ صفحه فراهم آمده، شامل مثنویات بختیاری است که در زمان انتشار، با استقبال خوب ادب دوستان روبه رو شده است. او که در یک خانواده نفتی به دنیا آمده و پرورش یافته است، با ذکر خاطره ای از دوره کودکی و درباره سرودن شعر می گوید: روزی هنگام بازگشت از شهر «چلگرد» روی تکه کاغذی، شعری نوشتم و آن را نشان پدرم دادم. خندید و گفت: «حالا دیگه از بابا طاهر

یعنی خدایا حالا که ما با اتوبوس از شهر چلگرد می رویم، خدای نکرده از دره به پایین پرتاب نشویم! پدرم پس از دیدن و خواندن شعر چنان فریادی سر داد که تمام مسافران به طرف ما برگشتند.

او با صدای بلند گفت: «ای به قربون این کُر (پسر) و بلافاصله یک اسکناس دوتومانی قهوه ای رنگ به من داد که تا سال ها آن را با خود داشتم. یکی از اشعار معروف «خین گل» با عنوان «دلَم تنگه برای می سلیمون» چنین آغازی دارد:

دلَم تنگه برای می سلیمون  
سَلَام بر جای جای می سلیمون  
به که ها و به صحراهای بی دنگ  
به شهر بی صدای می سلیمون  
سَرخاک خووس ویدم به دنیا  
بووسم خاک پای می سلیمون  
این کتاب برای نخستین بار در سال ۷۹ به همت انتشارات عابد به بازار کتاب راه یافت.

# همنفس با خاطرات جعفر و آنا

باورثان خوبی



زندگی زهرا ارزنگی، عرصه پیکار امید، ایمان و توکل با رنج‌ها و دردها و ناکامی‌هاست. همسر بازمانده مرحوم جعفر ندایی و مادر داغ‌دیده آناهیتا ندایی در طول عمر نه چندان طولانی خود، آزمون‌های دشواری را پشت سر گذاشته و پیروز و سربلند، از سد تلخکامی‌ها عبور کرده و با وفادار ماندن به آرمان‌های والای انسانی، سیمای زنی صبور و سختکوش و مادری دردمند و فداکار را به نمایش گذاشته است. آنچه می‌خوانید، افسانه نیست؛ حکایت دل‌دردمند زنی است که در بهار عمر، همسر، مادر و پدر خود را از دست داد. مادری دردآشنا که هفده سال سایه صفت در بی‌دختر بیمار خود روان بود و امروز مایه مباهات سه دختر است که نام جعفر ندایی و فاطمه ارزنگی را در ذهن‌ها زنده نگه می‌دارند.

## معرفی

جعفر ندایی در سال ۱۳۲۶ در خانواده‌ای نفتی در آبادان دیده به دنیا گشود. سال ۱۳۵۰ به تهران آمد و در گبرودار شرکت در آزمون و استخدام در شرکت ملی نفت با فاطمه ارزنگی ازدواج کرد. سال ۵۱ آناهیتا متولد شد، سال ۵۶ مینرا به دنیا آمد، چهار سال بعد المیرا از راه رسید و سال ۶۵ هم شیرین قدم به دنیا گذاشت. جعفر به صورت نوبت کاری در پالایشگاه تهران کار می‌کرد تا این که بیمار شد...

## تپش

زهرا ارزنگی از همسرش این گونه یاد می‌کند: همسر مردی آرام، کم حرف و پرحوصله بود. بیشتر اوقاتش در پالایشگاه می‌گذشت و به کارش علاقه فراوانی داشت. با این همه، وقتی در چار دیواری خانه، کنار من و بچه‌ها بود، می‌کوشید رفتار و کردار خوبی داشته باشد و با ابراز احساسات و عواطفش، محیط خانه را برای همه، دلپذیر و دوست‌داشتنی بسازد. بله جعفر آرام بود اما قلبی ناآرام و ملتعب داشت. قلبی که گاه آهسته و زمانی پرشتاب در سینه می‌تپید و سه بار هم از حرکت باز ایستاد اما با تلاش پزشکان احیا شد و تپش را از سر گرفت. سال ۶۷ از طرف اداره برای معالجه به لندن اعزام شد. قرار بود قلبش را عمل کنند

اما چون خطرناک بود انجام نشد. جعفر بعد از یک ماه به خانه بازگشت و معالجه را با استفاده از دارویی که هر ماه از لندن برایش می‌فرستادند ادامه داد تا این که بعد از ۱۳ ماه...

## وصیت

مادرم در بیمارستان بستری بود. جعفر مرا برای ملاقات به بیمارستان رساند و قرار شد ساعت ۵ بیاید تا با هم به خانه برویم. در راه بیمارستان، حرف‌های ناامیدکننده می‌زد و وصیت می‌کرد که پس از او مراقب بچه‌ها باشم و این کار را بکنم و آن کار را نکنم. خدا بیامرز آن قدر گفت و گفت تا من ناراحت شدم و ملامتش کردم. وضعیت روحی خوبی نداشتم. مادرم بر اثر بیماری صعب‌العلاج در بیمارستان بستری بود، آناهیتا-دختر بزرگم- با بیماری «ام.اس» دست به گریبان بود و همسرم با نارسایی مزمن قلبی، داشت وصیت می‌کرد و آینده‌ای را پیش رویم قرار می‌داد که تاریک و هولناک بود: مادری جوان و کم‌تجربه با چهار دختر، بدون همسر با دختری بیمار و مادری بیمارتر که پزشکان از او قطع امید کرده بودند! تصورش را هم نمی‌کردم که این بار سنگین را بدون کمک و حمایت جعفر که هفده سال تکیه‌گاهم بود بر دوش بکشم و به مقصد برسانم.

## ریشه ضرب‌المثل‌های فارسی

### آب زیرکاه

این ضرب‌المثل در مورد افرادی به کار می‌رود که زندگی و مناسبات اجتماعی آنان بر اساس مکر و فریب پایه‌گذاری شده است و به شکلی حق به جانب، کارهای فریبکارانه خود را انجام می‌دهند. به گفته حکما ضرر این گونه افراد از دشمن بیشتر است. زیرا دشمن با چهره و حربه دشمنی پا به میدان می‌گذارد در حالی که آب زیرکاه یا فریبکار و مکار، در لباس دوستی تیشه به ریشه می‌زند. اما ریشه این ضرب‌المثل به ابتکارات جوامعی برمی‌گردد که یارای مقاومت در برابر دشمن قوی را در خود نمی‌دیدند، بنابراین در مسیر دشمن باتلاقی پر از آب حفر می‌کردند و روی آن را با کاه و گیاهان خشک شده (برگ و ساقه) به گونه‌ای می‌پوشاندند که هیچ‌کس هنگام عبور از این مسیر تصور وجود «آب زیر کاه» را نمی‌کرد. این شیوه در دوران قدیم در شمار حیل‌های جنگی بود و سپاهیان متخاصم از این رهگذر غافلگیر و منکوب می‌شدند. چنانچه اسپهبد فرحان حاکم طبرستان و گیلان در مقابل با سپاهیان عبدالملک مروان خلیفه اموی از شیوه آب زیر کاه چنان استفاده کرد که سپاهیان خلیفه اموی، نتوانستند پای بر این خطه بگذارند.

## شعر همکاران

### مسافر صبح

پرسیدی از تبارم و گفتم که عاشقم  
جویای حال گشتی و دیدی شقایقم  
گم کرده‌ام به سایه‌ی شب نقش خویش را  
حیرانی مسافر صبح حقایقم  
گرداب را به رشک کشد اندرون من  
نازم به عشق، داده مرا آنچه لایقم  
سر در هوای عشقم و دل در هوای عشق  
هر رشته‌ام گره شده با حس و انقم  
لیلا اگر جنون مرا چاره‌ای نکرد  
عذرا شدی که سر به گریبان وامقم  
می‌لادم از ازل تو در آمیختی به عشق  
«ناهِید» کهنه عاشق دوران سابقم  
ناهیدابوالفتحی

### طراوت گل

بیا طراوت گل را نگر که جاودانه شده  
شمیم روح نوازش روان به خانه شده  
چو خلق و خوئی دل‌انگیز دوستان عزیز  
خدای را که چه عطری به آشیانه شده  
بیا به عطر تبسم، تو جلوه‌ای بنما  
که در زمانه ما آخم بیکرانه شده!  
خدای من چه بگویم؟ نگفتم بهتر  
چرا که خلق نکودر جهان فسانه شده!  
غلام حسین محمدی- کرمانشاه

### عشق است

میان باغ، گلی سرخ  
به غنچه‌ها می‌گفت:  
همیشه غنچه بمانید  
که باغبان از گل  
گلاب می‌گیرد  
به اعتراض همه غنچه‌های  
باغ شکفتند  
لبان بسته گشودند و  
یکصدا گفتند  
در این دور روزه عمر  
بهار و باغ و شکوه بنفشه را  
عشق است

م.عبدلی

### رویا!

حلالم کنی ای عزیزان که دنیا  
ندارد بقایی به جز ذات یکتا  
ببندید بارسفر را که هر دم  
شود کاروانی ز راهی هویدا  
مخور غم که این زندگی خوب یا بد  
گذر می‌کند همچو امواج دریا  
براین زندگی دل مبنید زیرا  
که این عمر کوتاه چو خواب است و رویا  
مرحوم منوچهر سکوت

به هر حال آن روز جعفر به بیمارستان بازنگشت. همسر یکی از همکارانش تماس گرفت و خبر درگذشت جعفر مرا داد. زمانی که پیکر جعفر را به خاک می‌سپردیم و سنگ مزارش را با اشک‌هایمان شست‌وشو می‌دادیم، هرگز باورم نمی‌شد که قرار است سه خبر بد دیگر هم دریافت کنم. سه خبر هولناک که مانند ضربه سنگین بر پیکر زندگی‌ام فرود آمدند اما نتوانستند خانواده ندایی را از میدان ستیز با زندگی بیرون ببرند. سه روز پس از درگذشت جعفر، مادرم را از دست دادم. چند ماه بعد پدرم را و چند سال بعد، دختر بزرگم آناهیتا را.

### من و بچه‌ها

پس از جعفر که همچون درختی تناور و پر شاخ و برگ، تکیه‌گاه و حامی ما بود و من و بچه‌ها در سایه او به آرامش و امنیت می‌رسیدیم، تنها و بی‌پناه شدیم و بی‌واسطه و چهره به چهره، در مقابل زندگی و مشکلاتش قرار گرفتیم. نمی‌دانم چه اتفاقی افتاد اما اطمینان دارم که دعای دل‌های پاک و روشن مستجاب شد و باران امید و ایمان و توکل کویر زندگی ما را سیراب و قابل تحمل کرد.

### دو نیمه یک مادر

در چند سال گذشته، دشوارترین آزمون‌ها را پشت سر گذاشتیم. با بزرگ شدن بچه‌ها و شدت گرفتن بیماری آنا (آناهیتا)، خانه ملکی را اجاره دادیم و خانه بزرگ‌تری اجاره کردیم. به مرور اتاق «آنا» با همه وسایل مورد نیاز تجهیز شد و سه دختر دیگر هم فضای بیشتری در اختیار گرفتند. نیمی از وجودم در خدمت «آنا» بود و نیم دیگر در اختیار سه دختر دیگرم. با گذشت زمان، دختر بیمارم زمین‌گیر شد و مراقبت و خدمت‌رسانی به او دشوارتر و دشوارتر. با این همه، دختران فهیم و باشعوری داشتم که وضعیت خاص من و بیماری خواهر بزرگشان را درک می‌کردند و همیشه یار و یاور خانواده بودند.

### آنا

«امان حال من بالاخره خوب می‌شه مگه نه؟» این جمله را بارها از زبان آنا شنیدم. او حتی در بدترین شرایط و در اوج بیماری، امیدوار و به زندگی دل‌بسته بود و با غرور و اعتماد به نفس حرف می‌زد و رفتار می‌کرد. او به رغم بیماری و دردها و رنج‌های توان‌فرسا و ویرانگر، همچنان با عشق، نقش «خواهر بزرگه» را ایفا می‌کرد و خود را در برابر خواهرانش مسؤول می‌دانست. «آنا»ی من چشماه‌ی زلال از امید و عشق به زندگی بود که با نیروی امید سال‌ها در برابر بیماری‌اش ایستادگی کرد و به آسانی تسلیم نشد.

آنا برکت زندگی ما بود. دوستان و آشنایان برای دیدار او به خانه ما می‌آمدند و به زندگی ما رونق می‌بخشیدند. حالا که این فرصت به دست آمده، لازم است از خانواده مهربان همسر، خانواده خوب خودم، اقوام و آشنایان وفادار و مدیریت و کارکنان شریف صندوق و امور بازنشستگی نفت به خاطر مهر بی‌دریغ به جعفر و آنا تشکر کنم.

## با نسخه نویسی زندگی نو

### به خاطر داشته باشید؛ دارو نقل و نبات نیست!



دکتر علیرضا صفوت‌نیا

اگر می‌خواهید از داروهای بدون نسخه استفاده کنید بد نیست به موارد زیر توجه کنید:

**۱- به پزشک خود بگویید چه داروهایی مصرف می‌کنید.** فایده این کار پرهیز پزشک از تجویز داروهایی است که با داروهای دیگر تداخل اثر دارد. اگر همزمان توسط چند پزشک تحت درمان هستید باید هریک از پزشکان درباره داروهای تجویز و مصرف شده، اطلاعات کافی داشته باشند.

**۲- برنامه مصرف داروها را در یک برگه بنویسید.** سعی کنید همه چیز دقیقاً مشخص باشد. در این برگه، عوارض جانبی شایع و روش نگهداری هر دارو را از روی بروشور مشخصات دارو یادداشت کنید. اغلب داروها را باید در محیط خشک و خنک و به دور از نور و یخ‌زدگی نگهداری کرد. حمام و آشپزخانه برای نگهداری داروها محیط مناسبی نیست، چراکه حرارت و رطوبت باعث فساد داروها و کاهش تأثیر آنها می‌شود.

**۳- پرهیز آگاهانه:** می‌دانید چطور ممکن است آب گریپ‌فروت با آن همه خاصیت، برایتان مضر باشد؟ آب گریپ‌فروت با اثر برخی داروها تداخل می‌کند و به همین دلیل مصرف همزمان آن مضر است، مثلاً مصرف هم‌زمان داروهای ضد کلسترول از خانواده استاتین‌ها (مثل لوآستاتین و آتروواستاتین) با آب گریپ‌فروت تداخل ایجاد می‌کند. همچنین مصرف الکل و کافئین، بلند کردن بارهای سنگین و مصرف داروهای مسکن از قبیل استامینوفن و ایبوپروفن در صورت مصرف همزمان با برخی داروها خطرناک است. حتماً باید با پزشک خود روراست باشید و دستورات او را برای پرهیز از برخی غذاها، داروها و فعالیت‌های مضر رعایت کنید.

**۴- داروهایتان را با کسی شریک نشوید.** عملکرد دارو در بدن افراد متفاوت است؛ دارو برای هر فرد به طور اختصاصی تجویز می‌شود، بنابراین هرگز داروی خود را با کسی شریک نشوید و از داروی افراد دیگر نیز استفاده نکنید، چون ممکن است عوارض مرگباری داشته باشد. اگر هم عوارض بروز نکند، مطمئناً تأثیر درمانی دارو به طور چشمگیری کاهش خواهد یافت.

یائسگی از نگاه بعضی از خانم‌ها یک شکست در زندگی محسوب می‌شود در صورتی که این دوران بخشی از تکامل جنسی است. یائسگی بیماری نیست و در فرهنگ غرب از آن به عنوان بخشی از زندگی یک زن یاد می‌شود که باید به خوبی و درستی سپری شود. یائسگی در ایران بین سنین ۶۰-۴۵ و به طور متوسط ۵۱ سالگی رخ می‌دهد. یائسگی زودرس در بعضی خانم‌ها به دلیل مشکلات هورمونی یا برداشتن تخمدان‌ها و رحم پیش می‌آید.

یائسگی می‌تواند آغاز تغییرات فیزیولوژیک در یک دوره سنی خاص برای یک فرد باشد. یعنی وقتی فرزندان خانه را ترک کرده و به دنبال کار و زندگی خود رفته‌اند. مسؤولیت فرد تا حدودی کاهش یافته و سن بازنگشتگی فرارسیده است و فرصت کافی برای رسیدگی به خود به دست آمده است. در چنین شرایطی می‌توان شیوه زندگی خود را با الگوها و روابط کاری و اجتماعی جدید تنظیم کرد و زمینه تغییرات مثبت را در زندگی خود فراهم ساخت. متأسفانه جامعه نگرش مثبتی به یائسگی ندارد. به همین دلیل خانم‌ها با یائسگی هراس دارند، چرا که فکر می‌کنند جوانی، شادابی و زیبایی‌شان را از دست می‌دهند. یائسگی برابر است با افت هورمون استروژن و بروز اختلال در سایر هورمون‌ها. این تحول موجب قطع دوره قاعدگی و تغییرات بعد از آن می‌شود.

نشانه‌های یائسگی عبارت است از: گرگرفتگی و یا تعریق شبانه، بی‌خوابی، چاقی، افسردگی، اختلال در تعادل، سرگیجه، خستگی، احساس درد به ویژه درد مفاصل و کمر، سردرد، طپش قلب، خستگی شدیدی،

پوست خشک که به گونه‌ای که فرد احساس می‌کند حشراتی روی پوست بدنش حرکت می‌کنند و سوزش، خارش و خشکی ناحیه تناسلی. گاهی به دنبال افت هورمونی، فرد دچار پوکی استخوان می‌شود. درصد پوکی استخوان با آزمایش تراکم استخوان سنجیده می‌شود. بی‌توجهی در این زمینه باعث می‌شود خانم‌های بالای ۶۵ سال دچار شکستگی مهره‌ها و حتی در سنین بالاتر، دچار شکستگی ران شوند. افزون بر پیشگیری و استفاده از دارو که باید تحت نظر پزشک باشد، ورزش‌هایی مانند شنا و پیاده‌روی، می‌تواند از پوکی استخوان جلوگیری کند. در مراحل پیشرفته، بدن بیمار به علت شکستگی مهره‌ها و یا پوکی استخوان‌ها خمیده (کیفوز) می‌شود و حالتی خارج از فرم طبیعی پیدا می‌کند. اگر چنانچه از درد

## آشنایی با برخی نشانه‌ها و پیامدهای یائسگی

### مراقب باشید

# یائسگی مایوس‌تان نکند!

دکتر مهتاب قائم



مهره‌های کمر شکایت دارید بهتر است به پزشک مراجعه کنید. پوکی مهره‌های کمر موجب فشرده شدن ستون فقرات و کوتاهی قد می‌شود.

### نشانه‌ها و پیامدها

کاهش تراکم استخوان می‌تواند به دلایل زیر باشد: نبود یا کمبود کلسیم و ویتامین D کافی در مواد غذایی، دریافت ناکافی نور خورشید (عدم تابش نور خورشید به طور مستقیم به پوست بدن)، ورزش نکردن در جوانی که موجب کاهش توده استخوانی می‌شود (گاهی افراط در ورزش نیز موجب قطع قاعدگی در سنین جوانی می‌شود). بعضی از صفات فردی ارثی است، یعنی اگر والدین استخوان‌های درشت و قوی داشته باشند فرزندان آن‌ها ساختار استخوانی مشابه خواهند داشت. در غیر این صورت به پوکی استخوان دچار خواهند شد.

### چه باید کرد؟

برای جلوگیری از مشکلات ناشی از یائسگی باید با برنامه‌ریزی مناسب عمل کرد: باید هفته‌ای ۳-۴ روز و هر بار ۳۰ تا ۶۰ دقیقه به پیاده‌روی پرداخت و از مواد فیبری و لبنیات فراوان استفاده کرد. انجام کارهای گروهی و یا مسافرت‌های گروهی با افراد هم سن و سال خود، مثبت‌نگری در هر مقطع از زندگی، کاهش ساعت کار روزانه، استفاده مناسب از اوقات فراغت و دلمشغولی‌های جدید برای رهایی از افسردگی بسیار مفید خواهد بود. فهرستی از بقیه کارهایی که دوست دارید و می‌توانید انجام دهید تهیه کنید. برای خودتان روشی ابداع کنید تا به زندگی مؤثر با خلاقیت ادامه بدهید. ضعف‌های خود را فراموش کنید. نقاط مثبت را پیدا کنید و رویاهای‌تان را به واقعیت تبدیل کنید. توانایی‌های خود را در نظر بگیرید. با جمع‌بندی توانایی‌ها می‌توانید زندگی

خود را متناسب با آنها برنامه‌ریزی کنید. می‌توانید در فکر کار یا هنر یا برنامه گروهی باشید و از دوستان و یا همکاران بازنگشته دیگر و یا هم سن و سالان خود برای آن کار مشورت بخواهید.

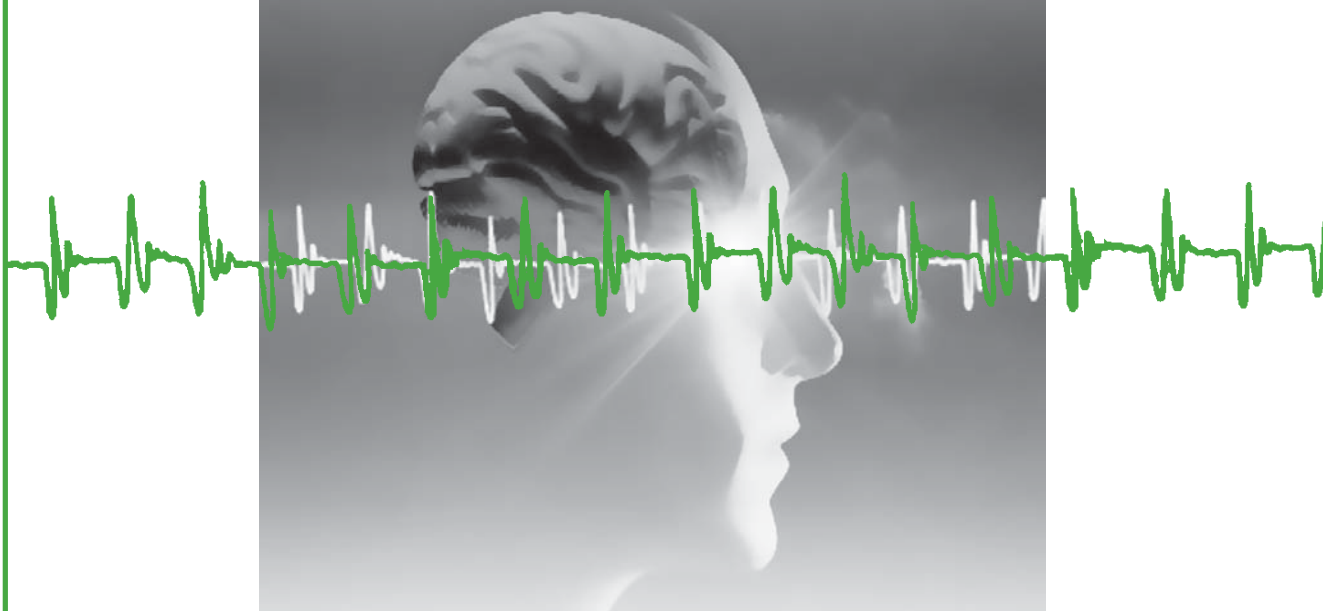
۳۰-۲۰ دقیقه ورزش شدید و درست می‌تواند اندرفین - نوعی ماده مخدر مغزی - را آزاد کند. عملکرد این ماده مشابه مرفین است. این امر موجب بالا رفتن روحیه و سرخوشی ناشی از ورزش می‌شود و تا هشت ساعت دوام می‌آورد. ورزش برای رفع گرگرفتگی و تعریق شبانه مفید است و اگر منشأ آن افسردگی باشد به برطرف شدن آن کمک می‌کند. یوگا و تکنیک‌های مشابه موجب شل شدن عضلات و ایجاد آرامش می‌شود و با اضطراب و فشار روانی مقابله می‌کند.

## مردان هم یائسه می‌شوند

خانم‌هاست. در خانم‌ها افت هورمون استروژن و سپس قطع کامل آن موجب از کار افتادن تخمدان‌ها و نیز از بین رفتن قدرت باروری آنها برای همیشه می‌شود، اما در آقایان تستوسترون به تدریج کاهش می‌یابد و به طور کامل محو نمی‌شود. در نتیجه فرد قادر به تولید اسپرم حتی تا ۸۰ سالگی و حفظ قدرت باروری خواهد بود. ۸۰ درصد مردان مبتلا به آندروپوز، از کاهش میل جنسی شکایت دارند. این نشانه‌ها را در خانم‌ها نیز می‌توان دید. به هر جهت یائسگی طبیعت زندگی است، ضمن این که خوددرمانی با هورمون نیز عوارض خود را خواهد داشت، پس بهتر است با مشورت پزشک و در نهایت نیم نگاهی به تقویم و در نظر گرفتن میزان سن، این حالت را به عنوان یک واقعیت در دوره تکاملی پذیرفت.

مردان نیز با گذشت سن دچار یائسگی یا آندروپوز می‌شوند. اگر یائسگی در خانم‌ها به دلیل افت هورمون استروژن و ایجاد تغییرات در تخمدان‌ها و در نهایت از کار افتادگی آن‌هاست، یائسگی در آقایان با افت تدریجی سطح هورمون‌های مردانه یعنی تستوسترون - تولید و ترشح‌کننده اسپرم - آغاز می‌شود. اوج ترشح هورمون تستوسترون در مردان ۱۶-۱۵ سالگی است و گاهی تا اواسط ۲۰ سالگی ادامه پیدا می‌کند، سپس در حدود ۵۰-۴۰ سالگی افت تدریجی آن آغاز می‌شود. این افت باعث بروز نشانه‌هایی همانند افسردگی، دمانس یا زوال عقل، گوشه‌گیری، چاقی، تعریق شبانه، بی‌خوابی، گرگرفتگی و حملات قلبی می‌شود که گاه با شروع بعضی از بیماری‌ها همراه است. نشانه‌های آندروپوز در آقایان مانند نشانه‌های منوپوز در

# تمرین یا ورزش مغزی ضامن سلامت ذهن سالمندان



## توصیه های پزشکی

### آفت کش ها و خطر

#### پارکینسون

پژوهشگران علوم پزشکی فرانسه هشدار داده اند تماس با آفت کش ها، خطر بروز پارکینسون را تشدید می کند و می تواند باعث ابتلا به این بیماری که بعد از آلزایمر دومین بیماری رایج در میان سالمندان و همچنین دومین بیماری مهم مربوط به تخریب سیستم عصبی است، شود. پژوهشگران فرانسوی عامل بروز بیماری پارکینسون را ناشناخته دانسته و خاطر نشان ساخته اند که در بیشتر موارد، ترکیبی از فاکتورهای خطرزای محیطی و عوامل ژنتیکی در افزایش خطر ابتلا به این بیماری دخالت دارد. محققان فرانسوی با مطالعه بر روی گروهی از کشاورزان این کشور دریافته اند که این افراد به دلیل نوع کار و فعالیت شان و تماس دایم با آفت کش ها بیشتر در معرض ابتلا به بیماری پارکینسون قرار دارند.

### استفاده از ماسک

#### برای مقابله با آلودگی هوا



نتایج پژوهش های گروهی از محققان آمریکایی که در نشریه پزشکی "نیوانگلند" منتشر شده، حاکی از آن است که آلودگی هوا عمر افراد را کاهش داده، باعث تشدید بیماری های قلبی و ریوی می شود. نتایج بررسی های محققان دانشکده بهداشت عمومی دانشگاه هاروارد آمریکا در ایالت ماساچوست نشان داده کنترل آلودگی هوای آمریکا در چند دهه گذشته، عمر مردم این کشور را به طور متوسط ۵ ماه افزایش داده است. محققان مزبور برای اندازه گیری میزان آلودگی هوا از روشی موسوم به "پی ام ۲/۵" استفاده کرده اند که ذراتی تا قطر موی انسان را اندازه می گیرد. محققان اذعان داشته اند ذرات آلوده هوا می تواند تا عمق ریه های انسان نفوذ کرده، بیماری های ریوی مانند آسم و بیماری های قلبی را تشدید کند. استفاده از ماسک های معمولی موجود در بازار، یکی از راه های مقابله با آلودگی هوا در جهت کاهش اثرات آن است که به سالمندان توصیه می شود.

به نسبت سن و موقعیت و شرایط جسمی و روانی خود، از توانایی حافظه شنیداری برخوردار خواهند شد و حتی پس از یک یا دو بار مکالمه تلفنی با اشخاص نا آشنا، می توانند در مکالمات بعدی صدای آن ها را تشخیص دهند.

#### ضعف قدرت تجزیه و تحلیل مغز

یکی از کارکردهای مغز انسان رویارویی با قضایا و استدلال و استنتاج آن ها است. افراد سالمند می توانند ضعف قدرت تجزیه و تحلیل را با تمریناتی از قبیل حل معماها، حل جداول مطبوعاتی، استفاده از انواع پازل ها و بازی های فکری و شطرنج، ترمیم و تقویت کنند.

#### ضعف کلامی

این عارضه می تواند فرد سالمند را از درست صحبت کردن و کاربرد مناسب کلمات، بازدارد. برای ترمیم این ضعف سالمندان باید از حافظه بلندمدت خود یاری جویند و لازم است کلماتی را به ذهن بسپارند و آنها را در کوتاه مدت به زبان آورند. توصیه شده برای ترمیم ضعف کلامی، سالمندان با تفکر و قدرت اندیشه، برای هر واژه ای که به کار می برند، مترادف یا متضادی پیدا کنند.

#### ضعف قدرت تشخیص زمان و مکان

سالمندان برای بهبود توانایی خود در تشخیص مکان و زمان گذشته، حال و آینده باید ماجراها و رخداد های گذشته را به یاد آورند و درباره اهداف خود در آینده فکر کنند و بر ماجراهایی که در زمان حال بر آنان می گذرد به دقت نظاره کنند.

#### ضعف شناخت

برای ترمیم ضعف شناخت، سالمندان باید تلاش کنند با تمرین حل پازل های بسیار پیچیده در کمترین زمان ممکن، عدم توانایی در شناخت اشخاص و اشیا را ترمیم کنند.

تلاش کرد تا حواس کاملاً به عبارات و اظهارات گوینده معطوف شود و سپس کلمات و جملات مشخصی را که گوینده به زبان آورده است، پیش خود بازگو کرد.

#### حافظه بلند مدت

توانایی به یاد آوردن عبارات یا حوادثی را روزها، هفته ها و حتی سال ها پس از گفته شدن یا به وقوع پیوستن، حافظه بلندمدت می گویند. اغلب سالمندان وقایع دور دست را به یاد می آورند اما از تشخیص و یادآوری هر آنچه که به کوتاه مدت مربوط می شود عاجز هستند، اما با این حال سالمندانی نیز هستند که دچار ضعف حافظه بلندمدت شده اند. برای بهبود حافظه بلند مدت توصیه شده است عبارات یا فهرستی از وقایع یا عباراتی که هیچ ارتباطی به هم ندارند، به خاطر سپرده و پس از گذشت یک هفته یا یک ماه به یاد آورده شود.

#### حافظه دیداری

این نوع از حافظه برای به یاد آوردن اشیا یا افرادی که پیش تر آنها را دیده ایم به کار برده می شود. برای تقویت حافظه دیداری، سالمندان باید تلاش کنند که چهره افراد غریبه یا افرادی را که به تازگی با آنان دیدار کرده اند، همراه با مشخصات آن ها به یاد آورند و کوشش کنند با تجسم چهره این افراد، نام آنان را نیز برای خود بازگو کنند.

#### حافظه شنیداری یا سمعی

این نوع حافظه به افراد کمک می کند هر آنچه را که شنیده اند به یاد آورند. سالمندانی که به ضعف حافظه شنیداری مبتلا هستند باید تلاش کنند با گوش سپردن به سخنرانی یا اخبار رادیو، معانی و مفاهیمی را که از سخنرانی یا اخبار رادیو می شنوند درک کرده و پس از گذشت چند روز آن ها را برای خود بازگو کنند. با به کار بردن این دستورالعمل، سالمندان پس از مدتی؛

مغز انسان یکی از شاهکارهای خلقت است که توانایی ها و کارکردهای متعدد دارد و می توان آن را مرکز کنترل، برنامه ریزی و اجرای تمامی حرکات ذهنی و جسمی انسان تلقی کرد. مغز در عین حال مرکز کنترل حواس پنجگانه انسان است. توانایی بیان مطالب، حرکات جسمی و واکنش در برابر عوامل گوناگون، یادآوری حوادث و رویدادها، تشخیص زمان و مکان، قدرت درک مفاهیم و رویدادهای پیرامون و تجزیه و تحلیل مسایل، همه و همه از کارکردهای مغز است. بنابراین تمرین یا ورزش مغزی می تواند به حفظ توانایی های ذهنی در دوران سالمندی کمک کند و مانع از ابتلای فرد به عوارضی مانند فراموشی، ناتوانی در اندیشیدن و تجزیه و تحلیل مسائل، ناتوانی در شناخت، ناتوانی در انجام وظایف عادی و بروز رفتارهای کودکانه و نقصان عقلی و جنون شود. متخصصان طب سالمندی توصیه هایی برای جلوگیری از مبتلا شدن فرد سالمند به این عوارض ارائه کرده اند که عمل به آنها می تواند به سالمندان کمک کند تا سازگاری و توانایی مغزی و ذهنی خود را از طریق ساخت سلول های جدید مغزی و حفظ ذهنیت خلاق باز یابند.

#### ضعف حافظه و راه های بهبود آن

انسان دارای چهار نوع حافظه است، حافظه بلندمدت، کوتاه مدت، دیداری یا بصری و شنیداری یا سمعی که سالمندان به حفظ و بهبود آن نیازمندند.

#### حافظه کوتاه مدت

حافظه کوتاه مدت در دوران سالمندی بسیار فرّار است و تنها چند ثانیه یا دقیقه می تواند کارایی خود را حفظ کند.

اگر فردی جملات یا عباراتی را به زبان آورد، می توان مضمون و محتوای اظهارات گوینده را به نحو کامل و دقیق برای مدت زمانی کوتاه به یاد آورد و بازگو کرد. برای بهبود حافظه کوتاه مدت باید

در این سرزمین پهناور و در این شهر بزرگ و شلوغ، تا دلتان بخواهد، خانه عشق وجود دارد. هر خانه‌ای، حتی اگر فقط یک اتاق داشته باشد، می‌تواند خانه عشق باشد؛ البته به این شرط که اهالی خانه به قصد قهر کردن، داخل اتاق نروند و در را به روی دیگران نبندند. هر چند، اگر چنین اتفاقی هم رخ دهد، باز هم آن خانه قابلیت آن را دارد که خانه عشق نامیده شود؛ به این شرط که هر چه زودتر به خود آییم، در را بگشاییم و با خویشتن و دیگران آشتی کنیم. مریم و علی اکبر مهرآفرین در گفت‌وگو با «زندگی نو» به این پرسش، پاسخ داده‌اند.



## ۵۸ سال خدمت، ۵۳ سال زندگی مشترک

از دانشگاه صنعتی شریف با هماهنگی رویال کالج کانادا و در بخش خصوصی فعالیت می‌کند. لازم است یادآوری کنم پس از فوت پدرم، سرپرستی مادر و چهار خواهرم را پذیرفتم و به کمک همسرم شرایطی فراهم کردیم که فرزندانمان با خاطر آسوده درس بخوانند و مدارک دانشگاهی دریافت کنند.

خانم مهرآفرین می‌گوید: من و علی اکبر دختر عمو و پسر عمو هستیم. زمانی که پدرم عمویم نشستند و شیربها تعیین کردند و در مورد ازدواج ما حرف زدند و به توافق رسیدند، من ۱۵ ساله و غرق در دنیای شیرین کودکی بودم و علی اکبر هم ۲۲ سال داشت. همسرم ۴۵ ریال حقوق روزانه می‌گرفت که پول بدی نبود و زندگی خوبی داشتیم. خانه ما کوچک اما سرشار از صفا و صمیمیت بود و زیر سقف همان خانه، علاقه دختر عمو و پسر عمو به عشق زن و شوهر تبدیل شد. به یاد می‌آورم که مسجد سلیمان شهری کامل و مدرن بود و

از بسیاری جهات، برآبادان پیشی می‌گرفت. انگلیسی‌ها شهر را به سلیقه خودشان و با هدف حضور بلندمدت ساخته و پرداخته بودند و مبلغان و محوطه خانه‌هایشان به راستی دیدنی بود. در مقیاس کوچک‌تر، مدیران و کارکنان ایرانی هم وضعیت مناسبی داشتند و ما هم از امکانات اولیه زندگی برخوردار بودیم و خود را آسوده و خوشبخت می‌دانستیم.

علی اکبر می‌گوید: من کار می‌کردم و گاه، تا پاسی از نیمه شب در اداره می‌ماندم و خیالم آسوده بود چون می‌دانستم همسر مدیر خوبی است و کارش را می‌داند. این اعتماد و اطمینان تا به حدی بود

علی اکبر مهرآفرین زمستان ۱۳۱۳ در روستایی در نزدیکی مسجدسلیمان دیده به دنیا گشود. در سال ۲۹ یعنی در ۱۶ سالگی به عنوان کارآموز دفتری وارد آموزشگاه حرفه‌ای شرکت نفت شد و سه سال بعد به خدمت سربازی رفت. پس از پایان خدمت در سال ۳۴، به شرکت سهامی اکتشاف و تولید نفت ایران پیوست و در سال ۳۵ به عنوان کارمند دفتری و ماشین‌نویس ارتقای شغل یافت و در اداره آموزش به خدمت ادامه داد. در سال ۴۰ شرکت عملیات غیرصنعتی در جنوب تأسیس شد و آقای مهرآفرین تا زمان بازنشستگی یعنی زمستان ۷۳ با مسؤلیت‌های شغلی متفاوت در امور اداری و پرسنلی این شرکت سرگرم کار بود.

وی پس از بازنشستگی نیز به عنوان کارشناس اداری و مقررات پرسنلی و استخدامی تا سال ۸۷ با شرکت ملی نفت و شرکت‌های وابسته همکاری داشت و در مجموع ۱۴ سال در مسجد سلیمان، ۱۳ سال در اهواز، ۶ سال در آبادان، ۸ سال در ماهشهر و ۱۷ سال در تهران (در مجموع ۵۸ سال) در خدمت صنعت نفت بود.

تعلیم ماشین‌نویسی فارسی به کارکنان خارجی، گزارش‌نویسی، سرپرستی، تدریس زبان انگلیسی، نظارت بر نحوه برگزاری اردوهای فرهنگی - تفریحی فرزندان کارکنان صنعت نفت جنوب در محمودآباد و... از فعالیت‌های عمده آقای مهرآفرین در طول سال‌های خدمت در اداره آموزش بود.

در بهار سال ۳۶ یعنی در ۲۲ سالگی با دختر عمویم مریم منجزی مهرآفرین ازدواج کردم. حاصل زندگی مشترک ۵۳ ساله ما یک پسر، چهار دختر و پنج نوه است. به لطف پروردگار و به یمن همت والای همسر فداکار و مهربانم، همه فرزندان ما از مدارک تحصیلی دانشگاهی برخوردارند و به جز فرزند آخر، همگی تشکیل خانواده داده‌اند. دختر بزرگم لیسانس حسابداری و پسرم دکتر فیزیک از دانشگاه لیورپول است و در دانشگاه صنعتی امیرکبیر تدریس می‌کند. دخترم مژگان پزشکی عمومی و دختر سوم دارای مدرک لیسانس در رشته هنر (نقاشی) است و دختر چهارم لیسانس زبان و ادبیات فرانسه از دانشگاه فردوسی مشهد و فوق لیسانس معماری

که توانستم شبانه درسم را ادامه دهم و دیپلم بگیرم. آن وقت‌ها حقوقم ۵۰۰ تومان بود اما با تدریس و کارهای جنبی دیگر، بیش از ۵۰۰ تومان هم درآمد داشتم و وضعیت مالی نسبتاً خوبی داشتیم. مریم مهرآفرین تأکید می‌کند: از همان ابتدا بلندنظر و دست و دل باز بود. به طور مضاعف کار می‌کرد و زحمت می‌کشید و در نتیجه می‌توانست به خانواده‌اش رسیدگی کند و در مقابل من و بچه‌ها هم از هیچ چیز دریغ نداشت و بهترین‌ها را برای ما تهیه می‌کرد.

### می‌پرسید چگونه این زندگی مشترک را به ۵۳ سالگی رساندیم؟

ابتدا دو نفر یکدیگر را دوست داشتند. بعد زندگی مشترک با حسن نیت و صداقت ادامه یافت و سر و کله عشق پیدا شد و پس از آن عشق، عمق و گسترش پیدا کرد. حقیقت این است که ما زندگی را بدون برنامه و باری به هر جهت سپری نمی‌کردیم. ما هدف‌های بزرگی داشتیم که لازمه رسیدن به آن‌ها عشق و تلاش مشترک بود. برای نمونه، یکی از اهداف بزرگ ما این بود که بچه‌ها به دانشگاه بروند و به جایی برسند. همسر صبور و مقاوم است اما من هرازگاهی از کوره در می‌روم. او تحمل می‌کند و واکنش نشان نمی‌دهد تا این که همه چیز تمام می‌شود. به هر حال من همیشه مرد بختیاری‌ام و او همیشه زن بختیاری است. زنان بختیاری در هر شرایطی مردشان را تحمل می‌کنند چون به تجربه دریافته‌اند سرانجام ابر کنار می‌رود و آفتاب پدیدار می‌شود.

مریم یادآور می‌شود: یک عمر کار کرده و نمی‌تواند بیکار باشد. حالا که کار در اداره تمام شده، در خانه به من کمک می‌کند. مدتی گرفتار زانو درد شده‌ام و کمک‌های علی اکبر کار سازتر از همیشه است؛ البته اگر مایه دردرس نشود! یکی - دومه پیش کولر شروع کرد به ادا درآوردن و سروصدا کردن. علی اکبر هم جعبه ابزارش را برداشت و رفت به مصاف کولر. بعد از مدت کوتاهی، سروصدای کولر فروکش کرد و علی اکبر را دیدم که در کمال خونسردی از پله‌ها پایین می‌آمد و سراغ نزدیک‌ترین درمانگاه را از من می‌گرفت.

وقتی به دقت نگاه کردم، توضیح داد که آستین پیراهنش به تسمه کولر گیر کرده و دو بند انگشتش قطع شده. به هر حال به درمانگاه رفتیم و بعد هم دختر کوچکم یک بند انگشت را توی کولر پیدا کرد که آن را به انگشت علی اکبر پیوند زدند.

مریم از یک ارتباط پرده برمی‌دارد: علی اکبر ارتباط خاصی با خداوند دارد. نمازش را می‌خواند، روزه هم می‌گیرد، اما ارتباط او با خدایش، داستان دیگری دارد. یکی از نتایج این ارتباط این است که می‌گوید ۹۷ سال عمر خواهد کرد! هر وقت می‌پرسم «از کجا می‌دانی؟»، ژست به خصوصی می‌گیرد، من و من می‌کنم و می‌گوید: «داستان دارد... داستان دارد» چه داستانی؟ نمی‌دانم اما یک جور می‌گوید که انگار باورم می‌شود.

### تجربه مشترک

خانم و آقای مهرآفرین پس از ۵۳ سال زندگی مشترک، به تجربه‌های مشترک دست یافته‌اند که آن را در اختیار خوانندگان «زندگی نو» قرار می‌دهند: زندگی می‌گذرد و آدم‌ها هم فناپذیرند. پس بیاید از ثروت‌ها و سرمایه‌های مادی و معنوی خود برای مهرآفرینی استفاده کنیم و یقین داشته باشیم که با این کار، زندگی مشترک را در هر مقطعی، بیمه می‌کنیم و از بدی‌ها مصون می‌داریم. قهر و کدورت و کینه، به زندگی صدمه می‌زند و به عشق و علاقه آسیب وارد می‌کند. اگر خانه ما بزرگ است و چند اتاق دارد، از اتاق‌ها برای این که درها را ببندیم و قهر کنیم، استفاده نکنیم چرا که دیر یا زود پشیمان خواهیم شد و حسرت خواهیم خورد. قهر و کینه، ابتدا به خود ما و بعد به اهالی کوچک‌تر خانه لطمه می‌زند و عشق و علاقه‌های را که مدت‌ها مدعی آن بوده‌ایم زیر سؤال می‌برد. با این همه، اگر قهر و کینه بر ما چیره شد، با شتاب از آن فاصله بگیریم و با یک عذرخواهی ساده، همه را به مهرآفرینی دعوت کنیم و برای کسانی که تجربه کم‌تری دارند، سرمشق و الگو باشیم. عذرخواهی و طلب بخشش از همسر و حتی بچه‌ها، اسباب بزرگی و بزرگ‌منشی است و هیچ‌کس را کوچک و حقیر نمی‌کند. ما بختیاری هستیم و بختیاری‌ها به همه آنچه که گفتیم، باور دارند.

**بیاید از ثروت‌ها و سرمایه‌های مادی و معنوی خود برای مهرآفرینی استفاده کنیم و یقین داشته باشیم که با این کار، زندگی مشترک را در هر مقطعی، بیمه می‌کنیم و از بدی‌ها مصون می‌داریم**





خبر

عدم مراجعه به درمانگاه های مستقر در ساختمان های اداری

به دنبال کثرت مراجعه همکاران بازنشسته به درمانگاه های مستقر در ساختمان های اداری وزارت نفت در تهران، مسؤولان مربوط، عدم مراجعه بازنشستگان را به این مراکز، به ویژه به درمانگاه مستقر در ساختمان مرکزی وزارت نفت خواستار شده اند. بر اساس این درخواست، از کلیه بازنشستگان عزیز انتظار می رود در صورت نیاز به خدمات درمانی، به بیمارستان شرکت ملی نفت، مراکز درمانی طرف قرارداد و یا مراکز درمانی مورد نظر خود مراجعه نمایند.

اطلاعیه تعاونی مسکن کانون تهران

تعاونی مسکن کانون کارمندان بازنشسته، طی اطلاعیه ای از کلیه اعضای این تعاونی دعوت کرده است جهت اطلاع از چگونگی خرید زمین های معرفی شده در اسرع وقت به کانون مراجعه نمایند.

انتخاب سرگروه ورزش در کانون

هیأت مدیره کانون بازنشستگان صنعت نفت تهران طی اطلاعیه ای از کلیه آقایان ورزشکار عضو کانون دعوت کرده است روز دوشنبه مورخ ۸۸/۱۸، جهت انتخاب سرگروه ورزشی در کانون حضور به هم رسانند.

برگزاری مجمع عمومی

کانون بازنشستگان صنعت نفت فارس

اولین مجمع عمومی عادی سالانه کانون بازنشستگان صنعت نفت استان فارس به منظور انتخاب بازرسان و ارایه گزارش هیأت مدیره و بازرسان و تعیین حق عضویت در تاریخ ۱۳۸۸/۸/۲۷ رأس ساعت ۴ بعد از ظهر در سالن صدر (شرکت گاز) واقع در خیابان زرهی شیراز، ساختمان مرکزی شرکت گاز برگزار می شود.

موفقیت تحصیلی

خانم ها مونا و ملیکا صادق فرزندان آقای عباس صادق بازنشسته صنعت نفت در آزمون تخصصی اندود (دندانپزشکی) دانشگاه تهران و دکتری پزشکی دانشگاه سمنان، به کسب رتبه ممتاز موفق شده اند. ضمن تبریک به خانواده محترم آنان، بایشان آرزوی سلامت و سربلندی می کنیم.

تسلیت

اعضای هیأت کوهنوردی پیشکسوتان صنعت نفت تهران، درگذشت مادر گرامی آقای زینال رضاپور را به ایشان و بازماندگان شان تسلیت گفته اند.

مصیبت وارده را به آقای محمود سیامک دستجردی تسلیت گفته، برای ایشان از درگاه خداوند متعال شکیبایی و طول عمر آرزو می کنیم. «زندگی نو»

سیاسگزاری

خانواده مرحوم مهدیقلی وند بناب از تمامی دوستان، آشنایان و همکاران به مناسبت ابراز همدردی با ایشان تشکر و قدردانی و برای آنان سلامت و بهر روزی آرزو کرده است.

دیدار با بازنشسته کم توان



خانواده فراخواندند. در این دیدار همچنین مقرر شد تسهیلات لازم در خصوص تداوم ارائه خدمات درمانی و استفاده از فیزیوتراپی در اختیار آقای بخشی پور قرار گیرد. قابل ذکر است که داوود بخشی پور در تابستان سال ۴۷ متولد شد. پدرش کارگر شرکت نفت بود که پس از ۳۰ سال خدمت بر اثر بیماری درگذشت. آقای بخشی پور نیز پس از ۲۰ سال خدمت در شرکت پخش فرآورده های نفتی به علت تشدید بیماری، به افتخار بازنشستگی نایل آمد. وی در حال حاضر به اتفاق همسر و سه دختر ۱۳، ۱۴ و ۱۵ ساله، مادر ۷۵ ساله و دو خواهر خود در خانه ای کوچک و قدیمی در جنوب غرب تهران زندگی می کند.

«همه بازنشستگان دین خود را به جامعه، کشور و خانواده ادا کردند و باید دوران پرافتخار بازنشستگی را با آرامش خیال سپری کنند.» آقای محمدی که به منظور دیدار با بازنشسته کم توان در جمع خانواده وی حضور یافته بود، ضمن بیان این مطلب، تصریح کرد: خانواده های بازنشستگان نفت در سطوح مختلف و متفاوت اجتماعی روزگار می گذرانند و این موقعیت حاصل سال ها تلاش و خدمت از سوی سرپرست خانواده است. وی با تأکید بر این که هر یک از بازنشستگان نفت بهترین و پرثمرترین ایام عمر را صرف خدمت و اعتلای کشور کرده و آرامش و آسایش از حقوق اولیه او در دوران بازنشستگی است، افزود: سایه حمایت مالی و معنوی بازنشستگان همواره - حتی در نبود آنان - بر سر بازماندگان گسترده است و جامعه نیز از تجربه های آنان سود می برد بنابراین شایسته است قدر این نعمت ها و برکت های زندگی را بدانیم و حضور آنان را مغتنم شماریم. همراهان رییس صندوق ها آقایان: حاجی صادق، عبدالعزیزی، اکبری، قهراری و خانم بهرام نیا نیز در این دیدار لزوم بهره برداری از امکانات و تسهیلات موجود را مورد تأکید قرار دادند و آقای بخشی پور و دیگر بازنشستگان بیمار و کم توان را به استفاده از این امکانات و ارتقای وضعیت روحی و تلطیف محیط خانه و

شرایط استخدام فرزندان ایثارگران

۲- رعایت شرط حداقل معدل مطابق با دستورالعمل و ضوابط پذیرش و استخدام نیروی انسانی جهت فرزندان کارکنان ۲۵ درصد و بالاتر و آزاده الزامی است لکن یکی از فرزندان کارکنان جانباز ۲۵ درصد و بالاتر و آزاده (شاعل، فوت شده و یا از کار افتاده) تا مقطع کارشناسی با معدل حداقل ۱۲ و کارشناسی ارشد حداقل ۱۴ و رعایت سایر ضوابط می توانند به استخدام شرکت در آیند.

در پی درج خبر مربوط به استخدام فرزندان ایثارگران در نشریه شماره ۷۳ «زندگی نو»، رییس تدوین و هماهنگی مقررات اداری و استخدامی شرکت ملی نفت، طی نامه ای مقررات موضوعه در این ارتباط را به این شرح اعلام داشته است:  
۱- فرزندان شاهد از شرط حداقل معدل جهت استخدام (قانون استخدام فرزندان شاهد و قانون استخدام یکی از فرزندان کارکنان شهید، جانباز و...) معاف می باشند.

تنیس روی میز و گردهمایی بازنشستگان در شیراز



به منظور بزرگداشت هفته دفاع مقدس، از سوی کمیته ورزش کانون بازنشستگان شیراز، یک دوره مسابقه تنیس روی میز بین خانم ها و آقایان بازنشسته ورزشکار برگزار شد. در قسمت خانم ها زهرا شفیعی و مائده تیمارچی و در قسمت آقایان فرهاد طالبی، بهرام آذرفر و حسن دهقان عناوین برتر را کسب کردند. بازنشستگان این شهرستان همچنین در برنامه جداگانه ای که از سوی کانون شیراز ترتیب یافته بود، در پارک خلدبرین گردهم آمده و ساعاتی خوش را در کنار یکدیگر گذراندند.

بازنشستگان تهرانی

در تالار فردوسی

به ابتکار هیأت مدیره کانون بازنشستگان صنعت نفت تهران و با هماهنگی های به عمل آمده با مسؤولان، ۲۰۰ نفر از بازنشستگان ساکن تهران به طور رایگان از تالار فردوسی بازدید و از برنامه های شاد و مفرح آن استفاده کردند. لازم به ذکر است این اقدام کانون بازنشستگان تهران با استقبال بسیار روبه رو شد.

جشن دانش آموزان و دانشجویان ممتاز در بروجرد، سنندج و بوشهر



همچون اجرای مسابقه و نمایش، کنسرت، موسیقی و رقص محلی همراه بود، با اهدای لوح تقدیر از فرزندان ممتاز این استان تقدیر به عمل آمد.  
**بوشهر** - در مراسمی دیگر، جشن شکوفه های انقلاب با حضور آقای ولیعهدی نماینده صندوق های بازنشستگی، پس انداز و رفاه کارکنان صنعت نفت، رییس نمایندگی و گروه زیادی از خانواده بازنشستگان در بوشهر برگزار شد. در این مراسم گروه های مختلف فرهنگی و هنری به اجرای برنامه پرداختند. طنز، مسابقه، تقدیر از مادران نمونه و پذیرایی سایر برنامه های این مراسم بود.

**بروجرد** - جشن ویژه دانش آموزان و دانشجویان ممتاز بروجرد در تالار بزرگ میثاق و با حضور گروهی از مدیران محلی و رؤسای صنعت نفت و نیز خانواده دانش آموزان و دانشجویان ممتاز برگزار شد. در این مراسم ضمن اهدای لوح تقدیر به برگزیدگان، به تعدادی از پدران نمونه که در زمینه های علمی، فرهنگی، هنری و ورزشی فعالیت کرده اند لوح تقدیر اهدا شد. در پایان با برگزاری یک مسابقه به افرادی که جواب صحیح داده بودند به قید قرعه جوایزی تعلق گرفت. مهندس بنیادی رییس پخش فرآورده های نفتی، مهندس گیتی فراز رییس ناحیه گاز و دکتر رحیم معصومی رییس بهداری و بهداشت صنعت نفت استان مرکزی و لرستان از جمله میهمانان این جشن بودند.

**سنندج** - در پی برگزاری جشن تقدیر از دانش آموزان و دانشجویان ممتاز فرزندان بازنشسته صنعت نفت سنندج در مجتمع کانون فرهنگی تربیتی امام خمینی، آقای متی پور مسؤول دفتر نمایندگی سنندج در سخنان کوتاهی ضمن خوشامدگویی به مدعوین، موفقیت فرزندان ممتاز را به خانواده های آنان تبریک گفت. در این مراسم که با اجرای برنامه های متنوع و شاد