



همدلی، معنویت و خدمت؛
محور نشست شورای
فرهنگی آبفا کردستان

۲



سکان حراست به
محمدرضا نیک رهی
سپرده شد

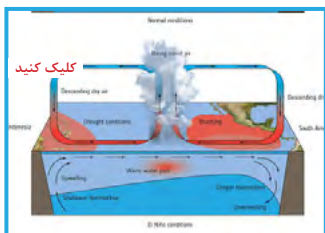


۲

ماهنامه / خبری / داخلی / شرکت آب و فاضلاب استان کردستان / شماره ۱۲۵ / سال سیزدهم / خرداد ۱۴۰۵

مدیرعامل آبفا کردستان در نشست خبری عنوان کرد

صرفه جویی در مصرف آب نیازمند همراهی شهروندان است



ال نینو و اثرات آن بر جو

۶



بازدید مدیرعامل از روند تکمیل
پرونده پذیرفته شدگان سه برابر
ظرفیت آزمون استخدامی

۸



بهترین روش برای ذخیره
آب در زمان اضطرار

۷



شعری از مه حوی

۵

نماینده ولی فقیه در کردستان در دیدار با مدیرعامل آبفا استان

دستگاه های خدمات رسان کردستان در طول جنگ رمضان درخشیدند

همچنین مدیرعامل شرکت آبفا استان با امام جمعه شهر سنندج نیز به مناسبت هفته صرفه جویی دیدار کرد. در این نشست بر تداوم همکاری های مشترک میان شرکت آب و فاضلاب استان کردستان و نهادهای فرهنگی و مذهبی برای ارتقای فرهنگ مصرف بهینه آب و حفاظت از منابع آبی تأکید شد.

مردم، تجهیز امکانات و ماشین آلات، پایش کیفی و مستمر آب شرب و خریداری چند دستگاه دیزل ژنراتور و تانکر آبرسان از جمله اقداماتی بود که با هدف تقویت ناوگان خودرویی و لجستیکی شرکت آبفا در امر خدمات رسانی به شهروندان در این ایام انجام شد.

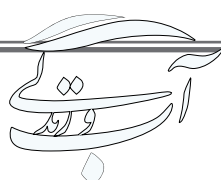


نماینده ولی فقیه در کردستان گفت: در طول جنگ رمضان دستگاه های خدمات رسان از جمله آب و فاضلاب به خوبی پای کار مردم بودند و درخشیدند.

مدیرعامل شرکت آب و فاضلاب استان کردستان با نماینده ولی فقیه در استان دیدار کرد. در این جلسه محمدفرهاد مدیرعامل شرکت آبفا کردستان گزارشی از روند فعالیت های این شرکت بویژه در ایام جنگ رمضان ارائه داد و گفت: ارائه خدمات بی وقفه در حوزه آب و فاضلاب، پاسخ به بیش از ۴۰ هزار تماس مشتریان و استمرار پل ارتباطی با

نماینده ولی فقیه در استان هم با اشاره به اینکه کشور ما در زمینه مهندسی جزو کشورهای پیشرو است، گفت: خوشبختانه خدمات آب و برق در طول جنگ رمضان پایدار بود و شبکه خدمات رسانی در استان طی ایام جنگ تلاش زیادی کرد.

حجت الاسلام پورذهبی از کوشش های دستگاه های خدمات رسان برای ارائه خدمات مداوم و بدون وقفه به مردم به عنوان درخشش یاد کرد و با تقدیر از این تلاش ها ابراز امیدواری کرد این خدمات همچنان و با قوت و قدرت بیشتری ادامه یابد.



مدیرعامل شرکت آبفا کردستان در نشست خبری با خبرگزاریها

تخفیف چشمگیر قبوض آب با کاهش آب مصرفی مشتریان

مصرف آب را رعایت می کنند، خاطرنشان کرد: در صورتی که مشتریان نسبت به سال قبل ۲۰ درصد مصرف آب را کاهش دهند با تخفیف مناسب ۲۰ درصدی در قبوض همراه خواهد بود.

فرهاد با یادآوری نامگذاری هفته آخر خرداد به نام هفته صرفه جویی خواستار توجه بیشتر اقشار مختلف مردم به این موضوع شد و از رسانه ها خواست با تبیین شرایط و وضعیت آبی استان نسبت به آگاه سازی شهروندان در این خصوص عمل کنند.

کرد: اگرچه در سال آبی جاری ۵۳ درصد افزایش بارندگی در استان داشتیم اما با توجه به توزیع متفاوت بارشها در نقاط مختلف استان در شرق استان با کاهش بارندگی مواجه هستیم.

وی با بیان اینکه متوسط مصرف آب خانگی در کشور ۱۶۲ لیتر در شبانه روز به ازای هر نفر است، گفت: این عدد در کردستان ۱۸۲ لیتر در شبانه روز است که این مسئله نشان دهنده لزوم توجه بیشتر به مدیریت مصرف آب است. مدیرعامل شرکت آبفا کردستان با بیان اینکه ۵۰ درصد مشتریان استان الگوی



مدیرعامل شرکت آبفا کردستان گفت: در صورتی که مشتریان ۲۰ درصد از مصرف آب خود را کاهش دهند ۲۰ درصد تخفیف در قبوض لحاظ خواهد شد.

محمد فرهاد در نشست خبری با اصحاب رسانه به مناسبت هفته صرفه جویی اظهار

همدلی، معنویت و خدمت؛ محور نشست شورای فرهنگی آبفا کردستان

وی همچنین نقش ائمه جماعت و برنامه های فرهنگی را در تقویت همبستگی سازمانی، افزایش انگیزه کارکنان و ترویج فرهنگ خدمت رسانی مؤثر دانست و بر استمرار این برنامه ها در سطح شرکت تأکید کرد.

در پایان این نشست، حاضران بر ضرورت تقویت فعالیت های فرهنگی و دینی در مجموعه شرکت آب و فاضلاب استان کردستان و بهره گیری از ظرفیت ائمه جماعت برای ارتقای سرمایه معنوی سازمان تأکید کردند.

مدیرعامل شرکت آب و فاضلاب استان کردستان در این جلسه با تأکید بر اهمیت بهره گیری از آموزه های دینی و معنوی در محیط کار، اظهار کرد: «همکاران شرکت آبفا در شرایط سخت و حساس جنگی با روحیه جهادی و احساس مسئولیت در میدان خدمت حضور داشتند و تداوم ارائه خدمات به مردم را تضمین کردند.»

محمد فرهاد افزود: «این روحیه ارزشمند تنها با توکل به خداوند متعال، بهره گیری از ظرفیت های معنوی و اعتقادی و تعهد کارکنان به خدمت صادقانه به مردم امکان پذیر بوده است.»



در این نشست، راهکارهای توسعه فعالیت های فرهنگی و دینی در محیط کار، ترویج فرهنگ نماز و نقش معنویت در ارتقای بهره وری و خدمت رسانی مورد بحث و بررسی قرار گرفت.

انتصاب جدید در شرکت آبفا کردستان؛ سکان حراست به محمدرضا نیک رهی سپرده شد

امیدواری کرد این رسالت در دوره جدید نیز به شکلی مطلوب اجرا شود. در ادامه این جلسه و پس از صحبت های مسئولان وزارت نیرو و مدیران سابق و جدید حراست شرکت، محمدرضا نیک رهی به عنوان مدیر دفتر حراست و امور محرمانه شرکت آبفا کردستان منصوب شد.

وزارت نیرو و شرکت مهندسی آبفا کشور و حراست کل استان و همچنین مدیرعامل و معاونین و مدیران شرکت آب و فاضلاب کردستان برگزار شد. در این جلسه محمد فرهاد مدیرعامل شرکت آبفا استان با تقدیر از تلاش های مدیر سابق دفتر حراست، این واحد را از مهمترین حوزه های هر مجموعه ای دانست و افزود: حفاظت فیزیکی، معنوی، سخت افزاری و نرم افزاری از مجموعه شرکت تکلیف بزرگی است که بردوش حراست قرار دارد.

وی مهمترین وظیفه مدیر جدید حراست شرکت را صیانت از نظام و مردم و ارزشها در قالب شرکت آب و فاضلاب عنوان کرد و ابراز

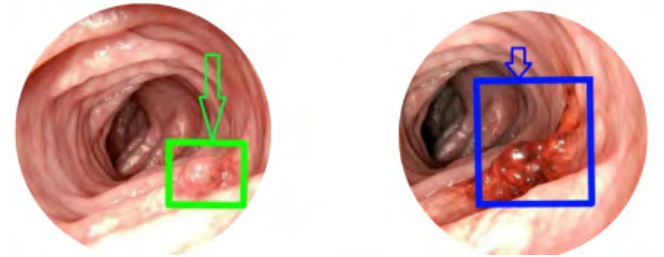


طی حکمی از سوی مدیرعامل شرکت آب و فاضلاب استان کردستان محمدرضا نیک رهی به عنوان مدیر دفتر حراست این شرکت منصوب و جایگزین جبار کلوندی شد.

جلسه تودیع و معارفه این انتصاب چهارشنبه ۱۳ خرداد با حضور مسئولانی از حراست



سرطان معده



یکی از سرطان‌های مهم دستگاه گوارش است که در صورت تشخیص دیر هنگام می‌تواند پیشرفته و خطرناک شود. با این حال، آگاهی از علائم اولیه و انجام بررسی‌های به موقع می‌تواند شانس درمان موفق را به شکل چشمگیری افزایش دهد. سرطان معده زمانی رخ می‌دهد که سلول‌های پوشش داخلی معده دچار رشد غیرطبیعی و کنترل نشده شوند. شایع‌ترین نوع آن آدنوکارسینوم معده است که از سلول‌های غده‌ای جدار معده منشأ می‌گیرد. این بیماری معمولاً در مراحل اولیه علائم واضحی ندارد و به همین دلیل تشخیص زودهنگام اهمیت ویژه‌ای دارد.

علائم سرطان معده

در مراحل ابتدایی، علائم ممکن است خفیف و شبیه مشکلات گوارشی معمولی باشند. مهم‌ترین نشانه‌ها عبارتند از:

- سوءهاضمه و احساس سنگینی بعد از غذا
 - درد یا سوزش معده (مخصوصاً ناحیه بالای شکم)
 - تهوع و استفراغ
 - کاهش اشتها
 - کاهش وزن غیر عمدی
 - کم‌خونی و ضعف
 - استفراغ خونی یا مدفوع سیاه
 - سیری زود هنگام
 - آنمی (ناشی از کمبود آهن به علت خونریزیهای کوچک و پیوسته)
- هرگونه علائم گوارشی مداوم که بیش از چند هفته طول بکشد، نیاز به بررسی تخصصی دارد.

عوامل خطر ابتلا به سرطان معده

برخی عوامل می‌توانند احتمال ابتلا را افزایش دهند:

- عفونت با هلیکوباکتر پیلوری
- مصرف زیاد غذاهای نمک‌سود و دودی
- سیگار کشیدن
- سابقه خانوادگی سرطان معده
- پولیپ‌های معده

- التهاب مزمن معده
- داشتن گروه خونی A
- کار در صنایع زغال سنگ، فلز، الوار یا لاستیک

اصلاح سبک زندگی می‌تواند نقش مهمی در کاهش ریسک داشته باشد.

اهمیت تشخیص زودهنگام سرطان معده

تشخیص در مراحل اولیه می‌تواند امکان درمان قطعی را فراهم کند. در مراحل پیشرفته، بیماری ممکن است به کبد، غدد لنفاوی یا سایر اندام‌ها گسترش یابد.

روش‌های تشخیص شامل:

آندوسکوپی معده، نمونه برداری (بیوپسی)، سی تی اسکن، سونوگرافی آندوسکوپی.

آندوسکوپی دقیق‌ترین روش برای تشخیص قطعی سرطان معده محسوب می‌شود.

آیا سرطان معده کشنده است؟

بله می‌تواند کشنده باشد به ویژه اگر در مراحل پیشرفته تشخیص داده شود. میزان بقای بیماران به شدت بستگی به مرحله‌ای دارد که سرطان تشخیص داده می‌شود. در مراحل اولیه، سرطان معده معمولاً قابل درمان است و بیماران می‌توانند مدت زمان طولانی‌تری زندگی کنند. اما در مراحل پیشرفته، درمان‌ها پیچیده‌تر و شانس بقای بیمار کمتر می‌شود.

درد سرطان معده چگونه است؟

درد مرتبط با سرطان معده ممکن است متفاوت باشد و به شدت بیماری بستگی دارد. در مراحل اولیه، درد ممکن است خفیف و متناوب باشد و به صورت سوزش معده یا ناراحتی عمومی در ناحیه شکم تجربه شود. در مراحل پیشرفته‌تر، درد ممکن است شدیدتر و مداوم‌تر شود و به نواحی دیگر بدن نیز انتشار یابد. برخی بیماران ممکن است درد را به صورت تهوع و استفراغ مداوم تجربه کنند.

مراحل سرطان معده

مرحله‌بندی بر اساس میزان نفوذ تومور به دیواره معده و گسترش به غدد لنفاوی یا سایر اندام‌ها انجام می‌شود. تعیین مرحله بیماری در انتخاب روش درمان بسیار مهم است.

روش‌های درمان سرطان معده

درمان به مرحله بیماری و وضعیت عمومی بیمار بستگی دارد:

- ۱- جراحی
اصلی‌ترین درمان در مراحل اولیه. ممکن است بخشی از معده (گاسترکتومی جزئی) یا کل معده برداشته شود.

- ۲- شیمی‌درمانی
برای کوچک کردن تومور پیش از جراحی یا از بین بردن سلول‌های باقی‌مانده پس از عمل.

- ۳- پرتودرمانی
در برخی موارد همراه با شیمی‌درمانی استفاده می‌شود.

- ۴- درمان هدفمند و ایمونوتراپی
در موارد پیشرفته برای کنترل رشد تومور کاربرد دارند.

پیشگیری از سرطان معده

- درمان عفونت هلیکوباکتر پیلوری

- کاهش مصرف غذاهای شور و فرآوری شده

- ترک سیگار

- مصرف میوه و سبزیجات تازه

- انجام بررسی‌های دوره‌ای در افراد پرخطر

- کاهش مصرف غذاهای دودی و سوخته

جمع‌بندی

سرطان معده بیماری است که اغلب با علائم خفیف آغاز می‌شود اما می‌تواند در صورت بی‌توجهی پیشرفت کند. آگاهی از نشانه‌ها، مراجعه به موقع به پزشک و انجام آندوسکوپی در صورت نیاز، مهم‌ترین گام‌ها در تشخیص زودهنگام و درمان موفق این بیماری هستند.

مسابقه شماره ۱۱۸

در یک جلسه، ۵ همکار دست یکدیگر را فشردند. هر دو نفر حداکثر یک بار با هم دست داده‌اند
سؤال: در مجموع چند بار دست دادن انجام شده است؟

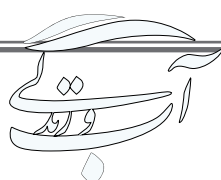
الف) ۱۰ بار ب) ۱۴ بار ج) ۳۰ بار د) ۱۱ بار

همکاران گرامی پاسخ‌های خود را حداکثر تا تاریخ بیست و پنجم هر ماه از طریق اتوماسیون برای آقای کیوان قاسمی کارشناس روابط عمومی ستاد ارسال فرمایید.

پاسخ مسابقه شماره قبل: عدد ۵

برندگان شماره قبل:

مجتبی ویسی - کامیاران
امیر محمدزاده - سقز





پروژه‌های فعال شرکت آب و فاضلاب استان کردستان ۱۱۶ پروژه فعال



تعداد پروژه‌های آبرسانی: ۹۳



شهری: ۳۰



روستایی: ۶۳



تعداد پروژه‌های فاضلاب: ۲۳



شهری: ۱۸



روستایی: ۵



اعتبار پروژه‌ها:

۱۴۴۶۹
میلیارد ریال



کورتە چیرۆک

ده‌گێڕنه‌وه، فهرمانده‌ی سوپایه‌ك ویستی ولاتیك داگیر بکات. کاتیك نزیك بوونه‌وه بچنه ناو ولاته‌كه، له‌ناو کێلگه‌یه‌کدا پیره‌پیاویکیان بینی له‌گه‌ڵ کورێکی گه‌نجدا خه‌ریکی کارکردن بوو

فهرمانده‌ی سوپاکه له پیره‌پیاوه‌که‌ی پرسى: “باسی ولاته‌که‌تمان بو‌ بکه، ژماره‌ی سه‌ربازی سوپاکه‌تان چه‌نده؟ له‌ چ قوڵی‌که‌وه ئه‌توانین بچینه ناوه‌وه؟”

پیره‌پیاوه‌که‌ش وتی: “هه‌موو شتی‌کتان پێ ئه‌لێم، به‌لام به‌ مه‌رجێک! ئه‌و کۆره‌ گه‌نجه‌ی له‌گه‌ڵمدا به‌ بیکۆژن! بو‌ ئه‌وه‌ی نه‌بێته‌ شاهیدی‌ک به‌ سه‌رمه‌وه، کاتیك من نه‌ینییه‌که‌تان بو‌ باس ئه‌که‌م”

وتیان: “تۆ راست ئه‌که‌ی”. یه‌کیکیان شمشیرێکی له‌ ملی گه‌نجه‌که‌ دا و ملی په‌راند، پیره‌که‌ش ته‌ماشای خوینی گه‌نجه‌که‌ی ده‌کرد، چۆن ئه‌رژایه‌ سه‌ر زه‌وییه‌که‌

پیره‌پیاوه‌که‌ وتی: “ته‌زانن ئه‌وه‌ کێ بوو ئێوه‌ کوشتان؟”

وتیان: “تۆ پێمان بلێ، ئێمه‌ نایناسین!”

پیره‌پیاوه‌که‌: “ئه‌وه‌ کۆری منه‌...! ترسام به‌ به‌رچاویه‌وه‌ بمکوژن و هه‌موو زانیارییه‌کانی لێ وه‌گرن. به‌باشم زانی کۆره‌که‌م بکه‌مه‌ قوربانی، نه‌ك یارمه‌تیتان بده‌م له‌ داگیرکردنی ولاته‌م”

فهرمانده‌ی سوپاکه‌ وازی له‌ پیره‌که‌ هێنا و پیره‌که‌ش ته‌رمی کۆره‌که‌ی له‌ ئامپز گرت. دواتر گه‌رانه‌وه‌ و ڕووداوه‌که‌یان بو‌ پاشا باس کرد

پاشا وتی: “سوپاکه‌ پاشه‌کشه‌ (عقب‌نشینی) پێ بکه‌ن، باوکی‌ک ئاماده‌ بێ کۆره‌که‌ی بکاته‌ قوربانی بو‌ ئه‌وه‌ی ئێمه‌ ولاته‌که‌ی داگیر نه‌که‌ین، تییدا سه‌ر ناکه‌وین”

هه‌زه‌تی مه‌حوی

بیبی، یا نه‌یبی، من داد و بێدای ده‌که‌م
گوێ بداتی، یا نه‌داتی، ئاه و فه‌ریادی ده‌که‌م

حه‌ققی ئیخلاسه‌ به‌جێ هێنای ئادابی خولووس
پێ بزانی یا نه‌زانی، من به‌ دل یادی ده‌که‌م

بێستوونی عیشقی شیرینی ئه‌وا هاتۆته‌ پێش
گه‌ر له‌ حه‌ق بێم و نه‌یهم، ته‌قلیدی فه‌ره‌ادی ده‌که‌م

ئاوی تیغی وه‌فقی هه‌ر توشنه‌ له‌بێکه‌، من نه‌بی
کارگه‌ر بی یا نه‌بی، له‌م مه‌زله‌مه‌ دادی ده‌که‌م

ده‌رسی عیشقم هه‌ر له‌ کن په‌روانه‌ یا بولبول بووه
بیگه‌می یا نه‌یگه‌می، هه‌ر مه‌شقی ئوستادی ده‌که‌م

کوشتنی ئیسفه‌ندیاری نه‌فسه‌ به‌سته‌ی رای‌ی پیر
گه‌ر مه‌ده‌د کا یا نه‌کا، له‌و شاهه‌ ئیمدادی ده‌که‌م

به‌م نزیکانه‌ له‌ به‌رمه‌ مه‌حویا! ڕیگی‌کی دوو
بێته‌ ده‌ستم یا نه‌ی، هه‌ر کۆششی زادی ده‌که‌م

مامۆستا کوردی

وعنه عن النبي(ص) قال:((رغم انف ثم
رغم انف ثم رغم انف من ادرك ابويه عند
الكبر احدهما او كليهما فلم يدخل الجنة))

از ابوهريره رضی الله عنه روایت شده است که
پیامبر(ص) فرمودند: ((خوار و خاک بر سر است
خوار و خاک بر سر است خوار و خاک بر سر است
کسی که پدر و مادرش یکی یا هر دو نفرشان را
(زنده به ویژه) در حال پیری آنها ببیند و (با خدمت
به آنها) داخل بهشت نشود.)) روا هو مسلم ۲۵۰۱

آشنایی با کلمات کردی و گویش های مختلف آن

چهرموو	چهرمگ	سفید
بۆر	رەساسی	خاکستری
رەش	سیا	سیاه
بۆر	قاوهیی	قهوه‌ای
به‌نه‌وش	وه‌نه‌وش	بنفش
په‌مبه	چێره‌یی	صورتی
سوور	سوژ	قرمز
سه‌وز	که‌سک	سبز

ال نینو و اثرات آن بر جو

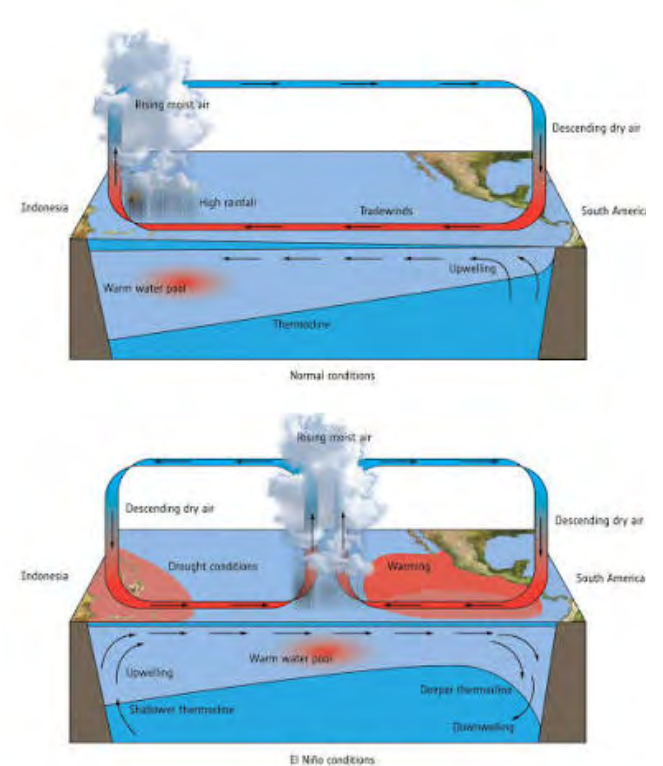
قسمت اول

حرکت یا جنبش جنوبی یکی از علت های اصلی است که باعث تغییرات آب و هوا در کل دنیا می شود. این پدیده از ۲۵ سال پیش توجه اقیانوس شناسان را به خود جلب کرد و تحقیقات زیادی درباره آن انجام شد. در حقیقت اولین قدم، تخمین شروع ال نینو و لانینو و پیش بینی آب و هوا بود. واضح ترین علامت S.O ایجاد رابطه عکس فشار هوای سطحی در دو نقطه، داروین استرالیا و جزایر تاپیتی در جنوب اقیانوس آرام، فشار زیاد یک طرف، همراه با کاهش فشار در طرف دیگر بود و این عمل به صورت معکوس انجام می گرفت.

ادامه دارد...

می شود و در زمان غیر مشخصی در جهان استقرار می یابد. به همین دلیل در دوره ظاهر شدن این پدیده، بعضی تغییرات آب و هوایی و دگرگونی هایی در الگوهای طبیعت به وجود می آید و این تغییرات، افزایش باران و سیل های ویرانگر در بخش هایی از امریکای جنوبی و پرو و خشکسالی در قسمت غربی اقیانوس آرام را به دنبال دارد. بنابراین با توجه به خسارات ناشی از ال نینو باید شرایط منطقه جاوه اقیانوس آرام را با دقت مشاهده و تغییرات هوا را در یک دوره کوتاه (یک ماه تا یک سال) پیش بینی کرد.

ال نینو معمولاً با یک تغییر در جریان اتمسفر همراه است که S.O نامیده می شود.



پدیده ال نینو و تاثیرات آن ال نینو یا ال نینو (به اسپانیایی: El Niño) یکی از چرخه های مشهور آب و هوایی جهان است که هر ۲ تا ۷ سال یک بار باعث ایجاد ناهنجاری های بزرگی در آب و هوای سراسر سیاره زمین می شود از جمله این ناهنجاری ها می توان به سیلاب های ناگهانی، خشکسالی، قحطی و اپیدمی اشاره کرد.

ال نینو چیست؟

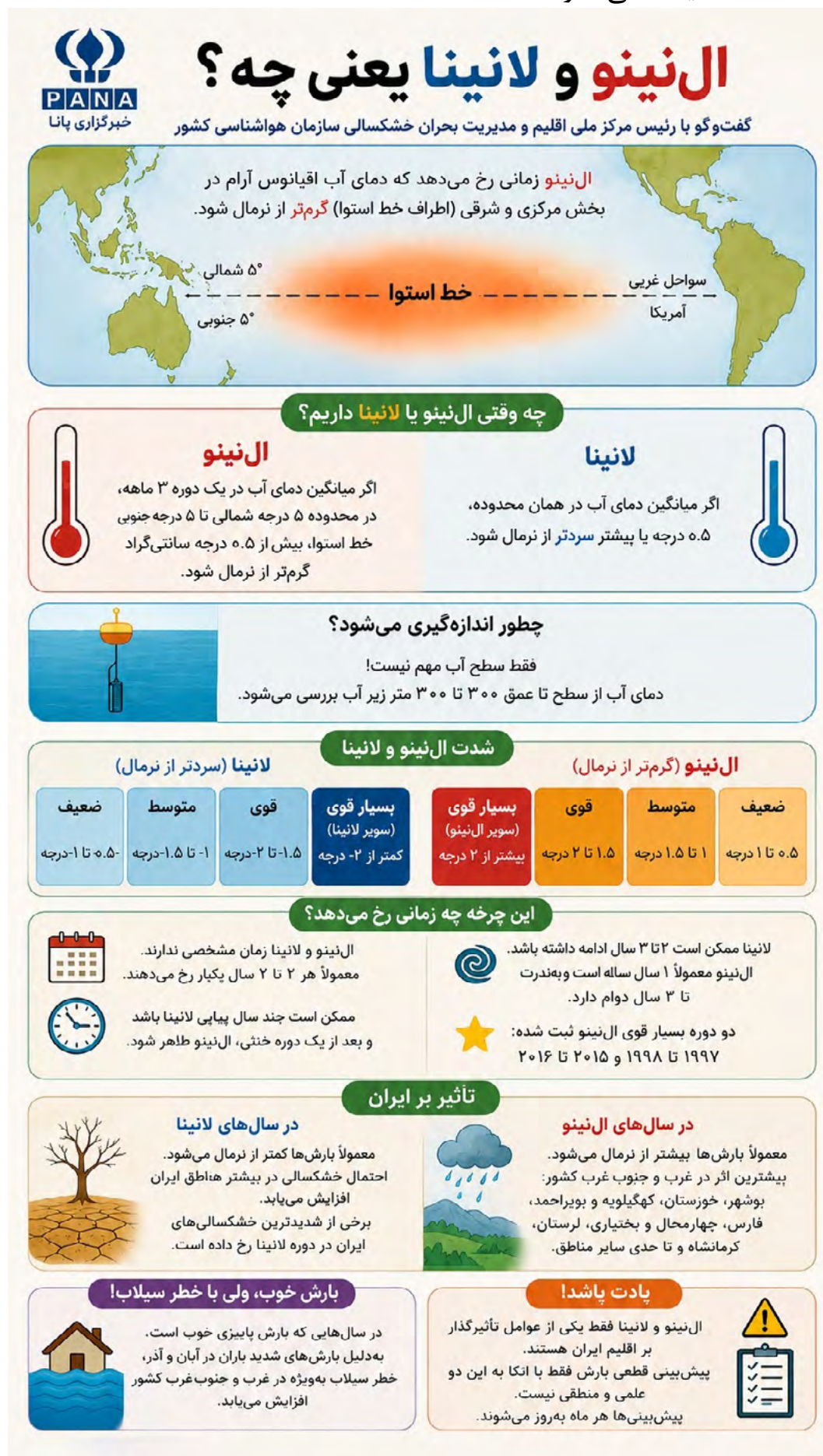
ال نینو به طور ساده عبارت است از یک رخداد اقلیمی کلان که در اثر رها شدن انرژی انباشته در بزرگترین حوزه اقیانوسی جهان یعنی جنوب اقیانوس آرام رخ می دهد. نشانه اولیه آن هم تغییر جهت جریان آب های سرد و گرم و همچنین بادهای این منطقه است.

لانینا چیست؟

لانینا (به اسپانیایی: La Niña) وضعیتی است که در قسمت مرکزی و شرقی استوایی اقیانوس آرام، آب سردتر از حالت طبیعی می شود. لانینا تقریباً متضاد ال نینو است. لانینا در هر سه تا هفت سال اتفاق می افتد و درجه حرارت آب دریا سرد می شود. این پدیده حاصل تغییر اختلاف فشار منطقه است و اجازه می دهد سطح آب های اقیانوس در قسمت شرقی سردتر از حالت معمول شود و در قسمت های حاره غربی گرم تر از حالت عادی گسترش یابد. علل لانینا برعکس عواملی است که در ایجاد ال نینو مؤثر هستند.

ال نینو و اثرات آن بر جو

ال نینو مانند یک فصل، دارای دوره است؛ اما فصلی که به صورت نا منظم ظاهر



بهترین روش برای ذخیره آب در خانه؛ چه وسایلی در زمان قطعی آب لازم است؟

بخش دوم:

ذخیره آب در خانه یکی از مهم‌ترین اقدامات پیشگیرانه در برابر بحران‌های ناشی از قطع آب است. برای این کار باید روش‌های اصولی و بهداشتی را در نظر بگیرید تا آب ذخیره شده برای مصرف شرب و غیرشرب مناسب باشد.

روش‌های رایج ذخیره آب

روش ذخیره آب	توضیح کاربردی
استفاده از دبه‌های درب دار	برای ذخیره آب شرب در مقادیر بالا
بطری‌های تمیز	برای نگهداری آب در یخچال یا فریزر
وان یا لگن‌های بزرگ	برای ذخیره آب شستشو یا آب خاکستری
بشکه‌های پلاستیکی بزرگ	مناسب برای ذخیره آب باران یا آب غیرقابل شرب
ظروف کوچک دست‌نخورده	برای دسترسی سریع در مواقع اضطراری

کنترل نشت لوله‌ها: نشت‌های کوچک در لوله انتقال آب در طول زمان منجر به هدر رفت چشمگیر آب می‌شوند.

استفاده از ماشین لباسشویی و ظرف شویی با ظرفیت کامل: روشن کردن این وسایل با نصف ظرفیت، مصرف بی‌مورد آب و برق را به همراه دارد.

نکته: مدیریت مصرف آب به تنهایی انجام پذیر نیست. لازم است افراد خانواده با همفکری و هماهنگی، عادات مصرفی خود را اصلاح کنند.

راه صرفه جویی در مصرف آب آشامیدنی

مصرف آب آشامیدنی در اولویت تمام مصارف مرتبط با مایعات قرار دارد و در زمان بحران باید به صورت هدفمند انجام شود. برای تامین آب سالم و کافی، رفتار مصرف کننده اهمیت زیادی دارد. صرفه جویی در مصرف آب آشامیدنی به معنای حذف مصرف نیست، بلکه به معنای استفاده هوشمندانه از منابع موجود است. برای نوشیدن آب، بهتر است از لیوان به جای بطری استفاده شود تا میزان هدر رفت آب کاهش یابد. استفاده از آب باقیمانده در پارچ یا لیوان‌ها برای آبیاری گیاهان نیز یکی از روش‌های ساده و کاربردی در صرفه جویی در مصرف آب است. در شرایطی که دسترسی به آب محدود شده، بهتر است تا جای ممکن از آب تصفیه شده خانگی استفاده شود و خرید بطری‌های پلاستیکی به حداقل برسد. استفاده از پارچ‌های فیلتر دار و جوشاندن آب برای مصرف، گزینه‌هایی ارزان‌تر و پایدارتر هستند.

روش استفاده مجدد از آب شستشو؛ آب خاکستری

استفاده مجدد از آب خاکستری یکی از موثرترین روش‌ها برای کاهش مصرف آب در خانه است. آب خاکستری، آبی است که از شستشوی دست‌ها، صورت، ظرف یا لباس باقی مانده و قابل استفاده مجدد برای مصارف غیر آشامیدنی مانند آبیاری است.

نکته: هنگام ذخیره آب، حتماً به بهداشت ظروف توجه کنید. استفاده از وسایل مورد نیاز در زمان قطعی آب و صرفه جویی در حمام نقش مهمی در افزایش کارایی ذخیره آب دارد.

آیا آب معدنی جایگزین خوبی برای زمان قطعی برق است؟

در زمان قطعی آب، بسیاری از افراد به سراغ استفاده از آب معدنی می‌روند. این گزینه در ظاهر ساده و در دسترس است؛ اما مصرف بلندمدت آب معدنی برای مصارف روزانه نه تنها مقرون به صرفه نیست، بلکه مدیریت منابع را نیز دشوارتر می‌کند. همچنین حمل و نگهداری تعداد زیادی بطری آب معدنی مشکلاتی از نظر فضا و زباله‌های پلاستیکی ایجاد می‌کند.

آب معدنی تنها برای آشامیدن در زمان قطعی آب توصیه می‌شود. استفاده از آن برای شستشو، پخت و پز یا نظافت اصلاً منطقی نیست و بار اقتصادی سنگینی دارد. در این مواقع، آموزش صرفه جویی در آب باید به اولویت اصلی تبدیل شود. خانواده‌ها باید بیاموزند چطور منابع ذخیره شده را درست مصرف کنند.

مدیریت منابع آبی به‌ویژه در بحران قطعی آب، به رفتار مسئولانه‌تری نیاز دارد. به جای جایگزین کردن کامل آب شهری با آب معدنی، باید به دنبال روش‌هایی بود که مصرف آب کاهش یابد. اجرای آموزش صرفه جویی در آب در سطح خانه و مدرسه نقش مهمی در کنترل این بحران دارد.

چگونه در مصرف آب صرفه جویی کنیم؟

در زمان بحران یا محدودیت منابع آبی، مدیریت صحیح مصرف اهمیت بیشتری پیدا می‌کند. برنامه‌ریزی، صرفه جویی و به‌کارگیری عادات درست می‌تواند در کنترل بحران بسیار مؤثر باشد. در ادامه به روش‌های کاربردی مدیریت مصرف اشاره می‌کنیم.

برای قطعی آب چه کنیم؟

برای جمع‌آوری این آب، می‌توان ظرف‌های جداگانه‌ای در زیر سینک یا وان قرار داد. این آب برای شستشوی کف، سیفون توالت یا حتی آبیاری گیاهان غیر خوراکی مناسب است. صرفه جویی در شستن ظرف با کم کردن زمان شستشو یا استفاده از تشت نیز به تولید آب خاکستری کمک می‌کند. در صورت استفاده از شوینده‌های ملایم و بدون مواد شیمیایی، آب خاکستری آسیب کمتری به گیاهان می‌زند. برنامه‌ریزی برای استفاده بهینه از این آب، تاثیر مستقیمی در کاهش مصرف آب در خانه خواهد داشت.

روش‌های صرفه جویی در زمان قطعی آب

در زمان قطعی آب، باید از منابع ذخیره شده به‌صورت بهینه استفاده شود. مدیریت آب در این شرایط حیاتی بوده و آموزش روش‌های صرفه جویی در مصرف آب به همه اعضای خانواده ضروری است. در ادامه به برخی از راهکارهای ساده اما کاربردی برای صرفه جویی در مصرف آب اشاره شده است.

استفاده از آب ذخیره شده برای توالت و شستشو: به جای استفاده از آب معدنی یا آشامیدنی، از آب خاکستری استفاده شود.

قرار دادن تشت در حمام: آب اضافه جمع‌آوری شده در حمام برای شستشوی کف یا آبیاری گیاهان قابل استفاده است.

قطع آبگرمکن در نبود آب سرد: این کار از مصرف بی‌مورد گاز و انرژی جلوگیری می‌کند.

شستن میوه‌ها داخل ظرف آب: شستن میوه‌ها داخل ظرف آب باعث صرفه جویی در مصرف آب شرب می‌شود.

استفاده از ظروف کوچک‌تر برای شستشو یا نظافت: این کار حجم مصرفی را کاهش می‌دهد.

ادامه دارد...



تقدیر و تشکر



سرپرست معاونت راهبری و نظارت بر بهره برداری شرکت مهندسی آبفا کشور با اهدای لوحی از آرمان یوسفی همکار تصفیه خانه آب سقز و عضو کارگروه ممیزی برنامه ایمنی آب در راستای استقرار و توسعه این برنامه در شهرها و روستاها تقدیر نمود.



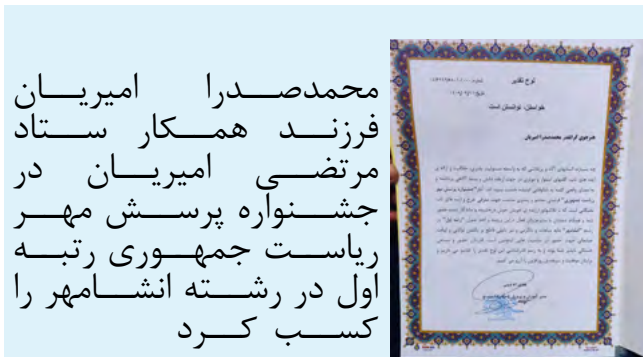
بررسی راهکارهای ارتقای خدمات رسانی آب و فاضلاب در شهر مالوجه قروه با حضور مسئولان این شهر و شرکت آبفا



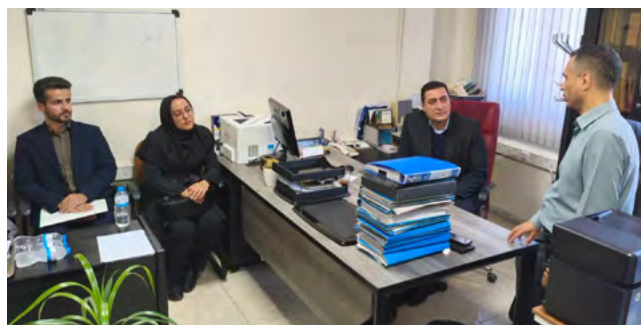
همزمان با برگزاری یکصدمین روز حماسه حضور مردم در خیابان، میز خدمت شرکت آب و فاضلاب استان کردستان در میدان آزادی شهر سنندج برپا شد.



به مناسبت آغاز روز ملی خانواده و همزمان با آغا هفته صرفه جویی، کارگاه آموزشی توانمندسازی مشاورین بانوان دستگاه های اجرایی استان با مشارکت مشاوران امور بانوان صنعت آب و برق استان و دفتر امور زنان و خانواده استانداری کردستان برگزار شد



محمّدصّدر اامیریان
فرزند همکار ستاد
مرتضی امیریان در
جشنواره پرسش مهر
ریاست جمهوری رتبه
اول در رشته انشامهر را
کسب کرد



بازدید مدیرعامل شرکت آب و فاضلاب استان کردستان از روند تکمیل پرونده پذیرفته شدگان سهرابر ظرفیت آزمون استخدامی



مدیرعامل شرکت آبفا کردستان طی لوحهای جداگانه ای از پریسا حسینی و مهرداد همت زاده رابطین حقوقی امور آبفا کامیاران و بیجار به دلیل تلاش، اهتمام و جدیدت در انجام امور محوله و عملکرد مناسب در راستای تحقق اهداف و دفاع از منافع شرکت در زمینه پیگیری امور حقوقی این شهرستان تقدیر کرد.



فرمانده سپاه بیت المقدس استان کردستان با اهدای لوحی از تلاشهای حسین اصفهانی مدیر امور آبفا بیجار و رئیس کارگروه اقتصاد و زیربنایی بسیجیان این شهرستان تقدیر کرد.

هولاً قمبراً

انا لله وانا اليه راجعون

و بشار الصلوات الذين اذا اصابهم مصيبه قالوا

همکاران گرامی ستاد؛ آقایان صلاح الدین عزتی، عابد حسین پناهی و همکار گرامی امور آبفا سنندج جناب آقای پویا شاه نظری

با نهایت تأسف و تأثر، مصیبت وارده را به شما و خانواده محترمان تسلیت عرض نموده و از درگاه ایزد منان برای عزیز از دست رفته، علو درجات و برای بازماندگان صبر و شکیبایی مسئلت داریم.

آدرس: سنندج/خیابان امام خمینی(استانداری)
روبروی دبیرستان دخترانه امام/جنب پست بانک

شرکت آب و فاضلاب استان کردستان

تلفن: ۳۱۰۴۲۰۰۰

www.abfa-kurdistan.ir

Email: info@abfa-kurdistan.ir

ماهنامه / خبری / داخلی / شرکت آب و فاضلاب استان کردستان / شماره ۱۲۵ / سال سیزدهم / خرداد ۱۴۰۵

صاحب امتیاز:
شرکت آب و فاضلاب استان کردستان

سر دبیر:
ادریس شریفی

دبیر اجرایی:
کیوان قاسمی

هیئت تحریریه:
نسرین الباد

دبیر صفحات آموزش همگانی و راهکارهای مدیریتی:
سید محمد عزیزی

دبیر صفحه فرهنگ و هنر: آرمان مهرپناهی

همکار افتخاری: لیلا صیدمحمدی

گرافیکست و صفحه آرا: مهدی رفیعی