



عملیات اجرایی خط انتقال آب شرب از تصفیه خانه شماره ۲ به تصفیه خانه شماره ۱ و مخازن شهر سقز آغاز شد



تجلیل از همکاران شرکت به مناسبت روز کارگر

۸

۳

ماهنامه / خبری / داخلی / شرکت آب و فاضلاب استان کردستان / شماره ۸۵ / سال نهم / فروردین و اردیبهشت ۱۴۰۱

رئیس مرکز جهاد آبرسانی وزارت نیرو

## شاخص بهره مندی روستاهای کردستان از آب شرب به ۸۶ درصد می رسد

صفحه ۲

ضیاءالدین  
ابوالبهاء مولانا  
خالد ذوالجناحین  
شهرزوری

۵



برگزاری میز خدمت  
آبفا سنندج در  
مسجد جامع

۳

منابع آب و آلاینده ها

۷



آسم، علل پیدایش و  
راهکارهای مقابله

۴

## انتصاب معاونین بهره برداری و توسعه آب و برنامه ریزی و توسعه سرمایه گذاری شرکت

در پایان این جلسه مدیرعامل آبفا کردستان حکم سرپرستی معاونت حمید شالپوش را به وی اعطا نمود. گفتنی است سوابق قبلی حمید شالپوش، مدیر دفتر قراردادها، مدیر امور آبفا شهرستان های دهگلان و مریوان و آخرین پست وی مدیر بهره برداری از تاسیسات آب شرکت بوده است.

مدیرعامل شرکت آبفا کردستان همچنین در حکمی معتصم بهنام فر را به عنوان سرپرست معاونت برنامه ریزی و توسعه سرمایه گذاری شرکت آبفا کردستان منصوب نمود.

این مراسم با حضور مدیرعامل، معاونین و جمعی از مدیران شرکت آبفا برگزار شد.

ادامه در صفحه ۲

نیز اشاره کرد و گفت: حوزه توسعه و بهره برداری آب مستلزم زمان و انرژی بیشتر است و باید ارتباط تنگاتنگی میان این معاونت و سایر ارکان شرکت وجود داشته باشد.

مدیرعامل شرکت آبفا کردستان با اشاره به تنگناهای مالی شرکت خواستار برنامه ریزی برای کاستن از هزینه ها، افزایش درآمد و ارتقای رضایتمندی مشتریان شد.

مهندس فرهاد با بیان اینکه بخش آب دارای نواقصی از گذشته است، این موضوع را به دلیل وجود خشکسالی و نیز بحث اعتباراتی عنوان کرد.

وی تولید آب متناسب به لحاظ کیفی و کمی، عدم وقفه در ارائه خدمات در تمامی بخشها و پرداخت به موقع حقوق پرسنل را جزو اولویتهای شرکت آبفا کردستان در سال جاری ذکر کرد.



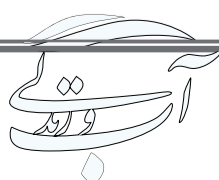
در جلسه انتصاب معاون بهره برداری و توسعه آب شرکت، مهندس محمد فرهاد مدیرعامل شرکت آبفا کردستان با تاکید بر وجود نیروهای شایسته فراوان در حوزه آب، سوابق و تجربه شالپوش را از شاخص های مهم برای این انتصاب عنوان نمود و افزود: از تمامی همکاران در بخش های مختلف بویژه حوزه آب انتظار همراهی و تعامل با معاون جدید را دارم.

مهندس فرهاد با یادآوری وجود تنش آبی در استان در سال گذشته به تداوم این وضعیت در سال جدید



طی احکام جدگانه ای از سوی مدیرعامل شرکت؛ سرپرستان معاونت های بهره برداری و توسعه آب و برنامه ریزی و توسعه سرمایه گذاری شرکت آبفا منصوب شدند.

مدیرعامل شرکت آبفا کردستان در حکمی حمید شالپوش را به عنوان سرپرست معاونت بهره برداری و توسعه آب و معتصم بهنام فر را به عنوان معاون برنامه ریزی و توسعه سرمایه گذاری شرکت آبفا کردستان منصوب نمود.



## رئیس مرکز جهاد آبرسانی وزارت نیرو

### شاخص بهره مندی روستاهای کردستان از آب شرب به ۸۶ درصد می رسد

هم شرکت آبفا با سرعت خوبی در حال اجرای کار هستند و تامین اعتبار مناسب انجام شده است.

مهندس جعفرزاده با بیان اینکه قصد داریم بیشتر از این تعداد روستا را آبرسانی انجام دهیم، گفت: هدفگذاری ما آبرسانی به ۲۵۰ روستای استان است که امیدواریم محقق شود.

وی در خصوص رفع مشکلات تنش آبی در نقاط شهری نیز گفت: اعتبارات حوزه تنش آبی چندین برابر سالهای گذشته است و برنامه ریزی لازم برای اجرای پروژه های اضطراری، کوتاه مدت و میان مدت در مریوان و سایر شهرهای استان که تنش آبی دارند انجام شده است.

مهندس جعفرزاده با بیان اینکه عمده منابع تامین آب روستاها آبهای زیرزمینی است و این منابع به دلیل کمبود بارشها با محدودیت مواجه شده بود، گفت: امیدواریم با توجه به تشکیل قرارگاه جهادی استانی با حضور همه دستگاه های ذیربط و اجرای این پروژه آب روستاهای دارای تنش آبی استان به صورت پایدار به لحاظ کمی و کیفی تامین شود.



وی افزود: ۳۶ جبهه کاری در استان برای اجرای این پروژه تعریف شده و هم قرارگاه امام حسن و

روستای ینگجه و کانی سپید بازدید انجام شد.

مهندس جعفرزاده در این بازدید اظهار کرد: با توجه به رویکرد جدید وزارت نیرو در حوزه آبرسانی به مناطق محروم، یکی از پروژه های مهم حوزه آبرسانی در این استان اتفاق افتاده است.

وی افزود: از محل اعتبارات محرومیت زدایی ۱۶۹ روستای استان با جامعه هدف ۶۷ هزار نفر طی ۳ سال و با اعتبار ۵۲۷ میلیارد تومان با همکاری مشترک آبفا و قرارگاه امام حسن مجتبی از آب شرب بهداشتی به صورت پایدار بهره مند می شوند.

رئیس مرکز جهاد آبرسانی وزارت نیرو با اشاره به شاخص ۷۶ درصدی بهره مندی روستاهای استان از آب شرب خاطر نشان کرد: با اجرای این پروژه شاخص بهره مندی به ۸۶ درصد خواهد رسید.



رئیس مرکز جهاد آبرسانی وزارت نیرو گفت: با اجرای پروژه بزرگ آبرسانی به ۱۶۹ روستای کردستان شاخص بهره مندی روستاهای استان از ۷۶ به ۸۶ درصد خواهد رسید.

مهندس میثم جعفرزاده مشاور وزیر و رئیس مرکز جهاد آبرسانی وزارت نیرو اردیبهشت ماه با حضور در شهرستان مریوان از پروژه آبرسانی به روستاهای با تنش آبی استان که با مشارکت سپاه انجام می شود بازدید نمود.

در این بازدید که شالپوش معاون بهره برداری و توسعه آب آبفا کردستان نیز حضور داشت از دو

ادامه از صفحه ۱

## طی حکمی از سوی مدیرعامل شرکت؛

### معتصم بهنام فر به عنوان سرپرست معاونت برنامه ریزی و توسعه سرمایه گذاری شرکت آبفا کردستان منصوب شد

در پایان این جلسه مدیرعامل آبفا کردستان حکم سرپرستی معاونت معتصم بهنام فر را به وی اعطا نمود.

گفتنی است سوابق قبلی بهنام فر، مدیر امور آبفا شهرستان های کامیاران و مریوان سنندج و آخرین پست وی مدیریت امور آبفا شهرستان سنندج بوده است.

مدیرعامل شرکت آبفا کردستان با اشاره به تنگناهای مالی شرکت خواستار برنامه ریزی برای کاستن از هزینه ها، افزایش درآمد و ارتقای رضایتمندی مردم شد.

مهندس فرهاد همچنین با اشاره به خدمات صالح مفاخری معاون قبلی برنامه ریزی و توسعه سرمایه گذاری از تلاش های وی نیز تقدیر نمود.

همراهی و تعامل با معاون جدید را دارم.

وی با ابراز امیدواری بر اینکه این انتصاب انگیزه و تحول خوبی در شرکت به وجود آورد گفت: معاونت برنامه ریزی قلب تپنده شرکت به شمار می رود و باید با استفاده از ارتباطات مناسب برای رفع مشکلات شرکت با کمک سایر بخش ها و معاونت ها اقدام نماید.

در ابتدای این جلسه مهندس محمد فرهاد مدیرعامل شرکت آبفا کردستان با تاکید بر وجود نیروهای شایسته در حوزه این معاونت، سوابق و تجربه بهنام فر را از شاخص های مهم برای این انتصاب عنوان نمود و افزود: از تمامی همکاران در بخش های مختلف بویژه حوزه برنامه ریزی و توسعه سرمایه گذاری انتظار

## طی حکمی از سوی مدیرعامل شرکت؛

### حامد مرادی سرپرست امور آبفا قروه شد

با حکم مدیرعامل شرکت آبفا کردستان، حامد مرادی به عنوان سرپرست امور آبفا قروه منصوب گردید.

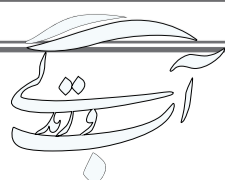
در آئین تودیع و معارفه مدیران قبلی و جدید امور آبفا قروه ضمن تقدیر از تلاش های جبار کلوندی مدیر قبلی، حکم حامد مرادی به عنوان سرپرست جدید امور آبفا شهرستان قروه ابلاغ گردید.

مرادی دارای مدرک تحصیلی کارشناسی ارشد رشته عمران آب از نیروهای بومی آبفا قروه است که پیش از این ۱۰ سال به عنوان معاون امور آبفا قروه و پیشتر در مسئولیت ناظر فنی فعالیت می کرد.



اولویت های تحقیقاتی سال ۱۴۰۱ شرکت آب و فاضلاب استان کردستان اعلام شد؛ اولویت های تحقیقاتی شرکت آبفا کردستان که پیرامون طعم و بوی آب در شهرهای استان است اعلام گردید. نخستین اولویت شرکت بررسی علت وجود طعم و بوی موجود در آب شرب شهرسنندج (از مبادی ایجاد، ورودی ها، تصفیه خانه، شبکه توزیع و...) و ارائه راهکارهای مناسب و روشهای جایگزین و عملی رفع مشکل می باشد. دومین اولویت تحقیقاتی بررسی علت وجود طعم و بوی موجود در آب شرب شهر سقز (از مبادی ایجاد، ورودی، تصفیه خانه و شبکه توزیع و...) و ارائه راهکارهای مناسب و روشهای جایگزین و عملی رفع مشکل است. سومین اولویت تحقیقاتی شرکت آبفا بررسی علت وجود طعم و بوی موجود در آب شرب شهر بانه (از مبادی ایجاد، ورودی، تصفیه خانه، شبکه توزیع و...) و ارائه راهکارهای مناسب و روشهای جایگزین و عملی رفع مشکل می باشد.

دفتر توسعه مدیریت و تحقیقات شرکت



## با هدف تامین آب شرب پایدار و بلندمدت شهر

## عملیات اجرایی خط انتقال آب شرب از تصفیه خانه شماره ۲ به تصفیه خانه شماره ۱ و مخازن شهر سقز آغاز شد

در ادامه کلنگ آغاز عملیات اجرایی خط انتقال آب شرب از تصفیه خانه شماره ۲ به تصفیه خانه شماره ۱ و مخازن شهر سقز به زمین زده شد.

تصفیه خانه شماره ۱ و مخازن شهر سقز با لوله چدنی ۶۰۰ میلیمتری به طول ۵ کیلومتر تعریف شده است.

مهندس فرهاد با اشاره به اعتبار ۵۰۰ میلیارد ریالی پروژه افزود: با اجرای آن ۳۰۰ لیتر بر ثانیه آب از تصفیه خانه شماره ۲ به مخازن سطح شهر انجام و در مجموع تامین آب شرب بلندمدت و پایدار سقز به میزان یک هزار لیتر بر ثانیه از طریق سد و تصفیه خانه های شماره ۱ و ۲ شهر انجام می شود.

شرکت آبفا استان و سایر مسئولان شهرستان سقز برگزار شد.

مهندس محمد فرهاد مدیرعامل شرکت آبفا کردستان در این مراسم گفت: این پروژه به منظور تامین آب شرب شهر سقز و استفاده حداکثری از تصفیه خانه شماره ۲ این شهر اجرا می شود.

وی با بیان اینکه سد چراغ ویس اختصاصاً برای تامین آب شهر سقز در نظر گرفته شده است، گفت: در این پروژه خط انتقال آب، حدفاصل میدان انقلاب تا



عملیات اجرایی خط انتقال آب شرب از تصفیه خانه شماره ۲ به تصفیه خانه شماره ۱ و مخازن شهر سقز آغاز شد.

مراسم کلنگ زنی این پروژه اردیبهشت ماه با حضور نماینده مردم شهرستان های سقز و بانه در مجلس، فرماندار، مدیرعامل



## برگزاری میز خدمت آبفا سنندج در مسجد جامع این شهر

با هدف ارائه خدمات، تکریم ارباب رجوع، رعایت حقوق شهروندی، ارتقاء رضایت، بررسی و رفع مشکلات شهروندان و مراجعه کنندگان و تسهیل در خدمات رسانی، میز خدمت امور آبفا سنندج در مسجد جامع این شهر برگزار شد.

در این میز خدمت مدیرعامل و معاونین شرکت، مدیر آبفا سنندج، مدیران و کارشناسان واحد مشترکین و جمعی از نیروهای امداد و حوادث آبفا سنندج حضور داشتند.

میز خدمت شرکت آبفا کردستان در راستای پاسخگویی به همشهریان انجام شد که استمرار این اقدام در افزایش شاخص های حقوق شهروندی تأثیر مثبت خواهد داشت.



## در راستای اجرای طرح سپاس صورت گرفت؛

## مدیرعامل آبفا کردستان با ۳ همکار ایثارگر شرکت دیدار و از آنها تجلیل نمود



است، از همکاران ایثارگر شرکت خواست تا نسبت به اشاعه بیشتر این فرهنگ در شرکت اهتمام نمایند. گفتنی است دیدارهای مدیرعامل با ایثارگران شرکت در طول سال ادامه داشته و از خدمات آنها تجلیل خواهد شد.

دفاع از نظام اسلامی و ولایت فقیه و آرمان های امام راحل و خون شهدا هستند، گفت: خانواده های شهدا و ایثارگران با ولایت مداری و عشق به ولایت، همواره فرهنگ ایثار و شهادت را در جامعه گسترش می دهند.



وی تصریح کرد: خانواده معظم شهدا و ایثارگر میراث دار واقعی آرمان های شهدا هستند و با مجاهدت و رشادت، راه سعادت را در برابر بشر قرار دادند.

مدیرعامل آبفا کردستان با اشاره به اینکه ایثارگری یک فرهنگ، مکتب و رمز امنیت و پایداری

مهندس محمد فرهاد به همراه مدیر حراست و مشاور امور ایثارگران شرکت با ۳ همکار از خانواده ایثارگران شرکت دیدار و لوح سپاس به آنها تقدیم کرد.

در این دیدارهای جداگانه، مهندس فرهاد با بیان اینکه خانواده های ایثارگران طلایه دار



## آسم؛ علل پیدایش و راهکارهای مقابله



### دفتر ایمنی و بهداشت محیط زیست

#### بخش اول

بیماری آسم، بیماری است که ریه‌های شما را تحت تاثیر قرار می‌دهد و به سبب آن مجاری هوایی باریک و متورم می‌شوند و توسط مخاط اضافی تولید شده، مسدود می‌شوند. آسم یک بیماری مزمن است و تاکنون راه حلی برای ریشه کن کردن آن پیدا نشده است ولی این بیماری را می‌توان به شکلی درمان و کنترل کرد که از بروز علائم و حملات آن پیشگیری شود.

در این بیماری به دنبال واکنش راه‌های هوایی به عوامل محرک و حساسیت زا (در صورت حمله آسم)، وقایع زیر در راه‌های هوایی رخ می‌دهد:

- پوشش داخلی راه‌های هوایی متورم و ملتهب می‌گردد.
- ترشحات راه‌های هوایی (موکوس) زیاد می‌شود با سفت‌تر شدن مجاری هوایی، صدایی به نام خس‌خس به هنگام تنفس به گوش‌تان می‌خورد (صدایی که راه‌های هوایی شما هنگام بازدم ایجاد می‌کنند) در نهایت زمانی که آسم شما کنترل نشود ممکن است دچار شعله‌ور شدن حملات آسمی شوید.

• عضلات اطراف راه‌های هوایی منقبض می‌گردد.

### چه کسانی ممکن است به آسم مبتلا شوند؟

هر فردی در هر سنی ممکن است به آسم مبتلا شود. افراد مبتلا به آلرژی یا افرادی که در معرض دود تنباکو قرار دارند بیشتر در معرض ابتلا به آسم هستند که این شامل دود دست‌دوم (قرار گرفتن در معرض دود شخصی که سیگار می‌کشد) و دود دست سوم (قرار گرفتن در مکان‌هایی که برخی سیگار

کشیده‌اند) می‌شود. آمارها نشان می‌دهد که زنان بیشتر از مردان به آسم مبتلا می‌شوند. همچنین این بیماری افراد سیاه‌پوست را بیشتر از سایر نژادها تحت تاثیر قرار می‌دهد.

### علائم بیماری آسم

- سفتی یا درد قفسه سینه
- تنگی نفس
- سرفه (به‌خصوص در شب)
- خس‌خس سینه

### علل به وجود آمدن آسم

علت دقیق و اصلی آسم هنوز نامشخص است ولی نشان داده شده که اگر افراد خانواده سابقه انواع بیماری‌های آلرژیک (اگزما، آلرژی بینی، آلرژی غذایی و آسم) را داشته باشند احتمال بروز آسم در سایر افراد خانواده بیشتر می‌شود همچنین تماس با بعضی از مواد حساسیت زای محرک ممکن است سبب افزایش احتمال ابتلا به آسم گردد. برخی افراد به دلیل تماس‌های شغلی ممکن است دچار آسم شوند نظیر کارگران نانوائی، چوب‌بری، رنگساز و... همچنین ممکن است بیماری آسم در افراد بدون سابقه آلرژی نیز رخ دهد.

### مهمترین عوامل محیطی که سبب بروز یا بدتر شدن آسم می‌گردند عبارتند از:

گرده‌های گل و گیاه، عوامل حساسیت زای حیوانات (پر، مو یا پوست)، قارچ‌ها و کپک‌ها، هییره (مایت) موجود در گرد و خاک خانه‌ها، سوسک و انواع حشرات، دود سیگار و سایر مواد دخانی (قلیان، پیپ و... آلودگی هوا و تغییرات آب و هوایی بخصوص هوای سرد و خشک، بوهای تند (نظیر بوی ادکلن و عطر)، آلاینده‌های شیمیایی نظیر شوینده‌ها و حشره کش‌ها، تغییرات هیجانی شدید (گریه کردن، خندیدن شدید، استرس)، عفونت‌های ویروسی (سرماخوردگی،

### اقدامات پیشگیرانه برای کنترل آسم:

- به منظور مقابله با هییره (مایت) موجود در گرد و خاک خانه‌ها، باید بالش‌ها و تشک‌ها در پوشش‌هایی غیر قابل نفوذ (مثلا پلاستیکی) پیچیده شود و کلیه ملحفه‌ها هفته‌ای یکبار در آب داغ (۶۰ درجه سانتیگراد) شسته شده و در آفتاب خشک گردد در صورت امکان از قالی به عنوان کف پوش استفاده نشود و وسایل فراون (اسباب بازی، مبلمان و...) در داخل اتاق کودک نگهداری نشود و سطح رطوبت خانه کاهش یابد.

- باید از نگهداری حیوانات خانگی در محیط داخل منزل خودداری شود و به هیچ وجه اجازه ورود این حیوانات به رختخواب داده نشود از بکار بردن بالش یا تشک حاوی پر، پشم و کرک اجتناب شود. سوسک از عوامل حساسیت زاست و باید با روش‌های مناسب در رفع آن تلاش کرد.

- از مصرف دخانیات و یا قرار گرفتن در معرض دود سیگار سایر افراد خودداری شود. همچنین اجازه سیگار کشیدن در خانه یا فضاهای بسته به هیچکس داده نشود.

ادامه دارد...

### مسابقه شماره ۸۰

شما دو سطل آب دارید، در داخل سطل اول دمای آب ۲۵ درجه سانتیگراد است، در داخل سطل دوم آب ۲۵ درجه فارنهایت است. شما از همان ارتفاع یک سکه را به داخل هر سطل می‌اندازید و آن‌ها دقیقاً در همان زمان به آب می‌خورند.

### کدام یک از سکه‌ها ابتدا به پایین می‌رسند؟

همکاران گرامی پاسخ‌های مسابقه را حداکثر تا تاریخ بیست و پنجم هر ماه برای آقای کیوان قاسمی، کارشناس روابط عمومی ستاد ارسال نمایید.

به قید قرعه به دو نفر از کسانی که پاسخ صحیح داده‌اند، جایزه‌ای اهدا می‌شود.

آنفلوانزا)، ورزش و فعالیتهای فیزیکی، داروها مانند آسپرین و برخی مسکن‌ها، مواد افزودنی در غذاها و آلرژیک‌های غذایی، عدم تغذیه شیر مادر، کمبود ویتامین و چاقی

### روش‌های تشخیص بیماری آسم

- بررسی سوابق پزشکی
- تشخیص آسم با انجام آزمایشات لازم: آزمایشاتی برای اندازه‌گیری عملکرد ریه همچون اسپرومتری. این آزمایش تنگ شدن لوله‌های برونش را با بررسی میزان هوای بازدم بعد از یک نفس عمیق و سرعت بازدم تخمین می‌زند. همچنین ممکن است درخواست رادیوگرافی قفسه سینه، آزمایش خون یا آزمایش پوست نیاز شود.

### درمان دارویی آسم

- داروهای سریع‌الاثرب: این داروها با شل کردن انقباض عضلات راه‌های هوایی، سبب گشاد شدن راه‌های هوایی و در نتیجه کاهش یا رفع علائم آسم می‌شوند. زمان شروع اثر این داروها چند دقیقه است و در هنگام بروز اولین علائم تشدید بیماری باید به کار روند. معروفترین دارو از این گروه سالبوتامول می‌باشد.

- داروهای کنترل‌کننده: خاصیت مشترک این دسته دارویی، اثرات ضد التهابی آنهاست و از این راه علائم آسم را کاهش می‌دهند. این دسته دارویی باید روزانه به طور منظم و برای طولانی مدت استفاده شوند. سرردسته این گروه از داروها استروئیدها هستند.

### بیماری آسم و کووید - ۱۹

اگر مبتلا به آسم متوسط تا شدید باشید، یا اگر علائم آسم شما به‌خوبی کنترل نشده باشد، در صورت ابتلا به بیماری کرونا در معرض خطر بیشتری نسبت به سایرین، برای بستری شدن در بیمارستان قرار دارید؛ بنابراین، حتماً واکسینه شوید و به هنگام حضور در فضاهای سرپوشیده و شلوغ ماسک بزنید. همچنین از قرار گرفتن در معرض افراد مبتلا به ویروس خودداری کنید



معرفی مشاهیر ادبیات کردی

ضیاءالدین ابوالبهاء مولانا خالد ذوالجناحین شهرزوری

مولانا پس از مراجعت از هندوستان، در سنندج و سلیمانیه و بغداد و سپس در شام به ارشاد مشغول می‌شود. جمع کثیری از علما و بزرگان به جمع مریدان مولانا می‌پیوندند و در زمانی بسیار اندک آوازه‌ی مولانا و نور عرفان و علم او تمام جهان اسلام را فرا می‌گیرد و رسائل و کتب فراوانی در مناقب و مقامات وی تألیف می‌شود.

ایشان به سه زبان کوردی فارسی و عربی شعر سروده‌اند که در دیوان شان به چاپ رسیده است.

وی شب جمعه سیزدهم ذی‌القعدة ی سال ۱۲۴۲ هجری در ۴۹ سالگی درگذشت. همان شب پیکرش را به مدرسه‌اش انتقال داده، مراسم غسل و تکفین را به جای می‌آورند و بنا بر وصیتش تا صبحگاه بر جنازه‌اش قرآن می‌خوانند. سپس خلفا و مریدان، پیکرش را بر سر دست به مسجد «یلبغا» انتقال می‌دهند و پس از ادا ی نماز به وسیله ی سید محمّدامین ابن عابدین او را در «تل نور» جبل قاسیون به خاک می‌سپارند.

روحش شاد و یادش گرامی

قیبلم فیراقت، قیبلهم فیراقت نأرامم سه‌نندن سه‌وادی فیراقت  
 دل قه‌قنه‌س نأسان جه ئیشتیاقت تاقت تاقت بیین په‌ی ئه‌بروی تاقت  
 دور جه قامه‌تت قیامه‌ت خیزان هیجرت شهراری جه‌ه‌نم بی‌زان  
 کارئ پی‌م که‌ردن مه‌حروومی‌ی رازت نه‌که‌ردن وه دل نیم نیگای نازت  
 قه‌در عافیه‌ت وه‌سلت نه‌زانام شوکرانه‌ی شه‌که‌ر رازت نه‌وانام  
 سا غم کو‌ی شادیم باد وه باد شانؤ ته‌مام ئینتیقام وه‌سلت جیم سانؤ  
 خاس خاس جه شیدده‌ت نأیره‌ی دوری وه کو‌ی نووره که‌رد سه‌رتاپای نووری

مولانا در سال ۱۲۲۲ هجری ره‌سپار هندوستان می‌شود. از طریق ایران و افغانستان و پاکستان در مدت یک سال به هندوستان می‌رسد و به حضور شیخ عبدالله دهلوی شرفیاب می‌شود

ضمن اجازه‌ی ارشاد هر پنج طریقه‌ی معروف: نقشبندی، قادری، سه‌روردی، کبروی و چشتی اجازه‌ی تدریس حدیث و تفسیر و تصوف، اوراد و ادعیه را به او می‌دهد. مولانا خالد پس از یک سال توقف در دهلی به امر شاه عبدالله دهلوی به کردستان باز می‌گردد تا در آنجا به ارشاد طالبان حق و حقیقت بپردازد

مشهور به ابن آدم، شیخ محمّد قسیم سنه‌ای (سنندجی) متوفی به سال ۱۲۳۶ هجری که اجازه‌ی اجتهاد از وی دریافت کرده‌است.

مولانا در همه‌ی علوم عقلی و نقلی آن عهد چون صرف و نحو، معانی و بیان و بدیع، منطق و آداب بحث و مناظره، حکمت، هیئت، حساب و هندسه، عروض و قافیه، اصول فقه و اصول دین، حدیث و تفسیر و تصوف دارای مرتبه‌ای بلند و عالی‌مقام بوده تا آنجا که به هر مسئله‌ی دشوار و مشکلی پاسخ می‌داده و چنان به سرحد کمال رسیده که در میان علما و دانشمندان عصر خویش نظیر و همتائی نداشته‌است.

ضیاءالدین ابوالبهاء مولانا خالد ذوالجناحین شهرزوری، از مرشدان طریقت نقشبندیه است؛ وی به قول اکثر نویسندگان در سال ۱۱۹۳ هجری (۱۷۷۹م) یا نزدیک به همین تاریخ در قصبه‌ی قره‌داغ چشم به جهان گشود.

مولانا خالد در محضراین اساتید بهره برد: سید عبدالکریم برزنجی، سید عبدالرحیم برادر سید عبدالکریم، شیخ عبدالله خرپانی، ملا ابراهیم بیاره‌ای، ملا جلال‌الدین خورمالی، ملا محمود غزائی، ملا صالح تره‌ماری، ملا عبدالرحیم زیارتی، ملا محمّد بالکی

بسمه تعالی

سُبْحَانَ الَّذِي أَسْرَى بِعَبْدِهِ لَيْلًا مِّنَ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ إِلَى الْمَسْجِدِ الْأَقْصَى الَّذِي بَارَكْنَا حَوْلَهُ لِنُرِيَهُ مِنْ آيَاتِنَا إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْبَصِيرُ

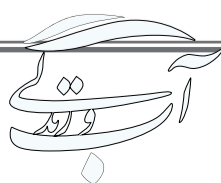
دین و مورد اتفاق همه‌ی فرقه‌های اسلامی است. پیامبر در آن شب، عوالم بالا، ملکوت آسمان‌ها و عجائب آفرینش را دیده و با انبیا ملاقات کردند. در این سفر، حضرت رسول، بهشت و جهنم را دید، وضعیت بهشتیان و نعمت‌هایشان و دوزخیان و عذاب‌هایشان از مشاهدات دیگر پیامبر بود، و از همه مهم تر هدیه‌ی خداوند به امت پیامبر بود که همان فرضیه‌ی نماز است و ان‌شالله اهمیت زیادی به آن داده‌شود.

پاک و منزّه است آن (خدایی) که بنده‌اش را از مسجدالحرام تا مسجدالاقصی که اطرافش را برکت داده ایم شبانه برد، تا از نشانه‌های خود به او نشان دهیم. همانا او شنوا و بیناست معراج، مقدّس‌ترین سفر در طول تاریخ است. پیامبر یک سال قبل از هجرت، پس از نماز مغرب در مسجدالحرام، از طریق مسجدالاقصی به وسیله‌ی ((براق)) به آسمان‌ها رفت و چون بازگشت، نماز صبح را در مسجدالحرام خواند

معراج پیامبر، جسمانی و در بیداری بوده، نه در خواب و با روح! و اصل آن از ضروریات

آشنایی با کلمات کردی و گویش‌های مختلف آن

آفتاب	تیرۆژ	تیریزژ
همه با هم	پیکه وه	تیکرا
کوشش	تیکۆشان	تیکۆشین
درهم	ئاوێته	تیکه‌ل
فهمیدن	حالی بوون	تیکه‌یشتن
پیشانی	تویل	تیل
تشنگی	توونیه تی	تینوایه تی
آواره	هه لوه دا	تینواره



## شیوه برنامه ریزی معکوس

چیزهایی را ببینید که در صورت استفاده از فرآیندی با ترتیب رو به جلو و معمول، ممکن بود آنها را نادیده بگیرید.

این کار می‌تواند به شما کمک کند تا از صرف زمان برای فعالیت‌های غیرضروری یا ناکارآمدی که در مسیر هدف‌تان قرار دارند، اجتناب کنید. علاوه بر این، نقاط چالش‌برانگیز موجود در برنامه را هم برجسته می‌کند و نشان می‌دهد که مشخصا باید در چه جاهایی خلاق باشید تا بتوانید گام بعدی را با موفقیت پشت سر بگذارید.

### لطیفه مدیریتی

#### مدیران بر چند گونه‌اند:

۱- برخی مدیران مانند خوشبختی‌اند؛ هر چه به آنها نزدیک‌تر شویم، بهتر است.

۲- برخی مدیران مانند آتش هستند؛ باید فاصله مناسب را با آنها حفظ کنیم تا نه بسوزیم و نه یخ بزنیم.

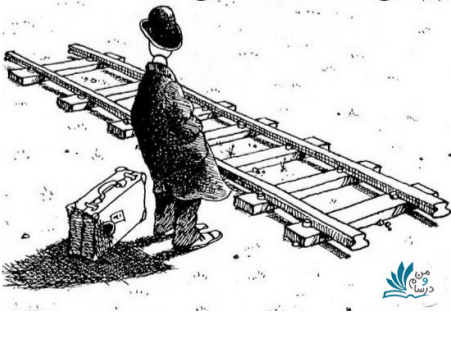
۳- برخی مدیران مانند بدبختی‌اند؛ هر چه از آنها دورتر شویم، بهتر است.

یک گونه چهارم نیز وجود دارد:

۴- برخی مدیران رنگارنگ‌اند؛ یک زمان مانند خوشبختی‌اند؛ زمان دیگر مانند آتش هستند؛ وقت دیگر نیز مانند بدبختی‌اند. اگر با چنین مدیری سرو کار داشتید سعی کنید زیاد دعا کنید و حتما هر روز آیه الکرسی بخوانید.

### کارتون صرفه جویی

بزرگ‌ترین تراژدی زندگی، مرگ نیست؛ بی هدف زندگی کردنه...!



رسیدن به هدف نهایی قرار بگیرید؟

مثال: >> تا ۲۹ اسفند سال ۱۴۰۷، برنامه‌ی آموزشی که از سوی مدیریت شرکت کارگزاری خاوران ارائه شده را با موفقیت به پایان می‌رسانم.<<

(منظور از نقاط عطف جایگاه‌های تعیین شده قبل از ایستگاه اصلی است که باید از آنها عبور کنیم)

#### گام ۳

سپس کمی بیشتر به سمت عقب حرکت کنید. قبل از آن هدف یکی مانده به آخر، چه دستاوردی باید داشته باشید؟

مثال: تا ۳۱ خرداد ۱۴۰۷، درخواستم برای شرکت در برنامه‌ی آموزشی مدیریت را ثبت می‌کنم، موفقیت‌هایم در سمت حسابدار را شرح می‌دهم و در این برنامه پذیرفته خواهم شد.

#### گام ۴

همچنان به سمت عقب در زمان سفر کنید. چه کاری باید انجام دهید تا مطمئن شوید که به هدف قبلی رسیده‌اید؟

مثال: تا ۲۹ اسفند سال ۱۴۰۶، دومین سال حضورم به عنوان حسابدار در شرکت را با موفقیت به اتمام می‌رسانم و جایزه‌ی بهترین حسابدار سال را از آن خودم می‌کنم.

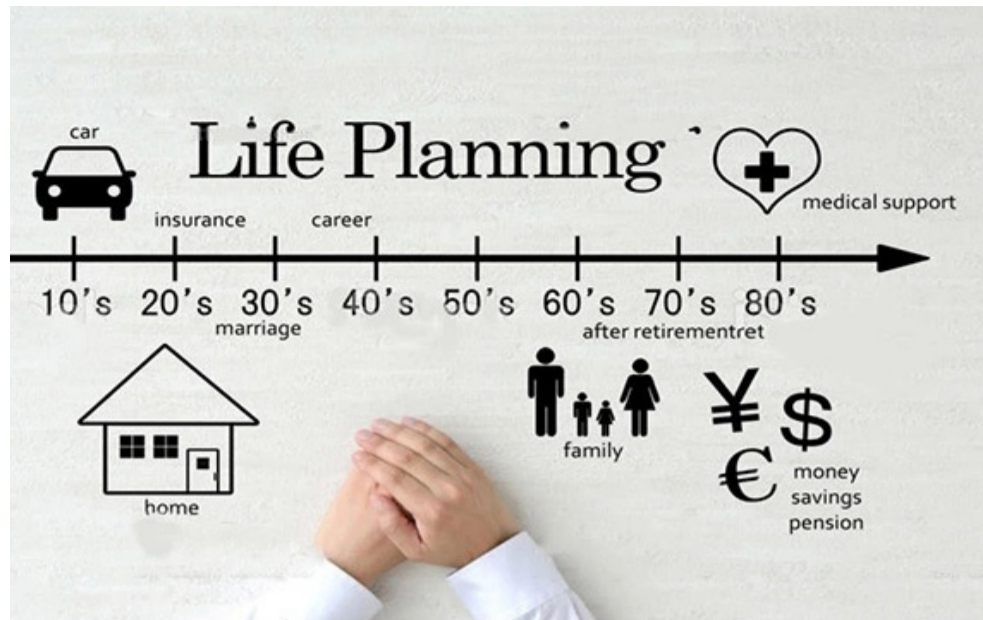
#### گام ۵

به همین صورت حرکت معکوس را ادامه دهید تا اولین مرحله‌ای که باید به اتمام برسانید را پیدا کنید.

مثال: «تا ۲۹ اسفند ۱۳۹۵ اولین سال حضورم به عنوان حسابدار در این شرکت را به پایان می‌رسانم و برای عملکردم مبنی بر به عهده گرفتن مسئولیت خرید بیش از ۱۰۰ میلیارد تومان در سال از سوی مشتری‌ها، پاداش دریافت می‌کنم.»

وقتی برنامه‌ی معکوسی را می‌خوانید، چندان متفاوت با برنامه‌های معمول رو به جلو به نظر نمی‌رسد، اما ایجاد چنین برنامه‌ای بسیار تفاوت دارد.

باید خودتان را وادار کنید که از چشم‌انداز کاملاً جدیدی نگاه کنید؛ این چشم‌انداز کاملاً جدید به شما کمک می‌کند تا



بردارید؛ مشخص کنید و تعیین کنید که دقیقا باید در کجای برنامه، پرانرژی یا خلاق باشید تا بتوانید به نتایج مطلوب دست پیدا کنید.

این روش خیلی شبیه یک ارائه‌ی خوب است؛ در ارائه‌ی خوب، شخص ارائه‌دهنده همان ابتدا می‌گوید که قرار است به کجا برسد. بنابراین همین‌طور که جلسه پیش می‌رود، شما می‌توانید مفاهیم را به شکلی آسان‌تر دنبال کرده و درباره‌ی آنچه گفته می‌شود تفکر انتقادی داشته باشید. اگر قرار باشد نکات اصلی بحث را تشخیص دهید، انرژی مورد نیاز خود را برای دنبال کردن ارائه از دست خواهید داد.

### فرآیند برنامه‌ریزی معکوس

این فرآیند بدین شکل کار می‌کند:

#### قدم اول ۱

هدف نهایی خود را بنویسید. دقیقا می‌خواهید به چه چیزی برسید و تا چه تاریخی به آن دست خواهید یافت؟

مثال: «تا ۲۹ اسفند سال ۱۴۰۸، مدیر حسابداری شرکت کارگزاری خاوران خواهم شد.»

(لازم به توضیح است که فرآیند تعیین اهداف خود مبحث جداگانه‌ایست که باید در مورد یاد گرفت.)

#### قدم دوم ۲

بعد از خودتان پرسید قبل از آن، به چه نقاط عطفی باید برسید تا بتوانید به هدف نهایی‌تان دست یابید. چه کارهایی باید انجام دهید و تا چه زمانی باید انجام‌شان دهید تا در جایگاه

در دنیای امروز با توجه به حجم روز افزون کارها و نیاز به مدیریت و برنامه ریزی زمان هر روزه شاهد پیدایش متد های نوین برای زمانبندی فعالیت ها و تعیین اهداف کوتاه مدت، میان مدت و بلند مدت هستیم.

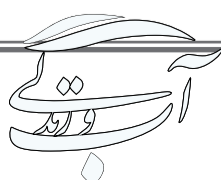
بیشتر ما موقع برنامه‌ریزی، معمولا برنامه‌ی خود را از اول شروع می‌کنیم و به سمت پایان برنامه می‌رویم؛ یعنی اینکه ابتدا باید چه کنیم، بعد چه؟ بعد از آن چه؟ و الی آخر و اینکه هر گامی تا چه تاریخی باید تکمیل شود؟

اگرچه این روش سالیان درازی است که مورد استفاده قرار می‌گیرد و خیلی خوب هم کار میکند اما در صورتی که با روشها و قوانین ارزشمند مدیریت زمان ترکیب گردد تبدیل به راهکار های موثرتر و کار آمد تری برای رسیدن به موفقیت خواهند شد، که به ما کمک می‌کند با تمام قوا به پیش برویم.

### رویکردی جدید

اما روش ساده و کمتر استفاده شده‌ی دیگری هم برای تعیین هدف وجود دارد که می‌تواند به همین اندازه قدرتمند باشد.

نام این روش برنامه‌ریزی معکوس، هدف گذاری معکوس یا طراحی معکوس است و اغلب اوقات در حیطه‌ی تحصیلات و آموزش استفاده می‌شود. ایده‌ی اصلی این است که با هدف نهایی‌تان شروع کنید و بعد به صورت معکوس از آنجا به سمت توسعه‌ی برنامه‌ی خود حرکت کنید. با شروع از آخر و حرکت به سمت اول برنامه، می‌توانید خودتان را از نظر ذهنی برای موفقیت آماده کنید، گام‌های خاصی را که باید



## منابع آب و آلاینده ها

نفت مهمترین عامل آلوده کننده آبهاست. وقتی نفت وارد آبها می شود بر روی آب باقی می ماند و باعث آلوده شدن آبها شده و اکسیژن نمی تواند وارد آب شود و به همین دلیل موجودات داخل آب می میرند. البته بیشتر پرندگان که بر روی سطح آب شنا می کنند به همین طریق از بین می روند. زیرا نفت به بالها و بدن این پرندگان می چسبد و پاک نمی شود.

### ۳- فاضلاب های کشاورزی :

به باقی مانده ی کودهای طبیعی و شیمیایی که برای از بین بردن حشرات و آفات به کار می روند فاضلابهای کشاورزی گفته می شوند. این آفات به وسیله باد و باران از سطح زمین و درختان جدا شده و وارد آبهای جاری می شوند.

یک نمونه از سم های تهیه شده توسط انسان سم هایی است که برای از بین بردن حشرات خانگی به کار می رود. این سمها هم باعث آلودگی محیط شده و بر روی بدن انسان هم اثر می گذارند.

برخی از این سم ها که حدودا بیست سال در آب باقی می ماند و از بین نمی رود. این سم ها باعث از بین رفتن جانوران درون آب شده و انسان را بیمار می کند.

نکته مهم این است که در هنگام استفاده از این مواد باید از وسایل ایمنی استفاده کنیم تا مسموم نشویم. وسایل ایمنی که میتوانیم استفاده کنیم اغلب به صورت کاملاً بهداشتی در بازار موجود است. مثل: کلاه، ماسک، دستکش و ...

لطفا منتظر بخشهای بعدی باشید.



کارتون صرفه جویی

روان هستند و توسط همین جوی ها به خارج از شهر هدایت می شوند.

متأسفانه در بیشتر شهر ها این فاضلابها را به درون آبهای جاری مثل رودها و رودخانه ها می ریزند و با این کار آب رابه شدت آلوده می کنند.

### در ایجا برای شما مثالی از کشور ژاپن را می زنم :

در سال ۱۹۵۰ مردمی که در اطراف خلیج میناماتا در ژاپن زندگی می کردند به طور ناگهانی بیمار شدند و عده زیادی از آنان مردند. تحقیقات دانشمندان نشان داد که این بیماری به دلیل ریخته شدن فاضلابها به درون رودخانه ها بود. بدن ماهی ها سم موجود در فاضلاب را جذب کرده بود و ماهی گیران و خانواده های آنها با خوردن این ماهی ها بیمار شده بودند.

### ۲- فاضلاب های صنعتی:

این فاضلابها شامل ترکیبات فلزات و مواد شیمیایی و رنگی هستند که اغلب توسط کارخانه ها وارد جریان آب می شوند این کارخانه ها دارای دستگاه تصفیه فاضلاب نیستند و فاضلاب ها را به طور مستقیم به درون آب می ریزند.



### در اینجا دو مثال را مطرح می کنم.

مثال اول: آب داغی را که از نیروگاه ها و کارخانه ها به درون آبهای جاری می ریزند باعث کم شدن اکسیژن آب شده و همین امر آب را غیر قابل مصرف می کند. در نتیجه ماهی ها و موجوداتی که درون آب ها هستند از بین می روند.

مثال دوم: یکی دیگر از مواد که آب را آلوده می کند نفت است.



irankaisa.com

فاضلاب ها در واقع مواد پس مانده و غیر قابل استفاده و دور ریختنی هستند که به وسیله انسان وارد طبیعت می شوند. که بیشتر این مواد در طبیعت باقی می مانند و باعث مسمومیت و بیماری انسانها شده و یا باعث از بین رفتن حیوانات، گیاهان و موجودات ریز درون آب می شوند.

علاوه بر ماهی ها موجودات ریز زیادی در آب هستند با از بین رفتن این موجودات چرخه ی زندگی در آب و به طبع آن در خشکی از بین می رود.

### فاضلاب ها را به سه دسته تقسیم می کنند:

۱. فاضلاب های شهری و خانگی
۲. فاضلاب های صنعتی
۳. فاضلاب های کشاورزی

### بخش اول

آب منشاء حیات است و زندگی بدون آب ممکن نیست. آب در ساختمان بدن هر موجود زنده وجود دارد. ۶۵ درصد از بدن انسان و ۷۰ درصد از سطح کره ی زمین از آب تشکیل شده است.

### آب در روی زمین سه اثر دارد.

۱- آب وضع هوای زمین را کنترل می کند. اگر آب نبود تغییرات دمای شب و روز زیاد می شد.

۲- آب عامل فرسایش زمین است و می تواند مواد مختلف را تخریب کرده حمل کند و در جای دیگر رسوب دهد و باعث حاصل خیزی خاک شود

۳- وجود آب برای زندگی ضروری است هر جا که آب بیشتر باشد جمعیت هم بیشتر است. به طور کلی آب آبادانی است.

آب به طور مداوم در هوا و خشکی در حال حرکت است. یعنی انرژی تابشی خورشید آب دریا را بخار می کند. بخار آب در آسمان به ابر تبدیل می شود و سپس به صورت باران و برف به زمین بر می گردد.

### آبهای جاری به دو روش آلوده می شوند:

#### ۱- طبیعی :

گاهی اوقات تغییراتی به طور طبیعی در آب ها صورت می گیرد که طبیعی است مانند گل آلود شدن آبها در اثر سیل به این تغییرات آلودگی طبیعی گفته می شود که به مرور زمان از بین می رود و آب صاف می شود.

#### ۲- به وسیله انسان :

بیشتر آلودگی ها در اثر فاضلاب هایی که بدست انسان وارد آبهای جاری می شوند ایجاد می گردد.

### ۱- فاضلاب های شهری :

این مواد به وسیله مردم شهر وارد جوی های آب می شود.

مثل: فضولات انسانی، آب کثیف ناشی از شستوشوی ظروف، لباسها و پاک کننده های قوی.

در اغلب این فاضلاب ها میکروب های زیادی وجود دارد که باعث بیماری می شود.

این فاضلاب ها اغلب توسط جوی های رو باز در سطح شهر

**تقدیر و تشکر**

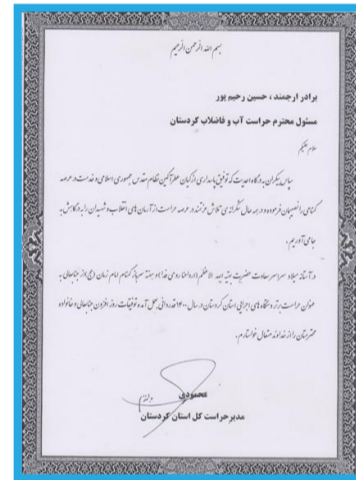
**از همکاران شرکت آب و فاضلاب استان کردستان به پاس خدمات و تلاشهای آنها در روز کارگر تقدیر شد؛ همچنین مدیران امور آبفا شهرستان های مریوان، سقز، قروه و دهگلان طی مراسمی از کارگران نمونه امور در شهرستان های متبوع تقدیر نمودند.**



عسل شکری فرزند همکار آبفا سقز رحیم شکری به عنوان دانش آموز ممتاز دبیرستان نمونه دولتی حضرت فاطمه انتخاب و لوح تقدیری دریافت نمود.



بخشدار کلاترزان با اهدای لوحی از تلاش های علی دیوانبگی مدیر امور آبفا شویشه و کلاترزان در راستای خدمت رسانی به شهروندان تقدیر نمود



حراست آبفا کردستان به عنوان حراست برتر دستگاه های اجرایی استان انتخاب شد

**همکاران گرامی امور آبفا سنندج آقایان حسین احمدی، عادل مقصدی**

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

*و بشار الصلوات الذین اذا اصابهم مصیبه قالوا ان الله وانا اليه راجعون*

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 ۸۵ / سال نهم / فروردین و اردیبهشت ۱۴۰۱

**صاحب امتیاز:**  
شرکت آب و فاضلاب استان کردستان

**سردبیر:**  
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 رفیقی

