

درسنامه

اصول ایمنی

ویژه رشته‌ی:

مدیریت سلامت، ایمنی و محیط زیست (HSE)

تألیف و گردآوری:

جلال عبداللہی کلخوران

(دانشجوی کارشناسی ارشد HSE دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی)

مہیار عبدی پنبہ چولہ

(دانشجوی کارشناسی ارشد مهندسی بهداشت محیط دانشگاه علوم پزشکی تهران)

سرشناسه	: عبداللهی کلخوران، جلال، ۱۳۶۹-
عنوان و نام پدیدآور	: اصول ایمنی
مشخصات نشر	: تهران: گروه تألیفی دکتر خلیلی، ۱۳۹۴.
مشخصات ظاهری	: ۱۲۶ ص.؛ جدول، نمودار: ۲۹×۲۲ س.م.
فروست	: درسنامه
شابک	: 978-600-7888-50-6
وضعیت فهرست‌نویسی	: فپیای مختصر
یادداشت	: فهرست‌نویسی کامل این اثر در نشانی: http://opac.nlai.ir قابل دسترسی است.
شناسه افزوده	: عبدی پنبه‌چوله، مهیار، ۱۳۶۷-
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۸۷۸۷۶۹

نام: درسنامه اصول ایمنی

تألیف و گردآوری: جلال عبداللهی کلخوران- مهیار عبدی پنبه‌چوله

ناشر: گروه تألیفی دکتر خلیلی

نوبت و سال چاپ: اول، ۱۳۹۴

شمارگان: ۱۰۰۰

چاپ: روز

لیتوگرافی و صحافی: رفیعی

مدیر تولید: امیرحسین خلیلی

طراح هنری و صفحه آرایی: مریم آرده

بهاء: ۵۰۰۰۰ تومان

Website: www.DrKhaliligroup.ir

مرکز پخش: ضلع جنوب غربی میدان انقلاب- جنب سینما پارس- مجتمع تجاری پارس - طبقه اول

مرکز فروش: ۶۶۵۶۸۶۲۱ - ۰۲۱

سپردن کار به اهلش نشانه‌ی خردمندی است.

در تهیه و تولید بسته‌های آموزشی تمام تلاش خود را به کار گرفته‌ایم تا محصولی شایسته را تقدیم شما عزیزان نماییم. مجموعه‌ای که پیش روی شماست، براساس آخرین تغییرات منابع توسط مجرب‌ترین اساتید کنکور تألیف شده است و مطالعه آن موجب خواهد شد که در زمان و هزینه خود صرفه‌جویی نمایید. ارائه بالاترین آمار قبولی در کنکور کارشناسی ارشد و دکتری (بیش از ۷۵۰ نفر قبولی در سال ۹۲، بیش از ۹۰۰ نفر قبولی و ۵۰ رتبه تک‌رقمی در سال ۹۳) بیان‌گر توانایی این گروه در راستای اهداف خود می‌باشد. اینک با اتکا به تجربه‌ای ۱۰ ساله، می‌توانیم اذعان داریم که مجموعه حاضر، بی‌شک از جمله‌ی کامل‌ترین و تضمینی‌ترین بسته‌های آموزشی کنکور می‌باشد.

برخی از ویژگی‌های بسته‌های آموزشی:

۱. مطالعه‌ی یک منبع منسجم زیر نظر یک مؤلف مجرب به جای مطالعه‌ی چندین منبع
۲. استفاده از به روزترین و معتبرترین منابع کنکور
۳. مطالعه‌ی ۵۰۰ صفحه با پوشش ۹۰ درصدی به جای مطالعه‌ی منبع ۱۰۰۰ صفحه‌ای با پوشش ۱۰۰ درصدی
۴. در نظر گرفتن نحوه‌ی طرح سؤالات کنکور در تألیف بسته‌های آموزشی
۵. استفاده مناسب از شکل، جدول و نمودار در شرح مطالب
۶. استفاده از بیان ساده و روان
۷. در نظر گرفتن مطالب هر درس، متناسب با ضریب و حجم آن درس

اینک علاوه بر مطالعه بسته‌های آموزشی، استفاده از خدمات زیر را به عنوان تضمینی برای قبولی به شما داوطلبان عزیز توصیه می‌کنم؛

- آزمون: خوش بود گر محک تجربه آید به میان

داوطلب شجاع کیست؟ داوطلبی است که خود را مورد سنجش و ارزیابی قرار دهد تا پیش از آزمون سراسری به نقاط ضعف خود پی برده و آن‌ها را تقویت نماید. به شما صادقانه توصیه می‌کنیم که در آزمون‌های مکاتبه‌ای شرکت کنید تا بتوانید خود را با خود (سنجش) و با دیگران (ارزیابی) مقایسه و نقاط ضعف و قوت خود را شناسایی نمایید.

- مشاوره و برنامه‌ریزی؛ تفکر مثبت: پیروزی - تفکر منفی: شکست

در صورتی که نمی‌توانید با توجه به زمان آزادتان برنامه‌ای استاندارد برای خود تدوین کنید حتماً از افراد با تجربه که خود در این مسیر موفق بوده‌اند (تیم مشاورین تخصصی و رتبه‌های برتر) کمک بخواهید. افرادی که تجربیات خود را صادقانه در اختیار شما قرار می‌دهند و برنامه‌ریزی مناسب با شرایط زمانی و ویژگی‌های روحی و جسمی مختص شما را انجام می‌دهند.

در طول سال‌های اخیر، اکثر مشاورین کنکور راه‌های صحیح مطالعه و تست‌زنی را به داوطلبان آموخته‌اند. اما شاید تکانی را که منجر به ضربه خوردن داوطلب می‌شود را به صورت واضح به آن‌ها متذکر نشده‌اند. به‌طور مثال:

۱. چند برنامه‌ای شدن
 ۲. مشاوره گرفتن از افراد متعدد
 ۳. مقایسه برنامه‌ی شخصی خود (ساعت مطالعه و زمان شروع مطالعه و ...) با سایرین
 ۴. عدم استفاده از تکنیک رد گزینه
 ۵. عدم استفاده از تکنیک تندخوانی
 ۶. عدم به کارگیری روش‌های تقویت حافظه
- مشاورین گروه، صادقانه این اطلاعات را در اختیار شما قرار می‌دهند.

- کتاب تست؛

برای این که سطح یادگیری خود را بعد از مطالعه بسنجید می‌توانید از کتاب‌های تست IQB استفاده کنید. این کتاب‌ها بر اساس موضوع طبقه‌بندی شده‌اند و می‌توانند نحوه طرح و سطح سوالات کنکور را به صورت واضح به شما نشان دهند.

قابل توجه افرادی که به هر دلیل، نمی‌توانند در کلاس‌ها شرکت نمایند:

کلاس = مشاوره + آزمون + کتاب تست + بسته آموزشی

- نحوه‌ی تهیه بسته‌های آموزشی؛

داوطلبان ساکن شهرستان می‌توانند جهت تهیه بسته‌های آموزشی به نمایندگی مجاز شهر خود مراجعه نمایند. داوطلبان ساکن تهران نیز می‌توانند به دفتر مرکزی انقلاب و یا شعبه میرداماد مراجعه نمایند. لطفاً نسبت به نحوه‌ی تهیه بسته‌ی آموزشی دقت فرمایید و آخرین ویرایش محصولات را از خود گروه بخواهید. در غیر این صورت انتشارات هیچ‌گونه مسئولیتی را نمی‌پذیرد.

در صورت داشتن هرگونه پیشنهاد و یا انتقاد سازنده می‌توانید آن را به آدرس khalilibookstore@yahoo.com ایمیل نموده و یا از طریق شماره ۰۹۱۹۱۶۸۵۹۷۰ پیامک نمایید.

فصل اول: مقدمه‌ای بر ایمنی و سیستم‌های مدیریت ایمنی	۹
فصل دوم: مهندسی ایمنی، شناسایی خطرات و ارزیابی ریسک	۲۰
فصل سوم: ایمنی در ساخت و ساز	۲۷
فصل چهارم: ایمنی در معدن	۳۶
فصل پنجم: ایمنی در جرثقیل و بالابرها	۵۱
فصل ششم: ایمنی در برق	۵۴
فصل هفتم: ایمنی ماشین‌آلات	۶۴
فصل هشتم: ایمنی دیگ‌های بخار و ظروف تحت فشار	۷۱
فصل نهم: ایمنی در جوشکاری و برشکاری	۷۹
فصل دهم: ایمنی کار با مواد شیمیایی خطرناک	۸۶
فصل یازدهم: ایمنی در حریق	۹۰
فصل دوازدهم: ایمنی کار در فضاهای محصور	۱۰۸
فصل سیزدهم: وسایل حفاظت فردی (PPE)	۱۱۱
پیوست‌ها	۱۲۱

تقدیم به دو بال برای پروازمان... پدر و مادر عزیزمان

شک نکن!

درست در لحظه‌ی آخر، در اوج توکل و در نهایت تاریکی نوری نمایان می‌شود.

معجزه‌ای رخ می‌دهد و خدا از راه می‌رسد...

خدای بزرگ را شاکریم که توفیق داد تا بتوانیم این مجموعه را گردآوری کنیم. درسنامه حاضر خلاصه نکات چندین

منبع آزمون کارشناسی ارشد و دکتری می‌باشد که پس از مطالعه دقیق و تطبیق آن‌ها با هم، گردآوری شده است.

امید است برای آن دسته از دانشجویان عزیزی که به دلیل مشکلات زمانی و مالی توانایی مطالعه تمامی منابع معرفی

شده را ندارند، مفید واقع شود.

مطمئناً این مجموعه خالی از ایراد نمی‌باشد، از اساتید محترم و دانشجویان عزیز و کلیه صاحب‌نظران تقاضا می‌شود با

نظرات ارزشمند و سازنده خود ما را در راهی که گام برداشتیم یاری رسانند.

و در پایان وظیفه خود می‌دانیم از اساتید محترم دانشکده سلامت و ایمنی محیط زیست، دانشکده بهداشت دانشگاه

علوم پزشکی شهید بهشتی، دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تهران و تمامی عزیزانی که ما را در این راه همراهی

نمودند، صمیمانه تشکر و قدردانی داشته باشیم.

باشد که گوشه‌ای از زحمات این عزیزان جبران شود.

با احترام

جلال عبداللہی کلخوران

مہیار عبدی پنبہ‌چولہ