

سفر حج و عمره



سفر حج و عمره

مؤلف: آیت الله العظمی
سید مرتضیٰ موسوی خراسانی

مؤلف: آیت الله العظمی
محمّد رضا قاضی قاضی

www.kehlab.ir





ایمنی در سفر

- تألیف و تدوین : محمد رضا قادری قہفرخی
- ناشر : انتشارات نقش نگار
- با همکاری معاونت اجتماعی فرماندہی نظامی استان اصفہان
- نوبت چاپ : اول (زمستان ۱۳۸۹)
- تیراژ : ۱۰۰۰۰ جلد
- قطع : پالتویی
- ویراستار : ناصر کریم پور
- حروفچینی و صفحہ آرای : ملیحہ کریمی
- تایپ : سمانہ سرمست
- طراحی : مؤلف
- چاپ : حافظ
- صحافی : بہار
- قیمت : ۱۷۰۰ تومان
- شابک : ۹۶۱ ۹۶۱۶-۲۶۴-۹۷۸

((حق چاپ محفوظ است))

اصفهان - خیابان حکیم - ساختمان دقیق - مؤسسه انتشاراتی نقش نگین
تلفن: ۶۱-۲۲۳۶۲۶۰ دورنگار: ۲۲۰۴۹۳۳



نیروی انتظامی،
مسئول امنیت فضای زندگی، جان و
مال مردم در سراسر کشور است.

(مقام معظم رهبری)

تلفن ۱۱۰

مرکز فوریت‌های پلیس

تلفن ۱۹۷

پلیس ما باشید

تلفن ۱۱۶

ستاد خبری حفاظت اطلاعات ناجا





۱۰	پیشگفتار
۱۲	مقدمه
۱۴	احتیاط شرط اول رانندگی
۱۵	سعی کنید از رانندگی لذت ببرید
۱۶	توصیه های کلیدی هنگام رانندگی
۱۷	رانندگی ما جلوه های از شخصیت ماست
۱۸	آماده شدن برای سفر
۱۹	قبل از شروع سفر خواب و استراحت کافی داشته باشید
۲۱	خطر خواب آلودگی در هنگام رانندگی
۲۳	نکات مهم قبل از شروع سفر
۲۴	معمولاً رانندگان چگونه دچار اشتباه و حادثه می گردند
۲۵	آماده کردن خودرو برای سفر
۲۸	منظم کردن وسایل داخل خودرو
۲۹	وسایل و مدارک مورد نیاز راننده و خودرو در سفر
۳۰	جلوگیری از آتش سوزی در وسیله نقلیه
۳۳	کمر بند ایمنی
۳۳	خارج شدن خودرو از جاده
۳۴	اقدامات فوری هنگام ترکیدن لاستیک جلو خودرو
۳۴	استفاده از تلفن همراه در هنگام رانندگی خطرناک است
۳۵	نکات مهم ایمنی هنگام رانندگی در مورد کودکان
۳۹	رانندگی در شب
۴۳	سفرهای زمستانی
۴۴	رانندگی در باران
۴۵	توصیه های پیشگیرانه برای رانندگی در هوای بارانی
۴۶	چگونه در برف و یخ رانندگی کنیم؟



۵۰	یخ سیاه
۵۱	یخ پنهان
۵۱	سُر خوردن خودرو
۵۳	رانندگی در هوای مه آلود
۵۴	رانندگی به هنگام وزش باد شدید
۵۵	نکات ایمنی هنگام رانندگی در تونل
۵۷	رانندگی در آزاد راه‌ها و بزرگ راه‌ها
۶۱	رانندگی در روزهای داغ تابستانی
۶۲	رانندگان مراقب دید خود باشند
۶۳	راننده پرخاشگر
۶۶	رانندگی مهاجمی به عنوان یک بیماری روانی
۶۷	علائم شایع خشم جاده‌ای
۶۹	عوامل خشونت و پرخاشگری در رانندگی
۷۰	چگونه با رانندگان پرخاشگر و ناپسند رفتار کنیم؟
۷۲	رانندگی تدافعی
۷۲	احترام متقابل یک نیاز ضروری
۷۶	پیشگیری از سرقت وسایل داخل خودرو و سرقت خودرو
۷۸	توصیه های پلیس راهنمایی و رانندگی
۸۵	هشدارهای پلیس فرودگاه
۸۷	هشدارها و توصیه های پلیس راه آهن
۹۰	حفاظت از خود در مسافر خانه‌ها و هتل‌ها
۹۱	مسافرت جاده‌ای با وسایل نقلیه عمومی
۹۳	هشدارهای پلیس برای جلوگیری از سرقت منزل
۹۷	هشدار پلیس به مسافران
۹۸	منابع



یا مُقَلَّبَ الْقُلُوبِ وَالْأَبْصَارِ يا مُدْبِرَ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ يا مُحَوِّلَ الْحَوْلِ وَالْأَحْوَالِ حَوْلَ حَالِنَا إِلَى أَحْسَنِ الْحَالِ

با عرض تبریک سال نو به هم میهنان عزیزم، بویژه مسافران نوروزی که استان اصفهان را برای گذراندن تعطیلات سال نو انتخاب نموده‌اند.

آغاز بهار و شروع سال نو برای ما ایرانیان یادآور خاطرات شیرین و بیاد ماندنی است. از جمله خاطرات فراموش نشدنی مسافرت تعطیلات نوروز است که می‌بایست تعداد زیادی از هموطنان آن را تجربه می‌کنند. متأسفانه در این میان عده‌ای بدلیل سهل انگاری و یا عدم رعایت قوانین انتظامی و مقررات راهنمایی و رانندگی شیرینی این ایام را به کام خود و دیگران تلخ می‌کنند.

آسیب‌های رانندگی شایعترین علل آسیب‌های جدی و کشنده در تمام سنین هستند. در یکی دو دهه گذشته، در بیشتر کشورهای توسعه یافته، این گونه حوادث کاهش یافته که علت آن را می‌توان توسعه و گسترش خطوط ارتباطی، طراحی خودروها، محدودیت سرعت، استفاده از کمر بند ایمنی، منع مصرف الکل و بویژه افزایش آگاهی‌های عمومی دانست. این در حالی است که بر اساس گزارش‌های رسمی وزارت راه و ترابری، هر سال در ایران بیش از ۲۵/۰۰۰ مورد مرگ و ۲۵۰/۰۰۰ مورد آسیب ناشی از حوادث رانندگی روی می‌دهد و برآورده شده است که در هر ساعت ۳ نفر بر اثر حوادث رانندگی کشته می‌شوند. شایان ذکر است، حدود ۷۰ درصد تصادفات رانندگی ناشی از بی‌دقتی و بی‌مبالاتی رانندگان، ۱۵ درصد ناشی از خرابی جاده‌ها و ۱۵ درصد نقص فنی خودرو بوده است. همچنین سبقت‌های غیرمجاز، خواب آلودگی و سرعت زیاد، از علل اصلی تصادفات رانندگی در جاده‌های ایران هستند.

این آمار بیانگر لزوم ایجاد راهکارهایی جهت ارتقاء آگاهی‌های عمومی است. همانگونه که هم زمانی تعلیم و تربیت با تکامل وسایل

نقلیه در کشورهای پیشرفته باعث شده تا تعلیمات مربوط به این رفتار، جزو آموزش‌های اجتماعی و اخلاقی آن جوامع محسوب گردد.

علاوه بر اهمیت آموزش، وجود روح همبستگی و تعاون در رفع این مشکل و معضل اجتماعی نقش بسزایی دارد. شاید فقدان این روحیه باعث شده که امروز شاهد افزایش تخلفات رانندگی و تسری روحیه تخلف در رانندگی همانند یک ویروس مسری باشیم. آنچه بدیهی است، انسان به عنوان مهمترین رکن در چرخه ترافیک نسبت به دو رکن دیگر؛ یعنی راه و وسیله نقلیه شناخته می‌شود. بنابراین آموزش و تداوم کسب مهارت‌های لازم برای رانندگی می‌تواند نقش مهمی در رفع معضلات ترافیکی و کاهش تصادفات داشته باشد. پس شایسته است به عنوان تنها رکن اصلی و هوشمند این چرخه، به منزله پلیس خود رفتار کنیم و ضمن رعایت قوانین و مقررات راهنمایی و رانندگی، دیگران را نیز به رعایت آن تشویق کنیم. انتظار می‌رود با اسکان در مناطق تعیین شده از سوی نیروی انتظامی، مراقبت از کودکان و دقت در نگهداری اموال و وسایل خود، نیروی انتظامی را در تأمین هدف خود که همانا فراهم آوردن امنیت و فضای مناسب جهت گذراندن اوقات خوش کنار خانواده می‌باشد، یاری رسانید.

امیدوارم کتاب حاضر که با تلاش و کوشش فراوان همکارانم در معاونت اجتماعی فرماندهی انتظامی استان اصفهان و آقای محمد رضا قادری تهیه گردیده، بتواند جهت آموزش و اطلاع رسانی به هموطنان و کاهش مشکلات امنیتی و حوادث رانندگی ثمر بخش باشد.

با آرزوی سفرهای خوب و بی خطر

سرتیپ دوم پاسدار حسن کرمی

فرمانده انتظامی استان اصفهان

مقدمه

سالیانه هزاران نفر از هموطنان چند روزی از سال را برای استراحت، تفریح و دیدن نقاط مختلف کشورمان اختصاص می‌دهند. علاوه بر این در فرهنگ کهن ما ایرانیان دیدار خویشان و آشنایان، زیارت اماکن مقدس و دیدن آثار گذشگان و آشنایی با فرهنگ‌های متنوع این مرز و بوم، عامل دیگری است برای مسافرت‌های چند روزه که در آداب و رسوم مردم ایران نسل به نسل پا برجا مانده است. اما مسافانه همه ساله در این سفرها شاهد حوادث و مشکلات فراوانی می‌باشیم که گمانگیر برخی هموطنان می‌گردد که بسیاری از این حوادث و پیش‌آمدها به دلایل گوناگون از جمله نا آگاهی از مسائل ایمنی یا سهل‌انگاری اتفاق می‌افتد. البته پیشگیری از چنین اتفاقات ناگوار راه‌ها و روش‌های مختلفی دارد که بدون شک آموزش و تغییر رفتار از مهم‌ترین آنهاست. بنابراین ارتقاء آگاهی‌های عمومی جهت شناخت و احترام به حقوق دیگران، قوانین انتظامی و راهنمایی و رانندگی می‌توانند از عوامل بسیار مهم در کاهش تصادفات رانندگی و مشکلات ایمنی باشند. به همین منظور این مجموعه برای آگاهی و آشنایی بیشتر هموطنان عزیز و کسانی که خواهان سفرهای ایمن و بی‌خطر هستند با همکاری و پشتیبانی فرهنگی انتظامی استان اصفهان سرتیپ دوم حسن کرمی، معاونت اجتماعی فرهنگ جهانگیر کریمی، سروان ابوالفضل سلیمی، سروان حیدر علی کریمی، سروان محمد همتیان نجف آبادی، خانم دکتر فاطمه رجایی، سراندا فرزان همای، آقای مهدی نقش و مدیریت شعب بانک قوامین استان اصفهان تهیه گردیده، که ضمن تشکر از تلاش و همکاری این عزیزان، امیدوارم بکارگیری این توصیه‌ها، سفرهای ایمن و لذت‌بخشی را برایتان به ارمغان آورد.

محمد رضا قادری قیفرخی