

ایمنی حمل و نقل

پیام‌های آموزشی ایمنی راه‌ها
به روش اینفوگرافیک







- سرشناسه : قاسمی نژاد، حسین، ۱۳۶۱ -
عنوان و نام پدیدآور : پیام‌های آموزشی ایمنی راهها به روش اینفوگرافیک/ به اهتمام حسین قاسمی نژاد، حمید صفریان؛ تدوین کمیته فرهنگی جمعیت طرفداران ایمنی راهها.
مشخصات نشر : تهران: انتشارات کارا، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری : ۶۸ ص.: مصور (رنگی)؛ ۲۰×۲۰ س.م.
فروست : مجموعه کتاب‌های ایمنی حمل و نقل؛ ۶.
شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۵۱۱۹-۲۸-۲
وضعیت فهرست نویسی : فیپا
موضوع : راه‌ها -- پیش‌بینی‌های ایمنی -- به زبان ساده
شناسه افزوده : صفریان، حمید، ۱۳۴۴ -
شناسه افزوده : جمعیت طرفداران ایمنی راهها. کمیته فرهنگی
رده بندی کنگره : ۱۳۹۵ پ۷ص/ HE۵۶۱۴
رده بندی دیویی : ۳۶۳/۱۲۵
شماره کتابشناسی ملی : ۴۲۰۲۷۲۴

صاحب امتیاز: جمعیت طرفداران ایمنی راهها

تدوین: کمیته فرهنگی جمعیت طرفداران ایمنی راهها

به اهتمام: حمید صفریان - حسین قاسمی نژاد

طراحی: آتلیه کارا

ناشر: انتشارات کارا

نوبت چاپ: اول - تابستان ۱۳۹۵

تیراژ: ۲۵۰۰ جلد

قیمت: رایگان

چاپ و صحافی: آیین چاپ تابان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۱۱۹-۲۸-۲ ISBN: 978-600-5119-28-2



مجموعه کتاب های ایمنی حمل و نقل



پیام های آموزشی ایمنی راهها به روش اینفوگرافیک

تدوین : کمیته فرهنگی جمعیت طرفداران ایمنی راهها
به اهتمام: حسین قاسمی نژاد - حمید صفریان

تابستان ۱۳۹۵

حمل و نقل بستر توسعه اقتصادی و ایمنی، یکی از مهم‌ترین شاخص‌های توسعه اقتصادی پایدار است که می‌بایست همواره مدنظر کاربران، دست‌اندرکاران و برنامه‌ریزان اقتصادی کشور قرار گیرد. سوانح ترافیکی یکی از نگرانی‌های مهم جامعه امروز است که از حدود یک قرن پیش با تولید اولین وسیله نقلیه آغاز شده و هزینه‌های هنگفت اجتماعی و اقتصادی را به مردم تحمیل می‌نماید. متأسفانه در گذشته موضوع ایمنی حمل و نقل همگام با توسعه زیرساخت‌ها و تولید وسائل نقلیه مورد توجه جدی قرارنگرفته بود، لکن این مهم از دو دهه پیش در بسیاری از کشورها به ویژه در کشورهای صنعتی مورد توجه قرار گرفته و بعضاً تحت کنترل درآمده است. انجام مطالعات و تحقیقات مستمر موضوع ایمنی راهها را به مقوله‌ای کاملاً علمی مبدل نموده است و امروزه تجربیات و دانش گسترده و مدونی در این خصوص در دنیا وجود دارد که علاوه بر آن که به طور مؤثری موجب کاهش مرگ و میر جاده‌ای شده تغییرات کلی و بنیادی نیز در تفکر، استراتژی و برنامه‌های اجرای ارتقاء ایمنی راهها به وجود آورده است که راه را بر هرگونه اقدامات مبتنی بر سعی و خطا می‌بندد. استفاده از تجربیات موفق کشورهای پیشرو، آموزش تکنیک‌های کاربری، طراحی الگوهای ترافیکی و ارائه خدمات ایمنی مستلزم برنامه‌های وسیع آموزشی و اجرای جدی آن‌ها می‌باشد. از این رو جمعیت طرفداران ایمنی راهها براساس وظائف و رسالت خود برآن است که طی انتشاراتی دوره‌ای و مستمر ابتدا نسبت به معرفی تاریخچه شکل‌گیری دانش نوین ایمنی در کشورهای پیشرو اقدام نموده و با کمک و همکاری کلیه نخبگان و کارشناسان ایمنی نسبت به بومی‌سازی دانش نوین ایمنی و ترویج آن در سامانه حمل و نقل کشور تلاش نماید و طبعاً برای ادامه این فعالیت نیاز به یاری کلیه کارشناسان، اندیشمندان و خبرگان ایمنی داشته و دریافت هرگونه نظرات و نقد کارشناسانه موجب سپاس و اصلاح و ارتقاء این گونه فعالیت‌ها می‌باشد. ضمناً جمعیت با اعتقاد به لزوم آموزش و ترویج فرهنگ ایمنی از همه اعضاء و شخصیت‌های فرهیخته حقیقی و حقوقی و دستگاه‌های اجرائی و فرهنگی درخواست و انتظار دارد در حد امکان و به نحو مقتضی نسبت به انعکاس، تکثیر و توزیع مقالات و انتشارات و انتقال محتوای موضوع کتب به مخاطبان خود اقدام نمایند.

جمعیت طرفداران ایمنی راهها

استفاده از ابزارهای نوین برای انتقال مفاهیم آموزشی به ویژه در ارتقاء فرهنگ ایمنی امری مفید و ضروری است. در سنوات گذشته جمعیت طرفداران ایمنی راهها پیام‌های آموزشی ایمنی راهها را به صورت هفتگی از طریق سامانه پیام کوتاه خود به اعضا و مخاطبان ارسال نموده است.

کمیته فرهنگی بخشی از پیام‌های ارسالی و همچنین تعدادی پیام آموزشی جدید را با استفاده از روش اینفوگرافیک طراحی و به منظور استفاده عموم از طریق این مجلد منتشر نموده و امیدوار است در راستای ارتقاء فرهنگ ایمنی ترافیک مفید واقع شود. وظیفه خود می‌دانم از کلیه دوستان و سروران عزیزی که در تهیه و آماده‌سازی پیام‌ها و طرح‌های ارائه شده ما را یاری نموده‌اند، قدردانی نمایم؛ به ویژه از جناب آقایان مهندس بخارایی، مهندس غروی، مهندس قاسم‌نژاد و مهندس مقدسیان.

امید است این تلاش در راستای توجه و حساسیت عمومی نسبت به ارتقا مهارت ایمنی عبور و مرور مؤثر واقع شود.

حمید صفریان

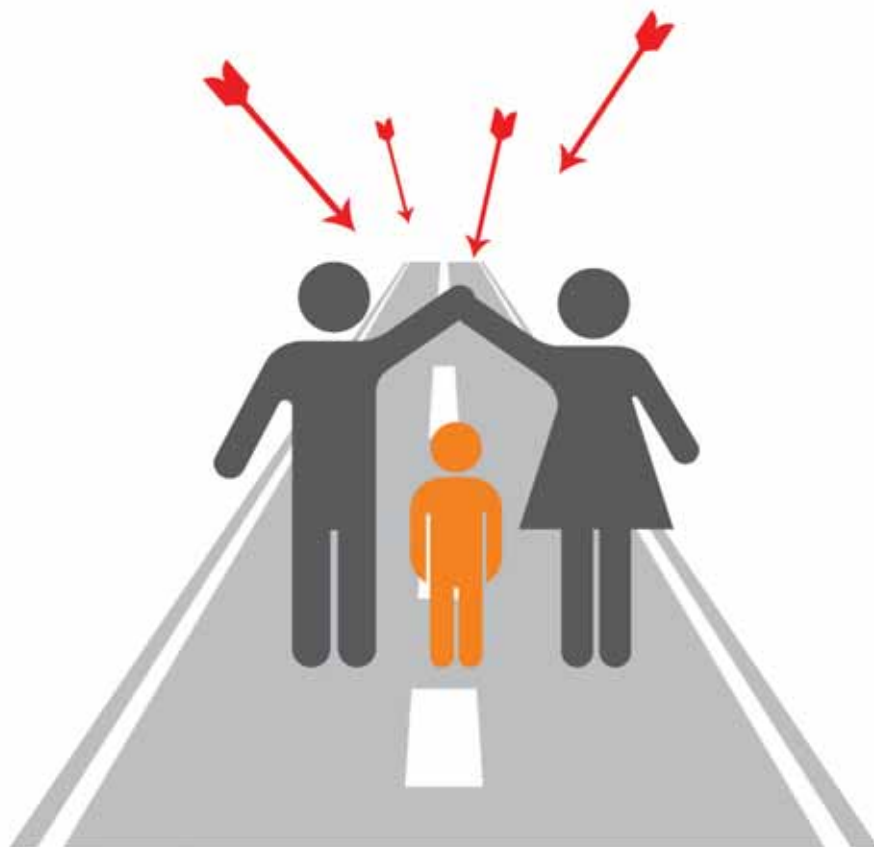
کمیته فرهنگی جمعیت طرفداران ایمنی راهها

سوانح رانندگی، دغدغه ملی



به سهم خود در عزم ملی جهت
ارتقای ایمنی راهها مشارکت کنیم.

پیام پیشتازان ایمنی



بچه‌ها را از خطراتی که در راه‌ها
در کمین آنان هست، نجات دهید.

Conference



“برگزاری همایش‌های مرتبط با سوانح رانندگی”

نقش بسزایی در ایجاد حساسیت
در اقشار مختلف جامعه دارد.

تلفات روزانه تقریبی

مرگ
۱۰ نفر
و
مجروح و
معلول
شدن
۲۰۰ نفر
عابر پیاده
در سوانح
رانندگی کشور



علاج این ناهنجاری چیست؟

در سال ۱۳۹۳ بیش از
۳۷۰۰ عابر پیاده

یعنی روزانه بیش از
۱۰ نفر

در راه‌های شهری و بین شهری کشور
در اثر سوانح رانندگی جان خود را از دست داده‌اند.



خودروی ایمن ، سفر ایمن



بازدید فنی خودرو
مهمترین اقدام قبل از سفر

به طور تقریبی

هر ۵ ساعت

یک دانش آموز

بر اثر سانحه رانندگی

در کشور کشته می شود!



مهدکودکها و دبستانها

بهترین جایگاه برای

آموزش خطرات عبور و مرور

به کودکان می باشند.



هر تخلف رانندگی بستر یک سانحه



“خوب رانندگی کنیم”

خانواده

اولین و بهترین معلم فرزندان
در آموزش ترافیک و ایمنی عبور و مرور





کودکان زیر ۱۰ سال

مهارت‌های جسمی و شناختی لازم
برای تشخیص و تصمیم‌گیری
در مورد ایمنی خود در
رفت و آمدها را ندارند.

مراقب تردد کودکان باشیم.



کودکان و نوجوانان

به لحاظ عدم برخورداری کافی
از دانش ایمنی عبور و مرور
در معرض خطرات بسیار زیادی
قرار دارند.

مراقب تردد کودکان باشیم.



کودکان کمتر از ۱۰ سال

قادر به تشخیص سرعت و زمان رسیدن
خودروها به نقطه عبور عرضی نیستند.



بیشتر مراقب آنها باشیم.

۱۰ دقیقه استراحت
بین هر ۲ ساعت رانندگی
به شما کمک می کند تا به سلامت به مقصد برسید.



کودکان سرنشینان آسیب پذیر خودروها هستند.



صندلی مخصوص
کودکان کم سن و سال



صندلی مخصوص نوزادان

استفاده از صندلی کودک
در خودرو می‌تواند آسیب دیدن کودکان
در سوانح مرگبار را بین
۵۰ تا ۸۰ درصد
کاهش دهد.

در پیشگیری از سوانح رانندگی،

به اهمیت نقش خانواده در نظارت بر رفتار کودکان همچون

✓ عبور از پل عابر پیاده

✓ بستن کمربند ایمنی

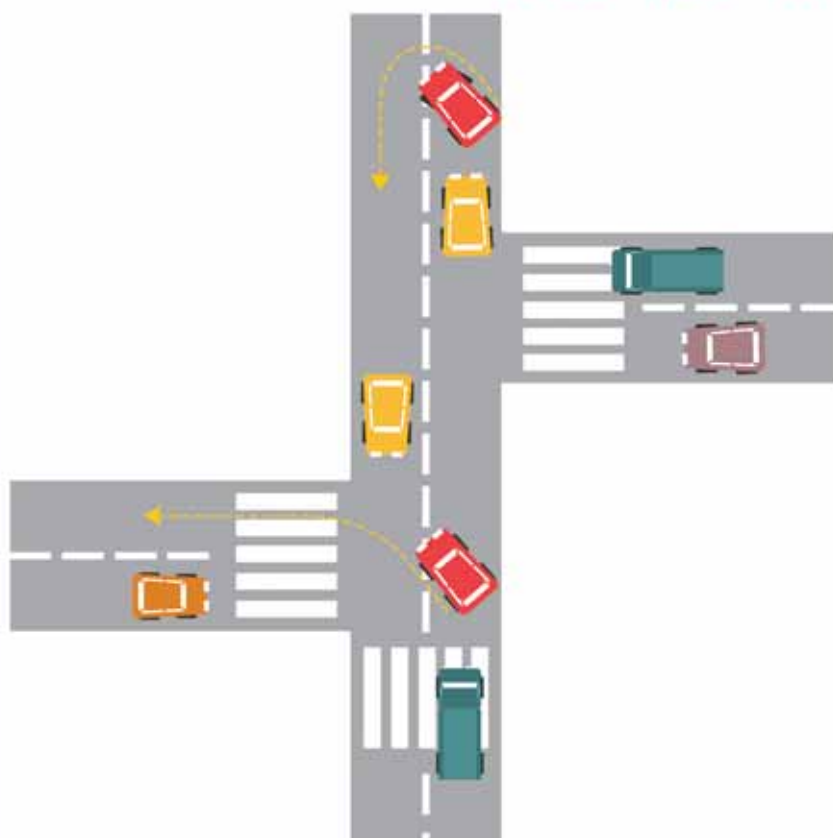
✓ استفاده از صندلی کودک

توجه کنیم.



صبوری و گذشت در هنگام رانندگی

اولین قدم در نظم دهی به ترافیک



در هنگام موتورسواری
جهت حفاظت از خود،
– کلاه ایمنی استاندارد و با کیفیت،
– محافظ چشم
– زانو بند
– آرنج بند
و لباس‌های ضخیم و مناسب
را فراموش نکنید.



با عبور از خطوط عابر پیاده

به حفظ جان خود و برقراری نظم ترافیک کمک کنیم.



خط سفید ترافیک، خط قرمز قانون است.

در هنگام لغزندگی سطح راه ضمن رعایت فاصله طولی مطمئن، از

چرخاندن فرمان و ترمزگیری ناگهانی

خودداری کنیم؛ زیرا

سبب ناپایداری و انحراف خودرو از مسیر خودرو شده

و احتمال بروز سانحه در سبقت

تشدید می گردد.



جهت حفظ قابلیت ترمز و فرمان پذیری

خودروهای باربر

می بایست تا حد امکان بار را به صورت

یکنواخت در محفظه بار توزیع

و از مهار صحیح آن اطمینان حاصل نمود.



بار اضافه بر تناژ استاندارد وسائل نقلیه
باعث اختلال و کاهش عملکرد سیستم‌های
ترمز، فرمان و تعادل وسیله،
خصوصاً در شیب‌ها و قوس‌ها می‌گردد.



آسیب وارده به سر و گردن

عامل اصلی مرگ و یا معلولیت
در بین راکبین موتورسیکلت است.



استفاده از کلاه ایمنی

ساده‌ترین و کم هزینه ترین
شیوه ارتقاء ایمنی می‌باشد.



به هنگام توقف در راه‌های بدون جدول و پارک در سربالایی

جهت جلوگیری از ورود غیر منتظره

خودرو به مسیر سواره رو، فرمان خودرو را

در جهت عقربه ساعت

به راست بچرخانید.



جاده محل مبارزه نیست!



رعایت مقررات رانندگی با ملاحظات ایمنی
مسئولیت اجتماعی ماست.

مدت زمان استاندارد از زمان وقوع سانحه رانندگی
تا حضور نیروهای امدادی، نباید از

۱۵ دقیقه

بیشتر شود.



با کنار رفتن سریع
از مسیر و باز کردن راه

ساعت طلایی امداد را جدی بگیریم.

برای تغییر خطوط مسیر و قبل از گردش

چراغ راهنما حداقل باید

۴ تا ۶ بار

چشمک بزند.



تا قبل از اتمام تغییر موقعیت

چراغ راهنما را حفظ و

بعد از آن حتماً خاموش کنیم.



با درک صحیح قابلیت‌های ایمنی خودرو و جاده،
ریسک سوانح را کاهش دهیم.
راننده تنها عنصر دارای **هوش**
در **عوامل بروز سوانح** است.



هوشمند برانید!

صحبت با تلفن همراه در هنگام رانندگی

حتی توسط گوشی و بدون استفاده از دست، به اندازه

پشت فرمان نشستن در حالت غیرهوشیار

خطرناک است.



آیا می‌دانید
با دوبرابر شدن سرعت خودرو
مسافت توقف ۴ برابر
می‌شود؟



۲۷ متر



۱۰۸ متر

دستتان را روی فرمان در موقعیت

ساعت ۹ و ساعت ۳

قرار دهید تا حداکثر تسلط را بر خودرو داشته باشید.

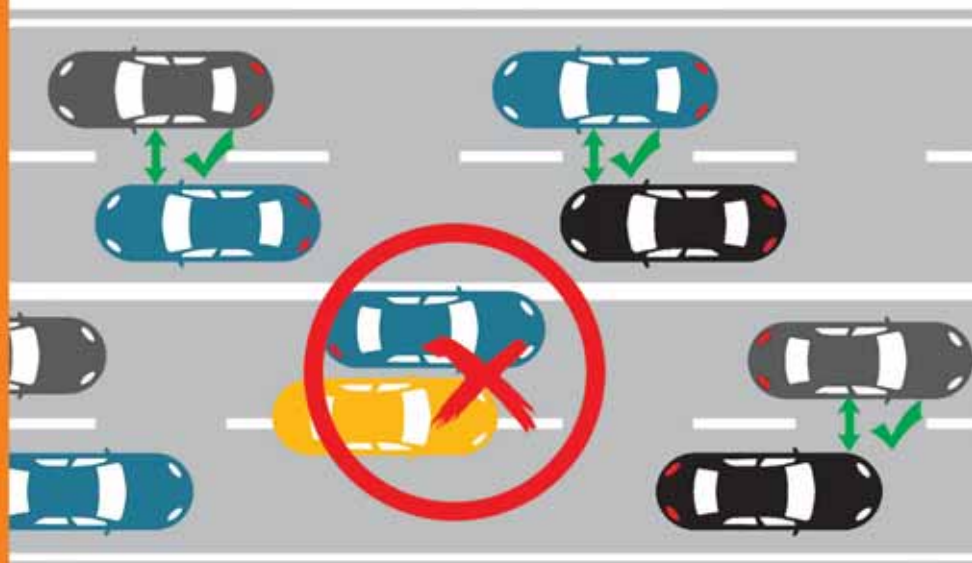


رانندگی بین خطوط

و فاصله لازم بین خودروهای مجاور،

سبب تسهیل در عبور و مرور

و ارتقای ایمنی در رانندگی می‌شود.



برای موتورسواران

- ◀ حرکت در پیاده‌رو
- ◀ حرکت در مسیر مخالف
- ◀ حمل بار نامتعارف
- ◀ راندن نمایشی و تک‌چرخ
- ◀ نداشتن کلاه ایمنی

علاوه بر آن که طبق ماده ۲۰ قانون اخذ جرائم تخلف محسوب می‌شود، رعایت آن موجب حفظ جان راکب و سایر استفاده‌کنندگان است.



و متأسفانه به‌دلیل عدم جدیت در اجرای این قانون

هر ساله هزاران نفر کشته

و ده‌ها هزار نفر معلول و مجروح می‌گردند.

کم‌حوصلگی و خستگی راننده

خاصه در ترافیک‌های پر حجم

از دلایل رانندگی تهاجمی و زمینه‌ساز **سانحه** است.



با **زمان‌بندی مناسب**

از سفری ایمن با ترافیک روان لذت ببریم.

کلیه تجهیزات زمستانی خودرو را در مبدأ سفر کنترل و

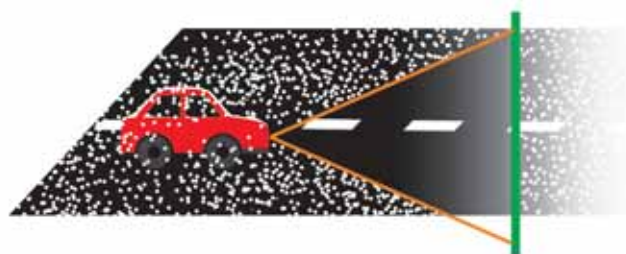
هنگام برف و کولاک

بدون زنجیر چرخ حرکت نکنیم.



در باران و برف، خاصه در شب

عمق دید کم می‌شود.



پیش از سفر از عملکرد صحیح

روشنایی و برف پاک‌کن خودرو

مطمئن شده و با تنظیم همزمان

تهویه خودرو با ایرکاندیشنر (AC) و تهویه هوا با محیط بیرون

از ایجاد بخار بر روی شیشه، پیشگیری کنیم.

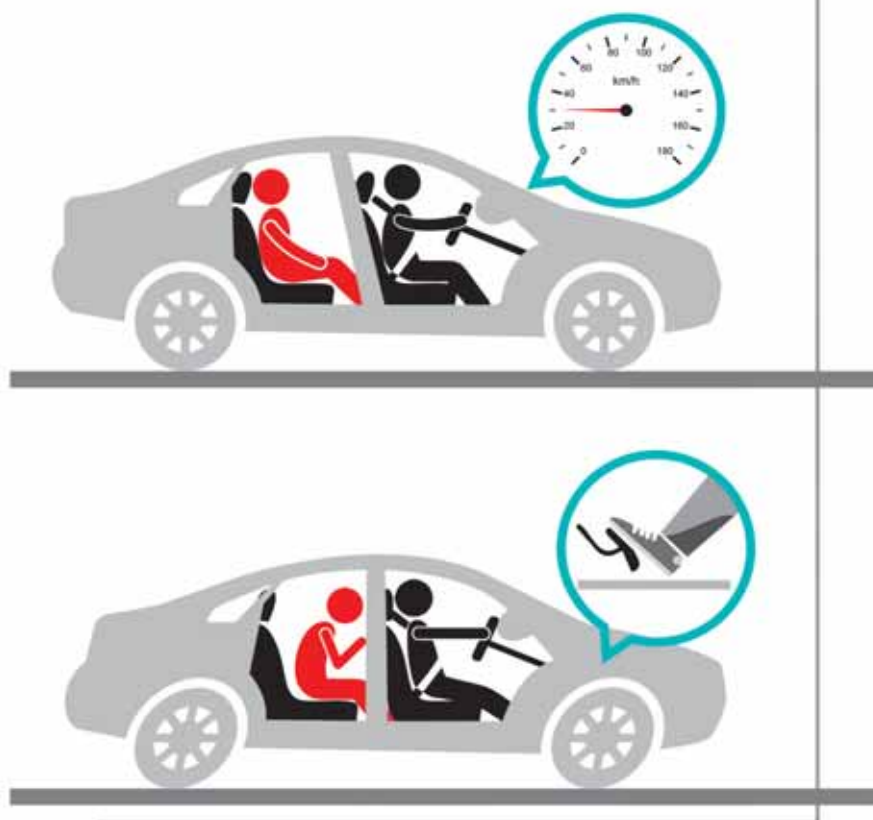
رانندگی در شب
بالقوه خطرناک و سانحه آفرین است
و مستلزم تمرکز و دقت بیشتر می باشد.



با روشن کردن چراغ‌های وسیله نقلیه
در روز و در هنگام گرد و غبار یا هوای مه‌آلود
از بروز سوانح ناشی از **کاهش عمق دید**
پیشگیری نماییم.

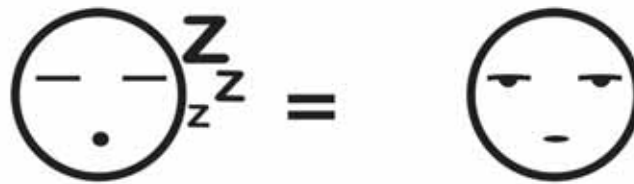


اگر **کمر بند ایمنی** نبسته باشیم
فقط با سرعت **۳۰ کیلومتر** در ساعت
در صورت **ترمز ناگهانی**
حتی با آمادگی قبلی
نمی‌توانیم
خود را در وضعیتی ثابت نگهداریم!!



هنگام رانندگی

احساس خواب آلودگی شدید = خواب رفتن واقعی

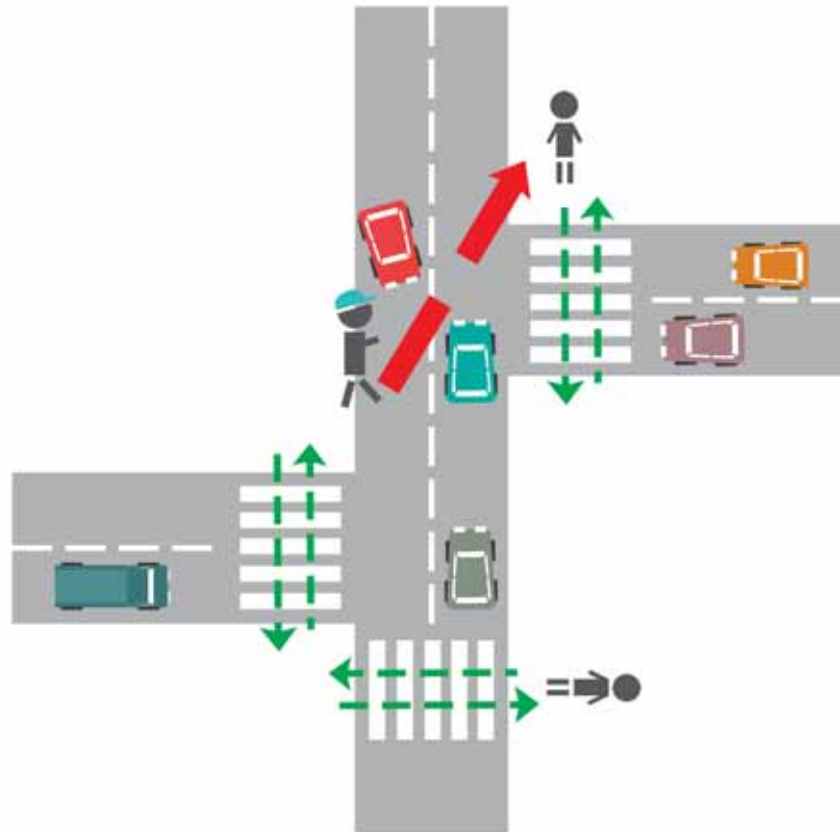


برخی سوانح مهیب معمولاً بعد از دقایقی
مبارزه با خواب آلودگی رخ می‌دهد.
قبل از سفر، استراحت کافی را جدی بگیریم.



عبور مورب عابر از عرض خیابان

باعث کاهش دید عابر، تشویش رانندگان و افزایش احتمال سانحه می‌شود.



خط سفید، جان پناه عابر پیاده و خط زندگی است.

خستگی رانندگان

معضل جدی است که منجر به

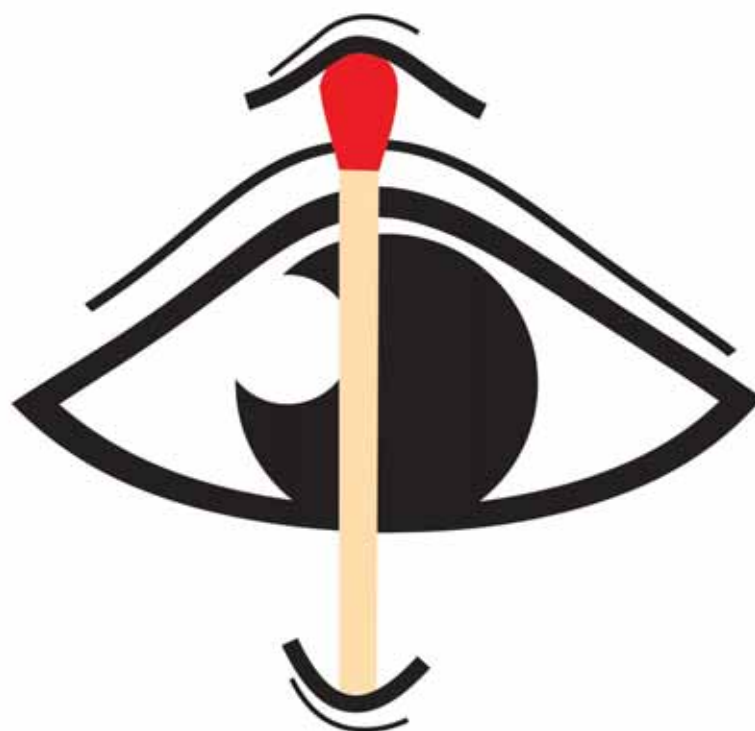
ضعف توانایی
در تشخیص
و تصمیم‌گیری
صحیح شده

و سالانه هزاران کشته
بر جای می‌گذارد.

هنگام خستگی و خواب‌آلودگی
رانندگی نکنیم.



هنگام رانندگی
از لجبازی با خود برای بیدار ماندن
یا فعالیت بیش از توان
جدا خودداری کنیم.



خستگی جدی‌ترین تهدید پنهان
در هنگام رانندگی است.

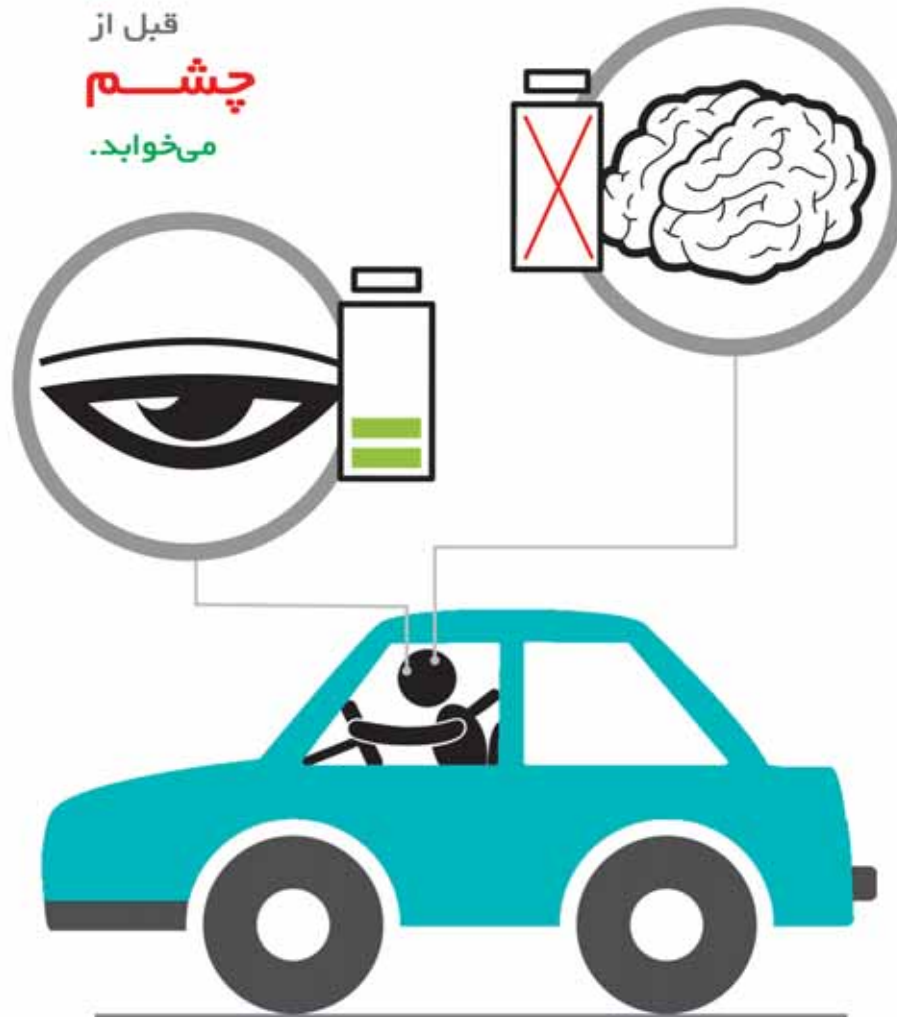
باور داشته باشیم که هنگام خستگی

مغز

قبل از

چشم

می‌خوابد.



از رانندگی در هنگام خستگی، اکیداً خودداری نماییم.

سطح هوشیاری افراد

هنگام بیماری و حتی سرماخوردگی

حداقل یک سوم

کاهش می‌یابد.



هنگام بیماری

از خطرات رانندگی

مطلع باشیم.

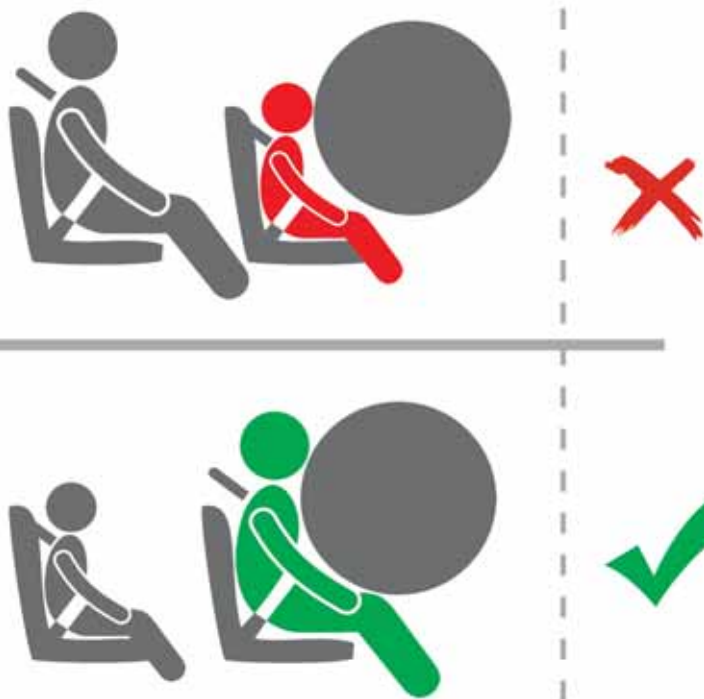
به خاطر داشته باشیم که

بهترین محل استقرار کودکان تا ۱۲ سالگی

صندلی عقب خودرو است.

به خصوص زمانی که کیسه هوای خودرو

در حالت فعال قرار دارد.



هنگام راهبندان، ضمن حفظ آرامش

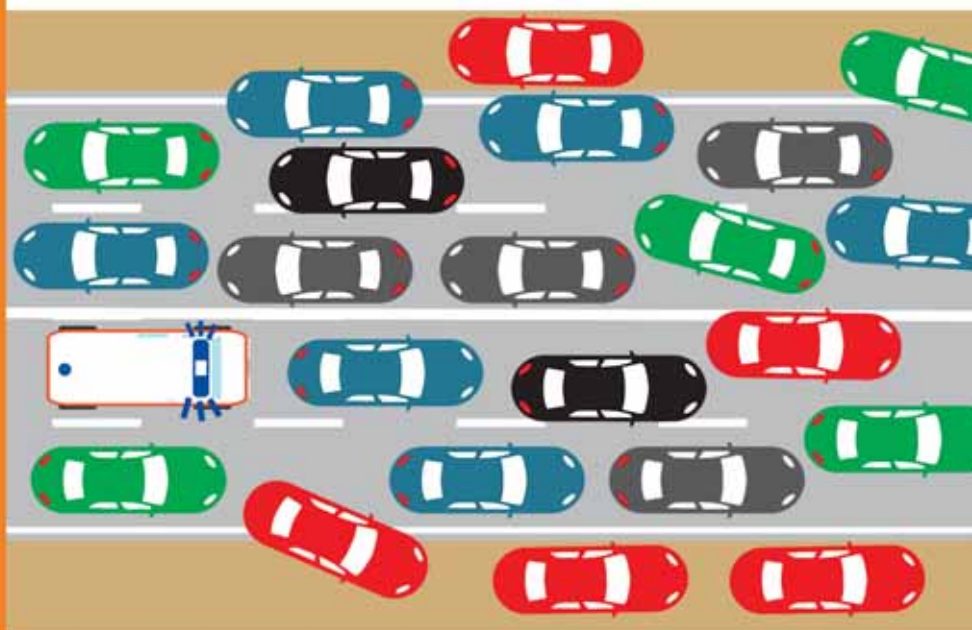
✓ از انجام رفتارهای پرخطر

✓ ورود به شانه خاکی

✓ برهم زدن نظم

✓ اشغال معبر خودروهای امدادی

خودداری نماییم.



ترمز و تغییر سرعت ناگهانی

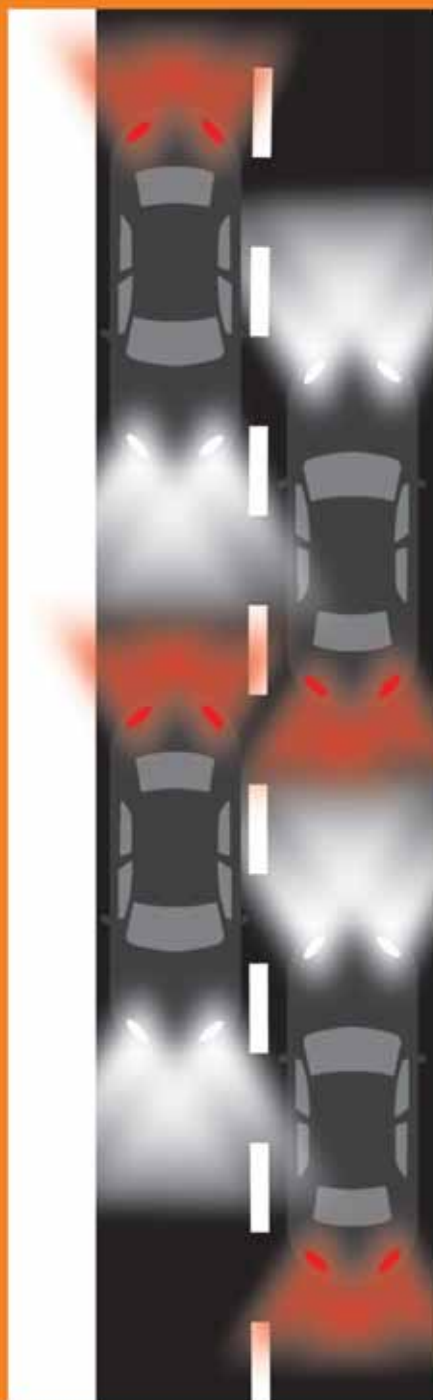
روی سطوح لغزنده مسیر مانند

خطکشی‌ها و پل‌های فلزی

سبب برهم خوردن پایداری

موتورسیکلت می‌شود.





روشن کردن چراغ‌های خودرو،

قبل از تاریکی مطلق

تا روشن شدن مطلق محیط

برای بهتر دیده شدن است

نه لزوماً بهتر دیدن.

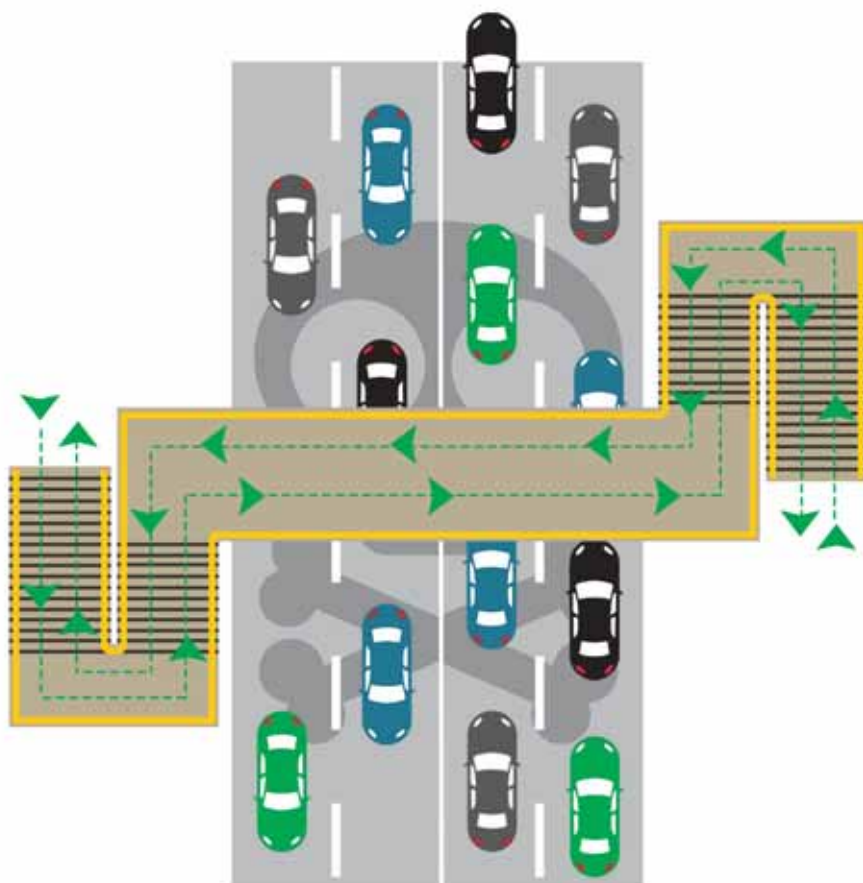
از هر **۷**

سانحه رانندگی منجر به فوت

۱ سانحه بر اثر دیده نشدن

رخ می‌دهد.

با عبور از پل عابر پیاده
از روی **خطر** عبور کنیم.





همیشه
آمادگی پیش‌بینی
و واکنش به موقع
در مقابل حرکات
رانندگان دیگر را
داشته باشیم.



در کشور ما
شمار کشته‌شدگان سوانح رانندگی
بیش از چهار برابر
کشته‌شدگان ناشی از قتل عمد
است.

سانحه رانندگی کاملاً قابل پیشگیری است!

در هنگام سفر
قبل از برداشتن چمدان‌ها،
جعبه کمک‌های اولیه و کپسول ضدحریق
را در اتومبیل خود قرار دهید.



عبور از آزادراه و بزرگراه

به مفهوم

رانندگی

با سرعت

دلخواه

نیست!



حواس پرتی و عدم هوشیاری
هنگام حضور در ترافیک **خطر آفرین** است.



صحبت کردن
با تلفن همراه
در وسط خیابان

هرگز! هرگز!

هنگام رانندگی از رفتار و واکنش غلط
سایر راکبان وسایط نقلیه عصبانی نشده
و خشم خود را کنترل نمایید.



با آرامش رانندگی کنید.

توجه به علائم و تجهیزات ایمنی در راهها
اولین گام رانندگی ایمن است.



به علائم راهنمایی و رانندگی بیشتر توجه کنیم.

ریختن زباله از پنجره خودرو
باعث آلودگی محیط زیست و
حواس پرتی سایر رانندگان می گردد؛



و جریمه قانونی نیز دارد!

از سوار کردن نفرات اضافه بر روی موتور خود بپرهیزید؛
در مواقع خطر، به طور همزمان
کنترل وسیله و حفظ جان سرنشینان
غیر ممکن خواهد بود.



در هنگام موتورسواری، از نوارهای شبرنگ

(بازتابنده نور)

بر روی لباس و موتورسیکلت

استفاده نمایید.



دیده شوید و ایمن بمانید.

رنگ های زرد و سفید

دارای بهترین بازتاب نور برای دیده شدن در شب



راندن موتورسیکلت در
پیاده‌رو **خطرناک و ممنوع** می‌باشد.



ایجاد خطر و مزاحمت برای عابران پیاده اقدامی ناشایست است.

تغییر مسیر خود را با چراغ راهنما اعلام کنید
و با احتیاط تغییر مسیر بدهید.





انتشارات کارا

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۱۱۹-۲۸-۲
ISBN: 978-600-5119-28-2