



رانندگی ایمن



اقدامات ایمنی رانندگان خودروهای دولتی قبل از اعزام به مأموریت

۱. اخذ حکم مأموریت از رده مربوطه (در حکم صادره مسیر تردد و مبدأ و مقصد، شماره انتظامی خودرو، مشخصات راننده، مشخصات سرنشینان و ساعت شروع مأموریت قید گردد)

۲. با توجه به مقصد ابلاغی در حکم مأموریت، راننده نسبت به مسیریابی مناسب اقدام نماید.

۳. بازدید وضعیت ظاهری و فنی خودرو قبل از خروج

الف) وضعیت ظاهری شامل: نظافت خودرو، باد و آج لاستیک و سلامت لاستیک زاپاس و آچار چرخ و جک، کنترل چراغ-های روشنایی و چراغ ترمز، برف پاک‌کن، شیشه‌های جلو و عقب، آینه‌ها و سلامت قفل درب‌ها، اطمینان از تمیز و قابل رؤیت بودن پلاک خودرو

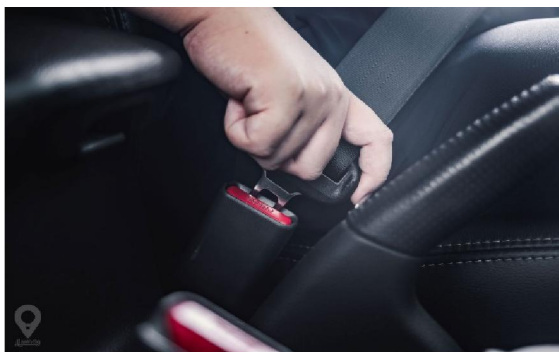
ب) وضعیت فنی شامل: بازدید آب رادیاتور، روغن موتور، روغن ترمز، آب مخزن شیشه‌شور، باتری و سلامت دینام و تسمه

دینام، کمر بند ایمنی، برق و میزان سوخت در باک، سلامت آمپر‌ها، بازدید از تجهیزات ایمنی مورد نیاز همچون کپسول آتش‌نشانی، جعبه کمک‌های اولیه، مثلث شبرنگ و زنجیر چرخ در صورت لزوم

۴. کنترل مدارک مورد نیاز راننده شامل: گواهینامه مجاز، کارت خودرو، بیمه‌نامه شخص ثالث، معاینه فنی

۵. الزام استفاده از کمر بند ایمنی توسط کلیه سرنشینان جلو و عقب

۶. رعایت مقررات راهنمایی و رانندگی



الف) رانندگی با سرعت مجاز و مطابق تابلوهای منصوبه در طول راه‌ها

ب) حرکت از سمت راست راه

ج) رانندگی بین خطوط

د) رعایت حق تقدم (مواد ۱۳۶ تا ۱۴۵ آیین‌نامه راهنمایی و رانندگی)



ه) عدم توقف در مناطق ممنوعه: توقف ممنوع، توقف دوبله، توقف

در ایستگاه اتوبوس و تاکسی، توقف بر روی خطوط عابر پیاده و

توقف در پیاده راه‌ها، توقف در میدان توقف در فاصله کمتر از ۱۵

متری شیرهای آب آتش‌نشانی، ورودی و خروجی مراکز فوریت‌های

پزشکی، پلیس و آتش‌نشانی، ۱۵ متری چراغ راهنمایی و رانندگی و

تقاطع‌ها، توقف روی پل‌ها، توقف داخل تونل‌ها، توقف در خطوط عبور

در بزرگراه‌ها، عدم حرکت با دنده عقب در بزرگراه‌ها، رعایت فاصله

طولی مناسب با خودروی جلویی (به ازاء هر ۱۵ کیلومتر بر ساعت

سرعت به اندازه یک طول اتومبیل)

و) عدم استفاده از تلفن همراه

ز) کنترل و نگاه در آینه‌های جانبی و وسط هر ۵ ثانیه یکبار



۷. در صورت تردد در معابر لغزنده از ترمزهای ناگهانی و پی‌درپی خودداری نموده و در صورت لغزش انتهای خودرو، فرمان را در جهت موافق لغزش و به آرامی چرخانده تا خودرو به وضعیت عادی بازگردد.

۸. در صورت بروز هرگونه نقص فنی بلافاصله خودرو را به منتهی‌الیه سمت راست راه هدایت و نسبت به استقرار مثلث سبرنگ (در خیابان‌های اصلی در فاصله ۷۰ متر و در بزرگراه‌ها در فاصله ۱۵۰ متر) قبل از محل توقف اقدام نموده و سرنشینان را به محل امن و خارج از سطح راه هدایت نماید.

۹. راننده بایستی قبل از اعزام به مأموریت استراحت کافی داشته و در صورت بروز علائم خواب‌آلودگی در حین رانندگی (دست کشیدن روی موها و صورت، جابجایی مداوم بر روی صندلی، تاری دید، خمیازه و ترمزهای بی‌مورد) بلافاصله خودرو را در اولین محل امن متوقف و از ادامه رانندگی تا رفع خستگی خودداری نماید.

۱۰. در مواقع تاریکی سربعاً چراغهای خودرو را روشن نموده و در معابر شهری صرفاً از نور پایین استفاده نماید.



هشدارهای ترافیکی



۱. رانندگی‌های طولانی، ناخواسته ذهن و چشمان راننده را خسته می‌کند پس ضرورت دارد رانندگان در ازای هر ۲ ساعت رانندگی یک‌ربع استراحت نمایند.



۲. راننده گرمی: همواره از لحظه شروع تا پایان رانندگی، کمربند ایمنی را بسته نگهدارید و همه سرنشینان را به بستن کمربند ایمنی تشویق نمایید.



۳. آشامیدن مایعات، خوردن تنقلات و غذا یا استعمال دخانیات حین رانندگی، راهکار مناسبی برای جلوگیری از خواب‌آلودگی و برطرف کردن خستگی نبوده بلکه خطر آفرین و از نظر قانون ممنوع است.

۴. وجود چراغ‌های سالم (چراغ راهنما، چراغ‌های جلو، چراغ‌های خطر و غیره) جزو الزامات رانندگی است و در صورت معیوب بودن هرکدام از این چراغ‌ها رانندگی خطر آفرین است.



۵. راننده گرمی: همیشه مؤلفه‌های آرامش، نظم، صبوری و تمرکز را هنگام رانندگی بکار گیرید تا سفری سالم و بی‌خطر داشته باشید.



۶. لایبی کشیدن یا زیگزاک رفتن در اتوبان‌ها و جاده‌ها از جمله رفتارهای غیر اخلاقی است که علاوه بر خطرناک بودن برای راننده، زمینه‌ساز تصادفات ناگوار است.

۷. راننده گرمی: در صورتیکه تصمیم به تغییر خط عبور حرکت خود دارید از فاصله ۱۰۰ متری راهنما بزنید تا خودروهای پشت‌سر از اقدام شما آگاه شده و از سبقت گرفتن و نزدیک شدن بیش‌ازحد به شما خودداری کنند.

۸. استفاده از تلفن همراه در حین رانندگی ممنوع می‌باشد. این ممنوعیت صرفاً شامل صحبت کردن با تلفن همراه نبوده و مواردی نظیر ارسال پیامک، دیدن تصاویر و ... را نیز می‌شود.

۹. راننده گرمی: رانندگی سالم و رعایت قوانین و مقررات راهنمایی و رانندگی، نشان‌دهنده شخصیت بالا و ارزشمند شما خواهد بود.

۱۰. رعایت فاصله با خودروی جلویی یک اصل در رانندگی سالم و بی‌خطر است. از این‌رو همیشه فاصله خود را با خودروی جلویی حفظ کنید تا به محض مواجهه با خطر احتمالی، فرصت کافی برای کنترل خودروی خود داشته باشید.

۱۱. سرعت مناسب هنگام رانندگی، جزء اصول اساسی رانندگی ایمن برای کسانی است که میخواهند یک عمر در کنار خانواده از رانندگی لذت ببرند.

۱۲. یکی از اشتباهات بسیار حادثه ساز در رانندگی، جبران تأخیر با افزایش دادن بیش از حد سرعت خودرو به سمت مقصد می‌باشد. این اقدام سبب نایمن کردن جاده و وقوع تصادفات ناگوار رانندگی خواهد بود.

۱۳. در گذرگاه‌های تنگ و پرتردد با سرعت مطمئن حرکت کنید. رانندگی در چنین مسیرهایی هوشیاری خاصی می‌طلبد و در صورت سرعت بالا، انجام کمترین خطا سبب بروز حادثه‌ای خطرناک می‌شود.



۱۴. ساعت ۲ تا ۴ صبح و ۱۴ الی ۱۶ بعدازظهر، سیستم درونی انسان تمایل شدیدی به خواب پیدا می‌کند با توجه به این واقعیت از رانندگی در این مواقع خودداری کنید.
۱۵. خواب آلودگی از جمله عوامل بسیار اصلی حوادث رانندگی محسوب می‌شود و راننده خواب‌آلود در جاده، همچون خودروی بدون راننده‌ای است که در سراسیبی قرار گرفته و تنها در صورت مواجهه با شیئی توقف می‌کند.
۱۶. سبقت گرفتن در نزدیکی یا در طول تونلها و پلها به دلیل امکان ورود وسایل نقلیه دیگر از روبرو و کم‌عرض بودن آنها، خطرناک است لذا از ۱۰۰ متر قبل و بعد از پل‌ها و تونل‌ها سبقت گرفتن ممنوع است.
۱۷. اتومبیلی قادر به سبقت گرفتن است که سرعتش از خودروی جلویی بیشتر باشد در این صورت راننده خودرو با دادن علائم لازم، رانندگان دیگر را از قصد خود آگاه کرده و اقدام به سبقت نماید.
۱۸. سرعت مطمئنه سرعتی است که راننده با توجه به شرایط راه، آب و هوا، وضعیت خود و خودروی خود انتخاب می‌کند تا بتواند در شرایط خطر از وقوع حادثه جلوگیری کند و گاهاً میزان آن از سرعت مقرر کمتر می‌باشد.
۱۹. راننده گرامی: ما موظف هستیم تا ایمن برانیم. رانندگی بین خطوط، سبقت ایمن، رعایت فاصله طولی در رانندگی، صحبت نکردن با تلفن همراه، رعایت حق تقدم، پرتاب نکردن زباله از خودرو، سرعت مجاز و کنترل رفتار خود در موقعیت‌های خطرناک را مد نظر قرار دهیم.
۲۰. راننده گرامی: رانندگی ایمن و رعایت اصول رانندگی صحیح، سلامتی خود و دیگر استفاده‌کنندگان از راه را به دنبال دارد. لذا شما باید در هر حال ایمن برانید و تحت‌تأثیر رانندگی غیر ایمن دیگران قرار نگیرید.



اقدامات ایمنی رانندگان موتور سیکلتهای دولتی قبل از اعزام به مأموریت در معابر درونشهری



۱. اخذ حکم مأموریت از رده مربوطه

۲. با توجه به مقصد ابلاغی در حکم مأموریت راننده نسبت به مسیر یابی مناسب اقدام نماید.

۳. بازدید وضعیت ظاهری و فنی موتورسیکلت قبل از خروج

الف) وضعیت ظاهری شامل: باد و اج لاستیک، کنترل چراغ های روشنایی و چراغ قرمز، آئینه ها و اطمینان از تمیز و قابل رویت بودن پلاک موتور سیکلت
ب) وضعیت فنی شامل: بوق و میزان سوخت در باک، سلامت آمپرها

۴. کنترل مدارک مورد نیاز راننده شامل: گواهینامه مجاز، کارت موتور سیکلت، بیمه نامه شخص ثالث

۵. الزام استفاده از کلاه ایمنی توسط راننده و ترک نشین (در صورت نصب زین استاندارد جهت ترک نشین)

۶. رعایت مقررات راهنمایی و رانندگی

الف) رانندگی با سرعت مجاز و مطابق تابلوهای منصوبه در طول راه ها

ب) حرکت از سمت راست راه

ج) رانندگی بین خطوط

د) رعایت حق تقدم (مواد ۱۳۶ تا ۱۴۵ آیین نامه راهنمایی و رانندگی)

ه) عدم توقف در مناطق ممنوعه

و) عدم تردد در بزرگراهها

ز) عدم استفاده از تلفن همراه

ح) عدم تردد در دزدیک خطر عبور و به موازات خودروها

ط) عدم تردد و توقف در پیاده روها

ی) عدم حمل بار نا متعارف با موتور سیکلت

ک) عدم تردد در معابر لغزنده

ل) عدم تردد در خطوط BRT

م) عدم عبور در خلاف جهت مسیرهها

