

<i>آموزش همگانی</i>		<i>آموزش همگانی</i>
<b>ترافیک</b>	<b>قانون</b>	<b>ایمنی</b>
<b>رعایت حق تقدم</b>		
ایرانیان از دیرباز به اخلاق حسنه ،ادب،احترام و گذشت در عبور یا ورود نسبت به دیگران مشهورند .اما همین فرهنگ در ترافیک حالت غیر اخلاقی به خود می گیرد و عدم رعایت حق تقدم عبور دیگران نمونه بارز این مسئله است .		
بایستی یاد گرفت که رعایت حق تقدم نیز مانند فرهنگ تعارف در ورود ، خروج نه تنها از خودگذشتگی نیست بلکه رعایت حقوق یکدیگر است و توجه به رعایت چنین امری مسلماً تا حد زیادی از مشکلات شبکه حمل و نقل خواهد کاست. برابر آمار آرقام موجود در بیشترین علت تصادفات درون شهری ، عدم رعایت حق تقدم عبور می باشد ، این بدان معنی است که اغلب رانندگان به مقررات این قسمت آشنا نبوده یا اینکه به آن توجهی ندارند. آیین نامه راهنمایی و رانندگی نحوه حق تقدم عبور وسایل نقلیه در تقاطع و میدانهایی که فاقد هر گونه علامت و چراغ راهنما هستند را به ترتیب زیر تعیین نموده است <span> </span> :		
<ul style="list-style-type: none"><li>در تقاطع های هم عرض دو وسیله نقلیه ای که روبروی هم در حرکتند بخواهند با هم داخل خیابان مجاور واحدی شوندحق تقدم عبور با وسیله ای است که سمت راست گردش می کند .</li></ul>		
<ul style="list-style-type: none"><li>هر گاه دو یا چند وسیله نقلیه از دو یا چند راه مختلف به مدخل تقاطع هم عرض برسند حق تقدم عبور با وسیله ای است که در طرف راست وسیله دیگر قرار دارد .</li></ul>		
<ul style="list-style-type: none"><li>در سه راهها حق تقدم عبور با وسیله نقلیه ای است که مستقیم حرکت می کند ولوآنکه عرض خیابانی که مسیر آن است از عرض خیابان تلاقی کننده کمتر باشد .</li> <li>در میدان حق تقدم عبور با وسیله ایست که در داخل میدان در حال حرکت می باشد</li> <li>همچنین در برخورد راه فرعی با راه اصلی حق تقدم با وسیله ای است که از راه اصلی عبور می کند .</li> <li>وسيله ای که در حرکت است به سایر وسایل نقلیه متوقفی که در حال حرکت کردن به جلو و عقب یا دور زدن هستند حق تقدم دارد .</li> <li>در گذرگاه عابر پیاده ،حق تقدم عبور با عابرن پیاده است. بدون ترتیب ضرورت رعایت حق تقدم عبور به این معنی است که رانندگان ضمن هدایت وسیله نقلیه خود و یا هنگام شروع به حرکت بایستی طوری حرکت نمایند که موجب تغییر ناگهانی جهت مسیر یا سایر وسایل نقلیه نگردند .</li></ul>		

**پلیس راهنمایی و رانندگی استان هرمزگان - فرهنگ ترافیک**



# ایمنی غذا

**کمیته ارتباطات رسانه ای هفته سلامت ۱۳۸۷**

**برای پخت غذا چه نکاتی را باید رعایت کرد ؟**

- قبل از پختن غذا ، مخصوصا بعد از دفع مدفوع یا شستن کودکان شیرخوار باید دستها را با آب و صابون شست.

- در تهیه غذا باید از آب سالم استفاده کرد . آب آلوده مواد غذایی سالم را هم آلوده می کند و این امر می تواند موجب بیماری شود .

-اگر دچار زخمی در دستهای خود هستید در هنگام تهیه غذا ، زخم را بپوشانید .

-نکات اساسی در آماده سازی ، پخت و مصرف مواد غذایی

-گوشت، غذاهای گوشتی و تخم مرغ-برای خارج کردن گوشت از حالت پخ زده ، آن را شب قبل در یخچال بگذارید -گوشت مرغی که تیره ، پر خون و کیود است ، قابل مصرف نیست .

-گوشت مرغ نگهداری شده در شرایط نامناسب کباکتری و گاهی سبز رنگ است و غیر قابل مصرف می باشد .

اشاره:

قرن حاضر ،قرن پیشرفت و توسعه حمل و نقل و رشد روزافزون وسایل ارتباطی در جهان به شمار می رود. حمل و نقل به عنوان حلقه اتصال بازار تولید و مصرف از نیازهای اولیه انسان است که با توسعه اقتصادی و اجتماعی جوامع دامنه گسترده تری یافته وامروزه از مظاهر اصلی تمدن بشری به شمار می رود. در روند توسعه اقتصادی کشورها، توسعه حمل و نقل همچون گردش خون در کالبد اقتصادی محسوب می گرددکه با تسریع در این گردش نیازهای حیاتی و اقتصادی در جوامع سریع تر برآورده می شود. از سوی دیگرچه گستردگی و به تبع آن پیچیدگی در دنیا بیشتر می شود ارتباطات و حمل و نقل حساس تر و عمیق تر خواهد شد. بنابر این در فرآیند توسعه ، بویژه در جوامع رو به رشد وجودشبکه های ایمن و کارا از شاخصی های اولیه رشد و شکوفایی اقتصادی و از جمله الزامات اصلی به ثمر رساندن اهداف توسعه محسوب می گردد . این نکته که در ادبیات اقتصادی جهان ، اقتصاددانان و برنامه ریزان ، توسعه و رشد اقتصادی را منوط به توسعه بخش حمل و نقل و ایجاد کانسبات ترابری و ارتباطی و خدمات وابسته به آن می دانند ناشی از همین وابستگی و ارتباط میان تحولات حمل و نقل و اقتصاد است . تردیدی وجود ندارد که هر یک از شاخه های حمل و نقل اعم از زمینی، دریایی و هوایی از ویژگی خاص مربوط به خود برخوردار است.

اما در این میان نقش ارزنده حمل و نقل ریلی و راه آهن به دلایل عدیده ای از جمله حجم انرژی مصرفی، تاثیرات زیست محیطی و ایمنی و ارزائی و جایگاه ویژه راه آهن ایران به عنوان یکی از کردیدرهای مهم جهانی،برای دسترسی به بازارهای جدید صادراتی در خاورمیانه، آسیای مرکزی، کشورهای قفقاز، آسیا،اروپا وسایر نقاط جهان در امر مبادلات کالااز اهمیت خاصی برخوردار است.
بااین پیش درآمد دراین شماره کتابھی داریم به بخشی از فعالیت های اداره کل راه آهن استان هرمزگان که در گفت و گو با مهندس ایمنی مدیرکل مردمی و پرتلاش راه آهن هرمزگان که با کوله باستی از سالها تجربه ،سکندار راهبریی این مجموعه استراتژیک را برعهده دارد . با هم این گزارش را می خوانیم.
مدیرکل راه آهن استان هرمزگان در مقدمه بحث با اشاره به پیشینه فعالیت این صنعت زیربنایی حمل و نقل در استان هرمزگان، به تشریح اهمیت این صنعت پرداخت و گفت: احداث پروژه راه آهن بافق -بندرعباس با توجه به موقعیت خاص جغرافیایی و سیاسی ایران وا اهمیت دسترسی همسایگان شمالی و آسیای میانه به آبهای نیلگون خلیج فارس ، فرصت طلایی برای حمل بارها ترانزیتی از مسیر ایران که کمترین حمل و نقل ترانزیت در این مسیر می تواند درآمد سرشاری برای کشور به همراه داشته باشد و اتصال قطب های مهم معدنی کشورهمچون سنگ آهن گل گهر سیرجان ، چگارت ، بافق و چادرملو و مراکز مهم صنعتی مانند نوب آهن اصفهان ، صنایع فولاد هرمزگان ، پالایشگاه نفت بندرعباس و بندر شهید رجایی یکی از دو بندر بزرگ جنوبی ایران به شبکه ریلی کشور، سیاستگذاری های مسئولان کشور را برای راهایی از اقتصاد تک محصولی نفت و استفاده از مزیت ها و پتانسیل های دیگر در جهت لزوم ساخت این پروژه با اولویت خاص سوق

## نگار و نقش



# راه آهن، حمل و نقل، ترانزیت

**[****علی نظری****]**

◀ **احداث پروژه راه آهن بافق -بندرعباس با توجه به موقعیت خاص جغرافیایی و سیاسی ایران وا اهمیت دسترسی همسایگان شمالی و آسیای میانه به آبهای نیلگون خلیج فارس ، فرصت طلایی برای حمل بارها ترانزیتی از مسیر ایران که کمترین حمل و نقل ترانزیت در این مسیر می تواند درآمد سرشاری برای کشور به همراه داشته باشد .**

داد و هرچند که با شروع جنگ تحمیلی روند احداث این محور به تعویق افتاد ولی پس از سال ۱۳۶۸ این حرکت با تلاش شانه روزی متخصصین ایرانی ادامه یافت تا اینکه در ۲۶ اسفندماه ۱۳۷۳ محور بافق - بندرعباس توسط ریاست جمهوری وقت و با حضور سران چندین کشور از جمله کشورهای تازه استقلال شوری سابق ،رسمافتح و راه اندازی شد. مهندس ایمنی در ادامه افزود: این محورکه مدیریت بهره برداری از آن به عهده اداره کل راه آهن هرمزگان می باشد پس از بهره برداری فعالیت خود را با هدف حمل و نقل باراز مبادی تخلیه و بارگیری محمولات ازبندر شهید رجایی شامل : غلات ، آهن آلات ،کانکنترهای داخلی و ترانزی-ایستگاه مانیور، شامل : مازوت ، نفت کوره ،کروزوت ،کود شیمیایی ،سنگ آهن و گاز-ایستگاه فولاد هرمزگان شامل : کنسانتره آهن،گندله ،زغال سنگ و گک وایستگاه معدن گل گهرشامل: کنسانتره آهن وهماثیت آغاز نمود . وی تصریح کرد: خط مشنی اداره کل راه آهن هرمزگان استفاده یهینه از امکانات و افزایش خدمات باری و مسافری بوده است و این اداره کل می کوشد با بهره گیری از تخصص و تجربه بیش از ۱۵۰۰ نیروی کارآمد در زمینه های مختلف مدیریتی ، سیر و حرکت مهندسی، برنامه ریزی ،بازاریابی و تعمیرات و همچنین با استفاده از امکانات موجود شرایط مطلوب تری را برای حمل ونقل کالا فراهم آورد که در این راستا طرح

## ۵برابر با ۵ ربیع الثانی ۱۴۲۹



**طی مدت ۲۰روزه از تاریخ**

**۱۲۵اسفندماه سال گذشته**

**تا۱۶فرودین سال جدید،**

**۸۰هزارنفر مسافر به وسیله ۱۲۵ارام**

**قطار(بعلاوه ۱ارام فوق العاده**

**ابدون کمترین تاخیر جابجا شدند**

گرفته منجر به راه اندازی قطار بندرعباس- تهران و بندرعباس-اصفهان از نوع درجه یک با امکانات ویژه مسافراتی را که بدلیل تکمیل ظرفیت ها امکان تهیه با امکانات چهار تخته دارای نمایشگر و تلفن گردیده است.

وی با اشاره به حجم گسترده میزان تردد مسافر از طریق ناوگان ریلی به فعالیت نوروزی این اداره کل در دو بخش کالاو مسافر اشاره کرد و گفت: طی مدت ۲۰روزه از تاریخ ۲۵اسفندماه سال گذشته تا۱۶فرودین سال جدید ،۸۰هزارنفر مسافر به وسیله ۱۲۵ارام (قطار)بعلاوه ۱ارام فوق العاده (بدون کمترین تاخیر جابجا شدند و لازم به ذکر است که با توجه به حجم گسترده میهمانان نوروزی و درخواست های بیشمار برای روز ۱۵ فروردین در پایان تعطیلات با هماهنگی اداره مرکزی و اگن آمدانی به ظرفیت ۱۵۸ نفر ، همه مسافراتی را که بدلیل تکمیل ظرفیت ها امکان تهیه بلیط رانداشتند، به مقصد جابجا نموده و حتی یک نفر منتقاضی نیز باقی نماند.

در بخش کالایزبدر این مدت به حمل ۲۵۱هزارو۲۳۴تن انواع کالا به وسیله ۵۲۲۵واگن می توان اشاره کرد. مجموع واگن تخلیه شده درایستگاه بندرعباس ۱۱روزه از تاریخ ۲۵اسفندماه سال گذشته تا۱۶فرودین مربوط به این دوره زمانی، ۶۴۸۲واگن بوده است که ۲۹۲هزار و ۲۲۰تن کالا را تخلیه نمودند.همچنین ۶۶۵واگن بارگیری شده از مقصد بندرعباس به کشورهای آسیای میانه فرستاده شد و ۱۰۸۸واگن نیز از طریق این کشورها در بندرعباس تخلیه گردیده است.

با این تفاسیر بایدگفت: مجموع تن کیلومتر پیوده مرزی به ۲۰۰میلیون تن رسید.مدیرکل راه آهن استان هرمزگان در بخش انتهایی گزارش خود با اشاره ای گذرا به فعالیت های سایر بخش ها ازجمله امور فنی و تعمیراتی ، اطلاع رسانی و دبیتا و همچنین خصوصی سازی و جلب مشارکت های مردمی، تاکید کرد: در این سه بخش مهم نظری یکسال گذشته خدمات ارزشمندی انجام شده است که به عنوان شاخص های مهم توسعه خدمات ریلی می توان از آن نام برد.

وی اظهار امیدواری کرد: با راه اندازی خط دوم مسیر ایستگاه بندرعباس- سیرجان تا پایان اسسال ، کام بزرگی در راستای سرویس دهی خدمات کالا و مسافر از طریق ناوگان ریلی استان برداشته شود تا در خدمت رشد و توسعه استان قرار بگیرد.

مهندس ایمنی در خاتمه از حمایت ها و همراهی های عالی مقام استاندار هرمزگان، معاونین و هم مسوولان و دست اندرکاران استان صمیمانه تقدیر کرد.

-از مصرف روغنی که چند بار حرارت دیده بطور جدی پرمیز کند.

- روغنهایی که بو و غلظت آنها زیاد است و تغییر رنگ داده اند خریداری نکنید . هنگام خرید به تاریخ تولید و

انقضای مصرف روغن توجه کنید .

- درب طرف روغن مایع از پس از هر بار مصرف ببندید

و در جای خنک و دور از نور نگهداری کنید .

-از حرارت دادن حلب یا قوطی روغن جامد به علت ایجاد

ترکیدگیهای سمی خودداری کنید .

**کنسروها**

- از خرید و مصرف کنسروهایی که قوطی آنها باد کرده

و رنگ زده است خودداری کنید .

-از نگهداری قوطی کنسرو در یخچال و محیطهای مرطوب

و باقی مانده قوطی کنسرو باز شده را در ظرفهای شیشه

ای و در یخچال نگهداری کنید .

- از خرید کنسروهایی که پروانه ساخت از وزارت بهداشت

و تاریخ تولید و مصرف ندارند خودداری کنید .

- قوطی کنسرو را قبل از مصرف به مدت ۲۰ دقیقه در

آب بجوشانید .

**پس از پختن غذا چگونه می توان آنرا سالم**

**نگهداشت ؟**

- غذاهای پخته ای که به روش صحیح نگهداری نشده باشند مهمترین علت مسمومیتهای غذایی هستند .

-بهتر است غذای پخته هر چه زودتر مصرف شود چون

## دعوت به همکاری

## به یک فروشنده محصولات

## فرهنگی مسلط به کامپیوتر

## نیازمندیم

**تلفن تماس: ۰۹۱۷۷۶۰۴۰۳۲**

### تقدیر و تشکر

## آقایان ذوالقدر ، آشوری و فرج زاده

**نمایندگان محترم مردم بندر عباس در مجلس شورای اسلامی**

**انتخاب شما را به عنوان نمایندگان مردم بندرعباس**

**در هشتمین دوره مجلس شورای اسلامی تبریک عرض**

**نموده؛ امید است در انجام مسؤلیت محوله موید باشید**

**موسسه فرهنگی هنری پیب سرای هنر**

# مصرف ماهی و میگو باعث شادابی جسم و روح می شود

روابط عمومی اداره کل شیلات هرمزگان

