



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان آذربایجان غربی  
سازمان پیشگیری از تصادفات  
معاونت بهداشت



# نه\_به\_تصادف!

# پوش ملی آمینی و سلامت سفر

۱ اسفند ۱۴۰۳ تا  
۲۰ فروردین ۱۴۰۴





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان آذربایجان غربی  
ساز پویش ملی نهب تصادف  
معاونت بهداشت



# نهب\_به\_تصادف!  
پویش ملی ایمنی و سلامت سفر

# پویش ملی نهب به تصادف حواسمان باشد با رفتار اشتباه، خودمان و دیگران را در معرض خطر قرار ندهیم



از سرعت بکاهید  
REDUCE SPEED



۱۱ اسفند ۱۴۰۳ تا ۲۰ فروردین ۱۴۰۴



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
وَاللَّهُ صَاحِبُ السُّعُودِ  
مَنْ حَبَلَتْ أَيْدِيكُمْ بِهِ فَالْتَفِعْ بِرَأْسِكُمْ إِلَى السَّمَاءِ  
وَأَنْزِلْ عَلَيْكُمْ مِنْ غَمَاقٍ مَاءً بَارِكًا

تقارن عید نوروز با لحظات ناب روزه‌داری؛ ایامی بس مبارک و فرصتی است برای میثاق مجدد با پروردگار متعال برای بندگی، عبادت، آزادگی و خدمت به خلق خدا و فرصتی مغتنم برای اعتلای روحی و معنوی همگان به ویژه خانواده بزرگ سلامت را فراهم می‌کند. از همکارانم در نظام سلامت استان می‌خواهم تا در سالی که پیش روست، در لبیک به تدبیر مقام رفیع ولایت، با همه توان و امکانات به ویژه با تکیه بر دانش و فناوری بومی، به رشد کمی و کیفی خدمات سلامت محور اهتمامی شایسته ورزند.

همچنین در آستانه فرا رسیدن سفرهای نوروزی، پرچم اجرای پوش ملی «نه به تصادف!» با شعار «شش دونگ برانیم» به همت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی برافراشته شده و امیدوارم که مسافران و گردشگران با برنامه‌ریزی دقیق برای سفر، حرکت با سرعت ایمن، بستن کمربند ایمنی، پرهیز از سبقت غیر مجاز و رانندگی نکردن در حالت خستگی و خواب‌آلودگی موجبات سالی پر از آرامش و سلامتی را برای خود و خانواده‌هایشان فراهم کنند.

در پایان، اینجانب ضمن ابراز قدردانی قلبی به پاس یکسال تلاش و کوشش صادقانه به همکاران، پیشاپیش فرا رسیدن سال نور را صمیمانه تبریک و تهنیت عرض نموده، سلامتی و توفیق روزافزون کلیه کارکنان و جمیع تلاشگران عرصه سلامت آذربایجان غربی و خانواده محترمتان را از درگاه حضرت دوست مسألت می‌نمایم.

دکتر احسان ریخته‌گر

معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان



## پیشگیری از حوادث ترافیکی در نوروز



استعمال  
دخانیات

● حوادث ترافیکی با خستگی رانندگان ارتباط مستقیم دارد هرگز هنگام خستگی و خواب آلودگی رانندگی نکنید.

● مصرف برخی داروها و نیز نوشیدنی های الکلی منجر به آلودگی و کاهش دقت راننده و عامل حوادث ترافیکی می گردد.



حواس پرتی و  
صحبت با سرنشینان

● بستن کمر بند ایمنی تاثیر بسیاری در امنیت سرنشینان خودرو دارد پس تا همه ی سرنشینان خودرو کمر بند ایمنی را نیستند، حرکت نکنید.

● استفاده از صندلی مخصوص کودک در خودرو میزان مرگ و مصدومیت کودک دلبندتان را کاهش می دهد.



خوردن و  
آشامیدن

● استفاده از تلفن همراه حین رانندگی، احتمال وقوع تصادف را تا ۴ برابر افزایش می دهد. هرگز هنگام رانندگی از تلفن همراه استفاده نکنید.

● افزایش سرعت رانندگی و نیز رانندگی در شب احتمال ترافیکی را افزایش می دهد.



عدم رعایت  
فاصله ایمنی

● سرنشینان خودرو، حواسشان به راننده باشد، هر چند وقت یکبار به صورتش نگاه کنند، با او صحبت کنند و از خواب آلود نبودن او مطمئن شوند.



خستگی و  
خواب آلودگی

● کنترل خودرو در فواصل زمانی مناسب مانند نظارت بر لاستیک ها، ترمز ها، چراغ ها فراموش نشود.



سرعت غیرمجاز



نقص فنی  
خودرو



استفاده از  
تلفن همراه

۷۰ درصد از حوادث ترافیکی در ۳۰ کیلومتری جاده های برون شهری و نزدیک به شهرها اتفاق می افتد.



# نه به تصادف!

**در هوای بارانی چگونه رانندگی کنیم؟**

- کف کفستان را خشک کنید و بعد شروع به رانندگی کنید.
- تغییر قانون ۳ ثانیه به قانون ۵-۶ ثانیه (افزایش زمان رسیدن به نقطه هدف از ۳ ثانیه به ۶ ثانیه)
- سعی کنید تا فاصله زمانی ۱۲ تا ۱۵ ثانیه جلوتر از خودتان را ببینید و کارهایی که سایر رانندگان ممکن است انجام دهند را پیش بینی کنید.
- شیشه های خودرو را در زمان بارندگی تمیز و شفاف نگهدارید.
- در حالیکه چراغها روشن می باشد با سرعت مطمئن و آرام رانندگی نمائید.

**آیا می دانید: در بروز حوادث ترافیکی چهار عامل اصلی انسان، وسیله نقلیه، جاده و عوامل محیطی نقش دارند.**

از بین این عوامل، **علل انسانی** به عنوان یکی از مهمترین عوامل موجب بیشترین میزان تخلفات و تصادفات است. این عامل، با آموزش فرهنگسازی و ارتقای سواد سلامت در جهت اصلاح رفتارهای فردی و اجتماعی تا حدود زیادی قابل پیشگیری است.



یکی از فاکتورهای بسیار مهم و مغفول مانده در بررسی علت و عوامل تصادفات رانندگی، خشم در رانندگی است. خشم رانندگی یا خشم جاده‌ای (Road Rage) نوعی واکنش احساسی شدید است که هنگام رانندگی و در مواجهه با رفتارهای نادرست سایر رانندگان یا شرایط استرس‌زا رخ می‌دهد. این احساس می‌تواند شامل عصبانیت، پرخاشگری، و گاهی رفتارهای خطرناک باشد.

## دلایل خشم رانندگی

**ترافیک سنگین:** ماندن در صف‌های طولانی و حرکت کند.

**رفتارهای نادرست دیگران:** سبقت‌های غیرمجاز، عدم رعایت حق تقدم، تغییر مسیر ناگهانی.

**فشارهای روزمره:** مشکلات کاری، استرس‌های زندگی.

**عجله داشتن:** دیر رسیدن به مقصد یا کمبود زمان.

## عوارض و پیامدهای خشم رانندگی

● افزایش احتمال تصادف.

● بالا رفتن سطح استرس و فشار خون.

● آسیب به سلامت روان.

● مشکلات قانونی در صورت درگیری.

## راه‌های جلوگیری از خشم رانندگی

**مدیریت زمان:** زودتر از خانه خارج شوید تا تحت فشار زمان نباشید.

**تمرکز بر تنفس:** هنگام عصبانیت، چند نفس عمیق بکشید تا آرام شوید.

**گوش دادن به موسیقی آرام:** موسیقی ملایم یا پادکست‌های آرامش‌بخش می‌تواند استرس را کاهش دهد.

**دیدگاه مثبت:** رفتارهای نادرست دیگران را شخصی نکنید و فرض کنید شاید دلیل موجهی دارند.

**استراحت کافی:** خستگی می‌تواند تحمل شما را کم کند، پس خواب کافی داشته باشید.

**اجتناب از رقابت:** از مسابقه دادن یا پاسخ به رفتارهای تحریک‌آمیز پرهیز کنید.

**استفاده از تکنیک‌های آرامش‌بخش:** روش‌هایی مانند مدیتیشن یا تمرین ذهن آگاهی (Mindfulness) به

کنترل احساسات کمک می‌کنند.

## شیش دونگ برانید

آرامش و امنیت سفر در بهار قرآن و طبیعت



# نه\_به\_تصادف!  
پوش ملی ایمنی و سلامت سفر



## بهترین و مطمئن ترین توصیه ها برای سفر ایمن

## پیش از سفر

### توجه به وضعیت جاده و مقصد

- پیگیری شرایط جوی از طریق سایت هواشناسی و توجه به توصیه های هشدار
- رانندگی در شرایط وضعیت جوی مناسب و جاده

### ارزیابی وضعیت اتومبیل

- بررسی وضعیت روغن
- اتومبیل، عملکرد موتور و ...
- بررسی ترمزهای اتومبیل
- صندلی اتومبیل
- تهویه و بخاری



### وسيله گرمایشی مطمئن سفر

- لباس مناسب گرم
- آب آشامیدنی و مواد غذایی فاسد نشدنی

### همراه داشتن وسایل ایمنی

- جلیقه شبرنگ و تابلوی خطر
- زنجیر چرخ



بهترین و مطمئن ترین  
توصیه ها برای سفر ایمن

## درجاده



### در صورت ضرورت رانندگی با زنجیر چرخ:

- بستن زنجیر چرخ پیش از ورود به جاده کوهستانی
- بستن زنجیر چرخ حداقل برای دو لاستیک
- اطمینان از سالم بودن زنجیر چرخ و نحوه صحیح بستن آن

### رانندگی با سرعت مطمئن:

- رانندگی با سرعت مطمئن و مجاز
- رعایت فاصله با اتومبیل های دیگر
- خودداری از رفتار های مخاطره آمیز در جاده
- رانندگی در مسیر های برف رویی شده در جاده های کوهستانی
- همراه داشتن شارژر تلفن همراه و رادیو برای درخواست کمک یا اطلاع از وضعیت جاده ها

### در صورت مسدود بودن جاده:

- توقف در حاشیه جاده
- عدم توقف در حاشیه آزاد راه و بزرگراه و صرفا توقف خودرو در محل مشخص توقف خودرو
- کسب اطلاع از وضعیت جاده ها پیش از سفر و حین انتخاب مسیر







فرزندآوری و تشکیل خانواده از جنبه‌های مهم زندگی به شمار می‌آید، فرزند در خانواده ایرانی از اهمیت زیادی برخوردار است. فرزند در فرهنگ ایرانی شاخصی برای محک خانواده است؛ بطوریکه فرزند، زینت و آبروی خانواده، نماینده پدر و عصبای دست او بود؛ اگرچه با گذشت زمان بسیاری از خانواده موفق است. تغییر پیدا کرده، اما همچنان فرزندآوری نشانی از یک

**فرزندآوری پدیده فردی نیست که صرفاً انتخاب شخصی زوجین باشد. بلکه یک رویداد و اتفاق اجتماعی است که تحت تأثیر عوامل اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی و روانشناختی می‌باشد.**

**پیشگیری از فوتی‌های تصادفات  
یکی از عوامل موثر در حفظ جان جوانان  
و جوانی جمعیت است**



## مهمترین و عمده‌ترین تاثیر فرزندآوری، داشتن جامعه‌ای جوان و پویا برای کشور است

### نشاط در خانواده و جامعه

یکی از بزرگ‌ترین عوامل شادی آفرین برای والدین، اولین ملاقات آنها با فرزندان سالم خویش پس از تولد است. فرزندآوری سبب نشاط، سلامت روانی و انگیزه والدین می‌شود. فرزندان با رفتار، شوق و هیجانی که در کودکی و نوجوانی دارند به خانه، والدین و جامعه شادی می‌بخشند. خانواده‌هایی که صاحب فرزندند، بیش از خانواده‌های بدون فرزند از زندگی لذت برده و احساس خوشبختی بیشتری می‌کنند. زناشویی بدون فرزند، پژمردگی است و پس از آوردن فرزند، کانون زندگی به شکوفایی می‌رسد؛ و خانه به وسیله فرزند، پُر از خنده و نشاط می‌گردد. یکی از فواید مهم فرزندآوری، کاهش افسردگی و استرس در زندگی است. همانگونه که به دنیا آمدن فرزند سبب شادی والدین می‌شود، انگیزه، شور بزرگ کردن و حضور بچه‌ها همیشه همراه والدین خواهد بود.





### امید زندگی، تاثیر فرزندآوری بر خانواده

ورود فرزند به خانواده، گرمی و صمیمیت را وارد خانه می‌کند. با به دنیا آمدن فرزندان، امید و آرزو در والدین افزایش می‌یابد. والدین برای برآورده کردن نیازهای فرزندشان تلاش مستمر می‌کنند. آنها هر فعالیتی را به امید فرزندان و فراهم کردن آینده‌ای با کمترین نقص انجام می‌دهند. والدین معمولاً امید زندگی بالایی دارند و عمر طولانی تری دارند. اهمیت این موضوع زمانی بیشتر می‌شود که زن و شوهر به سنین پیری می‌رسند و محیط خانه به آشیانه‌ای ساکت و بی‌فروغ تبدیل می‌شود و به دلیل نداشتن فرزند، مجبورند در خانه سالمندان یا گوشه‌خانه‌های خاموش، عمر خود را در تنهایی و رنج سپری کنند.

### احساس علاقه مندی

با آغاز زندگی مشترک، وابستگی و علاقه هر دو طرف بیشتر می‌شود، اما وقتی زوجین صاحب فرزند می‌شوند احساس دوست داشتن و دوست داشته شدن در آنها با معنای متفاوت و جدیدی شکل می‌گیرد. ابراز علاقه دیگر هیچ قید و شرطی ندارد و والدین خالصانه ترین شکل محبتشان را ابراز می‌کنند.

### احساس ارزشمندی

با تولد فرزندان، احساس مفید و موثری به والدین القا می‌شود. اینکه والدین برای فرزندان خود کارهایی انجام می‌دهند تا نیازهایشان برطرف شود، احساس قدرت، ارزشمندی و مفید بودن به آنها می‌دهد.

### رشد شخصیت، تاثیر فرزندآوری بر خانواده

وجود فرزند و تربیت آنها در شخصیت والدین اثرگذار است. به ویژه والدینی که با مطالعه و آموزش به تربیت فرزندان خود می‌پردازند، با کسب اطلاعات بیشتر و درک موقعیت‌های متفاوت علاوه بر اینکه فرزندان خود را به درستی تربیت می‌کنند، شخصیت و افکار خودشان نیز تغییر می‌کند.





### پایداری خانواده

والدین با تولد فرزندان، تجربه‌های جدیدی به دست می‌آورند. وجود فرزندان فعالیت‌های گروهی والدین را افزایش می‌دهد. رشد و تربیت فرزندان نیاز به کمک والدین دارد و به تنهایی امکان‌پذیر نیست. اما نبود فرزند باعث تزلزل و ناپایداری در خانواده می‌شود.

### گسترش ارتباطات، تأثیر فرزندآوری بر خانواده و اجتماع

با تولد نخستین فرزند، روابط زن و شوهر گسترده‌تر می‌شود و رابطه بین مادر، فرزند و پدر شکل می‌گیرد. علاوه بر تغییر ارتباطات، روند زندگی نیز تغییر می‌یابد. فرزندان با حضور خود، به والدین هویت اجتماعی جدیدی می‌دهند. فرزندان به پدر و مادر خود اعتبار می‌بخشند و آنها را از تنهایی و بی‌ثباتی نجات می‌دهند. والدین از طریق مهد کودک، مدرسه، مراکز تفریحی سالم و محیط همسایگی، آشنایان بیشتری پیدا می‌کنند و کودکان بهانه‌ای تازه برای شروع ارتباط مفید و سالم با جامعه در دهه سوم به بعد زندگی می‌شوند. فرزندان با اصول اجتماعی شدن، شایستگی و صلاحیت والدین را افزایش و آنها را به خودکفایی می‌رسانند. فرزندان به والدین شخصیت تازه‌ای می‌بخشند و بر اعمال نفوذ والدین نیز می‌افزایند. به طور کلی فرزندآوری موجب ارتقا منزلت اجتماعی والدین می‌شود.

### تنوع در خانواده

یکی از مهم‌ترین عوامل پایداری خانواده‌ها، تنوع است. در خانواده‌هایی که تنوع وجود ندارد و همه چیز تکراری است، مشکلات بیشتری مانند: **یکنواختی، ملال، تضعیف روابط و سرخوردگی نیز مشاهده می‌شود.**



فرزند جدید در خانواده فرصت بیشتری برای تعامل و نزدیکی می‌دهد. رشد کودکان، نحوه صحبت آنها و مدل رفتارشان، به خانواده شور و شوق می‌دهد. والدین با مشاهده هر فرزند تجربه‌های جدیدی کسب خواهند کرد که به زندگی آنها تنوع خواهد بخشید. صاحب فرزند شدن یک تصمیم نیست و فرایندی است که در مسیر زندگی تکمیل شده و در زندگی مشترک با هدف والای انسانی به سرانجام مثبت خواهد رسید.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان آذربایجان شرقی  
سازمان پزشکی و سوانح پزشکی  
سازمان بهداشت

## پوشش ملی ایمنی و سلامت سفر

۱ اسفند ۱۴۰۳ تا ۲۰ فروردین ۱۴۰۴



### برنامه کشیک نوروزی مراکز معین در سال ۱۴۰۴

شماره تماس	آدرس مرکز معین	نام مرکز معین	شهرستان
۰۴۴۳۲۴۱۱۳۶۸	ارومیه روستای دیزج دول	دیزج دول	ارومیه
۰۴۴۳۲۵۶۳۵۳۴	ارومیه روستای قولنجی	قولنجی	
۰۴۴۳۲۵۶۵۶۲۶	ارومیه روستای مرگور	مرگور	
۰۴۴۵۸۳۳۲۸۰۱	ارومیه روستای موانا	موانا	
۰۴۴۳۳۴۴۷۵۰۰	ارومیه خ کاشانی مرکز شماره شش	ولایت	
۰۴۴۳۲۵۷۲۳۳۲	ارومیه روستای بالانج	بالانج	
۰۴۴۳۲۳۸۸۰۱۰	ارومیه شهر گلمان	چی چست	
۰۴۴۴۲۰۶۷۷	اشنویه بیمارستان اشنویه	بیمارستان اشنویه	اشنویه
۴۴۴۵۴۶۱۹۸	میاندوآب، جاده شاهین دژ، سه راهی باروق، کیلومتر ۱۵، شهرستان باروق، مرکز خدمات جامع شبانه روزی باروق	میاندوآب، جاده شاهین دژ، سه راهی باروق	باروق
۰۴۴۴۲۳۰۷۰۱	بوکان، انتهای بلوار شهدا	بیمارستان شهید دکتر قلی پور	بوکان
۰۴۴۳۲۴۸۵۰۱۲	پلدشت، بیمارستان پلدشت	بیمارستان پلدشت	پلدشت
۰۴۴۴۲۴۱۷۱۶۲	پیرانشهر، خیابان بزشک، جنب کمیته امداد، مرکز خدمات جامع شهری روستایی شماره یک	مرکز خدمات جامع سلامت شهری یک و بیمارستان	پیرانشهر
۰۴۴۵۳۰۵۴۶۹	تکاب، خیابان انقلاب، روبروی بیمارستان شهدا، مرکز خدمات جامع سلامت شماره یک تکاب	شماره یک (شهید بحر)	تکاب
۰۴۴۳۲۴۶۸۱۸	شهر چالدران بیمارستان چالدران	بیمارستان	چالدران
۰۴۴۳۶۷۲۵۵۵۲	شهر چابپاره بیمارستان چابپاره	بیمارستان	چابپاره
۰۴۴۵۲۳۲۴۳۳	چهاربرج، کیلومتر ۸، جاده میاندوآب تبریز، روبروی ایست بازرسی، جاده شهرستان چهار برج، شهر چهار برج	مرکز خدمات جامع سلامت چهاربرج	چهاربرج
۰۴۴۴۳۳۵۵۹۳	سردشت، خیابان امام، جنب درمانگاه تخصصی فجر،	شهدا	سردشت
۰۴۴۴۳۶۲۲۲۶۶	سردشت شهر نلاس	ریط	
۰۴۴۴۳۴۲۱۲	سردشت شهر ریط	نلاس	
۰۴۴۵۲۲۸۸۸۵	سلماس - خیابان امام رضا - بیمارستان خاتم الانبیا	بیمارستان خاتم الانبیا	سلماس
۰۴۴۵۲۶۲۲۲۷	شهر تازه شهر	تازه شهر	شاهیندژ
۰۴۴۴۳۳۲۱۳۱	شاهین دژ - خیابان شهید دستغیب	بیمارستان شهید رانی	
۰۴۴۳۲۷۷۴۹۲	شهر شوط بیمارستان شوط	بیمارستان شوط	شوط
۰۴۴۳۲۴۴۲۰۶	ماکو، بیمارستان فجر ماکو	بیمارستان فجر ماکو	ماکو
۰۴۴۲۴۴۶۱۶۶	مهاباد بیمارستان مهاباد	بیمارستان مهاباد	مهاباد
۰۴۴۵۲۲۵۵۴۱	میاندوآب روستای للکلو	للکلو	میاندوآب
۰۴۴۵۵۵۳۴۰۰	میاندوآب شهر بکتاش مرکز بکتاش	بکتاش	
۰۴۴۵۲۲۲۶۶۱	میاندوآب خیابان پاسداران بعد از فلکه شهرداری مرکز پاسداران	پاسداران	
۰۴۴۳۵۶۶۱۸۲۵	نقده، خیابان دانشگاه	بیمارستان امام خمینی(ره)	
۰۴۴۳۵۶۷۰۴۸۴	نقده خیابان ۲۰ متری باگری - جنب فضای سبز - مرکز خدمات جامع سلامت (شفا سینا)	مرکز خدمات جامع سلامت شفا	نقده





## برنامه کشیک نوروزی مراکز جامع سلامت شبانه روزی در سال ۱۴۰۴

نام شهرستان	نام مرکز شبانه‌روزی	آدرس مرکز شبانه‌روزی	شماره تماس
ارومیه	مرکز شبانه‌روزی زیوه	ارومیه، بخش سیلوانا کیلومتر ۶۰ جاده ارومیه دیزج مرگور روستای زیوه، مرکز خدمات جامع سلامت روستایی زیوه	۰۴۴۳۲۵۲۱۹۰۳ ۰۴۴۳۲۵۲۱۰۳۱
	مرکز شبانه‌روزی قوشچی	ارومیه، بخش انزل کیلومتر ۵۵ جاده ارومیه، سلماس شهر قوشچی-مرکز خدمات جامع سلامت شهری روستایی قوشچی	۰۴۴۳۳۳۳۳۰۷۴
	مرکز شبانه‌روزی نازلو	ارومیه، کیلومتر ۱۵ جاده سرو روستای نازلو - مرکز خدمات جامع سلامت روستایی نازلو	۰۴۴۳۲۵۷۴۶۷۲
	مرکز شبانه‌روزی نوشین	ارومیه، کیلومتر ۲۵ جاده ارومیه، سلماس - شهر نوشین شهر- خیابان سلامت-مرکز خدمات جامع شهری روستایی نوشین شهر	۰۴۴۳۲۷۳۲۵۸۹
	مرکز خدمات جامع سلامت گنگچین	ارومیه، بخش سوما ی برادوست، کیلومتر ۵۰ جاده ارومیه، سرو، روستای گنگچین، مرکز خدمات جامع سلامت گنگچین	۰۴۴۳۲۴۵۴۳۴
باروق	مرکز خدمات جامع شبانه‌روزی باروق	میاندوآب، جاده شاهین دژ، سه راهی باروق، کیلومتر ۱۵، شهرستان باروق، مرکز خدمات جامع شبانه‌روزی باروق	۰۴۴۴۵۵۴۶۱۹۸
یوکان	مرکز سیمینه	یوکان شهر سیمینه مرکز سیمینه	۰۴۴۴۶۶۴۶۶۹۶
پیرانشهر	گردکشانه	پیرانشهر شهر گردکشانه مرکز گردکشانه	۰۴۴۴۴۳۸۱۲۰۴
چالدران	مرکز آواجیق	چالدران شهر آواجیق مرکز شبانه‌روزی آواجیق	۰۴۴۴۳۳۳۳۹۱۱
چهاربج	مرکز شبانه‌روزی چهاربج	چهاربج، کیلومتر ۵ جاده میاندوآب تبریز، رویروی ایست بازرسی، جاده شهرستان چهار بروج	۰۴۴۴۵۳۲۲۴۴۳
سردشت	مرکز شبانه‌روزی میرآباد سردشت	سردشت، کیلومتر ۴۵ جاده سردشت پیرانشهر شهر میرآباد	۰۴۴۴۴۴۵۲۲۷۵
شاهیندژ	مرکز شبانه‌روزی کشاورز	شاهیندژ، کیلومتر ۲۰ شاهین دژ، میاندوآب، شهر کشاورز، میدان امام حسین خیابان قلعه سرا	۰۴۴۴۶۳۳۳۶۷۰
شوط	مرکز گنلر	شوط شهر مرکز گنلر مرکز گنلر	۰۴۴۴۴۴۵۳۷۳۷
ماکو	مرکز شبانه‌روزی بازگان	ماکو، شهر بازگان، خیابان امام، خیابان شهید بهشتی	۰۴۴۴۴۳۷۵۹۵۰
مهاباد	مرکز شبانه‌روزی گوگ تپه	مهاباد، کیلومتر ۱۵ مهاباد میاندوآب، شهر گوگ تپه	۰۴۴۴۲۲۲۲۳۵۵
	مرکز خلیفان	مهاباد شهر خلیفان مرکز خلیفان	۰۴۴۴۲۲۴۴۶۸۸
نقده	مرکز شبانه‌روزی محمدیار	نقده، کیلومتر ۸۵ جاده ارومیه مهاباد، سه‌راهی محمدیار، بطرف شهر محمدیار، خیابان شهید بهشتی خیابان فرعی نیکخواه	۰۴۴۴۳۴۲۲۹۹۹





**# بده\_به\_تصادف!**  
پرویش ملی ایمنی و سلامت سفر



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان آذربایجان غربی  
سازمان ملی نظارت و تصادف  
معاونت بهداشت

# در صورت مشاهده هر گونه تخلف بهداشتی در عرضه مواد غذایی و امکان عمومی با سامانه تلفنی ۱۹۰ تماس بگیرید



روزهای آرزو  
روزهای آرزو

سامانه پاسخگویی  
۲۴ ساعته به  
شکایت بهداشتی

**۱۹۰**



نوروز را بارانندگی ایمن  
خاطره ساز کنیم



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان آذربایجان غربی  
سازپویش ملی نزهتصادف

<https://webda.umsu.ac.ir>  
<https://phc.umsu.ac.ir>