

# The Safe Migration Project

## شروع دبیرستان

با رعایت این نکات مهم، از ایمنی فرزندان در مسیر رفت و آمد به دبیرستان اطمینان حاصل کنید

### تشویق به پیاده‌روی ایمن

پیاده‌روی روشی عالی برای رفت‌وآمد فعال به مدرسه است، زیرا به بهبود سلامتی کمک می‌کند و برای محیط‌زیست نیز مفیدتر است. اگر فرزندان پیاده به مدرسه می‌روند:

- او را تشویق کنید که مواردی که حواسش را پرت می‌کند را کنار بگذارد، مانند استفاده از تلفن همراه، به‌ویژه هنگام عبور از خیابان.
- به او یادآوری کنید که همیشه از مسیر گذرگاه‌های عابر پیاده، چراغ‌های مخصوص عابران، پناهگاه‌های عابر پیاده و نقاطی که رانندگان دید کافی دارند عبور کند.

### استفاده هوشمندانه از حمل‌ونقل عمومی

رفتن به دبیرستان اغلب شامل استفاده از وسایل حمل‌ونقل عمومی است. برای انجام ایمن تر این کار:

- پیش از آغاز سال تحصیلی، استفاده از وسایل حمل‌ونقل عمومی را با فرزندان برنامه‌ریزی و تمرین کنید.
- هنگام انتظار برای قطار، اتوبوس یا تراموا، به فرزندان پیام‌دهی که پشت خط زرد در سکوی قطار بایستد و در ایستگاه‌های اتوبوس و تراموا از لبه خیابان فاصله بگیرد.
- به فرزندان یادآوری کنید که هنگام پیاده شدن از اتوبوس یا تراموا، همیشه از در نزدیک تر به پیاده رو استفاده کند - هرگز از پشت اتوبوس یا تراموا برای عبور از خیابان استفاده نکند.

### با سرعت کمتری رانندگی کنید

کودکان و نوجوانان همیشه متوجه خطرات موجود در جاده نمی‌شوند. این بدان معناست که کودکان در جاده‌ها و اطراف آن‌ها در معرض خطر بسیار بیشتری قرار دارند.

- برای محافظت از کودکان و نوجوانان، هنگام رانندگی در اطراف مدارس با احتیاط بیشتری رانندگی کنید و سرعت را کاهش دهید.
- رانندگی با سرعتی کمتر از سرعت مجاز تعیین‌شده، به ایمن‌تر شدن محیط مدرسه و اطراف آن کمک می‌کند.

### مسیر ایمن را برنامه‌ریزی کنید

چه فرزندان پیاده به مدرسه بروند یا با دوچرخه، مهم است که:

- زمانی را صرف برنامه‌ریزی یک مسیر ایمن با او کنید - **سریع‌ترین مسیر لزوماً ایمن‌ترین مسیر نیست.**
- پیش از آغاز سال تحصیلی، یک بار با هم مسیر را طی کنید تا با آن آشنا شوید و از ایمن بودن آن اطمینان حاصل نمایید.
- فرزندان را در برنامه‌ریزی مسیر مدرسه همراهی کنید تا از خطرات احتمالی مانند خیابان‌های شلوغ و با سرعت عبور بالا یا تقاطع‌های پیچیده پرهیز شود.
- برای عبور از خیابان‌ها و جاده‌هایی با محدودیت سرعت کمتر برنامه‌ریزی کنید (ترجیحاً با محدودیت سرعت ۴۰ کیلومتر در ساعت یا کمتر)

### اگر فرزندان را با ماشین به مدرسه می‌برید، با احتیاط برانید و پارک کنید

اگر فرزندان را با ماشین به مدرسه می‌برید، مهم است که:

- اطمینان حاصل کنید که تمام سرنشینان کمربند ایمنی بسته‌اند یا از صندلی کودک یا صندلی بوستر استفاده می‌کنند تا ایمن بمانند و قانون رعایت شود.
- هنگام پیاده یا سوار کردن کودک، از محدوده تعیین‌شده استفاده کنید و به‌صورت ایمن پارک کنید. اگر امکان دارد، کمی دورتر از در مدرسه پارک کنید تا از ازدحام و خطرات احتمالی بکاهید.

### منابع تکمیلی:

برای دریافت کمک به هر زبانی، با خدمات ترجمه شفاهی و کتبی (TIS National) به شماره 131450 تماس بگیرید و درخواست مترجم کنید.

#### نکات ایمنی در حمل و نقل عمومی

[www.ptv.vic.gov.au/more/travelling-on-the-network/travelling-safely](http://www.ptv.vic.gov.au/more/travelling-on-the-network/travelling-safely)

#### ایمنی دوچرخه‌سواران

[www.transport.vic.gov.au/road-rules-and-safety/bicycles/cycling-with-children](http://www.transport.vic.gov.au/road-rules-and-safety/bicycles/cycling-with-children)

#### قوانین جاده‌ای مربوط به اسکوتر برقی

<https://www.tac.vic.gov.au/road-safety/road-users/e-scooters>

#### برنامه آموزش دوچرخه‌سواری به مدارس

[www.roadsafetyeducation.vic.gov.au/educational-resources/programs/bike-ed-new](http://www.roadsafetyeducation.vic.gov.au/educational-resources/programs/bike-ed-new)

#### آموزش ایمنی جاده در ویکتوریا

[www.roadsafetyeducation.vic.gov.au](http://www.roadsafetyeducation.vic.gov.au)



### تشویق به دوچرخه‌سواری ایمن

دوچرخه‌سواری نیز گزینه‌ای عالی برای رفت و آمد فعال به مدرسه است. برای کمک به ایمنی دوچرخه‌سواری فرزندان:

- به او در برنامه‌ریزی امن‌ترین مسیر کمک کنید و در صورت امکان، مسیرهایی با خطوط مخصوص دوچرخه یا مسیرهای مشترک با عابران را در اولویت قرار دهید.
  - اگر مسیرهای دوچرخه‌سواری یا مشترک در دسترس نیستند و فرزندان مشکلی ندارد، از خیابان‌های کم‌ترافیک با زیرساخت ویژه دوچرخه‌سواران استفاده کنید.
  - دوچرخه باید به زنگ، ترمز مؤثر و شبتاب در قسمت عقب مجهز باشد.
  - اطمینان حاصل کنید که فرزندان می‌دانند هنگام دوچرخه‌سواری باید کلاه ایمنی به سر داشته باشند – **کلاه ایمنی می‌تواند خطر آسیب به سر را تا ۷۴٪ کاهش دهد!**
  - کلاه ایمنی باید با استانداردهای استرالیا مطابقت داشته باشد و به‌درستی بسته شود تا حفاظت کافی را فراهم کند.
- همچنین مهم است فرزندان بدانند که:
- طبق قانون، هنگام دوچرخه‌سواری باید کلاه ایمنی به سر داشته و بسته شود – **در غیر این صورت، جریمه‌ای به مبلغ ۲۵۴ دلار اعمال می‌شود.**
  - برای کودکان زیر ۱۶ سال در ویکتوریا، استفاده از اسکوتر برقی خطرناک و غیرقانونی است – **در صورت تخلف، جریمه‌ای به مبلغ ۳۰۵ دلار اعمال می‌شود.**
  - قوانین بسیاری درباره نحوه و زمان استفاده از اسکوترهای برقی وجود دارد، و نقض آن‌ها می‌تواند منجر به جریمه‌های سنگین شود.

1 Bambach, M. R., Mitchell, R. J., Grzebieta, R. H., Olivier, J. The effectiveness of helmets in bicycle collisions with motor vehicles: A case-control study. Accident Analysis and Prevention, Issue 53, 2013.