The Safe Migration Project
ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇਨ੍ਹਾਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੁਝਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਤੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਯਾਤਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਹੌਲੀ ਹੋ ਜਾਓ

ਸੜਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਕਿਸ਼ੋਰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੜਕਾਂ ਉਪਰ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

- ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਸਕੂਲ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਵਾਲੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਹੌਲੀ ਰਹੋ ਅਤੇ ਵਾਧੂ ਧਿਆਨ ਦਿਓ।
- ਲਿਖੀ ਹੋਈ ਗਤੀ ਸੀਮਾ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣਾ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸਭ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਸਤੇ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ

ਪੈਦਲ ਚੱਲਣਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਸਵਾਰੀ ਕਰਕੇ ਸਕੂਲ ਜਾਣਾ ਹੋਵੇ, ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ:

- ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਸਤੇ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਓ - **ਸਭ ਤੋਂ ਤੇਜ਼ ਰਸਤਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਸਭ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਵੇ**
- ਸਕੂਲੀ ਸਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਕੇ ਇਸ ਰਸਤੇ ਉਪਰ ਯਾਤਰਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਇਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੰਭਾਵੀ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਕੂਲ ਜਾਂਦੇ ਸਮੇਂ ਭੀੜ-ਭੜੱਕੇ ਵਾਲੀਆਂ, ਤੇਜ਼ ਰਫ਼ਤਾਰ ਸੜਕਾਂ ਅਤੇ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਚੌਰਾਹੇ
- ਘੱਟ ਰਫ਼ਤਾਰ ਦੀ ਸੀਮਾ (ਆਦਰਸ਼ਕ ਤੌਰ 'ਤੇ 40 ਕਿਲੋਮੀਟਰ/ਘੰਟਾ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ) ਵਾਲੀਆਂ ਗਲੀਆਂ ਅਤੇ ਸੜਕਾਂ ਉਪਰ ਯਾਤਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ।

ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਤੁਰਨ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ

ਪੈਦਲ ਚੱਲਣਾ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਲਈ ਸਰਗਰਮ ਯਾਤਰਾ ਦਾ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਰੂਪ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਲਈ ਬਿਹਤਰ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਰ ਕੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ:

- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਭਟਕਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੋਬਾਈਲ ਫ਼ੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਸੜਕਾਂ ਪਾਰ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਪੈਦਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਾਂਘਿਆਂ, ਪੈਦਲ ਯਾਤਰੀਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਬੱਤੀਆਂ, ਪੈਦਲ ਯਾਤਰੀਆਂ ਦੇ ਰੁਕਣ ਵਾਲੇ ਥੜ੍ਹਿਆਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਪਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਯਾਦ ਦਿਵਾਓ ਜਿੱਥੇ ਡਰਾਈਵਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੇਖ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਦੀ ਵਧੀਆ ਵਰਤੋਂ

ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਅਕਸਰ ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ:

- ਸਕੂਲੀ ਸਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਅਭਿਆਸ ਕਰੋ
- ਰੇਲ ਗੱਡੀਆਂ, ਬੱਸਾਂ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਮਾਂ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ, ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਰੇਲਵੇ ਪਲੇਟਫਾਰਮਾਂ 'ਤੇ ਪੀਲੀ ਲਾਈਨ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਅਤੇ ਬੱਸ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਮ ਦੇ ਅੱਡਿਆਂ 'ਤੇ ਸੜਕਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬੱਸਾਂ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਮਾਂ ਤੋਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਫੁੱਟਪਾਥ 'ਤੇ ਉਤਰਣ ਲਈ ਯਾਦ ਦਿਵਾਓ - ਕਦੇ ਵੀ ਬੱਸ ਜਾਂ ਟ੍ਰਾਮ ਦੇ ਪਿੱਛੋਂ ਸੜਕ ਪਾਰ ਨਾ ਕਰੋ।

TAC

ROAD SAFETY EDUCATION VICTORIA

The Safe Migration Project
ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ

ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ

ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਲਈ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣਾ ਯਾਤਰਾ ਦਾ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਸਰਗਰਮ ਵਿਕਲਪ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ:

- ਸਭ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਸਤੇ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ, ਜਿੱਥੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਸਾਈਕਲ ਅਤੇ ਸਾਂਝੇ-ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੇ ਰਸਤਿਆਂ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੋ
- ਜਦੋਂ ਸਾਈਕਲ ਅਤੇ ਸਾਂਝੇ-ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੇ ਰਸਤੇ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਸਮਰਪਿਤ ਸਾਈਕਲ ਲੇਨਾਂ ਅਤੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਢਾਂਚੇ ਵਾਲੀਆਂ ਘੱਟ ਰਫ਼ਤਾਰ ਵਾਲੀਆਂ ਸੜਕਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੋ
- ਸਾਈਕਲ ਉਪਰ ਘੰਟੀ, ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਬਰੇਕ ਅਤੇ ਪਿਛਲਾ ਰਿਫਲੈਕਟਰ ਲੱਗਾ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਜਾਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਸਵਾਰੀ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਹੈਲਮੇਟ ਪਹਿਨਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ - **ਹੈਲਮੇਟ ਸਿਰ ਦੀ ਸੱਟ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਨੂੰ 74% ਤੱਕ ਘਟਾ ਸਕਦਾ ਹੈ**[1]
- ਹੈਲਮੇਟਾਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦੇ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਚਿਤ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪੂਰੇ ਆਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਜਾਣਦਾ ਹੋਵੇ:

- ਕਾਨੂੰਨ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਹੈਲਮੇਟ ਪਹਿਨਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ (ਅਤੇ ਬੰਨ੍ਹਿਆ ਹੋਵੇ) - **ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਸਫ਼ਲ ਰਹਿਣ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ $261 ਦਾ ਜੁਰਮਾਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ**
- ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਵਿਚ 16 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਈ-ਸਕੂਟਰ ਚਲਾਉਣਾ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਅਤੇ ਗ਼ੈਰਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ - **ਜੇ ਉਹ ਅਜਿਹਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ $314 ਦਾ ਜੁਰਮਾਨਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ**
- ਈ-ਸਕੂਟਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਦੋਂ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਣ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨ ਹਨ, ਅਤੇ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਤੋੜਨ ਨਾਲ ਭਾਰੀ ਜੁਰਮਾਨਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

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.

ਜੇ ਗੱਡੀ ਚਲਾ ਕੇ ਸਕੂਲ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਗੱਡੀ ਚਲਾਓ ਅਤੇ ਖੜ੍ਹੀ ਕਰੋ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਗੱਡੀ 'ਤੇ ਸਕੂਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ:

- ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਸਾਰੇ ਯਾਤਰੀ ਸੀਟਬੈਲਟ ਪਹਿਨਣ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪੇਟੀ ਵਾਲੀ ਸੀਟ ਜਾਂ ਬੂਸਟਰ ਸੀਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ
- ਛੱਡਣ ਅਤੇ ਚੁੱਕਣ ਵੇਲੇ ਉਤਾਰਣ ਵਾਲੇ ਜ਼ੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਗੱਡੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਖੜ੍ਹੀ ਕਰੋ। ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਭੀੜ ਅਤੇ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਗੱਡੀ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਦੇ ਗੇਟ ਤੋਂ ਥੋੜ੍ਹਾ ਦੂਰ ਖੜ੍ਹੀ ਕਰੋ।

ਵਾਧੂ ਸਰੋਤ

ਕਿਸੇ ਵੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਵਾਸਤੇ, ਅਨੁਵਾਦ ਅਤੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾ (TIS National) ਨੂੰ 131 450 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰੋ

ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਲਈ ਸੁਝਾਅ:
www.ptv.vic.gov.au/more/travelling-on-the-network/travelling-safely/

ਸਾਈਕਲ ਸਵਾਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ:
www.transport.vic.gov.au/road-rules-and-safety/bicycles/cycling-with-children

ਈ-ਸਕੂਟਰ ਲਈ ਸੜਕੀ ਨਿਯਮ:
https://www.tac.vic.gov.au/road-safety/road-users/e-scooters

ਸਕੂਲਾਂ ਲਈ ਸਾਈਕਲ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ:
www.roadsafetyeducation.vic.gov.au/educational-resources/programs/bike-ed-new

ਸੜਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਕਟੋਰੀਆ:
www.roadsafetyeducation.vic.gov.au

TAC

ROAD SAFETY EDUCATION VICTORIA