

The Safe Migration Project

شروع مدرسه ابتدایی

با رعایت این نکات مهم، مسیر فرزندان به مدرسه ابتدایی را ایمن کنید.

هنگام پیاده‌روی نزدیک کودکان بمانید

کودکان در اوایل دوره ابتدایی مهارت‌های جسمانی یا درک کافی برای رفت‌وآمد ایمن بدون نظارت فعال بزرگسالان را ندارند. برای حفظ ایمنی:

- هنگام پیاده‌روی یا استفاده از اسکوتر در مسیر مدرسه نزدیک کودکان باشید.
- همیشه هنگام نزدیک بودن به ترافیک و هنگام عبور از خیابان دست آن‌ها را بگیرید.
- هنگام عبور از خیابان الگوی «توقف کن، نگاه کن، گوش کن، فکر کن» را به آن‌ها آموزش دهید.

با ایمنی دوچرخه‌سواری و اسکوترسواری کنید

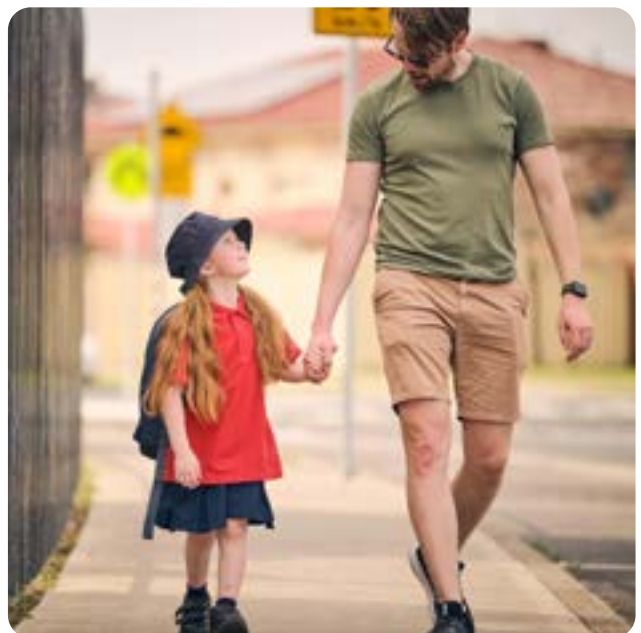
اگر تصمیم دارید فرزندان با اسکوتر یا دوچرخه به مدرسه بروند:

- مطمئن شوید که می‌توانید بر او نظارت فعال داشته باشید.
- کلاه ایمنی بپوشد- این یک الزام قانونی برای کودکان و بزرگسالان است که هنگام دوچرخه‌سواری و اسکوترسواری باید از کلاه ایمنی استفاده کنند
- کلاه ایمنی باید مطابق استانداردهای استرالیا باشد و به‌درستی روی سر قرار گیرد تا حفاظت مناسب را فراهم کند - **کلاه ایمنی می‌تواند خطر آسیب سر را تا ۷۴٪ کاهش دهد.**
- هنگام دوچرخه‌سواری، مطمئن شوید که دوچرخه دارای زنگ، ترمز مؤثر و شب تاب در قسمت عقب باشد.
- مسیر ایمن‌تری را برنامه‌ریزی و انتخاب کنید؛ از پیاده‌روهای کنار خیابان‌های کم‌ترافیک و مسیرهای دوچرخه یا مسیرهای مشترک (در صورت وجود) استفاده کنید.
- اگر فرزندان ۱۲ ساله یا کوچک‌تر است، می‌توانید همراه او در پیاده‌رو دوچرخه‌سواری کنید.

سعی کنید فرزندان پیاده، با دوچرخه یا اسکوتر به مدرسه بروند و ایمن‌ترین راه را برای مسیر برنامه‌ریزی کنید.

پیاده‌روی، دوچرخه‌سواری یا استفاده از اسکوتر روش‌های سالم و سازگار با محیط‌زیست برای رفت‌وآمد به مدرسه هستند که می‌توانند فعالیت‌های اجتماعی و لذت‌بخش نیز باشند. برای انجام ایمن تر این کار:

- مسیر ایمن را در نظر بگیرید - **سریع‌ترین مسیر همیشه ایمن‌ترین مسیر نیست.**
- خیابان‌هایی با محدودیت سرعت پایین (ترجیحاً ۴۰ کیلومتر در ساعت یا کمتر) را انتخاب کنید.
- سعی کنید از جاده‌های شلوغ یا تقاطع‌های پیچیده اجتناب کنید.
- برای عبور از خیابان نقاط امن را انتخاب کنید، مانند خطوط عابر پیاده، چراغ‌های راهنمایی، پناه میانی عابر و مکان‌هایی که رانندگان دید خوبی دارند.



The Safe Migration Project

شروع مدرسه ابتدایی

تست پنج مرحله‌ای

فقط زمانی که کودک شما در هر پنج مرحله‌ی زیر موفق شود، می‌تواند به‌جای صندلی کودک یا بوستر از کمربند ایمنی بزرگسالان در خودرو استفاده کند:



- پشت کودک کاملاً به پشتی صندلی خودرو چسبیده باشد.
- زانوها به لبه صندلی برسند و خم شوند.
- کمربند پایین باید روی ران‌ها بسته شود، نه روی شکم
- کمربند شانه ای باید بین گردن و شانه قرار داشته باشد
- به‌درستی روی صندلی بنشینند و بتوانند در تمام طول مسیر همان‌طور بنشینند.

در انتخاب محل پارک دقت کنید

تا حد امکان، کمی دورتر از ساختمان مدرسه پارک کرده و تا در مدرسه پیاده‌روی کنید تا از شلوغی اطراف مدرسه کاسته شود و ایمنی ورودی‌های مدرسه افزایش یابد.

در صورت نیاز به پارک نزدیک مدرسه، از مناطق تعیین‌شده برای توقف استفاده کنید و همواره قوانین پارک را رعایت نمایید.

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.

صندلی ایمنی کودک در خودرو:

www.carseatssavelives.com.au/

دوچرخه‌سواری با کودکان و کلاه ایمنی دوچرخه:

www.transport.vic.gov.au/road-rules-and-safety/bicycles/cycling-with-children

آموزش ایمنی جاده در ویکتوریا

www.roadsafetyeducation.vic.gov.au

از ایمن بودن فرزندان به عنوان مسافر خودرو اطمینان حاصل کنید

اگر فرزندان را با خودرو به مدرسه می‌رسانید، رعایت موارد زیر بسیار مهم است:

- تمام کودکان باید در صندلی‌های عقب بنشینند و از صندلی ایمنی یا صندلی بوستر مناسب با اندازه‌ی بدنشان استفاده کنند.
- کودکان باید تا زمانی که آزمون پنج مرحله‌ای (که در بالا نشان داده شده است) را با موفقیت پشت سر نگذارند، همچنان از صندلی بوستر استفاده کنند (که معمولاً بین ۱۰ تا ۱۲ سالگی است).
- استفاده از بوسترهایی که پشتی ندارند ممنوع است، زیرا در صورت تصادف هیچ‌گونه محافظتی از سر یا پهلو ایجاد نمی‌کنند و غیرقانونی هستند
- کودک باید همیشه از ایمن‌ترین درب خودرو برای سوار و پیاده شدن استفاده کند - یعنی در عقب سمت مسافر و دور از ترافیک.

با سرعت کمتری رانندگی کنید

کودکان خردسال به‌راحتی حواسشان پرت می‌شود و ممکن است در مسیر رفتاری غیرقابل‌پیش‌بینی داشته باشند. به دلیل جثه‌ی کوچکشان، ممکن است به‌راحتی از دید رانندگان پنهان بمانند. این بدان معناست که کودکان در جاده‌ها و اطراف آن‌ها در معرض خطر بسیار بیشتری قرار دارند.

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

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