The Safe Migration Project

ការចាប់ផ្តើមចូលរៀននៅសាលាបឋមសិក្សា

ធ្វើឱ្យដំណើរចូលរៀននៅសាលាបឋមសិក្សារបស់កូនអ្នកប្រកបដោយសុវត្ថិភាព ជាមួយនឹងដំបូន្មានសំខាន់ៗទាំងនេះ។

ព្យាយាមដើរ ជិះ ឬជិះកង់រុញ (scooter) ទៅសាលារៀន និងរៀបចំផែនការធ្វើដំណើរតាមផ្លូវដែលមានសុវត្ថិភាពបំផុត

ការដើរ ការជិះកង់ ឬការជិះកង់រុញ (scooter) ជាមធ្យោបាយធ្វើដំណើរដែលមានសុខភាពល្អ និងជួយដល់បរិស្ថាន ហើយក៏អាចឱ្យកុមារមានភាពរីករាយ និងមានពេលជជែកគ្នាលេងផងដែរ។ ដើម្បីធ្វើដូច្នេះដោយសុវត្ថិភាព៖

- ត្រូវគិតពីផ្លូវដែលមានសុវត្ថិភាពបំផុត - **វាអាចមិនតែងតែជាផ្លូវលឿនបំផុតនោះទេ**
- ជ្រើសរើសផ្លូវថ្នល់ដែលមានល្បឿនកំណត់ទាប (យកល្អល្បឿនកំណត់ត្រឹម 40 គីឡូម៉ែត្រក្នុងមួយម៉ោង ឬតិចជាងនេះ)។
- រៀបចំផែនការជៀសវាងផ្លូវថ្នល់ដែលមមាញឹក ឬផ្លូវប្រសព្វខ្វាត់ខ្វែងច្រើន
- ជ្រើសរើសទីតាំងដែលមានសុវត្ថិភាពបំផុតនៅពេលដើរឆ្លងផ្លូវ ដូចជាកន្លែងមានគំនូសសម្រាប់ថ្មើរជើងឆ្លងកាត់ មានភ្លើងសញ្ញាចរាចរណ៍ កន្លែងថ្មើរជើងអាចឈប់បាន និងទីតាំងនានាដែលអ្នកបើកបរអាចមើលឃើញអ្នកច្បាស់។

នៅពេលដើរ ត្រូវនៅក្បែរកុមារជានិច្ច

កុមារទើបចាប់ផ្តើមចូលរៀននៅសាលាបឋមសិក្សាដំបូង ខ្វះជំនាញរាងកាយ ឬការយល់ដឹងក្នុងការធ្វើដំណើរទៅសាលារៀនដោយសុវត្ថិភាព ប្រសិនបើគ្មានការត្រួតពិនិត្យសកម្មពីមនុស្សពេញវ័យនោះទេ។ ដើម្បីមានសុវត្ថិភាព៖

- ត្រូវនៅក្បែរកុមារជានិច្ចនៅពេលដើរ ឬជិះកង់រុញទៅសាលារៀន
- ត្រូវកាន់ដៃពួកគេជាប់ជានិច្ច ពេលនៅជិតចរាចរណ៍ ឬនៅពេលឆ្លងផ្លូវ
- ត្រូវធ្វើគម្រូដល់ពួកគេ 'ឈប់ ស្តាប់ គិត' នៅពេលឆ្លងផ្លូវថ្នល់។

ជិះកង់ និងជិះកង់រុញដោយសុវត្ថិភាព

ប្រសិនបើអ្នកជ្រើសរើសជិះកង់ ឬជិះកង់រុញទៅសាលារៀន៖

- ត្រូវប្រាកដថាអ្នកអាចមើលការខុសត្រូវកូនរបស់អ្នកយ៉ាងសកម្ម
- ត្រូវពាក់មួកសុវត្ថិភាព - វាជា**តម្រូវការផ្លូវច្បាប់** សម្រាប់កុមារ និងមនុស្សពេញវ័យដែលត្រូវពាក់មួកសុវត្ថិភាពនៅពេលជិះកង់ ឬជិះកង់រុញ
- មួកសុវត្ថិភាពត្រូវបំពេញតាមស្តង់ដាអូស្ត្រាលី និងបំពាក់ត្រូវសមនឹងក្បាលដើម្បីផ្តល់ការការពារត្រឹមត្រូវ - **វាអាចកាត់បន្ថយហានិភ័យរបួសក្បាលបានរហូតដល់ទៅ 74%**[1]
- ត្រូវប្រាកដថាកង់អ្នកមានកណ្តឹង ហ្វ្រាំងដ៏មានប្រសិទ្ធភាព និងមានចំណាំងផ្លាតបំពាក់លើកង់នៅខាងក្រោយ
- រៀបចំផែនការ និងជ្រើសរើសផ្លូវដែលមានសុវត្ថិភាពបំផុតដោយប្រើលើផ្លូវដើរមានល្បឿនកំណត់ទាប ជិះលើផ្លូវប្រើរួមគ្នាប្រសិនបើមាន
- អ្នកអាចជិះកង់តាមផ្លូវដើរជាមួយកូនរបស់អ្នកបាន ប្រសិនបើពួកគេមានអាយុក្រោម 12ឆ្នាំ។

TAC

ROAD SAFETY EDUCATION VICTORIA

The Safe Migration Project

ការចាប់ផ្តើមចូលរៀននៅសាលាបឋមសិក្សា

ការធ្វើតេស្តទាំង 5ជំហាន

លុះត្រាតែអ្នកអាចនិយាយថា **បាទ/ចាស លើជំហានទាំង5**ទើបកូនរបស់អ្នកអាចផ្លាស់ទីទៅខ្សែក្រវាត់សុវត្ថិភាពមនុស្សពេញវ័យសម្រាប់រថយន្តជាក់លាក់នោះ។

1. ដាក់ខ្នងផ្ទឹបជាប់ទៅនឹងកៅអីរថយន្ត
2. ជង្គង់បត់នៅចុងកៅអីអង្គុយ
3. បំពាក់ខ្សែក្រវាត់សុវត្ថិភាពនៅពីលើភ្លៅ មិនមែននៅពីលើពោះទេ
4. បំពាក់ខ្សែក្រវាត់សុវត្ថិភាពនៅម្ខាងស្មានៅចន្លោះក និងស្មា
5. អង្គុយឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ហើយអាចអង្គុយក្នុងអំឡុងពេលធ្វើដំណើរទាំងមូល

ត្រូវធានាថាកូនរបស់អ្នកមានសុវត្ថិភាពជាអ្នកដំណើរ

ប្រសិនបើអ្នកប្រើរថយន្តជូនកូនរបស់អ្នកទៅសាលារៀន វាសំខាន់ដែល៖

- កុមារទាំងអស់ធ្វើដំណើរដោយអង្គុយលើកៅអីខាងក្រោយ ហើយប្រើប្រាស់កៅអីសុវត្ថិភាពកុមារ ឬកៅអីបន្ថុបសមត្រូវនឹងមាឌរបស់ពួកគេ
- កុមារត្រូវតែបន្តធ្វើដំណើរដោយអង្គុយលើកៅអីបន្ថុបរហូតទាល់តែពួកគេ **ជាប់តេស្តទាំង 5ជំហាន** (ដូចបង្ហាញខាងលើ) ដែលជាទូទៅអាយុចន្លោះពី 10 ទៅ 12ឆ្នាំ
- មិនត្រូវប្រើកៅអីបន្ថុបដោយគ្មានខ្នងបង្អែកទេ ពីព្រោះវាមិនផ្តល់ការការពារដល់ក្បាល ឬផ្នែកសងខាងខ្លួនបានទេពេលមានបុកគ្នា ហើយវា **ខុសច្បាប់**
- កុមារត្រូវប្រើទ្វាររថយន្តដែលមានសុវត្ថិភាពបំផុតដើម្បីចូល និងចេញពីរថយន្ត -នេះគឺជាទ្វារអ្នកដំណើរខាងក្រោយដែលនៅជិតចិញ្ចើមថ្នល់បំផុត នៅឆ្ងាយពីចរាចរណ៍។

បន្ថយល្បឿននៅពេលបើកបរ

កុមារតូចៗអាចមានការរំខានយ៉ាងងាយ ហើយមិនអាចទាយទុកជាមុនបានទេនៅពេលប្រើប្រាស់ផ្លូវថ្នល់។ អ្នកបើកបរក៏មានការលំបាកក្នុងការមើលឃើញកុមារផងដែរ ដោយសារតែពួកគេមានទំហំតូចពេក។ នេះមានន័យថាកុមារមានហានិភ័យខ្ពស់ជាងនៅលើ និងជុំវិញផ្លូវថ្នល។

- ត្រូវបន្ថយល្បឿន និងយកចិត្តទុកដាក់បន្ថែមនៅពេលបើកបរតំបន់ជុំវិញសាលារៀនដើម្បីការពារកុមារ។
- ការបើកបរក្រោមល្បឿនកំណត់ដែលមានស្លាកសញ្ញាជួយឱ្យកុមារ និងបរិស្ថានជុំវិញសាលារៀនកាន់តែមានសុវត្ថិភាព។

ពិចារណាពីទីតាំងដែលអ្នកចតរថយន្ត

- ចតរថយន្តឱ្យឆ្ងាយបន្តិចពីអគារសាលា រួចដើរទៅកាន់ច្រកទ្វារសាលាដើម្បីកាត់បន្ថយការកកស្ទះ និងលើកកម្ពស់សុវត្ថិភាពនៅជិតផ្លូវចូលលាលារៀន។
- ប្រសិនបើអ្នកចាំបាច់ត្រូវចតនៅជិតសាលារៀន ចូរប្រើទីតាំងសម្រាប់ទម្លាក់ចុះ និងគោរពតាមច្បាប់ចតរថយន្តជានិច្ច។

ព័ត៌មានបន្ថែម

ដើម្បីទទួលបានព័ត៌មានជាភាសាណាណាមួយ សូមទូរសព្ទទៅសេវាកម្មជាតិបកប្រែភាសាសរសេរ និងបកប្រែផ្ទាល់មាត់ (TIS National) តាមលេខ 131 450 រួចស្នើសុំអ្នកបកប្រែផ្ទាល់មាត់

កៅអីសុវត្ថិភាពសម្រាប់កុមារ៖

www.carseatssavelives.com.au/

ការជិះកង់ជាមួយកូនៗ និងមួកសុវត្ថិភាពសម្រាប់ជិះកង់៖

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

ការអប់រំស្តីពីសុវត្ថិភាពតាមផ្លូវថ្នល់រដ្ឋវិកថូរៀ៖

www.roadsafetyeducation.vic.gov.au

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.

TAC

ROAD SAFETY EDUCATION VICTORIA