

دائرة السنة الحذر على الطرق، إتاحة ونمط حياة آمن



نشرة 18 | الخروج إلى العطلة الصيفية

للمسؤولين عن الحذر على الطرق، إتاحة ونمط حياة آمن في الألووية، مركزي ومعلمي التربية المرورية في المدارس

تصدر نشرة دائرة السنة في الحذر على الطرق إتاحة ونمط حياة آمن من أجل مواعيد وأحداث تهدف إلى تحديث التعليمات المتعلقة بالسلوكيات وجريانها في الحيز المروري، البيت وأوقات الفراغ والتشديد عليها. المواد المعرفية والتعلمية المقدمة في هذه النشرة تساعدكم في تذكير وتنفيذ إرشادات السلامة وقواعد السلوك الآمنة في الطرقات، البيت، الساحة، البحر والانترنت، استعداداً إلى خروج التلاميذ للعطلة الصيفية.



نركب الدراجة

السبب في إصابة راكبي الدراجات يعود إلى حقيقة أنهم غير محميين مثل راكبي السيارة. إذا لم نشدد على قواعد السلامة والحماية من خلال استعمال الأدوات مثل الخوذة، واقبات الركب، عاكسات الضوء، فمن الممكن أن ينتهي الأمر بالإصابة.

[رابط معلومات حول الموضوع](#)

السلامة في الصيف

يُصاب الأطفال في الصيف أكثر من أي فصل آخر. يمكن منع معظم الحوادث التي يصاب بها الأطفال من خلال اتباع نمط حياة آمن.

[رابط معلومات حول الموضوع](#)

مضمون النشرة

- ✘ [السلامة على الطريق في العطلة الصيفية](#)
- ✘ [نركب الدراجة](#)
- ✘ [سلامة الأولاد في العطلة الصيفية](#)
- ✘ [كوركنيت كهربائي](#)

السلامة على الطريق

يبدأ عبور الطريق من خلال المشي الآمن على الرصيف بعيداً عن حافة الشارع، ويستمر باختيار مكان العبور.

[رابط معلومات حول الموضوع](#)



دراجة كهربائية وكوركنيت كهربائي

الدراجة الكهربائية والكوركنيت الكهربائي عبارة عن وسيلة نقل حركية لكل هدف. قيادة كوركنيت كهربائي متاحة على مسارات الدراجات. نقودها في الشارع والمسارات المخصصة للدراجة فقط وليس على الرصيف. من يقود الدراجة والكوركنيت ملزم بمعرفة قواعد السير، الانصياع للإشارة الضوئية وإعطاء حق المرور للمشاة.

[رابط معلومات حول الموضوع](#)



تقيم وزارة التربية والتعليم مخيّمات (مدارس العطلة الصيفية) في بداية العطلة الصيفية لتلاميذ المدارس الابتدائية. يُطلق القسم برنامجين ضمن هذا الإطار، يشملان أنشطة إثراء متنوّعة في مجال السلامة والسلوك في الطرقات، يكون التعلّم في الصف والساحة من خلال برامج تعليمية، ألعاب وألعاب حاسوب.

[رابط للبرنامج كينز של ידידות בזה"ב לכיתות א' ב'](#)

[رابط للبرنامج كينز של ידידות בזה"ב לכיתות ג'](#)

בית הספר של
החופש הגדול

دائرة السنة الحذر على الطرق، إتاحة ونمط حياة آمن

السلامة على الطريق في العطلة الصيفية

عبور الشارع

- ✘ عبور الشارع عملية مركبة، تبدأ بالمشي الآمن على الرصيف بعيداً عن حافة الشارع. هناك أهمية كبيرة لاختيار مكان العبور (جسر، نفق للمشاة، ممر مشاة مع إشارة ضوئية) والاستعداد من أجل العبور:
- ✘ عدم الاندفاع إلى الشارع، النظر إلى كافة الجهات والتأكد أنّ الشارع فارغ.
- ✘ يجب عبور الشارع بسرعة، خط مستقيم، النظر إلى الأمام والجوانب.
- ✘ عند عبور الشارع يجب التركيز وعدم الانشغال بأمر آخرى مثل استعمال الجوال.

رابط معلومات حول الموضوع: [قواعد السلوك للمشاة](#)

[عبور الشارع بشكل مستقل](#)



ملابس لونها فاتح أفضل في العتمة

ولاد حتى جيل 9 سنوات، لا يعبر الشارع بمفرده



الرؤية في الظلمة

للرؤية في بيئة مظلمة أو مضاءة جزئياً أهمية كبيرة لحماية سلامة المشاة:

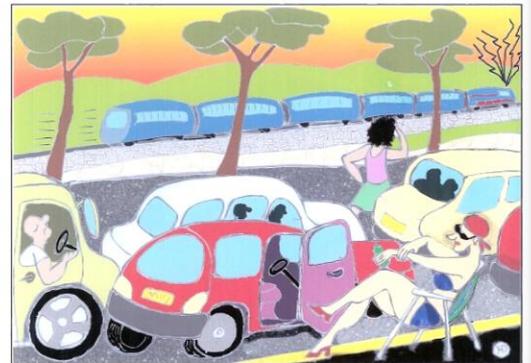
- ✘ في الظلمة يجب ارتداء ملابس بألوان فاتحة.
- ✘ يجب ارتداء ملابس عاكسة للضوء (٦١٤ ١٦١٢٣٧٥) من أجل أن يرانا السائقون.

[رابط معلومات حول الموضوع](#)

السفر في المركبة العائلية

- ✘ عند السفر وحتى العودة، يجب على المسافرين وضع حزام الأمان.
- ✘ لا نبدأ السفر قبل التأكد أنّ جميع من في السيارة وضع حزام الأمان.
- ✘ يجب ملائمة الحزام المائل حسب ارتفاع المسافر ووضعه في مركز الكتف وليس تحت الإبط.
- ✘ أولاد حتى 8 سنوات يجب أن يجلسوا في مقعد مرتفع وأن يتم تحزيمهم.
- ✘ لا نقل ولداً بمقعد آمن أو مقعد مرتفع أمام الكيس الهوائي الموجود في السيارة وهو فعال.
- ✘ يوصى بعدم جلوس ولد حتى سن 13 على الأقل في المقعد الأمامي للسيارة ولكن في الخلف فقط.

[رابط معلومات حول الموضوع](#)



Holod David
Israel

رسم كاريكاتير: دافيد هولود

للأهل: لا تنسوا أولادكم في السيارة!

دائرة السنة الحذر على الطرق، إتاحة ونمط حياة آمن

نركب الدراجة

الركوب على الدراجة

ركوب الدراجة له فوائد كثيرة: ركوب من أجل ممارسة الرياضة، الاستمتاع، وتحسين الوزن. ركوب الدراجة جيد لحرق السرعات الحرارية والمحافظة على جودة البيئة. ولكن من جهة أخرى قد يكون ركوب الدراجة خطراً ويؤدي إلى إصابات في الجسم نتيجة السقوط، أو إصابات صعبة نتيجة حوادث الطرق. لذلك من المُلزم للركاب أن يستخدموا أدوات ووسائل الأمان عند ركوب الدراجة. يجب أن نتذكر أن راكب الدراجة في الشارع كسائق المركبة، عليه معرفة قوانين السير والإشارات المرورية.

استعمال أدوات السلامة

- ✘ عند ركوب الدراجة ولو لفترة قصيرة، يجب اعتماد الخوذة لحماية الرأس في حالة السقوط.
- ✘ يجب أن تلائم الخوذة محيط الرأس وأن تكون ملاصقة له من خلال أحزمة الذقن حتى لا تتحرك للجوانب، الداخل أو الخلف ولا تسقط عند وقوع حادث.
- ✘ يجب التأكد أن الدراجة تحتوي على عاكسات ضوء من الأمام، الخلف وعلى العجلات وكذلك جرس أو صفارة.

[رابط معلومات حول الموضوع](#)



الركوب الآمن على الدراجة

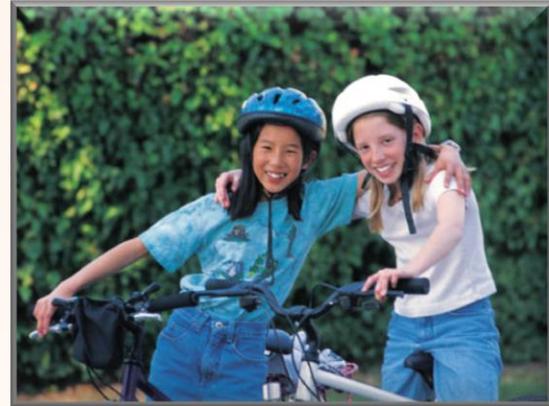
- ✘ نقود الدراجة في مسارات خاصة بالدراجة أو مسار مخصص للركوب على الدراجة.
- ✘ لا نستعمل الجوال أثناء الركوب.
- ✘ نهتم بأن نرى وأن يرانا الآخرون.
- ✘ عند عبور ممر مشاة، ممنوع ركوب الدراجة. يجب النزول عن الدراجة وعبور الشارع مشياً.
- ✘ يجب على راكبي الدراجات معرفة قواعد السير، الاتصياح للإشارات الضوئية وإشارات المرور، وإعطاء حق الأولوية للمشاة.

[رابط معلومات حول الموضوع](#)

وضعية الدراجة

- ✘ قبل ركوب الدراجة يجب فحصها والتأكد من وضعيتها.
- ✘ يجب التحقق من صلاحية الفرامل قبل السفر.
- ✘ يجب فحص ضغط الهواء في الإطارات قبل السفر.
- ✘ يجب التأكد أن السلاسل مشدودة وغير رخوة.
- ✘ يجب التأكد من صلاحية الجرس، الضوء الأمامي والحزام العاكس للضوء.

[رابط معلومات حول الموضوع](#)



توصية

أولاد حتى جيل تسع سنوات يركبون الدراجة بإشراف شخص بالغ فقط، و فقط في الأماكن المغلقة لحركة السير، مثل مسارات الدراجات، ملاعب خاصة للركوب وساحة البيت.

دائرة السنة الحذر على الطرق، إتاحة ونمط حياة آمن

سلامة الأولاد في العطلة الصيفية

نمط حياة آمن

تتغير أنماط الأنشطة لدى الأولاد خلال فترة العطلة الصيفية، تزداد أوقات الفراغ وتتنوع الأنشطة التي تشغلهم خارج نطاق البيت. يُصاب الأولاد في الصيف بشكل أكبر من بقية فصول السنة. بالإمكان تفادي أكبر نسبة من الحوادث التي يتعرض لها الأولاد من خلال اتباع نمط حياة آمن. مع المحافظة على بيئة آمنة بالإمكان منع حوادث غير موجهة بين الأولاد والشبيبة. يمكن أن تقع الحادثة في كل مكان فيه أولاد: بيت، ساحة، مؤسسات تربوية، متنزهات، حدائق ألعاب والطرق.

مواد خطيرة

يوجد في البيت مواد خطيرة. في الخزانة هناك مواد لتنظيف البيت، مواد مبيدات للحشرات، مواد قد تنفجر وتشتعل. استعمال غير مراقب لهذه المواد قد يضر بصحتنا.

يجب تخزين المواد الخطيرة في مكان آمن:

✘ في ارتفاع 1.5 متر وما فوق بعيداً عن أيادي الأولاد.

✘ يجب أن تكون الخزانة قابلة للقفل.

✘ يجب إغلاق أي حاوية للمواد الخطرة بشكل مُحكم، حتى لا تتبخر المادة منه.

✘ يجب عدم تخزين مواد المبيدات بجانب مواد الغذاء.

[رابط معلومات حول الموضوع](#)



الغرق في البحر والبركة

بالإمكان تفادي 80% من حالات الغرق من خلال تعليم السباحة والتشديد على قواعد السلامة أثناء السباحة في البحر والبركة. تحدث أغلبية حالات الغرق في البحر والبركة في نهاية الأسبوع. لذلك للتخفيف من خطر الغرق، يُطلب ما يلي:

✘ تعليم الأولاد السباحة.

✘ استخدام العوامات، سترات الطفو.

✘ كل بركة سباحة حتى الخصوصية يجب أن تكون محاطة بسياج ومقفلة.

✘ من الملزم مراقبة الأولاد بشكل مكثف من قبل الأهل وخدمة الإنقاذ.

[رابط معلومات حول الموضوع](#)



عطلة آمنة مع العائلة

في فترة الصيف، الكثير من العائلات تخرج إلى الرحلات، الترفيه وتساfer للمشاركة في الأحداث المختلفة. السفر بالمركبة العائلية تعرض المسافرين لخطر الإصابة والتعامل مع سلوكيات الأولاد. السفر الآمن يبدأ من البيت، قبل الدخول إلى السيارة. نخطط مسار السفر، نتزود بالطعام، الشراب والتعامل مع الأولاد.

خلال السفر نشدد على التعليمات الآمنة ونستريح لتجديد النشاط.



[رابط معلومات حول الموضوع](#)

دائرة السنة الحذر على الطرق، إتاحة ونمط حياة آمن

درّاجة كهربائية وكور كنييت كهربائي

السفر على الدرّاجة الكهربائيّة والكور كنييت الكهربائي

الكور كنييت الكهربائيّ عبارة عن وسيلة نقل متحرّكة لكل هدف. لا يحتاج إلى وقود، لا يلوّث البيئة ويساهم في تقليل الضغط على الشوارع. كما الركوب على الدرّاجة الكهربائيّة، السفر غير الآمن والذي يناقض القانون من الممكن أن يعرّض سائق الكور كنييت ومستخدمي الطريق للخطر.

قيادة الدرّاجة الكهربائيّة والكور كنييت الكهربائيّ متاحة في مسارات الدرّاجات الهوائيّة. في حال عدم وجود مسار للدرّاجة فعلى الشارع وليس على الرصيف المخصّص للمشاة.

[رابط معلومات حول الموضوع](#)



قواعد السلامة للمسافرين بالكور كنييت الكهربائي

- ✘ قبل السفر علينا فحص صلاحية الكور كنييت وأدوات السلامة.
- ✘ اعتماد الخوذة إلزامي، حتى في السفر لوقت قصير، من أجل حماية الرأس.
- ✘ في ساعات الظلام يجب ارتداء عاكسات الضوء على الجسم، كاحل الرجل والذراعين وعلى الخوذة.
- ✘ نساfer على الشارع والمسارات المخصّصة للدرّاجة وليس على الرصيف.
- ✘ على راكبي الكور كنييت والدرّاجة معرفة قواعد السير، الانصياع للإشارة الضوئية وإشارات المرور، إعطاء حقّ الأولوية للمشاة.
- ✘ في ساعات الظلام نضيء فوانيس الكور كنييت ونتأكد من وجود عاكسات الضوء.

[رابط معلومات حول الموضوع](#)

تذكروا، ركوب الكور كنييت الكهربائيّ مُتاح من جيل 16 فقط

نوصي بإجراء مناقشة من خلال الأسئلة التالية:

1. لماذا تعتبر الحماية لراكبي الكور كنييت الكهربائيّ والدرّاجة الكهربائيّة، مهمّة؟
2. لماذا يُمنع قيادة الكور كنييت الكهربائيّ على الرصيف؟
3. هل تحديد جيل راكب الكور كنييت الكهربائيّ، منطقيّ؟

نتمنى لكم عطلة هانئة، آمنة وخالية من الإصابات

ملاعمة للعربية: المرشدة طروب خليل ، باشراف: المسؤولة القطرية للموضوع سائرة عابد