

کارگاه آموزشی چند فرهنگی ایمنی جاده و راه برای فارسی زبانان

MARSS Australia Inc.

Migrant and Refugee Settlement Services

خدمات اسکان مهاجران و پناهندگان



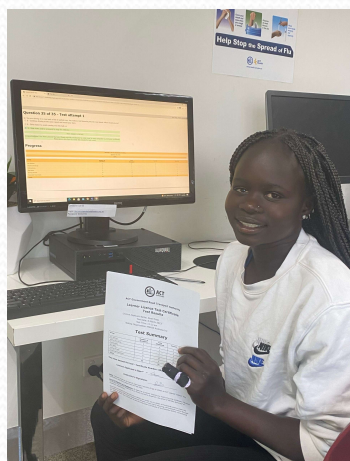
تمامی متون و تصاویر صرفاً با هدف به اشتراک‌گذاری اطلاعات درباره قوانین و مسائل جاده‌ای در پایتخت استرالیا (ACT) با مراجعین MARSS استفاده شده‌اند.

هدف کارگاه ایمنی جاده‌ای چندفرهنگی:

پیش از شروع درس‌های عملی رانندگی در پایتخت استرالیا (ACT) مهم است که به مراجعین فارسی‌زبان آموزش‌های مناسب فرهنگی در مورد شیوه‌های ایمنی رانندگی ارائه شود.



چرا کارگاه‌های ایمنی جاده‌ای چندفرهنگی برگزار می‌شوند؟



توضیحات کارگاه:

ارائه‌ی کارگاه‌های آموزشی و اطلاعات مکتوب به افراد جوامع پناهنده و مهاجر تازه‌وارد و نوظهور که در منطقه ACT زندگی می‌کنند، بسیار حائز اهمیت است تا بتوانند از جاده‌ها به‌صورت ایمن استفاده کنند. این کارگاه‌ها و اطلاعات نوشتاری مکمل آن که توسط دولت ACT تأمین مالی شده‌اند، به افراد جوامع مهاجر و پناهجوی تازه‌وارد در ACT کمک می‌کنند تا به‌طور ایمن‌تری از جاده‌ها استفاده کنند. این اطلاعات به زبان مادری (فارسی) ارائه می‌شوند تا افراد بتوانند قوانین و مسائل ایمنی جاده‌ای را بهتر یاد بگیرند، درک کنند و در مورد آن‌ها گفتگو کنند.

چرا دولت ACT از این کارگاه‌ها حمایت مالی می‌کند؟

ارائه فعالیت‌های آگاهی‌رسانی درباره ایمنی جاده‌ای از جمله کمپین‌های عمومی؛

- تشویق و ترویج آموزش ایمنی جاده‌ای در جامعه ACT؛
- ترویج و تحریک تحقیقات درباره مسائل ایمنی جاده‌ای و اجرای اقدامات مقابله‌ای با تصادف و صدمات، به‌ویژه در زمینه پیشگیری از تصادف و کاهش آسیب؛
- حمایت یا تسهیل بهبود فیزیکی زمین در ACT برای ارتقای ایمنی جاده‌ای، از جمله ارزیابی‌های ایمنی جاده‌ای، مطالعات امکان‌سنجی، ارزیابی‌ها و تحقیقات طراحی و ساخت جاده؛ و
- کمک به ایجاد ابتکاراتی با هدف توانبخشی افراد آسیب‌دیده یا دچار شوک ناشی از تصادف‌های جاده‌ای.

چرا دولت ACT از این کارگاه‌ها حمایت مالی می‌کند؟

افراد تازه‌وارد از جوامع پناهنده و مهاجر - به‌ویژه آن‌هایی که به‌تازگی به استرالیا آمده‌اند - با موانع بیشتری در درک و رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی و حفظ رفتارهای ایمن جاده‌ای مواجه هستند. این موانع شامل:

❖ سطح پایین‌تر مهارت زبان انگلیسی - که ممکن است باعث ناآگاهی یا سوءتفاهم در مورد قوانین و شیوه‌های ایمنی جاده‌ای شود؛ و

❖ مسائل فرهنگی - به‌ویژه برای کسانی که از کشورهای با قوانین رانندگی و رفتارهای متفاوت آمده‌اند.



حفظ ایمنی جاده ها وظیفه و مسئولیت تک تک افراد است. برای حفظ ایمنی جاده ها، قوانین رانندگی را مراعات و پیروی کنید.

شرکت بیمه گر AAMI هشت مورد متداول ایجاد اختلال را شناسایی کرده و روش مبارزه با آنها را به قرار زیر شرح می دهد:

آیا می دانید که اکثر تصادفات جدی در عرض 5 دقیقه از خانه رخ می دهد؟
در خصوص مسیرهایی که می دانید به خصوص اگر راننده با تجربه ای باشید به مهارت و توانایی خود اعتماد دارید.



اکثر رانندگان استرالیایی در حین رانندگی حواس شان پرت می شود.

آیا به هنگام رانندگی، چند کار دیگر هم انجام داده اید؟

مهم نیست که شما چه مدت است گواهینامه رانندگی گرفته اید - بهر حال کلیه رانندگان در حین رانندگی با خطر احتمال پرت شدن حواس شان مواجه هستند.

شایع ترین عوامل پرت شدن حواس در حین رانندگی و شیوه مبارزه با آنها توضیح داده می شود.



شایع ترین عوامل اختلال در حین رانندگی در جاده ها:

1. خوردن یا آشامیدن (41%)

طبق تحقیقات کانتر (Kantar's Driver Distraction) در مورد اختلال در حین رانندگی، 41 درصد از رانندگان در حین رانندگی غذا می خورند یا می نوشند.

ممکن است غذا خوردن در حین رانندگی قانونی باشد، بهر حال اگر پلیس مشاهده کند که کنترل خودرو به مخاطره افتاده است، حتی اگر منجر به تصادف نشود. ممکن است جریمه شوید و از امتیازات گواهینامه شما کم شود.

برداشتن چیپس از داخل پاکت چیپس شاید راحت و ساده باشد اما به دلیل روغنی بودن چیپس انگشتان شما چرب شده و تسلط بر کنترل فرمان ماشین کمتر می شود.



رهنمود موثر:

در صورت ضرورت برای خوردن و آشامیدن، برای استراحت توقف کنید.

2. عوض کردن موسیقی یا ایستگاه رادیویی (34%)

اکثر رانندگان در حین رانندگی بدون تفکر اقدام به تغییر ایستگاه رادیویی می کنند. بهر حال برای یک لحظه - چشم برداشتن از جاده - احتمال خطر تصادف را افزایش می دهد.

رهنمود موثر:

قبل از اینکه پشت فرمان بنشینید، فهرست مورد نظر خود را تنظیم کنید.

قبل از اینکه پشت فرمان بنشینید، فهرست موسیقی مورد نظر را تنظیم کنید. از برنامه هایی که با هوش مصنوعی کار می کنند برای ایجاد فهرست های پخش خاص براساس علاقه خودتان استفاده کنید. شما حتی می توانید پوستر جشنواره موسیقی را اسکن کنید تا فهرست پخش براساس ردیف را ایجاد کنید.



3. چشم برداشتن از جاده برای استفاده از ردیاب (34%)

ما بدون سیستم های ردیاب ممکن است مسیر خود را در جاده گم کنیم. اما بایستی اطمینان حاصل کنیم که در جاده با حفظ ایمنی از آنها استفاده می کنیم.

رهنمود های موثر:

- اگر از ردیاب موبایل خود استفاده می کنید، آنرا روی داشبورد در امتداد چشمان خود بگذارید.
- همواره دستگاه ردیاب را قبل از اینکه پشت فرمان بنشینید، تنظیم کنید.
- اگر لازم است که دستگاه ردیاب را دوباره تنظیم کنید، در یک نقطه امن توقف کرده، پارک کنید و سپس ردیاب را تنظیم کنید.



4. به عابران پیاده نگاه کردن (25%)

پرت شدن حواس در حین رانندگی فقط در مورد استفاده از تکنولوژی برتر نمی باشد! 25% رانندگان در حین رانندگی توسط عابران پیاده حواس شان پرت می شود.

رهنمود موثر:

به خاطر داشته باشید که چشمتان به جاده باشد، مهم نیست که شما تا چه حد در رانندگی مهارت دارید.



5. با تلفن حرف زدن (13%)

حتی یک لحظه دچار حواس پرتی شدن - مثل یک نگاه به صفحه گوشی همراه برای اینکه ببینید چه کسی با شما تماس گرفته - می تواند زندگی شما را به مخاطره بیندازد. بهر حال بسیاری از ما برای استفاده از گوشی همراه در حین رانندگی مقصر هستیم.

رهنمود های موثر:

موبایل خود را روی "مزاحم نشوید" تنظیم کنید.

بسیار دشوار است که از نگاه کردن به گوشی همراه خود خودداری کنیم. پس بنابراین موبایل خود را روی "مزاحم نشوید" تنظیم کنید.

از گوش صوت یا هندزفری استفاده کنید.

اگر بایستی از گوشی همراه استفاده کنید در این صورت از گوش صوت یا هندزفری استفاده کنید. بهر حال توصیه می شود در حین رانندگی از گوشی همراه استفاده نکنید زیرا حتی اگر از گوش صوت یا هندزفری در حین رانندگی استفاده می کنید هنوز خطر حواس پرتی شناختی وجود دارد.

6. آرام کردن بچه ها که در صندلی عقب نشسته اند (11%)

بچه ها می توانند در ماشین هرج و مرج ایجاد کنند، به ویژه اگر سفر طولانی باشد. توصیه می شود برای بچه ها در سفرهای طولانی سرگرمی های مناسب فراهم کنید.

رهنمود های موثر:

استفاده از برنامه زیر برای بچه ها که در طول سفر خسته و کلافه می شوند، مفید است.

مسافران جاده ها (Roadtrippers)

این برنامه به شما کمک می کند مسیرتان را با توقف های پیشنهادی در طول مسیر برنامه ریزی کرده، تا شما برای استراحت توقف کنید. می توانید قبل از شروع سفر این برنامه را نصب کنید، و می توانید یکی از فعالیت ها را مثل اردو زدن، فضای بیرون، زندگی شهری و از سایر موارد یکی را انتخاب کنید.

7. مراقبت و توجه به حیوان خانگی همراه در ماشین (8%)

بسیاری از استرالیایی ها، در حین رانندگی سگ خود را در صندلی عقب بدون مهار کردن، می گذارند. این حیوان اگر در ماشین جنب و جوش کند، یا جلوی دید راننده را بگیرد، این امر خطر آفرین خواهد بود.*

رهنمود موثر:

مهار کردن حیوان خانگی در ماشین

برای سگ تان یک تسمه تهیه کنید که با کمربند ایمنی صندلی خودرو شما متناسب باشد. برای گربه ها، بهتر است آنان را در جعبه های قابل حمل بگذارید و جعبه را به طور محکم در جای خود مهار کنید.

برای دسترسی به رهنمودهای بیشتر برای حمل و نقل انواع حیوانات خانگی به طور امن - از جمله مارها و خزندگان - این راهنما را ملاحظه کنید:

[check out this guide.](#)

8. درست کردن یا مرتب کردن مو سرتان (7%)

شاید تصور کنید مرتب کردن مو سرتان یا تجدید آرایش در حین رانندگی مشکل ساز نیست. بهر حال پرت شدن حواس در حین رانندگی به طور قابل توجهی موجب کاهش تمرکز و عدم عکس العمل به موقع در جاده می شود.

رهنمود موثر:

قبل از ترک کردن خانه و یا وقتی به مقصد رسیدید، آرایش سر و صورت و یا هر آرایش دیگری که مد نظرتان است را انجام دهید.



بحث و گفتگو:

به نظر شما مهم‌ترین رفتارهای پرخطر در
رانندگی چیست؟



پایان

