



ملاحظات عن سلامة الطرق



bp



الأمهات الحوامل

المحتويات



رقم الصفحة	المحتويات
٢	الأمهات الحوامل
٣	الأطفال الرضع (٩ كغم. ستة أشهر تقريباً فما دون)
٤	الأطفال الزاحزون والذين في بداية مرحلة المشي (٨ - ٨١ كغم . ٦ أشهر - ٤ سنوات)
٥	الأطفال الصغار (١٤ - ٢٣ كغم . ٤ - ٨ سنوات)
٧	الأطفال الأكبر سناً (أكثر من ٣٢ كغم)
٨	تنبيت كرسي السيارة الخاص بطفلك
٩	خطوات مبسطة لرحلة آمنة
١٠	معلومات عامة
١١	مقاعد الأطفال وفق المقاييس العالمية
١٢	مقاعد الأطفال المستعملة
١٣	القانون
١٤	عندما يمتنع الطفل عن استخدام أحزمة الأمان

من الضروري إرتدائك حزام الأمان عندما تكونين حاملاً. ولبس الحزام بالطريقة الصحيحة يقلل الضغط على الجزء السفلي من البطن و بالتالي يقلل من الضغط على الجنين. و أثبتت الأبحاث بأن استخدام حزام الأمان هي أفضل طريقة لحماية نفسك وطفلك الذي في طريقه للولادة و رؤية النور.

الإستخدام الصحيح

- * يثبت الجزء السفلي من الحزام على الجزء العلوي من الفخذ عبر الحوض تحت موضع الجنين.
- * أما الجزء العلوي من الحزام فيثبت فوق البطن وعلى منتصف الصدر بين الثديين.

لن تعرف أبدا متى سوف يحدث التصادم

تسبب حوادث الطرق في سلطنة عمان بإصابة مئات الأطفال التي تؤدي في بعض الأحيان إلى الوفاة. و من الممكن تقادي هذه الإصابات إذا تم استخدام وسائل الأمان الخاصة بالأطفال و المطابقة للمعايير العالمية بالصورة الصحيحة.

فلحفاظ على سلامة الأطفال أثناء الحوادث عليهم استخدام أحزمة و وسائل الأمان الخاصة بذلك. فهذا ضروري حتى في حالة القيادة بالسرعة الواثئة أو أثناء الرحلات القصيرة.

فلا يعني وجود الأطفال في المقعد الخلفي بأنهم في أمان من الحوادث.

مهما كنت حريصاً في قيادتك، فلا يمكنك تقادي الحوادث المفاجئة الغير متوقعة. و لكن إستخدام أطفالك لوسائل الأمان أثناء وجودهم داخل السيارة سوف يوفر لهم الحماية. تذكر، إستخدامها دائماً.

الأطفال الزاحفون والذين في بداية مرحلة المشي

(٨ - ٨١ كغم ٦ أشهر - ٤ سنوات)

لتأمين أقصى قدر من السلامة لطفلك، إستمر باستخدام مقاعد السيارة الخاصة بالاطفال حتى بعد أن يكبر الطفل ويضيق عليه المقعد أي يكون وزنه حوالي ٨ كغم أو يكون طوله ٧٠ سنتيمتر تقريباً. عند ذلك يجب أن تتحول إلى استخدام مقعد طفل أكبر حجماً.



كما يكون وقت تحويل موضع المقعد من الوضع الأفقي إلى الوضع العمودي عندما

يصبح وزن طفلك ٨ كغم أو طوله ٧٠ سنتيمتر. تأكد من إتباعك التعليمات الخاصة بتحويل المقعد من الوضع الأفقي إلى الوضع العمودي ولكون هذه العملية تكون صعبة في بعض الأحيان. يجب الإستمرار باستخدام مقعد الطفل إلى أن يضيق عليه أي عندما يصبح كثفي الطفل أعرض من المقعد أو رأسه أعلى من ظهر المقعد. كما تتوفر أيضاً مقاعد أطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.

الاستخدام الصحيح

- * ثبت المقعد بقوة وبصورة صحيحة داخل السيارة باستخدام شريط التثبيت العلوي الخاص بالمقعد.
- * اربط حزام الأمان الموجود بالسيارة مثل ما هو موضح في التعليمات.
- * يجب أن تثبت كافة عتلات التثبيت بصورة صحيحة.
- * أضغط مقعد الطفل مستخدماً وزنك على مقعد السيارة لكي تحصل على تثبيت أفضل للمقعد.
- * تأكد من تثبيت المقعد ذلك بحركته للتأكد من ثباته.
- * تأكد من ربط الطفل بصورة صحيحة على المقعد.

الأطفال

لغاية ٩ كغم ، عمر ستة أشهر تقريباً



هين مقعد السيارة الخاص بالأطفال قبل ولادة طفلك لتتمكن من جعل أول رحلة له بالسيارة (من المستشفى إلى البيت) آمنة. يوضع مقعد الطفل على المقعد الخلفي داخل السيارة و هو مصمم لكي يتم تثبيته بعنلات خاصة.

تحذير: لا تستخدم مقعداً لطفل المصمم للتثبيت متجهاً إلى الخلف في المقعد الأمامي للسيارة المزودة بالأكياس الهوائية. فقد تسبب هذه الأكياس عند إنتفاخها إصابات بالغة للطفل وربما الوفاة.

اختيار مقعد الطفل المناسب

هناك تشكيلة واسعة من مقاعد الأطفال الخاصة بالسيارة و بطرز مختلفة. فكر بالأسئلة التالية عندما تنوي شراء أحد هذه المقاعد:

هل يتلاءم هذا المقعد مع تصميم السيارة و هل يمكن تثبيته فيها.

هل حزام الأمان الموجود بالسيارة ذو طول كاف لكي يتم لفه حول المقعد؟

هل إستعماله سهلاً؟

الاستخدام الصحيح

- * ثبت المقعد بقوة وبصورة صحيحة داخل السيارة باستخدام شريط التثبيت العلوي الخاص بالمقعد.
- * اربط حزام الأمان الموجود بالسيارة مثل ما هو موضح في التعليمات.
- * تأكد من عدم إرتخاء أشرطة التثبيت الخاصة بالمقعد في كل مرة تستخدمه.
- * ثبت جزء الحزام الخاص بالكتفين بمستوى كثفي الطفل أو فوقهم.
- * تأكد من ربط الطفل بصورة صحيحة على المقعد.



الأطفال الصغار / الأطفال الأكبر سناً

(١٤ - ٢٣ كغم. ٤ - ٨ سنوات)



إذا كبر طفلك بحيث يصبح المقعد الطفل الخاص به ضيقاً، عند ذلك عليك باستخدام المقعد الخاص بالأطفال الأكبر سناً (booster). وهناك عدة أنواع من هذه المقاعد مصممة لتناسب أوزان مختلفة للأطفال. فيمكنك اختيار الحجم المناسب وفقاً لوزن طفلك كما هو مؤشر على العبوة.

المقعد الرافع للطفل وحزام الأمان

يمكن استخدام المقعد الرافع ذو حزام الأمان للأطفال الذين تتراوح أوزانهم بين ١٤ و ٢٦ كغم، أو ١٤ و ٢٢ كغم، ويعتمد ذلك على الطراز الذي تم اختياره. ومن الضروري اختيار المقعد الذي يتناسب مع وزن الطفل. يعمل المقعد الرافع على رفع الطفل ليصبح بمستوى الشباك الجانبي للسيارة مما يساعد ذلك على جعل حزام الأمان بالوضع الصحيح. كما تساعد المساند الجانبية ومسند الظهر المزود به المقعد على توفير إسناد أفضل للطفل في حالة نومه وكذلك لجعل الجزء القطني من حزام الأمان بالوضع الصحيح.

يفضل استخدام المقعد الرافع مع حزام الأمان الثلاثي.

الأطفال الصغار / الأطفال الأكبر سناً

(١٤ - ٢٣ كغم. ٤ - ٨ سنوات)

الاستخدام الصحيح (المقعد الرافع وحزام الأمان)

- * المقعد الرافع لا يربط بالسيارة ولكن يثبت بواسطة حزام الأمان أو بحزام الصدر (harness) الذي يربط به الطفل.
 - * تأكد من كون حزام الأمان مثبتاً على كتف الطفل. استخدم منظم تثبيت حزام الكتف لكي يتلاءم مع حجم الطفل ويثبه بصورة محكمة بعيداً عن رقبة الطفل.
 - * جميع أجزاء الحزام يجب أن تربط بصورة محكمة.
- ملاحظة: لا تستخدم المقعد الرافع مع حزام الأمان الذي يثبت بنقطتين

حزام الصدر الخاص بالطفل

يصمم هذا الحزام لكي يستخدم مع حزام الأمان ذو النقطتين الموجود وسط المقعد الخلفي للسيارة. وهذا الحزام عبارة عن مجموعة من الأحزمة المرتبطة مع بعضها والتي يثبت بها الجزء العلوي من جسم الطفل. ويمكن استخدامه للأطفال التي تتراوح أوزانهم بين ١٤ - ٢٣ كغم (لغاية عمر ٨ سنوات تقريباً). و يجب أن تتأكد لدى شرائك حزام الصدر من إن حجمه ملائم لحجم الطفل، حيث يوجد في داخل العبوة الخاصة بالحزام جدولاً يبين حجم الحزام ووزن الطفل المناسب له.

الاستخدام الصحيح لحزام الصدر

- * يتصف حزام الصدر بصعوبة استخدامه بالصورة الصحيحة. لذلك فمن الضروري ملاحظة مايلي
- * ثبت الحزام بواسطة عتلات التثبيت الخاصة به.
- * اربط الحزام مع الجزء السفلي من حزام الأمان.
- * أولاً أحكم ربط الجزء السفلي من الحزام عندما يكون حزام الصدر مرتخياً. يجب أن يكون الجزء السفلي من حزام الأمان مربوطاً بإحكام في منطقة أعلى الفخذ. ولا يجب أن يرتفع إلى مستوى البطن.
- * بعد إحكام ربط الجزء السفلي، اسحب بلطف الجزء العلوي من حزام الصدر فوق الصدر بحيث يحكمه رباطهما. لا تسحب حزام الصدر بحيث يرتفع الجزء السفلي عن مستوى أعلى الفخذين كما ذكرنا سابقاً.



ملاحظات عن سلامة الطرق

تثبيت مقعد السيارة الخاص بطفلك

تشير الدراسات الخاصة بحوادث الاصطدام على أن مقاعد أمان الأطفال لا تتوفر السلامة الكافية إذا لم تكن قد ثبتت بالصورة الصحيحة. فإذا همت بتثبيت المقعد بنفسك، فعليك إتباع تعليمات المنتج بكل دقة. أما إذا هتدت التعليمات فيمكنك الحصول على نسخة يرسلها إليك المنتج بالبريد.

أدوات التثبيت

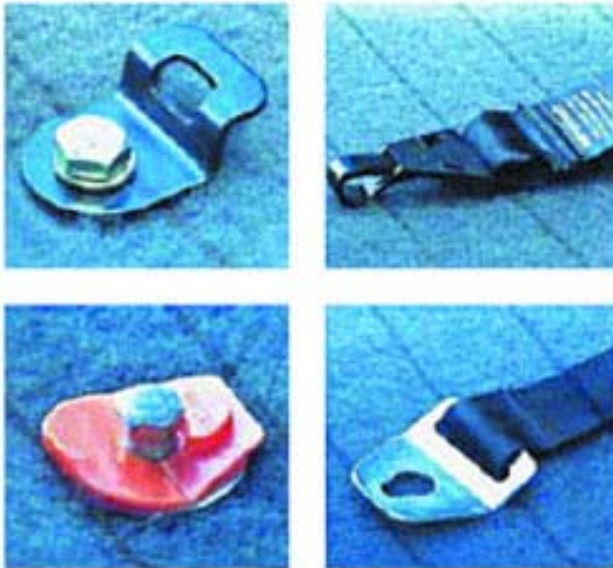
بصورة عامة هناك نوعان من أدوات التثبيت ونوعان من أدوات الربط.

مقاعد الأطفال والسيارات الحديثة

تستخدم أدوات التثبيت ذات الكلاب، أما الأنواع

الأقدم فيستخدم بها نوع البرغي و ثقب المفتاح.

فعليك التأكد من دليل المالك الخاص بسيارتك



من نوع أدوات التثبيت ومواقعها بالسيارة.

ربما تحتاج لشراء أداة تثبيت يمكنك بواسطتها استخدام كلي النوعين من أدوات التثبيت.

لا تتوفر في جميع السيارات والحافلات الصغيرة نقاط لتثبيت مقاعد الأطفال. ففي السيارات والحافلات القديمة يجب تركيب قضيب أو عتلة خاصة حتى تتمكن من تثبيت مقعد الطفل. أما

السيارات الحديثة فتتوفر فيها نقاط التثبيت هذه.

الأطفال الصغار / الأطفال الأكبر سناً

(١٤ - ٢٣ كغم. ٤ - ٨ سنوات)

المقعد الرافع وحزام الصدر

يمكن استخدام المقعد الرافع ذو حزام الأمان للأطفال الذين تتراوح أوزانهم بين ١٤ و ٢٦ كغم. أو ١٤ و ٢٢ كغم. ويعتمد ذلك على الطراز الذي تم إختياره. ومن الضروري إختيار المقعد الذي يتناسب مع وزن الطفل. إذا استعملت المقعد الرافع مع حزام الصدر، فمن الضروري التأكد من استخدام حزام الصدر بالصورة الصحيحة. فالجزء السفلي يجب أن يكون محكم و على منطقة أعلى الفخذين، ولا يجوز رفعه إلى مستوى البطن. وبعد تثبيت الجزء السفلي من الحزام يتم إحكام ربط الجزء الخاص بربط الأكتاف.

الأطفال الأكبر سناً

يمكن لطفلك من ترك المقعد الرافع عندما يصبح وزنه بين ٢٦ و ٢٢ كغم معتمداً على حجم المقعد، أو عندما يكون مستوى عيني الطفل بإرتفاع ظهر مقعد السيارة.

يوفر حزام الأمان ذو ثلاث نقاط تثبيت حماية أكبر من الحزام ذو النقطتين.

يستخدم الحزام ذو النقطتين فقط عندما تكون جميع الأحزمة الثلاثية مشغولة من قبل أشخاص آخرين.

إذا كان الحزام ذو الثلاث نقاط يصل إلى رقبة الطفل فيمكنك شراء منظم بواسطته تنظيم وضع الحزام إلى الوضع الصحيح. وهذه المواد متوفرة في المحلات الكبيرة والمحلات المتخصصة ببيع لوازم الأطفال.



تحذير، لا تربط طفلين، أو شخص بالغ مع طفل بحزام واحد.

خطوات بسيطة لتأمين رحلة آمنة

- عند وضع الطفل في مقعد السيارة، نذكر، إيجله مهياً لرحلة آمنة. ولتحقيق ذلك عليك مراعاة مايلي:
- * ثبت مقعد الطفل كما هو موضح تماماً في المخطط المرفق معه مستخدماً حزام الأمان و الكلاب العلوي للمقعد.
- * احكم ربط أشرطة المقعد بحيث تتلاءم مع جسم الطفل.
- * تأكد من سماعك لصوت إفضال إيزيم التثبيت الخاص بأشرطة المقعد أثناء ربطك له. و من ثم حاول أن تمسح الإيزيم للتأكد من إقفاله.
- * أما بالنسبة لجزء الحزام العلوي فيجب أن يثبت على كتفي الطفل و ليس على وجهه أو رأسه.
- * توضع البطانيات أو الأغطية فوق الجزء العلوي من المقعد أو جسم الطفل و ليس بين
- * حزام الجسم و المقعد أو بين المقعد و الطفل. لا تترك الحزام الرباط لجسم الطفل مرتخياً.
- * من الضروري أن تتأكد من سلامة ربط المقعد والأشرطة الخاصة حتى في حالة نوم الطفل.



معلومات عامة

المقاعد المعتمدة عالمياً

من الضروري إستعمال المقاعد المعتمدة وفق المعايير الدولية لكونها توفر لك أفضل حماية. تأكد من وجود علامة الجودة القياسية على المقعد الذي توي شراءه سواء أكان جديداً أو مستعملاً.

المقاعد المستعملة

إذا كنت توي شراء أو إستعارة مقعد طفل مستعمل، تأكد من النقاط التالية:

- * هل يحمل علامة جودة قياسية؟ فالمقاعد التي لا تحمل مثل هذه العلامات ممكن تسبب لطفلك المخاطر.
- * لا تستعمل مقعد الطفل الذي تظهر عليه علامات الإهترأ و التلف أو ظهور شروخ في إيزيمات الربط البلاستيكية.
- * إفحص إيزيمات الربط للتأكد من عملها.
- * حاول الحصول على تعليمات الإستعمال من المنتج.

مقاعد الطفل والقانون

بالرغم من إختلاف القوانين من بلد إلى آخر، لكن يجب إستخدام مقاعد الطفل التي تناسب حجمه وعمره ووزنه.

ففي دول كثيرة تنص قوانين المرور على أن الأطفال دون السنة يجب وضعهم في مقاعد السيارة الخاصة التي تناسب حجمهم ووزنهم. أما للطفل الذي يكون عمره عام واحد و أكثر فيمكن إستعمال حزام الأمان. ولكنه يكون بأمان أكثر عند حدوث الإضطدام في حالة وضعه في مقعد الطفل مصمم لعمره ووزنه.

وبصفتك سائق مركبة، عليك دائماً التأكد بأن الركاب الذين في سيارتك من الأطفال مربوطين بصورة آمنة و سليمة. اجعل ربط الأطفال بالمقاعد الخاصة عادة لا غنى عنها أثناء إسطحابهم في سيارتك. علم طفلك على لبس الحزام أو الجلوس في المقعد الخاص من تلقاء نفسه.

عندما يرفض الطفل الجلوس في مقعد الطفل أو لبس حزام الأمان

بعض الأطفال يرفضون لبس حزام الأمان. إليك بعض الملاحظات حول طرق لتعامل مع مثل هذه الحالات:

- * أخبر طفلك عن القوانين التي نحتم عليه لبس حزام الأمان أو الجلوس في مقعد الطفل. و تأكد من تعريف الطفل بأن لبس حزام الأمان ضروري في كل رحلة مهما كانت طويلة أو قصيرة.
- * شجع الطفل و امدحه عندما يتصرف بالتصرف الصحيح. أعطه بعض الهدايا التشجيعية البسيطة لتعاونيه في تطبيق القانون و الجلوس بمقعد الطفل أو لبسه لحزام الأمان أثناء ربطه بالحزام. بين له اهتمامك بتعاونيه معك.
- * اعمل على تسلية الطفل أثناء جلوسه في مكانه. تكلم معه و اشرح له ما يمكن مشاهدته من مناظر أثناء حركة السيارة حتى يمكنك أن تغني له بعض الأغاني التي يحبها. بمعنى آخر، قم بأي فعل يزيل عنه الضجر والملل، و لكن لا تجعل ذلك يؤثر على قيادتك للسيارة.

معلومات بسيطة قد تنقذ حياتك

فحص السيارة يوميا ،

الوقود/ الديزل

الزيت (زيت المحرك، زيت الهيدروليك، زيت الفرامل، الخ)
الماء (ماء الراديو، ماء البطارية، ماء ماسحات الزجاج)
الكهرباء (الأنوار، آلة التنبيه، مكيف الهواء، الخ)
الإطارات (ضغط الهواء، فيها، مدى صلاحيتها، سواويل المعجلات)



أحزمة الأمان قد تنقذ الأرواح. فاستخدمها!

في حالة وقوع أي حادث، حزام الأمان قد ينقذ حياتك.
 تأكد من أن الجميع يستخدم الحزام قبل أن تبدأ بتحريك السيارة.



لا تستعمل الهاتف النقال خلال القيادة

الهاتف النقال يلهي السائق لا تستعمله
 لا تستقبل مكالمات توقف إذا أردت الاتصال



لا تقد السيارة وأنت تشعر بالتعب

إذا شعرت بالتعب، توقف واسترح
 السائق الذي ينام وهو ممسك بعجلة القيادة يعرض نفسه للخطر



إستخدم أوعية ملائمة لتعبئة الوقود.

الأوعية البلاستيكية مخصصة لتعبئة الوقود.
 الأوعية المعدنية (الجركن) مخصصة لتعبئة الوقود.



احترم حدود السرعة ،

لا تتخط السرعة المحددة السرعة تفقدك السيطرة
 السرعة قتل



القيادة في الغبار،

لا تتجاوز في الغبار
 لا تدخل في سحابة الغبار
 خفض السرعة، توقف عند الضرورة

لا " تلتصق " بالسيارة التي أمامك

حافظ على المسافة الآمنة
 2 ثانية



لا تتجاوز ما لم يكن الطريق آمناً

أسأل نفسك: هل أنا فعلاً بحاجة للتجاوز؟
 تأكد ما إذا كان التجاوز تجاوزاً مشروعاً و
 لا يعطوي على مخاطر
 لا تتجاوز عند المنعطفات أو تقاطع الطرق



تجنب القيادة خلال الليل

من الصعب رؤية الحيوانات والعوائق
 الأخرى في الليل
 تجنب القيادة ليلاً إذا كان ممكناً



كشف للمائقين لفحص اليومي



	Brakes الفرامل	<input type="checkbox"/>		Jack, Tools & Triangle ملقحة التحميل والاموات	<input type="checkbox"/>
	First Aid Box صندوق الإسعافات الأولية	<input type="checkbox"/>		Vehicle Registration Papers أوراق تسجيل المركبة	<input type="checkbox"/>
	Fire Extinguisher مطفأة الحريق	<input type="checkbox"/>		RAS Sticker نظام فحص القوي (راس)	<input type="checkbox"/>




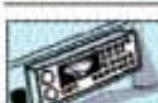
OK Not OK
مطلوب غير مطلوب

Name: _____ الاسم
Vehicle No.: _____ رقم السيارة
Date: _____ التاريخ

في حالة الحادث أو المرض أبلغ الآتي
In case of illness or accident, notify

Name: _____ الاسم
Street: _____ الشارع
المدينة _____ البلد
City: _____ Country: _____

Business Tel: _____ تليفون العمل
Home Tel: _____ تليفون المنزل

	Body Damage الهيكل	<input type="checkbox"/>		Light/Indicators (Electrical) الأنوار / الإشارات / الكهرباية	<input type="checkbox"/>
	Tyres/Lights الإطار / الإطار الامامي / تركيب الإطار	<input type="checkbox"/>		Mirrors مرآة	<input type="checkbox"/>
	Load Restraint تأكد من ربط الأمتعة	<input type="checkbox"/>		Speed Restrictor & Instrument السرعة القسوى	<input type="checkbox"/>
	Battery البطارية	<input type="checkbox"/>		Horn البوق	<input type="checkbox"/>
	Oil (Level) مستوى الزيت	<input type="checkbox"/>		Fuel الوقود	<input type="checkbox"/>
	Water (Level) قياس الماء	<input type="checkbox"/>		Seat Belt حزام الأمان	<input type="checkbox"/>
	Steering التقود	<input type="checkbox"/>		Communication Radio/Tape الآلة السمعية / الراديو	<input type="checkbox"/>
	Wipers/Windscreen التشاشات	<input type="checkbox"/>		A/C in Vehicle مكيف الهواء	<input type="checkbox"/>