

# 11 نصيحة للسلامة

## خطوات يمكنك اتخاذها لزيادة سلامة طفلك أثناء سيره للمدرسة

1. ناقش كل الطرق الممكنة ثم اختار أكثرها أمانا ومباشرة-  
خذ الطريق الذي على جانبيه أرصفة إن أمكنك ذلك،  
وتجنب الطرق المزدحمة والتقاطعات و/أو الطرق  
التي فيها أعمال بناء.

2. قوموا بتجربة الطريق معا- جربوا الطريق قبل بدء  
المدرسة، وكرروا المشي إلى المدرسة إلى أن تطمئن لتركهم  
أن يمشوا الطريق وحدهم إلى المدرسة. لا تدري إن كان  
الأطفال جاهزين أم لا؟ ابدأ المشي معهم ثم اتركهم يكملوا  
بأنفسهم عند اطمئنانك لقدرتهم على القيام بذلك لوحدهم.

3. متى يمكن أن يسير الطفل وحده؟ ابدأ منذ الصغر- علم  
الطفل مبادئ سلامة المشاة منذ الصغر. توصي البحوث عادة  
بتعليم الأطفال مهارات عبور الشارع بأمان في عمر 10  
سنوات. ومن المهم أن يقدر الأطفال سرعة السيارة، ويحسبوا  
المسافات الآمنة للمرور، ثم يقرروا أين ومتى يجب أن يعبروا  
الطريق بأمان. إلا أن الأطفال مختلفون، وتترك لأولياء الأمور  
تحديد مدى جاهزية أطفالهم.

4. خطط مقدما- تعرف على المدة التي يستغرقها السير في ذلك  
الطريق واضبط ساعة المنبه لتجد الوقت الكافي للاستمتاع  
بالمشي إلى المدرسة لا الاستعجال به.

5. قم بالمشي مع رفيق- المشي مع صديق أو شقيق يشعر  
الأطفال بأمان أكبر. فكر جديا بالتواصل مع العائلات المجاورة  
لتمشوا في جماعات إلى المدرسة.

6. تعرّف على المعالم المعروفة والبيوت الآمنة الموجودة  
على طول الطريق- نبه الأطفال إلى الأماكن التي يسكن فيها  
أناس تعرفهم أو أماكن يمكن أن يذهبوا إليها إن احتاجوا إلى  
ذلك.

  
www.activesaferoutes.ca

[www.activesaferoutes.ca](http://www.activesaferoutes.ca)

## 7. راجع نصائح السلامة

- تأكد من أن طفلك يعرف اسمه، وأسماء والديه،  
وعنوان بيته ورقم الهاتف.
- قم بالمشي على الرصيف ما أمكن- إن لم يكن هناك  
رصيفا، امشي على الجانب الأيسر للطريق المواجه  
للمرور.
- اعبّر الطريق من طريق المشاة أو عند التقاطعات-  
التفت يسارا ويمينا وأماما وخلفا لتتأكد من خلو  
الطريق؛ اتبع إشارات المرور والإشارات الضوئية  
وحراس العبور.
- انتظر إلى أن تتوقف حركة المرور تماما قبل عبور  
الطريق.
- تواصل بعينيك مع السائقين لتتأكد أنهم يرونك قبل  
عبور الطريق.

8. لا تقبل دعوة الركوب أو أي دعوة أخرى من غرباء- ذكّر  
طفلك بالاستراتيجيات حول مخاطر الغرباء.

9. تعرف على مخاطر الطريق المحتملة- مثل مسارات  
القطارات، والتقاطعات المزدحمة، وضع قواعد للسلامة.

10. تنبه إلى معرفة رقم الهاتف- خصوصا إذا كان الطريق  
منعزلا أو لم تجد رفيقا يمشي معك. تأكد من معرفة طفلك  
لكيفية طلب المساعدة.

11. ابقى متيقظا وتخلص من كل ما يصرف الانتباه - ضع  
الأدوات الإلكترونية جانبا مثل iPods، والهواتف النقالة.  
ارسل الرسائل أو الاستماع إلى الموسيقى قد تعرضهم للخطر  
لأنها تصرف الانتباه عن حركة المرور وعمّا يحيط بهم.

## كن آمنا واستمتع!

المصدر:

[www.activesaferoutes.ca/resources/safety-tips](http://www.activesaferoutes.ca/resources/safety-tips)

المراجع:

Canada Safety Council. Safety Reminders for Back to  
School. Retrieved from

<https://canadasafetycouncil.org/child-safety/safety-reminders-back-school>

Subdhan, Abigale (2012). 7 Tips to teach your kids about  
walking home from school. Parents Canada. Retrieved  
from <http://www.parentscanada.com/school/7-tips-to-teach-your-kids-about-walking-home-from-school>