

آمنين باختيارنا



Muoversi. Con intelligenza

CON LA SICUREZZA
**NE FARÒ
DI STRADA**

مع الأمان سوف أذهب بعيدا
- سنة 12/11

progetto promosso da



con il patrocinio di



Ministero dell'Istruzione e del Merito

Ufficio Scolastico Regionale per il Piemonte
Ufficio VI - Ambito Territoriale di Cuneo

in collaborazione con



المشروع

(نظام النقل. التنقل المستدام) الصفحة 5 من الكتاب المصغر
بعض البيانات المهمة لمنطقة كونيو) الصفحة 8 من الكتاب المصغر (ماذا ترى؟ مارأيك؟ قارن الآراء
(الشخصية) الصفحة 11 من الكتاب المصغر
" (أين تصل معرفتك؟ كلمات الأمان) صفحة 12/11 من الكتاب المصغر
(الشعور بالأمان) الصفحة 12/11 من الكتاب المصغر
(التحرك بذكاء) الصفحة 17 من الكتاب المصغر
(الاختيارات الواعية) الصفحة 19 من الكتاب المصغر

المشروع

من المدن الكبرى إلى البلدات الصغيرة، تتميز الحياة اليومية للجميع بالتنقل، سواء كان ذلك عبر الفضاء الحضري أو الانتقال في الفضاء خارج المدينة للوصول إلى المدرسة أو العمل أو العودة إلى المنزل. روتين يتكون من القواعد الأساسية للتحرك بأمان، ولكن أيضا من العادات والإهمال الصغير الذي يمكن أن يجعلنا ننسى أهمية الحكمة والقواعد

، "لهذا السبب، فإن مشروع "آمنين باختيار. أتتحرك بذكاء"

وهي مبادرة مخصصة لتعليم السلامة على الطرق والتنقل المستدام تهدف إلى زيادة الوعي "Sicuri per Scelta. Muoversi con intelligenza" بين جميع مستخدمي الطريق حول الامتثال للقواعد وتعزيز الإدراك الصحيح للمخاطر

الغرض من الكتاب المصغر هو في الواقع تنشيط التفكير والحوار والمقارنة من خلال مشاركة بعض المعلومات المهمة

مع نمو الفتيات و الفتيان، تزداد الحاجة إلى الاستقلالية أثناء السفر الحضري والسفر لمسافات طويلة. تسمح الاهتمامات الجديدة والأسئلة الجديدة بفهم سلوك الطريق والتوجه نحو الاختيارات الواعية

على الطريق، نميل إلى المبالغة في تقدير قدرتنا على التحكم في المواقف من خلال التقليل من المخاطر النموذجية لحركة مرور على الطرق. تصبح العادة والثقة المفرطة أرضا خصبة لارتكاب الأخطاء

يوفر التفكير والمواجهة مع الأصدقاء والبالغين المرجعيين محفزات وفرصا لقياس توقعات المرء والتغلب على المعتقدات الخاطئة والصور النمطية والمعلومات المشوهة

تصبح الحاجة إلى تجربة أشكال جديدة من التنقل مع مجموعة الأصدقاء فرصة لتطبيق سلوكيات الحماية الذاتية المناسبة

بالنسبة للفتيات والفتيان الذين تروا أعمارهم ب ر. ي 12/11 عاما، من المهم المناقشة. يف شكل حوار مع أفراد الأسرة: تحقيقا لهذه الغاية، يتم اق رباح بعض المقتطفات من الكتاب المصغر أدناه

(نظام النقل. التنقل المستدام) (الصفحة 5 من الكتاب المصغر

يتطلب المجتمع والاقتصاد اليوم من الضروري نقل البضائع والأشخاص بشكل متكرر للغاية ، ومعظمهم يسافر يوميا عن طريق البر بيسيارتهم الخاصة.

تشير بعض الدراسات إلى أن وسائل النقل ككل في أوروبا (الركاب والبضائع ، عن طريق البر والجو والبحر) تمثل ثاني أكثر العوامل تلويثا للغلاف الجوي.

- يعتبر نظام النقل الحديث فعالا عندما يلبي هذه الاحتياجات

- السرعة التي تصل بها البضائع والأشخاص إلى وجهتهم

تكلفة هذه الرحلات

- غالبا ما تقاس الاستدامة البيئية من حيث تلوث واستهلاك الموارد البيئية

العوامل الإشكالية	حلول	أشخاص
التلوث الضوضائي تلوث الهواء ان بعثات غازات مسببة للاحتباس الحراري الازدحام المروري الحوادث	الابتكار التكنولوجي سلوكيات الناس	الخيارات الواعية في السفر

التنقل المستدام هو نظام تنقل منظم بطريقة يمكن للسلع والأشخاص الانتقال من مكان إلى آخر ، سواء في حياتهم اليومية أو في الرحلات الطويلة المدى، دون التأثير بشكل مفرط على الأنظمة الاجتماعية الأخرى ، خاصة على البيئة ، وصحة الكائنات الحية ، وعلى الاقتصاد

بعض البيانات المهمة لمنطقة كونيو

I Quaderni della Fondazione CRC, Q47 Direzione. سبتمبر المستدام، للتنقل الإقليمية الحلول 2024

<https://fondazionecrc.it/documenti/quaderno-47>

تغطي مقاطعة كونيو مساحة تزيد عن 6,900 كيلومتر مربع ، مما يجعلها رابع أكبر مقاطعة في إيطاليا والأولى في بيمونتي. من حيث عدد السكان (، فهي ثاني مقاطعة بيدمونت ، بكثافة 84 نسمة لكل كيلومتر مربع) (المتوسط الإيطالي هو 195 نسمة لكل كيلومتر مربع تتكون المنطقة من 51% جبال و 27% تلال و 23% سهول

يتركز أكثر من 50% من السكان في وادي نهر ستورا ، بين بورجو سان دامازو ، كونيو ، برا ، ألبا

تعتبر منطقة كونيو شبكة كثيفة من الطرق ، تختلف تماما عن بعضها البعض ، على سبيل المثال يبلغ الطول الإجمالي حوالي 11,000 كيلومتر ، وهو الأكبر في بيدمونت

كم يتنقل الناس؟ في مقاطعة كونيو ، في أحد أيام الأسبوع ، يقوم حوالي 450.000 شخص برحلة واحدة على الأقل عن طريق البر: المناطق الطرقية تعتبر مركز تنقل مهم ، حيث تحتل المرتبة الثانية بين مقاطعات بيمونتي ، مع ما يقرب من مليون رحلة يوميا

كيف يتجولون؟ يرتبط السفر اليومي باحتياجات فرد الأسرة (48%) (والدراسة والعمل (33%) (والترفيه (19%). تتم 70% من الرحلات داخل بلديتك بالنسبة للرحلة ذهابا وإيابا ، يختار سكان كونيو هذا النوع من التنقل : 63% من إجمالي رحلات السكان في

مقاطعة كونيو يتم بسيارة خاصة ، بينما 2% بالدراجة النارية. يتم تنفيذ 33% بواسطة وسيلة نقل نشطة ، منها 30% سيرا على الأقدام و 3% بالدراجة ؛. يتم تغطية 2% من إجمالي الرحلات من خلال وسائل النقل العام المحلية

في السنوات العشر الماضية ، في مقاطعتنا كانت هناك زيادة بنسبة 11% في عدد السيارات و 27% في المركبات ذات العجلتين

يؤكد هذا الرقم على زيادة حركة مرور المركبات ويسلط الضوء أيضا على استهلاك الأرض اللازم لحوالي 80% من عمر السيارة ، أي الوقت الذي تظل فيه متوقفة

على الرغم من أن رحلة واحدة من كل رحلتين تتم في المنطقة بأكملها لمسافات تقل عن خمسة كيلومترات ، إلا أن 3% فقط من الرحلات

اليومية تتم بالدراجة ، و 30% سيرا على الأقدام

من وجهة نظر الحوادث ، خلال عام 2022 في مقاطعة كونيو ، كان هناك 1,136 حادث طرق مع إصابة أشخاص ، مع وفاة 43 شخصا وإصابة 1590 ، وبالتالي بمتوسط ثلاثة حوادث طرق يوميا ، بإجمالي إصابة أربعة أشخاص يوميا يجب أن نتذكر أن حادث الطرق الذي يصاب فيه الناس أو يموتون ، بالإضافة إلى الضرر المعنوي والمعاناة الكبيرة الناجمة ، يمثل أيضا ضررا اجتماعيا لأولئك الذين ليسوا متورطين بشكل مباشر: في عام 2022 بلغت التكلفة الإجمالية لحوادث الطرق في مقاطعة كونيو حوالي 164 مليون يورو ، حوالي 280 يورو لكل ساكن

(ما رأيك؟ - قارن الآراء الشخصية) الصفحة 11 من الكتاب المصغر أ(3) أ ما مدى خطورة المواقف التالية؟

3	2	1	أ) السفر بالدراجة النارية بدون خوذة
3	2	1	ب) السفر بالدراجة بدون خوذة
3	2	1	ج) السفر بالسيارة دون ربط أحزمة الأمان
3	2	1	د) المشي على الرصيف باستخدام الهاتف الذي
3	2	1	هـ) اعب الطريق سيرا على الأقدام على المعابر باستخدام هاتفك الذي
3	2	1	و) اعب الشارع سيرا على الأقدام خارج المعابر باستخدام هاتفك الذي
3	2	1	ز) ركوب الدراجات ليلا بدون عناصر عالية الوضوح

كلمات الأمان (صفحة 11/12 من الكتاب المصغر -

لكي تصبح على دراية كاملة بالسلامة والاستدامة البيئية ، من المهم أن تكون داريا بشأن المعنى الدقيق للكلمات: هل تساءلت يوما عما تعنيه كلمة "سلامة"؟

فإن الحالة هي التي تجعل المرء يشعر بالتححرر من ، Treccani والتي تعني "بدون قلق". وفقا لموسوعة ، sine "cura يأتي من اللاتينية الأخطار ، أو التي تعطي إمكانية منع أو إزالة أوتقليل الأضرار ، والمخاطر ، والصعوبات ، والأحداث غير السارة وما شابه ذلك

تعريف السلامة

... لتحديد المفاهيم المتعلقة بالسلامة ، يتم استخدام مصطلحات السلامة والأمن والطوارئ دوليا. ماذا لو لم ينجح "الأمان"؟ علينا إدارة العواقب

حالة طوارئ	أمن	أمان
يتعلق بحماية الخطر واحتوائه . يف حالة عدم كفاية السلامة والأمن لحدوث حالات خط رية بشكل استثنائي	يتعامل مع الوقاية من خلال تدابير البنية التحتية والتدريب والمعلومات التي تهدف إلى زيادة الوعي بالمخاطر وتجنب الخطر الذي تسببه أطراف ثالثة سيئة النية	يتعامل بشكل خاص مع الصحة والسلامة في البيئات المعيشية ، لحماية الشخص من الأخطار العشوائية التي تسببها القوى الطبيعية أو الخطأ البشري ، والتي يمكن أن تسبب أضرارا جسدية ومعنوية وروحية وحتى ضررا غير مباشر (ناتج عن موقف قد لا يبدو خطيرا
تواجه حالات الطوارئ وتديرها ال رشطة وفرقة الإطفاء والإسعافات الأولية والحماية المدنية	يأخذ في الاعتبار المفاهيم الذاتية والاجتماعية للمخاطر والسلامة ، والحماية من التكيف والتأثيرات المحلية والخارجية	يتم تحديد المخاطر وقياسها والتنبؤ بها من قبل الخبراء الذين يحددون القواعد ومقترحات التدريب

(ما رأيك؟ - ادعم آرائك) الصفحة 14 من الكتاب المصغر

التمرين 7 - أسباب وقوع حادث ، في رأيي في رأيك ، الوقوع في حادث ، يعتمد على ...؟

قليلًا	كفي	كثير	
1	2	3	أ) سوء الحظ / المصير
1	2	3	ب) الإلهاء / التسرع
1	2	3	ج) ضعف الامتثال للقواعد بشكل عام
1	2	3	د) الكثير من حركة المرور
1	2	3	هـ) الرغبة في المخاطرة للاستمتاع
1	2	3	و) velocità
1	2	3	ز) أخرى (تحديد
1	2	3	ح) أخرى (تحديد

معلومات إضافية

إن التقليل من شأن صعوبات ومخاطر الطريق ، والمبالغة في تقدير قدرات التحكم لذا الفرد) معتقدا ان هذا لن يحدث لي في أي حال) زائد التسرع والإلهاء هم الأسباب السلوكية الرئيسية لحوادث الطرق

تشير الإحصاءات إلى أن حوالي نصف الأشخاص الذين قتلوا في حوادث الطرق في أوروبا هم من المشاة وراكبي الدراجات وراكبي الدراجات النارية ؛ الحوادث التي تورط فيها هؤلاء المستخدمين المعرضين للخطر أقل أهمية من الناحية العددية ولكن لها عواقب وخيمة خاصة بالنسبة للمشاة الأقل حماية. يعتبر الأطفال والشباب دون سن 15 عاما وكبار السن الذين تزيد أعمارهم عن 65 عاما هم الأكثر عرضة للخطر

حتى لو لم يكن من الممكن التنبؤ بوقوع حادث طريق أبدا ، تشير الإحصائيات إلى أن 40% من الحوادث المميتة تحدث في رحلات قصيرة ، أقل من 3 كيلومترات ، خاصة داخل المناطق المأهولة: وفي الرحلات القصيرة بالتحديد يزداد تعرض الأطفال والشباب للخطر ، بسبب التقليل من مخاطر

الطريف من طرف البالغين

وفيما يتعلق بالصبي قبل المراهقة، من المهم التفكير في حقيقة أن الحادث يتحدد دائما بسلسلة من الأسباب المساهمة. في ذلك، وأن نشجع مفهوم "ما الذي يمكنني فعله من أجل سلامتي وسلامة مستخدمي الطريق الآخرين"، بهدف المسؤولية المشتركة

من الجيد أن تعرف - من الصعب تعريف "الإلهاء" ، لتبسيط الأمر يمكن القول أن الشخص "مشتت" عندما يركز انتباهه على الكثير من المحفزات المعاصرة. عند التحرك على الطريق ، يعد الاستخدام غير السليم للهاتف المحمول أحد عوامل الإلهاء الرئيسية

على سبيل المثال ، تشير الدراسات إلى أن استخدام الهواتف (حتى الأجهزة بدون استخدام اليدين) ينطوي على انحرافات بصرية وسمعية ومعرفية ، وفي السيارة ، يعرض السائق للخطر أكثر في التحدث إل الركاب أو الاستماع إل الراديو. وفقا للخبراء ، فإن استخدام الهاتف المحمول أثناء القيادة يزيد من احتمالية وقوع حادث بمقدار أربع مرات مقارنة بعدم استخدامه ، لأنه يستغرق ثوان أكثر من

ادراك الخطر ← الرد لتجنب الخطر ← إيقاف السيارة

وقت التفاعل - مسافة رد الفعل - مسافة الفرملة

الفرق بين الخطر والمخاطر: يستخدم هذان المصطلحان أحيانا بشكل مترادف ، لكنهما ليسا كذلك. ويعرفها القانون الموحد (المرسوم التشريعي رقم (2008/81 بشأن السلامة على النحو التالي

الخاصية الجوهرية أو الجودة لعامل معين لديه القدرة على التسبب في ضرر	خطر (خطر)
احتمال الوصول إلى المستوى المحتمل للضرر في ظل ظروف الاستخدام أو التعرض لعامل أو عامل معين أو مزيج منه	المخاطرة / المخاطر

(الشعور بالأمان " (الصفحة 15 من الكتاب المصغر"

أجهزة السلامة السلبية	أجهزة السلامة النشطة
إنها أجهزة تساعد ، بعد وقوع حادث ، على الحد من الضرر	إنها أجهزة تساعد . يف منع أو منع وقوع حادث
على سبيل المثال حزمه الوسادة الهوائية	على سبيل المثال نظام التحكم . يف ثبات (ESP) نظام الفرامل المانعة للانغلاق (ABS) (نظام مساعدة السائق المتقدم (ADAS) السيارة

معلومات إضافية

قد يؤدي عدد وجودة أجهزة السلامة السلبية إل الشعور ب "الشعور بالأمان" ولكنها لا تؤثر على احتمالية وقوع حادث. لا يمكن للثقة المفرطة . في أجهزة السلامة . في السيارة أو . في مهارة السائق أن تحل محل انتباه الراكب لسلوكه الفضول في سيارات الفورمولا 1 ذات المقعد الواحد ، تم تصميم كل مقعد لجسم السائق. يتم الاهتمام بكل التفاصيل ، كما لو كان المقعد فستانا ثانيا ، بعد البدلة

حتى بالنسبة لسياراتنا ، فإن الابتكارات التكنولوجية المستمرة تجعل من الممكن تحسين راحة المقاعد وأنظمة التقييد التي تحمينا: في حالة حدوث تصادم أو تصادم من الخلف ، فإن الأخيرة لديها مهمة امتصاص الطاقة الحركية لجسمنا لمنعها من الاصطدام (أو الاصطدام بطريقة مخففة) بالهيكل الداخلية للسيارة. نحن جميعا مختلفون ، حتى أنظمة السلامة السلبية يجب أن تكون "مخصصة" قدر الإمكان لأجسامنا

للمعرفة

ECE R129 منذ 1 سبتم .ي 2024 . في الاتحاد الأوروبي ، تخضع أنظمة تقييد الركاب الأطفال الذين يحملون في السيارة للوائح الموافقة الجديدة .والتي تستند الى اختبارات أمان أكثر تقنية وشمولية من الناحية التكنولوجية ، gi-Size ويتم تصنيف المقاعد الآن حسب الطول وليس حسب العمر

. مسند الظهر إلزامي يصل ارتفاعه إل 125 سم ،لحماية أفضل في حالة حدوث انصدام جانبي ، "في القامة التي تتراوح بين 125 سم و 150 سم ، يكون المقعد بدون مسند الظهر ، والذي يطلق عليه عادة "الداعم" أو "المعزز إلزاميا .عندما يصل طولك 150 سم ، فيمكنك أن تسافر بأمان جالسا مباشرة في المقعد و مربوط بحزام السلامة. دائما ، في أي حالة قيادة

سلامة الراكب المنقول

لا تسمح جميع وسائل النقل ذات العجلتين والأربع بالنقل الآمن للطفل يمكن نقل الفتيات والفتيان في عمرك على مركبات ذات أربع عجلات وفقا لمتطلبات محددة تعتمد على نوع السيارة وخصائصها الهيكلية ونوع أجهزة السلامة الموردة والاستخدام المخصص للمركبة (مثل السيارة الخاصة أو مركبة العمل). لا يمكن نقلك على: الدراجات البخارية

والدراجات النارية ومركبات العمل والمركبات الزراعية. • في الحافلة المدرسية ، يجب عليك ربط أحزمة الأمان الخاصة بك ، إذا كانت الحافلة مجهزة بذلك .

يقلل النقل المدرسي الجماعي الحافلات المدرسية والحافلات (من عدد السيارات الخاصة المتداولة ، مع آثار إيجابية على التلوث البيئي والسلامة على الطرق

بذكر

وأجهزة سلامة راكب الدراجة؟

حماية راكبي الدراجات ليست إلزامية ولكن يوصى بشدة باستخدام خوذة للحماية .في حالة السقوط وربما وقاية الركبة و/ أو وقاية الكوع وواقيات المعصم. من أجل سلامتك ، من المهم أن تكون ملحوظا في حركة المرور ، من خلال عناصر عالية الوضوح المطبقة على الملابس ، بالإضافة إلى الأضواء الإلزامية للدراجات ، أي العاكس الأمامي الأصفر والعاكس الخلفي الأحمر ، والعاكسات الموضوعة على الدواسات وعلى جوانب العجلات

(التحرك بذكاء) الصفحة 17 من الكتاب المصغر

ان النشاط البدني يمثل في المشي يوميا في طريق المنزل والمدرسة والعكس له تداعيات إيجابية على الصحة البدنية ، ويزيد من الاستقلالية ، ويساعد على التركيز ، ويسمح لك بمراقبة البيئة المحيطة من خلال تعلم مفاهيم مهمة لحمايتك الذاتية والمشاركة بنشاط في التنقل الآمن والمستدام لمنطقتك. في نهاية اليوم الدراسي ، يساعد المشي الدماغ بالراحة بعد ساعات عديدة من التركيز على الأنشطة المعرفية .يساعد المشي وركوب الدراجات إلى المدرسة في جعل المدينة أقل تلوثا وأكثر ملاءمة للعيش

للتأمل

ما هي الصعوبات التي تواجهها في طريقك إلى المدرسة؟ ما الذي يمكن أن يسهل هذه الرحلة اليومية لك؟.

- هل تصادف أن تمشي في مجموعة؟ حاول أن تصف ما تشعر به أثناء / بعد المشي مقارنة بما قبل المشي
- عند السفر كراكب في سيارة ، هل تربط حزام الأمان دائما؟
- سواء كنت جالسا في المقعد الأمامي أو الخلفي؟ حتى للرحلات القصيرة؟ حتى عندما يتم نقلك من قبل والد صديقك ، على سبيل المثال للذهاب إلى المدرسة أو إلى التمرين؟

(الخيارات الواعية) الصفحة 19 من الكتاب المصغر

التكاليف الاجتماعية الناتجة عن تلوث الهواء وحوادث الطرق تشكل عبء على المجتمع. بدعم من التقنيات الجديدة ورغبة الناس في تغيير العادات ، بدأ نموذج التنقل "الذي" في الانتشار ، بهدف جعل السفر الشخصي أكثر اخضرارا وراحة وملاءمة. في الواقع ، أصبحت مفاهيم مثل "التنقل الناعم" و "التنقل متعدد الوسائط" و "التنقل المستدام" أكثر انتشارا. إذا كان عليك تنظيم رحلة لطيفة ، لزيارة مكان طالما حلمت به ، فما هي وسيلة النقل التي ستأخذها؟ وعلى أي أساس ستختار المعايير ؟ دعونا نفكر في الأمر معا

التمرين رقم 15 - مهمة الواقع: ما هي تكلفة الحركة؟

عليك أن تذهب مع عائلتك في رحلة ؛ اختر وجهة بعيدة عن منزلك (أكثر من 500 كم) ، ثم قم بتقييم اختيارك بناء على عدة عوامل