

Community Safety Information Booklet Farsi Translation



امنیت اجتماعی دفترچه راهنما

شهر راید City of Ryde

امنیت اجتماعی دفترچه راهنما

رفع مسئولیت: اطلاعات این دفترچه از دفتر نمایندگی های محلی و دولتی مختلف به منظور اطلاع رسانی به ساکنین منطقه راید جمع آوری شده است. شهر راید ، انجمن رفاه کره ای های استرالیا و انجمن آسیایی های استرالیایی Bennelong در رابطه با صحت اطلاعات این دفترچه هیچ مسئولیت قانونی ندارند.

اطلاعات موجود در این دفترچه با توجه به اطلاعات نویسنده در ماه ژانویه سال 2012 به روز می باشد.

این دفترچه توسط انجمن محلی ترجمه شده است.

ایمنی در خانه.....	14	شماره تلفن برای تماس های ضروری.....	4
امنیت خانه.....	14	خطوط تلفنی بیست و چهار ساعته.....	4
جلوگیری از آتش سوزی	14	شماره های ضروری دیگر	4
ایمنی استخر	16	چگونه با پلیس تماس بگیریم	6
ایمنی در محل کار.....	17	در مواقع اضطراری با شماره سه صفر '000'	
حفظ امنیت در محل کار.....	17	تماس بگیرید.....	6
ایمنی برای افراد جوان در محل کار	18	چگونه برای گزارش جرم های کوچک یا حوادث	
ایمنی در جاده.....	19	غیر اورژانسی با پلیس تماس بگیریم	8
ایمنی خودرو	19	گزارش اطلاعات بدون ذکر نام یا گزارش در	
تصادفات و قوانین رانندگی.....	19	رابطه با یک جنایت	8
ایمنی راه های ورودی خانه ها و		امنیت شخصی	9
ساختمانهای دیگر	20	ایمنی در سفر یا در شب	9
وسيله محافظ کودکان برای وسایل نقلیه.....	21	امنیت دانش آموزان	10
ایمنی در بیرون از خانه.....	22	مسائل حقوقی	10
امنیت در مکانهای گردشگری جنگلی و		خشونت در خانواده.....	11
گردشگاه های عمومی	22	الکل و مواد مخدر دیگر.....	12
حشرات سمی و حیوانات.....	23	کلاه برداری	13
شنا در اقیانوس و رودخانه ها	29		
ایمنی ماهیگیری	30		



شماره تماس های ضروری

خطوط تلفنی بیست و چهار ساعته

000	شماره های تماس اضطراری – پلیس آتش نشانی آمبولانس سه صفر
131 144	خط امداد پلیس
1800 656 463	خسونت در خانواده
1800 688 009	خدمات پیشگیری از سوء استفاده از کودکان
1800 333 000	مقابله با جنایت
131 114	خط تلفن امداد

شماره های ضروری دیگر

ایستگاه های پلیس محلی

9858 9299	ایست وود (Eastwood)
9879 9699	گلیدزویل (Gladesville)
9808 7401	راید (Ryde)

خدمات راهنمای تلفن

(Telephone Directory Assistance)

این سرویس تلفنی امکان ارتباط مستقیم با شخص یا سازمان مورد نظر شما را فراهم می کند.

خدمات ترجمه کتبی و شفاهی (TIS ملی)

(TIS National)

شماره تماس TIS ملی برای دسترسی سریع به مترجم 131 450 این سرویس دولتی برای کمک به افرادی است که زبان انگلیسی را به خوبی نمی دانند. آنها از این طریق می توانند به صورت تلفنی با یک مترجم و سرویس های خدماتی مورد نظر خود به طور همزمان ارتباط برقرار کنند.

نحوه استفاده از خدمات ترجمه کتبی و شفاهی

1. با شماره 131 450 تماس بگیرید.
2. زبان مورد نظر خود را تقاضا کنید (اگر بتوانید آن را به انگلیسی بگویید بهتر است، در غیر اینصورت مترجم به شما کمک می کند).
3. پشت خط منتظر بمانید تا بتوانید با مترجم مربوطه صحبت کنید. (بین 30 ثانیه تا 3 دقیقه).
4. نام سازمان مورد نظر خود را به مترجم بگویید تا وی امکان ارتباط شما با آن سازمان را فراهم کند.
5. مترجم و کارمند آن سازمان با شما بر روی یک خط تلفن مشترک به صورت همزمان صحبت می کنند.

افراد غیر انگلیسی زبانی که با TIS ملی تماس می گیرند ، باید نام زبان بومی خود و نیز شماره تماس سازمان یا شخص مورد نظر خود که می خواهند با آن صحبت کنند را به تلفن چی بگویند.

برای تماس با پزشک عمومی، سازمان های اجتماعی غیردولتی ، ادارات دولتی محلی و چند سازمان دیگر مترجم بصورت رایگان در اختیار شما قرار می گیرد.

هنگامی که با سرویس خدمات مترجمین تماس می گیرید، در رابطه با هزینه خدمات مورد نظر خود سوال کنید. سپس می توانید در رابطه با استفاده از این سرویس خدماتی تصمیم بگیرید.

سرویس ترجمه تلفنی به صورت 24 ساعته ، هفت روز هفته در اختیار شما است، اما ممکن است فرد یا سازمان مورد نظر شما آخر هفته یا بعد از ساعات اداری در دسترس نباشد.

منطقه راید

تماس: مسئول طرح امنیت اجتماعی و امنیت جاده و خیابان
آدرس: اداره مرکزی شهر راید، شماره 1 خیابان دولین، راید نیو ساوت ویلز NSW 2112
تلفن: 02 9952 8222
ایمیل: cityofryde@ryde.nsw.gov.au
وب سایت: www.ryde.nsw.gov.au/safety

انجمن رفاهی کره ای های استرالیا

ایست وود (Eastwood): چهارشنبه ، پنج شنبه ، جمعه 10 صبح تا 4 بعداز ظهر
(3) 972 967 0433 یا 9858 5662

پاراماتا (Parramatta): دوشنبه یا سه شنبه 9:30 صبح تا 4 بعداز ظهر شماره تماس
9687 9901 (لطفا بگوئید که می خواهید با کارمند کره ای صحبت کنید)

کمپسی (Campsie): دوشنبه – پنج شنبه 10 صبح تا 4 بعداز ظهر
9718 9589 یا (3) 559 0430

همبوش (Homebush): دوشنبه – جمعه 9:30 صبح تا 5 بعداز ظهر
(مسئول ارشد رفاهی) : 9746 0797
ایمیل: koreanwelfare@hotmail.com
وب سایت: www.koreanwelfare.org.au

انجمن آسیای های استرالیائی Bennelong
ایمیل: info@aaab.org.au
وب سایت: www.aaab.org.au

چگونه با پلیس تماس بگیریم

منزل مواجه می شوند، وجود دارد.

در مواقع اضطراری شماره سه صفر 000 را بگیرید.

برای تماس فوری و اضطراری سه صفر را شماره گیری نمایید. تماس اضطراری برای زمانی است که یک جنایت در حال وقوع باشد، زندگی کسی در خطر باشد یا مثلاً آتش سوزی رخ داده باشد. از طریق هر تلفنی می توانید با خدمات فوریت های نیوساوت ویلز NSW بصورت رایگان تماس بگیرید. آنها از شما سوالاتی در رابطه با نوع کمکی که نیاز دارید خواهند پرسید، که آیا به پلیس، آتش نشانی یا آمبولانس نیاز دارید و برای کمک رسانی به شما اقدام می نمایند. آنها فوراً شما را به خدمات فوریتی که مورد تقاضای شما است وصل می کنند و در رابطه با جزئیات مربوطه از شما سوال خواهد شد. می توانید با گفتن نام زبان مادری خود تقاضای یک مترجم کنید مثلاً بگویید Korean translator و منتظر بمانید تا تلفن چی امکان برقراری ارتباط تلفنی شما با مترجم را فراهم کند.

در جاهای دور دست مانند مناطق جنگلی می توانید شماره 112 را از طریق تلفن همراه خود برای موقعیت های اضطراری شماره گیری کنید. (حتی اگر در آنجا پوشش شبکه شرکت خدمات تلفن همراه شما وجود نداشته باشد)

به طور کلی، شهر راید شهر نسبتاً امنی برای زندگی است. اما به هر حال، احتمال وقوع جنایت در هر مکانی وجود دارد و بهتر است که در رابطه با آن آمادگی داشت.

برای برقراری تماس تلفنی با پلیس بسته به آنچه که اتفاق افتاده و نوع نیاز شما به کمک، سه راه وجود دارد. در هر مورد، اگر نمی توانید انگلیسی صحبت کنید، بگویید "مترجم (interpreter)" و نام زبانی را که با آن صحبت می کنید بگویید. برای مثال اگر به زبان کره ای صحبت می کنید بگویید "Korean". از آنجا که مترجمان اغلب خیلی مشغول هستند، باید منتظر بمانید تا ارتباط شما با یک مترجم برقرار شود و او بتواند به شما کمک کند.

شهر راید سه ایستگاه پلیس دارد که در ایست وود، گلیدزویل و راید قرار دارند. ایستگاه پلیس محلی است که برای دریافت هر گونه کمک و گزارش حوادث و جنایات می توانید به آنجا مراجعه کنید. مراکز پلیس گلیدزویل و ایست وود دارای چندین افسر پلیس متخصص می باشند. در ایست وود یک افسر پلیس رابط آشنا با فرهنگ های مختلف وجود دارد که با افراد غیر انگلیسی زبان کار می کند. و در گلیدزویل یک افسر رابط افراد هم جنس باز می باشد که به افراد هم جنس باز کمک می کند.

در ایست وود و گلیدزویل افسر رابط برای مقابله با خشونت در خانواده برای کسانی که با سوء رفتار در

اطلاعات بیشتر

ایستگاه پلیس ایست وود (Eastwood Police Station) 9858 9299

ایستگاه پلیس گلیدزویل (Gladesville Police Station) 9879 9699

ایستگاه پلیس راید (Ryde Police Station) 9808 7401

پلیس نیوساوت ویلز - اطلاعات سه صفر 000 NSW Police
www.police.nsw.gov.au/services/triple_zero_000



چگونه برای گزارش جرم های کوچک یا حوادث غیر اورژانسی با پلیس تماس بگیریم

می توانید با خط امداد پلیس (PAL) با شماره 131 444 برای گزارش جرم های کوچک که قبلاً اتفاق افتاده (جرم یا جنایاتی که در هنگام برقراری تماس شما در حال وقوع نمی باشند) و نیاز به حضور سریع پلیس وجود ندارد و کسی صدمه ندیده است تماس بگیرید، برای مثال خسارت به اموال.

لطفاً قبل از اینکه با 131 444 (PAL) تماس بگیرید، بررسی کنید که جرمی که می خواهید گزارش دهید به کدام یک از گروه های زیر ارتباط دارد:

- دزدی
- ایجاد خسارت عمدی از روی کینه توزی که شامل دیوار نویسی بدون مجوز قانونی نیز می شود.
- سرقت وسایل نقلیه
- تصادف در صورتی که هیچ کس صدمه ندیده باشد، کسی الکل یا مواد مخدر مصرف نکرده باشد، تبادل مشخصات رانندگان صورت گرفته باشد، یا هیچ کدام از وسایل نقلیه با یک کش حمل نشده باشند. اما به هر حال ممکن است شما مایل باشید باخاطر مسائل مربوط به بیمه و یا به دلیل عدم تبادل مشخصات رانندگان، با شماره تلفن 131 444 (PAL) تماس گرفته و تصادف را گزارش دهید. زمانی که نیاز به حضور پلیس

باشد PAL هماهنگی لازم برای حضور مأمورین پلیس در محل تصادف را انجام می دهد.

گزارش اطلاعات بدون ذکر نام یا گزارش در رابطه با یک جنایت

اگر در رابطه با یک فعالیت مشکوک یا جنایت یا فعالیت های جنایی اطلاعاتی دارید، با تیم مقابله با جنایت (واحد ملی مقابله با جنایت) از طریق شماره 1800 333 000 (به صورت رایگان) تماس بگیرید. امکان برقراری تماس با آنها از دوشنبه تا جمعه از 7 صبح تا 11 شب و در تعطیلات آخر هفته از 8 صبح تا 8 شب وجود دارد. اطلاعات شما به واحد مبارزه با جنایت کمک میکند که از وقوع یک جنایت جلوگیری کنند یا اسرار جرم و جنایات را حل کنند و افراد جنایت کار را دستگیر کنند.

شما می توانید بدون ذکر نام خود اطلاعات را به آنها بدهید و اطلاعات شما محرمانه باقی خواهند ماند. بنابراین در هنگام گزارش نیازی نیست نام خود را ذکر کنید. اگر یک جنایتکار دستگیر شود، به فردی که در این رابطه گزارش داده تا 1000 دلار پاداش داده خواهد شد.

آمار زیر موفقیت های تیم مبارزه با جنایت در سال 2010 که به کمک گزارشهای مردم صورت گرفته است را نشان می دهد:

- 6500 مورد بازداشت صورت گرفته است.
- 15700 مورد اتهام وارد شده است.

اطلاعات بیشتر

پلیس نیوساوت ویلز <http://www.police.nsw.gov.au>

مقابله کنندگان با جنایت www.crimestoppers.com.au یا شماره 1800 333 000

همچنین می توانید برای گزارش فعالیت های مشکوک یا در صورتی که سوالی داشتید با ایستگاه پلیس محل خود تماس بگیرید. (صفحه 6 را ببینید)

ایستگاه پلیس راید 9808 7401

ایمنی شخصی

ایمنی در هنگام تردد در شب

برای بهبود ایمنی شخصی خود راهکارهایی وجود دارد که به سادگی می توانید انجام دهید.

نکات ایمنی در هنگام استفاده از وسایل حمل و نقل عمومی

- هنگام استفاده از حمل و نقل عمومی نسبت به محیط اطراف تان هشیار باشید.
- از قبل برنامه زمانی حمل و نقل عمومی را بخوانید، تا از انتظار طولانی در ایستگاه اتوبوس، قطار یا ترمینال ها جلوگیری کنید. در صورت لزوم در مکانهای پر نور و شلوغ منتظر بمانید.
- زمانی که قطار نسبتاً خالی است، در واگن های نزدیک به راننده، یا نزدیک به قسمت نگهدارنده (با چراغهای آبی قابل تشخیص است) سفر کنید.

هنگام راه رفتن

- در مکانهای پر نور حرکت کنید، حتی اگر مجبور شوید مسافت طولانی تری را پیاده روی کنید. از عبور از راه های میان بری که از مناطق تاریک و بی صدا می گذرند اجتناب کنید. اگر احساس ناامنی کردید به مکانی شلوغ و پر نور بروید.

- نسبت به عبور و مرور وسایل نقلیه هشیار باشید و قبل از عبور از عرض خیابان به چپ و راست نگاه کنید تا مطمئن شوید خطری وجود ندارد. همواره از خطوط عابر پیاده استفاده کنید. هنگام عبور از عرض خیابان بسیار مواظب باشید زیرا ممکن است راننده شما را نبیند. هرگز فرض نکنید که آنها شما را می بینند. قبل از شروع به عبور از عرض مسیر، صبر کنید تا وسایل نقلیه کامل متوقف شوند.

- اگر احساس خطر کردید یا احساس کردید کسی شما را تعقیب می کند، به درون یک مغازه یا خانه بروید - و از یک نفر بخواهید تا برای محافظت از شما با پلیس تماس بگیرد.

تردد در شب

- در صورت امکان بصورت گروهی تردد کنید یا یک نفر را مطلع کنید که کجا می روید و کی بر می گردید.
- از افراد محلی در مورد مکان هایی که مخصوصاً در هنگام شب باید از تردد در آنجا اجتناب کرد سوال کنید.
- فقط پولی را که برای همان روز احتیاج دارید با خود حمل کنید، و اگر در هنگام شب در یک مکان تنها هستید از خودپرداز ATM (دستگاه پرداخت پول از بانک) استفاده نکنید.
- اشیاء باارزش خود از قبیل کامپیوتر و دستگاه پخش موسیقی جیبی را دور از معرض دید قرار دهید.
- سعی کنید در هنگام شب از گوشی یا هدفون (headphone) استفاده نکنید تا بتوانید به صداهای اطرافتان گوش فرا دهید.
- نسبت به کیف هایی که حمل می کنید هشیار باشید، کیف خود را نزدیک به بدنتان از سمت جلو نگه دارید و کیف پولی تان را در جای امنی درون آن جای دهید.

اگر از شما دزدی شد

- هر چیزی را که آن شخص می خواهد به او بدهید - با او درگیر نشوید.
- این تبه کاری را در اسرع وقت به پلیس گزارش دهید.



اطلاعات بیشتر

اداره خدمات حمل و نقل جاده ای و دریایی (سازمان حمل و نقل و ترافیک سابق)

<http://www.rta.nsw.gov.au/roadsafety/pedestrians/howtobeasafepedestrian.html>



ایمنی دانش آموزان

متأسفانه، دانش آموزان ممکن است مورد هدف افراد بزهکار قرار گیرند. دانش آموزان باید در تمامی اوقات نسبت به ایمنی شخصی خود هشیار باشند.

بعضی نکات در این باره عبارتند از:

- سعی کنید به همراه بقیه مردم راه بروید، مخصوصاً در شب، و در هنگام شب به تنهایی در محیط پردیس دانشکده تردد نکنید.
- نسبت به محیط اطرافتان هشیار باشید. از گوش کردن به موسیقی با استفاده از گوشی شخصی یا مکالمه با موبایل به مدت طولانی هنگام راه رفتن در اطراف محل تان خودداری کنید چون این کار ممکن است حواس شما را نسبت به وقایعی که در اطراف تان می گذرد پرت کند.
- فقط همان مقدار پول که برای یک روزتان نیاز دارید همراه داشته باشید و کیف پولی تان را در یک جای مطمئن نگه داری کنید.

اطلاعات بیشتر

اورژانس امنیتی دانشگاه مک کواری Macquarie به شماره تلفن 9850 9999 یا به شماره تلفن دفتر (24 ساعته) 9850 7112

تیم حراست TAFE NSW کالج راید College Ryde به شماره تلفن 9448 6223

تیم حراست TAFE NSW کالج مدوینک Meadowbank College به شماره تلفن 9942 3690

مسائل حقوقی

اگر در رابطه با مسائل شخصی خود نیاز به مشورت و توصیه های حقوقی دارید، خدمات رایگانی در این رابطه در دسترس است که می توانند به شما برای حل مشکلات تان کمک کنند.

اطلاعات بیشتر

سازمان "دسترسی به قانون در نیوساوت ویلز" LawAccess NSW یک سرویس تلفنی دولتی است که برای افرادی که در NSW مشکل قانونی دارند، مشاوره ی حقوقی ارائه می دهد.
آدرس سایت: www.lawaccess.nsw.gov.au شماره تلفن 1300 888 529

سازمان "کمکهای حقوقی نیوساوت ویلز" "Legal Aid NSW" اطلاعاتی در رابطه با مساعدت های حقوقی که برای عموم مردم قابل دسترسی است، ارائه می دهد. www.legalaid.nsw.gov.au

دفتر خدمات حقوقی مک کواری در پاراماتا (Macquarie Legal Centre) نزدیک ترین مرکز ارائه کمک های حقوقی اجتماعی است به آدرس www.macquarielegal.org.au و به شماره تلفن 8833 0911

خشونت در خانواده



خشونت در خانواده زمانی روی می دهد که یک عضو خانواده، همسر، یا همسر سابق تلاش می کند تا بصورت فیزیکی یا روانی بر سایر اعضا مسلط شود یا آنها را مورد آزار و اذیت قرار دهد.

خشونت خانوادگی می تواند به اشکال گوناگونی شامل فیزیکی، روانی، سوء استفاده جنسی و یا سوء رفتار، آزار و اذیت زبانی، ایجاد رعب و وحشت، محرومیت مالی، کمین یا تهدید به خشونت اجرا شود.

این مسئله ممکن است برای هرکسی اتفاق بیفتد - صرف نظر از اینکه که کجا زندگی می کنید، وضعیت مالی شما چگونه است، چند سال سن دارید، و تابعیت چه کشوری را دارید. مشاهده این خشونت ها آسیب قابل ملاحظه ای به فرزندان در خانواده وارد می کند. چنانچه خشونت خانوادگی را تجربه می کنید، حتماً برای گرفتن مشاوره تخصصی در این زمینه اقدام کنید، زیرا مراکز پشتیبانی متعددی در دسترس شماست که می توانند به شما کمک کنند.

اطلاعات بیشتر

“خط تلفن خشونت خانوادگی” یک شماره تلفن رایگان در سرتاسر ایالت است و بصورت 24 ساعته در هفت روز هفته در دسترس است به شماره 1800 656 463

“شهر راید Ryde” به آدرس سایت www.ryde.nsw.gov.au/domesticviolence

“خدمات حمایت از خانواده در شهر راید Ryde” کمکهای پشتیبانی عملی و عاطفی به خانواده هایی که در مناطق تحت پوشش شهرداری های راید و هانترز هیل “Hunter’s Hill” زندگی می کنند و بحران یا تنش را تجربه می کنند، ارائه می دهد. آدرس سایت www.rydefamilysupportservice.org.au یا شماره تلفن 9334 0111

خدمات جلوگیری از سوء استفاده از کودکان www.childabuseprevention.com.au یا شماره تلفن 1800 688 009

گفت برای عموم بی خطر است. اشخاصی که الکل مصرف می کنند باید این را درک کنند که سلامتی و رفاه اجتماعی شان همواره در خطر است. بهر حال، راه هایی برای به حداقل رساندن این خطرات وجود دارد. برای اطلاعات بیشتر به آدرس اینترنتی www.alcohol.gov.au مراجعه کنید.

در شهر راید جاهایی وجود دارد که مصرف الکل در آنها ممنوع است. هدف از ایجاد این مکان ها کاهش جرمهای مرتبط با استفاده از الکل و رفتارهای خلاف اصول اجتماعی در مکانهای معین، و نیز ترویج استفاده امن از راههای عبور و مرور عمومی و پارکینگ ها است.

مامورین پلیس می توانند از متخلفین بخواهند که مصرف الکل را متوقف کنند و الکل ها را ضبط و مصادره کنند و برگه های جریمه صادر نمایند.

متاسفانه، داروهای غیرمجاز (مواد مخدر) در استرالیا قابل دستیابی هستند. داروهای غیرمجاز می توانند به شدت بر زندگی شخص، خانواده، و اجتماعی که در آن زندگی می کند اثر بگذارد، و این مشکل از آنجا آغاز می شود که یک فرد استفاده از آن را بواسطه حس کنجکاوی یا تحت فشار دوستان شروع کند.

اگر شما به یکی از مواد مخدر وابسته هستید، برای معالجه آن به یکی از مراکز تخصصی در این زمینه مراجعه کنید.



الکل و سایر مواد مخدر

مصرف الکل در حد بسیار بالا و خطرناکی در استرالیا گسترش یافته است. برآورد می شود که در نتیجه مصرف الکل زیاد سالانه حدود 3200 نفر از مردم می میرند و 81000 نفر از مردم در بیمارستان بستری می شوند.

از آنجا که الکل می تواند تأثیرات سوء متفاوتی بر اشخاص داشته باشد، هیچ میزانی از الکل را نمی توان

اطلاعات بیشتر

مرکز خدمات اطلاعاتی مواد مخدر و الکل (ADIS) یک مرکز خدماتی تلفنی ارائه دهنده اطلاعات، صدور معرفی نامه به مراکز تخصصی و ارائه مشاوره در مواقع بحرانی در رابطه با استفاده از مواد مخدر غیر مجاز مانند هروئین، شیشه (ice)، حبشیش، و مواد مخدر مجاز مثل الکل است. با این مرکز با شماره تلفن 9361 8000 تماس بگیرید.

گروه الکلی های بی نام (Alcoholics Anonymous) یک فضای هم صحبتی برای اشخاصی است که تجربیاتشان در زمینه الکل را از طریق نشست های منظم با هم در میان بگذارند تا به یکدیگر برای بهبودی از اعتیاد به الکل کمک کنند. به آدرس اینترنتی www.aa.org.au مراجعه کنید، یا با شماره تلفن 9488 9820 با آنها تماس بگیرید.

آدرس اینترنتی مکانهای عاری از مصرف الکل (Alcohol Free Zones) در شهر راید: Ryde LGA www.ryde.nsw.gov.au/alcoholfreezones

خدمات مشاوره خط زندگی (Lifeline) یک مرکز تلفنی 24 ساعته ارائه دهنده خدمات پشتیبانی در موارد بحرانی برای کسانی است که نیاز به پشتیبانی عاطفی داشته باشند. شماره تلفن 13 11 14

مرکز (G-line NSW) یک مرکز امداد تلفنی رایگان است که به اشخاصی که دچار مشکل قمار شده اند، مشاوره در موارد بحرانی ارائه می دهد با شماره تلفن 1800 633 635



کلاه برداری

کلاه برداری که یک حقه با یک تقلب است زمانی روی می دهد که شما در قبال پولی که پرداخته اید چیزی دریافت نمی کنید یا ارزش آنچه دریافت می کنید از پولی که پرداخته اید بسیار کمتر است. کلاهبرداری ها ممکن است در هر مکانی – از طریق نامه، نامه الکترونیکی، اینترنت، حضوری یا از طریق تلفن روی دهد. انواع زیادی از کلاه برداری وجود دارد، بعضی از آنها عبارتند از:

- پیشنهاد کار – که ممکن است روی تیر چراق برق، روزنامه، تابلوهای آگهی، یا ایمیل های ناخواسته پیدا شود. کلاهبردار از شما می خواهد که قبل از اینکه بتوانید شروع به کار کنید، پیش پرداخت شهریه را به یک حساب بانکی واریز کنید یا آن را به یک آدرس صندوق پستی ارسال کنید. زمانی که شما پول تان را پرداخت کردید، شخص پیشنهاد دهنده کار ممکن است شما را مجبور کند که آگهی های مشابهی را پخش کنید تا قربانی های ساده لوح دیگری را به این کلاه برداری وارد کند.
- انتقال وجه – کلاه بردارها ممکن است شما را فریب دهند که کالائی را از طریق سایت اینترنتی جعلی آنها خرید و فروش کنید، یا پولی را به یک موسسه خیریه جعلی که وجود ندارد اهدا کنید، یا قول جایزه بزرگی را در ازای پرداخت مبلغ کمی به شما بدهند. در ارتباط با ارسال پول به اشخاصی که نمی شناسید بسیار هشیار باشید.
- کلاهبرداری از طریق تلفن همراه – شناخت این نوع کلاهبرداران می تواند مشکل باشد. در ارتباط با غریبه ای که آنچنان با شما صحبت می کند که گویی خیلی خوب شما را می شناسد، بسیار محتاط باشید. تماس های از دست رفته (missed calls) نا شناس را شماره گیری مجدد نکنید. ممکن است هزینه های پنهانی برای شما در بر داشته باشد.
- کلاهبرداران اجاره ای – نسبت به تبلیغات و آگهی های اجاره نقلی در اینترنت، روزنامه، و تیر چراغ برق که ممکن است با نشان دادن عکس ها و جزئیاتی از ملکی که برای اجاره نیست، واقعی به نظر برسند، بسیار هشیار باشید. همواره ملک را بازدید کنید، و صحت جزئیات را بررسی کنید. هرگز پیشاپیش بدون بررسی ملک پولی را نپردازید، مخصوصا اگر در آن زمان در یک کشور خارجی حضور دارید.
- کلاهبرداران حراج یا مزایده اینترنتی – نسبت به فروشندگان با اعتبار اینترنتی ضعیف یا کسانی که

- پیشنهاد فروش ارزان تر محصولی را در یک معامله مستقیم می دهند، محتاط باشید. فقط از سایت ها و فروشندگان شناخته شده و مشهور استفاده کنید.
- نکته بسیار مهم: هرگز پول و مشخصات شخصی تان را برای شخص یا شرکتی که نمی شناسید، نفرستید.
- خودتان را در مقابل کلاهبرداران محافظت کنید:
- اگر یک پیشنهاد آنقدر عالی باشد که غیر قابل باور به نظر برسد، احتمالا کلاهبرداری است.
- هرگز پول و مشخصات شخصی تان را برای شخص یا شرکتی که نمی شناسید، نفرستید.
- هرگز از رایانه های عمومی برای خرید یا کارهای بانکی بصورت اینترنتی استفاده نکنید.
- ایمیل های ناشناخته را باز نکنید و روی لینک هایی که آنها ارائه می دهند کلیک نکنید.
- خودتان را تحت فشار نگذارید که در یک لحظه باید تصمیم بگیرید. در فرصت مناسب خودتان در مورد هر چیز خوب تحقیق کنید و بسیار پرس و جو کنید.

اطلاعات بیشتر

سازمان SCAMwatch اطلاعاتی درباره آخرین کلاهبرداری ها به شما ارائه می دهد تا از آنها اجتناب کنید. آدرس اینترنتی www.scamwatch.gov.au

اداره معاملات منصفانه در نیو ساوت ویلز (NSW Fair Trading)
با آدرس اینترنتی www.fairtrading.nsw.gov.au

امنیت خانه

1. سنسور هشداردهنده دود

سنسور هشداردهنده دود نقش مهمی در حفظ جان هزاران نفر در استرالیا و خارج از آن ایفا کرده است. سنسورهای هشدار دهنده دود در زمان وقوع آتش شروع به آژیر کشیدن می کنند. وجود این سنسورها بخصوص در هنگام شب، اگر شما خواب باشید و نسبت به آتش سوزی آگاه نباشید، بسیار مهم است. هر خانه باید حداقل یک سنسور هشداردهنده دود در هر طبقه داشته باشد.

2. تخلیه منزل

در صورتی که آتش بطور ناگهانی شروع شود و غیر قابل کنترل باشد، باید فوراً منزلتان را ترک کنید. هرگز برای نجات حیوانات خانگی یا برداشتن اشیاء با ارزش تان به داخل خانه برنگردید. هیچ چیز گرانبهاتر از جان خود شما نیست.

در اولین فرصت با شماره سه صفر '000' تماس بگیرید، یا به همسایه تان زنگ بزنید. اگر در خانه تنها هستید لطفاً فوراً برای گرفتن کمک به خانه همسایه تان بروید.

خانواده تان را آماده کنید و با اعضای خانواده تان قرار بگذارید که در صورت وقوع آتش سوزی در یک نقطه امن (مثلاً کنار صندوق پستی) جمع شوید. با این کار اگر آتش سوزی رخ دهد، شما می توانید متوجه شوید که چه کسی در این حادثه آتش سوزی مفقود شده است. یک ایده خوب دیگر این است که حداقل دو مسیر خروجی را طرح ریزی کنید و بطور منظم تمرین آتش سوزی را با اعضای خانواده انجام دهید. اگر خانه پر از دود بود شما باید در زمان تخلیه منزل روی زمین سینه خیز حرکت

همواره زمانی که خانه را ترک می کنید اطمینان حاصل کنید که تمامی درها را کاملاً قفل کرده اید. درب ها و پنجره ها را ببندید و قفل کنید. با استفاده از زنجیر ایمنی روی درب از باز کردن در به روی افرادی که می خواهند بدون اجازه وارد شوند، جلوگیری کنید. همچنین با نصب عدسی چشمی روی درب منزل می توانید قبل از باز کردن ببینید که چه کسی پشت در است. در شب، یک چراغ در نزدیکی درب ورودی روشن نگه دارید تا سارقین را بازدارد و باز کردن درب توسط خودتان آسان تر شود و بتوانید سریعتر به منزلتان وارد شوید. نصب سنسورهای حساس نسبت به جابجایی روی چراغهای بیرونی منزل کمک می کند که افراد متجاوز به حریم منزلتان را باز دارد.

جلوگیری از آتش سوزی

آتش می تواند خیلی سریع باعث آسیب جدی یا حتی مرگ شود. آتش می تواند در عرض چند ثانیه منزل و دارایی های شما را ویران کند یا به میزان قابل توجهی به آنها خسارت وارد کند. در آتش سوزی منزل برای افراد سالخورده، معلولین و بچه ها بیشترین خطر مرگ یا آسیب جدی وجود دارد.

بسیار مهم است که همه افراد منزل شما نسبت به خطرات آتش و راه های به حداقل رساندن احتمال آتش سوزی آگاه باشند. مهمترین چیز این است که در لحظه روی دادن آتش سوزی آماده باشید. در زیر ده مورد تدابیر ایمنی برای پیشگیری از آتش سوزی در منزل آورده شده است.



گاز را خاموش کنید، در ماهی تابه را ببندید و با یک پتوی مخصوص آتش روی آن را بپوشانید. هرگز سعی نکنید ماهی تابه را با روغن در حال سوختن به خارج از خانه ببرید.

اگر نمی توانید فوراً آتش را خفه کنید، خانه را تخلیه کنید و بلافاصله با سازمان آتش نشانی تماس بگیرید.

7. لباس ها

زمان آشنایی یا زمانی که نزدیک به منابع حرارتی هستید، باید لباس های تنگ بپوشید. آستین های گشاد یا روسری ممکن است شعله ور شوند. اگر این اتفاق افتاد، آرمش خود را حفظ کنید، روی زمین دراز بکشید، صورت تان را بپوشانید و بدنتان را به چپ و راست بگلتانید تا آتش خاموش شود.

8. سیگار کشیدن

اگر کسانی در خانواده سیگار می کشد، مطمئن شوید که در همه جای منزل زیرسیگاری های بزرگی برای استفاده آنها در دسترس است. اشخاص باید از سیگار کشیدن در رختخواب خودداری کنند چون سیگار ها یا خاکستری که از آنها روی روتختی می ریزد می تواند آتش بگیرد.

9. برق

از یک متخصص برق بخواهید تا مدار های الکتریکی خانه را بررسی کند و حتماً یک فیوز ایمنی در خانه نصب کند. اگر هر کدام از وسایل الکتریکی بوی دود داد، فوراً دوشاخه را از پریز برق جدا کنید و با یک متخصص برق تماس بگیرید. از اتصال دوشاخه های زیاد به پریز های برق خودداری کنید چون این کار می تواند باعث آتش سوزی شود.

10. آمادگی در هنگام آتش سوزی

حتماً در منزل یک کیپسول آتش نشانی و پتوی مخصوص اطفاء حریق ترجیحاً نزدیک آشپزخانه در دسترس داشته باشید، و همواره یک شلنگ آب موجود در حیاط را به شیر آب متصل نگه دارید.

کنید چون دود و گرمای کمتری نزدیک به کف زمین وجود دارد.

3. ایمنی خانه هایی با درب های قفل شده یا گیر کرده

بسیاری از مردم در آتش سوزی های خانه به این دلیل جان خود را از دست داده اند که درب های منزل آنها قفل شده و مانع از فرار کردن آنها شده است. در حال ترس و اضطراب، اشخاص نمی توانند مکان کلیدها را پیدا کنند و نمی توانند درب هایشان را باز کنند. بهتر است زمانی که در خانه هستید، درب های منزل تان را قفل نکنید چون ممکن است در هنگام آتش سوزی (یا ورود یک متجاوز به خانه) لازم باشد فرار کنید.

4. بخاری و وسایل گرمایشی

پرده ها، میل و همه چیزهای اشتعال پذیر را حداقل یک متر دور از همه وسایل گرمایشی قرار دهید چون گرمای تولیدی توسط بخاری ها ممکن است باعث آتش گرفتن آنها شود. هرگز لباس ها را روی بخاری ها یا بالای آنها قرار ندهید.

5. آتش با هیزم

از اجاق گاز ها و گاز های مخصوص سوزاندن چوب که بخوبی ساخته شده اند برای سوزاندن چوب و محصولات چوبی استفاده کنید و مطمئن شوید که آنها خوب کار می کنند. همواره آتش زغال را تا زمانی که بطور کامل خاموش شود مواظبت کنید یا آتش را با آب یا شن و ماسه خاموش کنید. هرگز در هیچ زمانی یک شعله سرباز مانند شمع ها یا حلقه های نشست گیر گاز را بدون مراقبت رها نکنید.

6. پخت و پز

هرگز پرده ها و مواد قابل اشتعال را نزدیک محل پخت و پز غذا قرار ندهید. از ماهی تابه هایی با دسته های ایمن و پایدار و با درهایی که بخوبی بسته می شوند، استفاده کنید. اگر روغن آتش گرفت، هرگز بر روی روغنی که در حال سوختن است آب نریزید. به جای آن

اطلاعات بیشتر

در موارد اضطراری با شماره سه صفر '000' تماس بگیرید.

سازمان آتش نشانی و امداد و نجات نیوساوت ویلز (Fire and Rescue NSW)

به آدرس اینترنتی www.fire.nsw.gov.au

سازمان پیشگیری از آتش سوزی استرالیا Fire Protection Association Australia یک سازمان فنی و آموزشی

ایمنی آتش سوزی است با آدرس اینترنتی www.fpaa.com.au و شماره تلفن 1300 731 922

خط تلفنی ملی ترک سیگار (National Smoking Quitline) یک سرویس تلفنی برای ارائه اطلاعات و مشاوره

برای اشخاصی است که می خواهند سیگار را ترک کنند با آدرس اینترنتی www.quitnow.gov.au

و شماره تلفنهای 137 848 یا 131 848



باید هر چیز بالقوه ای که می تواند به عنوان یک نردبان برای بالا رفتن از نرده ها استفاده شود از اطراف حصارها دور شود. اینها شامل صندلی ها، جعبه ها، میزها، اسباب بازی ها، و گیاهان می شود.

موارد اورژانسی

- یاد بگیرید چگونه احیای قلبی ریوی (CPR) و کمک های اولیه عمومی را انجام دهید.
- اطلاعات مربوط به نجات اضطراری را در جایی در نزدیکی استخر نصب کنید.

برق

- اطمینان حاصل کنید احتمال هیچگونه تماسی بین برق، لوازم الکتریکی و آب وجود نداشته باشد.
- اطمینان حاصل کنید که فیوز ایمنی برق در منزل برای قطع سریع برق نصب شده باشد.

نظارت

- نظارت بزرگسالان و وجود حصار در اطراف استخر از موثرترین اقدامات پیشگیرانه در برابر غرق شدن کودکان در استخر است.

مواد شیمیایی

- تمام مواد شیمیایی باید با اصول ایمنی و دور از دسترس کودکان نگهداری شوند.

ایمنی استخر

همه حوادث منجر به غرق شدن قابل پیشگیری هستند. هر تابستان حدود 35 کودک زیر 5 سال در استرالیا غرق می شوند. 50٪ از تمام حوادث منجر به غرق شدن در استخرهای خانگی رخ می دهد و همه آنها در صورتی که سریعاً اقدام شود، قابل پیشگیری اند. اقدامات پیشگیرانه، از جمله ساخت و نگهداری حصار در اطراف استخر، می تواند از 100٪ این حوادث جلوگیری کند.

چک لیست برای اطمینان از ایمنی استخرهای خانگی

چک لیست زیر توسط کمیته نجات غریق رویال استرالیا برای کسانی که استخر دارند تهیه شده است. لطفاً از این لیست برای چک کردن، تعمیرات و اصول نگهداری از استخر استفاده کنید. (این چک لیست را نمی توان جایگزین بازرسی استخر کرد و فقط برای اطلاعات عمومی است. بازرسی استخرها طبق روال منظم خود باید صورت گیرد.)

درهای استخر

- باید در استخر به سمت خارج باز شود.
- باید به صورت خودکار بسته و قفل شود.
- قفل باید بالاتر از ارتفاع 1.5 متری از سطح زمین واقع شود.

حصار استخر

- باید به طور همتراز و ایمن نصب شده باشد.
- باید ارتفاعش بیشتر از 1.2 متر باشد.
- فاصله بین پایین حصارها و زمین نباید بیش از 10 سانتی متر باشد.
- فاصله بین نرده ها نباید بیش از 10 سانتی متر باشد.

اطراف حصار استخر

باید تمام تجهیزات شنا و اسباب بازی ها برای جلوگیری از دسترسی کودکان بدون نظارت بزرگسالان، به صورت ایمن و به دور از دید آنها نگهداری شود.

اطلاعات بیشتر

نجات غریق رویال و ایمنی استخر www.poolsafety.com.au

آبهای امن (Safewaters) وب سایت اطلاعاتی است که اطلاعات مربوط به ایمنی در استفاده از آب برای مردم را در اختیار عموم قرار می دهد. www.safewaters.nsw.gov.au/poolchecklist.htm

ایمنی در محل کار

حفظ ایمنی در محل کار



بهداشت و ایمنی حرفه ای (OH & S) اشاره دارد به قوانین، رویه ها یا روشها، و فعالیت هایی که هدف آن ها حفاظت از سلامت، ایمنی و رفاه همه کارکنان و بازدید کنندگان در محل کار است.

طبق این قوانین باید محیط کار از استاندارد ایمنی بسیار بالایی برخوردار باشد، و نوع کار شما باعث ایجاد جراحات یا آسیب نشود.

کارفرمایان مسئول ایجاد ایمنی در محل کار می باشند. این مسئولیت "وظیفه مراقب" نامیده می شود. کارکنان نیز وظیفه مراقبت نسبت به رعایت اصول ایمنی در هنگام کارکردن دارند و نباید تأثیر نامطلوب بر ایمنی و سلامت دیگران داشته باشند.

مسائل ایمنی که ممکن است شما یا محیط کار شما را تحت تأثیر قرار دهند عبارتند از:

- قلدری و زورگویی، آزار و اذیت ها و مسائل مشابه
- مواد شیمیایی و مواد خطرناک
- ایمنی الکتریکی
- حمل و نقل با نیروی انسانی، علم و تکنولوژی
- ایمنی، راحتی و سادگی استفاده از ماشین
- سر و صدا
- دستگاه ها- ماشین آلات و تجهیزات

راههای مختلفی وجود دارد که شما هم بتوانید نقش مؤثری در ایجاد ایمنی و سلامت در محل کار خود داشته باشید. مثلاً می توانید با کارفرمایان و همکارانتان در مورد مشکلاتی که در محل کار دارید صحبت کنید، و نیز خطرات بالقوه یا صدمات و جراحات های ایجاد شده در محل کار را به اطلاع کارفرما برسانید.

شما می توانید در جلسات آموزشی و پرسش و پاسخ در مورد مسائل کاری که برایتان مبهم است شرکت کنید، و چنانچه مشکلاتی دارید آنها را با مسئولین ایمنی یا کمیته ایمنی محل کار در میان بگذارید.

اداره تأمین امنیت شغلی نیوساوت ویلز (WorkCover) سازمانی است که قدرت اجرای قوانین ایمنی و سلامت در محل کار و بررسی محل های کار غیر ایمن را

دارد. WorkSafe همچنین دارای یک خط مشاوره اطلاعاتی است، که اگر نیاز به اطلاعات و مشاوره داشتید می توانید با آنها با این شماره تماس بگیرید — 13 10 50.

هنگام تماس می توانید درخواست کنید که مکالمات شما محرمانه باقی بماند.

قوانین جدید ایمنی و بهداشت کار از 1 ژانویه سال 2012 به اجرا در می آیند. این قوانین طرح کلی تأمین ایمنی و سلامت شغلی و مسئولیت ها و وظایف متقابل کارگران و کارفرمایان را بیان می کند.

داشتن ایمنی در محیط کار حق شماست، و اگر هرگونه سوال یا مشکلی در مورد کار خود یا محیط کار و یا ایمنی خودتان دارید میتوان از اداره تأمین امنیت شغلی نیوساوت ویلز (WorkCover) کمک بخواهید.

اطلاعات بیشتر

اداره تأمین امنیت شغلی نیوساوت ویلز (WorkCover) www.workcover.nsw.gov.au یا شماره تلفن 13 10 50

مرکز بهداشت کارگران یک مرکز اطلاعات بهداشتی کارگران، تست های پزشکی و آموزش است.

www.workershealth.com.au یا شماره تلفن 9749 7666

ایمنی برای افراد جوان در محل کار

بهداشت و ایمنی شغلی (Occupational health and safety OH & S) برای همه کارگران مهم است، اما برای جوانان اهمیت ویژه ای دارد.

کارگران جوان بین سن 15 و 25 بیشتر از هر گروه سنی دیگر در معرض صدمات و آسیب های احتمالی در محل کار هستند.

از هر 10 کارگر جوان که دچار جراحت می شوند، 1 نفر مجبور به گرفتن مرخصی از مدرسه یا محل کار می شود.



بنابراین بسیار مهم است که جوانان اصول بهداشت و ایمنی شغلی (OH & S) را در محل کار خود بدانند و خوب درک کنند. برای کمک به آنها در این زمینه راه های ساده ای وجود دارد.

جوانان باید ترغیب شوند به اینکه:

- خطرات بالقوه ای که در رابطه با بهداشت و ایمنی شغلی (OH & S)، در حال کار کردن شناسایی می کنند، اعلام نمایند.
- روش ها یا اقدامات لازم در موارد اورژانسی را در رابطه با کارشان بدانند.
- بدانند که اگر در محل کار صدمه دیدند یا هر گونه مشکلی داشتند با چه کسی صحبت کنند.
- کارفرمایان افراد جوان باید موارد زیر را فراهم کنند: محیط کاری امن.
- اطلاعات، دستور العمل، آموزش و نظارت.
- زمان برای بحث و تبادل نظر در مورد هر گونه

تصمیم گیری مؤثر بر بهداشت و ایمنی محیط کار.

- ماشین آلات ایمن و تجهیزات ایمنی.

جوانان باید:

- در جلسات معارفه و آشنایی و آموزش ها شرکت کنند.
- از تجهیزات و لباسهای ایمنی استفاده کنند.
- از قوانین و دستور العمل های ایمنی پیروی کنند.
- هر گونه خطر یا احتمال آن را سریعاً گزارش دهند.
- دستور العمل های شرایط اضطراری را بدانند و از آنها پیروی کنند.

چگونه والدین می توانند به حفظ ایمنی نوجوانانشان در محل کار کمک کنند

با شغل نوجوانتان آشنا شوید و در مورد شیوه های بهداشت و ایمنی شغلی (OH & S) در محل کار خودتان با او گفتگو کنید. برای شروع مکالمه می توانید از او بپرسید:

- چه کارهایی باید در طول یک شیفت کاری انجام بدهی- یک روز عادی در محل کارت شامل چه فعالیت هایی است؟
- آیا کسی در مورد اتفاقاتی که ممکن است در محل کار پیش آید و به شما صدمه وارد کند با شما صحبت کرده است؟ آیا چیزی هست که برای شما خطرناک به نظر برسد؟
- آیا کسی در محل کار شما صدمه دیده است؟ چه اتفاقی افتاده ؟ اگر شما در آن موقعیت بودید آن کار را به چه روش متفاوتی انجام می دادید؟
- آیا به شما تجهیزات و لباسهای ایمنی داده شده است؟ آیا شما ملزم به پوشیدن و استفاده از آنها در همه مواقع می باشید؟ آیا می دانید که چگونه به درستی از آنها استفاده کنید؟

قلدری یا زورگویی و آزار و اذیت

قلدری و آزار و اذیت در محل کار می تواند سلامت جسمی و روانی یک فرد جوان را تحت تأثیر قرار دهد. جوانان را ترغیب کنید که اینگونه مسائل را با همان شیوه ای که برای حل مشکلات خود در برخورد با مسائل ایمنی در محل کار به کار می برند، حل کنند، یعنی در این موارد نیز با کسی که میتواند به آنها کمک کند، صحبت کنند.

اطلاعات بیشتر

امنیت جوانان (Youthsafe) سازمانی است که برای جلوگیری از آسیب های جدی در افراد جوان بین سن 15 تا 25 سال در ایالت نیوساوت ویز فعالیت می کند. www.youthsafe.org یا شماره تلفن 9817 7847

خط تلفن کمک رسانی به کودکان برای کودکان و جوانان استرالیا بین سنین 5 تا 25 سال خدمات مشاوره ارائه می دهد. www.kidshelpline.com.au یا شماره تلفن 1800 55 1800

قلدری. به هیچ وجه! www.bullyingnoway.com.au

ایمنی در جاده

ایمنی خودرو

کرده و با شرکت بیمه خودرو خود تماس بگیرید.

همچنین از مشخصات گواهینامه رانندگی فردی که با او تصادف کرده اید، شماره بیمه، شماره ثبت ماشین، رنگ و مدل خودرو او یادداشت برداری کنید.

اگر نیاز به جابجایی وسیله نقلیه شما به منطقه امن تری باشد - به طوری که مانع تردد وسایل نقلیه دیگر نشود - می توانید یک عکس به عنوان سند یا مدرک از صحنه تصادف بگیرید.

اگر وسیله نقلیه شما دارای بیمه جامع خودرو باشد، شرکت بیمه تان به نمایندگی از طرف شما عمل می کند. اما اگر تنها بیمه اموال شخص ثالث داشته باشید، لازم است خودتان با شرکت بیمه راننده دیگر مذاکره کنید.

همیشه آخرین تغییرات قوانین رانندگی را از طریق اطلاعات موجود در اداره خدمات حمل و نقل جاده ای و دریایی نیوساوت ویلز (RMS) چک کنید.

یکی از اهداف سارقین دزدیدن خودروها می باشد. عاقلانه ترین کار این است که همیشه در هنگام ترک وسیله نقلیه خود آن را قفل کنید و اشیاء قیمتی خود از قبیل تلفن همراه، دستگاه های جهت یاب (GPS) و کیف هایتان را از معرض دید دورنگه دارید. در حالت ایده آل بهتر است هنگام ترک ماشینتان، اشیاء قیمتی خود را با همراه ببرید.

تصادفات و قوانین رانندگی

حوادث رانندگی ممکن است برای هر کسی اتفاق بیفتد. زمانی که یک حادثه رخ می دهد نترسید. اگر کسی مجروح و یا کشته شده باشد، با شماره تلفن سه صفر '000' به پلیس و یا آمبولانس زنگ بزنید.

اگر فقط یک تصادف کوچک باشد، قبل از بیرون آمدن از ماشین اول از سلامتی و ایمنی خود مطمئن شوید. اگر هیچ کس دچار آسیب نشده باشد شما به سادگی می توانید اطلاعات شخصی خود را با راننده دیگر مبادله



اطلاعات بیشتر

اداره خدمات حمل و نقل جاده ای و دریایی نیوساوت ویلز www.rta.nsw.gov.au

ادارات ثبت وسایل نقلیه در راید LGA:

اداره ثبت وسایل نقلیه در راید نیش خیابانهای North Roads و Blaxland Road

Ryde Motor Registry, at corner of Blaxland and North Roads, Ryde

اداره ثبت وسایل نقلیه در راید شمالی مرکز خرید مک کواری نیش خیابانهای Waterloo Road و Herring Road

Macquarie Shopping Centre, Corner of Herring and Waterloo Roads, North Ryde

ایمنی راه های ورودی خانه ها و ساختمانهای دیگر

کودکان زیر سن پنج سال اغلب در حوادث خارج از جاده مجروح می شوند. این بدان معناست که کودکان در داخل پارکینگ ها، مزارع، و یا راه های ورودی اختصاصی منزل خودشان مجروح و یا کشته می شوند.

تصادفات خارج از جاده ای می تواند ناشی از وقایع روزمره زندگی افراد باشند وقتی که مثلاً:

- راننده هیچ اطلاعی ندارد که کودکی در پشت وسیله نقلیه است.
- بزرگسالی که مراقب کودک است، غافل شود و کودک از او جدا شود و سر راه یک وسیله نقلیه در حال حرکت در جاده برود.
- ماشین یکی از افراد خانواده یا دوستان خانوادگی در حال خروج یا ورود به پارکینگ خانه باشد.

- ماشینی دنده عقب و یا حتی رو به جلو حرکت کند.
- کودکی در حال بازی در یک مکان بازی بدون حصار، در راه ورودی خانه و یا در خیابان باشد. این جاها هرگز مکان های امنی برای بازی کودکان نیستند.

همیشه انتظار داشته باشید بچه ها کاری غیر منتظره انجام دهند. همیشه، حتی در خانه وقتی خودرو و سایر وسایل نقلیه در اطراف هستند- و یا ممکن است در اطراف باشند- دست کودکان را بگیرید و یا آنها را نزدیک خود نگه دارید.

کودکان هنوز نمی دانند که آنها باید از سر راه وسیله نقلیه ای که در حال نزدیک شدن به آنها است، کنار روند. آنها همیشه به یک فرد بزرگسال نیاز دارند که همراه آنها باشد که آنها را ایمن نگه دارد.



اطلاعات بیشتر

کودکان و عبور و مرور، برنامه آموزشی ایمنی ترافیک و جاده در اوایل دوران کودکی
www.kidsandtraffic.mq.edu.au

امنیت کودک (Kidsafe NSW) خدمات مشاوره درباره مسائل ایمنی کودکان ارائه می دهد.
www.kidsafensw.org

وسيله محافظ کودکان برای وسایل نقلیه

دو مرکز نصب، کنترل و بازرسی محافظ کودک در وسایل نقلیه در اطراف منطقه رایید وجود دارد که می توانند به شما کمک کنند تا بهترین وسیله محافظ را متناسب با سن و سایز فرزند خود پیدا کنید، و می توانند آن را به طور صحیح برای شما نصب کنند. آنها همچنین می توانند تأیید کنند که آیا وسیله محافظ کودک شما مورد تأیید استاندارد استرالیا هست یا نه؟

در شهر رایید همچنین روز هایی از سال خدمات رایگانی برای چک کردن وسیله محافظ کودک توسط شخصی که دارای مجوز نصب و کنترل محافظ کودک از اداره خدمات حمل و نقل جاده ای و دریایی نیوساوت ویلز (RMS) است ارائه می شود. این افراد محافظ کودک شما را چک می کنند تا مطمئن شوند به طور صحیح نصب شده و متناسب با سن و اندازه کودک شما می باشد.

در نیوساوت ویلز، کودکان تا سن هفت سال وقتی که سوار بر یک وسیله نقلیه می باشند، باید توسط یک نوع وسیله تأیید شده برای محافظت بچه که متناسب با سن و سایز آنها باشد؛ مثل کپسول نوزاد یا صندلی مخصوص کودک در خودرو، به طور صحیح بسته و محافظت شوند. احتمال زخمی و یا کشته شدن در تصادفات برای کودکانی که به درستی با یک وسیله محافظ ایمنی در خودرو بسته شده بسیار کمتر از کودکانی است که اینگونه محافظت نمی شود. تعداد قابل توجهی از خانواده هایی که وسیله محافظ کودک را خودشان در خودرو نصب میکنند، آن را به طور صحیح نمی بندند. این به این معنی است که وسیله محافظ کودک در صورت تصادف از او محافظت نمی کند.



اطلاعات بیشتر

مراکز نصب، کنترل و بازرسی محافظ کودک در وسایل نقلیه در رایید Ryde LGA
مرکز نصب Pearce، بیمارستان رایید، Ryde Hospital 9997 4602
Tuffy Mufflers, 2 Epping Rd, Epping 9868 1177 (یک سرویس تلفن همراه نیز در دسترس است)

شهر رایید 9952 8222 www.ryde.nsw.gov.au/childrestraints

اداره خدمات حمل و نقل جاده ای و دریایی نیوساوت ویلز www.rta.nsw.gov.au RMS

برنامه ارزیابی وسیله محافظ کودک www.crep.com.au

ایمنی در بیرون از خانه

امنیت در مکانهای گردش جنگلی و گردشگاه های عمومی

- برای هر نوع تغییر آب و هوا آماده باشید، زیرا ممکن است آب و هوا به طور ناگهانی تغییر کند.
- در جاده ها و مسیرهای تابلودار حرکت کنید.
- اگر مسیر خود را گم کردید، ادامه ندهید، زیرا ممکن است از مسیر اصلی بیشتر منحرف شوید.
- از موانع ایمنی که به صورت حصار یا غیره کشیده شده است، عبور نکنید و مواظب سطوح لغزنده و سرashیبی ها باشید. حتما کفش مناسب و محکمی برای زمین های ناهموار بپوشید.
- مقدار زیادی آب بنوشید و حداقل یک لیتر آب به ازای هر یک ساعت که قصد پیاده روی یا کوه نوردی دارید، با خود بردارید.
- قبل از اینکه گردش جنگلی خود را آغاز کنید مطمئن شوید که کاملا آماده هستید. برای اینکه از گردش خود لذت ببرید بهتر است که موارد زیر را رعایت کنید:
- قبل از رفتن، وضعیت آب و هوا و هشدارهای مربوط به خطر آتش سوزی را بررسی کنید.
- مقصد و زمان برگشت خود را به یک نفر اطلاع دهید.
- یک جعبه کمک های اولیه و یک تلفن همراه که باتری آن شارژ شده باشد، همراه خود داشته باشید.
- با توجه به محیط مورد نظر و وضعیت آب و هوا- به خصوص در زمستان- لباس مناسب بپوشید و



اطلاعات بیشتر

اداره محیط زیست و میراث طبیعی نیوساوت ویلز اطلاعاتی در رابطه با پارک های ملی و امنیت در پارک ها در نیوساوت ویلز ارائه نموده است. www.environment.nsw.gov.au/parksafety



مار قهوه ای (Brown Snake)

حشرات سمی و حیوانات

اگر یک حشره سمی شما را نیش بزند یا یک حیوان خطرناک شما را گاز بگیرد چه خواهید کرد؟ دستورالعمل های کمک های اولیه در رابطه با همه انواع گزیده شدن ها یا گاز گرفتن حیوانات، غیر از ستاره دریایی، یکسان است.

مارها

مارهای سمی استرالیا جزء خطرناک ترین مارهای دنیا هستند. اگر در حین گردش عمومی در مسیر خود با یکی از این مارها روبرو شدید ایمن ترین راه در رابطه با آنها این است که مزاحم آنها نشده و آنها را به حال خود رها کنید. اگر دچار مارگزیدگی شدید، سریعاً

به پزشک مراجعه کنید زیرا ممکن است نیش آن مار کشنده باشد. همه مارها کشنده نیستند ولی تشخیص اینکه کدام یک کشنده هست و کدام نیست، بسیار سخت است.

عنکبوت ها و حشرات

در استرالیا عنکبوت ها و حشرات بسیار متنوعی وجود دارد که بعضی از انواع این حشرات بسیار خطرناک و کشنده می باشند. انواع مختلف زنبور معمولی، زنبور عسل، پشه و کنه وجود دارد که می توانند نیش بزنند یا گاز بگیرند. در رابطه با کنه ها بهترین کار این است که پس از گردش لباس و بدن خود را بررسی کنید و مواظب هر نوع خارش باشید.



عنکبوت با تار قیفی شکل (Funnel web spider)



عنکبوت پشت قرمز (Red back spider)

زمانی که فردی دچار مار گزیدگی یا عنکبوت گزیدگی می شود باید مواردی را انجام دهد و از انجام موارد دیگری خودداری کند. (باید ها و نبایدهایی را رعایت کند.)

بایدها

- باید نگذارد که مار یا عنکبوت او را بیشتر گاز بگیرد.
- باید از حرکت شخص گزیده شده جلوگیری کند.
- باید با یک بانداژ کشی محل گزیده شده را ببندید و عضو گزیده شده را با یک نوار بی حرکت نگه دارید..

نبایدها

- نباید فرار کند یا وحشت زده شود.
- نباید تلاش کند که حیوان یا حشره را بگیرد.
- نباید عضو گزیده شده را بالا ببرد.
- نباید قسمت گزیده شده را مک بزند یا با آب بشوید یا با چاقو ببرد.

عنکبوت با تار قیفی شکل

عنکبوت با تار قیفی شکل حشره ای بزرگ و سیاه رنگ است. گاز گرفتگی توسط این عنکبوت کشنده است مگر اینکه شخص گزیده شده تحت درمان قرار گیرد و به او داروی ضد سم تزریق شود. محل گزیدگی بسیار دردناک است و فرد گزیده شده بشدت عرق می کند، سرگیجه دارد، استفراغ می کند، و به سختی نفس می کشد و دچار تشنج عضلانی می شود.

هشت پای حلقه آبی

هشت پاهای حلقه آبی بسیار سمی هستند و ممکن است باعث فلجی و خفگی شوند. اگر توسط این حیوان گاز گرفته شدید یا مشکوک به گاز گرفتگی هستید سریعاً برای امداد پزشکی اقدام کنید.

عنکبوت پشت قرمز

عنکبوت پشت قرمز در سرتاسر استرالیا بسیار رایج است. عنکبوت های پشت قرمز ماده بر روی پشت خود نوارهای قرمز رنگی دارند و سمی هستند. اما عنکبوت های پشت قرمز نر بسیار کوچک بوده و نوار قرمز ندارند و سمی هم نیستند. جای نیش و گزیدگی عنکبوت پشت قرمز بسیار دردناک است و ناحیه گزیده شده قرمز می شود و یک مایع شفاف از آن خارج می شود.



مگس آبی رنگ bluebottle



هشت پای حلقه آبی Blue ringed Octopus

مگس آبی رنگ (Bluebottle)

مگس آبی رنگ (یا مرد جنگی پرتقالی) یک نوع فیزالیای آبی است و گزیدگی آن مانند گزیدگی ستاره دریایی بسیار دردناک است. اگر مگس آبی رنگ در اقیانوس باشد، بهتر است از شنا کردن در اقیانوس اجتناب کنید. اگر در آب با یکی از آنها روبرو شدید خود را از بازوهای آن دور نگه دارید.

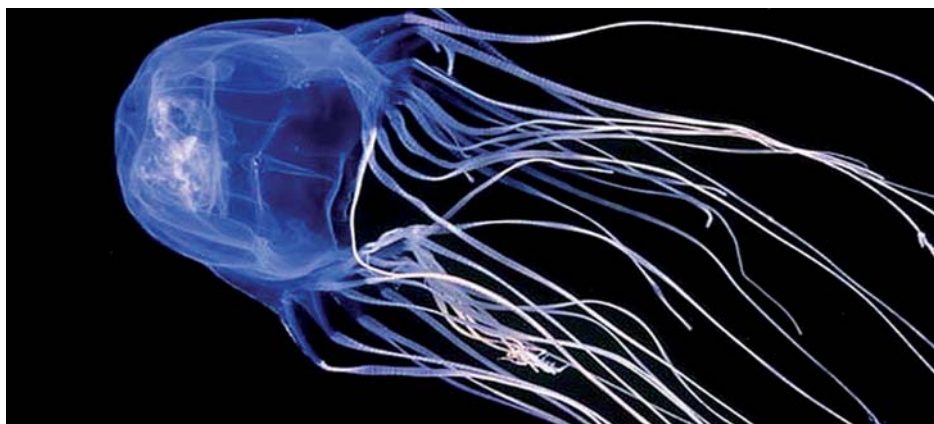
کمک های اولیه ابتدایی برای گزیدگی مگس آبی رنگ بدین ترتیب است:

- هر نوع بقایایی از جانور را با احتیاط خارج کنید و محل گزیدگی را با آب دریا بشوید.
- ناحیه گزیده شده را در آب گرم فرو برید و یا به مدت 20 دقیقه دوش آب گرم بگیرید تا درد کاهش یابد.
- اگر درد ادامه داشت با یک دکتر مشورت کنید.

ستاره دریایی نواحی گرمسیری

گزیدگی توسط ستاره دریایی به کمک های اولیه متفاوتی نیاز دارد. بعضی از ستاره های دریایی استرالیایی بسیار خطرناک بوده و کشنده هستند. اگر کسی توسط یک ستاره دریایی گزیده شد باید:

- شخص گزیده شده را از آب خارج کرد.
- بر روی محل گزیدگی سرکه ریخت.
- با احتیاط شاخک های جانور را از قسمت گزیده شده خارج کرد.
- هرگز نباید از باند کشی استفاده کرد.
- اگر شخص گزیده شده همچنان درد داشت باید او را به بیمارستان برسانید، یا با شماره تلفن 000 سه صفر برای کمک های اورژانسی تماس بگیرید.
- اگر بیمار هوشیاری خود را از دست داد یا تنفسش قطع شد، احیای قلبی ریوی (CPR) را شروع کنید.



زنبر دریایی استرالیایی Box jellyfish

اطلاعات بیشتر

سرویس آمبولانس نیوساوت ویلز: www.ambulance.nsw.gov.au

بیمارستان کودکان وست مید www.chw.edu.au Westmead Children's Hospital

مرکز اطلاعات سم شناسی نیوساوت ویلز 13 11 26

بیمارستان راید 9858 7888 Ryde Hospital

کمک های اولیه در مورد نیش عنکبوت سمی و گاز گرفتن جاتوران

- 1) با شماره سه صفر '000' تماس بگیرید.
- 2) فرد مبتلا شده را محافظت کنید. اگر ممکن بود شخص را وادار کنید که دراز بکشد تا از راه رفتن و جابجایی ممانعت شود.
- 3) یک نوار کرپ باندپیچی را محکم اطراف ناحیه گزیده شده یا گاز گرفته شده ببیچید (نوار باندپیچی کشی بهتر است).
- 4) یک نوار کرپ باندپیچی را روی کل بازو یا ساق پا (از بازو تا شانه یا از ساق پا تا بالای ران) ببیچید – سعی کنید تا آنجا که ممکن است محکم ببندید.
- 5) عضو مبتلا شده را با آتل (تکه ای چوب، شاخه درخت، کاغذ لوله شده) ببندید.
- 6) تازمانی که شخص به نزدیکترین بیمارستان یا مرکز اورژانس انتقال داده شود، او را بدون حرکت نگه دارید.
- 7) اگر شخص هشیاری اش را از دست داد یا تنفسش قطع شد، عملیات احیاء قلبی ریوی (CPR) را شروع کنید.
- 8) برای کاهش اضطراب، به فرد مبتلا شده قوت قلب بدهید و او را گرم نگه دارید.

کمکهای اولیه

همیشه خودتان را برای شرایط اورژانسی آماده کنید تا بدانید که در چنین مواقعی باید چه کاری انجام دهید. کمکهای اولیه می تواند جان انسانها را نجات دهد و از مصدومیت شدید جلوگیری کند. برای اطلاعات بیشتر در مورد کمک های اولیه یا دوره های کارآموزی احیاء قلبی ریوی (CPR)، با صلیب سرخ استرالیا (Australian Red Cross)، یا با St John Ambulance تماس بگیرید.

اطلاعات بیشتر

آمبولانس St John Ambulance وب سایت: www.stjohnnsw.com.au تلفن: 1300 360 455

صلیب سرخ استرالیا (Australian Red Cross) وب سایت: www.redcross.org.au



اشخاصی که نمی توانند شنا کنند، احتمال غرق شدن شان بیشتر است، و لازم است نسبت به علائم و اخطارهای ایمنی آگاه باشند و باید بسیار مراقب باشند.

آموزش شنا بطور منظم در بسیاری از استخرهای عمومی در سراسر استرالیا انجام می گیرد. در باشگاه ورزشی تفریحی آبی شهر راید (City of Ryde RALC) Aquatic and Leisure Centre، نیز این دوره های آموزشی شنا برگزار می شود.

هرگز به درون رودخانه ها و دریاچه ها شیرجه نزنید چون ممکن است در زیر آب صخره های پنهانی یا درختان غوطه ور که شما نمی توانید ببینید، وجود داشته باشد.

قرار گرفتن در معرض حرارت و آفتاب برای مدت طولانی می تواند باعث مشکلات پزشکی شود مانند آفتاب زدگی یا آفتاب سوختگی دردناک و نیز سرطان پوست که می تواند موجب مرگ شود. همواره زمانی که خارج از خانه هستید از کرم ضدآفتاب و پوشش کافی و کلاه استفاده کنید، تا خودتان را از آفتاب محافظت کنید.

در استرالیا هر سال بیشتر از 15000 نفر از غرق شدن نجات پیدا می کنند و هر سال حدود 120 نفر غرق می شوند.

بعضی از سواحل استرالیا دارای گشتی ساحلی برای نجات غریق نیستند. هنگام شنا کردن در سواحل که گشتی ساحلی ندارند بسیار مراقب باشید. وضعیت امواج در مناطق ساحلی می تواند فریبده باشد و شرایط ممکن است خیلی سریع تغییر کند.

در سواحل که گشت زنی می شوند، در طول تابستان، نجات غریق ها وضعیت امواج دریا را ارزیابی می کنند و دو پرچم قرمز و زرد روی ساحل نصب می کنند تا مناطق ایمن برای شنا کردن را تعیین کنند. این پرچم ها به این معنی است که نجات غریق ها بر اشخاصی را که بین این دو پرچم درون آب شنا می کنند، نظارت می کنند تا در صورت نیاز به آنها کمک کنند. فقط بین پرچم های قرمز و زرد شنا کنید و هرگز به تنهایی شنا نکنید. اگر درون آب مشکلی داشتید، دست تان را بالا بیاورید تا بدین وسیله برای کمک خواستن علامت بدهید.

اطلاعات بیشتر

نجات غریق سواحل آبی استرالیا (Surf Life Saving Australia) در امور نجات غریق، پیشگیری از غرق شدن و امنیت در آب در استرالیا بسیار فعال است. وب سایت: www.slsa.com.au تلفن: 9300 4000

باشگاه ورزشی تفریحی آبی راید (Ryde Aquatic and Leisure Centre) وب سایت: www.ryde.nsw.gov.au/Ryde+Aquatic+Leisure+Centre تلفن: 8878 5111

Sunsmart وب سایت: www.sunsmart.com.au



اقیانوس ماهیگیری می کنید، لازم است در تمامی اوقات بسیار محتاط و هشیار باشید.

نکات مهم

- امن ترین نقطه را انتخاب کنید.
- برای بررسی شرایط وقت کافی اختصاص دهید.
- هرگز تنهایی ماهیگیری نکنید.
- همواره مواظب امواج باشید.
- نسبت به جزر و مد و آب و هوا آگاهی کافی داشته باشید و بدانید که آنها می توانند بسرعت تغییر کنند.
- کفش، لباس و محافظ سر مناسب بپوشید.
- همواره جلیقه نجات بپوشید مخصوصا اگر شناگر ماهری نیستید.
- یک شناور و یک طناب با خود ببرید تا اگر کسی به درون آب افتاد او را کمک کنید.

قبل از اینکه شروع به ماهیگیری کنید، توصیه می شود که 30 دقیقه را برای بررسی ایمن بودن محیط اطراف و تجهیزات ماهیگیری از جمله جلیقه نجات، و نیز مناسب بودن تجهیزات شناوری و کفشهایتان اختصاص دهید.

در مواقع اورژانسی، اگر کسی در حال ماهیگیری از روی قایق به درون آب افتاد، شما خودتان نباید بعد از او به درون آب بروید بلکه باید بجای این کار از طناب و اجسام شناور برای نجات شخص استفاده کنید. در صورت نیاز به کمک، لطفا سه صفر '000' یا '112' را با تلفن همراهتان شماره گیری کنید.

ماهیگیری از روی صخره

ماهیگیری از روی صخره یک فعالیت بسیار خطرناک است و هر سال در استرالیا تعدادی از مردم به دلیل ماهیگیری از روی صخره جان خود را از دست می دهند. زمانی که از روی صخره ای مستقیما از

اطلاعات بیشتر

ماهیگیری ایمن (Safe fishing) اطلاعات ایمنی مفیدی در مورد ماهیگیری از روی صخره ارائه می دهد.

وب سایت: www.safefishing.com.au

در این وب سایت صفحاتی حاوی اطلاعات ترجمه شده به زبان های کره ای، چینی و ویتنامی در دسترس است.

آبهای ایمن (safewaters) یک وب سایت اطلاعاتی است که درباره امنیت آب ها برای مردم اطلاعات مفیدی ارائه

می دهد. وب سایت: www.safewaters.nsw.gov.au



