

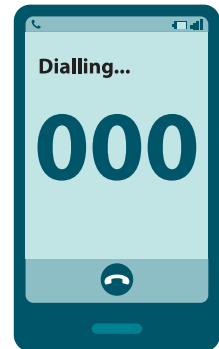


حفظ ایمنی



در شرایط اضطراری

در شرایط اضطراری و اورژانسی با سه صفر (000) تماس بگیرید.



از شما می پرسند به چه نیاز دارید:

• آمبولانس



• آتش نشانی



• پلیس



شما باید به آنها بگوئید به کدام نیاز دارید.



فقط وقتی 000 را بگیرید که شرایط **اضطراری** باشد.



اگر انگلیسی صحبت نمی کنید، بگویید 'Interpreter' (اینترپرتر، یعنی مترجم) و بعد اسم زبانی که به آن صحبت می کنید را بگویید.



به آنها بگوئید:

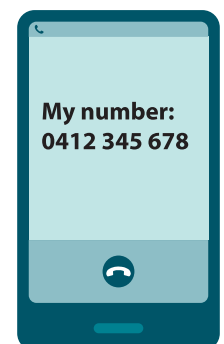
- اسم خودتان



- آدرس جایی که حادثه یا وضعیت اضطراری پیش آمده



- شماره تلفن خودتان



• شرح اتفاق



اگر حواس تان جمع نیست و نمی دانید چه بگویید، تلفن را قطع نکنید.

روی خط بمانید و اپراتور سعی می کند جای شما را پیدا کند و کمک بفرستد.



خدمات آمبولانس فقط برای شرایط اضطراری است.



اگر اینها را نداشته باشید شاید مجبور شوید هزینه استفاده از آمبولانس را بپردازید:

\$\$\$

- بیمه بهداشتی خصوصی
- کارت مراقبت های بهداشتی و درمانی
- کارت تخفیف



استفاده از آب شیر برای این کارها اشکالی ندارد:

- نوشیدن
- آشپزی



آب دریاچه ها، رودخانه ها یا چشمه ها را ننوشید یا با آنها آشپزی نکنید – آب می تواند کثیف یا خطرناک باشد.

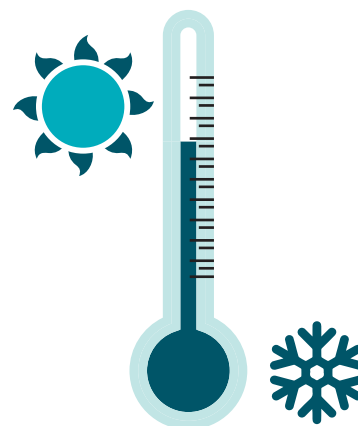


آب داغ می تواند شما را بسوزاند.



قبل از انجام این کارها باید حتماً میزان داغ بودن آب را چک کنید:

- حمام کردن
- وارد دوش شدن
- قرار دادن بچه ها در آب



برق گرفتگی باعث جراحت یا حتی مرگ می شود.



این کارها را انجام ندهید:

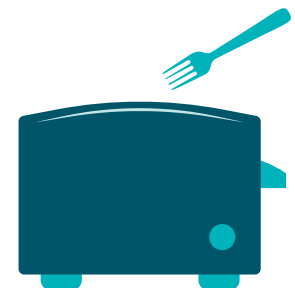


- قرار دادن دستگاه های برقی نزدیک سینک یا هر منبع آب دیگر



- قرار دادن اجسام فلزی در

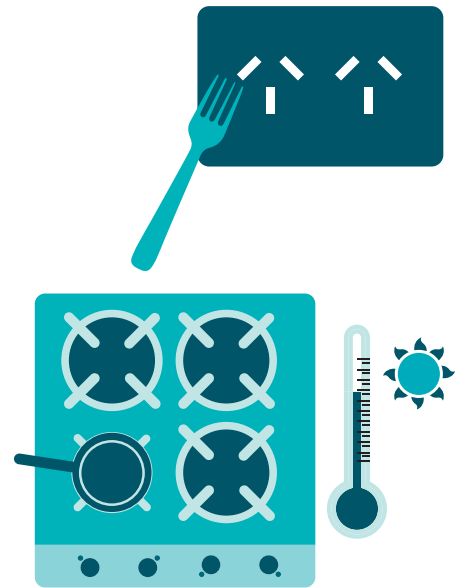
○ تستر



○ مایکروویو



• پریز برق



اجاق های خوراکپزی و فرها خیلی داغ می شوند.

هنگام آشپزی، دسته قابلمه ها را باید به داخل برگردانید تا دست بچه ها به آنها نرسد.

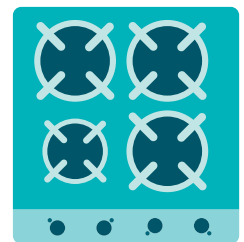


بچه ها را از در فر دور نگه دارید – چون می تواند خیلی داغ شود.

گاز

گاز در برخی از اینها استفاده می شود:

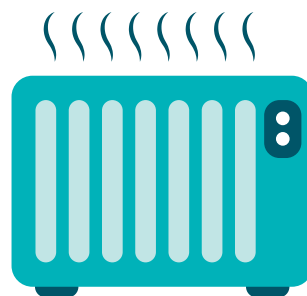
• اجاق های خوراکپزی



• فرها



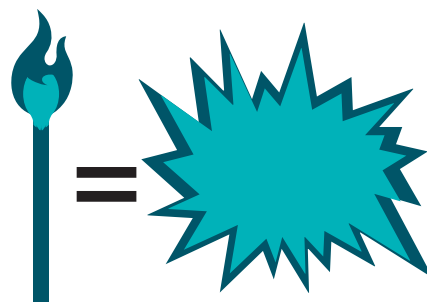
• بخاری



گاز اجاق های خوراکپزی یا فرها را بعد از استفاده ببندید.

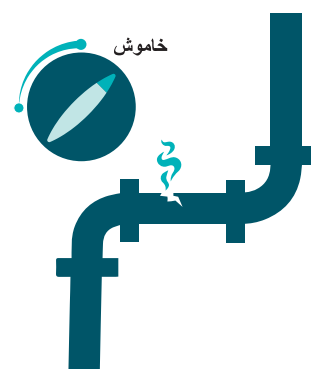


اگر بوی گاز به مشام تان می رسد، کبریت روشن نکنید – شعله می تواند گاز را منفجر کند.



ببینید گاز از کجا نشت می کند.

گاز را فوراً ببندید.



داروها و مواد شیمیایی



بعشی از داروها و مواد شیمیایی که مردم در خانه هایشان دارند می تواند باعث آسیب دیدگی یا بیماری شدید افراد شود.

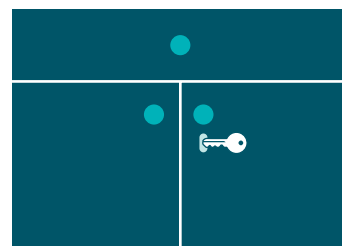


تمام داروهای خود را در جایی بگذارید که بچه ها نتوانند:

- به آنها دسترسی داشته باشند
- آنها را پیدا کنند



تمام شوینده ها را در یک گنجی یا کمد قفل دار بگذارید تا بچه ها نتوانند به آنها دسترسی پیدا کنند.



غذا

تقریباً در تمام خانه های استرالیا یک یخچال وجود دارد که برای تازه نگه داشتن مواد غذایی از آن استفاده می کنند.

به آن فریج هم می گویند.

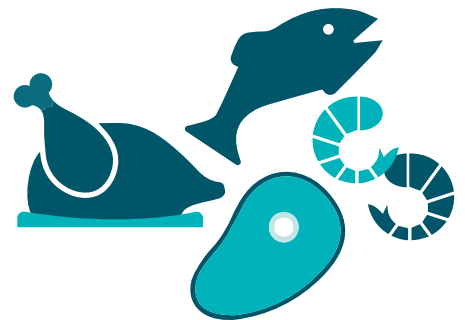


بعضی مواد غذایی را باید تا موقع مصرف در یخچال نگهداری کنید:

- لبنیات – شیر، کره، خامه، پنیر



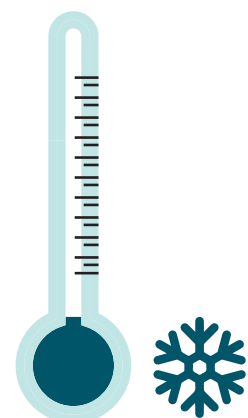
- گوشت و ماهی



- بعضی میوه و سبزیجات

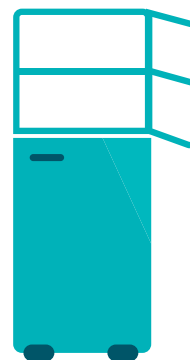


بعضی مواد غذایی را باید تا موقع پخت بصورت منجمد نگهداری کرد.



خیلی از یخچال ها قسمت مخصوصی برای منجمد کردن مواد غذایی دارند.

به این قسمت فریزر می گویند.



در بعضی از خانه های استرالیا یک فریزر جدا برای مواد غذایی منجمد دارند.



مواد غذایی را فقط باید یک بار منجمد کرد.

اگر غذایی را بخورید که بیشتر از یک بار منجمد شده است امکان دارد مریض شوید.



میوه و سبزیجات را قبل از مصرف خوب بشوئید.

با این کار مواد شیمیائی که برای محافظت از آنها در برابر حشرات استفاده شده است را پاک می کنید.



تمام سطوح و قسمت هائی را که برای آشپزی استفاده می کنید تمیز نگه دارید.



همیشه قبل از آماده کردن غذا دست های خود را بشوئید.



آتش نشانی

آلارم دود باید در همه خانه ها نصب شود.



آلارم های هشدار دود باید در صورت وجود دود با صدای بلند هشدار بدهند.



آلارم های هشدار دود با باتری کار می کنند.

باتری ها را باید هر 6 ماه یک بار تست و تعویض کرد.



به شمع و سیگار خیلی باید توجه کنید.

چون آنها دلایل اصلی آتش سوزی های خانگی هستند.



لباس های خود را روی بخاری یا نزدیک آن نگذارید.



یک برنامه برای مواقعی تهیه و تدارک ببینید که بخاطر آتش سوزی لازم است از خانه خارج شوید.

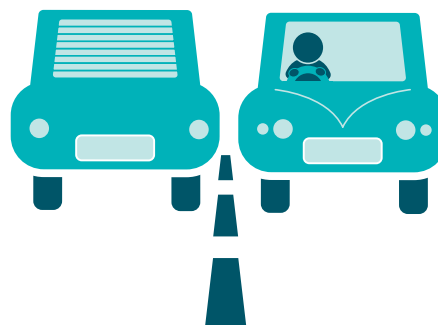
آنها را با خانواده خود تمرین کنید.



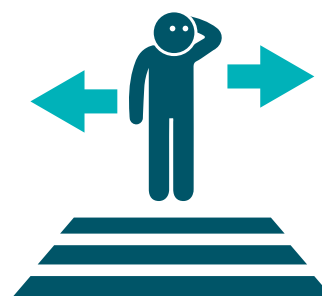
حفظ ایمنی در خیابان و جاده ها

رد شدن از خیابان

در استرالیا، ماشین ها در سمت چپ خیابان می رانند.

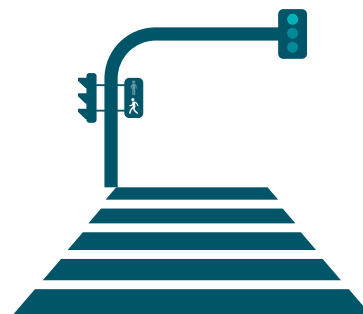


وقتی می خواهید از خیابان رد شوید باید با دقت به سمت چپ و بعد سمت راست خود در خیابان نگاه کنید.



عبور از خیابان در اینجاها مقدور است:

- چراغ قرمز
- خط عابر پیاده



دوچرخه سواری

هنگام دوچرخه سواری باید کلاه ایمنی داشته باشید.



در استرالیا به دوچرخه اغلب "بایک" گفته می شود.

افرادی هم که دوچرخه سواری می کنند دوچرخه سوار یا "سایکلیست" نام دارند.



قوانین جاده
و خیابان ها

دوچرخه سوارها باید تمام قوانین جاده و خیابان ها را رعایت کنند.



برای دوچرخه سواری در جاده و خیابان نیاز به گواهینامه ندارید.



اما باید همان قوانین مربوط به رانندگی با ماشین را رعایت کنید.



اگر در شب سواری می کنید، دوچرخه شما باید مجهز به اینها باشد:

- چراغ جلو
- چراغ عقب



در خیلی از شهرها خطوط مخصوص دوچرخه سواری هست که فقط دوچرخه سوارها می توانند از آنها استفاده کنند.



سواری کردن بعد از مصرف مواد یا مشروبات الکلی خلاف قانون است.



اگر در صورت مصرف مواد یا مشروبات الکلی سواری کنید و شما را بگیرند ممکن است:

- جریمه شوید – یعنی باید جریمه نقدی سنگینی پرداخت کنید



- گواهینامه شما را بگیرند



- به زندان فرستاده شوید



این صفحه عمدتاً خالی گذاشته شده است