

الأدوية والسياسة



تأثير بعض الأدوية يضاعف خطر وقوع حوادث السير من مرتين إلى خمس مرات

هل تعلم ؟

• تناول الدواء ليس سلوكا عاديا، حيث بإمكانه أن يخلف عواقبا على سلامتكم و سلامة الآخرين.



• على علب بعض الأدوية، تحققوا من وجود هذا الرمز الذي يفيد أن استعمال الدواء يمكن أن تكون له بعض المخاطر أثناء القيادة.

• إذا كنتم ملزمين بالقيادة، اطلعوا على الوثيقة الخاصة بالدواء و خاصة الفقرة التي تهتم «السائقين ومستعملي الآليات». يمكن أن تتضمن الفقرات الخاصة بالاحتياطات المرتبطة باستعمال الدواء و آثاره الجانبية معلومات حول التأثيرات المحتملة للدواء على القدرات المرتبطة بالقيادة.

• تجنبوا القيادة أو توقفوا عنها عند:

الإحساس بالعياء أو الرغبة في النوم أو عند الإحساس بتثاقل أو ارتعاش أو تخدير على مستوى أطراف الجسم:

الإحساس بعدم الإرتياح أو الدوران بالرأس أو رغبة في التقيؤ، كذلك عند الإحساس بصعوبة في تقدير المسافات أو رؤية الطريق أو العريات الأخرى؛

الإحساس بصعوبة في التركيز أو بانسراح مبالغ فيه أو عصبية أو عدوانية.

• بإمكان الأدوية أن تشكل خطرا على القيادة، حيث من الممكن أن تتسبب في نوم السائق أو التقليل من انتباهه أو تباطؤ في ردود أفعاله.

آثار الأدوية، المسماة مهدئة، تضاعف من مرتين إلى خمس مرات خطر وقوع الحادثة.

شارع العرعر - حي الرياض - الرباط

الهاتف : 05 37 71 22 80 - الفاكس : 05 37 71 69 53

البريد الإلكتروني : s.permanent@cnpac.gov.ma الموقع على الأنترنت : www.cnpac.ma

الهاتف أثناء القيادة



التحدث في الهاتف أثناء القيادة
يضاعف أربع مرات خطر وقوع حادثة سير

هل تعلم ؟

- التحدث على الهاتف أثناء القيادة يشوش على التركيز، في حين أن القيادة تتطلب 100 % من تركيز السائق، من أجل سلامة جميع الركاب.
- مسك الهاتف باليد أثناء القيادة يمنعك من اتخاذ القرارات الملائمة بشكل صحيح مثل التجاوز أو التوقف، كما يؤثر على بعض العمليات المرتبطة بالقيادة (الحفاظ على المسار الصحيح في الطريق، استخدام الأضواء الوامضة، احترام العلامات، الفرملة في الوقت المناسب، إلخ).
- أثناء المكالمات الهاتفية، تزيد مدة رد الفعل بنسبة 50 % في المتوسط، وهو ما يؤدي إلى ارتفاع مسافة التوقف أثناء الفرملة المباعدة وبالتالي عدم إمكانية تفادي الاصطدام الذي يقع بشكل أقوى.
- إمساك الهاتف باليد يجعل سلوك السائق مقرددا وغير ملائم، حيث تأخذ العربة مسارا منحرفا قد يؤدي بها إلى الخروج عن ممر السير.
- استخدام الهاتف باليد أثناء القيادة يعد مخالفة من الدرجة الثانية يعاقب عليها بغرامة تبلغ 500 درهم.

الهاتف أثناء القيادة يضاعف أربع مرات خطر وقوع حادثة سير

شارع العرعر - حي الرياض - الرباط

الهاتف : 05 37 71 22 80 - الفاكس : 05 37 71 69 53

البريد الإلكتروني : s.permanent@cnpac.gov.ma الموقع على الأنترنت : www.cnpac.ma

حزام السلامة



في 9 حالات من أصل 10، يكون قذف الراكب الذي لا يضع حزام السلامة خارج العربة مميتاً.

هل تعلم ؟

- يعتبر استعمال حزام السلامة إجباريا في المقاعد الأمامية في كل مكان، وفي المقاعد الخلفية خارج المدار الحضري.
- في حالة عدم وضع حزام السلامة، يمكن لأي اصطدام أمامي أن يكون قاتلا ابتداء من سرعة 20 كلم في الساعة.
- في حالة انقلاب العربة، تزداد فرص نجاة الراكب الذي يستعمل حزام السلامة، خمس مرات.
- أثناء الانقلاب المتكرر للعربة، يكون قذف الراكب الذي لا يضع حزام السلامة خارج العربة مميتا في 9 حالات من أصل 10.
- عند الاصطدام الأمامي للعربة بسرعة 70 كلم في الساعة، يتحول وزن فرد يزن 60 كيلوغرام، لا يضع حزام السلامة، إلى قذيفة تزن 1.8 طنا ! يمكن لجسم الراكب غير المحمي في المقاعد الخلفية أن يقذف إلى الأمام ليصطدم بالراكب في المقاعد الأمامية، وبالتالي تنضاف كل قوته إلى قوة الراكب أمامه، وبذلك، يتعرض حزام السلامة الذي يحمي الراكب بالمقعد الأمامي لقوة مضاعفة قد تؤدي إلى فكه.
- عند وقوع الاصطدام، يتعرض الركاب بالمقاعد الخلفية والأمامية لنفس التهديد بالقذف من الزجاج الأمامي أو الخلفي أو الفتحات الجانبية للسيارة، وتؤدي هذه الحوادث في أغلب الأحيان إلى الوفاة، أو الإصابات بجروح بليغة قد تحتاج لإجراء عمليات جراحية معقدة، أو إلى رضوض خطيرة وإعاقات مدى الحياة.
- عند وقوع حادث سير، ترتفع نسبة إصابات الركاب في المقاعد الأمامية إلى 80% بسبب عدم ربط ركاب المقاعد الخلفية لحزام السلامة سواء كان الراكب شخصا بالغا أو طفلا.
- ينفذ وضع حزام السلامة بالمقاعد الخلفية حياة ركاب المقاعد الأمامية.
- يعتبر عدم احترام إجبارية استعمال حزام السلامة مخالفة من الدرجة الثالثة تستوجب أداء غرامة تصالحية و جزافية تبلغ 300 درهم مع خصم نقطة واحدة من رصيد رخصة السياقة.

يعد حزام السلامة عنصرا حيويا للسلامة الوقائية في العربة.
عند وقوع حادث سير، يخفض حزام السلامة إلى النصف خطر الموت أو التعرض للإصابات الخطيرة.

شارع العرعر - حي الرياض - الرباط

الهاتف : 05 37 71 22 80 - الفاكس : 05 37 71 69 53

البريد الإلكتروني : s.permanent@cnpac.gov.ma الموقع على الأنترنت : www.cnpac.ma

مسافة السلامة بين العريات



تقع أغلب حوادث السير بسبب اصطدامات خلفية
أو متسلسلة على الطريق السيار.

هل تعلم ؟

- عندما تكون عربتان تسير إحداهما خلف الأخرى، يجب على سائق العربية الثانية أن يحافظ على مسافة أمان كافية مع العربية الأولى من أجل تفادي الاصطدام بها في حالة تباطؤ مفاجئ لهذه الأخيرة.
- يجب أن تكون هذه المسافة كبيرة كلما كانت السرعة مرتفعة.
- على العموم، تقدر مسافة السلامة بفارق ثانيّتين بين عربتين تسير إحداهما خلف الأخرى. هذه المدة الزمنية تناسب مدة الإدراك- رد الفعل التي تتكون من زمن فيزيولوجي مرتبط بالإدراك- رد الفعل (يتراوح بين 1,3 و1,5 ثانية) وزمن ميكانيكي مرتبط ببدء أجهزة الحصر في الاشتغال (حوالي 0,5 ثانية).
- ترتبط مسافة السلامة بين السيارات بشكل مباشر بسرعة السيارات: كلما ارتفعت السرعة كلما ارتفعت مسافة الأمان.

السرعة كلم / ساعة	50	60	70	80	90	100	120
مسافة السلامة (متر)	28	34	39	45	50	56	67

- تتمثل العوامل التي تؤثر في المسافة المرتبطة بالإدراك والملاحظة في ما يلي : تناول الكحول أوالمخدرات أو بعض الأدوية أو التعب أو أنشطة تؤثر على تركيز السائق (استعمال الهاتف أثناء القيادة، الانشغال بالركاب، إلخ).
- على الطريق، يكفي تحديد نقطة ثابتة على قارعة الطريق (شجرة، عمود...) واحتساب ثانيّتين ابتداء من لحظة مرور العربية الأمامية قبل عبور النقطة المعنية.
- على الطريق السيار، يشكل الخط المنقطع بين الممر الأيمن وخط التوقف العاجل مؤشرا مناسباً، بحيث يجب ترك مسافة تعادل ثلاثة خطوط متقطعة.
- في حالة تساقط الأمطار أو طريق مبللة، تظل مسافة الأمان المناسبة هي نفسها كما في حالة الجو الصحو، لكن مع سرعة منخفضة بحوالي 20 كلم/ ساعة.

أصحاب الدرجات النارية والخوذة الواقية



أثناء الوقوع، يصطدم رأس السائق
بالأرض في 9 حالات من أصل 10

هل تعلم ؟

• يتمثل الهدف من استعمال الخوذة الواقية في حماية رأس السائق من خلال امتصاص الصدمات مع الأرض أو مع الحواجز الطبيعية عند السقوط، بالإضافة إلى الحماية من الجروح التي يمكن أن يتسبب فيها الاحتكاك مع قارعة الطريق أثناء الوقوع والانزلاق. كما تقوم الخوذة الواقية أيضا بحماية الأعين من الرياح والحشرات. وهي تعد أداة واقية ذات استعمال مريح، تجنب مستعملها التعرض للضجيج الصوتي الذي تسببه حركة السير على الطريق.

• لا يكفي وضع الخوذة الواقية فقط على الرأس، بل يجب ربطها مع أسفل الذقن لأنه في حالة الوقوع على الأرض تسقط الخوذة الواقية أيضا عن رأس السائق و تنعدم بذلك الحماية.

• عند إركاب شخص آخر على متن دراجتكم النارية، احرصوا على تزويده بخوذة واقية مناسبة لقياسه وتأكدوا من أنه يضعها ويربطها بشكل سليم، لأن في ذلك حماية لكم وله.

• لقد تم تصميم خوذاات واقية للدراجات النارية خصيصا لفائدة الأطفال حتى لا يضطروا إلى ارتداء خوذاات خاصة بالراشدين، لأن وزن هذه الأخيرة من شأنه، في حالة وقوع حادثة، أن يؤدي إلى كسر في فقرات العنق، كما أن الحشوة الداخلية لهذه الخوذاات غير ملائمة للخصائص الجسمانية للأطفال.

أثناء الوقوع، يصطدم رأس السائق بالأرض في 9 حالات من أصل 10

تساهم الخوذة الواقية في التخفيف من احتمال وخطورة الإصابات

بنسبة 70%

واحتمال الوفاة بنسبة 40%

شارع العرعر - حي الرياض - الرباط

الهاتف : 05 37 71 22 80 - الفاكس : 05 37 71 69 53

البريد الإلكتروني : s.permanent@cnpac.gov.ma الموقع على الأنترنت : www.cnpac.ma

الإفراط في السرعة



السرعة هي العامل المسبب في حوالي
نصف حوادث السير.

هل تعلم ؟

- **السياسة بسرعة مفرطة، لا تعني فقط السياسة بسرعة أكبر من السرعة المحددة، بل أيضا الإفراط في السرعة عندما تقتضي الظروف التخفيف منها.**
 - **كلما ازدادت السرعة كلما انخفض مجال الرؤية، حيث ينخفض بشكل كبير تمييز السائق للأشياء المحيطة به. عندما يكون متوقفا، بوسع السائق أن يرى ما يحيط به في زاوية رؤية تصل إلى 180°، و تنخفض هذه الزاوية لتصل إلى 100° عند القيادة بسرعة 40 كيلومتر في الساعة، أما أثناء القيادة بسرعة 120 كلم/س فإن زاوية الرؤية لا تتعدى 30°.**
 - **تزداد مسافة الحصر بشكل ملحوظ مع السرعة و بشكل غير خطي متصاعد.**
 - **في حالة وقوع حادثه سير، كلما كانت السرعة مرتفعة، كلما كان الاصطدام قويا والعواقب وخيمة.**
 - **السرعة محددة على مجموع الشبكة الطرقية:**
 - داخل المدار الحضري: 20، 40 أو 60 كيلومتر في الساعة حسب الظروف؛
 - الطريق الوطنية: 100 كيلومتر في الساعة أو 50 كيلومتر حسب الحالات؛
 - الطريق السيارة: 120 كيلومتر في الساعة؛
 - **بالنسبة للشاحنات ذات الوزن الإجمالي للحمولة الذي يتراوح بين 3,5 طن إلى 8 طن: 90 كيلومتر في الساعة؛**
 - **بالنسبة للشاحنات ذات الوزن الإجمالي للحمولة الذي يزيد عن 8 طن: 85 كيلومترا في الساعة؛**
 - **بالنسبة للسائقين الذين لم تمض سنتان على حصولهم على رخصة القيادة: 90 كلم/س.**
 - **تجاوز السرعة المحددة بأقل من 20 كلم/س يعتبر مخالفة من الدرجة الثالثة، يعاقب عليها بأداء غرامة قدرها 300 درهم.**
 - **تجاوز السرعة المحددة بين 20 و أقل من 30 كلم/س يعتبر مخالفة من الدرجة الثانية، يعاقب عليها بأداء غرامة قدرها 500 درهم و خصم نقطتين من رخصة القيادة.**
 - **تجاوز السرعة المحددة بين 30 و أقل من 50 كلم/س يعتبر مخالفة من الدرجة الأولى، يعاقب عليها بأداء غرامة قدرها 700 درهم و خصم 4 نقط من رخصة القيادة.**
 - **تجاوز السرعة المحددة ب 50 كلم/س أو أكثر يعتبر جنحة.**
- تعتبر السرعة عاملا مسببا في وقوع حوالي نصف حوادث السير.**

الكحول والسيارة



تعتبر القيادة تحت تأثير الكحول من الأسباب
الأولى لحوادث السير المميتة

هل تعلم ؟

• تمثل السياقة تحت تأثير الكحول خطرا حقيقيا في وقوع حوادث السير و ضحاياها، وهي أيضا جنحة يعاقب عليها القانون بالحبس من 6 أشهر إلى سنة و/ أو بغرامة من 5.000 إلى 10.000 درهم في حالة ثبوت تناول الكحول مع توقيف رخصة السياقة من طرف المحكمة لمدة تتراوح بين 6 أشهر وسنة واحدة وسحب 6 نقط من رصيد رخصة السياقة. وتضاعف هذه العقوبة في حالة العود.

• تعرض السياقة تحت تأثير الكحول سلامة السائق وسلامة مستعملي الطريق للخطر، حيث تظهر الاضطرابات الأولية المرتبطة بتناول الكحول ابتداء من الجرعات الأولى، وتتمثل هذه الاضطرابات فيما يلي:

ضيق مجال الرؤية:

اختلال على مستوى إدراك المسافات و العمق:

ازدياد في الحساسية ضد الأضواء:

انخفاض في اليقظة ومقاومة العياء :

اختلال على مستوى تنسيق الحركات:

التأثير التخديري للكحول يدفع السائق إلى الاستهانة بالأخطار والمبالغة في تقدير المؤهلات الشخصية.

• تختلف نسبة انتشار الكحول حسب الجنس والسن و وزن الفرد. كما أن نفس الكمية المستهلكة تؤدي إلى نسب مختلفة من تركيز الكحول في الدم حسب مجموعة من المتغيرات مرتبطة بالحالة الصحية ودرجة العياء والتغذية غير المتوازنة وتدخين السجائر وحالة التوتر.

• من أجل مراقبة السياقة تحت تأثير الكحول يتعين على العون محرر المحضر، إجباريا استعمال آلة قياس نسبة الكحول في الهواء المنبعت من فم السائق (éthylotest) من أجل التأكد من وجود الكحول في الهواء المنبعت من فم السائق.

• لا يجب أن تصل أو تتجاوز نسبة الكحول في الهواء المنبعت من فم السائق نسبة 0.10 ميليغرام.

• عند إجراء التحاليل الطبية أو البيولوجية، لا يجب أن تصل نسبة الكحول في الدم 0.20 غرام في اللتر؛

تعتبر السياقة تحت تأثير الكحول من الأسباب

الأولى لحوادث السير المميتة

شارع العرعر - حي الرياض - الرباط

الهاتف : 05 37 71 22 80 - الفاكس : 05 37 71 69 53

البريد الإلكتروني : s.permanent@cnpac.gov.ma الموقع على الأنترنت : www.cnpac.ma

الكراسي الخاصة بالأطفال المجهزة بأجهزة السلامة



الإصطدام بسرعة 20 كلم/الساعة يمكن أن
يكون مميتا بالنسبة لطفل غير محمي

هل تعلم ؟

- يجب على السائق التأكد من أن كل طفل يقل سنه عن 10 سنوات يتوفر على كرسي خاص بالأطفال مجهز بأحزمة السلامة و يناسب وزنه وبنيته الجسمية:
- يمنع نقل الطفل الذي يقل سنه عن 10 سنوات في المقاعد الأمامية للسيارة، إلا إذا تم توجيهه بحيث يكون ظهره يقابل الطريق مع وضعه في مقعد الأمان المخصص له، أو عند استحالة جعله في وضعية أخرى:
- تحدد 5 مجموعات حسب وزن الطفل ويمكن لمقعد واحد أن يكون مناسباً لعدة مجموعات :
المجموعة 0 : من الولادة إلى وزن 10 كيلو غرام : يجب وضع الرضيع في مقعد موجه إلى الخلف، سواء في المقاعد الأمامية أو الخلفية للسيارة حيث يستفيد الطفل من حماية أكبر في حالة اصطدام أمامي للسيارة، ويمكن وضع الرضيع في مقعد على شكل سرير (nacelle) حيث يثبت بالتوازي مع المقاعد الخلفية للسيارة بواسطة أحزمة تربط في الأماكن المخصصة لربط أحزمة السلامة الخاصة بالسيارة.
- المجموعة 0+ : من الولادة حتى وزن 13 كيلوغرام : يكون حجم مقعد هذه المجموعة أكبر من مقعد المجموعة 0، حيث يمكن هذا النموذج من نقل الطفل مع توجيهه إلى الخلف، في وضعية نصف ممددة. ويجب وضعه بنفس طريقة المقعد في المجموعة 0.
- المجموعة 1 : من 9 إلى 18 كيلو كيلوغرام : يستطيع الطفل في هذه المرحلة الجلوس بشكل جيد ومقاومة القوة التي قد تدفعه إلى الأمام في حالة كبح الفرامل. يمكن وضعه في مقعد أمان ذو ظهر عال أو مقعد متوفر على طاولة أمامية إضافية لحماية الطفل، قابل للتثبيت في أماكن ربط أحزمة السلامة الخاصة بالسيارة.
- المجموعة 2 : من 15 إلى 25 كيلوغرام : والمجموعة 3 (من 22 إلى 36 كيلو غرام) : يفرض طول وحجم الطفل في هذه المرحلة، وضعه في مقعد أمان أو فوق وسادة داعمة مخصصة لذلك إلى أن يبلغ سنه 10 سنوات.
- يعتبر نقل الطفل الذي يقل سنه عن 10 سنوات في المقاعد الأمامية للسيارة مخالفة من الدرجة الثانية تستوجب أداء غرامة تبلغ 500 درهم مع سحب نقطة واحدة من رصيد رخصة القيادة.

تساهم الكراسي الخاصة بالأطفال المجهزة بأحزمة

السلامة في إنقاذ أرواح أطفالكم

شارع العرعر - حي الرياض - الرباط

الهاتف : 05 37 71 22 80 - الفاكس : 05 37 71 69 53

البريد الإلكتروني : s.permanent@cnpac.gov.ma الموقع على الأنترنت : www.cnpac.ma

الراجلون



قتيل واحد من كل ثلاثة قتلى من الراجلين !

هل تعلم ؟

- يعتبر الطريق فضاء مشتركا بين الجميع، بحيث على كافة مستعملي الطريق (سائقو السيارات والدراجات والراجلون) احترام قانون السير.
- في الطريق، يعاني الطفل بشكل خاص من مشاكل انعدام السلامة الطرقية. فبسبب قصر قامته، لا يتمكن باقي مستعملي الطريق الآخرين من رؤيته عندما يكون بين السيارات المتوقفة. بالإضافة إلى ذلك، لا يمتلك الطفل نفس المجال البصري ولا إدراك محيطه الطرقي كما هو الحال بالنسبة للراشد (صعوبة تقدير المسافات، صعوبة التمييز بين سرعة السيارات، عدم القدرة على التعرف على مصادر الأصوات التي تشكل خطرا عليه الخ..).
- على هذا الأساس، يتعين على الأشخاص الراشدين تفسير القواعد للأطفال بطريقة بيداغوجية : استعمال الممرات الخاصة بالراجلين وعبور الطريق عند الضوء الأحمر والتأكد من أن العربات متوقفة قبل العبور وعدم الجري في الطريق إلخ...
- أقرت مدونة السير غرامة تصالحية وجزافية من الدرجة الرابعة تخص الراجل المخالف لقواعد السير (تطبيقا للمادة 94 التي تنص على أنه يتعين على الراجل اتخاذ الاحتياطات اللازمة لتجنب كل خطر سواء على نفسه أو على الغير والتقيد بقواعد السير الخاصة المتعلقة به والامتناع عن كل ما يمكن أن يلحق ضررا ببيئة الطريق.
- وعليه، يتوجب على الراجلين استعمال الممرات الخاصة بالراجلين لعبور الطريق. في حالة عبور الطريق خارج الممرات المحمية، يتعرض الراجلون لغرامة تصالحية وجزافية تبلغ 25 درهما.

يمكن ارتداء الملابس فاتحة اللون أو التي تحمل أشرطة عاكسة للضوء السائقين من رؤية الراجلين ليلا أو عندما تكون الرؤية ضعيفة.

شارع العرعر - حي الرياض - الرباط

الهاتف : 05 37 71 22 80 - الفاكس : 05 37 71 69 53

البريد الإلكتروني : s.permanent@cnpac.gov.ma الموقع على الأنترنت : www.cnpac.ma