

# آزمون گواهی نامه دوچرخه سواری داوطلبانه

2016

من شرکت می کنم!



دفتر مخصوص دانش آموزان

Diese Unterlagen des Österreichischen Jugendrotkreuzes bereiten Schülerinnen und Schüler auf die Freiwillige Radfahrprüfung vor. Damit dürfen sie ab 10 Jahren ohne Begleitung im Straßenverkehr Rad fahren. Mit Unterstützung durch das Bundesministerium für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt und Wasserwirtschaft wurden die Unterlagen in die Sprachen Englisch, Farsi und Arabisch übersetzt. Die Unterlagen können auch für die Erwachsenenbildung eingesetzt werden.

2. Auflage in Farsi, 2016

این مدارک توسط جمعیت جوانان صلیب سرخ اتریش تهیه شده است و دانش آموزان را برای آزمون داوطلبانه دوچرخه سواری آماده می کند. با دریافت گواهی نامه دانش آموزان بزرگ تر از 10 سال می توانند بدون همراه هم در مسیرهای شهری با دوچرخه تردد کنند. این مدارک با حمایت وزارت زمین و جنگل داری، محیط زیست و آب داری به زبان های انگلیسی، فارسی و عربی رسمی ترجمه شد. البته این مدارک می توانند به عنوان منبع آموزشی برای بزرگ سالان نیز استفاده شوند.

2. نسخه فارسی، 2016

Übersetzung mit freundlicher Unterstützung

این ترجمه با همکاری انجام شده است.



MINISTERIUM  
FÜR EIN  
LEBENSWEERTES  
ÖSTERREICH

klimaaktiv



mobil

Bundesministerium für Land- und Forstwirtschaft,  
Umwelt und Wasserwirtschaft/klimaaktiv mobil



# آزمون داوطلبانه دوچرخه سواری

## دفتر دانش آموزان



### فهرست

3	نامه به والدین
4	رضایت نامه
5	قبل از شروع
8	دیدن و دیده شدن
9	علائم مندرج بر سطح خیابان و انواع مسیرهای تردد
12	اسکیت سواری
13	صبر کردن و رعایت حق تقدم
25	مهارت هایی که یک دوچرخه سوار باید داشته باشد
29	مطالبی که یک دوچرخه سوار باید بداند
34	تابلوهای مهم رانندگی

# Impressum

## Eigentümer, Herausgeber und Verleger:

Österreichisches Jugendrotkreuz  
www.jugendrotkreuz.at



## In Zusammenarbeit mit:

Allgemeine Unfallversicherungsanstalt  
www.auva.at



ÖAMTC, Österreichischer Automobil-,  
Motorrad- und Touring Club  
www.oeamtc.at



## Herausgeber

Österreichisches Jugendrotkreuz, Generalsekretariat,  
Wiedner Hauptstraße 32, 1041 Wien,  
Tel.: 01/589 00-0, ZVR-Zahl: 432857691  
Allgemeine Unfallversicherungsanstalt

## Idee und Grundkonzept

Dipl.-Ing. Wolfgang Glaser  
Karl Petek  
Dr. Mechthild Rotter  
Eike Rux  
Dr. Felix Steiner  
Franz Suppan

## Gesamtkoordination

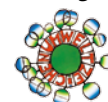
Belma Hodzic

## Autorenteam

Dr. Sabine Bauer  
Mag. Dora Donosa  
OSR Karl Ederer  
Kontr.-Insp. Roland Hanifl  
Mag. Martin Hoffer  
Hans Klivan  
DI Christian Kräutler  
Mag. Joachim Rauch  
Dr. Mechthild Rotter  
Mag. Eva Unger  
Judith Wölfel

## Herstellung

Layout & Grafik: Mag. Natalie Dietrich, Illustrationen:  
Peter Unger, Fotos: ÖJRK, Anna Stöcher, Daniela Klemen-  
cic, ÖRK, IFRC, www.linz.at/feuerwehr, Österreichischer  
Blinden- und Sehbehindertenverband, BM.I Abteilung  
I/5-Öffentlichkeitsarbeit/Tuma, Richard Reichhart/AUVA,  
commons.wikimedia.org, Fotoredaktion: Mona Saleh,  
Lektorat: Mag. Simone Kremsberger, Mag. Sabine Wawerda,  
Repro: Manfred Poor, Produktion: Info-Media, 1010 Wien.  
Druck: Zentrale Kopierstelle des BMLFUW, UW-Nr. 907.  
Gedruckt nach den Richtlinien „Druckerzeugnisse“ des  
Österreichischen Umweltzeichens.





# والدین گرامی

## سرپرستان محترم خانواده

فرزند شما به عنوان یک عابر پیاده با قوانین راهنمایی و رانندگی تا حدودی آشنایی دارد. حالا هم می خواهد به عنوان یک دوچرخه سوار در سطح شهر تردد کند.

برای اینکه فرزند شما از سن ۱۰ سالگی به بعد بتواند به تنهایی دوچرخه سواری کند، باید آزمون داوطلبانه دوچرخه سواری را با موفقیت پشت سر بگذارد. پیش نیاز شرکت در این امتحان این است که فرزند شما دوچرخه سواری بلد باشد.

این برنامه آموزشی دارای تمرین های عملی است که باعث کسب آمادگی های لازم برای آزمون می شود.

آموزش هایی که با حمایت مدرسه و عوامل اجرایی ارائه می شوند، دانش و مهارت های اساسی دوچرخه سواران جوان را شکل می دهد.

والدین عزیز، وظیفه شما این است که در حین آموزش و بعد از آن با فرزندان خود مطالب یاد داده شده را به صورت نظری و عملی تمرین کنید. به یاد داشته باشید که رفتار مناسب شما به عنوان یک الگو، نقش سازنده ای را در تعامل فرزندان شما با قوانین راهنمایی رانندگی خواهد داشت.

ما برای فرزند شما ساعات آموزشی خوشی را آرزومندیم و امیدواریم شما نیز از همراهی فرزند خود در فرایند آموزش لذت ببرید.

گروه نویسندگان



# رضایت نامه

در این قسمت یک عکس  
با یک گیره الحاق شود.

4

## اطلاعات فرزند شما

نام و نام خانوادگی

آدرس

تاریخ تولد

## اطلاعات اولیا

نام و نام خانوادگی

آدرس

تاریخ تولد

## اینجانب موافقت خود را مبنی بر شرکت

(به جای نقطه چین نام و نام خانوادگی فرزند)

کنم می اعلام سواری دوچرخه داوطلبانه آزمون در

در صورتی که موافق  
هستید، لطفاً علامت  
بزنید.



همچنین درخواست دارم تا برای فرزندم گواهی نامه دوچرخه سواری مطابق بند 1 و 2 پاراگراف 65 قوانین راهنمایی رانندگی وضع شده در سال 1960 صادر شود.

صدور گواهی نامه دوچرخه سواری تنها بعد از قبول شدن در آزمون انجام می شود.

بدین وسیله گواهی می کنم که دریافت گواهی نامه منوات به شرایط ذیل است:

- در هنگام استفاده از دوچرخه باید گواهی نامه را به همراه داشت و بنا به درخواست مأمورین کنترل کننده آن را ارائه داد.
- تمامی تردها با دوچرخه باید با اجازه صریح اولیا باشد.

اینجانب اطلاع دارم که تردد فرزندم با دوچرخه تنها با یک دوچرخه متناسب با قدش انجام شود و دارای همه استانداردهای لازم باشد. همچنین نظارت دستگاهی دولتی بر تردد وسایل نقلیه باعث سلب مسئولیت بنده از نظارت بر رفتار ترافیکی فرزندم نمی شود.

عکس را با چسب  
بچسبانید!

مهر دولتی

شماره گواهی نامه

تاریخ تولد

نام و نام خانوادگی

آدرس محل سکونت

پیشنهاد برای دریافت

# یک گواهینامه

مطابق بند دوم پاراگراف 65 قوانین راهنمایی رانندگی وضع شده در سال 1960.

تاریخ، امضای اولیا





# قبل از اینکه شروع کنیم

## 1. چند سال باید داشته باشی تا اجازه دوچرخه سواری داشته باشی؟

- ☞ زیر ۱۲ سال تنها با داشتن یک همراه بزرگسال (حداقل ۱۶ ساله) اجازه دوچرخه سواری دارم یا
- ☞ بعد از ۱۰ سالگی با داشتن گواهی نامه دوچرخه سواری (مجوز دولتی) دوچرخه سواری می کنم.

## 2. کلاه از تو مراقبت می کند!



من با سر گذاشتن یک کلاه دوچرخه سواری می کنم- کلاه اجباری است. بهتر است که من در هنگام خریدن کلاه دوچرخه حضور داشته باشم و کلاهی را انتخاب کنم که از همه برایم مناسب تر است و از آن خوشم می آید.

- ☞ در صورت افتادن از دوچرخه کلاه از سر من در برابر ضربات خطرناک جلوگیری می کند.
- ☞ کلاه باید درست بر روی سرم قرار گرفته باشد. کلاه نباید سُر بخورد.
- ☞ کلاه باید محافظ پیشانی و پشت سر من (مخچه) باشد. گوش ها و صورتم باید آزاد باشند.
- ☞ کلاهی که دارای برچسب های شب نما باشد، باعث می شود که بهتر دیده شوم.

**نکته مهم:** بعد از تصادف به کلاه جدیدی نیاز دارم.

## 3. دوچرخه من یک گاری نیست!

- ☞ کیف، کیسه های نایلون و چیزهای مشابه نباید بر روی فرمان چرخ قرار بگیرند- خطر افتادن!
- ☞ بهتر است آن ها را بر روی باربند ببندم، داخل سبد دوچرخه بگذارم یا داخل خورجین های مخصوص دوچرخه قرار بدهم.

این کار باعث می شود تا تسلط بیشتری بر روی فرمان و ترمزها داشته باشم و علامت هایی که با دست می دهم مشخص دیده شود.

**مهم:** هیچگاه یک نفر را سوار بر دوچرخه نمی کنم.

کنترل دوچرخه:

من چرخم را  
بررسی می  
می‌کنم!



#### دوچرخه ام باید دارای 8 ویژگی باشد:

- ↪ دو عدد ترمز
- ↪ یک عدد زنگ یا بوق
- ↪ شب‌نمای سفید در قسمت جلو (می‌تواند به چراغ جلوی دوچرخه متصل شود)
- ↪ شب‌نمای قرمز در قسمت عقب (می‌تواند به چراغ عقب چرخ متصل شود)
- ↪ شب‌نمای زرد رنگ در هر دو رکاب
- ↪ شب‌نمای زرد رنگ که متصل به پره چرخ باشد یا لاستیک‌های شب‌نما
- ↪ چراغ جلو (به رنگ سفید باشد و چشمک زن نباشد) در صورت تردد در طول روز و دید کافی می‌توان آن را کنار گذاشت
- ↪ چراغ قرمز عقب (می‌تواند چشمک زن باشد): در صورت تردد در طول روز و دید کافی می‌توان آن را کنار گذاشت





شب نمای قرمز عقب



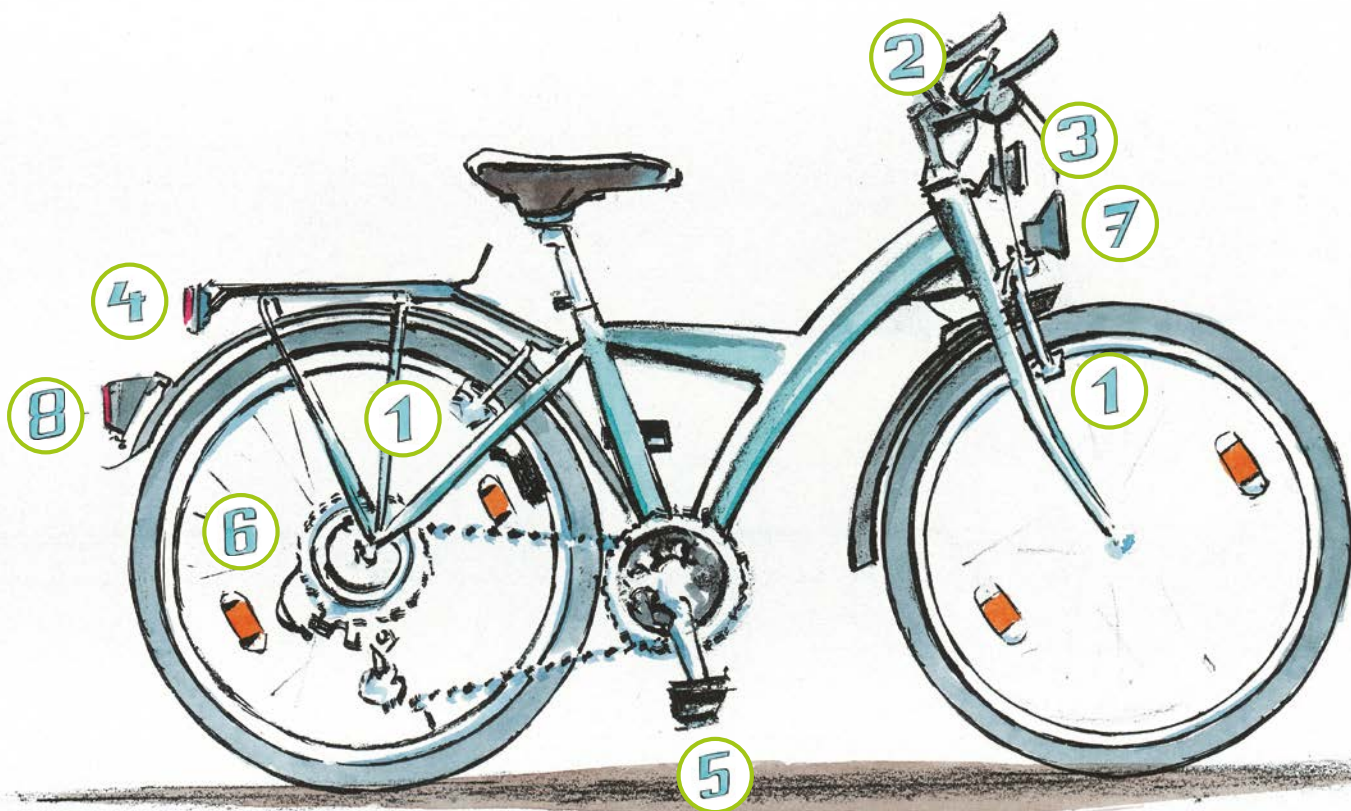
شب نمای سفید جلو



یک عدد زنگ یا بوق



دو عدد ترمز



چراغ قرمز عقب



چراغ سفید جلو



شب نمای زرد رنگ یا لاستیک های شب نما



شب نمای زرد رنگ در هر دو رکاب

# دیدن و دیده شدن

5. وقتی دید کافی مناسب وجود ندارد، تو چه کاری می کنی؟

وقتی دید نامناسب است ( برای مثال هنگام غروب، تاریکی، مه یا بارش برف) چراغ های دوچرخه را روشن می کنیم. با این کار دوچرخه ام بهتر دیده می شود. همچنین با پوشیدن لباسی که شب نما دارد، کمک میکند تا بهتر دیده شوم.



یک راهنمایی:  
کاری کن که  
دیده شوی!





# علائم مندرج بر سطح خیابان و معابر

6. تو به عنوان یک دوچرخه سوار باید در چه مسیرهایی حرکت کنی؟

من دوچرخه سوار می‌کنم! موقع خارج شدن دیگران حق تقدم دارند.



## خط کشی مخصوص دوچرخه

یک خط کشی مخصوص دوچرخه در خیابان وجود دارد که آن را از قسمت های دیگر خیابان جدا می‌کند. من فقط می‌توانم در این مسیر حرکت کنم.



## مسیرهای مخصوص دوچرخه

مسیر مخصوص دوچرخه از مسیر حرکت ماشین‌ها و پیاده‌رو جدا شده است. در این مسیر می‌توانم در هر جهت حرکت کنم، به جز مواقعی که بر روی زمین با فلش جهت حرکت مشخص شده باشد.



## پیاده‌روهای داری مسیر دوچرخه

پیاده‌روهایی که دارای مسیر دوچرخه هستند، عابران پیاده با کمک یک خط مسیر حرکت دوچرخه جدا شده‌اند. در اینجا من فقط اجازه دارم در قسمت دوچرخه حرکت کنم.



## خط کشی های دوگانه

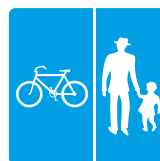
خیابانی که دارای خط کشی دوگانه است دوچرخه و ماشین در کنار هم حرکت می‌کنند. من فقط می‌توانم در یک جهت حرکت کنم.



## پیاده‌رو های مختلط

در پیاده‌رو های مختلط عابران پیاده و دوچرخه سواران از یک مسیر به طور مشترک استفاده می‌کنند. در اینجا می‌توانم در هر دو جهت حرکت کنم.

**مهم:** اگر تابلوی مربع شکل زیر را دیدم، می‌توانم از خیابانی که ماشین‌ها در آن حرکت می‌کنند نیز استفاده کنم.

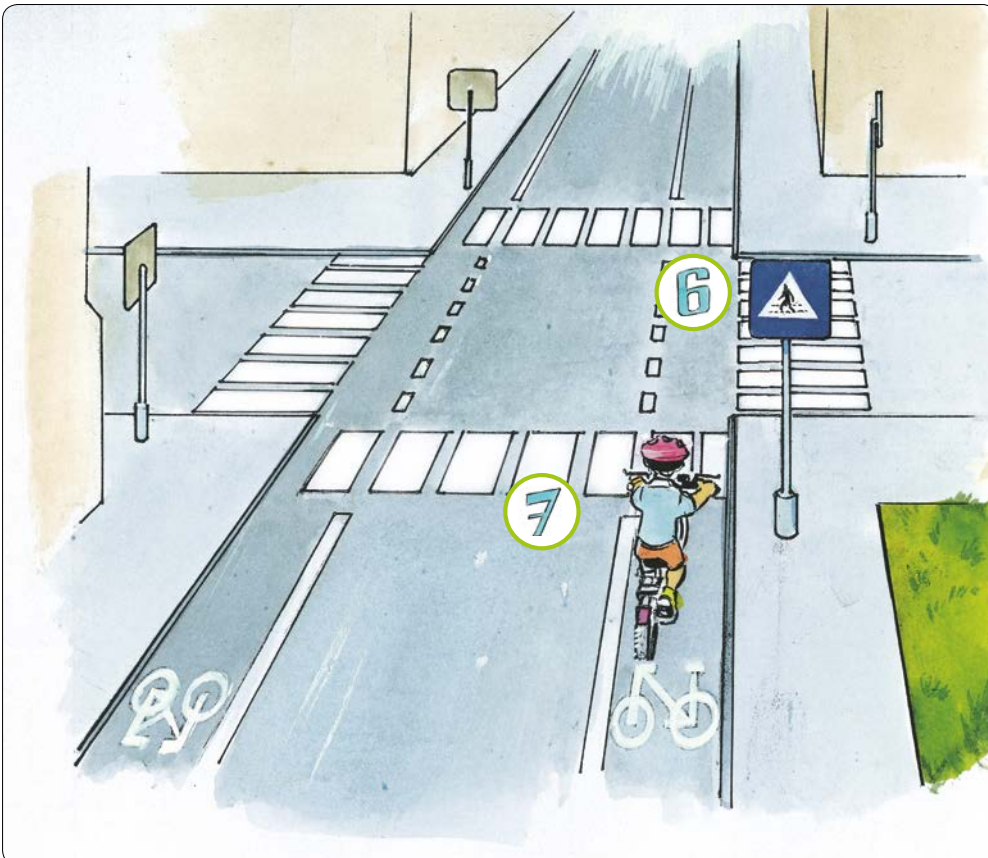
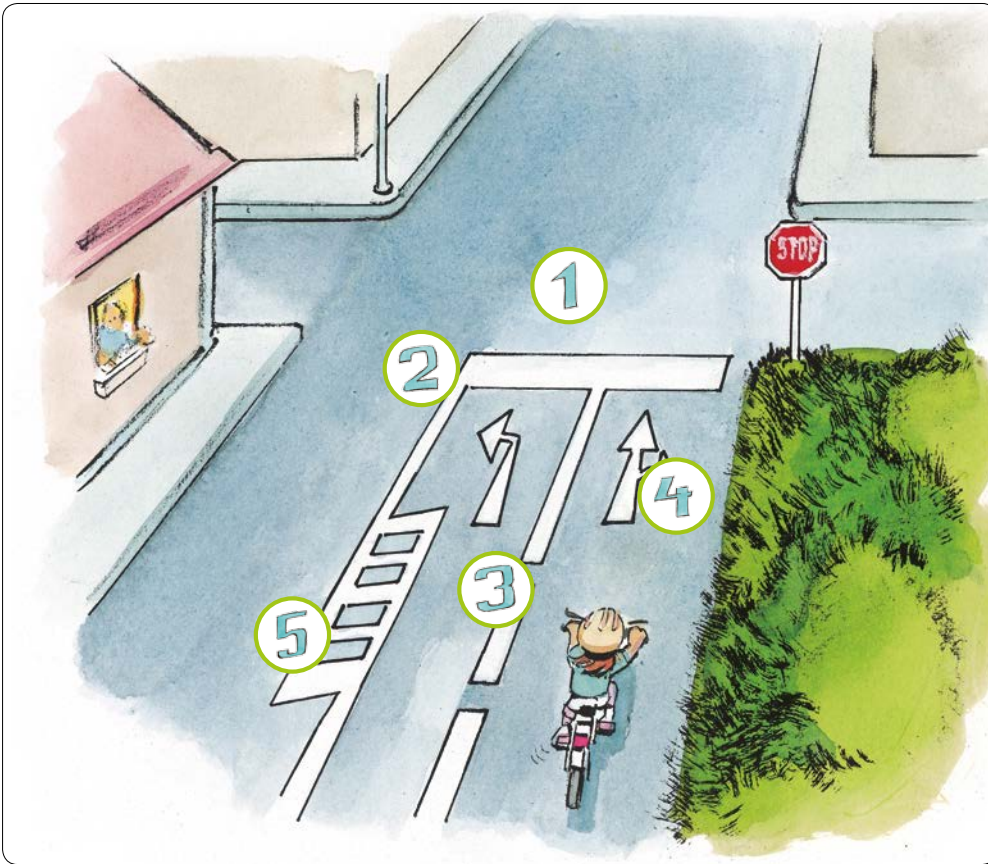


اما: بهتر است من در مسیر دوچرخه حرکت کنم.



7. علائم مهم مندرج بر سطح خیابان

این علامت ها به تو چه چیزی را می گویند؟





1

### خط توقف

من باید قبل از خط توقف بایستم.



6

### علائم نشان دهنده یک محدوده

علایمی که نشان دهنده یک محدوده هستند، محل عبور دوچرخه سواران را نشان می دهند. از این محدوده ها برای عبور از خیابان استفاده می کنم.



2

### خط توقف

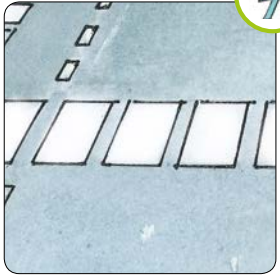
من نباید از خط ممنوعه عبور کنم.



7

### خط عابر پیاده

نباید مانع عبور عابران پیاده شوم.



3

### خط راهنما

در صورتی که نیاز باشد می توانم از خط راهنما هم عبور کنم.



8

### خط توقف زود هنگام

من به عنوان یک دوچرخه سوار می توانم بین خط توقف و خط توقف زود هنگام بایستم و منتظر بمانم. خط توقف زود هنگام در صفحه 26 به طور کامل توضیح داده می شود.



4

### فلش جهت دار

من باید به موقع جهت حرکت خودم را مشخص کنم و فقط اجازه دارم در جهت فلش ها حرکت کنم.



وقتی که سوار بر دوچرخه نیستم و آن را دست بگیرم در پیاده رو باید حرکت کنم.

5

### محدوده ممنوعه

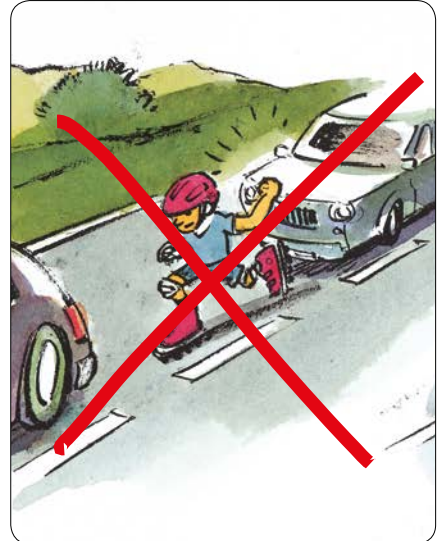
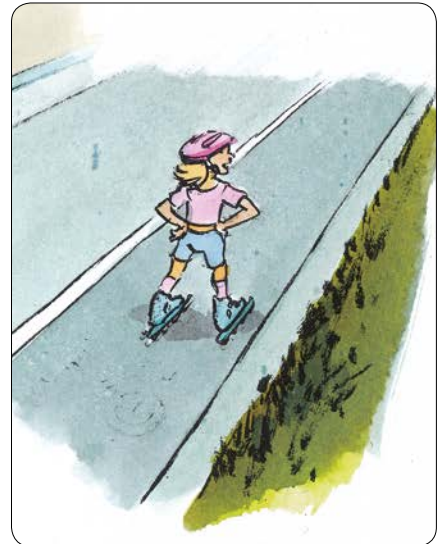
نباید وارد مکان هایی شوم که دارای محدوده ممنوعه هستند.



# اسکیت سواری

مسیر مخصوص دوچرخه برای استفاده اسکیت سواران نیز در نظر گرفته شده است!

تنها اسکیت سواران اجازه دارند در مناطق مسکونی، پیاده رو، مسیر مخصوص دوچرخه، خط کشی ها دوچرخه و خارج از محدوده مسکونی در مسیرهای مخصوص دوچرخه حرکت کنند.



**مهم:** یک اسکیت سوار در هنگام حرکت کردن به فضای بیشتری نیاز دارد. هنگامی که می خواهیم از آنها سبقت بگیریم باید فاصله عرضی بیشتری داشته باشیم.





# صبر کردن یا حق تقدم

8. هنگامی که به یک چهارراه نزدیک می شوی باید به چه نکاتی توجه کنی؟

- من ابتدا به این فکر می کنم که:
- باید صبر کنم یا می توانم به حرکت ادامه بدهم؟
- آیا من همه آدم ها را دیده ام؟
- آیا دیگران مرا دیده اند؟
- آیا دیگران همه رعایت حق تقدم را می کنند؟

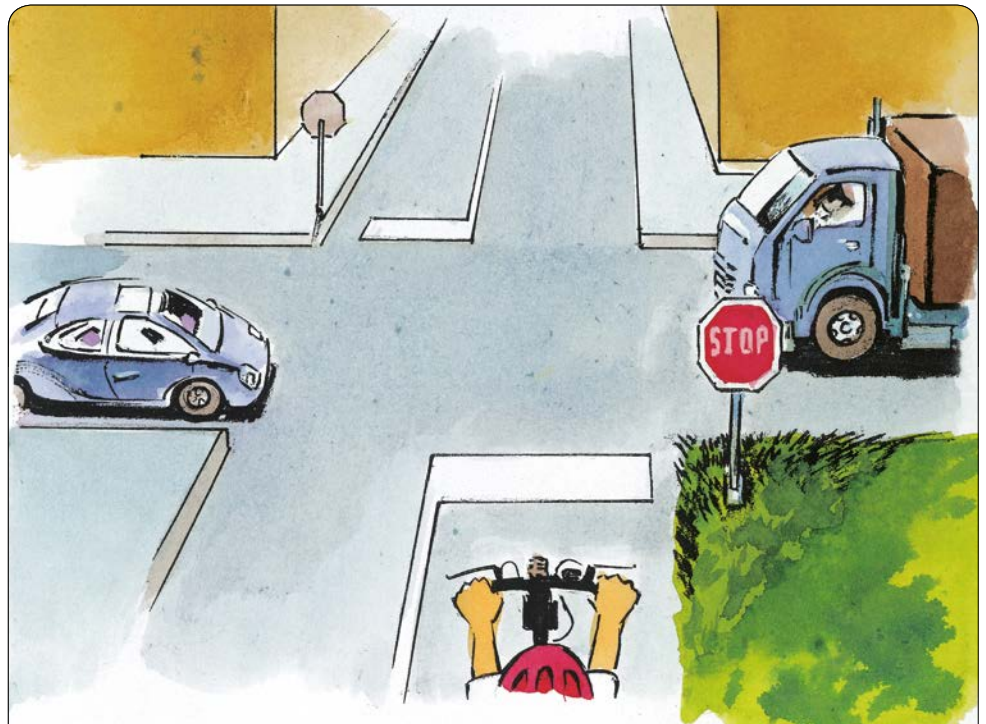
یک راهنمایی: اگر مطمئن نیستی از چرخ پیاده شو و دوچرخه را با دست حرکت بده!





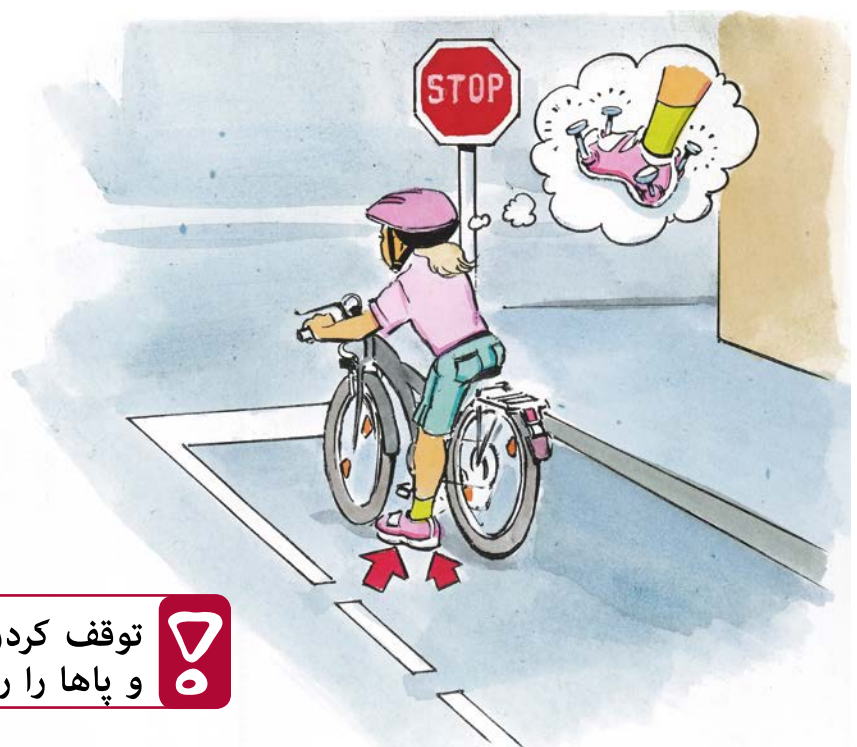


ایست



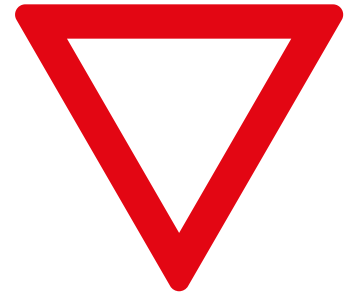
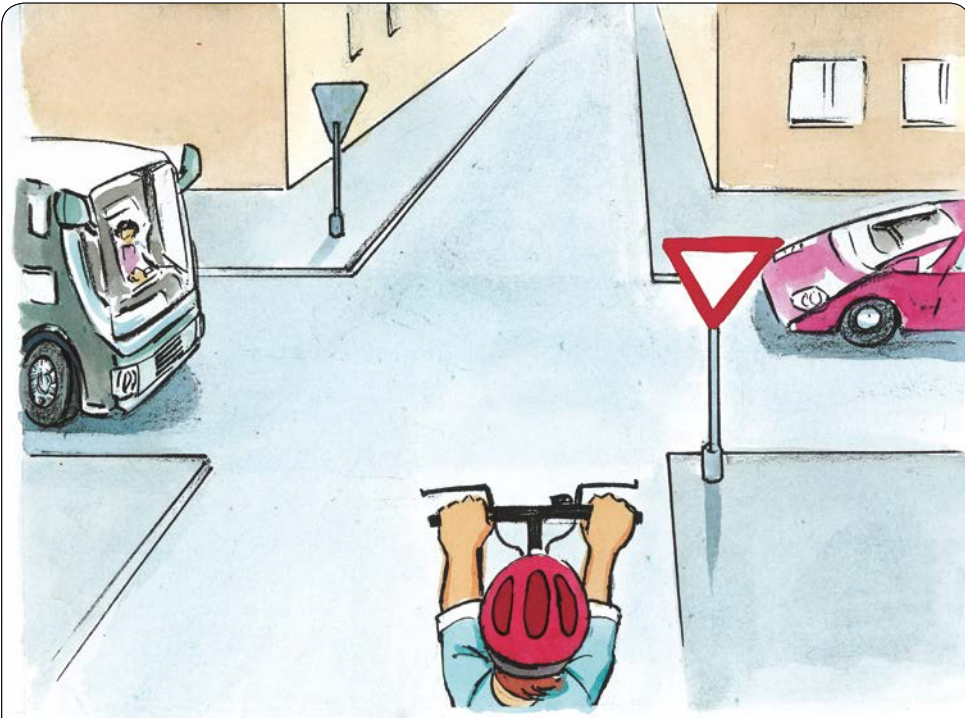
تو باید چه کاری انجام بدهی؟

- ↪ باید حتماً ایستم به.
- ↪ باید به دیگران اجازه عبور بدهم.



توقف کردن یعنی: از حرکت باز ایستادن  
و پاها را روی زمین قرار دادن.

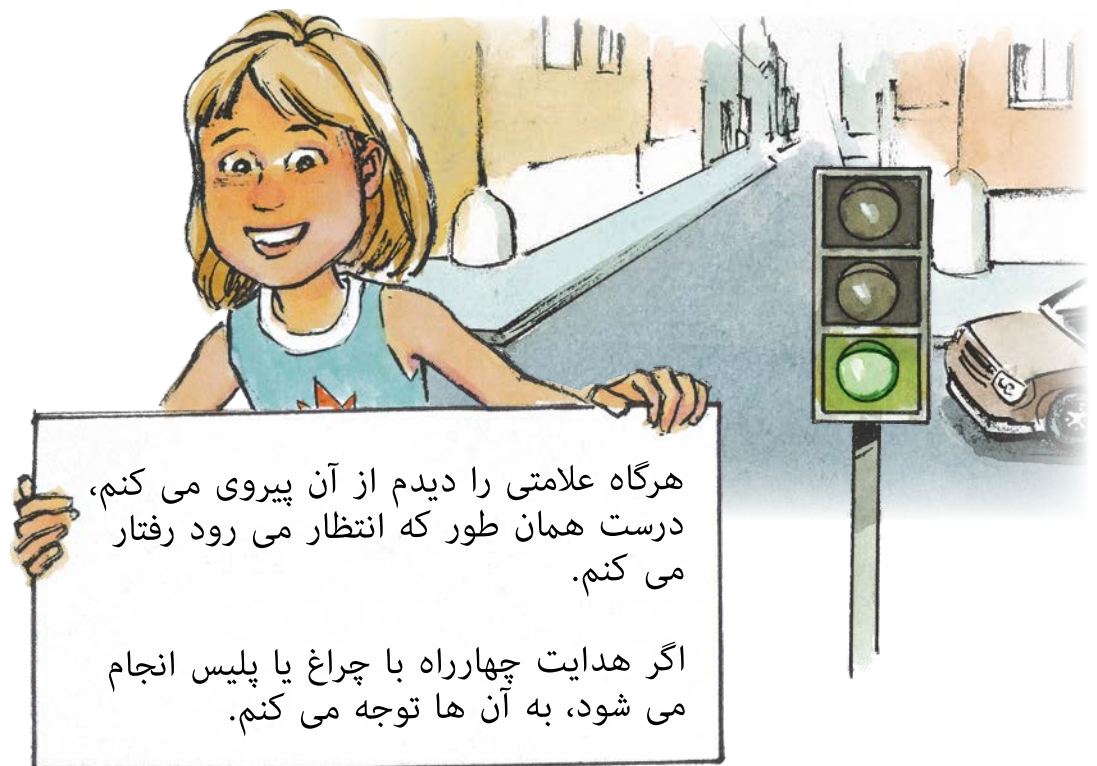




اجاز عبور بدهید

تو چه کاری باید انجام دهی؟

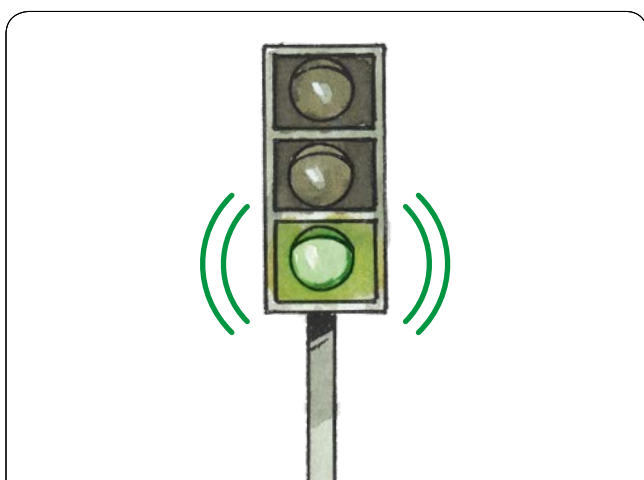
↩ من به ماشین های عبوری اجازه می دهم که قبل از من حرکت کنند.



هرگاه علامتی را دیدم از آن پیروی می کنم، درست همان طور که انتظار می رود رفتار می کنم.

اگر هدایت چهارراه با چراغ یا پلیس انجام می شود، به آن ها توجه می کنم.

11. اگر هدایت چهارراه با چراغ یا پلیس انجام می شود، تو چگونه رفتار می کنی؟



هنوز آزاد است.

تا زمانی که چراغ چشمک زن سبزنگ است، می توانم وارد چهارراه شوم. اما قبلش باید ببینم که چقدر تا چهارراه فاصله دارم؟



آزاد

من می توانم به حرکت خودم ادامه بدهم، اما باید قبلش اطرافم را نگاه کنم.



ایست

همه باید ایست کنند. اما اگر وارد چهارراه شده ام، میتوانم به حرکت خود ادامه دهم.



ایست

من باید بایستم.

12. چراغ چشمک زن زرد رنگ به چه معنی است؟

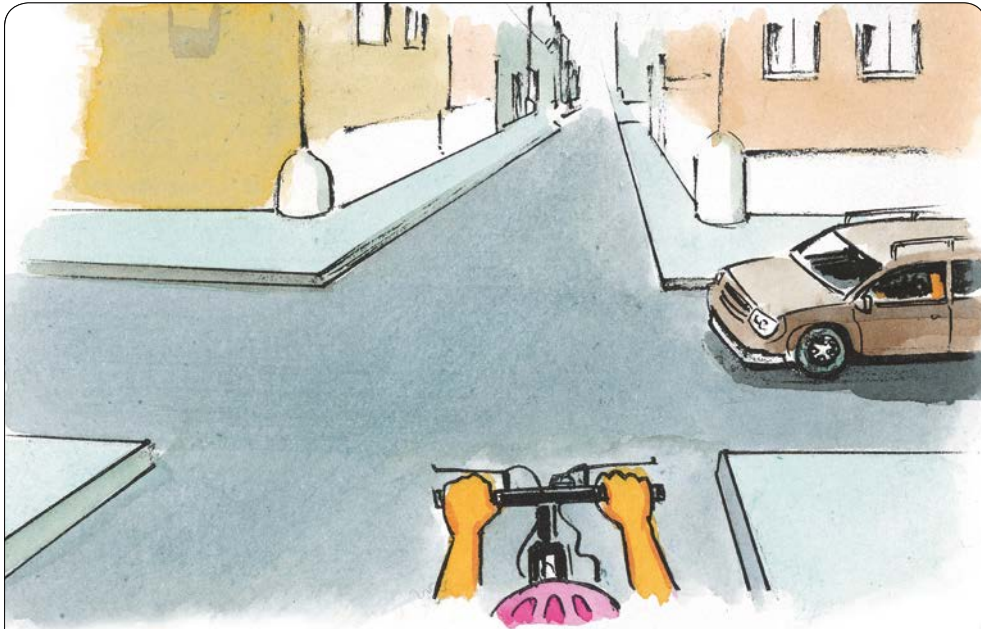
⚡ احتیاط کن، چهارراه فاقد چراغ هایی راهنما است.





13. 13. اگر چراغ، پلیس یا علامتی در یک چهارراه وجود نداشت، تو باید چه کاری انجام دهی؟

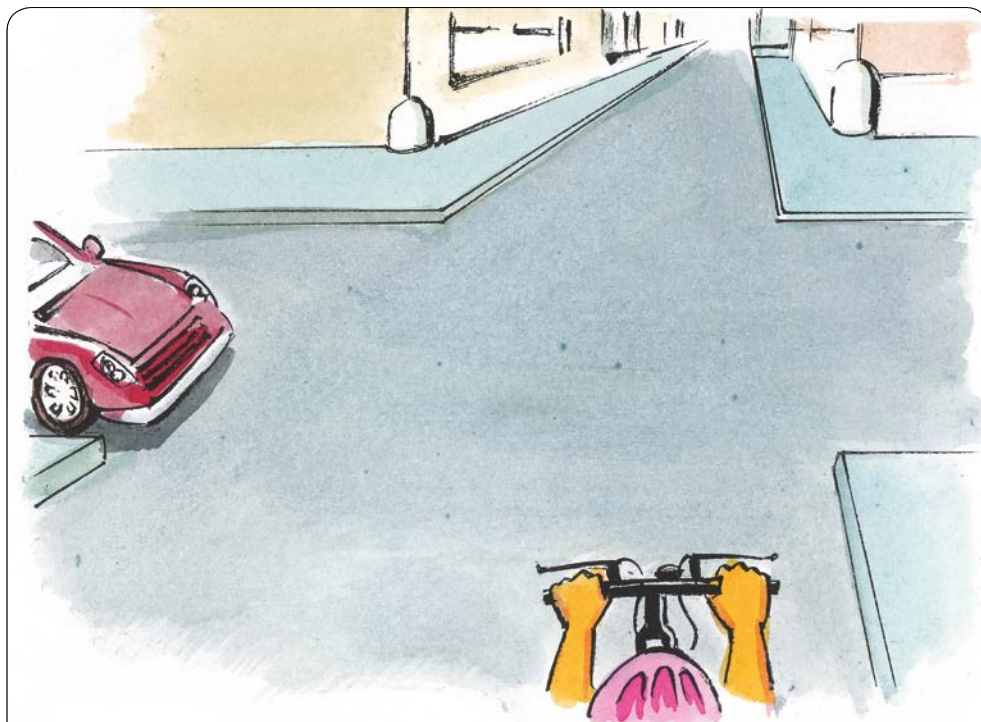
من نگاه می‌کنم که آیا ماشینی به چهارراه نزدیک می‌شود و از کدام جهت می‌آید.



قانون گردش به راست

یک ماشین از سمت راست می‌آید.

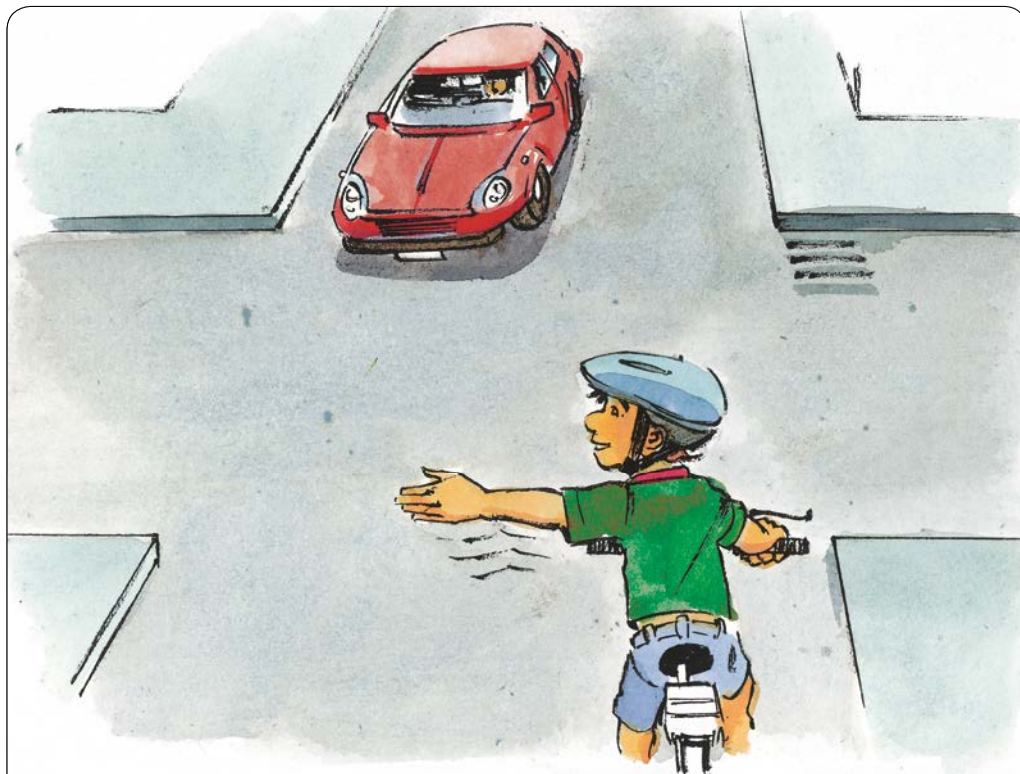
من باید صبر کنم.



یک ماشین از سمت چپ می‌آید. ماشین توقف می‌کند.

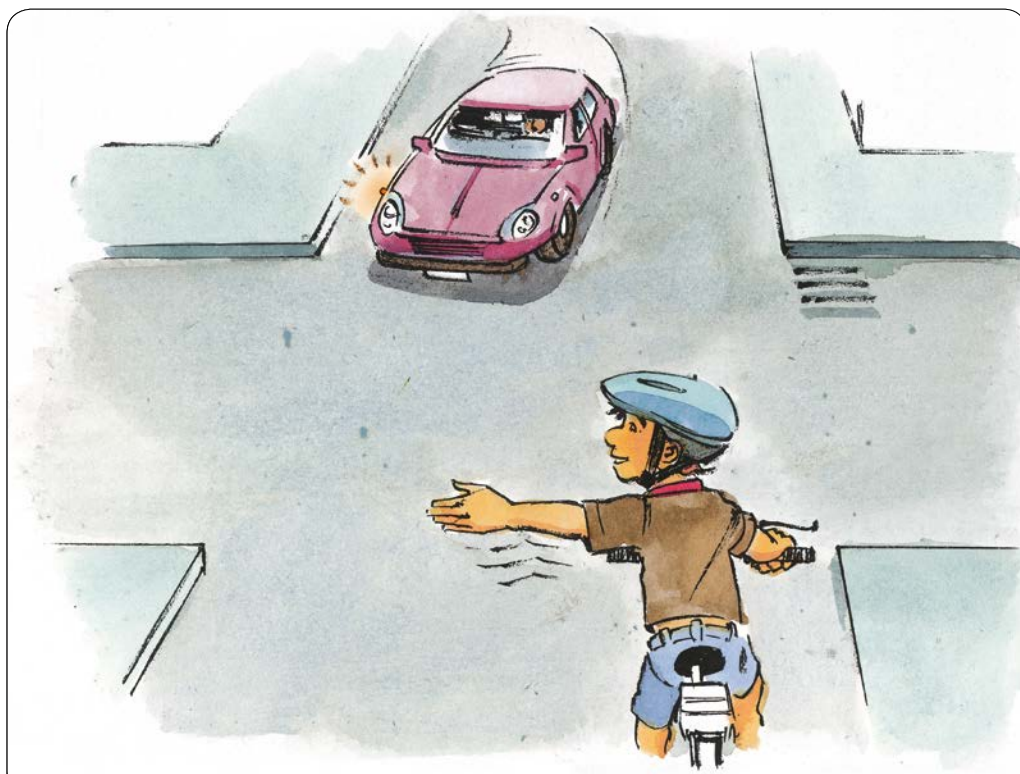
حالا می‌توانم به حرکت ادامه بدهم.

## قانون نزدیک شدن



من می‌خواهم به سمت چپ بپیچم.

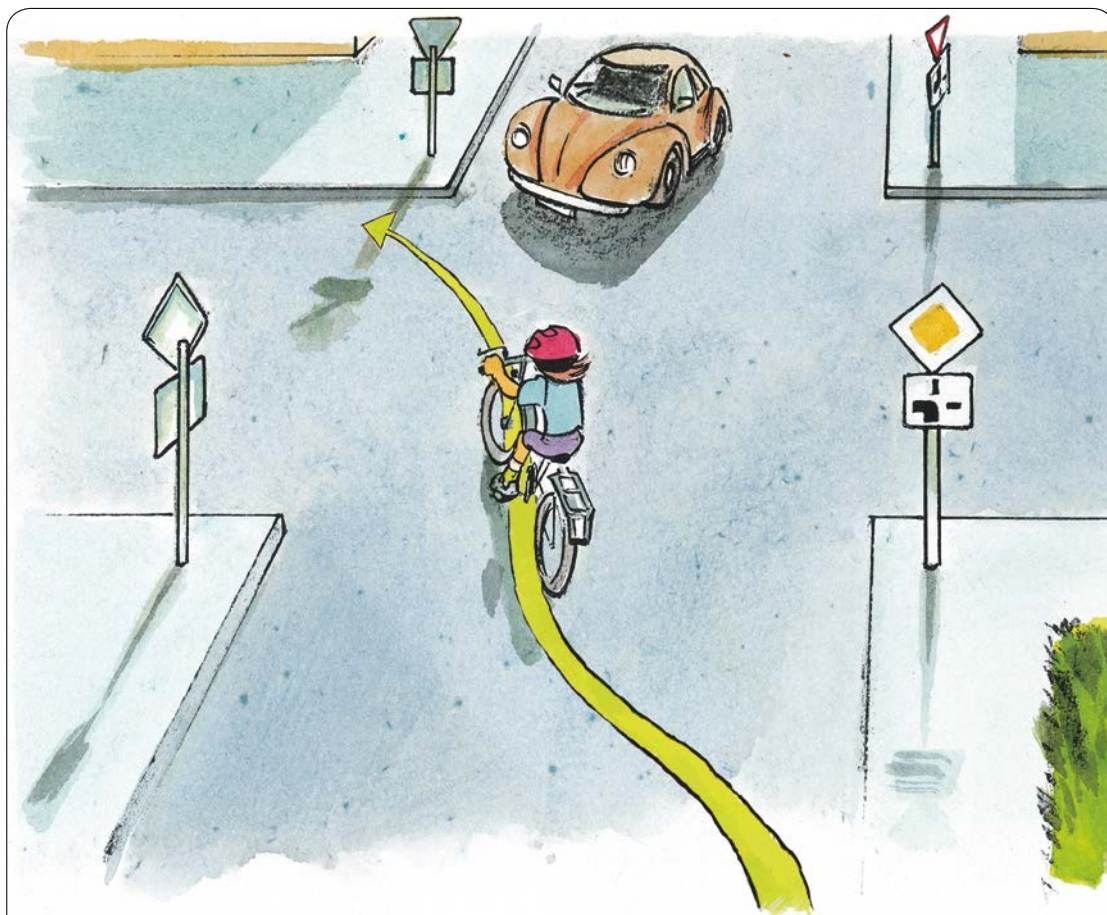
↩ من باید صبر کنم و به وسیله نقلیه ای که از رو به رو می آیند اجازه عبور بدهم.



من می‌خواهم به سمت چپ بپیچم.

↩ من باید صبر کنم تا ماشین بپیچد.

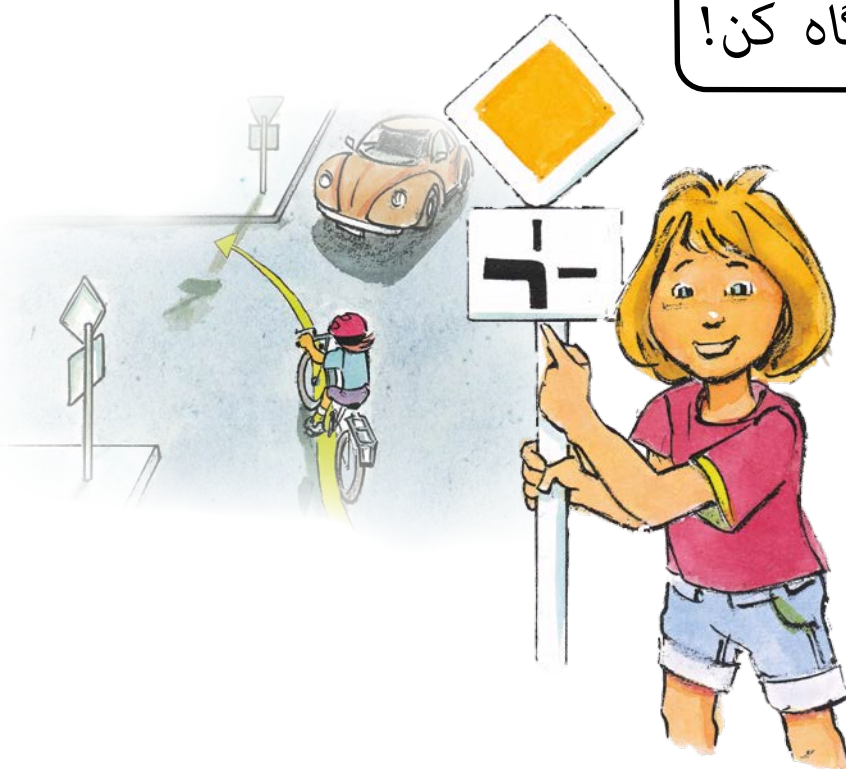




می خواهیم به چپ بپیچیم و در خیابانی که حق تقدم دارد بمانیم.

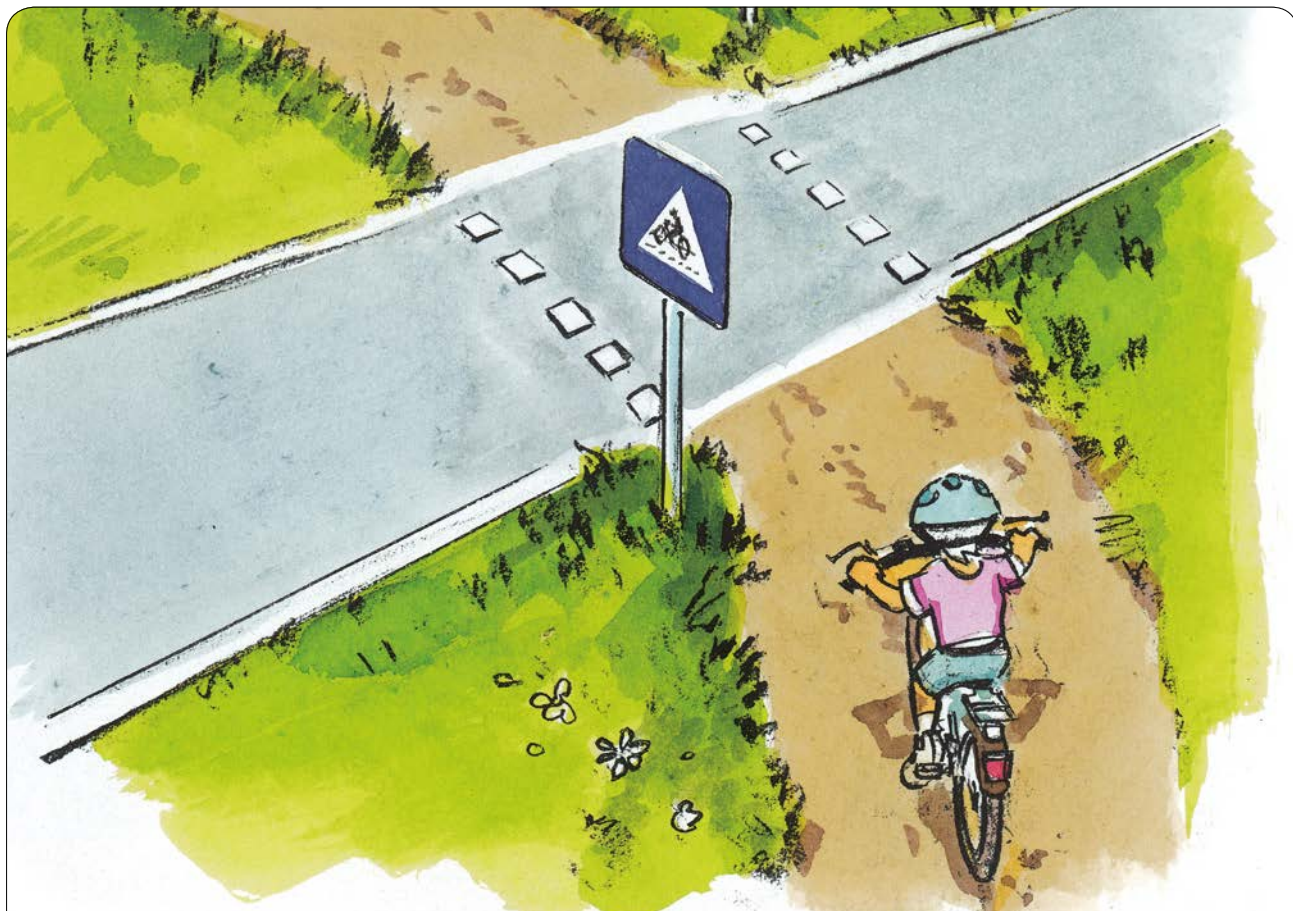
👉 می توانم حرکت کنم. اما مراقب باشم! آیا راننده ماشین واقعاً صبر می کند؟

با دقت نگاه کن!





14. در محدوده عبور دوچرخه در چهارراه هایی که فاقد چراغ هستند باید خیلی دقت کنی!  
به چه چیزهایی باید توجه کنی؟



#### محل عبور دوچرخه

محل عبور دوچرخه رابط بین مسیرهای مخصوص دوچرخه یا خط کشی های دوچرخه در یک خیابان است. از این محل برای عبور از خیابان استفاده می کنیم.

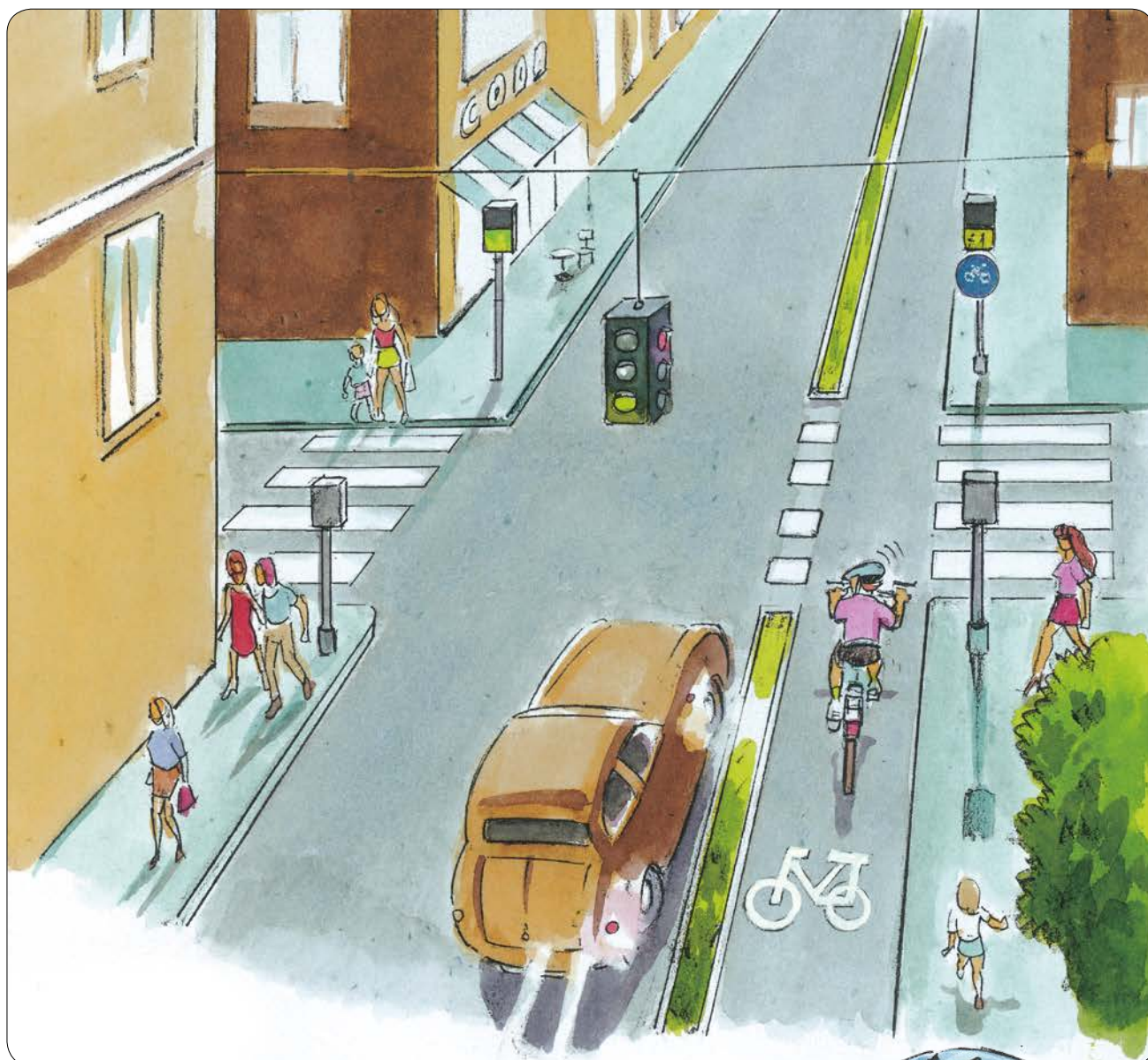
20

- ↔ به یک محدوده عبور نزدیک می شوم. بهتر است قبلش توقف کنم.
- ↔ یک بار دیگر به دو طرف نگاه می کنم.
- ↔ آنقدر توقف می کنم تا مطمئن شوم می توانم از خیابان عبور کنم.





15. تو به یک چهارراه چراغ دار و با محدوده عبور دوچرخه هم هست، نزدیک می شوی. تو باید چگونه رفتار کنی؟



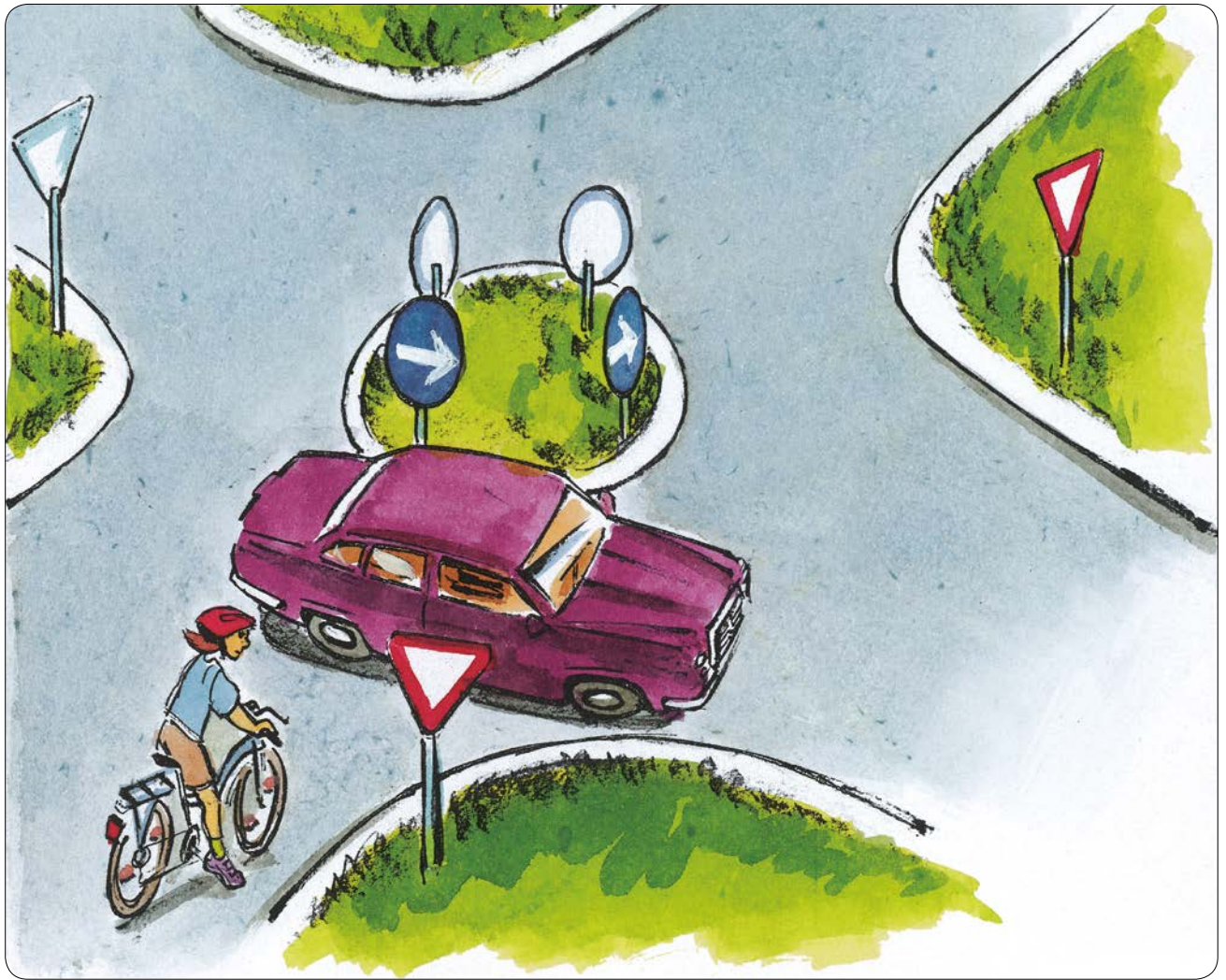
21

- ↔ سرعتم را کم می کنم.
- ↔ به چراغ راهنمایی توجه می کنم.
- ↔ به اطرافم نگاه می کنم و به ماشین هایی که در حال پیچیدن هستند نیز توجه می کنم.

اگر مطمئن نیستم،  
از حق تقدم خودم  
استفاده نمی کنم!







- ↪ به علامت «دیگران حق تقدم دارند» توجه می کنم.
- ↪ به ماشین هایی که در میدان در حال حرکت هستند، اجازه عبور می دهم.
- ↪ برای خارج شدن از میدان باید با دست علامت بدهم.

یک راهنمایی: اگر در حال خارج شدن از میدان هستی با دست علامت بده!



- ↪ من اجازه حرکت کردن دارم. در اینجا قانون سمت راست حاکم است. اما مراقب باشم! آیا دیگران مرا دیده اند؟





- ❖ در محل نزدیک به ایستگاه قطار داخل شهری فقط با سرعت معادل راه رفتن اجازه عبور کردن از جلوی قطار را داریم. اگر مسافران قطار در حال سوار یا پیاده شدن هستند باید صبر کنیم.
- ❖ من تنها اجازه دارم از سمت راست از قطار سبقت بگیرم- اما در خیابان های یک طرفه اگر جای کافی وجود ندارد می توانم از سمت چپ نیز سبقت بگیرم.
- ❖ من اجازه ندارم در نزدیکی قطار از ریل ها عبور کنم.
- ❖ قطار داخل شهری در برابر عابران پیاده و دوچرخه سواران حق تقدم دارد.



**مهم:** در صورت قرار گرفتن لاستیک ها بر روی ریل ها، امکان افتادن وجود دارد. فاصله خود را از ریل ها حفظ نما یا در صورت امکان تلاش کن با یک زاویه تند از روی آنها رد شوی.



## 18. تو چگونه ماشین های امداد رسانی را تشخیص می دهی؟

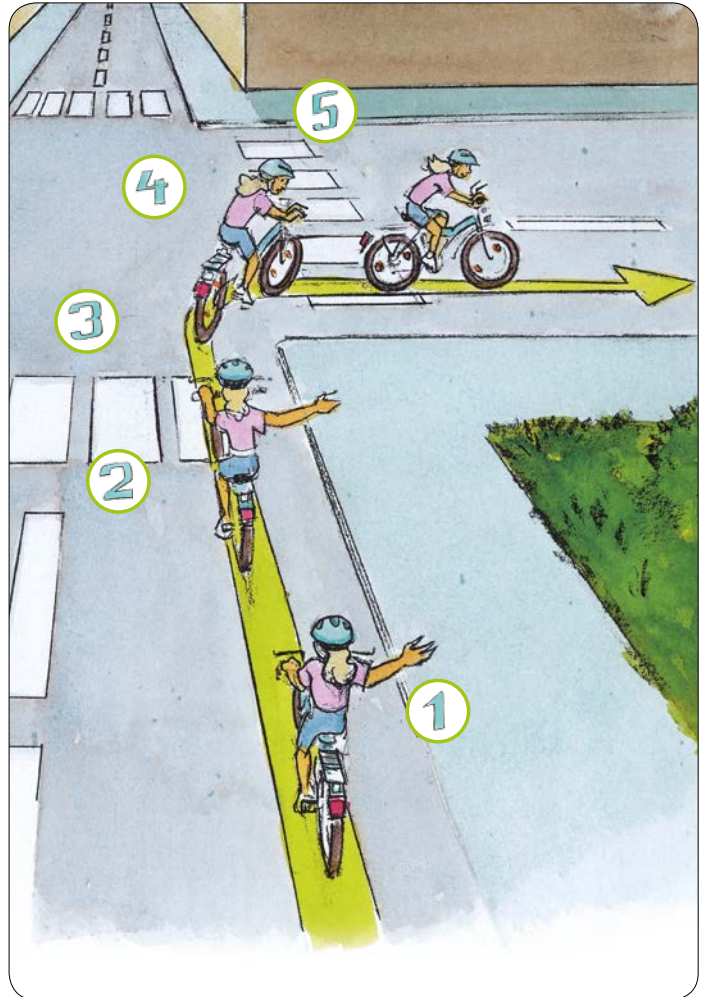
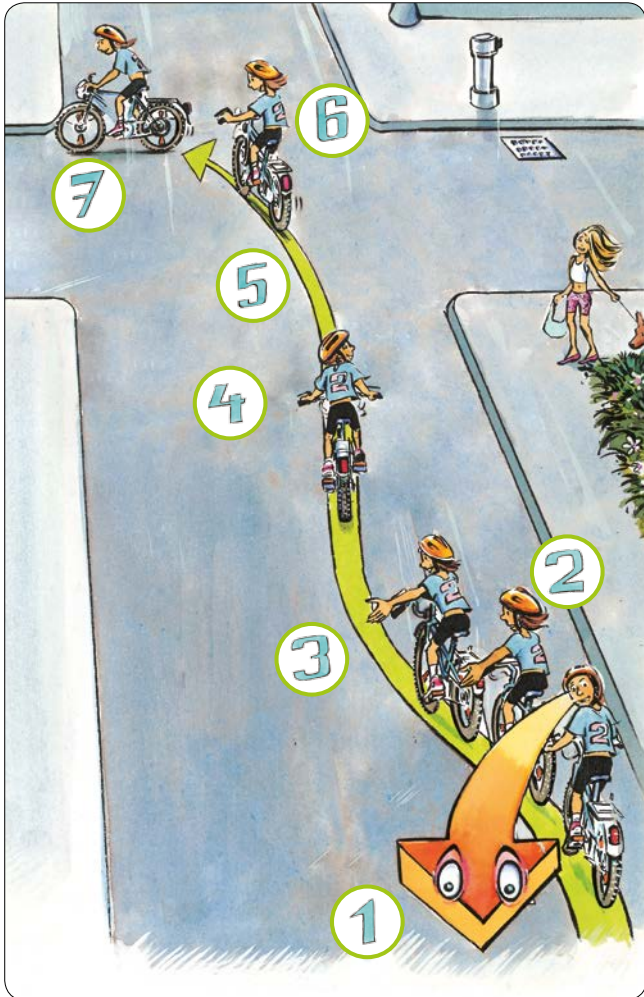
من آنها را از روی چراغ آبی نصب شده بر ماشین یا صدای آژیرشان تشخیص می دهم.



تو در برابر آنها چگونه رفتار می کنی؟  
من سریع به آنها فضا می دهم و در چهارراه ها به آن ها اجازه عبور می دهم.

# مهارت هایی که یک دوچرخه سوار باید داشته باشد

19. در هنگام گردش باید به چه نکاتی توجه کنی؟



## گردش به چپ

- 1 پشت سرم را نگاه می کنم.
- 2 با دست یک علامت مشخص به دیگران می دهم.
- 3 به موقعیت خودم توجه می کنم.
- 4 عابران پیاده را در نظر می گیرم.
- 5 به ماشین هایی که عرض خیابان را طی می کنند، توجه می کنم.
- 6 به ماشین هایی که از روبه رو می آیند توجه می کنم و سپس می پیچم برای پیچیدن یک دایره بزرگ می گیرم.
- 7 دوباره به عابران پیاده توجه می کنم.

## گردش به راست

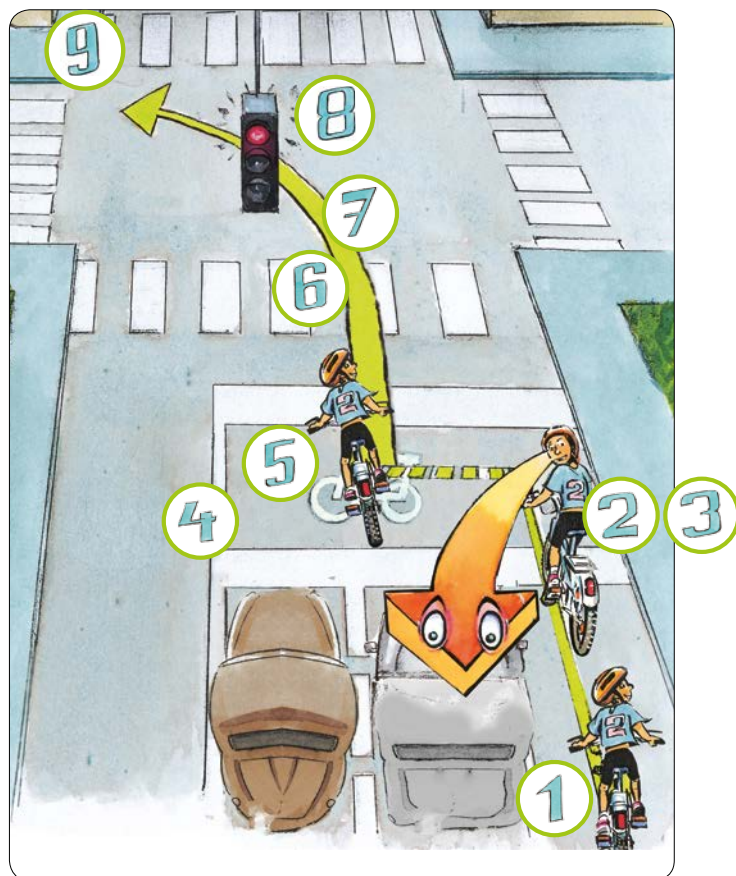
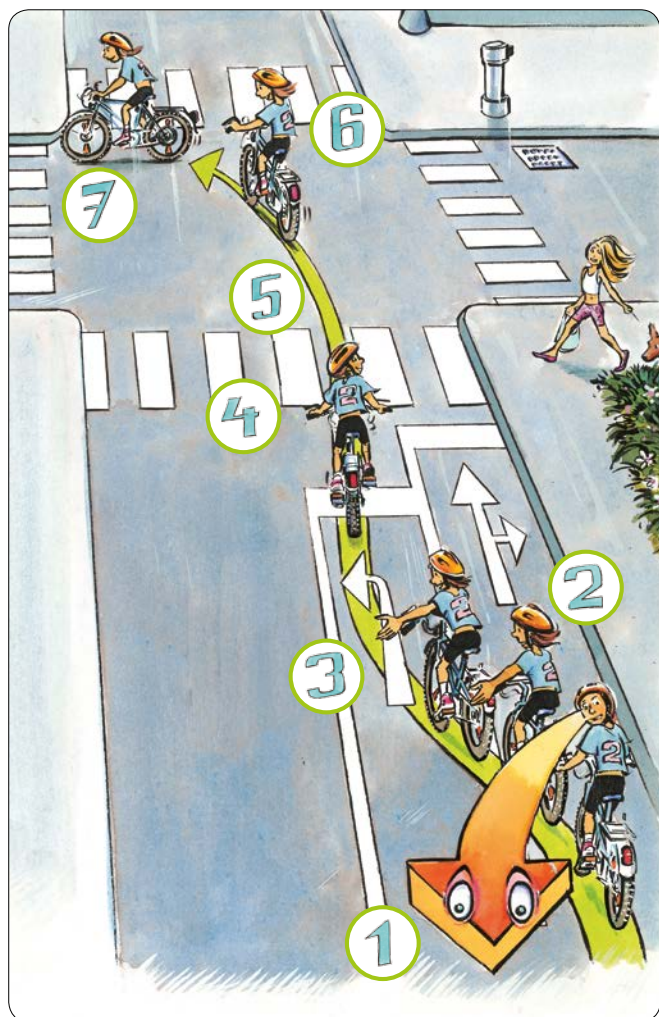
- 1 با دست یک علامت مشخص به دیگران می دهم.
- 2 به عابران توجه می کنم.
- 3 به ماشین هایی که عرض خیابان را طی می کنند، توجه می کنم.
- 4 برای گردش یک دایره کوچک می گیرم.
- 5 دوباره به عابران پیاده توجه می کنم.

من باید بتوانم این کارها را انجام دهم!





20. کدام یک از علائم مندرج بر خیابان به تو در پیچیدن کمک می کنند؟



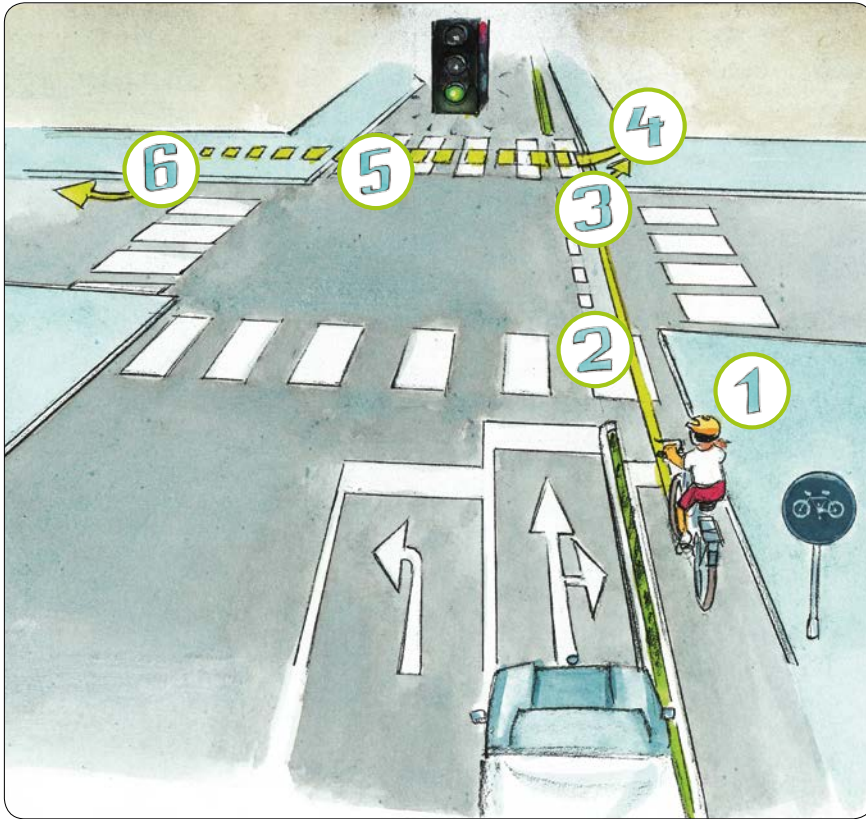
گردش به چپ در جایی که خط توقف زودهنگام وجود دارد.

گردش به چپ در جایی که علامت گردش مندرج شده است.

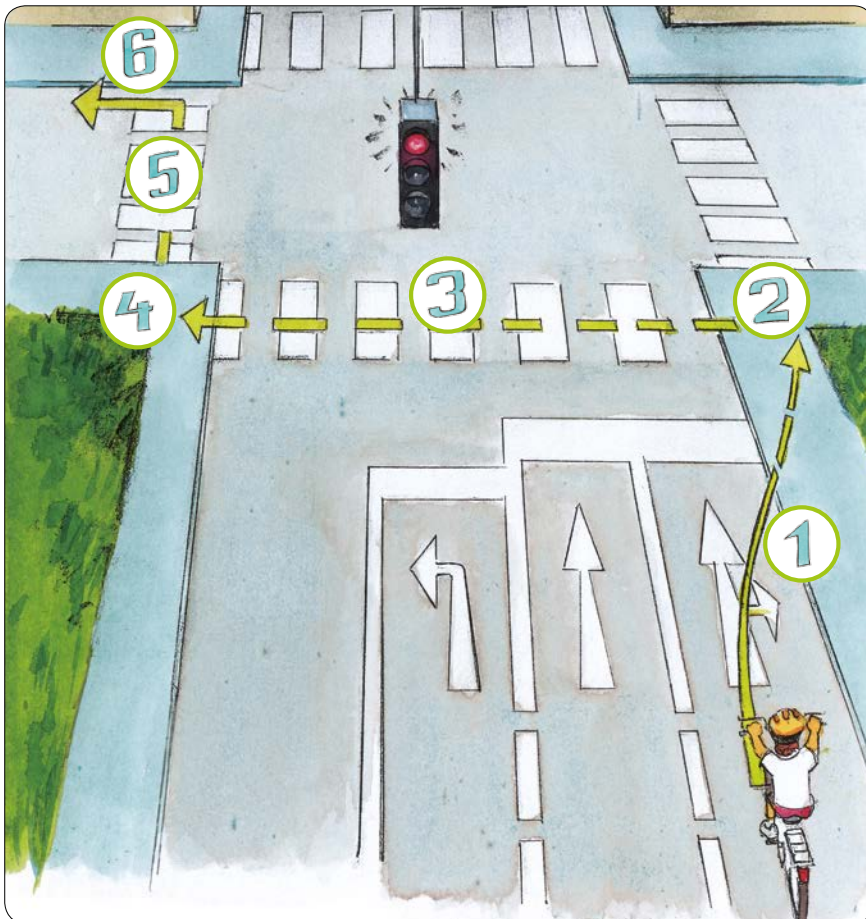
- 1 پشت سرم را نگاه می کنم.
- 2 با دست یک علامت مشخص به دیگران می دهم.
- 3 موقعیت خودم را در نظر می گیرم.
- 4 عابران پیاده را در نظر می گیرم.
- 5 به ماشین هایی که عرض خیابان را طی می کنند، توجه می کنم.
- 6 به ماشین هایی که از روبه رو می آیند توجه می کنم و سپس می پیچم. برای پیچیدن یک دایره بزرگ می گیرم.
- 7 دوباره به عابران پیاده توجه می کنم.

- 1 تا چهارراه حرکت می کنم.
- 2 آنجا صبر می کنم تا چراغ قرمز شود.
- 3 پشت سرم را نگاه می کنم.
- 4 اگر همه ماشین ها ایستاده اند: در قسمت چپ محدوده توقف منتظر می مانم.
- 5 صبر می کنم تا چراغ سبز شود.
- 6 عابران پیاده را در نظر می گیرم.
- 7 به ماشین هایی که عرض خیابان را طی می کنند، توجه می کنم.
- 8 به ماشین هایی که از روبه رو می آیند توجه می کنم و سپس با یک دایره بزرگ می پیچم.
- 9 دوباره به عابران پیاده توجه می کنم.

## یک راه مطمئن تر: گردش به چپ غیر مستقیم



- 1 به حق تقدم و چراغ راهنمایی توجه می‌کنم.
- 2 به ماشین‌هایی که از پشت سر می‌آیند توجه می‌کنم.
- 3 از محدوده عبور دوچرخه از خیابان عبور می‌کنم.
- 4 دوچرخه را دست گرفته و به سمت پیاده رو می‌روم. در پیاده رو صبر می‌کنم.
- 5 دوچرخه را در حالی که آن را دست گرفته‌ام از خط کشی عابرپیاده عبور می‌کنم.
- 6 سپس سوار دوچرخه می‌شوم و بعد از نگاه کردن به ماشین‌های پشت سر به حرکت ادامه می‌دهم.



- 1 در نزدیکی جدول خیابان از دوچرخه پیاده می‌شوم و تا پیاده رو می‌روم. اة.
- 2 در کنار پیاده رو توقف می‌کنم.
- 3 دوچرخه را در دست گرفته و از محل خط کشی عابران عبور می‌کنم.
- 4 دوچرخه را دست گرفته و تا ابتدای پیاده رو می‌روم. سپس آنجا توقف می‌کنم.
- 5 دوچرخه را دست گرفته و از محل خط کشی عابران پیاده عبور می‌کنم.
- 6 سپس سوار دوچرخه می‌شوم و بعد از نگاه کردن به ماشین‌های پشت سر به حرکت ادامه می‌دهم.

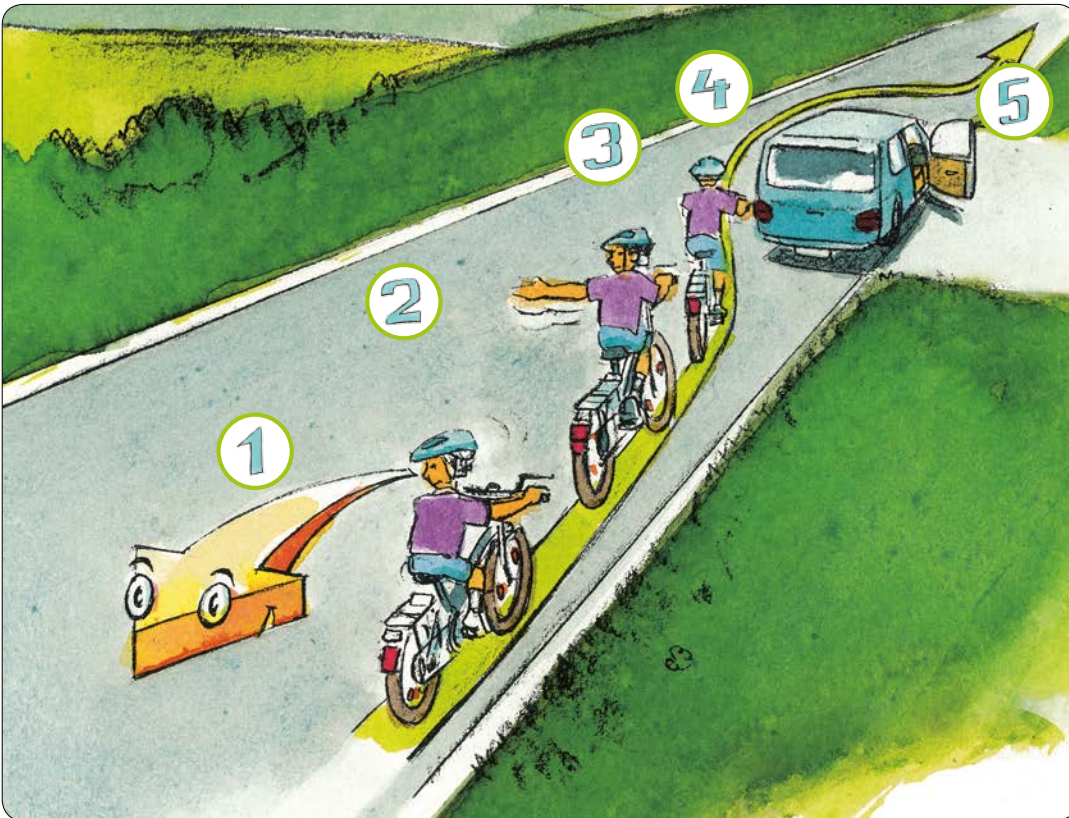


## 21. تو در خیابان چگونه حرکت می کنی؟



- ↪ اگر مسیر مخصوص دوچرخه وجود نداشته باشد، از خیابان برای حرکت استفاده می کنم.
- ↪ همیشه باید پشت سر چرخ های دیگر حرکت کنم و نه در کنار آن ها.
- ↪ از سمت راست حرکت می کنم و فاصله کافی از جدول خیابان و ماشین های پارک شده نیز می گیرم.

## 22. چگونه از یک مانع عبور می کنی؟



- 1 اول پشت سر را نگاه می کنم.
- 2 با دست یک علامت مشخص به دیگران می دهم.
- 3 به ماشین هایی که از روبرو می آیند توجه می کنم.
- 4 در هنگام عبور از مانع به قدر کافی از مانع فاصله می گیرم.
- 5 دوباره موقعیت خودم را در نظر می گیرم.

# مطالبی که یک دوچرخه سوار باید بداند

23. تو در هنگام سبقت گرفتن از افراد سالمند، نابینا و کم بینا به چه نکاتی باید توجه کنی؟



- ↪ در هنگام نزدیک شدن به آنها سرعتم را کم می کنم تا در مواقع ضروری بتوانم فوراً توقف کنم.
- ↪ هنگامی که از کنار آن ها رد می شوم از زنگ یا بوق استفاده می کنم، به طوری که بتوانند متوجه عبور من شوند.
- ↪ سعی می کنم با یک دایره بزرگ از کنار آن ها رد شوم.



Österr. Blinden- und Sehbehindertenverband, Landesgruppe Wien, NO und Bgld.

**نکته مهم:** افراد نابینا یا کم بینا را از روی عصای سفیدی که به همراه دارند یا بازوبند مخصوصشان می شناسم. اگر فاصله ام کم باشد ممکن است ناخواسته عصای آنها در داخل چرخ من گیر کند و باعث افتادن من شود!



24. چگونه با تمرکز دوچرخه سواری کنم؟

- ↪ به آهنگ گوش نمی دهم.
- ↪ با همراه با کسی صحبت نمی کنم.

**تذکر:** صحبت کردن با تلفن همراه بدون هندزفری در حین دوچرخه سواری ممنوع است.

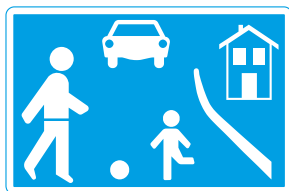




## 25. تو به عنوان یک دوچرخه سوار در چه زمانی اجازه داری از پیاده رو استفاده کنی؟

- ↪ < تنها زمانی از پیاده رو استفاده می کنم که دوچرخه را در دست گرفته ام و سوار آن نیستم.
- < می توانم از آن عبور کنم.
- < وقتی که بخواهم دوباره سوار بر چرخ شوم باید از مسیر مخصوص دوچرخه یا خیابان استفاده کنم.

## 26. آیا تو اجازه داری در یک خیابانی که مسکونی است، دوچرخه سواری کنی؟



- ↪ بله، اما نباید مزاحم دیگران باشم و باید توجه ویژه ای به عابران پیاده و کودکانی که بازی می کنند، داشته باشم.
- ↪ در این نوع خیابان می توان در هر دو جهت حرکت کنم.

## 27. در یک محدوده ای که خط کشی وجود ندارد چگونه رفتار می کنی؟



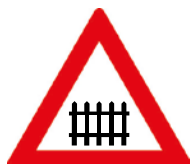
- ↪ در این خیابان همه وسایله نقلیه از یک مسیر به طور مشترک استفاده می کنند.
- ↪ در این خیابان باید به ماشین ها، عابران پیاده و سایر دوچرخه توجه کنم.

## 28. در تقاطع هایی که قطار از آن عبور می کند چگونه رفتار می کنی؟

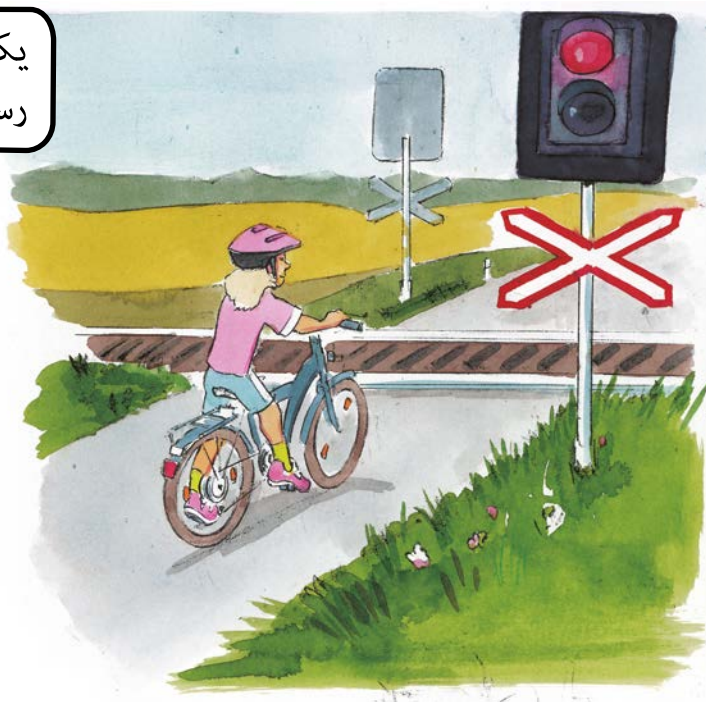
- ↪ اگر میله ها پایین بودند و یا چراغ قرمز چشمک زن است، باید صبر کنم. تنها در صورتی می توانم به حرکت ادامه دهم که میله ها کاملاً بالا رفته و چراغ قرمز خاموش شده باشد.
- ↪ تنها زمانی از تقاطع های قطار که فاقد میله هستند عبور می کنم که قطاری در حال نزدیک شدن نباشد. زیرا یک قطار نمی تواند سریع توقف کند.

یک راهنمایی: اگر به یک تقاطع قطار رسیدی حواست را جمع کن!

تقاطع های قطار که دارای میله هستند.



تقاطع های قطار که فاقد میله هستند.



## 29. در هنگام نزدیک شدن به یک ایستگاه اتوبوس چگونه رفتار می کنی؟



↪ سرعتم را کم می کنم.

↪ به عابران پیاده ای که ناگهان از جلو یا پشت اتوبوس وارد خیابان

می شوند، توجه می کنم.

↪ من با احتیاط از کنار اتوبوس رد می شوم و صبر می کنم تا

اتوبوس به حرکت خود ادامه دهد.

**نکته مهم:** اتوبوسی که در حال خارج شدن از ایستگاه است، حق تقدم دارد.



## 30. در هنگام نزدیک شدن به اتوبوس های سرویس مدارس چگونه رفتار می کنی؟

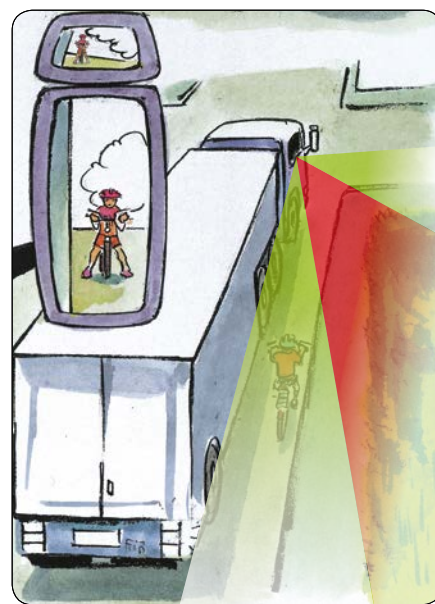
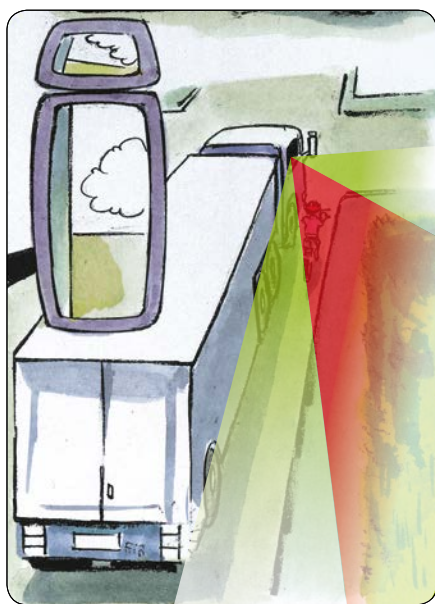


↪ من اجازه رد شدن از کنار اتوبوس های سرویس مدارس را ندارم، اگر چراغ راهنمای آن ها روشن شده باشد!



نقطه کور فضایی کنار یک ماشین است که در جلو یا پشت ماشین به وجود می آید، و راننده نمی تواند آن قسمت را ببیند. رانندگان کامیون علاوه بر داشتن آینه کنار کامیون نمی توانند عابران پیاده یا دوچرخه سواران را مشاهده کنند، اگر آنها در نقطه کور واقع شده باشند. به خصوص زمانی که کامیون جلوی تو به سمت راست گردش می کند باید احتیاط کنی!

### راننده کامیون تنها می تواند دو قسمت را ببیند:



❖ اما فاصله بین این دو قسمت (نقطه کور) را نمی تواند ببیند.  
❖ دوچرخه سوار درون این تصویر در نقطه کور واقع شده است. راننده کامیون نمی تواند او را ببیند.

❖ از طریق پنجره سمت راست کامیون همه چیزهایی را که دقیقاً سمت راست کامیون و کنار کابین راننده واقع شده اند، را می بیند.  
❖ از طریق آینه راست تمام چیزهایی را می بیند که دقیقاً سمت راست کامیون واقع شده اند و عقب کامیون هستند.



**نکته مهم:** بیشترین خطر در سمت راست و کنار چرخ عقب کامیون متوجه تو است. چرخ های عقب در هنگام پیچیدن بیشتر از چرخ های جلو به جدول خیابان نزدیک می شوند.



❖ اگر در یک چهارراه می خواهم مستقیم بروم، باید ابتدا نگاه کنم که آیا یک کامیون کنار من هست و قصد پیچیدن به سمت راست را دارد.  
❖ اگر کامیونی در کنار من هست، باید تلاش کنم تا راننده چهره مرا ببیند، حتی اگر از طریق آینه کامیون فقط امکان پذیر باشد.

❖ اگر کامیون جلوی من بخواهد گردش به راست کند، از دوچرخه پیاده می شوم و دوچرخه را از خیابان به کناری می برم. من در نقطه ای دور از خطر صبر می کنم تا کامیون گردش خودش را انجام دهد.

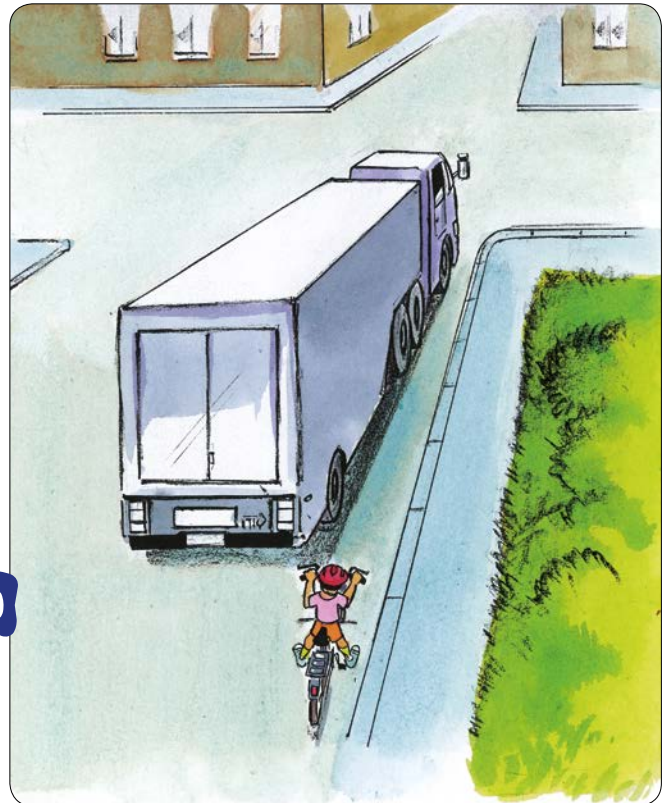
## این مطلب را هم باید بدانم:

در جلو و عقب کامیون و اتوبوس هم نقطه کور وجود دارد.

↪ اگر دقیقاً جلوی کامیون باشم، راننده قادر نیست مرا ببیند.



↪ اگر کامیون جلوی من توقف کرد، من پشت سر آن و درست راست توقف می‌کنم، به گونه ای که راننده بتواند مرا در آینه بغل ببیند.

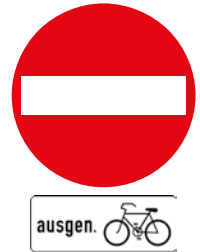




# تابلوهای راهنمایی مهم

## تردد ممنوع

من اجازه وارد شدن به این خیابان را ندارم، به جز در مواقعی که روی تابلوی تقاطع اصلی با فرعی این اجازه به من داده شده باشد.



## ایست

من باید بایستم و به دیگران اجازه عبور بدهم.



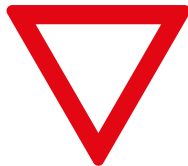
## گردش به چپ ممنوع

گردش به چپ برای تمامی وسیله های نقلیه ممنوع است.



## حق تقدم رعایت کنم

باید به دیگران اجازه عبور بدهم.

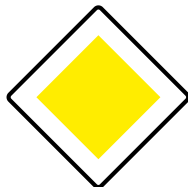


## صبر کردن برای ترافیک رو

به رو باید اجازه بدهم تا ماشین هایی که از رو به رو می آیند عبور کنند.



## خیابان اصلی دارای حق تقدم

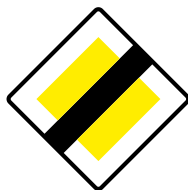


## مسیر مخصوص دوچرخه

باید از آن برای حرکت استفاده کنم.



## پایان خیابان اصلی دارای حق تقدم

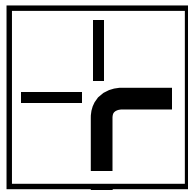


## مسیر مخصوص دوچرخه اختیاری

من می توانم از آن استفاده کنم.

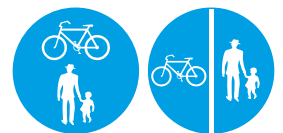


## تقاطع خیابان اصلی با فرعی خط درشت در تابلو چگونگی ادامه خیابان اصلی را نشان می دهد.



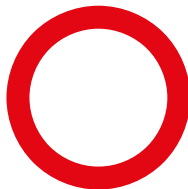
## پیاده رو و مسیر تردد دوچرخه

تردد در مسیر دوچرخه که در کنار پیاده رو است، اجباری است. باید به عابران پیاده توجه کنم.



## ورود ممنوع

برای هر دو جهت است. حتی دوچرخه سواران نیز اجازه حرکت در این محدوده را ندارند. تنها مجاز به در دست گرفتن دوچرخه هستند.



## پیاده رو و مسیر تردد دوچرخه اختیاری

اجازه تردد در مسیر دوچرخه ای که کنار پیاده رو است را دارم. به عابرین پیاده هم توجه می کنم.



## ورود دوچرخه ممنوع

اینجا اجازه دوچرخه سواری ندارم. تنها می توانم دوچرخه را در دست بگیریم.



**خیابان مخصوص دوچرخه**  
در این خیابان فقط دوچرخه سواران اجازه تردد دارند.

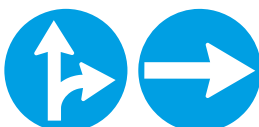


### شیب خطرناک

سراشیمی تندی جلوی من است. باید از هر دو ترمز استفاده کنم.



**جهت حرکت مشخص شده**  
من فقط در جهتی که فلش ها به آن اشاره می کنند اجازه حرکت دارم.



### تقاطعی که میدان دارد.

به یک میدان نزدیک می شوم و باید حق تقدم را در نظر بگیرم.



**تقاطع خیابان هایی که فاقد حق تقدم هستند.**

من به تقاطع نزدیک می شوم، در حالی که حق تقدم دارم.



### کودکان

در این محدوده باید مراقب کودکان باشم.



### تقاطع

من به یک تقاطع نزدیک می شوم و باید به حق تقدم خیابان ها توجه کنم.



### سایر خطرها

این تابلو احتمال وجود خطرهایی را به من گوشو زد می کند که برای آن ها تابلوی مشخصی وجود ندارد.



**هشدار! ترافیک از رو به رو**  
من باید ترافیک رو به رو را در نظر داشته باشم.



### کوچک شدن عرض خیابان



**دست انداز یا جاده غیر هم سطح**

باید سطح خیابان را غیر هم سطح در نظر بگیرم یا احتمال خرابی جاده را بدهم.



### محل کارگاهی

باید احتمال وجود موانعی را سر راهم بدهم و به همین جهت آرام حرکت کنم.



### پیچ خطرناک

من به یک پیچ خطرناک که به چپ می پیچد، نزدیک می شوم.



### محل عبور دوچرخه

این تابلو نشان دهنده محل عبور دوچرخه است.





### تابلوی نشان دهنده راه محافظت شده

در این مسیر نباید مانع حرکت عابران  
پیاده شوم یا مزاحمتی برای آن ها  
ایجاد کنم.



### محل نزدیک شدن ترافیک

در این محدوده همه وسایل نقلیه به  
طور مشترک از مسیر استفاده می کنند.  
در اینجا باید به ماشین ها، عابران پیاده  
و سایر دوچرخه سواران توجه کنم.



### تابلوی نشان دهنده راه حفاظت شده که دارای محل عبور دوچرخه است.

در این قسمت دوچرخه سواران و  
عابران پیاده از خیابان عبور می کنند.



### خیابان خارج شهری، اتوبان

در این نوع جاده ها نمی توانم  
دوچرخه سواری کنم.

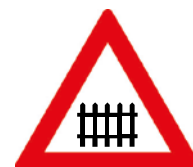


### تابلوی نشان دهنده محل عبور دوچرخه سواران

در این محل دوچرخه سواران از  
خیابان عبور می کنند.

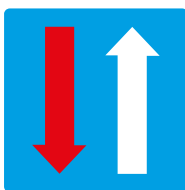


### محل عبور قطار با میله های محافظ



### توافق اجباری جهت عبور ترافیک رو به رو

ترافیک رو به رو باید صبر کند- اما با  
این حال باید صبر کنم!



### محل عبور قطار بدون میله محافظ



### خیابان یک طرفه

من تنها اجازه دارم هم جهت با فلش  
حرکت کنم.



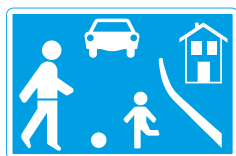
### علامت ضربدر

این علامت قبل از محل عبور قطار  
قابل مشاهده است.

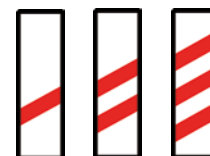


### خیابان مسکونی

باید به آهستگی رانندگی کنم مراقب  
کودکان باشم و به عابران توجه کنم.

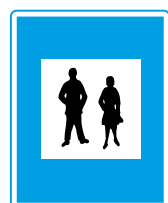


### تابلوهای شب های کنار جاده



### محدوده پیاده رو

من در این محدوده نباید دوچرخه  
سواری کنم مگر اینکه در یک  
تابلوی جداگانه این اجازه به من  
داده شده باشد.



محل عبور عابر پیاده  
به خط کشی عابران پیاده نزدیک  
می شوم.





Wir wollen die bei uns kostenlos versicherten Schülerinnen und Schüler bestmöglich über Sicherheit und Gesundheit in der Schule und am Schulweg informieren. Weitere Informationen unter: [www.auva.at/schulmedien](http://www.auva.at/schulmedien)

**Zugegeben: nicht jeder Unfall ist vermeidbar.**  
Aber viele lassen sich durch Information, Wissen und Training verhindern – oder zumindest in den Folgen abmildern.

[www.auva.at](http://www.auva.at)

## ÖAMTC | GRATIS KINDER-MITGLIEDSCHAFT



### Liebe Eltern!

Für Kinder von ÖAMTC Mitgliedern gibt es den passenden Schutz für jede Altersstufe – und das kostenlos!

#### 0 bis 14 Jahre: Gratis Touring-Mitgliedschaft:

- ▶ Ermäßigungen bei Vorteilspartnern: vom Kino bis zum Wellnessurlaub
- ▶ Subsidiäre Privathaftpflicht-Versicherung bis € 363.400,- Deckungssumme
- ▶ Unfallversicherung mit € 7.270,- pauschaler Deckungssumme ab 50 % Invalidität
- ▶ Rechtshilfe, Soforthilfe in Notfällen und vieles mehr

#### 15 bis 19 Jahre: Gratis Auto-Mitgliedschaft:

(Unabhängig davon, ob ein Elternteil ÖAMTC Mitglied ist)

- ▶ Alle gewohnten Leistungen aus der Touring-Mitgliedschaft
- ▶ Nothilfe 120: Pannenhilfe, Abschleppung, Ersatzwagen u.v.m. für Moped-, Motorrad- oder Auto-Lenker

Mit seiner eigenen Clubkarte hat Ihr Kind immer die ÖAMTC Nothilfe-Nummern bei der Hand.

**Für rasche Hilfe rund um die Uhr.**

**Nützen Sie den Clubvorteil für Ihre Kinder!**

**Am besten gleich jetzt anmelden:**

☎ **0800 120 120** oder [www.oeamtc.at/kinder](http://www.oeamtc.at/kinder)



Ein gutes Gefühl, beim Club zu sein.



این مدارک جنبه آموزشی دارند و برای دریافت آمادگی لازم جهت شرکت در آزمون داوطلبانه دوچرخه سواری تهیه شده اند.

برای کسب آگاهی و سفارش به آدرس ذیل مراجعه کنید:  
[www.jugendrotkreuz.at/rad](http://www.jugendrotkreuz.at/rad)



این دفتر متعلق است به:

A large white rectangular box with rounded corners, intended for a name or address, set against a dark green horizontal band at the bottom of the page.