



# القيادة الوقائية والإسعافات الأولية لحوادث الطرق

## المقدمة :-

الجزء الأول: القيادة الوقائية

الاحتياج للقيادة الوقائية السليمة على الطرق

لا غنى عن القيادة الوقائية السليمة على الطرق لكافة الجهات من أجل الحفاظ على سلامة موظفيها وحماية أسطول مركباتها؛ فإن الحوادث الخطيرة التي تؤدي إلى الخسارة التامة أو حتى الحوادث الأقل خطورة تكلف الشركات الكثير من الأرواح والأموال بالإضافة إلى ارتفاع مبالغ التأمين؛ وتعنى سمعة الشركة بأنها شركة دون حوادث الكثير في سوق اليوم التنافسي.

وتضع الشركات التي لديها بالفعل أو التي تتطلع إلى شهادة الـ OHSAS 18001 التدريب على القيادة الوقائية السليمة في مقدمة أولوياتها؛ إن التدريب الذي تقدمه سيتك على القيادة الوقائية السليمة على الطرق يزود المتدربين بأسس القيادة الوقائية السليمة ويساعد على انخفاض عدد الحوادث.

الجزء الثاني: الإسعافات الأولية

هدف برنامج الإسعافات الأولية إلى تدريب الفئات المختلفة من العمال والمواطنين على مواجهة الحوادث بشتى أنواعها لكي يمنعوا المضاعفات المحتملة سواء كانت وفاة أو عجز دائم

يتم توجيه هذا البرنامج إلى جميع الفئات سواء في وظائف مختلفة ، أو يقومون بأنشطة مختلفة أو في أعمار سنيه مختلفة؛ ويتم تدريب المتدربين على مواجهة الحوادث المختلفة سواء كانت إصابات أو تسمم أو حروق أو عض أو لسع الحيوانات أو الغرق أو الصدمة أو الاختناق الخ ...



## أسلوب التدريب:

---

المحاضرة القصيرة - أفلام فيديو - المناقشة الجماعية - الحالات العملية - مجموعات العمل

## الشهادات:

---

يحصل المشاركون والذين أتموا ٨٠% من وقت البرنامج على شهادات مشاركة من **BTS**

## محتويات البرنامج:

---

الجزء الأول: القيادة الوقائية

• المقدمة:

○ تعريف القيادة الوقائية

○ سلوكيات القيادة



○ تصنيف قاندي السيارات

○ تصنيف السائق:

▪ هاوي

▪ محترف

▪ هجومي

▪ وقائي

• معايير القيادة

○ حوادث حقيقية ( نماذج متتقة):

○ جميع الحوادث موثقة بالرسومات والفيديو:

○ إحصائيات الحوادث في مصر

○ وصف أسباب الحوادث

○ الحوادث القابلة للتفادي

○ أخطاء القيادة الشائعة

○ المبررات التي تعطى للحوادث



○ الحادث رقم ١ – حادث سيارة نصف نقل مع سيارة تقل ثقيل:

○ الدروس المستفادة:

- مسافة الأمان
- السلوك الغير متوقع من قائدي السيارات الأخرى
- كيفية تفادي حوادث التقاطعات
- الحادث رقم ٢- حادث أوتوبيس رحلات:
  - الدروس المستفادة:
  - القيادة تحت تأثير (أدوية - مخدرات)
  - الإرهاق (قاعدة العمل و الراحة)
  - الإرهاق
  - النوم
  - تفادي تصادمات المواجهة
  - معادلة منع التصادم

○ الأسباب العامة للحوادث:

- مؤهلات السائق
- مهام القيادة



- صيانة المركبة
- فحص قبل الرحلة
- كاوتش السيارة
- أنظمة الفرامل
- سلوكيات القيادة لتجنب الحوادث
- استخدام وتغيير الحارات
- التخطي
- المنحنيات
- المنحدرات
- الركن (الباركنج)
- المشاة
- أدوات الطوارئ
- حق الطريق
- مهارات القيادة الوقائية:
- مهارات القيادة الجيدة
- بعض المواقف الخطرة كأمثلة لكيفية التصرف في حالات الطوارئ



- مسح الطريق
- النقاط عدم الرؤية بالمرآة
- التواصل مع مستخدمي الطريق
- تشتيت الانتباه
- التليفون المحمول
- منع القيادة الانفعالية:
  - تغيير الحارات
  - الاحترام في القيادة
  - قطع الطريق
  - القيادة ببطء على يسار الطريق
  - التدخل في شئون الآخرين
  - التشويج باليد
  - التبع عن قرب
  - أشياء أخرى



- القيادة تحت تأثير المخدرات والخمور

- القيادة الليلية

- تعليمات إدارية

- القيادة بالدول عالية الخطورة:

- تخطيط الرحلة

- تقييم مخاطر الطريق

الاختبار التحريري النهائي للجزء الأول

- الجزء الثاني: التدريب العملي على القيادة الوقائية السليمة على الطرق:

- يوم تدريب عملي:

- تدريب على فحص ما قبل الرحلة

- اختبارات الطريق:

- سيتم عمل اختبار لثلاث متدربين في كل رحلة اعتمادا على عدد الأفراد المسموح لهم بركوب السيارة. وتستغرق كل دورة ما بين ساعة وساعتين على حسب عدد المتدربين، ويقوم خلالها المتدرب بالقيادة تحت ظروف متنوعة والتعرض لحالات مختلفة. ويقوم المتدرب من خلف عجلة القيادة بالتعليق على أفعاله للمدرب و للمتدربين الآخرين بداخل السيارة. و قد أثبتت الدراسات فعالية أسلوب القيادة العملية مع التعليق عليها بالنسبة للمتدربين



## مقدمة

- تعريف الإسعافات الأولية
- مبادئ الإسعافات الأولية

## خلفية طبية

- المبادئ الأساسية لتشرح الجسم وأهم الوظائف الفسيولوجية

## مبادئ إنقاذ الحياة

- أسباب توقف القلب أو التنفس
- كيفية عمل الإنعاش الرئوي والتنفس الصناعي
- كيفية عمل التدليك للقلب
- عمل الإنعاش القلبي الرئوي CPR

## النزيف

- حالات النزيف الخارجي والداخلي والإسعافات اللازمة في الحالتين

إصابات العين  
أسبابها وطرق الوقاية منها والإسعافات اللازمة  
الإصابات البسيطة

- إصابات الوجه وجميع الإسعافات للإصابات الخفيفة

## العملي





- فحص العلامات الحيوية في المصاب
- قياس الضغط
- تنفيذ الإنعاش القلبي الرئوي على الدمية
- عمل الضمادات اللازمة لجميع أنواع النزيف و الجروح
- إصابات العظام
- إصابات الرأس
- أصابات العمود الفقري
- إصابات الأطراف
- إصابات الفك
- أسبابها وطرق عمل الإسعافات الأولية والجبائر اللازمة
- التشنجات
- أنواعها وطرق التعامل معها
- الإغماءات
- أسبابها وأنواعها وطرق علاجها
- الاختناق
- الاختناق بالغاز وطرق علاجه



- الاختناق نتيجة جسم غريب في مجرى الهواء

#### الغرق

- طرق إسعاف الغريق

#### الحروق

- أنواعها وطرق إسعاف المصاب بالحروق

#### إصابات الشمس

- طرق إسعاف المصاب بضربة الشمس

#### التسمم

- أسباب وأنواع التسمم وطرق عمل الترياق العام في المنزل

#### الإسهال

- الإسهال والمغص الكلوي

#### العملي

- عمل الجبائر والعلاقات المختلفة لإصابات الكسور

- طريقة هيلمغ لإخراج جسم غريب من مجرى الهواء

- مراجعة على الإنعاش القلبي الرئوي

- قياس الضغط

- الحقن العضلي