

หัวข้อ ขับขี่ปลอดภัย

ในเดือนเมษายนเป็นช่วงใกล้เทศกาลสงกรานต์ที่มีวันหยุดยาว ทำให้บุคลากรและนักศึกษาเดินทางกลับบ้านต่างจังหวัดหรือเดินทางไปท่องเที่ยวเป็นจำนวนมาก จึงเห็นควรให้มีการรณรงค์ด้านความปลอดภัยเกี่ยวกับการใช้รถยนต์ รถจักรยานยนต์ รวมถึงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม และการป้องกันตนเองจากการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (COVID-19) เพื่อสร้างความตระหนักให้เกิดความปลอดภัยในเรื่องดังกล่าว ดังนี้

1. สัปดาห์ที่ 1: แจ้งเพื่อทราบประเด็น **ขับขี่ปลอดภัย ลดความเร็ว ลดเสี่ยง** โดยมีรายละเอียด ดังนี้

เป็นการรณรงค์ขับขี่รถจักรยานยนต์ รถยนต์ ด้วยความเร็วไม่เกินอัตราที่กำหนดทั้งภายในมหาวิทยาลัยและภายนอกมหาวิทยาลัย ซึ่งภายในมหาวิทยาลัยจำกัดความเร็วที่ไม่เกิน 30 กิโลเมตรต่อชั่วโมง ส่วนภายนอกมหาวิทยาลัยจำกัดความเร็วที่ไม่เกิน 90 กิโลเมตรต่อชั่วโมง

เลือกความเร็วที่ใช้ = เลือกความเร็วที่ชน ดังนั้น ลดความเร็ว = ลดความเสี่ยง

2. สัปดาห์ที่ 2: แจ้งเพื่อทราบประเด็น **ขับขี่ปลอดภัย คาดเข็มขัดนิรภัย** โดยมีรายละเอียด ดังนี้

เป็นการรณรงค์ให้คาดเข็มขัดนิรภัยทุกครั้ง ขณะขับรถหรือนั่งรถยนต์ หรือนั่งรถประจำทาง หรือนั่ง Shutter bus ของมหาวิทยาลัย หรือนั่งรถตู้ ซึ่งการคาดเข็มขัดนิรภัยช่วยลดความรุนแรงจากอุบัติเหตุได้ ดังนั้น ควรฝึกให้เกิดความเคยชิน เพื่อความปลอดภัยของตัวเองและผู้ร่วมทางหรือผู้โดยสาร

3. สัปดาห์ที่ 3 แจ้งเพื่อทราบประเด็น **ดื่ม/ ง่วง/ โทรม เราไม่ขับ** โดยมีรายละเอียด ดังนี้

เป็นการรณรงค์ไม่ให้กระทำพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดอุบัติเหตุทางถนน คือ

1. ห้ามดื่มแอลกอฮอล์แล้วขับรถ

- ควรให้เพื่อนที่ไม่ดื่มขับรถแทน
- ใช้บริการรถแท็กซี่หรือรถสาธารณะแล้วค่อยขับรถไปต่อ

2. ง่วงไม่ขับ

- จอดรถพักในบริเวณที่ปลอดภัยเมื่อมีอาการง่วงนอน ป้องกันการหลับใน
- จอดรถพักเป็นระยะทุก 200 กิโลเมตรหรือทุก 2 ชั่วโมง

3. โทรมไม่ขับ

- หลีกเลี่ยงการใช้โทรศัพท์ ขณะขับรถ เพราะส่งผลต่อสมาธิในการขับรถ
- ใช้อุปกรณ์เสริมในการสนทนาทางโทรศัพท์ เช่น แอนด์ฟรี บลูทูธ

4. สัปดาห์ที่ 4 แจ้งเพื่อทราบประเด็น **มาตรการ VUCA ลดความเสี่ยงโควิด 19 ช่วงสงกรานต์**

เป็นการรณรงค์ให้ปฏิบัติตามมาตรการ VUCA ช่วยลดความเสี่ยงโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ได้แก่

- V : Vaccine ฉีดครบ ลดป่วยหนัก โดยผู้ที่ยังไม่ได้รับวัคซีนขอให้เข้ารับการฉีดวัคซีนและผู้ที่ได้รับวัคซีน 2 เข็มและครบตามเวลาที่กำหนด ให้ไปรับวัคซีนเข็มกระตุ้น
- U : Universal Prevention ป้องกันตัวเองตลอดเวลา ห่างไกลจากโควิด ป้องกันตนเองสูงสุดตลอดเวลา โดยเฉพาะเว้นระยะห่าง ล้างมือ สวมหน้ากากอย่างถูกวิธี จะสามารถ ป้องกันการติดเชื้อได้
- C : COVID Safe Living ใช้ชีวิตอย่างปลอดภัย หลีกเลี่ยงจัดกิจกรรมเสี่ยง รวมถึงสถานที่ต่าง ๆ ต้องมีมาตรการป้องกัน เพื่อให้ทุกคนใช้ชีวิตได้อย่างปลอดภัยในสถานการณ์โควิด
- A : ATK (Antigen test kit) กรณีที่มีความเสี่ยงต่อการรับเชื้อหรือมีอาการทางเดินหายใจ พร้อมตรวจเสมอ