

الأمان: ركوب الدراجات ، والطرق ، والقواعد البنية التحتية للدراجات

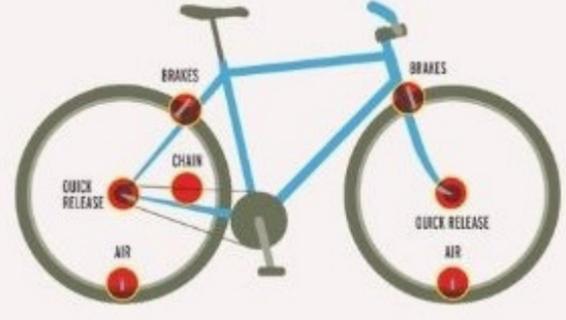
ارتد خوذة - 1



ارتداء خوذة الدراجة ليس إلزامياً في جميع البلدان. ومع ذلك ، تظهر الأبحاث أن ارتداء الخوذة يمكن أن يقلل من خطر الإصابة الخطيرة بنسبة 70٪. إصابات الرأس هي السبب الأول لحوادث الدراجات المميتة. للأسف ، 97٪ من الضحايا لا يرتدون الخوذ. لذا فإن ارتداء الخوذة يمكن أن يمنع العديد من الوفيات العرضية.

افحص المعدات قبل الركوب-2

يمكنك تقليل مخاطر وقوع حادث ناتج عن المعدات عن طريق فحص الدراجة والخوذة وغيرها من المعدات قبل الركوب. تأكد من أن الإطارات منفوخة بشكل صحيح. تحقق من وظيفة العاكسات والمصابيح. تحقق من السلاسل والحراري بحثًا عن أي عيوب أو شقوق أو مشاكل أخرى. يمكن لهذه الخطوات البسيطة منع وقوع حادث وإنقاذ الأرواح.



المواد العاكسة -3 يحمل



أحد الأسباب الرئيسية لحوادث الدراجات هو ضعف الرؤية. إذا لم يراك السائقون بشكل صحيح ، فمن المرجح أن تتعرض لحادث. هذا صحيح بشكل خاص عند التقاطعات. يمكن أن يساعد ربط العاكسات بالدراجة مباشرة. من المهم أيضًا ارتداء ملابس لامعة و / أو عاكسة. زيادة الرؤية تقلل من خطر وقوع حادث دراجة.



القيادة مع تدفق حركة المرور - 4

ابق دائمًا في تدفق حركة المرور عند ركوب الدراجات. بمعنى آخر: قم دائمًا بالقيادة في نفس اتجاه المركبات الأخرى. تزداد احتمالية وقوع الحوادث عند القيادة عكس التيار. إذا وقع حادث لأنك عارضت تدفق حركة المرور ، فمن المرجح أن تكون على خطأ. قد يكون التعويض المالي مستحقًا نتيجة لذلك.



استخدام مسارات الدورة - 5

هناك المزيد والمزيد من ممرات الدراجات في جميع أنحاء البلاد. ومع ذلك ، لا يمكن لمسارات الدورة المحمية أن تحمينا إلا إذا استخدمنا ما بالفعل. عندما يكون هناك مسار للدراجات ، يجب عليك استخدامه.



مزيد من المعلومات



The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.