

Z myślą o bezpieczeństwie



Każdego roku w Polsce dochodzi do kilku tysięcy wypadków drogowych z udziałem rowerzystów, w których to właśnie oni najczęściej tracą zdrowie, a nawet życie. Wielu tragedii można by uniknąć, gdyby kierujący jednośladami zadbali o stan techniczny i zgodne z przepisami wyposażenie roweru. I jeszcze jedno: sama znajomość przepisów ruchu drogowego nie wystarczy. Wyłącznie świadome i rozważne stosowanie się do nich pozwoli uniknąć nieszczęścia.

Kodeks rowerzysty

- ✓ Stosuj się do przepisów ruchu drogowego,
- ✓ Jeśli to tylko możliwe, unikaj jeżdżenia po ulicy – jeśli nie ma ścieżki rowerowej, to możesz korzystać z chodnika, ale w przypadkach określonych prawem,
- ✓ Jedź zawsze prawą stroną,
- ✓ Nie przejeżdżaj przez ulicę na przejściu na pasach – zejź z roweru i przeprowadź go przez jezdnię,
- ✓ Zadbaj o odpowiednie wyposażenie roweru,
- ✓ Pamiętaj o kasku i odblaskach,
- ✓ Bądź czujny i zawsze rozglądaj się na boki oraz słuchaj, co dzieje się dookoła – jazda w słuchawkach – niedozwolona,
- ✓ Unikaj popisów i „szarżowania” – np. nie puszczaj kierownicy w czasie jazdy,
- ✓ Dbaj o stan techniczny roweru: sprawdzaj oświetlenie, układ hamulcowy i kierowniczy, czyść światła odblaskowe,
- ✓ Do jazdy na rowerze wybierz odpowiedni strój,
- ✓ Naucz się zasad udzielania pierwszej pomocy.

Zapamiętaj! Bądź trzeźwym rowerzystą! Nie ryzykuj!

Narażasz siebie i innych uczestników ruchu! Możesz stracić zdrowie lub życie.



Bądź rozważny – żyj bezpiecznie



Bądź rozważny – żyj bezpiecznie



Do obowiązkowego wyposażenia roweru wg przepisów Prawa o Ruchu Drogowym należą:

Światła:

- ✓ **z przodu** – jedno światło barwy białej lub żółtej selektywnej,
- ✓ **z tyłu** – jedno światło odblaskowe barwy czerwonej o kształcie innym niż trójkąt i jedno światło pozycyjne barwy czerwonej, które może być migające,

oraz:

- ✓ co najmniej jeden sprawnie działający **hamulec**,
- ✓ **dzwonek** lub inny sygnał ostrzegawczy o nieprzerwałym dźwięku.

Pamiętaj! Oświetlenie, to nie tylko obowiązkowe wyposażenie roweru, to także szansa, że zostaniesz dostrzeżony przez kierowcę odpowiednio wcześniej a nie wtedy, gdy jest za późno na hamowanie.

Dodatkowo, aby zapewnić sobie bezpieczeństwo możesz zastosować dodatkowe oświetlenie pasywne:

- ✓ **odblaski na szprychach**, które zwiększa podczas ruchu koła zwiększają widoczność roweru z boku,
- ✓ **odblaski na pedałach**, te poprawiają naszą widoczność z przodu i z tyłu podczas pedałowania,
- ✓ **opaska odblaskowa**, którą możemy założyć na nogawkę lub na rękę (swobodne zakładanie i zdejmowanie opasek umożliwia używanie jej do każdego typu ubioru),
- ✓ **kamizelka odblaskowa**, która będzie widoczna z każdej strony. Ważne aby, jej rozmiar był tak dobrany, aby nie przeszkadzał w jeździe na rowerze,
- ✓ **Kask**, mimo że nie jest obowiązkowy, znacznie zmniejsza prawdopodobieństwo urazu podczas kolizji lub upadku z roweru. Szczególnie polecaćny dzieciom.

Z myślą o bezpieczeństwie

