



Jedź bezpiecznie!

Porady dla rowerzystów



European Transport Safety Council



European Transport Safety Council

Europejska Rada Bezpieczeństwa Transportu (ETSC) to międzynarodowa organizacja pozarządowa, która została utworzona w 1993 r. w odpowiedzi na utrzymującą się i niedopuszczalnie wysoką liczbę ofiar wypadków drogowych w Europie i obawy społeczeństwa dotyczące poszczególnych przypadków tragedii na drogach. Zrzesza ona ekspertów znanych na arenie międzynarodowej oraz przedstawicieli 48 krajowych i międzynarodowych organizacji z całej Europy zajmujących się bezpieczeństwem transportu w celu wymiany doświadczeń i wiedzy, a także w celu wyłonienia i propagowania wkładu badań w bezpieczeństwo transportu. ETSC stanowi źródło niezależnego doradztwa w zakresie bezpieczeństwa transportu dla Komisji Europejskiej, Parlamentu Europejskiego, rządów krajowych i organizacji związanych z bezpieczeństwem w całej Europie.



BIKE PAL to 3-letni ogólnoeuropejski projekt mający na celu zaoferowanie rowerzystom pakietu informacji, zasobów i działań w zakresie zwiększania świadomości, aby pomóc w istotnej poprawie ich bezpieczeństwa na drodze, co sprawia, że staje się on najlepszym przyjacielem rowerzystów.

Poniższe porady są skierowane do osób, które jeżdżą rowerami na drogach publicznych i uczestniczą w ruchu drogowym.

BIKE PAL otrzymuje wsparcie finansowe od Komisji Europejskiej, Niemieckiej Rady Bezpieczeństwa Ruchu Drogowego (DVR) i fundacji MAPFRE. Za treść publikacji odpowiada w całości ETSC i nie musi ona odzwierciedlać poglądów sponsorów.



FUNDACIÓN MAPFRE

Przestrzegaj przepisów



🚲 Odstaw rower, gdy jesteś zmęczony lub niewyspany.

🚲 Korzystaj z infrastruktury przeznaczonej dla rowerzystów, jeśli jest dostępna.

🚲 Nie przejeżdżaj na czerwonym świetle.

🚲 Nie jedź pod prąd ulicą jednokierunkową, chyba że jazda rowerem w przeciwnym kierunku jest dozwolona.

🚲 Przestrzegaj pierwszeństwa wskazywanego przez znaki drogowe na skrzyżowaniach.

🚲 Jeżeli na skrzyżowaniu pierwszeństwa, ustąp pierwszeństwa pieszym.

🚲 Nie pij alkoholu ani nie jedź na zakazanych drogach – to jest zabronionych prawem lub przepisami. Pamiętaj o receptę – prz...

🚲 Zatrzymaj się w bezpiecznym miejscu i zadzwonić 112.

🚲 Aby bezpiecznie jechać, trzymaj obie ręce i nie...

v ruchu drogowego



waniu nie ma oznakowania
szereźstwa jadącym z prawej strony.
zażywaj środków odurzających –
psychoaktywnych wydawanych na
med jazdą rowerem.
bezpiecznym miejscu, jeśli musisz
lub wysłać SMSa.
ć na rowerze musisz mieć wolne
rozproszoną uwagę!

- 🚲 Bądź uważny na drodze. Przenośne urządzenia medialne odrywają uwagę od zdarzeń na drodze i należy unikać korzystania z nich w czasie jazdy!
- 🚲 Z wyprzedzeniem ostrzegaj innych użytkowników drogi o każdej zmianie kierunku jazdy za pomocą sygnałów dawanych ręką.
- 🚲 Unikaj nieoczekiwanych manewrów, staraj się jechać w sposób przewidywalny dla innych użytkowników drogi.

Bądź widoczny na



🚲 Jadąc, utrzymuj pozycję zapewniającą, że jesteś widoczny i nie zakłócasz ruchu.

🚲 Jesteś uczestnikiem ruchu, co nie oznacza, że jesteś właścicielem drogi!

🚲 Zachowaj bezpieczną odległość od innych pojazdów i sam siebie.



🚲 Noś jasne ubrania, dzięki którym jesteś widoczny wśród pojazdów. W nocy noś oddblaskowe elementy.

W drodze



...długość od drzwi zaparkowanych
...ochodów.

...ki którym będziesz się wyróżniał
...s kamizelkę odbłaskową i opaski
...na ramiona i nogi.

-  Zamontuj na rowerze przednie i tylne światła i upewnij się, że działają, zanim wyruszysz w drogę po zmroku.
-  Staraj się utrzymywać kontakt wzrokowy z kierowcami, szczególnie w trakcie przejeżdżania przez skrzyżowanie.

Bezpieczny rower i sp



🚲 Upewnij się, że opony są odpowiednio napompowane.
🚲 Upewnij się, że hamulce i napęd są sprawne.

🚲 Upewnij się, że rower
obowiązujące wymagania
odbl

orzęt ochronny



spełnia przynajmniej minimalne
nia dotyczące świateł i świateł
askowych.

- 🚲 Załóż kask. Upewnij się, że kask jest odpowiednio dopasowany.
- 🚲 Zmień kask, jeżeli mógł zostać uszkodzony w wypadku!

Zwracaj szczególną ciężkość



🚲 Upewnij się, że kierowca pojazdu ciężarowego wie, iż poruszasz się po drodze.

🚲 Nie wyprzedzaj po zewnątrz w pobliżu

ą uwagę na pojazdy arowe



ętrznej stronie drogi, szczególnie
u skrzyżowań.


 Zawsze zwracaj uwagę na manewry pojazdów ciężarowych! Staraj się przewidzieć, jak się będą poruszać, i zawsze zachowuj bezpieczną odległość od takiego pojazdu.

Photo credits: German Road Safety Council (DVR), Think! UK, www.istockphoto.com.

European Transport Safety Council
Avenue des Celtes 20
B-1040 Brussels
tel: +32 2 230 41 06
fax: +32 2 230 42 15
e-mail: information@etsc.eu
website: www.etsc.eu



European Transport Safety Council