

Μαθαίνω να κυκλοφορώ **ΜΕ ΑΣΦΑΛΕΙΑ**

Σεμινάρια Κυκλοφοριακής Αγωγής
για παιδιά Δημοτικού 9-12 ετών



Γεια σας, παιδιά! Είμαι ο φίλος σας, ο Τροχονόμος!

Η δουλειά μου είναι να ρυθμίζω την κυκλοφορία στους δρόμους αλλά και να εξασφαλίζω ότι όλοι όσοι κυκλοφορούν στο δρόμο τηρούν τους κανόνες του Κώδικα Οδικής Κυκλοφορίας (ΚΟΚ).



Όταν κυκλοφορούμε στο δρόμο μπορούμε να συναντήσουμε πολλά μέσα μεταφοράς! Κάποια από αυτά, όπως το αυτοκίνητο και η μοτοσικλέτα τα βλέπουμε συνεχώς ενώ κάποια τα συναντούμε λίγο πιο σπάνια, όπως τις νταλίκες!

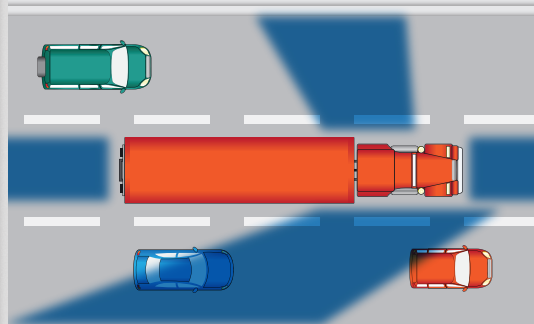


Μερικές φορές, μπορεί να συναντήσουμε στο δρόμο μεγάλα οχήματα, τα οποία χρησιμοποιούνται για την εκτέλεση έργων και γι' αυτό πρέπει να είμαστε ιδιαίτερα προσεκτικοί! Τα οχήματα αυτά, όπως οι μπετονιέρες, τα βυτιοφόρα και τα μεγάλα φορτηγά τα συναντούμε συνήθως έξω από τις μεγάλες πόλεις και μακριά από τις κατοικημένες περιοχές.

Όταν κινούμαστε, λοιπόν, πεζοί ή με το ποδήλατο σε δρόμους όπου γίνονται έργα και μπορεί να συναντήσουμε βαρέα οχήματα πρέπει να προσέχουμε πάρα πολύ γιατί:

- ❖ τα οχήματα αυτά μπορεί να εμφανιστούν ξαφνικά μπροστά μας μετά από κάποια στροφή, πίσω από δέντρα ή και ακόμα μέσα από χωράφια
- ❖ τα οχήματα αυτά, εξαιτίας του πολύ μεγάλου μεγέθους τους, συχνά μας κρύβουν όταν κυκλοφορούμε στο δρόμο είτε με τα πόδια είτε με το ποδήλατό μας, με αποτέλεσμα ο οδηγός τους να μην μπορεί να μας αντιληφθεί έγκαιρα και συχνά να προκαλούνται ατυχήματα.

Τυφλά σημεία



Αν στεκόμαστε στα σημεία αυτά, δεν μπορεί να μας δει ο οδηγός, για αυτό λέγονται και «**τυφλά σημεία**».

Πάμε να θυμηθούμε και μαζί τους κανόνες που πρέπει να ακολουθούμε στο δρόμο όταν κυκλοφορούμε; Αλλά να μάθουμε και ακόμα περισσότερους, αφού πλέον έχετε μεγαλώσει;

Όταν στο δρόμο κυκλοφορούμε δεν ξεχνάμε τα σήματα που συναντούμε και πρέπει ΠΑΝΤΑ να υπακούμε:

Οι Πινακίδες

Οι πινακίδες μας βοηθούν να κυκλοφορούμε στο δρόμο με ασφάλεια, αν υπακούμε τις εντολές τους. Κάποιες ρυθμίζουν την κυκλοφορία, κάποιες μας ενημερώνουν για κινδύνους και κάποιες είναι ενημερωτικές. Ας δούμε κάποιες από αυτές:



Απαγορεύεται η είσοδος σε όλα τα οχήματα



Στο δρόμο αυτό επιτρέπονται μόνο τα ποδήλατα



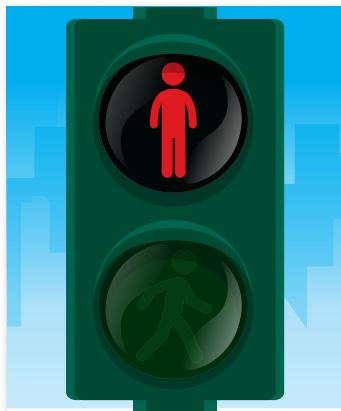
Κίνδυνος λόγω διέλευσης ζώων



Κίνδυνος από έργα που πραγματοποιούνται στο δρόμο

Τα φανάρια

Δεν ξεχνάμε ποτέ ότι όταν συναντήσουμε φανάρι περιμένουμε να γίνει πράσινο για τους πεζούς και ΜΟΝΟ τότε περνάμε απέναντι στο δρόμο! Ακόμα και τότε όμως ελέγχουμε το δρόμο κοιτώντας προς όλες τις πλευρές του γιατί μπορεί κάποιος οδηγός να μη σταματήσει στο κόκκινο και να μας χτυπήσει. Ας θυμηθούμε ότι:



Όταν ανάβει το κόκκινο φανάρι, ΔΕΝ περνάμε απέναντι! Περιμένουμε όσο χρειαστεί μέχρι να ανάψει το πράσινο φανάρι, που μας επιτρέπει να διασχίσουμε το δρόμο.

Ο τροχονόμος

Όταν συναντήσετε εμένα στο δρόμο ή και το φίλο μου το Σχολικό Τροχονόμο υπακούτε πάντα στις εντολές μας και περνάτε το δρόμο ΜΟΝΟ όταν σας κάνουμε σήμα ότι επιτρέπεται!

Ακόμα και τότε όμως ΔΕΝ πρέπει να βιάζεστε και πρέπει να περπατάτε προσεκτικά!



Χρήσιμες Συμβουλές για να κυκλοφορούμε γέζοι με ασφάλεια!

❖ Περπατάμε ΠΑΝΤΑ πάνω στο πεζοδρόμιο και πάντα με προσοχή. Δεν τρέχουμε, δε βιαζόμαστε και δεν ασχολούμαστε με τίποτα άλλο. Έχουμε όλη μας την προσοχή στραμμένη στο δρόμο έτσι ώστε να αποφύγουμε οποιοδήποτε κίνδυνο συναντήσουμε!



❖ ΑΝ ο δρόμος δεν έχει πεζοδρόμιο, περπατάμε πάντα στην άκρη του δρόμου και αντίθετα από τα οχήματα, γιατί διαφορετικά δεν μπορούμε να τα δούμε.



❖ Όταν θέλουμε να περάσουμε απέναντι επιλέγουμε σημεία με διάβαση, φανάρι ή σημεία όπου υπάρχει τροχονόμος. Όταν είμαστε σε διάβαση, ακολουθούμε πάντα τους παρακάτω κανόνες:

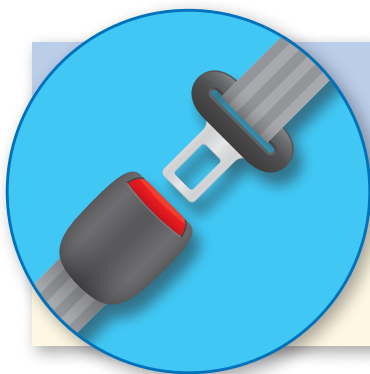
1. Σταματάμε πάνω στο πεζοδρόμιο και ελέγχουμε πολύ προσεκτικά προς όλες τις πλευρές του δρόμου γιατί δεν ξέρουμε από πού μπορεί να έρχεται κάποιο αυτοκίνητο ή μηχανάκι.
2. Μόλις βεβαιωθούμε ότι ο δρόμος είναι άδειος, ξεκινάμε να περάσουμε απέναντι πάντα με προσοχή και χωρίς να βιαζόμαστε.
3. Μόλις φτάσουμε απέναντι, ανεβαίνουμε και πάλι πάνω στο πεζοδρόμιο και συνεχίζουμε την πορεία μας.



❖ ΑΝ δεν υπάρχει ούτε διάβαση, ούτε φανάρι, ούτε τροχονόμος κάπου κοντά τότε ακολουθούμε τα παρακάτω βήματα:

- ♦ Διαλέγουμε ένα σημείο από το οποίο μπορούμε να δούμε προς όλες τις πλευρές του δρόμου! ΠΡΟΣΟΧΗ! Δε στεκόμαστε ποτέ πάνω σε στροφή, ούτε ανάμεσα σε παρκαρισμένα αυτοκίνητα.
- ♦ Ελέγχουμε το δρόμο ΠΡΟΣΕΚΤΙΚΑ και ΠΡΟΣ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΠΛΕΥΡΕΣ.
- ♦ Όταν βεβαιωθούμε ότι δεν πλησιάζει κανένα όχημα, ξεκινάμε να διασχίσουμε το δρόμο προσέχοντας συνέχεια και χωρίς να βιαζόμαστε ή να χρονοτριβούμε.
- ♦ Μόλις φτάσουμε απέναντι, ανεβαίνουμε και πάλι πάνω στο πεζοδρόμιο και συνεχίζουμε την πορεία μας.





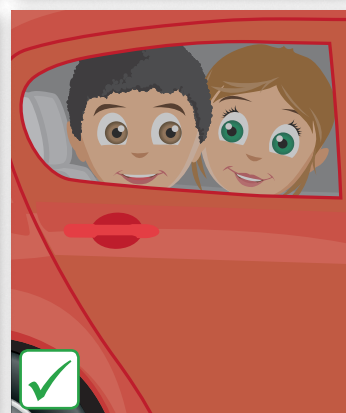
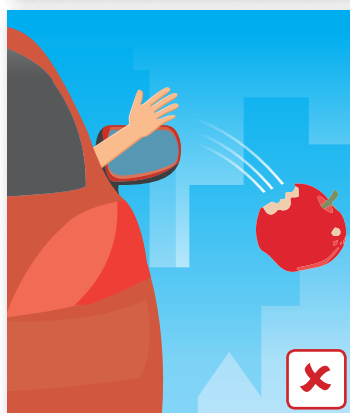
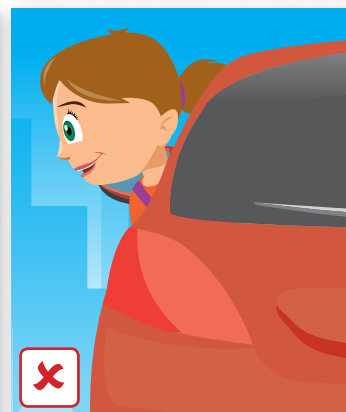
Αλλά και στο αυτοκίνητο όταν μπορούμε, τήρησι κανόνες ασφαλείας πρέπει να ακολουθούμε.

Δεν ξεχνάμε ότι:

Στο αυτοκίνητο δεν πρέπει να προσέχει μόνο ο οδηγός αλλά όλοι οι επιβάτες του!

Όταν μετακινούμαστε με το αυτοκίνητο:

- ❖ Καθόμαστε **ΜΟΝΟ** στο πίσω κάθισμα του αυτοκινήτου και μπαίνουμε ή βγαίνουμε ΠΑΝΤΑ από την πόρτα που βρίσκεται στη μεριά του πεζοδρομίου.
- ❖ Μόλις μπούμε μέσα και καθίσουμε, **φοράμε τη ζώνη μας!** Αλλιώς δεν αφήνουμε τον οδηγό να ξεκινήσει!
- ❖ Λύνουμε τη ζώνη μας μόνο όταν φτάσουμε στον προορισμό μας και αφού μας το πει ο οδηγός ή ο συνοδηγός του αυτοκινήτου.
- ❖ Δε φωνάζουμε, δεν κλαίμε και γενικά δεν κάνουμε φασαρία γιατί έτσι ενοχλούμε πολύ τον οδηγό και δεν μπορεί να μας πάει στον προορισμό μας **με ασφάλεια!**
- ❖ **Δεν ανοίγουμε το παράθυρο** και ακόμα και αν αυτό είναι ανοιχτό **δε βγάζουμε το κεφάλι μας** για να κοιτάξουμε έξω ή για να χαιρετήσουμε κάποιον! Μπορεί να περάσει κάποιο άλλο αυτοκίνητο ή μοτοσικλέτα και να μας τραυματίσει!
- ❖ **Δεν πετάμε ποτέ πράγματα** έξω από το παράθυρο ακόμα και αν είναι σκουπίδια! Μπορεί να προκαλέσει ατύχημα ή να χτυπήσει κάποιον οδηγό μοτοσικλέτας! Επίσης, έτσι κρατάμε καθαρό το περιβάλλον!
- ❖ Ανοίγουμε την πόρτα για να κατέβουμε από το αυτοκίνητο **ΜΟΝΟ** όταν μας το επιτρέψει ο οδηγός ή ο συνοδηγός του αυτοκινήτου. Αλλιώς περιμένουμε! Έτσι μένουμε ασφαλείς.





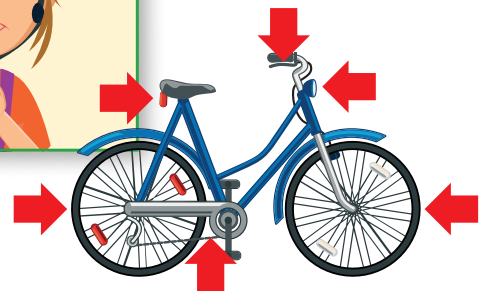
Ας συνεχίσουμε το ταξίδι μας στο κόσμο της οδικής ασφάλειας και ας θυμηθούμε πώς το ποδήλατό μας με ασφάλεια οδηγούμε!

Δεν ξεχνάμε ότι:

Το ποδήλατο μας πρέπει να είναι στο κατάλληλο μέγεθος ώστε να μπορούμε να ποδηλατούμε με άνεση και κυρίως με ασφάλεια!

Πριν ξεκινήσουμε τη βόλτα μας:

- ❖ Φοράμε ΠΑΝΤΑ σωστά το κράνος μας!
- ❖ Δε φοράμε φαρδιά ρούχα και φροντίζουμε τα παπούτσια μας να είναι καλά δεμένα.
- ❖ Ελέγχουμε αν:
 - ♦ τα λάστιχα μας είναι καλά φουσκωμένα,
 - ♦ τα φρένα και τα φώτα μας λειτουργούν σωστά,
 - ♦ η αλυσίδα μας είναι στη θέση της,
 - ♦ η κόρνα μας λειτουργεί.



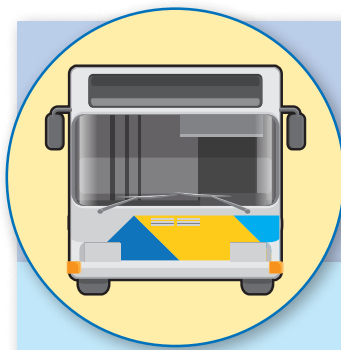
Κατά τη διάρκεια της βόλτας μας:

- ❖ Ποδηλατούμε πάντα και με τα δύο χέρια στο τιμόνι.
- ❖ Δεν ανεβάζουμε φίλους μας στο ποδήλατο! Θα χάσουμε την ισορροπία μας και θα πέσουμε και οι 2!
- ❖ Δεν τρέχουμε και οδηγούμε πάντα στην ευθεία.
- ❖ Δεν παίζουμε με τους φίλους μας και δεν μιλάμε μεταξύ μας γιατί έτσι δεν έχουμε την προσοχή μας στο δρόμο μπροστά μας!
- ❖ Όσο μπορούμε επιλέγουμε να ποδηλατούμε σε ποδηλατόδρομο και σε πάρκα και δεν πηγαίνουμε σε δρόμους που κυκλοφορούν πολλά αυτοκίνητα!
- ❖ Προτιμάμε να μην κάνουμε ποδήλατο αφού βραδιάσει γιατί τότε δεν μας βλέπουν καλά οι άλλοι οδηγοί! Αν κάνουμε όμως ποδήλατο και είναι σκοτεινά, πρέπει να φοράμε ανοιχτόχρωμα ρούχα για να φαινόμαστε!



Όταν φτάσουμε στο προορισμό μας

- ❖ Αν αφήσουμε το ποδήλατό μας σε ανοιχτό χώρο και εκτός σπιτιού πάντα το κλειδώνουμε!
- ❖ Σταθμεύουμε το ποδήλατό μας πάντα σε μέρος που δεν εμποδίζει τους άλλους ανθρώπους που βρίσκονται στο δρόμο (π.χ. οδηγούς, πεζούς ή άλλους ποδηλάτες).

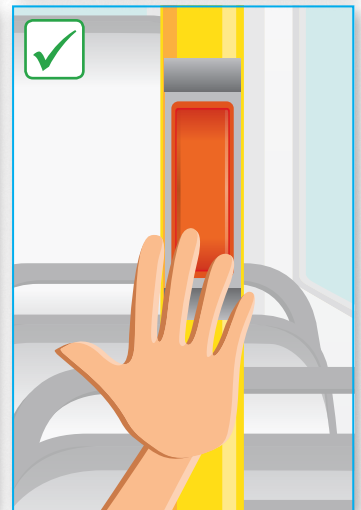
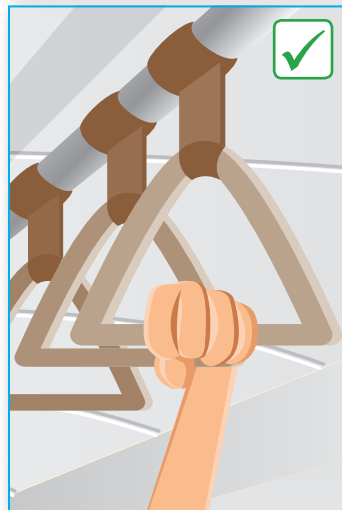
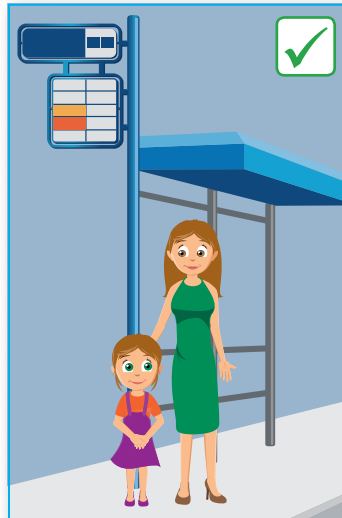


Προσεκτικά χρησιμοποιούμε και τα Μέσα Μαζικής Μεταφοράς για να μπορούμε να φτάσουμε στον προορισμό μας με ασφάλεια, οικονομικά και οικολογικά!

Μπορούμε να συναντήσουμε πολλά είδη Μέσων Μαζικής Μεταφοράς, (MMM) όπως το Λεωφορείο, το ΚΤΕΛ, το Τρόλεϊ, το Μετρό και το Τραμ! Και σε όλα πρέπει να είμαστε προσεκτικοί!

Όταν επιλέγουμε να μετακινηθούμε με τα MMM δεν ξεχνάμε ποτέ τα παρακάτω:

- ❖ Όταν περιμένουμε κάποιο από τα MMM να έρθει, στεκόμαστε ήσυχοι και ΠΑΝΤΑ μακριά από το πεζοδρόμιο (τουλάχιστον 3 βήματα από την άκρη του) ή μακριά από την άκρη της αποβάθρας (πίσω από την κόκκινη γραμμή που συναντάμε εκεί).
- ❖ Μένουμε εκεί μέχρι το όχημα να έρθει και να σταματήσει μπροστά στη στάση/ σταθμό. Μόνο τότε ξεκινάμε να επιβιβαστούμε σε αυτό και αφού πρώτα έχουν κατέβει οι επιβάτες του.
- ❖ ΠΟΤΕ δεν τρέχουμε να προλάβουμε ένα όχημα που έχει ήδη ξεκινήσει να φύγει, όσο και αν βιαζόμαστε! Υπάρχει μεγάλος κίνδυνος να τραυματιστούμε! Μπορούμε να μπούμε στο επόμενο που θα έρθει!
- ❖ Πάντα φροντίζουμε να έχουμε αγοράσει και ακυρώσει το εισιτήριό μας γιατί αλλιώς δεν επιτρέπεται να μπούμε. Διαφορετικά θα πληρώσουμε πρόστιμο!
- ❖ Όσο βρισκόμαστε μέσα στα οχήματα των MMM (π.χ. μέσα στο λεωφορείο ή μέσα στο τρένο), προτιμάμε να καθόμαστε. Αν δεν υπάρχει άδεια θέση, στεκόμαστε όρθιοι αλλά πάντα κρατιόμαστε από τις ειδικές χειρολαβές! Διαφορετικά μπορεί να πέσουμε!
- ❖ Όταν φτάσουμε στον προορισμό μας και έρθει η ώρα να κατέβουμε πρέπει να σκεφτούμε:
 - ♦ Σε όλα τα λεωφορεία και τα τρόλεϊ πρέπει να πατήσουμε το ειδικό κουμπί για να σταματήσει ο οδηγός.
 - ♦ Όταν όμως είμαστε σε τρένο, μετρό ή τραμ, ο οδηγός σταματάει σε κάθε στάση.



ΠΑΝΤΑ όμως προσέχουμε να μη χάσουμε τη στάση μας!!!

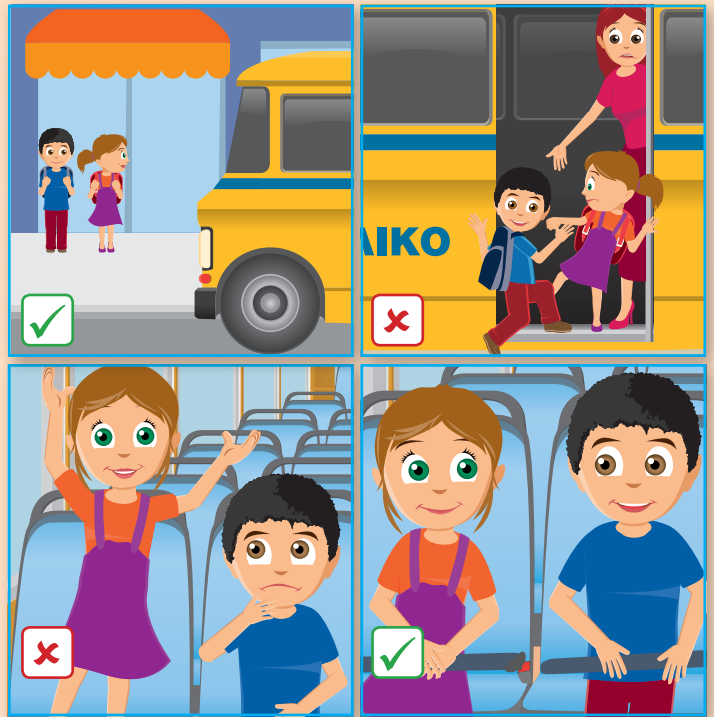
- ♦ Όταν κατέβουμε από το όχημα πάλι προσέχουμε! Δεν τρέχουμε, δε βιαζόμαστε και κοιτάμε που θέλουμε να πάμε για να μη χαθούμε και να για να μη κινδυνεύσουμε ακολουθώντας ΣΥΝΕΧΩΣ τους κανόνες ασφαλούς συμπεριφοράς!

Όταν κατεβαίνουμε από το λεωφορείο και το τρόλεϊ ΔΕΝ ξεκινάμε να διασχίσουμε το δρόμο αν δεν έχει φύγει πρώτα το όχημα! Αλλιώς δεν είμαστε ορατοί από τα άλλα οχήματα (π.χ. αυτοκίνητα και μοτοσικλέτες) που περνάνε και μπορεί να μας χτυπήσουν!



Τους ίδιους κανόνες ακολουθούμε και στο σχολικό λεωφορείο όταν βρεθούμε!

- ❖ Όταν το περιμένουμε να έρθει, στεκόμαστε ήσυχοι και ΠΑΝΤΑ μακριά από την άκρη του πεζοδρομίου.
- ❖ Δε βιαζόμαστε να μπούμε! Μένουμε στη θέση μας μέχρι αυτό να σταματήσει εντελώς και δεν τσακωνόμαστε με τους συμμαθητές μας για το ποιος θα μπει πρώτος.
- ❖ Καθόμαστε πάντα στη θέση μας, με δεμένη τη ζώνη ασφαλείας, και δεν παίζουμε, ούτε τσακωνόμαστε με τους φίλους μας.
- ❖ ΔΕ λύνουμε τη ζώνη ασφαλείας και ΔΕ σηκνώνουμε παρά μόνο όταν φτάσουμε στον προορισμό μας και ο οδηγός ή ο συνοδός μας το επιτρέψουν.
- ❖ Κατεβαίνουμε και πάλι με προσοχή και χωρίς να βιαζόμαστε και πάμε κατευθείαν στο σχολείο ή στο σπίτι μας ακολουθώντας ΣΥΝΕΧΩΣ τους κανόνες ασφαλούς συμπεριφοράς!



Και από το σχολικό λεωφορείο όταν κατεβαίνουμε ΔΕΝ περνάμε απέναντι αν δεν φύγει πρώτα! Αλλιώς δεν είμαστε ορατοί από τα άλλα οχήματα (π.χ. αυτοκίνητα και μοτοσικλέτες) που περνάνε και μπορεί να μας χτυπήσουν!



Ινστιτούτο Βιώσιμης Κινητικότητας & Δικτύων Μεταφορών

6ο χλμ. οδού Χαριλάου - Θέρμης, 57001 Θέρμη, Θεσσαλονίκη
Τηλ.: +30 2310 498453, Φαξ: +30 2310 498269