

Οδηγίες Ασφαλούς Οδήγησης και Οδικής Ασφάλειας

1. Ασφαλή Οδήγηση σημαίνει να οδηγείτε πάντα όταν βρίσκεστε σε καλή **φυσική** και **πνευματική** κατάσταση (κάθε δευτερόλεπτο που καθυστερείτε να αντιδράσετε όταν οδηγείτε με 50km/h διανύετε σχεδόν 14 μέτρα στην άσφαλο).
Συμβουλή: *η σωστή θέση οδήγησης σας βοηθά να είστε σε ετοιμότητα και να έχετε καλύτερο έλεγχο του αυτοκινήτου σας.*
2. Ο σημαντικότερος παράγοντας Ασφαλούς Οδήγησης είναι η ποιότητα της **ορατότητας** που έχετε από μέσα στο αυτοκίνητο προς τα έξω (είναι αδύνατο να αποφύγετε τον κίνδυνο όταν δεν τον βλέπετε. Η **συγκέντρωση**, η **παρατηρητικότητα** και η **πρόβλεψη** σώζουν ζωές).
Συμβουλή: *η καλή ορατότητα σε όλες τις συνθήκες και όλες τις κατευθύνσεις σας βοηθά να γνωρίζεται τι βρίσκεται / δεν βρίσκεται τριγύρω σας.*
3. Ασφαλή Οδήγηση σημαίνει να οδηγείτε πάντα φορώντας τη **ζώνη ασφαλείας** (προσοχή οι αερόσακοι ανοίγουν με ταχύτητα 200mph).
Συμβουλή: *ποτέ μην υποτιμάτε τα δυστυχήματα συμβαίνουν μέσα στις πόλεις με ταχύτητες που δεν ξεπερνούν τα 60km/h.*
4. Η ποιότητα ελέγχου του αυτοκινήτου σας δεν μπορεί να ξεπεράσει την ποιότητα που σας προσφέρουν τα **ελαστικά** του αυτοκινήτου σας (η μόνη επαφή που έχετε με την άσφαλο είναι ίση με τέσσερις φορές την παλάμη σας – όσο είναι το πέλμα των ελαστικών στην άσφαλο).
Συμβουλή: *η οδική συμπεριφορά, η φυσική κατάσταση / πιέσεις των ελαστικών και οι συνθήκες που επικρατούν παίζουν πολύ σημαντικό ρόλο στην Ασφαλή Οδήγηση.*
5. Να παίρνετε το αυτοκίνητο σας για **τεχνικό έλεγχο** και **συντήρηση** όπως προβλέπει ο κατασκευαστής.
6. Να έχετε πάντα μέσα στο αυτοκίνητο σας: το εγχειρίδιο του αυτοκινήτου σας, φωσφόρο γιλέκο και σήματα (τρίγωνα), κατάλογο με τηλέφωνα έκτακτης ανάγκης, σημειωματάριο και πένα, φανάρι με φορτισμένες μπαταρίες, άδεια κυκλοφορίας και ασφάλεια οχήματος, αντίγραφο πιστοποιητικού υγείας ή ασφάλειας ζωής, τσαντάκι πρώτων βοηθειών, εργαλειοθήκη, εφεδρικό ελαστικό σε καλή κατάσταση, καλώδια επανεκκίνησης με δευτερεύων μπαταρία, δυνατό σχοινί και μαχαίρι πολλαπλών χρήσεων.
7. Να οδηγείτε πάντα **αμυντικά** και με **ψυχραιμία**. Να δείχνετε έγκαιρα τις προθέσεις σας πριν αλλάξετε πορεία / κατεύθυνση κλπ. Να κρατάτε πάντα **απόσταση** από το προπορευόμενο όχημα. Να **σέβεστε** τους άλλους οδηγούς. Να τηρείτε πάντα τον **Κώδικα Οδικής Κυκλοφορίας** και τις υποδείξεις των **Τροχονόμων**.
8. **ΠΟΤΕ ΜΗΝ ΟΔΗΓΗΤΕ ΕΓΩΙΣΤΙΚΑ / ΕΠΙΘΕΤΙΚΑ ΑΛΛΑ ΣΥΝΕΤΑ / ΑΜΥΝΤΙΚΑ.**

Τηλέφωνα Έκτακτης Ανάγκης

ΠΟΛΗ	ΑΣΤΥΝΟΜΙΑ	ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑ
Λευκωσία	22802020	22603000
Λεμεσός	25805050	25801100
Λάρνακα	24804040	24800500
Πάφος	26806060	26803100
Αμμόχωστος	23803030	23200000