

SEGURTASUNA JOAN-ETORRIETAN (in itinere, in mision)

Laneko trafiko istripuak (ALT) segurtasun arazo bat dira herrialde guztietan, eta enpresa zein langile guztiei dagozkie; Beraz, enpresa guztiek aplikatu behar dituzte istripu horiek prebenitzeko teknikak, tamaina orotakoak edo jardura sektore guztietakoak. ALT direlakoen barruan, **ALT in itinere** (etxetik lanera eta alderantziz) eta **ALT in mision** (lan arrazoiengatik) direlakoak ditugu.

SEGURTASUN GOMENDIOAK GIDARIARENTZAT

Istripu horietatik asko gidariaren ZUHURTZIAGABETASUNaren ondorioz dira

- Erabili beti **segurtasun uhala**.
- Motoan bazoaz, **nahitaez jantzi behar da babes-kaskoa**.
- Saiatu beti gidatzea **bi eskuak bolantean dituzula**: Ez erre, ez edan, ezta GPS edo mugikorra erabili gidatzen zoazenean.
- **Saihestu deskuiduak: kontzentratuta gidatu.**
 - Ez itzazu erabili gailu mugikorrak (mugikorra, tableta,...) gidatzen zoazen bitartean.
 - Nahiz eta debekatuta ez egon, **esku libreen gailuak gidatzen duzun bitartean ez erabiltzea gomendatzen da** (gelditu autoa eta erantzun deia ahal duzunean)
- **Bete itzazu beti abiadura mugak.**
- Gaez, mantsoago joan, ikus daitekeen espazioan eta segurtasun distantziaren barruan balaztatzea ahalbidetuko dizun abiaduran.

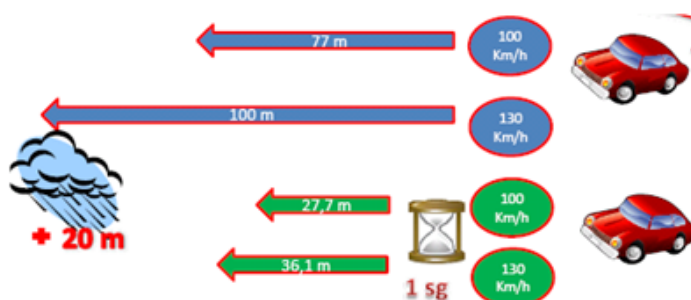
Ez bizkorregi joan. Garrantzitsuena IRISTEA DA



DISTANCIA DE SEGURIDAD

La distancia necesaria para que el conductor detenga el vehículo

+
 Distancia de reacción = La que recorre hasta que comienza a reaccionar
 Distancia de frenado = La que tarda en frenar



- Gorde beti segurtasun distantzia.
- Saia zaitetz denbora nahikoaz irteten jomugara garaiz iristeko.
- Erabili oinetako egokiak; ez erabili takoi alturik edo irristatzen diren zolarik, arriskutsuak dira haiekin pedalak ongi ez dituzulako kontrolatzen.
- Trafiko seinaleak bete (abiadura-mugak, nork duen lehentasuna...).
- Inoiz ez igaro semaforoa gorri dagoenean.

SEGURTASUNA JOAN-ETORRIETAN (in itinere, in mision)

Inoiz ez zaude bakarrik bidaietan. TOLERA ITZAZU BESTEEN AKATSAK

- Aldez aurretik adierazi norabidea aldatzera zoazela keinukariekin.
- Errespetatu itzazu **zebra-bideak**; guztiok gara oinezkoak unerren batean.
- Motoan bazoaz, zirkulatu lerro zuzenean, ez zaitez sartu autoen artean.
- Kontuz hartzen dituzun sendagaiekin eta haien efektu sekundarioekin; gidatzeko orduan eraginak izan ditzakete eta.



- Jarraitu igarotzeko lehentasunak biribilguneetan eta bidegurutzeetan.
- **SAIHESTU ISTRIPUAK**, lehentasuna baduzu ere.
- Aurreratzean, **ZIURTATU BALDINTZA SEGURUETAN EGITEN DUZULA**, nahiz eta bidearen seinaleek baimentzen dizuten.
- **Aurreratu nahi duenari, aurreratzea erraztu.**
- Kontuz ibili gidatzen duzun bitartean: **EZUSTEKOAK GERTA DAITEZKE** (animaliak aske, haurrak, ur-putzuak, izotz-plakak, matxurak, zulaketak, pneumatikoen leherdurak, oztopoak...).



IBILGAILUAREN EGOERA

Denborak eta erabilerak ibilgailuak higitzea dakar eta, ondorioz, matxurak eta/edo istripu arriskua dakar horrek.

IBILGAILUA BETI IZAN BALDINTZA OPTIMOETAN
fabrikatzaileak adierazitako egoeraren edo jarraibideei jarraituz.



- Aldizka aztertu pneumatikoen eta balazten egoera.
- Horrez gain, egin beharrezkoak diren azterketa guztiak (ITV, fabrikatzailearena...), aldizka zuk ere ibilgailua aztertzea gomendatzen dizugu, autoa beti egoki izate aldera.

EZ ITZAZU EGIN MANTENTZE-LANAK nola egin bikain ez badakizu

SEGURTASUNA JOAN-ETORRIETAN (in itinere, in mision)

ERREPIDEAREN ETA INGURUNEAREN BALDINTZAK

Istripuak eragin ditzaketen beste arrazoi batzuk bidearen diseinu okerra, seinale okerrak, bideak gaizki argiztatuta egotea, gainazala egoera okerrean egotea, gaizki bukatuak edo lauegiak, egurats baldintza okerrak (euria, lainoa, haizea, elurra, txingorra, etab.) dira, besteak beste.

- **Motelago joan eguratsaren eta trafikoko baldintzen arabera.**
- **Areagotu segurtasun distantzia** aurretik doan ibilgailuarekiko, erreakzionatzeko eta balaztatzeko denbora gehiago izan dezazun eta euriaren ostean eratzen den lokatzak ezusteko irristatzea eragitea saihesteko.
- **Pixkanaka balaztatu**, autoa blokeatzea saihesteko.
- **Kontu handiz ibili kurbak, arrapalak eta maldak hartzean.**
- **Argi laburrak piztu** hobeto ikusteko.
- **Elur edo izotz** ugari badago: jarri **kateak** gurpil eragileetan.
- **Haize bolada bortitzak badaude, eutsi gogor bolanteari eta motelago joan.**

AURRETIK PENTSATU gerta daitekeena eta egon prest larrialdiren bat gertatuko balitz, hari

SEGURTASUN GOMENDIOAK OINEZKOENTZAT

Oinezko gisa, trafikoko segurtasun arauak ezagutu eta bete behar dituzu.

- **Bidea gurutzatzean:**
 - Gurutzatu ibilgailurik ez datorrela ziur dakizunean. Ez aurreratu!
 - Egin kasu semaforoei.
 - Erabili seinaleztatutako pasabideak (zebra-bideak).
 - Zuzen gurutzatu, bidean ahalik eta denbora gutxien emateko.
 - Deskuidurik ez bidea igarotzean.
 - Baina ez egin korrika gainerako oinezkoekin estropezurik ez izateko.
 - Zirkulazioa trafikoko agenteek egiten badute, jarraitu haien jarraibideei.
 - Ez ezazu gurutzatu bidea ibilgailua geldirik badago, handia bada gehienbat (autobusa), atzetik beste bat etor daitekeelako eta agian ikusiko ez duzulako.
- **Kaletik ibiltzean:**
 - Espaloietatik ibili, eta egongo ez balira, galtzadaren ertzetik ahalik eta gertuen ibili.
 - Ez igaro leku arriskutsuen azpitik (eskuzko eskailerak, aldamiok...)
 - Kontuz ibili ibilgailuak garajeetan sartzen eta irteten diren lekuetan.
 - Zorua bustita badago, edo lokatza edo izotza badu, kontu handiz ibili. Ez egin korrika.
 - Saiatu irristatzen ez duten oinetakoak janztea.
- **Errepidetik bazoaz:**
 - Hiriko bideetatik edo udalerrien arteko bideetatik oinez ibili behar baduzu, joan beti ezkerretik, ibilgailuak aurretik ikus ditzazun, banan-banan, eta galtzadaren ertzetik ahalik eta hurbilen. Ez zaitetz gelditu, beharrezkoa ez bada.
 - Egin kasu gertu daudela abisatzeko ibilgailuek egiten dituzten seinaleei (argiak edo alarmak).



SEGURTASUNA JOAN-ETORRIETAN (in itinere, in mision)

TXIRRINDULARIENTZAKO GOMENDIOAK

Lau egunean behin hiltzen da txirrindulari bat, gutxi gorabehera, eta bi datu oso kezkarri azaleratzen ditu horrek:

- ✓ Txirrindularia ez da jabetu bizikleta behar bezala erabiltzen jakitearen garrantziaz eta bide publikoak erabiltzen dituen arreta handiagoz erabili beharraz.
- ✓ Gidariak txirrindulariekiko duten arreta eta babes eskasa.

• Zirkulatzean

- Trafiko gutxi eta bazterra dituzten bideak erabili, eta eskuinaldetik ahalik eta gertuen joan.
- Ez joan aurkako noranzkoan, ezta taldean edo paraleloan ere, ikusgaitasun handia ez badago edo horrek auto-ilara sortu dezakeenean.
- Ibilgailu bat hurbiltzen denean, aurreratzea errazteko, joan eskuinerantz.



- Beste ibilgailu bat aurreratu aurretik edo haren ondotik igaro behar duzunean, egiaztatu inor ez datorrela eta seinaleztatu maniobra.
- Jarraitu beste ibilgailuen lehentasunari eta ez larri ibili semaforoak edo bidegurutzeetan azken orduan igarotzeko, edo bideetan edo errotondetan sartzeko.
- Bidegurutzeetan, elkarguneetan eta errotondetan, jaitsi abiadura eta ziurtatu gainerako ibilgailuek lehentasun horri jarraitzen diotela.
- Auto-ilaretan edo trafikoa mantso doanean, ez pasatu sigi-sagan gainerako ibilgailuen artean.
- Adierazi beti norabidea aldatzera zoazela.
- Jantzi beti homologatutako kaskoa.
- Erabili jantzi islatzaileak, gaez gehienbat, edo gutxi ikusten denean.
- Praka luzea erabiltzen baduzu, erabili gailuren bat katearekin tratatzea eragozteko.

ISTRIPUAK GARRAIO PUBLIKOAN

Garraio publikoan askoz ere istripu gutxiago gertatzen dira ibilgailu pribatuetan baino; halere, komeni da hurrengo gomendioak kontuan izatea.

- Inoiz ez igo ibilgailura martxan dagoenean.
- Ez saiatu igozten beteegia badago. Ateak ixtean, istripu desatsegina izan dezakezu.
- Metroan bazoaz, ez hurbildu ertzera.
- Ixteko seinaleak jotzen duenean, ez saiatu sartzen. Ateen artean gera zaitezke harrapatuta.

