

# ZSARU

## MELLÉKLET

KIADVÁNYUNK A



KÖZÜTI  
KÖZLEKEDÉSBIZTONSÁGI  
**AKCIÓPROGRAM**  
TÁMOGATÁSÁVAL KÉSZÜLT

LÁTSZANI



ÜNNEPEK



KICSIKNEK



TISZTA FEJ



# GYALOG IS BIZTONSÁGBAN





# LÁTHATÓAN!

A közlekedés leginkább veszélyeztetett résztvevői a gyalogosok. Mozgásuk télen a rossz látási viszonyok és a hosszabb sötét időszakok miatt nagyobb baleseti kockázatot hordoz magában.

Az éjszakai közlekedési balesetek tekintetében jellemző, hogy a gyalogos láthatósági mellény nélkül, illetve sötét árnyalatú ruhában közlekedik, ezáltal az autós, motoros vagy éppen biciklis nehezebben, későn észleli. Ugyan a kijelölt gyalogos-átkelőhelyek nagy része közvilágítással ellátott, ilyen ruhában az emberek beleolvadnak a környezetbe. A közlekedési balesetek megelőzése érdekében érdemes néhány szempontot figyelembe venniük a gyalogosoknak is.

- Gyalogosoknak lakott területen kívül, sötétben vagy rossz látási viszonyok között kötelező láthatósági mellényt viselni!
- Bár lakott területen belül nem kötelező, de a közutak mentén



gyaloglók számára, saját biztonságuk érdekében az esti órákban vagy korlátozott látási viszonyok között ajánlott a fényvisszaverő mellény használata.

- A láthatóság érdekében ajánlott különféle fényvisszaverő eszközöket, kiegészítőket is viselni a ruhán, hátizsákon, táskán. Ennek főként a gyalogos-átkelőhelyen és az útpadkán haladóknál lehet nagy jelentősége, mivel így messzebből láthatóvá válik a gyalogos.
- Éjszaka úttesten vagy amellet haladva a sötét ruhák helyett tanácsos feltűnő színűeket viselni.



## ÉSZREVEHETŐ ÉSZT GYALOGOSOK

Lajtai Kati énekes, Budapest Voices

Télen hamarabb sötétedik. Autósként kihívás akár egy nagyváros nyüzsgő, fényszennyezett forgatagában hajtani, akár egy kisebb, nyugodtabb városban észrevenni a sötétben mozgó gyalogosokat. Számomra érdekes tapasztalat volt, mikor egyik télen Észtországból jártam a rokonaimnál, ott nagyon nagy divatja van a minden korosztály számára gyártott fényvisszaverő kiegészítőknek. Sőt, nemcsak divat, hanem kötelező viselet is mindenki számára egy-egy ilyen kis fényvisszaverő fityegő. Szerintem ezt a példát hasznos lenne követnünk!







## KÖRÜLTEKINTŐEN

Télen megnő a féktávolság, ezzel a gyalogosoknak is számolniuk kell! Téli gumival felszerelt autó esetében is a duplájára nőhet a fékút, ha valaki nem cserélte le a nyári abroncsát, még rosszabb a helyzet.

A zebra nem védett övezet! Igaz, hogy ott elsőbbsége van a gyalogosnak, ám ezzel élnie kell, s nem visszaélnie! Mit sem ér az elsőbbség, ha valaki hirtelen lép le a járdáról, és az arra közlekedő autó vezetője hiába fékez, már nincs ideje, hogy biztonságosan megadja az elsőbbséget!

– A gyalogos is része a közlekedésnek, neki is számolnia kell azzal, hogy fagy-pont körül megváltoznak az útviszonyok, nő a féktávolság – mondta **Gere Tamás** vezetésbiztonsági szakértő, szakoktató.

– A téli látási és útviszonyokkal arányosan egy átlagos autóvezető reakcióideje is megnőhet, gyakran egy másodperccel is. Ennyi idő alatt több métert is megtesz a kocsi. Buszok, nagyobb járművek esetében ez még nagyobb távolság lehet, ezért télen még veszélyesebb egy járdaszigetről, buszmegállóból mozgó jármű elé lépni.

A szakértő szerint a legjobb, ha azt feltételezik, hogy nem látja őket az autós, és ennek megfelelően kelnek át az úttesten.





# HANG NÉLKÜL VÉDTE



A hallás az egyik legfontosabb érzékünk, sok esetben előbb érkezik az agyunkba hanginformáció, mint látnánk a közeledő autót, motort. Ha hangos zenével vagy telefonbeszélgetéssel nyomjuk el a hallásunkat, komoly, akár halálos veszélynek tesszük ki magunkat.

Egyre több elektromos vagy hibridautó cirkál az utakon, ami fokozott figyelmet kíván a gyalogosoktól. Ezek ugyanis a benzín- és dízelüzemű járművekhez képest szinte teljesen hangtalanok, főleg kis sebességnél, amikor a sűrűdés és a szél sem kelt zajt.

A veszély valós: az Egyesült Államokban évente 2400 balesetet okoznak a csendes autók. Az ottani közlekedési hatóság, az NHTSA felmérése szerint 66 százalékkal nagyobb egy kerékpárossal és 37 százalékkal egy gyalogossal való ütközés esélye 60 km/h-s sebesség alatt, mint a hagyomá-

nyos hajtású kocsikkal. Emiatt a hatóság már intézkedett: 2019-től kötelező mesterséges hangot kiadnia ezeknek az autóknak. A generált zajnak 48 és 58 decibel közötti hangerővel kell szólnia, hogy a járókelők 15 méteren belül meghallják.

Ez irányban végzett kutatások szerint a hagyományos belső égésű motorok hangja a leghatékonyabb figyelmeztetés, ehhez a hanghoz mindenki az érkező autót tár-sítja, és alacsonyabb hangerőn is megfelelően érzékelik a gyalogosok. Ugyancsak fontos, hogy a hangból következtetni le-

hessen arra, hogy éppen gyorsul vagy lassul a jármű.

Hasonló biztonsági újítás a kettős kürt is, vagyis az autóban van egy csendesebb dudu is, amivel a gyalogosokat lehet figyelmeztetni anélkül, hogy megsüketülne vagy megijedne. Ezzel a többi közlekedő autós figyelmét sem vonjuk el feleslegesen, mint a normál kürt használatával.

Egy dél-koreai elemzés szerint a mellékutakon lassan közlekedő hibridautók baleseti aránya 5,5 százalék, míg a hagyományos hajtású kocsiké 3,5 százalék. A felmérés





## HALLANI KELL!

Sajnos az utóbbi időben egyre gyakoribb, hogy főként a fiatalok figyelmét annyira elvonja a zene, hogy extrém hanghatásokra sem reagálnak, például egy mentő-, rendőr- vagy tűzoltóautó szirénájára. Novemberben halálos balesetet is okozott a hangos zene miatti figyelmetlenség, szirénázó mentőautó gázolt el egy fiatait, aki a fülhallgató miatt nem hallotta.

- A fül- vagy fejhallgatón keresztül nagy hangerevvel szóló zene amellett, hogy elvonja a figyelmet, elnyomja azokat a külső hangereket, amelyek észlelése a biztonságos közlekedés szempontjából nagyon fontos lenne!
- A dübörgő basszus még a közeledő vonat vagy szirénázó jármű hangját is tompítja, ami akár az életünkbe is kerülhet!
- Egyébként is nehéz megbecsülni a közeledő járművek sebességét, távolságát, ha azonban fülünket sapka takarja, vagy zenét hallgatunk, szinte lehetetlen.
- Franciaországban tilos a motorosoknak, Németországban és Japánban pedig rajtuk kívül a bicikliseknek is a fülhallgató használata.

szerint a gyerekek és az idősebbek jóval veszélyeztetettebbek: a tízéves vagy annál kisebb gyerekek baleseti aránya 10,1 százalékos, a hatvanéves vagy annál idősebb emberek pedig 20,2 százalékos.

A probléma egyébként nem teljesen új, a régi korok közlekedési eszközei közül a lovas szán volt hasonlóan halk, ezért volt szükség a száncsengőre, ami felhívta az emberek figyelmét a veszélyre.

A balesetek elkerülése érdekében ezért ne csak a fülünkre, hanem a szemünkre is hagyatkozzunk, mielőtt lelépünk a járdáról!





# TANÁCSOK GYEREK



## LASSAN JÁRJ!

**Balázs Péter** színművész,  
a Szolnoki Szigligeti Színház igazgatója:

Szolnok nem nagyváros, helyben mindig gyalog közlekedem, télen is kellemes sétákat lehet tenni a színház melletti kis utcákban vagy a Tisza melletti sétányon. Autóval én sem szívesen közlekedem csúszós úton, és gyalog is figyelek arra, hogy ilyenkor megnő a féktávolság, nem

lehet csak úgy átsuhanni egy autót, egy busz előtt. A téli közlekedés lassabb, ezt be kell kalkulálni, a színészeim is tudják, ilyenkor hamarabb indulnak el a próbákra, előadásokra. A „Lassan járd, tovább érsz!” közmondás télen bizonyítja igazán, mennyire örök érvényűek ezek a szavak!



# REKEKNEK



KÖZÖSI  
KÖZLEKEDÉSSZAKTONSÁGI  
AKCIÓPROGRAM

KICSIKNEK

A tél legalább annyi veszélyt hordoz a gyerekek számára, mint amennyi lehetőséget a felhőtlen kikapcsolódásra. A jó tanácsok megfogadása segít elkerülni a bajt, biztonságban megélni az ünnepeket.

A téli hangulatnak megvan a varázsa. Gyönyörű látványt nyújt a havas hegycsúcson megcsillanó napfény, hallatszik a szánkázó, korcsolyázó gyereksereg gurgulázó kacaja. A szabadságon lévő szülők minél több időt szeretnének csemetéjükkel tölteni. Ahhoz, hogy ne történjen baj, be kell tartani a szabályokat.



- Tervezd meg alaposan a programot, mikor, kivel és hová fogsz menni! A tervnek megfelelően készülj étellel és itallal, kültéri programhoz készíts meleg teát!
  - Rétegesen öltözz fel, ha szabad levegőn tartózkodsz, és vedd figyelembe a hőmérséklet változását! Ha beesteledik, gyorsan lehűl a levegő.
  - Sima talpú cipőben ne indulj el csúszós úton! Havas, latyakos időben vízhatlan cipőt viselj, mert már nagymamánk is meg-
- mondta, legkönnyebben lábról fázhatunk fel!
  - Téli sportolásnál használd a védőfelszereléseket! A fejedet mindig vedd sisakkal!
  - Sielésnél ne kísérletezz! Csak a tudásodnak megfelelő pályán csússz le!
  - Soha ne szánkózz ki a közútra, mert az autós nem számít az érzékesedre, és súlyos baleset történhet! Vedd figyelembe a lejtést, az utadat akadályozó fát, bokrot! Soha ne köss szánkót autó vagy motor után, nagyon veszélyes! Hirtelen fékezéskor tragédia történhet.
  - Lehetőleg műjégen korcsolyázz, tavon csak az arra kijelölt helyen, ahol azt tábla nem tiltja! A jég állapotát mindig ellenőrizd, mielőtt rámennél!
  - Kirándulni, túrázni ne indulj egyedül! Csapatban nagyobbak az élmények, és tudtok vigyázni egymásra. Baj esetén könnyebben kérhetek segítséget a felnőttektől.
  - Szüleidnek, vagy annak a felnőttnek, akinek a felügyeletére bízta, mindig áruld el, hol tartózkodsz!
  - A megbeszélte időben érj haza, vagy szólj a késésről!
  - Végezetül: fogadj szót szüleidnek, csak jót akarnak neked, mert szeretnek és féltenek!





# GYALOGOSTE

**1. A gyalogosközlekedés elsődleges helyszíne a járda. Gyalogos kizárólag akkor közlekedhet az úton, ha a járda:**

- a) nem egybefüggő burkolatú
- b) gyalogosközlekedésre alkalmatlan
- c) nincs kivilágítva

**2. Az úttesten közlekedve lakott területen belül lehetőleg, lakott területen kívül minden esetben használandó úttestrészt:**

- a) a menetirány szerinti jobb oldal
- b) a menetiránnyal szembeni bal oldal
- c) ez úti cél és ízlés kérdése

**3. A gyalogosnak tilos áthaladni:**

- a) főútvonalon
- b) vasúti átjáróban
- c) cső- vagy lánckorláton átbújva

**4. A gyalogosnak nincs elsőbbsége:**

- a) megkülönböztető jelzéseit használó járművel szemben
- b) kamionokkal szemben

c) azokkal a járművekkel szemben, amelyek arra az útra kanyarodnak, amelyen a gyalogos áthalad

**5. Gyalogosnak minősül:**

- a) akinek nincs a nevén személygépkocsi vagy motorkerékpár
- b) a segédmotoros kerékpárt toló személy
- c) akinek nincsen vezetői engedélye semmilyen jármű-kategóriára

**6. A gyalogos számára tilos:**

- a) környezetszennyező vagy veszélyes anyagot szállítani
- b) az úttesten áthaladni, ha a közelben alul- vagy felüljáró van
- c) 49 főnél nagyobb létszámú csoportban egymás mögött haladnia

**7. Téli időszakban, rossz látási viszonyok mellett a gyalogos:**

- a) nem viselhet sötétszürke vagy fekete kabátot
- b) az úttestre váratlanul nem léphet le
- c) nem fogyaszthat alkoholt

**8. A gyalogos az úttesten tartózkodjon:**

- a) minden olyan jellegű magatartástól, ami a járművezetőket megzavarhatja vagy megtevesztheti
- b) látását befolyásoló napszemüveg viselésétől
- c) 20x20x200 cm-nél nagyobb méretű tárgyak szállításától

**9. Tilos keresztülgyalogolni:**

- a) KRESZ-parkokon
- b) behavazott zöldterületeken
- c) autópályán, autóúton

**10. A gyalogos az úttestre lépés előtt köteles meggyőződni arról, hogy:**

- a) áthaladásával a járműforgalmat nem zavarja
- b) nincs 500 méteres távolságon belül megkülönböztető jelzéssel ellátott gépjármű
- c) lábbelijével nem károsítja vagy szennyezi az aszfaltburkolatot

**11. A gyalogos köteles:**

- a) a közlekedési rendőr utasításait betartani





# OTÓ

- b) napi menetteljesítményéről feljegyzést vezetni
- c) elindulás előtt meggyőződni arról, hogy gyaloglásra alkalmas fizikai és pszichés állapotban van

## 12. A gyalogosnak tilos áthaladnia:

- a) híd alatt
- b) híd úttestjén
- c) híd melletti úttesten kerekesszéssel közlekedve

## 13. A gyalogosnak elindulás előtt érdemes átgondolni:

- a) hogy ő a közlekedés egyik legsérülékenyebb résztvevője
- b) személygépkocsi-vezetői ismereteit
- c) állampolgári jogait

## 13+1. A gyalogos abban egyezik meg a többi közlekedővel, hogy:

- a) ő is ugyanazokat az útfelületeket használja
- b) ő is kiabálhat veszélyes helyzetekben
- c) őt is hazavárják



HEYES VÁLASZOK:  
1a, 2b, 3c, 4a, 5b, 6b, 7b, 8a, 9c, 10a, 11a, 12b, 13a, 13+1c

## ÉRTÉKELÉS:

### 13–14 helyes válasz:

Profi gyalogos. Segítse közlekedőtársait, gyámolítsa a tétovázó buszsofőröket, és mindenképp adja át tapasztalatait társainak!

### 10–12 helyes válasz:

Műkedvelő versenyző. Sok mindent tud, még több lehetőséget kipróbál, a szabályokat rugalmas irányelveknek tekinti. Nincs baj, amíg nincs baj.

### 8–9 helyes válasz:

Álljon meg! Abból még nem volt prob-

léma. Érdemes átgondolni ismereteit a KRESZ-ről, lehetőleg jó előre, nem egy közepesen kedélyes gipszelőben.

### 6–7 helyes válasz:

Imád veszélyesen élni. A közlekedés neki éltető adrenalinlöket, az utca harci terület, a séta extrém túrelőtúra. Ne kövessük példáját, vonulási irányát, ha felbukkan, térjünk ki előle!

### 0–5 helyes válasz:

Útnak indulás előtt minden esetben értesítse kezelőorvosát, gyógyszerészét! Életbiztosítójának semmiképp se mutassa meg az eredményeit, mert megemelnék a díját!







# TÖMEGBEN NAGYOBB A VESZÉLY

Ünnepnapokon is szem előtt kell tartani a közlekedés biztonságát! A karácsonyi ajándékvásárlást, a szilveszteri partikészségek, ételek, italok beszerzésének örömteli mozzanatát egy pillanat alatt fájdalmas vagy tragikus kimenetelű baleset árnyékolhatja be.

**K**arácsony előtt megtelnek az üzletek. Autóval vagy gyalog érkezve a vásárlás helyszínére kölcsönösen figyeljünk egymásra!

Az üzletek, bevásárlóközpontok felé tartó vagy onnan kiáramló vásárlóereseg veszélyt rejthet magában.

A járdák, járdaszízek, gyalogos-átkelőhelyek általában nem az egyszerre

megjelenő tömeg áteresztéséhez lettek méretezve. Az úthoz veszélyesen közel megállva egy véletlen lökés, taszítás hatására könnyen a járművek kerekei alá kerülhetünk.

Fenyőfa, nagy méretű ajándéktárgy, ölbe púpozott kartonok szállítását is úgy érdemes megoldani, hogy azok ne takarják ki látómezőnket.

Bármennyire is csábító családi programnak tűnik, ne vigyünk magunkkal az útra könnyen kiszaladó gyerekhadat vagy éppen négy lábú házi kedvenceket!

Célszerű kényelmes, stabil tartást adó, barázdált talpú cipőben nekiindulni a bevásárlásnak.

Megfázni senki nem szeretne, de kalap, sál, sapka, kapucni viseléskor kalkulálnunk kell vele, hogy ezek a ruhadarabok lehatárolják a perifériás látásunkat.

A gondot, idegességet próbáljuk vásárlás előtt otthon hagyni! Kapkodva, feszülten, figyelmetlenül haladva veszélybe sodorhatjuk magunkat.



# SZERZŐDÉSE IS ÓVJA

**Görbicz Anita** válogatott kézilabdázó:

– Hiába szerelmese a téli sportoknak egy profi kézilabdás, a tél veszélyes üzem, a szerződésünk tiltja, hogy a csúszós, havas élvezetek balesetveszélyes helyzetekben szerzett sérüléssel kockáztassunk egy bajnoki szezont. Tudom, milyen nehéz télen autózni, főleg megállni, ezért gyalogosan is odafigyelek arra, ne okozzak vész-helyzetet egy úttesten történő átkeléskor. S ahogyan az autómra téli gumit tetetek, a téli cipőmre is odafigyelek, ilyenkor nem a divat a lényeg, hanem hogy a lábbeli is olyan legyen, ami jobban tapad a jeges-havas járdán, amivel biztonságosabb a téli gyaloglás.



# TŰZIJÁTÉKKAL ÓVATOSAN!

**A** hatóságok szilveszterkor – éjfél előtt és után 6-6 órányi időtartamban – teret engednek a tűzijátékok használatának. December 28-31-ig legálisan beszerezhetők a III. pirotechnikai osztályba tartozó tűzijátékok. Alkalmazásukkor figyeljünk oda az állatokra is.

Durrogatni állatok közepében embertelenség, nem tudnak védekezni a hirtelen, durva hanghatások el-

len. Az embernél kifinomultabb hallásuk miatt ez megviseli őket.

A zárt helyen tartott házi kedvencek is megsínylik a szilveszteri mulatságot, megsüketülhetnek, pszichés zavarokat, sokkot szenvedhetnek, még nagyobb veszélynek vannak kitéve a robbanásokat a szabadban megélő társaik.

A tűzijáték hangjára az egyébként szófogadó ku-

tyák is világgá futhatnak ijedtükben, városi környezetben könnyen járművek kereké alá kerülhetnek.

Nagyobb testű ebek gazdáikat is könnyen elránthatják, akár az úttestre vonszolhatják, gyermekek, idősek szilveszter környékén ne sétáltassanak kutyát!

Már karácsonytól érdemes pórázon sétáltatni a kutyákat.

Ha megriad az állat, a gazda lelki állapota általában jó hatással van rá, ezért mindenképp őrizzük meg nyugalmunkat!

Bár a lovak jobban tolerálják a dörrenéseket, karámok, istállók mellett elhaladva számolni lehet kitöréseikkel.

Érdeemes lehet a gazdának szilveszter előtt állatorvostól speciális nyugtatót kérni állatainknak.



# GYALOG IS J

Az ünnepek, a szabadság, a lazítás sokszor együtt jár az alkoholfogyasztással. Otthon, családi körben, barátok között mértékkel, kulturáltan fogyasztva nem bűn, ám minden alkoholtartalmú ital veszélyezteti a közlekedés biztonságát.



Nem csak a járművezetőknek, a forgalom minden résztvevőjének tudnia kell, hogy a megivott alkohol a szervezetből lassan választódik ki, ez 6–12 óráig tart. Erősebb ittasság esetén akár egy napig is elhúzódhat, míg az alkohol teljesen eltűnik a szervezetből. A késő esti órákban a túlzott ivás nagy veszélyt jelent, mert a többórás alvás után is a vérben maradhat nem megengedett alkoholkoncentráció. Az ittas gyalogos nem csak magát teszi ki életveszélynek, ő maga is veszélyhelyzetet okozhat, ha egy járművezetőt vészfékezésre, hirtelen kormánymozdulatra kényszerít a csúszós, jeges téli utakon.

A részeg gyalogos gyakran áldozata a saját vigyázatlanságának, a veszélyek nehezebb megértésének és a lelassult

reakcióinak. A legtöbb gyalogost a sűrűn lakott területeken éri baleset, nem a gyalogosátkelőn. A kisebb mennyiségű alkohol is veszélyezteti a közlekedés biztonságát, mert rontja a gyalog közlekedő képességeit is, még azon az útszakaszon is, amin naponta többször is végigmegy.

– 2015. január 13-án este az 52-es főúton Kecskemét közelében egy ittas gyalogos okozott halálos balesetet – emlékezett vissza *Hürkecz Zoltán* hadnagy, a Bács-Kiskun Megyei Rendőr-főkapitányság sajtóreferense. – Egy Kecskemét felől haladó teherautó vezetője elé egy buszmegállóból tántorgott ki és esett az úttestre az ittas gyalogos. A sofőr elrántotta a kormányt, járműve megcsúszott, frontálisan ütközött egy szabályosan haladó kocsival, amelynek vezetője, egy 24 éves szentesi férfi a helyszínen életét veszítette. A gyalogos, mintha mi sem történt volna, felállt, továbbment, 3 kilométerre a balesettől fogták el a rendőrök.

A bíróság egy évvel a tragédia után kétévnyi letöltendő szabadságvesztésre ítélte. Tárgyalásán a bíró hangsúlyozta: ha valaki részeg, akkor egyedül csak az a helyes, ha nem vesz részt a közlekedésben ebben az állapotban.

## ODAFIGYELNEK A BUSSZAL

Lukács László, a Tankcsapda énekese:

A nyári fesztiválszezont végigalszom a turnébuszban, a téli klubkoncerteknél szeretek segíteni a sofőrnek, utasként is figyelek a csúszós utakra, ködös, sötét tájra. A buszunk lassabban áll meg, mint egy átlagos személyautó, ami a jeges-nedves úton még nagyobb odafigyelést igényel. A koncertek helyszínén sok a rajongó, akik autogramért olykor a busz mellett futnak, elé állnak, nagyon kell figyelni, hogy ebből ne legyen baleset legyen. Nekünk kell okosnak lennünk, a srácok ilyenkor nem azt nézik, mekkora a féktávolsága a hóban a zenekar kocsijának.



## MÁSNAPC





# JÓZANUL

## POSSÁG



**N**em csak közvetlenül a vezetés előtt megivott alkohol veszélyes. Nagy mennyiségű szeszes ital fogyasztása után sokszor a vérben nagyobb mennyiség, akár több mint 0,5 ezrelék maradhat még másnap is! Az ital fogyasztása utáni másnaposság ideje alatt minden közlekedési résztvevő fejfájást érez, lassabban reagál, ami könnyen balesethez vezethet.

## AZ IDŐ AZ ELLENSZER

**L**egendák szólnak arról, hogy a citromos kávé, korhelyleves, savanyúságok, egyes fejfájás-csillapító gyógyszerek felszívják az alkoholt, hamarabb kijózanodik az ember. Téves minden információ, az alkohol emberi szervezetből való kiürülésének egyetlen hatásos módja létezik: megvárni azt az időt, míg a vér kitisztul! A szesz hamis biztonságérzetet nyújt, a közlekedő alábecsüli a veszélyt, könnyebben megszegi a tilalmat.

Aki csak egy pohár szeszes italt ivott, a legjobb, ha legalább két órát vár, vagy aludjon egy kicsit, és utána vegyen részt a közúti forgalomban!



# KORCSOLYÁZÁS S

A korcsolyázást sok felnőtt és gyermek kedveli, ha nincs a közelben műjég, repesve várják a mínuszok jöttét, és ellepik a tavakat.

Ahhoz, hogy a szórakozás ne szedjen áldozatot, fogadjuk meg az alábbi tanácsokat:

- Csak olyan helyen korcsolyázzunk, ahol táblával nem tiltják!
- Szabad vizek jegére csak akkor lépünk, ha az kellően, legalább 12 cm mélyen befagyott, nem olvad és nem mozog!
- Éjszaka és korlátozott látási viszonyok között (ködben) ne korcsolyázzunk a befagyott tó jegén, mert nehezen vesszük észre az olvadást vagy a lékeket!
- A jégbe vágott léktől tartunk kellő távolságot, mert ott nagyobb a beszakadás veszélye!
- A kikötők és veszteglőhelyek területén mindig vékonyabb a jégfelület, ott tilos csúszkálni!
- A legnagyobb hidegben se korcsolyázzunk folyóvizeken, mert a szilárd réteg alatt mozgásban van a víz, így könnyebben megreped!
- Indulás előtt tájékozódjunk az elmúlt napok időjárási viszonyairól! Már kisebb felmelegedés esetén is megolvadhat a korábban még szilárd jégréteg.
- A friss hóval fedett jég különösen veszélyes a korcsolyázók számára. A hóréteg elfedi az esetleges olvadást, így nehezen vehető észre a rianás.
- Soha ne menjünk egyedül, a gyermekeket mindig felnőttkísérettel engedjük el!
- Ha megtörtént a baj, beszakadt a jég, igyekezzünk fejünket a víz felett tartani! A segítő ne menjen a lék közvetlen közelébe, hanem egy hosszú tárggyal (bot, derékszíj) próbálja kihúzni a vízből a bajbajutottat!
- Mentjük el telefonunkba a segélyhívó számokat, ha tudunk, kérjünk segítséget!
- A mentés után azonnal száraz ruhára kell cserélni a nedveset, majd hívjunk orvost a helyszínre!





# SZABADBAN

KÖZÜTI  
KÖZLEKEDÉSBIZTONSÁGI  
AKCIÓPROGRAM

CSÚSZÁS



## MILYEN LÁBBELT VÁLASSZUNK?

Jég, ónos eső és a letaposott hó, nemcsak az autósokra, de a gyalog közlekedőkre is komoly veszélyt jelent. A jól megválasztott lábbelivel vagy az arra felcsatolt hólánccal megelőzhetjük az elcsúszást.

Télidőben sokasodik az orvosok dolga. Csúszós járdákról, utakról gyakran jelentkeznek csonttöréssel a páciensek, azonban néhány szempontot figyelembe véve elkerülhető a baleset.

- Tűsarkú, elegáns, sima talpú cipőket hagyjuk otthon, vagy vigyük magunkkal a programra, és közlekedéskor hordjuk a kevésbé esztétikus, rücskös talpú lábbelit! Célnkhöz érve át tudjuk cserélni az elegáns cipőre.
- Praktikus viselet lehet a hagyományos hótaposó, mélyen bordázott talpú bakancs, ami jobb tapadást biztosít a jéges, havas úton.
- Száraz hidegben jó megoldás a cipőre húzott zokni, rég bevált, takarékos módszer, amit anno nagyszüleinktől tanultunk.
- A modern világ mindenre talál megoldást. A cipőtalpra csatolható hólánccsöveg vagy rücskös kialakításban néhány ezer forintért kapható cipőüzletekben, internetes áruházakban.



**ZSARU**  
MELLÉKLET

KÉSZÜLT A ZSARU MAGAZIN, AZ ORSZÁGOS RENDŐR-FŐKAPITÁNYSÁG KÉPES HETILAPJA MELLÉKLETEKÉNT A KÖZÜTI KÖZLEKEDÉSBIZTONSÁGI AKCIÓPROGRAM TÁMOGATÁSÁVAL. **Kiadja:** az Országos Rendőr-főkapitányság (1139 Budapest, Teve u. 4–6.) megbízásából a Heti Revü Kft. **Felelős kiadó:** az országos rendőrfőkapitány. **Szerkeszti:** a szerkesztőbizottság. A szerkesztőség levélcíme: 1392 Budapest, Postafiók 274. E-mail: titkarsag@zsaru.hu. A kiadó levélcíme: Heti Revü Kft., 1535 Budapest, Pf. 797. Nyomda: Ipress Center Central Europe Zrt. Felelős vezető: Borbás Gábor. HU ISSN 1215-802X.



# ÉLET ÚTON



**Évente több mint 100 rendezvényen való megjelenés, több ezer elért gyermek, többszáz oktatási intézmény és pedagógus!**

Tegyük együtt a biztonságos közlekedésre felkészítésért, csatlakozzon az Ön szervezete is a Programhoz!

[www.eletuton.hu](http://www.eletuton.hu)



BIZTONSÁGGAL AZ UTAKON

