Правила безопасности для велосипедистов!

1️⃣ Надевать шлем, который соответствует стандартам безопасности. При частом использовании велосипеда также надевать очки и специальную форму.

2️⃣ При движении не спускать руки с руля и быть готовым к экстренному торможению.

3️⃣ Следовать ПДД: знать знаки, светофоры, дорожную разметку, разрешённые для езды направления.

Контролировать скорость вождения.

4️⃣ Грамотно подавать сигналы рукой: вытянутая влево рука — поворот налево, согнутая в лотке левая — поворот направо, опущенная левая — остановка.

5️⃣ Следить за состоянием дороги, потому что даже небольшие обочины, решётки могут стать причиной травм.

6️⃣ Если двигаться в условиях ограниченной видимости, светоотражающие элементы велосипеда должны быть чистыми и грамотно установленными.

7️⃣ Не вешать на руль предметы, которые могут попасть в спицы и затруднить движение.

8️⃣ Не садиться за руль велосипеда после приёма лекарств, нарушающих координацию движений.

9️⃣ Не пользоваться телефоном во время езды.

1️⃣0️⃣ Во время дождя снижать скорость.

📌Правила безопасности для водителей средств индивидуальной мобильности (СИМ):

1️⃣ Использовать защитную экипировку: велошлем, наколенники, налокотники.

2️⃣ Выбирать для катания ровную поверхность.

3️⃣ Быть внимательным и осторожным, чтобы не наехать на других людей и не нанести им травмы.

4️⃣ Соблюдать безопасную дистанцию до любых объектов или предметов во избежание столкновений и несчастных случаев.

5️⃣ Сохранять безопасную скорость, останавливаться плавно и аккуратно.

6️⃣ Не пользоваться во время движения мобильным телефоном, наушниками и другими гаджетами.

7️⃣ Отказаться от управления при недостаточной освещённости, в узких пространствах, при больших скоплениях людей, а также в местах, где много помех и препятствий.

8️⃣ Вовремя заряжать аккумулятор устройства, чтобы внешние световые приборы работали устойчиво.

9️⃣ Носить светоотражающие элементы на одежде, чтобы быть заметным.

✔️Также при движении в тёмное время суток и в условиях недостаточной видимости на СИМ должны быть включены фары или фонари.

