



### **Πρόληψη Τροχαίων τις μέρες του Πάσχα**

Οι γιορτινές μέρες του Πάσχα, δυστυχώς, συνοδεύονται από μεγάλο αριθμό τροχαίων, που οφείλονται κυρίως στην αυξημένη έξοδο από τα μεγάλα αστικά κέντρα προς την περιφέρεια. Αρκεί να αναφέρουμε ότι την περίοδο του Πάσχα περίπου 30.000 άτομα τραυματίζονται σε τροχαία. Είναι ζήτημα όλων να προσέχουμε για να επιστρέψουμε σώοι και αβλαβείς στον τόπο από τον οποίο ξεκινήσαμε.

#### **ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ ΟΤΙ:**

- Τα τροχαία που συμβαίνουν κατά την περίοδο του **Πάσχα** αποτελούν το **5%** του συνόλου των τροχαίων που καταγράφονται ετησίως στην Ελλάδα;
- Το **60%** των θυμάτων είναι **οδηγοί**, το **22%** **επιβάτες** και το **18%** **πεζοί**. Μελέτες έχουν δείξει ότι **500 θάνατοι** ετησίως (περίπου το 20%) θα μπορούσαν να αποφευχθούν, εάν όλοι οι χρήστες τροχοφόρων χρησιμοποιούσαν κράνος ή ζώνη ασφαλείας.
- Το **33%** των **θανατηφόρων** τροχαίων οφείλεται στην υπερβολική και ακατάλληλη **ταχύτητα**.

#### **ΠΡΟΛΗΨΗ ΤΡΟΧΑΙΩΝ ΣΥΜΒΑΝΤΩΝ:**

- Όσο **μεγαλύτερη** είναι η **ταχύτητα**, **πολλαπλάσιος** είναι ο κίνδυνος εμπλοκής σε **τροχαίο**. Μείωση της ταχύτητας κατά 1% οδηγεί σε 2% μείωση των ελαφρών τραυματισμών, 3% μείωση των σοβαρών τραυματισμών και 4% μείωση των θανατηφόρων.
- Η **απόσπαση της προσοχής** αποτελεί σοβαρό κίνδυνο πρόκλησης τροχαίου (χρήση κινητού τηλεφώνου, κούραση του οδηγού, δυνατή μουσική, έντονες συζητήσεις κ.ά.).
- Τα παιδιά πρέπει να κάθονται σε **ειδικό παιδικό κάθισμα** στις πίσω θέσεις, μέχρι την ηλικία των **12 ετών** (έως βάρος 36 κιλά ή/και ύψος 1,35 μέτρα).
- Σεβόμαστε την **προτεραιότητα**, διατηρούμε τις **αποστάσεις ασφαλείας**, οδηγούμε **αμυντικά** και συμπεριφερόμαστε με **ευγένεια**.

**Θυμηθείτε πως τις ημέρες του Πάσχα, το ανεπαρκές επαρχιακό οδικό δίκτυο – το πλέον επικίνδυνο αφού 65% των τροχαίων συμβαίνουν σε αυτό Πανευρωπαϊκά – φορτώνεται με εξαιρετικά μεγάλο αριθμό οχημάτων.**

- Αλκοόλ και οδήγηση δεν πάνε μαζί. Εάν πρόκειται να πιούμε, επιλέγουμε τον **Οδηγό της Παρέας** που δεν πίνει, για να οδηγήσει τους φίλους του με ασφάλεια στο σπίτι. Εναλλακτικά, χρησιμοποιούμε ταξί ή Μέσα Μαζικής Μεταφοράς.
- Ακόμη και μικρή ποσότητα αλκοόλ **μειώνει την ικανότητα του οδηγού να αντιδράσει σωστά** σε πιθανό εμπόδιο ή κίνδυνο.
- Πριν από το ταξίδι φροντίζουμε να έχουμε **κοιμηθεί καλά**, ενώ κατά τη διάρκειά του κάνουμε -κάθε δύο ώρες- στάσεις για ξεμουδιασμα και ξεκούραση στους Σταθμούς Εξυπηρέτησης Αυτοκινητιστών (ΣΕΑ) ή σε ειδικούς χώρους στάθμευσης. Δεν ξεχνάμε να καταναλώνουμε **πολλά υγρά** κατά τη διάρκεια του ταξιδιού.
- Η **λήψη φαρμάκων** πρέπει να αποφεύγεται γενικότερα πριν την οδήγηση. Αν υπάρχει απαγόρευση οδήγησης και στις σχετικές οδηγίες, δεν πρέπει σε καμία περίπτωση να την παραβούμε.
- Μόνο η τήρηση των αναγκαιών **αποστάσεων ασφαλείας** είναι σε θέση να μας εξασφαλίσει τον απαραίτητο χρόνο αντίδρασης για την αποφυγή ενός ατυχήματος.

## ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΕΝΑ ΑΣΦΑΛΕΣ ΤΑΞΙΔΙ

- **Πριν από κάθε ταξίδι, ελέγχουμε το όχημα** με το οποίο θα κινηθούμε ώστε να πληροί τις προδιαγραφές ασφαλείας (πίεση των ελαστικών σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή, έλεγχος λαδιών και υγρών του αυτοκινήτου –φρένων και συμπλέκτη, μπαταρίας, λιπαντικό κινητήρα, ψυγείου, κ.ά, έλεγχος υαλοκαθαριστήρων για τυχόν φθορά στο λάστιχο, καθαροί καθρέπτες, φωτιστικά σώματα και γυάλινες επιφάνειες για τη μέγιστη δυνατή ορατότητα).
- Εκτός του **απαραίτητου εξοπλισμού** (πυροσβεστήρας, προειδοποιητικό τρίγωνο, πρώτες βοήθειες και φακός) θα πρέπει να έχουμε μαζί μας ανακλαστικό γιλέκο και κουβέρτα για περίπτωση ανάγκης, όπως και να ενημερωνόμαστε για τον καιρό πριν από την αναχώρηση.
- **Τοποθετούμε σωστά τις βαλίτσες** στο χώρο αποσκευών (πορτμπαγκάζ). Κάτω βάζουμε τις πιο βαριές βαλίτσες και τα μεγάλα αντικείμενα, με τρόπο που να εφάπτονται στην πλάτη των πίσω καθισμάτων. Τέλος, δένουμε όλες τις αποσκευές με δίχτυ πρόσδεσης ή κατά προτίμηση ιμάντα, ώστε να είναι σταθερές και να μη μετακινούνται μες στο πορτμπαγκάζ με κίνδυνο να τραυματίσουν τους πίσω επιβάτες σε περίπτωση σύγκρουσης, αλλά και για να μην αλλοιώνουν το κέντρο βάρους του αυτοκινήτου.
- **Δεν υπερφορτώνουμε το όχημά μας** διότι αλλάζει το κέντρο βάρους του, δυσκολεύεται η κίνησή του και η διαδικασία φρεναρίσματος, ενώ αυξάνεται και η κατανάλωση καυσίμου.
- **Προσέχουμε να μην υπάρχουν ελεύθερα αντικείμενα μες στην καμπίνα** του αυτοκινήτου. Κινητά τηλέφωνα, μπουκάλια νερού, περιοδικά κ.ά. τοποθετούνται στα κατάλληλα ντουλαπάκια, διότι σε περίπτωση ανατροπής ή εκτροπής του οχήματος υπάρχει πιθανότητα να προκαλέσουν τον τραυματισμό των επιβατών. Επίσης, δεν τοποθετούμε ποτέ αντικείμενα πάνω στην εταζέρα, διότι μειώνουν την ορατότητα από το πίσω τζάμι, ενώ σε περίπτωση σύγκρουσης ή απότομης επιβράδυνσης μπορεί να τραυματίσουν τους επιβάτες.

**ΚΑΛΟ ΠΑΣΧΑ ΜΕ ΑΣΦΑΛΕΙΣ ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ!**  
**Για περισσότερες πληροφορίες: [www.ioas.gr](http://www.ioas.gr)**