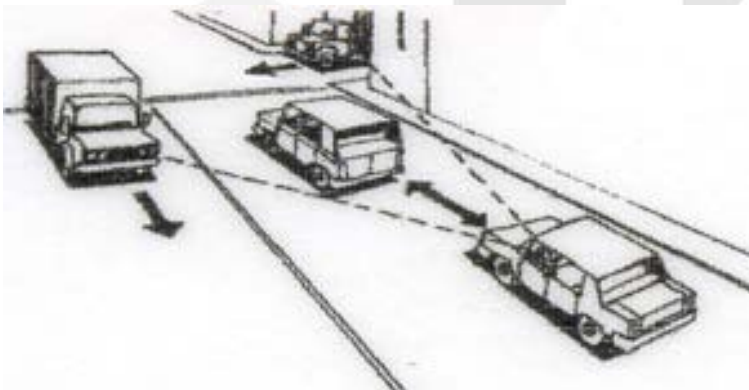




بستن یا نبستن

با توجه به اینکه علت بیش از ۷۰ درصد تصادفات به افراد مربوط می باشد، انجام آموزشهای تکمیلی و رانندگی به شیوه تدافعی نقش تعیین کننده ای در کاهش تلفات و حوادث رانندگی خواهد داشت.



برای کاهش احتمال وقوع تصادفات کفایت حواس پرتی و بی دقتی را به تمرکز تبدیل کنید و با تمرکز، عکس العمل و واکنش مناسب در وقوع حوادث داشته باشید.

لذا از مواد الکلی و داروهای روان گردان استفاده نکنید، با تلفن همراه صحبت نکنید، در حین رانندگی از استعمال دخانیات و از خوردن و آشامیدن پرهیز کنید و از همه مهمتر در حال خستگی و خواب آلودگی هرگز رانندگی نکنید.

آموزش رانندگی به شیوه تدافعی را جدی بگیریم

رانندگی تدافعی، رانندگی ای است که علی رغم شرایط اطراف و اعمال راننده های دیگر با استفاده از آموزشها و تکنیکهای رانندگی، جان انسانها، را نجات داده و باعث صرفه جویی در زمان و پول می شود. از طریق رانندگی تدافعی می توان با پیش بینی موقعیتهای خطرناک و اشتباهات دیگران، ضمن داشتن آمادگی انجام عکس العمل مناسب خطرات و خسارات را به شدت کاهش داد.

رانندگان در این شیوه علاوه بر شناسایی عوامل انسانی، عوامل طبیعی و مکانیکی که منجر به تصادف می گردند با قوانین مربوط به قبل از حرکت، قوانین مربوط به افزایش ایمنی، قوانین مربوط به پیش بینی قبل از وقوع، قوانین مربوط به کاهش خسارات در تصادف، قوانین مربوط به حرکت در شرایط دشوار آشنا می گردند.

پنج تکنیکی که در این آموزشها مطرح می گردند عبارتند از:

تکنیک اول: توجه به دور دست ها در هنگام رانندگی

تکنیک دوم: گسترش دادن میدان دید

تکنیک سوم: کنترل حرکت چشمها حین رانندگی

تکنیک چهارم: دور ماندن از گره های ترافیکی

تکنیک پنجم: اطمینان یافتن از اینکه دیده شده اید

رانندگان در این دوره ها یاد خواهند گرفت برای اینکه بتوانند بطور ایمن رانندگی کنند می بایست پیوسته متوجه علائمی که از محیط و رانندگان دیگر دریافت می کنند باشند و بدانند منظور از آن علائم چیست؟ و حتی برای اینکه راننده خوبی باشد باید چند ماشین جلوتر را نیز مد نظر قرار دهند.

توصیه های مربوط به رانندگی با روش تدافعی:

۱- با عمق دید بیشتر رانندگی کنید

۲- میدان دید خود را وسعت دهید

۳- چشمان خود را مدام حرکت دهید

۴- همواره راه گریزی برای خود باقی بگذارید

۵- دیگران را از وجود خود آگاه سازید