

Segurança na estrada

Dicas da DEKRA para a tua segurança



DEKRA
Handwerkstrasse 15
70565 Stuttgart
Alemanha
Telefone +49.711.7861-0
Fax +49.711.7861-2599
info@dekra.com
www.dekra.com

Sujeito a alterações.
86741/AM41-05.19

 **DEKRA**

Com toda a confiança.

Mantém-te em segurança quando estás a caminhar

Olha para onde estás a ir

É bom estar na rua por tua conta. Quer estejas a ir para a escola, a fazer desporto, a comprar pão ou a visitar amigos – quanto maior fores, mais vezes os teus pais te deixarão ir por tua conta. Mas, por favor, tem cuidado! Todos os dias existem diferenças na estrada – portanto mantém os olhos abertos, sê prudente na estrada e não te ponhas na brincadeira. Assim, podes manter-te em segurança.

Aspetos a considerar:

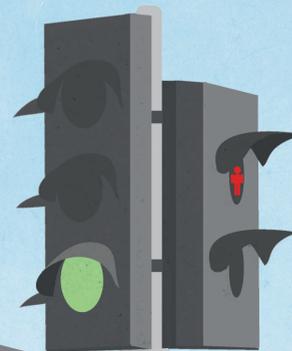
- 1 Evita as distrações causadas pelos auriculares, smartphones, etc.
- 2 Se usares roupas de cores claras, o boné vermelho vivo da DEKRA, os refletores e as faixas refletoras na roupa ou na mochila, tudo isto irá ajudar-te a estares mais visível.
- 3 É uma boa ideia caminhar com os teus amigos, mas tem sempre cuidado e presta atenção à estrada.



Mantém os olhos abertos

Há muita coisa a acontecer ao mesmo tempo

No tráfego, é especialmente importante jogar sempre pelo seguro. Mesmo que isto signifique caminhares mais uns metros, usa os semáforos de peões ou as passadeiras. Sinaliza com a mão para que os automobilistas saibam que queres atravessar a estrada. Mas pergunta-te sempre: “Será que o condutor me viu realmente?”



1

2

3

Não te esqueças!

- 1 Não corras riscos e deixa-te estar parado, mesmo que os semáforos tenham acabado de ficar vermelhos.
- 2 Assim que o semáforo ficar verde, atravessa a estrada rapidamente, mas não corras.
- 3 Olha para a esquerda, para a direita e para a esquerda de novo antes de atravessares a estrada.



Deves ter cuidados adicionais quando andas de bicicleta

Eis como deves fazer

Andar de bicicleta é algo que deves aprender. Primeiro, precisas de uma bicicleta segura, de um capacete e de ter reações rápidas. Os melhores sítios para experimentares as tuas capacidades são locais pouco movimentados, ciclovias ou parques. Pratica em todo o tipo de superfícies, nas subidas e nas descidas, antes de andares, pela primeira vez, na estrada. Sempre que estiveres a andar de bicicleta, presta atenção ao que está ao teu redor e mantém-te afastado dos autocarros, camiões e automóveis.



Anda de forma inteligente!

- 1 As luzes e os refletores adequados são super importantes quando está escuro, tal como o vestuário refletor. Além disso, vais precisar de um casaco impermeável para quando estiver a chover.
- 2 As crianças inteligentes usam capacete.
- 3 Usa apenas a campainha para avisar as outras pessoas de que estás a aproximar-te.
- 4 Nunca tentes ultrapassar um veículo numa esquina - é muito difícil para os veículos verem-te.

O autocarro da escola, o comboio e o elétrico

São uma ótima forma para te deslocares

Quando estiveres num transporte público e no autocarro da escola, debes considerar algumas coisas. No comboio ou no autocarro, tenta sentar-te se puderes. Se tiveres de ficar de pé podes cair se o motorista travar subitamente. Portanto, se estiveres de pé, segura-te sempre. Para te sentires seguro, podes fazer as primeiras viagens com os teus pais. Mantém-te atento quando estiveres numa paragem de autocarro: pode ser muito perigoso se correres para todo o lado ou se te puseres a brincar com os teus amigos. Mantém-te longe das bermas também. Os autocarros param mesmo junto à berma.



Subir para o autocarro:

- 1 Espera na fila e não empurres ninguém para entrar.
- 2 Mantém-te sentado durante a viagem ou segura-te bem se tiveres de ficar de pé.
- 3 Se tiveres de atravessar a estrada, espera até o autocarro ou o elétrico ter arrancado.

Nas imediações da escola

Caminha os últimos metros

Para evitar os engarrafamentos em frente à escola, é uma boa ideia pedires aos teus pais para te deixarem sair um pouco antes da escola. Em algumas cidades, existem pontos de entrega especialmente marcados a cerca de 250 metros da escola. Podes de forma fácil e segura caminhar o resto a pé com os teus amigos. Assim, também aprendes a andar na estrada.

Aspetos a verificar:

- 1 Coloca o cinto de segurança, mesmo que a viagem seja curta.
- 2 Usa uma cadeirinha se ainda precisares.
- 3 Mesmo se os teus pais estiverem a segurar na porta por ti, olha para a esquerda e para a direita antes de sair e não te ponhas a brincar.

