

**ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ Β΄
ΤΕΤΡΑΜΗΝΟΥ**

ΘΕΜΑ: ΟΔΗΓΗΣΗ ΧΩΡΙΣ ΑΛΚΟΟΛ



3^ο ΥΠΟΘΕΜΑ: ΑΣΦΑΛΗΣ ΟΔΗΓΗΣΗ

3^Η ΟΜΑΔΑ: ΣΧΟΛΗ ΟΔΗΓΩΝ

ΒΙΒΗ ΜΙΧΟΠΟΥΛΟΥ

ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΜΠΙΜΠΑΣΗ

ΜΑΡΙΑ ΠΛΟΠΕΑΝΟΥ

ΕΥΗ ΝΑΚΟΥΤΣΗ

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΝΤΑΣΙΩΤΗΣ

ΧΡΥΣΑΝΘΗ ΝΤΑΣΙΩΤΗ

ΚΙΝΗΤΟ ΤΗΛΕΦΩΝΟ

Κατά την οδήγηση, οι οδηγοί που χρησιμοποιούν το κινητό τηλέφωνο:

- ✓ Δεν έχουν καλή αντίληψη του τι συμβαίνει στο δρόμο.
- ✓ Δεν προσέχουν τις πινακίδες.
- ✓ Δεν διατηρούν την κατάλληλη θέση στη λωρίδα κυκλοφορίας.
- ✓ Είναι πιθανό να μην διατηρούν την απόσταση ασφαλείας από το προπορευόμενο όχημα.
- ✓ Δεν έχουν καλά αντανακλαστικά.
- ✓ Δεν χρησιμοποιούν τους δείκτες όταν επιβάλλεται.
- ✓ Δεν διατηρούν σταθερή ταχύτητα.



ΟΔΗΓΗΣΗ ΚΑΙ ΑΛΚΟΟΛ

Οι Ιάπωνες λένε το εξής εύστοχο
ρητό:

“πρώτα το άτομο παίρνει ένα ποτό,
μετά το ποτό παίρνει ένα ποτό, και
στο τέλος το ποτό παίρνει το άτομο”

ΟΔΗΓΗΣΗ ΚΑΙ ΑΛΚΟΟΛ

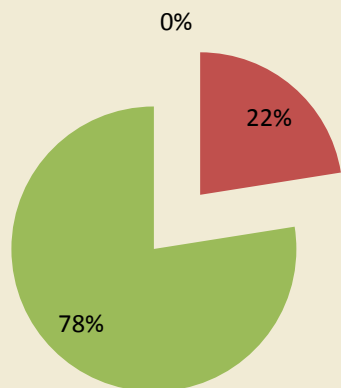
- Αν πιείτε και οδηγήσετε διακινδυνεύετε τη σωματική σας ακεραιότητα καθώς και των άλλων.
- Διακινδυνεύετε επίσης να συλληφθείτε και να καταδικαστείτε για οδήγηση υπό την επήρεια αλκοόλ, μια εμπειρία που περιλαμβάνει δικαστικά έξοδα, υψηλότερη ασφάλεια οχήματος, πρόστιμα, απώλεια άδειας οδήγησης και / ή φυλάκιση.

ΕΧΕΤΕ ΥΠΑΡΞΕΙ ΣΥΝΕΠΙΒΑΤΗΣ ΟΔΗΓΟΥ Ο ΟΠΟΙΟΣ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΩΣ ΕΧΕΙ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΕΙ ΑΛΚΟΟΛ;

■ 1. Έχετε υπάρξει συνεπιβάτης οδηγού ο οποίος προηγουμένως έχει καταναλώσει αλκοόλ;

■ 1. Έχετε υπάρξει συνεπιβάτης οδηγού ο οποίος προηγουμένως έχει καταναλώσει αλκοόλ;
Όχι

■ 1. Έχετε υπάρξει συνεπιβάτης οδηγού ο οποίος προηγουμένως έχει καταναλώσει αλκοόλ;
Ναι

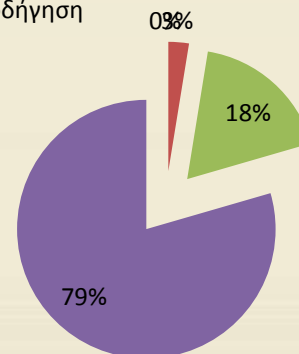


ΑΝ ΚΑΠΟΙΟ ΜΕΛΟΣ ΤΗΣ ΠΑΡΕΑΣ ΣΑΣ ΠΡΟΚΕΙΤΑΙ ΝΑ ΟΔΗΓΗΣΕΙ ΥΠΟ ΤΗΝ ΕΠΗΡΕΙΑ ΑΛΚΟΟΛ ΤΙ ΑΠΟ ΤΑ ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΚΑΝΕΤΕ;

■ 1. Αν κάποιο μέλος της παρέας σας πρόκειται να οδηγήσει υπό την επήρεια αλκοόλ τι από τα παρακάτω κάνετε;

■ 1. Αν κάποιο μέλος της παρέας σας πρόκειται να οδηγήσει υπό την επήρεια αλκοόλ τι από τα παρακάτω κάνετε; Αδιαφορείτε

■ 1. Αν κάποιο μέλος της παρέας σας πρόκειται να οδηγήσει υπό την επήρεια αλκοόλ τι από τα παρακάτω κάνετε; Τον συμβουλευείτε αλλά δεν τον αποτρέπετε από την οδήγηση





ΕΧΕΙΣ ΠΙΕΙ;



**ΓΥΡΝΑ ΣΠΙΤΙ ΜΕ
ΤΑΞΙ**

Paguristas | Εθνικός Εργοστάσιος
| Βιομηχανία Τσίπης

Με την υποστήριξη της ασφάλειας

Ασφαλής επιστροφή στο σπίτι

Η ασφαλής επιστροφή στο σπίτι πρέπει να είναι το μέλημά σας πριν βγείτε για να διασκεδάσετε.

- Προγραμματίστε με τους φίλους σας τον τρόπο επιστροφής σας.
- Φροντίστε να έχετε αρκετά χρήματα μαζί σας.
- Ενημερωθείτε για τα δρομολόγια των μέσων μαζικής μεταφοράς.
- Πάρτε μαζί ή να έχετε έναν αριθμό ραδιοταξί.
- Μην επιστρέψετε ποτέ μόνοι σας.
- Αν πρέπει να περπατήσετε για να γυρίσετε, μην περνάτε από σκοτεινά ή μη ασφαλή σημεία.

ΖΩΝΗ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

- Σε περίπτωση ατυχήματος, ο κίνδυνος θανάτου του οδηγού αυτοκινήτου ή κάποιου άλλου επιβάτη της μπροστινής θέσης, λόγω του ότι υπάρχουν επιβάτες στο πίσω κάθισμα που δεν έχουν βάλει τη ζώνη ασφαλείας τους, είναι 5 φορές μεγαλύτερος.
- Οι πίσω επιβάτες θα προσκρούσουν πάνω στους δεμένους μπροστινούς.
- Επίσης, έχει παρατηρηθεί ότι το 80% των θανάτων που προκλήθηκαν σε επιβαίνοντες των μπροστινών θέσεων θα μπορούσαν να αποφευχθούν εάν οι επιβάτες των πίσω θέσεων φορούσαν τη ζώνη ασφαλείας τους.
- <http://www.sxolesodigon.gr/>



ΕΠΗΡΕΙΑ ΦΑΡΜΑΚΩΝ

- Αυξημένη προσοχή επιβάλλεται, ή και αποφυγή της οδήγησης, για όσους παίρνουν φάρμακα τα οποία επηρεάζουν την οδηγική τους ικανότητα.
- Επειδή κάθε φάρμακο και φαρμακευτική αγωγή εμφανίζουν ανεπιθύμητες ενέργειες που μειώνουν και επηρεάζουν την ικανότητα οδήγησης, για κάθε φάρμακο πρέπει να συμβουλευόμαστε αποκλειστικά και μόνο τον γιατρό μας, προκειμένου να είμαστε ασφαείς στη διάρκεια της οδήγησης.



ΚΑΙΡΙΚΕΣ ΣΥΝΘΗΚΕΣ

Καθώς οι καιρικές συνθήκες επηρεάζουν σε πολύ μεγάλο ποσοστό την οδική μας ασφάλεια, θα πρέπει όλοι μας να μειώσουμε τις πιθανότητες ενός ατυχήματος.

- I. Βεβαιωθείτε ότι τα ελαστικά σας είναι κατάλληλα για το κλίμα της περιοχής που ζείτε και ότι είναι σε καλή κατάσταση.
- II. Ανάψτε τα φώτα ομίχλης του αυτοκινήτου για να έχετε και εσείς καλή ορατότητα αλλά να σας βλέπουν και οι άλλοι οδηγοί.
- III. Να είστε σε επιφυλακή.
- IV. Μην φρενάρετε, επιταχύνετε και μην στρίβετε απότομα. Η οδήγηση σας θα πρέπει να γίνεται με πολύ αργούς και απαλούς χειρισμούς.
- V. Βάλτε αλυσίδες στο όχημα σας όταν είναι απαραίτητο.

ΕΠΙΘΕΤΙΚΗ ΟΔΗΓΗΣΗ

Συμβουλές ασφαλείας:

- ✓ ΜΗΝ ΠΡΟΚΑΛΕΙΤΕ.
- ✓ ΑΠΟΦΥΓΕΤΕ ΑΣΕΜΝΕΣ ΧΕΙΡΟΝΟΜΙΕΣ
- ✓ ΜΗΝ ΕΜΠΛΕΚΕΣΤΕ.
- ✓ ΠΡΟΣΑΡΜΟΣΤΕΙΤΕ.

ΚΟΥΡΑΣΗ – ΥΠΝΗΛΙΑ

Τι πρέπει να κάνετε για να αποφύγετε την υπνηλία κατά την οδήγηση:

- Φροντίστε να κοιμάστε καλά τη νύχτα.
- Ταξιδεύετε με συντροφιά.
- Σχεδιάζετε διαλείμματα σε τακτά χρονικά διαστήματα.
- Αποφεύγετε το αλκοόλ ή άλλα φάρμακα που μπορεί να σας επηρεάσουν.
- Ζητήστε ιατρική βοήθεια αν υποψιάζεστε ότι πάσχετε από κάποια διαταραχή ύπνου.
- Εάν καταληφθείτε από υπνηλία ενώ οδηγείτε, θα πρέπει να αναγνωρίσετε τα πρώιμα σημάδια της κόπωσης, να βρείτε ένας ασφαλές μέρος να σταματήσετε και να κοιμηθείτε για 20- 40 λεπτά ή να πιείτε ένα καφέ.



ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΓΙΑ ΟΔΗΓΗΣΗ ΣΕ ΣΗΡΑΓΓΕΣ ΚΑΙ ΤΟΥΝΕΛ

- Να έχετε τα φώτα σας αναμμένα.
- Να μην παραβιάζετε τους φωτεινούς σηματοδότες λωρίδας.
- Να τηρείτε τα σταθερά ή μεταβλητά όρια ταχύτητας.
- Να κρατάτε αποστάσεις ασφαλείας από τα υπόλοιπα οχήματα.
- Να μην αλλάζετε άσκοπα λωρίδα.
- Να εγκαταλείψετε το αυτοκίνητό σας και κατευθυνθείτε προς την πλησιέστερη έξοδο, πεζοί, σε περίπτωση σοβαρού ατυχήματος εντός σήραγγας.



ΜΟΤΟΣΙΚΛΕΤΕΣ

Ακολουθούν κάποιες συμβουλές για να αποφύγετε κάποιο ατύχημα με μοτοσικλετιστή:

- Μην οδηγείτε εχθρικά.
- Τηρείτε απόσταση ασφάλειας .
- Μην προσπερνάτε όταν δεν υπάρχει αρκετός χώρος για προσπέραση η όταν πλησιάζετε σε διασταύρωση.
- Πάντα ελέγχετε τον καθρέφτη σας για μοτοσικλέτες ,πριν αλλάξετε λωρίδα η πριν στρίψετε.
- Μην πετάτε σκουπίδια η τσιγάρα από το παράθυρο του αυτοκίνητου. Κάτι τέτοιο μπορεί να προκαλέσει απώλεια έλεγχου του μοτοσικλετιστή με τραγικές συνέπειες.
- Παρκάρετε με ασφάλεια. Πάντα ελέγχετε για μοτοσικλετιστές πριν ανοίξετε τη πόρτα του αυτοκίνητου σας.

Με το Χέρι στην Καρδιά

Οδηγώ Υπεύθυνα
Οδηγώ με Ασφάλεια



ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΠΟΛΥ!!!