



S KOLESOM V PROMETU

Uvod

Odločitev, da se na pot podamo s kolesom, izvira iz mnogih prednosti, ki jih ima tovrsten način prevoza. Izognemo se prometnim zastojem, pripeljemo se bližje cilju, nimamo težav z iskanjem parkirnega prostora, ne onesnažujemo okolja, spontano krepimo svoje telo in še bi lahko naštevali. Nenazadnje nas kolesarjenje tudi veseli; je oblika igre, ki nas sprošča in nam daje občutek neodvisnosti in svobode. Kolo se zato vse bolj uveljavlja kot prevozno sredstvo prihodnosti.

Namen te knjižice je prispevati k temu, da bi bil kolesarski promet v prihodnosti tudi bolj varen. Vsaka vključitev v promet zahteva zbranost in spoštovanje prometnih predpisov. Kolesarji spadamo med ranljivejše udeležence v prometu, zato je še posebej pomembno, da se s svojim ravnanjem skušamo izogniti vsem morebitnim nevarnostim.

Knjižica podaja temeljne napotke za varno kolesarjenje v prometu. Dotakne se treh ključnih prvin: poznavanja prometnih pravil, obvladovanja kolesarskih veščin in ustrezne opremljenosti kolesa. Poudarjanje prav teh vsebin sledi iz analiz najpogostejših vzrokov kolesarskih nesreč.

Najpomembnejšega vidika varnosti v prometu – našega odgovornega ravnanja – žal ni mogoče zagotoviti s predpisi in tehničnimi standardi. Prepogosto iz različnih razlogov opustimo ravnanja, za katera vemo, da prispevajo k večji varnosti vseh; včasih celo ravnamo nepremišljeno in objestno.

Naj bo naš največji skupni uspeh to, da tudi za krmilom kolesa nikoli ne pozabimo na znanja, ki so nam drugače samoumevna.

OSNOVE

Kolesarje uvrščamo med ranljivejše udeležence v prometu, saj ima že manjša nesreča lahko resne posledice. Obenem velja, da lahko z upoštevanjem načel varnega kolesarjenja in ustrezno opremljenostjo ter tehnično brezhibnostjo kolesa bistveno prispevamo k lastni varnosti.



Načela varnega kolesarjenja

Bodimo pozorni / Pozornost

Kolesarji moramo biti ves čas pozorni in voziti defenzivno. Ne zanašamo se na pravilno ravnanje drugih, temveč se raje izognimo kritičnim situacijam.

Vozimo predvidljivo / Predvidljivost

Drugi udeleženci v prometu nam ne morejo brati misli, zato kolesarimo predvidljivo in vnaprej nakazujemo svoja dejanja. Spremembo smeri pravočasno nakažimo z roko in se potrudimo poiskati očesni stik z ostalimi udeleženci v prometu.

Poskrbimo za vidnost / Vidnost

Sami moramo zagotoviti, da nas drugi udeleženci v prometu opazijo. V temi ali mraku je obvezna uporaba sprednje in zadnje luči ter stranskih odsevnikov. Priporočljivo je nositi oblačila, ki so kontrastna glede na okolje.



Tehnična opremljenost



1



Zavore

Zavore nam pomagajo pri ustavljanju. Bodimo pazljivi pri zaviranju s prednjimi zavorami.

2



Košara

V košaro naložimo predmete, ki bi nas sicer lahko ovirali med vožnjo.

3



Luči

V temi in ob slabi vidljivosti lahko s prižganimi lučmi pravočasno opozorimo na svojo prisotnost v prometu.

4



Zvonec

Kadar je potrebno pravočasno opozoriti na svojo prisotnost, si pomagamo z zvoncec.

5



Ključavnica

Varnost kolesa pred krajo si zagotovimo z močno ključavnico. Raje ključavnica več kot premalo.

OSNOVE



Prevoz predmetov

Za prevoz predmetov na kolesu namesto vrečk raje uporabimo košaro, kolesarsko torbo, prtljažnik ali prikolico. Med vožnjo v rokah ne držimo predmetov kot so telefoni, dežniki, torbe, vrečke in podobno, saj to negativno vpliva na našo sposobnost obvladovanja kolesa.



Uporaba telefona in poslušanje glasbe

Med kolesarjenjem ne uporabljamo mobilnega telefona ali poslušamo glasbe. Oboje odvrača pozornost od dogajanja v prometu. Če nam med vožnjo zazvoni telefon, najprej varno ustavimo in sestopimo s kolesa. Še bolj priporočljivo je, da med vožnjo izklopimo zvonjenje in se tako popolnoma izognemo motečim dejavnikom.



Čelada

Varnostna čelada bistveno zmanjšuje tveganje za nastanek težjih poškodb glave ob morebitnem padcu. Biti mora ustrezne velikosti in čvrsto pritrjena na vrhu glave. Raba čelade za odrasle sicer ni zakonsko obvezna, je pa priporočljiva. Otroci do 14. leta starosti jo morajo nositi. Pri nakupu čelade preverimo ali je izdelana v skladu z mednarodnim standardom za kolesarske čelade EN 1078 z oznako CE.



Na označenih kolesarskih površinah



Kolesarska pot

Je samostojna pot, ki poteka ločeno od motornega prometa. Na njej je dovoljen promet kolesarjev in pešcev, kar pomeni, da moramo biti kolesarji uvidevni in svojo prisotnost naznaniti z zvoncem. Na kolesarskih poteh je praviloma dovoljena vožnja v obeh smereh.



Kolesarska steza

Vožnja po kolesarskih stezah nam daje občutek varnosti. Kljub temu moramo biti previdni, še posebej kadar je kolesarska steza speljana čez cesto, uvoz ali kakšno drugo prometno površino. Ker so kolesarske steze speljane po pločnikih, je pogosto, da naletimo tudi na pešce. V takšnih primerih vozimo pazljivo in uvidevno, svojo prisotnost pa naznanimo z zvoncem. Pri enosmernih kolesarskih stezah je pomembna pravilna smer vožnje. Kadar se znajdemo na napačni smeri, nemudoma sestopimo s kolesa in damo prednost tistim, ki potujejo v smeri vožnje.



Kolesarski pas na vozišču

Poteka na istem višinskem nivoju kot vozišče. Od ostalega prometa je ločen s črto in je namenjen izključno vožnji s kolesi. Kolesarski pas navadno poteka za parkiranimi vozili. Vozniki pri zapuščanju parkirnega mesta pogosto ne opazijo kolesarja, zato moramo kolesarji takšne situacije predvidevati. Vožnja po vozišču nam omogoča, da nas vozniki avtomobilov prej opazijo. Pomembno je, da morebitne spremembe smeri vožnje pravočasno nakažemo.



Na neoznačenih prometnih površinah



Na voznem pasu

Kadar ni ustrezno označene kolesarske površine ali pa je ta neprevozna, vozimo kolo po cesti ob desnem robu vozišča. Če prehitavamo drugo vozilo ali oviro na cesti, moramo spremembo smeri pravočasno nakazati. S pogledom čez ramo se pred spremembo smeri prepričamo, ali je varno. Za neizkušene kolesarje je vožnja po voznem pasu manj prijetna. Začetni strah pred takšnimi površinami lahko premagamo z vožnjo v skupini.



V območju za pešce

Kolesarjenje v območjih za pešce ni prepovedano, vendar pa pri tem ne smemo ogrožati pešcev. Ne pozabimo, da so lahko med pešči tudi otroci, starejši, slepi, slabovidni, gluhi in gibalno ali kako drugače ovirani posamezniki. Zato kolesarimo počasi in previdno ter vseskozi opazujemo gibanje pešcev pred sabo. Če je pešcev veliko, ne poskušamo vijugati med njimi, ampak sestopimo s kolesa in ga potiskamo ob sebi. Upoštevamo tudi zadostno varnostno razdaljo.



Kolesarjenje v naravi

V naravi kolesarimo samo po dovoljenih poteh. Na poteh, ki so namenjene pešcem in kolesarjem, imajo pešči vedno prednost. Upoštevati je treba hitrostne omejitve, priporočila in lastne sposobnosti. V nepreglednih ovinkih vedno predvidevamo možnost ovire na poti in ustrezno prilagodimo hitrost.





Posebna pozornost



Prečkanje uvozov

Kadar kolesarska površina prečka kakšen uvoz ali izvoz (z dvorišča, parkirišča in podobno), bodimo pozorni na vozila, ki se vključujejo v promet, saj večina voznikov ni pozornih na kolesarje. Posebej previdno je treba voziti mimo parkiranih avtomobilov, saj nam lahko nenadoma odprta vrata presekajo pot.



Kolesarjenje v napačno smer je nevarno!

Vožnja v napačni smeri je pogost vzrok nesreč kolesarjev. Tak način vožnje je še posebej nevaren pri vključevanju motornih vozil s stranske na glavno cesto. Vozniki v takšnih primerih zlahka spregledajo kolesarja, ki vozi po levi strani cestišča in mu zaprejo pot. Podobne situacije se dogajajo tudi pri vključevanju kolesarjev s stranske na glavno cesto ali na prehodih za pešce. Pomembno je vedeti, da so udeleženci v prometu praviloma pozorni le na tiste, ki vozijo v pravilni smeri. Z vožnjo v napačni smeri oviramo tiste kolesarje, ki vozijo v pravo smer.



Pozicija kolesarja v krožnem križišču

V krožnih križiščih, kjer so kolesarske steze urejene, moramo biti še posebej pozorni pri prečkanju vozišča. Pred prehodom čez cesto se prepričamo, če lahko to varno naredimo. Pri krožiščih, kjer ni označenih kolesarskih površin, so kolesarji enakovredni udeleženci v prometu. Kolesarimo tako, da se razvrstimo na ustrezni prometni pas. Izvoz in smer gibanja nakažemo z ročnim signalom. V krožišču je še posebej pomembno, da s pogledom komuniciramo z drugimi udeleženci v prometu. Vedeti moramo, da imajo v krožnih križiščih prednost tista vozila, ki so že vključena v krožni promet.



Neposredno skozi križišče

Kadar kolesarske površine niso posebej označene, vozimo kolo ob desnem robu voznega pasu. Pri takšnem načinu vožnje moramo biti še posebej pozorni v križiščih, saj se tam v promet vključujemo z ostalimi vozili. Pri neposrednem prečkanju križišča je pomembna samozavest in zbranost kolesarja. Vozniki motornih vozil nas morajo opaziti in predvidevati naše namere.





Posebna pozornost



Zavijanje desno

Pri zavijanju v desno se nekoliko odmaknemo od roba vozišča proti sredini in z iztegnjeno roko nakažemo smer. Če nas motorno vozilo že prehiteva ali namerava to storiti, odstopimo prednost vozniku motornega vozila.



Zavijanje levo

Tudi pri zavijanju v levo se moramo na manever pravočasno pripraviti in zavzeti pravilen položaj v križišču. Svojo namero jasno pokažemo ostalim udeležencem v prometu.



Pogled preko ramena

Usposobimo se za pogled čez ramo, tako da pri tem ne vijugamo. Razmislimo o nakupu vzratnega ogledala. Preverjanje prometa za nami nam omogoči boljši pregled nad situacijo.



Prehitevanje čakajočih vozil

Ena glavnih prednosti kolesarjenja v mestih je možnost premikanja mimo čakajočih motornih vozil v prometnih zastojih. Splošno velja, da je varneje prehitevati vozila po levi strani blizu sredine vozišča. Voznik nas mora opaziti v vzratnem stranskem ogledalu, kar pomeni, da moramo tudi sami videti ogledalo. V primeru, ko želimo v naslednjem križišču zaviti desno, prehitevamo vozila po notranji strani vozišča.



Prehod čez cesto

Na prehodu čez cesto bodimo pozorni na pešce. Še posebej na tistih prehodih, kjer ni označene kolesarske površine, je priporočljivo, da sestopimo s kolesa in ga potiskamo ob sebi. Prav tako sestopimo s kolesa, če smo se znašli na prehodu, kjer je kolesarska površina označena v nasprotni smeri.





Otroci v prometu

Otroci so drugačni od odraslih – to velja tudi v prometu. Zato se moramo pri skrbi za njihovo varnost zavedati nekaterih njihovih lastnosti.

- ▶ Otroško vidno polje je za približno eno tretjino ožje od vidnega polja odraslih.
- ▶ Otroci težje ocenijo hitrost in razdalje med udeleženci v prometu.
- ▶ Ko otroci vidijo druge udeležence v prometu predvidevajo, da tudi ti vidijo njih. Temu pogosto ni tako, saj so otroci pogosto slabo vidni zaradi parkiranih avtomobilov ali drugih objektov ob cesti.
- ▶ Otroci pogosto ne znajo dovolj zgodaj oceniti, iz katere smeri prihaja zvok, ki ga slišijo.
- ▶ Otroci so pogosto nepotrpežljivi in nepredvidljivi.
- ▶ Pozornost otrok je velikokrat usmerjena zgolj na eno stvar.
- ▶ Otroci se slabo zavedajo nevarnosti.
- ▶ Otroci pogosto prepletajo domišljijo in resničnost.
- ▶ Otroci posnemajo ravnanja (tudi neprimerna) starejših otrok in odraslih.



Sedež

Otroka lahko prvič posedemo na sedež pri starosti nad 12 mesecev, ko je že stabilen v sedečem položaju. Sedež na sprednjem delu kolesa je primeren za otroke, ki tehtajo do 15 kg, medtem ko je nosilnost sedežev na zadnjem delu do 22 kg. Obe vrsti sedežev imata svoje prednosti in pomanjkljivosti. Pri sedežih na sprednjem delu se moramo najprej navaditi na krmilo in držo kolesa, pri sedežih na zadnjem delu pa pazimo na stabilnost kolesa. Kolesa nikoli ne puščamo parkiranega z otrokom v sedežu, saj se lahko prevrne.



Poganjavček

Poganjavček je izumljen predvsem zaradi pravilnega razvoja otroške hrbtenice. Koristen je zaradi prilagajanja na ravnotežje, ki je nujno potrebno za razvoj motoričnih sposobnosti.



Samostojno na kolo

Ko otrok obvlada ravnotežje in pridobi dovolj spretnosti na poganjavčku, je čas, da se preizkusi na otroškem kolesu s pedali. Za najmlajše kolesarje je priporočljivo, da jih najprej navajamo na vožnjo s kolesom v območju dvorišč, parkov in igrišč, oziroma tam, kjer ni drugih prevoznih sredstev.



Prvič v prometu

V prometu damo otroku jasna navodila in ga postopoma navajamo na samostojnost. Dovolimo mu lahko, da se sam preizkusi v določeni situaciji, pri tem pa mu sledimo in ga pravočasno opozorimo na možne nevarnosti.

Urednik:

Josip Rotar

Sodelavci:

Aleksandra Gantar

Jernej Tiran

Matej Pehnc

Stike:

Thinkstock Photos

Oblikovanje:

Eva Kosel

Izdajatelj:

Mariborska kolesarska mreža

Slovenska kolesarska mreža

Naklada:

10.000 izvodov

Leto izdaje:

2011

Kraj izdaje:

Maribor

Brošura je nastala s finančno podporo
Javne agencije Republike Slovenije
za varnost prometa.

