



«...Ι.Χ λόγω υπερβολικής ταχύτητας παρεκτρέπει της πορείας του με αποτέλεσμα οι δύο δεξιοί τροχοί του οχήματος να εξέλθουν του οδοστρώματος και να προσκρούσουν στο πλαϊνό έρεισμα, με αποτέλεσμα να συνεχίσει την πορεία του με βίαιη ολίσθηση και εκτροπή, κινούμενο με τους δύο τροχούς στην ασφαλτο και τους άλλους δύο στον αέρα. Το όχημα βρέθηκε τελικά σε περιστροφή και ο οδηγός ο οποίος δεν φορούσε ζώνη ασφαλείας, εκτινάχθηκε από το όχημα διαγράφοντας τροχιά με φορά ίδια με της μάζας του αυτοκινήτου και έπεσε στο έδαφος. Ο οδηγός παγιδεύτηκε με το κεφάλι και το δεξί χέρι κάτω από το πίσω αριστερό τροχό και αντίστοιχο φτερό του αυτοκινήτου. Το ατύχημα είχε σαν αποτέλεσμα τον θάνατο του οδηγού.»

Απόσπασμα αρχικής αναφοράς τροχαίου ατυχήματος απο την Τροχαία

του Σμία (ΟΤΑΦ) Καπλαντζή Γιάννη  
ΓΕΑ/ΚΕΑΠΕ/ΔΕΑ/2

### «Αυτό δεν πρόκειται να συμβεί σε εμένα».

Οι περισσότεροι από εμάς λειτουργούμε με αυτό το σκεπτικό αγνοώντας όμως πως κανένας δεν είναι άτρωτος.

Τροχαία ατυχήματα που θα μπορούσαν να αποφευχθούν συμβαίνουν όμως συνέχεια, εντός και εκτός Μονάδων. Τροχαία ατυχήματα που δεν προκαλούν μόνο εκδορές, μώλωπες ή κατάγματα. Μπορεί να έχουν σαν απο-

τέλεσμα μόνιμη αναπηρία ή ακόμα χειρότερα θάνατο.

Επανελημμένα έχουν δημοσιευθεί άρθρα για απρόσεκτη οδήγηση, υπέρβαση ορίου ταχύτητας, προβλήματα των οδικών δικτύων και περιβαλλοντικούς παράγοντες. Συχνά υπενθυμίζονται οι κίνδυνοι της κούρασης, που οδηγούν στα ατυχήματα ή η χρήση οχήματος υπο την επήρεια αλκοόλ,

Και όμως όσο και αν όλοι συμφωνούμε πως είναι σοφό να μάθαινομε

από τα λάθη των άλλων, σπάνια εφαρμόζουμε αυτό το σκεπτικό στον εαυτό μας, παρόλο που ό,τι άρθρο και αν διαβάζουμε με θέμα την οδική ασφάλεια μας βρίσκει ΠΑΝΤΑ σύμφωνους.

Υπάρχουν στοιχεία όμως στη ζωή μας στα οποία έχουμε εμείς την απόλυτη ΕΥΘΥΝΗ και μπορούμε να ασκήσουμε και τον άμεσο έλεγχο.

Ένα από τα στοιχεί αυτά είναι η επιλογή τρόπου ζωής και η νοοτροπία ασφαλούς οδήγησης η οποία επιλέ-

# Νοοτροπία Ασφαλούς Οδήγησης

γουμε και έχει άμεση σχέση με τις πιθανότητες που έχουμε να εμπλακούμε σε ένα ατύχημα ή όχι.

Για παράδειγμα, όταν κάποιος απο εμάς αποφασίσει να μην οδηγήσει όταν είναι κουρασμένος, μειώνει την πιθανότητα του ατυχήματος. Αντίθετα όταν κάποιος ρισκάρει οδηγώντας υπό την επήρεια αλκοόλ, αυξάνει την πιθανότητα εμπλοκής σε ατύχημα και δημιουργεί κινδύνους στον εαυτό του και στους γύρω του.

Είναι πραγματικά τραγικό να αναγνωρίζουμε τα μηνύματα που μπορούμε να λάβουμε, κάθε φορά που διαβάζουμε αποτελέσματα εκθέσεων από έρευνες που αφορούν την οδική ασφάλεια και να μην τα υιοθετούμε.

**«Κάθε χρόνο στην Ευρωπαϊκή Ένωση 45.000 άτομα πεθαίνουν σε τροχαία ατυχήματα, ενώ εκατοντάδες χιλιάδες τραυματίζονται, και όμως σύμφωνα με έρευνα της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, εάν η μέση ωριαία**

**ταχύτητα των οχημάτων μειωνόταν κατά 5 μόλις χιλιόμετρα, θα μπορούσαν να σωθούν περισσότερα από 10.000 άτομα».**

Διαβάζοντας έρευνες σαν αυτή συνειδητοποιούμε πως μία τόσο απλή πράξη μας θα μπορούσε να αλλάξει την ζωή μας αλλά και την ζωή των άλλων, αρκεί να πράτταμε το αυτονόητο.

Αλλά πόσοι από εμάς πραγματικά κατανοούμε και στη συνέχεια αποφασίζουμε συνηδητά να εφαρμόσουμε για

παράδειγμα, το μήνυμα για την ελάχιστη αυτή μείωση της μέσης ταχύτητας στις μετακινήσεις μας;

Με τα παραπάνω νούμερα λοιπόν είναι θεμιτό να καθίσουμε και να μελετήσουμε πραγματικά τις προτάσεις που κατά καιρούς ακούμε ή διαβάζουμε και να προσπαθήσουμε να τις περάσουμε στο υποσυνείδητο μας, να τις εφαρμόσουμε, να τις κάνουμε συνήθεια και εν τέλει ίσως μία μέρα μία απλή μας πράξη με την αλλαγή της νοοτροπίας μας να μας σώσει την ζωή.

Ας δώσουμε λοιπόν την πρέπουσα σημασία σε μερικούς τρόπους μείωσης των πιθανοτήτων τροχαίου ατυχήματος.

**Τηρείτε τα όρια ταχύτητας και όπου αυτά δεν ορίζονται, αξιολογήστε και ορίστε τα εσείς με γνώμονα την ασφάλεια σας, την ταχύτητα που κινείστε!**

**Μην οδηγείτε υπό την επήρεια αλκοόλ!!!! Δεν είναι ντροπή να επιστρέψετε με ένα ταξί ή να ζητήσετε σε έναν φίλο να σας μεταφέρει. Η πράξη σας και μόνο θα σας χαρακτηρίσει ως υπεύθυνο και ώριμο στην ίδια την παρέα σας!**

**Εκτιμήστε τις καιρικές συνθήκες και την κατάσταση του οδοστρώματος και προσαρμόστε την ταχύτητα και την οδική σας συμπεριφορά αναλόγως! Όσοι έχετε ταξιδέψει σε διεθνείς, σύγχρονους αυτοκινητόδρομους στο εξωτερικό, θα παρατηρήσατε πως όλα τα όρια ταχύτητας αλλάζουν αυτόματα με την εμφάνιση βροχής ή άλλων επικίνδυνων καιρικών φαινομένων! Μεταδώστε την εμπειρία σας αυτή και στους διπλανούς σας!**

**Υπακούετε στους κυκλοφοριακούς κανόνες και διατηρήστε την απόσταση ασφαλείας ανάμεσα στα οχήματα.**

**Φερθείτε ευγενικά στους άλλους οδηγούς.**

**Μην οδηγείτε επιθετικά.**

**Όταν ταξιδεύετε σε μεγάλες αποστάσεις, προγραμματίσετε διαλείμματα για ξεκούραση. Μην οδηγείτε όταν είστε κουρασμένοι. Σταματήστε όποτε νιώθετε την ανάγκη και μην οδηγείτε σαν να βρίσκεστε σε μαραθώνιο. Απολαύστε το ταξίδι σας και μην επικεντρώνεστε στον προορισμό.**



Αφήστε το κινητό ή οποιοδήποτε άλλο εξάρτημα στην άκρη. Συγκεντρωθείτε στην οδήγηση. Μην οδηγείτε με αποσπασμένη την προσοχή σας.

Χρησιμοποιείτε τον εξοπλισμό ασφαλείας, όπως ζώνες ασφαλείας, παιδικά καθίσματα και πάντα φοράτε κράνος όταν οδηγείτε δίτροχο. Όσοι ισχυρίζεστε πως σας ενοχλεί, δεν σας βολεύει, σας περιορίζει, κάντε την δοκιμή να τα χρησιμοποιήσετε για μία εβδομάδα ανελλιπώς. Θα παρατηρήσετε από μόνοι σας πως αυτός ο χρόνος είναι αρκετός για να σας γίνει συνήθεια και θα εκπλαγείτε με το πόσο εκτεθειμένοι θα νιώθετε χωρίς αυτά!

Οδηγείτε προσεκτικά παρακολουθώντας τους άλλους οδηγούς. Εκπαιδεύστε την όραση σας στο να συλλέγει πληροφορίες για οχήματα που κινούνται και πέρα του οχήματος που κινείται μπροστά σας. Μία δική τους λάθος κίνηση σε συνδυασμό με την μη τήρηση των αποστάσεων ασφαλείας από τον μπροστινό σας ίσως σας φέρει σε δύσκολη θέση.

Εάν κάποιος μπορεί να προκαλέσει ένα ατύχημα, κάποιος άλλος μπορεί και να το προλάβει.

Εφαρμόστε μέτρα διαχείρισης των κινδύνων στην εκτέλεση ενός ταξιδιού. Εάν θεωρείτε ότι κάτι ίσως να είναι επικίνδυνο, τότε είναι πολύ πιθανό να είναι.

Η οδήγηση απαιτεί συγκέντρωση, αντίληψη και κρίση. Μην διακυβεύετε την ασφάλειά σας ούτε για μια στιγμή. Πριν βάλετε το κλειδί στην μίζα, επιβεβαιώσετε ότι έχετε σκεφθεί όλους τους πιθανούς κινδύνους. Είναι απλό.

**Δεν είναι δύσκολο να είστε ΑΣΦΑΛΗΣ!**