



# Ghidul Siguranței Rutiere

Regulile de circulație sunt făcute pentru a ne proteja. Dar ce se întâmplă atunci când sunt încălcate? Sau, mai grav, când nici măcar nu sunt cunoscute?

În trafic nu există doar reguli scrise. Există și gesturi care țin de responsabilitate, de empatie, de intuiție, de cultura urbană în care trăim. Uneori avem prioritate, dar alegem să cedăm pentru că știm că facem un bine. Alteori o facem din frică, din respect sau pentru că înțelegem că siguranța nu înseamnă doar să ai dreptate, ci și să anticipezi greșelile celorlalți.

Motocicliștii se asigură la verde, pentru că știu că bicicliștii sau trotineteștii pot trece pe roșu fără să se uite.

Alții forțează semaforul, se grăbesc sau evită un obstacol și ajung pe contrasens. Pe banda pe care poate ne aflăm chiar noi.

În loc să așteptăm verdictul legii, trebuie să învățăm să identificăm pericolele înainte ca ele să devină accidente. Să recunoaștem că, de multe ori, vina nu e absolută, ci împărțită. Iar legea, chiar și atunci când stabilește cine e responsabil, nu dă timpul înapoi.

Campania „Primul Pas Contează” este despre reflexe. Despre cum reacționăm nu când e prea târziu, ci când încă avem de ales.

Pentru că în trafic nu contează cine are dreptate. Contează cine rămâne nevătămat.

# 01 De ce nu ar trebui niciodată să alergi pe trecerea de pietoni cu căștile în urechi și telefonul în mână

Traversarea străzii pare o acțiune simplă și obișnuită, însă este un moment care necesită atenție și responsabilitate.

Cu toate acestea, de multe ori ne grăbim, suntem distrași sau avem impresia că trecerea de pietoni ne oferă siguranță deplină. În realitate, situația din trafic se poate schimba într-o singură clipă, iar atenția noastră în acel moment poate face diferența.

Iată cele mai importante reguli pe care trebuie să le urmați pentru a circula în siguranță:

## **Nu alerga pe trecerea de pietoni**

Atunci când alergi, reacționezi mai greu și îți pierzi controlul asupra mișcărilor. Dacă apare o situație neașteptată, este mult mai dificil să te oprești sau să schimbi direcția în siguranță.

Mai mult decât atât, șoferilor le este mai greu să anticipeze mișcările unui pieton care aleargă.

## **Nu purta căștile pentru câteva momente**

Sunetele din jur sunt importante în trafic. O frână bruscă, un claxon sau apropierea unei mașini te pot ajuta să reacționezi la timp. Cu căștile în urechi, aceste semnale devin mai greu de sesizat.

## **Telefonul poate aștepta**

Chiar și o privire scurtă în telefon îți poate distra atenția. În trafic, o secundă contează enorm. Atunci când ești pieton, cel mai important este să fii atent la drum și la ce se întâmplă în jurul tău.

## Traversează calm și atent

Faptul că te afli pe trecerea de pietoni nu înseamnă că pericolul dispare complet. Asigură-te că te uiți în ambele direcții și încearcă să stabilești contact vizual cu șoferii înainte de a traversa.

## Ce este important de reținut?

Când traversezi, nu te grăbi. Nu contează să ajungi mai repede, ci să ajungi în siguranță. Uneori, câteva secunde de atenție în plus sunt exact ceea ce te poate feri de un accident.

## 02 Traversarea pe diagonală și pericolele pe care nu le vezi ca pieton

Traversarea pe diagonală este cea mai comună greșeală pe care am făcut-o cu toții cel puțin o dată. Trecerea de pietoni nu este un spațiu complet izolat de trafic, ci o zonă în care interacțiunea dintre pietoni și șoferi depinde foarte mult de claritate și predictibilitate. Iar traversarea pe diagonală poate aduce exact opusul, și anume ambiguitate.

O traversare corectă înseamnă să fii clar și ușor de anticipat pentru ceilalți din trafic. Dacă mergi drept, perpendicular pe drum, șoferii te pot vedea și înțelege imediat direcția ta. În schimb, atunci când traversezi pe diagonală, traseul devine mai puțin clar și mai greu de urmărit.

În plus, acest obicei te poate duce uneori în puncte cu vizibilitate mai slabă sau în momente mai dificile pentru reacția șoferilor. În trafic, chiar și o secundă de întârziere poate conta.

De aceea, cel mai bine este să traversezi simplu: drept, calm și fără schimbări inutile de direcție. Nu te baza doar pe faptul că ai prioritate, ci și pe cum ești văzut de ceilalți.

**În câteva cuvinte, atunci când te angajezi în traversare este esențial să ai în vedere următoarele reguli:**

- Traversează drept, nu pe diagonală, ca să fii ușor de observat.
- Mergi constant și previzibil, fără schimbări bruște de direcție.
- Nu te grăbi, siguranța e mai importantă decât câteva secunde în plus.
- Nu te baza doar pe prioritate, ci și pe atenția ta și acțiunile șoferilor.
- Fii atent până ajungi complet pe partea cealaltă a drumului.

Siguranța nu vine din faptul că ești pe trecere, ci din felul în care te deplasezi pe ea.

# 03 Ai grijă în trafic: emoțiile și graba te pot face să iei decizii greșite

Traficul nu este doar un spațiu fizic, ci și unul în care intrăm cu diverse stări emoționale: frică, anxietate, extenuare sau agitație. Problema apare atunci când aceste emoții influențează modul în care îți iei deciziile.

În trafic, nu doar situația contează, ci mai ales maniera în care alegi să reacționezi. Reacțiile impulsive reduc predictibilitatea și cresc riscul pentru toți participanții.

Gesturi aparent mici, o frână bruscă, o schimbare rapidă de direcție sau un claxon agresiv, pot declanșa reacții în lanț. În oraș, unde distanțele sunt mici, astfel de situații se pot întâmpla la o scală largă.

Traficul funcționează pe bază de reguli și comportament previzibil, nu pe emoții. Când reacțiile devin imprevizibile, ceilalți participanți sunt forțați să ghicească intențiile tale, ceea ce crește riscul de accident.

## **Pentru siguranța ta:**

- evită reacțiile imediate (claxon, frână bruscă, gesturi impulsive);
- păstrează distanță în situații tensionate;
- prioritizează controlul și siguranța, nu reacția de moment;
- fii constant și previzibil în comportament.

În trafic, nu contează viteza reacției, ci corectitudinea ei. Câteva secunde de calmitate pot preveni situații care, altfel, ar putea scăpa ușor de sub control.

# 04 De ce este bine să mai aștepți câteva secunde înainte să traversezi pe verde

De multe ori, atunci când semaforul se face verde pentru pietoni, primul impuls este să pășim imediat pe carosabil. Chiar dacă avem impresia că este complet sigur și că traficul s-a oprit, este important să rămânem atenți și să ne asigurăm înainte de a traversa.

Primele secunde după schimbarea semaforului sunt unele dintre cele mai sensibile momente din trafic. Există șoferi care forțează galbenul, mașini care termină virajul târziu sau participanți care reacționează cu întârziere.

Verdele nu înseamnă că toate riscurile dispar instantaneu. Înseamnă doar că traversarea este permisă. Diferența dintre o traversare sigură și una riscantă poate sta în câteva momente de observație înainte să pășești pe carosabil.

Atunci când te oprești puțin și analizezi situația din trafic, ai timp să

observi dacă toate vehiculele încetinesc și dacă intersecția este stabilă. În trafic, timpul de reacție este esențial.

## **Pentru o traversare mai sigură:**

- nu porni automat imediat ce apare verdele;
- observă dacă toate vehiculele se opresc complet;
- fii atent la mașinile care virează târziu;
- păstrează contactul vizual cu șoferii apropiați;
- traversează doar când situația este clară și previzibilă.

Așadar, să îți iei câteva secunde în plus pentru a te asigura că angajarea în traversare e sigură nu înseamnă timp pierdut, ci mai mult control asupra situației și timp pentru a reacționa corespunzător.

În trafic, siguranța începe înainte de primul pas pe carosabil.

# 05 Cum traversezi în siguranță alături de copii, în funcție de vârsta lor

Traversarea străzii cu un copil nu este doar un simplu drum dintr-un loc în altul. Este un moment în care responsabilitatea ta crește, pentru că trebuie să fii atent nu doar la trafic, ci și la felul în care copilul înțelege și reacționează la tot ce se întâmplă în jur.

Un copil nu este un adult în miniatură, iar faptul că îl ții de mână nu elimină riscurile din trafic.

În astfel de situații, atenția ta se împarte între drum și copil: dacă rămâne lângă tine, dacă îți dă drumul la mână, dacă se oprește brusc sau pornește fără să se asigure.

Și vârsta contează mult. Un copil mic poate reacționa impulsiv și poate porni dintr-o dată. Un copil de vârstă școlară începe să înțeleagă regulile, dar încă nu apreciază corect viteza și distanța. Iar un adolescent poate fi mai independent, dar uneori prea încrezător în propriile decizii.

## **Iată câteva acțiuni esențiale pentru o traversare mai sigură:**

- oprește-te complet înainte de a traversa;
- asigură-te, inclusiv pentru vehiculele care virează;
- ține copilul pe partea opusă carosabilului;
- evită pornirile bruște și alergarea;
- explică pe scurt ce faceți și de ce așteptați.

Copiii învață siguranța rutieră din repetarea aceluiași comportamente în situații reale. Dacă ești calm, atent și constant, asta devine norma pentru ei.

În trafic, diferența reală nu o face doar cunoașterea regulilor, ci modul în care le aplici în funcție de situație și de cei din jurul tău.

# 06 Cum traversezi în siguranță prin fața unui autobuz oprit

Un autobuz, o dubă sau un camion nu sunt doar vehicule mai mari, ci și obstacole care îți pot limita vizibilitatea și te pot face mai puțin vizibil în trafic.

Atunci când traversezi prin fața unui autobuz oprit, apare un risc dublu: tu nu vezi clar ce se întâmplă în trafic, iar șoferii pot să nu te observe la timp. Lipsa vizibilității înseamnă mai puțin control și un timp de reacție redus pentru toți participanții la trafic.

De multe ori, impulsul este să ocolești rapid autobuzul și să traversezi. Totuși, ceea ce pare liber poate fi doar o zonă pe care nu o vezi complet. O mașină poate veni de pe o altă bandă sau un șofer poate depăși autobuzul fără să te observe.

Chiar dacă un vehicul oprește pentru a-ți acorda prioritate, traversarea nu devine complet sigură decât în momentul în care toate benzile sunt libere sau traficul este oprit în mod clar.

## **Pentru o traversare mai sigură:**

- oprește-te o clipă înainte să ieși din proximitatea autobuzului;
- avansează ușor, astfel încât să devii vizibil treptat;
- uită-te activ pe toate benzile;
- caută semne clare că vehiculele încetinesc sau opresc;
- evită să apari brusc în câmpul vizual al șoferilor.

Traversarea în siguranță începe înainte de primul pas. În zonele cu vizibilitate redusă, decizia de a traversa trebuie să fie una conștientă, nu automată.

În campania „Primul Pas Contează”, acest primă acțiune capătă o importanță și mai mare. De multe ori, diferența dintre o situație sigură și una riscantă o fac doar câteva clipe de atenție.

# 07 De ce este important să fii atent și la greșelile celorlalți în trafic

În trafic, siguranța nu vine automat doar pentru că tu respecti regulile. Există situații în care ceilalți participanți pot greși din grabă, neatenție sau lipsă de experiență.

Poți avea prioritate, poți avea verde la semafor și poți face totul corect. Totuși, asta nu garantează că situația este complet sigură. Un șofer poate forța galbenul, o mașină poate schimba banda brusc sau un pieton poate traversa fără să se asigure.

Conduita preventivă înseamnă să fii cu un pas înainte și să iei în calcul și varianta în care ceilalți nu reacționează corect. Cele mai multe situații periculoase nu apar dintr-o singură greșeală, ci din mai multe situații mici care se adună rapid.

## **Pentru un comportament mai sigur în trafic:**

- analizează traficul în ansamblu, nu doar ce este în fața ta;
- anticipează posibilele greșeli ale celorlalți participanți;
- nu presupune că toată lumea respectă regulile;
- evită deciziile luate în grabă;
- oferă-ți timp de reacție înainte să acționezi.

În trafic, anticiparea și prevenția oferă mai mult control decât reacțiile de moment. Siguranța reală începe atunci când observi pericolul înainte ca acesta să devină o problemă.

# 08 Carosabil sau trotuar? De ce este important să cunoști diferența

La prima vedere, diferența pare simplă: trotuarul este pentru pietoni, carosabilul pentru mașini. În realitate, delimitarea nu este mereu clară, iar în multe zone spațiul pietonal este îngust sau aproape inexistent.

Chiar și atunci când infrastructura nu este clar delimitată, responsabilitatea de a rămâne în afara carosabilului este esențială pentru siguranța ta.

În momentul în care pășești pe carosabil, contextul se schimbă complet. Intri într-un spațiu în care totul se desfășoară rapid, iar siguranța ta depinde în mare măsură de reacția șoferilor. Diferențele de viteză, unghiurile moarte și spațiul redus de manevră cresc semnificativ riscul.

În multe zone rurale sau pe străzi secundare, apare adesea obișnuința de a merge foarte aproape de trafic, fără o atenție constantă.

Totuși, traficul rămâne imprevizibil, chiar și atunci când drumul îți este familiar.

**Pentru un comportament mai sigur, este important să ții cont de câteva reguli simple:**

- încercă să rămâi pe trotuar ori de câte ori este posibil;
- dacă spațiul este limitat, mergi cât mai aproape de marginea drumului;
- evită să pășești pe carosabil fără să te asiguri;
- fii atent la trafic chiar și în zonele pe care le cunoști bine;
- păstrează un comportament calm, clar și previzibil.

Diferența dintre trotuar și carosabil nu este doar una fizică, ci și una de siguranță, control și vizibilitate.

# 09 Cum traversezi în siguranță cu bicicleta sau trotineta

Pe bicicletă sau pe trotinetă, viteza crește, vizibilitatea se schimbă, iar timpul de reacție scade. Din acest motiv, traversarea devine unul dintre cele mai sensibile momente de interacțiune cu ceilalți participanți la trafic.

Conform regulilor de circulație, bicicliștii și utilizatorii de trotinete electrice nu au voie să traverseze carosabilul rămânând pe bicicletă sau pe trotinetă pe trecerea de pietoni.

## **Pentru o traversare corectă și sigură:**

- oprește înainte de trecere;
- coboară de pe bicicletă sau trotinetă;
- împinge vehiculul pe lângă tine;
- traversează cu viteză de mers;
- asigură-te înainte să pășești pe carosabil.

Această regulă există pentru siguranță. Atunci când cobori și devii pieton, viteza scade, mișcarea devine mai previzibilă, iar șoferii pot anticipa mai ușor ce urmează să faci.

Problema nu este doar viteza, ci și modul în care ești perceput în trafic. Un șofer reacționează diferit la un pieton față de un vehicul aflat în mișcare.

Traversarea responsabilă înseamnă câteva secunde în plus, însă mult mai mult control asupra situației.

# 10 De ce este important să cunoști semnele și marcajele rutiere chiar dacă ești pieton

Traficul funcționează ca un sistem comun, în care toți participanții se bazează pe aceleași reguli vizuale. Chiar dacă nu conduci, semnele și marcajele rutiere te ajută să anticipezi mai bine ce se întâmplă în trafic.

Un indicator STOP, o linie de oprire sau o trecere de pietoni oferă informații importante despre modul în care ar trebui să se comporte ceilalți participanți la trafic.

**Nu este necesar să cunoști toate detaliile legislației, dar este important să recunoști elementele de bază:**

- unde este permisă traversarea
- unde șoferii trebuie să oprească
- cum sunt organizate benzile și direcțiile de mers

Atunci când înțelegi semnalizarea rutieră, câștigi timp de reacție și poți anticipa mai bine mișcarea traficului.

**Pentru un comportament mai sigur:**

- observă semnele din jur, nu doar mașinile;
- identifică locurile marcate pentru traversare;
- urmărește marcajele de pe carosabil;
- încearcă să înțelegi logica intersecțiilor folosite frecvent;
- nu ignora semnalizarea chiar dacă pare că nu este trafic.

Semnele și marcajele nu sunt doar pentru șoferi. Ele reprezintă un limbaj comun care ajută la creșterea siguranței în trafic.

# 11 Cum să traversezi în siguranță pe trecerea de pietoni?

Atunci când verdele semaforului este pe final, apare deseori impulsul de a te grăbi sau de a fugi pentru a traversa înainte să se schimbe culoarea.

Problema este că tocmai ultimele secunde sunt cele în care apar cele mai multe situații neașteptate, iar graba reduce timpul de reacție atât pentru pietoni, cât și pentru șoferi.

Faptul că ai verde la semafor nu înseamnă că traversarea trebuie începută fără atenție. Uneori, dorința de a economisi câteva minute face ca traversarea să fie făcută fără suficient control asupra situației.

## **Pentru o traversare mai sigură:**

- evită să alergi pe trecerea de pietoni
- asigură-te înainte să pășești pe carosabil

- observă traficul real, nu doar semaforul
- păstrează un ritm constant și controlat
- nu porni pe trecere în ultimele secunde dacă nu ai timp suficient să traversezi în siguranță

În trafic, controlul este mai important decât graba. Câteva secunde de așteptare sunt mai sigure decât o traversare făcută în fugă.

Traversarea responsabilă începe înainte de primul pas și presupune atenție constantă până ajungi complet în siguranță pe cealaltă parte a drumului.

# 12 Traversarea în grup la semafor: de ce uităm să ne asigurăm?

În cadrul trecerilor de pietoni semaforizate apare frecvent situația în care o persoană traversează înainte să se facă verde sau în ultimele secunde înainte de a se schimba culoarea semaforului. În același timp, vedem și alți pietoni care pornesc după ea, fără să verifice culoarea semaforului.

Este un comportament foarte des întâlnit: „dacă a trecut el, e sigur și pentru mine”. Problema este că această presupunere nu reflectă întotdeauna realitatea din acel moment.

De multe ori, primul pieton poate fi pornit încă pe verde sau exact când verdele începe să clipească, iar ceilalți ajung să traverseze când semaforul este deja roșu. Astfel, situația fiecărui pieton nu mai este identică, iar ultimii sunt de regulă cei mai expuși.

Verdele intermitent înseamnă că timpul de traversare se termină. Dacă nu ai început încă traversarea, nu mai este momentul să pornești.

Dacă ești deja pe trecere, continui rapid sau folosești un refugiu, acolo unde există.

Șoferii își reorientează atenția imediat după schimbarea semaforului. În acest context, pietonii care pornesc târziu pot fi mai greu de observat din cauza unghiurilor moarte sau a celorlalți participanți din trafic.

## **Pentru un comportament mai sigur în trafic:**

- nu porni în traversare doar pentru că alții au pornit
- verifică întotdeauna semaforul înainte să pășești
- dacă verdele clipește și nu ai început, așteaptă
- dacă ești deja pe trecere, continuă fără opriri bruște
- nu presupune că situația celorlalți este identică cu a ta

Siguranța nu depinde de cei din jur și nu funcționează pe presupuneri. Verificarea semaforului de fiecare dată rămâne criteriul corect, chiar dacă alții au decis diferit.

# 13 Traversarea corectă a străzii: importanța unui traseu drept

Un gest mic, poate chiar reflex: ești la câțiva pași de trecerea de pietoni, vrei să ajungi repede pe cealaltă parte și intri pe trecere pe diagonală, „tăind colțul”. Pare eficient. Pare că nu ai ce să pățești, pentru că ești aproape de trecere și, în mintea ta, trecerea înseamnă protecție.

Doar că accidentele, de cele mai multe ori, se întâmplă inclusiv celor care sunt convinși că lor nu li se poate întâmpla nimic.

Traversatul pe diagonală se întâmplă din două motive simple: comoditate și falsă siguranță. Comoditate, pentru că traseul pare mai scurt. Falsă siguranță, pentru că trecerea e percepută ca o zonă în care mașinile se opresc automat.

Pe de altă parte, din perspectiva șoferului, lucrurile stau altfel: atenția lui e împărțită între banda lui, intersecție, oglinzi, unghiuri moarte, eventual un viraj sau o mașină care vine din lateral.

În momentul în care tu „tai” trecerea, apari dintr-un unghi neașteptat și uneori vii exact din zona în care nu există vizibilitate.

Trecerea nu este un scut care te protejează. E doar un loc unde regulile sunt mai clare. Când traversezi pe diagonală, devii mai puțin previzibil.

Astfel, la 50 km/h, o mașină parcurge aproximativ 14 metri într-o secundă de reacție, la care se adaugă distanța de frânare (aprox. 25-30 m pe uscat, mai mult pe ploaie/polei). Drept urmare, nu mai există spațiul necesar pentru oprire sigură dacă intri imprevizibil.

## **Ce spune Codul Rutier?**

Regula este simplă: pietonii trebuie să traverseze perpendicular pe axa drumului și numai după ce s-au asigurat.

Când traversezi perpendicular, șoferul te vede în zona așteptată și te poate anticipa mai ușor. Când traversezi pe diagonală, apari dintr-un alt punct decât cel anticipat, iar timpul de reacție scade.

**Cum arată traversarea responsabilă într-o astfel de situație**

1. Oprește-te la bordură, nu păși pe carosabil fără să te asiguri.
2. Intră pe trecere drept, perpendicular, nu pe diagonală.
3. Asigură-te stânga - dreapta și verifică mașinile care virează.
4. Caută confirmarea opririi; când poți, fă contact vizual cu șoferul.
5. Traversează în pas constant și evită distragerile.

Trecerea de pietoni e un loc sigur atunci când o folosești corect. Nu câștigi mult timp cu secunde „salvate”, dar poți pierde totul dacă nu respecti regulile.

# 14 Cum să traversezi în siguranță noaptea

Noaptea, traficul este diferit de cel din timpul zilei. Vizibilitatea scade, iar reacțiile devin mai lente. Trecerea de pietoni, mai ales când e slab luminată sau parțial obstrucționată, poate deveni un loc în care ai mai puțină protecție decât ai crede.

Mulți pietoni se bazează pe prioritate, fără să țină cont că, dacă nu sunt văzuți, șoferul nu are cum să reacționeze corect.

În teorie, ai aceleași drepturi ca pieton. În practică, contează dacă ești văzut la timp.

De cele mai multe ori, se pornește de la ideea: „sunt pe trecere, deci mașina trebuie să oprească”. Cu toate acestea, șoferul trebuie mai întâi să te vadă.

Obstacolele pot bloca vizibilitatea: mașini parcate, stâlpi, panouri,

copaci sau vehicule oprite neregulamentar.

## Ce se schimbă noaptea în trafic:

- hainele închise te fac greu de observat
- luminile creează reflexii
- ploaia reduce vizibilitatea
- unele treceri sunt slab iluminate

**Codul Rutier spune clar:** pietonul trebuie să traverseze doar după ce s-a asigurat.

De multe ori apare o situație simplă, dar riscantă: pietonul pășește pe trecere presupunând că a fost văzut, în timp ce șoferul, aflat într-un context complex de trafic, nu îl observă la timp. Așa apare un cumul de factori în care fiecare presupune că celălalt a înțeles situația corect.

**Mai jos, ți-am oferit câteva reguli pe care trebuie să le iei în considerare noaptea ca pieton:**

- oprește-te și asigură-te înainte de a traversa
- evită obstacolele care îți blochează vizibilitatea
- verifică dacă mașinile încetinesc
- caută contact vizual cu șoferul

- evită telefonul și căștile
- alege o trecere mai iluminată dacă e nevoie

Noaptea, siguranța vine din a fi văzut la timp, nu doar din prioritate.

# 15 Când nu ești atent la drum: riscurile traversării cu atenția ocupată de tehnologie

Este o situație pe care o vedem foarte des: persoane care traversează în grabă, cu căștile în urechi și telefonul în mână. Pare un gest automat, banal, căruia nu îi acordăm prea mare importanță. Și tocmai din acest motiv reprezintă un pericol.

Când faci mereu același lucru și totul pare să fie bine, începi să crezi că nimic rău nu se poate întâmpla.

Dacă pietonii ar traversa mereu în fugă, fără atenție, iar șoferii ar merge pe ideea că ceilalți participanți la trafic sigur se vor opri sau vor fi atenți, orașul ar deveni rapid un loc plin de frâne bruște, reacții întârziate și pericole la tot pasul.

Doar că în trafic nu există certitudini. Sunt doar momente în care ești observat la timp și momente în care nu. Diferența dintre ele poate fi foarte mică.

Atunci când alergi, nu mai ești la fel de atent la ce se întâmplă în jur.

Pe de altă parte, dacă ai căștile în urechi, auzi mai puțin din trafic. Iar când te uiți în telefon, îți este mult mai greu să observi corect cât de aproape este mașina.

În trafic, lucrurile se întâmplă foarte repede. Un pieton care se oprește, se asigură și pornește normal este mai ușor de observat. În schimb, un pieton care apare brusc, aleargă și are privirea în telefon este mult mai greu de anticipat.

Aici apare problema reală: imprevizibilitatea. În oraș, o mașină poate parcurge aproximativ 14 metri într-o secundă. Timpul de reacție scade foarte mult.

Codul Rutier spune clar că pietonii au prioritate doar când traversează regulamentar, prin locuri marcate sau la semafor. Șoferul are obligația să acorde prioritate pietonului aflat pe trecere.

Totuși, legea nu poate compensa un gest făcut prea târziu sau prea brusc. Nu poate obliga un șofer să reacționeze perfect la un pieton care apare dintr-o dată, în fugă.

Prioritatea nu exclude responsabilitatea. Ai dreptul să traversezi, dar ai și obligația de a o face preventiv. Alergarea și telefonul reduc atenția exact când ai mai mare nevoie de ea.

Acestea fiind spuse, trebuie să ai în vedere că pe trecere nu faci multitasking. Nu răspunzi la telefon, nu ajustezi volumul muzicii din căști și nu alergi.

#### **Uite ce trebuie să ai în vedere:**

- Oprește-te o secundă la bordură și ridică privirea
- Scoate o cască sau oprește muzica
- Asigură-te stânga-dreapta și verifică mașinile care virează
- Traversează doar când șoferii au încetinit sau oprit
- Mergi normal, drept, fără să alergi

Siguranța vine din atenția ta completă, nu din automatism.

# 16 O minge pe stradă: un semnal de avertizare pentru pericolele din trafic

Totul se poate întâmpla într-o clipă. O minge ajunge pe carosabil, aparent din senin. În acel moment, copilul nu stă să analizeze distanța până la mașină, viteza cu care circulă sau cât de repede ar putea reacționa un șofer. Reacționează instinctiv, cu atenția fixată doar pe obiectul pe care vrea să îl recupereze.

Și aici apare pericolul. Nu pentru că acel copil ar fi neascultător, ci pentru că așa funcționează, firească, un copil: vede mingea, fuge după ea și abia apoi conștientizează traficul.

Realitatea este, în esență, următoarea: în jurul școlilor, parcurilor sau blocurilor, copiii aleargă și își schimbă direcția dintr-o clipă în alta. Ei nu pot estima corect viteza unei mașini și nu înțeleg diferența dintre 20 și 40 km/h.

O minge pe carosabil este un semnal. Un indiciu că, în următoarea fracțiune de secundă, poate apărea un copil, din spatele mașinilor parcate, de după un copac sau dintr-un unghi greu de observat.

E important să luăm la cunoștință că la 40 km/h, o mașină parcurge aproximativ 10-15 metri înainte de frânare efectivă.

În acest sens, Codul Rutier pune accent pe adaptarea vitezei la context. Șoferul trebuie să poată reacționa în siguranță în orice situație. În zona indicatorului „Copii”, viteza nu trebuie să depășească 30 km/h în localități, între orele 7:00 și 22:00.

Spre exemplu, prevenția se poate desfășura în felul următor: o minge pe stradă poate părea un detaliu mic, dar uneori tocmai lucrurile mici schimbă totul.

### **Pentru șoferi aceasta înseamnă:**

- Redu viteza în zone cu copii și ține piciorul pe frână
- Privește marginile drumului, nu doar banda ta
- Dacă vezi o minge, presupune că poate urma un copil
- Claxonul nu te salvează – frânarea, da

### **Iar pentru părinți:**

- Jucăria nu se recuperează de către copil, ci de adult
- Stai între copil și stradă când vă jucați
- Învăță copilul: dacă scapă ceva pe stradă, rămâne pe loc și cere ajutor

În astfel de situații, fiecare secundă contează.

# 17 Trotuarul nu e mereu sigur: pericolele care pot apărea chiar lângă tine

De cele mai multe ori, trotuarul este locul în care ești în siguranță. Însă există și momente în care lucrurile nu merg cum te aștepti. Cea mai riscantă presupunere este că trotuarul te scoate automat din pericol.

Chiar și pe trotuar este esențial să fii atent la traficul de pe carosabil. O frână bruscă, o mașină care evită un obstacol sau o pierdere de control pentru o secundă pot aduce un vehicul mai aproape de margine decât ar trebui.

Mai multe decât atât, e important de știut faptul că nu toate trotuarele oferă același grad de siguranță. Cele mai vulnerabile sunt cele fără separatoare, lângă drumuri circulante cu viteză sau cu bordură joasă. În astfel de locuri, o manevră neprevăzută poate aduce o mașină periculos de aproape de spațiul pietonal.

## **Trebuie să fii atent mai ales la:**

- curbe
- colțuri de intersecție
- stații de autobuz
- treceri nesemaforizate
- zone cu mașini parcate aproape de bordură

Un obicei simplu ajută mult: când aștepti, stai puțin mai în spate față de marginea trotuarului.

O mașină poate ajunge pe trotuar în urma unei manevre bruște sau a pierderii aderenței, pe ploaie, pe nisip, pe asfalt degradat ori pe liniile de tramvai. În astfel de situații, un vehicul poate devia de pe carosabil pe trotuar într-o fracțiune de secundă.

Trotuarul nu reprezintă o protecție absolută, mai ales în zonele apropiate de drumuri intens circulate sau cu viteză mare. Siguranța nu vine doar din spațiul în care te afli, ci din atenția constantă față de ceea ce se întâmplă în imediata ta apropiere.

**Cum reduci riscul în câteva secunde:**

- ridică privirea din telefon
- redu volumul căștilor
- observă mașinile care se apropie de bordură
- retrage-te spre interior dacă o situație pare nesigură

**Lucruri simple care te ajută în practică:**

- stai puțin mai în spate față de marginea trotuarului
- ține copilul pe partea din interior
- nu lăsa obiecte lângă bordură
- mută-te spre interior dacă observi risc
- alege zone cu separare fizică între trotuar și carosabil

Trotuarul te protejează în majoritatea situațiilor, dar siguranța vine din felul în care te poziționezi în momentele în care lucrurile nu sunt previzibile.

# 18 Traversarea în fața vehiculelor de mare tonaj

Sunt momente în trafic în care totul pare în regulă. Ești la trecerea de pietoni, ai prioritate, te-ai asigurat și te aștepti ca asta să fie suficient.

Aici apare una dintre cele mai periculoase iluzii din trafic: dacă ai prioritate, ești automat în siguranță. În realitate, dreptul de a trece nu schimbă legile fizicii.

Când se apropie un camion încărcat, mai ales pe un drum în pantă sau în coborâre, distanța de oprire este mult mai mare decât la o mașină obișnuită. Are nevoie de mai mult spațiu și timp pentru a opri.

Așadar, dacă vezi un camion încărcat, mai ales pe un drum în pantă sau în coborâre, nu porni automat doar pentru că ai prioritate.

Verifică mai întâi dacă camionul încetinește clar și dacă există suficient spațiu până la tine pentru ca traversarea să se facă în siguranță. Dacă ai cel mai mic dubiu, mai așteaptă câteva secunde și traversează abia după aceea.

O greșeală frecventă este să pornești doar pentru că au pornit și ceilalți pietoni. Fiecare vede traficul din alt unghi și își evaluează situația din propria poziție. În fața unui vehicul greu, decizia de a traversa trebuie să fie a ta, luată în funcție de ce observi tu, nu de ce fac ceilalți.

E important să ai în vedere faptul că prioritatea îți dă un drept, dar siguranța vine din momentul în care alegi să nu transformi acel drept într-un risc.

# 19 Distanța laterală nu e opțională: regula care ține motocicliștii în siguranță

Când conduci și ai în față o motocicletă, e ușor să crezi că poți trece pe lângă ea fără probleme. Este îngustă și pare că lasă loc suficient în bandă.

În realitate, acel spațiu este esențial. Pentru motociclist, nu este un detaliu, ci zona minimă de siguranță pentru control și echilibru. Chiar și câțiva centimetri pot face diferența între stabilitate și cădere.

Mai precis, să fii extrem de apropiat de o motocicletă este periculos, chiar și dacă nu există impact. Curentul de aer, o manevră prea strânsă sau senzația de presiune pot destabiliza motocicleta instantaneu.

Motocicleta are dreptul să ocupe întreaga bandă. Nu este obligată să circule lipit de margine. De cele mai multe ori, motociclistul își alege poziția pentru vizibilitate și pentru a evita gropi, nisip sau suprafețe alunecoase.

Având în vedere toate aceste detalii, este esențial să știi că depășirea unei motociclete se face ca în cazul oricărui vehicul: cu schimbare de poziție sau bandă și cu distanță laterală suficientă. Trecerea „la limită” nu economisește timp, dar crește riscul.

**Așadar, este important să ai în vedere următoarele aspecte atunci când ai o motocicletă în proximitatea ta în trafic:**

- păstrează distanță laterală ca în cazul unei mașini
- nu sta lipit în spatele lor
- depășește complet, nu parțial
- nu îi împinge spre marginea benzii
- verifică oglinzile înainte de schimbarea benzii
- nu te baza pe faptul că „ar trebui să facă loc”

Motociclistul nu are caroserie care să-l protejeze. Spațiul din jurul lui este o condiție de siguranță, nu un confort suplimentar. În trafic, distanța corectă este cea care previne accidentele, nu cea care „încapă”.

## 20 Sirena în trafic: cum trebuie să reacționezi când apar vehiculele de urgență

În trafic, există momente în care totul se reorganizează în câteva secunde. Nu din grabă, ci pentru că apare o urgență reală.

O ambulanță, o mașină de pompieri sau de poliție, cu semnalele pornite, nu circulă pentru confort, ci pentru o intervenție în care fiecare secundă contează.

Pentru pieton, reflexul este simplu: vezi verdele, vezi trecerea și pornești. Dar când auzi sirena, acest reflex nu mai este suficient. Ai nevoie de o verificare în plus.

În mod normal, pe trecerea de pietoni ai prioritate. Dar când apare un vehicul de intervenție cu semnalele pornite, regula de siguranță se schimbă: nu începi traversarea, chiar dacă ai verde sau ești pregătit să pornești.

Nu mai este vorba despre cine trece primul, ci despre a elibera drumul pentru o intervenție.

Astfel, atunci când apare o ambulanță, tot traficul se reorganizează brusc: mașini frânează, trag pe dreapta, schimbă direcția.

Dacă pășești exact în acel moment pe trecere, trebuie să ai în vedere că te afli într-o situație în care ceilalți încearcă să elibereze drumul.

Totodată, direcția sirenei poate fi și înșelătoare, mai ales între clădiri sau când e aglomerat în trafic. Vehiculul poate veni din spate, din lateral sau mai repede decât pare. Căștile sau telefonul îți reduc și mai mult capacitatea de reacție.

**Îată ce trebuie să faci concret când auzi sirena:**

1. Dacă auzi sirena, oprește-te înainte de bordură
2. Identifică direcția din care se apropie
3. Nu începe traversarea până nu trece complet ambulanța
4. Dacă ești deja pe trecere, continuă calm și rapid
5. Ține copilul lângă tine și oprește-l din traversare
6. Nu te baza pe ceilalți pietoni

În câteva cuvinte, atunci când auzi sirena, regulile care se aplică atunci când nu există o situație de urgență nu se mai aplică. Oprește-te o clipă și observă. Pentru tine e o secundă, dar pentru persoanele din acel vehicul poate însemna o viață.

# 21 De ce claxonul poate pune în pericol un pieton aflat aproape de mașină

Există o situație des întâlnită în trafic: vezi un pieton aproape de mașină, nesigur sau neatent, și apare reflexul de a folosi claxonul ca avertizare.

De la distanță mică însă, claxonul nu mai este doar un semnal. Este un stimul brusc și puternic, care poate provoca panică. Iar un pieton speriat nu reacționează controlat, ci impulsiv și imprevizibil.

Poate opri brusc, poate face un pas înapoi pe carosabil sau poate accelera traversarea într-o direcție greșită. Tocmai aici apare riscul real: reacția nu mai poate fi anticipată.

În acel moment, reflexele nu pot fi controlate, un sunet puternic activează reacția automată a creierului. Nu mai există timp de analiză.

La volan, tu controlezi situația. Pietonul reacționează pe moment. Acest lucru este și mai important în cazul copiilor sau al vârstnicilor,

care pot avea reacții instabile sau imprevizibile.

În plus, pietonul poate nici să nu înțeleagă sursa sunetului: poate are căști, poate zgomotul se reflectă între clădiri, poate nu identifică direcția.

În loc să clarifice situația, claxonul o poate face mai confuză.

## **Claxonul se folosește doar pentru pericol imediat**

Astfel, trebuie să ai în vedere faptul că graba sau starea de nervozitate nu reprezintă un temei just pentru a folosi claxonul. În schimb, este pentru avertizarea unui pericol real. Rolul lui este să prevină, nu să forțeze reacții rapide.

Dacă este folosit de foarte aproape și sperie pietonul, poate crea exact riscul pe care ar trebui să îl evite.

**Iată ce poți face înainte de a apăsa claxonul:**

1. încetinești din timp
2. păstrezi distanța
3. oprești dacă este nevoie
4. lași pietonul să termine mișcarea

Iar dacă situația devine periculoasă, controlul mașinii este soluția, nu zgomotul.

În trafic, claxonul nu trebuie să creeze panică. De cele mai multe ori, siguranța vine din răbdare, nu din reacții bruște.

## 22 Nu reacționa impulsiv în trafic: furia la volan poate crea pericole

În trafic, un moment de tensiune apare rapid: cineva îți taie calea, un pieton greșește sau un biciclist face o manevră neașteptată. Aproape instant, apare impulsul de a reacționa.

La prima vedere pare o corectare, dar poate transforma o situație banală într-un risc pentru toți.

Pentru tine e o reacție scurtă. Pentru ceilalți poate însemna frânări bruște și reacții în lanț.

Este important să ții cont că oprirea pe carosabil, fără un motiv legat de siguranța ta sau a celorlalți participanți la trafic, îi poate lua prin surprindere pe ceilalți. În trafic, predictibilitatea este esențială, iar o oprire bruscă poate duce la producerea unor tamponări.

În oraș, distanțele sunt mici și atenția este împărțită. Astfel de gesturi pot declanșa frânări târzii, evitări sau schimbări de bandă.

Apar frecvent în zone sensibile: lângă treceri de pietoni sau intersecții, unde pot bloca vizibilitatea altora.

Din aceste considerente, o reacție impulsivă nu ajută la nimic, întrucât celălalt devine defensiv, iar situația se poate agrava rapid. În trafic, sub presiune, reacțiile sunt imprevizibile.

### **Lată ce poți face în schimb:**

- rămâi calm și nu răspunzi cu o altă greșeală
- păstrezi distanța și controlezi viteza
- eviți opririle fără motiv real de siguranță
- anticipezi și continui deplasarea controlat
- gestionezi situațiile periculoase fără impuls

**Pe scurt:**

1. Nu opri pe carosabil ca să „dai o lecție”.
2. Respiră și prioritizează controlul: distanță și frânare lină.
3. Nu bloca vizibilitatea în intersecții sau la treceri.
4. Evită frâna bruscă din nervi.
5. Fii un exemplu prin conduită, nu prin reacție.

În trafic, calmul previne mai multe probleme decât orice reacție imediată.

## 23 Gesturile periculoase spre mașini: cum o joacă poate provoca un accident

Mimarea unui gest de aruncare spre mașini poate părea o glumă sau o joacă fără importanță.

În realitate, pentru șofer, acel gest poate fi perceput ca un pericol real. În trafic nu există timp de analiză, iar reacția este instant, din reflex.

Chiar dacă nu se aruncă nimic, șoferul percepe risc de impact.

Într-o fracțiune de secundă poate frâna sau trage de volan. Pe drum îngust sau aglomerat, poate pierde controlul.

### **Apare efectul în lanț:**

- mașina din spate nu anticipează frânarea
- alți șoferi pot face evitări bruște
- pietoni din apropiere pot fi expuși

În momentul în care se întâmplă ceva care iese din rutină, nu există timp de analiză.

Gestul este interpretat ca pericol, iar reacțiile sunt automate: frânare sau corecții bruște.

Chiar dacă apoi se dovedește că a fost o glumă, reacția deja a avut loc. În trafic, o secundă este suficientă pentru un incident.

Așadar, toți participanții trebuie să se comporte astfel încât să nu creeze senzația de pericol. Pietonii trebuie să circule și să traverseze doar în condiții de siguranță.

Orice gest care sperie sau provoacă reacții bruște devine risc, chiar fără intenție.

### **Ce poți face în schimb:**

Dacă ești copil sau adolescent, nu faci astfel de gesturi către mașini.

Dacă ești adult, explici că pot fi interpretate greșit.

**Pe scurt:**

1. Nu sta aproape de carosabil când te joci
2. Nu mima aruncarea spre vehicule
3. Nu testa reacțiile șoferilor
4. Oprește imediat astfel de comportamente

În trafic, nu intenția contează, ci reacția. Un gest mic poate deveni risc real în câteva secunde.

# 24 Nu traversa fără să te asiguri: rutina te poate face să ignori pericolele

Traversarea pare un gest banal. O faci des, aproape automat: ieși din casă, mergi spre destinație și treci strada fără să te gândești prea mult. Tocmai această rutină aduce riscul.

În trafic există șoferi grăbiți, distrași sau condiții care schimbă totul în câteva secunde: vizibilitate redusă, carosabil ud sau reacții întârziate. De aceea, siguranța nu depinde doar de prioritate, ci de situația reală din acel moment.

Creierul completează rapid ce „știe deja”: că drumul e liber și mașinile opresc. Dar traficul nu funcționează pe presupuneri.

Nu e o informație necunoscută faptul că în locurile familiare, atenția scade. Poți rata o mașină care vine mai repede, un șofer care virează sau un vehicul ascuns parțial.

Telefonul, căștile sau graba reduc și mai mult capacitatea de reacție. Apare reflexul: „știu locul”.

Mai apare o eroare frecventă: dacă ai prioritate, ești în siguranță. În realitate, prioritatea organizează traficul, dar nu elimină riscul.

Totodată, pericolul poate veni din mai mulți factori: un șofer neatent, o frână târzie, ploaie, lumină slabă sau un vehicul care virează.

Uneori, chiar dacă ai verde, un alt vehicul intră în conflict cu traversarea ta. Sau o mașină oprește, dar alta din spate nu păstrează distanța.

Riscul apare din acumularea mai multor detalii mici, nu dintr-un singur eveniment.

Ideea de bază din Codul Rutier este că prioritatea nu înseamnă siguranță automată, iar pietonii trebuie să se asigure înainte de a traversa, chiar dacă au dreptul de trecere.

Dreptul există, dar responsabilitatea de a verifica rămâne.

**Cum poți reduce riscul:**

- oprește-te la margine înainte să pășești
- verifică stânga-dreapta și intenția șoferilor
- nu presupune că ai fost văzut
- caută contact vizual când poți
- dacă situația nu e clară, așteaptă

În trafic, rutina e cel mai mare risc ascuns. O secundă de atenție face diferența dintre obișnuință și siguranță.

# 25 Cum circuli în siguranță atunci când nu există trotuar

Există străzi unde trotuarul lipsește, este blocat sau prea îngust, iar ca pieton ajungi inevitabil pe carosabil. Faptul că devine o situație obișnuită nu înseamnă că este și sigură. Rămâi într-un spațiu dominat de vehicule, unde diferența de viteză și masă contează decisiv.

Atunci când te afli pe carosabil, comportamentul tău trebuie să fie unul previzibil. Nu schimba direcția brusc, nu te opri fără motiv și nu te lăsa distras. Șoferii nu au întotdeauna timp sau spațiu să evite un pieton, iar orice gest neașteptat reduce marja de siguranță.

În lipsa trotuarului, pietonul circulă cât mai aproape de marginea drumului și, de regulă, pe partea stângă în sensul de mers, pentru a vedea traficul din față și a reacționa la timp.

Iar în cazul străzilor înguste, șoferii au puține opțiuni: reduc viteza, trec foarte aproape sau intră parțial pe contrasens.

Orice mișcare imprevizibilă a pietonului poate declanșa frânări sau evitări bruște.

## În aceste situații pot apărea frecvent:

- treceri foarte apropiate
- manevre de evitare riscante
- frânări în lanț

Pentru a reduce riscul, mergi cât mai aproape de margine, în linie dreaptă, atent la trafic și fără distrageri. Evită opririle neașteptate și păstrează un comportament constant, ușor de anticipat.

În astfel de situații, siguranța nu vine din obișnuință, ci din atenție și din felul în care îți controlezi fiecare pas.

# 26 Cum să circuli în siguranță cu bicicleta sau trotineta

Pe bicicletă sau trotinetă electrică, e ușor să ai impresia că te poți strecura rapid printre mașini și că regulile sunt mai „flexibile”. În realitate, ești parte din trafic și orice diferență de viteză sau atenție poate schimba totul într-o fracțiune de secundă.

Bicicleta și trotineta electrică sunt vehicule. Asta înseamnă că respecti semne, semafoare și priorități. Chiar dacă nu ai permis, în trafic ești tratat ca participant activ, nu ca pieton.

Mai mult decât atât, una dintre cele mai frecvente greșeli este ideea că „trec repede și nu deranjez”. Dar ceilalți nu reacționează la intenții, ci la reguli. Un șofer care iese dintr-o curte sau traversează o intersecție nu se așteaptă să apari brusc din lateral sau din unghi mort.

Pe două roți, nu ai caroserie care să te protejeze, iar spațiul de reacție este foarte mic.

În acest sens, este important să respecti regulile, deoarece acestea reduc apariția situațiilor imprevizibile. Trecerea pe roșu, ignorarea semnelor STOP sau urcarea pe trotuar pentru o scurtătură nu sunt soluții rapide, ci surse de risc. Aceste comportamente pot declanșa frânări bruște, reacții în lanț și situații greu de controlat.

## **Reguli simple pentru siguranță:**

1. Mergi doar pe trasee permise
2. Oprește complet la roșu
3. La STOP, asigură-te, nu doar încetinești
4. Evită trotuarul și sensul interzis
5. În intersecții, presupune că nu ești văzut
6. Noaptea și pe ploaie, fă-te vizibil

În trafic, siguranța nu vine din viteză, ci din alegeri previzibile și controlate.

# 27 Cum să conduci preventiv în preajma curierilor

În trafic, cele mai riscante situații sunt cele pe care nu le poți anticipa. Un biciclist care schimbă direcția brusc, o trotinetă care apare dintr-un unghi mort sau un curier care se oprește scurt ca să verifice o adresă sunt situații frecvente în oraș. De cele mai multe ori, nu este vorba de intenție greșită, ci de dezorientare și presiune.

Curierii și șoferii care nu cunosc bine zona se bazează pe GPS și decizii rapide. Asta poate duce la opriri bruște, schimbări de direcție, intrări pe sens greșit sau traversări în grabă. În orașele aglomerate, aceste mișcări sunt frecvente și greu de anticipat.

Cel mai sigur mod de a conduce este să te porți ca și cum ceilalți participanți la trafic ar putea greși în orice moment. Nu reacționa la ce „ar trebui” să facă, ci la ce fac efectiv.

În Codul Rutier este menționat faptul că participanții la trafic trebuie să evite orice comportament care pune în pericol siguranța.

Asta înseamnă adaptarea vitezei, păstrarea distanței și evitarea situațiilor în care celălalt este forțat să reacționeze brusc.

## **Cum conduci preventiv în practică:**

Păstrează distanță mai mare

Redu viteza din timp

Evită depășirile în intersecții și zone înguste

Nu claxona decât pentru pericol real

Anticipează mișcări imprevizibile

Lasă spațiu bicicliștilor și trotinetelor

Ai răbdare când cineva este nesigur

În trafic, nu viteza te protejează, ci marja de siguranță. Două secunde de răbdare pot preveni o reacție în lanț.

# 28 Cum să eviți comportamentele periculoase

În trafic, unul dintre cele mai mari riscuri este șoferul agresiv. Îl recunoști ușor: accelerează și frânează brusc, schimbă banda fără semnal, claxonează, dă flash-uri, se apropie excesiv de alte vehicule și forțează constant.

Codul Rutier sancționează astfel de comportamente tocmai pentru că reduc siguranța tuturor și cresc riscul de accident.

Cu toate acestea, în viața de zi cu zi, mulți participanți la trafic simt impulsul de a răspunde: un gest, un claxon, o frână intenționată. Dar în momentul în care reacționezi, nu mai ești doar observator, ci intri în conflict. Iar conflictul în trafic se transformă rapid în manevre imprevizibile și riscante.

Un șofer agresiv se recunoaște prin acțiuni precum schimbările bruște de bandă, apropierea periculoasă de alte vehicule, lipsa de răbdare și reacțiile disproporționate la orice întârziere.

Nu te baza pe ideea că se va calma dacă îi răspunzi, deoarece, de cele mai multe ori, orice reacție din partea ta îi poate amplifica comportamentul.

Este important de menționat că un șofer agresiv nu reacționează la educație în trafic, ci la impuls. Reacția ta poate declanșa și mai multă grabă sau comportamente riscante. Prevenția înseamnă să nu intri în acest tip de interacțiune.

### **Ce poți face concret:**

1. Mărește distanța față de el
2. Evită contactul vizual și gesturile
3. Nu încerca să îl corectezi
4. Lasă-l să treacă sau schimbă banda în siguranță
5. Dacă ești pieton, nu intra intenționat în calea lui
6. Dacă ești biciclist/trotinetist, oprește sau retrage-te din traiectoria lui
7. Raportează comportamentul doar când ești în siguranță

Când întâlnești agresivitate în trafic, nu răspunzi. Te protejezi și îl eviți. Obiectivul tău rămâne același: să ajungi în siguranță la destinație.

# 29 Copiii te imită în trafic: dă-le un exemplu bun prin comportamentul tău

Ca părinte, ai impresia că lucrurile sunt sub control: îl ții de mână, îl oprești la bordură, îi spui să aștepte. Dar protecția de moment nu este suficientă dacă nu se transformă în comportament învățat.

Copiii nu învață siguranța din explicații scurte, ci din repetiție. Ce faci tu constant devine pentru ei „normalul” în trafic. Dacă te oprești și te asiguri de fiecare dată, asta vor copia. Iar dacă te grăbești și traversezi fără atenție, asta vor considera și ei ca fiind un comportament adecvat.

Mai mult decât atât, copiii nu estimează corect viteza sau distanța. O mașină poate părea departe, chiar dacă nu este. Atenția lor este instabilă: un joc, o minge sau un prieten pot deveni mai importante decât traficul.

Totodată, cei mici nu văd ușor pericolele ascunse: mașini parcate, vehicule care virează sau colțuri fără vizibilitate.

De aceea, simpla „atenționare” nu este suficientă fără exemplu și repetare.

De aceea, e esențial să ai în vedere faptul că un copil nu va face ce îi spui o singură dată, ci va urma exemplul pe care îl vede zilnic. Traversarea pe roșu „o singură dată”, graba sau lipsa de atenție devin pentru el comportamente normale.

Așadar, iată câteva fraze pe care i le poți menționa atunci când sunteți pietoni pentru ca acesta să le integreze în comportamentul său:

- „Ne oprim și ne uităm”
- „Mergem, nu alergăm”
- „Așteptăm să fim siguri”

### **Cum îl înveți concret să traverseze:**

1. Oprește la bordură, de fiecare dată
2. Privire stânga-dreapta, fără grabă
3. Atenție la mașinile care virează
4. Traversare doar când traficul e oprit sau sigur
5. Fără alergat și fără telefon
6. Dacă nu e timp, se așteaptă următorul moment sigur
7. Obiectele căzute pe carosabil nu se recuperează în fugă
8. Pe trotuar, copilul stă pe partea din interior

În final, copilul va fi singur în trafic mai devreme decât crezi. Iar în acele momente, se va baza nu pe ce i-ai spus o dată, ci pe ce a văzut repetat la tine.

# 30 Cum cobori corect din mașină în siguranță

Coborârea din mașină pare un moment banal, dar este una dintre situațiile în care atenția scade exact când ai nevoie de ea. Mașina s-a oprit, te pregătești să pleci, iar mintea este deja în altă parte. Problema este că traficul din jur continuă, iar tu devii brusc un participant expus.

În special în oraș, la taxi sau ridesharing, mulți pasageri deschid ușa fără să se asigure. În acea secundă, poți intra direct în traiectoria unei biciclete, trotinete sau a unei mașini care nu are timp să reacționeze.

De aceea, cea mai periculoasă situație este deschiderea ușii spre carosabil fără verificare. Din exterior pot veni vehicule mai rapide și mai greu de observat, iar impactul poate apărea imediat, fără timp de corecție.

## **Riscul crește când:**

cobori în grabă

e întuneric sau plouă

sunt mai multe mașini parcate care blochează vizibilitatea

mai mulți pasageri deschid ușile simultan

**Regula de bază este simplă:** ușa nu se deschide până nu te asiguri că nu vine nimic din spate.

O altă greșeală frecventă este să traversezi imediat prin spatele mașinii. De acolo ești greu de observat, iar pentru șoferii din spate apari târziu.

Mai sigur este să te îndepărtezi câțiva pași de mașină înainte de a te deplasa mai departe, într-un loc cu vizibilitate bună.

**Pentru a coborî corect din mașină, trebuie să ai în vedere următoarele reguli:**

1. Coboară pe partea trotuarului
2. Dacă cobori pe stânga, verifică oglinzile și traficul din spate
3. Deschide ușa treptat și asigură-te înainte de a ieși
4. Fii atent la biciclete și trotinete înainte de a păși pe carosabil
5. Nu traversa imediat prin spatele mașinii
6. Mergi câțiva pași până ești vizibil și ai vizibilitate
7. Nu folosi telefonul în momentul coborârii
8. Dacă ești cu un copil, coboară tu primul

Siguranța nu depinde de momentul în care ajunghi la destinație, ci de ultimele secunde ale drumului. Iar coborârea din mașină este una dintre ele.



# Primul Pas Contează

un proiect KilometrulBine by Dacia

În trafic, cel mai periculos gând e acesta: „Mie nu mi se poate întâmpla”.  
Îl au și pietonii, și șoferii, și cei care știu drumul pe de rost. Iar exact când  
ne bazăm pe el, riscul crește.

Pentru că nu e doar despre tine. E despre toți: copilul care traversează în  
grabă, părintele distras o secundă, șoferul obosit care reacționează  
prea târziu. Dacă toți am merge pe ideea „nu mi se întâmplă”, nimeni n-ar  
mai încetini, nimeni nu s-ar mai asigura - iar accidentul n-ar mai fi  
excepție.



[www.KilometrulBine.ro](http://www.KilometrulBine.ro)