

自行车骑士!

不管您的年龄或骑行次数,您的安全都很重要。



无论在汽车上,还是在自行车上,我们大多数人都同意我们都应对自己和其他道路使用者的安全负责。骑行时,您可以通过以下的安全措施令自己和其他道路使用者更安全:

配戴头盔



让他人看见



让他人可预测



保持专注

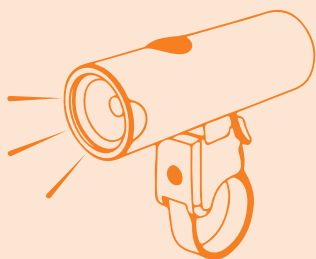


配戴头盔

头盔可减少严重的头部和脑部损伤。找一个舒适的头盔并调较它至贴合头部 - 当它舒适及平稳地戴在你的头上, 不会左右或前后摇晃时, 你就正确调整了你的头盔。



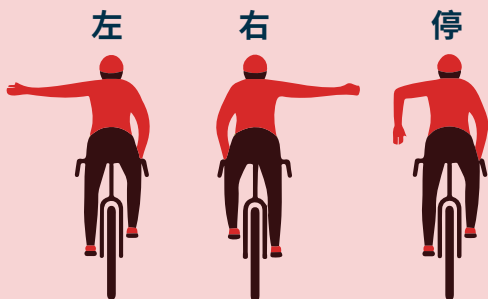
让他人看见



让自己的可见度高, 有助于驾驶者更早看见你, 使他们有更多时间作出反应。头灯、尾灯、明亮的衣服和反光装备可使他人更容易看见自行车骑士。

让他人可预测

遵守交通法规和使用手号, 让驾驶者知道你的前往方向。



保持专注



不要让手机、自行车科技装置、或耳塞分散您的注意力。当您保持警觉, 并专注您周围的事物时, 您就是一个更安全的骑士。