

ਬਾਈਕ ਸਵਾਰ!

ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ ਜੋ ਵੀ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੀ ਵੀ ਸਵਾਰੀ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦੀ ਹੈ।

**TARGET
ZERO**

ਸਾਡੇ ਵਿਚੋਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਇਸ ਗੱਲ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਆਪਣੀਆਂ ਸੜਕਾਂ 'ਤੇ ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਇੱਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਭਾਵੇਂ ਅਸੀਂ ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਹਾਂ ਜਾਂ ਸਾਈਕਲ ਤੇ। ਸਵਾਰੀ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ, ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਭਿਆਸਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ ਸੜਕ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹੋ:

ਹੈਲਮੇਟ ਪਹਿਨੋ

ਦਿਰਸ਼ਮਾਨ ਰਹੋ

ਅਨੁਮਾਨਯੋਗ ਬਣੋ

ਧਿਆਨ ਬਣਾਏ ਰਖੋ

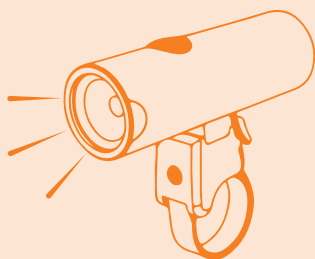


ਹੈਲਮੇਟ ਪਹਿਨੋ

ਹੈਲਮੇਟ ਸਿਰ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗ ਦੀਆਂ ਰੰਭੀਰ ਸੱਟਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਅਰਾਮਦਾਇਕ ਹੈਲਮੇਟ ਲੱਭੋ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਅਨੁਕੂਲਿਤ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਫਿੱਟ ਹੋਵੇ - ਜਦੋਂ ਇਹ ਸਹੀ ਫਿੱਟ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਪੱਧਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਜਾਂ ਅੱਗੇ ਤੋਂ ਪਿੱਛੇ ਨਹੀਂ ਹਿਲਦਾ।



ਦਿਰਸ਼ਮਾਨ ਰਹੋ



ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਿਰਸ਼ਮਾਨ ਹੋਣ ਨਾਲ ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਲਦੀ ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਵਹਾਰ ਦੇ ਜਵਾਬ ਵਿੱਚ ਕਾਰਵਾਈ ਲਈ ਹੋਰ ਸਮਾਂ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਹੈਂਡਲਾਈਟਾਂ, ਟੇਲ ਲਾਈਟਾਂ, ਚਮਕਦਾਰ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਰਿਫਲੈਕਟਿਵ ਗੋਅਰ ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ ਬਾਈਕ ਸਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣਾ ਆਸਾਨ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਪੂਰਵ ਅਨੁਮਾਨਯੋਗ ਹੋਵੋ

ਟਰੈਫਿਕ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਹੱਥਾਂ ਦੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ।

ਖੱਬੇ



ਸੱਜਾ



ਰੂਕੋ



ਧਿਆਨ ਬਣਾਏ ਰਖੋ



ਆਪਣੇ ਫੋਨ, ਸਾਈਕਲਿੰਗ ਤਕਨਾਲੋਜੀ, ਜਾਂ ਕੰਨ ਦੀਆਂ ਮੁਕੁਲਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਵਸਾਰੀ ਤੋਂ ਆਪਣਾ ਧਿਆਨ ਨਾ ਹਟਾਉਣ ਦਿਓ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸੁਚੇਤ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਰਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਾਈਡਰ ਹੋ।