रातमा चम्किलो हुनुहोस्

भर्मोन्टमा हिँडिरहेका, बाइक चढिरहेका र गुडिरहेका मानिसहरू संलग्न भएका धेरैजसो दुर्घटनाहरू राति र शरद र हिउँदका ग्रामीण सडकहरू जस्ता अँध्यारो प्रकाशका अवस्थाहरूका कारणले गर्दा हुन्छन्।

तपाईं हिँड्दै वा बाइकमा हुनुहुन्छ भने, हरेक समयमा **रिफ्लेक्टरहरू लगाएर** र **लाइटहरू बोकेर** राति देखिने र सुरक्षित रहने अभ्यास गर्नुहोस्। ड्राइभरहरू पनि राति सवारी चलाउँदा पैदलयात्रीहरू छन् कि भनी थप सावधान र सतर्क हुनु पर्छ।

रिफ्लेक्टरहरूको प्रयोग कसरी गर्ने:

रिफ्लेक्टर अगाडि र पछाडिबाट देखिनु हुनु पर्छ। रिफ्लेक्टर झुन्डिएको हुनु पर्छ। ड्राइभरहरूले स्थिर परावर्तन भन्दा चलेको बढी देख्न सक्छन्।

रिफ्लेक्टरलाई निम्न स्थानमा राख्नुहोस्:

- ब्याकप्याक
- पकेट
- जिपर
- वाकर
- ह्विलचेयर
- डग पट्टा
- जति धेरै रिफ्लेक्टर भयो त्यति नै राम्रो हुन्छ!

रिफ्लेक्टर लगाएको व्यक्तिलाई कालो खालको कपडा लगाएको व्यक्तिको भन्दा 3x सम्म बढी देखिन्छ।

पैदलयात्री, साइक्लिस्ट र ड्राइभरहरूका लागि रात्रिकालीन सुरक्षाका सुझावहरू

पैदलयात्री र साइक्लिस्टहरूका लागि:

- उज्यालो र चम्किलो कपडा लगाएर ड्राइभरहरूले तपाईंलाई देख्ने सुनिश्चित गर्नुहोस् वा फ्ल्यासलाइट/बाइक लाइट बोक्नु र परावर्तक कुरा लगाउनु अझै राम्रो हुन्छ।
- कानुनअनुसार साइक्लिस्टहरूले फ्ल्यासिङ वा स्थिर रातो पछाडिको बत्ती प्रयोग गर्नु वा पछाडि कम्तीमा 20 वर्ग इन्चको परावर्तक सामग्री राख्नु आवश्यक छ।
- ट्राफिक एकदमै राम्रोसँग देखिने राम्रोसँग बत्ती बालिएका क्षेत्रमा क्रस गर्नुहोस्।
- सम्भव भएसम्म फुटपाथ प्रयोग गर्नुहोस्।
- बस बिसौनीमा: बसको पछाडि वा क्रसवाकमा क्रस गर्नुहोस्।
- कार, बाइक र अन्य सवारीहरू आएको हेर्नुहोस् - किनभने तिनीहरूले तपाईं आउनुभएको नदेखेका हुन सक्छन्।

तपाईंले सवारी चलाउँदै गर्दा:

- गतिसम्बन्धी सबै सीमाहरूको पालना गर्नुहोस्। 40 mph को गतिमा गुडिरहेको कारले हानेको पैदलयात्रीको मृत्यु हुने सम्भावना 85% हुन्छ। 20 mph मा जोखिम घटेर 5% हुन्छ।
- ध्यान नदिई सवारी चलाउने, आक्रोशित रूपमा चलाउने र मदिरा र लागूपदार्थहरूको प्रभावमा परी चलाउने नगर्नुहोस्।
- रोक्ने सङ्केत र रातो बत्तीमा पूर्ण रूपमा रोक्नुहोस्।
- सतर्क रहनुहोस्, सधैं बाइक र पैदलयात्रीहरू छन् कि भनी हेर्नुहोस् र सडक अरूलाई पनि बाँड्नुहोस्।

थप जानकारी यहाँ दिइएको छ: SafeStreets.Vermont.Gov

VERMONT AGENCY OF TRANSPORTATION DEPARTMENT OF HEALTH

medical reserve corps