

## Факторы, способствующие повышенному риску пожилых участников дорожного движения.

Физическая уязвимость имеет самые серьезные последствия для «незащищенных» участников дорожного движения – пешеходов и водителей велосипедов.



### Физическая уязвимость:

- Высокий риск получить в транспортных авариях тяжелые травмы, порой со смертельным исходом;
- Организм хуже восстанавливается после перенесенных травм, или не восстанавливается вообще;
- Ухудшения слуха и зрения, повышение хрупкости костей.
- Падение может вызвать «отложенную» смерть: перелом бедра заставляет человека соблюдать постельный режим, а такое ограничение подвижности может нанести последний удар по сердцу, сосудам и легким;

## Факторы, способствующие повышенному риску пожилых участников дорожного движения.

### Функциональные ограничения

- Замедление процессов наблюдения и принятия решений, управления координацией, и особенно способности адаптироваться к внезапным изменениям в положении тела.

- Снижение мышечной силы, скорости реакции и памяти, способности выполнять более одной задачи одновременно;

В дорожных условиях, когда требуется повышенное внимание и быстрота действий, это может иметь негативные последствия для безопасности дорожного движения. Резкие движения могут привести к потере равновесия и падению.

МИНИСТЕРСТВО ТРУДА И СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ  
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

ГБУ СО КК «ПАВЛОВСКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР  
СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ»

## Основные обязанности пешеходов



# Будьте, осторожны!

352040, КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ,  
ПАВЛОВСКИЙ РАЙОН, СТ. ПАВЛОВСКАЯ,  
УЛ. ОКТЯБРЬСКАЯ, 204, ТЕЛ. (86191) 5 52 35,  
e-mail: e/kvitko@mtsr.krasnodar.ru


<http://pavlovskiy-kcson.ru/>



Как уберечься от опасности? Ежедневно мы являемся участниками дорожного движения, выступая в качестве пешехода, пассажира или водителя.

Быть пешеходом – это очень ответственно. Дорожное движение – сложный процесс, но его безопасность зависит от поступков каждого человека.

**Пожилой пешеход.**



Число пожилых участников дорожного движения с каждым годом становится все больше. В ближайшие десятилетия их число будет продолжать увеличиваться, и вместе с этим увеличится их уровень смертности в дорожном движении, так как в транспортных авариях чрезвычайно высок риск получения тяжелой травмы пожилым человеком.

*Вероятность быть сбитыми возрастает более чем в два раза по сравнению с молодыми и взрослыми пешеходами.*

**Вот таких правил безопасности мы рекомендуем придерживаться уважаемым пожилым людям при движении по дорогам:**

- Выйти из дома заблаговременно, чтобы осталось время про запас. Пожилому человеку необходимо ходить по улице не спеша.
- Не рекомендуется ускорять шаг или бежать. В любом случае перед переходом дороги замедлить шаг и переходить размеренно, без спешки, наблюдая за движением на дороге.
- Увидев автобус, стоящий на противоположной стороне, не спешите и не бегите, так как это опасно и лучше подождать следующего автобуса.
- Переходить улицу не наискосок, а строго прямо. Это делается для лучшего наблюдения за автомобилями и для прохождения наименьшего пути.
- Там, где есть светофор, переходить дорогу можно только на зеленый сигнал, наблюдая за дорогой слева и справа. Важно осознать, что на красный и желтый сигнал дорогу не переходят, даже если нет машин.
- При переходе улицы и на остановке, в ожидании автобуса, не выходите на проезжую часть.
- Переходить дорогу можно только по пешеходным переходам, а на участках дорог, где в зоне видимости нет пешеходных переходов, необходимо убедиться, что автомобили на достаточном расстоянии, чтобы пожилому человеку перейти дорогу, или остановились и пропускают пешехода.

- Прикрепите светоотражатель на сумку или на одежду. Так вы будете видны водителям в сумерках и в тёмное время суток.