





ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΑΤΥΧΗΜΑ

- Ο όρος ατύχημα είναι ασαφής και μάλλον ...θολώνει τα νερά
 - προάγει μια μοιρολατρική αντιμετώπιση
 - δεν οδηγεί σε προσπάθειες κατανόησης των αιτιών
 - «προτείνει» την αδυναμία πρόβλεψης και πρόληψης.
- Καλύτερα επομένως να γινόμαστε πιο συγκεκριμένοι για να γνωρίζουμε επακριβώς τον αντίπαλο:
- **ΠΝΙΓΜΟΣ... ΣΥΓΚΡΟΥΣΗ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΩΝ... ΔΗΛΗΤΗΡΙΑΣΗ...**



ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΑΤΥΧΗΜΑ (2)

- Τον όρο «**ατύχημα**» ας τον κρατήσουμε για την ώρα, αλλά:
- - τα ατυχήματα **δεν είναι** τα αναπόφευκτα αποτελέσματα αμετάβλητων καταστάσεων, της μοίρας, της κακιάς ώρας!
- - τα ατυχήματα **έχουν αιτίες!**
- Ο προσδιορισμός, η απομόνωση, ο έλεγχος των αιτιών αυτών αποτελούν τις βασικές αρχές της πρόληψης.



ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΑΤΥΧΗΜΑ (3)

- Μόλις υπάρξει στη συνείδηση των ανθρώπων μια αίσθηση **προσωπικής ευθύνης** για την αιτία του ατυχήματος, τότε η πρόοδος θα είναι μεγάλη.
- **Η συνέπεια του ατυχήματος** δεν θα είναι πλέον μόνο ένα θύμα κάποιου ανεξέλεγκτου γεγονότος, άξιο του οίκτου μας.
- Τότε λοιπόν, θα είναι πολύ πιθανό να ακολουθήσει μια περίοδος ανασυγκρότησης και αυτοαξιολόγησης, κατά την οποία είναι δυνατό να προσδιοριστούν **πράξεις ανοησίας, απροσεξίας, αδιαφορίας.**
- - Chapman AL. In: Accident Prevention. Halsey MN, ed. New York: McGraw- Hill for American Public Health Association; 1961.



ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΑΤΥΧΗΜΑ (4)

- Οι αιτίες των ατυχημάτων μπορούν να χωρισθούν σε τρεις κατηγορίες:
 - - τις επισφαλείς πράξεις των ανθρώπων (88%)
 - - το επισφαλές περιβάλλον και τον επισφαλή εξοπλισμό (10%)
 - - τις φυσικές καταστροφές (πλημμύρες, σεισμοί κλπ) (2%)



ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΑΤΥΧΗΜΑ (5)

- Επισφαλείς πράξεις των ανθρώπων
- 88%





ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΑΤΥΧΗΜΑ (6)

- Το επισφαλές περιβάλλον και ο επισφαλής εξοπλισμός
- 10%





ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΑΤΥΧΗΜΑ (7)

- Οι φυσικές καταστροφές (πλημμύρες, σεισμοί κλπ)
- 2%



ΠΡΟΛΗΨΗ

- *«Τα ατυχήματα που μπορούν να αποτραπούν, αν δεν τα αποτρέψουμε λόγω αμέλειας ... τότε αυτό δεν είναι τίποτε λιγότερο από μια δολοφονία»*



- Dr. S. Radhakrishnan
- (1888-1975)
- (Ινδός φιλόσοφος και Πρόεδρος της Ινδίας, 1962-1967)



ΠΡΟΛΗΨΗ (1)

- Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας θεωρεί ότι τα τροχαία είναι προβλέψιμα και άρα μπορούν να προληφθούν.
- Μ αυτή την έννοια καλεί όλους τους εμπλεκόμενους στο ζήτημα της οδικής ασφάλειας να μη χρησιμοποιούν τον όρο ατύχημα για ένα τροχαίο συμβάν μια και η τύχη ελάχιστα ή καθόλου δεν συμβάλει σ αυτό.



ΠΡΟΛΗΨΗ (2)

- Η συχνότερη και βασικότερη αιτία των ατυχημάτων είναι η ανθρώπινη συμπεριφορά.
- **ΕΠΟΜΕΝΩΣ**
- - πρέπει να αποκτήσουμε νοοτροπία **πρόληψης...**
- **ΔΗΛΑΔΗ;**
- - να το πάρουμε απόφαση ότι δεν είμαστε μόνοι σ' αυτόν τον κόσμο
- - εάν νοιαζόμαστε για το συμμαθητή μας, το συνεργάτη μας, τότε είναι σίγουρο πως η ψυχή μας θα δει τον κίνδυνο.



ΠΡΟΛΗΨΗ (3)

- Όποιος μιλάει για πρόληψη ... όποιος κάνει πράξη την πρόληψη ... συνήθως αντιμετωπίζεται με ειρωνική διάθεση από τους πολλούς.

Γιατί;

- Διότι οι πολλοί πιστεύουν πως η πρόληψη είναι αποχή από κάθε έντονη δραστηριότητα ... είναι κάτι σαν φοβία.
- Ας το σκεφτούμε όμως λιγάκι...

Είναι πράγματι έτσι;



ΠΡΟΛΗΨΗ... (4)

- Φοράει ειδικό κράνος, στολή προστασίας από τη φωτιά, πιέζει τους υπευθύνους των αγώνων για περισσότερα μέτρα ασφαλείας...
- ***Έχει φοβίες;***





ΠΡΟΛΗΨΗ (5)

- **ΕΠΟΜΕΝΩΣ:**

- Ναι στη χρήση μοτοσικλέτας,

- **αλλά:**

- - μετά από ειδική εκπαίδευση
- - **πάντοτε** με κράνος

- στη φωτογραφία: προσοχή
στις διασταυρώσεις!





ΤΟ «ΠΑΡ' ΟΛΙΓΟΝ ΑΤΥΧΗΜΑ»

- Μια αντικανονική προσπάρηση... αλλά δεν ερχόταν αυτοκίνητο από το αντίθετο ρεύμα... ουφ... ευτυχώς...
- Με πήρε ο ύπνος στο τιμόνι... βγήκα στα χωράφια... αλλά χτύπησα μόνο στον ώμο... λιγάκι... πάλι καλά...



...Κάποια στιγμή όμως θα συμβεί το μοιραίο, για μας αλλά και για τους άλλους!

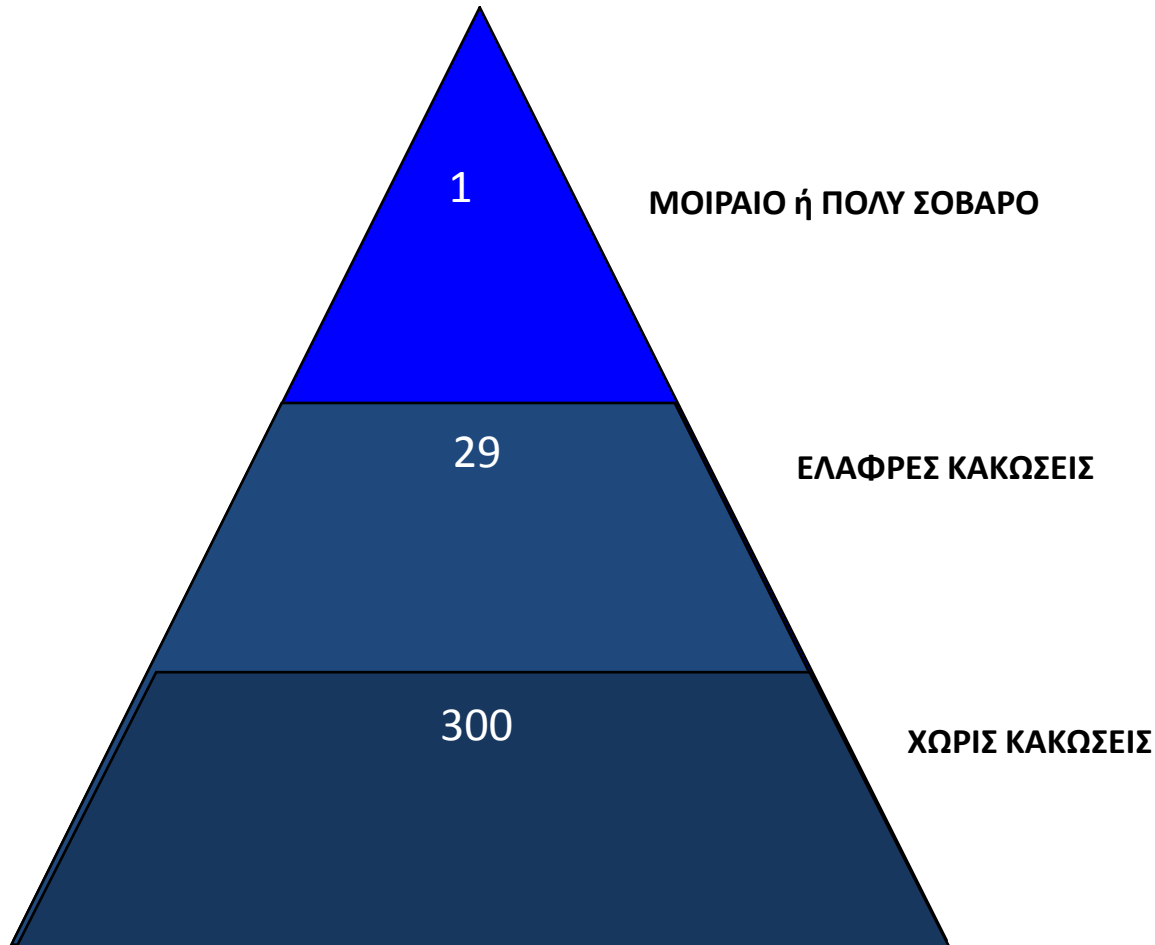


ΤΟ «ΠΑΡ' ΟΛΙΓΟΝ ΑΤΥΧΗΜΑ» (2)

- Πολλές φορές αδιαφορούμε για κάποιο ατύχημα που δεν προκάλεσε σωματικές κακώσεις ή μεγάλες υλικές ζημίες.
- Λέμε: **«ευτυχώς...»**, **«άγιο είχαμε...»** κι άλλα παρόμοια.
- Ως τότε θα «πέφτουμε στα μαλακά»;



ΘΕΩΡΙΑ ΤΟΥ HEINRICH



ΘΕΩΡΙΑ ΤΟΥ HEINRICH (2)

- Σε κάθε **330** ατυχήματα, **1** είναι μοιραίο ή με πολύ σοβαρές κακώσεις, **29** με ελαφρές κακώσεις, **300** χωρίς κακώσεις.
- Αν όμως δεν φροντίζουμε και για τα 330, να τα αποτρέψουμε, παρά μόνο για το μοιραίο, όταν συμβεί, τότε είναι σαν να βάζουμε το χέρι σε ένα βάζο με 330 καραμέλες όπου:
 - **1** *περιέχει αρσενικό*
 - **29** *περιέχουν καθαρτικό*
 - **300** *περιέχουν ζάχαρη*





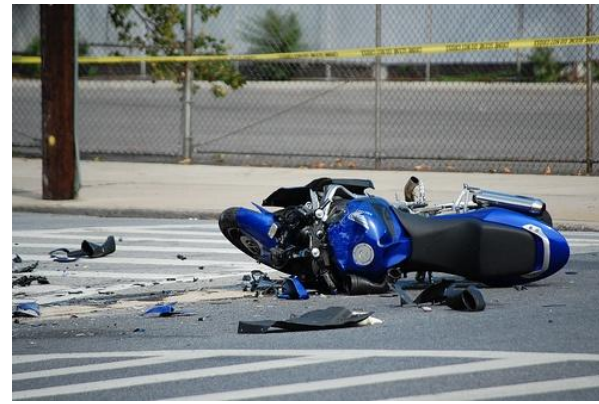
ΤΑ ΑΤΥΧΗΜΑΤΑ ΚΑΙ Η ΖΩΗ ΜΑΣ

- **ΤΡΟΧΑΙΑ**

- Στις ηλικίες **15 – 24** το τίμημα είναι πολύ βαρύ...
- Το **81%** των θανάτων που συμβαίνουν σε αυτήν την ομάδα ηλικιών οφείλεται σε τροχαία ατυχήματα!
- Το **19%** σε άλλα αίτια (παθήσεις).



ΤΙ ΣΥΜΒΑΙΝΕΙ ΣΤΟΥΣ ΔΡΟΜΟΥΣ ΚΑΙ ΤΙΣ ΠΛΑΤΕΙΕΣ;





ΠΩΣ ΘΑ ΠΟΛΕΜΗΣΟΥΜΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΚΑΚΟ;

- Δεν πρέπει να ξεχνάμε όταν κάνουμε ποδήλατο:
- - φοράμε ανοιχτόχρωμα ρούχα (λευκό, κίτρινο, πορτοκαλί κ.α)
- - το κράνος είναι αναγκαίο!
- - φώτα: άσπρο φως μπροστά, κόκκινο πίσω.





ΠΩΣ ΘΑ ΠΟΛΕΜΗΣΟΥΜΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΚΑΚΟ; (2)

- Τα κράνη στους ποδηλάτες μειώνουν τον κίνδυνο τραυματισμού στο κεφάλι κατά **85%** και του εγκεφάλου κατά **90%**! Μόνο όμως **5%** των παιδιών που κάνουν ποδήλατο φορούν κράνος!

Έρευνα στις ΗΠΑ





ΠΩΣ ΘΑ ΠΟΛΕΜΗΣΟΥΜΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΚΑΚΟ; (3)

- Σε έρευνα του «Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας»:
- Οι πεζοί και οι ποδηλάτες είναι σχετικά ασφαλείς μόνο στους δρόμους όπου τα μηχανοκίνητα οχήματα ταξιδεύουν με λιγότερο από 30km/h!
- Οι διασταυρώσεις είναι τα πιο επικίνδυνα σημεία.





ΠΩΣ ΘΑ ΠΟΛΕΜΗΣΟΥΜΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΚΑΚΟ; (4)

- Η χρησιμοποίηση του **κράνους** στις μοτοσικλέτες μειώνει τον κίνδυνο θανατηφόρου δυστυχήματος κατά **26%!**





ΠΩΣ ΘΑ ΠΟΛΕΜΗΣΟΥΜΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΚΑΚΟ; (5)

- **ΖΩΝΗ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ:**
- Μειώνει τον κίνδυνο σοβαρού ή θανατηφόρου τραυματισμού κατά **40 έως 60%!**
- Μερικοί φοβούνται ότι θα παγιδευτούν σε περίπτωση φωτιάς ή πτώσης σε νερό... Στατιστικά είναι εξαιρετικά σπάνιο.





Η ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΜΑΣ ΚΑΙ ΟΙ ΠΡΑΞΕΙΣ ΜΑΣ

- Ας ξαναθυμηθούμε:
- Οι επισφαλείς πράξεις των ανθρώπων ευθύνονται για το **88%** όλων των ατυχημάτων!
- Η πρόληψη είναι νοοτροπία, είναι ένα άνοιγμα της ψυχής μας προς την **κοινωνική ευθύνη** και την **αλληλεγγύη**.
- Η πρόληψη είναι αγάπη για τις χαρές της ζωής...



Η «ΟΡΓΗ ΤΩΝ ΔΡΟΜΩΝ»

- Το «νταηλίκι» δεν έχει θέση στους δρόμους!
- Δεν απαντάμε στις προκλήσεις...
- Όταν νιώθουμε το αίμα να ανεβαίνει στο κεφάλι, **μια βαθιά ανάσα...**
- Διαφορετικά, γινόμαστε ...κακοί για το τιμόνι μας και τη ζωή.



ΤΟ ΑΛΚΟΟΛ

- Η επίδραση του αλκοόλ στον εγκέφαλο διώχνει τις αναστολές κι έτσι:
- -οδηγούμε πάνω από το όριο ταχύτητας.
- -παίρνουμε αδικαιολόγητα ρίσκα, αρχίζουμε τις «μαγκιές».
- **Ο καφές δεν μας απαλλάσσει από τη δράση του αλκοόλ!**



ΤΟ ΑΛΚΟΟΛ (2)

- Το αλκοόλ θεωρείται υπεύθυνο για το **45%** των θανάτων από τροχαία ατυχήματα!
- Μετά από χρήση αλκοόλ κινδυνεύουν:
- *Οδηγοί αυτοκινήτων*
- *Οδηγοί μοτοσικλετών*
- *Ποδηλάτες*
- *Πεζοί!*





ΤΟ ΑΛΚΟΟΛ (3)

- Δεν πίνουμε όταν είναι να οδηγήσουμε!
- Το να συζητούμε για το όριο που προβλέπει ο νόμος είναι **«παγίδα»!**
- Λίγη ποσότητα αλκοόλ είναι ικανή να μας κάνει να πιστέψουμε ότι γίναμε ξαφνικά «οδηγάρες»!
- Στις εξόδους μας να ισχύει:
- **A + E = T** όπου:
- **A** = αλκοόλ **E** = επιστροφή
- **T** = ταξί!





Η ΚΟΥΡΑΣΗ ΤΟΥ ΟΔΗΓΟΥ

- Η κούραση και νύστα του οδηγού θεωρείται ότι προκαλεί τόσα τροχαία ατυχήματα όσα περίπου και η χρήση αλκοόλ!
- Είναι μια «σιωπηρή» και παραγνωρισμένη πληγή των δρόμων...
- Οι πιο «επικίνδυνες» ώρες είναι:
 - **14.00 -16.00**
 - **00.00 – 06.00**





Η ΚΟΥΡΑΣΗ ΤΟΥ ΟΔΗΓΟΥ (2)

- Αν είμαστε άυπνοι, αν είμαστε κουρασμένοι **δεν** καθόμαστε στο τιμόνι να οδηγήσουμε!
- **Ο καφές δεν πρόκειται να μας κρατήσει ξύπνιους!**
- Εάν, ενώ οδηγούμε, νιώσουμε νύστα:
- **Στάση σε χώρο στάθμευσης...
«υπνάκος» 10 – 15 λεπτών...**





ΤΟ ΚΙΝΗΤΟ

- Στις ΗΠΑ ένας στους τρεις εφήβους έχει στείλει μήνυμα με το κινητό ενώ οδηγούσε!
- Η πρώτη αιτία θανάτου σε τροχαία ατυχήματα εφήβων στις ΗΠΑ δεν είναι πλέον η κατανάλωση αλκοόλ αλλά η πληκτρολόγηση SMS πίσω από το τιμόνι!





ΤΟ ΚΙΝΗΤΟ (2)

- Τη χρονιά που μας πέρασε περισσότεροι από **3.000** νέοι έχασαν τη ζωή τους και άλλοι **300.000** τραυματίστηκαν από το συνδυασμό μηνυμάτων και οδήγησης και αντίστοιχα **2.700** και **282.000** λόγω αλκοόλ (στις ΗΠΑ).





ΤΟ ΚΙΝΗΤΟ (3)

- *Το κινητό απασχολεί το μυαλό, τις αισθήσεις (ακοή, όραση) και τα χέρια.*
- *Ο συνδυασμός αυτός θεωρείται θανατηφόρος.*
- *Ούτε το hands – free μπορεί να περιορίσει τον κίνδυνο...*





ΑΠΟΣΠΑΣΗ ΤΗΣ ΠΡΟΣΟΧΗΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΟΔΗΓΗΣΗ

- **ΟΡΙΣΜΟΣ:**

- Ο οδηγός συμμετέχει σε δραστηριότητα που δεν σχετίζεται με την πραγματική λειτουργία του οχήματος κατά την οδήγηση, η δραστηριότητα αυτή έχει τη δυνατότητα να μετατοπίζει την εστίαση του οδηγού από τον πρωταρχικό του στόχο, δηλαδή την ασφαλή λειτουργία του οχήματος με ταυτόχρονη προσήλωση στις οδικές και κυκλοφοριακές συνθήκες.



ΑΠΟΣΠΑΣΗ ΤΗΣ ΠΡΟΣΟΧΗΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΟΔΗΓΗΣΗ

- Το 60% των ατυχημάτων που προκαλούνται από εφήβους έχουν σχέση με απόσπαση της προσοχής κατά την οδήγηση.
- Το 10% των εφήβων που ενεπλάκησαν σε θανατηφόρες συγκρούσεις είχαν αποσπασμένη προσοχή κατά την οδήγηση.



ΑΠΟΣΠΑΣΗ ΤΗΣ ΠΡΟΣΟΧΗΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΟΔΗΓΗΣΗ

- ***Αποσπάται η προσοχή του/της οδηγού όταν:***
 - - μιλάει στο κινητό
 - - γράφει (π.χ. μηνύματα στο κινητό)
 - - διαβάζει (π.χ. οδηγίες πλοήγησης, e-mail)
 - - τρώει ή πίνει
 - - καλλωπίζεται
 - - χρησιμοποιεί το διαδίκτυο (π.χ. πλοήγηση, μέσα κοινωνικής δικτύωσης)
 - - έχει συνεπιβάτες ζωηρούς ή πιεστικούς
 - - παρακολουθεί video ή κάνει λήψη video



Οι τρεις πιο επικίνδυνες ενέργειες των νέων που αποσπούν την προσοχή στην οδήγηση

1.

Μιλούν ή
παρακολουθούν
συνεπιβάτες!
(15%)

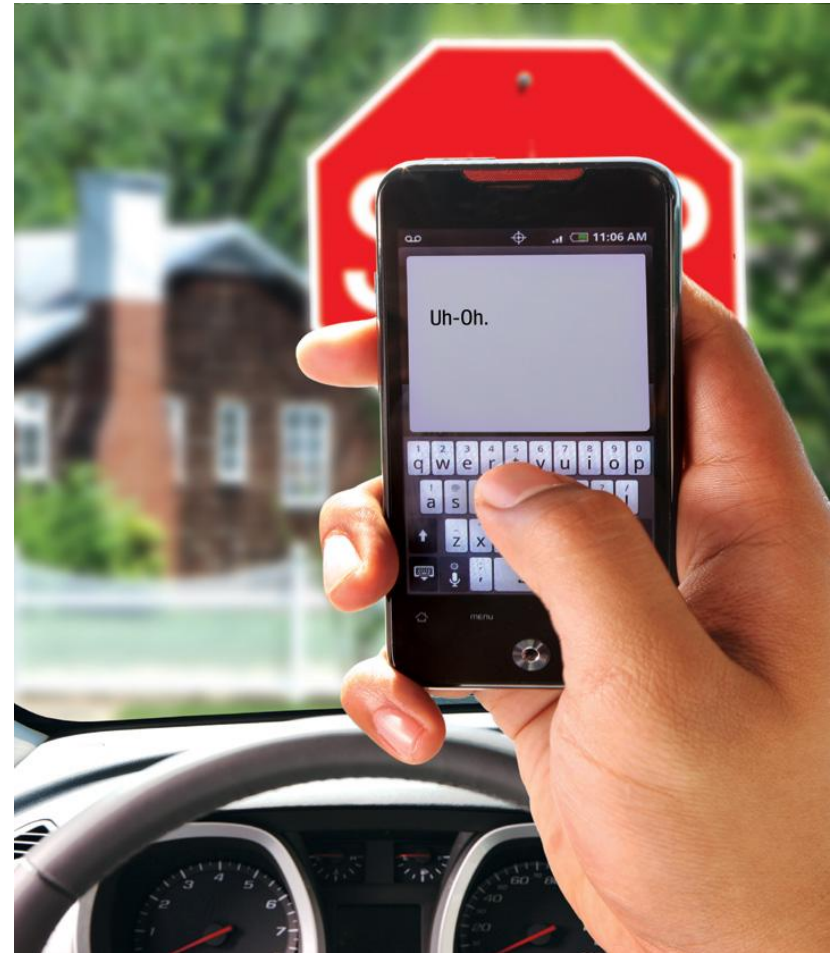




Οι τρεις πιο επικίνδυνες ενέργειες των νέων που αποσπούν την προσοχή στην οδήγηση

2.

Μιλούν στο κινητό ή στέλνουν μηνύματα ή γενικά χειρίζονται ένα κινητό
(12%)





Οι τρεις πιο επικίνδυνες ενέργειες των νέων που αποσπούν την προσοχή στην οδήγηση

3.

Παρακολουθούν ή απλώς κοιτάζουν κάτι μέσα στο όχημα





ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΜΕ ΜΟΤΟΣΙΚΛΕΤΑ

- Έχουν μεγάλη σημασία τα μαθήματα δεξιοτήτων και ασφάλειας στην οδήγηση μοτοσικλέτας. Να τα επιδιώξετε!
- Φοράτε τα ειδικά ενισχυμένα δερμάτινα ενδύματα.
- Όχι σαγιονάρες! Παπούτσια ή μπότες από ανθεκτικό υλικό.
- Οδηγείτε έχοντας επίγνωση των ικανοτήτων και δεξιοτήτων σας. Μην ξεχνάτε ότι και στη μοτοσικλέτα οι δεξιότητες αναπτύσσονται με το χρόνο!



ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΜΕ ΜΟΤΟΣΙΚΛΕΤΑ

- Προσοχή στην απόσπαση της προσοχής! Όχι ακουστικά, μακριά το κινητό!
- Αφήστε αρκετή απόσταση από το προπορευόμενο όχημα. Χρειάζεστε περισσότερο χώρο απ' όσο νομίζετε για να σταματήσετε.
- Μην οδηγείτε στη βροχή! ...αν όμως πρέπει οπωσδήποτε να το κάνετε... δώστε χρόνο στη βροχή να καθαρίσει το δρόμο για σας. Πηγαίνετε αργά, αφήστε αρκετό χώρο για να σταματήσετε και αν ο καιρός χειροτερέψει, σταματήστε και περιμένετε.



ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΜΕ ΜΟΤΟΣΙΚΛΕΤΑ

- Η μοτοσικλέτα που σας ταιριάζει είναι αυτή που όταν κάθεστε επάνω της, τα πόδια σας ακουμπούν στη γη.
- Τα μάτια σας χρειάζονται προστασία.
- Μην είστε ποτέ σίγουροι ότι οι άλλοι οδηγοί σας είδαν (π.χ. αλλαγή λωρίδας) και μάθετε να προβλέπετε τι θα κάνουν τα επόμενα δευτερόλεπτα.
- Να περιμένετε το αναπάντεχο και να είστε πάντα έτοιμοι να φρενάρετε.
- Να ταξιδεύετε με ασφαλή ταχύτητα. Το όριο ταχύτητας είναι ένα μέγιστο όριο και όχι ένας στόχος.



ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΜΕ ΜΟΤΟΣΙΚΛΕΤΑ

- Να εκπαιδεύετε τους συνεπιβάτες σας! Να είναι και αυτοί ντυμένοι με τα ειδικά ενισχυμένα ρούχα και παπούτσια.
- Προσέχετε για άλλα δίκυκλα! Δεν είναι εύκολα ορατά.
- Ποτέ μην υποθέσετε ότι ο οδηγός αυτοκινήτου σας βλέπει!
- ***Φορέστε κράνος! Ακόμα κι αν αγνοήσετε όλα τα προηγούμενα, φορέστε κράνος. Το σωστό κράνος!***

ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΜΕ ΜΟΤΟΣΙΚΛΕΤΑ

- Οι οδηγοί των αυτοκινήτων δεν «βλέπουν» τα δίκυκλα! Δεν εκτιμούν καλά την ταχύτητά τους!
- Το αυτοκίνητο στρίβει αριστερά και δεν «βλέπει» τη μοτοσικλέτα που έρχεται από απέναντι!
- Η «προσδοκία» και η «συνειδητοποίηση» των οδηγών αυτοκινήτων παίζουν σημαντικό ρόλο στην αντίληψη των μοτοσικλετών.





ΕΙΚΟΝΑ ... ΠΡΟΣ ΑΠΟΦΥΓΗ!

- Το δυστύχημα είναι σχεδόν βέβαιο!
- ***Πόσα όμως θα είναι τα θύματα;***





ΕΙΚΟΝΑ ... ΠΡΟΣ ΑΠΟΦΥΓΗ! (2)

- Το δυστύχημα είναι θέμα χρόνου!
- *Το παιδάκι με τη γιαγιά του στη διάβαση...γιατί;*





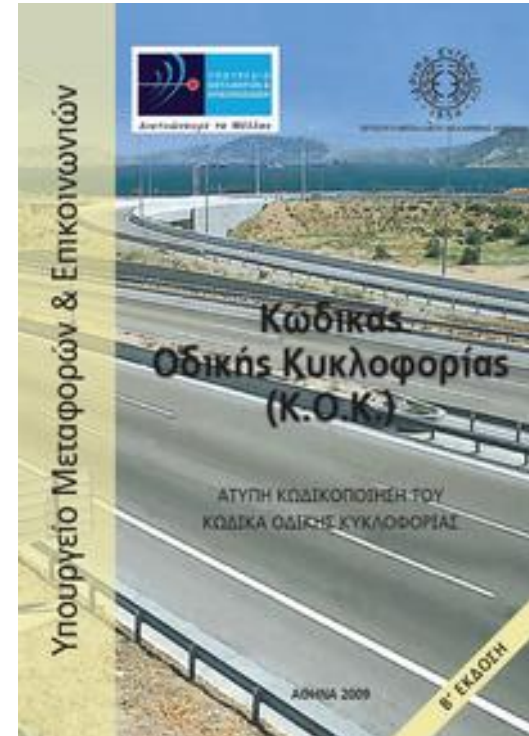
ΔΕΝ ΛΗΣΜΟΝΟΥΜΕ ΦΥΣΙΚΑ...

ΟΧΙ στην υπερβολική ταχύτητα

ΝΑΙ στην εφαρμογή του ΚΟΚ



- **Δεν προλαβαίνουμε να αντιδράσουμε!**





ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΝΟΝΤΑΣ...

- ***Οι κύριες αιτίες των τροχαίων «ατυχημάτων»***
- Η απόσπαση της προσοχής
- Το αλκοόλ
- Η ταχύτητα
- Η κόπωση του οδηγού
- Η επιθετική οδήγηση
- Η βροχή
- Περνώντας με **κόκκινο**
- Η οδήγηση τη νύχτα

ΣΥΝΕΧΙΖΕΤΑΙ...



ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΝΟΝΤΑΣ...(2)

- **Οι κύριες αιτίες των τροχαίων «ατυχημάτων»**
- Ελαττωματικό όχημα
- Μικρή απόσταση από το προπορευόμενο όχημα
- Μη προσέχοντας τα σήματα κυκλοφορίας
- Νέοι οδηγοί
- Υπό την επήρεια ουσιών
- Κακοτεχνίες των δρόμων
- Ζώα που διασχίζουν το δρόμο
- Εργασίες κατασκευής ή επισκευής δρόμων



ΠΙΝΑΚΙΔΕΣ ΣΕ ΧΩΡΙΑ ΤΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ





ΤΟΜΕΑΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΑΤΥΧΗΜΑΤΩΝ

ΑΜΠΑΤΖΙΔΗΣ ΙΟΡΔΑΝΗΣ