

फुफुओका जलिलामा साइकल प्रयोग गर्नुहुने सम्पूर्णको लागि

अमूल्य जीवन जोगाउनको लागि **हेलमेट** लगाउनुहोस्।

हेलमेट कनि
आवश्यक पर्छ?

1.

साइकल दुर्घटनामा मृत्यु भएका व्यक्तहरू मध्ये लगभग आधाको मृत्यु टाउकोमा लागेको गम्भीर चोट का कारण भएको छ।

2.

हेलमेट नलगाएको बेला टाउकोमा पर्ने ठक्करको असर लगभग 3 गुणा बढी हुन्छ।

3.

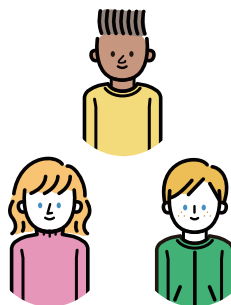
हेलमेट भनेको जीवन जोगाउने महत्त्वपूर्ण सुरक्षा उपकरण हो।



आफूलाई मल्ने हेलमेट चयन गर्नुहोस्।



जुनसुकै राष्ट्रियता भए तापनि



वयस्क पनबालबालिका पनि



साइकल प्रयोग गर्दा हेलमेट लगाउने
प्रयास गर्नुपर्ने कुरा कानुनमा तोकिएको छ!

वस्तुतः जानकारीको लागि पिछाडको भागमा हेर्नुहोस् ►

के तपाईंलाई थाहा छ? साइकलका प्रमुख ट्राफिक नियमहरू (सुरक्षित रूपमा साइकल प्रयोग गर्ने पाँच नियमहरू)

- 1 सन्धिान्तः सडकमा चलाउने, बायाँपट्टा चलाउने, फुटपाथ अपवाद हो, पैदलयात्रीलाई प्राथमिकता दनि
- 2 चौबाटोमा किफक संकेतिहरू र एक पटक रोकथामको पालना गरी सुरक्षा सुनर्जशचगिरे
- 3 रातिको समयमा बत्ती बाल्ने
- 4 मटदरा सेवर् गरेर चलाउनु नर्षेध र् * मटदराको प्रभावमा सवारी साधर् चलाउने कुरा (कारुले किंकोमापदण्वा सोभन्दा बढी) र अत्यगधक र्शामा सवारी साधर् चलाउने कुरा सकि यागियाऐर् अन्गुकिारुी सगिको दायरामा पर्नु।
- 5 हेलमेट लगाउने

हेलमेट चयर् गरे रिरका

- टाउकोको साइसिंग ममलर् हेलमेट
- सुरक्षा मापदण्ड पूरा गरेको हेलमेट (SG चन्हि र JCF चन्हि)



हेलमेट लगाउने सही रिरका

- ① सौ पारेर लगाउने
- ② आँखीभौँको ठीक मागथसम्म
- ③ गचर् स्याप ममलाएर लगाउने



साइकल पनर् सवारी साधर् हो। किफक नर्यमहरूको पालना गर्नुहोस्।

साइकल दुरुट्रा रोकथामको लागग नर्जशच किफक नर्यम उल्लङ्घर्मा "किफक उल्लङ्घर् सूचर् प्रराली (सार किफक उल्लङ्घर्को सूचर् पत्र)" लागू गररणको र्। (सर् 2026 अवपर्ल 1 रिरखदेख्ख)

- दायरामा पर्ने व्यजतहिरू 16 वषु वा सोभन्दा बढीका साइकल चढ्ने सम्पूरु व्यजतहिरू
- उल्लङ्घनका उदाहरणहरू : प्रवेश नषिध ठाउँमा प्रवेश गर्ने, तोकएका एक पटक रोकनुपर्ने ठाउँहरूमा नरोक्ने, मोबाइल फोन प्रयोग गर्ने, छाता समातेर साइकल चलाउने आदि



के पिईले साइकल बीमा (साइकल दुरुट्रा क्षणपूिनीबीमा आटद) गर्नुभएको र्?



जल्लिलाको अध्यादेश अरुसार साइकल बीमा गर्नु अनर्वायु र्!
दुरुट्रा भइहालेको अवस्थाको लागग, आफू र पीडिलिई गिाउर् साइकल बीमा गर्नुहोस्!

थप जानकारी यहाँ

साइकलको किफक सुरक्षा



साइकल बीमा



हेलमेट लगाउनेबारे



交通事故をなくす福岡県民運動本部
(福岡県・福岡県警察・市町村・(一財)福岡県交通安全協会ほか)

