



**ИНФОРМИРАНИ  
и ЗДРАВИ**



Европейски съюз



Европейски социален фонд

Проект BG051P0001-5.3.01-0001-C0001

**„Информирани и здрави“**

Проектът се осъществява с финансовата подкрепа на Оперативна програма „Развитие на човешките ресурси“, съфинансирана от Европейския социален фонд на Европейския съюз

**Инвестира във вашето бъдеще!**



# ЖИВОТЪТ Е С ПРЕДИМСТВО!

**МИНИСТЕРСТВО НА ЗДРАВЕОПАЗВАНЕТО  
НАЦИОНАЛНА КАМПАНИЯ ЗА ОГРАНИЧАВАНЕ НА  
ТРАНСПОРТНИЯ ТРАВМАТИЗЪМ**



## **Съдържание:**

1. Пътнотранспортни произшествия и причини за тях в България .....	<b>1</b>
2. Поведение на участниците в пътното движение	
• Нарушаване на правилата за движение по пътищата .....	<b>3</b>
• Шофиране с превишена и несъобразена скорост .....	<b>5</b>
• Шофиране след употреба на алкохол и психотропни вещества .....	<b>8</b>
3. Как да предпазим себе си и другите на пътя? .....	<b>11</b>

По света има толкова много пътища. Малки пазирану улички, широки булеварду и маустралу, кошту могау да Ви отведат до работа, вкъщи, на гости или на почивка. Всеки ден Ви избирате накъде да тръгнете. Но преди да направите това, спомнете си, че по който и път да поемете – **ЖИВОТЪТ** е с предимство.

## Произшествия и жертви

По данни на Световната здравна организация всяка година в резултат на пътнотранспортни произшествия (ПТП) загиват над 1.2 милиона души, а още 50 милиона получават различни по вид и тежест травми.

Пътнотранспортният травматизъм е сериозен проблем и за нашата страна. **За последните 10 години по пътищата на страната в резултат на ПТП са пострадали 100 542 души (9852 загинали и 90 690 ранени).**



През 2010 г. са регистрирани 6609 ПТП, в резултат на които са загинали 776 души, а 8078 са били ранени. Над половината от загиналите са в активна възраст – 25-64 г. (59.9%), следват хората над 65-годишна възраст (20.6%), младежите на 18-24 години (14.6%) и децата до 17 години (4.9%).

Според категорията на участие в пътнотранспортното произшествие преобладават водачите – 361 (46.5%), следвани от пътниците – 239 (30.8%), и пешеходците – 174 (22.4%).

Децата до 17-годишна възраст най-често стават жертва при ПТП като пътници и пешеходци, младежите на 18-24 години – като пътници и водачи, лицата на 25-64 години – като водачи и пътници, а възрастните лица – предимно като пешеходци.

## Безопасността

Безопасността на пътното движение се определя от непрекъснатото взаимодействие и взаимното влияние на три основни фактора:

- човешкият фактор – **участниците в движението;**
- техническият фактор – **пътните превозни средства (ППС);**
- и околната среда – **пътната обстановка.**

Основна роля и обединяващо звено се явяват участниците в движението, пряко – в качеството си на водач, пътник или пешеходец, и косвено – при поддържането на техническата изправност на ППС и на пътната обстановка.

## ИЗПОЛЗВАНИ СЪКРАЩЕНИЯ:

**ПТП** – пътно-транспортно произшествие

**ППС** – пътно превозно средство

**МПС** – моторно превозно средство



При възникнал проблем с Вашия автомобил потърсете Пътна помощ на генонощна линия:

146

При ПТП или нарушения по пътищата сигнализирайте на КАТ на генонощна линия:

166



## Участници в движението

Неправилното поведение на участниците в движението (водачи, пешеходци, пътници) е една от основните причини за възникване на пътнотранспортни произшествия. Над 80% от тях са по вина на водачите на пътни превозни средства, като **преобладават случаите на превишена и несъобразена скорост, отнемане на предимство, неправилно изпреварване и други**. Значително по-нисък е дялът на пътнотранспортните произшествия, причинени от пешеходците и пътниците. Употребата на алкохол оказва влияние върху поведението на всички участници в движението и е една от причините за ПТП.

## Пътни превозни средства

**За техническата неизправност на ППС** (освен при внезапно появяване) **носят отговорност водачите**. В по-голямата част от случаите на ПТП неизправността е свързана със спирчната система, ходовата част и гумите. Недостатъчната степен на **обезопасеност на автомобилите** – въздушни възглавници, системи за спиране и устойчивост и други, води до по-голяма тежест на последствията.

## Пътна инфраструктура

**Техническата характеристика на пътя** и неговите елементи, **видимостта** през различния период на осветеност в генонощето, наличието на **регулатори пътни средства** и **сигнализации** са елементи на околната среда, които пряко или косвено влияят на участниците в движението. Кръговите кръстовища, островите за безопасност на пешеходците, зоните с ограничена скорост – 30 км/час, велосипедните алеи и др., са възможност за създаване на безопасни условия за участниците в движението.



## Животът е с предимство – нарушаване на правилата за движение по пътищата



Много хора споделят възгледа, че правилата са създадени, за да бъдат нарушавани. Именно това отнема живота на близо хиляда и ранява тежко още десет хиляди българи всяка година – колкото населението на един средно голям български град като Несебър!

Само гнес е възможно повече от 30 души да пострадат заради непознаването и неспазването на правилата за движение по пътищата.

### Познаване на правилата за движение

Според проучване една трета от българите заявяват, че са запознати „много добре“ със Закона за движението по пътищата (29.7%), а 47.7% - от средно до много слабо. Правилникът за прилагане на Закона за движението по пътищата се познава „много добре“ само от 33% от анкетираните.

### Най-честите нарушения

Неспазването на Закона за движението по пътищата носи огромен риск за произшествия с тежки или дори необратими последици. Близо 90% от пътните инциденти са в резултат на неправилното поведение на участниците в движението.

### Нарушения от страна на водачите

В резултат на допуснати нарушения от страна на водачите на ППС през 2010 г. са регистрирани 5745 ПТП (86.9% от всички регистрирани), в които са загинали 671 души, а ранените са 7129.

Най-честа причина за ПТП по вина на водачите е **превишената и несъобразена с пътните условия скорост** – 2461 ПТП (42.9%), в резултат на което са загинали 380 и са ранени 3089 души. Висок е относителният дял на ПТП поради **отнемане на предимство** (включително и на пешеходец) – 1539 (26.8%), и нарушения на водача по време на движение (**неправилно изпреварване, неправилни маневри, навлизане в насрещно движение**) – 945 (16.4%).

Почти една пета от жертвите при ПТП са пострадали по вина на водачи със стаж пог две години заг волана. **Нарастват пътнотранспортните произшествия по вина на неправопособни водачи**, които в над 80% от случаите са управлявали чужд автомобил, предоставен от собственика, като в него са се возели и пътници.

Употребата на алкохол е причина за 253 от ПТП (4.4%), в резултат на което са загинали 25 и са ранени 317 души.

„Водачите и пътниците в МПС, когато са в движение, използват **обезопасителните колани**, с които моторните превозни средства са оборудвани“ (чл. 137 от Закона за движението по пътищата)

„Водач, който не изпълнява задължението за използване на предпазен колан, се наказва с **глоба от 50 лева** и отнемане на **8 контролни точки**.“ (чл. 183 от Закона за движението по пътищата)

**ВЪЗМОЖНИ ПОСЛЕДСТВИЯ:**  
тежки травми или смърт.



При градски условия на водача на пътно превозно средство е **забранено да превишава скоростта** от 50 километра в час.

**ГЛОБА:**  
от 50 до 300 лева.

### **ВЪЗМОЖНИ ПОСЛЕДСТВИЯ:**

тежки травми или смърт.  
При нарушена концентрация възникващите опасности се обработват със закъснение от човешкия мозък. Забавянето на Вашата реакция може да е фатално, защото при време за реакция 1 секунда, още преди да започне спирането, автомобилът е изминал: 14 м при скорост от 50 км/ч., 25 м при скорост от 90 км/ч., 36 м при скорост от 130 км/ч.



## **Нарушения от страна на пешеходците**

В резултат на допуснати нарушения от страна на пешеходците през 2010 г. са регистрирани 151 ПТП (2.3%). Загинали са 14 души, ранени са 139.

Най-често ПТП по вина на пешеходците се случват **при внезапното слизане на платното и неправилното преминаване** през него – 94 ПТП (62.3%), в резултат на което са загинали 7 и са ранени 89 души. При нарушения **при преминаване на светофар, движение по пътя, пресичане при ограничена видимост, пресичане на пешеходна пътека** са регистрирани 48 ПТП (31.8%), с 6 загинали и 62 ранени.

## **Нарушения от страна на пътниците**

Броят на ПТП по вина на пътниците е незначителен (5 ПТП). Основна причина за тях е **слизането и качването в движение** и **возенето на необозначени за това места**.

## **Обезопасителни средства**

Значителна част от пътнотранспортните произшествия са в резултат от неизползването на обезопасителни средства (колани, детски седалки и др.). Изключително **рядко е използването на обезопасителни колани на задната седалка** в автомобил (7-8%). Наблюдава се тревожна **тенденция децата да се превозват необезопасени** в скута на възрастните или на предните и задните седалки, което застрашава техния живот. Според проучване над 16% от българите считат, че не е задължително детето да бъде обезопасено при пътуване в автомобил.

Доказано е, че **използването на обезопасителни средства може да доведе до намаляване на жертвите при ПТП от 35 до 50%**.

## **Как да гаем предимство на живота?**

### **1. Спазвайте правилата за движение по пътищата**

Както водачите, така и пешеходците трябва да спазват правилата за движение по пътищата. Пешеходците трябва да пресичат на указаните за тази цел места, да се одлеждат преди пресичане и да не застрашават движението по пътя.

### **2. Карайте внимателно, нарушенията водят до много жертви**

Съобразете скоростта и се концентрирайте върху шофирането, за да можете да реагирате адекватно при необходимост. Следете обстановката, движете се безопасно. Отстранете нещата, които Ви разсейват: телефон, цигари, храна и други.

Повишете вниманието си в зоните, където пресичат или играят деца, тъй като те не осъзнават опасностите и действат рисковано.

**3. Научете децата как трябва да се движат по пътищата**  
Изключително важно е с личния си пример да показваме на децата какво трябва да бъде поведението им на пътя. От нас зависи да ги научим да се движат безопасно, за да могат да избегнат рискови за живота им ситуации.

#### **4. Използвайте обезопасителни средства**

Коланите спасяват живот. Те са най-ефективното средство за безопасност на водачите и пътниците в превозните средства. Неизползването на предпазни колани всяка година отнема животи и оставя хиляди хора инвалиди. Поставянето на предпазен колан може да повиши с 40 до 60 процента шанса за оцеляване при ПТП.

Много е важно водачът, който отговаря за живота и здравето на пътниците, да им напомни за поставянето на коланите. Децата трябва да използват предвидените за възрастта обезопасителни средства.

## **Състезание с живота – шофиране с превишена и несъобразена скорост**

Живеем в забързано време. Всичко се случва на скорост и ние я следваме. А понякога искаме да я изпреварим, да сме по-бързи, да сме първи. И в бързината изпускаме най-важното. Това, че скоростта убива.

Статистиката сочи, че „най-големият убиец“ на пътя е превишената и несъобразена скорост. Всяка година тя е причина за над 40% от пътнотранспортните произшествия, завършили с убити и ранени. Като резултат, през изминалата 2010 г. са регистрирани 2461 ПТП, в които са загинали 380 и са ранени 3089 човека.



Това означава, че всеки ден по пътищата на България загива поне по един човек.

#### **Превишената скорост**

Законът въвежда определени скоростни режими, задължителни за спазване от водачите – 50 км/ч. за населените места, 90 км/ч. извън населените места и 130 км/ч. по магистралите. Съществуват и ограничения според вида на моторното превозно средство. Ограниченията на скоростта се регулират и с

„На Водача на МПС е забранено да използва мобилен телефон по време на управление на превозното средство, освен при наличие на устройство, позволяващо използването на телефона без участие на ръцете му, (Чл. 104а от Закона за движението по пътищата)

ГЛОБА: 50 лева.

**ВЪЗМОЖНИ ПОСЛЕДСТВИЯ:**  
забавена реакция, която може да причини тежки травми или смърт.

**Основните фактори**, с които трябва да бъде съобразена скоростта, са:

1. Влошени **атмосферни условия**, като например мъгла или гъжг;

2. състояние на **пътната настилка**;

3. състояние на **превозното средство**;

4. **превозния товар**;

5. **интензивността на движение**.

**пътни знаци. Превзишена е всяка скорост, която надвишава тези задължителни предписания.**

По-голямата част от пешеходците са пострадали именно в резултат на превзишаване на скоростта от водачите на ППС.

### **Несъобразена скорост**

Скоростта може да не е превзишена, но да **не е съобразена с конкретните условия и опасности в пътното движение**. Най-често поради неправилно избрана скорост водачите загубват управление на автомобила и напускат платното за движение или се блъскат в насрещно движещо се ППС.

В населените места скоростта е **една от основните причини за произшествията с пешеходци и велосипедисти**. Неправилният избор и превзишаването на скоростта през тъмната част от денонощието е причина за над 50% от смъртните случаи.

### **Скоростта в града**

Предпоставките за критични ситуации в градски условия са изключително много.

Човек трябва да знае, че е застрашен и от грешка на другите шофьори на пътя, дори и да спазва скорост, която му осигурява време за адекватна реакция.

Скоростта на движението оказва влияние както на управлението на ППС, така и на тежестта на последствията за хората. Когато се шофира в регламентираните норми, времето за реакция е повече, а спираният път е по-къс. При сблъсък силата на удара няма да бъде толкова голяма и съответно травмите на хората и щетите по автомобила ще са по-малки. **В много от случаите при произшествие с пешеходец няколко километра по-ниска скорост би могла да предотврати фаталните последици.**

При пътуване извън града най-важно е да се съобразява правилно скоростта според условията.

### **Автомобилът**

Трябва да познавате **габаритите и състоянието** на Вашия автомобил. Скоростта влияе върху устойчивостта на автомобила и когато тя премине над определена критична стойност, възможността за загуба на управлението е реална. Всеки едн импулс може да разстрои устойчивостта на автомобила и той да излезе извън Вашия контрол. Имайте предвид, че най-





голямата група пътнотранспортни произшествия в страната е поради **загуба на управление в района на хоризонтални криви, при изпрезварване или заобикаляне**. Наличието на **изправни и съвременни системи за безопасност** във Вашия автомобил би Ви попомогнало при промяна в обстановката, загуба на управление и наложително спиране.

### **Водачът**

Подложете на преценка **Вашето физическо и психическо състояние**, преди да се качите за волана. Умората, стресът или гневът могат да Ви подтикнат към рискове, които иначе не бихте поели. Шофирайте само когато се чувствате уверени в себе си и преценявате, че можете да се справите с пътната обстановка.

## **Как да гагем предимство на живота?**

### **1. Познаване на автомобила**

Автомобилът има определен динамичен габарит, който се изразява в това какво е разстоянието, на което може да спре. Трябва да се познават възможностите на автомобила и необходимият му спиращ път при различни атмосферни условия, пътни настилки и определена скорост. На поведението на автомобила влияе и погаването на резки импулси с волана или със спиращката. При определена скорост това може да доведе до нарушаване на сцеплението между гумата и асфалта и автомобилът да започне да се пързая.

### **2. Контрол на състоянието на водача**

Преценете Вашето състояние, преди да седнете за волана – дали се чувствате добре, дали не се разболявате и т.н. Трябва да сте наясно с всичко, което влияе на възможността и скоростта Ви за преценка и реакция. Имайте предвид, че всеки човек има индивидуално време, необходимо за реакция – времето от откриване на опасността до осъзнаването и задействането. Често водачът познава много по-добре автомобила си, отколкото своите възможности.

### **3. Съобразяване с пътните условия**

Преценете внимателно атмосферните условия, състоянието на пътната настилка и натовареността на движението. Ако те не отговарят на възможностите на Вашия автомобил или на Вашето физическо състояние, по-добре отложете пътуването.



В България **25%** от пътнотранспортните произшествия са **по вина на водачите от 17 до 24 г.** Най-често това е свързано с **превишаване на скоростта, липса на опит за правилно преценяване на условията на пътя, склонност към екстремно поведение** и др. За намаляване на броя на катастрофите при тази група участници в движението е необходимо предприемането на целенасочен комплекс от мерки, като **личният пример и ранното обучение за безопасно движение** по пътищата са водещи сред тях.

90% от хората, претърпели пътен инцидент, страгат от **посттравматичен стрес**.

Посттравматичният стрес има различни прояви – неотминаващ страх, загуба на апетит, тежело, сън и др. В тези случаи пострадалиите се нуждаят от консултация със специалист.

**За консултанти,** компетентна психологическа помощ и подкрепа можете да се обадите на **горещата линия:**

**0-700-17-112**

#### 4. Обезопасяване

Вземете всички възможни обезопасителни мерки. Те са създадени, за да Ви защитят при инцидент. Правилно поставените подглавници, например, предотвратяват „камшичния удар“, който може да доведе до прекъсване на гръбначния стълб, парализа на всички крайници и дори смърт.

### **Път без изход – шофиране след употреба на алкохол и психотропни вещества**

**Всеки от нас има нужда от забавление, от весели срещи с приятна компания, от празници. Но за да запазим хубавите спомени и доброто настроение, трябва да знаем къде е границата, какво е полезно за нас и близките ни и какво може да разруши живота ни завинаги.**

Алкохолът и психотропните вещества (наречени още психоактивни вещества) са открити още в древността, но когато се появява автомобилът, комбинацията между тях се оказва изключително опасна за живота и здравето на хората.

През последните 10 години в България шофирането след употреба на алкохол и други упойващи средства е довело до **4031 пътно-транспортни произшествия с 5111 ранени и 534 загинали**. В рамките само на една година са констатирани около **20 000 случая на управление на МПС след употреба на алкохол**.

#### **Психоактивни вещества**

**Психоактивните вещества** са химически субстанции, въздействащи главно на централната нервна система. Те **създават временни изменения на възприятията, настроението, съзнанието и поведението**. Сред най-често използваните в България, освен тези с терапевтична цел, са марихуаната, амфетамините и кокаинът.

#### **Влияние на марихуаната, амфетамините и кокаина**

**Марихуаната** създава усещане за веселост, за повишено настроение, желание за шофиране, за разговори и срещи с хора и др. Наблюдава се **загуба на критична преценка за действителността**.



**Амфетамините** водят до повишаване на артериалното налягане и учестяване на сърдечната дейност. Предизвикват възбудено състояние, при което нивото на критичност рязко пада, употребилите са с **повишено самочувствие, поемат необмислени рискове**, които застрашават тяхната и на другите безопасност.

Погобно е въздействието и на **кокаина**. Водачите имат склонност да карат с голяма скорост, не преценяват обстановката на пътя, **не осъзнават рисковите ситуации навреме**.

### Алкохол

Алкохолът оказва **съществено влияние върху психическото и физическото състояние на човешкия организъм**, но често пъти концентрацията му в кръвта над регламентираната законова граница се подценява от водачите. Консумацията на алкохол, макар и в малки количества, **може да предизвика редуца фатални грешки, свързани с прибързани и несъобразени с пътната обстановка действия**. Освен забавените реакции и некоординираните движения, отслабеното внимание, ниската концентрация и трудностите при възприемането на околната обстановка, поведението на водачите се характеризира и с **надценяване на собствените възможности и състоянието на превозното средство, безкритичност и агресивност**.

Не трябва да се подценяват и остатъчните прояви на алкохолното въздействие след значителна консумация на алкохол (главоболие, потиснатост, забавеност на реакциите, разгрозителност, умора и гр).

### Ниво на алкохол в кръвта

Употребата на едно и също количество алкохол не въздейства еднакво на различните хора. Нивото на алкохол в кръвта зависи от вида и количеството на пиенето, пола, теллото, личните навици за консумация на алкохол, приема на храна и т.н.



Като цяло алкохолът в организма на здрав човек се разгражда със скорост 0.1–0.16 промила за час, т.е. **1 промил се разгражда за около 10 часа**. Това означава, че ако вечерта е консумирано голямо количество алкохол, на следващата сутрин нивото на алкохол в кръвта може все още да не е подходящо за шофиране. Процесът не може да се ускори с пиене на чай или кафе.

**Проучване за нагласите към шофирането след употребата на алкохол показва, че:**

- 36.7% от водачите никога не са управлявали автомобил след употреба на алкохол;
- 15% от тях са сядали повече от веднъж загволана след приемането на алкохол;
- 0.5% винаги са карали и след употреба на алкохол;
- около 60% от анкетираните никога не са пътували с водач, който е употребил алкохол;
- при всеки пети от тях това се е случвало няколко пъти; при 3% – често, при 0.7% – това е ежедневие.

- Наг 60% от българите считат, че преди кормуване е недопустимо да се консумира алкохол.
- За 16.4% е допустимо до едно стандартно питие.
- Около 1% считат, че е позволено повече от едно питие.
- За 1.5% са допустими повече от четири стандартни питиета.
- Един от всеки десет заявява, че не знае колко точно е допустимото количество алкохол, преди човек да седне зад волана.

## Влияние на нивото на алкохол в кръвта

### • Ниво на алкохола 0.2 – 0.5 на хиляда

Преценката за гистанция и скорост на приближаващите превозни средства е изкривена. Водачът е склонен към поемане на по-големи рискове, особено при опасни маневри, като изпреварване или шофиране прекалено близо до друго превозно средство.

### • Ниво на алкохола 0.5 – 0.8 на хиляда

Зрението е засегнато, което води до забавена реакция при червен сигнал или стоп-светлини. Водачът е склонен да кара прекалено бързо или да преценява грешно разстоянията при приближаване на завои. За мотоциклетистите е трудно да карат по права линия.

### • Ниво на алкохола над 0.8 на хиляда

Водачът е склонен да надценява способностите си. Зрението е допълнително засегнато, че водачът може да не забележи навреме велосипедисти, пешеходци или паркирани коли, за да ги избегне.



## Как да гадем предимство на живота?

### 1. Отговорност към себе си и другите

Не се качвайте зад волана след употреба на алкохол и психоактивни вещества.

Поемате огромен риск. В днешно време има услуги за превозването на Вас и Вашия автомобил. Можете също така да се уговорите един от компанията да остава трезвен и да кара другите безопасно до вкъщи.

Информирайте се за влиянието на алкохола и психоактивните вещества върху психическото и физическото състояние на човешкия организъм.



## 2. Да се справим с бездействието

Всички пътнотранспортни произшествия в резултат на употреба на алкохол биха могли и да не се случат, ако заобикалящите водача хора са направили всичко възможно да го спрат да управлява, употребил алкохол, автомобила си.

## 3. Не пушете в колата

Пушенето намалява концентрацията и възможността за адекватна реакция. Забавянето на Вашата реакция може да е фатално, защото при време за реакция 1 секунда, още преди да започне спирането, автомобилът е изминал:

14 м при скорост от 50 км/ч.,  
25 м при скорост от 90 км/ч.,  
36 м при скорост от 130 км/ч.



## 4. Обучение на младите

Информирането на младите хора за опасностите в пътното движение трябва да започне от най-ранна възраст. Така, когато кандидатстват за водачи, те ще наградят своите знания и ще запълнят липсващите. Важна роля играе и личният пример, който даваме на децата си, как да се гържат на пътя.

# Как да предпазим себе си и другите на пътя?

### 1. Запознайте се с:

- правилата за движение по пътищата;
- възможностите на Вашия автомобил;
- влиянието на алкохола и психотропните вещества върху реакциите и преценките;
- най-честите травми при ПТП и как те могат да бъдат избегнати чрез използване на безопасителни средства.



### 2. Преди да седнете зад волана, преценете дали:

- сте в психическо и физическо състояние да шофирате;
- автомобилът Ви е подготвен за конкретните атмосферни условия;
- чувствате ли се уверени в способността си да шофирате в конкретната пътна обстановка.

През последните години се наблюдава тенденция към увеличаване на консумацията на алкохол сред младите хора между 18-24 години, които се явяват и рискова група сред водачите поради недостатъчния опит, който имат, а и поради участието им като неправоспособни водачи в пътното движение. **Необходимо е да се повишат знанията на младите водачи** относно рисковете при шофиране под въздействието на алкохол и психотропни вещества, за да се предотвратят фаталните последици.

### **Движението по пътищата на пътни превозни средства и пешехоци**

в Република България се регулира чрез Закона за движението по пътищата, в съответствие с Конвенцията за пътното движение и Конвенцията за пътните знаци и сигнали, Европейската програма за подобряване на безопасността на движението по пътищата на Европа, Европейските директиви, свързани с безопасността на движението, Националната стратегия за подобряване на безопасността на движението по пътищата на Република България, Националната стратегия за опазване на живота и здравето на децата в пътното движение и др.

#### **3. Когато шофирате:**

- спазвайте правилата за движение;
- преценете скоростта спрямо конкретните пътни условия и спазвайте ограниченията;
- използвайте обезопасителни средства и помолете Вашите спътници да направят същото.



#### **4. Когато сте пътници:**

- сложете си коланите и помолете и другите около Вас да го направят;
- не позволявайте на водач, употребил алкохол или психоактивни вещества, да управлява превозното средство;
- обезопасете децата.

#### **5. Когато сте пешехоци:**

- пресичайте на обозначените за целта места;
- при движение през тъмната част на нощта използвайте грехи със светлоотразителни елементи.

#### **6. Когато сте велосипедисти:**

- спазвайте правилата за движение;
- през тъмната част на нощта използвайте грехи със светлоотразителни елементи.

**Наг 90% от пътнотранспортните произшествия са поради неспазване на правилата за движение по пътищата. От нас зависи да дадем предимство на живота.**



## Използвани източници:

1. „Анализ на потребностите на целевите групи“ – Министерство на здравеопазването, проект „Информирани и здрави“, финансиран от Оперативна програма „Развитие на човешките ресурси“ BG051PO001-5.3.01-0001-C0001
2. Количествено социологическо изследване „Познания и нагласи за промяна на поведението и уменията за здравословен начин на живот“, изготвено от НОЕМА за Министерство на здравеопазването, по проект „Информирани и здрави“, финансиран от Оперативна програма „Развитие на човешките ресурси“ BG051PO001-5.3.01-0001-C0001
3. „Сравнително проучване на опита и ефективността при реализация на проекти за провеждане на здравни информационни кампании в четири страни членки на Европейския съюз“ – Министерство на здравеопазването, 2009.
4. Пътнотранспортни произшествия в Република България 2010, МВР, НСИ, 2011. [http://www.nsi.bg/publications/PTP\\_2010.pdf](http://www.nsi.bg/publications/PTP_2010.pdf)
5. Национална стратегия за подобряване безопасността на движението по пътищата на Република България за периода 2011 – 2020 г.(проект), МВР, ДОККПБДП, 2010. [http://www.mvr.bg/NR/rdonlyres/Strategiya11\\_20.pdf](http://www.mvr.bg/NR/rdonlyres/Strategiya11_20.pdf)
6. Информация за пътнотранспортните произшествия в Република България. МВР, ДОККПБДП, <http://dokkpbdp.mvr.bg/>
7. Държавно-обществена консултативна комисия по проблемите на безопасността на движението по пътищата, „Обща статистика Пътнотранспортни произшествия (ПТП) през 2010.“, „Водачи. Алкохол.“ <http://dokkpbdp.mvr.bg>
8. Global status report on road safety: time for action. Geneva, WHO, 2009. [http://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/road\\_safety\\_status/2009](http://www.who.int/violence_injury_prevention/road_safety_status/2009)

## Полезни източници на информация:

<http://www.kat.mvr.bg>

<http://dokkpbdp.mvr.bg>

<http://www.mh.government.bg>

## Полезни телефонни номера:

Гореща линия за консултация при  
посттравматичен стрес: **0-700-17-112.**

При възникнал проблем с Вашия автомобил  
потърсете Пътна помощ на денонощна линия: **146**

При ПТП или нарушения по пътищата  
сигнализирайте на КАТ на денонощна линия: **166**



ИНФОРМИРАНИ  
и ЗДРАВИ