

Pinag-iingat ang mga Naglalakad at Nagpapagulong!

Mabubuting paraan para magbiyahe ang paglalakad at pagpapagulong. Nakatutulong ito sa planeta, nakatitipid ng pera, at mainam din itong ehersisyo.

Tandaan na nakikihati ka ng espasyo sa iba-ibang sasakyan tulad ng mga kotse, bisikleta, at scooter. Tungkulin ng lahat na panatilihin ang bawat isa. Narito ang ilang tip para tulungan kang manatiling ligtas habang naglalakad/nagpapagulong:

Gumamit ng Bangketa/ Humarap sa Trapiko



Maglakad/Magpagulong nang Maingat



Tumawid sa mga Tawiran



Mag-ingat sa mga Daanan ng Sasakyan/ Paradahan

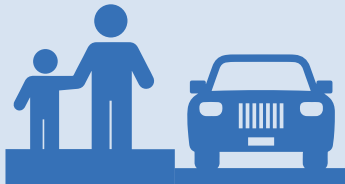


Magsuot ng Kapansin-pansin



Gumamit ng Bangketa/Humarap sa Trapiko

Kung may bangketa, gamitin ito! Kung walang bangketa sa kalye, maglakad/magpagulong sa kaliwang bahagi ng kalsada at humarap sa trapiko para makita ang paparating na mga kotse at tagapagmaneho.



Maglakad/Magpagulong nang Maingat



Palaging sundin ang mga karatula at palatandaan sa kalsada. Huwag tumakbo, maglaro, manabig, o magtulakan malapit sa trapiko at palaging itabi ang mga phone at headphones kapag naglalakad/nagpapagulong.

Tumawid sa mga Tawiran

Palaging tumawid ng kalye sa mga tawiran o panulukan. Tingnan kung may mga sasakyan sa lahat ng direksiyon, kasama na rito ang paglingon sa kaliwa o kanan. Kung walang tawiran, maghanap ng maliwanag na lugar na may pinakamaayos na view ng trapiko.



Mag-ingat sa mga Daanan ng Sasakyan/Paradahan



Subaybayan ang mga kotseng pumapasok at lumalabas sa mga daanan ng sasakyan o umaatras sa mga paradahan.

Magsuot ng Kapansin-pansin

Pag-isipan ang suot mo kapag naglalakad/nagpapagulong ka. Puwedeng mahirapan ang mga tagapagmaneho na makita ka kapag madilim, kaya magsuot ng makukulay na damit hangga't maaari. Sa gabi, magsuot ng reflective na damit o maglakad/magpagulong nang may ilaw.

