

## Bezpiecznie w trakcie wakacyjnych podróży



**Komenda Miejska Policji w Poznaniu zwraca uwagę na zagrożenia związane z wysokimi temperaturami oraz bezpieczeństwem w ruchu drogowym.**

Czas letni sprzyja wypoczynaniu na świeżym powietrzu, ale czy zawsze pamiętamy o zachowaniu ostrożności? Udar słoneczny to duże zagrożenie dla naszego zdrowia, może on także mieć wpływ na nasze zachowanie, osłabienie koncentracji, co z kolei może skutkować niebezpiecznymi sytuacjami w życiu codziennym – może pojawić się zasłabnięcie podczas spaceru czy kierowania pojazdem. Zanim zdecydujemy się wyruszyć w drogę, pamiętajmy o wypoczynku, nie zapominajmy też o nawodnieniu organizmu. Kierujący pojazdem powinien być zawsze wypoczęty, żeby móc w pełni skoncentrować się podczas jazdy i podejmować odpowiednie decyzje w związku z pojawiającymi się zagrożeniami.

Seniorko, Seniorze, pamiętaj również o podstawowych zasadach bezpieczeństwa na drodze:

1. Bezpiecznie włączaj się do ruchu.
2. Zachowaj bezpieczną odległość pomiędzy pojazdami.
3. Wyraźnie i z odpowiednim wyprzedzeniem sygnalizuj zamiar zmiany kierunku jazdy.
4. Stosuj zasady ograniczonego zaufania.
5. Regularnie sprawdzaj stan techniczny pojazdu.
6. Zadbaj o wypoczynek przed podróżą.