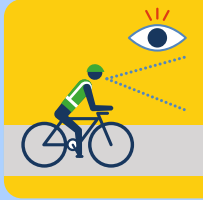


الممارسة الآمنة لركوب الدراجات الهوائية

SAFE CYCLING

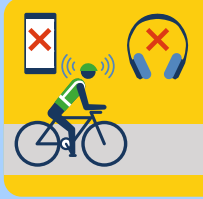
CYCLISTS

راكب الدراجة الهوائية



كن مسؤولاً Be responsible

حافظ على سلامتك دائماً (افتراض أن السائقين سيرتكبون أخطاء).
always keep yourself safe; assume drivers will make mistakes.



ابق متيقظاً Stay alert

لا تتحدث في الهاتف أو تستمع إلى الموسيقى.
do not talk on the phone or listen to music.

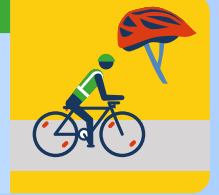


اتبع القانون Obey the law

اتبع قواعد المرور واللوائح والإرشادات المرورية.
follow the local traffic rules, road signs and traffic lights.

احم نفسك Use safety equipment

ارتد دائماً خوذة وسترة عاكسة وواقبات المرفق والركبة.
helmet, reflective clothing, elbow and knee protection.



استخدم إشارة اليد Use hand signals



كن مرئياً Be seen

استخدم الأنوار الأمامية والخلفية الساطعة في دراجتك، حتى في أوقات النهار.
use flashing lights on the front and back of your bike, even in daylight.



DRIVERS

السائق



لاحظ Observe

تحقق من كل ما حولك، بما في ذلك المناطق العمياء.
check all around, including your blind areas.



توقع Anticipate

ما قد يفعله راكب الدراجة الهوائية لا سيما عند التقاطعات.
what cyclists may do; in particular, at junctions.



أفسح الطريق Give space

اترك مساحة كبيرة عند مرور راكبي الدراجات الهوائية.
allow plenty of space when passing cyclists.

