**اصول ایمنی ترافیک و پیشگیری از حوادث ترافیکی**

1. **برای پیشگیری از حوادث ترافیکی، استفاده از کمربند ایمنی برای راننده و سرنشینان خودرو الزامی است.**
2. **برای پیشگیری ازسوانح و حوادث ترافیکی، در هنگام استفاده از موتورسیکلت، از کلاه ایمنی استفاده کنید.**
3. **برای پیشگیری از حوادث ترافیکی در هنگام دوچرخه سواری از کلاه ایمنی استفاده کنید.**
4. **برای پیشگیری از حوادث ترافیکی در هنگام دوچرخه سواری از مسیر ویزه دوچرخه سواری استفاده کنید.**
5. **برای پیشگیری از حوادث ترافیکی، کودکان زیر 5 سال را در صندلی ویژه کودک در خودرو بنشانید.**
6. **برای پیشگیری از حوادث ترافیکی، در هنگام رانندگی سرعت مجاز را رعایت کنید.**
7. **برای پیشگیری از حوادث ترافیکی، فاصله مجاز با خودروی جلویی را رعایت کنید.**
8. **برای پیشگیری از حوادث ترافیکی، با خستگی و خواب آلودگی رانندگی نکنید.**
9. **اگر هنگام رانندگی دچار خواب آلودگی شدید، خودرو را در محل مناسب متوقف کنید و چند دقیقه استراحت کنید.**
10. **برای پیشگیری از حوادث ترافیکی از خوردن و آشامیدن در هنگام رانندگی خودداری نمایید.**
11. **صحبت کردن با موبایل در هنگام رانندگی، خطر تصادف و حوادث ترافیکی را افزایش می دهد.**
12. **از صحبت کردن با سرنشینان خودرو در هنگام رانندگی خودداری کنید.**
13. **برای پیشگیری از حوادث ترافیکی از بلند کردن صدای موزیک در هنگام رانندگی خودداری کنید.**
14. **برای پیشگیری از حوادث ترافیکی سرنشینان خودرو از صحبت با راننده، پرت کردن حواس راننده و شلوغ کردن در خودرو اجتناب کنند.**
15. **برای پیشگیری از حوادث ترافیکی در صورت مصرف داروهای کاهش دهنده هوشیاری از رانندگی خودداری کنید.**
16. **در جاده ها و معابر برفی و یخ زده ، استفاده از زنجیر چرخ الزامی است.**
17. **برای پیشگیری از حوادث ترافیکی قبل ازشروع رانندگی، خودروی خود را ارزیابی و نوا قص آن را برطرف کنید.**
18. **در هنگام رانندگی توجه و تمرکز خود را حفظ کنید و بر اعصاب خود مسلط باشید،**
19. **از خوردن هر نوع نوشيدني و خوراكي در پشت فرمان و در هنگام حركت خودداری کنید**