

Tento leták Vám poradí, jak chránit děti před dopravními úrazy, jak se chovat s dětmi v dopravě jako chodci a jak naučit děti základnímu bezpečnému chování.

## DÍTĚ JAKO SPOLUJEZDEC

- Dětský zádržný systém – sedačka musí být vhodná pro váš automobil a odpovídat výšce a hmotnosti dítěte.
- Pokud je připevněna na předním sedadle, nesmí být aktivován airbag.
- Ujistěte se o správném upevnění sedačky.
- Před každou jízdou překontrolujte nastavení a vedení pásů, aby bylo dítě zafixováno ve správné pozici – pás musí být při zapínání napnutý.
- Všechny děti v autě musí mít vlastní sedačku, nebo sedák se zádovou opěrkou a bezpečnostní pás.
- NIKDY nepřevázejte dítě na klíně!
- Používejte dětskou pojistku proti otevření dveří zevnitř auta.
- Pro nastupování a vystupování dítěte používejte pouze dveře na straně chodníku.
- Dejte dítěti měkkou hračku, aby se za jízdy nenudilo a nerozptylovalo řidičovu pozornost.
- NIKDY nenechávejte děti samotné zavřené v autě!



## POHYB S KOČÁRKEM

- Vždy dítě připevněte bezpečnostním popruhem, pád z kočárku znamená obvykle poranění hlavy.
- Nepřetěžujte kočárek na straně rukojeti – hrozí jeho převrácení.
- Kočárek je nižší nežli dospělá osoba a může být pro projíždějící vozidla prakticky neviditelný.
- Nikdy nevjíždějte s kočárkem před sebou do vozovky dokud není jasné, že se provoz zastavil.

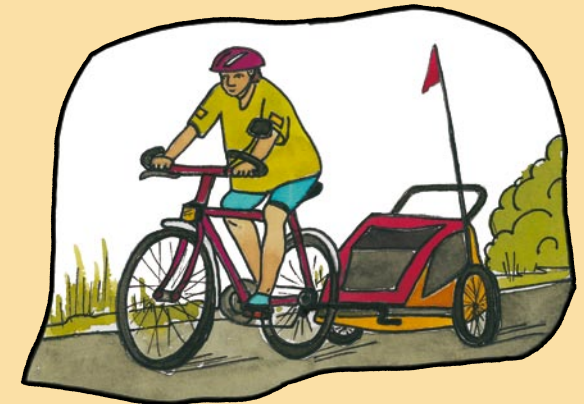


- POZOR na výjezdy pro auta!
- Kde není chodník, jděte s kočárkem po levé straně, tak abyste viděli blížící se vozidla.
- Pravidelně kontrolujte brzdy. Zabráníte samovolnému pohybu kočárku.
- Při zastavení na svahu musí být vždy bržděná kolečka níž než nebržděná. U sportovních kočárků a golfových holí používejte obě brzdy.
- Nenechávejte dítě v kočárku ani na chvíli bez dozoru!

- Pamatujte, že bezpečné místo pro vaše popovídání si s kamarádkou není na komunikaci, ani málo frekventované, jak často vidáme.
- Pokud vám stojí v cestě na chodníku překážka – výkop či špatně zaparkované auto – a vy ji musíte obejít po silnici, uvědomte si, že řidič blížícího se vozidla na to nemusí být připravený.
- Přenášíte-li dítě na kratších vzdálenostech v korbice kočárku, v tzn. „klokance“, nebo v nosiči na zádech – vždy jej zafixujte bezpečnostními popruhy. Může se vám vysmeknout jedno ucho a těžký úraz je nasnadě.
- Kočárek a ostatní „přenašedla“, opatřete retroreflexním materiálem. Bez něj vás za tmy řidič vidí doslova na poslední chvíli.

## DĚTSKÝ VOZÍK

- Jezděte pouze mimo silnice, zákon na nich jízdu s vozíkem neschvaluje.
- Dbejte vždy na správné připoutání dítěte bezpečnostními pásy, použití přilby, odrazek na kole i vozíku. Pro lepší viditelnost je nutné připevnit praporek.



## PRO RODIČE MALÉHO CHODCE

- Malé děti vždy držte za ruku nebo používejte kšíry.
- Pokud je chodník úzký, nechte jít dítě před sebou, ale vždy v DOSAHU.
- Používejte vždy jeden jasný příkaz – „Zastav se“ „Stůj“ „Jdi“.
- Buďte příkladem, chovejte se sami bezpečně.



- Naučte děti všimnout si, odkud se doprava přibližuje a co znamenají barvy na semaforech.
- Pokud je nutné přecházet mimo přechod, upozorněte dítě na rizika a zdůrazněte potřebu větší pozornosti.
- Objevujte s dětmi druhy dopravních prostředků a jaké riziko představují – jak brzdí, jak rychle jedou, jak se chovají v zatáčkách.
- Oblékejte je do barevného oblečení s retroreflexními prvky.

Za bezpečí malého dítěte jsou vždy zodpovědní rodiče. Udělejte vše nezbytné pro to, abyste zabránili úrazům, které jsou bohužel v dopravním prostředí časté. Všechn čas, který věnujete výchově dětí k ochraně svého zdraví se projeví v jeho dalším životě, kdy už nebudete nadosah.

Projekt ALARM – Moderní formy dopravní výchovy dětí a mládeže jako prostředek snižování nehodovosti v provozu na pozemních komunikacích.

### V případě, že budete potřebovat další informace, kontaktujte:

#### Centrum úrazové prevence (CÚP)

UK 2. LF a FN Motol  
V Úvalu 84  
150 06 Praha 5  
tel.: 224 435 861  
fax: 224 435 941  
cup@lfmotol.cuni.cz  
www.cup.cz



#### Centrum dopravního výzkumu

Líšeňská 33a  
636 00 Brno  
tel.: 543 215 050  
fax: 543 211 215  
jitka.heinrichova@cdv.cz  
www.cdv.cz



Vydalo Centrum úrazové prevence UK 2. LF a FN Motol za finanční podpory Ministerstva dopravy v rámci Národního programu výzkumu.  
ALARM 1F 44L/058/050, Copyright: 2005  
Ilustrace: Hana Hájková-Květová

# Bezpečná doprava našich nejmenších

1



Projekt ALARM



Většina dopravních úrazů které postihnou děti do 5 let se stane v blízkosti domova.

Batolata a předškoláčky jsou zvědaví, chtějí objevovat a učit se nové věci. Je to nejvhodnější doba pro vysvětlování. Samy nepoznají blížící se nebezpečí, a proto je musíme trpělivě upozorňovat a chránit.

## DÍTĚ NA ODRÁŽEDLE

- Odrážedlo, tříkolka, ale i kočárek pro panenky je nesmírným zpestřením pobytu dítěte venku.
- Myslete ale na to, že se dítě u této činnosti dříve unaví. Proto volte raději kratší vzdálenosti.



- Dbejte na to, aby dítě jezdilo na vnitřní (pravé) straně chodníku. Při sjezdu kolečka z chodníku může dojít k převržení a pádu dítěte do vozovky.
- Při pohybu na přechodu mějte dítě vždy v dosahu.
- Nechoďte s dítětem po silnici. Vždy vybírejte chodníky nebo cesty, kde auta nejezdí.
- Dítě se na odrážedle a tříkolce dokáže pohybovat velmi rychle. Nedovolte proto ani na chodníku, aby ujíždělo napřed. Může se dostat do nebezpečné situace třeba s malým cyklistou nebo vyjet na vozovku.

## PAMATUJTE:

### Pro řidiče:

- Vaše auto, které váží 1000 kilogramů a jede rychlostí 50 km/hod., má 1000x větší sílu, než desetakilové dítě jdoucí rychlostí 5 km/hod. Váš střet může být pro dítě smrtelný.
- Dítě do 5 let neodhadne jakou rychlostí a ani odkud přijíždíte.
- Není schopno se stále soustředit a být pozorné, snadno se rozptýlí.
- Zpozorněte, prosím, na přechodech, výjezdech z garáží, soukromých pozemků a na místech, kde si děti hrají.



- Snažte se s přecházejícím dítětem navázat oční kontakt, dítě stojící u přechodu může náhle vstoupit do vozovky.
- Dítě přechází přímo, nejkratší cestou a obvykle přebíhá.

- Kolem dítěte cyklisty jeďte co nejopatrněji.

## Předvídejte nepředvídatelné!

### Pro rodiče malého cyklisty:

- Pokud vozíte dítě na kole, opatřete mu kvalitní cyklosedačku, která chrání hlavu, záda i nohy a má dobré bezpečnostní upínání.
- Dítě musí mít VŽDY na hlavě cyklistickou přilbu.
- Oblékejte jej pro lepší viditelnost do pestrého oblečení opatřeného retroreflexním materiálem.
- Malému cyklistovi pořídte dobře technicky vybavené kolo – brzdy, odrazky, zvonek...
- Před každou jízdou zkontrolujte funkčnost brzd.
- Naučte ho ovládat techniku jízdy: zatáčení, jízda po nerovném terénu, náhlé zastavení či objetí překážky.



- Dítě nechte jet před sebou, ale udržujte takovou vzdálenost, abyste byli připraveni reagovat na jeho nenadálé počiny.
- Naučte dítě význam dopravního značení a nejen názvy. Vyzkoušejte jeho znalosti v praxi.
- Mějte vždy malého cyklistu v dohledu.

## IN-LINE, SKATEBOARD

- Tyto sporty nechte provozovat dítě, které je zdatné a fyzicky připravené, a to až po dovršení 5 let. U mladších dětí, vzhledem k jejich posunutému těžišti, hrozí častější pád na hlavu.
- Nešetřete na kvalitním vybavení včetně ochranných pomůcek – přilba, chrániče loktů, kolen, dlaní a zápěstí.
- Před každou jízdou zkontrolujte funkčnost koleček a u bruslí i brzd.



- Jezdit na kolečkových bruslích nebo skateboardu učte dítě pouze na plochách k tomu určených.
- V žádném případě nepoužívejte pro tento účel parkoviště! Dítě se může nečekaně střetnout s pohybujícím se vozidlem.
- Pokud se dítě naučí dobře zvládat techniku bruslení, můžete s ním začít jezdit na stezkách určených pro tento sport.
- Dítě do 5 let ještě nedokáže odhadnout riziko rychlosti, vy sami ho musíte vést k tomu, aby jízdou zvládalo bezpečně.

Dopravní prostředí je pro děti nedílnou součástí života. Jsou však nepozorné, nezkušené a zranitelné. Proto je nutné je chránit všemi dostupnými prostředky a vychovat je k obezřetnosti a bezpečnému chování od nejnižšího věku.

Projekt ALARM – Moderní formy dopravní výchovy dětí a mládeže jako prostředek snižování nehodovosti v provozu na pozemních komunikacích.

### V případě, že budete potřebovat další informace, kontaktujte:

#### Centrum úrazové prevence (CÚP)

UK 2. LF a FN Motol  
V Úvalu 84  
150 06 Praha 5  
tel.: 224 435 861  
fax: 224 435 941  
cup@lfmotol.cuni.cz  
www.cup.cz



#### Centrum dopravního výzkumu

Líšeňská 33a  
636 00 Brno  
tel.: 543 215 050  
fax: 543 211 215  
jitka.heinrichova@cdv.cz  
www.cdv.cz



Vydalo Centrum úrazové prevence UK 2. LF a FN Motol za finanční podpory Ministerstva dopravy v rámci Národního programu výzkumu.  
ALARM 1F 44L/058/050, Copyright: 2005  
Ilustrace: Hana Hájková-Květová

# Bezpečná doprava našich nejmenších

2



Projekt ALARM

