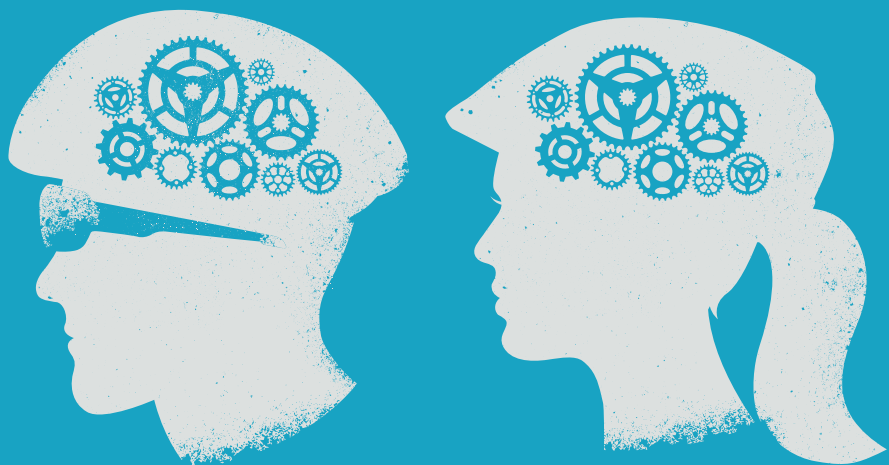


成人骑自行车安全建议



今天是骑自行车的好天气！

但在此之前，请用几分钟看一看以下建议，让您的旅途安全愉快。



了解相关法律*

了解并遵守关于交通安全、安全骑车程序、自行车装备等法律法规。



带头盔

头部受伤是最为严重的损伤以及骑车者最普遍的死因。虽然仅要求18岁以下的骑车者戴头盔，但人人都需要保护。在 octa.net/bikesafety 学习如何选择合适的头盔。



提高可见度

穿色彩明亮或带反光的衣服。为您的自行车安装车前灯和车后反光玻璃。



学习手势信号

手势信号会告诉汽车驾驶者您何时想要左转、右转、放慢速度或停车。手势信号学起来很快，也是依据法律要求必须学习的。在 octa.net/bikesafety 查找如何学习手势信号。



顺着车流骑车

没有顺着车流骑车是橙县骑车者受伤的最大原因。顺着车流行驶是与汽车驾驶者共用车道的最佳方法。如果您的车速慢于车流速度，那么在有自行车道的情况下，您必须使用自行车道。



保持注意力

骑车时不要分心，也不要听音乐和看手机。如果您感到疲倦或喝酒，请不要骑车。



在停好的汽车旁边骑车要小心谨慎

当汽车车门打开时，您可能会受伤。



不要出现不可预测的行为

请不要在停好的车辆之间穿梭。请沿着车道和高速公路的标记骑车。



保养您的自行车

在骑车前，请务必检查刹车、链条和轮胎。



学习自行车驾驶课程

在当地学习骑自行车的课程，提升您的技能和安全意识。

*更多骑自行车相关法律信息，请从加利福尼亚州机动车辆管理局（DMV）处查看：
加利福尼亚州机动车辆管理局驾驶员手册：http://apps.dmv.ca.gov/pubs/hdbk/driver_handbook_toc.htm
加利福尼亚州机动车辆管理局2014加州车辆代码：<http://www.dmv.ca.gov/pubs/vctop/vc/vc.htm>
加利福尼亚州机动车辆管理局“分享道路：信息速查”：http://www.dmv.ca.gov/pubs/brochures/fast_facts/ffd137.htm

儿童骑自行车安全建议



骑自行车是娱乐和四处走动的好方法。但在此之前，请看一看这些重要的安全建议，保持行车安全！



遵守法律*

为了保障人们的安全，加州有法律规定在有车流时如何骑自行车、您的自行车需要什么装备等等。请和您的父母一起看一看这些法律法规。



每次骑车都要戴头盔

在加州，18岁以下的孩子必须戴头盔。这是因为您的大脑很脆弱，很容易受到损伤。请在 octa.net/bikesafety 学习头盔的相关信息以及如何正确地戴头盔。



学习手势信号

手势信号会告诉汽车驾驶者您何时想要左转、右转、放慢速度或停车。手势信号学起来很快，请在 octa.net/bikesafety 查找如何学习手势信号。



顺着车流骑车

永远顺着车流方向骑车。与车流同向行驶！



帮助其他人看见你

也就是说请穿上色彩明亮的衣服，在自行车上安装车后反光玻璃和车前灯。



避免在黄昏或夜晚骑车

白天骑车更加安全。在夜晚，汽车驾驶者和您都比较难以看到对方。



不要带耳机，不要打电话

集中注意力！这样您可以看和听得更清楚



在停下的车辆附近骑车请小心

若车门在自行车前打开，您可能会受伤。



不要骑车载人

这会让您难以看清路况，并让您的自行车摇晃不稳。



保养您的自行车

在骑车前，请务必检查刹车、链条和轮胎。



在街道上安全行驶

如果您得到允许在街道上骑车，则需要像汽车驾驶者一样遵守交通标志和信号灯。请尊重汽车和卡车驾驶者，记住他们可能不太容易看见您。



在人行道骑车请保持礼貌

在人行道骑车之前，请事先了解您所在的城镇是否允许这样做。小心行人，不要骑得太快或距离太近，注意往来的车辆。



请成为骑自行车者的榜样

学习这些骑车安全守则，保障您的朋友和家人的安全。

更多骑自行车相关法律信息，请从加利福尼亚州机动车辆管理局（DMV）处查看
加利福尼亚州机动车辆管理局驾驶员手册：http://apps.dmv.ca.gov/pubs/hdbk/driver_handbook_toc.htm
加利福尼亚州机动车辆管理局2014加州车辆代码：<http://www.dmv.ca.gov/pubs/vctop/vc/vc.htm>
加利福尼亚州机动车辆管理局“分享道路：信息速查”
：http://www.dmv.ca.gov/pubs/brochures/fast_facts/ffd137.htm

汽车驾驶者安全建议

与骑自行车者共享道路



了解相关法规、保持谨慎并谨守礼仪能让所有共用车道的人享受更安全的旅途。以下是您在开车前需要考虑的几点建议



***了解并遵循新的三英尺安全法案
(AB-1371 自9/16/2014生效)**

该法律要求从后方超过骑自行车者的司机与自行车保持三英尺的距离。 **



像对待机动车驾驶者一样对待骑自行车者。
他们依法享有路权，应被视为慢速行驶的机动车。



在学校附近驾驶时，请格外小心

周围到处都是骑自行车和步行的孩子。他们可能并不循规蹈矩。
集中注意力以避免车祸。



在骑自行车者附近驾驶时，请特别注意

车祸可能会导致严重伤害，因为骑自行车者更加脆弱。



了解骑自行车者的行为

骑自行车者与其他汽车驾驶者行为不同。例如，骑车者可能会在车道中突然左移以避免某些危险，而这些危险对汽车或卡车可能不成问题。

对此类行为留有预期，并时刻注意。



骑自行车者的速度可能比您意识到的要快， 所以请在驾驶过程中随时调整。

实际了解自行车车速。在城市道路上，自行车车速往往达每小时15-20英里。若要在骑自行车者面前转弯，请考虑到自行车车速，并依此调整您的转弯时间点。为了避免撞车，请不要在超过骑自行车者后立即右拐。



保持警醒

正如注意其他车辆一样，请时刻注意自行车。在骑自行车的孩子周围驾驶时，请特别小心，因为孩子的行为可能无法预测。



打开车门请小心

打开车门前请小心查看，以避免骑自行车者撞上来。



开车时不要分心

酒精、毒品、缺少睡眠和打电话都可能会影响判断。



培养耐心

将自行车视为慢速行驶的车辆，在接近和超车时保持谨慎和礼貌，并留出足够的空间。请记住，骑自行车者在碰撞中非常脆弱。请在开车时牢记这一点。



避免按喇叭和大喊大叫

突然的巨大声音可能会惊吓到骑自行车者，使其转入车流当中。

****更多骑自行车相关法律信息，请从加利福尼亚州机动车辆管理局（DMV）处查看：**

加利福尼亚州机动车辆管理局驾驶员手册：http://apps.dmv.ca.gov/pubs/hdbk/driver_handbook_toc.htm

加利福尼亚州机动车辆管理局2014加州车辆代码：<http://www.dmv.ca.gov/pubs/vctop/vc/vc.htm>

加利福尼亚州机动车辆管理局“分享道路：信息速查

：http://www.dmv.ca.gov/pubs/brochures/fast_facts/ffd137.htm

汽车驾驶者安全建议

与行人共享道路



很多汽车驾驶者也是行人。当您开车时，请想一想若您是行人，希望受到怎样的对待。牢记以下建议以保障安全。



行人拥有路权*

永远在街道交叉口和拐角处为行人让路。在红灯时右拐，请特别小心。查看各个方向，因为行人可能会从任何一个方向出现。



在学校附近驾驶，请格外小心

周围都是孩子，他们的行为可能无法预测。集中注意力，避免车祸。



开车时不要分心

酒精、毒品、缺少睡眠和打电话都可能会影响判断。



在街道交叉口请停在线后

让行人通过人行道



避免按喇叭和大喊大叫

突然的巨大声音可能会惊吓到骑自行车者，使其转入车流当中。



保持耐心

为老年人、孩子和残疾人耐心等待。



使用车前灯

很多行人是在黄昏或天黑后受伤的。打开您的车前灯，这样您和行人就能够看到对方。



慢速行驶

高速行驶时发生的车祸可能更加致命。

*更多骑自行车相关法律信息，请从加利福尼亚州机动车辆管理局（DMV）处查看：

加利福尼亚州机动车辆管理局驾驶员手册：http://apps.dmv.ca.gov/pubs/hdbk/driver_handbook_toc.htm

加利福尼亚州机动车辆管理局2014加州车辆代码：<http://www.dmv.ca.gov/pubs/vctop/vc/vc.htm>

加利福尼亚州机动车辆管理局“分享道路：信息速查”

：http://www.dmv.ca.gov/pubs/brochures/fast_facts/ffd137.htm

成人行人安全建议



很多人喜爱在美丽的橙县步行以作消遣、做些跑腿杂事或去上班。把汽车留在家中对我们自身和环境都有好处。请利用下列安全建议来练习如何明智而安全地步行。



了解相关法律*

正如汽车驾驶者和骑车者一样，行人也必须遵守相关法律法规。



行人拥有路权

不管有无交通指示灯，也不论人行道是否漆上白线，在街道交叉口和拐角处，行人总是拥有路权的。



小心过马路

停住并看看两边。可能的话，与汽车驾驶者对视。在知道驾驶者能够看到您并停下之前不要过马路。



行人必须注意自身安全

这意味着不要跃下路缘或其他安全的地方，走或跑到由于过于接近而会引起即时危险的机动车道上。



提高可见度

穿色彩明亮或有反光的衣服。待在照明好的区域。夜间步行时，随身携带手电筒。



保持警醒

不要打电话、戴耳塞或耳机。对引擎的噪音和倒车灯保持警醒。步行时保持清醒和谨慎。



了解并遵循交通标志

看到行人标志再过马路。当闪烁橙色的手型标志时，保持谨慎；不要开始过马路，但若您已在马路中间，请继续步行到另一边。



自行车道仅供骑自行车者使用

如果邻近有行人通道，请不要在自行车道步行。在有人行道的情况下，请走人行道。



面向车流步行

如果您不得不在街上步行，请尽量在远离车流的左侧面向车流步行。

*更多骑自行车相关法律信息，请从加利福尼亚州机动车辆管理局（DMV）处查看：
加利福尼亚州机动车辆管理局驾驶员手册：http://apps.dmv.ca.gov/pubs/hdbk/driver_handbook_toc.htm
加利福尼亚州机动车辆管理局2014加州车辆代码：<http://www.dmv.ca.gov/pubs/vctop/vc/vc.htm>
加利福尼亚州机动车辆管理局“分享道路：信息速查”：
http://www.dmv.ca.gov/pubs/brochures/fast_facts/ffd137.htm

儿童行人安全建议



步行是一件自然而然的事，您可能都不会去想您正在做什么。但是，为了保障安全，请稍微思考一下。下一次您步行去学校、商店或朋友家时，请记住这些建议。



了解相关法律*

正如汽车驾驶者和骑车者一样，行人也必须遵守相关法律法规。



您要为自身的安全负责

可能您听过人们这样说，“行人拥有路权”。他们说的没错，但即便如此，保障自身安全仍然是您自己的任务。这意味着不要跃下路缘或其他安全的地方，走或跑到街上及汽车或卡车的车道上。



小心过马路

停住并看看两边。可能的话，与汽车驾驶者对视。在知道驾驶者能够看到您并停下之前不要过马路。请步行，不要跑跳，这是很严肃的事。



和人群一起过马路

和朋友一起步行。这加大了安全性，因为人群比个人更显眼。



提高可见度

穿色彩明亮或有反光的衣服。待在照明好的区域。夜间步行时，请和成人同行。



保持警醒

不要打电话、戴耳塞或耳机。对引擎的噪音和倒车灯保持警醒。



集中注意力

保持注意力，保障安全。



了解并遵循交通标志

看到行人标志时再过马路。当闪烁橙色的手型标志时，保持谨慎；不要开始过马路，但若您已在马路中间，请继续步行到另一边。



不要跑到马路中间，不要在停住的车辆之间穿梭

找到街道交叉口并在那里安全地过马路。



自行车道仅供骑自行车者使用

如果邻近有行人通道，请不要在自行车道步行。在有人行道的情況下，请走人行道。



面向车流步行

如果您不得不在街上步行，请尽量在远离车流的左侧面向车流步行。

***更多骑自行车相关法律信息，请从加利福尼亚州机动车辆管理局（DMV）处查看：**
加利福尼亚州机动车辆管理局驾驶员手册：http://apps.dmv.ca.gov/pubs/hdbk/driver_handbook_toc.htm
加利福尼亚州机动车辆管理局2014加州车辆代码：<http://www.dmv.ca.gov/pubs/vctop/vc/vc.htm>
加利福尼亚州机动车辆管理局“分享道路：信息速查”：http://www.dmv.ca.gov/pubs/brochures/fast_facts/ffdl37.htm