

## Lepo pozdravljeni, dragi starejši!



Moje ime je **Zlatko Mrak**. Sem že kar nekaj časa upokojen in s svojo ženo Lučko ter mojimi vnuki zelo rad raziskujem in opazujem svojo okolico. Rad pomagam ljudem, zato sem za vas pripravil brošuro

v kateri me boste bolje spoznali in se z mano kaj novega naučili. O čem se bomo pogovarjali? O **varnosti pešcev v vsakdanjem prometu**. Vsak izmed nas je kdaj pa kdaj udeležen v prometu kot pešec. Zato je pomembno, da ves čas ponavljamo pravila varne hoje po cesti, še posebno sedaj, ko se nam približujejo krajši dnevi, sneg, dež in še nekatere nevšečnosti jesensko - zimskih dni.

Po vsakem poglavju imate vprašanje s katerim boste obnovili prebrano. Ne skrbite,

vprašanja niso težka, odgovore prav na vsa pa najdete s pozornim branjem brošure. Vestno na njih odgovarjajte, na koncu vas za to čaka nagrada.

Upam, da sem vas prepričal in, da se boste z mano podali na pustolovščino pravičnega ravnanja v cestnem prometu!

## **1. ZNAČILNOSTI STAREJŠIH PEŠCEV**

Včeraj sem cel dan iskal svoje copate. Nikakor se nisem mogel spomniti kam sem jih pospravil. Ko grem po stopnicah se čudim, kako sem kar naenkrat tako zadihan. In zadnjič, ko sem šel po nakupih, sem na cesti veselo pozdravljal svojega »znanca«. V narokovajih zato, ker sploh ni bil znanec, temveč naključni mimoidoči pešec, ki sem ga zaradi očitno slabšega vida zamešal za nekoga drugega. Se tudi vam to dogaja?

Vse to so posledice staranja in prav vse te lastnosti se odražajo tudi, ko smo starejši udeleženci v cestnem prometu. Z leti se nam slabša vid, zato imamo na cesti ožje

vidno polje, peša nam kratkoročni spomin, zato več pozabljamo. Bolj smo zmedeni in težje ocenimo hitrost in razdaljo mimo voze-  
čih vozil.

Prav zato ne preseneča dejstvo, da starejši pešci spadamo med najbolj ranljivo skupino v prometu. Da si ne izmišljujem, kažejo tudi statistični podatki. **V letu 2019 je na slovenskih cestah umrlo 15 pešcev, med njimi pa je bilo kar 9 pešcev starejših od 64 let.**

K tej črni statistiki pešcev na cestah, dodajam še en podatek.

Do pešcev prijazna hitrost je približno 30 km/h, saj tudi v primeru trka pešec ne bi utrpel hujših posledic. Že pri hitrosti 50 km/h se verjetnost hujših poškodb pešca poveča za polovico. Pri prekoračitvi omejitve hitrosti za 10 km/h, kar se večini voznikov sploh ne zdi omembe vredno, je verjetnost, da pešec umre ali je huje poškodovan, že 90-odstotna.

**Vprašanje 1: Naštejte 3 lastnosti starejših pešcev v cestnem prometu!**

## 2. BONTON NA CESTI

Bonton za mizo, bonton oblačenja, bonton kašljanja in kihanja,... pa verjetno bi lahko naštel še kar nekaj vrst bontona, ki se ga moramo držati v vsakdanjem življenju. Pa sem malo razmišljal in prišel na tole idejo. Kaj pa bonton obnašanja pešcev na cesti? Včasih, ko hodim po ulicah Ljubljane, opazim, da se ga pešci prav zagotovo ne držijo. Zelo radi pa se po drugi strani jezijo nad »objestnimi« vozniki, ki jih nikoli ne opazijo in delajo čisto vse narobe. Se tudi sami to opazili.

Da boste Vi, ki berete moje modrovanje, zgled vsem ostalim pešcem, sem pripravil nekaj nasvetov »*Cestnega bontona za pešce*«. In veste kaj, ne boste le dobro izpadli, ker ga boste upoštevali, povečali boste tudi svojo varnost in varnost drugih udeležencev v prometu. Temu jaz rečem dvojna zmaga!

Pa kar začnimo:

1. Zavedajte se, da kot pešec na cesti **NIMATE ABSOLUTNE PREDNOSTI**. Vedno se morate pred prečkanjem ceste prepričati, da to lahko storite varno!
2. Vedno **UPORABLJANJTE POVRŠINE NAMENJENE PEŠCEM** (pločnik, nadhodi, podhodi).
  - ✓ Če urejenih površin za pešce ni, hodite po levem robu cestišča. Tako boste imeli boljši pregled nad vozili, ki vam prihajajo nasproti, vozniki pa vas bodo tako prej opazili.
3. **BODITE VIDNI** in poskrbite, da vas bodo vozniki opazili:
  - ✓ Nosite svetla oblačila ter odsevnike ob mraku in temi.
  - ✓ Če hodite ponoči po cesti zunaj naselja, uporabite prenosno svetilko z belo svetlobo.

- ✓ Z voznikom pred prečkanjem ceste vzpostavite očesni stik – tako se prepričate, da vas je opazil.
4. Cesto **PREČKAJTE NA OZNAČENIH PREHODIH** za pešce. To naredite hitro, brez nepotrebne ustavljanja.
  5. **BODITE PREVIDNI.** To pomeni, da preden prečkate cesto, poglejte levo, desno in še enkrat levo.
    - ✓ Na semaforiziranih prehodih počakajte, da se na semaforju za pešce prižge zelena luč. Preden prečkate cesto vseeno pogledajte levo in desno, da se prepričate, da nihče od voznikov ni spregledal rdeče luči na semaforju.
    - ✓ Na križiščih brez semaforja bodite še posebej pozorni na približujoča se vozila. Vedno počakajte, da vam vozniki dejansko ustavijo na obeh straneh vozišča.

- ✓ Svojo namero za prečkanje ceste jasno nakažite. Lahko to naredite z dvigom roke ali preprosto s pozicijo telesa.

**Vprašanje 2: Kako poskrbite, da vas vozniki na cesti opazijo?**

### **3. ZVEČER JE MODERNA SVETLA BARVA**

Moja žena Lučka ima v svoji omari toliko kosov oblačil, pa še vedno vsake toliko potoži, da nima ničesar pametnega za obleč. In nazadnje, ko sem pogledal v njeno omaro sem bil res kar malo zaskrbljen. Pa ne zaradi tega, ker bi bila prazna, temveč zato, ker so bila v njej sama temna oblačila! Tudi stanje v moji omari ni bilo kaj dosti boljše. Seveda, če pa so temni kosi elegantni, uporabiš jih lahko k vsemu, pa še nisi preveč vpadljiv za svojo okolico.

O tej temi sem nekaj besed spregovoril s svojo vnukinjo Ajdo, ki se spozna na modo in vse trenutne modne trende. In veste kaj mi je dejala? *Da so ob temi in mraku najbolj modna*

*svetla oblačila*. Sploh, če se po slabo osvetljeni, prometni cesti odpraviš po opravkih.

Razlago zakaj si poglejte na spodnji sliki, ki vam pove pri koliko metrih voznik opazi pešca, ki hodi po cesti.



Je treba dodati še kaj? Mislim, da sem pravilno predvidel vaš odgovor na moje vprašanje. Tako sva z ženo Lučko odšla po nakupih in oba kupila kar nekaj kosov svetlih, toplih oblačil, da bova letošnjo jesen in zimo, ob mraku in ponoči na cesti bolj varna. **Najbolj všeč mi je Lučkina nova bunda. Ima namreč že všite odsevnike.** Tako, da tudi če bo po-



zabila kresničko doma, ko bo šla do znanke, bodo odsevniki v njeni bundi opravili vlogo namesto kresničke. Odlično!

**Vprašanje 3:** Kakšne barve naj bodo oblačila, če se v temi in mraku peš odpravljamo na obisk k znancu?

#### **4. MAJHNA KRESNIČKA – REŠUJE ŽIVLJENJA**

Danes zjutraj so po radiu spet imeli intervju z nekim policistom, ki je razlagal o nevarnostih, ki prežijo ob mraku in ponoči na pešce vseh starostnih skupin. Pa sem si mislil, pa saj to vendar že vsi vemo, je to res potrebno ves čas ponavljati? Vseeno sem prisluhnil policistu in si zapomnil njegovo misel: **Majhna kresnička rešuje življenja.** Poleg tega je povedal še kup zanimivih stvari, tudi ta podatek, da se je v letu 2019 kar 10 prometnih nesreč od 15 s smrtjo pešca pripetilo v temnem delu dneva, kar je precej zaskrbljujoč podatek.

No vsega tega, kar imate spodaj napisano o odsevnih telesih si nisem zapomnil ob poslu-

šanja policista. Sem pa podatke poiskal na spletni strani Agencije za varnost prometa Republike Slovenije. Na njihovi strani najdete še ogromno drugih poučnih informacij, nasvetov in preventivnih dogodkov, ki se jih lahko udeležite. Le prosite kdaj svoje vnuke, da vam jo pokažejo.

Uporaba **KRESNIČKE** je zakonsko predpisana. Zato je dolžnost vsakega pešca, da ob slabši vidljivosti, temi in mraku v cestnem prometu uporablja kresničko. Pomaga nam, da nas vozniki v mraku lažje opazijo in se nam varno izognejo. Lahko je različnih oblik, pomembno pa je da ima v notranjosti satovjasto obliko. To pripomore k temu, da odbija svetlobo pod različnimi koti in tako zagotavlja dobro odsevnost.

Kresničko nosimo tako, da prosto binglja ob tistem boku ali kolenu, ki je bližje cestišču.

## KAKŠNA SE VAM JE ZDELA MOJA BROŠURA?

Kot obljubljeni na začetku vam na tej strani dam možnost, da dobite nagrado, ki vam bo pomagala, da boste tudi v deževnih dneh vidni in varni na cesti.

Vse kar morate narediti je, da na prazna polja napišete odgovore, na vprašanja, ki sem vam jih zastavil med branjem brošure.

Izpolnjene vprašalnike pošljite po navadni pošti na naslov: Slovenska karitas (Projekt Vidni in varni na cesti), Kristanova ulica 1, 1000 Ljubljana ali na elektronski naslov: [katarina.macek@karitas.si](mailto:katarina.macek@karitas.si)

Vendar pohitite, da nagrad prej ne zmanjka! Odgovore sprejemam do 15. 12. 2020.

Na koncu imate še dve vprašanji, da bom lahko naslednje leto brošuro še izboljšal in da boste o prometni varnosti slišali tisto, kar vas najbolj zanima.

Odsevne trakove, ki ste jih dobili zraven brošure pa le uporabljajte! Saj veste, da boste Vidni in varni na cesti.

Varen in viden pozdrav,  
Vaš Zlatko!

**Odgovor 1:**

---

---

---

**Odgovor 2:**

---

---

---

**Odgovor 3:**

---

---

---

**Odgovor 4:**

---

---

---

**Odgovor 5:**

---

---

---

**Odgovor 6:**

---

---

---

Ob pošiljanju obrazca, prosim pripišite še svoj naslov in ime župnije.

Kaj vam je bilo v brošuri všeč? Kaj bi v njej spremenili? (je bila jasna, zanimiva, preveč podrobna,...)

---

---

---

---

---

Kaj je tisto kar vas glede varne udeležbe v prometu najbolj zanima in bi želeli, da tem vsebinam v prihodnje dam več poudarka?

---

---

---

---

---



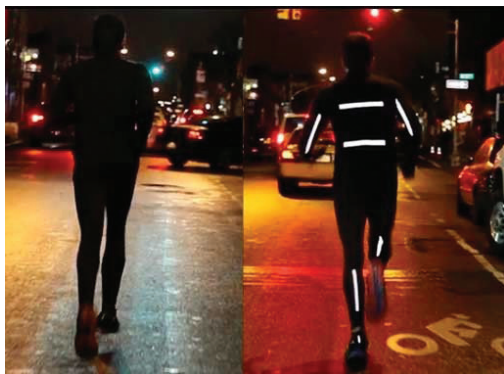
**ODSEVNI TRAKOVI** so namenjeni uporabi in zaščiti pešcev, tudi kolesarjev v prometu in so lahko nadomestilo po zakonu predpisani kresnički.

Zaradi vzmeti, ki je v traku se enostavno namesti na roko ali nogo in se je dobro oprime. Odsevni trak namestimo na roko ali nogo bližje cestišču. Če imamo več odsevnih trakov, jih lahko namestimo tako na roko kot nogo in s tem še izboljšamo svojo vidljivost.

**ODSEVNI JOPIČI** so obvezna oprema vsakega avtomobila, zato da ga lahko voznik uporabi v primeru prometne nesreče ali okvare avtomobila na regionalnih, hitrih cestah in avtocestah. Odsevni jopič je lahko zelo priročen



tudi za pešce. Zaradi njegove velike odsevne površine je pešec na cesti še posebno dobro viden. Priporočljivo je, da ga uporabite, če vaša pot ob temi in mraku vključuje ceste, na katerih ni javne razsvetljave, omejitev hitrosti za vozila pa je po navadi višja. Zraven pa ne pozabite še na lučko s katero si boste svetili, da boste bolje videli pot po kateri hodite.



Pri uporabi različnih odsevnih teles je zelo pomembno, da jih pravilno namestimo. Le tako nam lahko zagotavljajo ustrezno varnost. Če boste med potjo menjali stran hoje,



pazite, da boste odsevno telo premaknili in da bo ta vedno na strani telesa, ki je bližje cestišču.

Uporaba odsevnih teles je priporočljiva tudi ob zmanjšani vidljivosti zaradi megle, močnega deževja ali sneženja. Zapomnite si – če vi težje vidite vozila, tudi ona težje vidijo vas. Zato takrat vedno uporabite odsevna telesa!

**Vprašanje 4:** Kako pravilno nosimo odsevna telesa, da nas vozniki ob mraku in temi hitreje opazijo?

## **5. KRATKA POT USTAVLJANJA, VELIKA PREDNOST PEŠCEV**

Moj vnuček Miha je prejšnji mesec začel obiskovati šolo vožnje in se pridno učiti prometnih predpisov, da bo postal dober in varen voznik. Upam, da hitro opravi vozniški izpit in me odpelje na kakšen kratek izlet na morje. :) No pa mi je zadnjič, ko je prišel na obisk razložil, da imamo pešci eno veliko prednost pred vozniki avtomobilov. Imamo namreč najkrajšo pot ustavljanja. Tako rekoč samo

pomislimo in se ustavimo. No pri ustavljanju vozila ne gre vse tako enostavno in hitro.

Naj vam razložim, kaj je pot ustavljanja. Pot ustavljanja je seštevek reakcijske poti in zavorne poti vozila. Oh Zlatko, kaj se delaš pametnega s temi strokovnimi izrazi boste rekli? Da še malo poenostavim. **Reakcijska pot** je pot, ki jo vozilo prevozi od trenutka, ko je voznik zaznal oviro na cesti, pa do trenutka, ko je pritisnil na zavoro. **Zavorna pot** pa je pot, ki jo voznik prevozi od začetka zaviranja, pa do popolne zaustavitve avtomobila.



Kar mi je povedal, mi je dalo misliti zato sem informacije preveril in odkril še nekaj zanimivih podatkov.

Avtomobil, ki vozi s 30 km/h ima pot ustavljanja **12,6 m**.

Avtomobil, ki vozi s 50 km/h ima pot ustavljanja **26 m**.

Avtomobil, ki vozi 90 km/h pa ima pot ustavljanja že kar **64,1 m**.

Vas te številke niso presenetile? Saj je logično, da hitreje kot peljemo, več časa potrebujemo, da se ustavimo, kajne?

**No, če temu dodamo še slabe vozne razmere, dobimo naslednje podatke.** Na mokrem asfaltu se zavorna pot podaljša za 1x. Na zasneženem vozišču se podaljša za 3-4x, na poledenelem pa za približno 8x.

Če izračunamo, dobimo podatek, da voznik, ki vozi po poledenelem vozišču s 30 km/h, potrebuje kar 42,7 m, da se popolnoma ustavi. To je več kot **3x daljša pot ustavljanja**, kot v normalnih voznih razmerah. In to pri precej

nizki hitrosti vožnje. No in si predstavljate, da vas voznik zaradi neprimerne obleke in neuporabe kresničke še kasneje opazi? Zelo hitro lahko v takem primeru pride do prometne nesreče z nič kaj ugodnim izidom. Zato vam povem še enkrat. Za vašo varnost najlažje poskrbite sami!

**Vprašanje 5:** Kako se spremeni pot ustavljanja vozila, če so na cesti slabše vozne razmere (mokro cestišče, sneg, poledica)?

## 6. VOZNIKI AVTOMOBILA IN PEŠCI

Sam že nekaj časa ne vozim, se pa še vedno spomnim, da sem moral pri vožnji v mestu, posebno pozornost nameniti tudi pešcem. Veliko od vas verjetno ima vozniški izpit, tako da se v prometu srečujete tudi z vlogo voznika. Spodaj sem na enem mestu zbral nekaj napotkov kako lahko kot vozniki avtomobila poskrbite za večjo varnost pešcev. Če sami ne vozite, lahko te informacije posredujete svojim znancem, družini in prijateljem, ki so vozniki. Verjemite mi, da jim obnavljanje teh informacij ne bo prav nič škodilo.

1. **BODITE PRIPRAVLJENI** – še zlasti v naseljih in v bližini prehodov za pešce bodite pripravljeni, da boste morali nenadoma ustaviti. Posebno previdnost namenite vožnji v okolici šole, vrtca, športnih igrišč ter, kjer se pogosto zadržujejo otroci in starejši, ki so še posebej ranljiva skupina udeležencev v prometu.
2. **ZMANJŠAJTE HITROST** vožnje ob temi, mraku in razmerah, ko je vidljivost slabša. **POVEČAJTE SVOJO POZORNOST**, saj je ob takih razmerah še težje opaziti pešce, sploh, če ti ne uporabljajo odsevnih teles.
3. **OMOGOČITE VARNO PREČKANJE** – pešcem pri prehodu za pešce vedno ustavite, saj imajo prednost, in jim tako omogočite varno prečkanje ceste.
4. **BODITE POSEBEJ POZORNI PRI ZAVIJANJU** – pri zavijanju bodite dodatno pozorni na pešce in kolesarje, ki prihajajo s strani, saj jih zlahka spregledate. Ne prehitevajte ali vozite mimo vozila, ki je ustavilo pešču za prečkanje ceste. To je lahko zelo nevarno početje!

**Vprašanje 6:** Kje lahko kot vozniki avtomobila pričakujemo največ pešcev in moramo zato biti tam še posebej previdni?

## **7. NAJ NA KONCU PONOVI MO!**

Čisto za konec, ponovimo kar smo se naučili tekom branja te brošure. Z upoštevanjem teh informacij boste na cesti **BOLJ VIDNI IN VARNI** ter **VELIKO MODREJŠIH** od ostalih pešcev, k se teh ukrepov ne bodo držali.

1. Poskrbite, da oblečete svetla oblačila, kadar se v temi in mraku odpravljate na cesto.
2. Ne pozabite na odsevna telesa, ki jih namestite na vidno mesto na tisto stran telesa, ki je bližje cestišču.
3. Če je vaša pot zelo temna in brez javne razsvetljave, seboj vzemite še svetilko in odsevni jopič.
4. Na cesti bodite pazljivi in hitri, po ne potrebujem se ne ustavljajte.

## 8. VIRI IN DODATNA LITERATURA

Spodaj imate naveden vire iz katerih sem izhajal pri pisanju te brošure.

*Analiza in pregled stanja varnosti v cestnem prometu za leto 2019. Agencija za varnost prometa Republike Slovenije <https://www.avp-rs.si/wp-content/uploads/2020/03/ANALIZA-IN-PREGLED-STANJA-VARNOSTI-V-CESTNEM-PROMETU-ZA-LETO-2019-1.pdf> (oktober 2020)*

*Bodi viden, bodi previden. Agencija za varnost prometa RS <https://www.avp-rs.si/agencija-za-varnost-prometa-za-vecjo-varnost-pescev/> (oktober 2020)*

*Boc B. 2020. Vpliv posameznikovih lastnosti in nekaterih drugih dejavnikov na njegovo ravnanje v cestnem prometu - 6. dopolnjena izdaja. Ljubljana, Agencija za varnost prometa Republike Slovenije. 14 str.*

*Breznik P., Boc B., Jurman F., Šimenc B. 2014. Dober voznik bom. Maribor, Primotehna. 288 str.*

*Janžekovič Žmauc I. 2019. Učenec pešec -učno gradivo za spodbujanje varne mobilnosti otrok v I. triletju. Ljubljana, Agencija za varnost prometa Republike Slovenije. 64 str.*

*Markl M., Žlender B. 2016. Prvi koraki v svetu prometa. Ljubljana, Agencija za varnost prometa Republike Slovenije. 32 str.*

Dodajam vam še povezavo in naslov do dodatne literature, če sem vas nad prometno varnostjo tako navdušil, da si želite o njej slišati še kaj! :)

V YouTube iskalnik vpišete spodnja naslova in že lahko gledate posnetka.

1. Preventivni film - Vidni in varni na cesti  
<https://www.youtube.com/watch?v=xOrCrODNcL4>
2. Pešec, bodi viden bodi previden  
<https://www.youtube.com/watch?v=i-t7CeBTx-4E>



Projekt sofinancira:



JAVNA AGENCIJA  
REPUBLIKE SLOVENIJE  
ZA VARNOST PROMETA