

## Projekt „Na kole jen s přilbou“ zavítá na libereckou cyklostezku



23. 05. 2016 15:48

**Jak ochránit sebe a své blízké na silnici? Jak se zviditelnit pro ostatní účastníky silničního provozu? Nebo co patří do povinné a doporučené výbavy jízdního kola? To vše se dozvědí cyklisté, kteří se v úterý 24. a ve čtvrtek 26. května, v odpoledních hodinách zúčastní preventivní akce Městské policie Liberec a Týmu silniční bezpečnosti na cyklostezce u fotbalového stadionu U Nisy v Liberci.**

I v hornatém Liberci je cyklistika nejen oblíbenou volnočasovou aktivitou, ale stále více se stává běžným způsobem dopravy. Jízda na kole přináší nejen radost, ale má i nesporné pozitivní účinky na zdraví cyklistů. „Pravidelná jízda na kole prokazatelně zlepšuje zdravotní stav a přispívá k prodloužení délky života. Ti, kdo denně dojíždějí do práce na kole, čelí o 39 procent nižšímu riziku úmrtí na civilizační choroby. Dospělí, kteří se pravidelně věnují cyklistice, mají fyzickou kondici na úrovni jedinců mladších o 10 let, současně se prodlužuje průměrná délka jejich života o nemalé dva roky,“ říká Roman Budský z Týmu silniční bezpečnosti Libereckého kraje.

Přesto by však měli cyklisté neustále pamatovat na svou bezpečnost, a to nejen v silničním provozu. Právem se řadí mezi zranitelné účastníky silničního provozu. V loňském roce jich zemřelo při dopravních nehodách 68, dalších 394 bylo těžce zraněno. „A nehody se nevyhýbaly ani cyklistům v Libereckém kraji. Policie ČR jich vyšetřovala 222, jejich následkem zemřela jedna osoba, dalších 16 bylo těžce zraněno,“ doplňuje Jan Polák, krajský koordinátor bezpečnosti silničního provozu. K vážným nehodám cyklistů dochází i v letošním roce. Během prvních čtyř měsíců jich na silnicích České republiky zemřelo již 8, dalších 86 utrpělo těžké zranění.

Bohužel celá řada cyklistů neustále podceňuje rizika spojená s jízdou na kole. V loňském roce, podobně jako v roce 2014, u 30 procent nehod jimi zaviněných asistoval alkohol. Přitom již jedno malé pivo zvyšuje riziko účasti v dopravní nehodě se zraněním až 6x. Rovněž tak je často podceňován vliv technického stavu jízdního kola na bezpečnost. „V posledních 4 letech však došlo k 39 nehodám cyklistů, v jejichž důsledku utrpělo 5 z nich zranění těžká a dalších 32 se zranilo lehce,“ upozorňuje Roman Budský. Pozitivním zjištěním je, že cyklistické přilby používá stále více

osob, o čemž svědčí statistiky závažných nehod. Zatímco v roce 2009 nemělo 90 procent usmrčených a 81 procent těžce zraněných na hlavě přilbu, v loni se jejich podíl snížil na 82 a 69 procent. Přesto je stále mnoho jezdců na kole, kteří jako by neslyšeli na argumenty odborníků, že pokud dojde k těžkému či dokonce smrtelnému zranění cyklisty, je ve 3/4 případů zasažena právě hlava či krk. Přitom ve 2/3 případů by bylo možné následky kolize zmírnit, neboť zranění hlavy jsou na místech, jež mohou být chráněna přilbou.

Ovšem nejen na problematiku používání cyklistické přilby, ale i na další aspekty bezpečné jízdy na kole se soustředí projekt „Na kole jen s přilbou“, jehož 6. ročník odstartoval na začátku května a který se letos objeví na více než 80 místech v celé České republice. Ke kampani za bezpečnější jízdu na kole se tradičně přidala i Městská policie v Liberci. „*Policisté společně s Týmем silniční bezpečnosti poradí se základními pravidly, povinnou a doporučenou výbavou kola, viditelností a používáním reflexních materiálů. Poradí také hlavně jak si správně vybrat a používat cyklistickou přilbu. Návštěvníky preventivní akce odměníme reflexními materiály,*“ uzavírá Jan Polák.