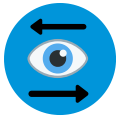


ਪੈਦਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਮੇਰੇ ਤੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ!



ਕਰਬ 'ਤੇ ਰੁਕੋ।

ਪਾਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਖੱਬੇ,
ਸੱਜੇ ਅਤੇ ਇੱਕ ਵਾਰ ਫਿਰ
ਖੱਬੇ ਪਾਸੇ ਦੇਖੋ।

ਕ੍ਰਾੱਸਵਾਕ ਤੋਂ ਸੜਕ ਪਾਰ ਕਰੋ।
ਕ੍ਰਾੱਸਵਾਕ ਤੋਂ ਜਾਂ ਚੌਰਾਹਿਆਂ
ਤੋਂ ਸੜਕ ਪਾਰ ਕਰੋ। ਸਿਗਨਲ
ਮੌਜੂਦ ਹੋਣ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ
ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ।



ਕਾਰਾਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੋ।

ਉਹਨਾਂ ਕਾਰਾਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੋ
ਜੋ ਮੁੜ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਬੈਕ
ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।

ਫੁੱਟਪਾਥਾਂ (ਸਾਈਡਵਾਕ) 'ਤੇ ਚੱਲੋ।
ਫੁੱਟਪਾਥਾਂ ਜਾਂ ਰਸਤਿਆਂ 'ਤੇ ਚੱਲੋ।
ਜੇ ਕੋਈ ਫੁੱਟਪਾਥ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ
ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਵੱਲ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਰੱਖੋ ਅਤੇ
ਖੱਬੇ ਪਾਸੇ ਰਹੋ।



ਅੱਖਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਡ੍ਰਾਈਵਰਾਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣਿਓਂ ਸੜਕ
ਪਾਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਹਨਾਂ
ਨਾਲ ਅੱਖਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਬਣਾਓ।



ਫੰਡਿੰਗ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਦੇ ਜਨ ਸਿਹਤ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਰਗਰਮ
ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਭਾਗ (Department of Public Health,
Safe and Active Communities) ਦੁਆਰਾ ਮੁਹੱਈਆ
ਕਰਾਈ ਗਈ ਸ਼ਾਖਾ, ਕਿਡਜ਼ ਪਲੇਟਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ
(Kids' Plates Program)।

ਬਾਈਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਮੇਰੇ ਤੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ!



ਆਪਣੇ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਸਵਾਰੀ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਟਾਇਰਾਂ ਵਿੱਚ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਹਵਾ ਭਰੋ ਅਤੇ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰ ਲਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਬ੍ਰੇਕਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹੋਣ।

ਹੈਲਮੇਟ ਪਾਉਣਾ ਕਾਨੂੰਨੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੈ, ਤਾਂ ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਬਾਈਕ ਜਾਂ ਸਕੂਟਰ ਚਲਾ ਕੇ ਜਾਂ ਫਿਰ ਸਕੇਟਿੰਗ ਕਰਕੇ ਸਕੂਲ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਹੈਲਮੇਟ ਪਹਿਨਣਾ ਕਾਨੂੰਨੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।



ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਚਲਾਓ।

ਬਾਈਕ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਵੱਲ ਸਫ਼ਰ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਇਸਦੀ ਉਲਟ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਇਸ ਕਰਕੇ ਸੜਕ ਦੇ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਚਲਾਓ।

ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਦੇ ਸਾਰੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

ਗਲੀ ਵਿੱਚ ਚਲਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ, ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸੰਕੇਤਾਂ, ਸਿਗਨਲਾਂ ਅਤੇ ਲੇਨ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।



ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਦਿਖਾਈ ਦਿਓ। ਅਜਿਹੇ ਕਪੜੇ ਪਹਿਨੋ ਜੋ ਰੌਸ਼ਨੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬਤ (ਰਿਫਲੈਕਟ) ਕਰਦੇ ਹੋਣ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਬਾਈਕ 'ਤੇ ਰਿਫਲੈਕਟਰ ਲਗਾਓ।



ਫੰਡਿੰਗ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਦੇ ਜਨ ਸਿਹਤ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਰਗਰਮ ਬਾਈਚਾਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਭਾਗ (Department of Public Health, Safe and Active Communities) ਦੁਆਰਾ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾਈ ਗਈ ਸ਼ਾਖਾ, ਕਿਡਜ਼ ਪਲੇਟਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (Kids' Plates Program)।

ਡ੍ਰਾਈਵਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਮੇਰੇ ਤੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ!

SCHOOL

SPEED
LIMIT
25

ON SCHOOL DAYS
WHEN CHILDREN
ARE PRESENT

ਸਕੂਲ ਜ਼ੋਨ ਦੀ ਹੱਦ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰੋ।

ਆਪਣੀ ਸਪੀਡ ਨੂੰ 25 ਮੀਲ ਪ੍ਰਤੀ ਘੰਟਾ ਜਾਂ ਇਸਤੋਂ ਵੀ ਘਟਾਓ ਅਤੇ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਅਤੇ ਸੜਕ ਪਾਰ ਕਰਨ ਸਬੰਧੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

ਧਿਆਨ ਨਾ ਭਟਕਣ ਦਿਓ।

ਸਕੂਲੀ ਜ਼ੋਨ ਰੁਝੇਵੇਂ ਵਾਲੇ ਇਲਾਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਚੌਕਸ ਰਹੋ ਅਤੇ ਗਲੀ ਪਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਸੁਚੇਤ ਰਹੋ।



ਸਿਰਫ ਨਿਰਧਾਰਤ ਥਾਂਵਾਂ

ਵਿੱਚ ਹੀ ਪਾਰਕ ਕਰੋ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਸਮੇਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਗੱਡੀ ਦੇ ਬਿਲਕੁਲ ਨਾਲ ਦੂਹਰੀ ਪਾਰਕਿੰਗ ਕਰਨ ਜਾਂ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਦੇ ਡ੍ਰਾਈਵਵੇਅ ਅੱਗੇ ਰੁਕਾਵਟ ਪਾਉਣ ਤੋਂ ਬਚੋ।



ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਰਬ 'ਤੇ ਛੱਡੋ।

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਕਰਬ 'ਤੇ ਛੱਡੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਲੇਨ ਵਿੱਚ ਨਾ ਜਾਣ ਦਿਓ।



ਕਾਰਪੂਲ ਬਣਾਓ।

ਸਕੂਲ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਕਾਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਦੂਜੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਸਾਂਝੀ ਕਾਰ (ਕਾਰਪੂਲ) ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ।



ਫੰਡਿੰਗ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਦੇ ਜਨ ਸਿਹਤ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਰਗਰਮ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਭਾਗ (Department of Public Health, Safe and Active Communities) ਦੁਆਰਾ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾਈ ਗਈ ਸ਼ਾਖਾ, ਕਿਡਜ਼ ਪਲੇਟਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (Kids' Plates Program)।