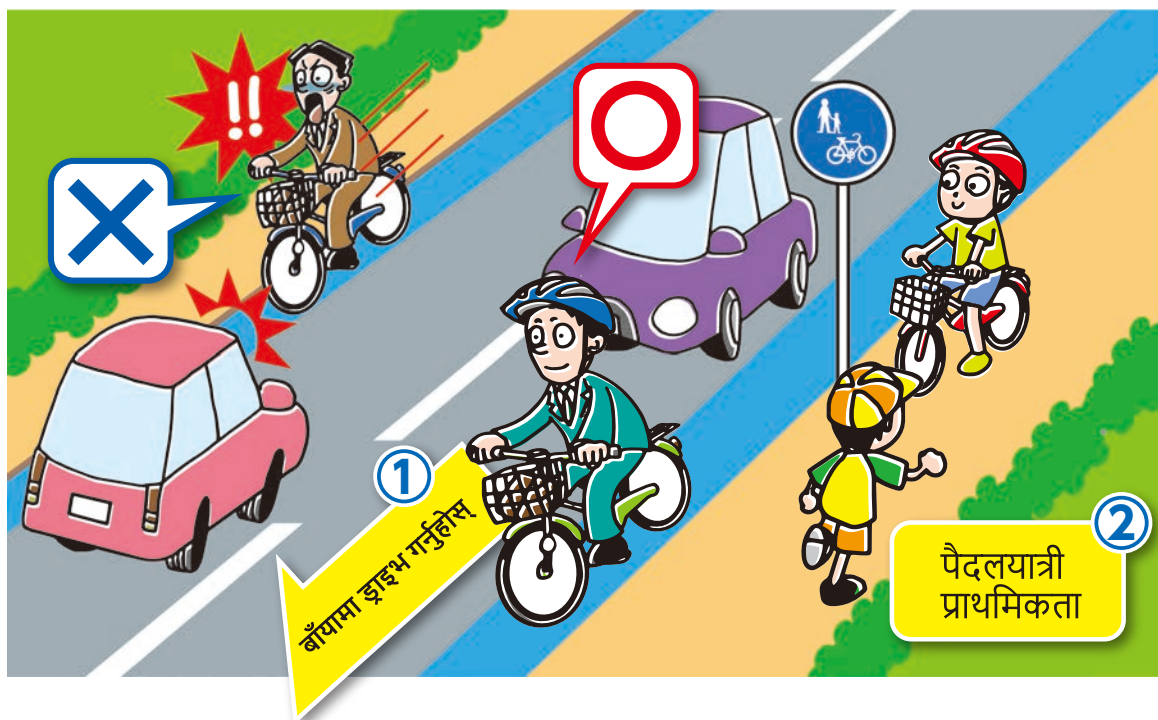


सुरक्षित साइकल प्रयोगको लागि पाँच नियमहरू

साइकल प्रयोगकर्ताहरूले निम्न कुराहरू पालन गरेर सुरक्षित रूपमा ड्राइभ गर्नुपर्छ

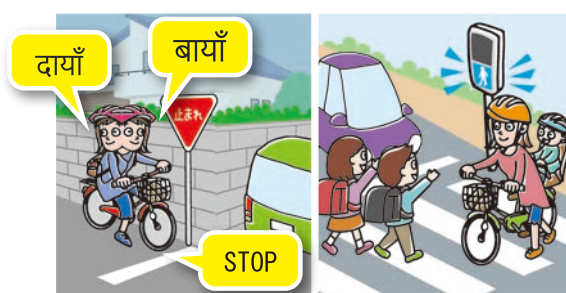
1 सामान्य नियमको रूपमा सडक प्रयोग गर्नुहोस्, बायाँ तिर जानुहोस्, फुटपाथ बाहिर हुन्छ, पैदलयात्रीलाई प्राथमिकता दिनुहोस्

- ① सामान्य नियमको रूपमा, सडकको बायाँ तर्फ ड्राइभ गर्नुहोस्।
सडक यातायात ऐन अनुसार, साइकललाई हल्का सवारी साधन मानिन्छ।
सडकहरूमा जहाँ क्यारिजवे र ड्राइभवेहरू बीचको भिन्नता छ, सामान्य नियम सडकमा ड्राइभ गर्नु हो।
सडकमा साइकल चलाउदा, गाडीहरू जस्तै साइकलपनि बायाँ तिरबाट चलाउनुहोस्।
साइकल सडकको बीचबाट होइन सडकको बायाँ छेउको बायाँ किनार बाट चलाउनुहोस्।
- ② फुटपाथहरूमा अपवादहरू बनाइएका छन्, पैदल यात्रीहरूलाई प्राथमिकता दिनुहोस्।
सडक चिन्ह इत्यादिका कारण फुटपाथमा जान सम्भव भएमा तुरुन्तै रोकिने गतिमा मेन
सडकको नजिक तर्फ बाट साइकल चलाउनुहोस्।



2 ट्राफिक लाइटहरूको पालना गर्नुहोस् र सुरक्षा सुनिश्चित गर्नको लागि चौबाटो र stop चिन्हमा रोक्नुहोस्।

- ① ट्राफिक लाइटहरू पालना गर्नुहोस् ।
ट्राफिक लाइटहरू भएका चौराहेहरूमा, संकेतहरू पालना गर्नुहोस् र अगाडि बढ्न सुरक्षित छ भनी सुनिश्चित (चेक) गर्नुहोस्।
- ② चोक तथा दोबाटोमा एक चोटि रोक्ने र दायाँबायाँ चेक गर्नुहोस्।
- STOP चिन्हहरू भएका सडकहरूमा एकचोटि रोक्ने र सुरक्षाको लागि दायाँबायाँ जाँच गरेर निश्चित गर्नुहोस् ।



3 राती बत्ती बाल्नुहोस्

बत्ती नबाल्दा सवारी चलाउनु अत्यन्तै खतरनाक हुन्छ किनकि यसले तपाईंको वरपरका मानिसहरूलाई तपाईंको साइकल हेर्न गाह्रो हुने हुनाले । **राती बत्ती बाल्नुहोस् !**

साइकल प्रयोग गर्दा प्रतिबिम्बित सामग्रीको साथ साइकल चलाउनुहोस्।



4 मादक पदार्थ सेवन गरी सवारी चलाउन निषेध गरिएको छ ।



मादक पदार्थ सेवन गरी सवारी सधान चलाउन निषेध गरिएको जस्तै मादक पदार्थ सेवन गरेर साइकल चलाउन पनि निषेधित छ !

5 हेलमेट प्रयोग गर्नुहोस्

साइकल चलाउँदा **सधैं हेलमेट लगाउनुहोस्** । दुर्घटनाबाट हुने क्षति न्यूनीकरण गर्न सवारी हेलमेट लगाउनुहोस् ।



**प्रत्येक व्यक्तिहरूले
नियम र आचरणहरू
सिक्नुहोस् ।**

~ नियमहरू पालना गर्नुहोस् र सुरक्षित रहनुहोस्! मनको शान्ति! साइकल जीवन ~