



Piaseczno



ROWEROWE PIASECZNO

BEZPIECZNA PODRÓŻ PO DROGACH ROWEROWYCH

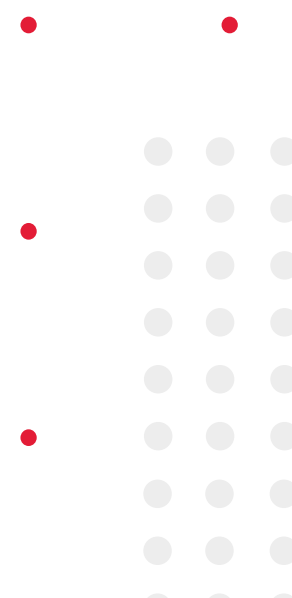
„Budowa Zintegrowanej Sieci Tras Rowerowych na terenie gminy Piaseczno”

I.

WSTĘP



Od wielu lat rower i związane z nim atrakcje cieszą się nieustannie rosnącą popularnością. Dotyczy to nie tylko miłośników aktywnego wypoczynku, ale również ludzi, dla których rower jest sposobem poruszania się po mieście - a tych pojawia się coraz więcej. Odpowiadając na te potrzeby wiele gmin na terenie całego kraju angażuje się w stworzenie atrakcyjnej i komfortowej przestrzeni dla rowerzystów. Działania te przejawiają się w tworzeniu bezpiecznych połączeń, ułatwiających poruszanie się po mieście. Gmina Piaseczno nie jest wyjątkiem i również realizuje projekt pn. **“Budowa Zintegrowanej Sieci Tras Rowerowych na terenie gminy Piaseczno”**, który jest współfinansowany z funduszy Unii Europejskiej.



O PROJEKCIE

II.

Projekt "Budowa Zintegrowanej Sieci Tras Rowerowych na terenie gminy Piaseczno" współfinansowany jest przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Regionalnego Programu Województwa Mazowieckiego 2014-2020, Oś priorytetowa IV Przejście na gospodarkę niskoemisyjną, Działanie 4.3 Redukcja emisji zanieczyszczeń powietrza, Poddziałanie 4.3.2 Mobilność miejska w ramach ZIT.

Finalnym efektem budowy będzie 12 tras, które stworzą spójny układ infrastruktury rowerowej na terenie gminy Piaseczno. Sieć połączeń rowerowych ma zachęcić mieszkańców do częstszego zostawiania swoich samochodów w garażu. Celem projektu jest przesunięcie międzygałęziowego ruchu odbywanego za pomocą motoryzacji indywidualnej na rzecz ruchu niezmotoryzowanego i komunikacji zbiorowej.

Całkowita wartość projektu: **9 814 014,66 zł**

Wartość dofinansowania projektu z Unii Europejskiej: **6 975 777,71 zł**

PROJEKT BUDOWY TRAS ROWEROWYCH JEST JEDNYM Z ELEMENTÓW STRATEGII GMINY W ZAKRESIE OGRANICZENIA EMISJI SPALIN, A TYM SAMYM WALKI O CZYSTE POWIETRZE.

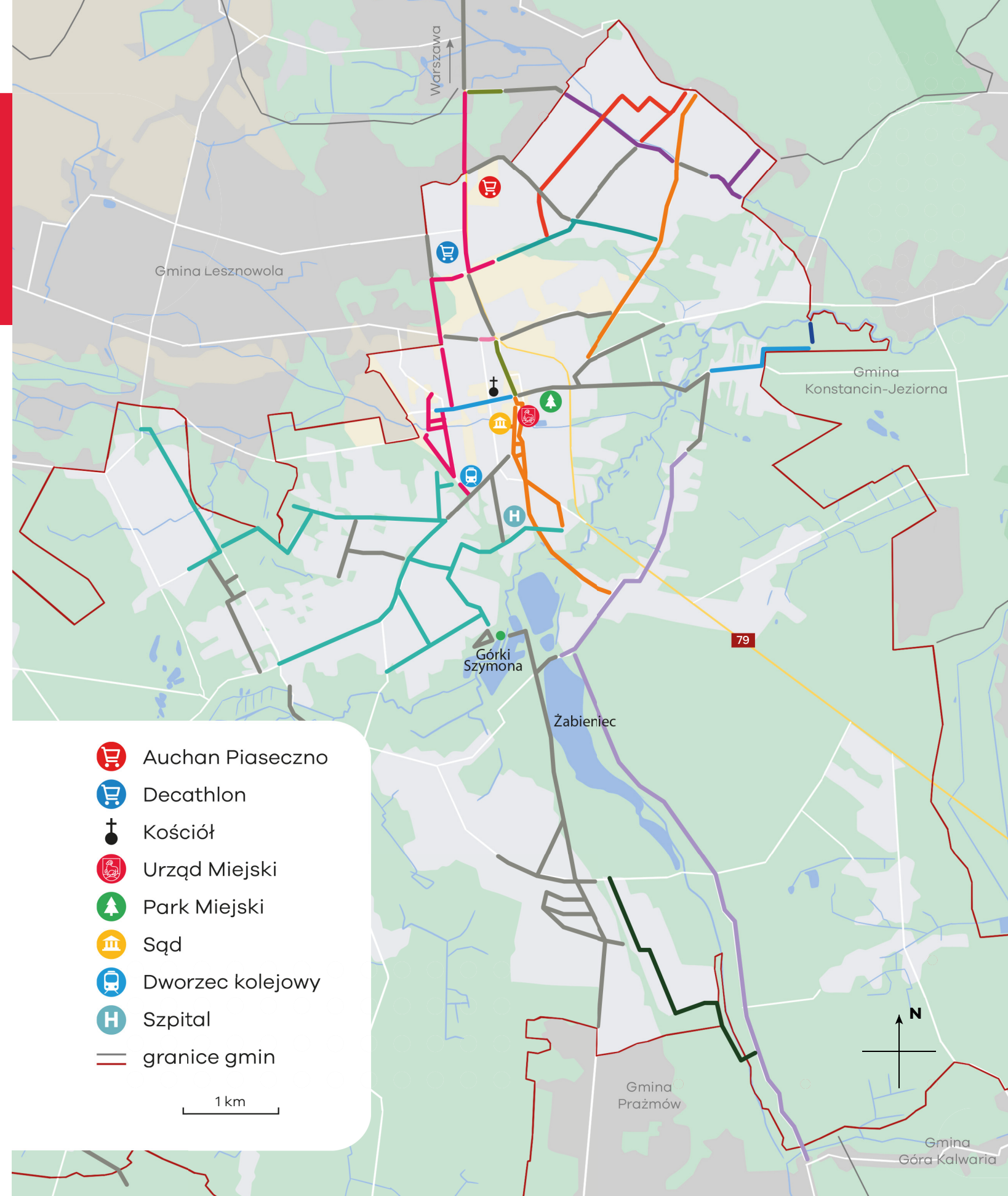


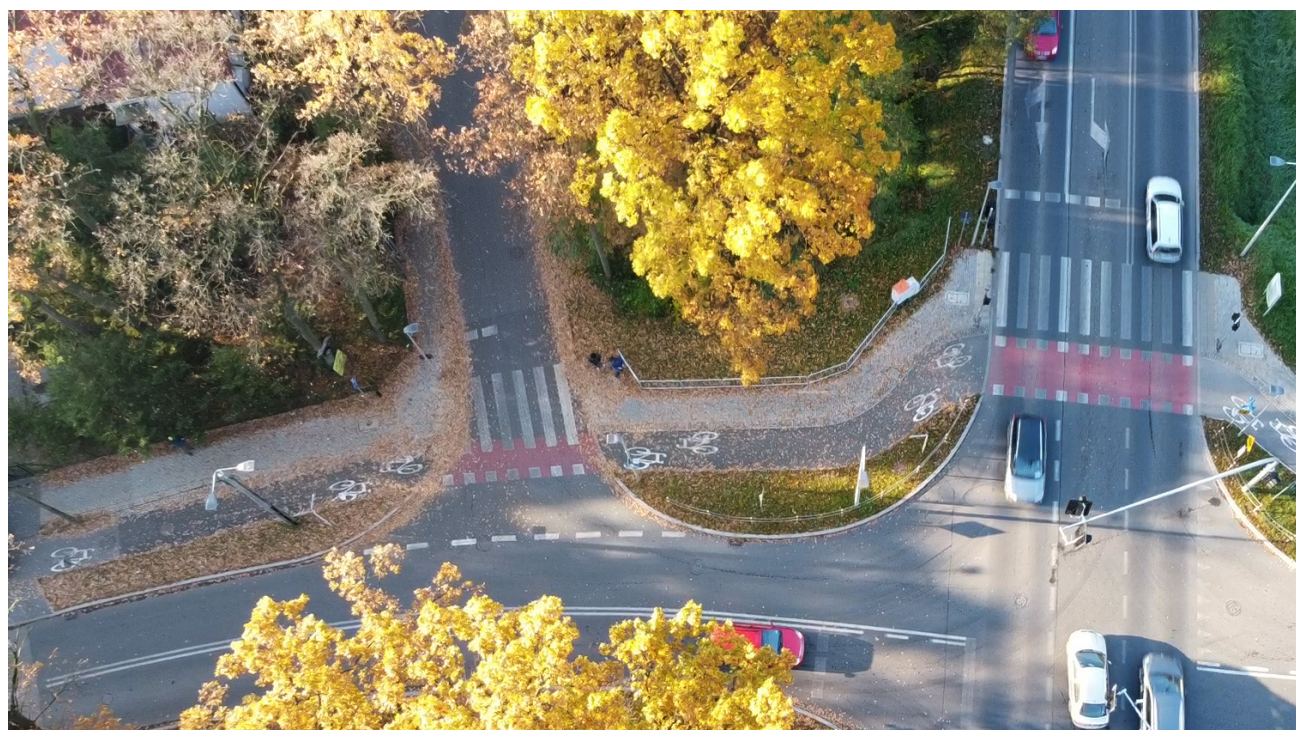
SIEĆ DRÓG ROWEROWYCH W RAMACH PROJEKTU



Wytyczone w ramach projektu trasy mają duże znaczenie komunikacyjne, gdyż są zlokalizowane przy głównych traktach komunikacyjnych. Trasy łączą ważne punkty, takie jak dworzec, przystanki komunikacji miejskiej oraz miejsca użyteczności publicznej (szkoły, urzędy, biblioteki itp.). W ramach projektu zostaną wybudowane drogi rowerowe o łącznej długości 14,25 km, zostanie wyznaczonych również 53,81 km ścieżek rowerowych.

- **TRASA I:** Puławska - Energetyczna - Mleczarska - Powstańców Warszawy - Dworcowa - Żytnia
- **TRASA IA:** Puławska - Kuropatwy
- **TRASA II:** Jana Pawła II - Puławska - Pl. Piłsudskiego - Starochylicka - Dworska - Broniewskiego
- **TRASA III:** Spacerowa - Julianowska - Kościuszki - Kilińskiego - Świętojańska - Rybacka - Ks. Janusza
- **TRASA IV:** Główna - Al. Kasztanów - Al. Kalin - Al. Brzóz - Al. Pokoju - Pod Bateriami
- **TRASA V:** Sielska - Główna - Gościniec Warecki
- **TRASA VI:** Okulickiego
- **TRASA VII:** Grechuty
- **TRASA VIII:** Jesionowa - Sinych Mgieł - Szmaragdowych Żuków - Wzgórz - Gościniec Warecki
- **TRASA IX:** Energetyczna - Geodetów
- **TRASA X:** Kuropatwy - Cyraneczki
- **TRASA XI:** Granitowa - Ogrodowa - Olchowa - Wilanowska
- **Inne trasy rowerowe** (już wybudowane lub planowane do budowy)





DLACZEGO WARTO JEŹDZIĆ NA ROWERZE?

IV.

O TYM, ŻE WARTO JEŹDZIĆ NA ROWERZE NIKOGO PRZEKONYWAĆ NIE TRZEBA. WIELU LUDZI - ZARÓWNO POCZĄTKUJĄCYCH ROWERZYSTÓW, JAK I WPRAWIONYCH SPORTOWCÓW - MOGŁOBY WYMIENIĆ SZEREG KORZYŚCI WYNIKAJĄCYCH Z JAZDY ROWEREM NA ŁONIE PRZYRODY. WARTO JEDNAK ZASTANOWIĆ SIĘ CZY ZALETY DWÓCH KÓŁEK DOTYCZĄ JEDYNIIE AKTYWNOŚCI POZA MIASTEM, BO MOŻE SIĘ OKAZAĆ, ŻE ROWER JAKO ŚRODEK TRANSPORTU, PRZEWYŻSZA SAMOCHÓD I KOMUNIKACJĘ MIEJSKĄ.



1. KORKI

Sznur samochodów, brak możliwości odwrotu i żółwie tempo. Jednym słowem - korki - nieodłączny element miejskiego krajobrazu i największy koszmar kierowców. Jazda w takich frustrujących warunkach to dodatkowe źródło stresu. Wystarczy jednak przesiąść się na rower i zamiast tkwić w jednym miejscu, skorzystać z innego wariantu dojazdu.

2. PARKOWANIE

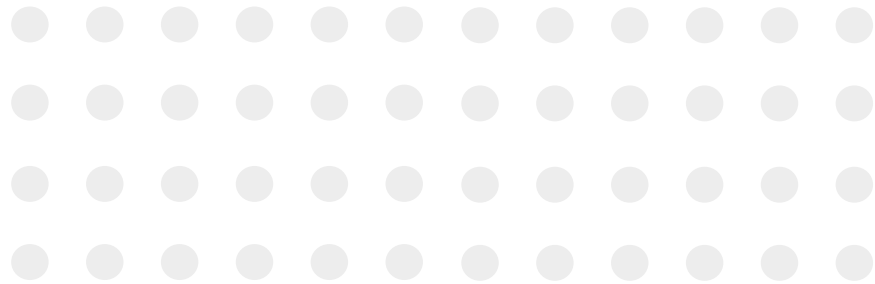
Jeśli chodzi o zaparkowanie samochodu możliwości są bardzo ograniczone. Na wielu ulicach wprowadzony jest zakaz parkowania lub wszystkie miejsca parkingowe są zajęte. Niejednokrotnie trzeba poświęcić nawet kwadrans, by znaleźć miejsce na postój. Często też zdarza się, że samochód trzeba zostawić daleko od punktu docelowego. Takie sytuacje nie mają miejsca w przypadku roweru, bo można go zaparkować bezpłatnie i praktycznie wszędzie. W przeciwieństwie do samochodu rower nie jest tak wymagający - można przypiąć go do latarni, znaku drogowego lub barierki, uważając wyłącznie by nie utrudniał innym ruchu.

3. OSZCZĘDNOŚĆ

Jazda na rowerze to jeden z najtańszych sposobów przemieszczania się po mieście. Już sam koszt kupna samochodu i roweru różni się diametralnie. Do tego należy doliczyć koszty utrzymania, napraw i przeglądów. Rower używany do codziennej jazdy nie generuje kosztów za paliwo i parkingi.

4. WOLNOŚĆ PORUSZANIA SIĘ

Rower daje możliwość dotarcia praktycznie w każde miejsce. Jednocześnie jest to jedyny środek transportu dający możliwość poruszania się „od drzwi do drzwi”, jak najbliżej celu. Jazda na rowerze pozwala na dużą elastyczność w wyborze trasy. Rowerzysta w dowolnej chwili może zdecydować czy woli dojechać z punktu A do punktu B bocznymi ulicami z mniejszym natężeniem ruchu, bulwarem nad rzeką, drogą przez park, ulubioną ulicą czy główną drogą. A jeśli zaistnieje taka potrzeba może wnieść swój pojazd po schodach czy przeprowadzić w dowolnym miejscu.



MÓJ ROWER - MOJE ŻYCIE



5. CODZIENNA OKAZJA DO AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ

Wybór roweru jako codziennego środka transportu to wybór „2 w 1”. Prowadząc samochód trudno jednocześnie oddawać się aktywności fizycznej, na rowerze jest to możliwe. Rowerowa podróż do pracy, na zakupy czy na spotkanie, pozwala zgubić kalorie i zadbać o kondycję. Za każdym razem będzie to dodatkowa porcja ruchu, na którą nie traci się ani czasu, ani pieniędzy.

6. ROWEREM SZYBCIEJ

Jeśli weźmie się pod uwagę przepustowość ulic w dużych miastach, może okazać się, że rower jest szybszym środkiem transportu niż samochód. Co prawda samochód wygrywa na długich dystansach, jednak w mieście, gdy do przejechania są krótkie odcinki drogi, rower nie ma sobie równych.

7. WPŁYW NA ŚRODOWISKO

W przeciwieństwie do samochodu, rower nie zanieczyszcza środowiska - nie emituje hałasu i spalin. Fakt ten czyni go ekologicznym i ekonomicznym środkiem transportu w mieście.

8. UNIWERSALNOŚĆ

Wśród środków transportu rower zdaje się być tym najbardziej uniwersalnym. Na rower może wsiąść zarówno siedmio- jak i siedemdziesięcioletni mężczyzna w dresach i kobieta w eleganckiej sukience. Jest to środek transportu, który niewiele kosztuje, jest łatwy w obsłudze i prawie każdy potrafi na nim jeździć. Można na nim jeździć do pracy, przewozić zakupy czy zawozić dzieci do przedszkola.

9. DOBRY NASTRÓJ

Jazda rowerem odpręża, wprawia w dobry nastrój i nastawia pozytywnie do otoczenia. Jest o wiele przyjemniejsza niż kierowanie samochodem.

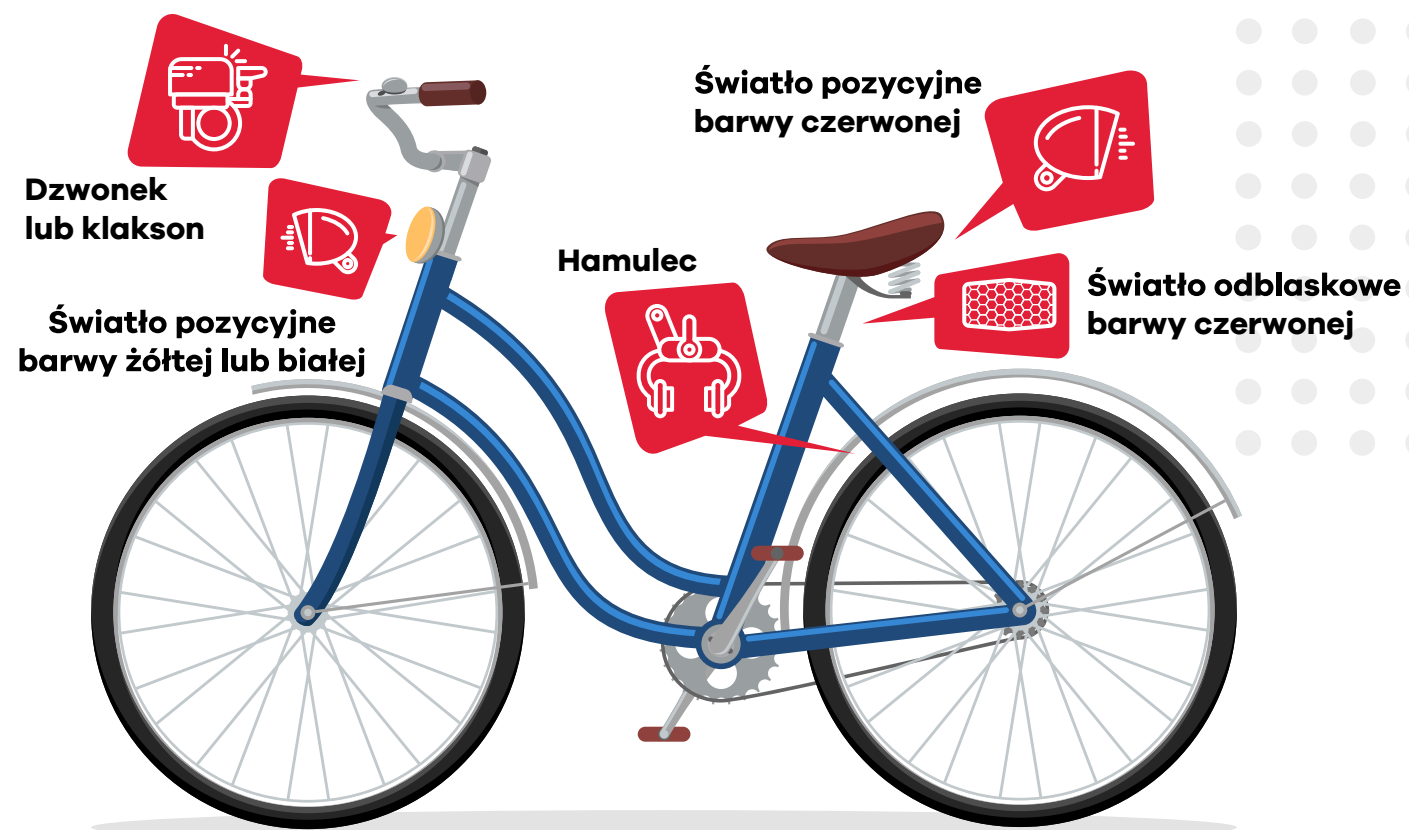


UPRAWNIENIA DO KIEROWANIA ROWEREM

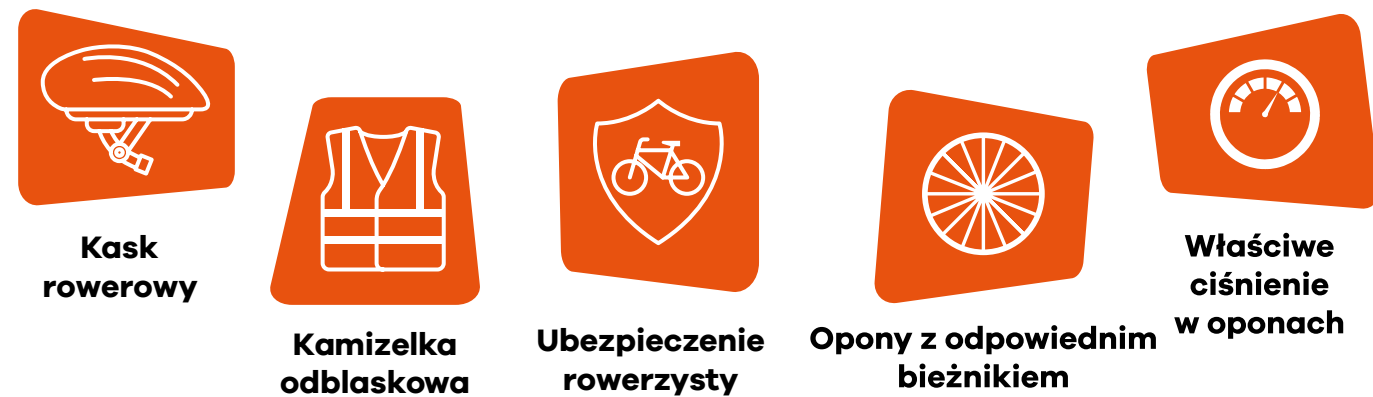
Dla osób, które ukończyły 18 lat dodatkowe uprawnienia do kierowania rowerem nie są potrzebne. Osoby niepełnoletnie zaś muszą posiadać prawo jazdy kategorii B1 (od 16 lat) lub kartę rowerową (powyżej 10 lat). Trzeba pamiętać, że za jazdę bez uprawnień rowerzyście grozi mandat!



OBOWIĄZKOWE WYPOSAŻENIE ROWERU



DODATKOWE WYPOSAŻENIE ROWERU



ZASADY UCZESTNICTWA W RUCHU DROGOWYM

Tak samo jak kierowców, rowerzystów obowiązuje ruch prawostronny. Jednocześnie należy pamiętać, by jechać możliwie blisko prawej krawędzi jezdni lub ścieżki rowerowej.

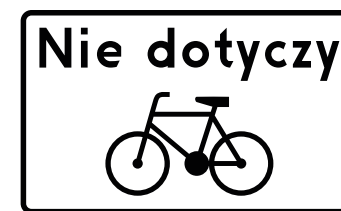
Jeśli wzdłuż drogi, którą porusza się rower, wytyczona jest ścieżka rowerowa, rowerzysta musi poruszać się po niej.

Chociaż chodnik jest przeznaczony dla pieszych i mają na nim bezwzględne pierwszeństwo, istnieją przypadki, w których można się na nim poruszać rowerem:

- opieka nad dzieckiem do lat 10 jadącym rowerem,
- jednocześnie spełnione są trzy warunki: brak drogi dla rowerów, chodnik o szerokości co najmniej 2 metrów oraz dozwolony ruch na jezdni jest szybszy niż 50 km/h,
- złe warunki atmosferyczne: porywisty wiatr, ulewa, mgła itp,
- oznakowanie chodnika znakiem „droga dla pieszych i rowerzystów” (C-16/C-13) lub zestawem znaków „droga dla pieszych” (C-16) oraz tabliczką „nie dotyczy rowerów” (T-22).



C-16/C-13



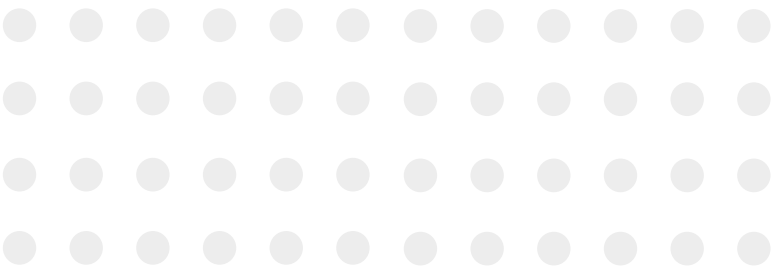
C-16 i T-22

Nieuzasadnione korzystanie z chodnika jest karane mandatem w wysokości 50 zł.

Przed przejściem dla pieszych rowerzysta musi zsiść z roweru i go przeprowadzić - przejeżdżanie przez pasy jest zabronione, chyba że wyznaczony jest specjalny przejazd, będący częścią ścieżki rowerowej. Jednak nawet wtedy należy zachować szczególną ostrożność.

W przypadku wolno jadących lub stojących w korku samochodów, rowerzysta może je wyprzedzać i omijać w ramach jednego pasa ruchu, zarówno z prawej, jak i z lewej strony.

Ze względu na brak kierunkowskazów, rowerzysta ma obowiązek sygnalizować wyciągnięciem ręki planowane manewry innym uczestnikom ruchu. Prawidłowa sygnalizacja powinna odbyć się na kilka sekund przed wykonaniem manewru - podczas manewru obie dłonie należy trzymać na kierownicy. Sygnalizowanie manewrów dotyczy zarówno rowerzystów poruszających się po jezdni, jak i tych na ścieżkach rowerowych.



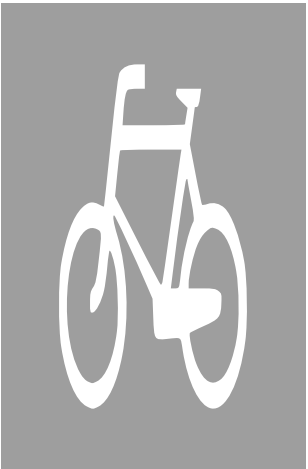
OZNAKOWANIE TRAS ROWEROWYCH

DROGA DLA ROWERÓW (ŚCIEŻKA ROWEROWA)

Jest to droga przeznaczona dla ruchu rowerowego, oznaczona symbolem poziomym P-23. Drogę dla rowerów oddziela się od jezdni konstrukcyjnie - za pomocą krawężnika lub barierki.

PAS ROWEROWY

Jest to część jezdni przeznaczona dla ruchu rowerowego. W przeciwieństwie do drogi dla rowerów, pas rowerowy nie jest oddzielony od jezdni konstrukcyjnie, a z pomocą linii segregacyjnej. Oznaczona jest symbolem poziomym P-23. Szczególnym przypadkiem pasa rowerowego jest kontrapas rowerowy.



symbol poziomy P-23



CIĄG PIESZO-ROWEROWY

Jest to droga przeznaczona dla wspólnego ruchu pieszych i rowerzystów, wyznaczona w przypadkach gdy przestrzeń dla oddzielnych dróg dla pieszych i rowerów jest ograniczona. Droga dla pieszych i rowerów oznaczona jest znakiem C-16/C-13. **Korzystając z takiej drogi rowerzysta ma obowiązek zachować szczególną ostrożność i ustępować miejsca pieszym.**



C-16/C-13



KONTRAPASY ROWEROWE

Jest to wydzielony za pomocą namalowanej linii pas na jezdni jednokierunkowej, po którym poruszają się wyłącznie rowerzyści. Ruch na samym kontrapasie również jest jednokierunkowy, przeciwny do pozostałych pojazdów. W drugą stronę ruch rowerzystów odbywa się po jezdni, zgodnie ze znakiem D-2.

Droga jednokierunkowa z kontrapasem rowerowym powinna być oznakowana:

- znakiem D-3 - „droga jednokierunkowa” oraz tabliczką T-22 - „nie dotyczy rowerów jednośladowych” - od strony jezdni

oraz

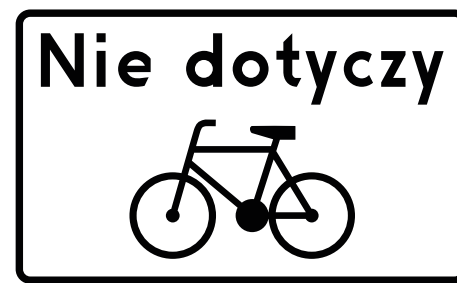
- znakiem B-2 „zakaz wjazdu” oraz tabliczką T-22 - „nie dotyczy rowerów jednośladowych” - od strony kontrapasa.



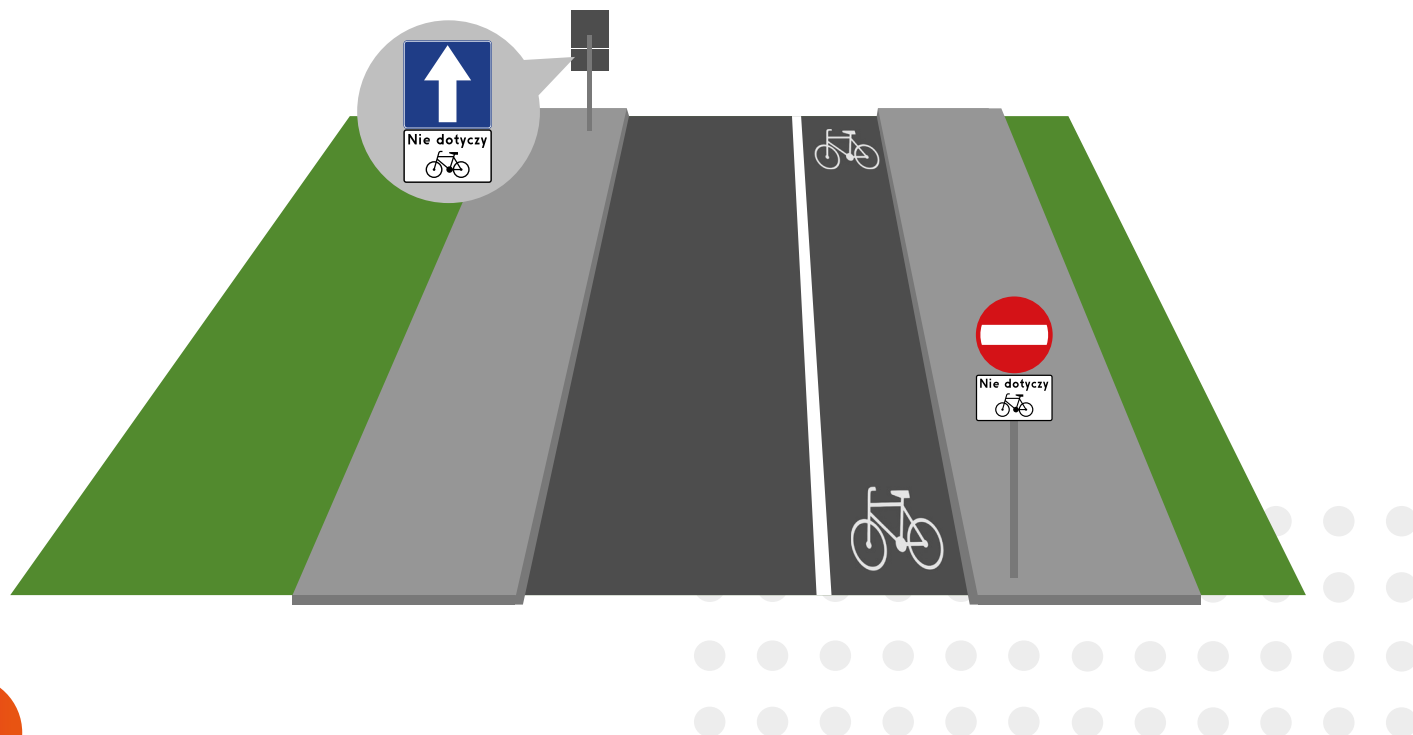
znak D-3



znak B-2



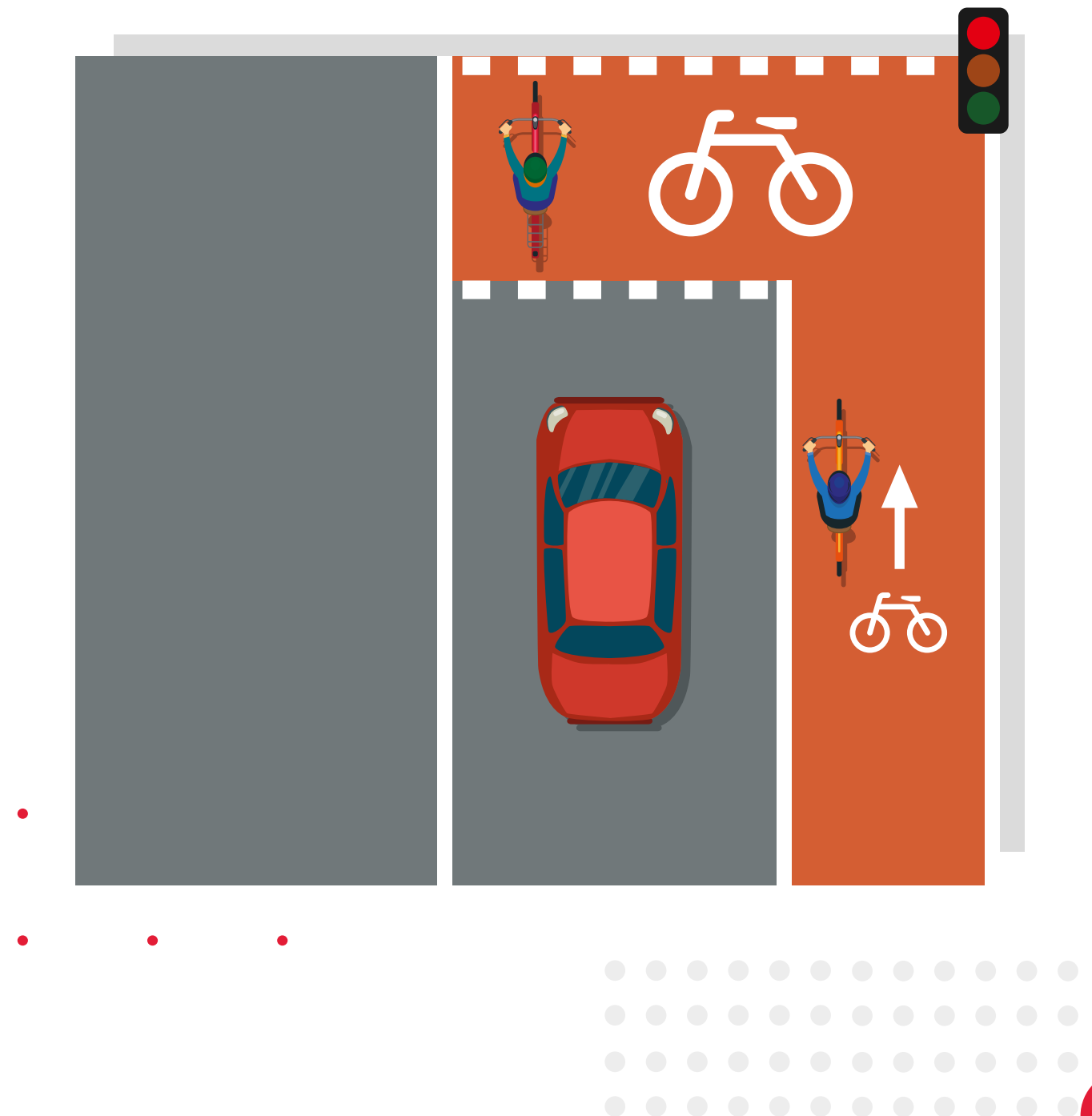
tabliczka T-22



ŚLUZA ROWEROWA

Jest to miejsce na skrzyżowaniu z sygnalizacją świetlną, wyznaczone zwykle przy użyciu czerwonej farby. Śluza rowerowa sprawia, że rowerzyści są lepiej widoczni dla innych pojazdów podczas zatrzymywania się na czerwonym i ruszania na zielonym świetle.

Korzystanie ze śluzy rowerowej odbywa się wyłącznie przy czerwonym świetle. Wówczas rowerzysta dojeżdża do skrzyżowania pasem rowerowym, ustawia się na śluzie przed innymi pojazdami i rusza na zielonym w kierunku danego pasa ruchu.



ZASADY BEZPIECZNEGO PORUSZANIA SIĘ NA ROWERZE

1. WŁÓŻ KASK!

Choć kask to wyposażenie dodatkowe, warto o nim pamiętać. I to nie tylko poza miastem i podczas jazdy po bezdrożach – powinien być używany również w mieście. Każde uderzenie w głowę w razie wypadku może być tragiczne w skutkach.

2. WIDOCZNOŚĆ NA DRODZE

Odpowiednie oświetlenie i elementy odblaskowe to dbałość nie tylko o swoje bezpieczeństwo, ale i innych uczestników ruchu.

3. SKUPIENIE

Jadąc rowerem nie należy słuchać muzyki ani rozmawiać przez telefon. Rowerzystą, tak jak każdy inny uczestnik ruchu, powinien zaangażować wszystkie zmysły do obserwacji tego, co dzieje się dookoła.

4. SYGNALIZACJA

Podstawową zasadą ruchu rowerowego jest informowanie kierowców i innych rowerzystów o planowanych manewrach na drodze - zamiar skrętu należy sygnalizować, wyciągając rękę.

5. ODPOWIEDNIA REGULACJA

Najważniejsze to sprawdzić swój rower jeszcze przed rozpoczęciem jazdy. Ważne jest, by sprawdzić stan hamulców i opon oraz zwrócić uwagę na pozycję siodełka.

6. BEZPIECZNA ODLEGŁOŚĆ OD SAMOCHODÓW

Chociaż przepisy zezwalają rowerzystom na wyprzedzanie lub wymijanie stojących w korkach lub wolno jadących samochodów, warto przy nawet zaparkowanym samochodzie zachować bezpieczną odległość - dość często zdarzają się wypadki polegające na wpadnięciu rowerzysty na niespodziewanie otwarte drzwi samochodu.

7. ZACHOWAJ CZUJNOŚĆ

Choć ścieżka rowerowa jest miejscem przeznaczonym dla rowerzystów, zdarzają się jednak sytuacje, gdy na pas rowerowy wtargną piesi czy wjadą samochody. Do rzadkości nie należą również przypadki, że inni rowerzyści korzystają ze ścieżki nieodpowiedzialnie. Dlatego tak ważna jest czujność.

8. PLANOWANIE TRASY

Czasami warto nadłożyć drogi, ale poruszać się łatwiejszą i bezpieczniejszą trasą, z dala od ruchliwych ulic.



PIERWSZA POMOC

UPADKI Z ROWERU ZDARZAJĄ SIĘ CZĘSTO. CHOĆ ZAZWYCZAJ POWODUJĄ ONE NIEWIELKIE URAZY, TO WARTO MIEĆ NA UWADZE, ŻE WYPADKI NA ROWERZE MOGĄ MIEĆ FATALNE KONSEKWENCJE. DLATEGO WŁAŚNIE TAK WAŻNE JEST OPANOWANIE PODSTAW PIERWSZEJ POMOCY, NIEZALEŻNIE CZY JESTEŚMY OFIARĄ, CZY ŚWIADKIEM WYPADKU.

PODSTAWY PIERWSZEJ POMOCY

1. W pierwszej kolejności sprawdź czy poszkodowany jest przytomny, czy oddycha, czy krwawi oraz czy reaguje.
2. Ważna jest rozmowa z poszkodowanym, o ile jest przytomny. Może być w szoku, a rany mogą nie być widoczne na pierwszy rzut oka, dlatego musisz się dowiedzieć co i kiedy się stało, jak do tego doszło, czy poszkodowany przyjmuje jakieś leki oraz czy ma alergię.
3. W przypadku podejrzenia obrażeń szyi lub kręgosłupa nie ruszaj poszkodowanego.
4. Po kolei należy sprawdzić poszczególne części ciała:
 - głowa i szyja: zbadaj głowę na obszarze z włosami w poszukiwaniu ewentualnego krwawienia i deformacji; zwróć uwagę czy z nosa i uszu nic nie cieknie; sprawdź usta pod kątem obecności wymiocin i jedzenia; nie ruszaj głową poszkodowanego!
 - oczy: zwróć uwagę czy źrenice są zwężone czy rozszerzone; nierówne źrenice świadczą o poważnym stanie,
 - klatka piersiowa i brzuch: zbadaj te obszary w poszukiwaniu ran i ciał obcych,
 - kończyny: sprawdź ręce i nogi poszkodowanego pod kątem deformacji, ran i krwawienia; porównaj obie strony,
 - kręgosłup i plecy: jeśli podejrzewasz, że poszkodowany ma uszkodzony kręgosłup, sprawdź kończyny - poproś poszkodowanego, by jak najmocniej ścisnął Twoją dłoń oraz by odepchnął nogami Twoją rękę.

Zdarzają się sytuacje poważne, w których chodzi o ludzkie życie - najważniejsze to zachować spokój!

ZATRZYMANIE ODDYCHANIA I KRAŻENIE KRWI

O poważnym stanie poszkodowanego mówimy wtedy, gdy jest nieprzytomny, nie reaguje na potrząśnięcie, nie oddycha lub oddycha bardzo słabo.

RESUSCYTACJA KRAŻENIOWO ODDECHOWA

1. Ułóż poszkodowanego na twardej, równej powierzchni.
2. Przystąp do resuscytacji - zacznij od 30 uciśnień klatki piersiowej do głębokości 5-6 cm, a następnie 2 oddechów ratunkowych.
3. Powtórz procedurę, uciskając klatkę 100 razy na minutę.

POWAŻNE KRWAWIENIE ZEWNĘTRZNE

1. Wykryj krwawienie i przyciśnij ranę.
2. Podnieś nogi poszkodowanego powyżej poziomu serca.
3. Zadzwoń na numer alarmowy 112 lub 999.
4. Nie zapomnij o kontrolowaniu świadomości poszkodowanego, jego oddechu i wzywaniu pomocy.
5. Nie używaj opaski uciskowej, by zatrzymać krwawienie!

SZOK

By rozpoznać szok, zwróć uwagę na następujące objawy: niepokój lub senność, niewyraźne widzenie, pragnienie, nudności, błądą i spoconą skórę, szybki i słabo wyczuwalny puls oraz szybki oddech.

1. Podnieś nogi poszkodowanego o 30 cm. UWAGA: Nie używaj tej pozycji w przypadku urazu głowy lub klatki piersiowej, problemów z sercem i oddychaniem lub utraty przytomności!
2. Pamiętaj o 5 zasadach: przemawiaj cicho, utrzymuj poszkodowanego w cieple, ulżyj mu w bólu, uważaj na płyny - większość ludzi w stanie szoku odczuwa pragnienie, dlatego możemy poszkodowanemu zwilżyć usta (nie dawajmy mu pić, płyny mogą wywołać wymioty i pogorszenie stanu), zadzwoń po pomoc.





Piaseczno

Urząd Miasta i Gminy Piaseczno

ul. Kościuszki 5
05-500 Piaseczno

tel.: 22 70 17 500
fax: 22 756 70 49
urząd@piaseczno.eu

www.piaseczno.eu