

घरमा सुरक्षति पाउनुहोस् :

जाडो मौसमको लागि सुझावहरू

पैदल यात्रीहरूका लागि सुझावहरू

- कुरसवाक वा कुनाबाट बाटो काट्नुहोस्।
- कन्ट्रास्ट कपडा लगाउनुहोस्। बाहिरि अध्यारो हुँदा परावर्तन गर्ने सामग्रीको प्रयोग गर्नुहोस् र/वा टर्च बोक्नुहोस्।
- न्यानो लगाहरू तह पारेर लगाउनुहोस्। पञ्जा र टोपी नबस्नुहोस्। तपाईंले आफ्नो शरीरको तातोको 35% आफ्नो टाउकोबाट गुमाउनु हुन्छ!
- थप ट्रयाक्सन भएको जुत्ता लगाउनुहोस्। भर्जिको वा बरफको सतहमा चप्लिने र लड्नुबाट बच्नुहोस्।



सवारी चलाउने सुझावहरू

- तपाईंको मार्गको योजना बनाउनुहोस्।
- चेनहरू कनिनुहोस्। तनीहरूलाई सुक्खा मौसममा राख्ने अभ्यास गर्नुहोस्, तनीहरूलाई आफ्नो गाडीमा बोक्नुहोस् र तनीहरूको प्रयोग गर्नुहोस्।
- आपतकालीन मौसम कटि बोक्नुहोस्।
- पैदल यात्रीहरू र साइकल यात्रीहरूको ख्याल राख्नुहोस्।
- बसितारै यात्रा गर्नुहोस्। बसितारै ड्राइभ गर्ने, मोड्ने, र ब्रेक लगाउने गर्नुहोस्। अन्य यात्रीहरूको लागि आफ्नो दृश्यता बढाउनको लागि बत्तीहरू बाल्नुहोस्।
- हडिँ हटाउने गाडी, बालुवा हाल्ने ट्रक वा आपतकालीन सवारीहरूलाई नउच्छनिनुहोस्।



साइकल चलाउनको लागि सुझावहरू

- थप स्थिरता, ट्रयाक्सन, र नयिन्रणको लागि चौडा टायर प्रयोग गर्नुहोस्।
- अगाडि र पछाडि साइकलका बत्तीहरू प्रयोग गर्नुहोस्।
- थप दृश्यताको लागि, चम्किलो लगा लगाउनुहोस् वा रफ्लेक्टिभि टेपको प्रयोग गर्नुहोस्।
- चाँडो र अक्सर ब्रेक लगाउनुहोस्। सुस्त गर्नुहोस्, आफू रोकनको लागि लामो दुरी दनिहोस् र आफ्नो ह्यानडलबारहरूमा दहरो पकड राख्नुहोस्।
- रंगाइएको वा स्टील सडकका सतहहरूबाट जोगनिहोस्।
- हडिँ हटाउने गाडी, बालुवा हाल्ने ट्रक वा आपतकालीन सवारीहरूलाई नउच्छनिनुहोस्।



अर्थपूर्ण पहुँच प्रदान गर्नको लागि PBOT प्रतबिद्ध छ।
आवास, संशोधन, अनुवाद, व्याख्या वा अन्य सेवाहरूको लागि, कृपया
503-823-5185 मा सम्पर्क गर्नुहोस्।



PBOT
PORTLAND BUREAU OF TRANSPORTATION