



*60 години – Спокойствие и сигурност на пътя!*

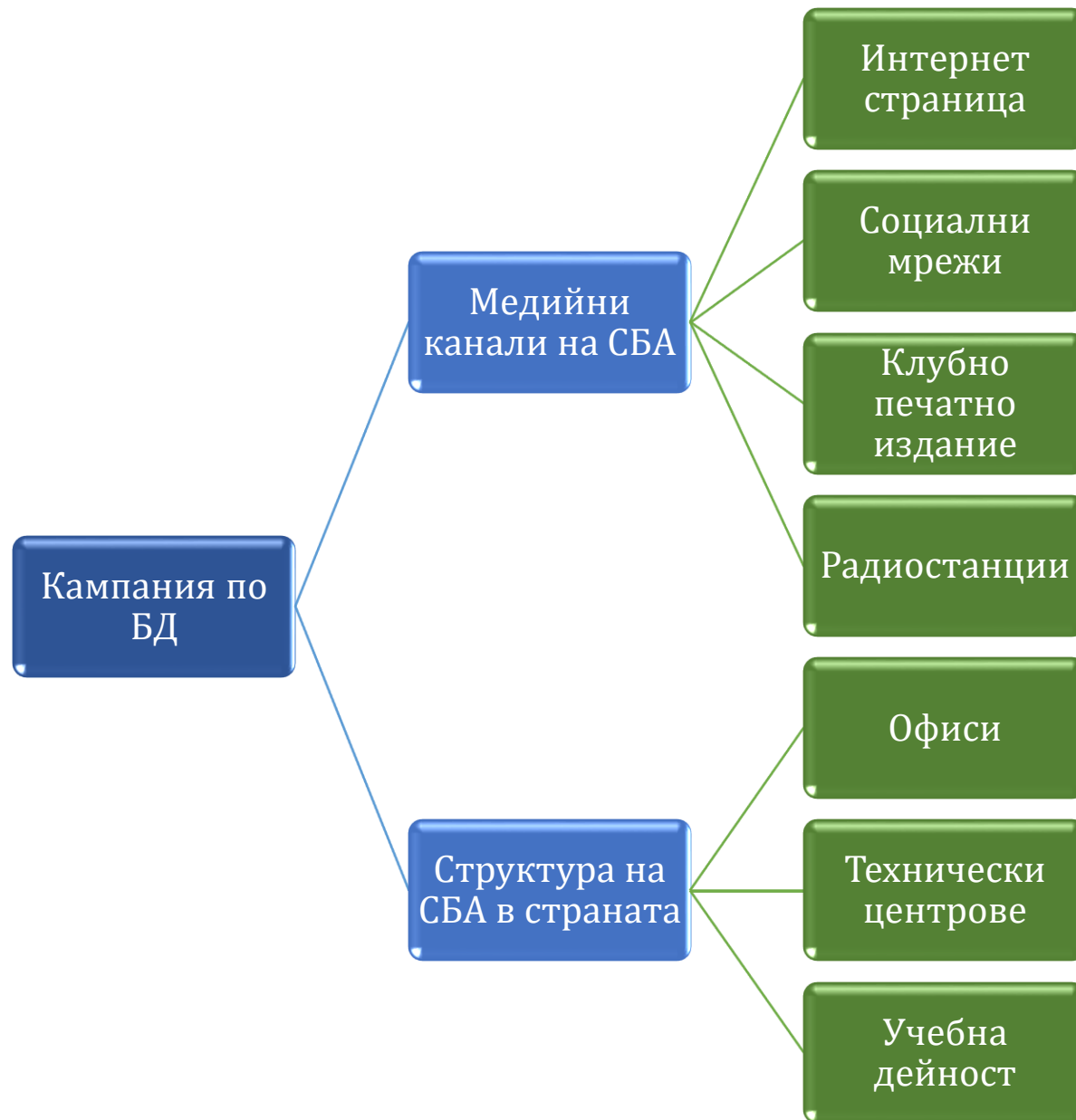


**Безопасност на пътя**

Членство в СБА

Пътна помощ

Технически услуги за  
автомобилистите





## Партньорство за по – добри резултати ...





**Алкохолът и твоите граници – открий ги!**



**Министерство на  
Здравеопазването**



**БЪЛГАРСКИ  
ЧЕРВЕН КРЪСТ**





## ИСКАМ ДА ЗНАМ?

### Какво означава да си алкохолно зависим?

Алкохолната зависимост представлява постоянна потребност от алкохол в резултат на промени в обмяната на веществата. Алкохолно зависимият не може да спре да пие, въпреки вредите и загубите, които причинява алкохолната консумация на него или неговото обкръжение.

### Колко алкохол да пия, за да съм трезвен и разумен?

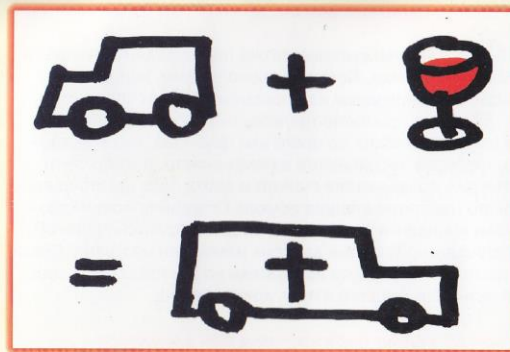
Не е задължително да пиеш алкохол, но ако прецениш, то отговорът е: не повече от 5 дни в седмицата. За жени не е препоръчително да пият на ден повече от 10 грама абсолютен алкохол (АА), а за мъжете – повече от 20 грама абсолютен алкохол на ден. Най-малко два дни от седмицата изобщо не трябва да употребяваш алкохол.

Съдържание на АА в най-често употребяваните алкохолни напитки в България				
Количество на алкохолната напитка	Вид алкохолна напитка	Алкохолен градус	Абсолютен алкохол в милилитри	Абсолютен алкохол в грамаве
50 мл	ракия, водка, коняк, уиски и други спиртни напитки	~ 40°	20 мл	16 грама
100 мл	червено/бяло вино	~ 11°	11 мл	9 грама
500 мл	бира	~ 5°	25 мл	20 грама

Много шофьори пренебрегват изпитата преди шофиране бира. Те могат да направят своя информиран избор, като теоретично изчислят съдържанието на алкохол в техния организъм преди шофиране по формулите:

за жени:  $C = g / (0.6 \times G)$ ;  
за мъже:  $C = g / (0.7 \times G)$ ,

$C$  – концентрация на АА в кръв в г/л;  
 $g$  – количество поет АА, съответно в грамаве АА;  
 $0.6$  и  $0.7 = V_d$  – обем на разпределение на АА в л/кг;  
 $G$  – телесно тегло в кг.



### Какво представлява една алкохолна напитка?

Под алкохолна напитка се има пред вид чаша/бутылка/хауба бира или сайдер (500 мл), чаша вино (150 мл), чаша спиртна напитка (50 мл) или смесена напитка.

### Пример:

Младеж с тегло 60 кг изпива 0,500 мл бира с 5 % АА. Поетото количество АА от младежа е: 25 ml АА (500 мл. x 5%) или 19,725 грама АА (25 мл. АА x 0,789 г/мл.)

### Концентрацията на АА в неговата кръв е:

$C = g / (0.7 \times G) = 19,725 / (0.7 \times 60) = 0.47$  г/л (промила АА).  
Същият пример, отнасящ се за жена със същото телесно тегло – 60 кг, показва, че количеството етанол в нея води до по-висока кръвна концентрация на АА:  
 $C = g / (0.6 \times G) = 19,725 / (0.6 \times 60) = 0,55$  г/л (промила АА)

### Какви са последиците от употребата на алкохол при управляване на превозно средство?



През последните 10 години в България са станали 4 141 тежки пътно-транспортни произшествия по причина на алкохол, в които са ранени 5242 човека и загинали 525 наши деца, родители и приятели.

### ПОВЯРВАЙ, АЛКОХОЛ И ШОФИРАНЕ УБИВАТ! ИСКАШ ЛИ ДА СИ УБИЕЦ?

### НЕ ПИЙ, ШОФИРАНЕТО С АЛКОХОЛ В КРЪВТА ВОДИ ДО ИВАЛИДИЗИРАНЕ И СМЪРТ!

### АЛКОХОЛЪТ ЗАБАВА РЕАКЦИИТЕ, ПРИЧИНЯВА ТРУДНОСТИ ПРИ ПРЕЦЕНКА НА СКОРОСТТА И РАЗСТОЯНИЯТА, ВОДИ ДО ЗАГУБА НА КОНЦЕНТРАЦИЯ И ЗАДРЕМВАНЕ!

### АКО СИ ПИЛ ДО КЪСНО ПРЕЗ НОЩТА, НА СЛЕДВАЩАТА СУТРИН НЕ ШОФИРАЙ!

Какви признаци за алкохолно натравяне да потърся при произшествие:

- силна миризма на алкохол
- нарушено съзнание
- гадене, повръщане
- дълбоко, шумно дишане
- силен, пълен пулс
- безсъзнание



## КАКВО ИСКАМ ДА МОГА?!

Да попреча на всеки да консумира алкохол преди или по време на шофиране, управление на машини, работа с деца и други

Да не позволявам продажбата на алкохол на деца до 18 години или хора в нетрезво състояние

Да не позволявам на бременни жени да консумират алкохол

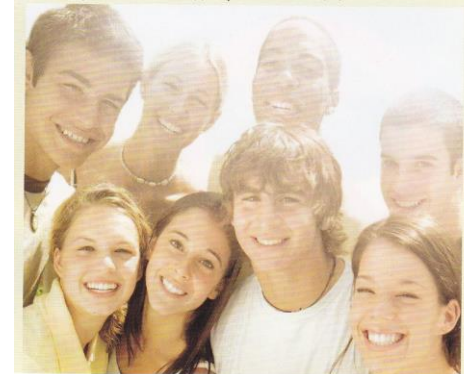
Да съобщавам на контролните органи, когато видя забранена реклама на алкохол

Да помагам на изпадналите в беда

Да не поставям себе си и останалите на пътя в опасност

### Когато попадна на или предизвикам пътен инцидент?

- Да паркирам безопасно, далеч от инцидента, с пуснати аварийни светлини
- Да облека светлоотразителна жилетка
- Да поставя предупредителни светлоотразителни триъълници за всяка посока и, ако е възможно, да изпратя хора да предупредят водачите да намаляват скоростта на шофиране
- Да обезопася и стабилизирам автомобилите, като изключа двигателите на всички ударени автомобили. Да не вадя ключове от стартера и да дръпна ръчната спирачка
- Да се огледам за други опасности и да следя никога да не пуши в близост до произшествието







Бъдещето е сега.  
Карай трезво!



ЧАСТ ОТ ПЛАТФОРМАТА ЗА КОРПОРАТИВНА  
СОЦИАЛНА ОТГОВОРНОСТ НА



**КАРАЙ  
ТРЕЗВО** Кампания за шофиране  
без употреба на алкохол



Държавно-обществена  
консултативна комисия по  
проблемите на безопасността  
на движението по пътищата





Каменица

НЕ ОБРЪЩАЙ  
ВОЛАНА В

КОДЕЛО  
НА КЪСМЕТА



% АЛКОХОЛЪТ  
Е ЛОШ ШОФЬОР  
КАМПАНИЯ НА КАМЕНИЦА АД



Съюз на българските автомобилисти  
Каменица АД  
www.kamernitsa.bg

CEMIUS





Pernod Ricard

### БЪДИ ОТГОВОРЕН - НЕ ВЯРВАЙ В МИТОВЕ

**1** И след вземане на студен душ на черния ви дроб все още му е необходимо същото време, за да обработи алкохола. Студеният душ може да създаде измамно чувство на трезвост, но дори ако непосредствените усещания на опиянение не са очевидни, човек все още ще е в нетрезво състояние.

**2** Кафето, колкото и да е силно, не помага за изтрезняването. Кафето и кофеинът като цяло не могат да помогнат на черния дроб да обработи алкохола по-бързо, могат да създадат илюзорно чувство за бодрост, нито една от опасностите, свързани с алкохолното опиянение, включително забавените реакции няма да изчезнат. Освен това кафето, подобно на алкохола е диуретик и дехидратира тялото допълнително, причинявайки главоболие, гадене и други странични ефекти.

**3** Извършването на физически упражнения в нетрезво състояние може да бъде много опасно и те да доведат до падане и сериозни наранявания, тъй като алкохолът засяга двигателните функции. Освен това само 5% от алкохолното съдържание в организма се елиминират чрез изпотяването, а останалите 95% от алкохола се преработват чрез черния дроб. Черният ви дроб се нуждае от около 1 астрономически час, за да преработи 10 гр. чист алкохол, съдържащ се в 250мл. бира, 30 мл. уиски, 100 мл. вино.

**4** ПРИЕМАНЕТО НА ХРАНА, НЕЗАВИСИМО КАКВА, СЛЕД ПРИЕМА НА АЛКОХОЛ ИМА НУЛЕВ ЕФЕКТ ВЪРХУ ИЗТРЕЗНЯВАНЕТО, ЗАЩОТО АЛКОХОЛЪТ ВЕЧЕ Е В КРЪВНИЯ ПОТОК.

### ЗНАЕТЕ ЛИ, ЧЕ...

✓ В чл. 5, 102, 171, 174 и 177 от Закона за движението по пътищата са регламентирани забраните, принудителните административни мерки и санкциите за водачите, управляващи или предоставящи автомобилите си на други водачи за управление под въздействие на алкохол...

✓ Винаги има алтернатива на шофирането в нетрезво състояние! Избери да се прибереш:

✓ с шофьор от компанията, който няма да пие;

✓ пеша;

✓ с градския транспорт;

✓ с такси или

✓ с някоя от Drink & Drive компаниите!

✓ Пътнотранспортните произшествия поради употреба на алкохол са намели почти наполовина през последните 10 години. По данни на Държавно-обществената консултативна комисия по проблемите на безопасността на движението по пътищата от 366 през 2005 г. през 2015 г. те са едва 191...

✓ При пътнотранспортно произшествие трябва спешно да се обадите на телефон 112.

Сайтът <http://konsumirai-otgovorno.bg/drive-safely> съдържа още полезна информация и съвети за безопасно шофиране.

Pernod Ricard



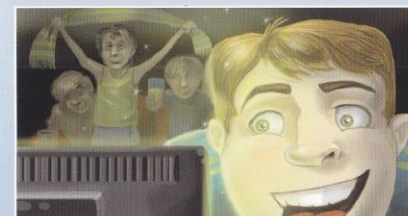
**ШОФИРАНЕ**  
*Отговорност*

С подкрепата на:



## ШОФИРАНЕ

### Отговорност

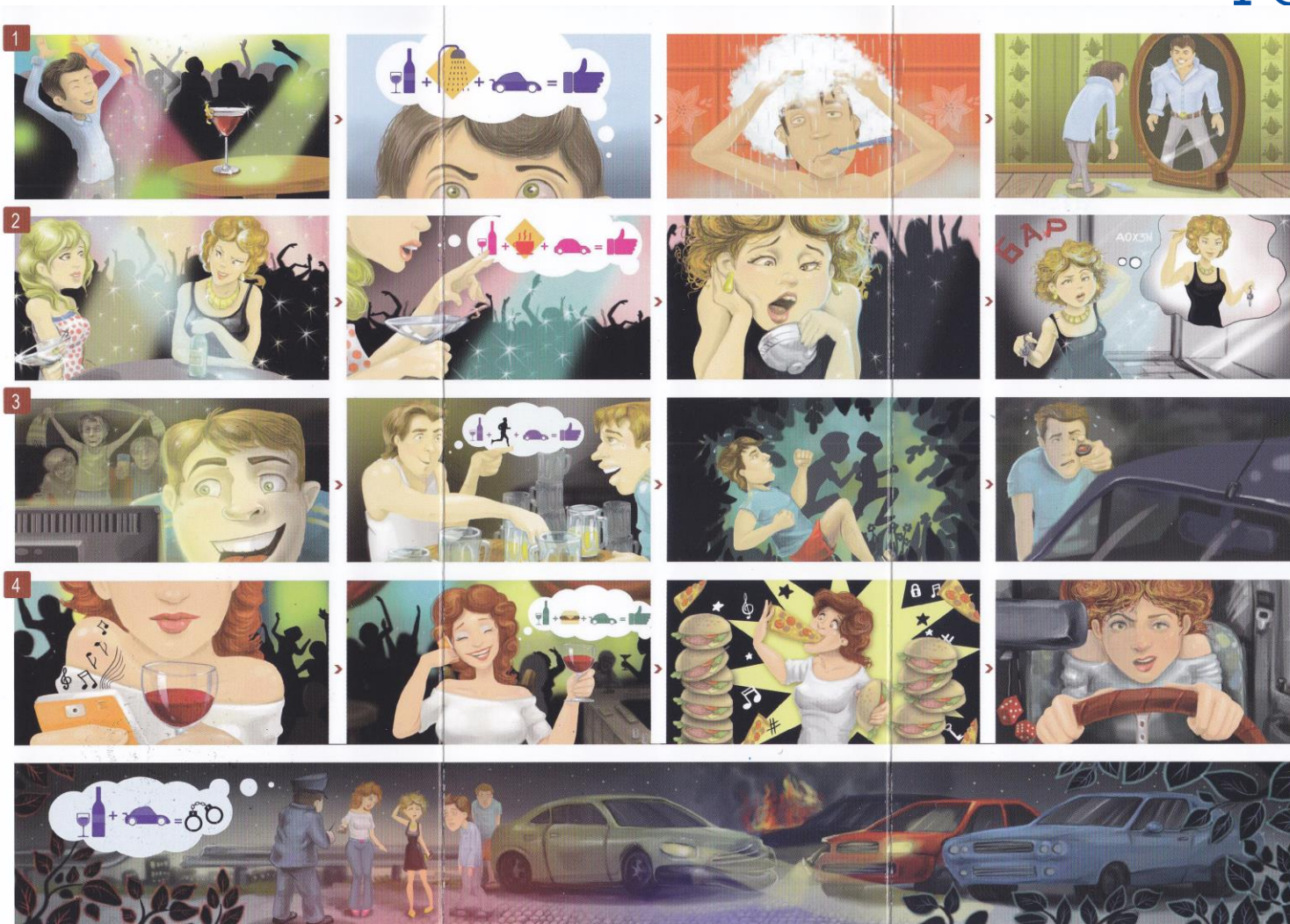


БЪДИ ОТГОВОРЕН -  
НЕ ВЯРВАЙ В МИТОВЕ





Pernod Ricard





TISPOL  
European Traffic Police Network



Дори малки количества алкохол нарушават способността ти за реална преценка на ситуацията. Никога не шофирай след употреба на алкохол

Ако все пак трябва да шофираш, не посягай към алкохола.



**#ProjectEDWARD**

TISPOL  
European Traffic Police Network





## 10 златни правила "ШОФИРАЙ БЕЗОПАСНО"

Заедно ние можем всичко!

ЖАН ТОД,  
Президент на ФИА



### ЗЛАТНО ПРАВИЛО №1 БЪДИ ВНИМАТЕЛЕН НА ПЪТЯ!

Специалистите твърдят, че в световен мащаб говоренето по мобилен телефон при шофиране се равнява на опасност от ПТП след употреба на алкохол със съдържание в кръвта от 0.08 – 0.09 %. Проучване във Великобритания сочи, че отклоняване на погледа на водача от пътя, само за 2 секунди, значително увеличава опасността от ПТП.

Когато се шофира и едновременно с това се изпраща есемес, рискът за произшествие се увеличава 23 пъти. Около 30% при подобни случаи водачите несъзнателно напускат избраното от тях платно на пътя и възможността за неправилна маневра се увеличава със 140 %.



хорец е образец за младите хора.

### ЗЛАТНО ПРАВИЛО №2 СПАЗВАЙ СТРИКТНО ПРАВИЛАТА ЗА ДВИЖЕНИЕ!

В България е значителен броят на ПТП, при които загиват пешеходци. Средноевропейската статистика сочи, че новите водачи са отговорни за 17% от ПТП, а мотоциклетистите с по-малко от 2 години опит – за почти 30%.



## 10 златни правила "ШОФИРАЙ БЕЗОПАСНО"

### ЗЛАТНО ПРАВИЛО №4 УМОРАТА – ВРАГ НА БЕЗОПАСНОТО ШОФИРАНЕ!

Умората е сериозен враг на безопасното шофиране. Статистика показва, че 41% от анкетираните признават, че са заспавали на волана, 26% от призналите си за заспиване водачи са изпадали в това състояние в часовете между 12.00 и 17.00 ч. – парадоксът е, че този брой е по-голям от заспалите между полунощ и 06.00 ч. сутринта! Другият парадокс е, че мъжете (52%) по-лесно заспиват на волана от жените (30%).

Когато усетиш умора, веднага спри за кратка почивка!



STOP!

### ЗЛАТНО ПРАВИЛО №5 ПРЕДПАЗНИТЕ КОЛАНИ СПАСЯВАТ ЧОВЕШКИ ЖИВОТ!

Необходимостта от поставянето на предпазни колани и детски седалки не се нуждае от доказване.

Предпазните колани повишават шансовете да се оцелее в ПТП до 60%. Факт е, че седящите отзад пътници, които не ползват предпазен колан, са 3 пъти по-уязвими на нараняване или смърт, отколкото пътници с поставени колани. 90% от нараняванията могат да бъдат избегнати, ако детските колани се използват правилно и се използват подходящи детски седалки.



### ЗЛАТНО ПРАВИЛО №6 СПАЗВАЙ ОГРАНИЧЕНИЯТА НА СКОРОСТТА!

Статистиката показва, че в нашата страна най-много произшествия стават поради несъобразена и превишена скорост. Винаги трябва да се шофира със скорост, съобразена с пътя, движението и атмосферните условия. Скоростта трябва да бъде такава, че да разреши спиране навреме и на



безопасно разстояние.

Световният шампион от Формула 1 Дейман Хил казва: "Колкото е по-голяма скоростта, толкова е по-голям рискът за живота!"

### ЗЛАТНО ПРАВИЛО №7 НЕ НА АЛКОХОЛА И УПОЙВАЩИТЕ ВЕЩЕСТВА!

През последните 10 години в България са станали над 4000 тежки ПТП в следствие употреба на алкохол, в които са ранени над 5000 човека и загинали над 500 наши деца, родители и приятели. Тревожно е и нарастването на произшествията след употребата на упойващи вещества и наркотици в целия свят.

През последните 10 години в България са станали 4141 тежки ПТП по причина на алкохол, в които са ранени 5242 човека и загинали 525 наши деца, родители и приятели. Тревожно е и нарастването на произшествията след употребата на упойващи вещества и наркотици.

По данни на международните организации още през 2003 година, 7% от смъртните случаи на пътя са били причинени от наркотик.

### ЗЛАТНО ПРАВИЛО №8 ВИНАГИ ПОЛЗВАЙ КАСКА!

Статистиката показва, че в световен мащаб чувствително се увеличава броят на мотоциклетистите и мотопедистите, като в най-голяма степен това се отнася за развиващите се страни.

България няма да остане настрана от тази тенденция, като се има предвид сериозното нарастване на цените на горивата. У нас има много примери на тежки произшествия с участие на мотоциклетисти. Проблемът за безопасността на движението е двустранен: както за водачите на автомобили, така и за мотоциклетистите.







Проверете техническото състояние на автомобила си за зимния период **БЕЗПЛАТНО** в сервизите на СБА и "Мото-Пфое" от 1.11.2016 до 11.11.2016

ЗА ДЕНОНОЩНА ПЪТНА ПОМОЩ И ИНФОРМАЦИЯ ОТ СБА НА ТЕЛЕФОН

 **146**

## 10 ПОЛЕЗНИ СЪВЕТА ЗА ПО-БЕЗОПАСНО И СИГУРНО ШОФИРАНЕ ПРЕЗ ЗИМАТА

- Движете се с технически изправен автомобил. Не правете компромиси с: акумулатора, стартовата уредба и осветителната и отоплителната система!
- Сменете течността в казанчето за измиване на стъклата с незамръзваща. Проверете перата на чистачките и антифриза!
- Намалете скоростта при превключване на светлините от дълги на къси!
- На дълъг път потегляйте подготвени – със зареден догоре резервоар и с топли дрехи. Информирайте се за състоянието на пътищата!
- При пътен инцидент или друга опасност на път незабавно се обадете на телефон 112!
- Сменете летните гуми със зимни. Поставете веригите за сняг в автомобила. Проверете съдържанието на аптечката!
- При шофиране се съобразявайте с атмосферните и с пътните условия. Не предприемайте рискови маневри при намалена и ограничена видимост!
- Ако попаднете в аквапланинг, отпуснете газта, не се опитвайте да спрете и не променяйте посоката на движение!
- Не потегляйте, ако всички в автомобила не са си поставили предпазните колани. Превозвайте децата, като използвате специалните обезопасителни системи!
- Не пийте алкохол преди и по време на път!

Зимните гуми в някои страни от ЕС са задължителни. Вижте кои са те в сайта на Европейски потребителски център [www.ecc.bg](http://www.ecc.bg)



**GOODYEAR** СЪВЕТВА:

КОЛКОТО ПО-ГОЛЯМА Е ДЪЛБОЧИНАТА НА ПРОТЕКТОРА, ТОЛКОВА ПО-СИГУРНО ЩЕ БЪДЕ ПРЕДСТАВЯНЕТО НА ЗИМНИТЕ ГУМИ.

# Акция „Зима“



# #3500ЖИВОТА



**ДНЕС 3500 ДУШИ ЩЕ УМРАТ ПО ПЪТЯ...**

# НИКОГА НЕ КАРАЙТЕ, КОГАТО СТЕ ПИЛИ

**НИКО РОЗБЕРГ**

СВЕТОВЕН ШАМПИОН НА ФОРМУЛА 1 НА FIA ЗА 2016 Г.

ПОДКРЕПЕТЕ МАНИФЕСТА НА FIA ЗА ГЛОБАЛНА  
ПЪТНА БЕЗОПАСНОСТ НА FIA.COM

**#3500LIVES**

С ПОДКРЕПАТА НА  FIA FOUNDATION



**FIA ACTION**  
FOR ROAD SAFETY



# Дни на безплатни услуги в СБА

0.0% ALCOHOL 







# Най -добър млад шофьор на България







Благодаря Ви за вниманието.

Thank you for your attention.