

## Советы женщинам

***Основные причины аварий, совершаемых женщинами — излишняя осторожность, неуверенность, недооценка собственных возможностей.***

Часто преждевременный испуг заставляет женщину давить на тормоз в момент, когда, казалось бы, и ежу понятно, что только увеличение скорости дает возможность предупредить аварию.

Начинающей женщине-водителю, которой не хватает опыта вождения и уверенности, в период после получения водительского удостоверения поездки лучше совершать не в одиночку, а вместе с более опытной в автомобильных делах подругой.

Это воодушевит вас при проезде сложных перекрестков, парковке. С мужем не садитесь за руль ни в коем случае, замучаетесь выслушивать советы и излияния.

***Для первых поездок выбирайте время наименее интенсивного дорожного движения.***

Учиться водить в субботу после обеда или в воскресенье утром намного проще, чем в пятницу в вечер. Вообще вечером совершается большее, а вождение сильнее выматывает, поэтому не стоит дополнительно осложнять дорожную ситуацию новичковскими страданиями.

То, что вы научились управлять машиной, еще не дает вам права постоянно поучать мужа, когда он сидит за рулем.

« Но он так и поступает!» — воскликнете вы. «Не теряйтесь», — возражу я. Любые замечания нервируют. У каждого свой стиль вождения, лишь бы в результате не возникали аварийные ситуации.

***Сменяя мужа за рулем, сразу приведите удобное для себя положение сиденья, зеркала заднего вида и ремень безопасности.***

Известно, что большинство водительских сидений рассчитано на мужчин, но вы все равно должны устроиться так, чтобы ноги доставали до педалей, тело не было напряжено, а руки располагались на руле между числами 9—10 и 2—3 условного циферблата. Руки не должны быть неестественно, напряженно сжатыми.

***Лучший водитель не тот, кто выводит автомобиль из рискованных ситуаций целым, а тот, кто в рискованные ситуации не попадает.***

И здесь нельзя не отметить женщин в целом, и женщин бальзаковского возраста в частности. Большая осторожность, рассудительность, дисциплинированность, жизненный опыт и сознательное соблюдение правил — основные качества женщин-водителей в возрасте. Не бойтесь поступать в автошколу и в 50 лет. Машина всем возрастам покорна.

***Наиболее тяжелые маневры для женщин — движение задним ходом и парковка задом.***

Проблема заключается в недостаточной продолжительности тренировок и правильности посадки в автомобиле. Если водитель не обеспечил себе хорошую обзорность не только спереди, но и сзади, он вообще не имеет права выезжать. Сидеть за рулем следует достаточно высоко, чтобы иметь возможность видеть через заднее стекло пространство сзади автомобиля. Дама низенького роста может обеспечить такое положение, положив на сиденье подушку, сложенный плед. Чтобы посмотреть назад, поворачивайте по возможности не только голову, но и всю верхнюю половину тела.

Перед тем как подать автомобиль назад, нужно осмотреть не только пространство за автомобилем, но и по бокам от него.

Важное значение имеет и одежда. В застегнутом зимнем пальто или узком костюме повернуться назад трудно, что отражается на движении автомобиля. Очень важно, чтобы при наблюдении за ситуацией позади автомобиля ноги не соскальзывали с педали. С педалью газа нужно обращаться как с солью и перцем: тот, кто не знает меры, потом кривится и плачет. В сумерках важно также, чтобы заднее стекло в автомобиле было чистым. Если пространство за автомобилем плохо видно, можно подсветить себе указателями поворотов или стоп-сигналами (прерывистым нажатием на педаль тормоза).

Этот же способ многие автомобилисты применяют в гаражах без электрического освещения: они белят заднюю стенку гаража, и в ней четко отражается свет стоп-сигнала.

***Отправляясь на автомобиле за покупками, берите с собой сетку, корзину сумку с твердым дном.***

Тогда вы можете быть уверены, что по дороге чистящее средство не смешается с кефиром. Бесформенная сумка скользит по сиденью и падает на пол. Некоторые женщины прикрепляют пластмассовый крючок для сумок на внутренней стороне двери или приборной доске, но это не слишком удобно, да и опасно в аварии. Лучше приобрести объемную плетеную корзину. Сзади на чехлах сиденьев иметь глубокие карманы, в которые бы входили, например, зонтик.

***При выборе автомобиля не придавайте преувеличенное значение его цвету и обивке салона.***

Существуют и другие не менее важные критерии: мощность двигателя, экономичность, безопасность. Подумайте и о том, соответствует автомобиль вашей комплектации. Небольшие японские автомобили, рассчитанные на миниатюрных японцев, неплохо подходят для женщин. Теперь, с «разгулом» феминизма: о женщинах стали задумываться и европейские автоконструкторы и автодизайнеры. При этого являются автомобили 1996 года в I — ФИАТ «Браво» и «Брава».

Возвращаясь к окраске, хотелось бы напомнить, что автомобили темного цвета менее заметны на дороге, а потому с ними чаще случаются аварии. Цвет сидений не имеет большого значения, так как их можно укрыть накидке чехлами. На слишком мягком сиденье плохо сидеть. На сиденьях из классического бархата водитель чувствует себя

лучше, чем на сиденьях из искусственной кожи. Мелкие неудобства женщин раздражают больше, чем мужчин.

***Длинные волосы необходимо поправлять, а это отвлекает от вождения.***

Женщине-автомобилистке больше подходит прическа с короткими или туго забранными волосами. Головной убор не должен ограничивать обзор, снижать слышимость, затруднять замедлять движения головы.

Одежда не должна стеснять и ограничивать движения, а тем более затруднять дыхание и кровообращение. Поскольку вас уже украшает второе тело» — стальное тело машины, - можно меньше заботиться о нарядах.

Брюки гораздо удобнее юбки, а тем более слишком короткой или слишком длинной. Зимой не одевайтесь очень тепло — в автомобиле есть обогрев.

Важным дополнением к одежде, улучшающим качество вождения, являются перчатки. Зимой перчатки особенно необходимы людям с низким кровяным давлением и повышенной зябкостью. Даже чуть влажная рука может в определенный момент соскользнуть с рулевого колеса; перчатки вас от этого уберегут.

С собой надо всегда иметь и старый рабочий плащ или спецовку. При замене колеса, например, они очень пригодятся.

***Гладкие, негибкие или мокрые резиновые подметки туфель могут стать причиной аварии.***

Шлепанцы, как и высокие каблуки, за рулем совершенно недопустимы. Обувь для поездок в автомобиле должна быть закрытой, плотно облегающей ногу и с относительно гибкой подметкой, но в то же время не слишком свободной в длину и ширину.

***Для перевозки ребенка, еще не умеющего сидеть, снимите правое переднее сиденье и поставьте на пол рядом с водителем верхнюю съемную часть коляски.***

Нижнюю часть коляски с колесами можно разместить в багажнике или на крыше автомобиля. Голова младенца должна лежать ближе к заднему сиденью, а ноги — под приборным щитком. При резком торможении или на вираже даже обложенный подушками ребенок несколько переместится вперед, и, если его головка будет находиться впереди, он ударится.

Если невозможно снять переднее сиденье, верхнюю часть коляски поместите сзади, но закрепите так, чтобы она ни при каких обстоятельствах не могла упасть. Но лучше всего, разумеется, если ребенок проводит поездку на руках у попутчика.

Брать детей в длительные поездки не следует: выхлопные газы, испарения бензина и пыль, раскаленная солнцем дорога никогда особенно не порадуют.

***Возить ребенка на коленях — самый опасный способ.***

В случае резкой остановки, столкновения ребенка с такой силой и скоростью отбросит к переднему стеклу, что ни один взрослый его не удержит.

Поскольку ребенка не пристегнешь ремнями безопасности и он оказывается вдвойне уязвимым и незащищенным в случае аварии, нельзя в нарушение правил усаживать его рядом с собой на переднем сиденье.

Забавы с ребенком во время движения и контроль за ним не должны отвлекать ваше внимание. И строго-настрого запретите ребенку высовывать из окна во время движения голову или руки.

***Ребенку в дороге может стать плохо; это вполне объяснимое недомогание.***

Перед длительной поездкой, в которой с вами будет ребенок, наведите порядок в салоне машины, вымойте пепельницу. Бензобак залейте заблаговременно, чтобы ребенок вдыхал как можно меньше паров бензина. Не ставьте автомобиль на стоянку на солнцепеке. Не курите за рулем, если в машине ребенок. Детям, предрасположенным к укачиванию, перед дорогой можно дать специальное средство или обычное успокоительное. Все эти маленькие предосторожности помогут обойтись без неприятных минут в дороге.

Старайтесь ехать плавно, поддерживать в машине чуть прохладную температуру, чередуйте движение с остановками и прогулками. Иногда ребенку помогает сон на заднем сиденье, иногда — пение.

В любом случае не переживайте: ребенок подрастет, и его больше не будет укачивать.

***Управлять или не управлять автомобилем беременной женщине, может решить только она сама.***

Не все женщины одинаково хорошо переносят езду в таком состоянии. Безусловно лишь то, что женщины, ожидающие ребенка, не должны посещать автошколу или учиться водить машину. Воздействие дорожного движения на нервную систему неопытной водительницы может быть настолько сильным, что это отрицательно скажется как на ней, так и на будущем ребенке.

Беременные женщины, имеющие большой опыт вождения, вполне могут садиться за руль, избегая только слишком оживленных улиц и стараясь не ездить в час пик.

Обязательным условием является хорошее самочувствие и отсутствие всяких физических расстройств. Женщины, беременные первым ребенком, обычно слишком возбуждены и беспокойны, чтобы сесть за руль. Ждущие второго ребенка женщины уже чувствуют себя увереннее. Конечно, если кто-то цепенеет от ужаса при виде любой аварии, лучше за руль не садиться. Не стоит водить и старый драндулет. Тряска не доставит приятных ощущений ни вам, ни вашему будущему ребенку.

***Боязнь управлять автомобилем после рождения ребенка встречается у женщин.***

Любая мать инстинктивно стремится постоянно быть с маленьким, всегда защищать его. В этот период она обостренно воспринимает риск, в том числе и вождение автомобиля.

Кроме того, все мысли поглощены о ребенке сосредоточиться на переключении передач и дорожных знаках в подобном состоянии женщина не может.

***Неприятности на работе и ссора с мужем способны сделать женщину более неуверенной за рулем, чем повышение температуры до 39 °С.***

Нервозным, переутомленным людям за руль лучше не садиться. Никогда не ведите машину после приема успокаивающих средств, снотворного, болеутоляющих препаратов, после действия местного обезболивания.