

نصائح للحفاظ على السلامة الشخصية أثناء الخروج في جولة للسير...

- لا تطلب التوصيل المجاني من السيارات المارة ولا تقبل عروض التوصيل من الغرباء أو سيارات الأجرة غير المرخصة
 - قم بتخطيط مسار السير إلى وجهتك وطريق العودة منها. وتجنب الطرق المختصرة عبر المناطق التي لا توجد بها إنارة أو المهجورة.
 - حاولوا السير في مجموعات.
 - أخبر أحد الأشخاص بالمكان الذي ستذهب إليه وبموعد عودتك.
 - احتفظ بالمفاتيح جاهزة - بحيث يمكنك الدخول إلى منزلك أو سيارتك بسرعة.
 - كن على وعي بما يحدث حولك - فوجود جهاز أستيريو شخصي معك قد يمنعك من سماع المرور أو شخص يقترب منك.
 - إذا كنت تعتقد أن هناك من يتبعك، توجه إلى أقرب مكان عام، مثل أحد البارات أو المتاجر، واتصل بالشرطة على رقم 999.
 - قم بالسير في الاتجاه المواجه لخط السير للمرور - وبذلك لا يمكن بحيث أن تتوقف سيارة من خلفك دون أن تلاحظها.
 - إذا توقفت إحدى السيارات، وسألك أحد الركاب فيها عن اتجاهات الطريق، فعليك بالبقاء بعيداً عنه بمسافة كافية.
 - إذا تعرضت لمواجهة، فعليك باستخدام الإنذار والعدو، أو قم بالصراخ والصياح لجذب الانتباه.
- اتصل دائماً برقم 999 في حالة الطوارئ وذلك إذا احتجت إلى مساعدة فورية



Suffolk First for you
(صافولك فرست - من أجلك)

