



# Tatil yolculuğunda bunlara dikkat

**TŞOF Psiko Eğitim Uzmanı Doç. Dr. Yasak -"Astigmat ve miyop göz kusuru olanlar mümkünse gece araç kullanmasınlar"-Ankara Oto Sanatkarları Esnaf Odası Başkanı Arslanoğlu: -"Aracınızın uzun yolculuklarda hararet yapmasını önlemek için radyatör ve radyatör suyu kontrolünün yapılması gereklidir"**



Türkiye Şoförler ve Otomobilciler Federasyonu (TŞOF) Psiko Eğitim Uzmanı Doç. Dr. Yeşim Yasak, gece göz kusuru olanların araç kullanmasının riskli olduğunu belirterek, "Astigmat ve miyop göz kusuru olanlar mümkünse gece araç kullanmasınlar" dedi.

Konuya ilişkin değerlendirmelerde bulunan Yasak, Kurban Bayramı tatili dolayısıyla yollardaki trafiğin normal günlerden daha fazla yoğun olacağını ifade ederek, sürücülere bir takım uyarı ve tavsiyelerde bulundu.

Yasak, tatilin yolculuk kısmına çok fazla önem

gösterilmediğini kaydederek, "Yolculuk çabucak yapıp, bitirilmesi gereken süre gibi algılanıyor bunu da mümkün olan en kısa sürede bitirilmesi gerekiyor gibi görüyor insanlar. Oysaki yolculuk tatilin de bir parçası. Tadı çıkarılmalı" diye konuştu.

Gece görme zorluğu çekenler ve miyop gibi göz kusuru olanlara gece yolculuğu yapmalarını yönünde tavsiyede bulunan Yasak, "Özellikle gözlük takan, miyop, astigmat olanlar ayrıca dikkat etmeleri gerekiyor. çok çok zorda kalmadıkça gece yolculuğu yapmalarını tavsiye ediyorum"

dedi.

Yasak, sürücülerin tatili planladıkları gibi yolculuğu da planlamaları gerektiğini ifade ederek, araçların yağı, suyu, yakıtı kontrol edildiği gibi sürücülerin de kendilerini bu şekilde hazırlaması gerektiğinin altını çizdi.

Sürücülerin, yolculuk öncesinde veya esnasında ağır yiyecek tüketmesinin ağırlık hissi uyandırdığını belirten Yasak, sözlerine şöyle devam etti:

"O yüzden sık sık ve az az yemek gerekiyor. Sürücüler mola vermeyi hiç sevmese de, 2-3 saatte bir 15 dakika mola verilerek yürüyüş yapılması, çay içilmesi sağlıklı olur. Sürücünün aklına mola verme düşüncesi geldiği anda mola verilmelidir ki, vücut onun sinyalini verir. Ülkemiz ve yollarımız çok güzel, bunların tadını çıkara çıkara mola verilmeli."

**"ARACINIZ UZUN YOLCULUKLARDA HARARET YAPABİLİR"**

Ankara Oto Sanatkarları Esnaf Odası Başkanı Mustafa Arslanoğlu da, AA muhabirine yaptığı açıklamada Bayramda yapılan seyahatlerinin geneli uzun mesafeli olduğu için araç motorlarının fazla ısınıp hararet yapabileceğine dikkati çekerek, "Uzun yolculuklarda araç motorlarının daha çabuk ısınacağından, bu ısınmanın

gereken seviyelerde tutulup motor aksamına zarar vermesi için radyatör ve radyatör suyu kontrolünün yapılması gereklidir" dedi.

Havaların soğumaya başladığı bugünlerde can ve mal güvenliğini sağlamak için araçlara kış bakımının yapılmasının şart olduğunu ifade eden Arslanoğlu, havaların daha da soğumasıyla araçta don olaylarının önüne geçebilmek için antifriz ve motor yağı kontrolleri yapılması gerektiğine işaret etti.

Arslanoğlu, vatandaşların yolda kalmamaları için araçların ön düzen kontrolü, motor yağı kontrolü, radyatör suyu kontrolü, fren ve debriyaj bakımları, kayış kontrolleri, lastik havalarının ve lastik diş derinliklerinin kontrolleri, aydınlatma sistemleri kontrollerini yaptırması gerektiğini kaydederek, araçlara kontrol ve bakım yapılmadan çıkılan seyahatler esnasında oluşan hasarın araçları kullanılamaz hale getirebileceğini belirtti.

Yıpranmış veya havası inmiş lastik kullanımının da hem aracın daha fazla yakıt tüketmesine hem de sürüşün güvensiz hale gelmesine neden olduğunu ifade eden Arslanoğlu, "Güvenilir seyahat etmek için uzun yolculuklarda aracınızın lastik havasını ölçün ve lastik kontrolünü gerçekleştirin" dedi. (AA)