Din il-paġna hija miġjuba lilkom mill-
**MINISTERU GĦAT-TRASPORT,
L-INFRASTRUTTURA U X-XOGĦLIJIET PUBBLIĊI**

Transport Malta

# IRRID INKUN ĊIKLIST!

**Ir-rota hija mezz ta' trasport mill-aqwa biex tqatta' ftit ħin tieħu pjaċir, tagħmel l-eżerċizzju u anke tiskopri postijiet ġodda.**

Kemm jekk ħiereġ issuq mal-ħbieb, tesplora xi toroq jew sempliċiment tgawdi n-natura huwa importanti ħafna li tkun ċiklist responsabbli. Ħafna minnkom żgur li rajtu persuni jsuqu r-roti fit-triq, lebsin b'mod differenti u jkollhom apparat imwaħħal mar-rota. Allura kif nista' jiena wkoll inkun ċiklist bħalhom?

Biex tgawdi r-rota tiegħek bl-aħjar mod trid issegwi r-regoli tat-triq, tieħu ħsieb ir-rota tiegħek u żżomm ruħek sikur f'kull mument. F'Malta u Għawdex iċ-ċiklisti u dawk kollha li jsuqu r-rota għandhom l-istess obbligi bħas-sewwieqa tal-karozzi u l-muturi fit-toroq. Dan ifisser li trid dejjem issuq in-naħa tal-lemin tat-triq u tosserva s-sinjali tat-traffiku kollha!

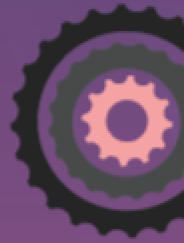
Meta trid iddur jew tieqaf agħmel sinjal b'idejk biex tgħarraf lis-sewwieqa l-oħra u tindika xi tkun se tagħmel. Pereżempju jekk trid iddur lejn il-lemin oħroġ idejk dritta lejn il-lemin u pponta fid-direzzjoni fejn tkun se taqsam, bħallikieku qed tuża lingwa speċjali taċ-ċiklisti! Meta tkun qed issuq f'toroq dojoq importanti li ma ssuqx f'nofs ta' triq, iżda żżomm mal-ġenb kemm tista' biex tevita li s-sewwieqa jippruvaw jaqbżuk, b'riskju għalik. Żomm ukoll distanza żgħira minn karozzi pparkjati biex tevita x-xkiel, kemm għalik u anke għal min ikun ħiereġ bil-karozza.

L-ilbies adattat għas-sigurtà huwa importanti ħafna wkoll. Għalkemm l-użu tal-elmu mhux obbligatorju għall-adulti huwa rakkomandat ħafna biex tipproteġi rasek. Għat-tfal taħt is-16-il sena l-elmu huwa obbligatorju! Ir-rota tiegħek trid tkun mgħammra bid-dwal ta' quddiem u ta' wara, rifletturi u qanpiena mwaħħla biex isservi bħala ħorn u tkun tista' twissi lin-nies meta jkun hemm bżonn. Ilbies ikkulurit, bħal flokkijiet bojod jew oranġjo, huma ideali biex jintlibsu fit-triq għax tkun tidher aktar, speċjalment filgħaxija jew f'temp imsaħħab. L-ilbies adegwat huwa parti kbira wkoll minn kif tibqa' sikur int u ta' madwarek!

Li naraw li r-rota tagħna tinsab fi stat tajjeb għas-sewqan huwa importanti ħafna u għalhekk irridu nieħdu ħsiebha regolarment. Ibda billi tiċċekkja t-tajers. Kun żgur li huma mimlijin biżżejjed bl-arja u mhux rotob wisq. Oqgħod attent ukoll għall-katina tar-rota. Jekk tisma' xi ħsejjes aktarx ikun ifisser li hemm bżonn ftit żejt biex ir-rota taħdem sew. Tajjeb li nitkellmu mal-ġenituri u nitolbuhom jgħinuna nieħdu ħsieb dawn l-affarijiet. U żomm dejjem il-brejkijiet f'kundizzjoni tajba, biex tkun tista' tieqaf malajr meta jkun hemm bżonn.

Ħu miegħek kitt żgħir għat-tiswija meta tkun qed issuq. Dan il-kitt għandu jinkludi pompa żgħira jew inflator biex tonfoħ it-tajers u ftit għodda biex tirranġa r-rota f'każ ta' bżonn.

Li tkun ċiklist intelliġenti ma jfissirx biss li ssegwi r-regoli jew li ssir espert fuq kif tieħu ħsieb ir-rota. Ifisser li tkun attent u konxju dejjem ta' dak li jkun qed jiġri madwarek. Dejjem ħares lejn is-sewwieqa meta tkun se tibdel id-direzzjoni, taqsam jew tieqaf fit-triq, biex tkun ċert li rawk. Qatt issuq f'direzzjoni kontra t-traffiku, u oqgħod dejjem attent għall-ħofor, l-għadajjar jew ostakli oħra. Ftakar li qed tuża t-triq ma' ħafna oħrajn, u li tkun edukat u viżibbli jgħin lil kulħadd jibqa' sikur.



Ir-rota mhix biss mezz biex tivvjaġġa iżda wkoll mod kif tesplora, tibqa' attiv u fuq kollox tgħin lill-ambjent! Kun ċert li qabel ma toħroġ u ssuq ir-rota fit-triq issegwi u tiftakar dak kollu li għandek tagħmel, imbagħad esplora u dur ħafna postijiet sbieħ fin-natura u l-madwar.