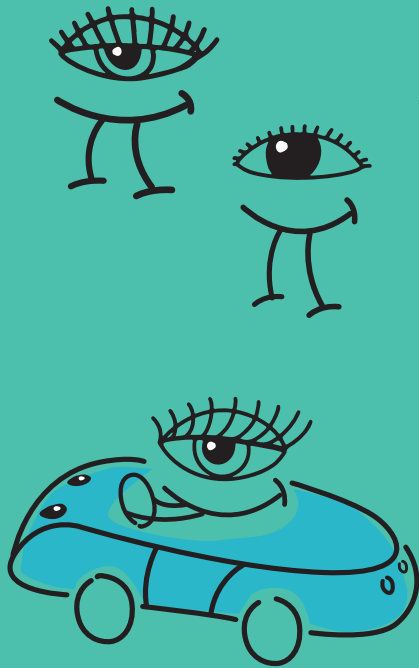
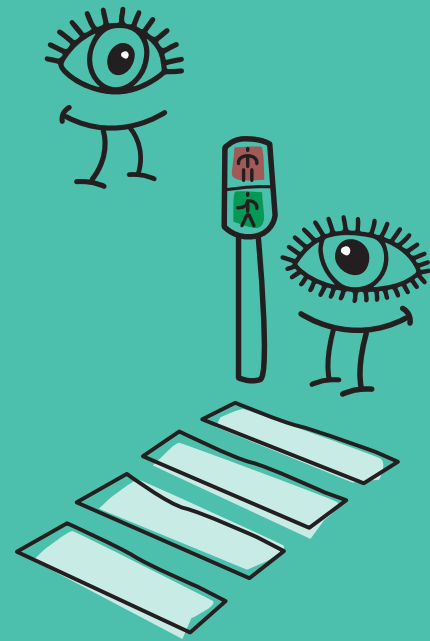


El riesgo está donde menos te lo esperas



ANDA CON 100 OJOS



#EUSKADIBERRIA

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

“El riesgo está donde menos te lo esperas. Anda con 100 ojos” es una iniciativa del Gobierno Vasco.

Un programa de sensibilización para la prevención de siniestros viales dirigido a personas mayores.

La mayor esperanza y calidad de vida en Euskadi se está traduciendo en un proceso de envejecimiento cada vez más activo y saludable patente en nuestras calles y carreteras.

Sin embargo, el tráfico es una circunstancia más de nuestra vida cotidiana cuyos riesgos debemos conocer.

Un reflejo de esa realidad lo indican los datos de accidentalidad. Así, en Euskadi:

Las personas mayores de 65 años están involucradas en aproximadamente 3 de cada 10 accidentes de tráfico con víctimas.

De las personas viandantes fallecidas en 2025, el 80% tenía 65 o más años.

De las personas viandantes heridas graves en 2025, casi el 46% tenía 65 o más años.

No cabe duda de que a medida que vamos cumpliendo años se van produciendo cambios que afectan a nuestras capacidades para desplazarnos, ya sea como viandantes, conduciendo un vehículo o utilizando el transporte público.

Son cambios que se producen de forma lenta, progresiva y casi imperceptible. Aceptar este proceso no conlleva renunciar a la autonomía, sino que supone desarrollar mecanismos adaptativos para velar por nuestra seguridad.

Mediante estos pasatiempos te invitamos a recordar algunas claves de prevención y autoprotección ante posibles riesgos viales para que sigas manteniendo una vida activa, saludable y segura.

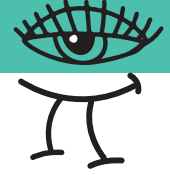
Y recuerda....

**“El riesgo está donde menos te lo esperas.
Anda con 100 ojos”**

www.andacon100ojos.eus



Completa cada palabra con las vocales que faltan y descubrirás cinco mitos y creencias que son inseguras o incorrectas.



1- M _ d _ t _ mp _ _ cr _ z _ r _ nt _ s _ d _ q _ _ _ l _ s _ m _ f _ r _ s _ p _ ng _ _ n _ r _ j _ y _ s _ n _ , q _ _ _ sp _ r _ n .

2- N _ p _ s _ n _ d _ s _ m _ t _ m _ _ n _ c _ rv _ z _ y _ c _ nd _ zc _ .

3- _ l _ nt _ rm _ t _ nt _ m _ d _ pr _ _ r _ d _ d _ p _ r _ g _ r _ r , c _ mb _ _ r _ d _ c _ rr _ l _ y _ d _ l _ nt _ r .

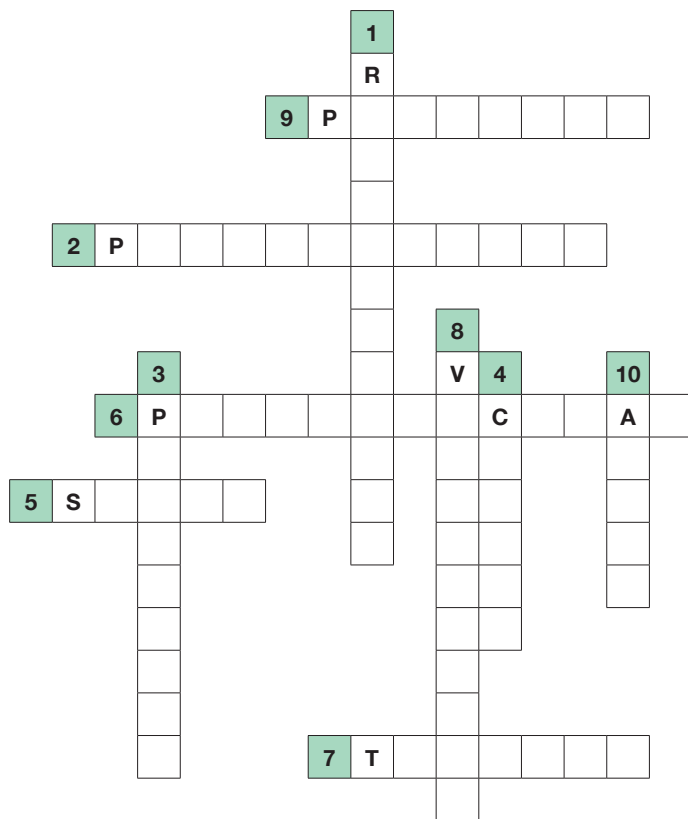
4- _ p _ rt _ r _ d _ l _ s _ 65 _ ñ _ s _ p _ dr _ r _ n _ v _ r _ m _ c _ rn _ t _ d _ c _ nd _ c _ r _ c _ d _ d _ z _ ñ _ s .

5- S _ l _ _ _ t _ p _ st _ t _ n _ tr _ s _ c _ rr _ l _ s , l _ m _ j _ r _ y _ m _ s _ c _ m _ d _ _ s _ c _ rc _ l _ r _ p _ r _ l _ d _ l _ c _ ntr _ .

RESPUESTAS

1- Me da tiempo a cruzar antes de que el semáforo se ponga en rojo y si no, que esperen; 2- No pasa nada si me tomo una cerveza y conduzco; 3- El intermitente me da prioridad para girar, cambiar de carril o adelantar; 4- A partir de los 65 años podré renovar mi carnet de conducir cada diez años; 5- Si la autopista tiene tres carriles, lo mejor y más cómodo es circular por el del centro.

Completa este crucigrama partiendo de diez definiciones sobre hábitos viales seguros.

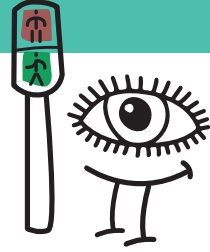


DEFINICIONES

- 1.- Al caminar por arcenes debemos llevar prendas _____
 - 2.- Cruza la calle por los semáforos y por los _____
 - 3.- Recuerda que por el carril bici pueden circular _____
 - 4.- Para prevenir la fatiga el aireado del vehículo debe dirigirse hacia el _____
 - 5.- Cuando queremos cruzar tenemos que dejarnos ver y alejarnos de los _____
 - 6.- Al cruzar la calle por un sitio no señalizado hacerlo de forma _____
 - 7.- Caminando por la calzada debo poder ver el _____
 - 8.- No pasar la carretera si no tengo la seguridad de que haya una buena _____
 - 9.- Cuidado con los VMP, Los VMP son vehículos de movilidad _____
 - 10.- Subir y bajar del taxi por el lado más cercano a la _____
- RESPUESTAS:
1-Reflector; 2-Pasos de cebra; 3-Patinetes; 4-Cuerpo; 5-Setos; 6-Perpendicular; 7-Tráfico; 8-Visibilidad; 9-Personal; 10-Acera

Encuentra en esta sopa de letras ocho zonas de riesgo donde debemos aumentar nuestra atención al caminar.

C	O	S	T	X	M	E	C	M	A	S
P	B	O	L	A	R	D	O	R	R	O
A	R	I	N	P	E	T	N	N	U	O
S	A	D	O	V	K	O	T	L	A	L
A	E	R	C	R	U	C	E	N	G	L
Q	V	T	H	I	B	A	N	A	R	I
Z	U	V	O	N	S	V	E	R	S	D
E	I	D	B	B	T	S	D	O	A	R
C	A	L	Z	A	D	A	O	L	M	O
V	E	S	C	E	R	O	R	V	N	B
C	H	I	B	O	V	Z	I	N	R	E

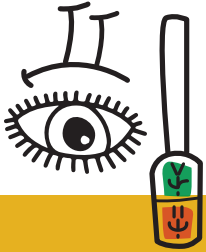


RESPUESTAS:
Cruce; Vado; Obra; Contenedor; Calzada; Bordillo; Seto; Bolardo

ERANTZUNAK

Bidegurutze; Pasabide; Lan; Edukiontzia; Galtzada; Zintarri; Heskai; Bolardo

P	M	I	A	K	S	E	H	T	R	F
K	D	A	O	Z	L	K	T	T	A	H
I	Z	T	N	O	I	K	U	D	E	G
S	J	A	I	B	N	K	A	P	D	M
E	Z	T	U	R	U	G	E	D	I	B
H	Z	T	O	D	R	A	L	O	B	E
I	R	R	A	T	N	I	Z	G	A	P
T	L	L	K	E	S	T	B	K	S	E
S	A	Z	A	D	A	Z	T	L	A	G
N	B	Z	I	A	M	S	T	K	P	A



Aurkitu letra-zopa honetan, ibiltzean arreta handitu behar dugun zortzi arrisku-gune.



DEFINIZIOAK

- 1.- Bazterbideetatik oinez bazoaz, arropa _____ ak jantzi; _____ aldetik.
- 2.-Kalea semaforoak eta _____ ak dauden lekutik zeharkatu.
- 3.- Gogoratu bizikleta-erretik _____ ek ere zirkula dezaketela.
- 4.- Neka prebenitzeako, ibilgailuko aireztatze-sistemako airea _____ erantz zuzendu behar duzu.
- 5.- Erreptida zeharkatu nahi badugu, gu ikusteko moduan egon behar dugu eta _____ etatik urrun.
- 6.- Seinalerik gabeko lekuetan, kalea _____ rean zeharkatu behar da.
- 7.- Galtzadatik oinez bazoaz, _____ a ikusteko moduan joan behar duzu.
- 8.- Ez zeharkatu erreptida, _____ ona dagoela ziur jakin ezean.
- 9.- Kontuz Mplekin. Mplak mugikortasun _____ eko ibilgailuak dira.
- 10.- Taxitik igo eta jantzi _____ tik gertuen dagoen

ERANTZUNAK

1- Semaforoa gorri jarri aurretik zeharkatzeko denbora daukat eta bestela itxaron dezatela. 2.- Garagardo bat hartuta gidatu ahal dut, ez da ezer gertatzen. 3.- Argi-keinukaria jarrita, biratzeko, erreiz aldatzeko edo aurreratzeko lehentasuna daukat. 4- 65 urtetik aurrera gidabaimena hamar urtean behin berritu ahal izango dut. 5- Autobidean hiru errei badaude, egokiena eta erosioena erdiko erreetik zirkulatzea da.

5- t b d n h r r b d , g k n t r s n r d k z r k l t z .

4- 65 r t t k r r g d b m n h m r t n b h n b r r t h l z n g d t .

3- r g k n k r j r r t , b r t z k , r r z l d t z k , d r r r t z k l h n t s n d k t .

2- G r g r d b t h r t g d t h l d t , z d z r g r t z n .

1- S m f r g r r j r r r t k z h r k t z k d n b r d k t t b s t l t x r n d z z t l .



Osatu hitz bakoitza falta diren bokalekin, eta bost mito edota sinesmen ez-seguruen oker aurkituko dituzu.

"Arriskua gutxien espero duzun lekuan dago. 100 aldiz begiratu" Eusko Jaurlaritzaren ekimena da.

Bideko ezbeharrak prebenitzeko sentzibilizazio-programa bat da eta adineko pertsonel zuzenduta dago.

Euskadin bizi-itxaropena gero eta handiagoa eta bizi-kalitatea ere gero eta hobea izateak ekarri du zahartzere-prozesua gero eta aktiboagoa eta osasuntsuagoa izatea, eta hori gure kale eta errepideetan nabaritzen da.

Trafikoa gure bizimoduaren parte da eta horregatik garrantzizkoa da horrek dakartzan arriskua ezagutzea. Istripuel buruzko datuak ikusi besterik ez dago; izan ere, Euskadin:

**65 urte edo gehiagoko
pertsonek, gutxi
gorabehera, biktimak
dituzten 10 trafiko-
istriputatik 3tan**

**2025an hil ziren
oinazkoen %80k 65
urte edo gehiago
zituzen.**

**2025an larri zaurituak izan
ziren oinezkoen ia %46k
65 urte edo gehiago
zituzen.**

Argi dago urteetan aurrera joan ahala aldatzen goazela eta aldaketa horiek gure mugitzeko gaitasunei eragiten dietela, oinez, gidari gisa zein garraio publikoan mugitzean.

Aldaketok poliki gertatzen dira, modu progresiboan eta ia-ia oharitu gabe. Prozesu hori onartzeak ez du esan nahi gure autonomia alde batera utzi behar duguniki; aitzitik, egokitze-mekanismoak garatu behar ditugu gure segurtasuna babesteko. Denbora-pasa hauen bidez gogorarazi nahi dizkizugu izan litezkeen bideko arriskua prebenitzeko eta zure burua babeste-ko funtsezko alderdi batzuk, bizitza aktiboa, osasungarria eta segurua izaten jarrai dezazula.

Eta gogoratu....

**"Arriskua gutxien espero duzun lekuan dago.
100 aldiz begiratu"**

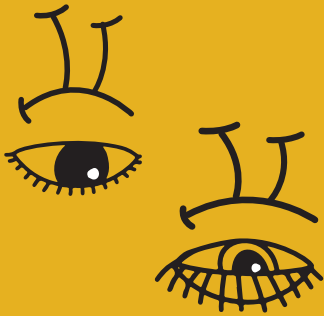
www.100aldizbegiratu.eus





#EUSKADIBERRIA

100 ALDIZ BEGIRATU



Arriskua gutxien espero duzun lekuan dago