

Sangramento. Primeiro verifique se há alguma coisa que possa estar na ferida, tal como o vidro. Se não houver nada, aplique uma pressão firme sobre a ferida. Preste atenção para não pressionar no objecto - coloque um penso de cada lado. Prenda um penso à ferida com uma ligadura ou pedaço de pano. Use o material mais limpo disponível. Se um membro está a sangrar, mas não está partido, levante-o acima do nível do coração para reduzir o fluxo de sangue. Qualquer restrição da circulação de sangue durante mais de um curto período de tempo poderá causar lesões a longo prazo.

Queimaduras. Tente arrefecer a queimadura molhando-a com água limpa, fria ou líquido não tóxico semelhante, durante pelo menos 10 minutos. Não tente remover qualquer coisa que esteja colada à queimadura.

5. Esteja preparado.

Transporte sempre um kit de primeiros socorros. Poderá salvar uma vida aprendendo assistência de emergência e primeiros socorros numa organização qualificada, tal como os serviços de ambulância locais, a Associação e a Brigada da Ambulância de St John, Corpos de Ambulância da Ordem de Malta, Cruz Vermelha britânica ou qualquer órgão qualificado apropriado (consultar página 134 para dados de contacto).

8. Código de segurança para os novos condutores

Depois de passar o exame de condução, poderá conduzir sozinho. Isto proporcionar-lhe-á muitas oportunidades mas necessita de permanecer seguro. Mesmo tendo em conta que mostrou ter as competências que necessita para conduzir com segurança, muitos dos novos condutores qualificados recentemente têm falta de experiência. Necessita de continuar a desenvolver as suas competências, antecipando especialmente o outro comportamento dos outros utentes da estrada para evitar ter uma colisão. Um em cada cinco condutores novos tem algum tipo de colisão no seu primeiro ano de condução. Este código presta-lhe o aconselhamento para ultrapassar os primeiros 12 meses após ter passado o exame de condução, quando está mais vulnerável, o mais seguro possível.

- A maioria das colisões mais graves ocorrem durante a noite. Entre a meia-noite e as 6h00 é um momento de alto risco para os condutores novos. Evite conduzir durante este período, a menos que seja realmente necessário.
- Se está a conduzir com passageiros, é responsável pela sua segurança. Não permita que o distraiam ou incentive a tomar riscos. Diga aos seus passageiros que necessita de se concentrar para os levar em segurança ao seu destino.
- Nunca faça exhibições ou tente competir com outros condutores, particularmente se estão a conduzir mal.

- Não conduza se consumiu álcool ou drogas. Mesmo os medicamentos adquiridos sem receita podem afectar a sua capacidade de conduzir com segurança - leia a etiqueta para ver se podem afectar a sua condução.
- Certifique-se que todos os passageiros do automóvel usam o cinto de segurança durante toda a viagem.
- Mantenha a sua velocidade baixa - muitas das colisões graves acontecem porque o condutor perde o controlo, particularmente nas curvas.
- A maioria dos condutores novos não tem qualquer experiência de conduzir carros potentes ou desportivos. A menos que tenha aprendido a conduzir neste tipo de veículo, precisa de obter bastante experiência de condução sozinho antes de conduzir um carro mais potente.
- Conduzir sem estar segurado é uma infracção. Consultar o Anexo 3 para informações sobre os tipos de seguro.

LEMBRE-SE que ao abrigo da Lei de Condutores Novos, terá a sua carta de condução revogada se obtiver seis pontos de penalização na sua carta de condução dentro de dois anos de passar o seu primeiro exame de condução. Precisarás de passar novamente a teoria e os exames práticos para voltar a receber da sua carta de condução completa.

Poderia considerar fazer formação adicional ou obter uma qualificação de condução avançada que também poderia poupar dinheiro no seu seguro, assim como ajudar a reduzir o seu risco de envolvimento numa colisão. Há três maneiras para obter mais informação:

- internet: www.roadsafetyni.gov.uk
- telefone: Filial da DOE Road Safety 028 9054 0040
- e-mail: roadsafety@doeni.gov.uk

Outras informações

Conversões métricas

As conversões fornecidas durante todo o Código da Estrada são arredondadas mas a carta de conversão detalhada está mostrada abaixo

Milhas	Quilómetros	Milhas	Quilómetros
1.00	1.61	40.00	64.37
5.00	8.05	45.00	72.42
10.00	16.09	50.00	80.47
15.00	24.14	55.00	88.51
20.00	32.19	60.00	96.56