



Básico para el compromiso voluntario para evitar accidentes

Las 10 reglas de Max Eighty

explicado por Dieter Schäfer

(www.facebook.com/DerVerkehrspolizist) y

ilustrado por Karl Gärtner (www.illustrationsgaertner.de)

Una cuestión de ética profesional, pero también de cultura empresarial:

Norma por norma con comentarios.

Dirás que no hace falta decirlo.

¿De verdad?

Entonces TODO estaría bien.



Pausas ...siempre observar y utilizar de forma sensata

Regla nº 1 -Las pausas y el descanso

¿Estás estresado? ¿Duermes mal y nunca estás realmente descansado? ¿Se ha sorprendido a sí mismo cerrando brevemente los ojos mientras conducía? Haz algo al respecto. Reduzca su nivel de estrés. Déjese asesorar, por ejemplo, por los colegas de ver.di - Kraftfahrerkreise Deutschland (www.kraftfahrerkreise.de) o por docstop.eu (www.docstop.eu).

Presta atención a tu dieta. Llénate siempre de suficiente oxígeno durante tus descansos. Busque el consejo de su médico desde el principio.



¿Hablando
por

teléfono? ¡¡Cualquier llamada telefónica es una distracción!! ...sólo con equipos de manos libres y sólo si es realmente importante.

Regla nº 2 - Hablar por teléfono mientras se conduce

¡Tengo un dispositivo de manos libres! Hago llamadas regulares en el camino! ¡Puedo hacerlo! ¿Puedes?

Después del siguiente intercambio intenso con su colega, pregúntese en qué se ha fijado en el tráfico que tiene delante mientras charlaba.

Ningún cerebro puede hacer varias cosas a la vez como un ordenador. Si haces dos cosas a la vez, la atención se divide. Esto puede costarle un valioso tiempo de reacción. Así que, aunque estés en el altavoz, sé breve.



Regla nº 3 - Redes sociales contra la monotonía

La prohibición de adelantar, una vez más, no quiere terminar. La conducción monótona por detrás es molesta. Tengo que hacer algo o tendré una crisis. ¿Alguna novedad en mi línea de tiempo? ¿A quién le ha gustado mi post? Tengo que comentar inmediatamente!

21 - 22 - 23 ... ¡muerto!

Las redes sociales mientras se conduce son un tabú.



¡Nueva orden! ¡No toques el GPS! Estás distraído

Regla nº 4 - Aplicaciones de navegación

¿Tienes una aplicación de navegación preparada para camiones?

No confíes en Google Maps.

Puedes quedarte tirado en un puente para bicicletas, en un camino de tierra, en un callejón sin salida o frente a un puente demasiado bajo.

Eso no sólo es vergonzoso. También puede ser bastante caro. Investiga, las aplicaciones no son tan caras.



11 ¿Conduces habitualmente?! ¿Todo sigue a un lado?

Regla nº 5 - Hacer varias cosas a la vez mientras se conduce

¿Le gusta leer un libro emocionante a la vez? Siempre tienes la carretera en el rabillo del ojo. Mientras esté rodando, no importa.

Pero, recuerda, si haces dos cosas a la vez, tu cerebro dividirá la atención. Esto puede costarle un valioso tiempo de reacción. Y aunque te adelanten a toda velocidad en los carriles del centro y de la izquierda, cuando te acerques a un cruce de autopista puede que ya se haya formado un atasco en el carril de la derecha. Por lo tanto, mantén siempre la vista en la carretera.



13 iii Comida y bebida ...mientras se conduce sólo si no distrae!!!

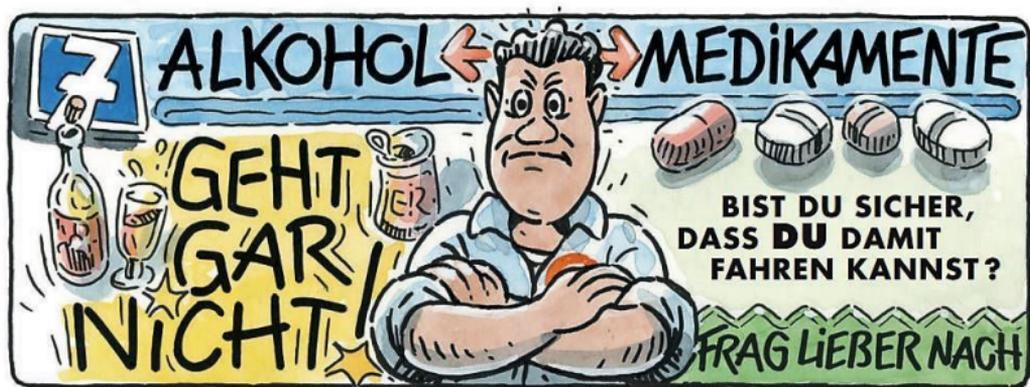
Regla nº 6 - La cabina del conductor como cocina comedor

Mi cabina es mi sala de estar, y a veces mi cocina.

El olor a café recién hecho que desprende la máquina del salpicadero es incomparable. El primer sorbo es una delicia.

¿Y si de repente tienes que frenar bruscamente y la taza se te resbala de la mano y el café hirviendo se vierte en tu entrepierna?

Así que, por favor, no lo hagas mientras conduces.



Alcohol

¡No te vayas!

Drogas

¿Seguro que puedes conducir
con eso? Mejor pregunta

Regla nº 7 - Alcohol y otros sustancias tóxicas

Si tus sentidos están nublados, ¡corres todo el riesgo!

Su tiempo de reacción es más lento. Eso aumenta la fuerza del impacto. Con 40 toneladas de empuje detrás de ti, suele ser fatal.

Los conductores profesionales y el alcohol no se mezclan.

Si estás tomando medicamentos, pregunta por sus efectos.

Y recuerde, si se encuentra con un conductor ebrio en el trabajo, mirar hacia otro lado no es la respuesta.



Cambio de ropa En el siguiente aparcamiento o durante el descanso

Regla nº 8 - La cabina como vestuario

Uf - más cálido de lo esperado. Sólo ponte algo más ligero.

Tengo aviso de salida de carril y control de cruce adaptativo.

Tu confianza es increíble, ¿y cuando el coche de delante tiene que frenar?

No lo hagas, ¡la seguridad es lo primero!



¿Se te ha caído algo? Deténgase en la próxima oportunidad y sólo entonces retómela.

Regla nº 9 - El reflejo de agarre

Ya conoces el reflejo,

- Se le cae el móvil de la mano
- el paquete de cigarrillos se cae
- el cigarrillo humeante se cae
- ...

Automáticamente lo alcanzas.

Pero si quiere recoger el objeto en la cabina, estará con la cabeza por debajo de la línea de visión.

Además, se puede arrancar el volante.

Las consecuencias pueden ser fatales. ¡No lo hagas!

Regla nº 10 - El mandamiento máximo de los ochenta



- Corriendo sobre ti -Empujando -Demasiado rápido ¡No vayas!
- ¡Tienes 40 toneladas de responsabilidad!

Los más viejos todavía lo conocen, el capitán del camino. El lema era "Lejos - Rápido - Bien" y los carteles publicitarios decían: "Tómate tu tiempo y no la vida".

Lejos de este romanticismo de los conductores de larga distancia, la idea de gestión del "justo a tiempo" castiga a los conductores profesionales de hoy.

Los atascos diarios, las interminables prohibiciones de adelantamiento, las franjas horarias inflexibles en las rampas, los egos sobredimensionados de los llamados supercamioneros, la competencia de los bajos salarios de Europa del Este, la pérdida de solidaridad y, por último, el puro pensamiento laboral convierten a muchos conductores en lobos solitarios. Hay mucho despotizar, mucho saber más, pero pocos cambios.

¿Dónde ha quedado la idea de colaboración y consideración mutua en el tráfico rodado? ¿No era siempre el más fuerte el más noble?

En la búsqueda de un giro de tráfico, el lobby ciclista insiste en que el más débil no debe ceder el paso al más fuerte cuando está en la derecha.

Los conductores reprochan a los camioneros que les estropeen el camino libre y el avance más rápido cada vez que les adelantan.

Algunos conductores de camiones mantienen deliberadamente una distancia pequeña con el vehículo que les precede para que nadie se interponga en su camino y no se les pase por detrás. Al hacerlo, se obstinan en tener el pie en

el acelerador a fondo y no piensan en frenar brevemente y en asociación.

En este mundo globalizado y con pandemias, ¿no somos todos dependientes de los demás?

Piénsalo.

La consideración y la compostura reducen su nivel de estrés.

Te sentirás mejor.

Participa: conviértete en [Max Ahtziger](#). Ayude activamente a acabar con la triste e innecesaria muerte al final del atasco.



Por lo tanto: aclare siempre su ruta de conducción con respecto a las obras permanentes en la carretera.

No dejes que el final del atasco te pille por sorpresa.

Conduzca con previsión y consideración.

Todo el tiempo buen viaje y sin accidentes le deseo el

Max Achtziger.

MAX ACHTZIG

**Tienes 40 toneladas
Responsabilidad**

