



# Alapok az önkéntes kötelezettségvállalásért a balesetek megelőzéséről

# A 10 Max Eighty szabály

Dieter Schäfer ([www.facebook.com/DerVerkehrspolizist](http://www.facebook.com/DerVerkehrspolizist)) és  
illusztrálta Karl Gärtner ([www.illustrationsgaertner.de](http://www.illustrationsgaertner.de))

Szakmai etikai kérdés, de a  
vállalati kultúra:

Szabályról szabályra, megjegyzésekkel.

Azt fogod mondani, hogy ez magától értetődő!

Tényleg?

Akkor MINDEN rendben lenne.



Szünetek ...mindig tartsa be és használja ésszerűen

## **1. szabály - Szünetek és pihenés**

Stressz alatt állsz? Rosszul alszol és sosem vagy igazán kipihent? Azon kaptad magad, hogy vezetés közben rövid időre lehunyod a szemed? Tegyen valamit. Csökkentse a stressz szintjét. Kérjen tanácsot - például a ver.di - Kraftfahrer-kreise Deutschland ([www.kraftfahrerkreise.de](http://www.kraftfahrerkreise.de)) vagy a docstop.eu ([www.docstop.eu](http://www.docstop.eu)) munkatársaitól. Figyeljen oda az étrendjére. A szünetekben mindig töltsön fel elegendő oxigént. Korán kérjen tanácsot orvosától.



Beszélgetés telefonon? Minden telefonhívás zavaró!!! ...csak kihangosító berendezéssel, és csak akkor, ha valóban fontos.

## **2. szabály - Telefonálás vezetés közben**

Van egy kihangosító készülékem! Rendszeresen telefonálok útközben! Meg tudom csinálni! Tényleg?

A kollégájával folytatott következő intenzív eszmecsere után kérdezze meg magától, hogy mit vett észre az ön előtt zajló forgalomban, miközben beszélgettek?

Egyetlen agy sem tud úgy több feladatot elvégezni, mint egy számítógép. Ha egyszerre két dolgot csinálsz, a figyelem megoszlik. Ez értékes reakcióidőbe kerülhet. Tehát, még ha kihangosítva is van, tartsa rövidre.



Unalmas?! ...tabu vezetés közbén!

### 3. szabály - Közösségi hálózatok a monotónia ellen

Az előzési tilalom ismét nem akar véget érni. A monoton vezetés hátul idegesítő. Tennem kell valamit, különben válságba kerülök! Valami újdonság az idővonalamon? Kinek tetszett a bejegyzésem? Azonnal kommentálnom kell!

21 - 22 - 23 ... **halott!**

A vezetés közbeni közösségi média tabu.





Új rendelés! Ne nyúlj a GPS-hez! Zavart vagy.

## 4. szabály - Navigációs alkalmazások

Tényleg van teherautós navigációs alkalmazásod?

Ne hagyatkozzon a Google Mapsre.

Akár egy kerékpárhídon, egy földúton, egy zsákutcában vagy egy túl alacsony híd előtt is megrekedhet.

Ez nem csak kínos. Ez elég drága is lehet.

Végezze el a kutatást, az alkalmazások nem olyan drágák.



Rendszeresen vezetsz?! Minden még mindig az oldalon van?

## **5. szabály - Multitasking vezetés közben**

Szeretnél egy izgalmas könyvet olvasni mellékesen? Mindig ott van az út a szemed sarkában. Amíg gurul, addig nem számít. De ne feledje, ha két dolgot csinál egyszerre, az agya megosztja a figyelmét. Ez értékes reakcióidőbe kerülhet. És még ha a középső és a bal oldali sávban teljes sebességgel előznek is, mire az autópálya-csomóponthoz közelít, a jobb oldali sávban már kialakulhat egy torlódás. Tehát - mindig tartsa a szemét az úton.



Étel és ital ...vezetés közben csak akkor, ha az nem zavaró!!!

## **6. szabály - A vezetőfülke, mint egy étkező konyha**

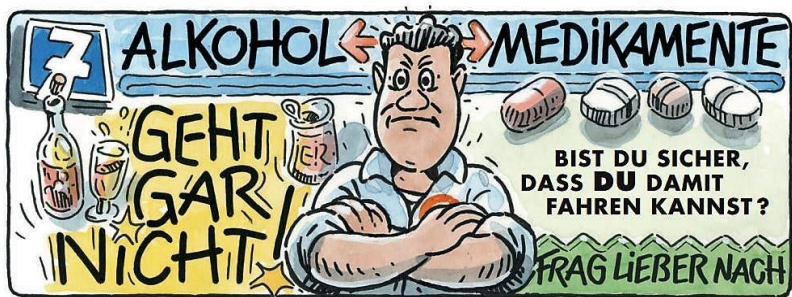
A fülkém a nappalim - néha a konyhám.

A frissen főzött kávé illata a műszerfalon lévő gépből páratlan.

Az első korty élvezetes.

Mi van, ha hirtelen erősen fékezned kell, és a csésze kicsúszik a kezedből, a forró kávé pedig az ágyékosba ömlik?

Tehát - kérjük, ne tegye ezt vezetés közben!



Alkohol

Drogok

Ne menj el!

Biztos vagy benne, hogy tudsz  
ezzel vezetni?

Jobb, ha megkérdezed

## **7. szabály - Alkohol és egyéb bódító anyagok**

Ha az érzékeid elhomályosulnak, teljes kockázatot vállalsz!  
A reakcióidő lelassul. Ez növeli az ütközés erejét. 40 tonna tolóerővel a hátad mögött ez gyakran végzetes.  
A hivatásos járművezetők és az alkohol nem férnek össze.  
Ha gyógyszert szedsz, érdeklődjön a hatásokról.  
És ne feledd, hogy ha ittas vezetővel találkozol a munkahelyén, a félrenézés nem megoldás.





Váltás a következő parkolóban vagy a szünetben.

## **8. szabály - A fülke mint öltöző**

Fúú - melegebb volt, mint vártuk. Csak vegyél fel valami könnyebbet.

Van sávelhagyásra figyelmeztető és adaptív sebességtartó automatika.

Hihetetlen a magabiztosságod - és amikor az elől haladó autónak fékeznie kell?

Ne tegye ezt, a biztonság az első!



Elejtettél valamit? Állj meg a következő lehetőségnél, és csak akkor vedd fel!

## 9. szabály - A markolatreflex

Ismered a reflexet,

- A mobiltelefon kiesik a kezéből
- a cigarettás doboz leesik
- a parázsló cigaretta lehull
- ...

Automatikusan érte nyúlsz.

Ha azonban a fülkében lévő tárgyat szeretné felvenni, akkor a fejével a látóvonal alatt lesz.

Emellett a kormányt is ki lehet csavarni.

A következmények végzetesek lehetnek. Ne csináld!

## 10. szabály - A Max nyolcvan parancsolat



-felülkerekedik rajtad -lökösödik -túl gyorsan

Ne menj! 40 tonna felelősséget viselsz!

Az idősebbek még ismerik őt, az út kapitányát. A mottó a "Messze - Gyorsan - Jól" volt, a reklámlakátokon pedig ez állt: "Ne az élet, hanem az idő".

E távolsági sofőr-romantikától távolodva, a "just-in-time" menedzsment elképzelése a mai hivatásos sofőröket kárhóztatja.

A napi dugók, a végtelen előzési tilalmak, a merev időkeretek a rámpákon, az úgynevezett szuperkamionosok túlméretezett egója, a kelet-európai alacsony bérű konkurencia, a szolidaritás elvesztése és nem utolsósorban a pusztá munkahelyi gondolkodás sok kamionost magányos farkassá

tesz. Rengetegen szónokolnak, sokan jobban tudják, de kevés a változás.

Hová tűnt a partnerség és a kölcsönös tisztelet a közúti közlekedésben? Nem mindig az erősebb volt a nemesebb? A kerékpáros lobbizás a forgalmi fordulóra való törekvésben ragaszkodik ahhoz, hogy a gyengébb ne adjon utat az erősebbnek, amikor az jobbra van.

A sofőrök minden előzéskor szidják a teherautó-vezetőket, amiért elrontják a szabad vezetésüket és a gyorsabb haladásukat.

Egyes tehergépkocsi-vezetők szándékosan tartják kicsire a távolságot az előttük haladó járműhöz képest, hogy senki ne

zavarja őket, és ne előzzék meg őket hátulról. Ennek során makacsul teljes gázt adnak, és eszükbe sem jut, hogy rövid időre és partnerségben lassítsanak.

Ebben a globalizált, világjárványoktól sújtott világban nem függünk-e mindannyian egymástól?

Gondolj bele!

A megfontoltság és a nyugalom csökkenti a stressz-szintet.

**Jobban fogod érezni magad.**

**Csatlakozz - legyél [Max Achtziger](#). Segítsen aktívan, hogy véget vessen a szomorú és felesleges haldoklásnak a dugó végén.**





Ezért: mindig tisztázza a vezetési útvonalát az állandó útépitési munkálatokkal kapcsolatban.

Ne hagyja, hogy a dugó vége váratlanul érje.

Vezessen előrelátóan és megfontoltan.

Minden alkalommal jó és balesetmentes utazás kívánom, hogy a

**MAX ACHTZIG**

**40 tonnád van.  
Felelősség**

