



**Noțiuni de bază
pentru angajamentul voluntar
privind prevenirea accidentelor**

Cele 10 reguli Max Optzeci

explicată de Dieter Schäfer (www.facebook.com/DerVerkehrspolizist) und
ilustrat de Karl Gärtner (www.illustrationsgärtner.de)

O chestiune de etică profesională, dar și de
cultura corporativă:

Regulă cu regulă, cu comentarii.

Veți spune, asta se înțelege de la sine!

Serios?

Atunci TOATE ar fi bune.



Pauze...respectați întotdeauna și folosiți-le în mod rațional

Regula nr. 1 - Pauze și odihnă

adevărat odihnit? V-ați surprins închizând pentru scurt timp ochii în timp ce conduceți? Faceți ceva în legătură cu asta. Reduceți nivelul de stres. Cereți sfaturi - de exemplu, de la colegii de la ver.di - Kraftfahrerkreise Deutschland. (www.kraftfahrerkreise.de) sau de pe docstop.eu (www.docstop.eu).

Acordați atenție dietei dumneavoastră. Umpleți-vă întotdeauna cu suficient oxigen în timpul pauzelor. Cereți sfatul medicului dumneavoastră în timp util.



Telefon

- fiecare apel telefonic este o distragere a atenției!!!

Numai cu mâinile libere și numai atunci când este important.

Regula nr. 2 - Vorbește la telefon în timp ce conduci

Am un kit hands-free! Eu dau telefoane în mod regulat pe drum! Pot să fac asta! Poți?

Întrebați-vă, după următorul schimb intens cu colegul dumneavoastră, ce ați observat din traficul din fața dumneavoastră în timp ce discutați?

Niciun creier nu poate face mai multe sarcini ca un computer. Dacă faci două lucruri în același timp, atenția este divizată. Acest lucru vă poate costa timp de reacție prețios. Așadar, în ciuda vorbirii cu mâinile libere, trebuie să fie scurte.



Plictisor?! sunt tabu la volan!

Regula nr. 3 - Rețelele sociale împotriva monotoniei

Interdicția de depășire, încă o dată, nu vrea să se încheie. Monotonul care conduce în spate este enervant. Trebuie să fac ceva, altfel o să am o criză! Ceva nou pe cronologia mea? Cui i-a plăcut postarea mea? Trebuie să comentez imediat!

21 – 22 – 23 ... **mort!**

Social media în timp ce conduci este tabu.



Comandă nouă - Jos mâinile de pe Navi! Ești distrasă.

Regula nr. 4 - Aplicații de navigare

Aveți de fapt o aplicație de navigație compatibilă cu camioanele?

Nu vă bazați pe Google Maps.

Poți rămâne blocat pe un pod de biciclete, pe un drum de pământ, într-o fundătură sau în fața unui pod prea jos.

Asta nu e doar jenant. De asemenea, poate fi destul de costisitor.

Aflați, aplicațiile nu sunt atât de scumpe.



Conduceți în mod obișnuit? Toate pe lângă?

Regula nr. 5 - Multitasking în timp ce conduceți

Îți place să citești o carte interesantă în paralel? Aveți mereu drumul în colțul ochiului. Atâta timp cât se rostogolește, nu contează. Dar, nu uitați că, dacă faceți două lucruri în același timp, creierul vă va diviza atenția. Acest lucru vă poate costa timp de reacție prețios. Și chiar dacă sunteți depășit cu viteză maximă pe benzile din mijloc și din stânga, în momentul în care vă apropiați de o intersecție de autostradă s-ar putea să se fi format deja o coadă pe banda din dreapta. Așadar, fiți mereu cu ochii pe drum.



Mâncare și băutură ... în timp ce conduceți, numai dacă nu vă
distrag atenția!

Regula nr. 6 - Cabina șoferului ca o bucătărie de luat masa

Cabina mea este sufrageria mea - uneori bucătăria mea.
Mirosul de cafea proaspăt preparată de la aparatul de pe bord este incomparabil. Prima înghițitură este o plăcere.
Ce se întâmplă dacă trebuie să frânezi brusc și ceșcuța îți alunecă din mână și cafeaua fierbinte se varsă în zona genitală?
Deci - vă rog, nu în timp ce conduceți!



Alcool –
Nu se poate!

Medicamente
Ești sigur că o poți conduce?

Regula nr. 7 - Alcoolul și alte substanțe intoxicante

Dacă simțurile îți sunt întunecate, îți asumi toate riscurile!
Reacțiile tale sunt încetinite. Acest lucru mărește forța
impactului. Cu 40 de tone de împingere în spatele tău, este
adesea fatal.

Nu puteți conduce dacă aveți alcool în organism.
Dacă luați medicamente, întrebați despre efectele acestora.
Și nu uitați că, dacă întâlniți un șofer beat la serviciu, nu
trebuie să vă uitați în altă parte.



Schimbarea hainelor - În parcare următoare sau în timpul pauzei

Regula nr. 8 - Cabina ca vestiar

Uf - mai cald decât ne așteptam. Hai să ne punem ceva mai ușor.

Am sistemul de avertizare la părăsirea benzii de rulare și controlul adaptiv al vitezei de croazieră.

Ce se întâmplă dacă mașina din față trebuie să tragă pe dreapta?

Nu faceți asta, siguranța înainte de toate!



Ceva a căzut - Opriți-vă la următoarea ocazie și abia apoi ridicați!

Regula nr. 9 - Reflexul de prindere

Cunoașteți reflexul,

Îți cade telefonul mobil din mână

pachetul de țigări cade jos

țigara care fumegă cade jos

...

Te întinzi automat spre ea.

Dar dacă doriți să ridicați obiectul din cabina șoferului, capul dumneavoastră se află sub linia de vizibilitate.

Puteți, de asemenea, să trageți de volan.

Consecințele pot fi fatale. Nu o face!

Regula nr. 10 - Porunca Max Optzeci



-conducând în sus - împingând -prea repede nu funcționează deloc! Aveți 40 de tone de responsabilitate!

Cei mai în vârstă încă îl cunosc, căpitanul de drum. Motto-ul era "Far - Fast - Good", iar pe afișele publicitare se putea citi: "Ia-ți timp și nu viața".

Departe de acest romantism al șoferilor de cursă lungă, ideea de management "just-in-time" îi afectează pe șoferii profesioniști de astăzi.

Ambuteiajele zilnice, interdicțiile de depășire fără sfârșit, orarele inflexibile de la rampe, orgoliile supradimensionate ale așa-numiților super camionagii, concurența salarială ieftină din Europa de Est, solidaritatea pierdută și, nu în ultimul rând, gândirea pur profesională îi transformă pe mulți camionagii în

luptători solitari. Există o mulțime de vociferări, o mulțime de cunoștințe mai bune, dar puține schimbări.

Unde a dispărut ideea de parteneriat și considerație reciprocă în traficul rutier? Nu era întotdeauna cel mai puternic cel care era și mai nobil?

Lobby-ul bicicliștilor, în încercarea sa de a obține o întoarcere a traficului, insistă că cel mai slab nu trebuie să cedeze trecerea celui mai puternic atunci când acesta are dreptate.

Șoferii de autoturisme se revoltă împotriva șoferilor de camioane pentru că aceștia le strică drumul liber și progresul mai rapid de fiecare dată când îi depășesc.

Șoferii de camioane păstrează în mod deliberat o distanță mică față de autovehiculul din față, astfel încât nimeni să nu interfereze cu ei și să nu fie depășiți în spate. În acest fel, se încapățânează să aibă piciorul pe accelerație maximă și nu se gândesc să încetinească pentru scurt timp și în parteneriat. În această lume globalizată, încetinită de pandemii, nu depindem cu toții unii de alții? Gândiți-vă la asta. Considerația și seninătatea îți reduc nivelul de stres.

Vă veți simți mai bine. Alăturați-vă - deveniți Max Ahtziger. Ajutați în mod activ să puneți capăt morții triste și inutile la capătul ambuteiajelor.



Prin urmare: clarificați-vă întotdeauna traseul în ceea ce privește lucrările permanente la drumuri.

Nu vă lăsați surprins de finalul unui ambuteiaj.

Conduceți cu prevedere și atenție.

Toate cele bune și urări de călătorie fără accidente de la

Cei de la **Max Achtziger** vă urează toate cele bune și o conducere fără accidente.

MAX ACHTZIG

**Aveți 40 de tone
Responsabilitate**

