



Basis voor de vrijwillige verbintenis over ongevallenpreventie

De 10 Max Tachtig Regels

verklaard door Dieter Schäfer (www.facebook.com/DerVerkehrspolizist) en
geïllustreerd door Karl Gärtner (www.illustrationsgaertner.de)

Een kwestie van beroepsethiek, maar ook van
bedrijfscultuur:

Regel voor regel met commentaar.

Je zult zeggen dat dat vanzelfsprekend is!

Echt?

Dan zou ALLES goed zijn.



Pauses ...altijd in acht nemen en verstandig gebruiken

Regel nr. 1 - Pauzes en rust

Heb je stress? Slaap je slecht en ben je nooit echt uitgerust? Heb je jezelf betrapt op het kort sluiten van je ogen tijdens het rijden? Doe er iets aan. Verminder je stressniveau. Win advies in - bijvoorbeeld bij de collega's van de ver.di - Kraftfahrerkreise Deutschland (www.kraftfahrerkreise.de) of bij docstop.eu (www.docstop.eu).

Let op je voeding. Vul altijd zuurstof bij tijdens je pauzes.

Vraag in een vroeg stadium advies aan een arts.



Aan het telefoneren? Elk telefoontje is afleidend!!! ...alleen met hands-free apparatuur en alleen als het echt belangrijk is.

Regel nr. 2 - Telefoneren tijdens het rijden

Ik heb een hands-free kit! Ik bel regelmatig onderweg! Ik kan dit. Kun je dat?

Vraag jezelf na de volgende intensieve uitwisseling met je collega af wat je is opgevallen aan het verkeer voor je tijdens het chatten?

Geen brein kan multitasken zoals een computer. Als je twee dingen tegelijk doet, wordt de aandacht verdeeld. Dit kan je kostbare reactietijd kosten. Dus, ondanks hands-free praten - hou het kort.



Regel nr. 3 - Sociale netwerken tegen eentonigheid

Het inhaalverbod wil maar niet ophouden. De mo-notone die achter je rijdt is irritant. Ik moet iets doen of ik krijg een crisis! Nog nieuws op mijn tijdlijn? Wie heeft mijn bericht geliked? Ik moet meteen reageren!

21 - 22 - 23 ... **dood!**

Sociale media tijdens het rijden is taboe.



- 9 Nieuwe bestelling! Raak de GPS niet aan! Je bent afgeleid.

Regel 4 - Navigatie apps

Heb je eigenlijk wel een vrachtwagen-compatibele navigatie app?

Vertrouw niet op Google Maps.

Je kunt stranden op een fietsbrug, een onverharde weg, een doodlopende weg of voor een brug die te laag is.

Dat is niet alleen gênant. Het kan ook vrij duur zijn.

Zoek uit, de apps zijn niet zo duur.



11

Rijd je routinematig?! Alles nog aan de kant?

Regel #5 - Multitasken tijdens het rijden

Lees je graag een spannend boek ernaast? Je hebt altijd de weg in de hoek van je oog. Zolang het rolt, maakt het niet uit. Maar onthoud, als je twee dingen tegelijk doet, zullen je hersenen je aandacht splitsen. Dit kan je kostbare reactietijd kosten. En zelfs als je nog steeds op volle snelheid wordt ingehaald op de middelste en linker rijstrook, kan er tegen de tijd dat je een snelwegknooppunt nadert al een file op de rechter rijstrook zijn ontstaan. Dus - hou altijd je ogen op de weg.



Eten en drinken ...tijdens het rijden alleen als het niet afleidend is!!!

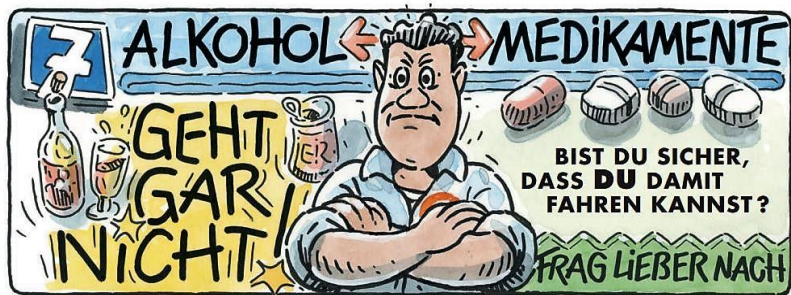
Regel nr. 6 - De bestuurderscabine als een eetkeuken

Mijn cabine is mijn woonkamer - soms mijn keuken.

De geur van vers gezette koffie uit de machine op het dashboard is onvergelijkbaar. De eerste slok is een genot.

Wat als je plotseling hard moet remmen en het kopje uit je hand glipt en de kokendhete koffie in je kruis stroomt?

Dus - alsjeblieft, niet tijdens het rijden!



Alcohol

Drugs

Ga niet weg.

Weet je zeker dat je daarmee kunt rijden? Vraag het maar.

Regel nr. 7 - Alcohol en andere bedwelmende stoffen

Als je zintuigen vertroebeld zijn, neem je het volle risico!
Je reacties zijn vertraagd. Dit verhoogt de kracht van de inslag.
Met 40 ton stuwkracht achter je, is het vaak fataal.
Je mag niet rijden met alcohol in je lichaam.
Als je medicijnen gebruikt, vraag dan naar de effecten.
En onthoud, als je een dronken bestuurder tegenkomt op het werk, is de andere kant opkijken niet de oplossing.



Omkleden op de volgende parkeerplaats of tijdens de pauze

Regel nr. 8 - De cabine als kleedkamer

Phew - warmer dan verwacht. Laten we iets lichters aantrekken.

Ik heb een waarschuwing bij het verlaten van de rijstrook en een adaptieve cruise control.

Wat als de voorligger aan de kant moet?

Doe dat niet. Veiligheid voor alles.!



Iets laten vallen? Stop bij de eerstvolgende gelegenheid en pak het dan pas op!

Regel nr. 9 - De grijpreflex

Je kent de reflex,

Je mobieltje valt uit je hand

het pakje sigaretten valt naar beneden

de smeulende sigaret valt naar beneden

...

Je grijpt er automatisch naar.

Maar als je het object in de bestuurderscabine wilt oppikken,
bevindt je hoofd zich onder de gezichtslijn.

Je kunt ook aan het stuur rukken.

De gevolgen kunnen fataal zijn. Laat het.!

Regel nr. 10 - Het Max Tachtig Gebod



-Draaien op je af -Duwen -Te snel -Niet gaan!
Je hebt 40 ton verantwoordelijkheid!

De ouderen kennen hem nog, de kapitein van de weg. Het motto was "Ver - Snel - Goed" en op de reclameposters stond: "Neem je tijd en niet je leven".

Los van deze langeafstandsromantiek wordt de beroepschauffeur van vandaag geteisterd door het managementidee van "just-in-time".

Dagelijkse files, eindeloze inhaalverboden, inflexibele tijdslots op de laadperrons, te grote ego's van de zogenaamde super-truckers, goedkope loonconcurrentie uit Oost-Europa, verloren solidariteit en last but not least puur baandenken maken van veel chauffeurs eenzame strijders. Er is veel geraaskal, veel beter weten, maar weinig verandering.

Waar is het idee van partnerschap en wederzijdse consideratie in het wegverkeer gebleven? Was het niet altijd de sterkere die ook de nobelere was?

De fietserslobby dringt er in haar streven naar een ommekeer in het verkeer op aan dat de zwakkere geen voorrang mag verlenen aan de sterkere wanneer deze in zijn recht staat.

Automobilisten klagen vrachtwagenchauffeurs aan omdat ze hun vrije rit en snellere vooruitgang bederven telkens als ze inhalen.

Sommige vrachtwagenchauffeurs houden de afstand tot de voorligger opzettelijk klein, zodat niemand hen in de weg zit en zij niet naar achteren worden gepasseerd. Daarbij houden

zij koppig de voet op het volle gas en denken er niet aan om het even wat rustiger aan te doen in het partnerschap.

Zijn we in deze geglobaliseerde, pandemisch vertraagde wereld niet allemaal afhankelijk van elkaar?

Denk er eens over na.

Overwogenheid en sereniteit zullen uw stressniveau verlagen.

Je zult je beter voelen.

Doe mee. Word [Max Achtziger](#). Help actief om een einde te maken aan het trieste en onnodige sterven aan het eind van de file..



Daarom: verduidelijk altijd uw route in verband met permanente wegwerkzaamheden. Laat je niet verrassen door het einde van een file. Rij met vooruitziende blik en aandacht. Altijd een goede en ongevalvrije reis toegewenst **Max Tachtig.**

**Je hebt 40 ton
Verantwoordelijkheid**

MAX ACHTZIG

