

# Promemoria per i conducenti di camion

Tenuto conto del numero di chilometri percorsi, i camion guidati da conducenti professionisti risultano coinvolti in un minor numero di incidenti stradali rispetto agli altri veicoli. Tuttavia, in caso di collisione, indipendentemente dalle responsabilità, le conseguenze possono essere più gravi a causa del peso e delle dimensioni del veicolo. La natura delle merci trasportate può inoltre aumentare la gravità dell'incidente.

In qualità di conducenti di camion siete tenuti ad adottare una condotta di guida altamente responsabile e a dar prova di professionalità, anticipando e perdonando il comportamento sconsiderato o pericoloso degli altri utenti della strada. Potete contribuire a salvare vite umane, migliorare l'immagine della vostra professione e aiutare gli operatori del settore ad opporsi all'introduzione di norme sempre più restrittive.

## SIETE PRONTI?

La vostra vita e quella degli altri utenti della strada dipende dalla vostra vigilanza e dalle vostre reazioni in situazioni di emergenza!



La guida professionale è un'attività estremamente impegnativa che richiede il mantenimento di una buona forma fisica e mentale. **Una dieta equilibrata, il consumo di bevande sane e una regolare attività fisica** vi aiuteranno a sentirvi meglio, guidare meglio e vivere più a lungo!



**Rispettate le disposizioni previste dalla legge in materia di tempi di guida e di riposo.** Il mancato uso o la manomissione del tachigrafo sono illegali e indicano una mancanza di rispetto per la vita umana. Utilizzate le ore di riposo... per riposarvi!



**Regolate il sedile in modo da assumere la posizione più confortevole**, con tutti i comandi a portata di mano. Assicuratevi che il poggiatesta sia regolato in modo da poter beneficiare della sua protezione in caso di incidente.



**Evitate il consumo di alcolici prima di mettersi al volante nonché l'assunzione di qualunque tipo di droga o medicinale che possa alterare le vostre capacità di guida.** Evitate i pasti abbondanti prima di guidare perché potrebbero indurre sonnolenza.

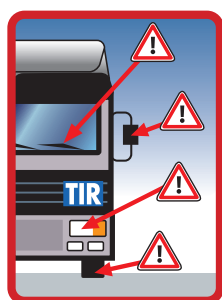


**Utilizzate la cintura di sicurezza se il veicolo ne è dotato e fatela sempre allacciare al secondo conducente.** Anche un camionista può morire se attraversa il parabrezza! Le persone che riposano in cuccetta dovrebbero mantenere la cintura allacciata quando il veicolo è in marcia.



**Se avvertite un senso di sonnolenza non continuate a guidare – È IL MOMENTO DI FERMARSI!** Uscite dal veicolo, sgranchitevi le gambe e prendete un po' d'aria.

## ... E IL RESTO È TUTTO A POSTO?



**Funziona tutto correttamente?** Avete controllato i freni e i circuiti dei freni (motrice e rimorchio), le gomme (pressione e profondità del battistrada), il liquido di raffreddamento e l'olio? E i retrovisori, i finestrini (presenza di autoadesivi inutili?), i tergicristalli, le luci e gli indicatori di direzione? E la dotazione speciale, come gli estintori e le catene da neve? Il veicolo presenta danni visibili? È pulito?



**Avete tutti i documenti necessari?** Avete inserito il disco o la carta tachigrafici? Avete a bordo tutti i dischi richiesti per legge??



**Il carico è ben ripartito e fissato in modo sicuro?** Se ne scaricate una parte prima dell'arrivo alla destinazione finale, dovrete ridistribuirlo e fissarlo di nuovo?



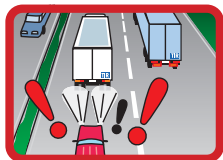
**Controllate l'itinerario:** include ponti, gallerie, ecc. in cui il vostro veicolo potrebbe avere difficoltà (dimensioni, peso, merci pericolose)? Sfrutta al massimo le autostrade ed evita le zone residenziali? Dove farete le pause? Controllate le condizioni meteorologiche!

## ATTENZIONE QUANDO SIETE IN VIAGGIO!



Ricordatevi che il vostro angolo cieco vi impedisce di scorgere gli utenti della strada di più piccole dimensioni (automobili, motociclisti, ciclisti, pedoni) in prossimità del vostro veicolo. Prestate particolare attenzione:

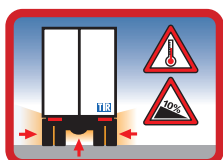
- quando svoltate, nel caso in cui un veicolo vi stia sorpassando in corrispondenza del vostro angolo cieco;
- quando invertite la marcia, soprattutto se il volante è dalla parte "sbagliata" (GB/IRL/Europa continentale).



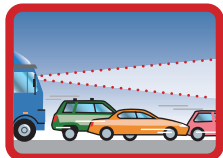
**Non effettuate sorpassi** a meno che non siate sicuri di avere abbastanza spazio e di non obbligare altri veicoli a rallentare.



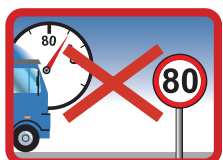
**Mantenete una distanza di sicurezza dal veicolo che vi precede** – in ogni caso, almeno la distanza minima prevista per legge. Maggiore è la vostra velocità, maggiore deve essere la distanza. Le distanze di sicurezza aumentano in caso di pioggia, fango, ghiaccio e neve.



**Fermatevi in caso di surriscaldamento del motore, dei freni o del ritardatore.** Non ripartite fino a quando non siete sicuri che non sussistono più rischi di surriscaldamento o di guasto.



**Cercate di anticipare i problemi.** Evitate brusche accelerazioni o frenate, poiché ciò può mettere in pericolo gli altri utenti della strada e provocare sprechi di carburante e un maggiore inquinamento.



**Rispettate in ogni momento le norme di circolazione.** Non adottate le cattive abitudini degli altri conducenti. Una guida sicura protegge la vostra vita, quella degli altri e il vostro lavoro!



**In caso di guasto, incidente o altro evento grave,** informate immediatamente la vostra centrale e/o i servizi di emergenza locali. Inserite i numeri di emergenza nel vostro telefono cellulare.



**Di notte, passate agli anabbaglianti con sufficiente anticipo** quando un veicolo arriva in senso contrario. Verificate la pulizia di fari e catadiottri per garantire una buona visibilità del vostro veicolo.



**Adattate la guida alle condizioni meteorologiche.** Riducete la velocità in caso di strade sdruciolevoli per la presenza di pioggia, fango, ghiaccio o neve (non dimenticate le catene!) – lo stesso vale in caso di nebbia, pioggia o scarse condizioni di luce, nonché nelle gallerie



**Parcheggiate unicamente nelle zone consentite.** Fate in modo di non ostacolare la circolazione o la visuale degli altri utenti della strada ed evitate le zone residenziali. Assicuratevi che il veicolo non rischi di muoversi in vostra assenza. Non lasciate il motore acceso inutilmente.



**Utilizzate nella misura del possibile zone di parcheggio sicure.** Non parcheggiate in zone isolate o prive di illuminazione, soprattutto di notte. Non parlate con sconosciuti del vostro carico o del vostro itinerario. Se possibile, viaggiate in convoglio. Esamine il veicolo per individuare eventuali segni di effrazione o di manomissione prima di rimettervi in viaggio.



**La legge vieta di utilizzare un telefono cellulare mentre si guida.** Se avete la necessità di comunicare durante il tragitto, dotate il veicolo di un kit "viva voce" adeguato.



**Al termine del viaggio** informate la vostra compagnia in merito a qualsiasi problema inerente al veicolo, alle strade utilizzate o alle consegne effettuate, in modo che le riparazioni o gli adeguamenti necessari possano essere effettuati prima del viaggio successivo.

## Date prova di professionalità e sarete trattati con rispetto

L'IRU e le associazioni che ne fanno parte rappresentano la vostra compagnia e si sforzano di ottenere il miglior quadro normativo possibile per il settore dei trasporti stradali.

In qualità di conducenti professionisti svolgete un ruolo essenziale per l'economia e per la società. Siate fieri del vostro lavoro, siate fieri della vostra guida!