

Lista kontrolna kierowcy ciężarówki

Ciężarówki prowadzone w celach zawodowych biorą udział w mniejszej liczbie wypadków drogowych na kilometr w porównaniu z innymi pojazdami drogowymi. Jednak gdy dochodzi do zderzenia, niezależnie od tego, po której stronie leży wina, skutki są często poważniejsze ze względu na większą masę i wymiary takiego pojazdu. Charakter przewożonych towarów może również spowodować, że wypadek będzie bardziej poważny.

Jako na kierowcy autokaru ciąży na Tobie obowiązek jazdy w wysoce odpowiedzialny sposób w każdej sytuacji i pokazywania swojego profesjonalizmu poprzez przewidywanie nierozsądnych lub niebezpiecznych zachowań innych uczestników ruchu drogowego i wykazywanie się w stosunku do nich wyrozumiałością. Możesz pomóc w ratowaniu ludzkiego życia, poprawić postrzeganie Twojego zawodu przez innych oraz pomóc Twojej branży w uzyskaniu lepszych ram prawnych.

CZY JESTEŚ GOTOWY?

Twoje życie i życie innych uczestników ruchu drogowego zależy od Twojej czujności i reakcji w razie niebezpieczeństwa!



Prowadzenie pojazdu w celach zawodowych jest bardzo wymagające, dlatego też musisz być w dobrej formie zarówno fizycznej, jak i psychicznej. **Zdrowe odżywianie się i regularne ćwiczenia** pomogą Ci w utrzymaniu dobrego samopoczucia i sprawią, że będziesz lepiej prowadzić i dłużej żyć!



Ustaw fotel w taki sposób, abyś siedział możliwie najwygodniej, oraz abyś miał łatwy dostęp do wszystkich urządzeń sterujących. Upewnij się, że zagłówek ustawiony jest prawidłowo, tak aby w razie wypadku chronił Twoją głowę. Usiądź głęboko w fotelu, aby podczas jazdy Twoje plecy miały dobre podparcie i nie były nadwerężane.



Używaj pasów bezpieczeństwa, jeśli je posiadasz, i zawsze przypominaj o tym drugiemu kierowcy. Nawet kierowcy ciężarówek giną, gdy zostają wyrzuceni przez przednią szybę! Podczas jazdy, osoba leżąca na łóżku powinna być przypięta.



Przestrzegaj wymogów prawnych dotyczących czasu jazdy i odpoczynku. Niezastosowanie się do nich lub fałszowanie zapisów tachografu jest niezgodne z prawem i oznacza brak szacunku dla ludzkiego życia. Przeznacz godziny odpoczynku, na... odpoczynek!

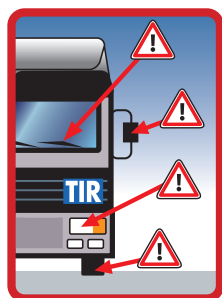


Nie pij alkoholu przed jazdą; nie przyjmuj również żadnych substancji ani leków, które mogą zaburzać zdolność prowadzenia pojazdów mechanicznych. Unikaj spożywania ciężkich posiłków przed jazdą, gdyż może to spowodować nadmierną senność.



Nie jedź dalej, jeśli czujesz się senny – ZATRZYMAJ SIĘ! Wsiądź z pojazdu, rozprostuj nogi i nabierz świeżego powietrza.

... A CZY WSZYSTKO INNE JEST JUŻ GOTOWE?



Czy całe wyposażenie jest sprawne? Czy sprawdziłeś hamulce i linki hamulcowe (zarówno w ciągniku, jak i w przyczepie), opony (ciśnienie i głębokość bieżnika), poziom płynu chłodzącego i oleju? A co z lusterkami, szybami (czy nie ma na nich zbędnych naklejek), wycieraczkami szyby przedniej, światłami, kierunkowskazami? A jeśli chodzi o wyposażenie specjalne, takie jak gaśnice i łańcuchy śnieżne? Czy widać jakiegokolwiek uszkodzenia i czy samochód jest czysty?



Czy ładunek jest rozmieszczony równomiernie i odpowiednio zabezpieczony? Czy będziesz musiał rozmieścić i zabezpieczyć go ponownie, jeśli wyładowujesz część towaru przed osiągnięciem miejsca przeznaczenia?



Czy masz wszystkie wymagane dokumenty? Czy włożyłeś dysk/kartę tachografu do urządzenia? Czy na pokładzie autokaru masz wszystkie wymagane prawem dyski?



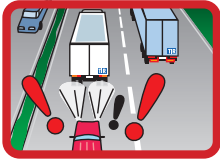
Sprawdź trasę. Czy na trasie są mosty, tunele itp., które mogą być problematyczne (wymiary, masa, niebezpieczne towary)? Czy trasa prowadzi po autostradach i omija obszary zabudowane? Gdzie będziesz korzystał ze swoich przerw? Sprawdź prognozę pogody!

BĄDŹ PRZEZORY NA DRODZE

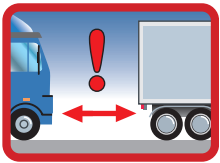


Pamiętaj, że martwe pole powoduje, że nie widzisz mniejszych uczestników ruchu drogowego (samochodów, motocyklistów, rowerzystów, pieszych), którzy znajdują się obok Twojego pojazdu. Zachowaj szczególną ostrożność:

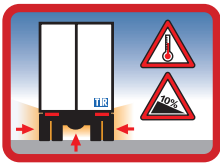
- przy skręcaniu, w przypadku gdy pojazd wyprzedza Cię w Twoim martwym polu
- przy cofaniu, w szczególności gdy kierownica jest po „drugiej” stronie (Wielka Brytania i Irlandia/Europa kontynentalna)



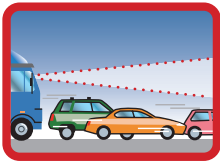
Nie wyprzedzaj, jeśli nie jesteś pewny, że masz wystarczająco dużo miejsca i że nie zmusisz innych pojazdów do hamowania.



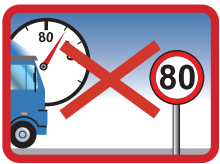
Utrzymaj bezpieczną odległość od pojazdu przed Tobą – a przynajmniej minimalną odległość wymaganą przez prawo. Im szybciej jedziesz, tym większą odległość powinieneś utrzymywać. Bezpieczna odległość wydłuża się wraz z pojawieniem się deszczu, błota, lodu i śniegu.



Zatrzymaj się, jeśli silnik, hamulce lub zwalniacz się przegrzeją. Kontynuuj jazdę dopiero wtedy, gdy upewnisz się, że nie ma ryzyka przegrzania lub awarii.



Staraj się przewidywać problemy. Unikaj nagłego hamowania i przyspieszania, które mogą stanowić zagrożenie dla innych uczestników ruchu drogowego oraz generować dodatkowe zanieczyszczenie.



Zawsze przestrzegaj przepisów drogowych. Nie powielaj złych nawyków innych użytkowników drogi. Bezpieczna jazda chroni Twoje życie, życie innych osób i Twoją pracę!



W przypadku awarii, wypadku lub innego zdarzenia, niezwłocznie poinformuj swoją bazę i/lub lokalne służby ratownicze. Zapisz numery telefonów alarmowych w swojej komórce.



W nocy przygaś swoje światła główne, gdy z naprzeciwka zbliża się pojazd. Upewnij się, że Twoje światła i światła odblaskowe są czyste, aby Twój pojazd był widoczny.



Dostosuj sposób jazdy do warunków pogodowych. Gdy droga jest śliska od deszczu, błota, lodu lub śniegu (pamiętaj o łańcuchach!), zmniejsz prędkość – takie samo zalecenie dotyczy jazdy we mgle, deszczu lub o zmierzchu oraz w tunelach.



Parkuj jedynie w dozwolonych miejscach. Postaraj się nie blokować ruchu lub nie zasłaniać widoku innym uczestnikom ruchu drogowego oraz omijaj obszary zabudowane. Upewnij się, że pojazd sam nie poruszy się, gdy od niego odejdziesz. Nie zostawiaj włączanego silnika, jeśli nie jest to potrzebne.



Korzystaj z bezpiecznych parkingów, jeśli to tylko możliwe. Nie parkuj w odosobnionych, źle oświetlonych miejscach, szczególnie w nocy. Nie opowiadaj nieznajomym o swoim ładunku ani o trasie Twojej podróży. Jeśli to możliwe, przemieszczaj się w konwoju. Przed ponownym rozpoczęciem podróży, sprawdź czy na pojeździe lub ładunku nie ma oznak nieuprawnionego wejścia lub manipulowania.



Rozmawianie przez telefon komórkowy podczas podróży, przy użyciu słuchawki trzymanej w ręce, jest niezgodne z prawem. Jeśli musisz rozmawiać w czasie drogi, korzystaj z odpowiedniego zestawu głośnomówiącego lub słuchawkowego.



Po zakończeniu podróży poinformuj swoją firmę o wszelkich problemach z pojazdem, drogach, którymi jechałeś lub dostawach, które wykonałeś, aby przed kolejną podróżą wykonano naprawy lub modyfikacje.

Pokaż, że jesteś zawodowcem, a będziesz wzbudzał szacunek!

Międzynarodowa Unia Transportu Drogowego (IRU) oraz jej stowarzyszenia członkowskie reprezentują Twoje interesy. Ich zadaniem jest stworzyć jak najlepsze ramy prawne dla branży transportu drogowego

Jako zawodowy kierowca wykonujesz zadania, które są ważne dla gospodarki i społeczeństwa. Bądź dumny ze swojej pracy, bądź dumny ze swojego stylu jazdy