

Lista de control a șoferului de camion

Camioanele conduse de șoferi profesioniști sunt implicate în mai puține accidente pe km parcurs decât alte vehicule. Cu toate acestea, urmările accidentelor în care sunt implicate camioane, indiferent din a cui vină se produc, pot fi amplificate din cauza gabaritului și a dimensiunilor mari ale acestora. Tipul mărfurilor transportate poate să mărească gravitatea unui accident.

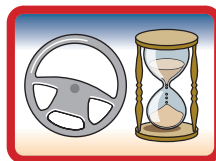
Dacă ești șofer de camion, trebuie să conduci extrem de responsabil în toate situațiile și să dovedești un înalt grad de profesionalism, anticipând și tolerând comportamentul periculos al celorlalți participanți la trafic. Poți să salvezi vieți, să îmbunătățești imaginea profesiei tale și să ajuți industria de profil să beneficieze de un cadru legal mai bun.

EȘTI PREGĂTIT?

Viața ta și viețile celorlalți participanți la trafic depind de vigilența și reacțiile tale în caz de urgență.



Meseria de șofer profesionist este foarte solicitantă, de aceea trebuie să rămâi în formă atât fizic, cât și mental. **O alimentație sănătoasă și un program regulat de exerciții fizice** te vor ajuta să te simți mai bine, să conduci mai bine și să trăiești mai mult.



Respectă prevederile legale referitoare la timpul de șofat și de odihnă. Nerespectarea acestora sau modificarea tahografului este ilegală și presupune o lipsă de respect față de viețile celorlalți.



Reglează-ți scaunul ca să stai cât mai confortabil posibil și să ai la îndemână toate comenzile. Asigură-te că tetiera este poziționată astfel încât să te protejeze în caz de accident.



Nu consuma alcool, droguri sau alte medicamente care îți pot afecta capacitatea de a conduce. Evită mesele grele înainte de a conduce, deoarece acestea pot cauza somnolență.

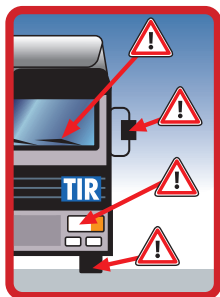


Folosește centura dacă o ai și n-o uita pe cea a pasagerului. Chiar și șoferii de camioane pot muri în cazul în care sunt aruncați prin parbriz. Orice persoană care se odihnește într-o cabină de dormit trebuie să fie asigurată atunci când vehiculul este în mișcare.



Dacă ești obosit nu continua – OPREȘTE-TE! Dă-te jos din vehicul, întinde-te și respiră niște aer proaspăt.

.....ȘI RESTUL ESTE GATA?



Toate sunt în stare bună de funcționare? Ai verificat frânele și circuitele de frână (la cap tractor și la remorcă), cauciucurile (presiune și adâncimea profilurilor), lichidul de răcire și uleiul? Dar oglinzile retrovizoare, geamurile (există vignete care nu-și au rostul?), ștergătoare, lumini, indicatoare? Echipamentele speciale ca extingtorul și lanțurile de iarnă? Există avarii vizibile și este vehiculul curat?



Ai documentele necesare? Ai introdus discul/cardul tahimetric? Ai la bord discurile cerute de lege?



Este marfa distribuită uniform și corect asigurată? Dacă descarci o parte din marfă înainte de destinația finală va trebui s-o redistribui și reasiguri?



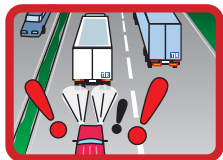
Verifică itinerariul. Există poduri, tunele, ș.a. unde vehiculul tău poate avea probleme (dimensiuni, gabarit, mărfuri periculoase)? Folosești variantele de autostrăzi optim și eviți zonele rezidențiale? Unde vei face pauzele? Verifică condițiile meteorologice!

FI FOARTE PRUDENT PE ȘOSEA

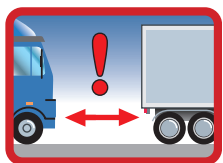


Ține minte, unghiul mort te împiedică să vezi participanții la trafic care sunt mai mici (mașini, motocicliști, cicliști, pietoni) și se află în apropierea vehiculului tău. Acordă o atenție sporită atunci când:

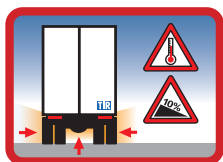
- Faci o întoarcere, nu uita că e posibil ca un vehicul să te depășește în unghiul mort
- Dai în marșarier, mai ales dacă volanul se află pe partea „greșită” (GB-IRL/Europa continentală)



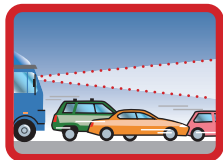
Nu depăși decât după ce te-ai asigurat că ai destul spațiu și nu forțezi alte vehicule să încetinească.



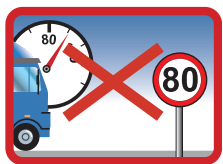
Păstrează o distanță de siguranță față de vehiculul din fața ta – în orice caz, distanța minimă prevăzută de lege. Dacă rulezi cu viteză, mărește și distanța. Distanța de siguranță crește în caz de ploaie, noroi, gheață sau ninsoare.



Oprește dacă motorul, frânele sau frâna încetitoare se supraîncălzește. Nu continua drumul până nu ești sigur că nu mai există riscul de supraîncălzire sau pană.



Încearcă să anticipezi problemele. Evită frânele și accelerările bruște care pot fi periculoase pentru ceilalți participanți la trafic, consumă carburant și generează poluare inutilă.



Respectă regulile de circulație tot timpul. Nu prelua obiceiurile proaste ale celorlalți participanți la trafic. Conducerea preventiv îți protejează viața, pe a celorlalți și locul de muncă!



În caz de pană, accident sau altă urgență, informează imediat compania și/sau serviciile de urgență locale. Salvează numere de urgență în telefonul tău mobil.



Noaptea, schimbă faza scurtă din timp când un vehicul se apropie din celălalt sens. Asigură-te că farurile și elementele reflectorizante sunt curate pentru o bună vizibilitate a vehiculului tău.



Adaptează conducerea la condițiile meteorologice. Când drumurile sunt alunecoase din cauza ploii, a gheții sau a zăpezii (adu-ți aminte de lanțurile tale), redu viteza – la fel în caz de ceață, ploaie și în tunele sau la asfințit.



Parchează doar în locuri autorizate. Ai grijă să nu blochezi traficul sau vizibilitatea altor participanți și evită zonele rezidențiale. Asigură-te că vehiculul nu se poate mișca în lipsa ta. Nu lăsa motorul să meargă inutil.



Folosește parcarile organizate pe cât posibil. Nu parca în locuri izolate, neiluminate, în special noaptea. Nu spune străinilor ce marfă transportezi și nici ce traseu ai. Pe cât posibil condu în convoi. Inspectează vehiculul ca să vezi dacă nu a avut loc o efracție sau manipulare neautorizată înainte de continuarea drumului.



Este ilegală folosirea manuală a telefonului mobil în timpul condusului. Dacă trebuie să vorbești în timp ce conduci, instalează un sistem de tip „mâini libere”.



La finalul itinerariului, raportează companiei orice problemă cu vehiculul, drumurile folosite, sau livrările efectuate, astfel încât să se poată efectua reparații sau modificări înainte de transportul următor.

Arată că ești un profesionist – și vei fi respectat

IRU și asociațiile membre reprezintă actorii din domeniu. Ele încearcă să obțină cel mai bun cadru de reglementare pentru industria transportului rutier.

Ca șofer profesionist ai o sarcină esențială de îndeplinit pentru economie și societate. Fii mândru de slujba ta, fii mândru de cum conduci!