



# Noțiuni de bază pentru angajamentul voluntar privind prevenirea accidentelor



[www.hellwach-mit-80kmh.de](http://www.hellwach-mit-80kmh.de)

<https://www.facebook.com/Hellwachmit80kmh/>

© Hellwach mit 80 km/h e. V. 2021

**Verlag  
Waldkirch**



Seit 1542

[www.verlag-waldkirch.de](http://www.verlag-waldkirch.de)

## Cele 10 reguli Max Optzeci

explicată de **Dieter Schäfer**  
([www.facebook.com/DerVerkehrspolizist](https://www.facebook.com/DerVerkehrspolizist))

ilustrat de **Karl Gärtner**  
([www.illustrationsgaertner.de](http://www.illustrationsgaertner.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.





## 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](http://www.kraftfahrerkreise.de)) sau de pe docstop.eu ([www.docstop.eu](http://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.





Plictisitor?! .... 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.





## Regula nr. 4

### Aplicații de navigare plikacje nawigacyjne

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.





## Regula nr. 5

### Multitasking în timp ce conduceți

Lubisz przeczytać pasjonującą książkę na boku? Zawsze masz drogę w kącie oka. Dopóki się toczy, nie ma to znaczenia. Pamiętaj jednak, że jeśli będziesz robić dwie rzeczy naraz, Twój mózg rozdzieli Twoją uwagę. Może to kosztować Cię cenny czas reakcji. I nawet jeśli nadal jesteś wyprzedzany z pełną prędkością na środkowym i lewym pasie, to zanim dojedziesz do skrzyżowania autostradowego, na prawym pasie może już utworzyć się korek. Tak więc – zawsze miej oczy skierowane na drogę.





## 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 poți 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.





## 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!





## Regula nr. 9

### Reflexul de prindere

Cunoașteți reflexul,

- Îți cade telefonul mobil din mână
- pachetul de țigări cade jos
- țigara care fumează 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!





Porunca Max Optzeci

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

## Regula nr. 10

### Porunca Max Optzeci

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“.

Departate 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 încăpățânează 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 perma-  
nente la drumuri.  
Nu vă lăsați surprins de finalul unui  
ambuteiaj.  
Conduceți cu prevedere și atenție.

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

**Dieter Schäfer** a fost șeful poliției rutiere din Mannheim timp de mulți ani și a fost responsabil, printre altele, de autostrăzile din jurul intersecției Walldorf. Un accident de camion fatal și evitabil, soldat cu patru morți ocupanților de mașini în Lunea Mare 2018 a fost declanșatorul fondării organizației Fundația asociației „Hellwach mit 80 km/h e. V.“

Asociația a fost formată din membri ai Mannheim Harbour Club și astăzi include.

În prezent, asociația include diverse companii din industria logistică, precum și asociații și companii de servicii.

Scopul asociației este de a reduce numărul de accidente la capătul ambuteiajelor de pe rutele germane de tranzit, în sensul Viziunii Zero.



# IVECO



## Ihre Sicherheit ist uns wichtig

Erfahren Sie, wie Sie IVECOs innovative Assistenzsysteme für Ihre Sicherheit aktiv nutzen können: [max80.iveco.de](https://max80.iveco.de)