



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca Istituto Professionale Servizi dell'Enogastronomia e dell'Ospitalità
Alberghiera "A. Vespucci" Via Valvassori Peroni, 8 - 20133 Milano - Tel. 02.7610162 - Fax 02.7610281

Sito web www.ipsarvespucci.it - e-mail: vespu.amm@tiscalinet.it pec: mirh010009@pec.istruzione.it

REGOLAMENTO PER LA SICUREZZA-USO VEICOLI

v21av1

INDICE

1. PERCHÈ UN MANUALE PER LA SICUREZZA NELLA GUIDA	3
2. LA GUIDA DEL MEZZO AZIENDALE	3
3. CONOSCERE GLI INCIDENTI STRADALI PER PREVENIRLI	4
3.1. QUANTI?	4
3.2. DOVE?	4
3.3. CHI?	5
3.4. PERCHÉ?	5
3.5. INCIDENTI STRADALI E LAVORO	5
4. COSA VUOL DIRE GUIDA SICURA: CAPACITÀ, CONCENTRAZIONE, BUON SENSO	6
5. I PRINCIPI DELLA GUIDA SICURA	6
5.1. IL CONDUCENTE	7
5.1.1. COMPORTAMENTO ALLA GUIDA	7
5.1.2. STATO PSICOFISICO	11
5.2. SISTEMAZIONE DEL CARICO SUL VEICOLO	16
5.3. IL VEICOLO	17
5.3.1. POSIZIONE DEL CONDUCENTE	17
5.3.2. GLI SPECCHIETTI RETROVISORI	18
5.3.3. SISTEMI DI ILLUMINAZIONE	18
5.3.4. SICUREZZA	18
6. SICUREZZA ALLA GUIDA DI CICLOMOTORI E MOTOCICLI	22
7. SICUREZZA ALLA GUIDA DI CAMION FURGONATI E TELONATI	22
8. MOTOAGRICOLA	ERRORE. IL SEGNALIBRO NON È DEFINITO.
9. LA STRADA	23
9.1. PIOGGIA	23
9.2. GUIDA IN CASO DI NEBBIA	24
9.3. GUIDA IN CASO DI NEVE O FONDO GHIACCIATO	24
9.4. GUIDA IN CASO DI FORTE VENTO	25
10. EMERGENZE	25
10.1. SOCCORSO IN CASO DI INCIDENTE STRADALE	25
10.2. SOSTA DI EMERGENZA	26
11. STRATEGIE PER UNA GUIDA SICURA	28

DIFFUSIONE ED ATTUAZIONE DEL PRESENTE DOCUMENTO

Copia del presente documento:

- Deve essere esposto nella bacheca della sicurezza,
- Deve essere esposta nei rispettivi laboratori.
- Deve essere consegnata agli insegnanti ed agli (eventuali) assistenti

Il presente documento integra il regolamento della sicurezza ed il piano di emergenza aziendale

PERCHÈ UN MANUALE PER LA SICUREZZA NELLA GUIDA

L'auto è ormai diventata un'abitudine quotidiana. Ognuno di noi trascorre diverso tempo al volante. Per andare a lavorare, portare i figli a scuola, fare la spesa o una gita con tutta la famiglia.

Come non ricordare, a questo proposito, le immagini del traffico intenso delle grandi città nelle ore di punta o, in estate, le interminabili colonne d'auto "in fuga" dai grandi centri verso i luoghi di villeggiatura?

Per certi versi, l'uso dell'automezzo ci condiziona anche dal punto di vista psicologico: non è raro, infatti, utilizzare frasi del tipo "oggi non carburò", "è partito in quarta", "sono proprio su di giri".

Proprio questa eccessiva confidenza con il veicolo è purtroppo all'origine di molti incidenti stradali. Spesso accade che, una volta presa la patente di guida, ci sentiamo così "potenti" da "mangiare la strada", da credere di poter gestire sempre il traffico e le sue insidie sottovalutando i nostri limiti e quelli dell'autoveicolo che conduciamo.

Il fenomeno delle "stragi del sabato sera" è tristemente noto, così come agghiaccianti sono le statistiche sul numero dei morti e dei feriti lungo le strade, quotidianamente resi noti dagli organi di stampa.

Gli infortuni stradali sono dunque un aspetto della vita quotidiana che anche il mondo del lavoro deve considerare

LA GUIDA DEL MEZZO AZIENDALE

Sono molti i dipendenti che, per motivi professionali, utilizzano i veicoli aziendali.

Come previsto dal d.lgs. 81/08, tra i doveri del datore di lavoro vi è quello di valutare tutti i rischi per la salute e la sicurezza dei dipendenti, compresi quelli riguardanti gruppi di

lavoratori esposti a rischi particolari. Al datore di lavoro si chiede quindi di adottare le misure più opportune per eliminarli o, laddove non sia possibile, per ridurli.

Tra i rischi collegati al lavoro rientrano, dunque, anche quelli derivanti dalla guida del mezzo aziendale.

La prevenzione è la leva su cui agire per ridurre il numero degli incidenti stradali.

Tra le misure generali di tutela che il datore di lavoro deve adottare, così come messo in evidenza dal d.lgs. 81/08, hanno sicuramente un ruolo di primo piano l'informazione e la formazione dei lavoratori sulle questioni riguardanti salute e sicurezza sul luogo di lavoro.

Nell'ambito delle iniziative informative/formative, si inserisce questo manuale sulla sicurezza stradale, rivolto a tutti i dipendenti.

L'obiettivo è di fornire indicazioni sui comportamenti da adottare quando si è alla guida, per non mettere in pericolo se stessi e gli altri.

La sicurezza nella guida rientra inoltre nella cosiddetta cultura della sicurezza, un know-how che ogni lavoratore deve acquisire durante la propria attività in azienda.

Ciò implica una nuova sensibilità per la sicurezza, una diversa percezione dei rischi, una maggiore attenzione all'adozione di comportamenti responsabili anche fuori dal luogo di lavoro, nella vita quotidiana: di fatto, una sicurezza a 360°.

Una guida sicura nell'ambito professionale significa, contemporaneamente, aumentare il livello di sicurezza nella guida di tutti i giorni, in famiglia e nel tempo libero

CONOSCERE GLI INCIDENTI STRADALI PER PREVENIRLI

Nel libro bianco del 13 settembre 2001, che definisce la politica dei trasporti per il primo decennio del nuovo millennio, l'unione europea fissò un obiettivo ambizioso: dimezzare il numero di morti sulle strade entro il 2010

Le statistiche, pur evidenziando una diminuzione del numero di incidenti. -7.2% negli anni 2000-2006, presentano dati ancora drammatici

QUANTI?

Ogni giorno in Italia si verificano in media 652 incidenti stradali, che provocano la morte di 16 persone e il ferimento di altre 912.

DOVE?

Il maggior numero di incidenti si verifica sulle strade urbane, ma l'indice di mortalità im, pari al rapporto tra il numero dei morti e il numero di incidenti moltiplicato per 100,

evidenza che gli incidenti più gravi avvengono sulle strade extraurbane, dove si registrano 6,1 decessi ogni 100 incidenti.

Sulle autostrade l'indice di mortalità è più del triplo rispetto a quello delle strade urbane.

CHI?

Le autovetture rappresentano il 66.5% dei veicoli coinvolti in un incidente stradale. I veicoli motorizzati a 2 ruote sono il 21.4%. In pratica. Tra i veicoli coinvolti in un incidente. L su 5 è un veicolo a due ruote. Inoltre. I veicoli per il trasporto di merci rappresentano il 6.8% (fig.2)

PERCHÉ?

Nell'ambito dei comportamenti errati di guida, il mancato rispetto delle regole di precedenza, la guida distratta e la velocità troppo elevata sono le prime tre cause di incidente e costituiscono da sole il 45,86% dei casi.

Seguono poi l'insufficiente distanza di sicurezza e le manovre irregolari

Lo stato psicofisico alterato del conducente, pur non rappresentando una percentuale elevata del totale dei casi, circa il 2%, va segnalato per la gravità degli incidenti: la guida in stato di ebbrezza, infatti, causa il 30% degli incidenti gravi. Nella categoria rientrano la guida in stato di ebbrezza, l'improvviso malore, l'uso di sostanze stupefacenti/psicotrope, il sonno.

Bassissima è invece la percentuale di incidenti provocati da difetti o avarie del veicolo, inferiore al 1 % (rottura/insufficienza freni, scoppi/usura pneumatici, rottura/guasti sterzo)

Nelle ore notturne le cause che si riscontrano maggiormente sono il colpo di sonno, l'assunzione di alcol e sostanze stupefacenti, l'eccesso di velocità.

Di giorno, invece, prevalgono le manovre e i sorpassi irregolari

INCIDENTI STRADALI E LAVORO

Tra gli infortuni sul lavoro che si registrano ogni anno, una buona percentuale è rappresentata dagli incidenti stradali.

Circa un terzo degli incidenti stradali lavorativi sono avvenuti "in occasione di lavoro", cioè durante l'esercizio di un'attività lavorativa sulla strada, come il trasporto di merci e persone, ecc, i rimanenti due terzi sono infortuni in itinere, ovvero avvenuti fuori servizio, durante il tragitto diretto casa-lavoro o lavoro-casa.

Se si considerano solo gli infortuni mortali sul lavoro, su 1.170 casi il 52% è avvenuto su strada, con 609 casi: 326 in occasione di lavoro e 283 in itinere.

Analizzando invece gli infortuni gravi, 5.542 sono quelli stradali pari cioè al 21 % degli infortuni gravi verificatisi in Italia nel 2007: 1.646 in occasione di lavoro e 3.896 in itinere

COSA VUOL DIRE GUIDA SICURA: CAPACITÀ, CONCENTRAZIONE, BUON SENSO

Queste potrebbero essere le parole chiave che descrivono un comportamento "sicuro" di guida.

Guida sicura vuol dire essere consapevoli che quando ci si trova a volante, la nostra sicurezza e quella degli altri, dipendono:

- Dalle nostre conoscenze ed esperienze
- Dalle nostre valutazioni
- Dalle nostre decisioni e azioni.

Il guidatore responsabile si rende conto dei propri limiti e di quelli degli altri e agisce di conseguenza.

È sempre vigile, in modo da poter prevedere eventuali situazioni di pericolo, anche indotte dagli altri o dal contesto ambientale, o per poter agire per evitarle

I PRINCIPI DELLA GUIDA SICURA

Le cause di ogni incidente stradale sono sempre riconducibili ad uno o alla concomitanza dei seguenti fattori di rischio:

- Il conducente
- Il automezzo
- La situazione ambientale (condizioni atmosferiche, tragico, caratteristiche della strada in termini di aderenza, visibilità, ostacoli. . .)

Come confermano le statistiche sugli incidenti stradali, tra i tre fattori di rischio, il fattore umano è sempre quello più rilevante.

L'automobilista, infatti, non solo può causare direttamente un incidente stradale per mancata osservanza delle norme di circolazione, per stato psicofisico alterato, per errori nelle valutazioni, disattenzione o imprevisti.

Indirettamente può essere responsabile anche degli incidenti causati dagli altri due fattori di rischio

Malfunzionamenti o avarie al veicolo, ad esempio, spesso potrebbero essere evitati effettuando una regolare manutenzione e continui controlli a proprio mezzo. È proprio il conducente, inoltre, che deve saper utilizzare in modo, corretto e consapevole l'automobile

e i dispositivi tecnologici disponibili. Così come deve saper interpretare e adeguarsi alla strada.

È pertanto il singolo individuo l'elemento prioritario su cui incentrare l'attenzione per cercare di ridurre il numero di incidenti stradali.

IL CONDUCENTE

COMPORAMENTO ALLA GUIDA

Velocità

Il conducente responsabile non è chi sfreccia come un razzo, ma chi sa regolare la velocità del proprio mezzo in funzione delle caratteristiche della strada, delle condizioni di visibilità e del traffico, così da evitare di mettere a rischio la propria sicurezza e quella degli altri o di causare intralci alla circolazione.

Il guidatore deve sempre avere sotto controllo il proprio veicolo ed essere in grado di compiere le manovre necessarie in condizioni di sicurezza: in particolare l'arresto tempestivo del mezzo di fronte ad un ostacolo, anche improvviso.

La velocità va ridotta:

- In tutti i casi di scarsa visibilità, come in caso di condizioni meteorologiche avverse e in presenza di dossi o curve;
- Negli incroci,
- In prossimità di attraversamenti pedonali o scuole nei centri abitati.

Il conducente deve fermarsi anche qualora il passaggio col proprio automezzo risulti disagiata, in presenza di un altro veicolo che procede in senso opposto o qualora i pedoni tardino a liberare la sede stradale.

I limiti massimi di velocità per autovetture, stabiliti dal codice della strada sono:

- Autostrade: 130 km/h e il limite scende a 110 km/h in caso di pioggia
- Strade extraurbane principali: 110 km/h
- Strade extraurbane secondarie e locali: 90 km/h
- Centri urbani: 50 km/h e 70 in alcuni tratti appositamente segnalati

Sulle autostrade a tre corsie più la corsia di emergenza per ogni senso di marcia gli enti proprietari o concessionari possono elevare il limite massimo di velocità fino a 150 km/h,

purché lo consentano le caratteristiche del tracciato, l'intensità del traffico, le condizioni atmosferiche prevalenti e i dati di incidentalità.

Distanza di sicurezza

Quando si guida è bene non avvicinarsi troppo al veicolo che ci precede.

È più prudente lasciare una sufficiente distanza di sicurezza, così da garantire, in caso di frenata improvvisa del veicolo davanti, l'arresto del proprio mezzo senza collisioni.

Il tempo che occorre per arrestare il veicolo è la somma di due fattori:

- Tempo di reazione, che è composto dal tempo per percepire il pericolo quello per decidere cosa fare e quello per reagire;
- Tempo di frenata, necessario per effettuare materialmente la frenata

Per valutare correttamente la distanza di sicurezza è importante, dunque considerare diversi fattori:

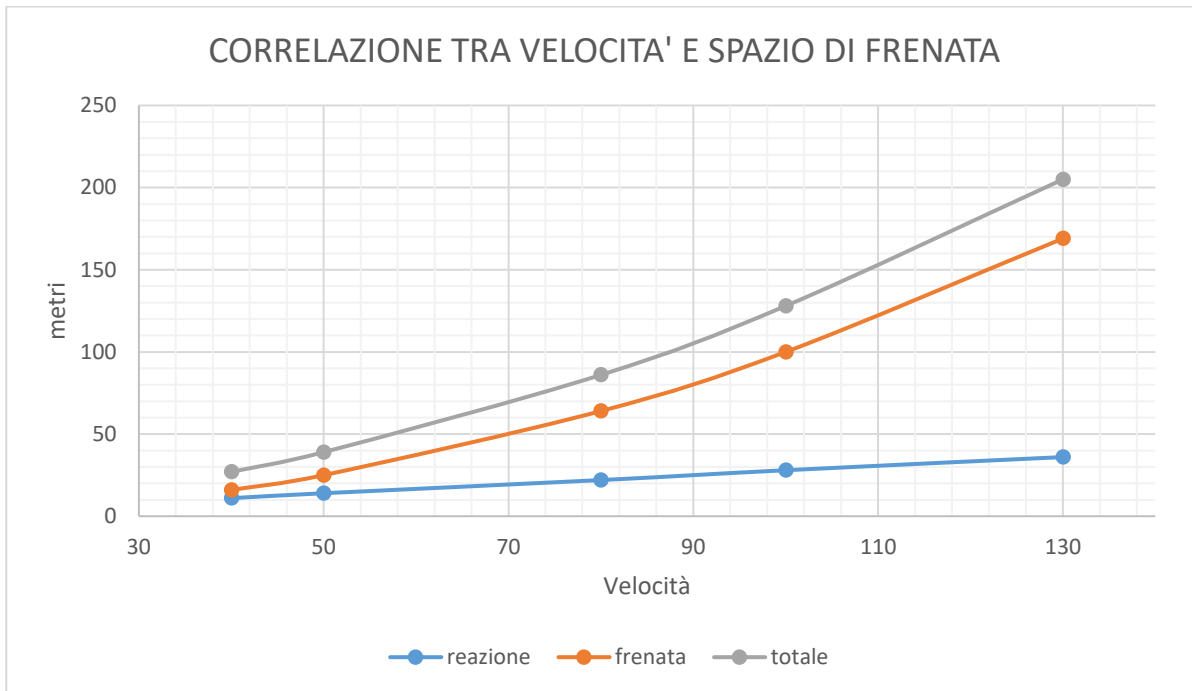
- Condizioni atmosferiche, come visibilità, presenza di acqua, neve o ghiaccio,
- Condizioni della strada, come pendenza e stato del manto stradale,
- Condizioni del veicolo, come stato di efficienza dei freni e dei pneumatici.
- Presenza o meno di dispositivi che facilitino l'arresto,
- Carico del veicolo;
- Prontezza di riflessi del conducente
- Condizioni del traffico

Il tempo di reazione medio, per una persona in buone condizioni fisiche e psichiche, è di circa 7/10 di secondo. Ciò significa che, procedendo a 100 km/h, si percorrono quasi 30 metri prima dell'inizio della frenata. In sostanza, più elevata è la velocità e meno il conducente ha prontezza di riflessi, tanto più si allunga lo spazio percorso nel tempo di reazione.

La velocità a cui si procede è dunque uno degli elementi più importanti.

Bisogna infatti considerare che, se la velocità raddoppia, lo spazio di frenata si quadruplica.

Nella tabella e nel grafico seguenti vengono riportati alcuni valori indicativi della distanza di sicurezza, in funzione delle diverse velocità.



Velocità (km/h)	Spazio di reazione (m)	Spazio frenata (m)	Totale (m)
40	11	16	27
50	14	25	39
80	22	64	86
100	28	100	128
130	36	169	205

Se i freni non sono perfettamente efficienti, i pneumatici sono consumati il veicolo è molto carico, o in caso di condizioni atmosferiche avverse, lo spazio di frenata aumenterà. In tutti questi casi, occorre aumentare la distanza di sicurezza.

Non prestare attenzione solo al veicolo che immediatamente ti precede, ma cerca di prevedere anche le manovre degli altri.

Sii sempre pronto a frenare in tempo

Rimani sempre concentrato evitando di distrarti.

Adatta la tua guida alle condizioni atmosferiche, della strada, del traffico e del veicolo

Sorpasso

Quando il veicolo che ci precede avanza a velocità ridotta, prima di sorpassarlo è necessario verificare che:

- Le condizioni di visibilità siano tali da consentire la manovra senza che ciò costituisca un pericolo per sé e per gli altri;
- Né il conducente che ci precede né quello che segue abbiano già iniziato tale manovra
- La strada sia libera per uno spazio che consenta la completa esecuzione del sorpasso, tenuto conto della differenza tra la propria velocità e quella del veicolo che precede, del sopraggiungere di veicoli in direzione contraria e della presenza di veicoli che precedono quello da sorpassare

Solo dopo aver verificato che esistano tutte le condizioni per compiere la manovra in sicurezza, si può cominciare il sorpasso.

Occorre, dunque:

1. Segnalare con la freccia l'intenzione di cominciare la manovra
2. Portarsi a sinistra sulla carreggiata
3. Superare rapidamente il veicolo
4. Raggiunta una sufficiente distanza di sicurezza dal veicolo sorpassato riportarsi velocemente a destra

Il mezzo sorpassato, a sua volta, deve cercare di agevolare la manovra, cercando di stare il più possibile sulla destra e di non aumentare la propria velocità.

Il sorpasso deve avvenire di norma sulla sinistra.

Si può sorpassare a destra solo nel caso in cui il veicolo che precede abbia segnalato l'intenzione di svoltare a sinistra.

È vietato il sorpasso in prossimità di curve, dossi e in ogni altro caso di scarsa visibilità, e in prossimità di semafori, passaggi a livello e incroci.

Nel caso in cui un autobus che precede si fermi per effettuare la fermata a richiesta, occorre rallentare e prestare attenzione alla manovra di attraversamento dei pedoni scesi dal mezzo.

Sosta

Quando il veicolo è in sosta, è necessario azionare il freno a mano, anche se la sede stradale sembra in piano, è necessario agire in questo modo per evitare movimenti inattesi del veicolo.

Prima di riprendere la marcia dopo una sosta, ed analogamente in zone per lo più destinate ad attività di persone (come all'interno della sede dello sbarramento), occorre porre massima attenzione alla presenza di altre persone.

Stato psicofisico

La stabilità psicofisica di chi guida è una condizione essenziale per non mettere a rischio la propria vita e quella degli altri.

Solo chi si mantiene sempre vigile e concentrato, infatti, riesce a prevenire le possibili cause di incidente, sapendo far fronte a improvvise situazioni di pericolo e a eventuali errori di altri conducenti.

Scarsa attenzione, irritabilità, distrazione e altro possono compromettere gravemente l'efficienza del guidatore. Molti sono i fattori che influenzano lo stato psicofisico di chi è al volante dall'assunzione di sostanze psicotrope, come farmaci, sostanze stupefacenti e alcol, alle cattive abitudini quali eccessi alimentari, uso scorretto del cellulare, ecc

Effetti di sostanze stupefacenti

Droghe e altre sostanze stupefacenti sono in grado di influenzare sensibilmente lo stato psicofisico del conducente, alterando la percezione della realtà, spingendo a sottovalutare il pericolo e a perdere attenzione e concentrazione

È assolutamente vietata l'assunzione di sostanze stupefacenti o psicotrope, in particolare se ci si deve mettere alla guida.

Effetti di bevande alcoliche

L'alcol, anche in quantità modeste, è incompatibile con la guida.

Se devi metterti al volante non bere alcolici e, se hai bevuto, fatti sostituire da altri

L'alcol ha effetti negativi sulla guida perché agisce sulle diverse funzioni cerebrali responsabili del comportamento vigile e prudente al volante percezione del pericolo, attenzione, elaborazione, valutazione.

Tutte queste capacità subiscono un'alterazione più o meno grave a seconda del tasso alcolemico, ovvero della quantità di alcol presente nel sangue

O bevi o guidi!

Nella tabella seguente vengono descritti gli effetti dell'alcol sulla salute e quindi sulle condizioni di guida, in relazione al tasso alcolemico. Si consideri che il limite di legge è fissato in 0,5 g/l

Tasso alcolemico	Effetti sulla guida
0 g/l	Nessun effetto
0.2 g/l	Iniziale tendenza a guidare in modo più rischioso: i riflessi sono leggermente disturbati, ma aumenta la tendenza ad agire in modo imprudente in virtù di una riduzione della percezione del rischio
0.4 g/l	Rallentano le capacità di vigilanza ed elaborazione mentale: le percezioni. I movimenti e le manovre vengono eseguite bruscamente. Con difficoltà di coordinazione.
0.5 g/l	<p>Il campo visivo si riduce prevalentemente a causa della riduzione della visione laterale, è più difficile perciò controllare lo specchietto retrovisore o controllare le manovre di sorpasso.</p> <p>Contemporaneamente si verifica la riduzione del 30-40% della capacità di percezione degli stimoli sonori. Luminosi e uditivi e della conseguente capacità di reazione.</p>
0.6 g/l	I movimenti e gli ostacoli vengono percepiti con notevole ritardo e la facoltà visiva laterale è fortemente compromessa.
0.7 g/l	I tempi di reazione sono fortemente compromessi. L'esecuzione dei normali movimenti di guida è priva di coordinamento, confusa e conduce sempre a gravi conseguenze.
0.9 g/l	Sono compromessi: l'adattamento all'oscurità, la capacità di valutazione delle distanze, degli ingombri. Delle traiettorie dei veicoli e delle percezioni visive simultanee: per esempio, di due autoveicoli se ne percepisce uno soltanto)
1 g/l	<p>Ebbrezza franca e manifesta. Caratterizzata da euforia e disturbi motori che rendono precario l'equilibrio. È manifesta e visibile l'alterazione della capacità di attenzione. Con livelli di capacità visiva minima e tempi di reazione assolutamente inadeguati. C'è maggior tendenza alla distrazione.</p> <p>Il comportamento alla guida si caratterizza attraverso sbandate volontarie dell'autoveicolo o della moto. Guida al centro della strada o in senso contrario, incapacità di valutazione della posizione del veicolo rispetto alla carreggiata. Le luci degli abbaglianti, le percezioni luminose intense, possono essere la causa determinante della perdita completa di un controllo già precario, provocando un accecamento transitorio a cui segue un recupero molto lento della visione. Le percezioni sonore, quali quelle del clacson. Vengono avvertite con un ritardo accentuato e comunque in maniera inefficace a determinare un riflesso utile alla salvaguardia della propria e altrui incolumità.</p>

➤ 1 g/l

Lo stato di euforia viene sostituito da uno stato di confusione mentale e di totale perdita della lucidità con conseguente sopore e sonnolenza molto intensa.

il rischio di provocare un incidente stradale cresce in funzione del tasso alcolemico nel sangue: se nel soggetto sobrio il rischio è pari a 1, nel soggetto con un tasso alcolemico compreso tra 0,5 e 0,9 g/l il rischio è 11 volte maggiore.

Se poi si passa a tassi alcolemia più alti, il rischio cresce fino a diventare 380 volte superiore a quello di un individuo sobrio per tassi di alcolemia superiori a 1,5 g/l

Come accorgersi di quanto abbiamo bevuto?

Un bicchiere di vino, 125 ml, una birra da 330 ml, o un bicchiere di superalcolici da 40 ml, contengono la stessa quantità di alcol, pari circa a 12 g, che comporta una concentrazione di 0,2 grammi di alcol nel sangue in una persona di circa 60 chili di peso a stomaco pieno. Questa quantità di alcol viene definita "unità alcolica"

1 BICCHIERE = 1 UNITÁ ALCOLICA = 12 GRAMMI DI ALCOL (ETANOLO)



Per un individuo di sesso maschile di corporatura media, di circa 60 kg, sono sufficienti, dunque, già 2 bicchieri di vino a stomaco vuoto per raggiungere il limite di legge di 0,5 g/l.

In una donna, con lo stesso quantitativo di alcol si raggiunge un tasso superiore.

Dopo aver assunto una bevanda alcolica, nella prima mezz'ora successiva si raggiunge il valore massimo di tasso alcolemico, che si mantiene stabile per circa un'altra mezz'ora.

Poi comincia lentamente a decrescere, a mano a mano che viene metabolizzato, per la massima parte, dal fegato.

Il ritmo di smaltimento è costante e occorrono circa 7 ore per avere la completa eliminazione se invece che a digiuno l'alcol viene assunto a stomaco pieno, si allungano i

tempi di eliminazione: sia perché occorre un tempo maggiore per raggiungere il valore di picco e sia perché il tasso permane su tale valore per un tempo più lungo.

Quanto tempo occorre per smaltire l'alcol ingerito?

Il tempo necessario per smaltire l'alcol dipende dalla quantità assunta: si può stimare in circa un'ora per ciascuna unità alcolica. È importante ricordare che se si beve, e la dose precedente non è stata ancora eliminata, si ha un accumulo di alcol: né il freddo, né lo sforzo fisico, né il caffè né una doccia accelerano l'eliminazione dell'alcol assunto.

Non esistono livelli di consumo alcolico sicuri alla guida.

Il comportamento più sicuro per prevenire un incidente alcol-correlato è evitare di consumare bevande alcoliche se ci si deve porre alla guida.

Distrazione

La distrazione è una delle cause più ricorrenti di tanti incidenti stradali.

Essere concentrati nella guida, infatti, garantisce una maggiore prontezza di riflessi, concedendo la possibilità di disporre anche di pochi attimi in più che spesso sono proprio quelli necessari a evitare un incidente stradale.

Cosa occorre evitare?

Mentre guidi non "giocare" con il cellulare e per parlare usa sempre il vivavoce o l'auricolare, in modo da tenere le mani sempre sul volante

Il cellulare è una tra le maggiori cause di incidenti (sia nel caso di incidenti occorsi a conducenti che per incidenti occorsi a pedoni o motociclisti). Per comporre un numero su un cellulare il tempo di distrazione medio rilevato corrisponde a 10,6 sec. In pratica, sarebbe come percorrere bendati circa 150 metri viaggiando a 50 km/h (ad esempio in città) o circa 350 metri ad una velocità di 120 km/h (ad esempio in autostrada).

Guidereste bendati per tali distanze?

Ricordati che è vietato usare le cuffie auricolari

Per sintonizzare le stazioni radio, utilizza i momenti di sosta o i comandi al volante

Non tenere il volume della radio troppo alto: oltre al rischio di distrazione, potresti non avvertire tempestivamente una possibile situazione di pericolo o le prime avvisaglie di anomalie meccaniche del tuo mezzo

Evita anche di fumare mentre guidi, accendere la sigaretta, la caduta del mozzicone o della cenere, depositare la cenere nell'apposito portacenere del cruscotto, sono tutte azioni che distolgono dalla guida.

Stanchezza alla guida

Le palpebre si fanno sempre più pesanti e gli occhi tendono a chiudersi anche se si apre il finestrino e si alza il volume della radio, non si riesce a restare concentrati, anzi, la tentazione di tenere gli occhi chiusi è sempre più forte. Il colpo di sonno è ormai in agguato!

Fermarsi non significa perdere tempo ma guadagnare la possibilità di arrivare a destinazione

Sonno e stanchezza sono uno dei nemici più subdoli per chi guida.

Si stima che tra il 15 ed il 40% degli incidenti più gravi sia riconducibile a tali fattori. Tipici incidenti causati dal sonno sono le uscite di strada, sia in rettilineo che in curva e non determinate dall'eccessiva velocità o dalla necessità di evitare un ostacolo, e la maggior parte dei violenti tamponamenti non attribuibili a cause identificabili e senza traccia di frenata

Quando è in agguato il colpo di sonno?

Se ti accorgi che hai difficoltà a tenere gli occhi aperti o a mettere a fuoco durante la visione, hai difficoltà a tenere la testa sollevata, ritardi nel riassumere la posizione corretta sulla corsia o hai un'andatura ondeggiante tra le corsie, hai difficoltà a mantenere una velocità costante e adeguata alle circostanze, hai difficoltà a ricordare che cosa è successo nei due minuti precedenti, ad esempio il contenuto del cartello appena oltrepassato o il tipo di veicolo incrociato poco prima, in questi casi, fermati subito per una pausa, prima che sia troppo tardi. Potrebbe essere un fenomeno passeggero, ma se ti succede una seconda volta meglio fermarsi e dormire almeno per mezz'ora o farsi sostituire nella guida

Cosa fare per prevenire il colpo di sonno:

Non metterti alla guida, soprattutto per un viaggio molto lungo, senza esserti riposato a sufficienza o dopo un periodo di stress, ad esempio, dopo una giornata molto intensa di lavoro.

Se il viaggio è piuttosto lungo, ogni due ore, prenditi circa 10-15 minuti di pausa: scendi dalla macchina, respira aria fresca, fai quattro passi e qualche piccolo esercizio fisico: piegamenti sulle ginocchia, rotazioni delle braccia e della testa, ... se poi il periodo di guida si prolunga, concediti pause anche più lunghe: mezz'ora di riposo ad occhi chiusi è l'ideale. In ogni caso complessivamente non superare le 8 ore di guida giornaliera.

Se possibile, alternati alla guida con dei colleghi o compagni di viaggio

Non eccedere col cibo ai pasti, evita pietanze grasse e carni crude, soprattutto se con vino o superalcolici; si allungano i tempi di digestione ed i tempi di reazione. Prediligere spuntini frequenti e leggeri.

Se fai uso di farmaci, leggi il foglietto illustrativo e verifica eventuali incompatibilità o limitazioni che possono avere per chi guida, informa il datore di lavoro ed il medico competente di questa condizione.

Evita di guidare nelle ore notturne se non è strettamente necessario, in particolare tra la mezzanotte e le sette del mattino.

Evita di guidare sotto il sole diretto, preferisci strade ombreggiate anche se più lunghe, infatti l'affaticamento sensoriale è nemico dell'attenzione per chi guida; analogamente evita di guidare nell'abitacolo eccessivamente caldo e con lo stereo a volume troppo elevato.

SISTEMAZIONE DEL CARICO SUL VEICOLO

Nella sistemazione del carico da trasportare sul veicolo (sia all'interno che all'esterno) occorre verificare che:

- Non ci sia pericolo di caduta o di dispersione del carico, quindi il carico dovrà essere ben posizionato e se necessario fissato anche se trasportato internamente al veicolo. Non potranno essere trasportati carichi che dall'interno del veicolo sporgano all'esterno (es: attraverso i finestrini)
- Le dimensioni e la posizione del carico non diminuiscano la visibilità per il conducente e non impediscano la libertà dei movimenti nella guida, non potranno essere trasportati carichi che occupino anche solo parzialmente l'abitacolo
- Non venga compromessa la stabilità del mezzo
- Non siano mascherati i dispositivi di illuminazione e di segnalazione visiva, né le targhe di riconoscimento e i segnali fatti col braccio
- La pressione degli pneumatici sia adeguata al carico applicato secondo quanto indicato dal libretto d'uso e manutenzione fornito dal costruttore

Dimensioni: possono essere trasportati solo oggetti le cui dimensioni siano conformi a limiti di sagoma stabiliti dal codice della strada

Il carico esterno (posizionato sul tettuccio del veicolo), può sporgere dalla sagoma del veicolo:

- Longitudinalmente, solo dalla parte posteriore del veicolo e fino a 3/10 della lunghezza del veicolo stesso;
- Lateralmente purché la sporgenza da ciascuna parte non superi 30 centimetri di distanza dalle luci di posizione anteriori e posteriori. Pali, sbarre, lastre o carichi simili, che difficilmente sono percepibili, non possono comunque sporgere lateralmente oltre la sagoma propria del veicolo

Nei casi in cui il carico esterno sporge rispetto alla sagoma del veicolo, occorre adottare tutte le misure idonee per evitare di esporre a rischio gli altri utenti della strada:

- la sporgenza longitudinale del carico, in particolare, deve essere segnalata mediante uno o due speciali pannelli quadrangolare rivestiti di materiale retroriflettente, posti alle estremità della sporgenza in modo da risultare costantemente normali all'asse del veicolo.
- Occorre non superare il massimo carico sopportabile dal portapacchi
- Le luci del veicolo dovranno essere regolate in altezza in modo da non recare abbagliamenti agli altri veicoli

IL VEICOLO

Posizione del conducente

Adottare una corretta posizione di guida consente di controllare meglio il proprio mezzo e ridurre affaticamento e distrazione la posizione del volante va regolata in modo che le spalle rimangano perfettamente appoggiate allo schienale e le braccia risultino non completamente distese. Le mani vanno poste sul volante in una posizione intermedia tra quella "ore 9 e 15" e quella "ore 10 e 10", con i due pollici ben ancorati alle razze.

L'inclinazione dello schienale deve essere tale da consentire di vedere la parte anteriore della propria vettura. La postura più corretta risulta essere quella con lo schienale reclinato di 25° rispetto alla verticale, che consente di ridurre lo sforzo degli arti superiori e del collo, e mettere in riposo muscoli dorso-lombari bassi.

La distanza e l'altezza del sedile vanno regolate in funzione della lunghezza delle gambe e dell'angolo che i piedi formeranno con i pedali.

È importante anche la regolazione del poggiatesta, che può così contribuire a proteggere da traumi quali i colpi di frusta o le lesioni della colonna vertebrale in caso di tamponamento

Gli specchietti retrovisori

Gli specchietti presenti in un veicolo sono generalmente tre, ed è buona norma utilizzarli tutti. La loro corretta regolazione è essenziale per tenere costantemente sotto controllo la situazione. Gli specchietti devono poter essere guardati con il semplice spostamento degli occhi, cioè senza dover spostare la testa

Occorre evitare il pericoloso fenomeno dell'angolo morto: se ci si accorge di non aver visto una vettura in sorpasso, va subito modificata la posizione dello specchietto sinistro, rinunciando alla possibilità di vedere la facciata della vettura, ma illuminando la zona morta.

Sistemi di illuminazione

Le conducenti degli autoveicoli devono tenere accese le luci di posizione proiettori anabbaglianti, la luce della targa e, se prescritte, le luci di ingombro sia di giorno che di notte sulla viabilità fuori dei centri abita quali autostrade, strade extraurbane principali e strade extraurbane secondarie.

Le proiettori di profondità, chiamati comunemente "luci abbaglianti" possono essere utilizzati fuori dai centri abitati quando l'illuminazione esterna manchi o sia insufficiente, a condizione che non generino pericolo derivante dall'abbagliamento per gli altri veicoli.

Nei casi di ingombro della carreggiata, quando si è costretti a procedere velocità particolarmente ridotta o quando si verificano improvvisi rallentamenti, occorre azionare la segnalazione luminosa di pericolo, cosiddette "quattro frecce"

Sicurezza

Tutti i veicoli immatricolati negli ultimi anni sono ormai dotati di sistemi sempre più innovativi per rendere il nostro mezzo più sicuro.

Tali sistemi possono essere distinti in sistemi di sicurezza attiva e sistemi e sicurezza passiva

Sistemi di sicurezza attiva

I sistemi di sicurezza attiva sono dei dispositivi di prevenzione. Servono cioè, ad evitare il verificarsi degli incidenti perché aiutano il conducente controllare il proprio veicolo soprattutto nelle situazioni critiche. Fanno parte di questa categoria, ad esempio:

Abs – anti brake-locking system

Funge da assistente elettronico della frenata, impedendo che una ruota si blocchi mentre le altre ancora girano. Il bloccaggio di una o entrambe le ruote sterzanti, infatti, fa sì che il conducente perda controllo del mezzo: il veicolo continua a muoversi nella direzione che aveva in quel momento senza più la possibilità di compiere manovre per evitare un ostacolo, ad esempio, o un pedone. Nei veicoli con abs invece, il dispositivo misura la velocità di rotazione delle ruote attraverso i suoi sensori ed appena si accorge che una di esse si è bloccata o sta per farlo, provvede a far diminuire la pressione sul pinza del freno di quella ruota di quel tanto che basta per far riprendere la rotazione, consentendo quindi allo sterzo di svolgere la sua funzione direzionale. Con l'abs si riducono gli spazi di frenata, rispetto a quelli che si avrebbero con le ruote bloccate, sia rispetto a quelli di un veicolo senza abs in condizioni normali.

Attenzione!

In caso di frenata a fondo, con forza, in una vettura dotata di abs, si avverte una forte vibrazione del pedale del freno ed una discreta rumorosità, non c'è da preoccuparsi: è solo un indice dell'entrata in funzione del dispositivo!

Non bisogna alleggerire la pressione, ma anzi esercitare una pressione elevata!

Esp – electronic stability program

Noto anche come esc – electronic stability control, è un sistema elettronico per controllare la stabilità in condizioni di aderenza critiche. Il dispositivo, mediante i suoi sensori analizza alcuni parametri relativi all'andatura del veicolo: assetto imbardata, angolo di sterzata. Se rileva che il mezzo tende a sbandare in curva, impedisce eventuali perdite di stabilità attraverso la regolazione automatica e separata dei freni, del motore e della trasmissione;

Sistemi anticollisione costituiti da sensori che segnalano la presenza di ostacoli o di altri oggetti in avvicinamento

Anche se disponi dei sistemi tecnologicamente più avanzati presenti sul mercato, non puoi aumentare la velocità o guidare in modo spericolato. Tali dispositivi sono stati progettati solo ed ente per aiutarti nelle situazioni di pericolo!

Sistemi di sicurezza passiva

I sistemi di sicurezza passiva, invece, sono dei dispositivi di protezione, servono, cioè, a limitare le conseguenze dell'incidente, a proteggere i passeggeri del mezzo quando si entra in collisione con un altro veicolo o con un ostacolo.

Appartengono a tale categoria:

Le cinture di sicurezza:

vanno indossate correttamente, posizionando la cintura addominale sulla zona pelvica e quella diagonale sulla spalla, facendole attraversare la cassa toracica. In questo modo, durante l'incidente le sollecitazioni si distribuiscono su tutta la struttura ossea. Per tutti i passeggeri oltre che per il conducente vige l'obbligo di allacciare le cinture di sicurezza. Le cinture sono, in caso di incidente, uno dei meccanismi più importanti di protezione per chi si trova all'interno dell'autovettura. Ai momenti dell'impatto, infatti, trattengono i corpi del guidatore e dei passeggeri, riducendo il rischio che vengano proiettati contro il volante, il cruscotto e il parabrezza, o che vengano sbalzati fuori dal veicolo.

Se dotate di pretensionatore, che al momento dell'urto fa aderire la cintura al corpo assicurando il massimo contenimento, e accompagnate da airbag, si sono rivelate il miglior sistema di protezione. È stato stimato, infatti, che il corretto uso delle cinture di sicurezza riduce del 50% la probabilità di morte in caso di incidente.

L'uso delle cinture di sicurezza non deve essere trascurato in città: a velocità moderata sono in grado di evitare anche lesioni minime!

L'airbag:

Durante un incidente, anche se il torace, il bacino e le gambe del passeggero sono trattenuti dalla cintura di sicurezza, la testa può muoversi liberamente in avanti e verso il basso. La funzione principale dell'airbag, dunque, è impedire il contatto violento della testa e del volto del passeggero con il volante o il cruscotto, in particolare negli urti ad alta

velocità. Appena si verifica l'impatto, infatti, il pallone fuoriesce dall'apposito vano e si gonfia istantaneamente, attutendo così l'impatto.

Non coprire il vano dell'airbag con oggetti che, in caso di incidente, potrebbero diventare dei proiettili, causando gravissime lesioni ai passeggeri. L'airbag non sostituisce le cinture di sicurezza ma è complementare ad esse. L'airbag produce benefici se usato insieme alle cinture di sicurezza, altrimenti può diventare dannoso

Controlli e manutenzione

È importante mantenere sempre in efficienza il veicolo, sottoponendolo regolarmente ai cicli di manutenzione per assicurarne la funzionalità prestata particolare attenzione alla componente tecnica del mezzo eseguendo periodicamente i controlli necessari.

È buona regola effettuare i seguenti controlli:

Pneumatici:

- Verifica a vista lo stato, ad esempio assenza di tagli e stato di usura della battistrada;
- Controlla periodicamente la pressione, confrontando i valori rilevati con quelli indicati nel libretto di manutenzione;
- Fai verificare da un tecnico il regolare consumo

Controlla i livelli:

- D'olio del motore
- Dell'olio per freni
- Liquido di raffreddamento del motore
- Liquido lavavetri

Verifica che non vi siano macchie sulla pavimentazione stradale, sotto al veicolo, che potrebbero indicare eventuali perdite di liquidi

Verifica il corretto funzionamento dei segnalatori luminosi, come fari stop e frecce, e acustici; verifica la pulizia di parabrezza, lunotto, specchietti retrovisori, sia interni che esterni, e il buono stato dei tergicristalli;

Accertati che a bordo vi siano il segnale mobile di pericolo, il cosiddetto triangolo, il giubbotto ad alta visibilità da utilizzare in caso di sosta di emergenza, l'estintore ed il pacchetto di medicazione.

Un utile strumento per svolgere correttamente questi controlli è riportato nell'allegato A della presente procedura, in esso sono indicati i controlli da eseguirsi e con che periodicità.

Tale allegato dovrà essere compilato con regolarità.

SICUREZZA ALLA GUIDA DI CICLOMOTORI E MOTOCICLI

Quando sei alla guida di un ciclomotore o di un motociclo ricorda sempre di indossare il casco e di farlo mettere anche al passeggero che stai trasportando, nel caso di veicolo omologato per due persone.

In caso di incidente stradale, infatti, il casco svolge un ruolo fondamentale per la tua sicurezza e per quella di chi viaggia con te, perché aiuta a proteggere il capo, in particolare, in caso di urto contro ostacoli.

Il casco deve essere omologato e va tenuto allacciato correttamente, ricorda che per ciclomotori e motocicli vige l'obbligo di tenere accese le luci di posizione e i proiettori anabbaglianti sia di giorno che di notte, sia in città che sulla viabilità extraurbana.

Anche alla guida di un ciclomotore o di un motociclo è bene adottare un comportamento responsabile. È importante, perciò:

- Guidare il mezzo avendo libero uso delle braccia e delle gambe condizione fondamentale per saper fronteggiare situazioni d'emergenza;
- Evitare di adottare comportamenti pericolosi per sé e per gli altri, come circolare sollevando la ruota anteriore, trainare o farsi trainare da altri veicoli,
- Evitare di portare sul mezzo oggetti sporgenti o ingombranti che possano compromettere la stabilità del mezzo o limitarne la visibilità; il carico, in particolare, non può coprire i fari e la targa;
- Evitare di procedere affiancato a un altro mezzo a due ruote, magari chiacchierando incuranti del traffico

Anche per i veicoli a due ruote vige l'obbligo di circolare presso il margine destro della carreggiata, evita perciò di procedere a zig-zag nel traffico!

Il presupposto che con due ruote non si debba mai stare in coda alle auto porta spesso a compiere manovre di sorpasso quando non ci sono le condizioni per farle in sicurezza.

SICUREZZA ALLA GUIDA DI MEZZI DA CARICO (CAMION, TELONATI, CASSONATI,....)

In curva: il conducente deve affrontare le curve con grande prudenza perché il mezzo, avendo il baricentro più alto, al crescere della velocità rischia maggiormente di ribaltarsi e di uscire di strada

Vento: il vento può essere particolarmente pericoloso per veicoli alti e per telonati, a causa dell'effetto vela. La situazione di maggior pericolo si verifica all'uscita delle gallerie e sui viadotti. In condizioni di particolare criticità si sconsiglia la percorrenza di certi tratti di autostrada

Carichi: occorre prestare grande attenzione al peso e alla disposizione del materiale trasportato, in quanto

- Un carico eccessivo aumenta lo spazio di frenata
- Un carico alto o posto di lato fa aumentare le possibilità di sbandamento in curva e/o in frenata;
- Un carico male assicurato, in una curva presa ad elevata velocità, può cadere colpendo i veicoli che seguono o creando problemi alla circolazione. Particolari tipi di carichi, ad esempio i rotoli di lamiera, richiedono una guida particolarmente attenta

LA STRADA

Occorre essere particolarmente prudenti quando, alle normali condizioni di guida, si aggiungono altri pericoli riconducibili alle condizioni atmosferiche ambientali, come in caso di pioggia intensa, nebbia fitta, neve o fondo ghiacciato, forte vento

Riduci la velocità: e mantieni un'adeguata distanza di sicurezza

PIOGGIA

In caso di pioggia occorre guidare con estrema prudenza, mantenendo una velocità moderata e un'andatura costante, senza brusche accelerazioni e decelerazioni o sterzate improvvise. Bisogna prestare grande attenzione alle pozzanghere, la cui profondità spesso è difficile da determinare. Particolarmente insidioso è il fenomeno dell'aquaplaning, che si verifica quando gli intagli sul battistrada non riescono più a pompare lateralmente l'acqua che si accumula tra asfalto e pneumatico, fino a provocare la perdita completa di aderenza e del controllo dell'auto.

Questo fenomeno è tanto più pericoloso quanto più:

- È grande lo spessore d'acqua
- È usurato il battistrada
- È bassa la pressione del pneumatico
- Si procede a forte velocità

Se ci sono tratti di strada allagati, occorre perciò avanzare a velocità estremamente ridotta. Per evitare la completa ingovernabilità del mezzo occorre inoltre aumentare dal 20 al 80%, a seconda delle condizioni, la distanza di sicurezza

Nelle frenate in caso di pioggia, occorre considerare che lo spazio di frenata raddoppia e si rischia l'ingovernabilità del mezzo, che non risponde ai comandi dello sterzo.

In parte ci viene in aiuto l'abs, ma solo entro certi limiti!

N caso di pioggia intensa è sconsigliato utilizzare proiettori di profondità (gli abbaglianti), in quanto potrebbero amplificare l'effetto di riflessione della luce sulle particelle di acqua e ridurre la visibilità effettiva.

GUIDA IN CASO DI NEBBIA

La nebbia è un compagno di viaggio subdolo che avvolge tutto quello che ci circonda, nascondendo dalla nostra visuale ogni ostacolo

Con la nebbia diventa più difficile valutare la differenza di velocità rispetto al veicolo che ci precede. Per questo accadono spesso violenti tamponamenti a catena.

Occorre, dunque:

- Disporre di un impianto di illuminazione e segnalazione in perfetta efficienza. Accendi, in particolare, i proiettori fendinebbia e il faro retronebbia che aiutano a distinguere la segnaletica orizzontale. Anche se possono essere insufficienti per distinguere gli ostacoli;
- Ridurre drasticamente la velocità, adeguandola alle condizioni effettive di visibilità: occorre mettersi nella condizione di poter percepire in tempo la presenza di un ostacolo, così da essere in grado di arrestare il veicolo in sicurezza
- Evitare, date le condizioni di scarsa visibilità, sorpassi e altre operazioni pericolose

GUIDA IN CASO DI NEVE O FONDO GHIACCIATO

Montare le catene da neve che permettono di avere una presa maggiore

Procedere a velocità ridotta, utilizzando preferibilmente la seconda marcia per evitare lo slittamento delle ruote

Non effettuare brusche accelerate o sterzate improvvise

Evitare di fare frenate decise, soprattutto sul ghiaccio dove lo spazio di frenata può diventare 10 volte più lungo del normale

Se non si dispone di abs, modulare la pressione del pedale sul freno per impedire il bloccaggio delle ruote

GUIDA IN CASO DI FORTE VENTO

Procedere a velocità ridotta

Mantenere un'impugnatura decisa del volante, con i pollici ancorati alle razze

Prestare particolare attenzione in uscita dalle gallerie e quando si transita sui viadotti

EMERGENZE

SOCCORSO IN CASO DI INCIDENTE STRADALE

Quando si verifica un incidente stradale, fermati e presta soccorso agli eventuali feriti! Non è solo un obbligo prescritto dal codice civile, ma soprattutto un dovere morale, un comportamento civile

Non solo chi è coinvolto nell'incidente, ma anche chi si trova a passare più tardi e si rende conto chiaramente della presenza di feriti, deve fermarsi e fornire assistenza.

Le azioni da compiere sul luogo dell'incidente sono:

- Segnalare che si è verificato un incidente e sono presenti ostacoli sulla carreggiata, per evitare altri incidenti con i veicoli che sopraggiungono.
- Occorre parcheggiare l'auto a qualche metro da quella che precede, azionare i lampeggianti e mettere il triangolo di emergenza
- Fare una prima valutazione sommaria della gravità dell'incidente, numero di feriti e gravità delle lesioni, al fine di fornire informazioni adeguate ai soccorritori;
- Avvisare i servizi di soccorso, fornendo informazioni quanto più dettagliate possibili sul luogo dell'incidente, il tipo di veicoli coinvolti, il numero di feriti e la gravità delle

lesioni. In questa fase occorre avere sangue freddo ed essere molto precisi nel dare le informazioni al fine di consentire interventi tempestivi e adeguati da parte dei soccorritori. Questi possono così arrivare sul posto con le attrezzature idonee.

Avendo già un quadro della situazione

- Prestare soccorso nei limiti delle proprie capacità e della prudenza. Alcune lesioni richiedono l'intervento di personale specializzato: per questo è meglio non improvvisarsi medici, rischiando di aggravare le lesioni con manovre incongrue o errate.

SOSTA DI EMERGENZA

Se ci si accorge che il veicolo è in avaria...

Se c'è stata la perdita del carico che si trasportava...

Se occorre sostituire uno pneumatico...

Se si ha un malore...

Queste sono solo alcune delle situazioni che possono richiedere una sosta di emergenza.

In tali casi è bene essere molto prudenti e seguire alcune regole fondamentali per non esporre al rischio la propria vita e quella degli altri:

- Fermarsi in condizioni di sicurezza. Rendere libero, per quanto possibile, il transito, provvedendo a rimuovere l'ingombro e a spingere il veicolo fuori della carreggiata o, se ciò non è possibile, a collocarlo su margine destro della carreggiata, parallelamente all'asse;
- Segnalare la presenza del veicolo e l'ingombro, utilizzando l'apposito segnale mobile di pericolo, il triangolo, che va collocato in posizione stabile ad almeno 30 metri dalla parte posteriore del mezzo. Se la sosta di emergenza avviene di notte o in condizioni di scarsa visibilità accendere le luci di posizione o di emergenza, se occorre, anche le luci posteriori antinebbia e i fari anteriori;
- Rendere visibile la propria presenza indossando, come previsto dal codice della strada, i dispositivi retroriflettenti di protezione individuale, come il giubbotto ad alta visibilità, sia mentre si va a posizionare triangolo, in fase di presegnalamento, sia quando si circola sulla strada e si compiono le operazioni di emergenza
- Far uscire tutti gli occupanti del veicolo, in particolare se ci sono condizioni di scarsa visibilità, facendoli disporre quanto più possibile sul margine destro, al di fuori della carreggiata, per evitare potenziali tamponamenti

Ricordati che per qualsiasi avaria rilevante (ad esempio guasto ai freni, al motore ed in generale agli organi di controllo del veicolo) l'arresto del veicolo può avvenire con l'ausilio del freno a mano azionato gradualmente.

STRATEGIE PER UNA GUIDA SICURA

Se devi guidare, indipendentemente dal mezzo che usi, rinuncia già al primo bicchiere

Se vai a cena fuori casa, mettiti d'accordo con i colleghi su chi non dovrà bere e farà da autista per il rientro a casa

Piuttosto che guidare in stato di ebbrezza, prendi un taxi, è sicuramente più conveniente

Se devi guidare, i succhi di frutta sono bevande particolarmente raccomandate perché aiutano a prevenire la stanchezza

Non consumare pasti abbondanti prima di metterti alla guida perché aumentano la sonnolenza segui scrupolosamente tutte le norme stabilite dalla legge e raccomandate dagli istruttori di scuola guida per guidare in sicurezza: usa sempre le cinture, mantieni una velocità moderata, rispetta le distanze, usa sempre il casco quando vai in moto

ALLEGATO "A"

Nel presente allegato sono indicate I controlli che devno essere eseguiti sui veicoli aziendali e con che peridoicità.

Il lavoratore è tenuto alla compilazione di queste schede, stampandone di volta in volta un copia e archiviandola; è fatta eccezione per la scheda relativa ai controlli "PRIMA DELL'USO" che potrà essere usata come ceck list e l'esito dei controlli non dovrà essere annotato se non su richiesta del datore di lavoro che per limitati periodi potrebbe chiederne la compilazione cartacea al fine di garantire un promemoria delle procedure da seguire.

VERIFICHE ANNUALI

Tipo di verifica	Esito negativo	Esito positivo
Condizioni della carrozzeria	Pessimo	29iscrete/buono/ottim o
Verifica livello liquido batteria (solo batterie non sigillate)	Pessimo	29iscrete/buono/ottim o
Verifica adeguatezza pneumatici rispetto al libretto di circolazione (al moneto del cambio pneumatici)	Non conformi	conformi
Ruota di scorta	Non presente/non integra	Presente e integra

VERIFICHE SEMESTRALI

Tipo di verifica	Esito negativo	Esito positivo
Verifica livello olio motore + verifica a 15 gg dal cambio o rabbocco.	1/4, 2/4, 3/4	4/4
Verifica livello olio freni + verifica a 15 gg dal cambio o rabbocco.	1/4, 2/4, 3/4	4/4
Verifica livello liquido di raffreddamento + verifica a 15 gg dal cambio o rabbocco.	1/4, 2/4, 3/4	4/4
Esecuzione tagliandi (vedasi libretto istruzione veicolo)	Non eseguito	Eseguito
Esecuzione altri controlli e manutenzioni previsti dal costruttore (vedasi libretto istruzione veicolo)	Non eseguito	Eseguito
Esecuzione revisione (max ogni 2 anni, 4 anni la prima)	Non eseguito	Eseguito
Scadenza assicurazione	scaduta	valida
Possesso patente in corso di validità da parte del personale	Non presente	Presente

VERIFICHE MENSILI

Tipo di verifica	Esito negativo	Esito positivo
Condizioni abitacolo	Pessimo	discreto/buono/ottimo
Usura pneumatici (controllo tacca di riferimento)	Pessimo (alla tacca o inferiore)	discreto/buono/ottimo
Pressione pneumatici (verifica da indicazioni sul pneumatico e libretto di istruzioni con eventuale gonfiaggio)	Pessimo/discreto ($\pm 10\%$ val. nominale)	Buono ($\pm 5\%$ val. nominale) /ottimo
livello liquido lavavetri	non presente	Presente
stato usura tergicristalli	Pessimo/discreto	buono/ottimo
luci di posizione anteriori	non funzionanti	Funzionanti
luci anabbaglianti	non funzionanti	Funzionanti
luci abbaglianti	non funzionanti	Funzionanti
di tutti indicatori di direzione (freccie)	non funzionanti	Funzionanti
luci di stop	non funzionanti	Funzionanti
luci posizione posteriori	non funzionanti	Funzionanti
luci fendinebbia e retronebbia	non funzionanti	Funzionanti
luci retromarcia	non funzionanti	Funzionanti
luci targhe	non funzionanti	Funzionanti
pacchetto di medicazione	non presente o non integro	Presente integro
giubbino ad alta visibilità	non presente	Presente
estintore per autoveicolo	non presente o non verificato	Presente e verificato
Martello frangivetro	non presente	Presente
Tagliacinture di sicurezza	non presente	Presente
Gli pneumatici installati sono adeguati alla stagione in corso (estiva/invernale)	no	si

VERIFICHE PRIMA DELL'USO

Tipo di verifica	Esito negativo	Esito positivo
Si è in condizioni psicofisiche adeguate (non si sono bevuti alcolici, non si è assennati, non si è mangiato pesante,..)	no	si
Condizioni pneumatici (evidenti tagli, fori, perdita di pressione,..)	Pessimo/discreto	buono/ottimo
Verifica evidenti perdite liquidi dal motore (verifica riversamento liquidi manto sottostante)	Presenti	non presenti
Regolazione seduta (altezza, distanza volante, poggiatesta)	non eseguita	Eseguita
Regolazione specchietti retrovisori laterali e centrale	non eseguita	Eseguita
Cinture di sicurezza e sistema di bloccaggio	non eseguita/non funzionanti	Eseguita e funzionanti
Spie di guasto/emergenza/avaria/...	presenti	Non presenti
Qualcuno ha segnalato guasti/malfunzionamenti al veicolo	si	No
Ci sono prescrizioni all'uso del veicolo (es: uso occhiali)	Si e non sono rispettate	No / SI e sono rispettate
SE È PREVISTO IL TRASPORTO DI CARICHI		
Il carico da trasportare rispetta il massimo carico del veicolo/portapacchi (se esterno)	no	Si
Il carico interno invade l'abitacolo o fuoriesce dal veicolo (es: attraverso i finestrini)	si	No
Presenza apposite cinghie per la trattenuta di eventuali carichi marcate CE	Non presenti	presenti
Il carico è stato fissato adeguatamente (anche se interno)	no	si
Il carico sporge dalla sagoma del veicolo	si	no
Se sporge dalla sagoma del veicolo è adeguatamente segnalato con cartello quadrato, rinfrangente, bianco-rosso	no	si
Regolazione dei fari per compensazione dei carichi	Non eseguita	eseguita

NEL CASO IN CUI UNA SOLA DELLE RISPOSTE PRECEDENTI DIA ESITO NEGATIVO, IL VEICOLO NON POTRA' ESSERE UTILIZZATO SINO ALLA RISOLUZIONE DEL PROBLEMA.

Il lavoratore è autorizzato ad eseguire piccole manutenzioni che possono essere intese come:

- verifica dei livelli dei liquidi e rabbocco per ciò che concerne l'olio motore e liquido radiatore (non altri liquidi)
- controlli di usura componenti
- verifica di funzionamenti dai vari componenti (es: luci)

Il lavoratore è tenuto a segnalare al datore di lavoro qualsiasi "esito negativo" derivante dai controlli di cui al presente allegato ed a non utilizzare il veicolo

DICHIARAZIONE SOSTITUTIVA DELL'ATTO DI NOTORIETA'

(Art. 47 D.P.R. 28 dicembre 2000, n. 445)

Il/la sottoscritto/a.....

nato a..... il.....

residente a.....

in Vian.....

consapevole delle sanzioni penali, nel caso di dichiarazioni non veritiere, di formazione o uso di atti falsi, richiamate dall'art. 76 del D.P.R. 445 del 28 dicembre 2000

DICHIARA

- a) di essere in possesso di patente di guida di categoria B, numero con scadenza
- b) che la patente di cui al punto precedente è in corso di validità, ovvero non è oggetto di provvedimenti di ritiro, sospensione, revoca
- c) che alla conduzione del veicolo, risultano applicabili le seguenti limitazioni (ad esempio uso occhiali):.....
- d) di non essere affetto da patologie che possano comportare rischi per la guida (es: diabete, epilessia,..) secondo quanto indicato nel codice della strada e nelle norme applicabili e che tale condizione sia stata confermata dal medico competente

DICHIARA INOLTRE

- e) che comunicherà immediatamente al datore di lavoro, eventuali condizioni che abbiano provocato, da parte dell'autorità pubblica, l'adozione di uno dei provvedimenti di cui al punto b) e di qualsiasi altra condizione che interrompa la validità della patente di guida.
- f) di essere a conoscenza del codice della strada e delle norme applicabili alla conduzione dei veicoli, strettamente connesse al rilascio, da parte della MCTC, della patente di guida.
- g) che provvederà a segnalare prontamente qualsiasi anomalia del veicolo riscontrata durante la guida
- h) che comunicherà immediatamente al datore di lavoro l'uso di farmaci, nel cui foglietto illustrativo siano riportate controindicazioni che si possano ripercuotere direttamente od indirettamente, sulla capacità di guida ed attenzione (es: sonnolenza, capacità di reazione alterata,...)
- i) che nel caso usi un veicolo privato per necessità lavorative, si metterà alla guida secondo le procedure di sicurezza aziendali
- j) che utilizzerà il veicolo aziendale considerandolo come se fosse proprio e/o comunque un bene comune, avendone cura e utilizzandolo con diligenza, prudenza e perizia, non ponendo in essere comportamenti inappropriati
- k) di non mettersi alla guida qualora abbia assunto alcolici, sostanze psicotrope o stupefacenti
- l) di avere ricevuto idonea formazione ed informazione circa le procedure di sicurezza da adottare durante la guida e di averle comprese integralmente e compilerà con regolarità le check-list di controllo in esse indicate
- m) che concede al datore di lavoro, se egli lo ritenesse necessario, di verificare lo stato di sicurezza del veicolo privato alla stregua di un veicolo aziendale.

Luogo, data

Firma.....

Ai sensi dell'art. 38, D.P.R. 445 del 28 dicembre 2000, la dichiarazione è inviata insieme alla fotocopia, non autenticata di un documento di identità del dichiarante