

# LE 10 PRINCIPALI REGOLE CHE SALVANO LA VITA ALLA GUIDA DEI VEICOLI



“Le 10 principali regole che salvano la vita alla guida dei veicoli”

1. Prima di partire allaccia la cintura di sicurezza e falla allacciare a tutti i passeggeri. Se sei in moto, metti il casco e allaccialo. Il casco non allacciato equivale a non averlo.

2. Se devi guidare, non bere alcolici. Se non sei in condizioni psico-fisiche perfette, fa' guidare un tuo amico che non ha bevuto e non è stanco. Mettiti d'accordo prima con i tuoi amici su chi non deve bere alcolici per riportare tutti a

casa sani e salvi.

3. L'assunzione di sostanze stupefacenti altera gravemente le condizioni psico-fisiche e alla guida provoca effetti disastrosi su se stessi e sugli altri. Non farlo.

4. La velocità elevata è la principale causa di morte sulle strade. Ricordati che, a parte specifici limiti inferiori segnalati sul posto, non puoi mai superare i 50 km/h in città, i 90 km/h sulle strade extraurbane e i 130 km/h in autostrada.

5. Usare il telefonino mentre guidi è vietato e ti impedisce di avere il perfetto controllo dell'auto. Se devi parlare al telefono, fermati.

6. Concentrati solo sulla guida, evitando gesti che ti distraggono, come manovrare la radio e fumare (che già fa male di per sé). Tieni basso il volume dell'impianto stereo. La musica ad alto volume distrae e ti fa sbagliare.

7. Non far entrare in macchina più persone di quanto sia consentito (leggi il libretto). In caso di incidente, il trasporto di persone oltre i limiti consentiti aumenta il rischio e l'entità dei danni alla persona.

8. Rispetta la distanza di sicurezza con il veicolo che ti precede. Se viaggi a 50 km/h ti occorreranno 25 metri per arrestare il tuo veicolo e evitare di colpire un veicolo fermo. A 90 km/h ti occorreranno 60 metri. A 130 km/h per fermarti avrai bisogno di circa 110 metri.

9. Di notte le condizioni di visibilità della strada sono inferiori e i tempi di reazione alle situazioni di pericolo sono superiori. Diminuisci la velocità.

10. Ricordati infine che sulla strada non ci sei solo tu. I pericoli possono venire dagli "altri". Ma se guidi in modo prudente e rispettoso delle regole puoi evitare molte situazioni di pericolo. Dillo anche agli "altri".