



**FII TREAZ
laVOLAN!**



Campanie Națională
de **Siguranță și Prevenție Rutieră**



www.treazlavan.ro
www.politiaromana.ro

**FII TREAZ
laVOLAN!**

by xprimm

Campanie realizată cu sprijinul



Nu pleca la drum
fără **asigurare!**

Verifică valabilitatea **poliței RCA** - asigurarea **OBLIGATORIE** de răspundere civilă - în baza CEDAM, disponibilă online.

Conducerea sub influența alcoolului reprezintă **excludere** pentru asigurarea CASCO.

Asigură-ți mașina printr-o poliță CASCO! **Asigurarea CASCO** îți protejează propria mașină, în timp ce polița RCA acoperă numai daunele pe care le provoci altora din vina ta.



Campanie realizată cu sprijinul



Știi că...



Sunt necesare doar **3 secunde** de neatenție pentru ca un accident rutier să aibă loc?

Când citești un mesaj în timp ce conduci, atenția îți este distrasă timp de **5 secunde?**



Vorbirea la telefon în timp ce conduci, chiar și cu handsfree, îți scade acuratețea vizuală periferică și îți îngustează câmpul vizual?



Conform studiilor, când vorbești la telefonul mobil, poți reacționa mai greu în caz de pericol, devii mai puțin conștient de împrejurimi și te uiți mai puțin în oglinzi?

Toate acestea pot fi evitate!
Nu uita că viața ta și a celor din jur este în mâinile tale!



Parteneri Media



facebook.com/treazlavan

facebook.com/PolitiaRomana
www.politiaromana.ro



Concentrează-te în totalitate pe condus! Nu lăsa nimic să îți distragă atenția! Urmărește drumul cu atenție! Folosește oglinzile retrovizoare! Fii atent la bicicliști și pietoni!

Nu folosi telefonul mobil în timp ce

conduci! Dacă trebuie să vorbești la telefon, trage pe dreapta sau oprește într-o parcare.

Șoferii care vorbesc la telefonul mobil în timp ce conduc nu observă peste 50% din ce se întâmplă în jur și au o probabilitate de 4 ori mai mare să fie implicați într-un accident.¹ ✓✓

Folosește sisteme tip

hands-free dacă chiar

trebuie să vorbești la telefon și nu poți opri undeva în siguranță. Încheie conversația cât mai repede. ✓✓

Nu tasta când conduci! Lasă mesajele sau verificarea contului de Facebook, Instagram sau alte rețele sociale pentru altă dată!

Când scrii un mesaj text, îți iei ochii de la drum pentru 5 secunde. Dacă ai merge cu 90 km/h, ar fi echivalent cu a străbate un teren de fotbal cu ochii închiși.² ✓✓

Studiază dinainte traseul pe care vrei să mergi. **Dacă folosești un sistem de navigare/ GPS, programează-l înainte de a porni la drum** și folosește setările audio pentru indicații, ca să eviți să te uiți la ecran pentru instrucțiuni.

Fii un **#pietontreaz**! Nu te lăsa distras de telefonul mobil când traversezi! Asigură-te înainte de a trece strada și nu traversa în fugă!

Când conduci, pune telefonul pe modul silențios sau închide-l de tot, pentru a nu fi tentat să răspunzi. Folosește un serviciu de mesagerie care să îți preia apelurile.

Fii **#treazpebicicletă**! Nu te lăsa distras de telefonul mobil atunci când circuli cu bicicleta! Asigură-te și semnalizează înainte de a schimba direcția de mers, mai ales spre stânga! Traversează trecerile pentru pietoni **PE LÂNGĂ** bicicletă, **NU PE** bicicletă!

Nu te pieptăna/îmbrăca/ machia în timp ce te afli la volan!

Nu mănca la volan! Nu consuma băuturi în timp ce conduci!

Se estimează că un șofer care bea sau mănâncă în timp ce conduce are o probabilitate de 3,6 ori mai mare să fie implicat într-un accident rutier comparativ cu un șofer atent care nu face acest lucru.³

Ai grijă ca atât copiii, cât și animalele de companie să fie așezați în siguranță în mașină, în dispozitive speciale. Dacă au nevoie de atenția ta, trage pe dreapta, în siguranță, pentru a te ocupa de ei. **Nu te întoarce către locurile din spate în timp ce conduci, pentru că poți pierde controlul mașinii!**

Ajustează-ți elementele precum GPS-ul, oglinzile, scaunul, centura, sistemele de sunet și cele de aer condiționat din mașină înainte de a pleca la drum.

Pune obiectele care se pot deplasa sau care pot cădea în timpul mișcării mașinii în portbagaj sau fixează-le pentru a preveni acest lucru, ca să nu fii tentat să te întinzi după ele în timp ce conduci.

Păstrează-ți calmul la volan. Emoțiile negative, precum starea de nervozitate, îți afectează capacitatea de a conduce. Un studiu experimental a indicat că cearta cu un pasager din mașină poate distra și mai mult atenția șoferului decât o conversație telefonică la volan.⁴

Cele trei tipuri de distragere a atenției la volan:

Vizuală: nu te uiți la drum • **Cognitivă (mentală):** nu ești atent la condus • **Fizică (manuală):** ai una sau ambele mâini ocupate cu alte activități decât condusul.