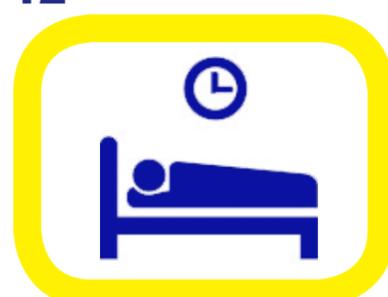
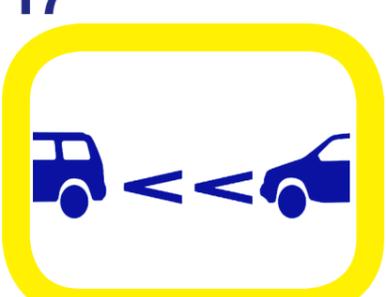
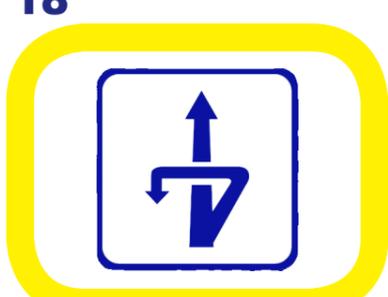


ESTE VERANO VIAJA CON TU AUTOMOVIL DE FORMA SEGURA

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

PON EN PRÁCTICA ESTOS CONSEJOS

Consulta la explicación de cada consejo en la parte trasera de esta hoja.

21*



ESTE VERANO VIAJA EN AUTOMÓVIL DE FORMA SEGURA

Llega el verano y con él la época en la que se produce el mayor número de desplazamientos por carretera. Se trata de viajes que requieren adoptar una serie de medidas, tanto de forma previa, como en el propio transcurso, pero que con las prisas y con las ganas de comenzar a disfrutar de las vacaciones, muchas veces olvidamos. Por esa razón, desde el **Real Automóvil Club Vasco Navarro (RACVN)** queremos proponerte 21 consejos para viajar con los tuyos en automóvil de una forma segura. Descárgate este documento desde nuestra página web (www.racvn.net), imprímelo, consúltalo y llévalo contigo en tu vehículo.

- 1.- Revisa el coche de antemano y ponlo a punto en un taller.
- 2.- Revisa la documentación (asegúrate de que llevas contigo todos los documentos y que están en orden).
- 3.- Revisa los elementos de seguridad adicionales (rueda de repuesto, chalecos, triángulos, etc).
- 4.- Comprueba que funcione correctamente el sistema de aire acondicionado o climatizador.

- 5.- Lleva agua y/o refrescos en el vehículo.
- 6.- Prepara la ruta de antemano (comprueba la ruta en un mapa y configura el gps de forma previa).
- 7.- Procura llevar los teléfonos móviles con la batería cargada al máximo pero no lo utilices mientras conduces.
- 8.- Coloca el equipaje y los objetos que lleves contigo, de forma que no se puedan desplazar dentro del habitáculo, caerse, quitar visibilidad, etc.

- 9.- Si se transportan mascotas, deben ir sujetas con los elementos homologados para ello.
- 10.- Durante el viaje todos los pasajeros deben llevar siempre el cinturón de seguridad bien colocado. Los niños deben viajar en sillitas homologadas y con los arneses (agarres) bien colocados.
- 11.- Procura hacer descansos cada 2 horas (en áreas preparadas para ello).
- 12.- Antes de iniciar un viaje debes haber descansado de forma correcta.

- 13.- Pregúntate a tí mismo (y procura ser objetivo) si estás en condiciones físicas y/o anímicas para conducir.
- 14.- Al volante nada de alcohol, drogas o ciertos medicamentos.
- 15.- Si se estás consumiendo un medicamento como parte de un tratamiento, asegúrate de antemano de que es compatible con la conducción y de cuáles pueden ser sus efectos.
- 16.- Respeta siempre los límites de velocidad y la normativa de tráfico.

- 17.- Mantén siempre una distancia de seguridad con los demás vehículos.
- 18.- En caso de equivocarte, continúa hasta la próxima salida o cambio de sentido, sin hacer maniobras bruscas ni extrañas.
- 19.- No dejes nunca a ninguna persona o mascota (sola) dentro del vehículo, si el vehículo está parado, al sol y sin el aire acondicionado funcionando. (Recuerda que el aire acondicionado no funciona si el motor del vehículo no está en marcha).
- 20.- Procura llevar unas gafas de sol. Si necesitas gafas graduadas procura llevar gafas de sol que también estén graduadas. Ten en cuenta que, con el aire acondicionado las lentillas (o lentes de contacto) se resecan dificultando la visión y produciendo picor y sensación de cansancio en los ojos.

- 21.- En caso de sufrir o presenciar un accidente, aplica la técnica llamada PAS, que consiste en Proteger la zona, Avisar a los servicios de emergencia y Socorrer a los Heridos y personas implicadas.

