



VRC
RENEWABLE

Conducir: Seguridad

Propósito

- ✓ El propósito de esta capacitación es principalmente que quienes lo realicen puedan adquirir más y mejores herramientas como conductores de vehículos, para desempeñarse con responsabilidad y cuidado en el espacio publico.



Contenido

- ✓ Consejos para conducir
- ✓ Conducción segura
- ✓ Leyes de exceso de velocidad, tráfico y seguridad vial
- ✓ DUI y DWI
- ✓ Consejos para conducir en invierno



Consejos para conducir

✓ Concéntrese en conducir

- ✓ La clave para conducir con seguridad es ignorar siempre las distracciones y mantener el enfoque en la carretera. Siga siempre estos pasos:
- ✓ Mantén el 100% de tu atención en la conducción
- ✓ Sin multitarea.
- ✓ No use ningún dispositivo electrónico mientras conduce.
- ✓ Tranquilo.



Consejos para conducir

✓ Conducción defensiva

- ✓ Practique la conducción defensiva siguiendo estos pasos:
- ✓ Tenga en cuenta lo que otros conductores a su alrededor están haciendo.
- ✓ Espere lo inesperado.
- ✓ Suponga que otros conductores y automovilistas harán algo inseguro, y siempre esté preparado para evitarlo.
- ✓ Mantenga una distancia de 3 segundos entre usted y el automóvil que está delante o 5 segundos si el clima es malo.



Consejos para conducir

✓ Plan de conducción Segura

- ✓ Programe paradas para comida, descansos, llamadas telefónicas u otras necesidades.
- ✓ Ajuste el asiento, los espejos y el clima antes de comenzar a conducir
- ✓ Deténgase para comer o beber.



Consejos para conducir

✓ Practique la seguridad

- ✓ No intente recuperar artículos que caen al suelo mientras conduce.
- ✓ Tenga los artículos necesarios al alcance de la mano
- ✓ Carga segura.
- ✓ Use siempre el cinturón de seguridad y conduzca sobrio.



Consejos para conducir

- ✓ No permita que los niños peleen o trepen en su automóvil, siempre deben estar abrochados en sus asientos. Demasiado ruido puede distraerte fácilmente de concentrarte en la carretera.
- ✓ Evite conducir cuando esté cansado; Tenga en cuenta que algunos medicamentos causan somnolencia y hacen que operar un vehículo sea muy peligroso



Consejos para conducir

- ✓ Siempre tenga cuidado al cambiar de carril, cambiar de carril demasiado rápido o no usar sus señales pueden causar un accidente o molestar a otros conductores.
- ✓ Tenga mucho cuidado al conducir durante la temporada de ciervos.



Conducción segura

Durante un accidente automovilístico

Si tiene un accidente, primero asegúrese de que nadie en el automóvil resulte herido. Luego, verifique a los pasajeros en el otro vehículo, a los peatones y a cualquier otra persona cercana para asegurarse de que estén bien. A continuación, haga lo siguiente:

- ✓ Permanezca en la escena.
- ✓ Llame al 911 o a la policía local inmediatamente
- ✓ Quédate en el coche
- ✓ Mantén la calma
- ✓ Póngase en contacto con su proveedor de seguros



Leyes de exceso de velocidad, tráfico y seguridad vial

- ✓ Nunca pase un autobús detenido que muestre una señal de alto a su izquierda, Significa que los niños están cruzando la calle.
- ✓ Si escucha una sirena que viene detrás de usted, tire hacia un lado, deténgase y espere hasta que el coche de policía o el camión de bomberos lo pase.
- ✓ Detenga completamente el vehículo en las señales de alto y busque a otros conductores y peatones antes de continuar.



Leyes de exceso de velocidad, tráfico y seguridad vial

- ✓ Siempre obedezca el límite de velocidad publicado.
- ✓ Al estacionar su vehículo, siempre respete las señales de discapacitados, las bocas de incendio, las zonas de parada de autobús, las restricciones de estacionamiento para ciertas horas del día y los lugares de estacionamiento que requieren permisos.



DUI & DWI

- ✓ Conducir después de beber demasiado alcohol se conoce como conducir bajo la influencia (DUI) o conducir en estado de ebriedad (DWI). El alcohol ralentiza sus reflejos, disminuye su agudeza mental y puede comprometer su capacidad para controlar un vehículo y conducirlo de manera segura.
- ✓ Un arresto por DUI puede llevar a consecuencias costosas, incluyendo tiempo en la cárcel, licencia de conducir suspendida y multas. Si golpeas y/o matas a alguien mientras conduces bajo los efectos del alcohol, las consecuencias son aún peores.



DUI & DWI

- ✓ Los 50 estados ahora han establecido .08% de concentración de alcohol en la sangre (BAC) como el límite legal para conducir bajo la influencia. Para los conductores comerciales, es .04%. Y si tienes menos de 21 años, es tolerancia cero.



Conducción en invierno

La nieve, la lluvia helada y el aguanieve hacen que las carreteras sean más peligrosas. Las precipitaciones invernales podrían traer carreteras cubiertas de nieve, falta de visibilidad de la carretera durante las nevadas y carreteras resbaladizas debido a los copos de nieve que se adhieren a las carreteras y al hielo negro. Hay algunos consejos de seguridad para ayudarlo a manejar la molestia que conlleva conducir en invierno:

- ✓ Siempre abróchate el cinturón.



Conducción en invierno

- ✓ Tenga precaución adicional en áreas que se congelan rápidamente, especialmente intersecciones, áreas sombreadas, puentes y pasos elevados.
- ✓ Revise regularmente los informes meteorológicos en la televisión o en línea para prepararse para el mal tiempo.



- ✓ Mantenga un kit de emergencia en el maletero de su automóvil. Incluye mantas, botiquín de primeros auxilios y cables de puente.
- ✓ Asegúrese de que su teléfono celular esté completamente cargado y que su automóvil siempre tenga el tanque lleno de gasolina.



Gracias!

