

En este número de la serie Ficha para la Acción, queremos entregarle algunas recomendaciones para que su veraneo sea realmente un período de descanso y entretenimiento, en el cual no deba lamentar accidentes o desgracias personales.

La receta para tener un feliz viaje de vacaciones es muy simple: basta con actuar en forma prudente y responsable.

### **Antes del viaje**

Es bueno planificar todo con anticipación, compartiendo responsabilidades con los demás integrantes de la familia. De este modo nadie se sobrecargará de trabajo y se evitarán sorpresas desagradables.

- ANOTE las cosas que deberá llevar, en función del largo del trayecto y del tiempo de permanencia fuera del hogar.
- DEFINA el itinerario, tanto para la ida como para el regreso. Prevea los lugares de detención para descanso y alimentación.
- INFORMESE del estado de las carreteras y caminos y del clima en los lugares que va a visitar.
- REVISE el nivel de agua y aceite, la presión de aire en los neumáticos, la rueda de repuesto y llene el estanque de bencina, el día antes de partir.
- CARGUE el auto la noche anterior, cuidando que elementos como bicicletas, coches u otros no tapen las luces traseras del vehículo ni quiten visibilidad al conductor.

### **Dese tiempo para revisar su automóvil**

#### **Controle especialmente:**

- frenos
- dirección
- luces
- neumáticos
- niveles

#### **No olvide llevar:**

- botiquín
- triángulos
- caja de herramientas
- bidón con agua
- linterna
- cuerda para remolque
- agua destilada
- líquido de frenos
- correa de ventilador

## ¡Llegó la hora

¡Por fin está todo listo! Valió la pena organizarse con tiempo, ¿verdad? Pero, atención, que en este momento también es bueno tener en cuenta ciertos consejos.

- EVITE llegar del trabajo y partir de inmediato. Mejor descanse bien esa noche y salga a la mañana siguiente, cuando se encuentre en perfectas condiciones físicas y psíquicas.
- Nunca consuma bebidas alcohólicas ni medicamentos -sean estimulantes o tranquilizantes- si va a conducir. Tampoco coma demasiado antes ni durante el viaje.
- RESPETE las normas y señales del tránsito y esté siempre atento a las condiciones de éste, evitando distraerse con situaciones ajenas a la conducción. Tampoco se enfrasque en discusiones ni buscando la ruta con el mapa mientras conduce.
- MANTENGA una velocidad y distancia prudentes, de acuerdo a las características y condiciones de la vía. Recuerde que los imprevistos son precisamente eso: imprevistos.
- LLEVE juegos, revistas y/o golosinas para que los niños no se aburran (no olvide llevar una bolsa para la basura y botar ésta en el lugar adecuado, no en la vía ni en la berma).
- MANTENGA una temperatura adecuada dentro del auto y la radio a un volumen moderado.
- Los bebés y los niños pequeños deben ir en su silla de seguridad, siempre en asiento trasero. Nunca sueltos ni en brazos de algún pasajero.
- RECUERDE que en los caminos rurales, e incluso en las carreteras, pueden cruzarse animales, personas, carretas u otros vehículos.
- DETENGASE en un lugar seguro cada vez que se sienta cansado. No olvide que no se debe conducir durante más de tres horas seguidas.
- DISPONGASE a relajarse y pasarlo bien, manteniendo la calma y el control frente a la agresividad de otros conductores. Sea amable; los errores de otros pueden ser involuntarios.
- USE siempre su cinturón de seguridad y pida a los pasajeros que también lo hagan.
- En lo posible, evite circular en horas "punta" o en días en los cuales se sabe que habrá más tráfico que lo normal. Es preferible viajar un día antes o uno después, que correr riesgos en una carretera demasiado congestionada.