



Els mesos de juliol i agost són els que registren un nombre més alt de desplaçaments de llarg recorregut. A més a més, s'incrementen els desplaçaments de curt recorregut, sobretot en carreteres secundàries, on hi ha més presència de ciclistes i vianants a la via. Si tries el vehicle per gaudir de les teves vacances tingues en compte les recomanacions que t'indiquem a continuació:

## ➔ Consells per a un viatge segur:

**Dies i hores a tenir en compte:** Els divendres són els dies amb més trànsit i els dimarts els que menys. Els canvis de quinzena, especialment el del 15 d'agost (festivitat en diverses comunitats autònomes i dia en què moltes localitats celebren les seves festes patronals), són els que concentren un nombre de desplaçaments més important.

Les hores més desfavorables per iniciar un viatge normalment són entre les 15:00 i les 23:00 hores dels divendres i durant el matí dels dissabtes, especialment a les sortides de les grans ciutats. La tarda de diumenge, amb el retorn de molts ciutadans als seus llocs de residència, també registra una intensitat de trànsit d'entrada als nuclis urbans més elevada, que es prolonga fins a altes hores de la nit.



Per zones, els principals problemes es presenten a les sortides de les grans ciutats i a les principals vies de comunicació d'accés a les zones del litoral. Les carreteres que normalment es veuen més afectades són les de Madrid, Castella la Manxa, Comunitat Valenciana, Múrcia i Andalusia.

**La nostra recomanació** ➔ Planificar els viatges per evitar els dies i hores amb més densitat de trànsit. És recomanable, per exemple, matinar o esperar al vespre per no coincidir amb l'operació sortida. A més a més, a l'estiu això ens permetrà conduir a les hores més fresques del dia.



## ➔ Consells per a un viatge segur:

Per tal d'arribar a la nostra destinació sans i estalvis, us indiquem a continuació una sèrie de consells:



- **Posa't el cinturó.** Actualment, tothom té clar que el cinturó **salva vides**, tanmateix, encara hi ha persones que no el fan servir. **Posa-te'l i assegura't que tots els passatgers del vehicle el fan servir.** Si viatgeu amb menors d'edat, sempre han d'utilitzar una cadireta infantil adequada a la seva talla i pes, correctament fixada i cordada, i col·locada a contramarcha si és possible.



- **Col·loca bé l'equipatge.** Situa els objectes més pesants a les zones inferiors i al centre per tal de tenir el centre de gravetat baix. Fixa bé l'equipatge als punts de subjecció del maleter per evitar que es desplaci. És aconsellable cordar els cinturons de seguretat dels seients del darrere quan no hi viatja ningú per evitar que, en cas d'accident, l'equipatge entri a l'habitacle. Si viatgem amb una **mascota**, aquesta **ha d'anar ben subjecta** (en transportí, gàbies, amb arnès, amb cinturó de seguretat, en seients protectors...) i allunyada del conductor perquè no interfereixi en la conducció.



- **Planifica la teva ruta i els descansos.** La fatiga pot jugar-te males passades al volant. Planifica els teus descansos abans de sortir, de manera a fer-ne un **cada 200 km o 2 hores de viatge**. Evitar els viatges després d'haver fet un àpat per evitar els efectes de la somnolència. La DGT disposa d'**Infocar**, un servei que permet conèixer les carreteres en temps real. Consulta'l per saber per endavant quina és la situació de les vies per les quals circularà i evitar així sorpreses.



- **Revisa el teu vehicle anticipadament.** Posa a punt el teu cotxe abans de sortir de viatge. **Revisa'n l'estat general** (frens, amortidors, bateria, llums, oli i filtres, refrigeració del motor, etc.) i presta especial atenció als **pneumàtics**. Si el cautxú està desgastat o la profunditat del dibuix és menor a 1,6 mm canvia'ls. Comprova també que **la pressió dels pneumàtics és adequada** abans d'emprendre un viatge.



- **Mantingues el cotxe fresc.** Evita que la temperatura del cotxe superi els 23 °C. **La calor produeix somnolència** i a partir de 35 °C es presenten símptomes similars a una alcoholèmia de 0,5 mg. **La temperatura ideal** del vehicle hauria d'estar compresa entre els 21 i els 23 °C.



- **Utilitza calçat i roba adequats.** Vesteix **roba lleugera**, que no li dificulti els moviments. Condueix amb **calçat còmode** que no t'impedeixi maniobrar bé amb els peus als pedals. És recomanable **no utilitzar ni xanquetes ni sabates de taló**.