

CONSEJOS PARA TRABAJADORES MOTORISTAS Y CICLOMOTORISTAS



- **Cumple siempre con las normas de circulación.** Respeta la señalización y los pasos de peatones.



- **Utiliza siempre casco.** Recuerda que debe estar homologado y según la normativa vigente de cada país. Se recomienda un casco integral para mayor protección.



- **Cumple con los límites de velocidad,** tanto durante tu jornada laboral como fuera.



- **Planifica los trayectos,** los pedidos, ten en cuenta el tráfico, las rutas disponibles... Si nos organizamos bien, evitaremos ir con estrés y prisas.



- **Lleva el equipamiento necesario:** chaqueta, pantalón, guantes y botas especiales. Recuerda que en caso de caída nuestro cuerpo será el que roce directamente con el asfalto, tanto en invierno como en verano.



- **Lleva siempre tu moto o ciclomotor a punto.** Debe tener un mantenimiento adecuado con sus correspondientes revisiones periódicas.



- **A la hora de hacer los repartos,** deja la moto y/o ciclomotor en un lugar seguro.



- **Lleva siempre el equipaje de forma segura.** Utiliza el maletero de la moto.



- **Durante la circulación, evita todo aquello que pueda suponer un riesgo:** zigzagear, adelantamientos incorrectos, circular demasiado pegado a los coches estacionados...



- **Házte ver. Lleva siempre encendido el alumbrado de cruce.** Las motos se mueven de manera más ágil y pueden llegar a ser poco visibles.



- **Respeto al resto de usuarios de la vía.** Como motoristas y ciclomotoristas nos encontramos entre los colectivos más vulnerables. Sé consciente de ello y aumenta la precaución respecto al resto de usuarios.



- **Muchos de los accidentes de moto se producen al final de la jornada laboral** o en el regreso a casa. Nunca bajes la guardia en la carretera.



- **El descanso es vital.** Para conducir una moto o ciclomotor se requiere de gran pericia. Es muy importante que nuestros sentidos estén al 100%. Descansa ante el menor síntoma de fatiga o sueño.



- **Nunca consumas alcohol y drogas** si vas a ir en moto o ciclomotor.