



Provincia di Rieti
Assessorato Politiche Giovanili

Save—As
Guida pratica per una guida sicura



Indice

Il Progetto Save As	Pag. 2
Sicurezza E' Informazione	Pag. 4
Crash quando avviene, come possiamo evitarlo!!	Pag. 6
La patente a punti	Pag. 12
Giovani sicuri per le strade d'Europa	Pag. 15
Sicurezza E' agire insieme	Pag. 18

Mi raccomando Testa sulle Spalle!!

Assessore alle Politiche Giovanili Francesco Tancredi

Link Utili

**Dipartimento della Gioventù Presidenza
del Consiglio dei Ministri**

www.gioventu.gov.it

Ministero Infrastrutture e Trasporti

www.infrastrutturetrasporti.it

Istituto Nazionale di Statistica

www.istat.it

Unione Province d'Italia

www.upinet.it

AzionEprovincegiovani

www.azioneprovincegiovani.it

Provincia di Rieti

www.provincia.rieti.it

Provincia di Perugia

www.provincia.perugia.it

Associazione Giovanile Juppiter

www.juppiter.it

Commissione Europea DG Trasporti

http://ec.europa.eu/transport/index_en.htm

Carta Europea della Sicurezza Stradale

www.erscharter.eu

The International Road Assessment Programme

www.irap.net

Care database

<http://www.careproject.eu/database/>

Sito Save As: www.provincia.rieti.it/progetto_saveas

Il Progetto Save As

Cos'è

“SAVE AS – Giovani Sicuri” è un progetto sulla sicurezza stradale rivolto ai giovani di età compresa tra i 14 e i 30 anni, finanziato dal Dipartimento della gioventù della Presidenza del Consiglio dei Ministri all'interno dell'Azione ProvincEgiovani e d'intesa con l'Unione delle Province d'Italia.

Chi partecipa

La Provincia di Rieti è Ente Capofila tramite il proprio Assessorato allo Sport e alle Politiche Giovanili, che agisce in partnership con l' Assessorato alla Mobilità, Trasporti e Sicurezza Stradale della Provincia di Perugia e con l'Associazione giovanile di promozione sociale Juppiter

Finalità

Promuovere l'educazione stradale tra i giovani, favorendo un approccio responsabile alla strada e alla guida;

Sensibilizzare i ragazzi sulla problematica della sicurezza stradale stimolando una più attenta e consapevole riflessione sui rischi e sui pericoli relativi all'uso dei veicoli;

Diffondere la cultura della sicurezza attraverso una campagna informativa incentrata sul concetto di consapevolezza e responsabilità, che integri la sicurezza stradale con altri atteggiamenti preventivi ed educativi: alimentazione, salute, ambiente e più in generale stili di vita consapevoli;

Far comprendere ai giovani e ai futuri guidatori che esiste un'alternativa all'eccesso di velocità, che si può abbassare i ritmi; sia sulla strada che nella vita. La riduzione della velocità, quindi, come scelta di tipo culturale;

Rendere i giovani soggetti attivi, partecipi e consapevoli delle decisioni;

Favorire la creazione ed il rafforzamento di reti interistituzionali e lo scambio di buone pratiche tra i territori;

Perché un progetto sulla sicurezza stradale ¹

Neutralizzare un tragico dato di fatto.

479 sono stati gli incidenti stradali verificatisi all'interno del territorio della Provincia di Rieti nel 2011. Il drammatico contributo dei giovani di età inferiore ai 29 anni a questa contabilità ammonta a 492 feriti e 3 morti (circa il 35% del totale).

Sempre nel 2011, nella Provincia di Perugia si sono registrati 2327 incidenti, causando 67 morti e 3324 feriti, di cui circa la metà di età compresa tra i 14 e i 30 anni.

Inesperienza, spavalderia, mancato rispetto delle regole del codice della strada, assunzione di stili comportamentali vietati e pericolosi, sono alla base di queste cifre . I giovani, pur consapevoli che il fenomeno rappresenti un problema serio e rilevante, spesso ne difettano di una reale percezione, soprattutto rispetto alle conseguenze concrete.

Incidere sulla coscienza dei giovani per l'adozione di comportamenti e stili di vita e di guida responsabili è quindi fondamentale per migliorarne il livello di sicurezza sulla strada e ridurre il livello di incidentalità.

Attività

- Incontri di formazione e di sensibilizzazione nelle scuole superiori delle Province di Rieti e Perugia con testimonial d'eccezione vicini al mondo giovanile.

- Creazione del portale web del progetto www.provincia.rieti.it/progetto_saveas e di una pagina facebook SaveAs Giovani Sicuri;
- Indizione di un concorso di idee per lo sviluppo di campagne di promozione sociale che aiutino la messa in sicurezza delle strade provinciali più pericolose;
- Produzione di un video di comunicazione sociale;
- Simulazioni di guida sicura e formazione al fine di garantire stili di guida corretti e migliorati;
- Weekend formativi con attività di outdoor-education
- Realizzazione di un'indagine conoscitiva sugli stili di vita dei giovani alla guida da presentare ai Consigli Provinciali di Rieti e Perugia

Risultati

- Formazione di 40 Peer Educators;
- Rafforzata conoscenza dei fattori di rischio alla guida e del relativo potenziale dannoso;
- Abilità di guida migliorate;
- Migliorata conoscenza delle norme del codice della strada e del sistema sanzionatori;
- Analisi sugli stili di vita dei giovani alla guida approfondita;
- Contatti tra la Pubblica Amministrazione e mondo giovanile facilitati;
- Capacità di networking e di partecipazione attiva dei giovani stimolata;

Sicurezza E' Informazione

Informazione → Pratica, Sensibilizzazione.

Informazione, Pratica, Sensibilizzazione. Diversi sono i progetti messi in campo per i giovani e la sicurezza stradale. Il successo di qualsiasi iniziativa dipende innanzitutto dall'attenzione dedicata al primo di questi tre elementi. Lavorare su dati aggiornati relativi agli stili di vita dei giovani, analizzarne il contesto di riferimento, individuarne i bisogni, contribuisce a migliorare l'efficacia delle attività e a veicolare al meglio i messaggi.

All'interno del progetto SaveAs un'attività specifica è stata dedicata alla raccolta dei dati ed all'elaborazione di informazioni sui comportamenti, le conoscenze e gli stili di vita dei giovani alla guida. L'indagine conoscitiva è stata realizzata tramite la somministrazione di un questionario "SaveAs-Giovani Sicuri" ai ragazzi delle classi IV e V di alcune Scuole Superiori delle Province di Rieti e Perugia.

Alcuni dati

L'educazione stradale dei giovani è un problema rilevante per i due territori interessati. Il dato sulle licenze di guida conferma che quasi tutti i ragazzi intervistati sono in possesso del patentino per il ciclomotore o la patente di guida b. Poco più della metà guida abitualmente un mezzo proprio, prevalentemente durante le ore pomeridiane e serali, e molto spesso viaggia in compagnia. L'alta percentuale di giovani "alla guida" incide sulla scarsa propensione all'utilizzo di mezzi di trasporto alternativi. Il 49 % dichiara infatti di utilizzare poco o mai il trasporto pubblico per gli spostamenti.

Il grado di adozione di comportamenti virtuosi per una guida sicura è eterogeneo: l'utilizzo del casco tra i giovani è molto diffuso (72%); quasi tutti (90%) allacciano le cinture di sicurezza prima di mettersi in viaggio; un'altissima percentuale dichiara di non aver mai guidato in stato di ebbrezza (più del 90%). A questi dati positivi si contrappongono: lo scarso utilizzo del vivavoce/auricolare mentre si guida (24%); il mancato rispetto dei limiti di velocità (solo il 33% dei ragazzi intervistati dichiara di rispettarli spesso); la scarsa diffusione della pratica del guidatore designato (solo il 24% dichiara di averla attuata almeno una volta all'interno del proprio gruppo di amici); la consuetudine ad uscire di casa all'ultimo momento (70%).

Tra le prime cause di infrazione emergono: il mancato rispetto della segnaletica (21%); l'uso del cellulare alla guida (17%), la mancata osservanza della distanza di sicurezza (14%). Passando dalla sfera dell'analisi comportamentale a quella della percezione del rischio nei giovani, la guida in stato di ebbrezza e/o sotto effetto di stupefacenti sale al primo posto tra le cause di incidente dovute a comportamenti altrui, seguita dall'eccesso di velocità, dalla stanchezza/distrazione del conducente e dai sorpassi azzardati.

Bisogni conoscitivi e problematiche individuate

E' interessante notare come, tra i giovani intervistati, una scarsa consapevolezza del rapporto diretto tra adozione di norme comportamentali scorrette e grado di incidentalità appare essere una costante. Spesso si riconosce l'errore commesso alla guida, ma non se ne percepisce il reale rischio. Le reazioni messe in atto al momento del riconoscimento dell'errore appaiono inoltre frutto di un istinto piuttosto che di una effettiva interiorizzazione e applicazione di codici comportamentali di guida adeguati.

La conoscenza delle norme del codice della strada e del relativo sistema sanzionatorio sembra essere superficiale, neutralizzandone di fatto l'effetto deterrente sull'assunzione di comportamenti di guida non adeguati dettati principalmente dall'inesperienza e dall'eccessiva sicurezza nei propri mezzi tipica dei giovani.

Nonostante la notevole attenzione dedicata alla problematica della sicurezza stradale da parte di attori istituzionali e non, ed alla espressa disponibilità dei giovani ad una maggiore partecipazione, poche sono state le occasioni di coinvolgimento diretto nei territori delle Province di Rieti e Perugia (solo il 29% degli intervistati ha dichiarato di aver partecipato ad iniziative sulla sicurezza stradale al di fuori del progetto Save As). Inoltre, risulta scarsamente valorizzata l'opportunità di cooperazione e scambio con le reti giovanili e i network tematici europei quale fattore di supporto e di stimolo per i giovani dei territori provinciali nel rendersi parte attiva e consapevole del problema.

La Brochure

La Brochure vuole essere uno strumento informativo e promozionale rivolto ai giovani ed agli attori istituzionali locali, focalizzato sui bisogni conoscitivi e sulle problematiche individuate. L'obiettivo del lavoro è quello di fornire una serie di input conoscitivi che stimolino il desiderio ad un successivo approfondimento e a una messa in pratica diretta di comportamenti e iniziative virtuose sul tema della sicurezza stradale.

La prima parte è dedicata ai principali fattori di rischio alla guida ed alle raccomandazioni utili sulle buone norme comportamentali da porre in essere per ogni fattore di rischio individuato. Vengono inoltre fornite alcune informazioni "spot" sulle norme del codice della strada più rilevanti e del relativo sistema sanzionatorio.

La seconda parte raccoglie delle informazioni sintetiche sul funzionamento della patente a punti.

La terza parte contiene una sintesi delle principali iniziative europee per la sicurezza stradale dei giovani.

Infine, la parte conclusiva fornisce una serie di consigli pratici e di suggerimenti per tutti i soggetti attivi sul tema dell'educazione stradale.

Crash quando avviene, come possiamo evitarlo!!

La causa principale degli incidenti stradali è rappresentata dal comportamento scorretto dell'uomo alla guida. Ed è per questo che il singolo individuo può essere considerato in assoluto come il migliore dispositivo di sicurezza alla guida, solo se bene informato e disciplinato. La maggior parte dei sinistri deriva infatti da distrazione, velocità eccessiva, guida in stato di ebbrezza o sotto effetto di droghe, uso del cellulare durante la guida, sonnolenza e stanchezza. Tutti comportamenti che possono essere modificati.

I giovani alla guida

Tra la categorie di "drivers" più a rischio vi è senz'altro quella dei giovani, soprattutto a causa della relativa esperienza di guida, ma non solo. I giovani, sono meno abili nella valutazione e nella percezione dei rischi, sfidano i propri limiti, sovrastimano le proprie capacità, sono maggiormente esposti all'influenza dei propri compagni.

Sono diversi i fattori di rischio che contribuiscono ad alimentare il livello di incidentalità sulla strada tra i giovani:

- Assunzione di alcohol e droghe alla guida
- Distrazione
- Mancato utilizzo delle cinture di sicurezza e del casco
- Eccesso di Velocità
- Stanchezza
- Scarsa visibilità

Di seguito verrà fornito un quadro sintetico per ciascuno di questi fattori

I principali fattori di rischio alla guida

Alcohol e Droghe

Guidare sotto l'effetto di alcohol o di droghe è illegale. Ma quanti ragazzi lo fanno? E' difficile trovare statistiche precise e veritiere a riguardo, dato che non tutti ammettono di infrangere la legge.

Quello che è certo è che, statisticamente, chi beve o fa uso di sostanze stupefacenti alla guida ha molte più probabilità di essere coinvolto in un incidente stradale ².

- Alcohol e droga rappresentano il fattore di rischio determinante in circa il 25% degli incidenti stradali.
- Tra il 15% e il 30% di giovani gravemente feriti in incidenti stradali riscontra tracce di sostanze stupefacenti e di alcohol nel sangue oltre il limite consentito.
- Tra i giovani deceduti il range si allarga tra il 15% e il 40%
- La maggioranza dei giovani coinvolti in incedenti stradali o deceduti riscontra dei livelli di alcohol nel sangue oltre i 0.5 g/L.

Ma l'alcohol e le droghe possono essere pericolose anche quando non si sta al volante. Un alto numero di persone perde la vita mentre attraversa una strada o va in bici dopo aver bevuto troppo

Quali sono i rischi

E' ormai conclamato che la presenza droghe nel sangue incide negativamente sulla sicurezza alla guida:

- La Cannabis riduce la capacità di concentrazione, annebbia la vista e riduce la capacità di reazione sotto pressione
- L' LSD influisce sulla capacità di percezione
- Le Anfetamine riducono il livello di attenzione e la prontezza di riflessi

- La Cocaina genera un falso senso di sicurezza nei propri mezzi, comporta una ipersensibilità alle luci e ai suoni circostanti, e può incidere negativamente sulle abilità di guida neutralizzando illusoriamente il senso di stanchezza

L'alcohol entra in circolo nel sangue velocemente, influenzando sul corpo e sui comportamenti in vari modi

- E' più difficile concentrarsi
- I tempi di reazione sono più lenti
- Si perde la padronanza nei movimenti
- Si diventa euforici, maggiormente impulsivi e propensi a prendere dei rischi
- I muscoli si rilassano e si indeboliscono, esponendo il corpo ad infortuni più gravi in caso di incidente

La legge

La quantità di alcohol ingerita viene misurata in termini di contenuto alcolico nel sangue. Dipende quindi da fattori diversi quali, il peso, la salute, il tipo di alimentazione.

IL TASSO ALCOLEMICO CONSENTITO PER GUIDARE E' DELLO 0,5 mg/l.

La guida in stato di ebbrezza viene regolata dall'art 186 del codice della strada. Le sanzioni comprendono il ritiro e la sospensione della patente e multe pecuniarie, ma anche provvedimenti penali quali il carcere. Ciò dipende dal tasso di alcohol trovato

L'art.187 del codice della strada sancisce che e' vietato guidare in condizioni di alterazione fisica e psichica da sostanze stupefacenti e psicotrope.

Le sanzioni variano dalla multa alla sospensione della patente, fino all'arresto. Se il conducente che ha assunto sostanze stupefacenti provoca un incidente stradale le pene sono raddoppiate. Sono inoltre previste sanzioni più pesanti se la violazione di guida sotto l'effetto di stupefacenti e' commessa da conducenti di età inferiore ai 21 anni (anche se guidano mezzi che non richiedono la patente)

Raccomandazioni!

Anche la più piccola quantità di alcohol o tipo di droga incide negativamente sulle capacità al volante. Se devi guidare è meglio non bere affatto

- Guidate a turno.
- Quando non è il tuo turno, offri al guidatore designato un soft drink!
- Prendi un taxi
- Utilizza il trasporto pubblico
- Soprattutto non assumere alcuna droga e assicurati che chi è con te non ne prenda

Distrazione

Distrarsi alla guida è rischiosissimo. Il sempre più diffuso uso di tecnologie, dagli smartphones ai navigatori satellitari, ha fatto aumentare esponenzialmente il rischio di distrazione alla guida. Recenti statistiche confermano come, tra i giovani di età compresa tra i 18 e i 24 anni, l'utilizzo di internet via smartphone alla guida sia incrementato del 50% tra il 2011 e il 2012

Anche se dati esatti sul numero di incedenti causati da distrazione non sono disponibili, uno studio olandese ha stimato che in solo un anno si sarebbero potuti prevenire circa 600 tra decessi e ricoveri in ospedale eliminando la sola pratica dell'utilizzo del telefonino alla guida

Le cause più comuni di distrazione alla guida sono:

- Smartphone/uso telefonino
- GPS e Navigatori satellitari
- Stereo
- Mangiare
- Fumare

Diverse sono le tipologie di distrazione. Ciascuna distoglie l'attenzione dalla guida in diversi modi:

Distrazione fisica

Quando l'autista, ad esempio, usa una o tutte e due le mani per rispondere ad una telefonata, inviare un sms, usare il navigatore satellitare, cambiare la stazione radio, mangiare o fumare. Entrambe le mani dovrebbero sempre essere disponibili per mantenere il volante e cambiare marcia contemporaneamente.

Distrazione visiva

Quando l'autista distoglie lo sguardo dalla strada, ad esempio per utilizzare il telefonino o il navigatore, o per parlare con i passeggeri

Distrazione sonora

Quando l'autista viene distratto dallo squillare di un telefonino, da una conversazione telefonica o da una conversazione con un passeggero.

Distrazione cognitiva

Quando, oltre al compito di guidare, nello stesso momento l'autista svolge un'altra attività mentale. Si pensi che il solo ascoltare può ridurre la concentrazione dedicata alla guida per più di un terzo. E' la tipologia di distrazione più pericolosa

La legge

Chi usa il cellulare alla guida senza utilizzare la funzione viva voce o l'auricolare è soggetto al pagamento di una somma da Euro 148 ad Euro 594 nonché alla decurtazione di 5 punti dalla patente di guida. Se nel corso di un biennio si commette un'ulteriore violazione, si è soggetti alla sospensione della patente da 1 a 3 mesi.

Mangiare, bere o fumare alla guida non è illegale, ma si potrebbe incorrere comunque in alcune sanzioni per mancato controllo del veicolo se ritenuto opportuno dalle autorità competenti

Raccomandazioni !

E' possibile scongiurare la maggior parte delle distrazioni semplicemente con una migliore organizzazione del viaggio. Ad esempio, mangiare, fumare o fare una telefonata prima di entrare in strada può evitare il rischio di incidenti.

Uso del Casco in moto o scooter

Che si guidi una moto ad alta velocità o una bicicletta su una strada poco trafficata, il "biker" è sempre tra i soggetti più vulnerabili della strada. I motociclisti rappresentano più del 14% dei morti sulla strada. Dal 2001 gli incidenti che coinvolgono auto, bici o pedoni sono diminuiti. Ciò non vale per i motociclisti, e soprattutto per i giovani alla guida di moto e scooter. Circa il 25% dei bikers coinvolti in incidenti stradali sono ragazzi sotto i 25 anni 3.

Prendere alcune precauzioni come portare il casco o indossare indumenti di protezione può evitare serie conseguenze.

Diversi studi mostrano come indossare il casco sia molto efficace per ridurre il rischio di colpi in testa e danni al cervello. Un casco può ridurre il rischio di danni fatali di circa il 44%.

La legge

Indossare il casco è obbligatorio. Conducente e passeggero hanno l'obbligo di fare uso del casco.

L'art. 171 del codice della strada sanziona chi non usa il casco, chi non lo allaccia e chi usa un casco non omologato, con la sanzione pecuniaria da euro 76,00 a euro 153,00. E' previsto anche il fermo amministrativo del veicolo per 60 giorni e la decurtazione di 5 punti nel casi di:

- conducente maggiorenne senza casco;
- conducente maggiorenne che trasporta passeggero minorenni senza casco

Raccomandazioni !

Controlla lo stato del veicolo

- Mantieni la tua moto o il tuo scooter in buone condizioni. Controlla regolarmente i freni, le sospensioni, le gomme e le luci

Indossa un abbigliamento protettivo

- Porta sempre il casco e , se possibile, vestiti in sicurezza. D'estate non portare il veicolo con i sandali, anche per distanze brevi

Guida con responsabilità

- Non prendere rischi - sulla moto/scooter c'è bisogno di più attenzione, non meno.
- Fai sempre attenzione agli altri utenti della strada . Mantieni la distanza di sicurezza dagli altri veicoli e segnala sempre la manovra. Cerca inoltre di ascoltare gli altri utenti della strada – mai utilizzare auricolari mentre stai guidando .
- Mai portare il motorino sotto effetto di droghe o alcohol ed evita di guidare se sei stanco e stressato.
- Non superare mai i limiti di velocità
- Evita di distrarti
- Non guidare mai senza patentino di guida o senza che il veicolo sia assicurato
- Prima di metterti alla guida, assicurati di conoscere bene il codice della strada e le capacità necessarie a guidare in condizioni di maltempo e nel traffico
- Alcune cose sono fuori dal tuo controllo. Presta attenzione alle condizioni della strada ed ai segnali stradali

Cinture di Sicurezza

Le conseguenze di un incidente possono essere peggiori se non si indossa la cintura di sicurezza. Inoltre indossarla è obbligatorio. Spesso si crede che non ci siano controlli a riguardo , ma in quasi tutte le strade esistono telecamere apposite capaci di controllare autisti e passeggeri senza cinta.

Le cinture di sicurezza sono considerate strumenti di sicurezza secondari, ideate principalmente per prevenire o minimizzare danni fisici quando avviene un incidente stradale. Le cinture:

- Riducono il rischio di impattare violentemente contro le parti interne del veicolo
- Consentono di assorbire la forza d'urto del colpo
- Riducono il rischio di essere sbattuti fuori dal veicolo
- Prevengono danni e ferite degli altri occupanti

La legge

Il conducente che non fa uso della cintura di sicurezza subisce la sanzione pecuniaria da euro 74 a euro 299 (art.172 del Codice della Strada). E' prevista anche la decurtazione di 5 punti dalla patente. Se l'infrazione è ripetuta per almeno 2 volte in 2 anni, alla seconda infrazione consegue anche la sospensione della patente da 15 giorni a 2 mesi.

Raccomandazioni !

- Assicurati sempre che la cintura di sicurezza sia bene allacciata prima di partire e che rimanga allacciata per tutta la durata del viaggio.
- Assicurati che anche gli altri passeggeri l'abbiano allacciata.

Velocità

Circa il 40-50% di giovani alla guida oltrepassa i limiti di velocità consentiti. All'interno della casistica di incidentalità stradale, l'eccesso di velocità è il fattore di rischio decisivo in circa il 30% dei casi. I limiti di velocità esistono per una ragione: suggerire ai soggetti alla guida qual è l'andatura più sicura in base alla strada su cui ci si trova a guidare. Quindi, guidando troppo velocemente si mette se stessi e gli altri utenti della strada a rischio 4.

Il rischio di incidentalità elevato dovuto ad una maggiore velocità deriva dal minor controllo che si ha sul veicolo e dall'accorciamento dei tempi reazione.

I nostri occhi vedono bene gli oggetti che si trovano dentro al campo visivo: al di fuori di questo, gli oggetti non sono immediatamente percepiti ed è necessario spostare lo sguardo per vederli bene. Più aumenta la velocità, più si riduce l'ampiezza del campo visivo.

I giovani sono particolarmente esposti a questo rischio: per l'inesperienza riguardo ai comportamenti da assumere a velocità eccessiva (trasferimento dei carichi, sovra e sottosterzo, aderenza degli pneumatici, ecc.); per le difficoltà a valutare le variazioni dello spazio conseguenti alla velocità elevata; per la voglia di sfidare i propri limiti.

La legge

La velocità elevata è la principale causa di morte sulle strade. Ricordati che, a parte specifici limiti inferiori segnalati sul posto, non puoi mai superare i 50 km/h in città, i 90 km/h sulle strade extraurbane e i 130 km/h in autostrada.

Le sanzioni previste dal Codice della Strada per il superamento dei limiti massimi di velocità sono molto pesanti e variano da 36 Euro quando si supera il limite di velocità di non oltre 10 Km/h, sino a 2.000 Euro, con sospensione della patente di guida fino a 12 mesi (revoca per i recidivi) e la perdita di 10 punti di patente per chi supera i limiti di velocità di oltre 60 Km/h. Ma attenzione: anche sorpassando il limite di "appena" 10 Km/h si perdono 5 punti e le multe partono da 148 Euro

Raccomandazioni !

- Rispetta sempre i limiti di velocità.
- Considera inoltre che in certe condizioni (presenza di una curva pericolosa, raffiche di vento sui viadotti, ecc.) questi limiti devono essere ulteriormente ridotti.
- La velocità va proporzionalmente ridotta anche in presenza di particolari condizioni sfavorevoli alla guida, quali ad esempio scarsa luminosità, strada sconnessa, presenza di ghiaietto, gelo, pioggia, visibilità ridotta, traffico ecc.
- Cerca di proporzionare la velocità anche in relazione allo stato del veicolo (usura dei freni e degli pneumatici, presenza di ABS, ecc.) ed alle tue condizioni fisiche

Stanchezza

Spesso ci si convince di riuscire a rimanere concentrati sulla strada piuttosto di ammettere di essere stanchi.

Le stime sul numero di incidenti stradali causati da stanchezza variano dal 10 al 24% sul totale dei sinistri. E' difficile definirne una stima precisa proprio perchè la stanchezza è difficile da percepire. Metà dei soggetti al volante ammette comunque di aver guidato in condizioni di stress e stanchezza almeno una volta all'anno 5.

Qualsiasi siano i numeri, sentirsi stanchi mentre si ha il controllo del veicolo incrementa senz'altro il rischio di incidente, aggravandone anche le conseguenze. I tempi di reazione risultano infatti rallentati e la capacità di valutazione peggiora.

La stanchezza influisce sulla mente e sul corpo in vario modo.

Fisico

- Riduzione nella prontezza di riflessi
- Tempi di reazione più lunghi
- Scarsa coordinazione psicomotricità

Mente

- Problemi di memoria
- Diminuzione nel grado di motivazione a portare a termine un compito
- Deterioramento della capacità di comunicazione e dell'interazione con l'ambiente circostante
- Maggiore irritabilità dell'autista e aggressività verso persone e cose

Fortunatamente la stanchezza invia dei segnali di avviso che inducono a delle reazioni spontanee come, abbassare il finestrino, cercare la discussione con gli altri partner di viaggio, fermarsi a prendere un caffè, ascoltare musica ad alto volume. Bisogna però essere consapevoli che nessuno di questi espedienti risolve il problema. L'unico modo per scongiurare il rischio è dormire abbastanza prima di intraprendere il viaggio e fare lungo la strada intervalli regolari

Segnali di stanchezza

Sbadigli frequenti; occhi stanchi e irritati, irritabilità ed aggressività, guida incostante (o troppo lenta e troppo veloce), tempi di reazione allungati, piccoli sbandamenti ed invasioni di corsia, uso più frequente di specchietti retrovisori, distrazione sui segnali e uscite

Raccomandazioni !

La stanchezza non è solo mancanza di sonno. Ci si può sentire stanchi anche per troppo lavoro, troppo studio, per una giornata particolarmente intensa, per malattia, o per la monotonia alla guida (per esempio guida in autostrada). Qualunque sia la ragione, riconosci i segnali e reagisci:

- fai fermate regolari- circa 15 minuti ogni due ore
- non iniziare un lungo viaggio se sei già stanco
- evita di guidare in orari quando normalmente riposi
- cerca di viaggiare di giorno
- pianifica il tuo viaggio in modo da non partire mai prima del tuo solito orario di risveglio o dopo il solito orario in cui vai a letto
- condividi lunghi viaggi se possibile con altre persone
- se ti senti stanco, trova un posto dove poter riposare e ristorarti, prendi un caffè o un drink che contenga caffeina e attendi 20/30 minuti prima di rimetterti alla guida

Visibilità

Riuscire a vedere e a farsi vedere è fondamentale per la sicurezza di qualsiasi utente della strada. Se non si vede la strada davanti, e cosa si muove lungo essa, è improbabile che si possano prevenire incidenti. Pedoni, ciclisti e motociclisti sono le categorie a più alto rischio, specialmente dove le infrastrutture e i servizi stradali (come l'illuminazione) sono scarsi. Semplici misure come indossare abiti appariscenti e utilizzare accessori luminosi e rifrangenti può migliorare la visibilità.

Diversi sono i fattori che incidono sul grado di visibilità:

- Illuminazione delle strade
- Meteorologia
- Caratteristiche dei veicoli,
- Segnaletica stradale

Raccomandazioni !In Auto

- Tieni sempre accese le luci non solo di notte ed in condizioni climatiche sfavorevoli (nebbia, maltempo etc)
- Presta attenzione alla segnaletica stradale
- Rallenta su strade scure e poco illuminate
- Rispetta sempre la distanza di sicurezza
- Controlla periodicamente l'efficienza di tutte le luci in dotazione del veicolo (abbaglianti, anabbaglianti, di posizione etc.)

In Moto o in Scooter

- Tieni sempre accese le luci
- Indossa un casco bianco e adotta un abbigliamento colorato
- Indossa abiti catarifrangenti e riflettenti
- Presta attenzione alla segnaletica stradale
- Rallenta su strade scure e poco illuminate
- Rispetta sempre la distanza di sicurezza

La distanza di sicurezza

La distanza di sicurezza è la distanza che ogni veicolo deve mantenere da quello che lo precede. La distanza di sicurezza è proporzionale alla velocità del veicolo. Tenuto conto che al raddoppio della velocità corrisponde uno spazio di frenata quadruplo, è prudente non scendere mai (neanche nella fase iniziale di un sorpasso) al di sotto delle seguenti distanze dal veicolo che precede:

velocità 50 Km/H – 40 metri di distanza

velocità 70 Km/H – 70 metri di distanza

velocità 100 Km/H – 110 metri di distanza

velocità 130 Km/H – 150 metri di distanza

In caso di particolari condizioni (pioggia o neve, fondo stradale dissestato, veicolo con molto carico, veicolo con pneumatici o sistema frenante usurati, stanchezza o riflessi appannati del conducente), lo spazio di frenata necessario per arrestarsi aumenta e le distanze da rispettare dovranno essere maggiori di quelle indicate.

La legge

Il codice della strada considera all'art. 149 il tamponamento del veicolo che ci precede come un'infrazione del mancato rispetto della distanza di sicurezza a cui conseguono sanzioni pecuniarie e in certi casi anche il ritiro della patente. Tenere le luci accese anche di giorno è inoltre un obbligo sancito dal codice.

La patente a punti

La patente a punti è il meccanismo introdotto in Italia a partire dal 1 luglio 2003 attraverso il quale, ad ogni conducente di un veicolo, viene attribuito un punteggio (inizialmente 20 punti) che viene decurtato in caso di infrazioni. All'esaurimento dei punti disponibili per conservare la patente è necessario superare nuovamente l'esame di teoria e l'esame di guida.

Dall'introduzione di questo sistema in Italia si è registrata una significativa riduzione di incidenti e vittime. Il confronto "prima-dopo" mostra che il numero di incidenti stradali (per giorno) è passato da una media di 309,7 del 2011 a 255,4 nel 2005. Una forte riduzione si riscontra anche nel numero di morti (da 7,1 a 5,2) e di feriti (da 228,4 a 180,5). Il trend positivo di riduzione di incidenti, morti e feriti è proseguito anche successivamente al 2005. Per esempio, nel 2009 la media giornaliera di incidenti è stata di 203,8, i morti 3,6 e i feriti 147,4 6.

Violazioni più comuni e decurtazioni di punteggio

<p>-1 punto</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mancato uso o utilizzo improprio delle luci; 	<p>-6 punti</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mancato rispetto del segnale "STOP", precedenza omessa o del semaforo rosso; • Eccesso di velocità superiore a 40 km/h e inferiore a 60 km/h.
<p>-2 punti</p> <ul style="list-style-type: none"> • Inosservanza della segnaletica stradale o delle segnalazioni degli agenti • Sosta in corrispondenza della fermata di autobus e filobus. 	<p>-8 punti</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mancato rispetto della distanza di sicurezza che ha causato incidente con gravi danni alle cose; • Non dare la precedenza ai pedoni sulle strisce; • Invertire la marcia in prossimità o in corrispondenza di incroci, curve e dossi.
<p>-3 punti</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sorpasso azzardato; • Distanza di sicurezza inadeguata; • Non fermarsi all'invito di un agente; • Eccesso di velocità superiore a 10 km/h e inferiore a 40 km/h. 	<p>-10 punti</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eccesso di velocità superiore a 60 km/h; • Circolare contromano su curve, dossi ed in ogni caso di scarsa visibilità; • Effettuare sorpassi pericolosi; • Guidare in stato di ebbrezza da alcool, droghe o rifiutare gli accertamenti atti a verificare il proprio tasso alcolemico o il proprio stato psico-fisico; • Fuggire in caso di incidente con gravi danni ai veicoli e/o alle persone; • Sorpasso di veicoli fermi o in lento movimento, invadendo la carreggiata destinata al senso opposto di marcia
<p>-4 punti</p> <ul style="list-style-type: none"> • Circolare contromano; • Uso errato delle corsie; • Fuggire in caso di incidente con soli danni lievi a cose 	
<p>-5 punti</p> <ul style="list-style-type: none"> • Circolare senza casco o con casco allacciato in maniera inadeguata; • Mancato uso delle cinture di sicurezza; • Uso di cuffie sonore o abuso di cellulari durante la guida; • Mancata precedenza a veicoli di soccorso (autoambulanze, polizia, vigili del fuoco); 	

In che modo si perdono i punti:

Si può perdere da un punto a dieci punti, a seconda della gravità della violazione commessa. Il punteggio di ciascun conducente subisce riduzioni ad ogni comunicazione relativa alle violazioni. Il punteggio previsto per ciascuna violazione è indicato nel verbale di contestazione. Quando la decurtazione viene annotata nell'archivio nazionale degli abilitati alla guida, l'utente riceve al proprio domicilio una comunicazione. Per i neopatentati, nei primi tre anni, i punti persi per ogni violazione vengono raddoppiati.

In ogni caso le decurtazioni possono produrre al massimo l'azzeramento del punteggio che, quindi, non scende mai sotto quota zero. I punti, inoltre, vengono tolti dalla patente di chi era alla guida al momento dell'infrazione, non da quella del proprietario del veicolo.

Cosa fare se si perdono tutti i punti:

In questo caso occorre rifare gli esami. Infatti quando tutti i punti della patente sono esauriti scatta l'obbligo di revisione della patente di guida. Il Ministero delle Infrastrutture e Trasporti invia al conducente una lettera con la quale lo invita a rifare, entro 30 giorni, gli esami previsti per il rilascio della propria patente. In questo periodo è ancora possibile circolare. Se però gli esami non vengono sostenuti o non vengono superati la patente è sospesa a tempo indeterminato. Dopo aver superato l'esame, sulla patente vengono riassegnati i 20 punti iniziali.

Come conoscere il punteggio della patente

Ogni patentato può controllare in tempo reale il saldo dei propri punti. Basta chiamare da un telefono fisso il numero 848782782, oppure consultare il Portale dell'automobilista, sito web www.ilportaledellautomobilista.it del Ministero delle infrastrutture e dei trasporti dedicato alle pratiche on line del settore motorizzazione

Come si recuperano i punti persi

Se sono stati persi dei punti, ma il punteggio non è esaurito, per recuperare è possibile frequentare corsi speciali presso autoscuole o altri centri autorizzati dal Ministero delle infrastrutture e dei trasporti. Inoltre, sempre nel caso in cui il punteggio non sia azzerato ma sia inferiore a 20, è possibile ripristinare la quota iniziale di 20 se per due anni dall'ultima infrazione non si commettono violazioni che comportano decurtazioni.

Come funziona il "bonus per buona condotta"

Ai conducenti che hanno almeno 20 punti viene automaticamente attribuito un "bonus" di 2 punti ogni due anni trascorsi senza infrazioni che fanno perdere punti. Con questo sistema si possono raggiungere al massimo 30 punti. Invece, a partire dal 13 agosto 2010, per i neopatentati, nei primi tre anni, per ogni anno trascorso senza infrazioni che provocano decurtazione di punteggio è attribuito un "bonus" di un punto, fino ad un massimo di 3 punti totali.

Giovani sicuri per le strade d'Europa

Il Piano di Azione Europeo sulla Sicurezza Stradale 2011-2020

L'Unione Europea considera gli incidenti stradali tra i giovani un problema di grande rilevanza sociale. Nel 2009 più di 35 000 persone sono morte sulle strade europee. Secondo le stime, per ogni morto sulle strade d'Europa ci sono 4 invalidi permanenti, con danni al cervello o al midollo spinale, 10 feriti gravi e 40 feriti lievi. I costi economici per la società sono stimati a 130 miliardi di euro all'anno.

Con la definizione del Piano di Azione Europeo 2011-2020 sulla Sicurezza Stradale la Commissione Europea propone l'obiettivo del dimezzamento del numero totale di vittime della strada nel 2020 a partire dal 2010. Ogni Stato Membro è invitato a contribuire al conseguimento di questo obiettivo comune attraverso l'elaborazione di piani nazionali comprendenti particolari obiettivi nazionali per la sicurezza stradale, tenendo conto delle rispettive necessità e condizioni specifiche.

I Principi fondamentali

All'interno del Piano d'Azione Europeo 2011-2020 la Commissione fissa tre principi fondamentali:

- Favorire l'adozione dei più severi standard di sicurezza stradale in tutta Europa, incoraggiando i cittadini comunitari a farsi carico della sicurezza propria e altrui sulle strade e focalizzando le azioni sul miglioramento della sicurezza degli utenti più vulnerabili;
- Generare un approccio integrato alla sicurezza stradale, attraverso la cooperazione con altre politiche comunitarie, come quella dell'energia, dell'ambiente, dell'istruzione, dell'innovazione e della tecnologia.
- Promuovere sussidiarietà, proporzionalità e responsabilità condivise, attraverso l'impegno ed azioni concrete a tutti i livelli, dalle istituzioni comunitarie agli enti regionali e locali.

Gli Obiettivi strategici

Sono sette obiettivi strategici individuati. Per ciascuno di essi saranno proposte azioni a livello nazionale e comunitario:

1. Rafforzare l'istruzione e la formazione per gli utenti della strada

- Sviluppare una strategia comune per l'istruzione e la formazione in materia di sicurezza stradale e migliorare il sistema di formazione e di rilascio delle patenti. In particolare:
- Definire criteri minimi per gli istruttori di guida.
- Inserire, nella fase precedente il rilascio della patente, un periodo di tirocinio/guida accompagnata.
- Esaminare la possibilità di introdurre periodi di prova dopo l'esame di guida.
- Esaminare la possibilità di introdurre la guida ecologica fra le prove teoriche e pratiche, per una guida più sicura e meno inquinante.

2. Realizzare infrastrutture stradali più sicure

- Fondi europei soltanto alle infrastrutture conformi alle direttive sulla sicurezza stradale e sulla sicurezza nelle gallerie.
- Estensione alle strade rurali dei principi della normativa UE esistente sulla gestione della sicurezza delle infrastrutture

3. Migliorare la sicurezza dei veicoli

Introduzione di una serie di nuove misure di "sicurezza attiva" per i dispositivi di sicurezza che comprenderà:

- Controllo elettronico obbligatorio della stabilità.
- Sistemi obbligatori di avviso di uscita di corsia.
- Sistemi automatici obbligatori di frenaggio di emergenza.
- Limitatori di velocità obbligatori per veicoli commerciali/furgoni leggeri
- Estensione dell'applicazione di sistemi avanzati di assistenza alla guida, come i sistemi di allarme anticollisione, adattandoli ai veicoli commerciali e/o privati
- Rafforzamento della legislazione dell'UE sui controlli tecnici in modo che quelli effettuati in uno Stato membro siano riconosciuti in un altro Stato membro.

4. Gestione delle emergenze

- Consolidamento dei servizi di emergenza e assistenza post-incidente.
- Miglioramento l'efficienza degli interventi di primo soccorso e dell'assistenza post-incidente per ridurre l'impatto degli incidenti stradali;

5. Utenti deboli

- Migliorare la sicurezza dei motociclisti, occupandosi del comportamento nonché della sicurezza dei veicoli e delle infrastrutture.
- Creazione di infrastrutture adeguate per migliorare la sicurezza dei ciclisti e di altri utenti vulnerabili della strada.

6. Incrementare le tecnologie intelligenti

- Elaborazione di nuove specifiche tecniche, nel quadro della direttiva ITS (direttiva sui sistemi di trasporto intelligenti), in modo da facilitare lo scambio di dati e di informazioni tra veicoli e tra veicoli e infrastruttura .
- Introduzione del sistema elettronico di chiamata di emergenza (e-Call) ed estensione ai motociclisti, ai veicoli commerciali pesanti e agli autobus.

7. Migliorare i controlli

- Sviluppo da parte degli Stati membri di piani nazionali di attuazione
- Campagne di sensibilizzazione in tutta l'UE.
- Scambio transfrontaliero di informazioni nel campo della sicurezza stradale per permettere l'identificazione dei trasgressori stranieri

La Carta Europea della Sicurezza Stradale

Cos'è

E' una piattaforma di partecipazione attiva costituita da aziende, associazioni, istituti di ricerca e enti pubblici per la condivisione di buone pratiche per la sicurezza stradale. L'obiettivo è quello di dimezzare il numero di vittime da incidente stradale entro il 2020 rispetto ai livelli del 2009. La Carta conta oggi oltre 2mila firmatari.

Come aderire

Tutte le informazioni necessarie per l'adesione sono accessibili al sito www.erscharter.eu .

In breve, per aderire è necessario sottoscrivere una dichiarazione di impegno ufficiale dove saranno definite le aree e gli obiettivi su cui i potenziali aderenti desiderano focalizzare le proprie azioni riguardo al tema della sicurezza stradale..

L'impegno dovrà:

- Essere concreto, attuabile e soggetto a monitoraggio;
- Contribuire direttamente o indirettamente al dimezzamento degli infortuni stradali;
- Non ricomprendere solo le normali attività che l'organizzazione svolge per legge o statuto;
- Ricadere all'interno dell'ambito di responsabilità dell'organizzazione;
- Avere durata triennale;
- Coinvolgere la società civile (associazioni, istituzioni, ONG, consigli locali etc)

Perché aderire

Firmando la Carta Europea della Sicurezza Stradale si contribuisce contemporaneamente a migliorare la competenza globale dell'Unione Europea verso tale criticità e a conferire una dimensione europea alle azioni intraprese dai soggetti aderenti sui rispettivi territori .

Firmando la Carta Europea della Sicurezza Stradale ci si impegna ad assumere un pezzo di responsabilità nel contribuire all'obiettivo comune di salvare 25.000 vite. Tale impegno rappresenta un'opportunità per l'individuazione delle iniziative che si vorrebbe realizzare nei prossimi 3 anni sul proprio territorio . Per esempio, si potrebbe pensare di realizzare campagne informative, pubblicazione di studi e analisi, impartire corsi di guida pratici per determinate categorie di utenti della strada, elaborare piani infrastrutturali per migliorare la sicurezza delle strade.

Qualsiasi iniziativa dovrebbe contribuire ad influenzare o impattare su una delle seguenti problematiche legate alla sicurezza stradale:

- Sicurezza dei veicoli:
- Sicurezza delle infrastrutture:
- Comportamenti umani:

Le attività realizzate, i risultati ottenuti, le metodologie sperimentate saranno accessibili tramite il sito web della piattaforma (inserirlo) in modo da consentire ad altri attori interessati di poter trarre ispirazione da attività già poste in essere e innovare su aspetti e criticità riscontrate

Dal momento della firma i soggetti aderenti saranno autorizzati ad utilizzare il marchio European Road Safety Charter per le proprie iniziative, riceveranno regolarmente una newsletter tematica su progetti, legislazioni, iniziative varie a livello europeo sulla sicurezza stradale e i giovani, e potranno partecipare all' European Road Safety Charter Award, la cui cerimonia si svolge annualmente a Bruxelles.

La Carta Europea della Sicurezza Stradale è un invito a intraprendere azioni concrete sul tema, a valutarne i risultati, a renderli visibili a livello internazionale, a permettere a tutti gli attori coinvolti di godere dell'opportunità di condividere idee e pratiche in tutta Europa in modo da poter imparare gli uni dagli altri e guadagnare ispirazioni e competenze su come migliorare la sicurezza sulle strade in Europa.

Sicurezza E' agire insieme

Quest' ultima sezione è dedicata ai suggerimenti, spunti ed idee utili sia per le pubbliche amministrazioni che per i giovani che desiderano implementare sul territorio iniziative sul tema dell'educazione stradale.

Nella fenomenologia dell'incidente stradale intervengono tre componenti: le infrastrutture stradali, i veicoli e gli individui. E' l'interazione tra comportamenti umani, caratteristiche e stato di manutenzione di strade e mezzi di trasporto a determinare cause e conseguenze di qualsiasi incidente. Per esempio: una persona che si trova alla guida di un veicolo poco sicuro, su una strada non asfaltata, e senza indossare le cinture di sicurezza, avrà una probabilità maggiore di subire un incidente grave rispetto ad un individuo alla guida di un veicolo in buone condizioni su una strada ben asfaltata e con cintura allacciata.

La fenomenologia del sinistro può inoltre essere suddivisa temporalmente in tre momenti distinti : la fase del pre-crash, la fase in cui avviene effettivamente il sinistro, e la fase del post-crash.

Combinando insieme la suddivisione temporale e le tre componenti sopramenzionate si ottiene la cosiddetta Matrice di Haddon. Questa rappresenta un sistema di base per comprendere e analizzare i fattori che incidono maggiormente sulla sicurezza stradale e che può essere utilizzata per elaborare sistemi e metodi volti a ridurre la casistica dei sinistri e a mitigarne le conseguenze.

		Fattori		
Fase		Persone	Veicolo	Ambiente
Pre-Incidente	Prevenzione degli incidenti	Educazione / Preparazione, Atteggiamenti e comportamenti rischiosi	Buona progettazione e sistemi per evitare gli incidenti (luci, freni, pneumatici, ecc.)	Progettazione adeguata, cartelli stradali, manutenzione
Incidente	Prevenzione dei traumi	Utilizzo dei sistemi di sicurezza	Sistemi di sicurezza, airbag, condizioni della strada	Protezione (barriere) Attraversamenti pedonali
Post-Incidente	Salvaguardia delle vite	Capacità di primo soccorso, accesso a cure mediche	Facile accesso in caso di incendio	Strutture di pronto intervento, congestione

Ad esempio, durante la fase pre-crash, indossare il casco, rispettare un limite di velocità, o guidare su una strada che rispetti tutti gli standard di sicurezza, può contribuire a ridurre i livelli di incidentalità. Nella fase in cui avviene effettivamente il sinistro è la struttura del veicolo ad incidere maggiormente sulla prevenzione di danni fisici seri. Nella fase del post-crash, la disponibilità di servizi di emergenza di qualità può salvare la vita di un uomo.

La sicurezza stradale può quindi essere gestita. Prevenire i danni è assolutamente possibile, ed è possibile farlo attuando misure pienamente nella disponibilità di tutti gli attori coinvolti, come la definizione e l'applicazione delle norme del codice della strada, il miglioramento delle infrastrutture stradali e dell'affidabilità dei veicoli, nonché dei sistemi di assistenza alle vittime di incidente.

Nella risoluzione della problematica è inoltre importante assumere un approccio intersettoriale che porti ad un risultato di tipo win-win tra i vari settori. Per esempio, strade più sicure non significa solo meno incidenti, meno feriti o meno decessi, ma può e deve significare anche aumento del livello di attività fisica dei cittadini (camminare o andare in bici), oppure aria meno inquinata ed ambiente più salubre.

Le Amministrazioni Pubbliche

Tra gli elementi che mettono a rischio la sicurezza dei giovani alla guida vi sono: l'inesperienza, il livello insufficiente di rispetto delle norme del codice della strada, l'inadeguatezza dei veicoli, l'inadeguatezza delle strade (strade che non tutelano i bisogni di tutti gli utenti come pedoni e bambini, dove pedoni e ciclisti si trovano a stretto contatto con i veicoli motorizzati, costruite con scarso rispetto di criteri di sicurezza). Ciò considerato, le Amministrazioni Pubbliche potrebbero elaborare dei Piani di Azione locali dedicati alla sicurezza stradale basati su 5 assi fondamentali:

1. Rafforzamento delle capacità legislative e gestionali per migliorare il sistema di controlli e sviluppare nuovi sistemi di viabilità;
2. Promozione dei comportamenti di guida sicuri aiutando gli utenti della strada a comprendere l'utilità, per se stessi e per gli altri, dei comportamenti di guida corretti e del rispetto delle norme del codice della strada
3. Miglioramento del livello di sicurezza infrastrutturale delle strade utilizzando sistemi che limitino la velocità ed evitino pericoli per i soggetti al volante (ad esempio, sostituzione di incroci con rotatorie) e introducendo sistemi di rilevazione ed elaborazione dati per rendere trasparente e comparabile il livello di sicurezza delle varie reti stradali
4. Diffusione di veicoli più sicuri incentivando "l'acquisto di sicurezza" tramite informazioni sui crash test dei veicoli in commercio, incentivi fiscali per l'acquisto di auto più sicure, introduzione di obblighi di sicurezza più stringenti
5. Miglioramento del sistema di gestione delle emergenze e di assistenza post incidente tramite, ad esempio, l'introduzione del sistema elettronico di chiamata di emergenza (e-Call)

I giovani in campo

I giovani possono giocare un ruolo decisivo sul tema dell'educazione stradale: agendo come dei modelli da seguire, parlando con i propri compagni, proponendosi come testimonial diretti per il miglioramento della sicurezza stradale in qualunque luogo si trovino

Cerca di essere un modello da seguire:

Dimostra di avere a cuore la tua sicurezza e quella degli altri impegnandoti ad assumere comportamenti di guida sicuri. A volte basta dare un esempio ai tuoi compagni perché anche loro inizino a comportarsi responsabilmente sulla strada. Impegnati ad allacciare sempre casco e cinture di sicurezza, rispettare i limiti di velocità e le distanze di sicurezza, non utilizzare il telefonino alla guida, rispettare il codice della strada, mantenere lo stato del veicolo in buone condizioni.

Diffondi informazioni e saperi acquisiti

Prova a spiegare ad amici, familiari, colleghi come avvengono gli incidenti stradali e come si può facilmente evitarli assumendo accorgimenti semplici e banali. Cerca di utilizzare in qualsiasi iniziativa un approccio positivo, chiaro, creativo e spiritoso..... è più probabile che sia efficace!

Unisciti a chi porta avanti lo stesso impegno.

Scopri chi, nel tuo territorio, porta avanti iniziative simili per la sicurezza stradale dei giovani e pensa a come poter lavorare insieme. Ci sono tre direzioni principali in questo senso: ONG, Organizzazioni private e Istituzioni pubbliche.

Partecipa ai movimenti giovanili ed ai network europei per la sicurezza stradale

È importante per accedere facilmente ad una gran mole di informazioni, e sempre aggiornate

Influenza i Decision makers

Cerca di sensibilizzare anche le istituzioni e le organizzazioni capaci di incidere in modo rilevante sul problema della sicurezza stradale nella tuo territorio

Alcune tipologie di iniziative possibili:

- Diffusione di manuali di buone pratiche sulla sicurezza stradale
- Presentazione di storie personali ed interviste a persone vittime di incidente.
- Organizzazione di Assemblee Giovanili di discussione e tavole rotonde tematiche
- Campagne informative a mezzo stampa.
- Iniziative per la distribuzione di caschi, guanti, e accessori utili per la sicurezza al volante
- Mostre e premi fotografici, letterari e artistici in genere, sul tema della sicurezza
- Sessioni formative di guida sicura nelle scuole
- Creazione di blog tematici e piattaforme informatiche di comunicazione .
- Cerimonie commemorative per le vittime delle strada
- Show e trasmissioni televisive o radiofoniche a tema.
- Eventi sportivi e concerti dedicati
-e tanto altro

Come elaborare un progetto sulla sicurezza stradale

E infine, ecco alcuni suggerimenti per aiutarti a pianificare e a realizzare progetti per la sicurezza stradale

Cos'è un progetto

Un progetto è un insieme di attività realizzate per ottenere un obiettivo all'interno di un periodo di tempo prefissato e utilizzando un dato budget. E' più grande di un'attività ma più semplice di un programma.

I 4 step principali di un progetto sono: identificazione, pianificazione, realizzazione e valutazione

Step uno – Identificazione delle problematiche

L'idea progettuale prende forma durante la fase dell'identificazione. E' importante focalizzare bene la problematica su cui indirizzare la propria iniziativa. Per fare ciò hai bisogno di raccogliere informazioni. Una raccolta di dati sulla sicurezza stradale così come riguardo al contesto socio culturale che influisce sul comportamento degli utenti della strada nel tuo territorio sarebbe opportuna. Cerca di utilizzare anche studi ed analisi già realizzate, colmando gli eventuali gap informativi.

Ecco alcuni esempi di informazioni da collezionare:

- Numero di incidenti e di vittime da incidente stradale in un dato periodo di tempo
- Percentuale di giovani coinvolti
- Quali sono le cause principali di incidente tra i giovani
- Se esistono programmi ed iniziative sul territorio che affrontano questa problematica . Chi le gestisce e quali sono i risultati ottenuti
- Quali sono le leggi sul rispetto obbligatorio di determinati comportamenti alla guida (cinture di sicurezza, uso del telefonino, divieto di alcolici etc.)
- Percentuale di giovani che le rispettano

I dati possono essere sia qualitativi che quantitativi. I dati quantitativi sono numeri; i dati qualitativi sono espressi in termini di frasi e parole.

Ecco alcuni esempi:

Dato quantitativo: percentuale di giovani che indossano le cinture di sicurezza

Dato qualitativo: che tipo di incentivi possono essere utilizzati per diffondere l'uso delle cinture di sicurezza tra i giovani .

Diverse sono le metodologie e gli strumenti utili per reperire i dati: Di seguito alcuni suggerimenti:

- Interviste con i portatori di interesse
- Focus group
- Analisi di documenti e report
- Raccolta dati da strutture sanitarie e corpi di polizia
- Sondaggi

Una volta terminata questa prima analisi focalizzerai i bisogni e le problematiche da risolvere con il tuo progetto.

E' inoltre importante capire chi sono i portatori di interesse da coinvolgere, cioè tutti quei soggetti che intervengono a vario livello nel campo della viabilità. Inizia a mappare i soggetti attivi nel tuo territorio di riferimento chiedendoti:

Che ruolo svolge questo determinato portatore di interessi ?

Che tipo di interesse potrebbe avere in un progetto sulla sicurezza stradale per i giovani?

Che tipo di influenza ha sulla comunità o sugli altri attori del territorio ?

Ci sono possibili aree di collaborazione?

Come potremmo lavorare insieme per migliorare la sicurezza stradale?

Ecco una lista di alcuni portatori di interesse possibili: Corpi di Polizia, Organizzazioni non Governative, Consigli e Amministrazioni Locali, Compagnie di assicurazione, Istituzioni accademiche, Autorità sanitarie, Auto concessionarie etc.

Una volta collezionati i dati e raccolte tutte le informazioni, utilizzale per descrivere la situazione esistente. Sintetizza in una frase il problema principale, le sue cause e l'impatto. Ora che hai focalizzato il problema da contrastare, pensa a come risolverlo o come contribuire a mitigarlo: per esempio, se hai riscontrato una bassa percentuale di giovani che indossano regolarmente la cintura di sicurezza potresti organizzare una campagna informativa per sensibilizzare un target di ragazzi all'utilizzo.

Step due: pianificazione delle attività

Definisci l'obiettivo. Gli obiettivi corrispondono alla domanda: "cosa voglio ottenere con il progetto?". I progetti hanno di solito un obiettivo generale e più obiettivi specifici . Per convenzione gli obiettivi vengono descritti all'infinito: " fare qualcosa" (creare, sviluppare, migliorare etc.).

Ora identifica le attività . Le attività formano il corpo del progetto. Corrispondono alla domanda: "cosa posso fare per raggiungere l'obiettivo?". Cerca di rispondere a questa domanda tenendo sempre in mente il contributo che l'attività darà al raggiungimento dell'obiettivo e chiedendoti se potrebbe esistere un'attività migliore con un impatto simile. Scopri se questa tipologia di attività è già stata realizzata in precedenza, e se si , quali sono stati i fattori che hanno contribuito al suo successo. In caso contrario chiediti perché non ha funzionato e cerca di adeguare la tua attività in base alla risposta.

Una combinazione di poche ed efficaci attività è preferibile rispetto ad una mole consistente di attività con scarsa rilevanza sul problema individuato. Non dimenticare mai di coinvolgere la comunità e i portatori di interesse chiave nel processo di ideazione del progetto.

Individua a questo punto una serie di indicatori per il monitoraggio e la valutazione del tuo progetto. E' molto importante imparare dal tuo progetto, capire cosa è andato bene e cosa è andato male. Monitorare e valutare il progetto ti aiuterà proprio a questo scopo. Il monitoraggio consiste nel collezionare informazioni sull'andamento del progetto nel corso della realizzazione delle attività. La valutazione consiste invece nell'analisi di tutti questi dati spesso alla fine del progetto.

Generalmente vengono monitorati e valutati due aspetti principali: il processo di realizzazione (hai realizzato tutte le attività che hai pianificato ? I partner hanno svolto il proprio ruolo?) e l'impatto (hai raggiunto gli obiettivi? Hai generato cambiamenti sul territorio ?)

Per effettuare il monitoraggio e la valutazione hai bisogno di alcuni indicatori. Gli indicatori sono gli indizi che ti aiutano a capire se sei riuscito a portare a termine le attività come pianificato e a centrare gli obiettivi. Ecco alcuni esempi di indicatori:

Indicatori di progresso:

- Numero di brochure distribuite
- Numero di messaggi informativi inviati ai decision makers

Indicatori di Impatto:

- Numero di giovani che sono stati sensibilizzati sull'uso delle cinture di sicurezza
- Numero di giovani che guidano con il casco allacciato

Per identificare gli indicatori, poniti le seguenti domande:

- Come faccio a sapere che questa attività è stata realizzata?
- Come faccio a sapere che tale obiettivo è stato raggiunto?

Crea un piano di implementazione

Il piano di implementazione sarà la tua road map: ti aiuterà ad identificare quando un'attività verrà realizzata e da chi. Per capire a che punto sei con il progetto in qualsiasi momento della sua durata è utile inserire dei c.d. milestones , ossia delle date inderogabili ad esempio per la produzione di materiale, l'organizzazione di eventi o l'invio di comunicazioni. In caso di mancato rispetto dei tempi di realizzazione ti diranno cosa sta andando storto e perché stai accumulando ritardi.

Definisci il Budget

A questo punto è il momento di creare il budget. Non importa quanto è grande il tuo progetto, avrai bisogno di soldi per realizzarlo. Definire un budget realistico incrementerà le tue chance di finanziamento. Ecco alcune categorie di costo da tenere in considerazione nella definizione:

- Pensi di dover sostenere spese fisse? Se lavorerai in un ufficio pensa all'affitto, all'elettricità, ad internet etc.
- Pensi di doverti spostare per la realizzazione del progetto? Quali sono i costi stimati per gli spostamenti?
- Saranno prodotti dei poster o delle brochure? Cerca di fare una stima dei costi di realizzazione e stampa
- Hai intenzione di pagare lo staff coinvolto nella gestione? O pensi di avvalerti di lavoro volontario?

Crea il team adatto

Per creare il team di progetto pensa a:

- Di quante persone hai bisogno per realizzare le attività;
- Quali sono le capacità e il tempo richieste per la realizzazione del progetto;
- Quali saranno le responsabilità di ogni membro;
- Hai bisogno di assistenza esterna per l'implementazione delle attività.

Avrai sicuramente bisogno di un coordinatore del progetto che sarà il responsabile principale della realizzazione del progetto. Il coordinatore garantirà la tempistica di realizzazione delle attività e lavorerà a stretto contatto con gli altri membri del team. E' bene che il coordinatore del progetto abbia esperienza nella gestione di progetti e abbastanza tempo da dedicarvi.

Scrivi il progetto

Ora sei pronto a mettere tutto su carta per convincere gli altri a finanziare la tua idea e a supportarla. Una proposta progettuale base dovrebbe includere:

- Una breve introduzione della tua organizzazione o del tuo gruppo;
- Una sintesi dell'analisi del contesto e delle problematiche individuate
- Il titolo del progetto, la durata e il luogo di realizzazione;
- Una descrizione delle attività specifiche da realizzare e del budget necessario

Dopo aver buttato giù una proposta base, sarà più facile adattarla e svilupparla in base ai format richiesti dai potenziali finanziatori.

Prepara una sintesi della tua proposta con foto e materiale promozionale . Una tipica proposta progettuale consiste di 15-20 pagine . E' opportuno realizzare una sintesi progettuale che dia a prima vista più appeal alla proposta.

Step 3: realizzazione delle attività

Il terzo step consiste nel mettere in pratica il piano in azione. Implementare le attività di un progetto significa gestire tre tipi di risorse: persone, tempo e soldi. Ciò al fine di garantire che:

- I membri del team di lavoro stiano effettivamente svolgendo i propri compiti e in base alle responsabilità stabilite
- Che le attività si stiano svolgendo secondo il piano temporale di implementazione stabilito
- Che i fondi siano effettivamente utilizzati come serve e che le spese siano correttamente registrate e rendicontate

Un elemento spesso trascurato durante la fase dell'implementazione è l'adattamento, che vuol dire utilizzare le informazioni di monitoraggio per tenere sotto controllo i progressi che si stanno ottenendo e agire di conseguenza. Quando le cose non vanno secondo i piani stabiliti , si può infatti riadattare un'attività in modo da recuperare tempo perduto o raggiungere gli indicatori di risultato stabiliti.

Stage 4: valutazione del progetto

E' importante valutare il proprio progetto per imparare. Durante questa fase raccogli tutte le informazioni ottenute nel corso del monitoraggio. Puoi utilizzare gli indizi forniti dagli indicatori per valutare il successo delle attività realizzate in termini di raggiungimento degli obiettivi stabiliti e di cambiamento riscontrato sui destinatari del progetto

Il passo successivo è quello di analizzare i fattori di successo e/o i fattori critici riscontrati, in modo da replicare in un futuro progetto gli aspetti positivi emersi ed evitare quelli negativi.

Assicurati poi che i risultati della valutazione generino a loro volta degli effetti. Dai un feedback a proposito a tutte le persone coinvolte nella realizzazione delle attività. Ad esempio, invia delle e-mail, organizza una presentazione formale sulla valutazione o una conferenza stampa. Condividi inoltre i risultati con i finanziatori, il project manager, il coordinatore, e la comunità del territorio. Ciò assicurerà la trasparenza del tuo lavoro.

Un utile suggerimento è quello di includere i portatori di interesse nel processo di valutazione, ad esempio coinvolgendoli nell'individuazione degli indicatori ad inizio progetto, nella raccolta di dati nella fase di monitoraggio o nell'ideazione di metodi per la diffusione e l' utilizzo dei risultati. E' inoltre importante capire, tramite brevi questionari o report sintetici, se i finanziatori e i destinatari del progetto hanno trovato accurata l'attività di disseminazione e di condivisione.