

Newsletter Automobile Club Novara – LUGLIO 2015

31.07.2015

Attenzione alla guida: sempre più importante per la sicurezza stradale

L'8 luglio 2015 è stato assegnato alla 8ª Commissione permanente (Lavori pubblici, comunicazioni), il disegno di legge n. 1902, di modifica al nuovo codice della strada in materia di divieto di fumare durante la guida, che riporta la seguente motivazione "Accendere una sigaretta mentre si è alla guida di un'automobile provoca una diminuzione del proprio livello di attenzione, con conseguente aumento delle probabilità di provocare un incidente..." "fumare mentre si guida determina una situazione equiparabile a quanto accade in caso di uso di apparecchi radiotelefonici mentre si è al volante".

Mangiare sano e guidare sicuri

L'alimentazione riveste un ruolo molto importante per la sicurezza stradale, soprattutto quando si deve affrontare un lungo viaggio ed al nostro organismo viene richiesto uno sforzo diverso da quelli abituali. E' importante quindi mangiare leggero, fare soste frequenti, assumere pochi grassi, pochi zuccheri e soprattutto niente alcolici.

Oltre a questi consigli, è necessario ricordare che **NON SI MANGIA AL VOLANTE**, poiché si rischia di distrarsi, allungando pericolosamente i tempi di reazione in caso di necessità.

Infine, è importante non eccedere con la caffeina, che allontana il rischio di sonnolenza, ma, se assunta in dosi eccessivamente elevate, può causare frequenze cardiache irregolari e stati di ansia ed irritabilità.

In partenza per l'estero?

Siete in partenza per l'estero? Sul sito dell'[ACI](#) potete trovare alcuni consigli utili per viaggiare con i documenti sempre in regola: documenti necessari, patente internazionale, guidare in Europa, Carnet de Passages en Douane, contrassegni di pedaggio per le autostrade austriache, slovene e svizzere, turista "eco".

Inoltre, il sito [Viaggiare Sicuri](#) nato dalla collaborazione tra l'ACI e il Ministero degli Affari Esteri, contiene informazioni utili per viaggiare in oltre 200 paesi del mondo: clima, visti e valuta, sanità, sicurezza, viabilità, geografia dei paesi.

Un nuovo centro di guida sicura a 50 km da Novara

Alle porte di Milano, la tradizione di Vallelunga dà vita ad un vero e proprio "villaggio dei motori": pista prove immersa nel verde, quattro aree dedicate alla guida sicura, ampi spazi per eventi unici, meeting, esposizioni e formazione. Un inedito mix di opportunità rivolto non solo al mondo delle due e quattro ruote, ma ad un ben più ricco universo di esperienze esclusive da vivere in una location spettacolare.

Coloro che fossero interessati a partecipare ad un corso di guida sicura, potranno prenotarsi presso l'ufficio Soci dell'Automobile Club Novara, in maniera tale da organizzare una sessione di gruppo. Per informazioni potete visitare il sito [Vallelunga](#).

AUTOMOBILE CLUB NOVARA
VIA ROSMINI, 36
28100 NOVARA
TEL. 0321/30321-2-3-4
sito internet: www.novara.aci.it
e-mail: ac.novara@integra.aci.it