

Anbefalinger for sjåførsikkerhet

Type ulykke

1. Parkeringskade
2. Glasskade
3. Tyveri av kjøretøy, delvis tyveri, tyveri av navigasjonssystem
4. Naturskader (for eksempel storm/hagl)
5. Hærverk/ukjent tredjepart
6. Brann
7. Ensidig kollisjon
8. Ville dyr
9. Dekkskade
10. Fotgjenger, sykkel, trikk
11. Skade ved rygging
12. Påkjørsel av annen bil bakfra
13. Påkjørsel av parkert bil
14. Sjåfør unnlot å holde vikeplikt
15. Kjørefeltendring
16. Skade ved åpning av bilens dør
17. Kjededekollisjon
18. Skade oppdaget ved tilbakelevering av kjøretøyet

Generelle anbefalinger

1. Anbefalinger på flåtenivå
2. Hvordan praktisere en defensiv kjørestil
3. Hvordan håndtere aggressiv oppførsel i trafikken
4. Sesongbaserte anbefalinger

1. Parkeringskade

- Rygg inn når du parkerer bilen. Det gjør det enklere og mer avslappende å kjøre ut igjen.
- Finn en parkeringsplass uten andre biler rundt deg, hvis mulig.
- I parkeringshus eller ved kjøpesentre, parker lenger unna hovedinngangen. Jo lenger unna du parkerer, desto mindre trafikk vil du oppleve, og færre biler vil parkere rundt deg.
- Se etter en parkeringsplass ved siden av et område som ikke kan brukes til parkering (for eksempel en stolpe, lykt, gjerde osv.). Dette reduserer risikoen for skade fra forbigående eller parkerende kjøretøy på den siden.
- Parker alltid innenfor de markerte linjene. Tving aldri bilen inn i en parkeringsplass som er for trang.
- Unngå å parkere ved siden av store kjøretøy som varebiler eller SUV-er som kan hindre sikten når du skal kjøre ut.
- Når du rygger ut av en parkeringsplass, gjør det sakte, og vær oppmerksom på andre biler og fotgjengere i området.
- Bruk parkeringssensorer og kameraer, men ikke stol blindt på systemene.
- Slå aldri av parkeringssensorene, selv om lydene forstyrrer en telefonsamtale. Fullfør parkeringen før du fortsetter samtalen.
- Følg trafikkreglene også i parkeringshus. Unngå å kjøre diagonalt over parkeringsområder, overhold fartsgrenser, og bruk blinklys.



Parkeringskode – Parkering på kvelden

- Parker alltid på godt opplyste steder, så nær som mulig din destinasjon, en parkeringsvakt, trapp eller heis.
- Unngå å parkere på etasjeplan i garasjer som er tomme eller sjelden brukt.
- La aldri verdifulle gjenstander ligge igjen i bilen.
- Hvis du ikke er kjent med parkeringsområdet og er bekymret for sikkerheten, kjør gjennom området først for å se om alt virker normalt før du parkerer.
- Hvis du kjører og parkerer alene, vurder å samkjøre med andre eller få noen til å møte deg.
- Hvis du ser at et annet kjøretøy har vært utsatt for innbrudd på vei til bilen din, ring politiet umiddelbart – gå ikke bort til bilen din.



2. Glasskade

- Hold fartsgrensen. Når du holder fartsgrensen, reduseres påvirkningen fra steiner og annet veidebris. Ved å kjøre saktere kan du også bedre vurdere hvor steiner kan komme fra før de treffer kjøretøyet ditt.
- Unngå å ligge for tett bak andre kjøretøy. Å kjøre for nærme et annet kjøretøy er farlig og øker risikoen for at frontruten din blir skadet av steiner og annet veidebris.
- Unngå anleggsområder så langt det er mulig. Hvis du må kjøre gjennom en anleggsplass, hold en trygg avstand til bilen foran deg og kjør sakte.
- Hold avstand til lastebiler. Lastebiler og store kjøretøy har flere dekk, noe som gir flere muligheter for at en stein kan slynges opp i luften og treffe frontruten din. Prøv å holde deg foran dem.
- Unngå grusveier. Steiner på grusveier øker risikoen for sprekker i frontruten. Hvis du må kjøre på en grusvei, kjør veldig sakte.
- Reparer steinsprut på frontruten umiddelbart når du oppdager dem. Små steinsprut og sprekker kan lett utvikle seg til større skader som krever utskifting av hele frontruten. Rutereparasjon er kostnadsfritt for deg som og bør alltid sjekkes først.



3. Tyveri av kjøretøy, delvis tyveri, tyveri av navigasjonssystem

- Lås alltid dørene og lukk vinduene på kjøretøyet ditt.
- La aldri bilen stå på tomgang og uten tilsyn.
- Når du parkerer, må du aldri la nøklene ligge igjen i bilen.
- Hold oversikt over bilnøklene dine.
- Ikke la personlige eiendeler ligge igjen i bilen.
- Unngå kjente områder med høy kriminalitet, selv om alternative ruter tar lengre tid.
- Vær ekstra forsiktig med hvor du parkerer bilen om natten. Parker i et godt opplyst område hvis mulig.
- Vær oppmerksom på omgivelsene dine, spesielt i garasjer, parkeringsplasser og på bensinstasjoner
- .Installer et tyverisikringssystem i bilen din (for eksempel alarm, GPS-sporing, telematikk osv.).



4. Naturskader (for eksempel storm/hagl)

- Hold deg oppdatert på værmeldingen, og meld deg på varsler om ekstremvær.
- Unngå å parkere under trær, da grener kan falle ned på bilen.
- Unngå å kjøre gjennom skogsområder under storm.
- Parker kjøretøyet i et parkeringshus eller et annet dekket parkeringsområde.
- Hvis du kjører i en haglstorm, kjør trygt til et dekket område og bli værende i bilen.



5. Hærverk/ukjent tredjepart

- Under store demonstrasjoner og arrangementer, parker bilen din et stykke unna.
- Parker bilen i sikre parkeringshus med videoovervåkning hvis mulig.
- Om natten bør du parkere bilen i godt opplyste områder.
- Unngå å parkere bilen på steder med økt risiko for hærverk.



6. Brann

- Ta bilen til regelmessig vedlikeholdsservice
- Sjekk for lekkasjer: Hvis du oppdager noen lekkasjer, dra umiddelbart til verkstedet for å få det fikset.
- Unngå å transportere gass eller andre brennbare væsker (med mindre det er små mengder gass i en sertifisert og forseglet beholder).
- For elbiler, sørg alltid for å installere de nyeste programvareoppdateringene.
- Løse deler i motorrommet kan indikere skade forårsaket av gnagere og må repareres umiddelbart.
- Unngå selvinstallasjon og reparasjoner på kjøretøyet.



7. Ensidig kollisjon

- Bruk parkeringssensorer og kameraer for å unngå å treffe objekter.
- Slå ikke av parkeringssensorene, selv om pipelydene forstyrrer en samtale.
- Ikke stol utelukkende på systemene – se deg alltid rundt for å sikre at visse manøvrer kan utføres trygt (for eksempel i veikryss og svinger).
- Rygg sakte og vær oppmerksom på faste objekter (som stolper, vegger, trær, gjerder osv.).



8. Ville dyr

- Kjør med redusert hastighet i områder med varselskilt for dyrekryssing, og følg med på veikantene.
- Om natten, bruk fjernlys og se etter dyreøyne som reflekterer lyset langs veien. Hvis du har passasjerer, be dem også holde utkikk etter dyr.
- Hvis du ser et dyr på veien foran deg, reduser farten og prøv å stoppe bilen. Ikke anta at dyret vil krysse veien før du når frem. Gi dyret rom til å krysse veien.
- Hvis en kollisjon er uunngåelig, unngå å svinge brått unna dyret. Dette kan føre til at du mister kontrollen eller kolliderer med et møtende kjøretøy. Kollisjoner med trær eller andre kjøretøy forårsaker ofte mer skade enn å treffe et dyr.
- Hvis dyret er skadet eller dødt, kontakt politiet slik at veien kan ryddes.



9. Dekkskade

- Unngå hull i veien, fortauskanter og veidebris. Bytt kjørefelt på en trygg måte før du treffer et hull i veien du ser foran deg. Hvis det ikke er mulig å bytte kjørefelt, er det beste å redusere farten for å minimere skaden ved å kjøre over hullet.
- Unngå å overbelaste kjøretøyet. Overbelastning kan skade dekkene alvorlig eller til og med føre til at de eksploderer.
- Hold dekkene riktig oppblåst. Når dekkene er korrekt oppblåst, slites de jevnt og yter optimalt. Dette forlenger også dekkenes levetid, forbedrer sikkerheten og bidrar til bedre drivstofføkonomi.



10. Fotgjenger, sykkel, trikk

- Unngå hull i veien, fortauskanter og veidebris. Bytt kjørefelt trygt før du treffer et hull i veien du ser foran deg. Hvis det ikke er mulig å bytte kjørefelt, reduser farten for å minimere skadene ved å kjøre over hullet.
- Unngå å overbelaste kjøretøyet. Overbelastning kan skade dekkene alvorlig eller i verste fall føre til eksplosjon.
- Pass på at dekkene har riktig luft trykk. Har dekkene riktig lufftrykk, slites de jevnt og yter sitt beste. Dette forlenger også dekkenes levetid, øker sikkerheten og forbedrer drivstofføkonomien.



11. Skade ved rygging

- Før du rygger, sørg for at manøveren kan gjennomføres på en trygg måte.
- Dette gjelder selv om bilen er utstyrt med parkeringssensorer og/eller kamera. Stol aldri utelukkende på systemene.
- Rygg sakte, og vær oppmerksom på fotgjengere, andre kjøretøy og biler som også rygger samtidig.



12. Påkjørsel av annen bil bakfra

- Hold alltid en sikker avstand (minst 3 sekunder) til bilen foran deg. Vær- og vei-forhold kan også kreve at du gir større sikkerhetsmargin.
- Kjør i en hastighet som passer forholdene. I dårlig vær bør du kjøre saktere enn fartsgrensen.
- Øk avstanden til bilen foran hvis du kjører i høyere hastigheter (på motorvei).
- Se langt fremover for å kunne forutsi og anticipere hva som skjer, og hva som kan skje 10–15 sekunder foran deg.



13. Påkjørsel av parkert bil

- Rygg inn i parkeringsplassen i stedet for å parkere foran. Dette gir deg en mer avslappet start på kjøreturen, og sammen med bedre sikt reduserer det risikoen for ulykker.
- Når du rygger ut av en parkeringsplass, gjør det sakte, vær oppmerksom på biler parkert ved siden av deg og på biler og fotgjengere i området rundt bilen din.
- Parker alltid mellom de merkede linjene. Tving aldri bilen din inn i en parkeringsplass.
- Bruk parkeringssensorer og kameraer, men stol ikke utelukkende på systemene.
- Slå aldri av parkeringssensorene, selv om pipelydene forstyrrer samtalen din. Fullfør parkeringen før du begynner å ringe.



14. Sjåfør unnlot å holde vikeplikt

- Reduser farten når du nærmer deg veikryss og kryss, og følg trafikkreglene.
- Se alltid begge veier før du kjører videre (selv om du har vikeplikt).
- Tving deg ikke gjennom et kryss hvis en annen bilist er fast bestemt på å kjøre først. Det er bedre å la den andre bilisten kjøre først.



15. Kjørefeltendring

- Vær alltid oppmerksom på trafikken bak deg ved å bruke både innvendige og utvendige speil, spesielt på motorveien.
- Når du bytter kjørefelt, er det viktig å sjekke veien over skulderen. Alle biler har et blindsonerom stort nok til å skjule en bil, motorsykkel, syklist eller fotgjenger. Ha alltid 360-graders oppmerksomhet på eventuelle faktorer som kan påvirke sikkerheten din.
- Tving deg aldri forbi i svinger som ikke er synlige.



16. Skade ved åpning av bilens dør

- Når du sitter i førersetet, bruk høyre hånd for å åpne døren. Er du passasjer, bruk venstre hånd. Denne bevegelsen hjelper deg med å huske å først sjekke bakspeilet og sidespeilene, og deretter blindsonen ved å dreie kroppen før du åpner døren.
- Åpne døren sakte når du forlater bilen. Dette gir deg mulighet til å reagere på plutselige bevegelser og gir samtidig andre kjøretøy en advarsel.
- Når du kjører med flere personer, er det viktig å gi dem beskjed før du når destinasjonen. Hvis du kjører med barn eller eldre, be dem bli sittende. Gå ut først og åpne døren for dem i stedet for å la dem gjøre det selv.



17. Kjedekollisjon

- Hold alltid en sikker avstand (minst 3 sekunder) til bilen foran deg. Vær- og veiforhold kan også kreve at du gir større sikkerhetsmargin.
- Kjør i en hastighet som er tilpasset forholdene. I dårlig vær eller ved lav sol, bør du kjøre saktere enn fartsgrensen. Øk avstanden til bilen foran deg når du kjører i høyere hastigheter (på motorveier).
- Se langt fremover for å kunne forutsi og forberede deg på hva som skjer, og hva som kan skje 10–15 sekunder foran deg.
- Når du nærmer deg et stoppskilt, et rødt lys eller et annet hinder, start bremsingen tidlig (uten å bremse brått), og stans sakte så bilen bak kan se at du bremsar og har tid til å reagere.
- Sjekk speilene før du begynner å bremse. Bare fordi du har lagt merke til og reagert på en potensiell fare, betyr det ikke at bilen bak deg vil gjøre det samme.



18. Skade oppdaget ved tilbakelevering av kjøretøyet

- Rapporter alltid skader etter en ulykke, slik at du unngår å måtte betale for skader når du returnerer bilen.
- Inspiser bilen før du leverer den tilbake, og rapporter eventuelle skader.



Generelle anbefalinger for sikkerhetsprogram mer i bilparken

19. Anbefalinger på flåtenivå

- Overfør egenandelen på forsikringen til sjåførene ved gjentatte ulykker der de er skyld i hendelsen
- Positivt engasjement av sjåførere, som for eksempel en premie for årets tryggeste sjåfører, konkurranser om sikker kjøring eller spillifisering.
- TMålrett innsats mot sjåførere som forårsaker flere skader (sjåførere med to eller flere ulykker i løpet av et år) ved å:
 - Kommunikasjon og tilbakemeldinger fra nærmeste leder eller HR
 - Skreddersydd sjåføreropplæring
- Gjør parkeringsassistansesystemer obligatoriske for alle kjøretøy i bilpolitikken.
- Lær sjåførene å gi detaljert informasjon om ulykkene ved å bruke Ayvens-appen/nettsiden for å rapportere skader, laste opp bilder og beskrive omstendighetene. Dette hjelper i erstatningsprosessen.
- Sørg for at sjåførene rapporterer skader når ulykker skjer for å unngå høye sluttrelaterte kostnader. Det kan også vurderes å belaste sjåførene for skader ved kontraktens slutt.



20. Hvordan praktisere en defensiv kjørestil

- Oppretthold alltid en sikker avstand på minst 3 sekunder. Vær- og vei-forhold kan også kreve at du gir ekstra sikkerhetsmargin.
- Se langt frem for å forutsi og anta hva som skjer og hva som kan skje 10-15 sekunder fremover på veien.
- Når du bytter kjørefelt, er det viktig å sjekke over skulderen. Alle biler har et blindt punkt stort nok til å skjule en bil, motorsykkel, syklist eller fotgjenger.
- Oppretthold en 360-graders bevissthet om alle variabler som kan påvirke sikkerheten din.
- Sjekk speilene før du bremser. Bare fordi du har lagt merke til og reagert på en kommende fare, betyr ikke det at sjåføren bak deg vil gjøre det samme.
- Før du rygger, sørg for at ryggmanøvrer kan utføres på en trygg måte. Dette gjelder selv om bilen er utstyrt med ryggekamera eller sensorsystem.
- I dårlige værforhold, spesielt om vinteren, vær ekstra forsiktig når du kjører, og kjør alltid etter forholdene.
- Bruk vanlig høflighet. Vær ikke redd for å gi et vennlig vink når andre sjåfører stopper eller senker farten for å gi deg fritt gjennomkjøring.



21. Hvordan håndtere aggressiv oppførsel i trafikken

- Erkjenn en feil med et unnskyldende vink – dette vil ofte løse problemet.
- Unngå å ligge for tett bak andre biler. Hvis noen ligger tett bak deg, slipp dem forbi.
- Unngå øyekontakt med sinte sjåførere og gi dem plass.
- Ignorer upassende håndbevegelser.
- Ta ikke en aggressiv sjåførs oppførsel personlig.
- Hvis en aggressiv sjåfører følger etter deg, kjør til nærmeste politistasjon og hold deg på hovedveiene. Hvis du ikke kjenner til nærmeste politistasjon, kan en godt opplyst butikk eller bensinstasjon være et trygt alternativ.
- Hvis du blir tvunget av veien, lås dørene, trykk på hornet, slå på varsellysene og blinke med hovedlysene – ikke gå ut av bilen.
- Hvis du er involvert i en episode med veiaggresjon, uavhengig av hva som skjer, sørg for å melde fra til politiet.



22. Sesongbaserte anbefalinger – vinter

- Bytt til vinterdekk i oktober for å være forberedt til vintersesongen.
- Planlegg reisen din på forhånd, sjekk værmeldingen før du starter, og beregn ekstra tid for å komme frem til destinasjonen.
- Sjekk kjøretøyets tilstand (lys, batteri, dekk, vindusviskere, varmeapparat, etc.) før du setter i gang.
- Is på veien. Øk oppmerksomheten og kjør med ekstrem forsiktighet. Islagte partier kan være vanskelige å oppdage på asfalt. Generelt, når temperaturen er under 3 grader, reduser hastigheten og dobbeltsjekk sikkerhetsavstanden. Øk alltid forsiktig på gasspedalen og senk farten sakte. Hvis du krysser et islag, løft foten forsiktig av gasspedalen, og unngå å bremse, da dette kan føre til at dekket mister feste på asfalten.
- Snø på veien. Generelt bør du øke sikkerhetsavstanden og redusere hastigheten. Øk og senk farten sakte, og unngå brå manøvrer. I svinger og nedoverbakker bør du redusere hastigheten enda mer. Når du kjører oppover, stopp aldri. Hvis nødvendig, utstyr kjøretøyet med kjettinger eller vinterdekk. Ikke overhal immobiliserte kjøretøy med mindre du er sikker på at du kan fortsette å kjøre. Hvis du blir stående, sett på bilens varmeapparat og forlat ikke kjøretøyet med mindre det er skjermet fra værforholdene. Sjekk om eksosrørene er gravd ned i snøen, og la gjerne et vindu stå litt åpent når motoren går. Vær forberedt: ha alltid en fulladet mobiltelefon, full tank, jakke, teppe, mat og drikke samt en sekk med sand (for å strø på veien om nødvendig)



22. 22. Sesongbaserte anbefalinger - sommer

- Planlegg reisen din på forhånd, og ta hensyn til de travleste trafikktimene (svartsamlinger). Forsøk å unngå kjente sommerarbeidsområder og beregn ekstra reisetid.
- Vær ekstra oppmerksom på økt antall motorsykler på veien. Sjekk to ganger for å sikre at motorsykkelen er på en trygg avstand fra kjøretøyet ditt.
- Når du kjører gjennom solglare, bruk solbriller eller solskjerm, og reduser farten.
- Unngå helst å kjøre uten sko eller i flip-flops.





SOCIETE GENERALE GROUP