

# Bulletin de **Sécurité**

## 10 conseils pour résister à la chaleur cet été

Comme le dit le vieux dicton: «Il fait assez chaud pour faire frire un oeuf sur le trottoir.» La chaleur de l'été extrême ne vous fait pas seulement transpirer; Cela ajoute également du stress à bon nombre de composants de votre camion. Essayez ces 10 conseils pour préparer votre camion - et vous-même - pour les mois chauds à venir:



### **1. Vérifiez le niveau d'huile et la température de votre moteur -**

L'huile maintient votre moteur au frais et bien lubrifié, assurez-vous que votre camion a assez. Si votre camion possède une jauge de température d'huile, assurez-vous que la température reste dans la plage normale pendant votre voyage.

**2. Surveillez votre niveau de liquide de refroidissement** - Avant chaque voyage, assurez-vous d'avoir suffisamment d'eau et d'antigel selon les instructions du fabricant et vérifiez toujours vos jauges pour éviter que votre équipement ne se surchauffe. N'oubliez pas de retirer le bouchon du radiateur avant que le système ne soit refroidi.

**3. Vérifiez vos freins** - Le temps chaud peut provoquer un freinage ou une perte de frottement lorsque les composants ne peuvent pas absorber une chaleur supplémentaire.

**4. Gardez vos pneus gonflés** - Les pneus sous-gonflés augmentent le risque d'éruption, et une bonne règle est de vérifier vos pneus toutes les 2 heures ou 100 milles. Lors de la mesure de la pression des pneus, ne libérez pas d'air de vos pneus. La pression de l'air augmentera au fur et à mesure que les températures augmenteront et la libération d'air pourrait augmenter votre risque d'éruption une fois que vos pneus refroidissent.

**5. Serrez les courroies de votre moteur** - Les courroies trapézoïdales en vrac ne conduiront pas correctement la pompe à eau ou le ventilateur, ce qui pourrait vous entraîner une surchauffe. Vérifiez également vos courroies de moteur pour détecter les signes d'usure.

**6. Vérifiez vos tuyaux flexibles** - Assurez-vous que les tuyaux de refroidissement ne sont pas fissurés.

**7. Surveillez le «bras de camionneur»** - Une étude célèbre de 2012 a révélé les dégâts infligés par les rayons UV à la peau d'un camionneur, en particulier au bras gauche et au côté gauche du visage. Donc, porter un écran solaire avec un SPF d'au moins 30 ou porter des manches longues pour vous protéger contre les dommages causés par la peau et le cancer de la peau.

**8. Buvez de l'eau** - L'eau vous garde mieux hydraté que les boissons gazeuses sucrées, le thé glacé ou les boissons sportives.

**9. Rechercher un houblon de goudron** - Dans un temps très chaud, le goudron peut monter à la surface de l'asphalte et devenir glissant.

**10. Regarder la météo** - Les températures chaudes ne sont que le seul danger de l'été. Les orages, les éclairs ou les cendres peuvent se produire rapidement. Suivre les bulletins météorologiques avec soin pour éviter toute surprises.