

## El RACC dona consells de conducció i protecció de la llar per a les vacances de Setmana Santa

*Barcelona, 31 de març de 2026 –*

Amb l'inici de les vacances, el RACC posa el focus en la seguretat integral de les persones i les famílies i ofereix recomanacions tant per als desplaçaments per carretera com per a la protecció de la llar quan queda buida, amb l'objectiu de prevenir incidències i garantir un període vacacional tranquil.

### **Consells previs als desplaçaments en cotxe:**

1. **Revisar l'estat del vehicle:** comprovar nivells d'oli, líquid de frens, refrigerant i eixugaparabrises, així com l'estat dels pneumàtics (pressió i desgast) i els frens. Revisar que el vehicle tingui la ITV en vigor.
2. **Planificar la ruta amb antelació:** consultar l'estat del trànsit i possibles incidències, i preveure rutes alternatives per si hi ha retencions en el trajecte. Alhora, planificar el lloc per efectuar les parades necessàries cada dues hores.
3. **Evitar les hores punta.** Sempre que sigui possible, programar la sortida en hores de menor intensitat de trànsit.
4. **Preparar la documentació:** portar el DNI, el carnet de conduir, la documentació del vehicle i l'assegurança en regla.
5. **Descansar adequadament abans de conduir:** dormir bé és clau per evitar la fatiga i mantenir la concentració al volant.
6. **Equipar el vehicle correctament:** assegurar-se de portar la llum d'emergència v16 -ja obligatòria- i l'armilla antireflectant per poder senyalitzar el vehicle correctament en cas d'avaria.
7. **Preveure les necessitats del viatge:** portar aigua i menjar lleuger, especialment en trajectes llargs o amb infants.

### **Consells durant el desplaçament en cotxe:**

1. **Fer pauses cada 2 hores o 200 km:** aturar-se per descansar, estirar les cames i recuperar la concentració.

*Per a més informació:*

RACC Premsa [saladeprensa.racc.cat](mailto:saladeprensa.racc.cat) 93 495 50 29

Segueix-nos a:



2. **Respectar les normes de circulació:** mantenir la velocitat adequada, respectar la distància de seguretat i adaptar la conducció a les condicions de la via.
3. **Evitar distraccions al volant:** no utilitzar el mòbil i mantenir l'atenció constant a la carretera.
4. **Mantenir una conducció suau i eficient:** evitar acceleracions i frenades brusques per millorar la seguretat i reduir el consum.
5. **Estar atent a les condicions meteorològiques:** en cas de pluja, calor intensa o altres condicions adverses, adaptar la conducció. En cas que siguin extremes, aturar-se.
6. **Hidratar-se i evitar menjars pesats** per ajudar a mantenir la concentració i evita la somnolència.
7. **Reaccionar amb seguretat davant incidències:** en cas d'avaria o incident, senyalitzar correctament el vehicle i contactar amb un servei d'assistència en carretera. En cas de patir un accident i necessitar assistència mèdica urgent, contactar amb el 112.

## **Consells per protegir la llar durant les vacances:**

1. **Revisar accessos i sistemes de seguretat:** tancar correctament portes i finestres, ja que són els principals punts vulnerables de l'habitatge. L'ús d'alarmes o sistemes de vigilància pot actuar com a element dissuasiu per als robatoris.
2. **Simular presència a la llar:** l'ús de tecnologia domòtica, com llums programables o càmeres connectades, permet simular activitat a l'habitatge i reduir el risc d'intrusió.
3. **Evitar fuites i prevenir curtcircuits:** abans de marxar és recomanable tancar la clau de l'aigua per evitar fuites i desconnectar aparells elèctrics per prevenir que un curtcircuit provoqui un incendi.
4. **Evitar signes evidents d'absència.** Detalls com bústies plenes, persianes sempre baixades o publicar imatges de viatges a les xarxes socials poden aixecar sospites que l'habitatge està buit. És recomanable comptar amb l'ajuda de veïns o familiars i mantenir privacitat.
5. **Comptar amb una assegurança de la llar** és essencial per protegir la llar davant de riscos com robatoris, incendis o danys per aigua.

**Per a més informació:**

RACC Premsa [saladeprensa.racc.cat](mailto:saladeprensa.racc.cat) 93 495 50 29

**Segueix-nos a:**



## Sobre el RACC

El **RACC** ofereix els seus serveis d'alta qualitat a més de 800.000 socis per atendre les seves necessitats. Els seus principals àmbits d'actuació són l'assistència mecànica, personal, mèdica i les urgències, les assegurances i la formació de conductors, amb la xarxa d'autoescoles més important d'Espanya. A més, també actua en l'àmbit de la llar, amb una àmplia gamma de productes i serveis que inclouen alarmes, internet, assegurances, energia, manteniment, reparacions i reformes.

El RACC, que ha passat de ser un club d'automobilistes a un Club de Serveis a la Mobilitat, ajuda a les persones quan es mouen, a peu, en bicicleta, en patinet, en transport públic, en cotxe o en moto, oferint-los un ampli ventall de productes adaptats a les noves maneres de desplaçar-se.

Com a entitat al servei de la societat, el RACC promou una nova cultura de la mobilitat més segura, respectuosa amb el medi ambient, assequible a l'economia de les persones i competitiva. En aquest sentit està compromès amb la defensa dels drets dels usuaris i treballa en el camp de la recerca per aportar coneixement basat en l'anàlisi, el rigor i la visió internacional que li aporta la seva presència en organitzacions d'àmbit mundial. En el món del motor dona suport a joves pilots fomentant les habilitats per competir i els valors humans de l'esport. Gaudeix d'un reconegut prestigi internacional com a organitzador rigorós de proves puntuables per als campionats del món de Fórmula 1, Moto GP, Rallies o el Rallycross.

---

**Per a més informació:**

RACC Premsa [saladeprensa.racc.cat](mailto:saladeprensa.racc.cat) 93 495 50 29

**Segueix-nos a:**

