

تشكل الحياة على الطرق المفتوحة لسائقي الشاحنات حول العالم مزيجاً فريداً من العزلة والحرية في آن معا، لكن ما الذي يمكن أن يجعلهم مستمتعين برحلاتهم البرية الطويلة خلال كل تلك المسافات الشاسعة؟

سائق شاحنة؟ يمكنك فعل الكثير للاستمتاع على الطريق فرص للاستراحة والطبخ والاستكشاف

ليوبورك . العربي الجديد

غالباً ما يلجأ سائقو الشاحنات إلى الراديو أو الكتب الصوتية والبودكاست لتعريف الوقت، بما يجعل رحلاتهم غنية بالمعلومات وأكثر متعة. فهذه المرافقات الصوتية تمثل ثروة من القصص والمحتوى التعليمي، فضلاً عن الشعور بالبقاء على اتصال بالعالم. ويمتلك بعض السائقين هوايات يمكن ممارستها بسهولة، بحيث يسمح لهم التصوير الفوتوغرافي، مثلاً، بالتقاط صور المناظر الخلابة التي يصادفونها، فيما قد يستمتع آخرون بطهي وجبات بسيطة في مطبخ شاحناتهم الصغير، بما يضيف لمسة شخصية إلى أسلوب حياتهم على الطرق. وفي كثير من الأحيان، تؤدي الاستراحات

دورهما كإجازات اجتماعية يمكن لسائقي الشاحنات الاسترخاء فيها والتفاعل مع زملائهم السائقين. ومن شأن هذه الرفقة أن تساعد في بناء شعور اجتماعي رغم الطبيعة المنعزلة لعملهم، وفقاً لمدونة «فوكس تو موف» التي تشير إلى أن العديد من محطات الشاحنات تتميز أيضاً باندية لياقة بدنية، بما يتيح للسائقين التمدد والحصول على بعض التمارين الرياضية في أوقات فراغهم.

أنشطة ترفيهية للسائقين

يوجد سائقو الشاحنات العديد من الخيارات للنشاط والتسلية على الطرق، سواء أكان من خلال الاستمتاع بمناظر جديدة أم الحفاظ على لياقتهم البدنية أو التمتع بالأنشطة الإبداعية. ويتمتع السائقون بفرصة فريدة

لاستكشاف مدن وبلدات جديدة. وعندما يكون لديهم وقت فراغ، قد يزورون المعالم المحلية والحدائق والمواقع الثقافية. وغالباً ما توفر الأتعمة المحلية والمتاجر المتخصصة تجارب فريدة لا توجد في أي مكان آخر. كما يتتبع بعضهم الأماكن المثيرة للاهتمام التي زاروها، بما يضيف إلى قصص سفرهم. أيضاً، يزور السائقون أحياناً المتاحف أو يحضرون الأحداث التي تتزامن مع توقفهم، إذ تقدم كل وجهة شيئاً جديداً، بما يجعل الرحلة ممتعة ومثمرة. كما أن البقاء على نشاط أمر ضروري لسائقي الشاحنات للحفاظ على صحتهم، وهم غالباً ما يحملون معدات تمرين محمولة مثل أجهزة المقاومة أو الدميل، وتحتوي العديد من محطات توقف الشاحنات الآن على صالات رياضية، بما يجعل من الأسهل ممارسة الرياضة على الطريق. ويمكن القيام بأنشطة بسيطة مثل المشي أو الركض أو التمدد في مناطق الراحة.

ويشارك بعض السائقين في تحديات اللياقة البدنية مع زملائهم، بما يحفزهم إلى البقاء لائقين، حيث تساعد التمارين المنتظمة على تحسين مستويات الطاقة وتقليل التوتر. وتوفر الهوايات الإبداعية استراحة ذهنية من القيادة، إذ يستمتع العديد منهم بهوايات مثل التصوير الفوتوغرافي أو الرسم أو الكتابة. ويمكن ممارسة هذه الأنشطة خلال فترات الراحة وتوثيقها من خلال المجلات أو وسائل التواصل الاجتماعي. كما أن الاستماع إلى الكتب الصوتية أو البث الصوتي أو الموسيقى أمر شائع لقضاء الوقت أثناء فترات القيادة الطويلة. ويحمل بعض السائقين أيضاً وحدات تحكم ألعاب

ليل المالح، سائقة شاحنة اخترت مهنة والدها، تركيا، 27 فبراير 2024 (محمد فونسي/الناظور)



والغراش المريح إلى تحسين جودة الراحة أثناء فترات الراحة. ويساعد البقاء رطباً مع تناول وجبات منتظمة ومتوازنة في الحفاظ على مستويات الطاقة. كما يساعد استخدام تقنيات مثل ضبط مكيف الهواء أو الاستماع إلى الكتب الصوتية الحداثة أو مضغ العلكة في البقاء مستيقظاً أثناء القيادة الطويلة. كذلك تعمل التمارين البدنية المنتظمة أثناء التوقف على تعزيز اليقظة.

ومن أجل تقليل المخاطر، يجب على السائقين إعطاء الأولوية للسلامة على الطرق، بحيث تضمن عمليات التدقيق المنتظمة للمركبات قبل الرحلات أن الشاحنات في حالة عمل جيدة، إذ يمكن أن يمنع فحص الإطارات والفرامل والأضواء الأعطال الميكانيكية.

والإلتزام بحدود السرعة والحفاظ على مسافات متباعدة أمر حيوي أيضاً. فيجب على السائقين توخي الحذر ولا سيما في الظروف الجوية السيئة مثل المطر أو الثلج أو الضباب، وخفض السرعات وزيادة مسافات المتابعة. ويُعد الانتباه إلى النقاط العمياء واستخدام المرايا بشكل فعال أمراً بالغ الأهمية. كما أن تقنيات القيادة الدفاعية، بما في ذلك توقع تصرفات السائقين الآخرين وتجنب القيادة العدوانية، تقلل كثيراً من مخاطر الحوادث. ومن شأن استخدام مساعد الحفاظ على المسار وأنظمة تجنب الاصطدام وغيرها من المساعدات التكنولوجية أن يعزز السلامة أكثر، علماً أن البقاء على اطلاع بالتحديثات التنظيمية والتدريب المستمر على السلامة يضمنان تزويد السائقين بالمعرفة اللازمة للتعامل مع مختلف المواقف.

محمولة أو أجهزة قراءة إلكترونية للترفيه. ويساعد الانخراط في الأنشطة الإبداعية سائقي الشاحنات على الاسترخاء والراحة.

السلامة وإدارة المخاطر

يُعد ضمان السلامة وإدارة المخاطر أمراً في غاية الأهمية عند سائقي الشاحنات الذين يواجهون العديد من التحديات التي تتطلب اليقظة المستمرة والتخطيط الاستراتيجي. وهم غالباً ما يقضون ساعات طويلة على الطريق، الأمر الذي يجعل من الضروري الحفاظ على اليقظة. كما أن الراحة الكافية هي عامل أساسي، لذلك يجب على السائقين اتباع القواعد الخاصة بالاستراحات الإلزامية، والتأكد من حصولهم على قسط كافٍ من النوم، بما يقلل في نهاية المطاف من خطر التعرض لحوادث الشاحنات المرتبطة بالتعب. ويمكن أن يؤدي استخدام الأدوات العملية مثل أجهزة النوم وسدادات الأذن

أفضل 7 سيارات مكشوفة بسقف صلب لعام 2024

والشطن . العربي الجديد

توفر السيارات المكشوفة بسقف صلب (hardtop convertibles) تجربة قيادة المركبات المفتوحة السقف تلازماً مع أفضل الشروط الممكنة لراحة الأمان والحماية من الطقس ومستويات الضوضاء الداخلية الأقرب إلى تلك الموجودة في السيارات ذات السقف الثابت (fixed-roof vehicles). وعلى الرغم من أنها أصبحت نادرة حيث تركز الشركات على نماذج أكثر ربحية أو ذات حجم أعلى، لا يزال في السوق عدد قليل من السيارات المكشوفة بسقف صلب والشاحنات وسيارات الدفع الرباعي. وعلى الرغم من صعوبة هذه المهمة، فقد أعدت تخدمه (أو توليست) (autolyst) الأميركية في 126 أغسطس/آب 2024، ما تعتبره أفضل الأمثلة المتاحة من السيارات المكشوفة بسقف صلب لعامي 2024 و 2025، مشيرة إلى أن موديلات مثل مرسيدس بنز إس إل كلاس (S-Class) وبي إم دبليو زد4 (BMW Z4) وبي إم دبليو الفئة الرابعة (BMW Series 4) المكشوفة وليكزس إي إس (Lexus IS) المكشوفة لم تعد تعرض بسقف صلب قابل للسحب أو أنها غير متوفرة في الأسواق على الإطلاق. ومع أن بعض القوائم التي تصنف هذا النوع من السيارات تتضمن بورشه 911 تارغا (Porsche Targa 911)، استبعدتها (أو توليست) لأن الجزء القابل للسحب من السقف مصنوع من القماش، وتقول إن فريق خبرائها بحث في سوق السيارات الأميركية من أجل إعداد قائمة بأفضل 7 من السيارات المكشوفة بسقف صلب لعامي 2024 و 2025، وقد خلص إلى 7 خيارات، هي:

1 - مازدا إم إكس-5 مياتا آر إف (Mazda MX-5 Miata RF): لطالما كانت مياتا سيارة رياضية للجماهير، ومع خيار السقف الصلب القابل للسحب من RF، والذي ظهر لأول مرة في أحدث جيل، تظل السيارة المكشوفة ذات السقف الصلب بأسعار معقولة.

2 - شيفروليه كورفيت (Chevrolet Corvette): النموذج القياسي عبارة عن كوبيه ذات بابين مع لوحة سقف قابلة للإزالة، والسيارة



فبراير Spider SF90 في معرض صيني للمنتجات الاستهلاكية، 11 أبريل 2023 (أوبو يوشن/جيتي)

ذات المقعدين بسرعة خارقة وعملية متميزة. 5 - جيب رانغلر (Jeep Wrangler): سقفاها الصلب يحظى بشعبية كبيرة، لأنها توفر كل الراحة التي توفرها سيارات الدفع الرباعي ذات الخمسة مقاعد، وهي ملائمة جداً للطرق الوعرة. 6 - فورد برونكو (Ford Bronco): أعادت شركة فورد إحياء سيارة برونكو للتنافس مع جيب رانغلر، وقد حققت نجاحاً كبيراً. وبفضل ميزة تصميم مركبة جديدة تماماً، تمكنت برونكو من التغلب على رانغلر بكل شيء تقريباً. 7 - جيب غلادياتور (Jeep Gladiator): يشترك في الكثير مع رانغلر، لكنه في شكل شاحنة مكشوفة، وما دام قطاع الشاحنات ذات السقف القابل للطي مقتصر على عرض واحد فقط، لا يمكنها لذلك منافسة غلادياتور.

المكشوفة لها سقف صلب قابل للسحب. 3 - فيراري إس إف 90 سبايدر (Ferrari SF90 Spider): تقدم سقفاً صلباً قابلاً للطي، وتحتوي المقصورة الداخلية على مساحة لشخصين بالغين، أما مساحة الشحن فمحدودة للغاية.

4 - ماكلارين آر تورا سبايدر (McLaren Artura Spider): هي سيارة ماكلارين حقيقية بتصميم داخلي بسيط ورؤية رائعة لسيارة بمحرك وسطي، وتتمتع السيارة المكشوفة

تصدر مازدا إم إكس-5 مياتا آر إف الرياضية هذه القائمة

جديد السيارات

جيب إم سي يوكون 2025

تم تحديث جيب إم سي يوكون في نسختها الجديدة موديل 2025، في حين تخضع فئة Ultimate AT4 الجديدة المزيد من الرفاهية في الفئة التي تركز على الطرق الوعرة، بحسب «موتور 1». من ميزاتها شاشة اللمس المركزية الجديدة مقاس 16.8 بوصة، بما يكفي للسماح للمستخدم بتخصيص أشياء مثل الخرائط



ووظائف الصوت والمزيد من الكشف الحراري. أما مجموعة المحركات فهي كما كانت باستثناء اختلاف واحد ملحوظ، وهو محرك الديزل Duramax سداسي الأسطوانات سعة 3.0 لترات المزود بشاحن توربيني الذي يتوفر لجميع الفئات، بما في ذلك الفئة أي تي 4 التي أصبحت أكثر قوة، حيث تنتج 305 حصنة و495 رطلاً قديماً من عزم الدوران، صعوداً من 277 حصاناً و420 رطلاً. ومن المقرر أن تُعلن أسعار السيارة في وقت لاحق من هذا العام، علماً أنه في ما يخص الفئة الأعلى، يبدأ سعر يوكون دينالي التيميت 2024 من 105 آلاف دولار.

مرسيدس مايباخ إس إل 2026

تضيف مرسيدس إس إل 680 مونغرام بعض الإثارة إلى سيارة مرسيدس رودستر، مع ترقية ميكانيكية تركز على الراحة ويضع التغييرات في التصميم الفاخر. ومن الناحية الميكانيكية لا تختلف كثيراً عن أي إم جي إس إل 63، ومجهزة بمحرك من ثماني أسطوانات سعة 4.0 لترات توربو يولد قوة 577 حصاناً، ويرسل



الطاقة إلى العجلات الأربع. وبحسب «موتور 1»، يُعد توجيه المحور الخلفي قياسياً، كما هو الحال مع علية التروس الأوتوماتيكية ذات التسع نسب المستخدمة على نطاق واسع في الشركة. ولا توجد معلومات عن سعر السيارة حتى الآن، لكن من المقرر أن تبدأ عمليات التسليم في النصف الثاني من عام 2025.

إم جي ه الكهربية في الشرف الأوسط

أطلقت إم جي موتور الشرق الأوسط مركبتها الكهربائية كلياً MG4 Electric، وفقاً لما أوردت مجلة «نوب غير»، على أن تتوافر بثلاثة إصدارات تلي تفضيلات العملاء المتنوعة، COM و LUX و XPOWER، وتبدأ قائمة الأسعار من 26 ألف دولار تقريباً للفئة الأقل. ويُتيح إصدار COM مدى يصل



إلى 465 كيلومتراً وفق دورة WLTP وهذا بفضل بطارية سعة 51 كيلوواط/ساعة، بينما يرفع LUX المدى إلى 530 كيلومتراً باستخدام بطارية سعة 64 كيلوواط/ساعة. أما الفئة الأعلى من LUX، فتمتيز بمدى يصل إلى 530 كيلومتراً باستخدام بطارية سعة 77 كيلوواط/ساعة.