


1	<p>Co jest zasadą dobrego żywienia ?</p> <p>a) jedzenie posiłków o stałych porach, co 2-3 godziny</p> <p>b) spożywanie dużej ilości węglowodanów</p> <p>c) jedzenie w dużych ilościach warzyw i owoców</p>	
2	<p>Czy jadąc w trasę należy mieć ze sobą coś lekkostrawnego do „przegryzienia” ?</p> <p>a) nie ma takiej potrzeby</p> <p>b) tak, zawsze może zajść coś nieprzewidzianego</p> <p>c) to zależy od trasy, na długie tak, na krótkich zbędny balast</p>	
3	<p>Czy w trasie należy pić więcej czy mniej napojów niż zazwyczaj ?</p> <p>a) tyle samo</p> <p>b) więcej, bo powietrze w kabinie jest zazwyczaj bardziej suche</p> <p>c) mniej</p>	

4	<p>Jaka jest szybkość rozkładu (spalania) alkoholu u kobiet?</p> <ul style="list-style-type: none">a) 8-10 gram czystego alkoholu w ciągu godzinyb) 10-12 gram czystego alkoholu w ciągu godzinyc) 14-16 gram czystego alkoholu w ciągu godziny	
5	<p>Czy po zakończeniu jazdy na dłuższej trasie można bezpiecznie "siąść za kółkiem" własnego samochodu ?</p> <ul style="list-style-type: none">a) tak, to przecież inny samochód, inne warunkib) nie, konieczny jest odpoczynek, bo s sprawność jest upośledzonac) tak, to przecież już jest prywatna sprawa kierującego	
6	<p>Czy nadzorowanie naprawy serwisowej autobusu w trakcie kursu ma wpływ na zmęczenie kierowcy ?</p> <ul style="list-style-type: none">a) tak, to przecież też praca, często wymaga uwagi, wysiłkub) nie, przecież wtedy nie kieruje, to nawet może być relaksc) nie, to na ogół nie wymaga żadnego wysiłku	

7	<p>Czy sytuacja w domu, w miejscu pracy ma wpływ na sprawność i zachowanie się kierowcy ?</p> <ul style="list-style-type: none">a) nie, to nie powinno mieć wpływu, jadąc koncentrujemy się wyłącznie na drodzeb) tak, nie da się tego oddzielić, nie da się „zostawić w domu”c) dla sprawnego i dobrego kierowcy to nie ma znaczenia	
---	---	--