

Lass dich nicht ablenken.

Hände weg von Handy, Navi und Co.



safetykit.bfu.ch



Kurze Ablenkung – grosser Schaden

Schnell eine SMS schreiben, kurz das Navigationsgerät bedienen oder einen Radiosender suchen – schon vermeintlich kleinste Momente der Ablenkung können im Strassenverkehr fatale Folgen haben.

In der Regel reagieren Fahrzeuglenkende innerhalb von 2 Sekunden. Ist der Fahrer kurz abgelenkt und braucht insgesamt 3 Sekunden, so überquert er bei einem Tempo von 50 km/h fast ein halbes Fussballfeld, bevor er überhaupt zu bremsen beginnt. Beim Schreiben einer Textnachricht beträgt die Reaktionszeit etwa 7 Sekunden. In dieser Zeit legt man auf der Autobahn über 200 m zurück, was der Länge von mehr als zwei Fussballfeldern entspricht.



Jede Tätigkeit am Steuer, die nicht auf den Verkehr ausgerichtet ist, erhöht das Unfallrisiko. Deshalb gilt:

Vor der Fahrt

- Wer fährt, telefoniert nicht. Schalten Sie die Combox oder den Flugmodus ein.
- Stellen Sie den Lieblingsradiosender ein, schliessen Sie den Musik-Player an, legen Sie die CD ein und wählen Sie die Musik aus.
- Programmieren Sie das Navigationsgerät vor der Abfahrt.

Während der Fahrt

- Unterlassen Sie ablenkende Aktivitäten, richten Sie den Blick aufs Verkehrsgeschehen.
- Auch mit Freisprecheinrichtung lenken Gespräche ab, verzichten Sie darauf. Nehmen Sie keine Anrufe während der Fahrt an. Erledigen Sie Telefonate nur im stillstehenden Auto, abseits der Fahrbahn.
- Lesen oder schreiben Sie keine Textnachrichten.
- Halten Sie an einem sicheren Ort, wenn Sie etwas erledigen müssen, das Sie ablenken könnte.

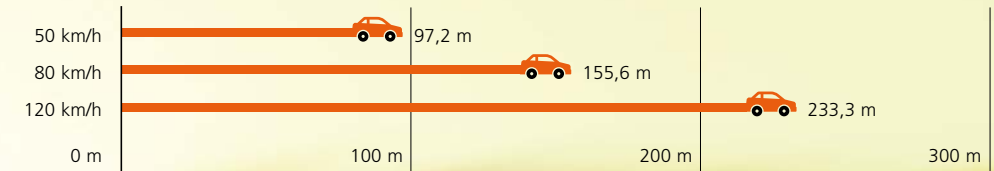
Wie viele Meter legen Sie ohne Blick auf die Strasse zurück, wenn Sie abgelenkt sind?



Bei einer Reaktionszeit von 3 Sekunden



Bei einer Reaktionszeit von 7 Sekunden



Lassen Sie sich auch zu Fuss oder auf dem Velo nicht ablenken und achten Sie auf den Verkehr!

Sicher leben: Ihre bfu.

Die bfu setzt sich im öffentlichen Auftrag für die Sicherheit ein. Als Schweizer Kompetenzzentrum für Unfallprävention forscht sie in den Bereichen Strassenverkehr, Sport sowie Haus und Freizeit und gibt ihr Wissen durch Beratungen, Ausbildungen und Kommunikation an Privatpersonen und Fachkreise weiter. Mehr über Unfallprävention auf www.bfu.ch.



www.socialmedia.bfu.ch

© bfu 2016, Verwendung unter Quellenangabe erwünscht; gedruckt auf FSC-Papier

bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung, Postfach, CH-3001 Bern
Tel. +41 31 390 22 22, Fax +41 31 390 22 30, info@bfu.ch, www.bfu.ch

