

FAHR NICHT BLIND.

AUGEN AUF DIE STRASSE!



 **RUNTER
VOM GAS**

 Bundesministerium
für Verkehr und
digitale Infrastruktur

 **DVR**
Deutscher
Luftverkehrsausschuss



ABGELENKT FAHREN

HEISST BLIND FAHREN.

Nur schnell aufs Handy schauen oder kurz eine Nachricht beantworten? Das Navi einstellen? Ein Griff ins Handschuhfach? Schnell etwas essen oder eine rauchen? Klar, aber nicht während der Fahrt! Schon vermeintlich kurze Momente der Ablenkung hinter dem Steuer können fatale Folgen haben. Zwei Sekunden Unaufmerksamkeit bedeuten bei 50 km/h bereits rund 30 Meter Blindfahrt. In kritischen Situationen schnell genug reagieren? Keine Chance!

Experten sehen im Smartphone mittlerweile die Hauptursache für Unfälle durch Unachtsamkeit. Aber auch andere Tätigkeiten lenken im Straßenverkehr gefährlich ab. Drei Arten von Ablenkung werden unterschieden: visuelle, motorische und mentale. Die meisten Informationen werden über die Augen, also visuell wahrgenommen. Körperliche Tätigkeiten wie z. B. das Aufheben von Dingen oder Essen sind eine motorische Ablenkung. Nach einem Streit, bei großer Euphorie oder in Stresssituationen ist man mental abgelenkt, also gedanklich woanders. **Durch jede Form von Ablenkung steigt das Unfallrisiko drastisch!**



Telefonieren



Texten, simsen,
surfen



Navigationsgerät
bedienen



Essen und trinken



Rauchen



Lesen

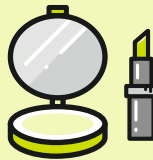
DAS LENKT AB!



Stress und
Emotionen



Aufwühlende
Gespräche



Schminken und
Körperpflege



Radio/Musik



Aufheben von
Gegenständen



In das Handschuh-
fach greifen



MULTITASKING TRÜBT DEN BLICK.

Für viele ist das Autofahren zur Routine geworden. Täglich gleiche Strecken können langweilen – so entsteht eventuell das Bedürfnis nach einer zusätzlichen Beschäftigung. Laut einer aktuellen Studie der Allianz nutzt fast jeder zweite Autofahrer (46 Prozent) das Mobiltelefon während der Fahrt.

Jeder neunte Autofahrer tippt hinter dem Steuer Textnachrichten und etwa jeder fünfte liest SMS, Messenger oder Mails. Das kann tödlich enden!

Nur weil einmal nichts passiert ist, heißt das nicht, dass es beim nächsten Mal auch gut geht. Multitasking ist ein Mythos! Der Mensch kann nicht mehrere Sachen gleichzeitig erledigen, sondern schaltet eher zwischen zwei Aufgaben hin und her. Das kann zu Beeinträchtigungen beim Fahren führen, in manchen Fällen sogar zum Tod. Nicht davon täuschen lassen, falls bislang noch nichts passiert ist. Jeder noch so kurze Blick auf das Smartphone könnte der letzte sein ...



**DIE NEUE SMS GESEHEN
ODER DAS KIND?
BEIDES GEHT NICHT!**

Augen auf die Straße! Gerade im dichten Stadtverkehr kann sich etwas Unvorhersehbares ereignen.



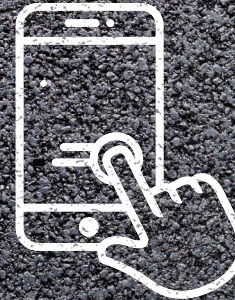
ABLENKUNGEN SORGEN FÜR LANGE BLINDFAHRTEN.

Bei einer
Geschwindigkeit von

**50
km/h**

sind das

Handy entsperren
ca. 4 Sekunden



= **56 m**
Blindfahrt

Zigarette anstecken
ca. 7 Sekunden



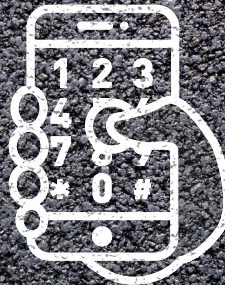
= **98 m**
Blindfahrt

Lippenstift auftragen
ca. 10 Sekunden



= 140 m
Blindfahrt

Nummer wählen
ca. 14 Sekunden



= 196 m
Blindfahrt

SMS tippen
ca. 18 Sekunden



= 252 m
Blindfahrt

**JEDER
10.
VERKEHRSTOTE GEHT
AUF EINEN UNFALL
DURCH ABLENKUNG
ZURÜCK.***

KEIN AUGE ZUDRÜCKEN!

Bei einer repräsentativen Umfrage zur Nutzung von Smartphones am Steuer* gaben die Befragten an, folgende Situationen schon einmal selbst erlebt zu haben:

12%

**VON DER FAHRSPUR
ABGEKOMMEN**

10%

**GESCHWINDIGKEITS-
BEGRENZUNG
ÜBERSEHEN**



10%

**ZU SPÄT GESEHEN, DASS
DAS VORAUSFAHRENDE
AUTO GEBREMST HAT**

2%

**ROTE AMPEL
ÜBERSEHEN**

* forsa-Repräsentativumfrage im Auftrag des ACV Automobil-Club Verkehr und der Deutschen Verkehrswacht (DWW), August 2016.

TIPPS FÜR VORAUSSCHAUENDE FAHRER.

ENTSPANNT LOSFAHREN, SICHER ANKOMMEN

Trauer oder Ausgelassenheit, Wut oder Euphorie – negative wie positive Emotionen haben Einfluss auf das Fahrverhalten. Bei großen Gefühlen, Stress oder Müdigkeit durchatmen und abwägen, ob die Fahrt nicht noch warten kann.

EINSTELLUNGSSACHE

Die Adresse ins Navi eingeben und den Liebblingssender im Radio einstellen. Diese Dinge am besten vor Fahrtantritt erledigen, um das Risiko von Ablenkungen zu minimieren, oder zwischendurch eine Pause einlegen.

FLUGMODUS UND ANDERE HELFER

Damit der Straße die volle Aufmerksamkeit gilt, gibt es Apps, die Anrufe abweisen oder automatisch antworten. Auch hilft es, den Flugmodus des Smartphones zu aktivieren. So gehen erst gar keine ablenkenden Meldungen per WhatsApp oder SMS ein und die Mailbox nimmt alle Gespräche an.

KONZENTRATION

Nicht aufs Smartphone, aufs Navi, auf den Beifahrer oder das Radio konzentrieren, sondern auf den Verkehr. Das Telefonieren über eine Freisprechanlage während der Fahrt ist zwar erlaubt, aber jedes Gespräch kostet Konzentration und lenkt ab.

WAS LIEGT, BLEIBT LIEGEN

Ein kurzer Stopp genügt, um den heruntergefallenen Gegenstand aufzuheben.



TIPP AN DEN BEIFAHRER:

SAG WAS, BEVOR ES ZU SPÄT IST.

Beschäftigt sich der Fahrer mit seinem Smartphone, telefoniert er oder ist er mit dem Kopf ganz woanders? Mund aufmachen, etwas sagen! Keine Scheu. Dem Fahrer die Bedenken mitteilen und an die Verantwortung appellieren. Wer schweigt, gefährdet nicht nur sich selbst und das Leben des Fahrers, sondern auch das der anderen Verkehrsteilnehmer.

A young woman with a red backpack is looking at her smartphone on a city street. The background is blurred, showing buildings and a street with cars. The text is overlaid on the image.

RADFAHRER UND FUSSGÄNGER:

NICHT ABLENKEN LASSEN.

Kopf hoch – das gilt für alle Teilnehmer im Straßenverkehr. Ins Smartphone vertiefte Fußgänger laufen Gefahr, rote Ampeln oder andere riskante Situationen zu übersehen. Radfahrer mit Kopfhörern nehmen unter Umständen Warnsignale wie Hupen oder Sirenen vor lauter Musik nicht wahr. Auch emotionale Gespräche und Telefonate können dazu führen, dass gefährliche Situationen nicht mehr rechtzeitig erkannt werden.

ZUSAMMEN SEHEN

WIR MEHR.

Auch Radfahrer und Fußgänger tragen Verantwortung. Für ein Miteinander im Straßenverkehr ist es unabdingbar, dass alle aufeinander Rücksicht nehmen. Fußgänger oder Radfahrer können und dürfen sich nicht darauf verlassen, dass die anderen Verkehrsteilnehmer ihr Fehlverhalten kompensieren.

Aufmerksam sein: **in kritischen Situationen Blickkontakt mit Autofahrern suchen.**

IMPRESSUM

Herausgeber:
Bundesministerium für Verkehr
und digitale Infrastruktur
Invalidenstraße 44
10115 Berlin
www.bmvi.de

Deutscher Verkehrssicherheitsrat e.V.
Auguststraße 29
53229 Bonn
www.dvr.de

Stand: Mai 2017

DRUCK

PieReg Druckcenter Berlin GmbH, Berlin

BILDNACHWEIS

Dominik Asbach: Titel, S. 2, S. 5, S. 7
Fotolia/Sabine Hürdler: S. 7
iStock/Slava Andrienko: S. 7
iStock/azgek: S. 13
iStock/lzf: S. 14

MEHR INFORMATIONEN UNTER WWW.RUNTERVOMGAS.DE

ODER WWW.FACEBOOK.COM/RUNTERVOMGAS