



Ablenkung im Strassenverkehr So bleiben Sie fokussiert

Ablenkung und Unaufmerksamkeit gehören zu den häufigsten Unfallursachen im Strassenverkehr. «Hände weg von Handy, Navi und Co.» lautet deshalb die Devise – egal ob am Steuer, zu Fuss oder auf dem Velo und E-Bike.

Jedes Jahr gibt es rund 1100 Schwerverletzte und 54 Getötete bei Unfällen, die auf Ablenkung und Unaufmerksamkeit zurückzuführen sind. Während der Fahrt kann uns vieles ablenken: Smartphone, Navi, Radio oder das Greifen nach Gegenständen.

Wer abgelenkt ist, braucht länger, um auf eine Gefahr zu reagieren. Die Reaktionsgeschwindigkeit im Fahrzeug verlängert sich so um etwa ein Drittel.

Multitasking gilt es deshalb zu vermeiden. Besonders das Smartphone gehört in die Tasche, wenn man unterwegs ist. Und das Navi lässt sich auch vor der Fahrt programmieren.

Wer ausserdem den Verkehr immer aufmerksam beobachtet, kann noch schneller reagieren. Und gibt es trotzdem mal etwas Wichtiges zu erledigen: kurz anhalten.

Die wichtigsten Tipps

- **Multitasking vermeiden**
- **Smartphone in der Tasche lassen**
- **Verkehr im Blick behalten**
- **Navi im Auto vor der Fahrt programmieren**
- **Wer während der Fahrt etwas Wichtiges erledigen muss: kurz anhalten**

Übrigens: Aufmerksamkeit lohnt sich für alle Verkehrsteilnehmenden. Das Smartphone lenkt auch auf dem Velo, E-Bike, Töff und zu Fuss ab.

Mehr zum Thema auf bfu.ch/ablenkung

