



Verkehrssicherheit



Mobil bleiben – mit Sicherheit.
Interviews rund um die Mobilität.

Inhalt

Vorwort. Seite 5

Sicher und mobil.
Zu Fuss. Seite 6

Sicher und mobil.
Mit dem Velo. Seite 10

Sicher und mobil.
Mit dem öffentlichen Verkehr. Seite 16

Sicher und mobil.
Mit dem Auto. Seite 22

Sicher und mobil.
Dank guter Fitness. Seite 30

Sicher und mobil.
Dank Weiterbildung. Seite 36

Sicher und mobil.
Dank Information. Seite 40

Sicher und mobil.
Dank Partnern. Seite 42

Liebe Leserin, lieber Leser

Das ganze Leben lang mobil sein – wer möchte das nicht? Die Mobilität hat aber ihren Preis. Viele Menschen erleiden im Strassenverkehr Verletzungen oder verlieren gar ihr Leben. Senioren sind besonders gefährdet. Dies ist zu einem grossen Teil auf die altersbedingten Einschränkungen zurückzuführen, die jeden Menschen betreffen. Es ist deshalb angezeigt, an die eigene künftige Mobilität zu denken, bevor man das Seniorenalter erreicht hat.

Was mache ich, wenn ich eines Tages nicht mehr Auto fahren kann? Die Chancen, den Führerausweis möglichst lange behalten zu können, sind umso grösser, je mehr man sich das Leben lang körperlich und geistig fit hält. Dazu gehört auch, sich mit anderen Verkehrsmitteln zu befassen. Wer sich in jüngeren Jahren nicht nur aufs Auto festlegt, sondern oft auch zu Fuss geht, Velo fährt oder öffentliche Verkehrsmittel benützt, wird später für die eigene sichere Mobilität gut vorbereitet sein.

Die vorliegende Broschüre gibt Hinweise zur Vorbereitung einer sicheren und mobilen Zukunft. Interviews mit Fachleuten der Fussgänger, der Radfahrer, des öffentlichen Verkehrs, des motorisierten Individualverkehrs sowie der Medizin geben wichtige Informationen zu den Eigenheiten der verschiedenen Mobilitätsformen sowie Sicherheitshinweise und weiterführende Links.

Touring Club Schweiz
Verkehrssicherheit

Mit der männlichen Form (z. B. Fussgänger, Fahrzeugführer, Senioren) ist jeweils auch die weibliche gemeint.

Sicher und mobil. **Zu Fuss.**

Welches sind die wichtigsten Vorteile des Zu-Fuss-Gehens?

Thomas Schweizer: Zu Fuss gehen ist eine Grundvoraussetzung für die Mobilität. Es ist gesund und trägt sowohl zum körperlichen als auch zum mentalen Wohlbefinden bei. Selbständigkeit, Teilnahme am öffentlichen Leben und private soziale Kontakte sind oft nur zu Fuss möglich. Ein weiterer Vorteil ist, dass die Natur in jeder Jahreszeit bewusst erlebt werden kann.

Was sollten Fussgänger besonders beachten?

Bequemes Schuhwerk mit gutem Halt macht das Gehen angenehm. Mit passender Kleidung ist ein Spaziergang auch bei Wind und Wetter attraktiv.

Gewisse Fähigkeiten, z. B. die Seh-, Hör- und Reaktionsfähigkeit, nehmen mit zunehmendem Alter ab. Es ist wichtig, sich seiner Schwächen bewusst zu sein und sich vorsichtig zu verhalten. Zum Beispiel vor dem Überqueren der Strasse: Ein zusätzlicher Kontrollblick ist notwendig.

Wer einkauft, hat schnell einige Kilos zu tragen. Wie kann man dieses Problem lösen?

Wer mehrmals wöchentlich kleinere Mengen einkauft, kann den Einkauf in der Regel problemlos zu Fuss nach Hause tragen. Ein Rucksack ist bequemer als Taschen und die Hände bleiben frei. Mit einem Einkaufswägelchen, klassisch oder modern designt, sind auch grössere Einkäufe leicht zu transportieren.

Was raten Sie Personen, die nicht so gut zu Fuss sind?

Nützlich sind Gehhilfen wie Stock, Krücke oder Rollator. Das gibt mehr Sicherheit, auch auf kurzen Strecken. Die Routen sollten so geplant werden, dass an geeigneten Stellen eine Pause eingelegt werden kann.

Welches Unfallrisiko haben ältere Fussgänger im Strassenverkehr?

Alte Menschen sind verletzlicher. Unfälle sind daher oft mit einschneidenden Folgen verbunden. Fahrzeuglenker müssen alten Menschen auf Fussgängerstreifen oder am



Interview mit **Thomas Schweizer**, Geschäftsleiter von Fussverkehr Schweiz, des Fachverbandes der Fussgängerinnen und Fussgänger

Strassenrand besonders rücksichtsvoll begegnen und auch mit einem Fehlverhalten rechnen, denn die korrekte Einschätzung des Verkehrsablaufs ist für alte Menschen nicht immer möglich.

Risiken bestehen aber auch auf Fussverkehrsflächen, wenn diese für den Veloverkehr freigegeben sind. Radfahrer von hinten werden oft nicht rechtzeitig bemerkt. Ein Erschrecken oder ein Schritt auf die falsche Seite können fatale Folgen haben. Zusätzliche Risiken sind Selbstunfälle wie Stürze durch Stolpern, Ausrutschen oder Fehltritte.

Es gibt freiwillige Kurse für Velo- und Autofahrer. Gibt es so etwas auch für Fussgänger?

Für Fussgänger in den reiferen Jahren gibt es Kurse wie «Mobil sein und bleiben» sowie Informationsveranstaltungen wie «Zu Fuss ins hohe Alter». Fussverkehr Schweiz organisiert zudem regelmässig Informationsveranstaltungen zu Mobilitätsthemen.

Informationen zu Kursen für Fussgänger
siehe Seite 38

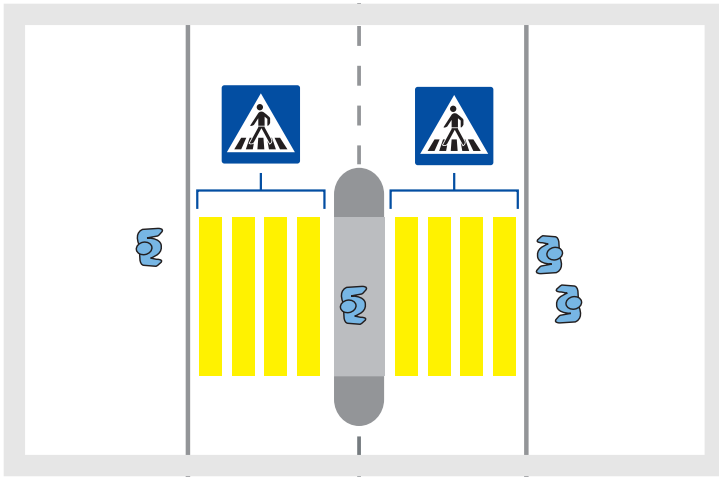


Bild 1

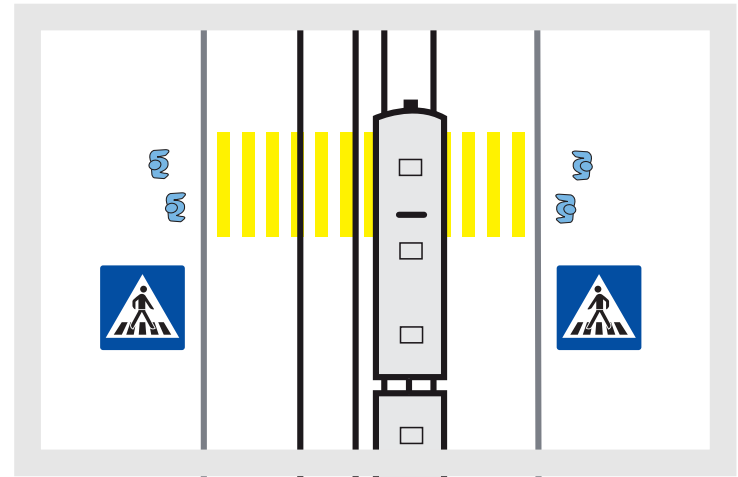


Bild 2

Wissen Sie, dass ...

... Fußgänger die Straße nicht überqueren dürfen, wenn Fahrzeuge so nahe sind, dass sie nicht mehr rechtzeitig anhalten können?

... bei Fußgängerstreifen mit Verkehrsinsel grundsätzlich jeder Teil des Übergangs als selbständiger Streifen gilt? (Bild 1)

... das Tram gegenüber Fußgängern auch auf dem Fußgängerstreifen Vortritt hat? (Bild 2)

... Fussverkehr Schweiz und der TCS je fünf Empfehlungen für Fußgänger und Fahrzeuglenker abgeben? (www.gelbeszebra.ch)



Sicherheitstipps für Fussgänger

- Immer **genügend Zeit** einplanen.
 - Helle, **gut sichtbare Kleider tragen**, möglichst solche mit lichtreflektierenden Teilen.
 - Das **Sehvermögen jährlich überprüfen** lassen. Brillen sind nach Bedarf anzupassen und müssen stets sauber sein.
 - Die **Fahrbahn nie überraschend betreten**, auch nicht auf dem Fussgängerstreifen. Zur Sicherheit anhalten und auf Fahrzeuge auf allen Fahrstreifen achten, auch auf solche von rechts und auf jene, die aus einer Querstrasse einbiegen.
 - Bei Lichtsignalen ist es sicherer den **Beginn einer neuen Grünphase abzuwarten**. Damit steht Ihnen die ganze Grün- und Gelbphase für die Querung zur Verfügung. Wenn das Signal auf Gelb springt, zügig weitergehen und nicht umkehren.
 - Nie direkt vor oder hinter einem haltenden Tram oder Bus queren. **Achtung: Das Tram hat einen langen Bremsweg.**
-



Interview mit **Dr. phil. Christoph Merkli**, Geschäftsführer Pro Velo Schweiz, des Fachverbandes der Radfahrenden

Sicher und mobil. **Mit dem Velo.**

Worauf achten Sie, wenn Sie ein Fahrrad kaufen?

Christoph Merkli: Auf dem Velo muss man sich wohl fühlen und sich darauf verlassen können. Es soll der Körpergrösse und dem Einsatzzweck entsprechen. Alle vorgeschriebenen und gewünschten Teile müssen vorhanden sein. Im Fachhandel wird man gut beraten und kann Velos Probe fahren.

Stichwort Elektrowelos: Was meinen Sie dazu?

Elektrowelos erweitern die Möglichkeiten beim Velofahren. Sie sind schnell, man fährt leichter und kommt

einfacher den Berg hoch. Ideal also für weniger Sportliche. E-Bikes sind aber teurer als herkömmliche Velos. Der Akku beschränkt die Reichweite und ist auch nicht so umweltfreundlich.

Geschwindigkeit und Fahrverhalten von E-Bikes, namentlich solchen mit Tretunterstützung über 25 km/h, sind anders als bei herkömmlichen Velos und verlangen mehr Vorsicht. Dies auch, weil Autofahrer die Geschwindigkeit von E-Bikes oft unterschätzen.

Welche Vorteile hat das Fahrrad gegenüber den anderen Verkehrsmitteln ?

Das Velo wird gerne als geniales Verkehrsmittel bezeichnet, weil man mit wenig Energie und Material lautlos und platzsparend vorwärtskommt. Es ist zudem kostengünstig sowohl im Ankauf wie im Betrieb und fördert die Gesundheit.

Es gibt gewiss auch Nachteile. Wie sehen Sie das?

Die Leichtigkeit und Wendigkeit des Velos bringt es mit sich, dass man wenig stabil und weitgehend ungeschützt unterwegs ist. Ein Sturz oder gar eine Kollision können leicht Verletzungen nach sich ziehen. Wer bei Nässe oder im Winter unterwegs sein will, sollte ganz besonders auf eine gute Ausrüstung und Sichtbarkeit achten.

Ist das Radfahren auch für Senioren geeignet?

Das Velo ist ein einfaches Verkehrsmittel, das auch für Senioren geeignet ist. Man bewegt sich an der frischen Luft und bleibt auch ohne Motor mobil. Fahrziele, Routen und Fahrweise sollten aber immer den individuellen Möglichkeiten angepasst werden.



Im Strassenverkehr ist das partnerschaftliche Miteinander sehr wichtig. Welche Wünsche haben Sie als Radfahrer an die Fussgänger?

Fussgänger und Velofahrer werden manchmal auf gemeinsamen Flächen geführt. Gegenseitige Rücksichtnahme ist dann besonders wichtig.

Beim Überqueren der Strasse achten Fussgänger oft nicht auf Radfahrende – hier wünschte ich mir eine bessere Beachtung.

Und die Wünsche an die Bus-, Auto- und Motorradfahrer?

Besonders gefährlich ist, wenn man auf dem Velo zu nahe überholt wird. Bei Tempo 50 sollte der Überholabstand mindestens 1,50 m betragen. Gar nicht überholen sollte man Velofahrer im Kreisel; die Gefahr, abgedrängt zu werden, ist da besonders gross. Beim Linksabbiegen und in Kreiseln dürfen Velofahrer übrigens vom Rechtsfahren abweichen.

Ich wünsche mir, dass die motorisierten Strassenbenützer dieses korrekte Verhalten respektieren, die Geschwindigkeit anpassen und hinten bleiben.

Und: Auf gemeinsamen Bus-Velo-Streifen sollten Busse nicht zu nahe an Velos aufschliessen.

Für Radfahrer gibt es ja auch Kurse. Können Sie dazu etwas sagen?

Um Velo fahren zu dürfen, muss man keine Prüfung ablegen, und der Verkehrsunterricht in der Schule liegt weit zurück. Grund genug, eine Weiterbildung zu absolvieren. Pro Velo bietet in vielen Städten der Schweiz Kurse für Eltern mit Kindern und auch für Wiedereinsteiger an. Hier wird theoretisch und praktisch vermittelt, was es zum sicheren Velofahren braucht.

Informationen zu Kursen für Radfahrende
siehe Seite 38



Sicherheitstipps für Velofahrer

- **Sichtbar sein.** Helle Kleidung, Lichtreflektoren sowie Vorder- und Rücklicht machen Radfahrer besser sichtbar.

 - **Eindeutig fahren und klare Armzeichen geben,** gerade beim Abbiegen und in Kreiseln.

 - **Vortrittsregeln** einhalten.

 - **Nicht im Blickschatten von Fahrzeugen fahren,** bei Bussen und Lastwagen lieber hinten bleiben. Die Chauffeure können Radfahrer wegen des toten Winkels nicht immer sehen.

 - **Den Velohelm tragen.** Er muss gut sitzen und korrekt getragen werden.
-



Wissen Sie, dass ...

... Radfahrer in Kreisverkehrsplätzen nicht am rechten Rand fahren müssen, sondern in der Fahrbahnmittle fahren dürfen? Bereits vor dem Einfahren in den Kreislauf spüren sie deshalb zur Fahrbahnmittle ein. (Bild 1)

... Radfahrer vor dem Linksabbiegen in der Mittle des Einspurstreifens fahren dürfen? (Bild 2)

... Radfahrer in einer Einbahnstrasse in Gegenrichtung fahren dürfen, sofern dies mit einer Zusatztafel erlaubt wird? (Bild 3)

... Radfahrer auf einem «ausgeweiteten Radstreifen» nebeneinander vor den Motorfahrzeugen warten dürfen, bis das Weiterfahren erlaubt wird? (Bild 4)

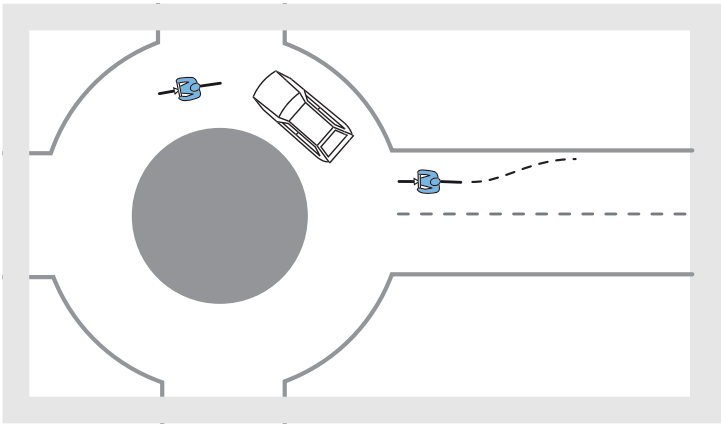


Bild 1

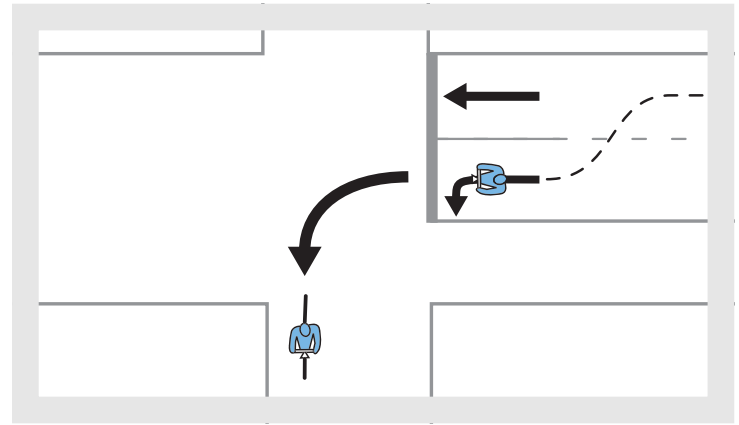


Bild 2

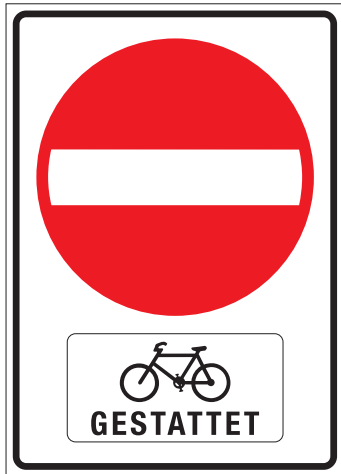


Bild 3

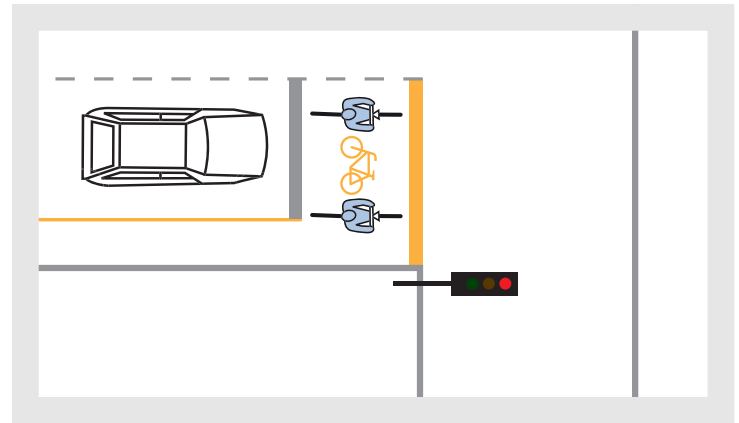


Bild 4

Sicher und mobil. **Mit dem öffentlichen Verkehr.**

Welches sind für Sie die wichtigsten Vorteile des öffentlichen Verkehrs?

Peter Schori: Er ermöglicht die Mobilität von Kind auf bis ins hohe Alter, beruflich wie auch in der Freizeit. Verschiedene Transportmittel wie Bahn, Tram, Bus und Schiff stehen zur Verfügung. Der vernetzte Taktfahrplan reduziert die Konsultation der Fahrpläne auf ein Minimum und die Anschlüsse beim Umsteigen sind weitgehend gewährleistet.

Und: Der ÖV ist sicherer als andere Mobilitätsformen. Er trägt auch dazu bei, den Privatverkehr zu entlasten.

Es gibt gewiss auch Nachteile. Wie sehen Sie das?

Die Billetautomaten sind nicht immer einfach zu bedienen. Zudem gibt es verschiedene Typen. Ein weiterer Nachteil: Das Sitzplatzangebot ist in den Verkehrsspitzenzeiten knapp. Wenn möglich sollten diese Zeiten gemieden werden. Schon ein Zug früher oder später kann das Reisen angenehmer machen.

Was sagen Sie den Leuten, die die Billettpreise hoch finden?

Die Mobilität hat eben ihren Preis, wenn Angebot und Qualität verbessert werden sollen. Man sollte die vergünstigten Angebote nutzen, zum Beispiel das Halbtaxabonnement. Dieses ist ja nicht nur für die Bahn gültig. Auch viele Bergbahnen, Schifffahrtsgesellschaften und der regionale öffentliche Verkehr gewähren den Halbtaxpreis oder zumindest erhebliche Rabatte.

Können Sie noch andere Beispiele nennen, wie man günstiger vom ÖV profitieren kann?

Für Paare, Familien und Behinderte gibt es für das Generalabonnement Vergünstigungen. Für Pendler bietet sich das Strecken- und Verbundabonnement an. Zum Halbtaxabonnement gibt es die Tageskarte (Normaltageskarte + 9-Uhr-Tageskarte, Mo–Fr). Zahlreiche Gemeinden offerieren die Normaltageskarte zu einem Vorzugstarif. Für Reisen mit Kindern gibt es zum Beispiel die äusserst günstige Enkelkarte und die Kindertageskarte.



Interview mit **Peter Schori**, pensionierter SBB-Angestellter, Instruktor ÖV-Kurse «Mobil sein, mobil bleiben»

Der ÖV bietet auch immer wieder Spezialaktionen an (RailAway). Sich informieren lohnt sich (www.sbb.ch, auf Abos & Billette klicken). Und: Grossverteiler, Banken usw. bieten oft touristische Spezialaktionen an.

Was tut der ÖV für körperlich Behinderte und ältere Menschen?

Immer mehr Fahrzeuge des ÖV verfügen über einen niedrigen Einstieg. Spezielle Behindertenplätze sind heute üblich. Die SBB bietet für Behinderte zahlreiche Dienstleistungen an, zum Beispiel die Hilfe beim Ein-,

Aus- oder Umsteigen (www.bahnhofhilfe.ch oder SBB Call Center Handicap, Tel. 0800 007 102) sowie Informationen über rollstuhlgängige Angebote auf Schiene und Strasse (www.fahrplanfelder.ch). Auch das PubliCar-Angebot der PostAuto Schweiz AG kann interessant sein (www.postauto.ch/publicar).

Detaillierte Informationen für Reisende mit Behinderung findet man in der Broschüre «Gut unterwegs mit öffentlichen Verkehrsmitteln – Reisende mit Handicap», die bei der SBB bestellt werden kann (mobil@sbb.ch oder Tel. 0800 007 102).

Es gibt Menschen, die den öffentlichen Verkehr kaum benützen und bei einem plötzlichen Verzicht aufs Auto in Schwierigkeiten geraten können. Was sagen Sie solchen Leuten?

Schon lange vor der Pensionierung sollte man die Abhängigkeit vom Auto vermindern und den ÖV vermehrt ausprobieren. So wird man später flexibel sein und die Mobilität in verschiedenen Formen geniessen können. In den bedienten Bahnhöfen kann man sich beraten lassen und zusätzliches Informationsmaterial ist vorhanden.

Es gibt zudem Mobilitätskurse, die von Unternehmen des ÖV in Zusammenarbeit mit verschiedenen Organisationen angeboten werden. Dort lernt man z. B. auch die Billettautomaten bedienen.

Informationen über Mobilitätskurse
siehe Seite 38



© Foto SBB

Sicherheitstipps für Benutzer des ÖV ...

- **Nie versuchen aufzuspringen**, wenn sich die Türe schliesst oder sie bereits geschlossen ist.
 - Nach dem Einsteigen in Bus/Tram **sofort auf einem Sitz Platz nehmen** oder sich an Haltevorrichtungen festhalten.
 - **Wer im Tram oder Bus steht, hält sich immer fest**, im Zug vor allem bei Ein- und Ausfahrten von Bahnhöfen.
 - Auf Perrons in Bahnhöfen immer **hinter der weissen Linie bleiben**.
-

... und für übrige Strassenbenützer

- **Dem Tram überall den Vortritt lassen.**
 - **Busstreifen und Tramgeleise frei halten.**
 - **Kreuzungen frei halten** (nicht fahren, wenn es vorne stockt).
 - Fussgänger: **Nicht vor dem Tram oder Bus queren.**
-

Wissen Sie, dass ...

... es bei der Bahn für Fahrten in die meisten Städte der Schweiz gegen einen kleinen Aufpreis City-Tickets gibt? Darin ist eine Tageskarte für den städtischen ÖV im Bestimmungsort inbegriffen.

... Bahnbillette direkt im Internet (www.sbb.ch) bezogen werden können?

... in zahlreichen öffentlichen Verkehrsmitteln Fahrräder mittransportiert werden können (Extra-Ticket notwendig)?

... bei vielen Bahnhöfen für das Auto kostengünstige Parkplätze für Bahnkunden zur Verfügung stehen? Für Velos gibt es Gratis-Abstellplätze und, in grösseren Ortschaften, gesicherte Velostationen gegen Gebühr.







Interview mit **Jean-Marc Thévenaz**, Chef des Departements Verkehrssicherheit im Zentralsitz des Touring Club Schweiz (TCS), der grössten Mobilitätsorganisation für Personen- und Fahrzeugassistance

Sicher und mobil. **Mit dem Auto.**

Was bedeutet für Sie das Auto?

Jean-Marc Thévenaz: Das Auto ist für mich ein Gebrauchsgegenstand. Es gibt mir vor allem Selbständigkeit und Unabhängigkeit und steht Tag und Nacht zur Verfügung. Ich bin dem Wetter nicht ausgesetzt. Zudem kann ich Passagiere und Gepäck mitnehmen, und dies quasi von Tür zu Tür.

Das tönt alles sehr positiv. Sicher gibt es auch Negatives ...

Auf der Strasse ist die Unfallgefahr immer vorhanden. Auch die Umweltbelastung, die leidige Parkplatzsuche in Städten, die zunehmenden Staus und die relativ hohen Kosten für Anschaffung, Treibstoff, Versicherungen, Unterhalt und Parkplatzmiete gehören zu den Nachteilen.

Sie sprechen von den Kosten. Sollte man sich nicht überlegen, ob das Auto finanziell tragbar ist?

Die Kosten eines Autos dürfen nie unterschätzt werden. Bei 15 000 jährlichen Fahrkilometern kostet es, wenn man die festen und die beweglichen Kosten einbezieht, schnell einmal mehr als 10 000 Franken pro Jahr. Car-sharing (die gemeinsame Nutzung eines Autos), Mobility (Fahrzeugmiete, auch in Kombination mit dem öffentlichen Verkehr, www.mobility.ch) oder auch das Taxi sind Alternativen.

Zum Unfallgeschehen: Welches sind die Ursachen schwerer Unfälle?

Meistens liegt die Ursache beim Fehlverhalten. Mehr als die Hälfte aller Unfälle mit Todesfolge ereigneten sich wegen nicht angepasster Geschwindigkeit, Missachtung des Vortritts, Unaufmerksamkeit, Ablenkung oder zu wenig Abstand. Auch die ungenügende aktuelle Fahrfähigkeit gehört zu diesen Unfallursachen: Müdigkeit, Einfluss von Medikamenten, Alkohol und anderen Drogen, Krankheit, altersbedingte Einschränkungen.

Verursachen alte Menschen besonders viele Unfälle?

Die absoluten Zahlen zeigen kein auffällig erhöhtes Risiko. Alte Menschen fahren weniger Kilometer als Jüngere, meiden wenn möglich Schnellstrassen und fahren nur noch ihre bekannten Strecken. Das hat aber auch Nachteile: Die reduzierte Fahrroutine, das Fahren auf den gegenüber Autobahnen weniger sicheren Haupt- und Nebenstrassen sowie abnehmende Fitness und altersbedingte Einschränkungen sind Gründe, weshalb Lenkerinnen und Lenker ab etwa 75 pro gefahrenen Kilometer eher einen Unfall verursachen.

Stimmt es, dass es immer mehr aggressive Lenker und Lenkerinnen gibt?

Viele Verhaltensweisen werden als aggressiv empfunden, sind es in Wirklichkeit aber nicht. Nur eine ganz kleine Minderheit der Menschen sind tatsächlich aggressiv. Das beste Rezept gegen Aggressive ist, ihnen aus dem Weg zu gehen und keinesfalls Revanche zu üben.



Im Strassenverkehr ist partnerschaftliches Miteinander wichtig. Welche Wünsche haben Sie als Autofahrer an die Fussgänger?

Fussgänger werden von den Autofahrern oft schlecht gesehen, besonders in der Dämmerung, nachts und bei schlechtem Wetter. Sie sollten deshalb helle, gut sichtbare Kleider tragen, möglichst solche mit lichtreflektierenden Teilen. Vor dem Queren der Fahrbahn sollten Fussgänger einen Sicherheitshalt machen, allenfalls mit dem herannahenden Fahrer Blickkontakt aufnehmen und erst nach gegenseitiger Verständigung gehen.

Sicher haben Sie auch Wünsche an die Zweiradfahrer...

Auch hier gilt: Sichtbar sein. Bei schlechtem Wetter, Dämmerung und in der Nacht stets mit Licht fahren. Keine unnötigen Risiken wie das Überfahren des Rotlichts oder Missachten des Vortritts eingehen. Vor dem Linksabbiegen den Blick zurück und das Zeichengeben nie vergessen. Wenn Zweiradfahrer an einer Kolonne vorbeifahren, sollten sie sich bewusst sein, dass die Autofahrer sie wegen des toten Winkels nicht immer sehen können. Rad-, Mofa- und Motorradfahrer sind sehr verletzlich, weshalb deren Fahrweise vorausschauend und diszipliniert sein muss.

Zurück zum Auto. Worauf achten Sie zuerst, wenn Sie ein Auto kaufen?

Das Auto sollte grosse, weit zu öffnende Türen haben. Die Sitze dürfen nicht zu tief sein. Sie sollten gut einstellbar und rückenfreundlich sein sowie über eine gute Seitenführung und intelligente Kopfstützen verfügen. Wichtig ist die gute Übersicht nach allen Seiten. Die Anzeigen am Armaturenbrett sollten gut lesbar und alle Hebel und Knöpfe leicht zu bedienen sein. Die Passagiere müssen genügend Platz haben und der Kofferraum muss meinen Bedürfnissen entsprechen, gut zugänglich sein und eine niedrige Ladekante aufweisen. Der Treibstoffverbrauch spielt auch eine Rolle. Fahrzeuge mit Hybridantrieb, also die Kombination zwischen Treibstoff- und Elektroantrieb, verbrauchen weniger Treibstoff und stossen somit weniger CO₂ aus.

Wäre es nicht sinnvoll, gleich ein Elektroauto zu kaufen?

Für kurze Strecken ist es recht gut geeignet. Der Kaufpreis ist zwar noch hoch, dafür fallen weniger Betriebs- und Wartungskosten an. Die Ladezeit der Akkus ist etwas lang und ihre Lebensdauer ist beschränkt. Für den Winterbetrieb sind Elektroautos nicht optimal. Das Beheizen

der Scheiben und des Innenraums gehen auf Kosten des Aktionsradius. Dass Elektroautos keine Schadstoffe ausstoßen, versteht sich, doch muss die elektrische Energie ja auch irgendwo produziert werden. Ein Nachteil für die Verkehrssicherheit: Elektrofahrzeuge sind sehr geräuscharm und deshalb von Fußgängern und Radfahrern kaum zu hören.

Auch Komfort kann die Sicherheit erhöhen. Was gehört Ihrer Meinung nach dazu?

Da ist einmal das Automatikgetriebe: Man muss nicht schalten, was das Fahren vereinfacht. Zum Komfort gehört natürlich auch eine gute Klimaanlage. Weitere Komforteinrichtungen sind zum Beispiel Parkierungssensoren, eine Start-und-Stopp-Automatik sowie das Navigationsgerät.

Was halten Sie vom Tempomat?

Auf Autobahnen bei wenig Verkehr kann er entlastend sein. Der Tempomat hat sich in den letzten Jahren so weiterentwickelt, dass er oft zusammen mit einem Abstandsregler (ACC) funktioniert. Mit dieser Kombination kann der Tempomat auch bei starkem Verkehr eingesetzt werden. Der Fahrer muss aber konzentriert bleiben.



Wie arbeitet der Abstandsregler?

Sensoren überwachen den Raum vor dem Auto. Sobald der notwendige Mindestabstand unterschritten wird, reduziert sich die Geschwindigkeit automatisch. Genügt dies nicht, ertönt ein akustisches Warnsignal. Bei einigen Modellen bremst das Fahrzeug auf Wunsch sogar von selbst. Ohne Hindernis greift der Abstandsregler nicht ein. Der Tempomat arbeitet dann ganz normal.

Moderne Autos sind mit ABS und ESP ausgerüstet. Was bedeuten diese Abkürzungen?

ABS bedeutet Antiblockiersystem. Es verhindert bei einer Notbremsung das Blockieren der Räder. Das Auto bleibt so noch lenkbar. Neue Systeme erkennen den Notfall und erzeugen die nötige Bremskraft automatisch (Bremsassistent).

ESP bedeutet Elektronisches Stabilitätsprogramm. Das Fahrzeug bleibt in einer Kurve oder beim Ausweichen besser in der Spur und bricht nicht so leicht aus. Das ESP vermindert, wenn nötig, die Geschwindigkeit einzelner Räder oder sorgt für dosiertes Abbremsen.

Physikalische Gesetze können aber auch mit solchen Systemen nie überlistet werden. Trotzdem: Dank ABS und ESP werden täglich schwere Unfälle verhindert.

Die Entwicklung von Assistenzsystemen geht immer weiter. Wird man sich einmal einfach ins Auto setzen können und los geht's?

Tatsächlich macht die Technik immer weitere Fortschritte. Je älter man wird, desto mehr sollte man aber daran denken, dass die Umstellung auf die neue Technik nicht einfach ist. Man sollte sich früh genug mit den neuen Assistenzsystemen vertraut machen. Die Technik wird den Menschen aber nie vollständig ersetzen können. Die Verkehrssicherheit wird auch in Zukunft vor allem vom Verhalten jedes Einzelnen abhängen. Neben einer guten Fahrausbildung wird in Zukunft eine stetige Weiterbildung noch mehr zu empfehlen sein. Für den Beruf und viele Hobbys ist freiwillige Weiterbildung selbstverständlich. Dies sollte auch beim Autofahren so sein.

Informationen zu Kursen für Autofahrer
siehe Seite 36

Sicherheitstipps für Motorfahrzeugführer

- **Gelassen bleiben**, Fehlverhalten anderer verzeihen.
 - **Rücksicht nehmen** gegenüber anderen Verkehrsteilnehmern, vor allem gegenüber Radfahrern und Fussgängern.
 - **Erhöhte Wachsamkeit**, wenn sich **Kinder** im Bereich der Strasse aufhalten.
 - **Nur fahren, wenn es die Fitness zulässt** (z. B. keine Müdigkeit, kein Alkohol).
 - Sich voll **auf das Fahren konzentrieren**.
-

Wissen Sie, dass ...

... Lenkerinnen und Lenker die **Geschwindigkeit vor dem Einfahren in einen Kreisel mässigen **3**** und im Kreis den Fahrzeugen von links den **Vortritt lassen müssen (gemäss Bundesgerichtsurteil nicht nur jenen, die sich bereits im Kreis befinden **1**, sondern auch solchen, die im Begriff sind, hineinzufahren **2**)?** (Bild 1)

... **im Kreisel nur das Verlassen angezeigt werden muss (Blinker nach rechts betätigen)?** (Bild 1)

... **in Tempo-30-Zonen grundsätzlich der Rechtsvortritt gilt? Man muss in solchen Zonen besonders vorsichtig und rücksichtsvoll fahren. Fahrzeuge haben gegenüber den Fussgängern Vortritt.** (Bild 2)

... **das Signal «Begegnungszone» bedeutet, dass alle Strassenbenützer die entsprechende Verkehrsfläche benützen dürfen? Für Fahrzeuge gilt der Rechtsvortritt. Im Gegensatz zu Tempo-30-Zonen haben die Fussgänger Vortritt; sie dürfen die Fahrzeuge aber nicht unnötig behindern.** (Bild 3)

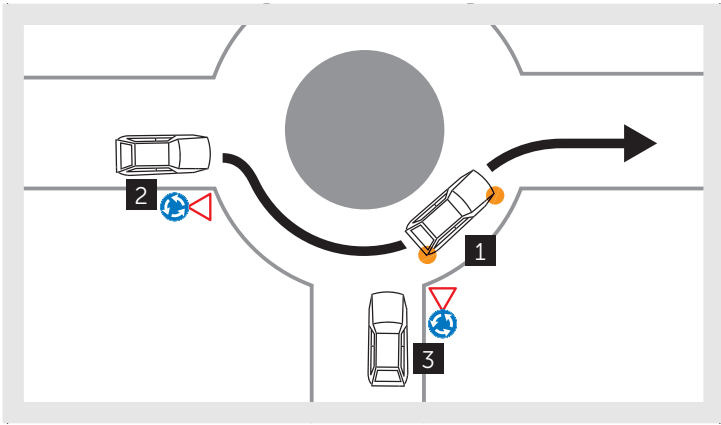


Bild 1



Bild 2



Bild 3

Sicher und mobil. Dank guter Fitness.

Welche grundlegenden Voraussetzungen müssen erfüllt sein, um ein Motorfahrzeug führen zu dürfen?

Karl Seiler: Lenkerinnen und Lenker jeden Alters müssen über gesundheitliche Fahreignung und Fahrkompetenz verfügen. Gesundheitliche Fahreignung (oder Fahrtauglichkeit) bedeutet stabile körperliche und geistige Voraussetzungen zum Führen eines Fahrzeugs. Fahrkompetenz ist die Fähigkeit, ein Fahrzeug im Verkehr korrekt und sicher zu fahren. Unter aktueller Fahrfähigkeit (Fahr-tüchtigkeit) versteht man die Erfüllung der notwendigen gesundheitlichen und fahrerischen Voraussetzungen für eine bevorstehende Fahrt.

Warum müssen Fahrerinnen und Fahrer über 70 zu einer ärztlichen Kontrolluntersuchung antreten?

Die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit der Menschen über 70 nimmt langsam ab. Zudem sind Ältere wegen einer oder mehrerer chronischer Krankheiten zunehmend in ärztlicher Behandlung. Der Gesundheitszustand und damit die Fahreignung können in unterschiedlichem Mass beeinflusst werden.

Wer führt die obligatorische ärztliche Kontrolle ab 70 durch?

Dies ist kantonal geregelt. Meist ist es der allgemeinmedizinisch kompetente Hausarzt, der im Auftrag des kantonalen Strassenverkehrsamtes die Fahreignungsuntersuchung macht. Diese wird im Aus- und Weiterbildungsprogramm für Allgemeine Innere Medizin erlernt. Ein Hausarzt geniesst das Vertrauen der Senioren, kennt deren Schwächen und Krankheiten und kann die Mindestanforderungen korrekt beurteilen. Wenn sich die Gesundheit eines Fahrers verschlechtert, kann er die Fahreignungsbeurteilung rechtzeitig revidieren.

Worauf muss der Arzt bei der Kontrolle achten?

Dies ist in der Verkehrszulassungs-Verordnung beschrieben. Berufsfahrer müssen etwas strengere Vorschriften erfüllen. Bei normalen PW- und Motorradfahrern dürfen keine schweren Geisteskrankheiten, kein Schwachsinn, keine Psychopathie sowie keine Bewusstseins- oder Gleichgewichtsstörungen vorliegen. Die Sehschärfe muss an einem Auge korrigiert minimal 0,6, am anderen minimal 0,1 und das Gesichtsfeld minimal 140° betra-



Interview mit **Dr. med. Karl Seiler**, Leiter Fahrberaterausbildung des Schweizerisch. Fahrlehrer-Verbandes, Vertreter von Hausärzten Schweiz und dem Schweizerischen Verband für Seniorenfragen (Dachverband von kantonalen Rentner- und Seniorenverbänden, schweizerischen Pensioniertenvereinigungen und anderen interessierten Institutionen)

gen. Doppelsehen darf nicht vorkommen. Zusätzliche Vorschriften gelten bei Einäugigkeit. Schwere Missbildungen sowie Atem-, Kreislauf- und Stoffwechselstörungen verhindern die Verkehrszulassung. Eine solche kann vom Strassenverkehrsamt jedoch erteilt werden, wenn das Fahrzeug so ausgerüstet ist, dass es trotz des Gebrechens sicher geführt werden kann.

Bringt die obligatorische Kontrolluntersuchung tatsächlich mehr Verkehrssicherheit?

Mit der Kontrolluntersuchung sollen die potenziellen Unfallfahrer ausgeschieden werden. Dies ist aber nicht

immer möglich. Mit einem positiven medizinischen Resultat wird nur ein Teilaspekt für die Verkehrszulassung erfüllt. Der verantwortungsbewusste Hausarzt wird einen Patienten deshalb, auch wenn dieser die Kontrolluntersuchung bestanden hat, stets weiter beobachten bezüglich der verantwortbaren Verkehrszulassung.

Was geschieht, wenn jemand die medizinischen Anforderungen nicht erfüllt?

Der Arzt wird sofort klären, ob dies definitiv ist oder ob Verbesserungsmöglichkeiten bestehen. Wenn die medizinische Fahreignung nicht mehr bejaht werden kann,

akzeptiert der Patient nach dem Gespräch mit seinem Arzt meistens auch ein negatives Ergebnis und verzichtet in der Folge freiwillig auf den Führerausweis. Nur selten ist eine Abklärung durch die Administrativbehörde (sie entscheidet über einen allfälligen Entzug des Führerausweises) notwendig.

Sie haben zu Beginn des Interviews die Fahrkompetenz erwähnt. Wie kann man diese möglichst lange bewahren?

Es gibt freiwillige Kurse, in denen in erster Linie die korrekte Fahrweise aufgefrischt und in Vorträgen Wichtiges rund ums Autofahren vermittelt wird.

Ausserdem gibt es die von Hausärzten und Fahrlehrern entwickelte freiwillige Fahrberatung für medizinisch gesehen noch fahrgeeignete Senioren. Der dafür ausgebildete Fahrlehrer kontrolliert neben der korrekten Fahrweise vor allem die Sicherheit des Fahrers. Er achtet speziell auf Fahrdefizite, die durch die üblichen Krankheiten des Alters entstehen können. Kompensationsmöglichkeiten und Vorsichtsmassnahmen werden besprochen.

Alle Gesetze und Verordnungen, die den Strassenverkehr betreffen, haben die Sicherheit auf den Strassen zum Ziel. Dieses Ziel verfolgen auch alle verantwortungsvollen Lenkerinnen und Lenker. Trotz Führerausweis in der Tasche und jahrelangem unfallfreiem Fahren sollte man sich immer wieder die Frage stellen: Bin ich fit zum Fahren?

Informationen zu Auffrischkursen und Fahrberatung siehe Seite 36



Sicherheitstipps für ältere Lenker

- Den Gesundheitszustand und die fahrerische Leistungsfähigkeit **richtig einschätzen**.
- **Sich körperlich und geistig fit halten** durch ausgewogene Ernährung, Bewegung, geistige Aktivitäten und positives Denken.
- **Nicht fahren**, wenn einen eine **Krankheit** plagt oder man sich **schwach und müde** fühlt.
- Vorsicht bei **Medikamenten**. Mögliche Nebenwirkungen beachten.
- **Alkohol meiden**. Er ist bei Müdigkeit und in Kombination mit Medikamenten besonders gefährlich.
- Längere Fahrten **gut planen**, vor der Fahrt **Brillengläser reinigen**.
- **Mobiltelefon abstellen**.

- **Verkehrsspitzenzeiten** und **verkehrsreiche Strassen** nach Möglichkeit **meiden**.
- **Fahrten nachts** und bei **schlechten Wetterbedingungen meiden**.
- **Die Fahrweise den** äusseren und persönlichen **Umständen anpassen**.
- **Regelmässige Fahrpausen** einlegen. Bei gesundheitlichen Störungen nicht weiterfahren.
- **Fahrkurse besuchen** oder bei Bedarf eine **Fahrberatung durchführen** lassen.



Wissen Sie, dass ...

...das Strassenverkehrsamt eine Kontrollfahrt mit einem Prüfungsexperten anordnen kann, wenn Bedenken zur Fahreignung bestehen?

...dass die zuständige Behörde die zweijährige Frist für die Kontrolluntersuchung ab 70 in Einzelfällen auf Antrag des Arztes verkürzen kann (z. B. Untersuchung jedes Jahr)?

...dass das Strassenverkehrsamt eine weitere Fahrerlaubnis unter bestimmten Voraussetzungen gewähren kann (z. B. nur bestimmte Strecken, nur tagsüber)?

...die meisten Lenkerinnen und Lenker den Führerausweis zurückgeben, bevor dies behördlich verfügt werden muss?

Sicher und mobil. **Dank Weiterbildung.**

TCS-Kurse für Lenker

Fahrsicherheitstrainings

Ziele: Realistische Einschätzung der eigenen Grenzen, Entwicklung der Sensibilität für bestimmte Situationen, Verbesserung des Fahrstils.

Inhalt: Nach einer Theorielektion werden im praktischen Kursteil verschiedene Lenk- und Bremsmanöver sowie das Kurvenfahren trainiert. Im Gefahrentraining erlernt man das richtige Verhalten bei einem plötzlich auftauchenden Hindernis sowie das Auffangen eines schleudernden Fahrzeugs.

Autofahren heute / Fahre ich noch richtig?

Erfahrende Fahrlehrer mit spezieller Ausbildung und einem Diplom des Verkehrssicherheitsrats bringen die Teilnehmenden in Theorie und Praxis (begleitete Fahrt im eigenen Auto) auf den neuesten Stand. Der Kurs ist eine willkommene Standortbestimmung nicht nur für Senioren, sondern für alle routinierten Fahrerinnen und Fahrer.

Eco-Drive

Nach einer einführenden Theorie kann am Steuer eines Kursfahrzeugs selber erlebt werden, wie sich die Fahrweise auf den Treibstoffverbrauch auswirkt. Mit dem neuen Fahrstil werden Umwelt und Geldbeutel weniger belastet und dazu auch ein sichereres Fahren erreicht.

Winterkurse

Test & Training TCS und verschiedene Sektionen bieten im Winter spezielle Kurse an, in denen das Bremsen, Kurvenfahren und Ausweichen auf Schnee und Eis trainiert werden kann. Diese Kurse werden auf speziell hergerichteten Pisten in den Bergen durchgeführt.

Beispiele weiterer Kursangebote

Spezialkurse für Motorradfahrer

Richtig parkieren

Technik- und Pannenkurse

Verkehrsunfall – rechtliche Folgen

Unfall – was tun?

Auffrischung des Nothilfekurses

Herzmassage/Defibrillator

Informationen zu TCS-Kursen unter www.tcs.ch
oder bei der TCS-Sektion



Weitere Angebote

Freiwillige Fahrberatung

Überprüfung der Fahrkompetenz im eigenen Auto: Kontrolle von korrektem Fahren, systematische Überprüfung der im Alter häufig vorkommenden Fahreinschränkungen, Tipps und Übungen für sicheres Fahren sowie Besprechung individueller Vorsichtsmassnahmen. Vom Fahrberater erhält der Fahrer Auskunft über seine aktuelle Fahrkompetenz, vom Hausarzt erfährt er, ob er auf Grund seines Gesundheitszustandes noch geeignet ist, künftig ein Auto sicher zu lenken. Für das Fahren im Alter ist das partnerschaftliche Zusammenwirken zwischen Fahrer, Hausarzt und Fahrberater sehr nützlich. Die Fahrberatung war schon für viele Senioren eine Hilfe beim selbständigen Entscheid, ob sie den Führerausweis freiwillig abgeben sollen oder nicht.

(www.fahrberater-sfv.ch)

Velofahrkurse für Familien und Erwachsene

Velofahrkurse für Familien und Erwachsene werden von Pro Velo Schweiz angeboten und vermitteln alle wichtigen Grundlagen, damit man sich mit dem Velo sicher fühlen kann: Theoretische Grundkenntnisse werden

aufgefrischt, und durch das Üben auf geschütztem Terrain, auf verkehrsarmen Strassen oder im Stadtverkehr wird auch das sichere Verhalten in der Praxis verbessert. Diese kostengünstigen Kurse werden für verschiedene Altersstufen in rund 100 Ortschaften der Deutsch- und Westschweiz angeboten.

(www.velokurs.ch)

«Mobil sein & bleiben»

Dieser Kurs wird durch verschiedene Organisationen angeboten und richtet sich an Leute, die ungewohnt sind im Umgang mit dem öffentlichen Verkehr, namentlich den modernen Billetautomaten. Die Angebote des öffentlichen Verkehrs werden ebenfalls aufgezeigt, die Probleme des Zu-Fuss-Gehens im Alter werden besprochen und Lösungen aufgezeigt.

(www.mobilsein.ch)

«Zu Fuss ins hohe Alter»

Dieser Kurs wird von Fussverkehr Schweiz angeboten und richtet sich an Gruppen bzw. an Veranstalter von Seniorenanlässen. «Zu Fuss ins hohe Alter» wird jeweils

flexibel den konkreten örtlichen Erfordernissen angepasst. Im Zentrum steht ein Vortrag über die Veränderung der Mobilität im Alter und die dabei wichtigen Anforderungen und Bedürfnisse. Anschliessend werden

Fragen zu lokalen Besonderheiten und Problemen diskutiert. (www.zu-fuss.ch)

Weitere Kursanbieter unter www.vsr.ch



Sicher und mobil. **Dank Information.**

Der TCS bietet zahlreiche Informationsbroschüren über Mobilität und Verkehrssicherheit an (zu bestellen unter sro@tcs.ch). Einige Beispiele:

Autobahn (1)

Verhaltensregeln für das Fahren auf der Autobahn: Ein- und Ausfahrten, Überholen, Spurwechsel, Verhalten in Tunnels, bei Pannen, bei Unfällen usw.

Der Vortritt und ich (2)

Alles über den Vortritt: Regeln für Fussgänger und den rollenden Verkehr, illustriert mit Beispielen. Ein kleiner Wissenstest bildet den Schluss.

Motorradfahrende A1 (3)

Informationen über die Aus- und Weiterbildung, Gefahren, Fahrtipps, Ausrüstung, finanzielle Aspekte usw., verschiedene Tests und Links.

Uneingeschränkt mobil (4)

Ratgeber für Menschen mit körperlichen Einschränkungen: Umrüstmöglichkeiten von Fahrzeugen, Reisen mit öffentlichen Verkehrsmitteln usw.

Wenn ich gewusst hätte ... (5)

Alkohol am Steuer: verkehrsmedizinische Aspekte, Strafmassnahmen, versicherungsrechtlich-finanzielle Aspekte, Verhaltenshinweise usw.

Der Kreisverkehr (6)

Eine Informationsbroschüre für alle, die mehr über den Kreisverkehr wissen möchten: Weshalb ein Kreisel, die verschiedenen Kreiseltypen, Verhaltensregeln für alle Verkehrsteilnehmer und Gefahren.

Weitere Informationsbroschüren unter www.tcs.ch

1



2



3



4



5



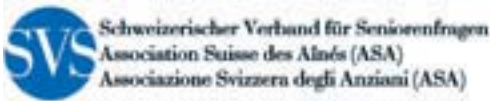
6



Sicher und mobil. Dank Partnern.



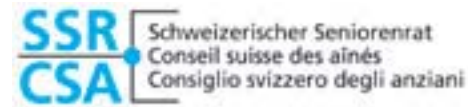
www.tcs.ch



www.seniorenfragen.ch



www.terzstiftung.ch



www.ssr-csa.ch



www.hausaerzteschweiz.ch



www.fvs.ch



Verkehrssicherheit

Herausgeber:

**Touring Club Schweiz
Verkehrssicherheit**

1214 Vernier
www.tcs.ch

sro@tcs.ch
www.facebook.com/tcs.ch
www.twitter.com/tcs_ch
www.youtube.com/tcs

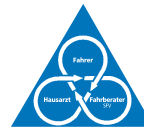
1. Ausgabe 2012

Fonds für Verkehrssicherheit
Fonds de sécurité routière
Fondo di sicurezza stradale





www.fussverkehr.ch



www.fahrberater-sfv.ch



www.pro-velo.ch



www.sbb.ch

Impressum

Herausgeber:

**Touring Club Schweiz
Verkehrssicherheit**

Ch. de Blandonnet
Postfach 820
1214 Vernier
www.tcs.ch

sro@tcs.ch
www.facebook.com/tcs.ch
www.twitter.com/tcs_ch
www.youtube.com/tcs

Grafische Gestaltung:

Jung von Matt/Limmat AG, Zürich

Druck:

forprinting. neidhard + schön AG

Idee und Projektleitung:

René Wittwer
TCS Verkehrssicherheit

Projektgruppe:

Jürgen Kupferschmid
Leiter Öffentlichkeitsarbeit, terzStiftung

Peter Plüss
Fahrlehrer, Kursinstruktor TCS

Dr. med. Karl Seiler,
Leiter Fahrberaterausbildung des
Schweizerischen Fahrlehrer-Verbandes,
Delegierter von Hausärzte Schweiz
und dem Schweizerischen Verband
für Seniorenfragen

Ernst Widmer
Delegierter des Schweizerischen Seniorenrates

Peter Wirz
Delegierter des Schweizerischen Seniorenrates