



## Ablenkung im Strassenverkehr So bleiben Sie fokussiert

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

Jedes Jahr gibt es rund 1200 Schwerverletzte und fast 60 Getötete bei Unfällen, die auf Ablenkung und Unaufmerksamkeit zurückzuführen sind. Während der Fahrt kann uns vieles ablenken: Smartphone, Navi, Radio oder auch das Greifen nach Gegenständen.

Wer abgelenkt ist, braucht länger, um auf eine Gefahr zu reagieren. 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 zusätzlich den Verkehr immer aufmerksam beobachtet, kann noch schneller reagieren. Und gibt es trotzdem mal etwas Wichtiges zu erledigen: 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 gibts auf [bfu.ch/ablenkung](https://bfu.ch/ablenkung).

### 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**

