



**WISSEN KÖNNEN
FAHRPRAXIS TRAINIEREN
THEORIE AUFFRISCHEN
ROUTINIER**

**WAHRNEHMUNG REAKTION
FAHRKOMPETENZEN
WWW.ROUTINIER.CH**



10 FIESE ROUTINEFEHLER...

1. Schulterblick
2. Blinker setzen
3. Fahren mit Profil
4. Schauen, ohne zu sehen
5. Abstand
6. Fussgängerstreifen
7. Zeitdruck
8. Gasse bilden für Rettungskräfte
9. Toleranz üben
10. Ich kann das!

DANKE, DASS SIE MIT WEITBLICK FAHREN!

Sie sind seit Jahrzehnten mit dem Auto unterwegs? Dann haben Sie dank der Erfahrung und Ihrem Können den Strassenverkehr im Griff. Damit dies weiter so bleibt, unterstützen wir Sie mit der Kampagne «Routinier – Fahren mit Weitblick». Es ist ein persönliches Training, das erst noch Spass macht. Probieren Sie es aus!

Als Routinier haben Sie hinter dem Steuer den Durchblick. Während sich Neulenkende noch aufs Schalten, Kuppeln, Bremsen, Blinken und Lenken konzentrieren müssen, meistern Sie diese Abläufe souverän. Dadurch haben Sie mehr Zeit für vorausschauendes Fahren und die richtige Reaktion bei Gefahren wie spielenden Kindern, Nebel oder schnellen E-Bikes.

Leider wiegt Fahroutine auch in falscher Sicherheit

Routine hat ihre Schattenseiten. Sie macht uns manchmal sorglos und unaufmerksam. Es reicht ein Blick aufs Handy wegen einer SMS, der Griff nach dem Kaffeebecher oder ein kleiner Tagtraum. Schon ist man abgelenkt, nicht mehr ganz so aufmerksam und konzentriert sich nicht mehr auf die Strasse.

KONZENTRIERTES FAHREN BEUGT BLECHSCHÄDEN UND SCHLIMMEREM VOR

Damit es nicht tätscht: Ein wacher Kopf sieht mehr und reagiert schneller. Wer beim Fahren bei der Sache ist, verhindert kleinere und grössere Unfälle. Darum gilt: Je weniger Sie sich beim Fahren ablenken lassen, desto sicherer kommen Sie ans Ziel.

Ablenkungen lauern heute leider überall: Müdigkeit, geistige Abwesenheit, Telefonieren, das Bedienen elektronischer Geräte, Gespräche mit Mitfahrern, Alkohol, Medikamente und Drogen können Ihre Wahrnehmung beim Fahren vermindern.

In solchen Situationen meldet das Auge zwar ein Ereignis ans Gehirn, dieses reagiert jedoch verzögert. Es ist schlicht abgelenkt. Mit bösen Folgen: Die Reaktionszeit erhöht sich von einer auf bis zu fünf Sekunden! Bei Tempo 50 auf nasser Strasse verlängert dies die Anhaltstrecke um 60 Meter. Das entspricht der Länge eines Eishockeyfeldes.

WISSEN SIE, WIE MAN DIE ANHALTESTRECKE BERECHNET?



GESCHWINDIGKEIT: $10 \times 3 \text{ m/s} =$

REAKTIONSWEG



GESCHWINDIGKEIT: 10 IM QUADRAT =

BREMSWEG



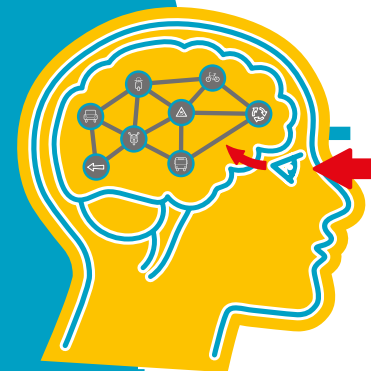
REAKTIONSWEG PLUS BREMSWEG =

ANHALTEWEG

50 km/h: $10 \times 3 \text{ m/s} = 15 \text{ m Reaktionsweg}$

50 km/h: $10 \text{ im Quadrat} = 25 \text{ m Bremsweg}$

$15 \text{ m} + 25 \text{ m} = 40 \text{ m Anhalteweg}$



**MIT DIESEM GEHIRNTRAINING
SCHALTEN SIE BEIM FAHREN
SCHNELLER**

Mit wachem Kopf fahren Sie besser. Wir unterstützen Sie dabei mit einem spannenden Gehirntraining. Es fördert Ihre Aufmerksamkeit, das vernetzte Denken und das richtige Reagieren. Und es macht erst noch Spass.

Das Gehirntraining für Routiniers finden Sie hier:

www.routinier.ch/gehirntraining

FAHRKOMPETENZ – SO BLEIBEN SIE AUF DEM NEUESTEN STAND

Die Fahrpraxis ist bei Ihnen als Routinier ein Pluspunkt. Doch Verkehrsregeln und Strassenführungen ändern sich immer wieder. Und nicht alles davon leuchtet im ersten Moment ein. Wie gut kennen Sie sich aus?

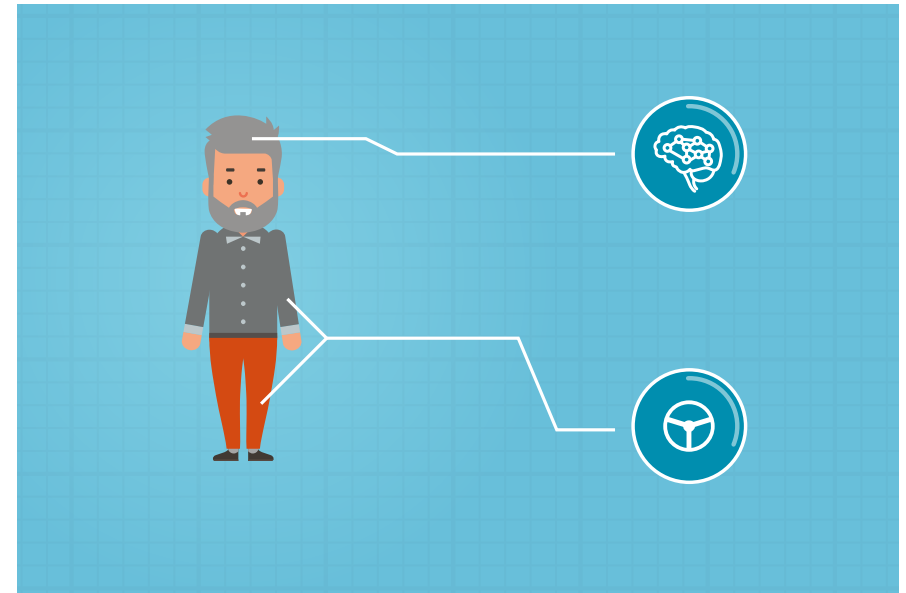
Viele Neuerungen auf der Strasse sind positiv: Sie machen den Verkehr flüssiger und bringen uns schneller und sicherer ans Ziel. Doch nicht alle Verkehrsregeln scheinen auf den ersten Blick auch logisch. Eine Prise Fachwissen als Ergänzung zur Fahrpraxis macht es Ihnen leichter.



VERKEHRSTHEORIE – SO EINFACH WIE NIE

Gut investierte Zeit: Auf routinier.ch/fahrkompetenzen können Sie Ihr Theoriewissen auffrischen und Ihr Können testen. In wenigen Minuten sind Sie auf dem neusten Stand. Damit Sie weiterhin sicher von A nach B kommen.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg!



TRAINIEREN SIE IHRE FAHRPRAXIS

Fahrsicherheitskurse – Training, das Spass macht

Richtig bremsen, schleudern und Kurven fahren – auch auf Schnee und Eis: In Fahrsicherheitskursen können Sie am Steuer alles üben, Grenzen erfahren und Ihren Fahrstil verbessern. Das Angebot ist vielfältig und der Nutzen gross.

www.routinier.ch/fahrkurse

Coachingfahrt – individuelles Training mit Fahrberater

Lohnendes individuelles Fahrtraining: Fahrberater sind Weiterbildungsprofis in Theorie und Praxis. Ein Fahrberater begleitet Sie durch den Alltagsverkehr und zeigt Ihnen, wie Sie allfällige Fahrfehler und falsche Gewohnheiten vermeiden können. Besser gehts nicht!

www.routinier.ch/fahrkurse

BESUCHEN SIE DEN ROUTINIER-STAND. AUCH IN IHRER NÄHE.

Kommen Sie live ins Routinier-«Labor»: Mit unserem Stand sind wir in der ganzen Schweiz unterwegs. Inklusive vieler interaktiver Übungen und Tests. Ein Besuch macht Spass und bringt Sie auf der Strasse mit Sicherheit weiter.

Unbedingt ausprobieren: Machen Sie einen Roadtrip im Fahrsimulator an unserem Routinier-Stand. Dort können Sie zudem interaktiv Ihre Aufmerksamkeit und Ihr Wissen rund um den Strassenverkehr testen. Einfach, spielerisch und spannend zugleich. Fahrsicherheit hat noch nie so viel Spass gemacht. Wir freuen uns auf Sie!

► **Unsere Events finden Sie auf:**

**ROUTINIER.CH/EVENTS
FACEBOOK.COM/ROUTINIER**

WETTBEWERB: FAHREN SIE SICHER?

**TESTEN SIE IHR WISSEN UND GEWINNEN
SIE MIT ETWAS GLÜCK EINEN KURZURLAUB.**

Mit dem Talon in dieser Broschüre, online auf routinier.ch oder am Routinier-Stand.



ROUTINIER – SICHER UNTERWEGS

WWW.ROUTINIER.CH



Automobil Club der Schweiz

Verkehrssicherheit
Wasserwerkstrasse 39
CH-3000 Bern 13

Tel. 031 328 31 33
info@routinier.ch
www.routinier.ch

Fonds für Verkehrssicherheit
Fonds de sécurité routière
Fondo di sicurezza stradale

