

# SICHER LEBEN: IHRE bfu.

Die bfu setzt sich im öffentlichen Auftrag für die Sicherheit ein. Als Schweizer Kompetenzzentrum für Unfallprävention forscht sie in den Bereichen Strassenverkehr, Sport sowie Haus und Freizeit und gibt ihr Wissen durch Beratungen, Ausbildungen und Kommunikation an Privatpersonen und Fachkreise weiter. Mehr über Unfallprävention auf [www.bfu.ch](http://www.bfu.ch).

## Weitere Informationen

Wir empfehlen Ihnen ausserdem folgende Broschüren:

- 3.003 Tempo-30-Zonen
- 3.006 Physik im Strassenverkehr
- 3.007 Alkohol am Steuer
- 3.013 Sekundenschlaf
- 3.017 Erste Schritte im Strassenverkehr
- 3.018 Radfahren
- 3.021 Motorradfahren
- 3.022 Kinder auf dem Schulweg
- 3.025 Fahrzeugähnliche Geräte
- 3.029 Kreisel
- 3.031 Autofahren im Alter

**Diese Broschüren oder Publikationen zu anderen Themen können Sie kostenlos beziehen oder als PDF herunterladen: [www.bfu.ch](http://www.bfu.ch).**

© bfu 2007, Verwendung unter Quellenangabe erwünscht

## SICHTBARKEIT BEI NACHT

Sicherheit für helle Köpfe



## NACHTS SIND ALLE KATZEN GRAU

Es liegt in der Natur des Auges, dass wir in der Nacht Farben und Details schlechter erkennen. Das wirkt sich auf die Sicherheit im Strassenverkehr aus. Nachts haben Fussgänger und Radfahrer ein dreimal höheres Unfallrisiko als am Tag. Bei Regen, Schnee und Gegenlicht erhöht es sich sogar bis auf das Zehnfache. Besser, Sie erhöhen Ihre Sichtbarkeit. Die bfu gibt Ihnen dazu nützliche Tipps.

### Wahrgenommen werden

Dunkel gekleidete Personen und Fahrräder mit fehlendem oder ungenügendem Licht sind nachts schwer zu erkennen. Regen vermindert die Sichtbarkeit zusätzlich. Besonders gefährdet sind Kinder auf dem Schulweg im Winterhalbjahr, Zweiradfahrer und Jogger auf schlecht beleuchteten Strassen.

Mit dunklen Kleidern nimmt Sie eine Autofahrerin oder ein Autofahrer erst aus 25 Metern wahr – die Zeit für eine Reaktion ist zu knapp. Mit lichtreflektierenden Artikeln sind Sie bereits aus einer Distanz von 140 Metern sichtbar.

## LICHT INS DUNKEL BRINGEN

### Tipps für Fussgänger und Velofahrerinnen

Helle Köpfe sieht man auch im Dunkeln. Darum: Kleiden Sie sich hell und verwenden Sie lichtreflektierendes Material, das Sie rundum sichtbar macht.

### Fussgänger

Tragen Sie Sohlenblitze, reflektierende Armbinden oder bringen Sie rückstrahlende Aufkleber und Anhänger an Kleidern, Rucksäcken oder Mappen an. Benutzen Sie einen Schirm mit lichtreflektierendem Material. Jogger erhalten im Sportgeschäft spezielle Kleider sowie Arm- und Stirnbänder, die das Licht zurückwerfen.

### Velofahrer

Die Beleuchtung sowie Reflektoren vorne, hinten und an den Pedalen sind gesetzlich vorgeschrieben. Verwenden Sie am besten eine fest montierte Beleuchtung und überprüfen Sie diese regelmässig. Mit Speichenstrahlern und reflektierenden Handschuhen und Hosenträgern erhöhen Sie Ihre Sicherheit bei Nacht zusätzlich.

Die bfu testet lichtreflektierendes Material. Eine Liste der empfohlenen Produkte mit dem bfu-Sicherheitszeichen finden Sie auf [www.bfu.ch](http://www.bfu.ch).

