



11

## ENERGIESPARENDE FAHRWEISE

Warum? →

Wie? →

# Energiesparende Fahrweise

**Umweltbewusstsein, Wirtschaftlichkeit, Komfort und Sicherheit beim Autofahren sind kein Widerspruch, sondern ergänzen sich gleichermaßen. Energiesparendes Fahren besteht nicht nur darin, langsamer zu fahren, sondern vor allem besser zu fahren. Vorausschau ist dabei oberstes Gebot.**

## Warum ist eine energiesparende Fahrweise sinnvoll?

Energiesparendes Fahren senkt den Kraftstoffverbrauch und schont somit den Geldbeutel. Gleichzeitig kann jeder damit einen wirksamen Beitrag zur Bekämpfung der globalen Erwärmung leisten. Eine sparsame Fahrweise ist auch eine sichere Fahrweise und bedeutet, dass Sie:

- Geld sparen (Kraftstoff und Material)
- die Umwelt schonen und die Lebensqualität erhöhen (weniger CO<sub>2</sub>-Emissionen, weniger Lärm usw.)
- das Unfallrisiko und den Stress verringern

## Wie?

Mehrere Optionen sind möglich:

- Öffentliche Verkehrsmittel nutzen
- Fahrgemeinschaften bilden
- Zu Fuß gehen
- Das Fahrrad nutzen

## Öffentliche Verkehrsmittel, Fahrgemeinschaften und Park & Ride bieten mehrere Vorteile:

- Verringerung von Kraftstoffverbrauch, Verschleiß und Parkgebühren
- Reduzierung des Fahrzeugverkehrs und weniger mühsame Parkplatzsuche
- Schutz der Umwelt
- weniger Stress und Müdigkeit
- Verbesserung des Wohlbefindens

## Kurze Strecken zu Fuß oder mit dem Fahrrad erledigen

Diese Praktik bringt zahlreiche Vorteile:

- körperliche Bewegung, die der Gesundheit zugute kommt
- Erhaltung der natürlichen Lebensräume
- Verminderung des Lärmpegels

## Fahrverhalten - worauf kommt es an?

Energiesparend fahren bedeutet auch, die moderne Fahrzeugtechnik angemessen einzusetzen. Der umweltschonende Fahrstil kann von jedem Fahrer und bei jedem Fahrzeug angewandt werden. Wer die folgenden Ratschläge beherzigt, kann bis zu 25 % an Kraftstoff einsparen.

→ *Entscheiden Sie sich für ein Fahrzeug, das*

- Ihrem Bedarf entspricht
- wenig verbraucht
- wenig Schadstoffe ausstößt

→ *Beim Starten des Wagens*

- Nicht Gas geben. Das schont die Umwelt und das Material
- Den Motor nicht im Stand warmlaufen lassen. Besser ist es, gleich loszufahren, denn der Motor wird im Betrieb schneller warm als im Leerlauf. Das Warmlaufenlassen von Motoren im Stand ist gesetzlich verboten (Lärmbelästigung, Verschwendung natürlicher Ressourcen)

- Starkes Beschleunigen und hohe Drehzahlen des Motors vermeiden
- *Kurzstreckenfahrten vermeiden*
- Ein Kaltstart (Öltemperatur < 40°C) führt zu
- gesteigertem Verbrauch mit hohen Emissionen
  - erhöhtem Verschleiß des Materials
- *Gleichmäßig und konstant fahren*
- Fahren Sie immer im höchstmöglichen Gang. Schalten Sie ab etwa 2.000 U/min (Diesel) bis 2500 U/min (Benzin) hoch
  - Fahren Sie möglichst vorausschauend (achten Sie z. B. auf Ampeln in weiter Entfernung), damit Sie die Motorbremse nutzen können, die deutlich sparsamer ist als das Abbremsen
  - Lassen Sie das Fahrzeug unter Nutzung der Schubabschaltung ausrollen
  - Stellen Sie den Motor bei Stopps ab 20 Sekunden ab
  - Schalten Sie das Start-Stopp-System ein, falls vorhanden

→ **Fahren Sie vorausschauend und defensiv**

**Ein Abstand von 2 bis 3 Sekunden auf das vordere Fahrzeug**

verschafft

**eine bessere Sicht und mehr Informationen**

das heißt

**mehr Zeit zum Reagieren und weniger Stress**

folglich

**ein größerer Sicherheitsspielraum**

und

**eine erhöhte Rücksichtnahme den anderen Verkehrsteilnehmern gegenüber**

ergibt

**ein defensives Fahrverhalten**

### Zu einem defensiven Fahrstil gehört


















- Höfliches Benehmen
- Vorausschauen
- Den Überblick bewahren
- Den Blick beim Fahren umherschweifen lassen
- Immer eine Ausweichmöglichkeit offenhalten
- Für andere Verkehrsteilnehmer gut sichtbar sein

### → Fahrweise an Steigungen anpassen

- Vermeiden Sie es, das Gaspedal ganz durchzutreten.
- Optimal ist die Gaspedalstellung „3/4 Gas“

### → Reifendruck und Reifenzustand überprüfen

Wichtig ist, den Reifendruck einmal pro Monat zu kontrollieren. Reifen mit zu wenig Druck sind eine Gefahrenquelle beim Autofahren und steigern den Kraftstoffverbrauch. Ein um 0,5 bar zu niedriger Reifendruck erhöht den Verbrauch um 2,4 %, das entspricht pro Jahr 58 kg CO<sub>2</sub>.

Gang	Gaspedal	Drehzahl U/min	Verbrauch l/100 km	Benzin	Diesel
					
5	 3/4 Gas	2230	6,5		
		1560	4,1		
4	 1/2 Gas	2730	7,3		
		1950	4,4		
3	 1/4 Gas	3560	9,0		
		2700	5,5		

### Richtige Verhaltensweise

- Erhöhen Sie den Reifendruck vorne und hinten um 0,2 bar. Außer leichten Einbußen beim Komfort bringt dies keine Nachteile mit sich
- Nehmen Sie Druckmessung und -einstellung am kalten Reifen vor
- Vergessen Sie die Ventilkappen nicht
- Kontrollieren Sie die Reifen auf Abnutzung und etwaige Schäden



**Achtung: Benutzen Sie Winterreifen nur, wenn sie wirklich benötigt werden. Winterreifen mit M&S-Kennzeichnung weisen einen höheren Rollwiderstand auf und verursachen deshalb mehr Kraftstoffverbrauch**

### Tipps

- Reduzieren Sie den Betrieb der Klimaanlage und aller elektrischen Verbraucher
- Entfernen Sie Gepäck- und Fahrradträger, die den Verbrauch je nach Geschwindigkeit um 2 bis 3 Liter pro 100 km nach oben treiben
- Vermeiden Sie unnötigen Ballast. Bei 100 kg Überladung verbraucht Ihr Auto rund 5 % mehr Kraftstoff
- Leichtlauföle bringen eine Kraftstoffeinsparung, vor allem bei niedrigen Temperaturen

### Arbeitshilfen

- Ratgeber des Fahrsicherheitszentrums (*Centre de Formation pour Conducteurs*) (in **Französisch** und **Deutsch** verfügbar)
- Besser Fahren mit AXA: **Machen Sie den Test**

Quellen: [Fahrsicherheitszentrum](#) (Centre de Formation pour Conducteurs) (Luxemburg), [Ministerium für nachhaltige Entwicklung und Infrastrukturen](#) (Ministère du Développement durable et des Infrastructures), [Vereinigung für Verkehrsunfallverhütung](#) (La Prévention Routière) (Frankreich)