

Der Sicherheitsgurt



Das Anlegen von Sicherheitsgurten ist Pflicht und nicht verhandelbar, selbst auf kurzen Fahrten.

Es muss ein Automatismus werden: Sie dürfen nicht losfahren, bevor alle Sicherheitsgurte angelegt sind!

Sowohl auf den Vorder- als auch auf den Rücksitzen müssen alle Fahrzeuginsassen, Kinder und Erwachsene, Sicherheitsgurte anlegen.

Bei einem Unfall mit 50 km/h entspricht die Aufprallkraft einem Sturz aus dem dritten Stock! Das Anlegen des Sicherheitsgurts kann also Leben retten.

Sanktionen

Fahrer und Beifahrer, die den Sicherheitsgurt nicht anlegen, müssen mit einer gebührenpflichtigen Verwarnung in Höhe von 145€ und dem Entzug von 2 Punkten auf dem Führerschein rechnen.

Der Sicherheitsgurt muss unbedingt gut sitzen und sich angemessen an den Körper anpassen.

Achtung: Schwangere Frauen sind nicht vom Anlegen des Sicherheitsgurts befreit (sofern keine medizinischen Kontraindikationen vorliegen). Der Beckengurt muss unterhalb des Bauches, über dem Becken, liegen. Der Schultergurt sollte über dem gerundeten Bauch und in der Mitte der Brust verlaufen.

Der Dreipunktgurt

- 1. Der Schultergurt muss über die Schulter verlaufen und nicht am Hals entlang
- 2. Die Kopfstütze sollte sich auf Höhe der Kopfoberkante befinden
- 3. Der Beckengurt

 muss auf dem

 Beckenknochen liegen

 und nicht auf dem Bauch





Der Sicherheitsgurt



Wussten Sie schon?

- Der Airbag bietet bei einem Aufprall zusätzlichen Schutz, ersetzt jedoch keinesfalls den Sicherheitsgurt. Er ist nur in Verbindung mit dem Gurt effizient.
- Der Sicherheitsgurt entfaltet vor allem bei geringen und mittleren Geschwindigkeiten große Wirkung. Ab einer bestimmten Aufprallwucht treten Kräfte auf, die der menschliche Körper schlicht nicht auffangen kann.
- Nicht angegurtete Rücksitzinsassen gefährden den Fahrer und den Beifahrer. Sie können bei einer Kollision zum Geschoss werden und damit nicht nur sich selbst, sondern auch den Vordersitzinsassen schweren Schaden zufügen.
- In Linien- und Reisebussen besteht Anschnallpflicht auf allen Sitzen, die mit Sicherheitsgurten ausgerüstet sind.

Einige Tipps:

Für Ihre eigene Sicherheit und die Ihrer Passagiere:

- Fahren Sie erst los, wenn alle Passagiere korrekt angeschnallt sind;
- Gewöhnen Sie sich an, den Gurt selbst bei sehr kurzen Fahrstrecken zu tragen (viele Unfälle passieren auf bekannten Wegen in einem Umkreis von 10 Minuten vom Wohnort);
- Vergewissern Sie sich bei Fahrten mit einem Lieferwagen, Mietwagen oder Kleinbus, dass das Fahrzeug mit Sicherheitsgurten ausgestattet ist;
- Transportieren Sie nicht mehr Personen als die verfügbare Anzahl an Gurten.



Der Transport von Kindern



Wie in Artikel 93 des Sozialversicherungsgesetzbuches festgelegt, muss der Weg nicht unbedingt der direkteste sein, wenn ein Umweg notwendig ist, um ein im Haushalt des Versicherten lebendes Kind zu einer dritten Person oder Einrichtung zu bringen oder abzuholen, damit der Versicherte seiner beruflichen Tätigkeit nachgehen kann. Dies umfasst insbesondere Wege zur Kindertagesstätte, zur Schule oder zur Maison Relais.

Es ist verboten, ein Kind unter drei Jahren ohne einen zugelassenen Sitz zu befördern, außer in Linienbussen und Reisebussen, die nicht mit Sicherheitsgurten ausgestattet sind. Der zugelassene Sitz muss entsprechend den Angaben des Herstellers eingebaut werden; er muss für das Gewicht des beförderten Kindes geeignet sein und dessen Körper angemessen fest und gespannt umschließen, sobald sich das Fahrzeug in Bewegung befindet.

Sanktionen

Ein Fahrer, der ein minderjähriges Kind, das kleiner als 150 cm ist, vorschriftswidrig befördert, riskiert eine gebührenpflichtige Verwarnung in Höhe von 145€ und den Entzug von 2 Punkten auf seinem Führerschein.

In Ausnahmefällen dürfen Kinder im Alter von 3 bis 17 Jahren, die noch nicht 150 cm groß oder 36 kg schwer sind, auf den Rücksitzen Platz nehmen und nur den Beckenteil des Sicherheitsgurts anlegen (der diagonale Teil kann hinter dem Rücken verlaufen).

- Wenn nicht genügend Rückhaltesysteme verfügbar sind, auf kurzen, gelegentlich durchgeführten Fahrten.
- Wenn nicht genügend Platz für ein drittes Rückhaltesystem auf der Rückbank des Fahrzeugs vorhanden ist, um ein drittes Kind zu befördern.
- In Taxis, wenn kein spezielles Rückhaltesystem vorhanden ist.



Der Transport von Kindern



Um die Sicherheit Ihres Kindes zu gewährleisten, müssen Sie einen Sitz verwenden, der für das Alter, die Größe und das Gewicht Ihres Kindes geeignet ist.

Alter/Größe/Gewicht	Vorne und Hinten im Fahrzeug		
Weniger als 3 Jahre alt	Kinderrückhaltesystem		
Von 3 bis 17 Jahren und weniger als 150cm	Kinderrückhaltesystem		
Von 3 bis 17 Jahren und mehr als 150cm	Sicherheitsgurt		
Ab 18 Jahren	Sicherheitsgurt		

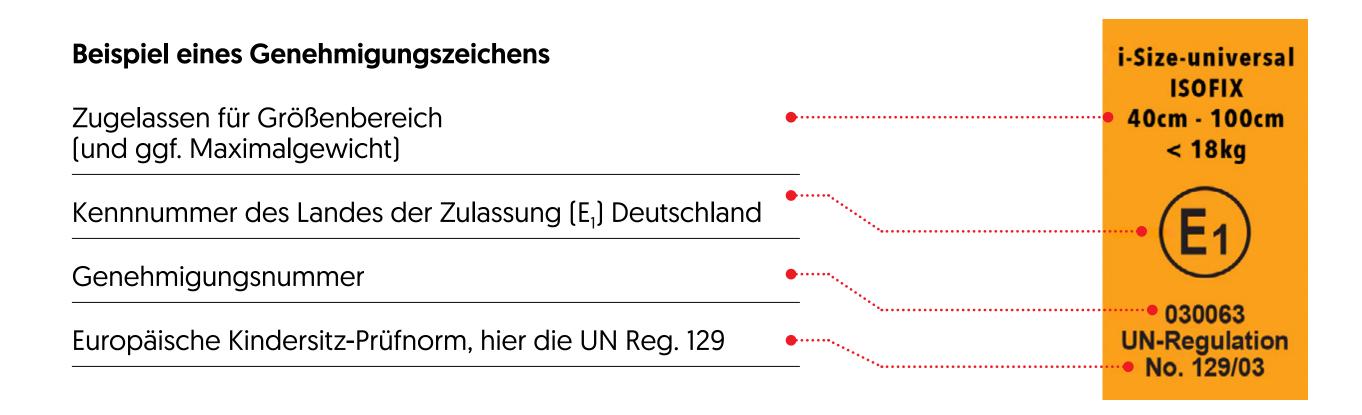
Achtung: Ein Sitz, in dem das Kind gegen die Fahrtrichtung sitzt, ist auf dem Beifahrersitz mit Airbag verboten, es sei denn, der Airbag ist abgeschaltet.

Zu den "Kinderrückhaltesystemen" gehören Autositze, Babyschalen und Sitzerhöhungen. Sie sollen Babys und Kinder in Fahrzeugen sicher transportieren und müssen nach der Regelung (ECE) Nr. 44 oder alternativ nach der neuen Regelung (ECE) Nr. 129 (i-Size) homologiert sein.

Lebensdauer und Verwendung alter Kindersitze

Da die Widerstandsfähigkeit der verwendeten Materialien mit der Zeit nachlassen kann, geben einige Hersteller in ihren Gebrauchsanweisungen eine Lebensdauer an.

Überprüfen Sie vor der Verwendung eines alten Sitzes, ob er unfallfrei ist und ob alle notwendigen Teile, insbesondere die Befestigungselemente, vorhanden sind.





Der Transport von Kindern



Wie setzt man ein Kind korrekt in seinen Kindersitz?

Zunächst ist es wichtig, die Gebrauchsanweisung des Herstellers für die Befestigung des Kindersitzes zu beachten, unabhängig davon, ob dieser mit dem Sicherheitsgurt des Fahrzeugs oder mit einer ISOFIX-Vorrichtung befestigt wird. Grundsätzlich sollte das Kind so lange wie möglich rückwärtsgerichtet sitzen, idealerweise von Geburt an. Laut Vorschrift müssen Kinder bis zu einem Gewicht von 9 kg rückwärtsgerichtet transportiert werden. Bei neueren Modellen, die nach der Verordnung R129 (i-Size) zugelassen sind, müssen Kinder mindestens 15 Monate alt sein, bevor sie vorwärtsgerichtet sitzen dürfen.

Als Nächstes muss der Sitz selbst richtig eingestellt werden. Das ist besonders wichtig bei einem sogenannten mitwachsenden Sitz. So sind z.B. Autositze, die für die Gruppe 1/2/3 zugelassen sind, für Kinder mit einem Gewicht zwischen 9 kg und 36 kg ausgelegt, d. h. für Kinder im Alter von etwa 9 Monaten bis 10 Jahren. Die Höhenverstellung der Kopfstütze, die Einstellung der Höhe, in der der Gurt über die Schultern verläuft, und manchmal auch die Einstellung der Breite der Rückenlehne sind nur einige Beispiele dafür. Es versteht sich von selbst, dass die "Grundeinstellung" des Sitzes sehr regelmäßig an die Größenentwicklung des Kindes angepasst werden muss.

Zwischen der Schulter des Kindes und der Unterseite der Kopfstütze sollten ungefähr zwei Fingerbreit Platz sein, wie im oberen Bild dargestellt.

Im Alltag sollten Sie darauf achten, dass Sie das Kind von seinem Mantel oder anderen lästigen Kleidungsstücken befreien, damit Sie den Gurt richtig anziehen können.

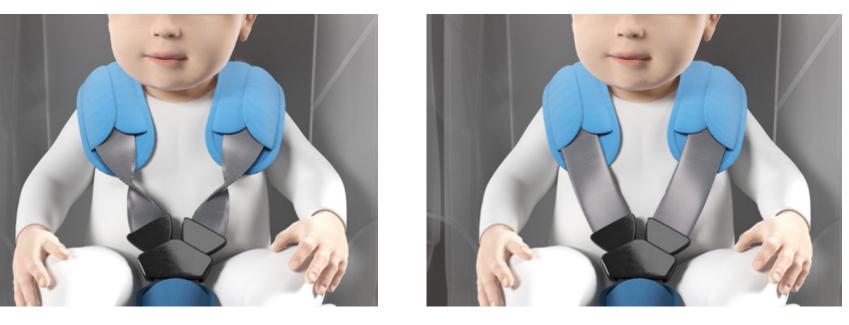
Vorsicht: Wenn Sie drei Finger zwischen Schulter und Gurt stecken können, besteht das Risiko, dass das Kind herausgeschleudert wird. Dies kann auch der Fall sein, wenn die Gurte verdreht sind. Daher ist es wichtig zu **überprüfen, dass die Gurte flach am Kind anliegen**, wie auf dem Bild unten rechts dargestellt.



verkehrt herum



richtig herum





Die Sitzposition am Steuer



Für Ihre Sicherheit und Komfort sollten Sie eine richtige Sitzposition am Steuer annehmen. Eine falsche Position kann bei einem Aufprall zu schweren Verletzungen führen. Justieren und überprüfen Sie der Reihe nach folgende Elemente, insbesondere, wenn andere Personen das Fahrzeug mitnutzen:

- O. Ziehen Sie die Jacke aus und leeren Sie alle Taschen. Dicke Kleidung verringert die Wirksamkeit des Sicherheitsgurts, der gut sitzen und sich dem Körper anpassen muss, wie zuvor beschrieben (auf Seite 20).
- Achten Sie auf den richtigen Abstand zum Sitz. Die Ellenbogen sind halb gebeugt, um das Manövrieren zu erleichtern. Bei vollständig durchgetretenem Kupplungspedal ist das linke Bein leicht angewinkelt.
- 2. Stellen Sie die Neigung der Rückenlehne des Sitzes fast im rechten Winkel ein. Der Rücken und die Schultern sollten den Sitz berühren.
- 3. Stellen Sie das Lenkrad auf die richtige Höhe und Tiefe ein, damit Sie das Lenkrad gut bedienen können. Beide Hände gehören immer in die Stellung viertel vor Drei.
- **4.** Bringen Sie die Kopfstütze auf gleiche Höhe wie den Kopf, der praktisch auf der Kopfstütze aufliegen sollte.
- 5. Positionieren Sie die Innen- und Außenspiegel so, dass Sie den Verkehr hinter und auf beiden Seiten des Fahrzeugs beobachten können.







Exzessive oder unangepasste Geschwindigkeit spielt bei einem von drei tödlichen Unfällen eine Rolle.

Um die Kontrolle über Ihr Fahrzeug zu behalten, sollten Sie Ihre Geschwindigkeit an die Verkehrslage, die Wetterbedingungen, die Beladung Ihres Autos, den Zustand Ihrer Reifen usw. anpassen.

Die beste Möglichkeit, einen Zusammenstoß zu vermeiden, besteht darin, immer einen ausreichenden Sicherheitsabstand zum vorausfahrenden Fahrzeug einzuhalten. So haben Sie, wenn Sie eine Gefahr erkennen, noch genügend Zeit, um zu bremsen.

Der Anhalteweg

Der Anhalteweg eines Fahrzeugs ist die Strecke, die während der Reaktionszeit des Fahrers zurückgelegt wird, zuzüglich des Bremswegs.



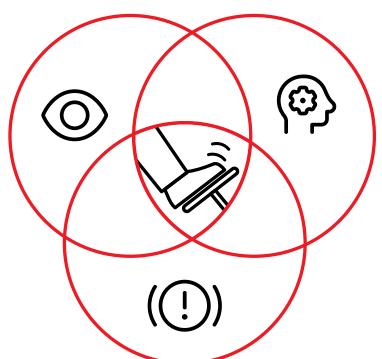




Die Zeitspanne zwischen der Wahrnehmung der Information und dem Beginn des Bremsvorgangs wird als **Reaktionszeit** bezeichnet. Man schätzt ihre Dauer auf 1 Sekunde.

Während dieser Sekunde:

- Nimmt das Auge die Information auf;
- Die Information wird an das Gehirn weitergeleitet;
- Das Gehirn analysiert die Information und beschließt zu handeln;
- Der Befehl wird an die Muskeln weitergeleitet.



Um den ungefähren Wert der Reaktionsdistanz bei einer Reaktionszeit von einer Sekunde zu berechnen, kann man die nachfolgende Näherungsformel anwenden:

(Geschwindigkeit ÷ 10) x 3

Wenn man diese Formel z. B. bei einer Geschwindigkeit von 50 km/h anwendet, ergibt sich ein Reaktionsweg von 15m.

 $(50 \text{ km/h} \div 10) \times 3 = 15 \text{ Meter}$

Wenn der Fahrer müde, alkoholisiert oder abgelenkt ist, beträgt seine Reaktionszeit mehr als 1 Sekunde.

Während der Reaktionszeit fährt das Fahrzeug mit der gleichen Geschwindigkeit weiter und legt eine Strecke zurück, die als **Reaktionsweg** bezeichnet wird.

Der **Reaktionsweg** hängt ab von:

- Der Geschwindigkeit;
- Zustand des Fahrers.

Der Reaktionsweg kann verkürzt werden, wenn sich der Fahrer in jeder potenziellen Gefahrensituation bremsbereit hält.





Der Bremsweg

Zum Reaktionsweg kommt der Bremsweg hinzu, d. h. die Strecke, die zwischen dem Beginn des Bremsvorgangs und dem Zeitpunkt, zu dem das Fahrzeug zum Stehen kommt, zurückgelegt wird.

Der Bremsweg nimmt proportional zum Quadrat der Geschwindigkeit zu.

Wenn die Geschwindigkeit verdoppelt wird, dann vervierfacht sich der Bremsweg.

Der Bremsweg ist abhängig von:

- der Geschwindigkeit;
- den Witterungsbedingungen (Regen, Schnee, Eis...);
- dem Zustand der Straße (Qualität des Straßenbelags ...);
- der Beschaffenheit der Umgebung (Steigung, Gefälle ...);
- dem Zustand der Reifen und Bremsen;
- der Eigenmasse des Fahrzeugs und seiner Ladung, in geringerem Maße.

Achtung: Die Qualität einer Notbremsung hängt auch vom Fahrer ab.

Bei Fahrzeugen mit ABS (Antiblockiersystem), das seit 2003 für alle Neufahrzeuge vorgeschrieben ist, muss der Fahrer schnell den rechten Fuß vom Gaspedal nehmen und das Bremspedal mit aller Kraft durchtreten, während er das Lenkrad fest im Griff hält.

Auf keinen Fall sollte man das Bremspedal loslassen, wenn man Vibrationen spürt, die auf das ABS-System zurückzuführen sind. Wenn das Fahrzeug ein Schaltgetriebe hat, muss man auch gleichzeitig mit dem Bremsvorgang den Gang auskuppeln.

Um den ungefähren Bremsweg auf trockener Straße mit guten Reifen und einem Fahrzeug in einwandfreiem Zustand zu berechnen, wenden Sie die vereinfachte Formel an :

(Geschwindigkeit \div 10) $^2 \div 2$

Beispiele:

Geschwindigkeit	Bremsweg (m)		
30 km/h	4,5 m		
50 km/h	12,5 m		
70 km/h	24,5 m		
90 km/h	40,5 m		
100 km/h	50 m		
130 km/h	84,5 m		



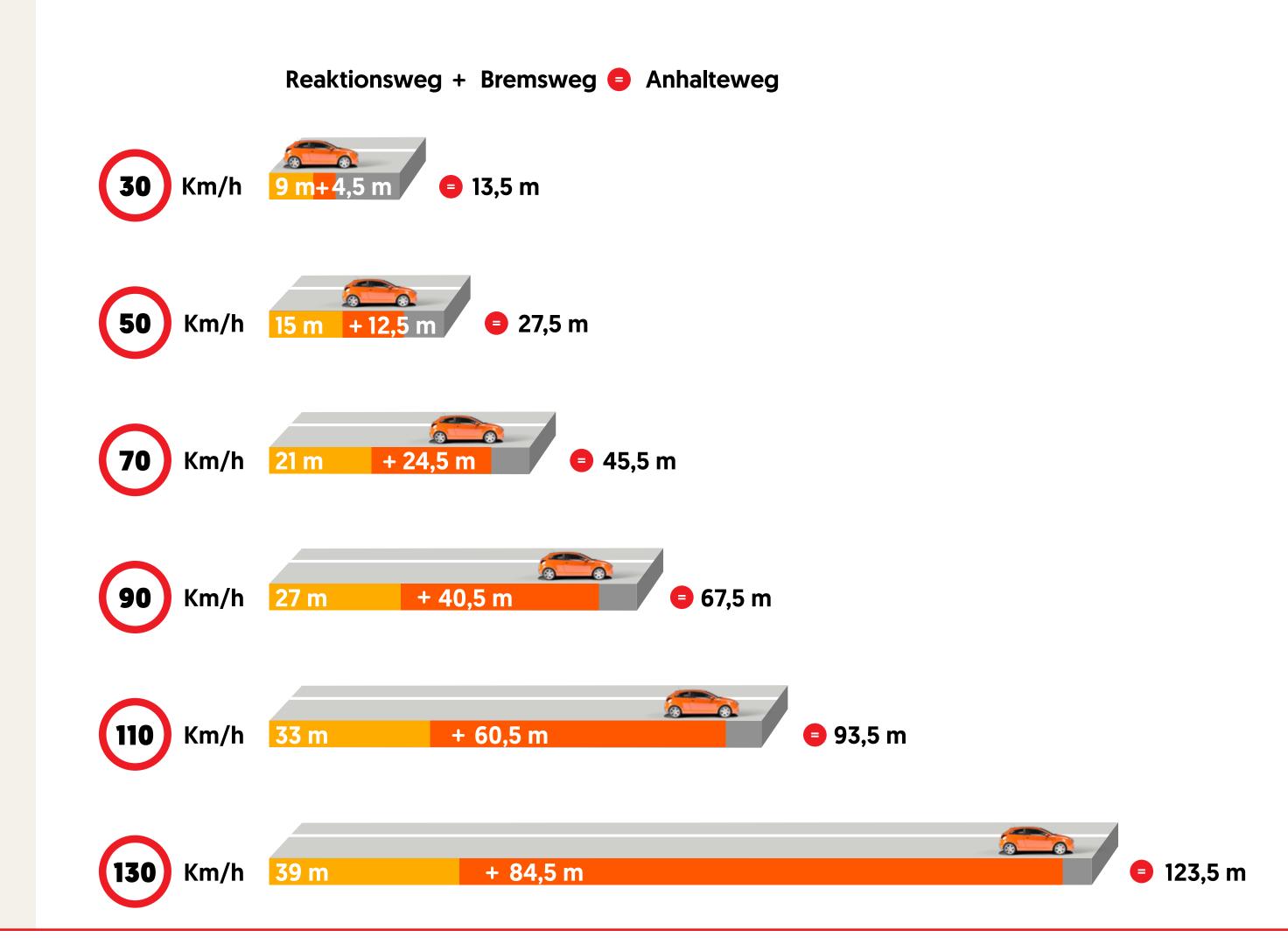


Anhalteweg = Reaktionsweg + Bremsweg

Wussten Sie, dass je höher die Geschwindigkeit,

- desto kleiner das Sichtfeld des Fahrers ist.
 Bei 130 km/h beträgt das Sichtfeld nur noch 30°, man spricht dann von einem "Tunnelblick".
- desto länger der Anhalteweg ist.
 Die Reaktionszeit des Fahrers ist nicht mehr komprimierbar (durchschnittlich 1 bis 2 Sekunden) und der Bremsweg verlängert sich.
- desto stärker die Müdigkeit einsetzt.
 Die Verarbeitung einer großen Anzahl von
 Informationen inkürzester Zeit und die ständige
 Anpassung der Sehkraft führen zu starkem Stress,
 der Müdigkeit und Wachsamkeitsverlust zur Folge hat.
- desto schwerer der Unfall ist.

 Bei 100 km/h gegen ein festes Hindernis entspricht
 die Wucht des Aufpralls einem Sturz aus 40 Metern
 Höhe. Bei dieser Geschwindigkeit und mit einem
 Sicherheitsgurt bewegen sich die inneren Organe
 (Gehirn, Herz usw.) aufgrund ihrer Trägheit weiter
 und prallen gegen die Innenwände des Körpers.
 Man spricht dann von einem sauberen Tod,
 da von außen keine Verletzungen sichtbar sind.
- desto mehr der Kraftstoffverbrauch steigt. Bei 120 km/h statt 110 km/h auf der Autobahn erhöhen Sie Ihren Kraftstoffverbrauch um 1 Liter pro 100 km.







Einige Hinweise:

- Passen Sie ständig Ihre Geschwindigkeit an Ihre Umgebung an (Fahrspur, Wetterbedingungen usw.).
- Halten Sie auf Autobahnen eine konstante Geschwindigkeit ein.
- Geschwindigkeitsbegrenzungen sind Höchstwerte, die nicht überschritten werden dürfen, und keine Durchschnittsgeschwindigkeiten für den Verkehr.
- Die Straßenverkehrsordnung sieht außerhalb geschlossener Ortschaften einen Sicherheitsabstand vor, der einer Zwischenzeit von mindestens 2 Sekunden zum vorausfahrenden Fahrzeug entspricht. Dieser Abstand ist umso größer, je höher die Geschwindigkeit ist.
- Achten Sie darauf, stets einen ausreichenden Sicherheitsabstand zum vorausfahrenden Fahrzeug einzuhalten.
- Nutzen Sie neue Technologien. Einige Ausstattungen helfen Ihnen, unbeabsichtigte Geschwindigkeitsüberschreitungen zu vermeiden, wie z. B. der Geschwindigkeitsbegrenzer, der Sie daran hindert, eine zuvor festgelegte Geschwindigkeit (z. B. nicht mehr als 120 km/h) zu überschreiten. Die Verwendung dieser Ausstattung ermöglicht es dem Fahrer, sich an die zahlreichen Begrenzungen anzupassen, die auf ein und derselben Strecke variieren können.
- Halten Sie Ihr Fahrzeug instand: Reifen und Bremsbeläge sollten regelmäßig überprüft werden.



Die Geschwindigkeit und ein den Wetterbedingungen angepasstes Verhalten

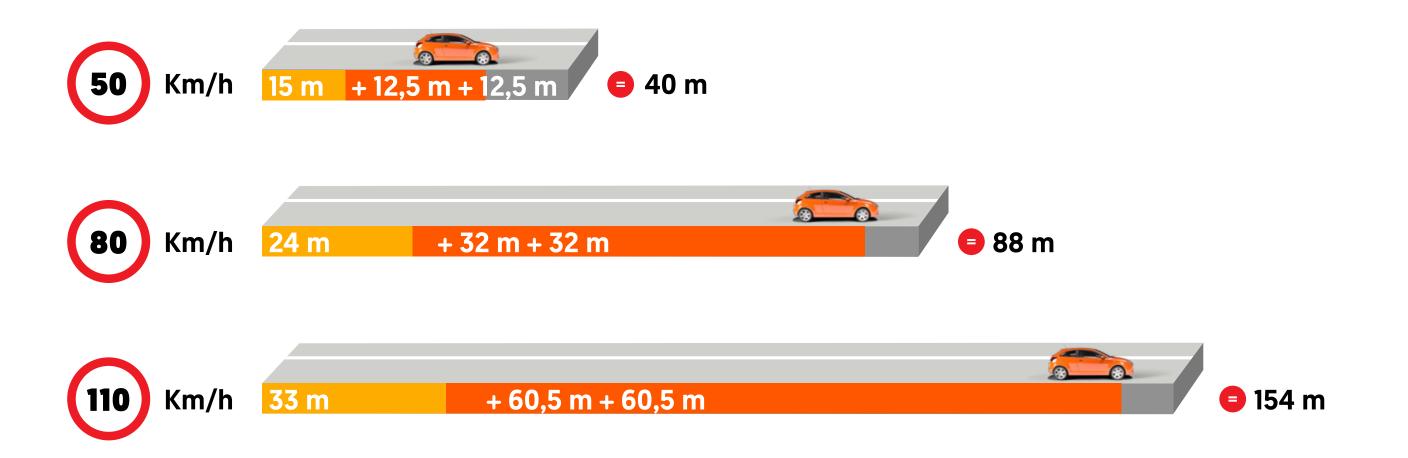


Ihr Fahrverhalten sollte immer an die Wetterbedingungen angepasst werden. Das bedeutet, dass Sie bei Regen, Nebel, starkem Wind, Schnee oder Eis vor allem die **Geschwindigkeit** des Fahrzeugs verringern und den **Sicherheitsabstand** zum vorausfahrenden Fahrzeug vergrößern sollten.

Außerdem werden bei schlechtem Wetter die zulässigen Geschwindigkeitsbegrenzungen nach unten angepasst.

Die zulässige Höchstgeschwindigkeit auf Autobahnen in Luxemburg sinkt von 130 km/h auf trockener Fahrbahn auf 110 km/h bei Regen. Es geht also darum, langsamer zu fahren!

Auf nasser Fahrbahn kann sich der Bremsweg um das Doppelte verlängern.



Bei Regen

Niederschlag verringert die Haftung der Reifen auf der Fahrbahn:

- Der Bremsweg verlängert sich.
- Das Fahrzeug hält in Kurven weniger gut die Spur.
- Die Räder können durchdrehen, wenn Sie zu abrupt anfahren.

Einige Tipps bei Regen oder nasser Fahrbahn:

- Senken Sie Ihre Geschwindigkeit, um den Bremsweg zu verkürzen und Aquaplaning zu verhindern.
- Vergrößern Sie den Sicherheitsabstand zwischen Ihrem Fahrzeug und dem vorausfahrenden Fahrzeug.
- Schalten Sie das Abblendlicht ein.
- Halten Sie die Scheibenwischer immer in gutem Zustand.



Die Geschwindigkeit und ein den Wetterbedingungen angepasstes Verhalten



Bei Schnee oder Eis

- Befreien Sie Fensterscheiben, Spiegel, Scheinwerfer und Nummernschilder von Schnee und Eis.
- Entfernen Sie auch den Schnee auf dem Dach und der Motorhaube des Fahrzeugs.
- Schalten Sie das Abblendlicht ein.
- Passen Sie die Geschwindigkeit der geringeren Haftung der Fahrbahn an und vergrößern Sie die Sicherheitsintervalle.
- Vermeiden Sie abruptes Beschleunigen und Bremsen.

Bei Nebel

- Sie müssen in der Lage sein, Ihr Fahrzeug innerhalb der sichtbaren Strecke anzuhalten. Passen Sie daher Ihre Geschwindigkeit den Sichtverhältnissen an. Fahren Sie nicht schneller als 50 km/h, wenn die Sichtweite weniger als 50 Meter beträgt, auch nicht auf Autobahnen.
- Wenn Ihr Fahrzeug mit Nebelscheinwerfern ausgestattet ist, nutzen Sie diese und schalten Sie sie wieder aus, sobald sich der Nebel auflöst.
- Halten Sie bei Nebel einen deutlich größeren Sicherheitsabstand ein, insbesondere wenn Sie nicht über das Fahrzeug hinaussehen können.
- Bei dichtem Nebel ist erhöhte Aufmerksamkeit erforderlich. Visuelle und kognitive Ermüdung treten schnell ein, daher ist es ratsam, häufiger Pausen zu machen.
- Überholen Sie bei Nebel nicht, da dieser Hindernisse verdeckt und die Einschätzung von Entfernungen erschwert.

Bei Wind

- Um die Auswirkungen des Windes zu begrenzen, reduzieren Sie die Geschwindigkeit und halten Sie das Lenkrad gut fest (einige leichte Nutzfahrzeuge wie Lieferwagen bieten eine große Angriffsfläche für den Wind, also Vorsicht!).
- Wenn Sie ein Zweirad überholen, halten Sie einen größeren Seitenabstand ein, falls es wegen der Sturmböen von seiner Fahrspur abweichen sollte.



Die Geschwindigkeit und ein den Wetterbedingungen angepasstes Verhalten



Lichtassistenten

Viele Verkehrsteilnehmer nutzen Lichtassistenten. Je nach Wetterbedingungen funktioniert die automatische Lichtaktivierung jedoch möglicherweise nicht angemessen.

Bei Nebel müssen die Nebelscheinwerfer manuell eingeschaltet werden, da die meisten automatischen Beleuchtungssysteme in solchen Fällen noch keine automatische Aktivierung bieten.

Ebenso wird die Beleuchtung bei Tagesanbruch oder bei Regen oder Schneefall während des Tages nicht unbedingt durch das automatische System aktiviert, was ein Sicherheitsrisiko darstellen kann.

Verwendung der Nebelscheinwerfer

Nebelscheinwerfer sollten nur bei Nebel oder ähnlichen Sichtverhältnissen, wie starkem Niederschlag, eingeschaltet werden.

Das Gleiche gilt für die Nebelschlussleuchten, die bei einer Sichtweite von weniger als 50 Metern eingeschaltet werden müssen, um anderen Fahrzeugen Ihre Anwesenheit zu signalisieren.

Wichtig: Vergessen Sie nicht, diese Lichter wieder auszuschalten, sobald sich der Nebel aufgelöst hat. Die Nebelschlussleuchten müssen auch ausgeschaltet werden, wenn ein anderes Fahrzeug dicht hinter Ihnen fährt.

	Standlicht	Abblend- licht	Fernlicht	Nebel- schein- werfer	Nebel- schluss- leuchte
	-\\\\\	■ D	≣D	≨D	○ ≢
Beim Parken, wenn die Sichtbarkeit auf das Fahrzeug schlecht ist	✓				
Innerorts mit Straßenbeleuchtung		✓			
Innerorts ohne Straßenbeleuchtung		✓	er		
Beleuchtete Fahrbahn (Außerorts)		✓			
Unbeleuchtete Fahrbahn		✓ • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	er		
Regen		\		*	✓
Schnee		\		*	✓
Nebel		✓		✓	✓

*Bei starkem Regen oder Schneefall

