

So werden Sie im Straßenverkehr besser gesehen:

- Achten Sie auf reflektierende oder fluoreszierende Kleidung bzw. Materialien.
- Verwenden Sie Hilfsmittel wie Reflexionsstreifen, Warnwesten oder Blinklichter.
- Meiden Sie dunkle und stark befahrene Straßen.
- Seien Sie Kindern und Enkelkindern ein Vorbild.
- Wählen Sie geeignete Überquerungsstellen und achten Sie beim Überqueren der Fahrbahn auf andere Verkehrsteilnehmer (Blickkontakt).
- Achten Sie auf Rundum-Sichtbarkeit: Dies gewährleistet eine gleichmäßige Verteilung von reflektierenden/fluoreszierenden Materialien rund um den gesamten Körper.
- Achten Sie beim Kauf von reflektierenden/fluoreszierenden Materialien auf EN-zertifizierte Produkte.
- Nutzen Sie diese Materialien auch zum Sichtbarmachen von Kinderwagen, Rollatoren, Einkaufstrollys usw.
- Statten Sie beim Spaziergang mit dem Hund das Tier mit blinkendem oder reflektierendem Brustgeschirr oder einem reflektierendem Hundehalstuch aus.



VISION ZERO.
Keiner kommt um. Alle kommen an.

Sichtbar unterwegs

Tipps für eine bessere Sichtbarkeit im Straßenverkehr

Impressum

Deutscher Verkehrssicherheitsrat e. V.
Auguststr. 29
53229 Bonn

Sichtbarkeit bei Dunkelheit

Haben Sie sich schon einmal die Frage gestellt, wie Sie im Straßenverkehr von Autofahrerinnen und Autofahrern wahrgenommen werden, wenn Sie zu Fuß oder auf dem Rad unterwegs sind? Gerade wenn es dunkel, neblig-trüb oder regnerisch ist, sollten Sie besonders gut darauf achten, von anderen Verkehrsteilnehmenden gesehen zu werden.

Retroreflektierendes Material für eine Rundum-Sichtbarkeit

Auffällige Kleidung in weiß, hellbeige oder in kräftigen, leuchtenden Farben wie gelb, orange oder hellrot trägt dazu bei, besser gesehen zu werden. Helle Kleidung ist von Vorteil, reicht aber alleine nicht aus. Deshalb sollte man Kleidung wählen, in die retroreflektierendes oder fluoreszierendes Material eingearbeitet wurde oder zusätzliche Reflektorbänder an Armen oder Beinen tragen.

Mit reflektierenden oder fluoreszierenden Materialien sind Sie besser zu sehen. Denn diese Materialien reflektieren das von Autoscheinwerfern ausgestrahlte Licht und senden es zurück, sodass eine damit ausgestattete Person schon auf weite Entfernung zu erkennen ist. Sportgeschäfte führen häufig Kleidung mit diesem Material, Reflexbänder gibt es beispielsweise im Fahrradhandel. Mit einer Taschenlampe können Sie im Dunkeln einen zusätzlichen Lichtakzent setzen und dunkle Wege ausleuchten. Aber Vorsicht: Blenden Sie Entgegenkommende nicht.

Die richtige Kleidung – nicht nur im Dunkeln

Während retroreflektierende Materialien das auf sie gerichtete Licht zurückwerfen, wird fluoreszierendes Material durch Licht aufgeladen. Es leuchtet dadurch heller und bietet Ihnen auch im Hellen einen besseren Schutz. Autofahrerinnen und Autofahrer sehen Sie besser, dadurch verringert sich das Unfallrisiko.

Achten Sie beim Kauf Ihrer Kleidung und anderer retroreflektierender oder fluoreszierender Produkte auf deren Zertifizierung durch Europäische Normen (EN-Normen)

Gute Sicht beim Autofahren

Auch als Autofahrerin oder Autofahrer können Sie Maßnahmen vornehmen, um eine bessere Sicht zu haben: Saubere Scheiben (auch von innen) und Scheinwerfer sind einfache aber zweckmäßige Mittel für eine einwandfreie Sicht.

Zusätzlich sollten Sie regelmäßige Sehtests wahrnehmen. Denn über unsere Augen nehmen wir mehr als 90 Prozent der Informationen aus unserer Umwelt wahr. Vor allem das Sehen im Dunkeln verschlechtert sich bei Erwachsenen im Laufe der Zeit.



Ein Sehtest, der spätestens ab dem 40. Lebensjahr alle zwei Jahre durchgeführt wird, ist deshalb ratsam. Diese werden kostenlos beispielsweise von Optikern angeboten.

Als leuchtendes Beispiel vorangehen

Kinder können sich noch nicht gut in andere Verkehrsteilnehmende hineinversetzen und nehmen an, dass sie von den Autofahrerinnen und Autofahrern gesehen werden, sobald sie diese sehen. Wenn Sie mit Ihren Enkeln unterwegs sind, sollte es daher selbstverständlich sein, dass Sie sich und die Kinder mit Reflektoren auf der Kleidung oder zusätzlichen Reflektorbändern ausstatten. Gehen Sie hier mit gutem Beispiel voran und erklären den Kindern, wie wichtig die Sichtbarkeit im Dunkeln ist.

Sicheres Überqueren der Straßen

Autofahrende können bei schlechtem Wetter oder Dunkelheit das Geschehen am Fahrbahnrand nicht so gut wahrnehmen. Bringen Sie sich deshalb nicht unnötig in Gefahr, indem Sie an unübersichtlichen Stellen die Straße überqueren. Nutzen Sie gerade in der dunklen Jahreszeit Ampeln, Fußgängerüberwege/Zebrastreifen und Querungshilfen/Mittelseln zum Überqueren der Straße. Meiden Sie unbedingt schlecht einsehbare Stellen (zum Beispiel zwischen geparkten Autos), um dort die Straße zu überqueren. Auch beim Überqueren der Straße gilt: Machen Sie sich sichtbar und stellen Sie durch Blickkontakt oder Handzeichen sicher, dass Sie von anderen gesehen werden, bevor Sie die Straße überqueren.

Sicher unterwegs mit dem Rad

Radfahrende sind im Dunkeln und in unübersichtlichen Verkehrssituationen besonders gefährdet. Denn aufgrund ihrer schmalen Silhouette werden sie häufig übersehen. Sorgen Sie deshalb auch beim Radfahren für eine gute Sichtbarkeit.

Wenn Sie mit dem Fahrrad unterwegs sind, trägt die Beleuchtung des Rads wesentlich dazu bei, früh gesehen zu werden. Entspricht die Beleuchtung an Ihrem Fahrrad oder Pedelec den gesetzlichen Vorgaben? Sind genügend Reflektoren angebracht und funktionieren alle Lampen? Überprüfen Sie dies regelmäßig, um sicher auf dem Fahrrad unterwegs zu sein.



Darüber hinaus tragen das Bestücken des Fahrrads mit Speichenreflektoren oder retroreflektierende Rucksackhüllen zusätzlich zu einer erhöhten Sichtbarkeit bei. Natürlich sollten auch die Radfahrerinnen und die Radfahrer entsprechende reflektierende Kleidung und einen Fahrradhelm – ebenfalls ausgestattet mit einer Leuchte oder retroreflektierenden Elementen – tragen.

Folgende Beleuchtung am Fahrrad ist vorgeschrieben:

- › ein nach vorne gerichteter Scheinwerfer mit weißem Licht
- › ein nach vorne gerichteter weißer Reflektor (darf im vorderen Scheinwerfer integriert sein)
- › ein rotes Schlusslicht
- › ein roter Rückstrahler hinten
- › ein roter Großflächenstrahler hinten, der mit dem Buchstaben „Z“ gekennzeichnet ist
- › jeweils zwei gelbe Rückstrahler an den Fahrradpedalen
- › pro Reifen mindestens zwei nach der Seite wirkende Reflektoren oder Speichenreflektoren bzw. reflektierende Reifen