

# GUT UNTERWEGS

DAMIT SIE SICHER ANKOMMEN

initiative deutscher  
**servicetag**

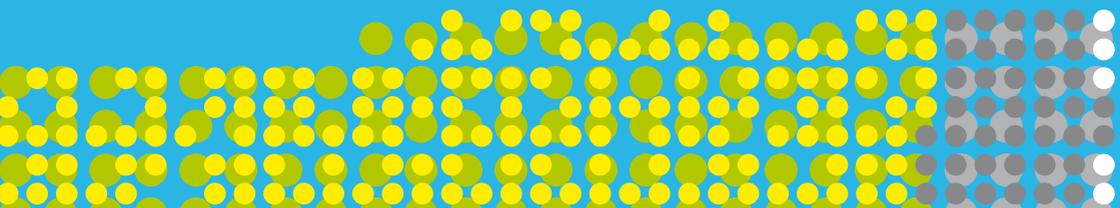


Deutscher  
Verkehrssicherheitsrat e.V.

**Runter vom Gas!**

# INHALT

<b>Editorial</b>	<b>3</b>
<b>Der Deutsche</b>	
<b>Verkehrssicherheitsrat</b>	<b>4</b>
<b>Bleib Fit</b>	<b>6</b>
<b>Hallo Kids</b>	<b>8</b>
<b>Europameisterschaft 2008</b>	<b>10</b>
<b>Deutscher Servicetag</b>	<b>12</b>
<b>Impressum</b>	<b>14</b>

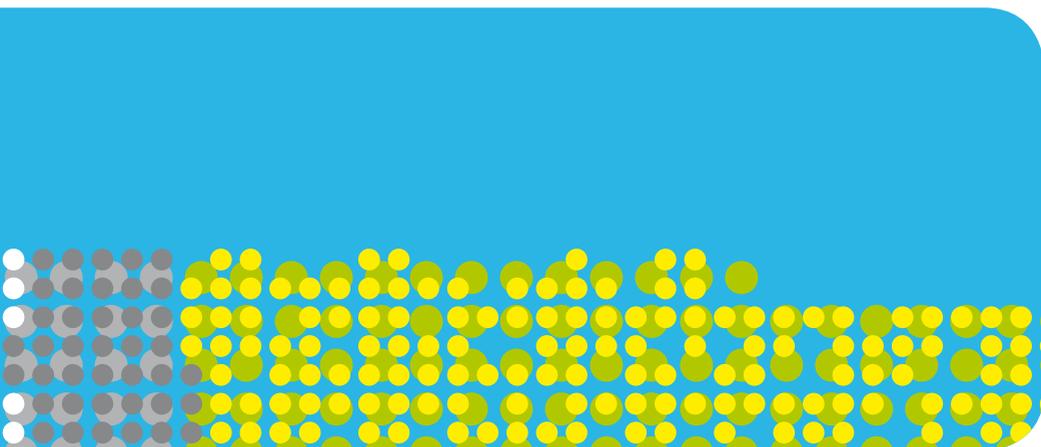


# EDITORIAL

Entspannte und ausgeruhte Autofahrer fahren besser und sicherer als andere. Guter Service an der Autobahn ist damit ein wichtiger Beitrag zur Verkehrssicherheit. Der Deutsche Verkehrssicherheitsrat e.V. (DVR) und die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV) beteiligen sich aus diesem Grund gerne an der von Serways, der neuen Dienstleistungsmarke von Tank & Rast, gegründeten Initiative Deutscher Servicetag.

Unser Beitrag im Rahmen der Initiative besteht darin, zusammen mit unseren Partnern die Eigenverantwortung der Menschen zu stärken und damit präventiv die Sicherheit aller Verkehrsteilnehmer zu fördern. Konkret geschieht dies durch Serviceangebote zu den Themen „Bleib fit“, „Hallo Kids“, „Europameisterschaft 2008“ und „Deutscher Servicetag.“ Der DVR ist bei den Aktionen mit einem eigenen Stand vertreten. Dort gibt es ein Animationsprogramm für Groß und Klein in Form von Bewegungsspielen und qualifizierte Informationen rund um das Thema Verkehrssicherheit.

In dieser Broschüre finden Sie weiterführende Informationen zu unseren Angeboten. Wir würden uns freuen, wenn Sie diese – in welcher Form auch immer: als Sachinformation, Seminar oder Sicherheitstraining – nutzen und auf diese Weise einen Beitrag für mehr Sicherheit im Straßenverkehr leisten.

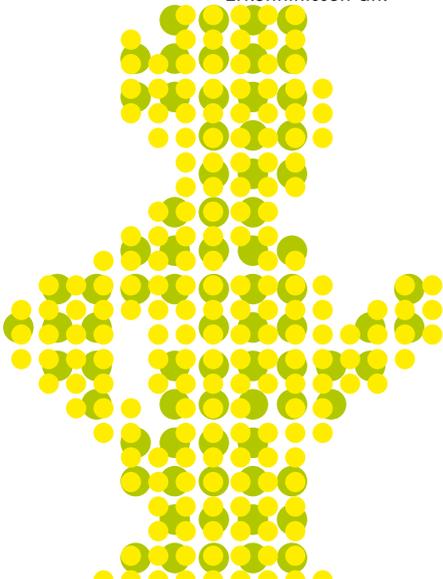


# DER DEUTSCHE VERKEHRSSICHERHEITSRAT

Der Deutsche Verkehrssicherheitsrat e.V. (DVR) engagiert sich seit knapp 40 Jahren für mehr Sicherheit im Straßenverkehr – unabhängig davon, mit welchem Verkehrsmittel und aus welchem Grund man unterwegs ist. Das Spektrum unserer Arbeit umfasst Fragen der Verkehrstechnik, Verkehrserziehung und -aufklärung sowie des Verkehrsrechts, der Verkehrsmedizin und der Verkehrsüberwachung. Wir koordinieren die Aktivitäten unserer rund 230 Mitglieder, entwickeln Präventionsmaßnahmen und passen diese kontinuierlich neuen Anforderungen und wissenschaftlichen Erkenntnissen an.

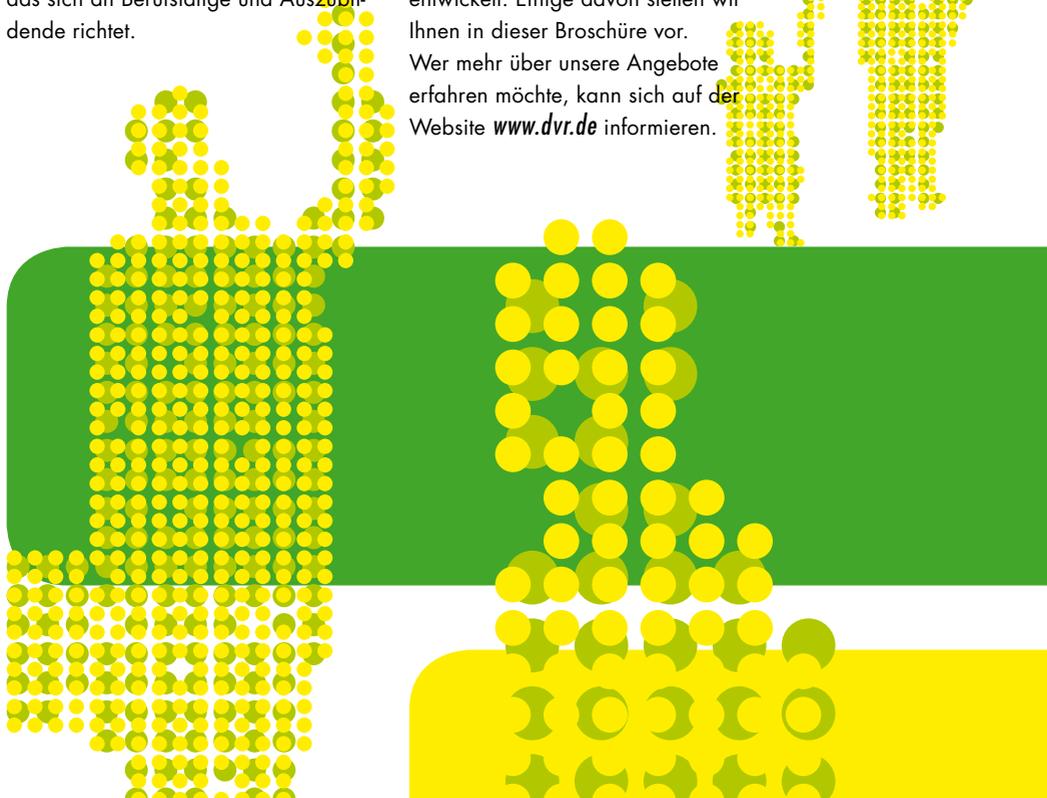
Zu unseren Mitgliedern gehören die für Verkehr zuständigen Ministerien von Bund und Ländern, die Träger der gesetzlichen Unfallversicherung, Deutsche Verkehrswacht, Automobilclubs, Automobilhersteller, Versicherungen, Personenbeförderungsunternehmen, Wirtschaftsverbände und Gewerkschaften, Kirchen und sonstige Institutionen und Organisationen. Im Mittelpunkt der Verkehrserziehung und -aufklärung des DVR steht der Mensch. Dabei setzen wir auf den Partnerschaftsgedanken und die Stärkung der Eigenverantwortung aller Verkehrsteilnehmer.

Der DVR hat mit seinen Mitgliedern Angebote für bestimmte Zielgruppen entwickelt, z.B. „*Kind und Verkehr*“, „*Ältere aktive Kraftfahrer*“ und Sicherheitstrainings für Pkw-, Lkw-, Omnibus-, Reisebus-, Gefahrgut- und Motorradfahrer.



In den Bereichen Recht und Technik formulieren wir beispielsweise Empfehlungen für Stadtplaner, Kommunalverwaltungen und Gesetzgeber sowie die Industrie und relevante Multiplikatoren. Eine besondere Bedeutung kommt der betrieblichen Verkehrssicherheitsarbeit zu. Zusammen mit den Berufsgenossenschaften und Unfallkassen führen wir das gemeinsame Programm „Sicherheit auf allen Wegen“ durch, das sich an Berufstätige und Auszubildende richtet.

Perspektiven für die künftige Verkehrssicherheitsarbeit ergeben sich auch aus der aktuellen Mobilitätsdiskussion. Im Vordergrund steht dabei der Gedanke, einen vernünftigen Umgang mit dem Kraftfahrzeug zu fördern durch eine ökologisch und ökonomisch orientierte Fahrweise. Der DVR, seine Mitglieder und Partner haben eine Vielzahl von Angeboten für Berufskraftfahrer, Pendler, Familien in Freizeit oder im Urlaubsverkehr entwickelt. Einige davon stellen wir Ihnen in dieser Broschüre vor. Wer mehr über unsere Angebote erfahren möchte, kann sich auf der Website [www.dvr.de](http://www.dvr.de) informieren.





# BLEIB FIT!

## Gegen Müdigkeit und Stress im Straßenverkehr

Müdigkeit und Erschöpfung zählen zu den zentralen Risikofaktoren im Straßenverkehr. Experten schätzen, dass 15 bis 30 Prozent aller Unfälle durch Müdigkeit zumindest mit verursacht werden. Nach einer sechsstündigen Nonstop-Fahrt ist das Reaktionsvermögen eines Fahrers auf die Hälfte gesunken, das Unfallrisiko verdoppelt sich.

### **Tödlicher Sekundenschlaf**

Besonders der so genannte „Sekundenschlaf“ kann verhängnisvolle Folgen haben. Etwa jeder vierte tödliche Autobahnunfall ist darauf

zurückzuführen. Der DVR weist gemeinsam mit seinen Mitgliedern und Partnern immer wieder eindringlich auf dieses Gefahrenpotenzial hin und zeigt Mittel und Wege auf, der Müdigkeitsfalle zu entkommen.

Dazu zählen etwa das Computer-Trainingsprogramm „*Todmüde? Ohne mich!*“ sowie das gemeinsam mit dem Deutschen Luft- und Raumfahrtzentrum durchgeführte Projekt „Übermüdung und Verkehrssicherheit“. Dieses Angebot für Unternehmen zielt darauf ab, mit Hilfe eines so genannten Wachsamkeits- bzw. Alertness-Managements die Zahl müdigkeitsbedingter Unfälle zu verringern.



### Mach mal Pause

Aus medizinischer Sicht ist alle zwei Stunden eine Pause von mindestens 20 Minuten erforderlich. Unabhängig davon gilt: Wer Symptome wie Frösteln, Blendempfindlichkeit, starkes Gähnen, zufallende Augen oder Fahrfehler bei sich registriert, sollte die Reise schnellst möglich unterbrechen.

Auch wenn man regelmäßig eine Pause einlegt – spätestens nach zehn Stunden Fahrt ist eine ausgiebige Schlafpause fällig. Durch Pausen umgehen sollte man auf jeden Fall die biologischen Leistungstiefs zwischen zwei und vier Uhr in der Nacht und kurz nach dem Mittagessen. Denn auch dann ist die Unfallgefahr deutlich höher als sonst.

### Pausen sinnvoll nutzen

Bewegung hält fit: Deshalb sollte man in der Pause einen kleinen Spaziergang oder ein

bisschen Gymnastik machen. Wer etwas essen möchte: Empfehlenswert sind leichte Speisen wie zum Beispiel Obst, Gemüse, leichte Nudelgerichte, dazu eine Fruchtsaftschorle oder ein leicht gesüßter Tee.

### So starten Sie sicher

- Längere Touren nur frisch und ausgeruht beginnen. Lieber einen Tag früher Urlaub nehmen, als sich direkt nach einem anstrengenden Arbeitstag müde hinter das Steuer setzen.
- Bei Nachfahrten gilt: Ausreichend Schlaf vorab muss sein, um fit und leistungsfähig zu sein. Auch ein leichtes Frühstück und ein Kaffee oder Tee nach dem Aufstehen tragen zu einer stressfreien Reise bei.

*Übrigens: Studien zeigen, dass man im Urlaub längere Zeit benötigt, um sich zu erholen, wenn man auf der Anreise zu wenig Pausen einlegt.*

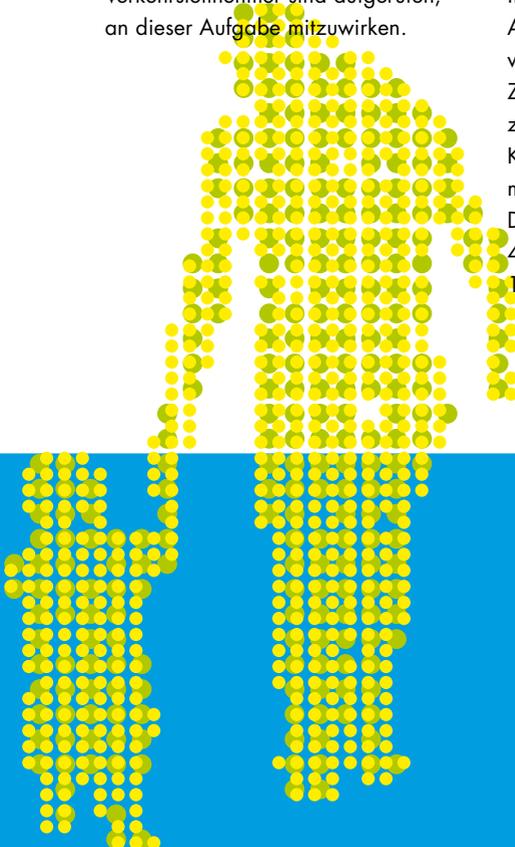
# HALLO KIDS!

## DVR-Angebote für die jüngsten Verkehrsteilnehmer

Pro Jahr verunglücken mehr als 30.000 Kinder auf Deutschlands Straßen, 150 davon tödlich – erschreckende Zahlen. Kinder sind keine „kleinen Erwachsenen“: Sie verhalten sich anders, sind oft unberechenbar und außerdem viel schwerer sichtbar als die Großen. Sie können komplexe Situationen noch nicht überblicken und sind auf besonderen Schutz angewiesen. Egal ob Eltern, Erzieher oder Lehrer – alle erwachsenen Verkehrsteilnehmer sind aufgerufen, an dieser Aufgabe mitzuwirken.

### Informationen für Eltern und Kindergärten

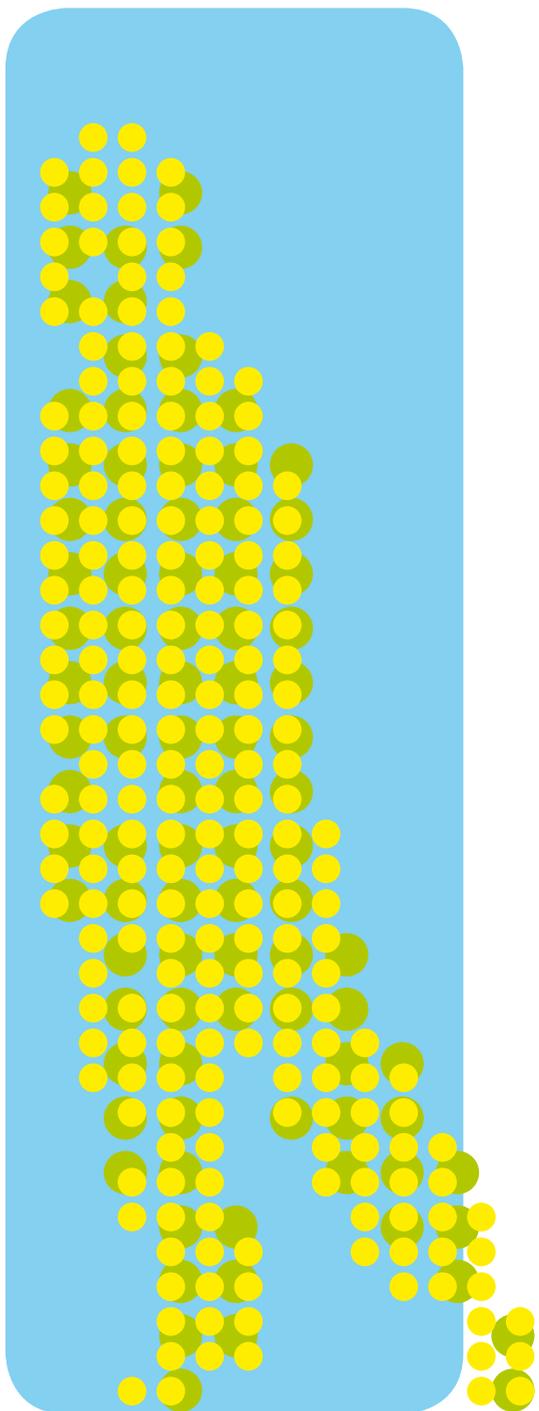
Mit dem Programm „Kind und Verkehr“ leistet der DVR seit Jahren einen wichtigen Beitrag zur Sicherheit von Kindern im Straßenverkehr. Etwa 800 speziell ausgebildete Moderatoren bringen den Eltern von Kindergartenkindern und den Erzieherinnen und Erziehern die Inhalte des Programms in kostenlosen Veranstaltungen näher. Auch die begleitenden Medien werden unentgeltlich abgegeben. Zahlreiche Tipps und Ratschläge zeigen, was man tun kann, um die Kinder fit für den Straßenverkehr zu machen. Jahr für Jahr erreicht der DVR mit diesem Angebot in rund 4.000 Veranstaltungen knapp 100.000 Teilnehmer.

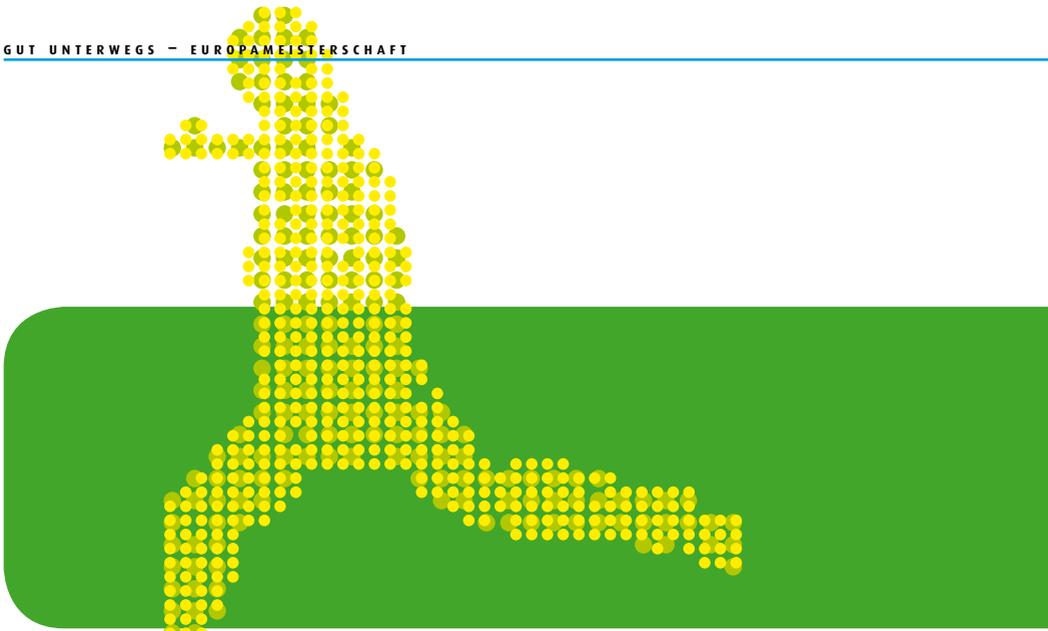


## „Geschnallt?!“ – Mit dem Gürteltier unterwegs

Besonders gefährdet sind Kinder im Auto; mehr als die Hälfte der im Straßenverkehr getöteten Kinder unter sechs Jahren kommt bei einem Unfall als Mitfahrer im PKW ums Leben. Mit der von der EU unterstützten Kampagne „Gordan das Gürteltier“ wendet sich der DVR daher direkt an die Kinder, um bei ihnen die Anschnallquote zu erhöhen. Die Erwachsenen finden in der Broschüre „Geschnallt?!“ wichtige Hinweise zum Kauf und zur richtigen Nutzung von Kindersitzen.

Auf der Internetseite [www.gordan-online.de](http://www.gordan-online.de) gibt es alle Informationen als Download und ein Computerspiel zum Thema „Anschnallen“ für die großen und kleinen Autofahrer. Informationen zum sicheren Schulweg ergänzen die Angebote des DVR für Kinder, Eltern und Erzieher.





Die Fußball-Europameisterschaft 2008 ist das herausragende Sportereignis des Jahres. Wie alle derartigen Großveranstaltungen ist sie nicht nur eine sportliche, sondern auch eine verkehrstechnische Herausforderung. Zehntausende Fans werden die Mannschaften in die Alpen begleiten. Da ist auf den Autobahnen ebenso wie auf dem Spielfeld Fair play und Rücksichtnahme gefragt.

### **Zeigt Rasern die Rote Karte!**

Überhöhte Geschwindigkeit ist die Unfallursache Nummer Eins in Deutschland. Etwa ein Drittel aller schweren Verkehrsunfälle sind auf zu schnelles Fahren zurückzuführen. Der DVR legt daher seit Jahren einen Schwerpunkt darauf, über die ver-

hängnisvollen Folgen nicht angepasster Geschwindigkeit aufzuklären. Der Erfolg ist greifbar: Seit Jahren sinkt die Zahl der Verkehrstoten in Deutschland. Gerade dies aber spornt dazu an, in den Bemühungen nicht nachzulassen.

Die gemeinsame Jahresaktion des DVR und der Berufsgenossenschaften unter dem Motto „Raser kommen nicht an“ demonstriert mit Plakaten, Infoblättern, Schulungsmaterialien, Pressemappen und eine interaktive Audio-CD-ROM, wie man die eigene Geschwindigkeit stets der Verkehrssituation anpasst und ans Ziel kommt, ohne sich oder andere zu gefährden. 2007 folgt die Schwerpunktaktion „Kein Platz für Kreuze“, die sich gezielt den Unfallrisiken auf Landstraßen widmet. Und auch 2008 ist das Thema Geschwindigkeit unverändert

# EUROPAMEISTER- SCHAFT 2008

Sicher unterwegs im Reiseverkehr

aktuell. „Runter vom Gas!“ heißt die im März gestartete Kampagne des Bundesverkehrsministeriums und des DVR. Die dargestellten Bildmotive zeichnen sich durch hohe Emotionalität aus – sie sollen aufrütteln, zum Nachdenken anregen, Verhaltensänderungen bewirken.

## Mit kühlem Kopf ans Ziel

Ruhe und Gelassenheit sind generell das oberste Gebot im Reiseverkehr. Dies gilt auch für das Einhalten des richtigen Sicherheitsabstandes. Fair play bedeutet, die anderen Verkehrsteilnehmer zu respektieren und sie nicht unnötig in Gefahr zu bringen. Gerade bei Staus und stockendem Verkehr ist Souveränität und vorausschauendes Fahren gefordert – Hektik hilft da nicht weiter.

*Und schließlich gilt hinter dem Steuer ebenso wie im Sport: Hände weg von Drogen jeder Art! Über 20.000 Unfälle mit Personenschäden pro Jahr gehen in Deutschland allein auf übermäßigen Alkoholkonsum zurück. In Zusammenarbeit mit den Berufsgenossenschaften hat der DVR in den vergangenen Jahren daher immer wieder Kampagnen gegen Alkohol und Drogen im Straßenverkehr gestartet. Dazu zählen jüngst etwa die Initiative PUR gegen Alkohol und Drogen bei der Arbeit oder das entschiedene Eintreten für ein Alkoholverbot für Fahranfänger.*





Der DVR erarbeitet Strategien, wie die Sicherheit durch eine richtige Wartung der Fahrzeuge und durch technische Weiterentwicklungen erhöht werden kann, und macht die Verkehrsteilnehmer über öffentlichkeitswirksame Kampagnen damit vertraut.

# DEUTSCHER SERVICETAG: RUND UMS AUTO GUT BEDIENT

Technik im Dienst der Sicherheit



Dazu gehört beispielsweise die „Initiative Reifensicherheit“, eine Gemeinschaftsaktion des DVR, seiner Mitglieder und weiterer Partner. Expertenteams prüfen kostenlos Profiltiefe, Luftdruck und Alter der Reifen und motivieren die Autofahrer dazu, eine solche Prüfung regelmäßig selbst vorzunehmen. Ergänzt werden diese Aktivitäten von der Initiative „PRO Winterreifen“.

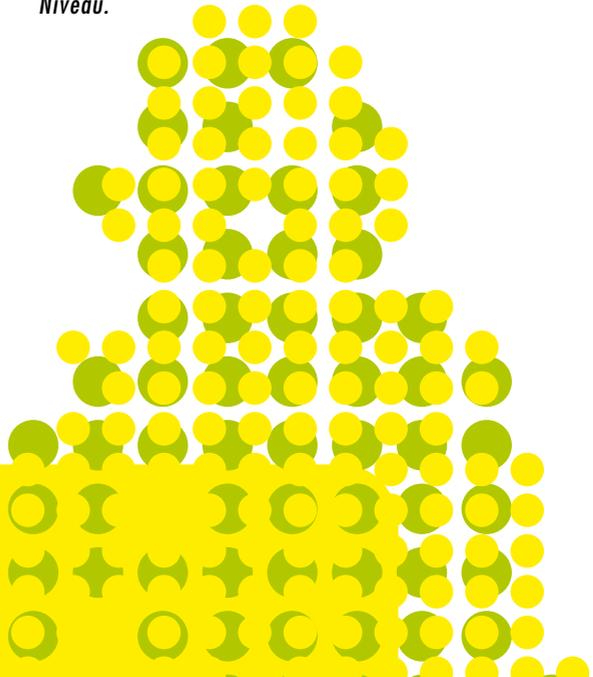
Auch technische Innovationen sucht der DVR zu fördern. Seit 2006 informiert die Kampagne „*Bester Beifahrer*“ die Autofahrer über das Sicherheitspotenzial moderner Fahrer-Assistenz-Systeme. Ob Spurwechselassistent, Spurverlassenswarner oder automatischer Abstandsregler – all diese Systeme tragen dazu bei, die Verkehrssicherheit spürbar zu verbessern.

### **Seit Jahren etabliert: DVR-Sicherheitstrainings und Sicherheitsprogramme**

Technik ist nur ein, wenn auch wichtiges, Hilfsmittel. Im Zentrum des Verkehrsgeschehens steht der Mensch. Sein Verhalten ist das entscheidende sicherheitsrelevante Kriterium. Was nützen beispielsweise gute Bremsen, wenn viele Autofahrer nicht wissen, wie man richtig bremst? An diesem Punkt setzen die Sicherheitstrainings und Sicherheitsprogramme des DVR an.

Unter der Anleitung erfahrener Trainer lernen die Verkehrsteilnehmer anhand von praktischen Übungen und moderierten Gesprächen die richtigen Verhaltensweisen für kritische Situationen. Ausweich- und Bremsmanöver auf verschiedenen Untergründen oder die Fahrtechnik in der Kurve werden ebenso eingeübt wie Strategien, gar nicht erst in gefährliche Lagen zu kommen.

*Modernste Technik und die souveräne Beherrschung des Fahrzeugs – das Zusammenspiel beider Komponenten gewährleistet Sicherheit auf hohem Niveau.*



# IMPRESSUM



Deutscher  
Verkehrssicherheitsrat e.V.

## Herausgeber

Deutscher Verkehrssicherheitsrat e.V.  
Beueler Bahnhofplatz 16  
53222 Bonn

Telefon: +49 (0)2 28/4 00 01-0  
Telefax: +49 (0)2 28/4 00 01-67  
E-Mail: [dvr-info@dvr.de](mailto:dvr-info@dvr.de)

## Konzeption und Gestaltung

Hansen Kommunikation GmbH, Köln

## Druck

berle:druck, Kaarst-Büttgen



Deutscher  
Verkehrssicherheitsrat e.V.

[www.dvr.de](http://www.dvr.de)

initiative deutscher  
**servicetag**

[www.deutscher-servicetag.de](http://www.deutscher-servicetag.de)

**Runter vom Gas!**

[www.runter-vom-gas.de](http://www.runter-vom-gas.de)

## Mit Sicherheit gewinnen

Gewinnen Sie ein Pkw-Sicherheitstraining. Unter allen Einsendern verlosen wir 20 Gutscheine für ein Pkw-Sicherheitstraining nach Standards des Deutschen Verkehrssicherheitsrates e.V.

Die Gutscheine können bei allen Trainingsanbietern, die Sicherheitstrainings nach den DVR-Standards anbieten, eingelöst werden. Eine Übersicht über die Trainingsanbieter und weitere Informationen zum Pkw-Sicherheitstraining finden Sie unter [www.dvr.de](http://www.dvr.de).

Einsendeschluss ist der 15. Oktober 2008. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Eine Barablösung des Preises ist nicht möglich.

**Viel Glück!**

**GUT UNTERWEGS**  
DAMIT SIE SICHER ANKOMMEN

## Gewinnspielfrage

**Wie viele Meter legt ein müder Fahrer zurück, wenn ihm bei Tempo 100 für nur eine Sekunde die Augen zufallen?**

- A 15 Meter**
- B 27 Meter**
- C 60 Meter**

**Die richtige Antwort ist**

**Antwort**

**GUT UNTERWEGS**  
DAMIT SIE SICHER ANKOMMEN

**Absender**

Vorname / Name

Straße

PLZ / Ort

Bitte ausreichend  
frankieren

**Deutscher Verkehrssicherheitsrat e.V.**  
**Beueler Bahnhofplatz 16**  
**Postfach 300 355**  
**53222 Bonn**

