

Sehen und gesehen werden!

Gerade nachts und auch in der dunklen Jahreszeit ist die gute Erkennbarkeit eines jeden Verkehrsteilnehmers besonders wichtig. Und auch die persönliche Sehleistung ist ein nicht zu unterschätzender Faktor der Verkehrssicherheit.

Leider gibt es aber immer noch viel zu viele Verkehrsunfälle mit schweren Folgen und teilweise sogar tödlichen Verletzungen, die auf die genannten Faktoren zurückzuführen sind.

Es ist medizinisch erwiesen, dass die Sehfähigkeit mit zunehmendem Alter nachlässt und ein 35-Jähriger schon die doppelte Lichtmenge benötigt, um wie ein 20-Jähriger sehen zu können.

Wir nehmen rund 90 Prozent aller relevanten Informationen im Straßenverkehr über das Auge auf!

Nachts beträgt unsere Sehleistung allerdings nur etwa 5 Prozent der Tagessehkraft!

Deshalb empfehlen wir jedem Verkehrsteilnehmer, sei es Fußgänger, Radfahrer oder Kraftfahrzeugführer, in eigenem Interesse regelmäßig die Sehkraft überprüfen zu lassen.

Wichtig für Fußgänger

Für Fußgänger ist es während der dunklen Jahreszeit und nachts besonders wichtig, dass sie von anderen Verkehrsteilnehmern frühzeitig und gut gesehen werden können.

- Tragen Sie deshalb möglichst immer helle und auffällige Kleidung.
- Überqueren Sie die Fahrbahn immer an Ampeln oder gut beleuchteten Fußgängerüberwegen und nutzen alle möglichen Querungshilfen.



- Rechnen Sie immer damit, dass andere Verkehrsteilnehmer Sie, besonders auch bei schlechtem Wetter, übersehen können.
- Machen Sie sich als Freizeitsportler (Jogger) im öffentlichen Verkehrsraum durch Warnwesten oder Reflexbänder sichtbar.
- Kinder sollten ebenfalls durch Kleidung mit Reflexstreifenausstattung oder reflektierende Anhänger geschützt werden. Denken Sie auch beim Schulranzen an eine gut sichtbare Ausstattung!

Wichtig für Radfahrer

Das Fahrrad entwickelt sich zunehmend vom Freizeitfahrzeug zum täglichen Verkehrsmittel. Auch für Radfahrer kann Erkennbarkeit überlebenswichtig sein.

- Statten Sie Ihr Fahrrad verkehrssicher mit allen erforderlichen und funktionsfähigen Beleuchtungseinrichtungen und Reflektoren aus.
- Tragen Sie Kleidung mit Reflexausstattung bzw. eine Warnweste über der Oberbekleidung.
- Bei älterer Lichtanlage an Ihrem Fahrrad empfehlen wir Ihnen, einen Austausch gegen eine aktuelle, hellere Anlage in Erwägung zu ziehen.
- Unabhängig von den Lichtverhältnissen kann ein Fahrradhelm Sie vor schweren Verletzungen schützen und ist unbedingt empfehlenswert.



Wichtig für Kraftfahrzeugfahrer

Die dunkle Jahreszeit ist auch für Kraftfahrzeugfahrer keine gefahrlose Jahreszeit. Regen, Schnee, Nebel, frühe und lange Dunkelheit sowie Dämmerung schränken Ihre Sicht häufig ein. Nässe, Laub und Winterglätte verlängern die Bremswege und erhöhen das Risiko eines Unfalls.