



## Ablenkung im Strassenverkehr So bleiben Sie fokussiert

Ablenkung und Unaufmerksamkeit sind die häufigsten Unfallursachen im Strassenverkehr. «Hände weg von Handy, Navi und Co.» lautet deshalb die Devise – egal ob am Steuer, zu Fuss oder auf dem Velo.

Jedes Jahr gibt es rund 1100 Schwerverletzte und 60 Getötete bei Unfällen, die auf Ablenkung und Unaufmerksamkeit zurückzuführen sind. Während der Fahrt kann uns vieles ablenken: Handy, Navi, Radio oder auch das Greifen nach Gegenständen.

Wer abgelenkt ist, braucht länger, um auf eine Gefahr zu reagieren. Multitasking gilt es deshalb zu vermeiden. Besonders das Smartphone gehört in die Tasche, wenn man unterwegs ist. Und das Navi lässt sich auch vor der Fahrt programmieren.

Wer zusätzlich den Verkehr immer aufmerksam beobachtet, kann noch schneller reagieren. Und gibt es trotzdem mal etwas Wichtiges zu erledigen: kurz an einem sicheren Ort anhalten.

Übrigens: Aufmerksamkeit lohnt sich für alle Verkehrsteilnehmenden. Das Smartphone lenkt auch auf dem Velo, auf dem Töff oder zu Fuss ab.

Mehr zum Thema «Ablenkung» im [Ratgeber](#) auf [bfu.ch](#)

### Die wichtigsten Tipps

- **Multitasking vermeiden**
- **Handy in der Tasche lassen**
- **Verkehr im Blick behalten**
- **Navi im Auto vor der Fahrt programmieren**
- **Wenn Sie während der Fahrt etwas Wichtiges erledigen müssen: kurz anhalten**