

Ein GoalZERO - Sicher pendeln



Das Konzept GoalZERO beinhaltet, alle Bereiche unseres Lebens sicher zu machen; hierzu gehört auch das Pendeln, d.h. der Weg zur Arbeit und wieder zurück.

Ganz gleich in welchem Teil der Welt Sie leben, für uns alle gilt, dass wir irgendwie zur Arbeit kommen müssen. In der Regel pendeln wir mit dem:

- Auto
- Zug
- Bus
- Fahrrad
- oder zu Fuß

GoalZERO

Mit dem Auto zur Arbeit

Zahlen und Fakten aus dem *Weltbericht zur Sicherheit im Straßenverkehr 2015*⁽¹⁾:

- Jedes Jahr sterben weltweit 1,25 Millionen Menschen auf der Straße
- Das Ziel der neu verabschiedeten *Agenda 2030 für nachhaltige Entwicklung* ist, diese Zahl bis zum Jahr 2020 zu halbieren
- Autounfälle sind weltweit die häufigste Todesursache bei der Gruppe der 15-29-Jährigen
- Jedes Jahr erleiden 50 Millionen Menschen Verletzungen ohne Todesfolge bei Unfällen im Straßenverkehr
- Ablenkung beim Autofahren ist eine der Hauptursachen für Verkehrsunfälle



(1) Weltgesundheitsorganisation, 2017

So gelingt GoalZERO beim Autofahren!

Blick auf die
Straße richten



Hände am
Steuer

Anschnallen*

Genug Zeit einplanen

*In Fahrzeugen immer anschnallen, auch in öffentlichen Verkehrsmitteln und Taxis.



Wachsam bleiben

- Züge können jederzeit aus beiden Richtungen kommen und nähern sich oft sehr leise. Daher sollten Sie an den Bahngleisen oder in Bahnhöfen stets alle Warntafeln und Warnhinweise beachten und besonders vorsichtig sein, wenn Sie Kopfhörer oder Handys benutzen.

Abstand zur Bahnsteigkante halten

Beachten Sie farblich markierte oder mit Rippen-/Noppenplatten versehene Bereiche an der Bahnsteigkante und halten Sie beim Ein- und Ausfahren des Zuges mindestens 1 m Abstand.

Im Zug gut festhalten

- Halten Sie sich an Griffstangen oder Sitzen fest und beachten Sie die Ansagen des Zugführers oder Zugbegleiters

Vorsicht Stufe!

- Vorsicht beim Einsteigen bzw. Aussteigen – achten Sie auf die Lücke zwischen Zug und Bahnsteigkante

Keine lebensgefährlichen Abkürzungen nehmen

- Folgen Sie den Hinweisschildern und Markierungen. Diese zeigen an, wo die Gleise sicher überquert werden können. Die Gleise an anderen Stellen zu überqueren, ist sowohl gefährlich als auch rechtswidrig.

Mit dem Bus zur Arbeit

Wenn Sie auf den Bus warten...

- Nicht auf die Straße oder vor den Bus stellen – der Fahrer könnte Sie übersehen oder evtl. nicht rechtzeitig abbremsen.
- Nicht vergessen: Wenn Fahrgäste an einer Haltestelle warten, hält der Bus immer an – Sie müssen den Bus daher nicht per Handzeichen zum Anhalten bringen.
- Halten Sie ausreichend Abstand zur Straße, wenn der Bus kommt. Und versuchen Sie nie, in einen fahrenden Bus einzusteigen.

Wenn Sie im Bus sind...

- Halten Sie Fahrkarte oder Fahrgeld griffbereit.
- Setzen Sie sich gleich hin oder halten Sie sich gut fest, wenn Sie stehen müssen. Überlassen Sie Ihren Sitzplatz älteren Menschen und Menschen mit Behinderung.
- Setzen Sie sich nach vorne, falls Mitfahrende Sie belästigen sollten.

Wenn Sie im Auto sitzen...

- Vorsicht, wenn Sie an einem haltenden Bus vorbeifahren
- Achten Sie immer auf aussteigende Personen
- Immer die Verkehrs- und Warnzeichen beachten
- Bedenken Sie, dass Busse schnell und häufig stoppen können



Mit dem Fahrrad zur Arbeit

Fahren Sie, falls vorhanden, auf den ausgewiesenen Radwegen. Hier fahren Sie am sichersten.

- Fahren Sie immer mit Helm.
- Achten Sie darauf, dass Sie und Ihr Fahrrad sichtbar sind; tragen Sie helle und/oder reflektierende Kleidung. Benutzen Sie Ihre Klingel, um andere Verkehrsteilnehmer bei drohenden Gefahren zu warnen.
- Achten Sie auf Fußgänger und Autos.
- Seien Sie beim Radfahren immer besonders aufmerksam und fühlen Sie sich auch auf Radwegen nicht zu sicher! **Als Radfahrer haben Sie keine Knautschzone...**

Folgende Tipps gelten speziell für das Radfahren auf der Straße.

- In den meisten Regionen müssen sich Radfahrer, die auf der Straße fahren, ebenso an die Straßenverkehrsregeln halten wie Autofahrer. Halten Sie daher an roten Ampeln und Stopp-Schildern immer an.
- Verhalten Sie sich eindeutig und berechenbar, indem Sie genau anzeigen, was Sie vorhaben. Schauen Sie sich um, ehe Sie die Spur wechseln und fahren Sie immer in einer geraden Spur
- Immer in Fahrtrichtung und nicht entgegen dem Verkehr fahren.
- Lassen Sie Ohr-/Kopfhörer zuhause, damit Sie herankommende Fahrzeuge hören können.
- Achten Sie auf die Straßenverhältnisse, um zu vermeiden, dass Sie das Gleichgewicht verlieren oder fallen



Sehen und gesehen werden: Machen Sie sich für Autofahrer sichtbar

- Tragen Sie Kleidung in hellen/leuchtenden Farben und mit reflektierenden Materialien und überqueren Sie die Straße an einer gut beleuchteten Stelle.
- Halten Sie beim Überqueren der Straße ausreichend Abstand zu Bussen, Hecken, parkenden Autos oder anderen Hindernissen, damit Autofahrer Sie sehen können

Mitdenken und wachsam sein: Vermeiden Sie gefährliche Verhaltensweisen

- Benutzen Sie immer den Bürgersteig. Ist kein Fußweg vorhanden, gehen Sie entgegen der Fahrtrichtung
- Gehen Sie nie davon aus, dass Autos anhalten werden. Suchen Sie immer den Blickkontakt mit dem Fahrer und achten Sie nicht nur auf das Fahrzeug
- Verlassen Sie sich nicht ausschließlich auf die Fußgängerampel. Schauen Sie trotzdem immer nach links und rechts, bevor Sie die Straße überqueren
- Achten Sie an Parkplätzen und Parkbuchten entlang der Straße immer auf Motorgeräusche oder Rückscheinwerfer von Autos

Vorsicht an Fußgängerüberwegen: Erst sehen, dann gehen

- Überqueren Sie die Straße möglichst immer an ausgewiesenen Fußgängerüberwegen oder Kreuzungen
- Beachten Sie Verkehrszeichen und Ampelphasen
- Vor dem Überqueren nach links und rechts schauen und auf abbiegende Autos achten
- Vor dem Überqueren sicherstellen, dass wirklich ALLE zu überquerenden Fahrspuren frei sind
- Beim Überqueren der Straße keine Kopfhörer tragen und keine Handy-Gespräche führen



Achte auf die Signale

Vorbereitungsscheckliste



WAS KANN PASSIEREN?

WELCHE VORKEHRUNGEN MUß ICH TREFFEN?

ARBEITE ICH SICHER?

Fokus – Von Anfang bis Ende