

## Sicherheitstipp

April 2014

### Mit dem Velo sicher unterwegs

Fortbewegungsmittel und Sportgerät, ökologisch und ökonomisch zugleich: das Fahrrad.

Über drei Millionen Schweizerinnen und Schweizer sind damit unterwegs und machen gleichzeitig etwas für die Gesundheit. Immer mehr nutzen auch ein E-Bike, um ans Ziel zu gelangen. Leider verletzen sich jährlich in der Schweiz über 800 Radfahrerinnen und Radfahrer schwer, rund 35 sterben an den Unfallfolgen.

Befolgen Sie deshalb diese Tipps zu Ihrer Sicherheit:



- Rüsten Sie Ihr Fahrrad gemäss den gesetzlichen Vorschriften aus; insbesondere die Sichtbarkeit in der Nacht, bei Dämmerung, Nebel und Regen ist sehr wichtig.
- Tragen Sie einen gut sitzenden Velohelm, der der Norm EN 1078 entspricht.
- Vergewissern Sie sich vor dem Abbiegen und Überqueren respektive bei Einmündungen, dass Sie von den Lenkenden anderer Fahrzeuge gesehen werden. Machen Sie immer einen Kontrollblick.

Zusatztipps für E-Bikerinnen und E-Biker:



- Wählen Sie ein E-Bike mit einer Tretunterstützung, die Ihrem Fahrkönnen entspricht.
- Falls Sie Ihr herkömmliches Fahrrad zu einem E-Bike aufrüsten, bedenken Sie die erhöhten Belastungen. Lassen Sie sich im Fachhandel beraten.
- Seien Sie sich der längeren Anhaltewege bewusst, insbesondere, wenn Sie Kinder transportieren.
- Andere Verkehrsteilnehmende unterschätzen die Geschwindigkeit von E-Bikes. Fahren Sie deshalb defensiv. Mit eingeschaltetem Licht werden Sie zudem besser gesehen.

Weitere Informationen und Broschüren zu Radfahren und E-Bikes finden Sie auf [www.bfu.ch](http://www.bfu.ch).

bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung  
Hodlerstrasse 5a  
CH-3011 Bern  
Tel. +41 31 390 22 22  
Fax +41 31 390 22 30  
[info@bfu.ch](mailto:info@bfu.ch)  
[www.bfu.ch](http://www.bfu.ch)