

# ADAC

## Schulweg-Ratgeber.

Zur Vorbereitung der Kinder auf die selbstständige Teilnahme am Straßenverkehr.

➤ Mit Felix & Frieda sicher unterwegs!



## > Liebe Eltern,

der erste Schultag läutet für die ABC-Schützen nicht nur den Beginn eines neuen Lebensabschnitts ein, mit ihm beginnt auch die aktive und regelmäßige Teilnahme am Straßenverkehr. Wie immer ist aller Anfang schwer und die Kinder sind daher besonders gefährdet.

Dem können insbesondere die Eltern vorbeugen, indem sie den ersten Alleingang lange vor Schulbeginn mit ihren Kleinen trainieren.

Die Schulanfänger sind nämlich aufgrund ihres Entwicklungsstandes den komplexen Situationen des Straßenverkehrs nicht gewachsen und schnell überfordert.

Alleine schon aufgrund ihrer geringen Körpergröße fehlt ihnen vielfach der nötige Überblick und sie werden leicht übersehen. Erwachsene sollten ruhig einmal in die Hocke gehen und so den Straßenverkehr aus Sicht der Kinder erleben.

Auch sollte man immer daran denken, dass die Kleinen wegen ihrer kurzen Beine mehr Schritte benötigen und somit auch länger zum Überqueren einer Fahrbahn brauchen.

Kinder sehen und hören in diesem Alter auch anders. Ihr Gesichtsfeld ist deutlich eingeschränkt, was insbesondere dazu führt, dass sie seitlich nahende Gefahren nicht so wie Erwachsene »aus den Augenwinkeln« erkennen können. Geräusche können noch nicht sicher unterschieden werden. Und die Richtung zu bestimmen, aus der ein Geräusch kommt, ist gänzlich unmöglich.

Man sieht, wie benachteiligt die Kinder sind, wenn es darum geht, aus dem »Geräuschesalat« wichtige, manchmal sogar lebenswichtige Geräusche herauszufiltern.

Wenn ein Schulanfänger noch nicht rechts und links unterscheiden kann, so ist das ganz normal, denn dies können Kinder erst mit etwa 10 Jahren leisten.



*Die Verkehrsdetektive Felix und Frieda, unter anderem bekannt aus der ADAC Motorwelt, begleiten durch den Ratgeber*

Kinder haben aber auch eine »lange Leitung«. Für das Reagieren in einer nicht zu schwierigen Situation benötigen sie die 2,5 – 3fache Zeit eines Erwachsenen.

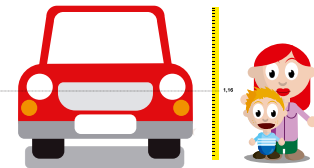
Viele Gefahren werden außerdem durch die starke Ablenkbarkeit und Spontantät der Kinder heraufbeschworen. Zusätzlich sind die Kleinen noch sehr ichbezogen. Sie denken, wenn ich das Auto sehe, dann sieht es auch mich.

Der ADAC rät auch, Kinder erst nach der schulischen Radfahrausbildung mit dem Fahrrad in die Schule fahren zu lassen. Kinder lernen zwar frühzeitig und schnell, rein spielerisch ihr Fahrrad zu beherrschen, wenn ihre volle Konzentration auf diese Tätigkeit gerichtet ist. Werden sie aber mit unvorhergesehenen, ungeübten und unbekanntem Situationen und Aufgaben konfrontiert, so zeigen sich bei Kindern im Grundschulalter noch sehr schnell Überforderungen. Auch komplexere Fahrmanöver, wie zum Beispiel das Linksabbiegen, bereiten noch Probleme.

Kinder sollten deshalb so spät wie möglich mit dem Fahrrad am Straßenverkehr teilnehmen, das heißt erst dann, wenn sie mehrere Handlungen gleichzeitig verrichten und auch auf mehrere Dinge gleichzeitig achten können. Dies lernen sie in der schulischen Radfahrausbildung, in der Regel in der 3. und 4. Klasse.

Die Vorbereitung auf den Schulweg ist eine wichtige und verantwortungsvolle Aufgabe der Eltern, die viel Zeit, Geduld und Einfühlungsvermögen erfordert.

Wir haben deshalb für Sie diesen Ratgeber zusammengestellt. Er soll typische Gefahrensituationen aufzeigen und Tipps zur Vorbereitung der Kinder auf eine selbstständige Teilnahme am Straßenverkehr geben.



**Ihr ADAC**



## > Zu Fuß unterwegs.

Das Überqueren einer Fahrbahn an ungesicherten Stellen ist die Hauptunfallursache bei Fußgängern auf dem Schulweg.

Schulanfänger sind besonders betroffen, denn sie müssen erst lernen, mit diesen gefährlichen Verkehrssituationen zurecht zu kommen. Besonders schwierig ist dies für jüngere und kleinere Kinder, wenn parkende Autos am Fahrbahnrand stehen und die – ohnehin eingeschränkte – Sicht versperren.

Auch die noch nicht voll entfaltenen visuellen und auditiven Wahrnehmungsfähigkeiten erschweren den Schulanfängern zusätzlich die Orientierung im Straßenverkehr.

Aber auch vermeintlich sichere Übergänge können Gefahrenstellen sein. Der Zebrastreifen ist eine geeignete Hilfe für Kinder, die Fahrbahn zu überqueren. Dennoch ist auch hier besondere Aufmerksamkeit geboten. Die Überquerungsabsicht soll deutlich, z. B. per Handzeichen, angezeigt werden und gleichzeitig muss das Kind den Autofahrer beobachten: Hat er mich gesehen? Wird er anhalten?

Auch die Verkehrsinsel, Querungshilfe genannt, hilft Kindern, die Fahrbahn zu überqueren. Sie gewährt dem Fußgänger jedoch keinen Vorrang vor den Autos. Vielmehr teilt sie die Fahrbahn in zwei Teile, so dass beim Überqueren nur ein Richtungsverkehr beachtet werden muss.

## TIPP: Übung macht den Meister!

- Den künftigen Weg zur Schule oder auch zur Bushaltestelle sollten Sie mit Ihrem Kind schon lange vor dem ersten Schultag immer wieder praktisch üben und besprechen. Wichtig ist es, dies nach Möglichkeit auch zu den üblichen Schulwegzeiten, also so wirklichkeitsnah wie möglich zu tun, das heißt nicht an Wochenenden und nicht zu Ferienzeiten.
- Begleiten Sie Ihr Kind auch noch längere Zeit nach dem Schulanfang und kontrollieren Sie später ab und zu, ob es sich noch so verhält, wie Sie es mit ihm geübt haben oder ob zum Beispiel Ablenkungen von anderen Kindern ausgehen. Überprüfen Sie auch den Schulweg regelmäßig auf neue Gefahrenstellen wie zum Beispiel Baustellen.
- Seien Sie sich Ihrer Vorbildrolle bewusst und gehen Sie immer mit gutem Beispiel voran. Loben Sie Ihr Kind und machen Sie ihm nicht unnötig Angst. Versuchen Sie einmal einen Rollentausch: Ihr Kind bringt Sie zur Schule und erklärt Ihnen die Gefahrenstellen. Dadurch erkennen Sie besser, was Ihr Kind schon verinnerlicht hat und wo noch Probleme auftreten.
- Übrigens: Der kürzeste Schulweg ist nicht immer der sicherste. Kleine Umwege können oft einen hohen Sicherheitsgewinn bringen.
- Erklären Sie Ihrem Kind, dass es auch an gesicherten Übergangsstellen, wie zum Beispiel an Zebrastreifen oder an Ampelanlagen, vorsichtig sein muss.
- Üben Sie, die Absichten im Verkehr durch Handzeichen deutlich zu machen. Erklären Sie, wie wichtig der Augenkontakt für die Verständigung im Straßenverkehr ist.

Lesen Sie dazu Seite 20

Lesen Sie auch  
Seiten 16-17

Weitere Infos Seite 19





## ➤ Einmal Schule hin und zurück.

Der Weg morgens zur Schule birgt andere Risiken und Gefahrenquellen als der Weg mittags nach Hause. Am Morgen haben Kinder noch Anlaufschwierigkeiten und es fällt ihnen oft schwer, sich auf das Verkehrsgeschehen zu konzentrieren. Nach Schulschluss sind sie besonders aktiv, wollen sich nach dem langen Sitzen bewegen und ihre Schulerlebnisse »verdauen«. Nachlassende Aufmerksamkeit ist die Folge.

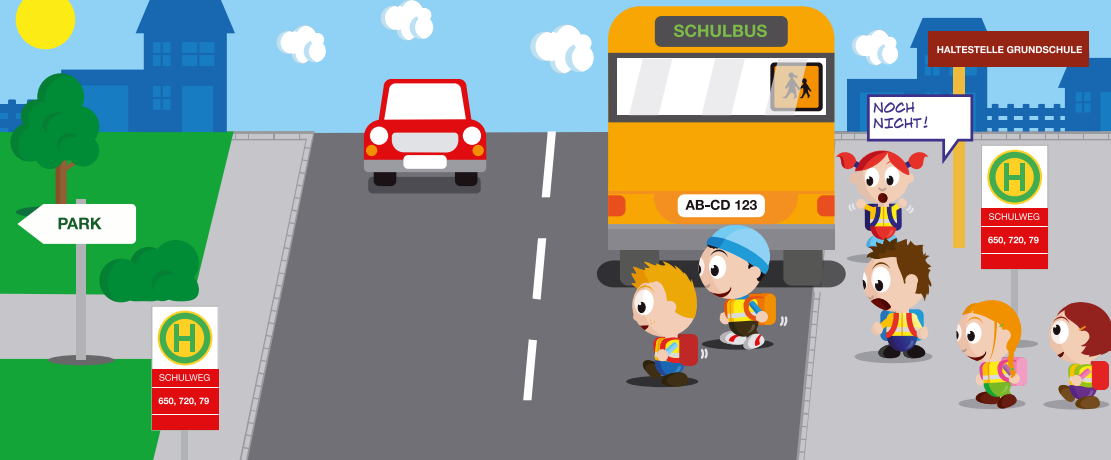


### TIPP: Genügend Zeit einplanen!

- Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind rechtzeitig losgeht. So lassen sich Fehler aufgrund von Zeitmangel vermeiden.
- Lassen Sie Ihr Kind nach Möglichkeit nicht alleine zur Schule oder nach Hause gehen, besonders nicht in abgelegenen Gegenden.
- Unterstützen Sie Ihr Kind, indem Sie ihm helfen, Weggemeinschaften zu bilden. Organisieren Sie zusammen mit anderen Eltern und Kindern Abholketten und begleiten Sie Ihr Kind bis zum ersten Treffpunkt und holen Sie es von dort wieder ab.
- Achten Sie darauf, dass der Schulranzen den DIN-Vorschriften entspricht, kein zu hohes Leergewicht hat und nicht zu schwer bepackt wird. Er sollte nicht mehr als ein Zehntel des kindlichen Körpergewichts betragen.
- Überprüfen Sie von Zeit zu Zeit den Inhalt des Schulranzens und besprechen Sie mit Ihrem Kind, welche »unnötigen« Gegenstände weggelassen werden können.



*Lesen Sie auch unsere Tipps zu Frühstück und Pausenbrot auf den Seiten 14-15*



## ➤ Bus und Bahn fahren.

Die öffentlichen Verkehrsmittel und der Schulbus sind in der Regel sehr sichere Verkehrsmittel. Dennoch kann für Kinder auch im Bus ein Verletzungsrisiko bestehen. Oft fehlen die notwendigen kindgerechten Haltevorrichtungen. Muss ein Busfahrer plötzlich bremsen, ist ein Sturz bei den Kindern, die stehen, vorprogrammiert.

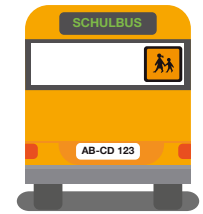
Viele Gefahren lauern auch an den Haltestellen. Die Wartezeit wird zum Spielen oder Toben verwendet und das eingeübte Verhalten leicht vergessen.

Die Hauptgefahrenquelle ist jedoch das Überqueren der Fahrbahn unmittelbar vor oder hinter dem Bus. Hier werden die Kinder sehr leicht übersehen.

Kinder verlassen meist in Grüppchen den Bus oder die Bahn und sind dabei oft in ein Gespräch, ein Spiel oder auch eine Streiterei vertieft. Die Gefahren auf der Straße werden in dieser Situation manchmal gar nicht wahrgenommen.

### TIPP: Richtig trainieren!

- Auch bei der Benutzung des Schulbusses und der öffentlichen Verkehrsmittel gilt: Vorher üben! Trainieren Sie mit Ihrem Kind das richtige Benutzen der Verkehrsmittel. Erklären Sie Ihrem Kind, warum es so wichtig ist, sich wenn möglich zu setzen oder sich gut festzuhalten, wenn man steht.
- Auch für den Schulweg mit Bus oder Bahn sollte Ihr Kind das Haus rechtzeitig genug verlassen, um die Haltestelle ohne Eile zu erreichen. Stehen Kinder unter Zeitdruck und haben Angst, den Bus oder die Bahn zu versäumen, kann dies zu gefährlichen unüberlegten Reaktionen führen.
- Erklären Sie Ihrem Kind, warum es gefährlich ist, an der Haltestelle zu toben, zu raufen oder Ähnliches. Die Kinder sollen auch deutlichen Abstand zum heranfahrenden Bus oder zur Bahn halten, nicht gegen die Türen drücken und beim Einsteigen nicht drängeln.
- Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber, dass der Busfahrer durch lautes Schreien, durch Streitereien, Rangeleien und andere Vorfälle abgelenkt wird.
- Erinnern Sie Ihr Kind immer wieder daran, die Fahrbahn erst zu überqueren, wenn der Bus bzw. die Straßenbahn abgefahren sind.
- Wenn Ihnen Mängel bei der örtlichen Schülerbeförderung auffallen oder Sie Verbesserungsvorschläge haben, wenden Sie sich an die Schulleitung und den Elternbeirat. Beim ADAC erfahren Sie, wie Sie als Eltern bewirken können, dass die Schulbushaltestellen mit geringem Aufwand sicherer gemacht werden können.
- Wenn Sie Ihr Kind mit dem Auto zur Schule bringen oder abholen müssen, dann sollten Sie nie im Bereich von Haltestellen parken oder warten. Beachten Sie alle Halte- und Parkverbote. Sie behindern sowohl die Busse als auch die ein- und aussteigenden Kinder. Warten Sie nie auf der gegenüberliegenden Straßenseite, denn dadurch verleiten Sie die Kinder dazu, ohne zu schauen über die Straße zu laufen.



*Adressen finden Sie auf der Rückseite dieser Broschüre*



## ➤ Im Auto mitfahren.

Obwohl die Kinderunfälle im Straßenverkehr tendenziell rückläufig sind, liegen sie noch immer auf einem sehr hohen Niveau. Besonders gefährdet sind Kinder, die ungesichert oder nur mangelhaft gesichert als Mitfahrer im Auto sitzen, und zwar zumeist im Fahrzeug der eigenen Eltern.

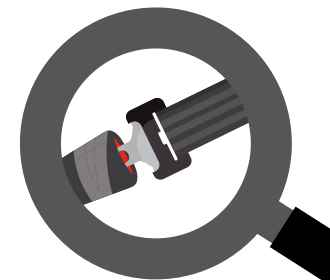
Der Gesetzgeber schreibt vor: „Kinder bis zum vollendeten 12. Lebensjahr, die kleiner als 150 cm sind, dürfen in Kraftfahrzeugen auf Sitzen, für die Sicherheitsgurte vorgeschrieben sind, nur mitgenommen werden, wenn Rückhalteeinrichtungen für Kinder genutzt werden, die amtlich genehmigt und für das Kind geeignet sind.“ Im Handel dürfen nur noch Rückhaltesysteme angeboten werden, die den europäischen Sicherheitsbestimmungen entsprechen. Diese sind am ECE-Prüfzeichen erkennbar (ECE-44/03 und -44/04 oder R129).

Ein Verstoß gegen diese Pflicht kostet 60 € Bußgeld und einen Punkt in Flensburg. Bei mehreren ungesicherten Kindern im Auto werden sogar 70 € und ein Punkt fällig.

Kinder, die größer sind als 150 cm oder älter als zwölf Jahre, benötigen keine speziellen Kindersitze mehr. Für sie gilt ebenso wie für Erwachsene die Sicherungspflicht mit dem Gurt. Wird der Sicherheitsgurt nicht angelegt, droht ebenfalls ein Verwarngeld.

## TIPP: Kinder vorschriftsmäßig sichern!

- Fahren Sie Ihr Kind nur in Ausnahmefällen zur Schule und wieder nach Hause. Jeder von uns sollte – besonders im Hinblick auf unsere Kinder – versuchen, unnötigen Verkehrslärm und zusätzliche Abgas-Emissionen zu vermeiden. Darüber hinaus tut Kindern die Bewegung auf dem Schulweg gut. Und nicht zuletzt nehmen Sie, wenn Sie Ihr Kind immer zur Schule fahren, in Kauf, dass es erst sehr viel später selbstständiges Verhalten im Straßenverkehr erlernt.
- Lassen Sie Ihr Kind bereits ein wenig davor aus- oder einsteigen. Ihr Kind kann ein Stück des Weges mit den anderen Kindern zu Fuß gehen.
- Halten Sie zum Ein- und Aussteigen wenn möglich immer auf der Straßenseite, auf der die Schule liegt, so dass Ihr Kind die Straße nicht überqueren muss. Lassen Sie Kinder grundsätzlich auf der Gehwegseite ein- und aussteigen.
- Die Ergebnisse der jährlichen ADAC Kindersitztests zeigen, dass es für jede Gewichtsklasse und für jedes Alter gute Kindersitze gibt. Achten Sie stets darauf, dass der Kindersitz vorschriftsmäßig eingebaut und auch das Kind richtig angeschnallt ist. Dies gilt auch, wenn Sie fremde Kinder mitnehmen. Gehen Sie vor allem mit gutem Beispiel voran: Fahren Sie selbst nie ohne Gurt.
- Prägen Sie Ihrem Kind ein, dass es sich auch dann vorschriftsmäßig sichern muss, wenn es bei anderen im Auto mitfährt.
- Sollten Sie zum Beispiel eine Fahrgemeinschaft bilden, so gilt: Nehmen Sie nur so viele Kinder im Auto mit, wie Sie auch vorschriftsmäßig sichern können.
- Anstelle des Einsatzes von Sitzerrhöhungen empfiehlt der ADAC einen vollwertigen Kindersitz.



### Achtung!

Bei einem Aufprall von 50 km/h werden nicht gesicherte Kinder mit einer Wucht nach vorne katapultiert, die dem 25fachen ihres Körpergewichts entspricht und einem Sturz aus dem 4. Stockwerk gleichkommt. Ihr Verletzungsrisiko ist im Vergleich zum gesicherten Kind 7-mal höher.



## ➤ Sehen und gesehen werden.

### Aktion!

Um den Schutz der Schulanfänger in ganz Deutschland zu verbessern, entschied der ADAC, alle 750.000 Erstklässler eines Jahrgangs zu Beginn der dunklen Jahreszeit an ihren Schulen kostenlos mit neuen Sicherheitswesten auszustatten – finanziert von ADAC Stiftung „Gelber Engel“ und namhaften Unterstützern. Die modischen Westen mit den leuchtenden Verkehrsdetektiven Felix und Frieda wurden dafür neu entwickelt. Die reflektierenden und strapazierfähigen Westen schützen nicht nur auf dem Schulweg, sondern auch in der Freizeit.

Wir alle sehen bei Dunkelheit schlechter, auch wenn wir es nicht wahrhaben wollen. Die Sehschärfe wird dann nämlich um bis zu 90% reduziert. Entfernungen und Geschwindigkeiten heran nahender Fahrzeuge können schlechter beurteilt werden. Fußgänger und auch Radfahrer werden von den Autofahrern besonders schlecht gesehen.

Im Winter verunglücken auf dem morgendlichen dunklen Schulweg doppelt so viele Kinder wie im Sommer. Sie verunglücken in der dunklen Jahreszeit oft nur deshalb, weil sie von den Autofahrern nicht oder zu spät gesehen werden. Erschwerend kommt hinzu, dass Kinder glauben, wenn sie das beleuchtete Auto sehen können, werden auch sie selbst gesehen. Der Autofahrer jedoch erkennt das Kind oft erst im letzten Augenblick.



### TIPP: Sichtbarkeit bringt Sicherheit!

- Kleiden Sie sich und Ihr Kind bei schlechten Sichtverhältnissen immer hell, um so einen Kontrast zur dunklen Umgebung zu schaffen. Bedenken Sie: Die Sicherheit hängt im Wesentlichen von der Sichtbarkeit ab.
- Verwenden Sie die Kinder-Sicherheitswesten oder befestigen Sie zusätzlich an der Kleidung Ihres Kindes Reflektoren. Besonders wirksam sind auch solche Reflektoren, die an einem Bändchen zum Beispiel unten am Schulranzen befestigt sind und so von allen Seiten zu sehen sind.
- Achten Sie beim Kauf von Jacken, Anoraks, Schuhen und Ähnlichem darauf, dass reflektierendes Material bereits eingearbeitet ist und Ihr Kind somit von Weitem »leuchtet«.
- Kaufen Sie nur Schulranzen, welche die DIN-Norm erfüllen.

DIN 58124 beschreibt die Anforderungen an Verkehrssicherheit, Gebrauchstauglichkeit und körperliche Gestaltung. Danach muss der Ranzen für die bessere Sichtbarkeit auch am Tag mit genügend fluoreszierendem Material (mindestens 20% der sichtbaren Fläche, erlaubt sind die Farben orange-rot und gelb) und retroreflektierenden Materialien (10% der Vorder- und Seitenflächen) ausgestattet sein.

### Wichtig!

Helle Kleidung und Reflektoren sind sehr wichtig und können Leben retten. Hier nur ein Beispiel: Ein dunkel gekleidetes Kind kann im Abblendlicht frühestens aus 25 m Entfernung wahrgenommen werden. Trägt es helle Kleidung, sind es bereits 40 m. Warnwesten oder Reflektoren, die an der Kleidung des Kindes angebracht sind oder baumeln, lassen es auf 130 m bis 140 m »leuchten«.





## ➤ Fit und gesund.

Viele Kinder bewegen sich zu wenig. Sie sitzen statt dessen vor dem Fernseher und vor dem Computer. Besonders ausgeprägt ist dies bei Großstadtkindern, da ihnen vielfach Spielflächen und Spielkameraden fehlen. Auch der Trend zur Ein-Kind-Familie fördert diese Entwicklung.

Durch diesen Bewegungsmangel kann es zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen, wie zum Beispiel Übergewicht und Haltungsschäden, kommen.

Durch regelmäßige körperliche Bewegung und Sport werden viele Bewegungsabläufe trainiert. Durch einfache Ballspiele wird zusätzlich die Wahrnehmungsfähigkeit verbessert.

Lern- und Leistungsfähigkeit und damit auch Konzentration sind im Straßenverkehr lebenswichtig und eng mit Ernährung und Gesundheit verbunden.

Durch gesunde, ausgewogene Ernährung entwickeln Kinder von selbst im Laufe der Zeit ein gesundheitsförderndes Ernährungsverhalten und stellen somit die Weichen für das Verhalten als Erwachsene. Gehen Sie auch hier mit gutem Beispiel voran.

## TIPP: Frischer Körper, wacher Kopf!

### Immer in Bewegung bleiben.

- Fördern Sie den natürlichen Bewegungsdrang Ihres Kindes durch bewegungsorientierte Freizeitaktivitäten.
- Geben Sie Ihrem Kind Gelegenheit, Sportangebote von Vereinen oder anderen Organisationen anzunehmen.
- Bringen Sie Ihr Kind nur in Ausnahmefällen mit dem Auto zur Schule oder zu Freizeitaktivitäten.

### Fit in den Tag starten.

- Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind ausgeschlafen ist. Wecken Sie es früh genug, damit es sich nicht abhetzen muss.
- Lassen Sie Ihr Kind den Tag mit einem gesunden Frühstück beginnen und leisten Sie oder jemand aus der Familie dem Kind dabei Gesellschaft.
- Tragen Sie am Morgen keine Konflikte aus.

### Pausenbrot und Getränk mitnehmen.

- Geben Sie Ihrem Kind ein Pausenbrot und etwas zu trinken mit.
- Fragen Sie Ihr Kind, was es gerne hätte, dann landet das Pausenbrot auch nicht im Papierkorb: Empfehlenswert sind Vollkornbrot oder -brötchen mit fettarmem Belag, Obst, Milchprodukte, Säfte, Mineralwasser, Früchte- und Kräutertees. Vermeiden Sie Süßigkeiten!
- An einer Reihe von Schulen sind Pausenkioske eingerichtet. Setzen Sie sich über den Elternbeirat dafür ein, dass keine ungesunden Leckereien am Pausenkiosk angeboten werden.







## ➤ Erwachsene als Vorbilder.

Kinder lernen von der Geburt an durch Nachahmung. Es ist deshalb sehr wichtig, dass Erwachsene und insbesondere Eltern stets mit gutem Beispiel vorangehen. Von Kindern wird keineswegs nur erwünschtes, sondern auch unerwünschtes Verhalten beobachtet und dann nachgeahmt.

Schulanfänger verfügen noch kaum über ein Gefahrenbewusstsein. Sie können daher auch Gefahren nicht erahnen, sondern sie erkennen diese zum Teil erst, wenn sie da sind. Dieses egozentrische Weltbild der Kinder ändert sich langsam im Laufe der Grundschulzeit. Die Kinder lernen, Gefahren besser zu erkennen und sich auch besser in andere Verkehrsteilnehmer hineinzuversetzen.

### TIPP: Mit gutem Beispiel voran!

Denken Sie an die wichtige Vorbildrolle, die Sie für Ihr Kind haben. Versuchen Sie, konsequent zu sein. Lassen Sie es zum Beispiel nicht zu, dass Ihr Kind im Auto nicht gesichert wird, weil ja »nur« ein paar Meter zu fahren sind. Kinder brauchen eine klare Linie, an der sie sich orientieren können.

Kinder lassen sich auch sehr leicht ablenken, so dass Erlerntes in den Hintergrund gerät. Daher kann nur gut eingeübtes, automatisiertes Verkehrsverhalten und konsequentes Vorbildverhalten die Sicherheit der Kinder im Straßenverkehr erhöhen. Egal ob Sie zu Fuß, als Rad- oder Autofahrer unterwegs sind, gehen Sie stets mit gutem Beispiel voran und erklären Sie Ihrem Kind immer Ihr Verhalten.

### Fußgänger

- Nehmen Sie Ihr Kind bei der Hand und lassen Sie es auf der dem Straßenverkehr abgewandten Seite gehen.
- Benutzen Sie nach Möglichkeit nur gesicherte Übergänge, auch wenn dies einen kleinen Umweg bedeuten kann.
- Bleiben Sie stehen, ehe Sie die Fahrbahn überqueren. Schauen Sie nach links, dann nach rechts und abermals nach links. Gehen Sie erst, wenn alles »frei« ist. Zeigen Sie Ihren Querungswunsch mit Handzeichen an.
- Gehen Sie niemals bei Rot über die Ampel. Erklären Sie Ihrem Kind die Ampel auch aus der Sicht eines Autofahrers.
- Überqueren Sie die Straße immer erst, nachdem der Bus oder die Straßenbahn abgefahren sind.



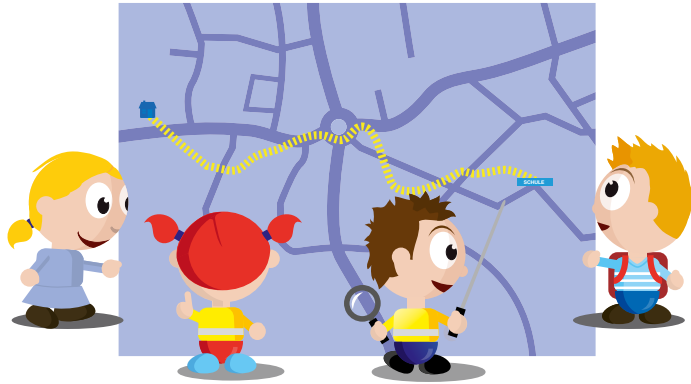
### Radfahrer

- Halten Sie sich auch als Radfahrer an die Verkehrsregeln.
- Fahren Sie mit Helm, gut sichtbarer Kleidung und einem vorschriftsgemäß verkehrssicheren Fahrrad.
- Benutzen Sie Radwege in der richtigen Richtung, fahren Sie rechts, überholen Sie links und kündigen Sie dies durch Klingelzeichen an.
- Vorsicht beim Spurwechsel und Abbiegen: Zeigen Sie dies frühzeitig und deutlich mit dem Arm an und zwar nachdem Sie sich vergewissert haben, dass frei ist.
- Nur frühzeitige Fahrtrichtungsanzeige macht Ihre Absicht für andere Verkehrsteilnehmer verständlich.
- Nehmen Sie Rücksicht, besonders auf Fußgänger, und halten Sie genug Abstand. Fahren Sie immer hintereinander.



### Autofahrer

- Schnallen Sie sich und Ihr Kind vor Fahrtbeginn an und benutzen Sie die altersgemäß passenden Rückhaltesysteme.



## ➤ Schulweg nach Plan.

Schulwegpläne sind Skizzen der direkten Umgebung von Schulen. Aufgrund von Erfahrungswerten werden in diesen Schulwegplänen die derzeit sichersten Wege zur Schule eingezeichnet. Sie geben damit den Eltern Empfehlungen, welcher Weg zur Schule gewählt werden soll. Dieser Weg ist oftmals nicht der kürzeste, jedoch der mit den wenigsten Gefahrenstellen.

### Überprüfen Sie immer selbst den Schulweg Ihres Kindes auf Gefahrenstellen.

Dies sind nur einige Beispiele für Gefahrenstellen, die auf dem Schulweg Ihres Kindes auftreten können:

- Probleme beim Überqueren der Straße – etwa wegen zu hohem Verkehrsaufkommen.
- Schlechte Sicht wegen parkender Autos, Hecken und Bäumen u. Ä., Kurven oder Kuppen.
- Stark befahrene Radwege entlang des Gehwegs.
- Fehlender, plötzlich endender oder blockierter Gehweg.
- Grundstücksausfahrten, die schwer einzusehen sind.

### Aber auch wenn die Verkehrssituation scheinbar geregelt ist, drohen Gefahren:

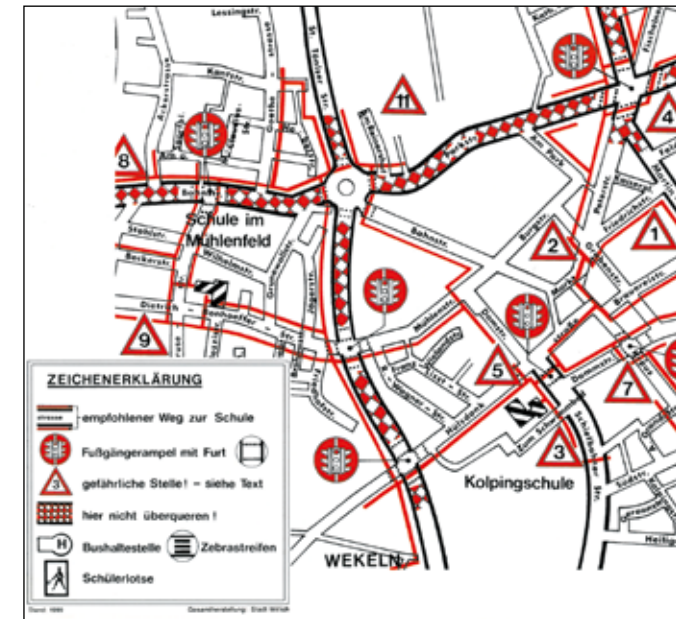
Kinder denken nicht daran, dass die Autofahrer Zebrastreifen übersehen können. Oft machen sie auch ihre Absicht, die Straße überqueren zu wollen, für den Autofahrer nicht deutlich, wie zum Beispiel durch Handzeichen.

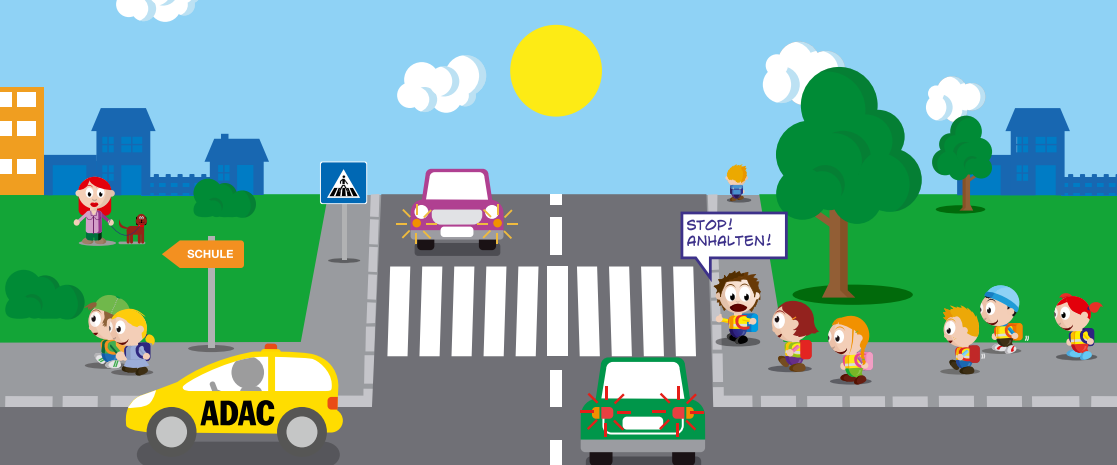
### Ampeln

Nicht selten sind Ampeln so geschaltet, dass es sehr lange dauert, ehe die Fußgänger Grün haben; Kinder haben oft nicht so viel Geduld und überqueren die Straße dann bei Rot. Vielfach ist auch die Grünphase viel zu kurz, weil nicht an die kleinen Kinderschnitte gedacht wurde.

### Wichtig

Auch das richtige Verhalten und Benutzen von Zebrastreifen und Ampeln will gelernt sein und muss wiederholt geübt werden.





## ➤ Gut vorbereitet ans Ziel.

### Den aktuellen Schulwegplan erhalten Sie an der Schule oder bei Ihrer Gemeinde.

Vergleichen Sie dazu die Seiten 4 – 7

- Erkundigen Sie sich rechtzeitig vor Schulbeginn nach dem Schulwegplan.
- Trainieren Sie bereits frühzeitig vor Schulbeginn anhand des Schulwegplans mit Ihrem Kind den ausgewählten Schulweg, idealerweise zu den üblichen Schulzeiten und nicht am Wochenende oder in den Schulferien.
- Melden Sie der Schule eventuelle neue Gefahrenpunkte oder Veränderungen, welche noch nicht in den Plan aufgenommen sind.
- Sollte es keinen Schulwegplan geben, sprechen Sie dies beim Elternabend an.
- Befragen Sie auch andere Eltern nach dem Schulweg ihrer Kinder.

### Für die Wahl des richtigen Schulwegs gibt es folgende Faustregeln:

- Kinder sollen möglichst selten Fahrbahnen – besonders vielbefahrene – überqueren müssen.
- Lässt sich dies nicht vermeiden, sollen die Fahrbahnen möglichst nur an Kreuzungen und Einmündungen überquert werden. Bei starkem Verkehr möglichst an Ampeln, Zebrastreifen, durch Unterführungen und an Stellen, wo Schülerlotsen stehen.
- Die empfohlene Straßenseite sollte über einen ausreichend breiten Gehweg verfügen.

### Wichtig!

Verkehrshelfer (Schüler- und Elternlotsen) können entscheidend zu mehr Schulwegsicherheit beitragen. Deshalb appellieren wir an Sie, sich für diese sehr wichtige, ehrenamtliche Aufgabe zu melden, da vielerorts nicht die notwendige Anzahl von Verkehrshelfern vorhanden ist.



# ➤ Mehr Sicherheit für Kinder.

Diese kostenlosen Informationen erhalten Sie bei den auf der letzten Seite aufgeführten Verkehrsabteilungen des ADAC oder unter [www.adac.de/verkehrserziehung](http://www.adac.de/verkehrserziehung) – Rubrik Medien:

- Verkehrsexperten informieren »Mit Kindern unterwegs«
- Flyer »Tote Winkel«
- ADAC Fahrradturnier »Mit Sicherheit ans Ziel«
- »Sicher mit dem Fahrrad«, Infos und Tipps für Jungen und Mädchen
- Elternbroschüre »Sicher unterwegs« für Eltern von Kindern (0 – 3 Jahre)
- Elternbroschüre »Schritt für Schritt« für Eltern von Kindern (3 – 6 Jahre)
- Geschicklichkeitsspiel »Sicher gehen – kinderleicht!«



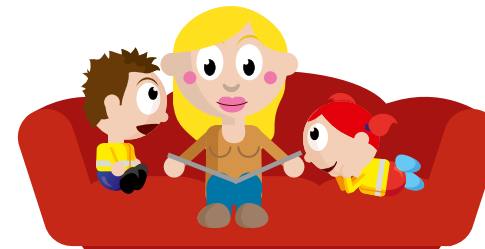
## Kindersicherheit im Auto.

Mehr als ein Drittel der im Straßenverkehr getöteten Kinder unter 6 Jahren verunglückt im Auto. Damit ist die Mitfahrt im Auto zur gefährlichsten Art der Verkehrsteilnahme von Kindern avanciert.

Viele Kinder erleiden schwere Verletzungen, weil ihre Kindersitze nicht vorschriftsmäßig installiert waren oder das Kind nicht richtig angegurtet wurde. Je älter die Kinder sind, desto seltener werden sie vorschriftsmäßig gesichert.

Im Internet stehen unter [www.sicher-im-auto.com](http://www.sicher-im-auto.com) wertvolle Informationen und Tipps zu folgenden Themenschwerpunkten bereit:

- Unfallrisiken und Unfallfolgen für ungesicherte Kinder im Pkw
- Gesetzliche Vorschriften, Überwachung, Sanktionen für die Eltern/Fahrer
- Richtige Platzierung des Kinderrückhaltesystems (KRS) im Fahrzeug
- Sicheres Ein- und Aussteigen
- Beförderung mehrerer Kinder, Fahrgemeinschaften
- Empfehlungen zum Erwerb eines KRS (ADAC Tests)
- Neue technische Entwicklungen (Isofix, i-Size)
- Umgang mit Widerständen von Kindern
- Besonderheiten auf Langstrecken- und Urlaubsfahrten



Für den Schulranzen

Wenn mein Kind \_\_\_\_\_ Hilfe braucht  
(Name des Kindes)

Name \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Telefon 1: \_\_\_\_\_

Telefon 2: \_\_\_\_\_

# Der ADAC ist mit Sicherheit für Sie da!

## **ADAC Berlin-Brandenburg e.V.**

Bundesallee 29 - 30 · 10717 Berlin

## **ADAC Hansa e.V.**

Amsinckstraße 41 · 20097 Hamburg

## **ADAC Hessen-Thüringen e.V.**

Lyoner Straße 22 · 60528 Frankfurt

## **ADAC Mittelrhein e.V.**

Viktoriastraße 15 · 56068 Koblenz

## **ADAC Niedersachsen/Sachsen-Anhalt e.V.**

Lübecker Straße 17 · 30880 Laatzen

## **ADAC Nordbaden e.V.**

Steinhäuserstraße 22 · 76135 Karlsruhe

## **ADAC Nordbayern e.V.**

Äußere Sulzbacher Straße 98 ·  
90491 Nürnberg

## **ADAC Nordrhein e.V.**

Luxemburger Straße 169 · 50939 Köln

## **ADAC Ostwestfalen-Lippe e.V.**

Eckendorfer Str. 36 · 33609 Bielefeld

## **ADAC Pfalz e.V.**

Europastraße 1 · 67433 Neustadt/  
Weinstraße

## **ADAC Saarland e.V.**

Untertürkheimer Straße 39 - 41 ·  
66117 Saarbrücken

## **ADAC Sachsen e.V.**

Striesener Straße 37 · 01307 Dresden

## **ADAC Schleswig-Holstein e.V.**

Saarbrückenstraße 54 · 24114 Kiel

## **ADAC Südbaden e.V.**

Am Predigertor 1 · 79098 Freiburg

## **ADAC Südbayern e.V.**

Ridlerstraße 35 · 80339 München

## **ADAC Weser-Ems e.V.**

Bennigsenstraße 2 - 6 · 28207 Bremen

## **ADAC Westfalen e.V.**

Freie-Vogel-Straße 393 · 44269 Dortmund

## **ADAC Württemberg e.V.**

Am Neckartor 2 · 70190 Stuttgart



## **ADAC e.V.**

Ressort Verkehr  
Verkehrssicherheitsprogramme  
Hansastr. 19, 80686 München  
[www.adac.de/verkehrserziehung](http://www.adac.de/verkehrserziehung)

Illustration: Tom Nassal,  
crosscreative designstudios  
Foto: Matton Images

