

# *Gelassen über unsere Landstraßen.*

Niemand braucht Landstraßen-Monster.



Gemeinsam für null Verkehrstote  
und Schwerverletzte



 Team  
**VISION  
ZERO**



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR VERKEHR

# Willkommen im Team Vision Zero!



Wir – das Team Vision Zero – setzen uns für **null Verkehrstote und Schwerverletzte im Straßenverkehr** ein. Hätten Sie gedacht, dass in Baden-Württemberg jährlich mehr als 350 Menschen auf der Straße tödlich verunglücken und sich über 6.000 schwer verletzen? **55 Prozent davon auf unseren Landstraßen.**

Wir stehen für **Rücksicht und Gelassenheit** auf der Straße und im Umgang miteinander. Denn wir glauben, dass wir gemeinsam mehr können: die besten Bedingungen im rücksichtsvollen Straßenverkehr schaffen. Für alle Mitmenschen.

**UNSER**



**Team**

# **VISION ZERO**

**WÄCHST!**

**Marco Brand,**  
Feuerwehrmann  
aus Marbach  
am Neckar

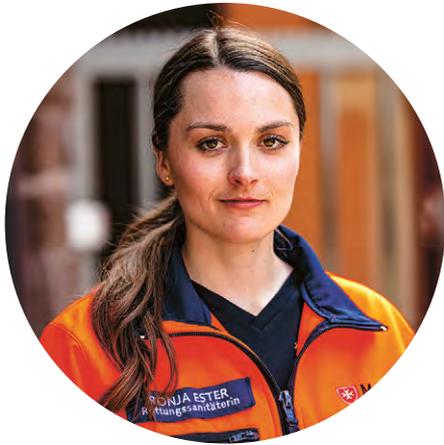
**Ronja Ester,**  
Rettungsanitäterin  
und Feuerwehrfrau  
aus Nürtingen

**Kilian Wieczorek,**  
Feuerwehrmann  
aus Tübingen



# ALLTAGSHELDEN, DIE FÜR EINE GUTE SACHE IM EINSATZ SIND.

Unsere Augenzeugen wissen, was auf den  
Landstraßen los ist.



**Ronja Ester**

„Auf Landstraßen wird gedrängt und überholt, als ob's kein Morgen gäbe. Regelmäßig haut's die Raser:innen aus der Kurve und ich muss sie dann aus dem Graben fischen.“

 [firefighter\\_ronja](#)



**Marco Brand**

„Erschreckend, wie viele Menschen durchs Handy abgelenkt sind.“

 [@marco\\_brand](#)



**Kilian Wiczorek**

„Überhöhte Geschwindigkeit, Alkohol und Drogen sind gerade nachts und am Wochenende häufig die Ursache für schwere Unfälle auf Landstraßen.“

 [kc\\_kilian](#)



## **LANDSTRASSEN SIND DIE GEFÄHR- LICHSTEN STRASSEN.**

Unfälle auf Landstraßen enden oft tragisch. Fast jede:r ist selber schon in kritische Situationen gekommen. Für die Gefahr gibt es unterschiedliche Gründe: schnelles Fahren, Ablenkung und riskantes Überholen. Spätestens wenn dann noch zum Beispiel Alkohol, schlechtes Wetter, Wildwechsel oder Kurven dazukommen, knallt es.

# FAKTEN ZUR LAND-STRASSE:



Die meisten Unfälle passieren auf Landstraßen, die schmaler als

# 6 METER

sind.

# 55 %

aller Getöteten im Straßenverkehr Baden-Württembergs kamen im Jahr 2023 auf Landstraßen ums Leben.



# 18-24 J.

Unfallverursacher:innen sind mehrheitlich junge Pkw-Fahrer:innen. Sie sind eher unerfahren und überschätzen sich oftmals.

Besonders 18- bis 24-jährige Pkw-Fahrer:innen verursachen Unfälle, weil sie von der Fahrbahn abkommen. Dazu führen oft Ablenkung und Müdigkeit.

# Abkommen von der Fahrbahn

# >80 km/h

70 % der besonders schweren Unfälle passieren auf Landstraßen bei mehr als 80 km/h.



# Tempo

Die mit Abstand häufigste Unfallursache ist nicht angepasste Geschwindigkeit.

# ÜBERHOLEN

Überholen führt nicht zu den häufigsten, aber zu den folgenschwersten Unfällen. Dabei wird vor allem die Geschwindigkeit des Gegenverkehrs falsch eingeschätzt oder die Sichtweite ist eingeschränkt.

# Kurven

Besonders schwere Unfallfolgen resultieren aus Kollisionen mit entgegenkommenden Fahrzeugen. Jede vierte davon in Kurven.



Kritische Situationen entstehen, wenn Wild kreuzt oder trotz schlechter Sicht riskant überholt wird. Dann kann oft nicht mehr rechtzeitig reagiert werden.

# FREIWILLIG 80 AUF ENGEN LANDSTRASSEN.

**Schnell zur Arbeit, schnell einkaufen, schnell noch eine Freundin besuchen. Schnell aus der Kurve?**

Die meisten Unfälle geschehen auf Landstraßen. Obwohl nur in 29 % der Unfälle dabei schneller als 80 km/h gefahren wird, resultieren daraus 58 % aller Opfer. Wer freiwillig nur 80 fährt, tut etwas für die Verkehrssicherheit und ist Teil des Team Vision Zero.

Es gibt viele Situationen, in denen es sicherer ist, langsamer zu fahren, als maximal erlaubt ist. Betroffen sind vor allem enge Landstraßen mit einer Fahrbahnbreite von weniger als sechs Metern. Die ohnehin geringe Zeitersparnis durch schnelles Fahren und riskantes Überholen ist – es nicht wert, das eigene und das Leben anderer aufs Spiel zu setzen.

**Also einfach mal runterschalten und freiwillig 80 km/h fahren. Denn weniger Geschwindigkeit bedeutet weniger Gefahr.**

80  
80  
km/h



# BLEIBEN SIE GELASSEN!

Aufgrund des vergleichsweise geringen Verkehrsaufkommens gelten Landstraßen als entspannte Fahrstrecken. Aber Zeitdruck, Ungeduld und ein Kopf voller Sorgen führen zu Stress und

einer unangepassten Fahrweise. Das ist weder gesund noch gut für die Fahrsicherheit.

**Wie machen wir unsere Landstraßen sicherer und kommen gelassener ans Ziel?**

Hier kommen unsere Tipps für mehr Gelassenheit. Alle Tipps finden Sie auf [www.team-vision-zero.de](http://www.team-vision-zero.de)

## PLAYLIST DER GELASSENHEIT

- ▶ Rechtzeitig losfahren. ♥
- ▶ Geduld statt Überholen. ♥
- ▶ Don't drink and drive. ♥
- ▶ Geschwindigkeit runter. ♥
- ▶ Pausen einplanen. ♥
- ▶ Lautstärke runterdrehen. ♥
- ▶ Loslassen, dann losfahren. ♥
- ▶ Angenehme Routen suchen. ♥

# TIPP #1: DIE 5-4-3-2-1-METHODE.

Konkrete Fahrtipps sind schön und gut. Ist das Stresslevel beim Autofahren einfach zu hoch, können Sie mit der 5-4-3-2-1-Methode schon vor der Fahrt mental entschleunigen.



## So geht's:

Suchen Sie sich einen ruhigen Ort, an dem möglichst wenig Ablenkung herrscht. Am besten, Sie setzen sich auf einen Stuhl und ernen Ihre Füße. Lassen Sie Ihren Blick langsamer werden. Ihre Schultern dürfen sanft nach unten sinken.

---

Nehmen Sie nun bewusst **5** Dinge wahr, die Sie sehen.

Dann **4** Dinge, die Sie hören.

Dann **3** Dinge, die Sie spüren.

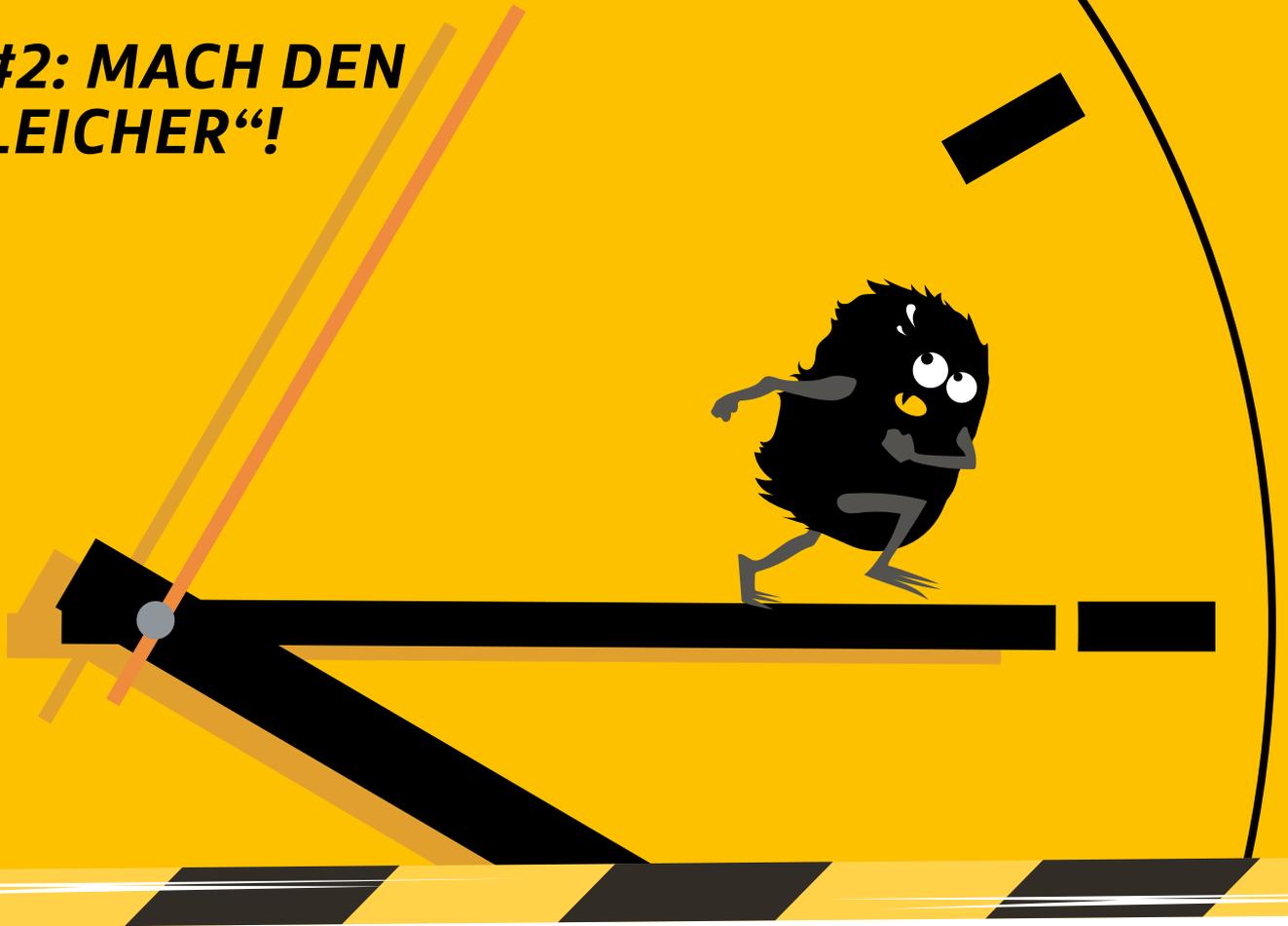
Dann **2** Dinge, die Sie riechen.

Und **1** Sache, die Sie schmecken.

---

Wenn Sie diese Übung regelmäßig machen, merken Sie wahrscheinlich, wie Sie am Steuer gelassener werden.

## TIPP #2: MACH DEN „SCHLEICHER“!



**Wussten Sie**, dass die Zeitersparnis bei Tempo 100 im Vergleich zu Tempo 80 gering ist? Auf zehn Kilometer sind es nur rund eine Minute. Die wartet man schnell mal an der nächsten Ampel. Das bringt's am Ende nicht. Lieber Tempo rausnehmen und entspannt ankommen.

### **Versuch's mal mit Gemütlichkeit:**

- Freiwillig nur 80 km/h fahren
- Generell die Geschwindigkeit immer an die Sicht-, Verkehrs- und Witterungsverhältnisse anpassen
- Nur auf gerader Strecke, mit genug Platz und ausreichender Sicht überholen
- Abstand halten
- Assistenzsysteme wie Tempomat nutzen

# TIPP #3: MITGEFÜHL STATT RUMGEBRÜLL.

Lässig fahren auf der Landstraße ist auch eine Einstellungssache. Wie man zu mehr Mitgefühl und einem positiveren Mindset kommt, können diese Beispiele verdeutlichen:

Versetzen Sie sich einfach in die Situation des:der Fahrenden vor Ihnen. Bestimmt hat er:sie einen guten Grund, langsam und vorsichtig zu fahren.

Beispielsweise, weil

- eine Hochschwangere auf dem Beifahrersitz sitzt.
- ein Haustier nicht angeschnallt oder geschützt ist.
- eine leckere Torte verrutschen könnte.
- eine zerbrechliche Scheibe kaputt gehen könnte.
- der:die Fahrende sich nicht so sicher auf der Landstraße fühlt.

---

(weiteren Grund eintragen)



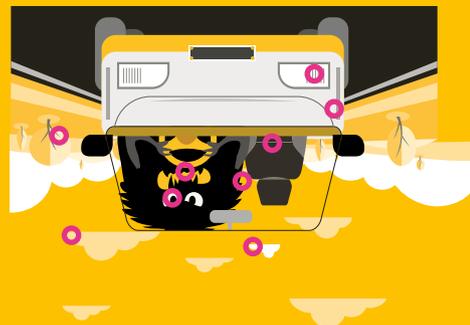
# SPIELERISCH DIE KONZENTRATION FÖRDERN.

Es ist gar nicht so einfach, kleine Details zu erkennen. Suchbilder sind ideal, um die Konzentrationsfähigkeit zu trainieren.

Finden Sie zehn Fehler im rechten Bild:



## Auflösung





**Mehr Informationen unter  
[www.team-vision-zero.de](http://www.team-vision-zero.de)**



Ministerium für Verkehr Baden-Württemberg, Dorotheenstraße 8, 70173 Stuttgart



**Baden-Württemberg**

MINISTERIUM FÜR VERKEHR