

Unterweisungskurzgespräch



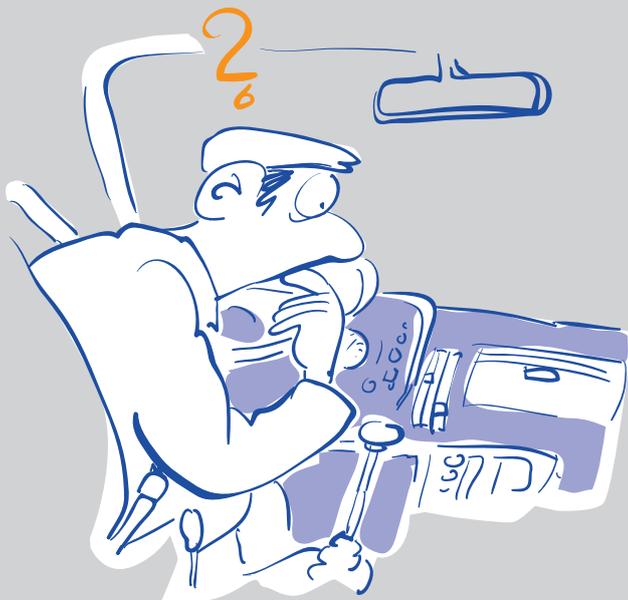
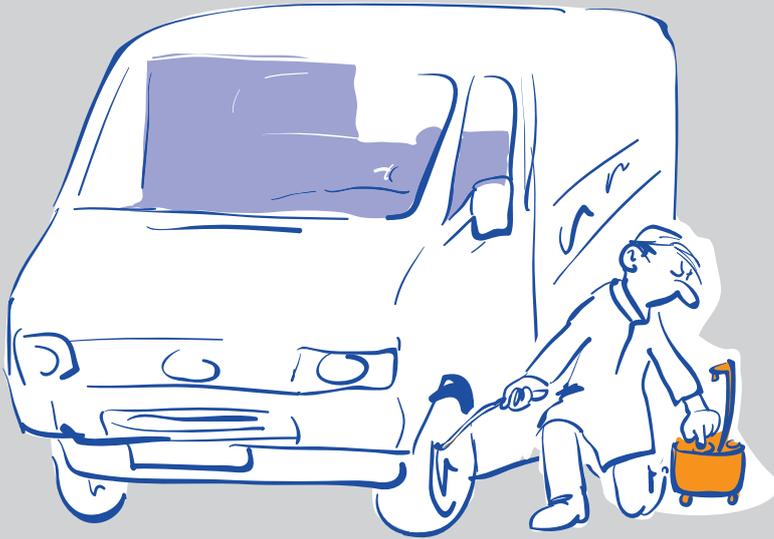
Betriebsfahrten

- Lektion 1: Vor Fahrbeginn
- Lektion 2: Verkehrssituationen
- Lektion 3: Fahrverhalten
- Lektion 4: Sonstige Einflüsse
- Lektion 5: Ausgleich

Informationen für den Unterweisenden
Wissenstest mit Lösung
Dokumentation

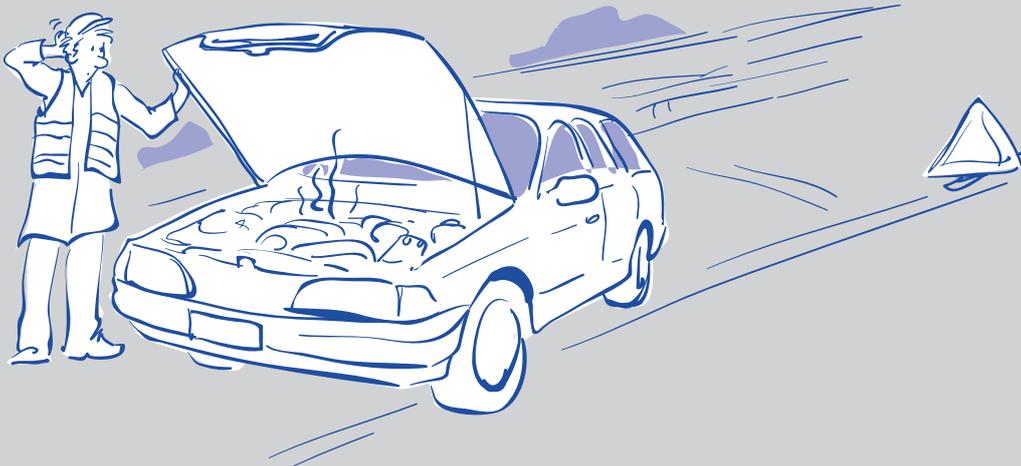
Lektion 1

Vor Fahrbeginn: Was muss ich beachten?



Lektion 2

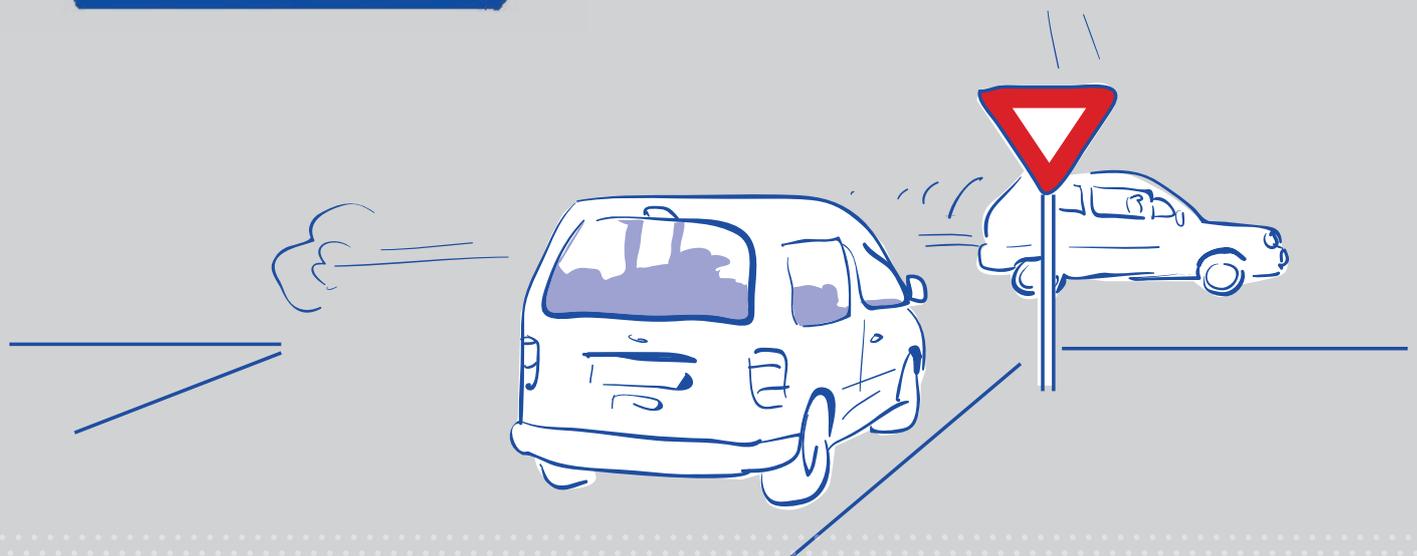
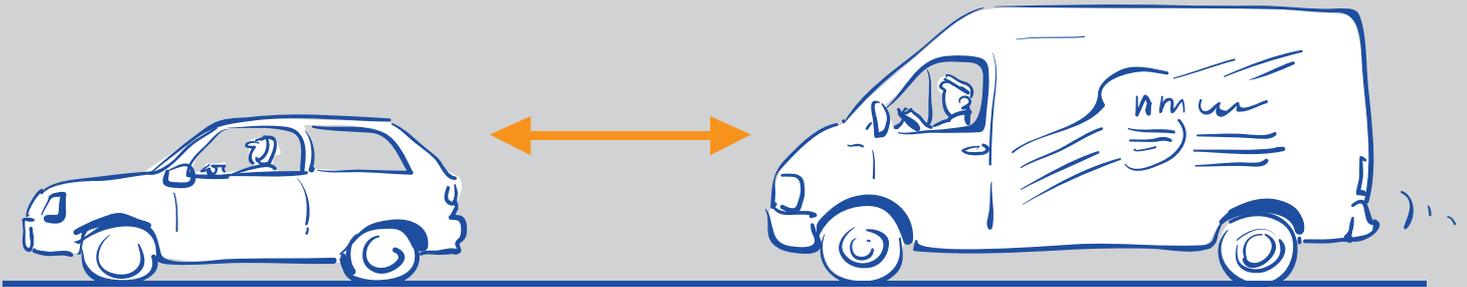
Verkehrssituationen:
Wann wird es gefährlich?



Lektion 3

Fahrverhalten:

Wie kommen ich und andere sicher an?



Lektion 4

Sicher fahren:
Was kann ich tun, was sollte ich lassen?



Telefonieren und Texten



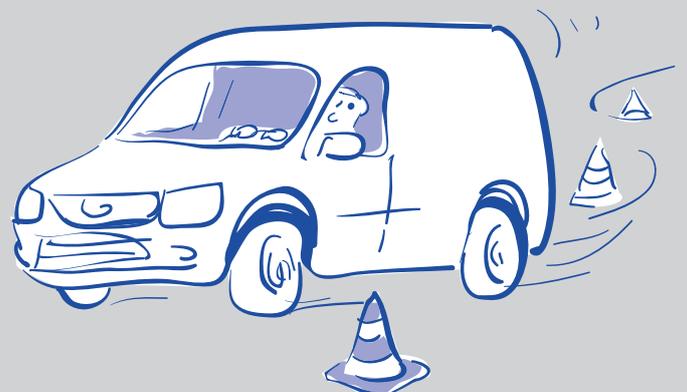
Ablenkung



Zeitdruck



Müdigkeit

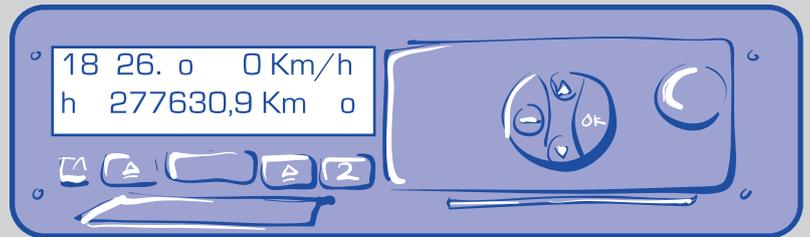


Fahrsicherheitstraining



Lektion 5

Ausgleich: Wie bleibe ich fit und gesund?



Lenk- und Ruhezeiten



Bewegungspausen



Ernährung



Ausgleichssport

Informationen für Unterweisende



- Auf Schäden achten
- Luftdruck und Reifenprofil prüfen
- Mit (fremdem) Fahrzeug vertraut machen
- Auf freie Sicht achten
- Spiegel, Fahrersitz etc. einstellen, Anschnallen
- Ladung sichern
- Warnweste/-dreieck, Verbandkasten/Rettungsweste dabei?



- Fahrverhalten an Witterungsverhältnisse anpassen
- Bei Provokationen anderer gelassen reagieren
- Pannen:
 - Nur im sicheren Bereich halten
 - Warnweste tragen
 - Warndreieck aufstellen



- Ausreichend Abstand halten (halber Tacho)
- Geschwindigkeit an Verkehrsverhältnisse anpassen
- Verkehrsregeln einhalten
- Auf andere Verkehrspartner Rücksicht nehmen



- Ablenkung vermeiden
- Handyverbot während der Fahrt
- Bei Zeitdruck: gelassen bleiben und vorausschauend planen
- Fahrsicherheitstraining: Angebote der BG nutzen
- Bei Müdigkeit: aktive Pausen oder Kurzschlaf einlegen
- Nie unter Einfluss berauschender Mittel (Alkohol, Drogen, evtl. Medikamente) fahren

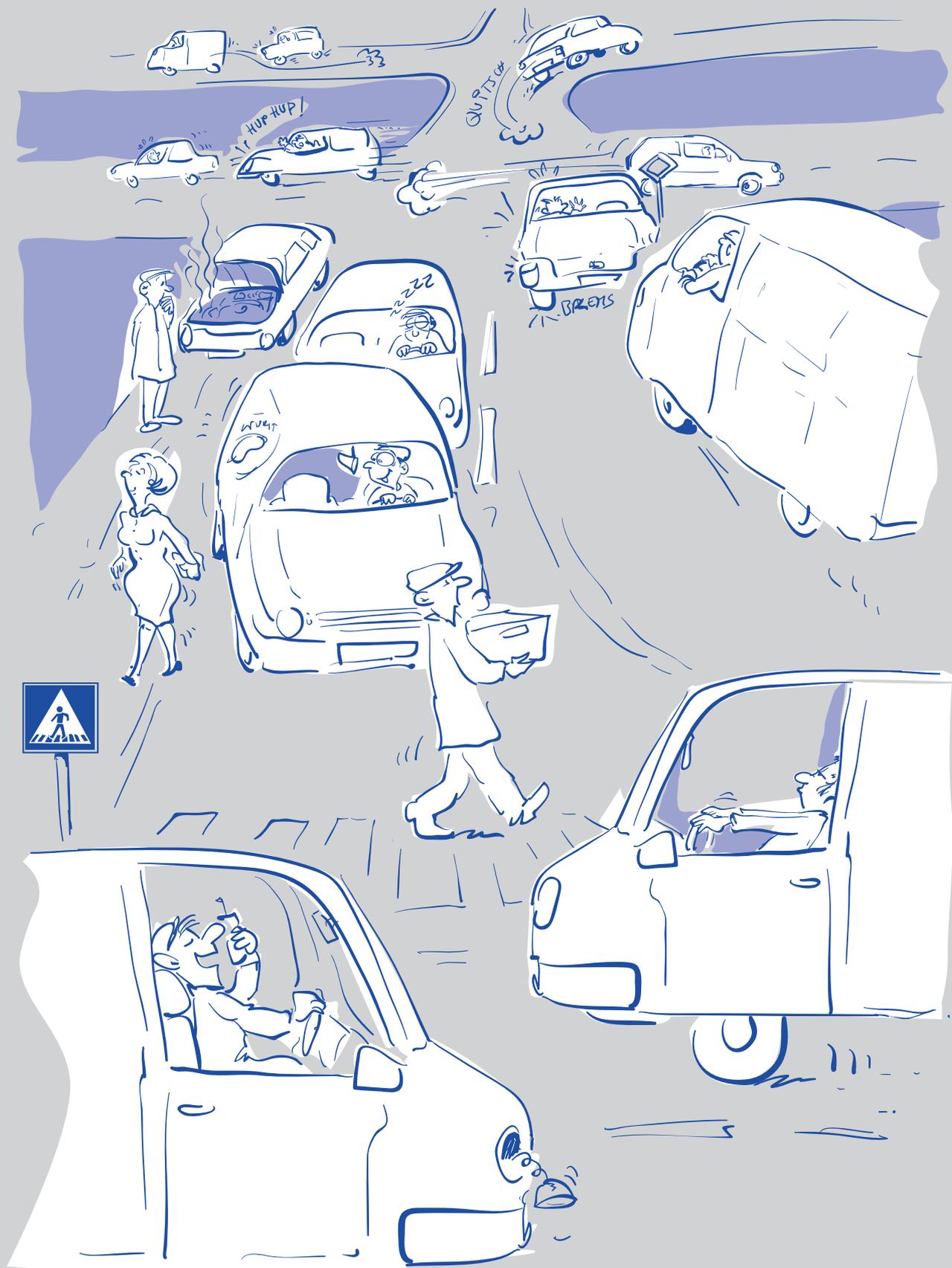


- Lenk- und Ruhezeiten einhalten (Probleme besprechen)
- Aktive Bewegungspausen einlegen (tief durchatmen, Streck- und Dehnübungen)
- Körperliche und geistige Fitness trainieren
- Auf ausgewogene Ernährung achten

Hinweis:
Den besten Effekt erzielen Sie, wenn Sie das Unterweisungskurzgespräch direkt vor Ort führen.



Finde die 11 Fehler



Lösung

Rücksicht
nehmen



Geschwindigkeiten
anpassen



Abstand
halten



Verkehrsregeln
beachten



Bei Übermüdung
Pausen einlegen



Bei Pannen Umgebung
sichern, Warnweste
tragen



Konzentriert
fahren



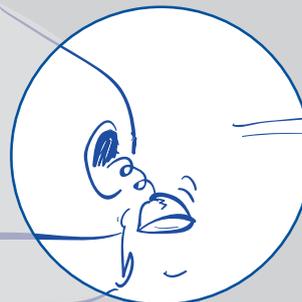
Vor Antritt
der Fahrt Sitz
einstellen



Während der
Fahrt nicht
telefonieren

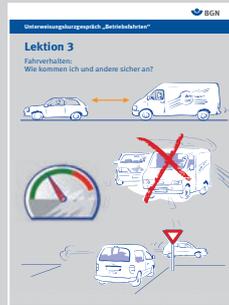
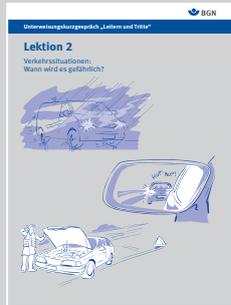


Anschnallen



Vor Antritt der Fahrt
auf offensichtliche
Mängel achten

Dokumentation



Namen und Unterschriften der Teilnehmer

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Unterwiesen durch:

Ort, Datum

Unterschrift