



IG VELO
SCHWEIZ

Verkehrs-Club
der Schweiz

VCS



WENN KINDER RADER BEKOMMEN

Sicher mobil – ein Ratgeber für Eltern von 3- bis 7-jährigen Kindern



Sicher im Sattel!

Velofahrkurse 2006:
www.oekk.ch → ÖKK Club
Gratis für ÖKK Versicherte!
0800 816 816



ÖKK
Öffentliche Krankenkassen
Schweiz

Jung und unkompliziert.

LIEBE
ELTERN



Sie kennen das aus eigener Erfahrung:

Kaum haben Kinder laufen gelernt, blicken sie neugierig zum grösseren «Gspänli» auf dem Dreirad. Kinder lieben Räder: Neun von zehn Dreijährigen leben ihren Bewegungsdrang auch rollend aus. Mit 4 Jahren fährt jedes zweite Kind bereits Velo.

Die Freude des Kindes ist oft mit Fragen oder Sicherheitsbedenken der Eltern verbunden: Welches Fortbewegungsmittel ist dem Entwicklungsstand meines Kindes angepasst? Ab welchem Alter ist das erste Fahrrad sinnvoll? Ab wann dürfen Kinder auf die Strasse?

Diese Broschüre geht darauf ein – mit Informationen und Tipps zum Umgang mit rollenden Spielgeräten und Kinderfahrzeugen, also vom Laufrad bis zum Kindervelo. Sie zeigt auf, wo Kleine im Verkehr überfordert sind und wie wir als Helferin, Grenzensetzer und Vorbild unsere Kinder auf dem Weg zum selbstständigen Mobilsein am besten begleiten.

Franziska Teuscher

Franziska Teuscher

Präsidentin Verkehrs-Club der Schweiz

Kinder sehen, denken, verhalten sich anders als Erwachsene und sind den Gefahren des Strassenverkehrs noch nicht gewachsen. Mit elterlicher Unterstützung können sie sich aber auch auf Rädern austoben. Unsere Tipps für Kinder ab drei Jahren:

- Tipp 1** In den Kindergarten – am besten zu Fuss Seite 7
- Tipp 2** Rennfahrer tragen Helme Seite 8
- Tipp 3** Vom Bobbycar übers Trottinett aufs Velo Seite 9
- Tipp 4** Das erste Velo läuft nicht davon Seite 11
- Tipp 5** Erfahrungen sammeln auf dem Familien-Ausflug Seite 12
- Tipp 6** Bis zum 10. Lebensjahr im Strassenverkehr
oft überfordert Seite 15

Am Ende der Broschüre erfahren Sie mehr über die Verkehrsregeln für Trottinett und Kinderrad und empfehlenswerte Angebote für eine sichere Kindermobilität.

Gut vorbereitet aufs erste Velo



INHALTSÜBERSICHT

Verkehrserziehung bedeutet nicht zuletzt Grenzen setzen,
z.B.: Randstein = Haltstein oder Hauptstrasse = Absteigen vom Rad!



Kinder wollen sich bewegen. Das liegt in ihrer Natur. Grenzen sind ebenso nötig wie die Bewegungsfreiheit innerhalb dieser Grenzen.

Besonders das Spiel mit dem Gleichgewicht ist für eine gesunde Entwicklung äusserst wichtig: Motorische und geistige Fähigkeiten sind eng miteinander verknüpft. Kinder, die regelmässig körperlich aktiv sind, haben mehr Selbstvertrauen und sind geschickter.

Kinder sollten möglichst oft draussen spielen können. Und zu anderen Kindern zu Besuch gehen. Schauen Sie den Spiel- und Bewegungsraum zusammen mit Ihrem Kind genau an und machen Sie mit ihm ab, welche Wege es allein unter die Füsse oder die Räder nehmen darf.

BEWEGUNGSFREIHEIT + MOBILITÄT SERZIEHUNG -
KINDER BRAUCHEN BEIDES

MAMA UND PAPA ALS LERN-MODELL

Kinder lernen vor allem durch Beobachtung und ahmen nach, was sie zu sehen bekommen. Nicht zuletzt das Verhalten von Papa und Mama.

So praktisch das ist, so unangenehm kann es sein: Ihr Kind merkt sofort, ob der Vater den Helm auch für kurze Strecken anzieht, ob die Mutter auch dann am Rotlicht wartet, wenn weit und breit kein Auto kommt, ob Papa ungeduldig wird, wenn der Vordermann an der Ampel trotz Grün nicht gleich losfährt, ob Mama sich immer angurtet.

«Du darfst das nicht, weil du noch zu klein bist» – so zutreffend es oft ist, dieses Argument kommt bei Kindern nicht immer gut an.

Ersparen Sie sich wenn möglich den Erklärungsnotstand. Gerade im Verkehr, wo es besonders viele Regeln gibt, sind wir als Erwachsene gute oder weniger gute prägende Vorbilder.



**Kinder beobachten scharf und ahmen ihre Vorbilder nach –
im Guten wie im Schlechten.**

WISSEN SIE, WAS KINDER SEHEN, HÖREN UND DENKEN?



Lassen Sie sich von kindlichen Fahrkünsten in einem Park oder sonst in verkehrsfreiem Gelände nicht täuschen: Bereits auf dem Trottoir warten ganz andere Anforderungen. Kleine sind im Strassenverkehr ungleich stärker gefährdet als Grosse – nicht nur weil sie klein sind und schneller übersehen werden:

- Bei einem Erstklässler ist das Blickfeld erst zu etwa 70% ausgebildet. Entsprechend lange bleibt ihm ein von links oder rechts herannahendes Auto verborgen.
- Erst mit 10 Jahren können Kinder Geschwindigkeiten annähernd richtig einschätzen. 3- bis 4-jährige erkennen meist nicht, ob ein Fahrzeug steht oder fährt.
- Zwischen dem 3. und dem 7. Lebensjahr vermischen sich Realität und Phantasie: Das Velo ist ein Pferd und die Kinder sind Superman. Als Folge davon nehmen sie Gefahren häufig nicht wahr, wechseln sorglos zwischen Parkanlage, Trottoir und Fahrbahn...
- Kleinere Kinder können Geräusche, die von der Seite und von hinten kommen, noch nicht lokalisieren.
- Das Kind schliesst von sich auf andere: «Aber warum sieht mich der Autofahrer nicht, wenn ich das Auto sehe?» Auch dass Autos einen Bremsweg benötigen, ist ihm nicht bewusst – es bringt ja sein Velo praktisch sofort zum Stillstand.
- Bis zum 5. oder 6. Lebensjahr bemerken Kinder Gefahren erst, wenn sie bereits akut gefährdet sind. Mit etwa acht Jahren hat sich ein vorausschauendes Gefahrenbewusstsein entwickelt. Mit etwa zehn schliesslich sind sie in der Lage, auf ungewohnte Situationen, wie z.B. den Ausfall einer Fussgängerampel, angemessen zu reagieren.



Versetzen Sie sich in die Welt der Kinder – Sie werden staunen, wie schnell es mit dem Überblick nicht mehr weit her ist.



Leise = langsam? Jedenfalls kann das Kind nicht abschätzen, wie schnell das Auto ist. Und geht rasch einmal davon aus, dass auch «das Auto» es gesehen hat.



Kinder reagieren spontan und sind ablenkbar, weil sie sich oft vom Spieltrieb leiten lassen.



Bei einem Erstklässler ist das Blickfeld erst zu etwa 70% ausgebildet.

www.VELOPLUS.ch macht Familien mobil

Ausrüstung für unternehmenslustige Familien

HOME	Fachinformation
Katalog	
Läden	
Wetzikon	
Basel	
Ostermundigen	
Emmenbrücke	 Elchtest - Wie sicher sind Kinderanhänger


www.veloplus.ch



IN DEN KINDERGARTEN - AM BESTEN ZU FUSS

Tipp 1

Verständlicherweise möchten die Kinder ihre rollenden Spielgeräte auch für den Weg in den Kindergarten (1. Klasse, 2. Klasse) benutzen. Die Verkehrsinstruktoren raten davon ab: Die Verkehrserziehung im Kindergarten ist ganz aufs Zufussgehen ausgerichtet. Sie bereitet das Kind mit Tipps und Übungen an Ort und Stelle auf seine neuen Fuss-Wege vor.

Gehen statt rollen ist hier nicht nur die sicherere Variante, sondern auch die spannendere. Die Langsamkeit lässt Zeit zur Verarbeitung der vielen Sinneseindrücke und zur Erforschung der neuen Erlebniswelt, gemeinsam mit den Kameraden. Das Hinbringen und Abholen mit dem Auto mag praktisch sein, bringt das Kind aber um Lebenserfahrungen, die oft zu den prägendsten überhaupt gehören.



Zu Fuss statt auf Rädern zurückgelegt, wird der Kindergartenweg zur Entdeckungsreise auf Schritt und Tritt.

Falsch: Helm verrutscht

Richtig: Helm sitzt – Vorderkante nicht mehr als 2 Fingerbreit über der Nasenwurzel!



Ob im Velo-Kindersitz, im Velo-Anhänger, auf dem Anhängervelo, dem Lauftrad oder dem Velo: Für Kinder ist es besonders wichtig, einen Helm zu tragen, um gefährliche Kopfverletzungen zu vermeiden.

Heute trägt rund die Hälfte der bis 7-jährigen einen Helm, wenn sie auf Rollen oder Rädern unterwegs sind. Am leichtesten lassen sich Möchtegern-Rennfahrer natürlich dann zum Helmtrogen bewegen, wenn Mama und Papa auch hier mit dem guten Beispiel vorangehen.

Aber Achtung: Nur ein gut sitzender Helm schützt bei einem Sturz. Stirnband (je nach Helmtyp Polster) und Kinnriemen müssen so eingestellt sein, dass der Helm nicht wackelt und nicht über die Stirn nach hinten oder vorne rutschen kann. Vor allem der vor dem Ohr liegende Teil und der Kinnriemen müssen straff angezogen sein.

RENNFAHRER  TRAGEN HELME

Tipp 2

VOM BOBBYCAR ÜBERS TROTINETT AUF DAS VELO

**Das Velo kann ruhig ein bisschen warten.
Als Trainingsgerät bereitet das Trottinett
bestens auf höhere Aufgaben vor.**

Für ganz Kleine ist ein Dreirad/Bobbycar der geeignete fahrbare Untersatz. Kindern ab 3 Jahren bietet ein Lauf- oder Trottinett mit breiten, luftbereiften Rädern die ideale Vorbereitung aufs Radfahren.

Trottinett-/Lauf- oder Dreiradfahren fördert die meisten Fähigkeiten, die man fürs Radfahren braucht: Gleichgewichtssinn, Einschätzen von Geschwindigkeiten und Abständen, den Umgang mit Bremsen, Koordinations- und Reaktionsfähigkeit. Die Verletzungsgefahr ist deutlich geringer als auf dem Velo, auch weil der Körperschwerpunkt tiefer liegt und die Füße im Notfall schneller auf dem Boden sind.



Kinder im Vorschulalter rollen und radeln am sichersten in einer vor dem Strassenverkehr geschützten Umgebung (Spielplatz, Park).

Familie mobil

Ob zum Einkaufen unterwegs im Alltag oder auf dem Weg in die Freizeit. Das Angebot von Vitelli ermöglicht Ihnen eine flexible Mobilitätsgestaltung zusammen mit Ihren Kindern – ganz ohne Auto. Mit Trotinet, Lauf-, Drei- oder Einrädern lernen die Kinder spielerisch den Umgang mit dem Verkehr und erlangen Sicherheit und Selbstständigkeit.



- Ich bestelle kostenlos den Katalog Kids&Family
- Ich bestelle kostenlos den Vitelli Velobedarf Katalog
- Ich bestelle kostenlos den Katalog Vitelli Velodächer

Vorname/Name: _____

Adresse: _____

PLZ/Ort: _____

www.vitelli.ch



Bestellen Sie unseren Katalog Kids&Family mit dem gesamten Angebot vom Veloanhänger bis zum Einrad über info@vitelli.ch oder mit nebenstehendem Talon.

Vitelli Velobedarf AG, Tel. 061 361 70 70
Dornacherstrasse 101, 4053 Basel

DAS ERSTE VELO LÄUFT NICHT DAVON

Lieber erst aufs Velo umsteigen, wenn das Kind in der Lage ist, das Gleichgewicht ohne Stützräder zu halten.

Fahrräder mit Stützrädern sind nicht empfehlenswert – Gleichgewichtstraining wird besser auf dem Trottinett betrieben, das im Vorschulalter dem Kind alle wichtigen motorischen Erfahrungen ermöglicht.

Es besteht kein Grund zur Eile bei der Anschaffung des ersten Velos. Umso mehr, als man so vermeiden kann, dass falsche Erwartungen bei Kind (und Erwachsenen) geweckt werden im Sinne von «Velobesitz = Verkehrstauglichkeit».

Das Velo sollte nicht zu gross sein. Fragen Sie beim Händler nach einem mit dem Kind «mitwachsenden» Modell.

Das Kindervelo: klein, aber gut ausgerüstet mit zwei Bremsen, Vorder- und Rücklicht sowie je einem Rückstrahler vorne und hinten (weiss/rot). Und mit Velo-Vignette, wenn es auch von schulpflichtigen Kindern benutzt wird.



Verkehrs-Schule en famille: Vor dem Verlassen des Fussgängerbereichs am Trottoirrand immer anhalten, Blicke nach links, Blicke nach rechts!



Der Übergang vom Velofahren im Schonraum während der Vorschulzeit bis zum selbstständigen Radeln im Strassenverkehr erfolgt idealerweise in vielen kleinen Schritten über Jahre hinweg.

Das Gesetz sagt: Frühestens ab Schulpflicht dürfen die Kinder mit dem Velo auch auf die Strasse. Die kleine Radtour mit den Eltern auf verkehrsarmen Wegen ist eine gute Übungsmöglichkeit. Zum Beispiel: Was bedeuten die Haifischzähne? Und was ist das dort für ein Verkehrszeichen?

Das Linksabbiegen mit Einspuren ist für die Kinder bis etwa zur Mittelstufe noch zu gefährlich. Deshalb am rechten Rand absteigen und das Velo über die Fahrbahn schieben.

Am besten fahren die Eltern vorne und hinten, das Kind in der Mitte. Ist nur ein Erwachsener dabei, fährt das Kind hinten.

Auf anspruchsvollen Streckenabschnitten ist für Kinder (bis 10 Jahre), die aktiv mitradeln wollen, ein Anhängervelo (Trailer-Bike) die ideale Zwischenlösung.

Tipp 5

ERFAHRUNGEN SAMMELN
AUF DEM FAMILIEN-AUSFLUG



Ist ein Kind schon sicher genug, kann es unter Anleitung auch an der Spitze fahren und so Verantwortung übernehmen.

Das «Original»

«Mountain»

- + Birke oder Buche
- + Luftreifen
- + superleicht
- + nur 3,7 kg



Das «Neue»

«Jumper»

- + Aluminium
- + BigApple Reifen
- + gefedert
- + nur 3,6 kg



LIKEaBIKE «Mountain»
mit «Lorry»

Coupon für LIKEaBIKE Gratiskatalog

Bitte stellen Sie uns kostenlos Ihren Produktkatalog und die **Spezial-Offerte für VCS-Mitglieder** zu.

Name

Strasse

PLZ / Ort



BIS ZUM 10. LEBENSJAHR

IM STRASSENVERKEHR OFT ÜBERFORDERT

Tipp 6

Ab welchem Zeitpunkt soll man Kinder im Strassenverkehr alleine fahren lassen? Der Rat der Verkehrsinstruktoren lautet: In den meisten Fällen frühestens nach bestandener Radfahrausbildung in der Mittelstufe.

Obwohl sie ab Schulpflicht laut Gesetz auf die Strasse dürfen und obwohl schon Erstklässler recht geschickt mit dem Velo umgehen, sind sie in mancher Beziehung noch nicht wirklich «strassenverkehrstauglich».

Auch nachdem die Kinder ihre theoretische und praktische Veloausbildung in der Mittelstufe absolviert haben, bleibt es Aufgabe der Eltern, die Fähigkeiten der Kinder richtig einzuschätzen und kontinuierlich zu fördern.

Mit etwa 10 Jahren erwerben die Kinder im Verkehrsunterricht eine – beschränkte – «Lizenz» zum Velofahren auf der Strasse.



TROTTINETT + KINDERRAD: DIE WICHTIGSTEN REGELN

Für Kinderräder gelten dieselben Regeln wie für Trottinette, Laufräder, Inline-Skates & Co. Als Kinderrad gelten alle Velos, welche speziell für die Verwendung durch Kinder im vorschulpflichtigen Alter vorgesehen sind.

Denken Sie daran: Was erlaubt ist, ist nicht unbedingt auch gefahrlos. Was ein Kind wo darf, müssen letztlich die Eltern von Fall zu Fall entscheiden.

... Kindervelos, Trottinette etc. als Verkehrsmittel erlaubt:



Auf Trottoirs, Fusswegen und in Fussgängerzonen

In angemessenem Tempo. Fussgängerinnen und Fussgänger haben Vorrtritt!



Auf Radwegen

Vorschulpflichtige nur in Begleitung Erwachsener (auf Radstreifen verboten).



In Tempo-30-Zonen und Begegnungszonen

Rechts fahren. Vorschulpflichtige nur in Begleitung Erwachsener.



Auf wenig befahrenen Nebenstrassen,
wenn Trottoir, Fuss- und Radwege fehlen.

Rechts fahren. Vorschulpflichtige Kinder nur in Begleitung Erwachsener.



Auf Fussgängerstreifen

Gesetz: Nur im Schrittempo überqueren

Empfehlung: Immer absteigen und zu Fuss überqueren

••• Zum Spielen dürfen Kinder Fussgängerbereiche und die gesamte Fahrbahn verkehrsarmer Nebenstrassen (z.B. in Wohnquartieren) uneingeschränkt benützen, sofern die übrigen Verkehrsteilnehmenden dabei weder behindert noch gefährdet werden.

Detailliertere Informationen zu den «Fahrzeugähnlichen Geräten» finden Sie im bfu-Merkblatt Mb 0207, www.bfu.ch.

Gesetzesgrundlage: Art. 50 Verkehrsregelverordnung;
Art. 24 Verordnung über technische Anforderungen an Strassenfahrzeuge.

Weitergehende Angebote für eine sichere Kindermobilität auf Rädern

- Ein **ausführlicheres Trainingsprogramm** für den durch die Eltern begleiteten Einstieg in den Strassenverkehr erhalten Sie in der Broschüre «Kind und Velo» von der Stadtpolizei Zürich (www.schulinstruktion.ch).
- Je sicherer Sie als Eltern im Sattel sitzen, umso besser können Sie Ihre Erfahrungen weitergeben. Möchten Sie, begleitet von einem Velo-Profi, praktische Veloerfahrungen sammeln? **Besuchen Sie mit Ihrem Kind einen Velofahrkurs der IG Velo.** Praktische Tipps zum sicher Radfahren oder Infos zu den Velofahrkursen finden Sie unter www.igvelo.ch.
- Bereits ab Kindergarten wird der Verkehrsinstruktor in Ihrer Gemeinde ein wichtiger **Ansprechpartner für Verkehrsfragen.** In der Schule erfolgt der theoretische und praktische Fahrradunterricht in der Mittelstufe, in den meisten Kantonen abgeschlossen mit einer Radfahrerprüfung.
- Wo Behörden noch nicht für kindergerechte Verkehrsverhältnisse im Wohnquartier oder auf dem Schulweg gesorgt haben, können Sie als betroffene Eltern entscheidende Anstösse für verkehrsberuhigende Massnahmen geben. **Infos zur Einführung von Zonen mit Tempobeschränkungen unter www.tempoz30.ch.**

Die Broschüre kann kostenlos bezogen werden bei:
www.verkehrsclub.ch, Verkehrs-Club der Schweiz,
Postfach 8676, 3001 Bern, Tel. 0848 611 611 (Normaltarif)

