



Verzekerd van alle aandacht.

INLOGGEN



VERZEKERINGEN

PENSIOEN

OVER ONS

SERVICE & CONTACT

Generali verzekeringen / Blog / Onderweg / **Waarom overdag rijden veiliger is**

< [Terug](#)

BLOG

Wonen

Onderweg

Leven

Geld

Vrije tijd

Persoonlijk

Werk

Actueel



in

Over de auteur

Creative contentspecialist met een voorliefde voor SEO, bloggen en linkbuilding, dat is Mieke. Naast online copywriter is Mieke ook mama, foodie, levensgenieter en ideeën-schieter. Quote: 'Als je doet wat je leuk vindt, hoef je nooit te werken' - Gandhi.

> bekijk alle auteurs



Wat is veiliger: overdag of 's nachts naar uw vakantiebestemming rijden?

DOOR MIEKE FRANSEN - VERHOEF

GEPUBLICEERD OP 20 APRIL 2017

Wanneer gaan we rijden? Het is een prangende vraag bij elke autovakantie. Rijdt u liever overdag of liever 's nachts? En, wat is veiliger? Wij zochten het voor u uit bij Veilig Verkeer Nederland.

'S NACHTS MEER DODELIJKE ONGEVALLen

"Uit gegevens van het CBS blijkt dat dodelijke verkeersongevallen 's nachts vaker voorkomen dan overdag", vertelt Rob Stomphorst van Veilig Verkeer Nederland. Redenen hiervoor zijn:

- Minder zicht: de scherpte neemt af
- Vermoeidheid en dus verminderde alertheid
- Alcoholgebruik

NACHTBRIL

Een nachtbril kan oplossing bieden voor mensen die liever 's nachts rijden. Stomphorst: "Met een nachtbril wordt het zicht en het contrast beter. Dus meer comfort", verduidelijkt Stomphorst. Of de bril ook echt bijdraagt aan de verkeersveiligheid, is niet bekend. "Hier is nog geen onderzoek naar gedaan. Het is een open deur dat voor verkeersdeelnemers goede ogen een must zijn. Het kan geen kwaad om regelmatig uw ogen te laten checken bij een erkende opticien."

'S NACHT RIJDEN IN CIJFERS

"Het gezichtsveld is 's nachts 7 keer kleiner dan overdag. Ook wordt de snelheid met 25% tot 30% onderschat. Verlichte wegen dragen 's nachts bij aan het gevoel van veiligheid. Hierdoor rijden mensen harder en durven ze meer. De kans op een dodelijk ongeval is 15 keer groter dan overdag. Europees gezien speelt bij 1% tot 4% van de nachtelijke verkeersongevallen vermoeidheid een rol. Nationaal is dat 0,5%."

VERMOEIDHEID IS ONDERSCHAT PROBLEEM

"Volgens onderzoekers wordt het probleem, autorijden terwijl u vermoeid bent, onderschat. Overdag gebeuren er ook ongelukken als gevolg van vermoeidheid, denk aan jongeren die een nacht doorhalen, slaapstoornissen zoals apneu, lange afstand rijders en mensen die in een ploegendienst werken. Betrekken we ongelukken als gevolg door die problemen bij het landelijk gemiddelde en Europees gemiddelde, dan komen de percentages hoger uit dan de 0,5% en de 1% tot 4%."

OORZAKEN ONGELUKKEN

"Het lastige hierin is de vaststelling van de oorzaak van een ongeluk. Op alcohol- en drugsgebruik kunnen we testen, op vermoeidheid niet."

CADANS

"De cadans maakt het autorijden eentonig. Dit in combinatie met slapende mensen in uw auto, kan zijn weerslag hebben op uw alertheid." Knikkebollen, slingeren, een afslag missen, zware oogleden en gapen, het zijn symptomen vermoeidheid. Om geen slaaprijder te worden, heeft Veilig Verkeer Nederland een aantal tips.

TIPS VEILIG VERKEER NEDERLAND

- Ga uitgerust op weg: ga voor een nachtrust van minimaal 6 uur en drink de avond van te voren niet veel alcohol
- Rijdt zo min mogelijk 's nachts: u bent dan minder alert
- Zorg voor uzelf: neem na elke 2 uur rijden minimaal een kwartier rust
- Rijdt per bestuurder bijvoorbeeld 3 keer 2 uur. Neem na elke 2 uur een kwartier rust. Na uiteindelijk 6 tot 7 uur in de auto is het qua veiligheid en aandacht op de weg verstandig om een overnachtingsplek te zoeken. Wisselt u tussentijds van bestuurder, dan kunt u uiteraard langer doorrijden
- Reist u met uw partner en kinderen? Verdeel de taken. De ene ouder rijdt, de andere ouder zorgt voor de kinderen

TIPS VOOR EEN VEILIGE AUTORIT

Naast tips om geen slaaprijder te worden, heeft Veilig Verkeer Nederland ook nog een aantal algemene tips voor een veilige autorit:

- Zorg voor goed zicht, ook door uw achterrait
- Controleer uw bandenspanning: hoe zwaarder de auto des te hoger de bandenspanning
- Rijdt u met een dakkoffer? Houd er dan rekening mee dat de auto minder gestroomlijnd is, waardoor de auto bij windvlagen anders kan reageren
- In andere landen gelden andere verplichtingen. **Bijvoorbeeld wat u verplicht in uw auto bij u moet hebben.** Houd hier rekening mee.

AANDACHT OP DE WEG

"Besluit u 's nachts naar uw vakantiebestemming te rijden, zorg er dan voor dat u uitgerust de weg op gaat en maximaal 6 tot 7 uur rijdt. Zo blijft u alert en heeft u aandacht voor de weg. Dit verkleint de kans op ongelukken aanzienlijk."

AUTOVAKANTIE

Gaat u voor een autovakantie? Wij hebben nog veel meer tips en weetjes voor u. Bijvoorbeeld **tips tegen wagenziekte**, **10 tips voor een gezellig autorit met kinderen**, informatie over het **betalen van tol en de vreemdste verkeersregels in Europa**. Doe ook uw voordeel met onze **checklist autovakantie**. Ook is het verstandig om voor uw vertrek te controleren of u recht heeft op pechhulp in het buitenland. Heeft u dat niet, kies dan voor **Pechhulp Europa** bij uw **Generali Autoverzekering**.

TIPS EN AANBIEDINGEN ONTVANGEN?

Schrijf u nu in voor de Generali nieuwsbrief en ontvang maandelijks leuke acties, aanbiedingen, tips en informatie over verzekeringen.

Schrijf in voor nieuwsbrief >

Geplaatst in: [Onderweg](#)

Delen



GERELATEERDE BLOGS



Alternatieve brandstoffen

DOOR MIEKE FRANSEN - VERHOEF

Rijden op een alternatieve brandstof, betekent schoon en groen rijden. Dat is niet alleen goed voor het milieu. Ook voor onze gezondheid. De vraag 'Waarom alternatieve brandstoffen?' is hiermee beantwoord. Maar wat zijn dan groene brandstoffen voor auto's? Ontdek de top 5.



Wetswijziging Wegenverkeerswet 1994

DOOR WILLIE BRAKELS

Minister Blok (demissionair minister van Veiligheid en Justitie) bereidt een wetsvoorstel voor om de Wegenverkeerswet 1994 aan te passen. Hij wil op een andere manier invulling geven aan het begrip roekeloosheid. Bovendien wil minister Blok de strafmaat van een aantal ernstige verkeersdelicten verhogen.



Zomerklaar voor vakantie

DOOR WILLIE BRAKELS

Klaar voor de zomer? Kijk dan ook of spullen er klaar voor zijn. Ga voor de zomervakantie uw auto zomerklaar maken. Neemt u een tent mee? Of reist u met een caravan of camper? Ook deze controleert u voor vertrek.

Schade melden

088 - 668 08 70 (Lokaal tarief)
Elke dag 24 uur

Service & Advies

088 - 668 00 00 (Lokaal tarief)
ma t/m vrij 08:30 t/m 17:30 uur

Volg ons



Aangesloten bij



privé

- > autoverzekering
- > inboedelverzekering
- > woonhuisverzekering
- > aansprakelijkheidsverzekering
- > overlijdensrisicoverzekering
- > rechtsbijstandverzekering
- > reisverzekering
- > ongevallenverzekering
- > motorverzekering
- > caravanverzekering
- > kostbaarhedenverzekering

pensioen

- > collectief pensioen
- > collectieve overlijdensrisicoverzekering

zakelijk

- > arbeidsongeschiktheidsverzekering
- > overlijdensrisicoverzekering
- > verzuimverzekering
- > collectieve ongevallenverzekering
- > bedrijfsaansprakelijkheidsverzekering
- > zakelijke rechtsbijstandverzekering
- > gebouwenverzekering
- > inventaris en goederenverzekering
- > bedrijfsschadeverzekering
- > bestelautoverzekering