



## Sektion Biel/Bienne-Seeland

**Touring Club Schweiz**  
Lengnaustrasse 7  
2504 Biel/Bienne  
www.tcs.ch

Tel +41 32 341 41 76  
Fax +41 32 341 70 05  
bielseeland@tcs.ch

Mitteilung für Gemeinden und Gemeindepublikationen – Biel, 7. April 2022

### Tipps für stressfreie Autoreisen als Familie

*Lange Autofahrten mit der Familie können zum Stresstest werden. Doch das muss nicht sein. Der TCS Biel-Seeland gibt Tipps, wie der Ferien-Auftakt entspannt gelingt.*



#### Reisetipps

- Vorbereitung zu Vorschriften im Ausland – Umweltplaketten, Vignetten & Zahlstationen
- Pausen einplanen
- Sicherheit aller Insassen
- Gepäck sicher verstauen
- Schatten & Verpflegung
- Genug Fahrzeit einrechnen.



Mehr unter [tcsbiel.ch](http://tcsbiel.ch)

*Entspannte Autoreisen mit der Familie sind möglich. (Foto: TCS)*

Längere Autofahrten können für Kinder und dann auch für Erwachsene sehr anstrengend sein. Deshalb ist eine gute Planung das A und O. In die Fahrzeit sollten unbedingt regelmässige Pausen eingeplant werden, damit Kinder ihren Bewegungsdrang stillen können. Nach zwei Stunden Fahrt empfiehlt sich mindestens eine Pause von 15 Minuten. Vielleicht können dabei sogar eine Sehenswürdigkeit, ein Badesee oder ein Spielplatz erkundet werden. Davon profitieren auch die Erwachsenen, deren Konzentrationsfähigkeit nach einer Fahrunterbrechung steigt.

Wer auf Autobahnen unterwegs ist, kann sich langes Warten ersparen. Z.B. können ausländische Vignetten oft schon in der Schweiz bezogen werden, um sich während der Fahrt nicht mehr darum kümmern zu müssen. Je nach Reiseziel ist auch der Kauf einer Umweltplakette nötig, da in immer mehr europäischen Städten Umweltzonen existieren.

Nebst Verpflegung sind gerade im Sommer Rollos oder Schutzfolien an den Scheiben wichtig, um die Kinder vor Sonneneinstrahlung zu schützen. Notfalls kann ein Tuch als Schattenspender in der Fensterscheibe geklemmt werden. Auch empfiehlt sich leichte, bequeme Baumwollkleidung.

Gepäck soll fix und sicher verstaut werden. Schwere Gegenstände unten im Kofferraum, was während der Fahrt benötigt wird, griffbereit, aber so, dass sich nichts lösen kann. So kommen Sie hoffentlich sicher und stressfrei ans Ziel, um dann Ihre Ferien in vollen Zügen zu geniessen.

#### Weiterführende Links

Vorschriften Ausland: <https://www.tcs.ch/de/camping-reisen/reiseinformationen/laenderinfos/>

Angebot Pickel & Viacards etc.: <https://www.tcs.ch/de/der-tcs/sektionen/biel-bienne-seeland/content/service-kontakt/>

Reisen mit Kindern: <https://www.tcs.ch/de/camping-reisen/reiseinformationen/wissenswertes/reisetipps/reisen-kinder-auto-zug-flugzeug.php>