

I **ILLNESS (KRANKHEIT)**

Bin ich gesund?

M **MEDIKAMENTE**

Bin ich frei von Medikamenteneinfluss?

S **STRESS**

Ist mein Stress-Level niedrig?

Bin ich emotional ausgeglichen?

A **ALKOHOL & DROGEN**

Bin ich nüchtern?

F **FATIGUE (ERSCHÖPFUNG)**

Bin ich ausgeruht?

E **ESSEN**

Habe ich genug gegessen und getrunken?

Wenn alle Antworten **ja** lauten:
Guten Flug!

Wenn eine Antwort **nein** lautet:
Scanne den QR-Code oder folge dem
Weblink zur weiteren Orientierung.



www.ufo-online.aero/imsafe

Im Zweifel: Flieg nicht!