Praxisforum
Gut alt werden im Land Brandenburg

Sicher mobil – Mobilität aktiv bewahren durch Seminare und Trainings

3. Dezember 2014

Klaus-Ulrich Hähle
Abteilung Verkehr und Technik
ADAC Berlin - Brandenburg

ADAC Standpunkt - Appell

- Regelmäßige, freiwillige Seh- und Gesundheitschecks (Hausarzt, HNO, Augenarzt), um immer auf dem aktuellen Gesundheitsstand zu sein und entsprechend reagieren zu können

- Frühzeitige Auseinandersetzung mit Mobilitätsalternativen (Taxi, Rufbus, Mitfahrgelegenheiten etc.)

- Selbstkritischer Umgang mit der eigenen Leistungsfähigkeit

- wichtig für uns: gesundheitliche Probleme bzw. Defizite sollten durch eine umfassende Aufklärung über mögliche Gefahren und durch die Stärkung der Eigenverantwortlichkeit gelöst werden – und nicht durch gesetzliche Regelungen

- Annahme der vielfältigen Möglichkeiten, die der ADAC und andere Umsetzer von Verkehrssicherheitsarbeit bieten, so zum Beispiel:

ADAC-Verkehrssicherheitsangebote für ältere Kraftfahrer

- **Sicher mobil – ein Programm für ältere Verkehrsteilnehmer** *(im SR)* - mit dem Ziel: möglichst lange und möglichst sicher mobil zu bleiben und den Schwerpunkten: Straßenverkehrsrecht, technische Ausstattung Kfz, Infos als Nutzer ÖPNV, Fußgänger sowie Auto- oder Radfahrer
  ➲ kostenneutral

- **ADAC Pkw-Senioren-Training** *(auf abgesperrtem Gelände)* - mit dem Ziel Erhöhung der Fahrsicherheit, Aufzeigen der eigenen und der Grenzen des Kfz, Kennenlernen der Wirkungsweisen von ABS und ESP
  ➲ kostenpflichtig

- **ADAC FahrFitnessCheck** *(im normalen Straßenverkehr)* – das Programm zur Überprüfung der Pkw-Fahrfertigkeiten mit dem Ziel Selbstzweifel abzubauen und Verbesserungspotential aufgezeigt zu bekommen
  ➲ kostenpflichtig

DVR-Zielgruppenprogramm „Sicher mobil“ – seit 2010

DVR-Zielgruppenprogramm „Sicher mobil“

Ziel:

- Sicherung der Mobilität älterer Verkehrsteilnehmer und somit Sicherung der Teilhabe am gesellschaftlichen Leben, sprich möglichst lange und möglichst sicher mobil zu bleiben
- Förderung von verantwortlichem Handeln und besserer Situationsbewältigung

Zielgruppe:

alle älteren Verkehrsteilnehmer – Auto- oder Radfahrer, Fußgänger, Nutzer öffentlicher Verkehrsmittel

mögliche Inhalte:

- Neues aus der Fahrzeugtechnik
- alte Gewohnheiten und neue Regeln (Neuerungen StVO)
- Leistungsfähigkeit und Gesundheit (medizinisch-psychologische Aspekte der Verkehrsteilnahme)
- Miteinander / Konflikte zwischen den Verkehrsteilnehmern
- Verhalten als Fußgänger, Radfahrer, Pkw-Fahrer, Nutzer ÖPNV

DVR-Zielgruppenprogramm „Sicher mobil“

Umsetzung:

- Veranstaltungen z. B. in Seniorenclubs und -begegnungsstätten, die Betreuung erfolgt durch speziell ausgebildete Moderatoren
- Teilnehmer setzen sich in den Gesprächsrunden aktiv mit ihren individuellen Problemen im Straßenverkehr auseinander

Zeit:

jeweils 90 bis maximal 120 Minuten

Organisation:

- über den ADAC, z. B. durch Mitteilung in den Regionalseiten der motorwelt
- eigenständig durch die Moderatoren oder eine Einrichtung (z. B. Akademie)
- von der Zielgruppe selbst (Mindestteilnehmerzahl 8), Raum sollte vorh. sein

Termine:

- in der Regel jeweils mehrere Seminarserien im Frühjahr + Herbst in Berlin
- im Land Brandenburg eigenständige Festlegung durch Moderatoren
- sowie je nach Wunsch der interessierten Teilnehmer (z. B. durch OC‘s)

DVR-Zielgruppenprogramm „Sicher mobil“

Mögliche Themen Pkw:

- Spritsparende Fahrweise (ca. 5-10 Regeln, die man beachten sollte)
- Landstraßen (u. a. Wildwechsel)
- Bahnübergänge
- Fahren bei Herbst, Winter (unterschiedliche Bremswege etc.), Dunkelheit
- Neues aus der StVO (Verkehrszeichen, Regeln etc.)
- Technik, die das Autofahren leichter macht (Einstiegshöhen, Sitz, elektronische Fahrhilfen wie ASB, ESP, Tempomat, Einparkhilfe etc.)

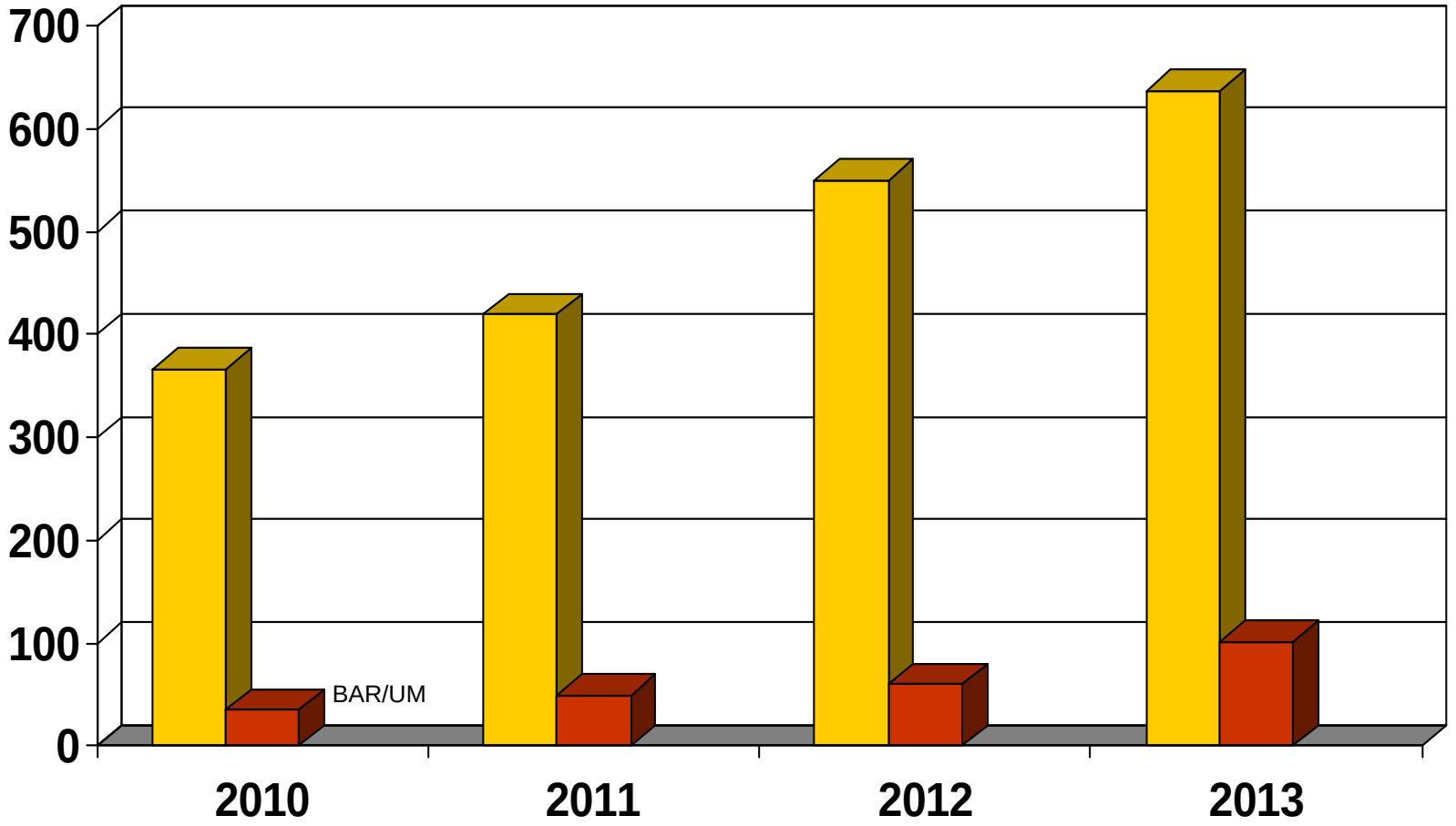
Mögliche Themen Fahrrad:

- Auswahl des richtigen, passenden Fahrrads (z. B. E-Bike)
- Neueste Regelungen aus der StVO (Verkehrszeichen etc.)

Mögliche Themen als Fußgänger:

- richtiges Verhalten gegenüber anderen Verkehrsteilnehmern, wie z. B. Rad- und Autofahrern, Nutzung von Gehhilfen
- Überqueren der Fahrbahn (LZA, Fußgängerüberwege etc.), außer Orts /Dunkelheit etc.

Entwicklung „Sicher mobil“ von 2010 bis 2013



➔ zurzeit 10 sehr aktive ADAC Moderatoren im Regionalgebiet

➔ **auf Grund der demografischen Entwicklung Programm enorm wichtig!**

ADAC Pkw-Senioren-Training – seit 2004

- Kern-Übungen aus dem klassischen ADAC-FSHT

Bremsen/Ausweichen
→ auf verschiedenen Untergründen/Oberflächen
→ Gefahrenbremsungen

Slalom
→ Sitzposition, Lenkrad-haltung, Blickführung etc.

wo: Berlin-Tegel / FSZ Linthe
wie: Infos (033844) – 750 750
Dauer: ca. 3,5 h
Gebühr: ab 55 Euro

FahrFitnessCheck – seit 2009

FahrFitnessCheck – Idee (Warum?) / Inhalte

- „Check“ richtet sich an ältere, noch regelmäßig Auto fahrende Personen
- Anlass: Selbstzweifel oder das Drängen von jüngeren Angehörigen
- Interessenten werden an speziell qualifizierte Fahrlehrer/Moderatoren verwiesen, die den „Check“ im Auftrag des ADAC durchführen
- **Gesamtdauer**: mind. 1 ½ Stunden, je 45‘ für Fahrprobe sowie Vor- und Nachbesprechung
- kostenpflichtiges Angebot, das ADAC-Mitgliedern zu einem Vorteilspreis angeboten wird (69 €, für ADAC-Mitglieder nur 49 €)

FahrFitnessCheck – Inhalte

- Fahrprobe im eigenen Pkw/in jener Region, in der das Auto regelmäßig genutzt wird, Start/Ziel = Wohnort des Teilnehmers
- Einleitung durch eine Vorbesprechung bzw. Bestandsaufnahme
- Auswertung im Anschluss an die gemeinsame Fahrt (Empfehlungen)
- bei Leistungseinschränkungen sollte über weitere Maßnahmen gesprochen werden (bis zur Empfehlung, nicht mehr Auto zu fahren)
- **Meldung an Behörden ist ausdrücklich ausgeschlossen**

FahrFitnessCheck – Medien

FahrFitnessCheck - Landkreisbroschüre OHV 5. Ausgabe

Ältere Autofahrer sind besser als ihr Ruf

Älter werden – Sicher fahren

Selbstständig mobil zu sein ist ein wesentlicher Bestandteil unserer Gesellschaft und wichtige Voraussetzung für ein selbstbestimmtes Leben – und zwar unabhängig vom Alter. Der Wunsch, selbst Auto zu fahren, bleibt auch im höheren Alter bestehen. Dieser Trend wird sich zukünftig noch verstärken, da die Menschen aufgrund einer verbesserten medizinischen Versorgung und einer nachhaltigeren Lebensweise länger gesund und fit bleiben. Auch die Ansprüche an die persönliche Mobilität steigen - nicht zuletzt durch verstärkte Freizeitaktivitäten. Und: Ältere Autofahrer sind besser als ihr Ruf. Erfahrung, Besonnenheit sowie ein sicherheitsorientierter Fahrstil kompensieren mögliche altersbedingte körperliche Leistungseinbußen. Das tendenziell sehr risikoarme Verhalten spiegelt sich

auch in der Unfallstatistik wider: Senioren verursachen weit weniger schwere Unfälle (13 Prozent), obwohl sie 20 Prozent der Gesamtbevölkerung stellen. Somit sind ältere Menschen nach Ansicht des ADAC keineswegs eine Problemgruppe im Straßenverkehr und er sieht keinen Grund, spezielle gesetzliche Regelungen für ältere Führerschein-Besitzer einzuführen.

Senioren sind meistens kritisch im Umgang mit den eigenen Fähigkeiten, die bei einem ADAC FahrFitnessCheck – bei einer Fahrprobe im eigenen Pkw mit einem speziell qualifizieren ADAC-Moderator (Fahrlehrer) – überprüft werden können. Und wer ist nicht dankbar dafür, wenn Verbesserungspotential gefunden und aufgezeigt und gegebenenfalls mit einem kompetentem Partner über konkrete Hilfe gesprochen werden kann?

Der ADAC FahrFitnessCheck. Mit Verantwortung mobil.

Überprüfen Sie mit dem ADAC Ihre Auto-Fahrfertigkeiten: freiwillig und ohne Risiko für den Führerschein!

Unser Angebot:

- Vorbesprechung an einem Ort Ihrer Wahl
- 45 Minuten Fahrt im eigenen Auto mit einem qualifizierten Fahrlehrer als Beifahrer
- Freie Wahl der zu fahrenden Strecke
- Gemeinsam intensive Auswertung der Fahrt
- Individuelle Beratung und Empfehlungen zu Ihrer weiteren Teilnahme am Straßenverkehr
- Meldung an Behörden ist ausgeschlossen

Das Gesamtpaket exklusiv für ADAC Mitglieder

nur 49,- € 69,- € für Nichtmitglieder

Anmeldung / Infos
ADAC Berlin-Brandenburg, Tel. (0 30) 86 86 475, www.adac.de/bbr
klaus-ulrich.haehle@bbr.adac.de

SELBSTBESTIMMT LEBEN

47

Dinge, die u. a. während der Fahrt beobachtet werden

- Beweglichkeit und Reaktionsvermögen
- Beobachtung des Verkehrs und Geschwindigkeit
- Einhaltung der Verkehrszeichen und Verkehrsregeln
- Spiegelbeobachtung
- Ein- und Ausparken

FahrFitnessCheck – Feedback der Teilnehmer (lose Aufzählung durch die FFC-Fahrlehrer)

- Teilnehmer wollen bei der Fahrt gefordert werden und möchten sich beweisen
- dankbar für kritische Anmerkungen/Hinweise zur Fahrweise und zum richtigen Verkehrsverhalten
- Aussage, bei negativem Urteil des Fahrlehrers aufhören zu fahren
- lockere, sachliche und neutrale Atmosphäre wird geschätzt
- Stärkung ihres Selbstbewusstseins, aber auch Anregung zur Selbsteinschätzung
- Bereitschaft, sich künftig noch mehr mit den Fragen der Verkehrsteilnahme zu beschäftigen
- übereinstimmende, positive Äußerung zum FFC, **der als sinnvoll und empfehlenswert empfunden wird**

FahrFitnessCheck – Altersstruktur / Ängste

- Alter: bis 70 Jahre: 13 %
  71 – 85 Jahre: 77 %
  ab 86 Jahre: 10 %
  bisher älteste Teilnehmerin: 93 Jahre – (negative Empfehlung ↓)
  bisher ältester Teilnehmer: 92 Jahre – (positive Empfehlung ↑)

- Geschlecht: davon
  weiblich: ca. 33 %
  männlich: ca. 66 %

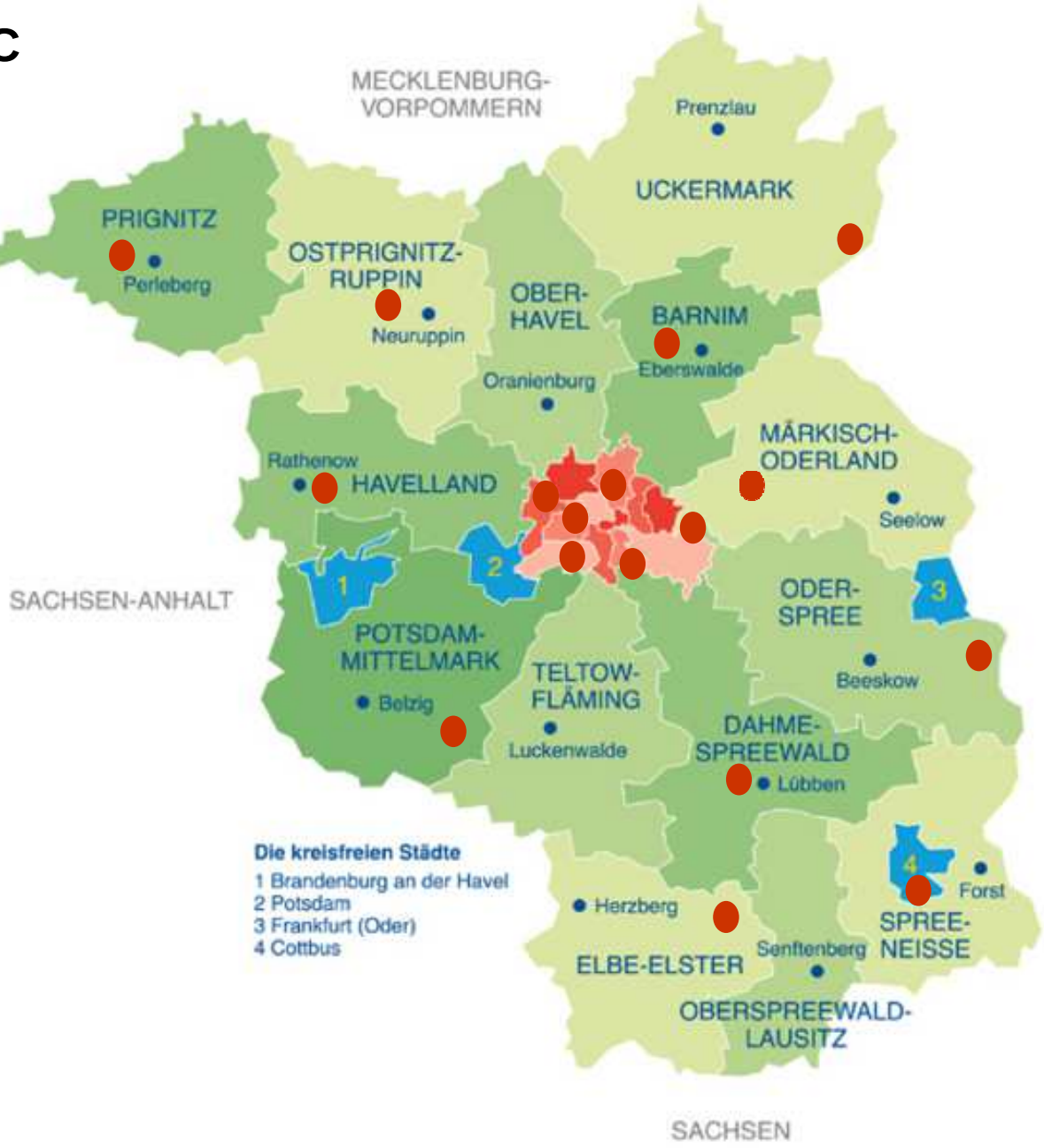
- Anmeldung Frauen mit ca. 70 Jahren
- Anmeldung Männer mit ca. 80 Jahren

- Schwierigkeiten, Probleme, Ängste… (Gebühr, Behörden, Führerschein)

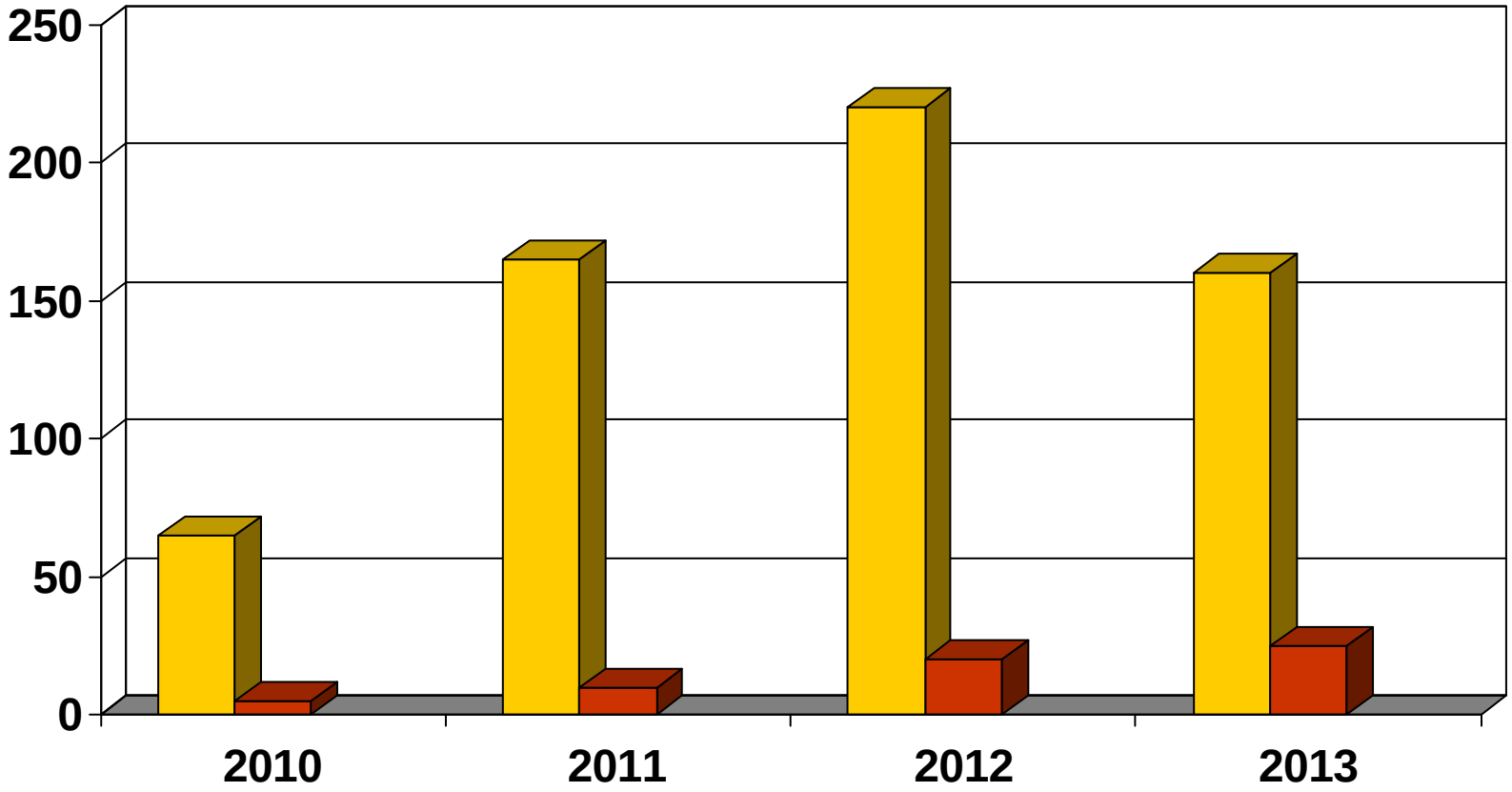
- Gründe für Interesse/Anmeldung (mw, MOZ, TV, SJ, Kinder…)

Moderatorenverteilung FFC

- 17 Fahrlehrer
- ca. 50 Jahre alt
- Einfühlungsvermögen / Sensibilität
- Teilnahme an 2-tägigem Einweisungsseminar
- zumutbarer Anfahrtsweg ca. 25-30 km



Entwicklung FFC von 2010 bis 2013



➔ **ca. 700 TN, ca. 2% Empfehlung, nicht mehr selbst Auto zu fahren**

➔ **Landkreise BAR/UM belegen Spitzenplatz innerhalb aller Landkreise**

Danke für die Aufmerksamkeit

Tel.: 030 / 86 86 475
Fax: 030 / 86 86 88 475
Mail: klaus-ulrich.haehle@bbr.adac.de
www.adac.de