

# SICHER MOBIL



Mobilität ist keine Frage des Alters

Veranstaltungsreihe des Kultur- und Fördervereins Kirchlinteln  
in Zusammenarbeit mit dem Seniorenbeauftragten über  
„Mobilität im Alter“

Moderator und Koordinator Kurt Klinger aus Bendinbostel

Angedacht ist eine lockere Reihe mit Seminaren und  
informativen Kurz-Vorträgen mit anschließendem  
Austausch und Diskussionen

**Eintritt frei**

1. Thema der Reihe:

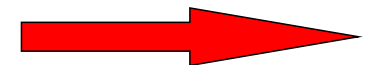
**Verkehrssicherheit im Alter**

am Mittwoch, den 18.10.2017

18.30 - 20.00 Uhr

im Lintler Krug, Hauptstraße 11

weitere Informationen



Daraus sollte sich eine Reihe von zwanglosen Seminaren und informativen, lockeren Versammlungen im Lintler Krug entwickeln:

Hauptthema ist die **Verkehrssicherheit im Alter**, aber ebenso können eigene, tiefergehende Themenkomplexe gemeinsam beschlossen werden, wie

- Erfahrung im Verkehr ist nicht Alles! Wer hat nicht schon einmal gefährliche Situation auf der Straße erlebt?
- Was bringen mir Fahrzeug-Assistenzsysteme der verschiedenen Autohersteller?
- Elektrofahrräder! Fluch oder Segen? Wo lauert die Gefahr? Oder sind sie Erleichterungen meiner Mobilität?
- Mobilität im ländlichen Raum erhalten und/oder wie erweitern?
- Wie steht es um meine Seh- und Hörkraft? Bin ich in der Lage Einschränkungen auszugleichen, mich anzupassen?
- Bin ich körperlich und geistig noch fit im Verkehr? Welche Stellschrauben kann ich drehen um möglichst lange mobil zu bleiben?
- Wie will ich zukünftig unterwegs sein? Mit dem Auto, Fahrrad, zu Fuß, Bus & Bahn, als Mitfahrer?
- Typische Verkehrssituationen und ihre Anforderungen, Aufgaben
- Wie kann ich auch im Alter meinen Aufenthalt im Verkehr auf verantwortliche Weise sicherer, stressfreier und bequemer gestalten?
- Fahrten planen
- Medikamente im Verkehr
- Sparsam fahren
- Radausflug
- Neues im Verkehrsrecht (Quiz)

Es sind keine Seminare geplant, in denen lange Vorträge gehalten werden, sondern es werden kurze Videos, Zeitungsausschnitte zur Info und anschließenden Diskussion gezeigt.

Wir erarbeiten uns selber gemeinschaftlich das Thema anhand eigener Erfahrungen, guter wie schlechter.

Wir werden darüber gemeinsam nachdenken, sprechen, berichten und von den Anderen erfahren und lernen.

Dabei sollten auch kontroverse Meinungen ausgetauscht sowie unterschiedliche Standpunkte und Sichtweisen gesehen und toleriert werden.

Man schlüpft auch mal in die Rolle eines Verkehrsteilnehmers mit gesundheitlichen Beeinträchtigungen. Stellt sich vor mit anderen Verkehrsmitteln unterwegs zu sein wie Fahrrad, Rollator oder Rollstuhl.

Wie fühlt sich das an, als Schwächerer im Verkehr? Welche Gefahren lauern? Sich hineinzuversetzen in die Situation anderer, schwächerer Verkehrsteilnehmer, heißt Verständnis und Toleranz zu entwickeln.

Auch meine eigenen Beeinträchtigungen und Schwierigkeiten, sowohl vorhandene als auch künftige, zu erkennen, akzeptieren zu lernen, mich evtl. anzupassen und zukunftsorientiert weiterzuentwickeln.