

INFORMIEREN. AGIEREN. VORBEUGEN.



[Altersdepression >](#)
[< Kaffeefahrten](#)

Sicher auf der Straße

Worauf Sie achten sollten



Sicher auf der Straße – auch mit dem Rollator!

© yamix, fotolia

Senioren sind auf der Straße besonderen Herausforderungen ausgesetzt. Die Dichte des Verkehrs im öffentlichen Raum steigt, die Reaktionsfähigkeit des Menschen jedoch sinkt im Lauf der Jahre. Das betrifft sowohl Autofahrer als auch Radfahrer und Fußgänger. Wo Sie im Straßenverkehr besonders aufmerksam sein sollten, erfahren Sie hier.

Gehbehinderte Menschen, die einen Stock oder einen Rollator nutzen oder gar auf den Rollstuhl angewiesen sind, müssen besonders achtsam sein.

Denn man kann mit dem Rollstuhl oder dem Rollator in Straßenbahnschienen hängen bleiben. Oder man verursacht ungewollt einen Unfall, weil man sich als Fußgänger oder Radfahrer überschätzt und nicht so schnell ausweichen kann wie ein junger Mensch.

Besonders schwere Folgen kann es haben, wenn sich Seniorinnen und Senioren beim Autofahren überschätzen und – beispielsweise durch die Verwechslung von Gas- und Bremspedal – Unfälle mit schweren Folgen für sich und andere verursachen. Autofahrer sollten sich im hohen Alter auf bekannte Strecken beschränken, die bei Tageslicht zurückgelegt werden können. Jede/r sollte sich zudem selbstkritisch fragen, wann es Zeit ist, den Führerschein freiwillig abzugeben.

Was kann ich tun?

Sieben Tipps vom [Deutschen Verkehrssicherheitsrat \(DVR\)](#):

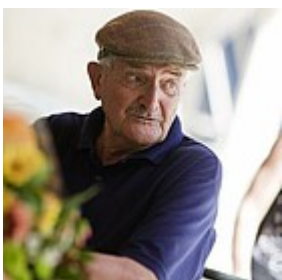
- ▶ Seien Sie ehrlich zu sich selbst und verschließen Sie sich nicht vor anderen, wenn diese Sie auf Fehler und Schwächen aufmerksam machen.
- ▶ Behalten Sie Ihre Gesundheit im Blick: Lassen Sie ihre Seh- und Hörfähigkeit regelmäßig überprüfen.
- ▶ Planen Sie Ihre Wege! Warten Sie nach einem winterlichen Frosteinbruch, bis die Gehwege gestreut sind.
- ▶ Wählen Sie das geeignete Verkehrsmittel. Busse und Bahnen sind oft Alternativen zum eigenen Auto.
- ▶ Vermeiden Sie Ablenkungen und Überlastungen. Konzentrieren Sie sich auf den Straßenverkehr. Machen Sie Pausen.
- ▶ Nehmen Sie sich Zeit. Lieber zu spät ankommen als auf dem Weg verunglücken.
- ▶ Lassen Sie sich helfen. Niemand sollte zu stolz sein, um andere um Hilfe zu bitten.

Folgende Artikel könnten Sie auch interessieren:

- 📄 [Senioren in der Verkehrsunfallstatistik](#)
- 📄 [Menschen im Rollstuhl sicher ans Ziel bringen](#)
- 📄 [Hausnotruf kann Leben retten](#)
- 📄 [Kann ich noch fahren?](#)
- 📄 [Senioren hinterm Lenkrad](#)
- 📄 [Vor Ort informieren – Senioren sicher im Verkehr](#)
- 📄 [Senioren sicher am Steuer](#)
- 📄 [Taschen- und Trickdiebstahl](#)

[Alle Artikel dieser Kategorie](#)

Weitere Infos für Senioren



Rund 50.000 Senioren verunglücken jedes Jahr

Senioren in der Verkehrsunfallstatistik

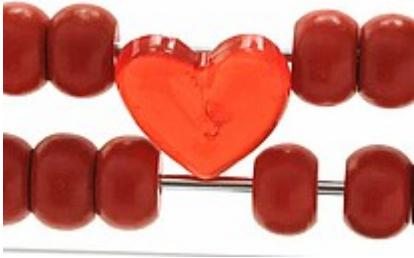
Ältere Menschen sind als Autofahrer, aber auch häufig als Fußgänger...[\[mehr erfahren\]](#)



Pilze sammeln, Bärlauch pflücken, Brennholz mitnehmen - was ist im Wald erlaubt?

Vorsicht beim Waldspaziergang

Ob für einen Spaziergang mit dem Hund, zum Wandern oder für eine...[\[mehr erfahren\]](#)



Teures Flirten

Romance Scamming - der Liebesbetrug

Sie schien gefunden, die große Liebe: im [Internet](#), bei einer...[\[mehr erfahren\]](#)



So schützen Sie sich vor Betrügern

Vom Enkeltrick bis zum falschen Polizeibeamten

Ob angeblicher Handwerker oder Spendensammler: Betrüger lassen sich...[\[mehr erfahren\]](#)



Tipps zum nachhaltigen Löschen von Daten auf Handys, Tablets und PCs

Daten richtig löschen

Bevor man ausgediente Computer, Festplatten, Smartphones, Tablets...[\[mehr erfahren\]](#)
