

Nochmal das Einparken üben

Möglichst lange am Steuer bleiben: Vortrag über das Autofahren im Alter gibt Senioren wertvolle Tipps

Von Harald H. Richter

OFFENBACH ■ Der Blick in die Runde zeigt: Das Thema spricht an. Etwa 40 Angehörige der Generation 60 plus sind ins Haus St. Laurentius des Caritasverbandes an die Schumannstraße gekommen, wollen mehr über „Gut Autofahren im Alter“ erfahren und hängen Ralf Drexelius an den Lippen.

Der Hauptkommissar aus Dieburg referiert auf Einladung der Initiative „Aktiv Altern im Lauterborn“ um Ingrid Wittfeld allerdings nicht in seiner Eigenschaft als Polizeibeamter, sondern als Moderator für Verkehrsprävention des ADAC über etwas, das in der Gesellschaft nicht frei von Konflikten diskutiert wird.

In seinem bebilderten Vortrag, der sich an einem vom Deutschen Verkehrssicherheitsrat speziell für Senioren entwickelten Programm orientiert, erläutert er Faktoren, die zur Einschränkung der Fahrtüchtigkeit führen können, zeigt aber auch Möglichkeiten auf, um sicher mobil zu bleiben.

„Hohes Alter spricht nicht grundsätzlich gegen das Autofahren. Oftmals sind Senioren routinierter und gelassener als junge Menschen“, sagt Drexelius, räumt allerdings ein: „Es gibt Fälle, in denen es sinnvoll ist, sich nicht mehr



Verkehrsexperte Ralf Drexelius (Mitte) weist im Kreise von Zuhörern Ingrid Wittfeld von der Initiative „Aktiv Altern im Lauterborn“ auf eine Broschüre zum Autofahren im Alter hin. ■ Foto: Richter

hinters Steuer zu setzen oder den Wagen nur noch sehr begrenzt zu nutzen.“ Zwar sage das biologische Alter relativ wenig über die tatsächliche körperliche und geistige Fitness eines Menschen aus. Sicher sei aber, dass mit zunehmendem Alter die Wahrscheinlichkeit für altersbedingte Abbauprozesse und Erkrankungen zunehme und daher Einbußen in der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit eher zu erwarten seien.

Neben normalen Alterserscheinungen, etwa nachlassende Sehkraft oder schlech-

tes Hören, tragen vor allem bestimmte Leiden und die Einnahme von Medikamenten dazu bei, dass sich bei dem betreffenden Personenkreis die Reaktionszeit risikant verlangsamt. Auch geht bei manchen Senioren die räumliche Orientierung verloren, mit der Folge, dass unbekannte Strecken zu einer Heraus- oder gar Überforderung werden. „Da passiert es schon mal, dass Baustellen und Umleitungen einen älteren Kraftfahrer völlig aus dem Konzept bringen.“

Aufgrund des demographischen Wandels werden in

den nächsten Jahren immer mehr ältere Verkehrsteilnehmer auf den Straßen unterwegs sein. Die Lebenserwartung beträgt heute etwa 80 Jahre. Nicht nur in der Stadt, sondern auch in ländlichen Regionen, wo die Menschen aufgrund eines weniger gut ausgebauten öffentlichen Nahverkehrs verstärkt aufs Auto angewiesen sind, ist ein zunehmender Anteil über 60-jähriger Autofahrer zu erwarten.

Auch das hat Ingrid Wittfeld dazu bewegt, das Thema in den Veranstaltungsplan der von ihr betreuten Initiative „Aktiv Altern im Lauterborn“ aufzunehmen. „Die Resonanz zeigt, wie wichtig Senioren dieses Thema nehmen.“ Nicht nur aus Offenbach sind Zuhörer im Saal, sondern auch etliche aus dem Landkreis und aus Frankfurt.

Wer jahrzehntelang auf vier Rädern mobil war, möchte das gern bleiben, tut aber gut daran, einen Auffrischkurs zu besuchen. Solche Offerten werden von vielen Fahrschulen angeboten und können individuell gestaltet werden, zum Beispiel das Einparken oder Auffahren auf die Autobahn üben. Nach Expertenmeinung ist es zudem sinnvoll, den Lehrer nach einer Proberunde um eine Einschätzung zu bitten und seine Verbesserungsvorschläge

nach und nach abzuarbeiten. Möglich sind darüber hinaus spezielle Kurse, beispielsweise Parcoursfahren. „Der ADAC bietet an verschiedenen Orten, also auch im Rhein-Main-Gebiet, Fahrsicherheitstrainings für Senioren an“, weist Drexelius auf das Zentrum in Gründau-Lieblos hin. „Dort habe ich schon mal an einem Kurs teilgenommen“, meldet sich prompt ein älterer Mann zu Wort. „So was kann ich nur empfehlen“, lautet sein Fazit. Mit etwa 100 Euro für eine fünfstündige Schulung ist man dabei.

„Umfangreiches Theorie-material gibt es sowohl in gedruckter Form als auch im Internet“, ermuntert der Referent dazu, alle Möglichkeiten zu nutzen, um als älterer Autofahrer sein Kenntnisse aufzufrischen. Drexelius verteilt daher auch Broschüren mit nützlichen Informationen, die unter anderem einen Wissenstest über typische Situationen im Straßenverkehr und die richtigen Verhaltensregeln enthalten. Wer sich im Alter nochmals zum Kauf eines neuen Wagens entscheidet, solle mögliche Scheu vor moderner Technik ablegen, rät Drexelius. „Die birgt gerade für Senioren manchen Vorteil, denkt man etwa an Assistenzsysteme zum Abstandhalten oder zur Spur-treue.“