

# ZukunftsWerkstatt Gesundheit & Pflege e.V. im Landkreis Diepholz



## Seminar „Ein Leben lang mobil und sicher“

Die ZukunftsWerkstatt Gesundheit & Pflege im Landkreis Diepholz teilt mit:

Im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Barrierefreies Wohnen & Leben“, findet ein

Seminar mit 2 Terminen statt: 31. März 2020 und 3. April 2020

jeweils von 9.30 Uhr bis 13.00 Uhr

im Kompetenzzentrum Barrierefreies Wohnen in der Berufsbildenden Schule in Syke, Gebäude C, Grevenweg/Ecke An der Weide, Raum 209, statt.

Mobil zu sein gehört zu einem selbstbestimmten Leben einfach dazu. Doch oft begegnen älteren Menschen Vorurteile, wenn sie mit Auto oder Pedelec unterwegs sind: Sie seien nicht mehr in der Lage, vollkommen sicher zu fahren. Sie würden sich und andere gefährden. Aber stimmt das überhaupt? Mit unseren Verkehrssicherheits-Angeboten helfen wir Senioren dabei, mit diesen Herausforderungen umzugehen und geben ihnen Tipps für ihre sichere Teilnahme am Straßenverkehr.

An zwei Vormittagen erhalten Sie in einem theoretischen Kompakt-Seminar u.a. Informationen über die neue STVO, aktuelle Technik und Fahreignung im Alter.

Referent : Gerhard Kreie, Moderator FahrFitnessCheck des ADAC Weser-Ems e.V.



**Zum Abschluss bekommt jeder Teilnehmer eine Urkunde des DVR  
(Deutscher Verkehrssicherheitsrat e.V.)**

# ZukunftsWerkstatt

## Gesundheit & Pflege e.V.

### im Landkreis Diepholz



Da die Zahl der Teilnehmerplätze begrenzt ist, bitten wir um eine verbindliche Anmeldung bis zum 27.03.2020 bei der 1.Vorsitzenden Rita Wegg Telefon 04203 – 78 77 00 oder E-Mail: [rita.wegg@gmx.de](mailto:rita.wegg@gmx.de)

In der Pause stehen Kaltgetränke und Kaffee zur Verfügung.

Ab 13:00 Uhr haben die Teilnehmer die Möglichkeit, die Ausstellung **Barrierefreies Wohnen & Leben** im Kompetenzzentrum in der BBS Syke zu besuchen.

*Ein Leben lang mobil und sicher - ADAC*

*Mobil sein, heißt Kontakte pflegen, Besorgungen erledigen, Reisen unternehmen und neue Erfahrungen sammeln - kurz gesagt: selbstständig und aktiv am Leben teilnehmen. Doch mit zunehmendem Alter fallen einem manche Dinge mitunter nicht mehr ganz so leicht. Sei es den Überblick im wachsenden Verkehrsaufkommen zu behalten, die neuen Techniken und Fahrerassistenzsysteme zu bedienen oder neue Regelungen und geänderte Vorschriften zu überblicken. Diese und viele weitere Fragen wie bspw. wie bin ich im Straßenverkehr besser sichtbar, was lenkt mich ab oder wie steht es um meine Gesundheit und Beweglichkeit werden in den „sicher mobil“ Veranstaltungen des ADAC thematisiert und in kleinen Gruppen diskutiert.*

*Das vom DVR konzipierte und vom BMVI finanzierte Programm wendet sich hauptsächlich an aktive Verkehrsteilnehmerinnen und Verkehrsteilnehmer im Seniorenalter. Die kostenfreien Veranstaltungen richten sich an alle Verkehrsteilnehmer, ganz gleich, ob sie überwiegend mit dem Auto, dem Fahrrad oder Pedelec, zu Fuß oder mit den öffentlichen Verkehrsmitteln unterwegs sind. Ziel ist es, den Teilnehmenden Kenntnisse und Fähigkeiten zu vermitteln, die ihnen dabei helfen, möglichst lange und sicher mobil zu bleiben. Speziell ausgebildete Moderatorinnen und Moderatoren gehen dabei auf besondere Interessen und Fragestellungen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer ein.*

*In jeder Veranstaltung werden die Themen Leistungsfähigkeit und Gesundheit sowie das Miteinander und Konflikte zwischen Verkehrsteilnehmenden angesprochen. Darüber hinaus können Punkte wie Sicht und Wetter, alte Gewohnheiten und neue Regeln, der sichere Transport von Gepäck, das Thema Technik und Ausstattung oder das Planen von Wegen je nach Interesse der Teilnehmenden zum Schwerpunkt gemacht werden. So vielschichtig die Bedürfnisse der Zielgruppe sind, so breit ist die Palette der Themen, die das Programm „sicher mobil“ aufgreift*