

Vollbremsung fürs Selbstvertrauen

In Munster findet ein Fahrtraining „Fit im Auto“ für Senioren statt – Praxisübungen mit Experten

tip Munster. „Ach, ich wollt mal sehen, ob ich's noch kann. Ich bin ja nun auch schon über 80“, die Dame stellt die Automatik auf D, und den Fuß aufs Gaspedal. Sie wartet aufs „Startzeichen“. „Eigentlich dachte ich, ich komm hier um 8 Uhr her, mache einen Test und bin wieder weg. Aber das ich hier so Übungen mache, hätte ich nicht gedacht.“ Sie gibt Gas, beschleunigt den kleinen silbernen Opel, ihren „Einkaufswagen“, wie sie ihn nennt, auf 50 Stundenkilometer bis zum Leitkegel – Vollbremsung, der Sicherheitsgurt hält. Hellmuth Jäger von der Verkehrswacht schaut durchs Seitenfenster und legt den Kopf schräg: „Na, das war ja schon mal was. Aber das geht noch besser.“ Mit dem Bein zeigt er, wie er sich die Bremsbewegung vorstellt – mit Druck. Dann winkt er sie weiter.

Die Munsteranerin ist am Freitagvormittag eine von elf Senioren, die bei dem Pilotkurs „Fit im Auto“ teilnehmen. Nach einer kurzen Einführung mit Neuerungen aus dem Straßenverkehr am Morgen, geht es hinters Lenkrad und auf die Straße. Fahren können die Senioren alle, ob sie es auch sicher

tun, das wollen sie an diesem Vormittag herausfinden. Denn angewiesen sind sie aufs Auto alle. Mobil sein, heißt auf dem Land auch, selbstbestimmt zu sein. „Sicher mobil, dabei hilft der Kurs, das begrüßen wir“, sagt Adolf Köthe vom Seniorenbeirat, welcher für das Landesprojekt mit der Verkehrswacht kooperiert.

Den Spiegel vorhalten

Das eigene Können testen, Vergessenes auffrischen, Unbekanntes lernen – im Austausch mit Gleichgesinnten und mit dem geschulten Blick von Experten, geht es beim Fahrtraining darum, sich und seinen Fahrkünsten selbst einmal einen Spiegel vorzuhalten, die eigene Fahrweise zu hinterfragen. „Es ist eine Selbstschau, deswegen ist bewusst niemand Uniformiertes dabei“, sagt Bodo Rockmann. Der pensionierte Polizist lacht. „Wir testen nicht auf Fahrtauglichkeit.“

Angst um seinen Führerschein muss keiner haben. Ein wenig Mut und Selbstbewusstsein aber schon. Denn jeder fährt zwar für sich, aber vor den Augen der anderen. So besteht ein Praxisteil

in der Fahrt mit dem Fahrschulauto durch die Innenstadt. Der Lehrer als Beifahrer, zwei Gruppenmitglieder auf dem Rücksitz geht es durch Einbahnstraßen und die Fußgängerzone, durch den Kreisel und auf die Hauptstraße. Kritik und Anregungen gibt es am Ende von den Mitfahrern, vom Fahrschullehrer nur auf Wunsch.

„Ich sage ja eigentlich nichts, aber ich frage, ob sie etwas hören wollen und das wollten alle“, sagt Fahrschullehrer Michael Neumann, der mit seinem Kollegen Dirk Syring und zwei Lehrfahrzeugen den Kurs unterstützt. Dass die Teilnehmer so aufgeschlossen bei der Sache sind, konstruktive Ratschläge erbeten und direkt versuchen umzusetzen, sieht er als großes Plus des Kurses. Denn es gehe in erster Linie auch darum, sich selbst zu testen und Fehlerhaftes, das sich über die Jahrzehnte falsch eingeschlichen hat, zu erkennen und auszumerzen – für die eigene und für die Sicherheit anderer.

Darum geht es auch im zweiten Teil der Übung, in welcher die Teilnehmer im eigenen Fahrzeug auf nichtöffentlichem Terrain das Bremsen in Gefahrensituationen üben. Aber bevor die Senioren Gas geben, geht es um die Basics – die Sitze werden ordentlich eingestellt, darauf legt Jäger wert. „Eine falsche Einstellung kann tödlich sein“, sagt er und prüft die Sitzpositionen einzeln, es gibt überall etwas nachzustellen – lässige Liegeposition beim einen, Lenken durch



Was mit dem Körper passiert, wenn der Sitz nicht richtig eingestellt ist, erklärt Hellmuth Jäger den Teilnehmern. Fotos: tip

Fingerspitzengefühl bei einer anderen. „Ich hab' 69 meinen Führerschein gemacht. Das gibt's ja schon gar nicht mehr“, sagt die Munsteranerin. Einen Unfall habe sie noch nie gehabt, aber ein-, zweimal hinten einen anderen angefahren, deswegen piept es im Auto nun, wenn sie rückwärts fährt und die Abstände geringer werden. „Das ist neu“, sagt sie. Ansonsten fühle sie sich sicher. „Bei manchen denke ich, komm' in die Pötte, die haben Angst zu fahren. Dann muss man es eigentlich lassen.“

„Wir haben den demografischen Wandel, die Autofahrer werden älter. Und wir wollen diese nicht als Unfallopfer haben“, sagt Jäger, der auch den theoretischen Teil in den Räumlichkeiten der Munsteraner Stadtwerke moderiert. Das sehen nicht nur die Initiatoren des Kurses, das Land Niedersachsen, die Polizei, der Fahr-

lehrerverband, das Forum Zukunft und die Verkehrswacht, sondern auch viele Senioren aus dem gesamten Nordkreis. 50 haben sich für das mehrstündige Training bereits angemeldet, alle sind willkommen.

„Ich weiß jetzt für mich, dass ich es noch kann“, sagt die Seniorin aus Munster nach dem Fahrtraining. Zum Abschied bekommt sie wie alle anderen neben der Teilnahmebestätigung einige Denksportaufgaben mit auf dem Weg – auch geistige Fitness gehört zum Programm. Sie lächelt: „Dümmer wird man hier sicher nicht.“ 792988



Gas geben und mit Druck aufs Bremspedal: Hellmuth Jäger erklärt den Teilnehmern wie der Selbsttest auf dem gesperrten Gelände funktioniert.



Hellmuth Jäger gibt seit 22 Jahren Verkehrssicherheitstraining bei der Verkehrswacht in Munster. Beim Kurs „Fit im Auto“ übt er mit den Teilnehmern das Bremsen in Gefahrensituationen.

Infobox

Was: Fahrtraining „Fit im Auto“ mit Experten für Senioren

Kosten: 30 Euro

Informationen: www.fit-im-auto.de und bei der Verkehrswacht, ☎ (051 92) 89 94 96.