

# Senioren unterwegs

## Mobilität als Voraussetzung für gesellschaftliche Teilhabe

Ein wichtiges Bedürfnis für die Brandenburgerinnen und Brandenburger ist flächendeckend eine moderne und bedarfsgerechte Mobilität. Diese ist eine notwendige Voraussetzung für soziale und wirtschaftliche Teilhabe. Leider sind noch immer Menschen in Brandenburg in ihrer Mobilität eingeschränkt: Während im Berliner Umland die Verkehrsauslastung und -belastung immer weiter steigt, sinken die Mobilitätsangebote im ländlichen Raum aufgrund der demografischen Entwicklung. Umso wichtiger ist es für die Generation 65+, ihre eigene Mobilität zu erhalten.



## Die Altersgruppe 65+

In Brandenburg leben über 638.670 Menschen, die älter als 65 Jahre sind. Laut Bevölkerungsprognosen wird die Zahl der über 65-Jährigen bis zum Jahr 2030 auf 760.000 Menschen ansteigen.

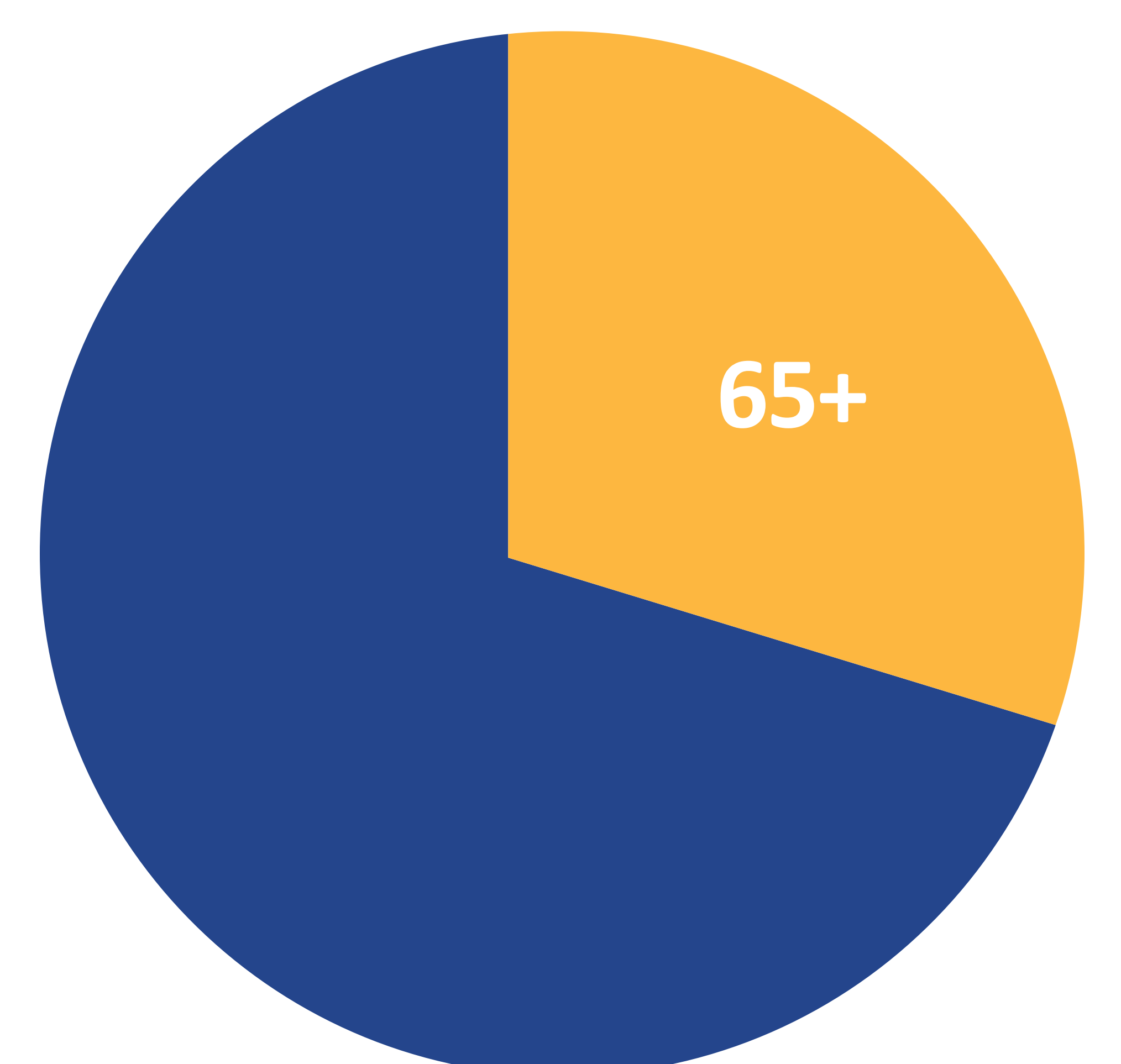
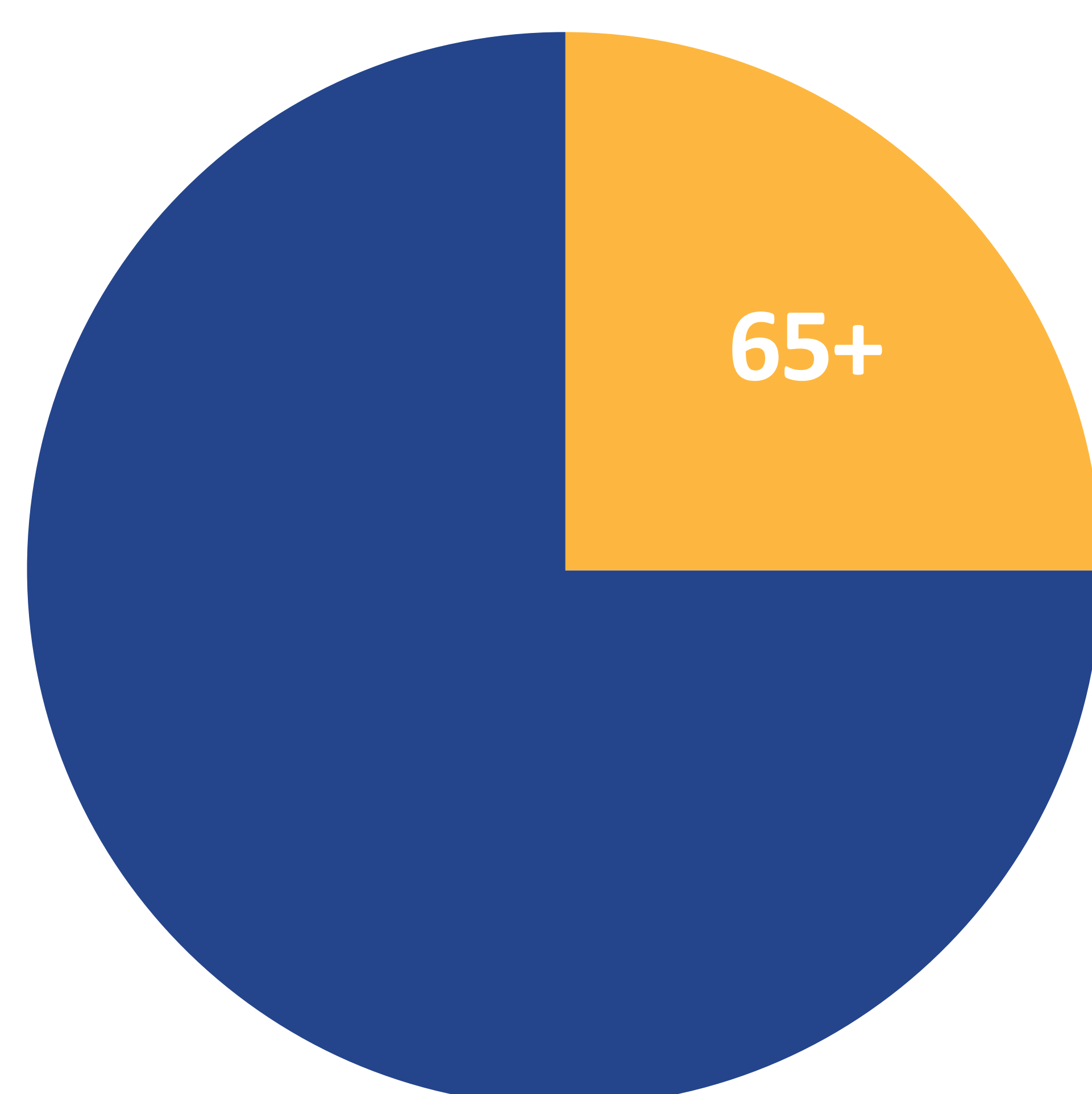
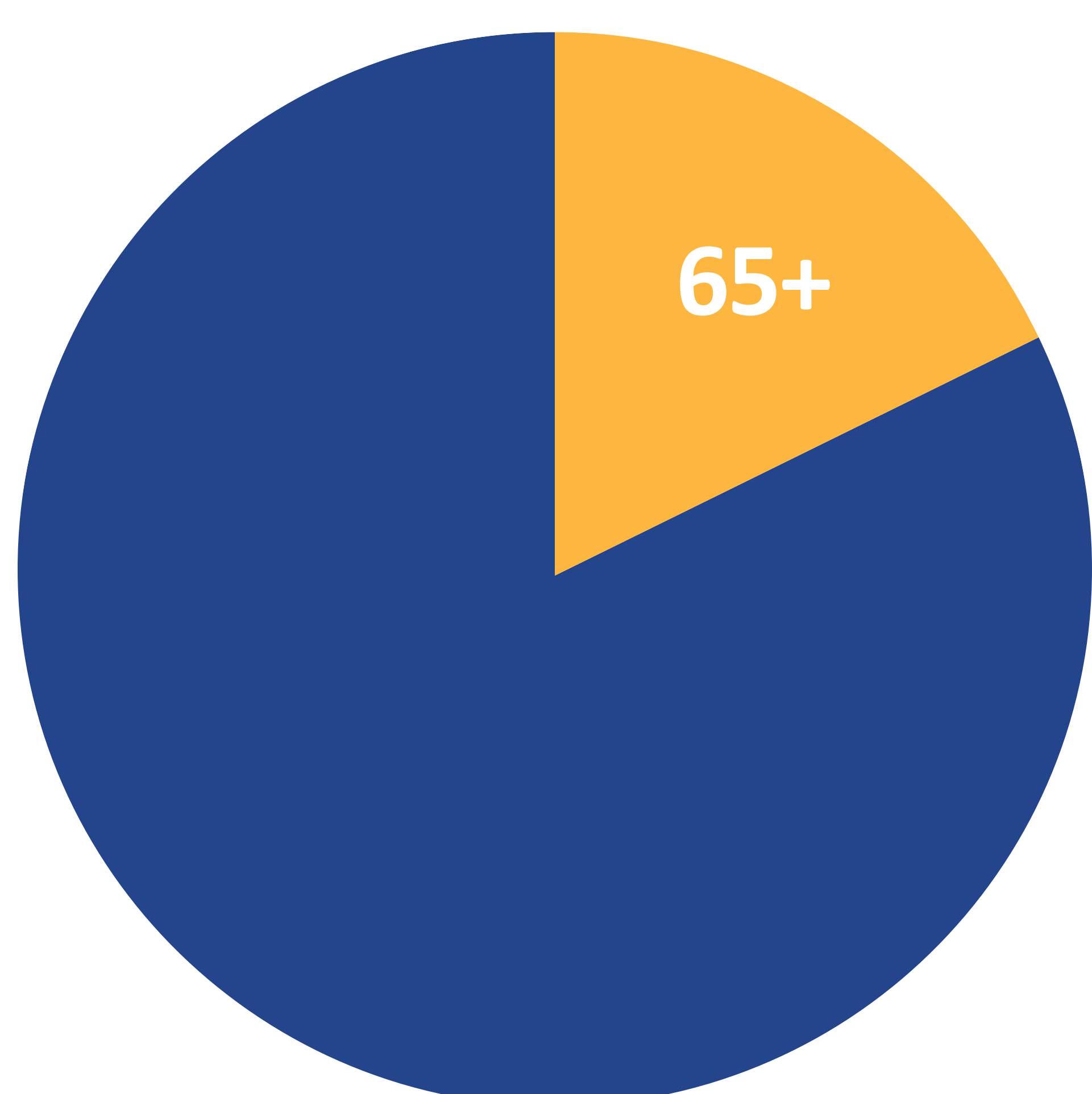
Keine andere Altersgruppe ist so vielschichtig und von Veränderungen geprägt, wie die Gruppe der Generation 65+. Das kalendarische Alter ist daher kein aussagekräftiger Faktor für die individuellen Leistungen oder die Beurteilung der Fahrkompetenz.

## Bevölkerungsanteil der Altersgruppe 65+

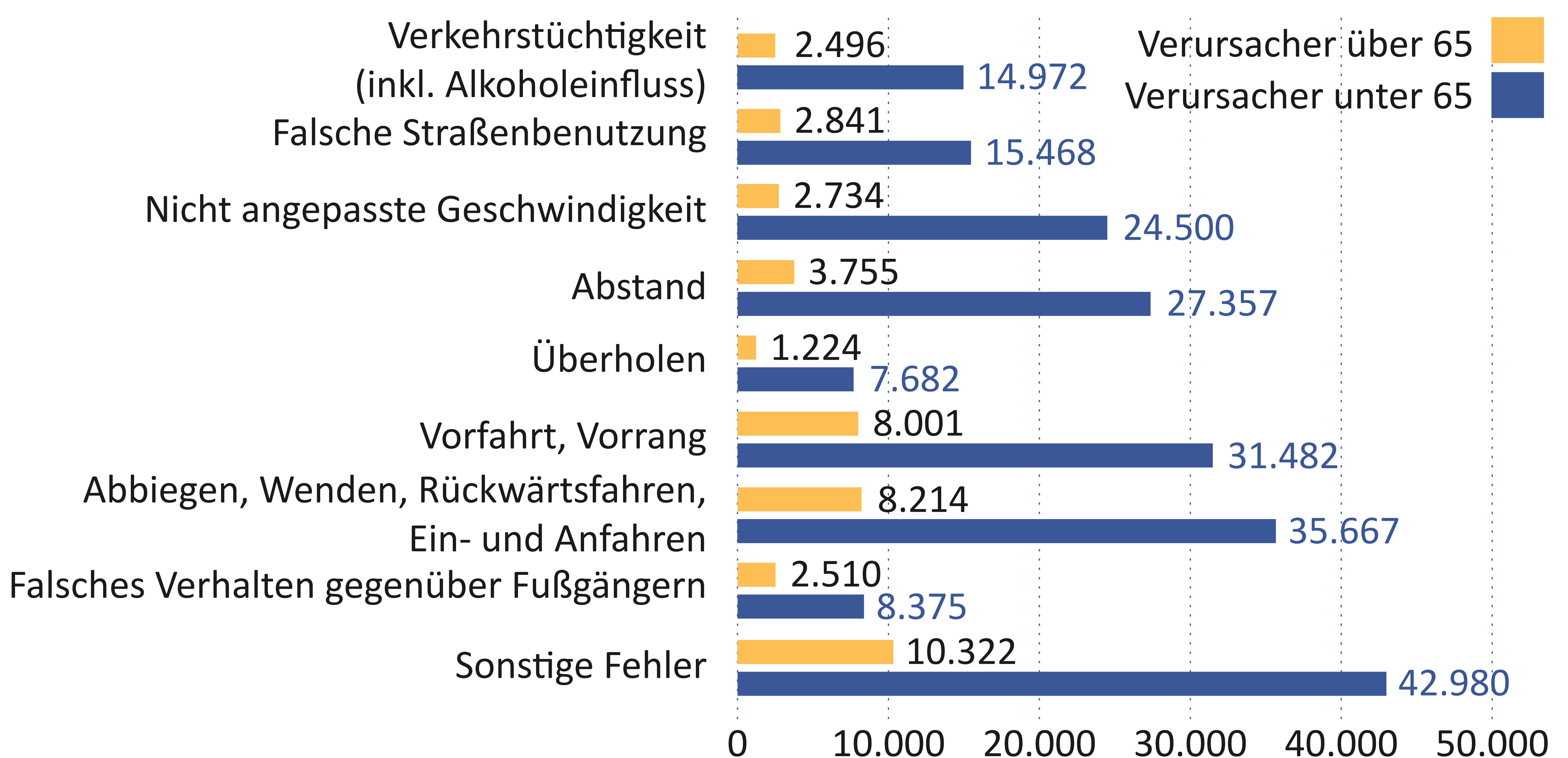
Deutschland 2020: 18 %

Brandenburg 2020: 25 %

Brandenburg 2030: 30%



## Häufige Unfallursachen im Altersgruppenvergleich (Deutschland 2020)





# Für eine sichere Fahrt benötigte Fähigkeiten

## Sehen

Bei einem Viertel der 60- bis 69-Jährigen und drei Viertel der über 69-Jährigen sind negative Veränderungen der Sehfähigkeit festzustellen. Weiterhin sinkt die Sehschärfe mit schlechter werdenden Lichtverhältnissen – bei Zwielicht auf etwa 20 bis 30 Prozent und bei Dunkelheit auf etwa 5 Prozent. Schätzungen zufolge sind jährlich 300.000 Unfälle auf Deutschlands Straßen auf „Schlechtes Sehen“ zurückzuführen.

*Tipp: Eine regelmäßige Überprüfung Ihrer Sehfähigkeit bei Ihrem Augenarzt ist zu empfehlen, auch um ernstzunehmende altersbedingte Augenkrankheiten frühzeitig zu erkennen.*



## Hören



Ein gutes Hörvermögen ist im Straßenverkehr sehr wichtig, z. B. um herannahende Autos und Signalgeräusche wahrnehmen zu können. Durch die altersbedingt nachlassende Hörfähigkeit kann das Verkehrsgeschehen nicht mehr so gut wahrgenommen werden. Auch Musik und Nebengeräusche beeinflussen unsere Hörfähigkeit. Wer laut Musik hört, benötigt eine bis zu 50 Prozent längere Reaktionszeit.

*Tipp: Lassen Sie Ihr Gehör regelmäßig von Ihrem Arzt untersuchen und sich beraten, wie Sie Ihre Hörfähigkeit möglichst lang erhalten.*

## Aufmerksamkeit

Etwa jeder zehnte Unfall mit Getöteten im Straßenverkehr ist auf Ablenkung zurückzuführen. Bereits geringe Ablenkungszeiten können das Unfallrisiko erheblich erhöhen, indem ein rechtzeitiges Reagieren auf unerwartete Verkehrereignisse deutlich erschwert wird. Wer bei einer Geschwindigkeit von 50 km/h nur zwei Sekunden abgelenkt wird, ist schon knapp 30 Meter im „Blindflug“ unterwegs.

*Tipp: Vermeiden Sie die Nutzung von Handys oder Navigationsgeräten während der Fahrt. Führen Sie keine intensiven Gespräche und reduzieren Sie die Lautstärke von Nebengeräuschen und Musik.*



## Bewegungsfähigkeit



Mit fortschreitendem Alter nehmen auch orthopädische Probleme zu. Steife Gelenke oder Schmerzen im Schulter- und Nackenbereich können zu einem Risikofaktor im Straßenverkehr werden: Der Schulterblick fällt schwerer, das Blickfeld ist dadurch eingeschränkt und die Reaktionsfähigkeit kann schmerzbedingt abnehmen. Das Trainieren der Feinmotorik, der Muskelkraft oder der Rotationsfähigkeiten können dazu beitragen, die eigene Mobilität lange zu erhalten.

*Tipp: Üben Sie regelmäßig gelenkschonende, dehnende und muskelerhaltende Aktivitäten aus (z. B. Nordic-Walking, Schwimmen).*



# Die häufigsten Unfallursachen I



## Zu Fuß gehende Senioren

**Fallbeispiel:** Überschreiten der Fahrbahn

**Unfallhergang:** „Der 74-jährige Fußgänger passierte die Fahrbahn, ohne auf den anfahren den LKW zu achten. Der Fußgänger wurde vom LKW erfasst und schwer verletzt.“

**Ursache:** Überschreiten der Fahrbahn, ohne auf den Fahrzeugverkehr zu achten

**Folge:** Fußgänger schwer verletzt

Bei rund 80 Prozent aller Unfälle mit älteren zu Fuß Gehenden liegt die Ursache im „falschen Verhalten beim Überschreiten der Fahrbahn“. Besonders gefährlich ist es, zwischen parkenden Autos oder anderen Sichthindernissen auf die Straße zu treten. Nutzen Sie möglichst Querungshilfen, wie Ampeln, Fußgängerüberwege oder Mittelinseln.



## Radfahrende Senioren

**Fallbeispiel:** Falsche Fahrtrichtung

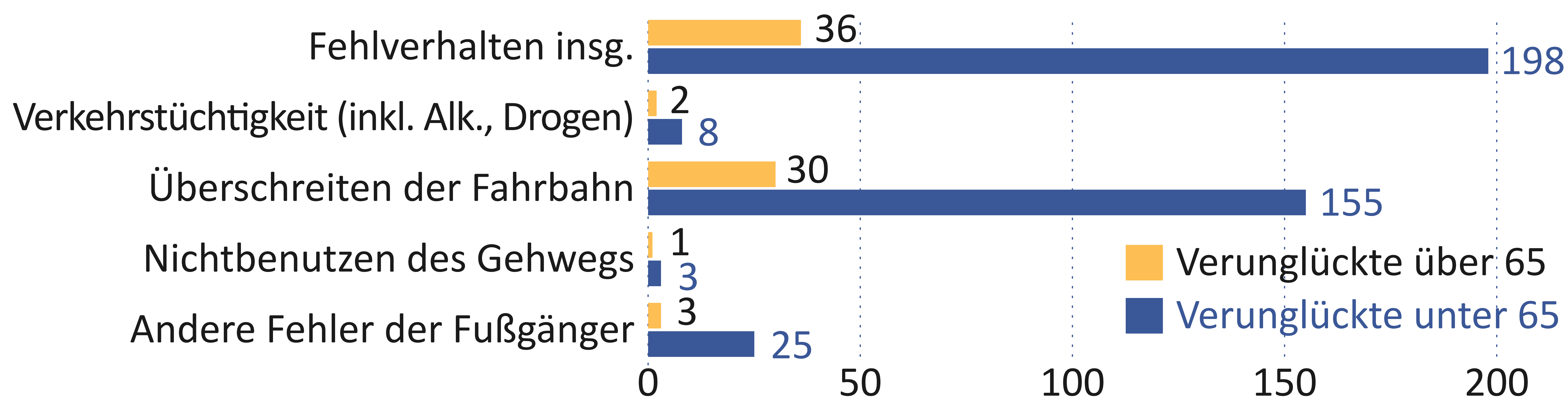
**Unfallhergang:** „Die 81-jährige Radfahrerin befuhr den Fußweg auf der linken Straßenseite. Auf Höhe der Kreuzung wurde sie von dem vorfahrtsberechtigten Transporter überrascht. Die Radfahrerin bremste und konnte einen Zusammenstoß verhindern, geriet aber ins Straucheln, stürzte und verletzte sich dabei.“

**Ursache:** Verbotswidrige Benutzung der Fahrbahn, Nichtbeachten der Regel „rechts vor links“

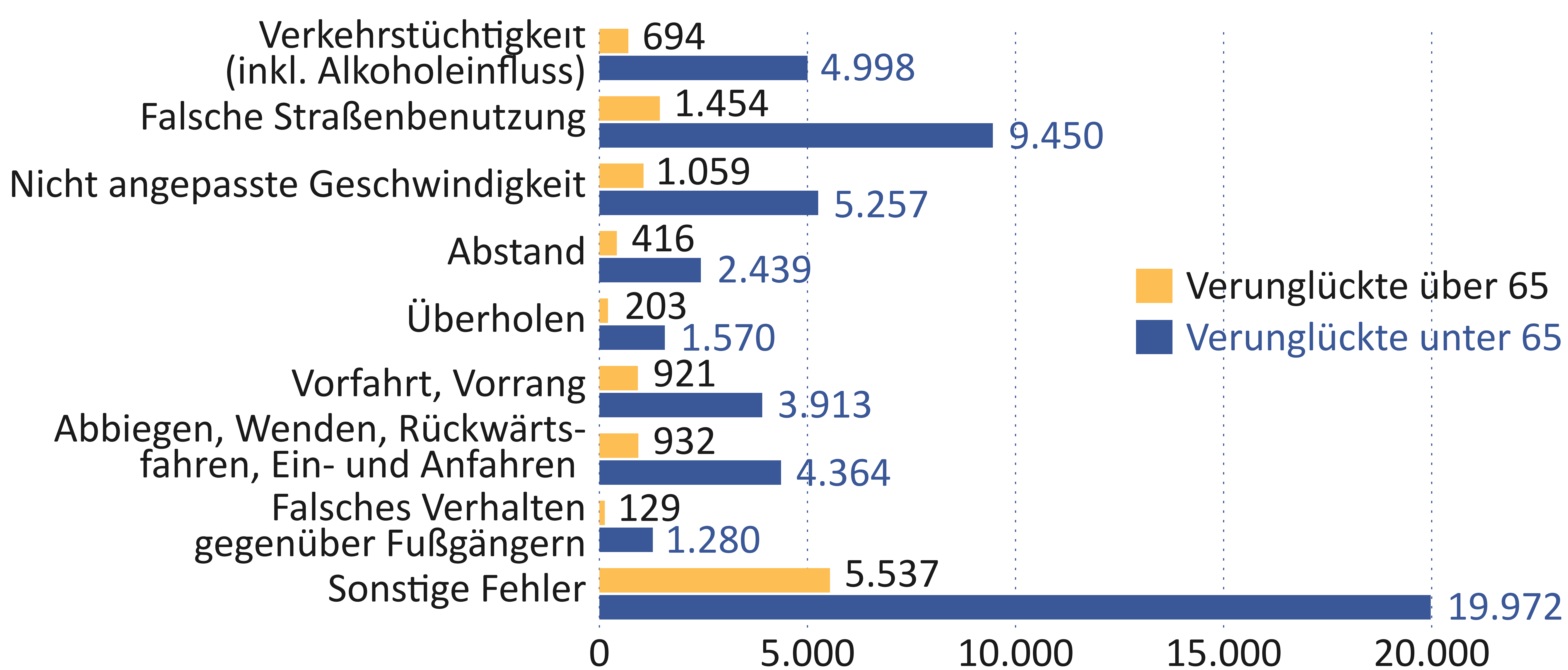
**Folge:** Radfahrerin leicht verletzt

Insgesamt ist über die Hälfte (57,5 % in 2020) der tödlich verunglückten Fahrradfahrer mindestens 65 Jahre alt. Auch die Verletzungsschwere dieser Altersgruppe ist im Vergleich zu anderen Altersgruppen besonders hoch.

### Hauptunfallursachen von zu Fuß Gehenden (Brandenburg 2021)



### Hauptunfallursachen von Radfahrenden (Deutschland, 2020)





# Die häufigsten Unfallursachen II



## Autofahrende Senioren

**Fallbeispiel:** Zusammenstoß mit Fahrzeug

**Unfallhergang:** „Ein 73-Jähriger fuhr auf dem Besucherparkplatz mit seinem PKW rückwärts über die Parkplatzmarkierung hinaus. Dabei stieß er gegen die Front des hinter ihm parkenden PKW. Dies wiederholte sich drei Mal. Auf Nachfragen antwortete er, es sei doch nichts passiert, stieg aus, setzte seine aus der Heckstoßstange gefallen Sensoren wieder ein und fuhr los.“

**Ursache:** Andere Fehler beim Fahrzeugführer

**Folge:** Sachschaden am PKW, Strafanzeige wegen unerlaubten Entfernens vom Unfallort



## Wild- und Baumunfälle

**Fallbeispiel:** Abkommen von der Fahrbahn

**Unfallhergang:** „Ein 66-jähriger PKW-Fahrer kam beim Versuch, einem Wildtier auszuweichen von der Fahrbahn ab. Das Fahrzeug prallte daraufhin gegen einen Baum. Der Fahrer erlitt dabei Verletzungen, die im Krankenhaus medizinisch versorgt werden mussten. Ebenso ergab sich ein geschätzter Sachschaden von rund 4.000 €.“

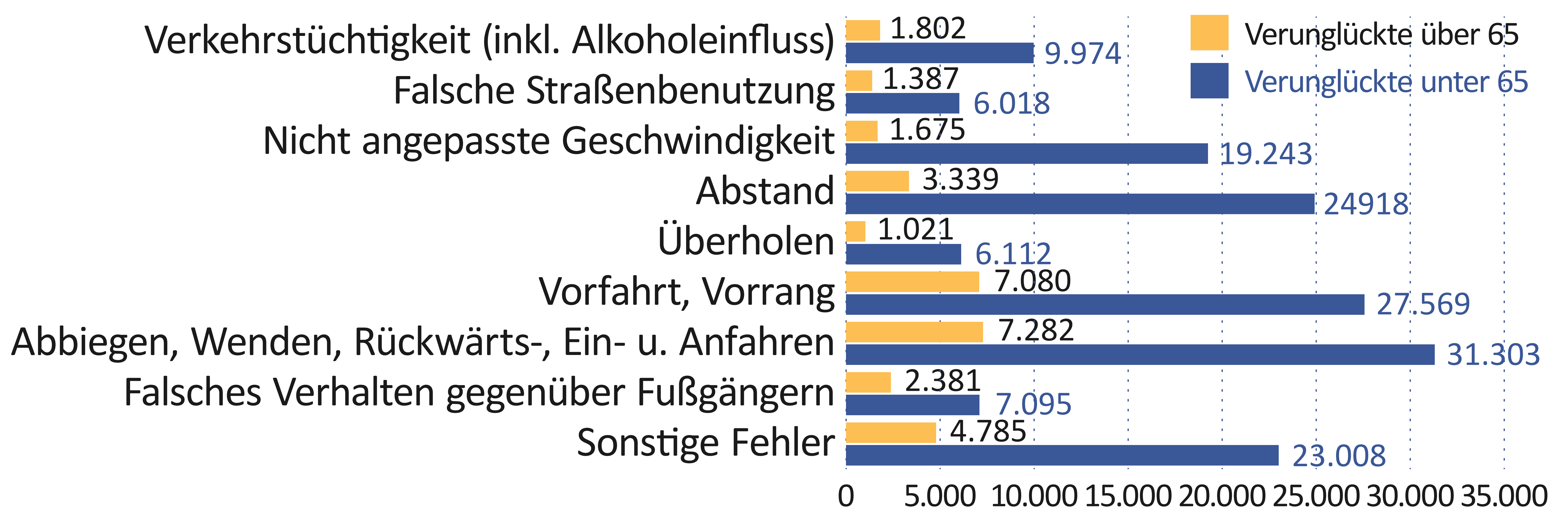
**Ursache:** Plötzliches Auftauchen von Wild auf der Fahrbahn

**Folge:** PKW-Fahrer verletzt, Sachschaden

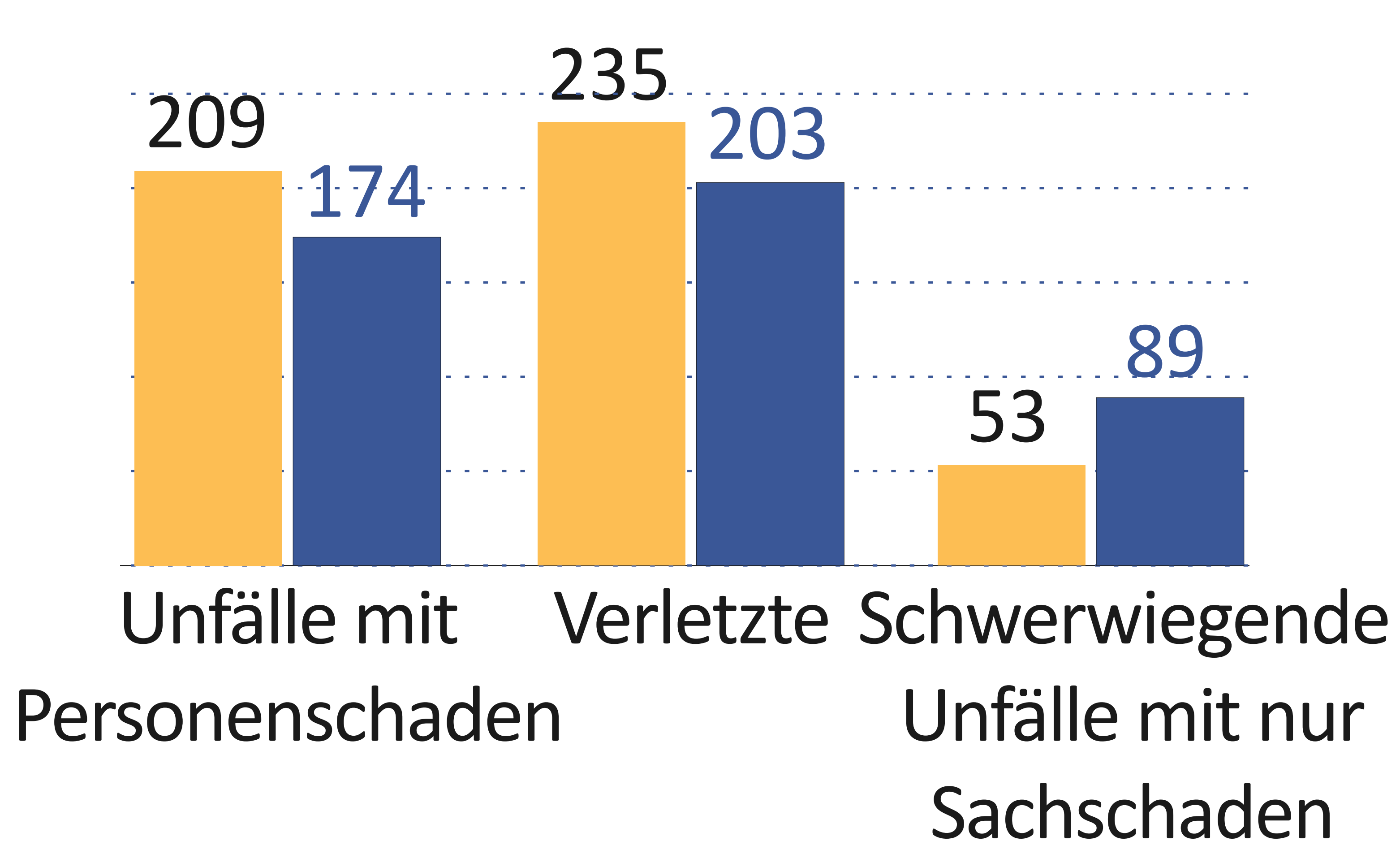
Weniger als die Hälfte der verunglückten Senioren kamen 2020 als Pkw-Insassen zu Schaden (18 199 bzw. 39,4 %). Viele getötete Seniorinnen und Senioren (323 Personen bzw. 36,1 %) starben als Pkw-Insassen. Einiges weist darauf hin, dass altersbedingte Einschränkungen das zugrundeliegende Problem bei Unfällen sind.

In den Jahren 2019 und 2020 lagen die Wildunfälle in Brandenburg offiziell je bei über 5.000 mit 85 Verletzten. Fast die Hälfte aller Toten im Straßenverkehr kamen 2021 in Brandenburg bei Unfällen am Baum ums Leben, was einen dramatischen Anstieg von 58,8 Prozent bedeutet.

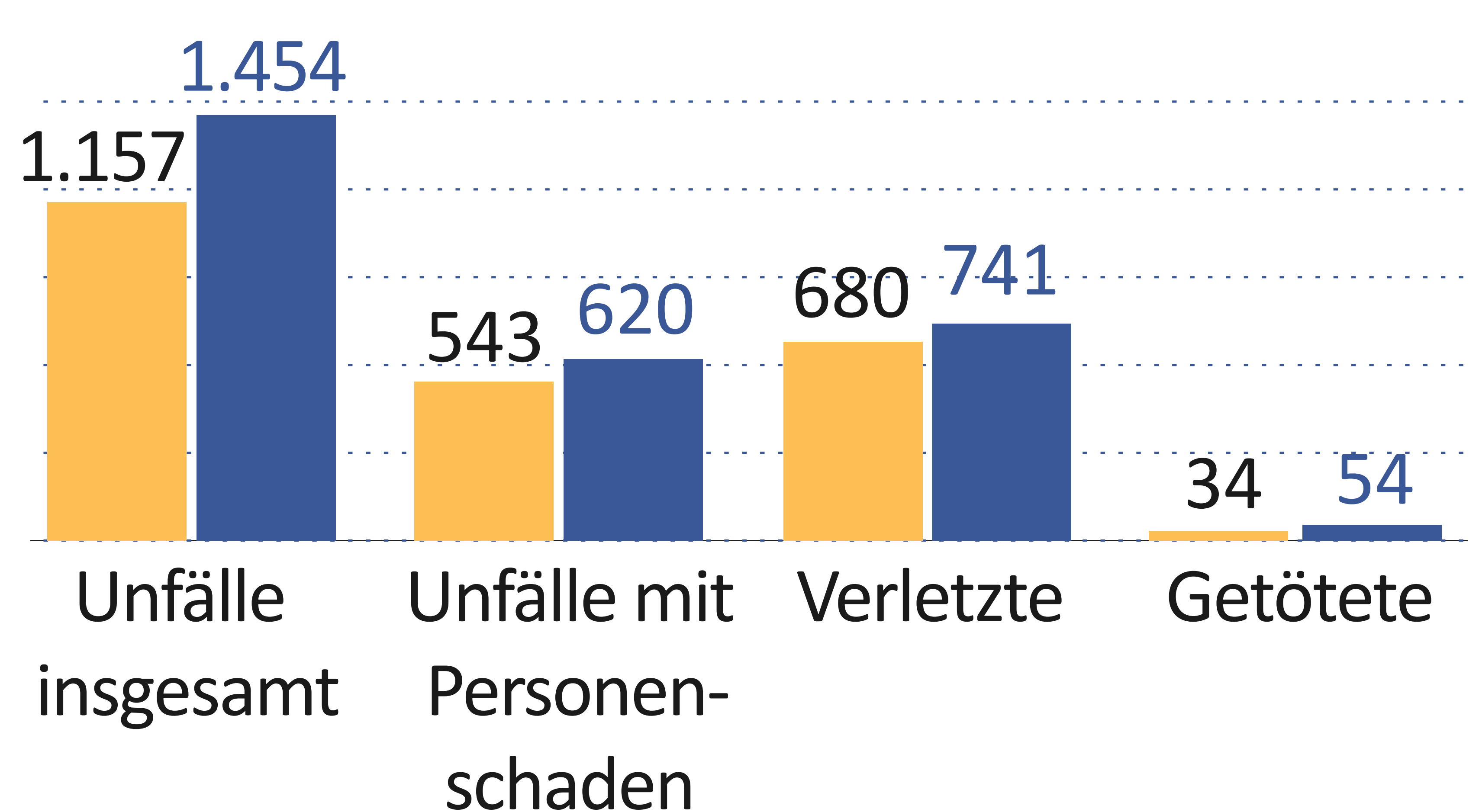
### Hauptunfallursachen von Autofahrenden (Deutschland, 2020)



### Wildunfälle (Brandenburg, 2019, 2020)



### Baumunfälle (Brandenburg, 2020, 2021)





# Hinweise für mehr Verkehrssicherheit

## Sichtbarkeit im Dunkeln

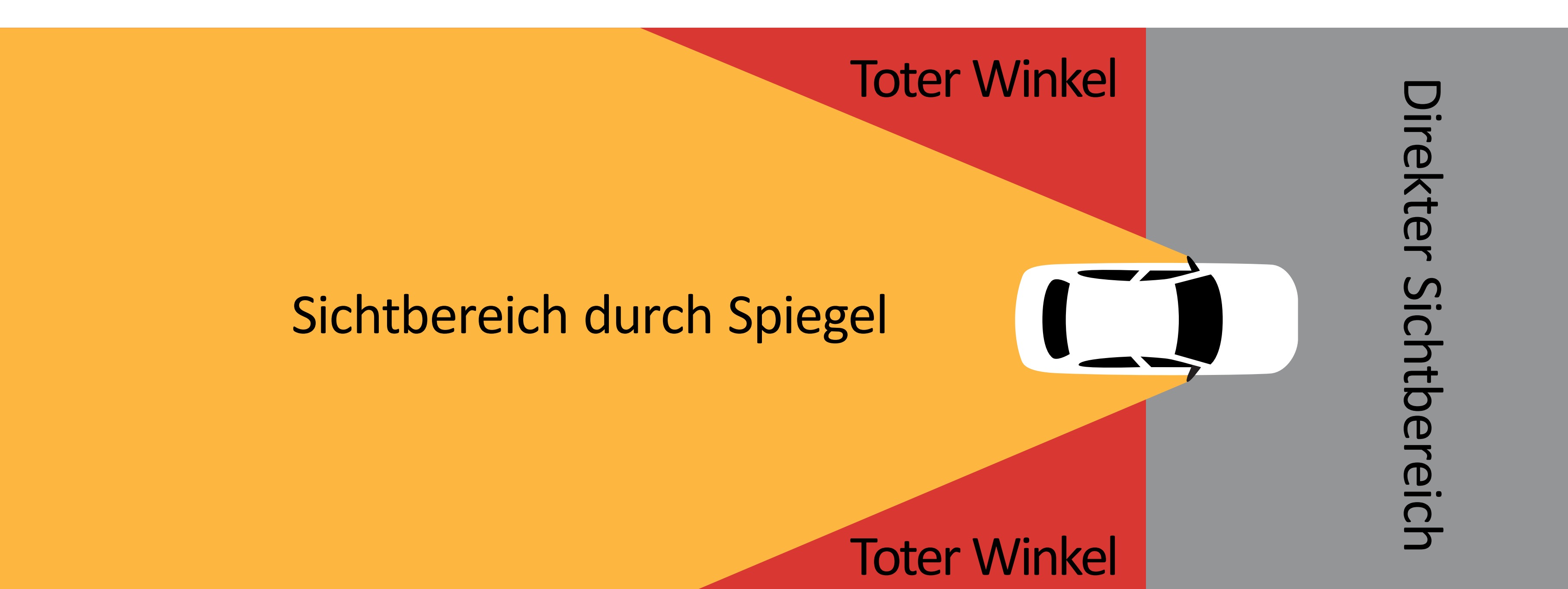
Fahrzeugführer sehen Sie erst aus etwa 25 Metern, wenn Sie dunkel gekleidet sind. Durch schlechte Witterung wie Regen, Nebel oder Schneefall sinkt die Sichtweite nochmals deutlich. Tragen Sie helle Kleidung, werden Sie bereits aus etwa 40 Metern Entfernung gesehen.

Das liegt daran, dass helle Kleidung sich deutlicher von der Umgebung abhebt als dunkle Kleidung. Wenn Sie reflektierende Kleidung tragen, sehen Fahrzeugführer sie schon aus etwa 140 Metern. Je größer die Rückstrahlflächen, desto besser werden Sie gesehen.



## Der tote Winkel

Unfälle mit Radfahrern ereignen sich insbesondere beim Abbiegen, wenn sie von (Last-)Kraftwagenfahrern übersehen werden. Häufig befinden sich die Radfahrer dabei im toten Winkel, also im Außenbereich eines Fahrzeugs, der für den Kraftfahrer trotz Spiegel nicht einsehbar ist.



Fahren und halten Sie als Radfahrer deshalb stets dort, wo der Kraftfahrzeugfahrer Sie gut sehen kann. Gehen Sie, wann immer möglich, auf Nummer sicher und bleiben Sie hinter anderen Fahrzeugen – insbesondere bei Lkw und Bussen.



Wenn Sie neben einem Fahrzeug fahren, das abbiegen möchte: Suchen Sie den Blickkontakt zum Fahrer, um sicherzugehen, dass er Sie gesehen hat.



Beharren Sie nicht auf Ihrem Vorfahrtsrecht, wenn Sie merken, dass der Kraftfahrzeugfahrer nicht auf Sie reagiert – Ihre Gesundheit ist wichtiger!

## Benutzungspflichtige Radwege



Radfahrer müssen auf dem Radweg fahren. Fußgänger dürfen den Radweg nicht benutzen.



Rad- und Gehweg verlaufen nebeneinander. Radfahrer dürfen nicht auf dem Gehweg fahren, Fußgänger nicht auf dem Radweg laufen.



Radfahrer und Fußgänger benutzen den Weg gemeinsam. Dabei ist besondere Vorsicht und gegenseitige Rücksichtnahme geboten.

## Weitere Verkehrsflächen



Gehwege dürfen von Radfahrern in Schrittgeschwindigkeit befahren werden, wenn dies durch ein Zusatzschild erlaubt ist. Fußgänger haben Vorrang.



Radfahrer dürfen nur dann entgegen der Einbahnstraße fahren, wenn dies durch ein Zusatzschild erlaubt ist.



Fahrradstraßen, Fahrradzonen und Radschnellwege sind dem Radverkehr und E-Scootern vorbehalten.

## Fahren auf der Straße



Der Schutzstreifen darf von Kraftfahrern befahren werden, sofern der Radverkehr nicht behindert wird; Halten und Parken ist jedoch verboten.



Der Radfahrstreifen ist ausschließlich für Radfahrer und E-Scooter-Fahrer zulässig. Kraftfahrzeuge dürfen dort nicht fahren, halten oder parken.