Kantonspolizei Zürich

Praktische Tipps

die Senioren sicherer machen.

WENIGER-SENIOREN-UNFÄLLE.ch

Fakt 1

Niemand hält sich zu Fuss besser an die Verkehrsregeln als Seniorinnen und Senioren.

Fakt 2

Über 50% der getöteten Fussgänger im Strassenverkehr sind älter als 65.*

* Quelle: Kantonspolizei Zürich

Kampagne für weniger Senioren-Unfälle.

Neben Kindern gehören ältere Menschen zu den besonders gefährdeten Personen im Strassenverkehr. Anders als die Kinder können ältere Menschen aber nicht auf so viel Verständnis und Rücksichtnahme vonseiten der anderen Verkehrsteilnehmer zählen.

An diesem Punkt setzt die Kampagne der Kantonspolizei Zürich an. Sie will auf altersbedingte Schwierigkeiten von Seniorinnen und Senioren im Strassenverkehr sensibilisieren und so zu einem rücksichtsvolleren Verhalten diesen gegenüber beitragen.

Gleichzeitig richtet sich die Kampagne aber auch an die Seniorinnen und Senioren selbst. Mit ganz konkreten Tipps wird ihnen aufgezeigt, was sie selber für mehr Sicherheit im Strassenverkehr tun können.
Gemeinsam soll so über die nächsten Jahre das eigentliche Ziel der Kampagne erreicht werden: Weniger Senioren-Unfälle im Strassenverkehr.

WENIGER-SENIOREN-UNFÄLLE.ch

1
Das Verhalten dem Alter anpassen.

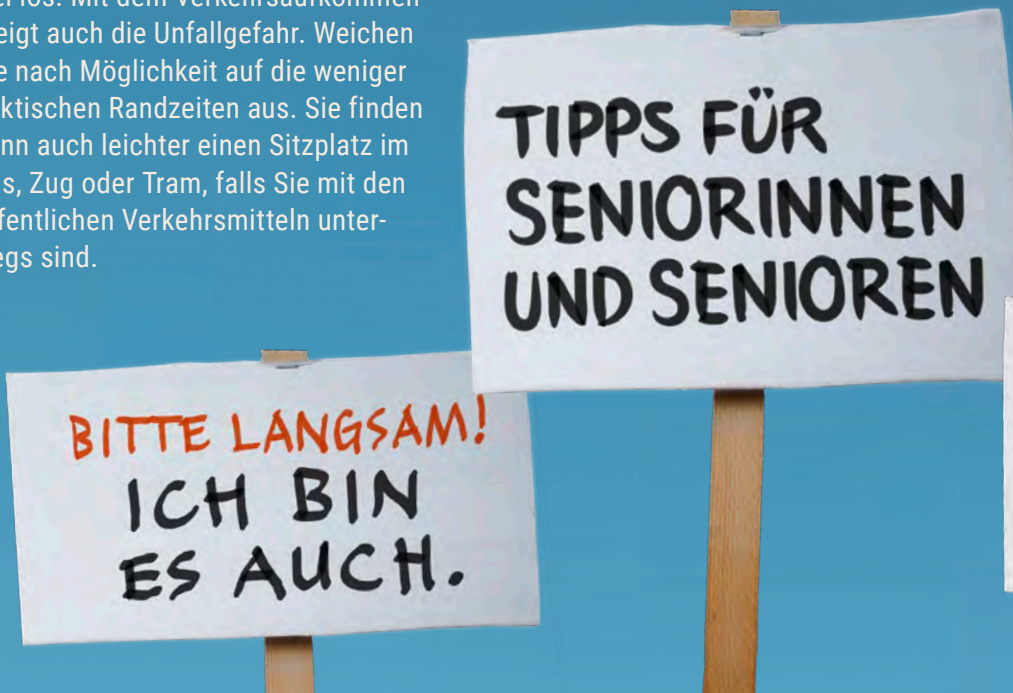
Es ist ganz natürlich, dass im Alter die Leistungsfähigkeit der Sinnesorgane und des Körpers nachlassen. Nehmen Sie die Schwächen (aber auch Ihre Stärken!) bewusst wahr und passen Sie Ihr Verhalten im Strassenverkehr entsprechend an. Wer sich und seine Leistungsmöglichkeiten richtig einschätzt, kann auch Gefahrensituationen besser beurteilen.

2
Bessere Vorbereitung, mehr Sicherheit.

Verkehrssicherheit beginnt schon vor dem ersten Schritt – mit der sorgfältigen Vorbereitung zuhause. Planen Sie dabei genügend Zeit ein und machen Sie sich Gedanken über den genauen Weg, die beste Reisezeit und Ihre Kleidung.

3
Stosszeiten? Nein danke!

In den Hauptverkehrszeiten (7 bis 9 Uhr und 17 bis 19 Uhr) ist auf den Strassen viel los. Mit dem Verkehrsaufkommen steigt auch die Unfallgefahr. Weichen Sie nach Möglichkeit auf die weniger hektischen Randzeiten aus. Sie finden dann auch leichter einen Sitzplatz im Bus, Zug oder Tram, falls Sie mit den öffentlichen Verkehrsmitteln unterwegs sind.



4

Warten, Blickkontakt herstellen, laufen.

Das Überqueren einer Strasse ist besonders für ältere Menschen immer eine potenzielle Gefahrensituation. Benützen Sie wenn immer möglich einen Fussgängerstreifen, auch wenn dazu ein paar Schritte mehr nötig sind. Halten Sie vor dem Queren der Strasse stets an und laufen Sie erst los, nachdem Sie Blickkontakt hergestellt haben. Bei Dunkelheit ist besondere Vorsicht geboten.

5

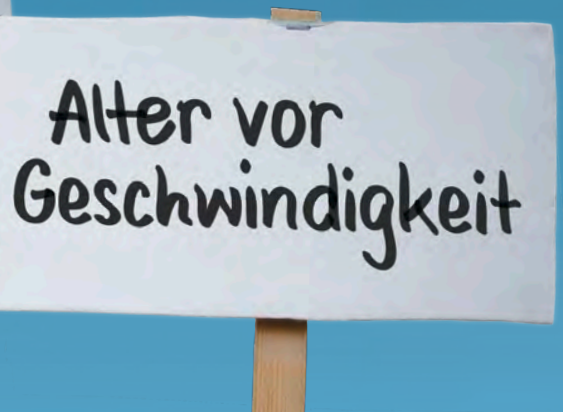
Alles im grünen Bereich an der Ampel.

Überqueren Sie eine Ampel nie bei Orange und Rot.

6

Sicher auf dem Trottoir.

Ob bei einem Sturz oder einem Unfall: Je weiter weg Sie von der Fahrbahn auf dem Trottoir gehen, desto kleiner ist die Unfallgefahr. Bei fehlendem Trottoir gilt: Links gehen, Gefahr sehen.



7
Achtung: Das Tram hat immer Vortritt!

Überqueren Sie die Fahrbahn nie unmittelbar vor oder hinter einem stehenden Tram oder Bus und denken Sie daran: Das Tram ist auch beim Fussgängerstreifen vortrittsberechtigt. Wenn Sie vorne einsteigen, bleibt die Türe garantiert offen und bei Bedarf helfen Ihnen die Chauffeure gerne beim Einsteigen.

8
Autofahren ja, aber …

Autofahren im Alter hat viel mit Gewohnheiten und Eigenverantwortung zu tun. Die Kunst besteht darin, die eigene Fahreignung realistisch einschätzen zu können und den Führerausweis gegebenenfalls abzugeben – bevor es zu gefährlichen Situationen oder einem Unfall kommt. Ab dem 70. Lebensjahr ist alle zwei Jahre eine Kontrolluntersuchung bei einem Arzt obligatorisch.

9
Wer rastet, der rostet.

Das tägliche Gehen hat erwiesenermassen einen positiven Einfluss auf das physische und psychische Wohlbefinden. Zuhause bleiben und sich einigeln ist deshalb keine Lösung. Bewegen Sie sich wenn möglich täglich an der frischen Luft – Ihrer Gesundheit zuliebe!

Konzept und Design: dynamite.ch

Kantonspolizei Zürich

Präventionsabteilung
Postfach
8021 Zürich

+41 44 295 98 00
praevention@kapo.zh.ch

Verkehrspolizei
Postfach
8021 Zürich

verkehrsfragen@kapo.zh.ch

Kampagnenpartner

Stadt Zürich Stadtpolizei

Kommunale Polizeikorps des Kantons Zürich

Stadtpolizei Winterthur

kanton glarus Kantonspolizei

Sicherheitsdirektion Kanton Zürich
Strassenverkehrsamt

PRO SENECTUTE KANTON ZÜRICH

Universität Zürich[UZH]