„Fahr-Fitness für Senioren“

Stiftung der Stadtsparkasse und die Verkehrswacht starten das Projekt im September

CUXHAVEN. Gemeinsam mit der Polizei, einer Fahrsicherheitstrainerin und der Fahrschule Becker veranstalten die Stiftung der Stadtsparkasse und die Verkehrswacht zum zweiten Mal auf dem Wochenmarkt-Parkplatz bei den Berufsbildenden Schulen Cuxhaven das Projekt „Fahr-Fitness für Senioren“. Im September haben Seniorinnen und Senioren die Gelegenheit, daran teilzunehmen.

„Dieses eintägige Seminar richtet sich gezielt an aktive, autofahrende Seniorinnen und Senioren“, informiert Thomas Weinknecht von der SSK-Stiftung. „Es ist im Alter besonders wichtig, sich immer wieder zu überprüfen. Dieser Tag wird dabei helfen“, ergänzt Pierre Anders-Mercier von der Verkehrswacht Cuxhaven.

Alltägliche Situationen

Nach einem kurzen theoretischen Teil und dem ersten Kennenlernen der Teilnehmer werden im realen Straßenverkehr gemeinsam mit Fahrlehrern der Fahrschule Becker ganz alltägliche Situationen im Cuxhavener Straßenverkehr erlebt und reflektiert. Im zweiten Block des Trainingstages werden die Teilnehmer mit ihren eigenen Fahrzeugen unter den wachsamen Augen einer dafür ausgebildeten Trainerin das richtige Bremsen, Einparken und Rangieren und ihr Reaktionsvermögen bei Slalomfahrten auf einem abgesperrten Areal üben.

Bereits im vergangenen Jahr war das Projekt eine Erfolgsgeschichte. Die Teilnehmer hatten schnell erkannt, dass sie sich nicht scheuen müssen, eventuell auftretende Unsicherheiten offen anzusprechen. Die professionelle Fahrsicherheitstrainerin und die Fahrlehrer zeigten den Senioren einfühlsam im Training ihre Schwachstellen und gaben wertvolle Tipps für die Fahrpraxis, die teilweise bei den Übungen gleich Anwendung finden konnten.

Ziel des Projektes ist, die Teilnehmer zu einer realistischen Selbsteinschätzung ihrer Fahrweise und Reaktionsfähigkeit zu bringen – damit sie sicher und lange mobil im Alter am Straßenverkehr teilnehmen können.

Anmeldungen ab sofort

Interessierte Seniorinnen und Senioren können sich zum „Fahr-Fitness-Tag“ zu den Terminen Donnerstag, 5. September und Donnerstag, 19. September, jeweils von 9 Uhr bis etwa 16 Uhr, anmelden. Die Teilnehmerzahl ist je Tag begrenzt auf 12 Personen.

Anmeldungen nimmt Thomas Weinknecht unter Tel. (0 47 21) 10 94 89 oder per E-Mail: thomas.weinknecht@ssk-cuxhaven.de ab sofort entgegen. (red)

Cuxhavener Nachrichten, 12.07.2019