

# ÖAMTC: Fahr-Fitness-Check für ein sicheres Gefühl im Straßenverkehr

Mobilitätsclub erinnert an freiwilliges Trainingsprogramm für Senior:innen und Wenigfahrende

Die Ferienzeit ist in vollem Gange und viele Familien planen noch die eine oder andere Reise. Einige Eltern greifen bei der Urlaubsplanung dann auf die Unterstützung der Großeltern zurück – sei es, um selbst Zeit zu zweit zu genießen oder um den Enkelkindern eine besondere Reise mit Oma und Opa zu ermöglichen. In vielen Fällen werden die Großeltern mit ihren Enkelkindern einiges unternehmen und können oft mit dem Auto unterwegs sein. Besonders wichtig ist dabei die Fahr-Fitness der lenkenden Senior:innen im Straßenverkehr.

"Der Mobilitätsclub bietet in Kooperation mit ausgewählten Fahrschulen ein spezielles Programm zur Einschätzung der eigenen Fahrfertigkeiten an – den 'Fahr-Fitness-Check'. In dessen Rahmen fahren die Teilnehmenden in Begleitung qualifizierter Fahrlehrer:innen, und erhalten im Anschluss professionelles Feedback. Die Teilnahme ist freiwillig und das Ergebnis bleibt zwischen den Teilnehmenden und den Fahrlehrer:innen", erklärt ÖAMTC-Verkehrspsychologin Marion Seidenberger.

## Wie sieht der Check aus? Was wird konkret gemacht?

Der Fahr-Fitness-Check ist ein anonymer Selbst-Test, der sich sowohl an ältere, regelmäßig fahrende Personen sowie an Wenigfahrende oder Wiedereinsteiger:innen richtet. Ziel ist es, aktuelle Kompetenzen und mögliche Verbesserungspotenziale im Fahrvermögen aufzuzeigen. Der Check gibt dabei Aufschluss über den aktuellen Status Quo – wie sich die Fahrtauglichkeit der teilnehmenden Person in Zukunft entwickelt, lässt sich daraus hingegen nicht ableiten.

"Der Ablauf ist unkompliziert: Nach der Terminabstimmung mit der Fahrschule findet ein Vorgespräch zwischen Fahrlehrer:in und Teilnehmer:in statt, nach gemeinsamer Auswahl der Strecke geht's dann los. Die Teilnehmenden sind dabei stets in vertrauter Umgebung unterwegs – im Idealfall auch mit dem eigenen Fahrzeug", so die ÖAMTC-Expertin. Während der Fahrt werden u. a. das Verhalten in Vorrangssituationen, die Wahl von Geschwindigkeit und Abstand zum vorderen Fahrzeug sowie das Verhalten gegenüber anderen Verkehrsteilnehmer:innen erfasst. Beobachtet werden zudem die Beachtung der Verkehrsvorschriften, das Blickverhalten sowie die Fahrzeugbedienung. Neben dem diskreten Check durch den:die Fahrlehrer:in werden die Fahrenden auch ermutigt, eine Selbsteinschätzung abzugeben.

Im Anschluss findet ein gemeinsames Auswertungsgespräch mit individueller Beratung statt. Diese Rückmeldung soll hilfreiche Tipps und Empfehlungen geben und weitere Anregung zur Selbstkritik sein. "Die Teilnehmer:innen schätzen das ehrliche Feedback und die praktischen Tipps eines Fahrprofis. Der Fahr-Fitness-Check ist damit ein wertvoller Beitrag zur kritischen Selbsteinschätzung und soll die Verkehrssicherheit

steigern", sagt Seidenberger.

## **Kooperierende Fahrschulen – Schulung durch ÖAMTC-Expert:innen**

Das Programm wird ausschließlich in Zusammenarbeit mit ausgewählten Fahrschulen angeboten. Für die Schulung der Fahrlehrer:innen in Form eines Qualifizierungsseminars sowie für die Vorstellung des Kooperationsprogrammes ist ÖAMTC-Verkehrspsychologin Marion Seidenberger regelmäßig gemeinsam mit juristischen Kolleg:innen bei interessierten Fahrschulen in ganz Österreich unterwegs, sodass das Programm mittlerweile auch österreichweit angeboten und gut angenommen wird.

Der ÖAMTC Fahr-Fitness-Check dauert etwa 90 Minuten und kostet 179 Euro (ÖAMTC-Mitglieder 149 Euro). Weitere Informationen, auch zu teilnehmenden Fahrschulen, findet man unter: [www.oeamtc.at/fahrfitnesscheck](http://www.oeamtc.at/fahrfitnesscheck).

Interessierte Fahrschulen, die am Programm teilnehmen möchten, können sich unter [fahrfitnesscheck@oeamtc.at](mailto:fahrfitnesscheck@oeamtc.at) melden.

Die aktuelle Podcast-Folge "Autofahren im Alter - sicher mobil mit dem "Fahr-Fitness-Check" des Volkshilfe-Formats "TROTZ DEMENZ" finden Sie [hier](#).

Weitere spannende Folgen des Podcasts finden Sie unter: <https://www.demenz-hilfe.at/ueber-demenz/podcast/>