



Was ist MAX?

Die Verkehrspräventionsaktion MAX wurde entwickelt, um älteren Menschen zu vermitteln, wie maximale Mobilität bei größtmöglicher Verkehrssicherheit verantwortungsvoll zu erreichen ist.

Zur Identifikation mit der Aktion MAX dient ein Schlüsselanhänger, der u. a. bei Polizeistationen, im Rathaus und im Landratsamt Gießen kostenlos erhältlich ist.

Zentrales Element ist ein sogenannter „Themenbaukasten“ der u. a. mit Vorträgen, Filmen, Simulationen und Tests gefüllt ist. Aus diesem „Baukasten“ können die Inhalte für Informationsveranstaltungen, Workshops und Präventionstage individuell zusammengestellt werden.



Wir sind für Sie da

Polizeipräsidium Mittelhessen

Direktion Verkehrssicherheit / Sonderdienste

Karl-Glöckner-Straße 2

35394 Gießen

Tel.: 0641-7006-3810



Für weitere Fragen im Bereich der Verkehrssicherheit sowie zur Planung von aktionsbezogenen Workshops, Präventionstagen und Informationsveranstaltungen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Sie können sich auch im Internet unter www.verkehrssicher-in-mittelhessen.de informieren.



Gießen



Landkreis Gießen
HESSISCHES MITTELHESSEN
WIRTSCHAFT & KULTUR



MAXimal

mobil bleiben - mit Verantwortung!

**Eine
Verkehrspräventionsaktion
für Seniorinnen & Senioren**



verkehrssicher-in-mittelhessen.de





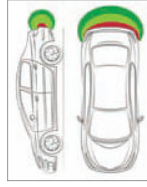
Mobil mit Bus & Bahn

- ▶ Benutzen Sie Verkehrsmittel möglichst zu verkehrsarmen Zeiten
- ▶ Bus oder Bahn nicht um jeden Preis erreichen wollen
- ▶ An Haltestellen dichtes Gedränge und größere Menschenmengen meiden
- ▶ Sicherheitsabstand einhalten
- ▶ Signalisieren Sie dem Fahrer schon beim Heranfahren, wenn sie Hilfe benötigen
- ▶ Erst aussteigen lassen, dann einsteigen
- ▶ Beim Einsteigen nötiges Kleingeld bereithalten
- ▶ Stehen Sie erst auf, wenn der Bus steht
- ▶ Nutzen Sie bei Bedarf besonders gekennzeichnete Sitzplätze
- ▶ Haltewunsch? Knopf rechtzeitig drücken



Mobil mit dem Pkw

- ▶ Lassen Sie regelmäßig Sehschärfe und Hörvermögen überprüfen
- ▶ Beachten Sie die Wirkung / Nebenwirkung von Medikamenten
- ▶ Wählen Sie einfache und bekannte Strecken
- ▶ Vermeiden Sie Nachtfahrten und Fahrten während der Hauptverkehrszeiten
- ▶ Beobachten Sie sich und die eigene Fahrweise selbstkritisch
- ▶ Nutzen Sie moderne Fahrzeugtechnik (z. B. Einparkhilfen, ...)



- ▶ Halten Sie sich geistig und körperlich fit
- ▶ Berücksichtigen Sie die Wetterlage
- ▶ Fahren Sie vorausschauend und defensiv



Mobil mit dem Fahrrad

- ▶ Fahren Sie auf Radwegen
- ▶ Tragen Sie einen Fahrradhelm
- ▶ Tragen Sie helle Kleidung und lichtreflektierende Gegenstände
- ▶ Benutzen Sie seniorengerechte Fahrräder
- ▶ Bei Gefahrensituationen besser absteigen
- ▶ Geben Sie deutliche Zeichen



Mobil zu Fuß

- ▶ Überqueren Sie die Straße auf dem sichersten, nicht auf dem kürzesten Weg
- ▶ Treten Sie nicht unvermittelt zwischen parkenden Autos auf die Straße
- ▶ Geben Sie vor dem Überqueren der Straße eindeutige Zeichen
- ▶ Beim Umspringen von **GRÜN** auf **ROT** → Weitergehen!