

# SenSIS - Senioren sicher im Straßenverkehr - Verkehrssicherheitstraining

THEMENBEREICH | INNOVATION  
 UNTERGLIEDERUNG | RISIKOMANAGEMENT |  
 CHANCENGLEICHHEIT | GESUNDHEIT | LEADER | WISSENSTRANSFER | INNOVATION  
 PROJEKTREGION | OBERÖSTERREICH  
 LE-PERIODE | LE 14-20  
 PROJEKTLAUFZEIT | AUGUST 2020-JUNI 2022  
 MASSNAHME | FÖRDERUNG ZUR LOKALEN ENTWICKLUNG (CLLD)  
 TEILMASSNAHME | 19.2. FÖRDERUNG FÜR DIE DURCHFÜHRUNG DER VORHABEN IM  
 RAHMEN DER VON DER ÖRTLICHEN BEVÖLKERUNG BETRIEBENEN STRATEGIE FÜR  
 LOKALE ENTWICKLUNG  
 VORHABENSART | 19.2.1. UMSETZUNG DER LOKALEN ENTWICKLUNGSSTRATEGIE  
 PROJEKTTRÄGER | VERBAND MÜHLVIERTLER ALM

## KURZBESCHREIBUNG

Die Idee zu Senioren sicher im Straßenverkehr (SenSiS) entstand im Agenda 21 Prozess in Kaltenberg und wurde als Angebot für die Region weitergedacht.

### SENSIS IM ÜBERBLICK:

1. Straßenverkehrsordnung: Altes aufgefrischt - Neues verständlich erläutert
2. Beweglichkeit: Eine wichtige Voraussetzung zur Fahrtüchtigkeit
3. Konzentration/Reaktion: Das lässt sich üben und spürbar verbessern
4. Technische Assistenzsysteme: Dadurch Hebung der Fahrsicherheit
5. Mobilitäts-Alternativen: Welche Möglichkeiten bietet die Region?
6. Praxis Fahrstunde/n optional: Begleitung und Nachbesprechung der Fahrschule
7. Laufende Erfolgskontrolle: Das motiviert, kann aber auch Grenzen aufzeigen
8. SenSiS-Trainingsset: Originell aufbereitet, für Teilnehmerinnen und Teilnehmer und Veranstalterinnen und Veranstalter

### AUSGANGSSITUATION

Warum SenSiS für die Region Mühlviertler Alm wichtig ist:

- Zunahme an älteren, auch hoch betagten Autofahrerinnen und Autofahrern.
- Fahrprüfung liegt lange zurück, seither gibt es viele Änderungen in der Straßenverkehrsordnung.
- Zunahme an körperlichen Einschränkungen, zum Beispiel durch mangelnde Beweglichkeit.
- Nachlassen von Konzentration und Reaktion.
- Medikamenteneinnahme beispielsweise
- Eventuelle Reduktion der täglichen Fahrpraxis, dadurch weniger Übung.
- Teils mangelnde Selbsteinschätzung der Fahrtüchtigkeit.
- Wiederholt Forderungen nach Überprüfung der Fahrtüchtigkeit bei Menschen im höheren Lebensalter.

ABER AUCH:

- Erhalt der Mobilität ist im ländlichen Raum wichtig, besonders auch zu Tagesrandzeiten.
- SenSiS ist einzigartig. Im gesamten deutschen Sprachraum gibt es kein ähnliches Konzept.
- SenSiS ist niederschwellig konzipiert, deshalb für alle leicht verständlich und leicht durchführbar.
- SenSiS ist ein angstfreies Training, es wahrt den Datenschutz und niemand erfährt die Ergebnisse.
- SenSiS ist dezentral. Die Durchführung kann weit gehend vor Ort erfolgen.

## ZIELE UND ZIELGRUPPEN

Die Region ist eine Demographie-fittere Region. Dazu werden nachhaltige Strukturen für Lebensqualität im Alter geschaffen, die auch im Jahr 2030 eine Selbständigkeit sicherstellen.

### SENSIS IM DETAIL:

#### 1. STRASSENVERKEHRSORDNUNG (StVO)

- Vortrag der Fahrschullehrerin/ des Fahrschullehrers
- Online Tests
- SenSiS Erinnerungskarten

#### 2. BEWEGLICHKEIT FÖRDERN

- Seniorinnen- und Seniorengymnastik
- drei Mentoring Einheiten für jene, die individuelle Anleitung wünschen
- Wiederholung der Übungen über mehrere Wochen bei allen nachfolgenden Seniorinnen und Senioren Treffs
- SenSiS-Trainingskarten

#### 3. KONZENTRATION UND REAKTION

- Als Teil der Seniorinnen- und Seniorengymnastik
- Als Teil der Seniorinnen- und Seniorenclub Treffen
- Mit SenSiS-Trainingskarten
- Über Online-Trainings

#### 4. TECHNISCHE ASSISTENZSYSTEME

- Einführungsvortrag der Fahrschule
- Mit SenSiS-Erinnerungskarten
- Mit Infos über Online-Links
- Option: Info Tag in der Region (nicht Teil des LEADER-Projektes)

#### 5. (REGIONALE) MOBILITÄTSALTERNATIVEN

Wo es gute öffentliche, gemeinschaftliche oder auch private Angebote gibt, nimmt die Bereitschaft zu, diese auch zu nutzen. Wie in anderen ländlichen Regionen bemüht sich auch die „Mühlviertler Alm“ um eine stete Verbesserung des Angebotes. Im SenSiS Projekt werden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ausführlich darüber informiert.

#### 6. OPTION: PRAXIS FAHRSTUNDEN – (nicht Teil des Leader-Projektes)

Für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer am SenSiS Training bietet die Fahrschule zwei günstige Fahrlektionen unter Begleitung eines Fahrschullehrers an. Dieses Modul ist optional und nicht Teil des Leader-Projektes. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer vereinbaren solche Trainings selbst mit der Fahrschule und rechnen diese auch selbst ab.

#### 7. LAUFENDE ERFOLGSKONTROLLE

- Bei der Seniorinnen- und Seniorengymnastik
- Bei anderen Seniorinnen- und Seniorentreffs
- Mit Links zu den Online-Tests
- Mit einfachem Selbsttest

## 8. DAS SENSIS TRAININGS SET

Mit dem SenSiS Trainings Set bekommen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer anschaulich aufbereitete Unterlagen zu den Schwerpunkten des gesamten Trainingsprogramms.

Zielgruppen:

- alle Seniorinnen und Senioren in der Region
- Organisationen wie Pensionistenverband, Seniorenbund, pfarrliche Seniorinnen und Senioren Treffs...
- Zeitbank, Arbeitsgruppe Lebensqualität im Alter

## PROJEKTUMSETZUNG UND MASSNAHMEN

- Erstellung des SenSiS-Trainings-Sets und der notwendigen Unterlagen
- Organisation in den Gemeinden

Es braucht vor Ort jeweils eine Organisation, die den nachfolgenden Projektumfang in der jeweiligen Almgemeinde mit Begleitung umsetzt und koordiniert.

### **Dabei ist folgendes vor Ort zu koordinieren:**

- Fahrschullehrertermin festlegen
- Übungsleiterinnen und Übungsleiter für Bewegungstraining sowie für Konzentrations,- und Reaktionsübungen festlegen
- Praxis Fahrstunden - auf OPTION hinweisen!
- Für Erfolgskontrolle sorgen durch verantwortliche Organisation vor Ort

### **Dabei ist folgendes in der Region zu koordinieren:**

- Schulung der Übungsleiterinnen und Übungsleiter für Bewegungstraining sowie für Konzentrations- und Reaktionsübungen
- OPTION: Info-Tag für technische Assistenzsysteme
- Mobilitäts-Alternativen in der Region erarbeiten

## ERGEBNISSE UND WIRKUNGEN

Nach Durchführung in zwei bis drei Modellgemeinden wird das SenSiS-Trainingsprogramm mit den Organisatorinnen und Organisatoren dieser Modellgemeinden evaluiert, Verbesserungsvorschläge werden diskutiert und gegebenenfalls in das Programm eingebaut.



Mühlviertler Alm



Mühlviertler Alm

## LINKS

[muehlviertleralm.at](https://muehlviertleralm.at) (<https://muehlviertleralm.at/arbeitgruppen/lebensqualitaet-im-alter-soziales/aktuelles/>)