

## VSF kompakt

FahrSicherRad im Alter: Radfahrtrainings für ältere Menschen

Ausgabe 36 – Forschungsband 60



Bild: stock.adobe.com/SKatzenberger

### Zusammenfassung

Im Verkehrssicherheitsprojekt "FahrSicherRad im Alter" wurden bestehende Kurs- und Trainingsangebote auf die Mobilitätsbedürfnisse und besonderen Sicherheitsanforderungen älterer Menschen umgelegt. Hemmnisse und Barrieren Rad zu fahren wurden für die Zielgruppe von Personen ab 65 Jahren erhoben und analysiert. Trainingsunterlagen und -programm wurden adaptiert, um diese Unsicherheitsfaktoren anzusprechen und zu deren Lösung beizutragen. Anschließend wurden in einem Ausbildungslehrgang aufbauend auf dem "Curriculum Radfahrlehrerinnen und Radfahrlehrer" des Bundesministeriums für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt und Wasserwirtschaft (BMLFUW, 2015) 10 Trainerinnen und Trainer ausgebildet. Als

praxisnahe Maßnahme und Hauptbestandteil des Projekts wurden 23 Radfahrtrainings in vier Bundesländern (Niederösterreich, Oberösterreich, Salzburg und Wien) in Zusammenarbeit mit den Regionalstellen des Klimabündnis Österreich und den Landesorganisationen der Radlobby Österreich angeboten, organisiert und durchgeführt. Das sichere Fahren mit dem E-Bike fand aufgrund der steigenden Bedeutung im Alltags- als auch Freizeitverkehr im Projekt besondere Berücksichtigung.

## **Eckpunkte**

### **Problem**

Das Radfahren stellt für Personen über 65 Jahren eine wesentliche Mobilitätsform dar. Die Unfallstatistiken Österreichs weisen diese Verkehrsteilnehmergruppe in Relation zu anderen Altersgruppen als stark gefährdet aus. Auch subjektiv wird das Risiko beim Radfahren zu verunglücken von der Zielgruppe als hoch empfunden.

### **Gewählte Methodik**

In Fokusgruppenworkshops mit der Zielgruppe wurden spezielle Bedürfnisse bzw. Barrieren und Unsicherheiten herausgearbeitet. Die Konzeption und Durchführung der Radfahrtrainings beinhalteten die Auffrischung von Verkehrs- und Verhaltensregeln, Übungen im Schonraum (MIV-freier Raum) und eine Radausfahrt, um das richtige Verhalten zu üben.

### **Ergebnisse**

Weitere Organisations- und Trainerteams wurden aufgebaut, um auch nach Beendigung des Projekts Radfahrtrainings anzubieten. Bei den Teilnehmerinnen und Trainern konnte durch die Radtrainings sowohl das generelle Sicherheitsempfinden und das Sicherheitsgefühl in schwierigen Verkehrssituationen als auch die Selbsteinschätzung der eigenen Radbeherrschung verbessert werden.

### **Schlussfolgerungen**

Eine wichtige Erkenntnis aus dem Projekt ist, dass Menschen mit dem Thema "Sicherheit" alleine schwer zur Teilnahme an einem Radtraining bewegt werden können. Die gesellige

Komponente sollte im Rahmen des Trainings nicht zu kurz kommen. Wichtig für den Erfolg der Radfahrtrainings ist daher deren attraktive Bewerbung, welche das Bedürfnis nach einem angenehmen Gruppenerlebnis ansprechen soll.

### **Nutzen für die Verkehrssicherheit**

Selbstsicheres, praxisgerechtes Beherrschen des Fahrrades bzw. E-Bikes ermöglicht die notwendige Konzentration auf andere Verkehrsteilnehmerinnen und Verkehrsteilnehmer sowie den richtigen Einsatz der Verkehrsregeln und trägt zur Erhöhung der Verkehrssicherheit und Verringerung des Unfallrisikos bei.

### **Impressum**

Medieninhaber, Verleger und Herausgeber:  
Österreichischer Verkehrssicherheitsfonds  
Radetzkystraße 2, 1030 Wien  
E-Mail: [road.safety@bmk.gv.at](mailto:road.safety@bmk.gv.at)

### **Inhaltliche Erarbeitung**

Radlobby IGF  
Klimabündnis OÖ