

# Älter werden in Bubenreuth

## Informationen für Seniorinnen und Senioren

### Sichtbar sein, Sicher sein!

**In der dunklen Jahreszeit steigt die Gefahr, im Straßenverkehr nicht gesehen zu werden.**

Fast 60 Prozent aller im Jahr 2015 verunglückten Fußgänger verloren ihr Leben bei Dämmerung oder Dunkelheit. Mit der früher einsetzenden Dämmerung steigt das Risiko, im Straßenverkehr übersehen zu werden. Besonders gefährdet sind dabei auch ältere Verkehrsteilnehmer, da sie häufig als Fußgänger oder Radfahrer unterwegs sind.

**Nach Angaben des Statistischen Bundesamtes war mehr als die Hälfte der im Straßenverkehr getöteten Fußgänger und Radfahrer in 2015 älter als 65 Jahre.**

537 TÖDLICH VERUNGLÜCKTE FUSSGÄNGER  
IM STRASSENVERKEHR (2015)



Quelle: Statistisches Bundesamt 2016

### Besser sichtbar mit Reflexmaterial

Reflektoren und fluoreszierendes Material helfen dabei, von anderen Verkehrsteilnehmern besser wahrgenommen zu werden. Ideal ist eine Kombination aus retroreflektierenden und fluoreszierenden Materialien. Bei Tageslicht und in der Dämmerung nutzt die Fluoreszenz (Tagesleuchtfarbe) das einfallende Sonnenlicht und scheint besonders hell. Bei Dunkelheit hingegen werfen die retroreflektierenden Elemente einfallendes Licht – etwa von Scheinwerfern – zurück. Auf diese Weise gefertigte Schutzkleidung, wie beispielsweise Warnwesten, leuchtet am Tage und sogar bei trübem Wetter hell.

Eine gemeinsame Untersuchung der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) und der Technischen Universität Berlin aus dem Jahr 2014 ergab, **dass mit Warnwesten bekleidete Fußgänger von Autofahrern aus einem Abstand von 134 Metern gesehen werden, dunkel gekleidete Fußgänger hingegen erst aus rund 25 Metern Entfernung.**

Jeder Verkehrsteilnehmer kann also mit einfachen Maßnahmen seine Sichtbarkeit erhöhen und so helfen Unfälle zu vermeiden.



Um die Zahl der Unfallopfer weiter zu senken, setzen sich das Bundesministerium für Verkehr und digitale Infrastruktur (BMVI) und der Deutsche Verkehrssicherheitsrat (DVR) seit 2008 gemeinsam mit der Verkehrssicherheitskampagne „Runter vom Gas“ und einer Vielzahl von Partnern für eine breite, öffentliche Wahrnehmung des Themas Verkehrssicherheit und damit für mehr Sicherheit auf deutschen Straßen ein.

Weitere Informationen zum Thema Verkehrssicherheit und Unfallursachen erhalten Sie auf der Facebookseite von „Runter vom Gas“ und auf **[www.runtervomgas.de](http://www.runtervomgas.de)**.

Kampagnenbüro „Runter vom Gas“  
Telefon: +49 (0) 30 / 70 01 86-979  
Fax: +49 (0) 30 / 70 01 86-599  
[kontakt@runtervomgas.de](mailto:kontakt@runtervomgas.de)

## Älter werden in Bubenreuth Informationen für Seniorinnen und Senioren

Als wir uns als Seniorenbeauftragte im letzten Jahr mit dem Thema „Sicherheit im Alter : Bereich Wohnen“ auf diesen gelben Seiten beschäftigten, setzten wir uns am Jahresende auch mit dem Kampagnenbüro „Runter vom Gas“ in Berlin in Verbindung, um uns genauer über dessen Arbeit zu informieren.

Bestimmt kennen Sie bereits die Arbeit dieser Organisation, ohne vielleicht je von ihr gehört zu haben: Sie zeichnet nämlich u.a. auch für die Gestaltung der großen Informations- und Warnplakate an den Autobahnen verantwortlich. Außerdem versucht die Kampagne, mithilfe von Informationsmaterial Aufklärungsarbeit zu leisten und Verkehrsteilnehmer für die Gefahren des Straßenverkehrs zu sensibilisieren.

### **Bubenreuther Seniorinnen und Senioren werden sichtbar - Mehr Sicherheit durch Warnwesten**



Gemeinsam haben das Bundesministerium für Verkehr und digitale Infrastruktur und der Deutsche Verkehrssicherheitsrat 2008 die Kampagne „Runter vom Gas“ initiiert und engagieren sich so gegen unangepasste Geschwindigkeit und eine Vielzahl weiterer Unfallursachen und Risiken im Straßenverkehr, wie Ablenkung durch Handy, Zigaretten oder Navigationsgeräte, gefährliches Überholen insbesondere auf Landstraßen, rücksichtsloses Drängeln sowie das Fahren unter Alkoholeinfluss.

Zudem wirbt die Kampagne für das Anschnallen in Kraftfahrzeugen und das Tragen von Fahrradhelmen.



v.l.n.r.:  
Ingrid Spinnler,  
Ernst-Heinrich Roth,  
Heidi Wörl

# **Älter werden in Bubenreuth**

## **Informationen für Seniorinnen und Senioren**

---

Am Mittwoch, 18.01.2017, hat Herr Manfred Winkelmann - als einer der beiden Seniorenbeauftragten von Bubenreuth - die Aktion „Sichtbar sein, Sicher sein“ im **Seniorenclub im katholischen Pfarrzentrum** vorgestellt. Dabei verteilte er auch gelbe Warnwesten und Broschüren, die den Seniorenbeauftragten vom Kampagnenbüro „Runter vom Gas“ zur Verfügung gestellt wurden.

**Falls Sie den Seniorenclub nicht besuchen konnten, aber trotzdem daran interessiert sind, sich genauer über diese Aktion zu informieren, so laden wir Sie herzlich ein, bei uns in der Seniorensprechstunde (vgl. das Kalenderium) vorbeizuschauen.**

**Wenn Sie z.B. beim Fahrradfahren eine Warnweste verwenden wollen, um auf der Straße „sichtbarer“ und damit sicherer zu sein, dann kommen Sie im Rathaus vorbei:**

**Noch sind Restexemplare vorhanden!**

### **Einladung zum Seniorenclub**

Wir Seniorenbeauftragte laden Sie auch sehr herzlich dazu ein, die sehr informativen und abwechslungsreichen monatlichen **Veranstaltungen des Seniorenclubs an jedem dritten Mittwoch im Monat um 14:30 Uhr im katholischen Pfarrzentrum** zu besuchen.

Es wird dort gemeinsam Kaffee getrunken und auch viel gelacht; Vorträge werden angehört und Ausflüge unternommen. Es sei ausdrücklich darauf hingewiesen, dass keine Mitgliedsbeiträge erhoben werden!

Auf die jeweilige Veranstaltung wird hier auf diesen gelben Seiten des Mitteilungs-

blattes für die Seniorinnen und Senioren von ganz Bubenreuth hingewiesen.

Auf dieser Ankündigung finden Sie auch die Telefonnummern der Mitglieder des **Organisationsteams des Seniorenclubs: Herr Ernst Heinrich Roth, Frau Heidi Wörl und Frau Ingrid Spinnler**. Bei diesen Ansprechpartnern können Sie sich telefonisch noch genauere Informationen einholen.

Das ganze Team und seine Helferinnen laden auch **Sie** ganz herzlich zu einem für Sie **unverbindlichen „Schnupper-Treffen“ im Seniorenclub** ein. Kommen Sie doch einfach einmal vorbei, denn auch hier gilt: „Die Sache auszuprobieren geht über das bloße Studieren der Anzeige bzw. das Hörensagen hinaus.“ Alle im Seniorenclub würden sich sehr freuen, wenn auch Sie sich einmal die Zeit nehmen könnten, um sich persönlich ein Bild zu machen.

Wenn für Sie der Weg in das katholische Pfarrzentrum zu beschwerlich sein sollte, dann sagen Sie bitte rechtzeitig dem Team Bescheid. Es wird sich – z.B. zusammen mit den Helferinnen und Helfern der Bubenreuther Nachbarschaftshilfe KONTAKT - bestimmt ein Weg finden lassen, damit auch Sie am Seniorenclub teilnehmen können. Bitte sagen Sie aber unbedingt einige Tage vorher Bescheid. (Die Telefonnummer von KONTAKT - 09131/883990 - finden Sie bekanntlich auch immer im Mitteilungsblatt.)

Wir Seniorenbeauftragte wünschen Ihnen nicht nur ein sicheres, sondern ein rundum gesundes Jahr 2017.

Hans Jürgen Leyh  
Manfred Winkelmann

# **Älter werden in Bubenreuth**

## **Informationen für Seniorinnen und Senioren**

---

### **Sprechstunde der Seniorenbeauftragten –**

**jeden ersten und dritten Donnerstag im  
Monat von 10:00 - 11:00 Uhr  
im Sitzungssaal des Rathauses**

### **Smartphone-Basiswissen für Android-Tablets**

Internet-Neulinge, die sich für Android-Tablets interessieren, sind bei dem Kurs am Donnerstag, 09. Februar 2017, genau richtig. Tablet-Tutorin Jutta Kattner erklärt ihnen von 10:00 - 12:00 Uhr im großen Sitzungssaal des Landratsamtes in Erlangen Grundlegendes zum Arbeiten mit einem Android-Tablet.

Wer bereits ein Android-Tablet besitzt, kann es gern mitbringen.

### **Anmeldung erbeten**

Die Workshops sind Teil der von der Stiftung der Sparkasse Erlangen geförderten „C@fe T@blet“-Reihe der Seniorenbeauftragten des Landkreises Erlangen-Höchstadt, Anna Maria Preller. Die Teilnehmeranzahl für die Workshops ist begrenzt.

Interessierte können sich bei Anna Maria Preller unter der Telefonnummer 09131/803-277 oder per E-Mail an [anna.maria.preller@erlangen-hoechstadt.de](mailto:anna.maria.preller@erlangen-hoechstadt.de) für die Seminare anmelden.

### **Seine Angehörigen vor Gaunern schützen**

Landratsamt und Polizei bieten am Montag, 13. Februar, von 15 – 16 Uhr im großen Saal des Erlanger Landratsamtes Tipps und Tricks für Angehörige von Demenzkranken an.

Betrügertricks an Haustür oder am Telefon – bei älteren Menschen funktionieren diese immer noch sehr gut. Menschen, die bereits leicht an Demenz erkrankt sind, tun sich besonders schwer, sich vor solchen Gaunertricks zu schützen.

Kriminalhauptkommissar Wilfried Kunze von der Polizeiberatung Zeughaus in Nürnberg verrät, was Angehörige tun können, damit ihre demenzkranken Verwandten nicht auf Betrügereien an der Haustür oder am Telefon hereinfallen.

Der Vortrag ist kostenlos.

Interessierte melden sich bitte bei der Seniorenbeauftragten des Landkreises Erlangen-Höchstadt, Anna-Maria Preller, unter der Telefonnummer 09131/803-277 oder per E-Mail [anna.maria.preller@erlangen-hoechstadt.de](mailto:anna.maria.preller@erlangen-hoechstadt.de) für die Veranstaltung an.

Ansprechpartner in der Gemeinde Bubenreuth für alle sozialen Angelegenheiten wie z.B. Schwerbehinderung, Parkausweise, Rentenangelegenheiten, Hilfe zur Pflege im Heim, Pflegegeld, Blindengeld, Grundsicherung usw. ist Frau Simone Quaadt.

Bei ihr erhalten Sie täglich während der Öffnungszeiten persönlich und telefonisch sowie nach Terminabsprache Unterstützung in verschiedenen sozialen Bereichen.

Telefon: (09131) 88 39 12



## Älter werden in Bubenreuth Informationen für Seniorinnen und Senioren

Datum	Uhrzeit	Ort	Veranstaltung	Veranstalter
Mi, 01.02.	09:30 Uhr	Parkplatz Mehrzweckhalle	Wanderung der Seniorengruppe, anschl. Faschingsveranstaltung	DAV
Do, 02.02.	10:00 Uhr	Rathaus	Seniorensprechstunde	Seniorenbeauftragte
	19:30 Uhr	Kath. Pfarrzentrum	Sektionsabend - Stammtisch	DAV
So, 05.02.			Besuch der Landesausstellung Karl IV. in Nürnberg	CSU Ortsverband Bubenreuth
Di, 07.02.	19:30 Uhr	Evang. Gemeindezentrum	Kirchenkino "Der Schimmelreiter"	evang. LukasGemeinde
Fr, 10.02.	19:30 Uhr	Mörsbergei	Info-Veranstaltung „Carsharing in Bubenreuth“	IGM – Interessensgemeinschaft Mobilität
Sa, 11.02.	09:00 Uhr	Parkplatz Mehrzweckhalle	Ganztagswanderung	DAV
Mo, 13.02.	19:30 Uhr	Kath. Pfarrzentrum	Themenreihe "Gesundheit und Ernährung" Stark bei Stress	Kath. Erwachsenenbildung
Mi, 15.02.	14:30 Uhr	Kath. Pfarrzentrum	Bunter Nachmittag	Seniorenclub
Do, 16.02.	10:00 Uhr	Rathaus	Seniorensprechstunde	Seniorenbeauftragte
	19:30 Uhr	Kath. Pfarrzentrum	Sektionsabend mit Bilderbericht	DAV
Mo, 20.02.	19:30 Uhr	Kath. Pfarrzentrum	Themenreihe "Gesundheit und Ernährung" Nahrungsergänzungsmittel - Sinn oder Unsinn	Kath. Erwachsenenbildung
Di, 21.02.	19:00 Uhr	Egerhof, Hauptstraße 1	Kochvortrag "Kulinarische Reise - Urlaub auf dem Teller"	Landfrauen-Veranstaltung/ Bay. Bauernverband
Do, 23.02.	19:00 Uhr		Maskierte Singstunde	Egerländer Heimatchor
Mi, 01.03.	19:45 Uhr	Kath. Pfarrzentrum	Reise-Nachtreffen & Vorstellung neues Ziel 2017	Kolpingsfamilie

### Veranstaltungen im Februar 2017

Am Mittwoch, 15. Februar 2017,  
um 14:30 Uhr im kath. Pfarrzentrum

**Bunter Nachmittag in der Faschingszeit  
mit Alleinunterhalter Herrn H. Barnickel  
und der Kindergarde Narrlangia rot-weiß aus Erlangen**

Lernen Sie uns kennen, wir sind eine Gruppe lebenslustiger Menschen im besten Alter. Übrigens erheben wir keinen Mitgliedsbeitrag.

***Wir freuen uns immer auf ein paar nette Stunden mit Ihnen.***

E.H. Roth, Tel. 22510, Frau Heidi Wörl, Tel. 23712,  
Frau Ingrid Spinnler, Tel. 24910, und Helferinnen

