



# Sicher fahren im Alter

**Aktiv und mobil bleiben**

Wichtige Informationen  
für Fahrzeuglenkende ab 70 Jahren



## Tipps für mehr Sicherheit im Verkehr

### **Mobilität im Alter wird zunehmend wichtiger**

Aufgrund ihrer körperlichen und geistigen Fitness fahren ältere Personen länger Auto, Motorrad, Roller oder E-Bike. Das ist ein wesentlicher Teil der Lebensqualität. Wenn es die Gesundheit erlaubt, kann man auch bis ins hohe Alter ein Fahrzeug lenken.

Unbestritten ist jedoch, dass im Alter Veränderungen eintreten, die sich auf die Fahreignung auswirken können. Insbesondere der hektische Strassenverkehr stellt hohe Anforderungen an die Fahreignung.

Die folgenden Tipps zeigen Ihnen, was Sie beachten sollten und welche Hilfsmittel Ihnen den Alltag im Strassenverkehr erleichtern und verbessern. Diese Broschüre soll Ihnen ausserdem helfen, wichtige Entscheidungen für Ihre künftige Mobilität einfacher zu treffen.

### **Sicher dank Technik**

- ➔ Nutzen Sie wenn möglich ein Auto mit Automatikgetriebe, heizbaren Aussenspiegeln und höhenverstellbaren Sitzen.
- ➔ Elektronisch gesteuerte Systeme wie beispielsweise Antiblockiersystem oder Traktionskontrolle erhöhen im Alltag Ihre Sicherheit und die der übrigen Verkehrsteilnehmer.



### **Sicher dank Eigenverantwortung**

- Verzichten Sie darauf, selber zu fahren, wenn Sie sich nicht wohl fühlen.
- Sorgen Sie für saubere Scheiben, Spiegel und Scheinwerfer, damit Sie freie Sicht haben.
- Alkohol beeinträchtigt die Wahrnehmung und Reaktion. Darum: Am besten kein Alkohol am Steuer.
- Auch Medikamente können negative Auswirkungen haben. Klären Sie die Nebenwirkungen mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt ab.
- Lassen Sie Ihr Sehvermögen jährlich überprüfen.
- Fahren Sie eher am Tag und nicht zu Stosszeiten, planen Sie genügend Zeit und Ruhepausen ein.
- Fahren Sie besonders vorsichtig beim Abbiegen, Überholen und bei Spurwechseln.
- Halten Sie immer genügend Abstand zum vorderen Fahrzeug.

### **Sicher dank Training und Weiterbildung**

Frischen Sie Ihr theoretisches und praktisches Fahrkönnen in Kursen – zum Beispiel in Seniorenfahrkursen, Winterkursen usw. – oder in Fahrstunden auf.

### **Weitere Informationen finden Sie unter:**

[www.bfu.ch](http://www.bfu.ch) | [www.tcs.ch](http://www.tcs.ch) | [www.verkehrsclub.ch](http://www.verkehrsclub.ch)

## **Medizinische Kontrolluntersuchungen**

Ab dem vollendeten 70. Lebensjahr ist alle zwei Jahre eine Kontrolluntersuchung bei Ihrem Hausarzt bzw. Hausärztin obligatorisch. Er beurteilt Ihre Fahreignung. Bei chronischen oder fortschreitenden Krankheiten kann eine Zusatzuntersuchung oder eine Kontrollfahrt für eine schlüssige Beurteilung der Fahreignung erforderlich sein.

Das Strassenverkehrsamt bietet Sie anschliessend regelmässig 22 Monate nach dem letzten Arztbericht auf, die Kontrolluntersuchung zu erneuern. Dazu erhalten Sie 90 Tage Zeit. Die Pflicht, sich ab dem vollendeten 70. Altersjahr regelmässig medizinisch untersuchen zu lassen, ist in der Schweiz seit 1976 durch Bundesgesetz vorgeschrieben.

## **Vorübergehender Verzicht auf den Führerausweis**

Falls Ihre Fahreignung nur vorübergehend nicht gegeben ist, können Sie mit einer kurzen schriftlichen Begründung auch befristet auf Ihren Führerausweis verzichten. Sobald ein neues ärztliches Zeugnis vorliegt, welches Ihre Fahreignung bestätigt, wird dies umgehend geprüft. Wenn die medizinischen Mindestvoraussetzungen wieder erfüllt sind, wird Ihnen der hinterlegte Führerausweis umgehend wieder ausgehändigt.

## **Führerausweis abgeben**

Oder machen Sie es doch wie viele andere Autofahrerinnen und Autofahrer: Verzichten Sie freiwillig auf Ihren Führerausweis. Das kantonale Strassenverkehrsamt erklärt Ihnen gerne, wie Sie in diesem Fall vorgehen.

## **Alternativen zum Autofahren**

Haben Sie sich schon überlegt, auf Ihr Auto zu verzichten? Die öffentlichen Verkehrsmittel, Taxis oder der Rotkreuz-Fahrdienst sind gute Alternativen zum eigenen Auto. Dadurch entfallen die Kosten für Unterhalt, Betrieb und Versicherungen.

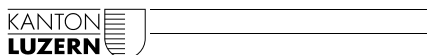
Gerne stehen Ihnen unsere Fachleute bei Fragen rund um das Autofahren im Alter zur Verfügung. Zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren.

[info.stva@lu.ch](mailto:info.stva@lu.ch)

[www.strassenverkehrsamt.lu.ch](http://www.strassenverkehrsamt.lu.ch)

Telefon 041 318 11 11 (Hauptnummer)

Telefon 041 318 18 92 (Medizinisches Kontrollwesen)



Justiz- und Sicherheitsdepartement  
**Strassenverkehrsamt**