

„Zu Fuss im hohen Alter“ Verkehrssicherheitskampagne von Fussverkehr Schweiz

Im Alter gewinnt das zu Fuss gehen für die Lebensqualität, Autonomie und die Gesundheit an Bedeutung. Mit dem Alter steigt auch das Unfallrisiko: In der Schweiz sind ungefähr zwei Drittel aller schwer verletzten oder tödlich verunfallten FussgängerInnen über 65 Jahre alt. In Zusammenarbeit mit der Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu, der Pro Senectute, dem Spitexverband und weiteren Partnerorganisationen lancierte Fussverkehr Schweiz am 2. Februar 2010 die Verkehrssicherheitskampagne „Zu Fuss im hohen Alter“. Der Kabarettist Emil unterstützt die Kampagne als Botschafter und empfiehlt, beim Unterwegssein immer „den Kopf bei der Sache zu haben“. Ein Faltblatt liefert wichtige Verhaltenstipps für ältere Menschen. Eine Broschüre beleuchtet die Hintergründe und soll vor allem Betreuungs- und Bezugspersonen als Leitfaden dienen. (Sprache: de, fr)

Weitere Informationen:

Kampagne „Zu Fuss im hohen Alter“

(Informationen und kostenloser Bezug der Unterlagen):

Fussverkehr Schweiz

www.zu-fuss.ch
www.fussverkehr.ch

Marcher sans limite d'âge « Mobilité piétonne » lance une action de sécurité routière

L'importance des déplacements à pied va croissante pour les personnes âgées, car ils riment avec qualité de vie, joie de vivre, autonomie et santé. Avec l'âge, les risques d'accidents augmentent également : environ deux tiers de tous les piétons grièvement blessés ou tués en Suisse ont plus de 65 ans. Le 2 février 2010, « Mobilité piétonne » a lancé la campagne de sécurité routière « Marcher sans limite d'âge », en collaboration avec le bureau pour la prévention des accidents bpa, Pro Senectute, l'association Spitex et d'autres organisations partenaires. En tant qu'ambassadeur de la campagne, l'humoriste Emil recommande de « toujours rester concentré ». Un dépliant fournit des recommandations sur la manière de se comporter sur la route à l'intention des personnes âgées. Une brochure destinée avant tout au personnel d'accompagnement des seniors complète les informations avec des explications utiles. (langue : français et allemand)

Pour plus d'informations:

Campagne « Marcher sans limite d'âge »

(Informations et documentation gratuite):

Mobilité piétonne

www.a-pied.ch
www.mobilitepietonne.ch

02.02.2010

2 février 2010

«Mobilité piétonne» lance une campagne sur la sécurité routière

Marcher sans limite d'âge en toute sécurité

Les piétons âgés sont beaucoup plus souvent victimes d'accidents que les jeunes. Aussi « Mobilité piétonne » lance-t-elle une campagne en collaboration avec l'artiste Emil afin de fournir des recommandations et des conseils aux personnes âgées se déplaçant à pied. La campagne s'adresse également aux conducteurs.

Les déplacements à pied jouent un rôle très important pour les personnes âgées en particulier car ils permettent d'améliorer la qualité de vie et la joie de vivre. Les études sont éloquentes : le fait de marcher 30 minutes tous les jours améliore la circulation et réduit de manière considérable les maladies chroniques les plus fréquentes dont souffrent les personnes âgées telles que le diabète de la maturité, l'ostéoporose ou la maladie d'Alzheimer. Les promenades régulières limitent la perte de masse musculaire, contribuant à prévenir les chutes.

Les statistiques des accidents sont accablantes. Le risque d'être tué ou grièvement blessé est huit fois plus élevé pour les personnes âgées de plus de 80 ans que pour celles de 40 à 64 ans. Selon le droit de la circulation routière, la majorité des accidents impliquant des piétons âgés sont causés par des conducteurs et seule une minorité est causée par les piétons touchés. La plupart de ces accidents sont provoqués par des conducteurs ne respectant pas les passages pour piétons. Si les jeunes usagers de la route sont généralement en mesure de compenser le comportement fautif des conducteurs, les personnes âgées ont néanmoins plus de difficultés à faire de même. Par ailleurs, les conséquences des lésions sont plus graves pour les personnes âgées que pour les jeunes.

Un comportement adéquat aide à prévenir les accidents

La campagne formule la recommandation suivante : « toujours rester concentré ». Emil, artiste de cabaret et ambassadeur de la campagne, résume parfaitement ce principe : « devant les zèbres jaunes, mieux vaut se comporter en dompteur concentré plutôt qu'en clown ». Emil soutient la campagne de « Mobilité piétonne » qui vise à améliorer la sécurité des personnes âgées sur la route et à leur permettre de se sentir plus en sécurité. En collaboration avec le Bureau de prévention des accidents (bpa), Pro Senectute, l'association Spitex et d'autres organisations partenaires, l'association suisse des piétons a publié un dépliant fournissant des recommandations sur la manière de se comporter sur la route. Une brochure destinée essentiellement aux accompagnants des seniors livre également des informations à ce sujet. Elle sert également de

manuel permettant aux accompagnants d'évaluer les risques d'accident des personnes âgées et fournit des conseils utiles pour améliorer les connaissances de la réalité routière. La brochure donne des conseils aux conducteurs car les accompagnants, les membres de la famille et les amis des personnes âgées sont généralement aussi des automobilistes.

Les autorités publiques sont également mises à contribution

Certes, la sécurité routière est étroitement liée au comportement humain. Or, les infrastructures sûres et adaptées aux piétons jouent également un rôle essentiel. Par exemple, les réseaux de chemins pour piétons doivent être denses, agréables et ininterrompus. Les traversées sécurisées doivent être aménagées au bon endroit avec un îlot central ou des avancées de trottoir. Ces tâches incombent aux cantons et aux communes. Depuis plus de 30 ans, l'association « Mobilité piétonne » veille à ce que ces demandes soient prises en compte lors de la planification.

La brochure et le dépliant peuvent être obtenus gratuitement en s'adressant à : « Mobilité piétonne », Tél. 043 488 40 30, info@mobilitepietonne.ch, www.a-pied.ch

Encadré:

Les recommandations suivantes permettent d'améliorer la sécurité routière des personnes âgées.

Conducteurs

- Soyez particulièrement prudents et attentifs lorsqu'une personne âgée marche sur la route ou sur le trottoir
- Attendez patiemment que le piéton ait traversé le passage piéton et atteint l'autre côté de la route
- Arrêtez-vous toujours complètement lorsque des personnes âgées souhaitent traverser la route, même s'ils viennent de la gauche.

Personnes âgées

- Prenez conscience de vos possibilités et de vos limites
- Soyez toujours bien préparé lorsque vous quittez la maison
- Arrêtez-vous toujours brièvement avant de traverser la chaussée. Prenez garde aux véhicules qui dépassent ainsi qu'au trafic venant de la droite
- Assurez-vous que les véhicules s'arrêtent vraiment avant le passage piéton

Plus d'informations pour les professionnels des médias:

Allemand: Christian Thomas. Directeur de la campagne.
043 488 40 34 ou 076 528 80 82, christian.thomas@fussverkehr.ch

Français: Paola Nagel-Petrucci
078 860 11 47, paola.nagel@rue-avenir.ch

Italien: Christina Terrani
076 373 55 58, gmt@swissonline.ch



MARCHER SANS LIMITE D'ÂGE

POUR DES DÉPLACEMENTS SÛRS

Recommandations à l'usage
des personnes âgées, de leurs proches,
de leurs accompagnants
ainsi que des conducteurs



Mobilité piétonne

Association suisse des piétons

Fussverkehr Schweiz

Fachverband der FussgängerInnen

Mobilità pedonale

Associazione svizzera dei pedoni



1. Prenez conscience de vos possibilités et limites.

Lorsqu'on prête garde à son propre vieillissement et que l'on adapte son comportement en conséquence, on prend son temps et on est mieux en mesure d'évaluer les situations dangereuses. Il est recommandé d'effectuer régulièrement des contrôles de la vue et de l'ouïe.

Si l'on s'est fait conseiller ou prescrire l'utilisation d'un dispositif auxiliaire (cane, béquille, déambulateur), on devrait s'en servir même pour les petits trajets. Après la prise d'un médicament, soyez attentif à votre état (fatigue, étourdissements) et adaptez vos déplacements en conséquence.

2. Ne quittez la maison que bien préparé.

En préparant bien ses sorties, on accroît sensiblement sa propre sécurité. Prévoyez assez de temps pour vos trajets. En choisissant judicieusement son itinéraire, on évite le stress. Mettez des chaussures confortables, non glissantes. Portez des vêtements clairs ou des réflecteurs – surtout au crépuscule et de nuit. Emportez un document indiquant votre identité et votre adresse, ainsi que les médicaments que vous prenez.



3. Arrêtez-vous toujours avant de traverser la chaussée.

Ne vous engagez jamais de façon impromptue sur la chaussée, même sur un passage pour piétons. Faites toujours attention aux véhicules qui tournent ou qui viennent en sens inverse. Manifestez clairement votre intention de traverser

(p. ex. par un signe de la main). **En présence de feux:** attendez que le feu vienne de passer au vert, afin de disposer de toute la phase verte pour traverser. Une fois engagé, ne faites jamais demi-tour, même si le feu passe à l'orange; terminez votre traversée le plus rapidement possible, toujours perpendiculairement à la chaussée.

4. Marchez toujours du côté intérieur du trottoir.

Il est moins risqué de marcher le long des façades que du côté de la chaussée. Faites attention aux nids-de-poule, aux inégalités du sol et aux surfaces mouillées ou verglacées. En l'absence de trottoir, marchez du côté gauche de la chaussée et restez attentif.



5. Attention aux trams et aux bus.

Traversez toujours à au moins deux mètres des trams et des bus arrêtés, aussi bien à l'avant qu'à l'arrière. N'oubliez pas que les trams ont toujours la priorité, même au niveau des passages pour piétons. Ne vous hâtez jamais à cause d'un tram ou d'un bus – vous

avez le temps. Montez à l'avant du véhicule, et tenez-vous toujours à une poignée. Les chauffeurs sont formés pour aider les personnes qui en ont besoin. Asseyez-vous sur le siège libre le plus proche ou demandez à quelqu'un qu'il vous cède sa place.

6. Restez mobile.

Marcher tous les jours stimule le corps et le sollicite de façon équilibrée. Des exercices physiques ciblés permettent de maintenir sa capacité de se déplacer à pied, même à un âge avancé.

CAMPAGNE ORGANISÉE PAR

Mobilité piétonne, Association suisse de piétons

Klosbachstrasse 48, 8032 Zurich, téléphone 043 488 40 34

info@mobilitepietonne.ch, www.mobilitepietonne.ch

→ Pour plus d'informations sur la campagne, consulter: www.a-pied.ch

ORGANISMES PARTENAIRES



CURAVIVA.CH



1. Faites particulièrement attention aux piétons âgés. Soyez patient.

Les personnes âgées marchent souvent lentement. Attendez tranquillement qu'elles aient atteint l'îlot central ou l'autre côté de la chaussée. Gardez à l'esprit que leurs facultés perceptives et leurs réflexes sont souvent réduits, et qu'il faut donc toujours s'attendre à ce qu'elles se comportent de façon imprévisible. Un jour, vous apprécierez à votre tour la patience dont on fera preuve à votre égard.



2. Arrêtez-vous aux passages pour piétons.

Faites attention aux piétons qui traversent et accordez-leur toujours la priorité. Arrêtez-vous toujours **tout à fait** lorsque des personnes âgées ou des enfants souhaitent traverser. Soyez particulièrement prudent si vous tournez.

3. Attention aux piétons venant de la gauche.

Plus de la moitié de tous les piétons tués sont renversés au milieu de la chaussée ou sur la seconde moitié de la traversée. C'est pour les personnes âgées que le danger est le plus grand. Aussi, faites particulièrement attention aux piétons qui viennent de la gauche et, là encore, arrêtez-vous tout à fait.



4. Ne vous laissez pas distraire. Ne téléphonez pas au volant.

Concentrez-vous sur la circulation sur toute la durée du trajet. Téléphoner est toujours une grande source de distraction, même avec un appareil mains libres. Nous vous recommandons donc de laisser sonner, de vous arrêter et de rappeler.

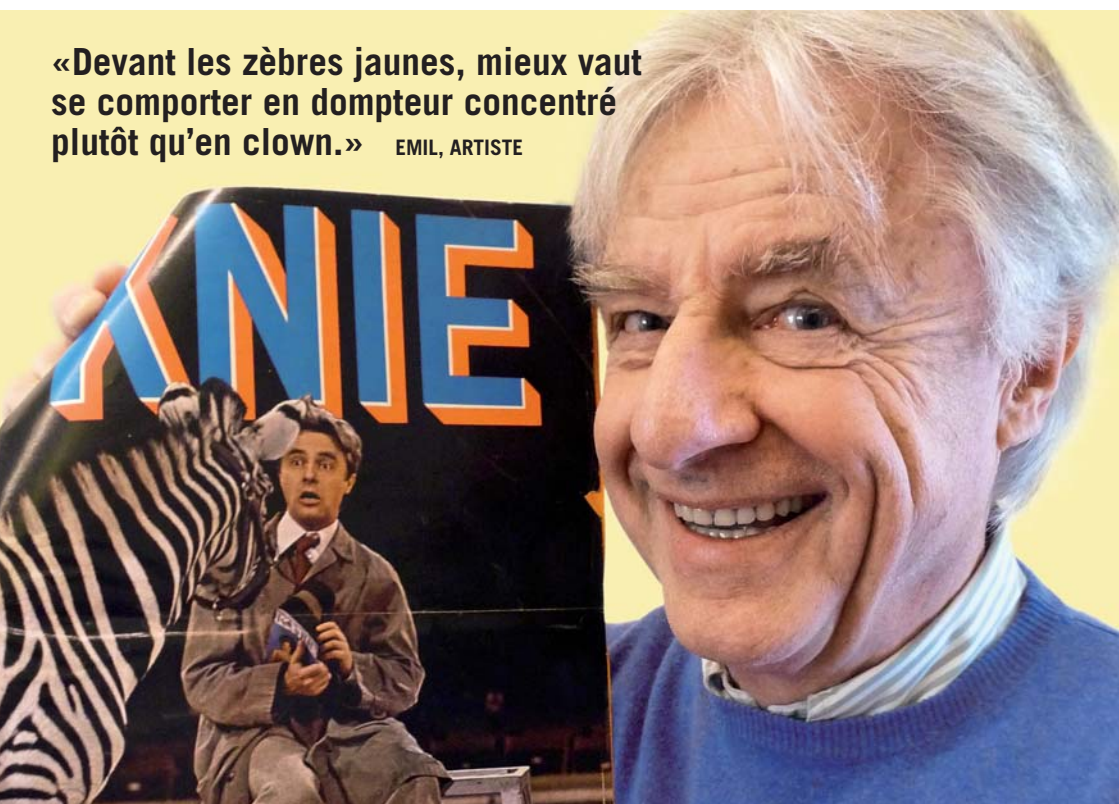
Prière d'affranchir

Mobilité piétonne
Rue de l'Avenir
18, rue de Montbrillant
1201 Genève

TALON-RÉPONSE

«Devant les zèbres jaunes, mieux vaut se comporter en dompteur concentré plutôt qu'en clown.»

EMIL, ARTISTE



Brochure «Marcher sans limite d'âge – Pour des déplacements sûrs»

Vous trouverez plus de précisions dans notre brochure de 32 pages, qui fournit un certain nombre d'informations médicales, ainsi que des recommandations plus détaillées.

Documentation de «Mobilité piétonne»

«Mobilité piétonne», l'Association suisse des piétons, s'engage en faveur de toutes les personnes qui se déplacent à pied. Pionnière et partenaire d'une politique des transports adaptée aux piétons, «Mobilité piétonne» est une association d'utilité publique, qui compte de nombreux membres composés de particuliers, d'organisations et de communes.

- Merci de m'envoyer gratuitement la brochure**
«Marcher sans limite d'âge – Pour des déplacements sûrs» (32 p.)*
- Merci de m'envoyer le nombre suivant de dépliants à distribuer*** _____
- Merci de m'envoyer la documentation de «Mobilité piétonne»**
et de Rue de l'Avenir
- Merci de m'envoyer des accessoires réfléchissants,**
qui me rendront plus visible dans l'obscurité

*Les imprimés sont aussi disponibles en allemand et en italien

Prénom

Nom

Rue/n°

NPA/localité

Téléphone

E-mail

Il est aussi possible de passer commande par Internet: www.a-pied.ch
ou par courriel: info@mobilitepietonne ou bien par téléphone: **078 860 11 47**

Discours des intervenants

Lancement de la campagne de prévention «Marcher sans limite d'âge»

2 février 2010, Berne

Referate

Lancierung der Verkehrssicherheitskampagne «Zu Fuss im Hohen Alter»

2. Februar 2010, Bern

Warum braucht es diese Kampagne? Ein Blick in die Unfallstatistik der letzten Jahre

Die demografische Alterung der Wohnbevölkerung setzt sich weiter fort. Der Anteil der Personen ab 65 Jahren stieg von 15,4% im Jahr 2000 auf 16,6% im Jahr 2008. Im Jahr 2020 wird der Anteil 20.3% betragen. Der Anteil der über 80 jährigen wird von 4% auf 5.7% steigen. Es gibt unbestrittenmassen immer mehr ältere Menschen in unserer Gesellschaft.

Die Lebenserwartung bei der Geburt steigt bei beiden Geschlechtern weiter an. 2008 beträgt sie 84,4 Jahre für Frauen und 79,7 Jahre für Männer.

Das heisst für uns selber: wir dürfen uns durchaus noch auf ein paar Jährchen freuen, sollten uns aber auch damit beschäftigen, dass wir – wenn wir älter werden, betagt gar – uns auch verändern, andere Bedürfnisse haben und auch mit Einschränkungen zurecht kommen müssen.

Wir gehen zu Fuss, um gesund und fit zu bleiben, soziale Kontakte zu pflegen, einzukaufen, den Arzt aufzusuchen oder schlicht die nächste Bushaltestelle zu erreichen. Vor allem für SeniorInnen bedeutet zu Fuss unterwegs sein einen grossen Gewinn an Lebenslust und Lebensqualität. Studien zeigen: Wer täglich 30 Minuten zu Fuss geht, stärkt den Kreislauf und reduziert die häufigsten chronischen Alterskrankheiten wie zum Beispiel Altersdiabetes, Osteoporose, Alzheimer-Demenz aber auch psychische Erkrankungen wie Depressionen.

Die allermeisten alten Menschen, nämlich 87% überqueren die Strasse alleine. Alte Menschen überqueren die Strasse in aller Regel auf einem Fussgängerstreifen. Sie gehen häufig langsam, sind eher dunkel angezogen, nicht mehr so reaktionsfähig wie noch in jüngeren Jahren. Und ihr Blickwinkel mag manchmal auch etwas eingeschränkt sein.

Untersuchungen zeigen, dass gerade bei älteren Menschen die Haltepflicht am Fussgängerstreifen schlechter wahrgenommen wird, als bei allen anderen Altersgruppen. Im Jahr 2008 verunfallten auf unseren Strassen 697 FussgängerInnen schwer, 59 wurden getötet, davon 20 auf dem Fussgängerstreifen.

Im Gegensatz zur Unfallentwicklung bei den Autoinsassen nehmen die Unfälle bei den Fussgängern zur Zeit nicht mehr ab. Vor allem auch innerorts und auf Fussgängerstreifen nicht. Mit zunehmendem Alter steigt das Risiko, beim Überqueren der Strasse schwer verletzt oder getötet zu werden. Markant ist der Risiko-Anstieg in der Altersgruppen ab 65 Jahren, noch wesentlich deutlicher ab 70.

Immer mehr Betagte sind zu Fuss unterwegs. Dieser Trend wird sich in den kommenden Jahren aufgrund der demografischen Entwicklung noch verstärken. Verschiedene Publikationen enthalten Unfallstatistiken und detaillierte Zahlen über zurückgelegte Kilometer. Was aber bisher gefehlt hat, ist eine Anleitung für die Betagten, deren Betreuungspersonen und das soziale Netz von Angehörigen, welche aufzeigt, wie das zu Fuss Gehen auch im hohen Alter sicher gehalten werden kann.

Dazu sind als zweite Zielgruppe, die wir mit der Medienarbeit ganz speziell erreichen möchten, die Fahrzeuglenkenden entscheidend wichtig. Der schweizerische Fahrlehrerverband als einer der Partner unserer Kampagne setzt sich dafür ein, dass das Fahren lernen auch bedeutet, die schwächsten Verkehrsteilnehmer frühzeitig wahrzunehmen und richtig zu reagieren.

Eine dritte Zielgruppe, die mit dieser Kampagne nur am Rande erreicht wird, die aber für die Sicherheit der alten Menschen sehr wichtig ist, sind die Behörden. Wir stellen heute erfreulicherweise fest, dass die Anliegen der Fussgängerinnen und Fussgänger ernster genommen werden und die Strassen nicht mehr nur auf den motorisierten Verkehr ausgerichtet werden. Doch die Bau- und Planungsfehler aus den früheren Jahrzehnten sind zahlreich und stellen heute ein Sicherheitsrisiko für die älter werdende Bevölkerung dar. Hier ist Handlungsbedarf angezeigt für eine altengerechte Strassenverkehrsinfrastruktur.

Marlies Bänziger, Präsidentin «Fussverkehr Schweiz», Nationalrätin
Blumenastrasse 5, 8400 Winterthur
076 592 66 87, marlies@marlies-baenziger.ch

Alt werden statt jung bleiben

Ich bin im Programm der Pressekonferenz angekündigt als „Alter in spe“, das heisst als einer, der hofft alt zu werden. Die meisten Leute wollen aber jung bleiben. Das sind zwei ganz verschiedene Lebensperspektiven. Der Versuch, jung zu bleiben wird nicht nur früher oder später ohnehin scheitern sondern er ist auch kurzsichtig und perspektivlos. Zudem ist es ungesund und gefährlich, denn es ist nun mal so, dass das alt Werden verbunden ist mit langsam eintretenden Einschränkungen je nach Konstitution. Abnehmendes Gehör, langsamere Reaktionen oder einen engeren Blickwinkel können wir als normale Einbussen relativ leicht akzeptieren. Aber die Schwierigkeit, sich zu orientieren und komplexe räumliche Zusammenhänge rasch zu verstehen, oder gar die Vergesslichkeit sind weniger leicht sich einzugestehen. Die Vergesslichkeit (Demenz) ist aber diejenige Eigenschaft, die am häufigsten bei Fahrzeuglenkenden festgestellt worden ist, welche einen Unfall verursacht haben. Möglicherweise ist das für Fussgänger, die verunfallen, nicht anders.

Die altersbedingten Einschränkungen nicht wahr haben zu wollen, trotzig zu glauben, man könne einfach jung bleiben, ist sehr problematisch. Auch der triviale Spruch, „man ist so alt wie man sich fühlt“ macht die Sache nicht besser, denn er suggeriert, dass man mit „sich jung fühlen“ den Alterungsprozess aufhalten könne. Verdrängung ist der Feind der Sicherheit, Verdrängung zerstört jedes authentische Lebensgefühl. Nur wer von sich selbst sagen kann „Ja, so bin ich jetzt“ legt eine Grundlage für echtes Wohlbefinden – und für objektive Sicherheit. Wer den reduzierten Sinneswahrnehmungen keine Beachtung schenkt, lebt gefährlicher, aber nicht besser. Alter ist keine Krankheit. Wir sind auch gesund und können uns gut bewegen, wenn nicht mehr alle Sinne ganz optimal sind, aber wir müssen die Einschränkungen als Tatsache akzeptieren.

Meine Mutter war während ihres ganzen Lebens eine passionierte Fussgängerin. Sie litt aber in den 80er und 90er Jahren ihres Lebens unter einer fortgeschrittenen Demenz. Meinen Namen konnte sie mit über 90 Jahren nicht mehr immer nennen. Der tägliche Spaziergang war aber das wichtigste Vorhaben jedes Tages. Wir Angehörigen waren etwas beunruhigt, dass sie den Heimweg nicht finden könnte und machten uns Sorgen wegen der Verkehrssicherheit. Wir hätten ihr aber unmöglich empfehlen können, auf den Spaziergang zu verzichten, denn für sie war «gehen können» gleich bedeutend mit «gesund sein». Wir mussten hoffen, dass sie die Strasse immer vorsichtig quert. Zum Glück hatte es einen Fussgängerstreifen mit Mittelinsel am richtigen Ort, den sie stets benützte. Sie starb dann mit 93 eines natürlichen Todes.

In den letzten zwei Jahren sind aber zwei Bekannte von mir schwer verunfallt: Eine alte Frau hat einen Freund im Altersheim besucht und wollte auf dem Weg nachhause eilig noch den bereit stehenden Bus erwischen. Sie hat die herannahende Gefahr unterschätzt, das Auto vielleicht nicht gehört wie früher und wurde getötet. Eine andere alte Frau wurde auf dem Fussgängerstreifen angefahren und schwer verletzt als sie die zweite Fahrspur queren wollte. Sie liegt seit über einem Jahr im Spital und ist bettlägerig, möglicherweise für den Rest ihres Lebens. Der Fahrer hat behauptet, die Frau sei vom Trottoir von rechts gekommen und unvermittelt auf die Fahrbahn getreten. Er hat die Frau links auf dem Fussgängerstreifen nicht gesehen oder nicht beachtet. Leider ist es so, dass wir Fussgänger nicht in jedem Falle damit rechnen dürfen, dass die Fahrzeuglenkenden uns beachten.

Das Fazit für mich ist: Ich bin daran, mir jetzt schon (mit etwas Überwindung) anzugewöhnen, immer vor einer Strassenquerung anzuhalten und bewusst abzuschätzen, ob es für ein langsames,

sicheres Queren auch reicht. Ich darf mich nicht darauf verlassen, dass mein Gehör noch gut ist und sorglos auf die Strasse treten, wenn ich gerade kein Auto höre. Ich kann mir nicht einbilden, dass ich mir ein solches Verhalten auch noch in 10, 20 oder gar 30 Jahren angewöhnen kann, wenn es dann vielleicht dringend nötig ist, denn realistischerweise bin ich dann nicht mehr in der Lage, ein neues Verhalten automatisch und auch bei Stress anzuwenden (zum Beispiel, wenn der Bus abfahrbereit ist). Die Aufgabe, etwas zu lernen, was ich nicht bräuchte, wenn ich jung bliebe, ist zwar etwas mühsam, gibt mir aber das gute Gefühl, dass ich zu Fuss alt werden kann. Eben, ein Alter in spe.

Diese Haltung ist keine Selbstverständlichkeit. Viele Leute denken, Verkehrsunfälle seien Schicksal. Tatsache ist aber, dass fast jeder Verkehrsunfall zwischen einem Fahrzeuglenkenden und einer Fussgängerin zwei Ursachen hat: Der oder die Fahrzeuglenkende hat eine Gefahr nicht beachtet oder unterschätzt und gleichzeitig war eine Person zu Fuss zu wenig vorsichtig. Mit unserer Kampagne wollen wir sowohl die alten Fussgänger/innen vorsichtiger als auch die Fahrzeuglenkenden aufmerksamer und rücksichtsvoller machen.

Die Partner der Kampagne

Diese Kampagne wird zu 80% vom Fonds für Verkehrssicherheit finanziert. Anwesend ist Dieter Lüthi, Geschäftsführer des Fonds. Dieser Fonds steht dem Bundesamt für Strassen (ASTRA) nahe und das ASTRA ist hier vertreten durch Gottlieb Witzig vom Bereich Langsamverkehr.

Ein wesentlicher Teil unserer Kampagne besteht darin, dass wir mithelfen möchten, dass auch alte Menschen so sein können, wie sie eben sind. Das beginnt bei der eigenen Wahrnehmung, darum enthält unsere Verkehrssicherheitsbroschüre zu einem beträchtlichen Teil medizinische Information. Viele alte Menschen können die komplexe Information im Verkehrsgeschehen nicht mehr verarbeiten und die richtigen Schlüsse daraus ziehen. Darum haben wir gemeinsam mit externen Fachleuten konkrete Empfehlungen ausformuliert. Hier anwesend sind Prof. Urs Kalbermatten, Leiter Master of Advanced Studies in Gerontologie der Berner Fachhochschule und Michael Rytz von Verkehrsclub der Schweiz. Er hat eine Publikation über die Unfälle von Senioren geschrieben, die aufgelegt ist und die man im Internet findet.

Die erarbeiteten Texte sind mit Fotos illustriert worden. Die geduldige Darstellerin Elisabeth Birchmeier ist anwesend. Wir vermitteln unsere Publikationen über unterschiedliche Organisationen zu den alten Menschen, so über die regionale oder lokalen Pro Senectute-Organisationen, über Altersheime und Alterswohnungen. Ein ganz wichtiger Verbreitungskanal bildet zudem das Netz der 1200 bfu-Sicherheitsdelegierten, die besonders in kleineren Städten und Gemeinden die Möglichkeiten kennen, um die Leute zu erreichen. Anwesend ist Rolf Winkelmann, der in der bfu für die Sicherheitsdelegierten. In der Romandie und im Tessin arbeiten wir mit unsern Partnerorganisationen «Rue de l'Avenir» und Gruppo per la Moderazione del Traffico» zusammen, um die Zielgruppen zu erreichen. Von Rue de de l'Avenir ist der Vizepräsident Alain Rouiller aus Genf da, aus dem Tessin Christina Terrani.

Alle diese Anwesenden können Ihnen auch Auskünfte geben.

Christian Thomas, Dr. sc. techn, Kampagnenleiter
«Fussverkehr Schweiz», Klosbachstrasse 48, 8032 Zürich
043 488 40 30, christian.thomas@fussverkehr.ch
www.fussverkehr.ch

Le point de vue des conducteurs et conductrices : problèmes et solutions

Au vu de la situation décrite par les orateurs et oratrices qui m'ont précédé, les conducteurs et les conductrices doivent se montrer particulièrement prudents, respectueux et indulgents à l'égard des piétons âgés. Donc :

1. Prudence

Conduire, c'est toujours prévoir et anticiper sur la base de la vitesse et de la force d'inertie du véhicule. Au volant, le conducteur doit être en mesure d'anticiper l'action ou la réaction de tel ou tel autre partenaire, ce qui n'est pas toujours facile. Dans certains cas, les personnes en jeu ne sont pas visibles. Exemple typique : il existe à côté de l'angle mort vers l'arrière, dont on tient compte en dépassant, un angle mort vers l'avant. La plupart des conducteurs et conductrices en sont moins conscients bien qu'il ne soit pas moins dangereux, en particulier par rapport aux piétons. Il est question du montant de toit dans lequel s'emboîte le pare-brise (montant du pare-brise) et qui peut complètement masquer un piéton, alors qu'à proximité d'autres véhicules sont visibles, du moins partiellement. Si une voiture roule et qu'un piéton s'approche par la gauche, il se peut dans le pire des cas que leur vitesse coïncide au point que le piéton se trouve pendant quelques secondes dans l'angle mort et échappe totalement à la vue du conducteur. Il arrive souvent que les conducteurs ne voient pas les piétons qui viennent de leur gauche. Et c'est une des causes des collisions, dont le nombre est supérieur à la moyenne, qui se produisent sur la seconde moitié de la traversée, la nuit surtout. Pour faire échec à ce phénomène, il faut tout simplement que les conducteurs enregistrent de loin les piétons qui viennent de la gauche sur le trottoir et ne les lâchent plus du regard, donc soient prudents. En effet, dès que le piéton se déplace de gauche à droite, il peut se fondre dans l'angle mort.

La prudence n'est pas synonyme de peur, mais elle procède de l'anticipation. Si l'on n'est pas sûr qu'un piéton sera caché par le montant du pare-brise, il faut réduire sa vitesse et se pencher en avant pour s'assurer que ce n'est pas le cas.

2. Respect

Le respect ou la prévenance est un comportement qui, dans la circulation routière, tient compte des besoins des autres. Au quotidien, cela veut dire :

- Lorsque le feu est au rouge et que la phase verte est trop courte pour les piétons âgés, attendre patiemment qu'ils aient atteint l'autre côté de la chaussée.
- Dans les giratoires ou dans les situations que les personnes d'un âge avancé ne peuvent pas contrôler, il faut aussi – patiemment - laisser passer les piétons qui n'ont plus la faculté d'évaluer correctement le trafic.
- Il convient de montrer de la compréhension pour les piétons âgés qui, évitant d'emprunter les passages sous-voie ou les passerelles trop pénibles pour eux ou par peur d'une agression, traversent la chaussée.

Quiconque prend conscience des difficultés des piétons âgés devrait agir en conséquence. Être prêt à réduire sa vitesse, à s'arrêter à temps devant les passages pour piétons et à ne pas parquer sur les trottoirs relève du respect.

3. Indulgence

L'indulgence est un atout psychologique. Elle implique la compréhension, la patience et la tolérance. Il faut accepter l'idée de son propre vieillissement et se comporter en conséquence. En matière

de circulation routière, cela signifie qu'il faut se rendre compte des limites et des restrictions physiques liées à l'âge. Et cela vaut aussi bien pour les conducteurs à l'égard des piétons lents et gauches que pour les piétons à l'égard de conducteurs et conductrices distraits. En adoptant une attitude positive, on est mieux à même de percevoir les problèmes et les difficultés à leur juste échelle.

Conclusions pour les écoles de conduite

Les auto-écoles doivent traiter avec soin la question des facultés de perception souvent réduites des personnes âgées et le ralentissement de leurs réflexes, et cela aussi bien dans les leçons de théorie que dans les cours de sensibilisation et dans la pratique de la conduite. L'ASMC s'engage auprès des moniteurs et monitrices de conduite pour qu'ils intègrent dans leur enseignement, à titre approfondi, les thèmes inhérents aux piétons particulièrement vulnérables, soit les enfants, les personnes d'âge avancé, mais également les non-voyants et d'autres handicapés. Par la sensibilisation aux comportements des partenaires, on entend augmenter la sécurité des nouveaux conducteurs et de tous leurs partenaires sur la route, ainsi qu'à contribuer à l'amélioration du climat. L'ASMC se bat pour que ces thèmes soient discutés à fond dans tous les secteurs. La connaissance des règles de circulation et de la signalisation (leçon de théorie) ne pourra influencer le comportement que quand le contexte aura été perçu. Autrement dit, lorsqu'on aura compris, par exemple, pourquoi une piétonne âgée ne prend pas assez de précautions avant de traverser la chaussée. Les cours de sensibilisation n'auront d'effet durable que s'ils sont dispensés dans un esprit cognitif, qui incite à la réflexion, et non pas de manière péremptoire. C'est la garantie pour que les connaissances théoriques soient converties en actions dans la pratique de la conduite.

Accidents de piétons en Suisse en 2008

	<i>Total</i>	<i>dont plus de 65 ans</i>	<i>en % de tous les accidentés</i>
<i>Blessés graves</i>	4780	208	4,4 %
<i>Tués</i>	357	36	10,1 %
<i>Total</i>	5137	244	4,7 %

Source: Rapport Sinus bpa

Raphael Denis HUGUENIN, dr.phil., dr.h.c., psychologue SPC,
Président de l'Association suisse des moniteurs de conduite ASMC
Boîte postale 8150, 3001 Berne, Effingerstr. 8, Tél: +41(0)31 812 20 10 // Fax: +41(0)31 311 94 72,
sekretariat@fahrlehrerverband.ch, www.fahrlehrerverband.ch
huguenin@swissonline.ch, www.huguenin-rd.ch

Altengerechte Weginfrastruktur

Die Kampagne «Zu Fuss im hohen Alter» fokussiert auf das Verhalten. Sowohl alte Leute zu Fuss als auch die Lenkerinnen und Lenker müssen sich aufmerksam und rücksichtsvoll verhalten.

Ich möchte den Fokus noch etwas öffnen. Nicht nur das Verhalten, auch die Strasseninfrastruktur trägt wesentlich dazu bei, ob die Strassen – namentlich für alte Leute – sicher sind oder nicht.

Altengerechte Infrastruktur wird mit der demografischen Veränderung der Gesellschaft zunehmend an Bedeutung gewinnen.

Aber was ist altengerechte Infrastruktur ?

Und wie kann sie erreicht werden?

Dazu möchte ich sechs Punkte herausgreifen:

1. Genügende Anzahl Fussgängerstreifen

Alte Leute sind in erhöhtem Masse auf den Vortritt angewiesen. Sie können sich im Verkehr nicht so schnell orientieren und brauchen in der Regel etwas mehr Zeit für die Strassenquerung.

Der Fussgängerstreifen verpflichtet die Lenkenden anzuhalten. Die sicherste Querung kann dann gewährt werden, wenn der motorisierte Verkehr für einen Moment ruht.

Eine genügende Anzahl gut platzierter Fussgängerstreifen ist daher von zentraler Bedeutung. Fussgängerstreifen bieten nicht nur das Vortrittsrecht. Sie zeigen auch auf, wo die Querung optimal ist. Die Trottoirs sind hier abgesenkt und das Halteverbot verhindert, dass Fussgänger durch haltende Autos verdeckt werden.

2. Querungen mit Mittelinseln

Es ist im Alter zunehmend anspruchsvoll die Strassen in beiden Richtungen zu überblicken.

Eine Mittelinsel verkürzt die Querungsdistanz, teilt die Fahrbahn in zwei Hälften und somit kann die Aufmerksamkeit zuerst nach links und dann nach rechts gerichtet werden. Mittelinseln bieten auch einen Schutz und eine Möglichkeit kurz inne zu halten und die Kräfte und die Konzentration neu zu sammeln.

3. Trottoirnasen

An Orten, wo der Platz für eine Insel nicht vorhanden ist, kann die Verkürzung der Querungsdistanz auch durch eine Einengung der Fahrbahn erreicht werden. Die Trottoirs werden vorgezogen. Es entstehen so genannte Trottoirnasen. Die Zeit auf der Fahrbahn wird damit verkürzt und die Querung – insbesondere für ältere Menschen – dadurch sicherer. Auf schwach frequentierten Strassen kann diese Einengung auch so ausgestaltet sein, dass eine Kreuzung der Fahrzeuge dort nicht möglich ist.

4. Lichtsignalsteuerung

Die Strassenverkehrsnormen gehen von Gehgeschwindigkeiten von 1.2m/sec aus. Alte Leute sind aber oftmals langsamer unterwegs. Einer altengerechte Signalsteuerung sollte eine Gehgeschwindigkeit von 0.8 m/sec zu Grunde liegen.

5. Ruhebänke

Eine ausreichende Anzahl von Sitzgelegenheiten sollte nicht nur entlang von Spazierwegen, sondern auch im Siedlungsbereich entlang von normalen Strassen und Wegen aufgestellt werden. Sie erlauben es, längere Wege in Etappen zurückzulegen.

6. Handläufe

Überall wo Höhendifferenzen überwunden werden müssen, sei es bei Treppen, aber auch bei Rampen, sind Handläufe vorzusehen. Sie sind ein wichtiges Mittel zur Erhöhung der Sicherheit und zur Verhinderung von Stürzen.

Fazit und Umsetzung

Für diese Infrastruktur sind meist die Gemeinden zuständig. Es ist aber wichtig und sinnvoll, wenn Altersinstitutionen die Problemstellen auf dem Wegnetz sammeln und die zuständigen Stellen darauf hinweisen. Es braucht eine Sensibilisierung der Bauverantwortlichen, dass auch die Optik der alten Menschen gebührend berücksichtigt wird. «Fussverkehr Schweiz» leistet hier Unterstützungsarbeit. Vorbildliche Planungen können im Rahmen des Wettbewerbes «Flâneur d'Or – Fussverkehrspreis Infrastruktur» prämiert werden.

Thomas Schweizer, Geschäftsleiter
«Fussverkehr Schweiz», Klosbachstrasse 48, 8032 Zürich
043 488 40 30, thomas.schweizer@fussverkehr.ch
www.fussverkehr.ch

Se déplacer à pied contribue à la réalisation des droits fondamentaux – notamment pour les personnes âgées

La capacité de se déplacer à pied est une activité fondamentale pour l'indépendance de chacune et chacun. Elle permet en effet de vivre sans l'assistance d'autrui, de subvenir à ses besoins, de maintenir des liens sociaux et de choisir librement ses loisirs. Du fait de l'importance de ces activités pour les individus, la capacité de se déplacer à pied contribue à la réalisation de droits fondamentaux tels que la liberté et la sécurité.

Dans les faits, notre sécurité lors de déplacements à pied est néanmoins remise en cause par les dangers inhérents au trafic, ce risque étant encore accru pour les enfants et les personnes âgées. Si les campagnes de sensibilisation visant à protéger les déplacements des enfants sont fréquentes – ce dont il convient bien sûr de se réjouir –, tel n'est pas le cas en ce qui concerne les personnes âgées. En effet, malgré l'importance particulière de la mobilité piétonne pour ces dernières et leur vulnérabilité sur la voie publique, rares sont les campagnes qui mettent en avant les dangers et obstacles auxquels les personnes âgées sont confrontées dans leurs déplacements quotidiens.

La campagne « Marcher sans limite d'âge » ne constitue pas en premier lieu une sensibilisation quant aux dangers du trafic sur la voie publique. Bien qu'elle implique cette dimension, elle traite avant tout de la mobilité piétonne dans une perspective de santé, en soulignant notamment le danger que représentent l'inactivité et l'isolement pour les personnes âgées. En mettant en avant les bienfaits des déplacements à pied pour le maintien de la santé et le prolongement d'une vie saine, la campagne vise ainsi à susciter chez les personnes âgées l'envie de se déplacer à pied.

La sécurité sur la voie publique se situe bien sûr en filigrane de ces objectifs ; il ne s'agit là pas simplement de réduire le nombre et la gravité des accidents mais, grâce à cette campagne, de donner aux personnes âgées un sentiment de sécurité, une dimension qui prime sur la réduction effective des accidents. Or, ce sentiment ne peut être renforcé et répandu que si les infrastructures piétonnes correspondent aux besoins des personnes âgées et si les usagers de la route se comportent de manière raisonnable à leur égard.

C'est dans cette perspective que j'attends de cette campagne qu'elle contribue à l'augmentation de la qualité de vie dans l'espace public pour les personnes âgées et, ainsi, qu'elle participe au respect et à la défense de leur dignité et de certains de leurs droits les plus fondamentaux.

Liliane Maury Pasquier, Conseil «mobilité piétonne», Conseillère aux Etats
contacts@maurypasquier.ch