



SENIOR DRIVERS DAY 2023

7. JUNI / 7 JUIN 2023

ROADBOOK

gero
KOMPETENZCENTER
FIR DEN ALTER

CFC CENTRE DE FORMATION
POUR CONDUCTEURS



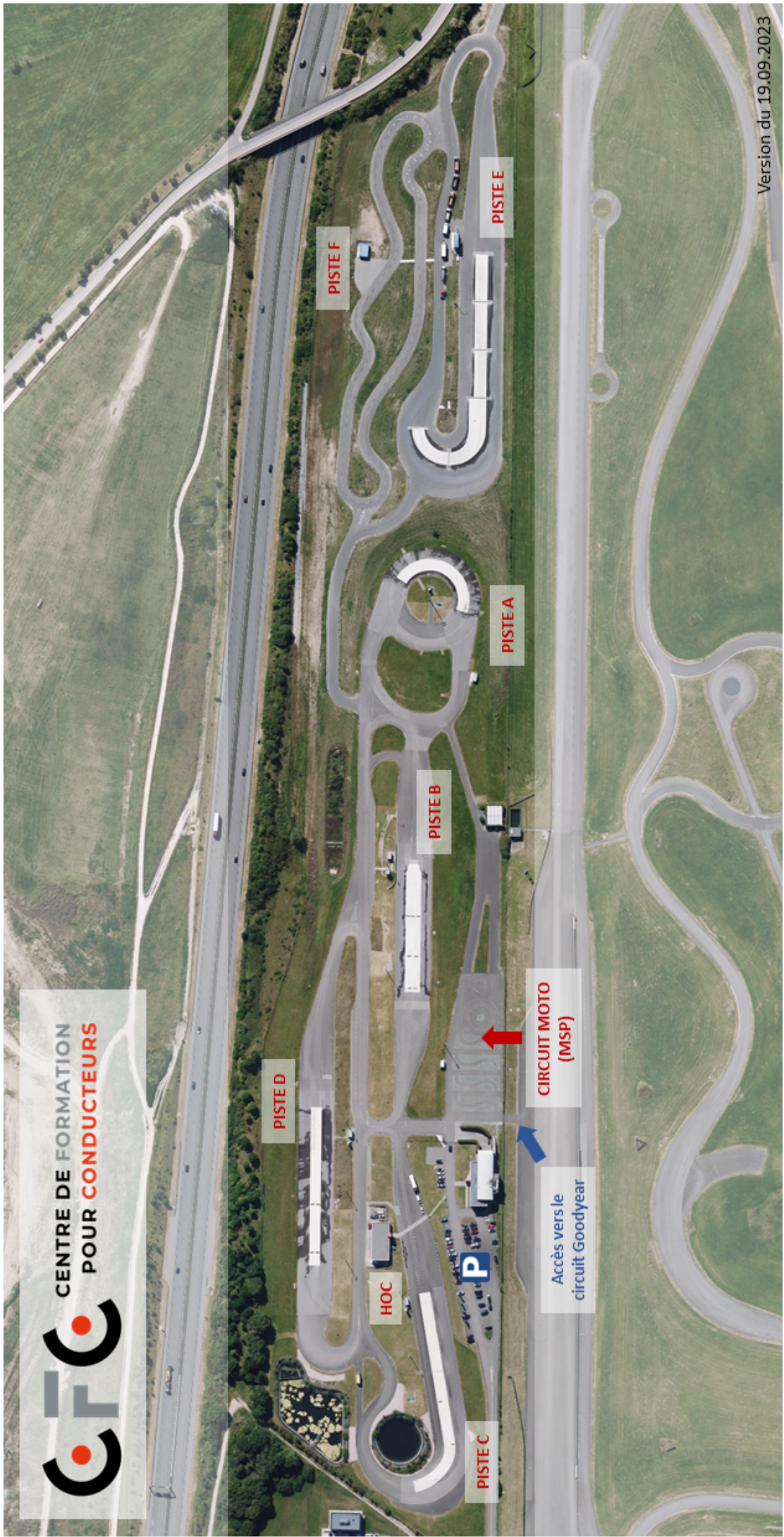
LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Famille, de l'Intégration
et à la Grande Région



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Mobilité
et des Travaux publics



CENTRE DE FORMATION
POUR **CONDUCTEURS**



PISTE D

HOC

PISTE C

P

PISTE B

PISTE A

PISTE F

PISTE E

CIRCUIT MOTO
(MSP)

Accès vers le
circuit Goodyear

Roadbook Senior Drivers Day 2023

Herzlich willkommen beim Senior Drivers Day!

Sie werden heute an interessanten und abwechslungsreichen praktischen Workshops zum Thema Fahrsicherheit teilnehmen. Außerdem können Sie sich in der Mittagspause an verschiedenen Infoständen informieren.

In diesem „Roadbook“ finden Sie die wichtigsten Informationen, die für einen reibungslosen Ablauf des Tages wichtig sind.

Die praktischen Übungen (im eigenen Fahrzeug, ohne Fahrgast) können nur von Teilnehmer*innen durchgeführt werden, die im Besitz eines gültigen Führerscheins und einer Versicherung sind.

Wir wünschen Ihnen einen lehrreichen Tag und gute Fahrt!

Bienvenue au Senior Drivers Day!

Vous participez aujourd'hui à des ateliers pratiques intéressants et très divers placés sous le signe de la sécurité routière. Pendant la pause déjeuner, vous pourrez également vous informer à différents stands. Dans ce manuel vous trouverez toutes les informations nécessaires pour garantir un bon déroulement de cette journée de sensibilisation.

Seules les personnes ayant un permis de conduire et une assurance valables peuvent participer aux exercices de conduite (à bord de leur propre voiture, sans passager).

Nous vous souhaitons une journée instructive et bonne route !



Ministère de la Famille, de l'Intégration et à la Grande Région



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Famille, de l'Intégration
et à la Grande Région

Der Senior Drivers Day, ein Tag, der der Sensibilisierung von Senior*innen zum Thema Verkehrssicherheit gewidmet ist, ist eine Initiative des Ministeriums für Familie, Integration und die Großregion, in Zusammenarbeit mit GERO - Kompetenzzentrum für den Alter und dem Fahrerausbildungszentrum („Centre de Formation pour Conducteurs“) in Colmar-Berg und mit Unterstützung des Ministeriums für Mobilität und öffentliche Arbeiten.

Die Politik des aktiven Alterns ist ein wichtiger Schwerpunkt der Altenpolitik des Ministeriums. Die Hauptziele in diesem Bereich sind die Verbesserung der Lebensqualität, die Erhaltung der Gesundheit der Betroffenen sowie die Förderung ihrer Teilnahme am sozialen Leben.

Die Mobilität erleichtert die aktive Teilnahme älterer Menschen am gesellschaftlichen Leben. Da Senior*innen jedoch im Straßenverkehr besonders gefährdet sind, ist es wichtig, ihr Bewusstsein für die Verkehrssicherheit zu schärfen.

Ziel des Senior Drivers Day ist es daher:

- die Teilnehmer*innen auf die Gefahren im Straßenverkehr aufmerksam zu machen;
- die Reaktionsfähigkeit und Wachsamkeit der Teilnehmer*innen im Straßenverkehr zu verbessern;
- die Teilnehmer*innen über die Auswirkungen von altersbedingten Mobilitäts- und Gesundheitsproblemen zu informieren;
- die Teilnehmer*innen über bewährte Praktiken und angemessenes Verhalten im Straßenverkehr zu informieren ebenso wie über die künftige Entwicklung der Mobilität;
- den Teilnehmer*innen die Möglichkeit zu geben, ihre spezifischen Probleme und Fragen mit Verkehrssicherheitsexpert*innen und anderen Senior*innen zu besprechen.

Ministère de la Famille, de l'Intégration et à la Grande Région



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Famille, de l'Intégration
et à la Grande Région

Le Senior Drivers Day , journée dédiée à la sensibilisation à la sécurité routière des seniors, est une initiative du ministère de la Famille, de l'Intégration et à la Grande Région en collaboration avec GERO - Kompetenzzenter fir den Alter et le Centre de Formation pour Conducteurs à Colmar-Berg et avec le soutien du ministère de la Mobilité et des Travaux publics.

La politique du vieillissement actif constitue un axe important en matière de politique pour personnes âgées du ministère. Les objectifs principaux poursuivis dans ce domaine sont l'amélioration de la qualité de vie, le maintien en bonne santé des personnes concernées et la promotion de leur participation à la vie sociale.

La mobilité facilite la participation active des personnes âgées à la vie sociale. Comme les personnes âgées sont particulièrement exposées aux risques de la circulation routière, il est important de les sensibiliser à la sécurité routière.

Le Senior Drivers Day a donc pour objectif :

- de sensibiliser les participant-e-s aux risques de la route ;
- d'améliorer la réactivité et la vigilance des participant-e-s dans la circulation routière ;
- d'informer les participant-e-s sur les impacts des problèmes de mobilité et de santé liés à l'âge ;
- d'informer les participant-e-s sur les bonnes pratiques et les comportements adéquats sur la route ainsi que de les informer sur le développement futur de la mobilité ;
- de donner la possibilité aux participant-e-s de discuter de leurs problèmes et questions spécifiques avec des professionnels en matière de sécurité routière et avec d'autres seniors.

Ministère de la Mobilité et des Travaux publics



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Mobilité
et des Travaux publics

Seit vielen Jahren nun schon ist das Auto ein Symbol von persönlicher Freiheit. Die freie Straße vor sich, kann man sich überall hinbewegen, egal wann.

In diesem Zusammenhang jedoch, spricht man von Mobilität, muss man zwangsläufig auch von Verkehrssicherheit sprechen. Verkehrssicherheit ist ein Thema, das uns alle betrifft und uns alle etwas angeht.

Wenn wir unser Verhalten auf der Straße ändern, können wir alle einen Beitrag zur Verbesserung der Straßenverkehrssicherheit leisten. Wir möchten Ihnen dazu gratulieren, dass Sie sich zur Teilnahme an der diesjährigen Ausgabe des Senior Drivers Day entschlossen haben. Dies wird es Ihnen erlauben, Ihre Kenntnisse aufzufrischen, Ihr Verhalten auf der Straße ggf. anzupassen sowie auf Gefahren aufmerksam gemacht zu werden, welchen Sie alltäglich im Straßenverkehr ausgesetzt sind.

In diesem Sinne Ihnen allen einen interessanten und lehrreichen Tag im Sinne der Verkehrssicherheit.

Ministère de la Mobilité et des Travaux publics



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Mobilité
et des Travaux publics

La voiture est depuis toujours un symbole de liberté personnelle. Avec la route ouverte devant soi, on peut aller n'importe où, n'importe quand.

Dans ce contexte toutefois, qui dit mobilité, dit également sécurité. Partant, la sécurité sur nos routes, voilà un sujet qui nous concerne tous, qui nous affecte tous. Nous pouvons tous améliorer la sécurité sur nos routes en adaptant notre comportement.

C'est dans cet ordre d'idées, que nous vous félicitons d'avoir décidé de participer aujourd'hui à l'édition 2023 du Senior Drivers Day, puisqu'il vous permettra d'actualiser vos connaissances, d'influencer votre comportement sur la route tout comme une prise de conscience des facteurs de risques auxquels vous êtes quotidiennement confrontés en tant que conducteurs.

Nous vous souhaitons une intéressante et fructueuse journée autour des sujets de la sécurité routière.



Mobil sein und mobil bleiben, ist insbesondere auch für Senior*innen ein zentrales Thema im Hinblick auf Autonomie und Selbstbestimmung. Das Autofahren spielt dabei für viele eine wichtige Rolle. Umso wichtiger ist es, sich im Hinblick auf die aktuellen Anforderungen des immer komplexer werdenden Straßenverkehrs auf dem neuesten Stand zu halten.

2015 wurde daher der Senior Drivers Day auf Initiative des Luxemburger Ministeriums für Familie und Integration sowie GERO - Kompetenzzentrum für den Alter asbl ins Leben gerufen. Ein praktisches Fahrsicherheitstraining, das sich gezielt an ältere Autofahrer*innen richtet, um deren Kompetenzen auf nachhaltige Weise zu unterstützen und zu verbessern. Unter dem Motto: Erfahrung durch Selbsterleben und Selbsterkenntnis.

Être et rester mobile est un thème central, particulièrement pour les seniors. Pour de nombreuses personnes, la voiture reste un moyen de transport important, car elle leur assure une certaine autonomie et flexibilité. Il est donc d'autant plus important de se tenir au courant des exigences actuelles d'une circulation routière de plus en plus complexe.

En 2015, le Senior Drivers Day a été créé à l'initiative du ministère luxembourgeois de la Famille et de l'Intégration, ainsi que GERO - Kompetenzzentrum für den Alter asbl. Il s'agit d'une formation pratique à la sécurité routière qui s'adresse spécifiquement aux conducteurs et conductrices âgé-e-s afin de soutenir et d'améliorer leurs compétences de manière durable. La devise de cette journée de formation est « Apprendre par l'expérience personnelle et la connaissance de soi ».

Das Centre de Formation pour Conducteurs organisiert an seinen beiden Standorten in Colmar-Berg und Sanem, diverse Kurse, welche wesentlich zur Verbesserung der Sicherheit im Straßenverkehr beitragen. Neben Fahrsicherheitstrainings für Auto- und Motorradfahrer werden beim CFC auch Kurse in Bezug auf den Punkteführerschein durchgeführt. Zudem werden Berufsfahrer in obligatorischen und freiwilligen Kursen für eine eigenverantwortliche Verkehrsteilnahme sensibilisiert. Auch für Events eignen sich beide Standorte bestens.

Sur ses deux sites à Colmar-Berg et Sanem, le Centre de Formation pour Conducteurs remplit différentes missions en matière de sécurité routière et organise des formations variées. À part des stages de formation pour automobilistes et motocyclistes, le Centre propose également des formations en relation avec le permis à points, des formations obligatoires et volontaires pour chauffeurs professionnels ainsi que des événements.



Roadbook Senior Drivers Day 2023

Notbremsung / Freinage d'urgence

Wie verändert sich der Bremsweg bei doppelter Geschwindigkeit?
Das Hauptaugenmerk dieser Übung liegt auf dem Einfluss der Geschwindigkeit auf den Bremsweg. Die Gefahr einer Fehleinschätzung des Bremsweges, des Straßenzustandes und der Geschwindigkeit sind nicht zu unterschätzen. Ziel ist es das Fahrzeug so schnell wie möglich zum Stillstand zu bringen.

Quelle est la distance de freinage si la vitesse est doublée ?
L'influence de la vitesse sur la distance de freinage est le sujet principal de cet exercice. Une fausse estimation de la distance de freinage, l'état de la route et la vitesse sont des facteurs importants influant sur la distance de freinage. L'objectif est d'arrêter le véhicule le plus rapidement possible.

Slalom

Ziel dieser Übung ist es, das Fahrzeug möglichst gleichmäßig und sicher durch das Slalom zu führen. Die Teilnehmer sollen herausfinden welche Faktoren einen wesentlichen Einfluss auf das Verhalten ihres Fahrzeugs haben und unter welchen Umständen sie sich wohl beziehungsweise unwohl fühlen. Wie kann man diese Faktoren als Fahrer beeinflussen? Welche Rolle spielen dabei die Sitzposition und die Blick- und Lenktechnik?

Le but de cet exercice est de guider le véhicule tout au long du slalom de manière fluide et en toute sécurité. Les participants vont découvrir quels sont les facteurs qui exercent une influence significative sur le comportement de leur véhicule et dans quelles circonstances ils se sentent à l'aise ou mal à l'aise. Comment peut-on influencer ces facteurs en tant que conducteur ? Quel rôle jouent la position assise et la technique du regard et du braquage ?

Kurve / Virage

Welche Auswirkungen haben Bremsen und Beschleunigen in der Kurve? Die Teilnehmer bekommen die Gelegenheit eine Notbremsung und das Beschleunigen in der Kurve durchzuführen und so die möglichen Auswirkungen zu erfahren. Die Fehleinschätzung der gefahrenen Geschwindigkeit kann in der Kurve zum Kontrollverlust führen.

Quel est l'impact du freinage et de l'accélération dans le virage ? Les participants auront la possibilité d'expérimenter les effets potentiels de l'accélération et du freinage d'urgence dans le virage. La mauvaise estimation de la vitesse peut provoquer une perte de contrôle du véhicule.

Vermeidung von Hindernissen / Evitement d'obstacles

Diese Übung beschäftigt sich mit der Reaktion im Falle eines unvorhersehbaren Hindernisses im Straßenverkehr. In einer unerwarteten Situation muss der Fahrer innerhalb von Sekunden entscheiden, wie er reagieren soll. Ist ein Ausweichmanöver unvermeidbar oder gibt es andere Reaktionsmöglichkeiten? Welche Gefahren können zusätzlich durch ein Ausweichmanöver entstehen?

La réaction en cas d'obstacle imprévisible sur la route est l'objet de cet exercice. Dans une situation inattendue, le conducteur doit décider en quelques secondes comment réagir. Une manœuvre d'évitement est-elle inévitable ou y a-t-il d'autres réactions possibles ? Quels autres dangers peuvent découler d'une manœuvre d'évitement ?

Konsequenzen von Unfällen / Conséquences des accidents

In der „Hall of Consequences“ werden anhand von Unfallfahrzeugen, unterschiedliche Unfallsituationen und deren Konsequenzen diskutiert. Wie hilflos und verletzlich der Mensch bei einem Unfall im Fahrzeug ist, wird den Teilnehmern beim Überschlagsimulator demonstriert. Auch das Führen von Fahrzeugen unter Einfluss von Substanzen (Alkohol, Drogen und Medikamente), die das menschliche Wahrnehmungsvermögen erheblich verändern, werden thematisiert.

Différentes situations d'accident et leurs conséquences sont discutées à l'aide de véhicules accidentés dans le « Hall of Consequences ». La détresse et la vulnérabilité des personnes dans le véhicule en cas d'accident est démontré aux participants à l'aide d'un simulateur tonneau. La conduite d'un véhicule sous l'influence de substances (alcool, drogues et médicaments) qui modifient considérablement la perception humaine est également abordée.

Sicherheitsabstand, Reaktionszeit und Restgeschwindigkeit Distance de sécurité, temps de réaction, vitesse restante

Bei dieser Übung beschäftigen wir uns mit dem Einfluss der Geschwindigkeit und der Reaktionszeit auf den Anhalteweg. Es soll das Bewusstsein vermittelt werden, dass ein geringer Abstand sogar unter optimalen Bedingungen (vorbereitet und ohne Ablenkung) extreme Konsequenzen mit sich bringen kann.

Cet atelier a pour but de démontrer comment la vitesse et le temps de réaction affectent la distance d'arrêt. Malgré des conditions optimales (prévisibilité et absence de distraction), une distance de sécurité insuffisante peut entraîner des conséquences extrêmes.



RENAULT



GARAGE THOMMES

HEFFINGEN/ MERSCH



Bei diesem Workshop wird den Teilnehmern die Elektromobilität vorgestellt. Die Vertreter der Garage Thommes, Marke Renault, erklären die Vor- und Nachteile von Elektro-, Hybrid- und Plug-In-Hybridfahrzeugen sowie die jeweiligen Lademöglichkeiten. Für Interessierte gibt es die Möglichkeit, verschiedene Elektrofahrzeuge oder Hybridfahrzeuge zu testen. Unsere Experten beantworten gerne auch spezifische Fragen zu den präsentierten Fahrzeugen.

Lors de cet atelier, la mobilité électrique sera présentée aux participants. Les représentants du garage Thommes, marque Renault, expliquerons les avantages et les inconvénients des véhicules électriques, hybrides et hybrides plug-in, ainsi que les possibilités de recharges respectives. Les personnes intéressées auront la possibilité de tester différents véhicules électriques ou hybrides. Nos experts répondront également aux questions spécifiques concernant les véhicules présents.