

Verkehrsregel Nr. 1:  
*Gib mir Acht*  
auf der Straße



Tipps und Informationen für ältere Menschen

## MOBIL BLEIBEN IM ALTER – MIT SICHERHEIT IN HANNOVER

[www.gib-mir-acht.de](http://www.gib-mir-acht.de)

LANDESHAUPTSTADT  
HANNOVER

HAN  
NOV  
ER

# Gib mir Acht auf der Straße

„Mobil und sicher  
ist und bleibt man  
auch dann, wenn  
man mal einen  
Schritt zurück geht.“



*Erwin Schütterle*

Erwin Schütterle



## Die Themen:

Seite 4 und 5

Nicht mehr topfit  
und trotzdem sicher

Seite 6 und 7

Unfallverteilung im Stadtgebiet

Seite 8 bis 13

Sicher unterwegs ...

Seite 14 bis 17

... mit dem Auto

Seite 18 bis 21

... zu Fuß

Seite 22 bis 25

... auf dem Fahrrad

... mit Bus und Bahn

Seite 26 und 27

Service und Informationen

Seite 28

Impressum

Mobilität bedeutet Lebensqualität. Wie Sie auch im höheren Alter mobil bleiben und sich dabei sicher im Straßenverkehr bewegen, ist Thema dieser Broschüre.

Sie ist Teil der Kampagne „Gib mir Acht“, mit der die Landeshauptstadt Hannover bei VerkehrsteilnehmerInnen aller Altersgruppen für mehr Know-how, aber auch für rücksichtsvolleres Verhalten im Straßenverkehr werben möchte. Der Partnerschaftsgedanke steht dabei im Mittelpunkt: Nehmt Rücksicht, pocht nicht auf euer Recht, auch wenn andere mal Fehler machen!

Greifen Sie, als erfahrener und lebenskluger Mensch, diesen Gedanken auf! Gehen Sie mit gutem Beispiel voran, versuchen Sie, sich auf der Straße verantwortungsvoll und umsichtig zu verhalten – auch Ihrer eigenen Sicherheit zuliebe.

# Nicht mehr topfit und trotzdem sicher



„Alter ist nichts für Feiglinge!“ – Goethes Leibarzt Christoph Wilhelm Hufeland formulierte diese humorvolle Weisheit, die noch heute ab dem 65. Geburtstag immer wieder gern zitiert wird.

Viele merken mit zunehmendem Alter – die einen mehr, die anderen weniger – dass Gedächtnis, Konzentration, Seh- und Hörvermögen allmählich nachlassen. Der Körper wird unbeweglicher und braucht nach Anstrengungen längere Erholungsphasen. Zunehmend fällt es schwer, auf mehrere Anforderungen gleichzeitig zu reagieren. Im Straßenverkehr kann das fatale Folgen haben. Hier gilt es, viele

Informationen gleichzeitig zu verarbeiten und sich entsprechend zu verhalten – ob zu Fuß, mit dem Rad oder mit dem Auto. Mögliche Begleiterscheinungen des Alters können Sie nicht aufhalten. Doch Sie können viel dafür tun, sich trotz körperlicher Einschränkungen sicher auf den Straßen zu bewegen. Diese Broschüre möchte Ihnen dabei helfen.

Sie erfahren, wie Sie typische Gefahrensituationen meistern können, erhalten wertvolle Hinweise und sehen anhand von Statistiken die hauptsächlichen Risiken auf Hannovers Straßen. Denn auch wenn das Alter nichts für Feiglinge ist, so haben Sie doch einen großen Vorteil gegenüber jungen VerkehrsteilnehmerInnen: Ihre Lebenserfahrung.

# Unfallverteilung im Stadtgebiet



Grafik: Verteilung der Straßenverkehrsunfälle mit zu Fuß gehenden und radfahrenden SeniorInnen der Jahre 2009 bis 2010 in Hannover.

Die Grafik oben zeigt: In der Innenstadt, aber auch in der List, der Südstadt und in Vahrenwald, gab es in den Jahren 2009 und 2010 häufiger Unfälle mit älteren Menschen als in den anderen Stadtteilen. Mehr als 25 SeniorInnen, die zu Fuß oder auf dem Fahrrad unterwegs waren, kamen in jedem dieser Stadtteile innerhalb der untersuchten zwei Jahre zu Schaden.

Allein im Jahr 2011 gab es 2.457 Unfälle, an denen Menschen über 65 Jahre beteiligt waren. 373 ältere Menschen wurden dabei verletzt oder kamen sogar ums Leben. Die weitaus meisten dieser Unfälle, nämlich 1.686, wurden von SeniorInnen am Steuer eines Pkw verursacht. Fehler beim Abbiegen, beim Wenden oder Rückwärtsfahren oder beim Einfahren in



den fließenden Verkehr waren dabei die häufigsten Unfallursachen.

Doch auch zu Fuß sind ältere Menschen Gefahren ausgesetzt. Die häufigsten Ursachen für Unfälle mit FußgängerInnen: Sie werden auf dem Gehweg von Autos oder Fahrrädern angefahren, an Kreuzungen von abbiegenden Autos erfasst oder beim Ein- und Ausparken oder Wenden übersehen.

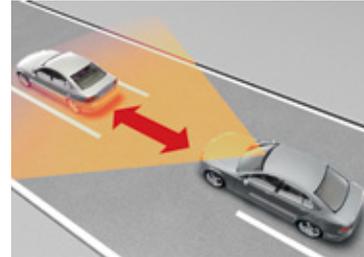
Auch RadfahrerInnen leben gefährlich: Die Gefahr, beim Radfahren einen Unfall zu erleiden, ist deutlich höher als bei zu Fuß gehenden SeniorInnen. Stürze und Kollisionen sowie die Missachtung der Vorfahrt durch Autos sind die häufigsten Unfallursachen.

# Sicher unterwegs mit dem Auto



Als erfahreneR AutofahrerIn bringen Sie viele Jahre Fahrpraxis mit. Das zahlt sich aus. Die meisten Menschen im Rentenalter fahren umsichtig und sicher. Mit zunehmendem Alter steigt allerdings die Gefährdung. AutofahrerInnen ab 75 Jahre sind einem erheblich höheren Unfallrisiko ausgesetzt.

Die Ursache: Im höheren Alter reicht die körperliche Leistungsfähigkeit oft nicht mehr aus, um sich sicher im Straßenverkehr zu bewegen. Und immer schwieriger wird es, auf unvorhergesehene Ereignisse zu reagieren. Missachtung der Vorfahrt, Fehler beim Abbiegen und zu geringer Abstand sind die häufigsten Unfallursachen.



*Abstands-  
warner und  
automatische  
Einparkhilfen  
sind prakti-  
sche Helfer.*

## Einige Tipps fürs sichere Fahren:

- Fahren Sie so schnell, wie Sie es verantworten können. Die AutofahrerInnen hinter Ihnen schütteln die Köpfe, einige hupen ... na und?
- Lassen Sie regelmäßig Ihr Seh- und Hörvermögen überprüfen.
- Fühlen Sie sich müde oder schwach, nutzen Sie besser Busse und Bahnen, als sich hinters Steuer zu setzen!
- Müssen Sie Medikamente einnehmen, vergewissern Sie sich, dass sie Ihre Fahrtüchtigkeit nicht einschränken. Ist das jedoch der Fall: Das Auto stehenlassen!
- Die Ausstattung des Autos mit einem automatischen Brems- und Lenkungssystem sowie einer Einparkhilfe kann für mehr Sicherheit sorgen – vorausgesetzt, Sie haben sich mit diesen Helfern gut vertraut gemacht.



„Wann sollte ich auf Bus und Bahn umsteigen?“ Hausarzt oder TÜV können Ihnen helfen, diese Frage zu beantworten.



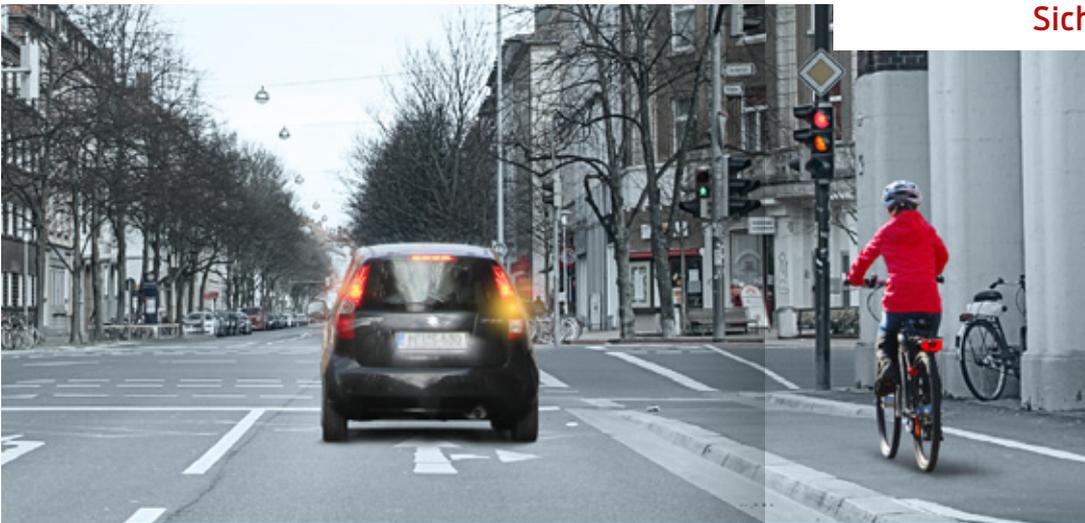
### Bin ich noch fit fürs Autofahren?

Bei manchem meldet sich das Gewissen, wenn er oder sie sich nicht mehr sicher hinter dem Lenkrad fühlt: „Sollte ich mein Auto zukünftig stehen lassen?“ Ob und wann das der Fall ist, kann jeder AutofahrerIn selbst entscheiden; in Deutschland gibt es weder die Pflicht, seine Fahrkenntnisse im höheren Alter überprüfen zu lassen, noch ein Gesetz, das gesunden älteren Menschen das Autofahren verbietet. Darum liegt die Entscheidung allein bei den AutofahrerInnen selbst.

Um Ihrer Verantwortung gerecht zu werden, als AutofahrerIn weder sich selbst noch andere zu gefährden, können Sie bei

Ihrem Hausarzt Ihre Fitness überprüfen lassen. Auch der TÜV bietet spezielle Untersuchungen und Beratungen für Ältere an. Hier können Sie Ihre Reaktions- und Konzentrationsfähigkeit sowie Ihre individuelle Belastbarkeit testen lassen.

Die Auswertung des Ergebnisses verpflichtet Sie zu nichts, wenn Sie sich einer solchen Untersuchung freiwillig unterzogen haben. Sollte der Test aber zeigen, dass Sie das Autofahren überfordert, setzen Sie sich besser nicht mehr hinter das Lenkrad. Auch mit dem Taxi oder Bus und Bahn kommt man ans Ziel, oft viel sicherer und bequemer als im Auto.

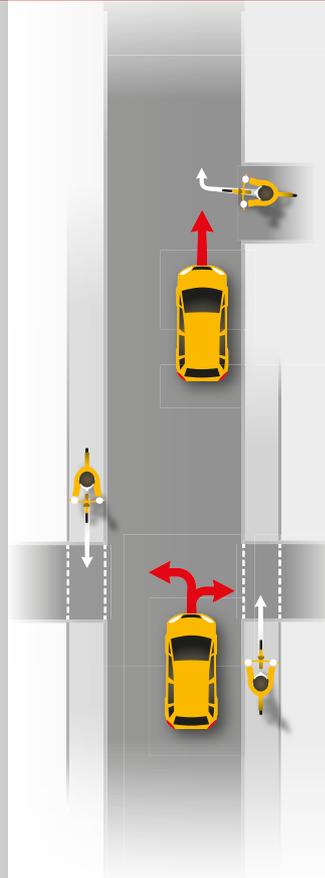


Eine ganz typische Situation:  
**„Ich habe das Fahrrad einfach nicht gesehen!“**

„Na endlich!“ Heinz T. hat es eilig und ist froh, dass die Ampel auf der Sallstraße nun Grün zeigt. Er gibt Gas und lenkt sein Auto nach rechts in die Geibelstraße. Dabei übersieht er, dass sich auf dem Radweg eine Radfahlerin nähert. In letzter Sekunde kann sie abbremsen.

Heinz T. ist geschockt: Er hat das Mädchen auf dem Fahrrad einfach nicht bemerkt. Sie befand sich im „Toten Winkel“ und war im Rückspiegel nicht zu sehen.

Fazit: Beim Abbiegen ist besondere Vorsicht geboten. Um Unfälle zu vermeiden, sollte schon beim Heranfahren an die abzweigende Straße der Radweg beobachtet werden: Nähert sich ein Fahrrad? Kurz vor dem Abbiegen ist der Blick über die Schulter wichtig, um den „Toten Winkel“ zu überblicken.



*Mit zunehmendem Alter ist er nicht immer einfach, aber zwingend erforderlich: der Schulterblick. Ohne ausreichende Übersicht beim Abbiegen gefährden Sie schwächere Verkehrsteilnehmer!*



### Tipps

#### **Sicherheit hat Vorfahrt**

*Wissenschaftler der TU Dortmund fanden heraus: SeniorInnen, die mit professioneller Unterstützung das Autofahren üben, fahren auch im Alter von über 70 Jahren sicherer als Gleichaltrige ohne ein solches Training. Fahrsicherheitstrainings bietet unter anderem der ADAC an. Auch in Fahrschulen können Sie Ihr Wissen und Können auffrischen.*

#### **Blitzschnell geschaltet**

*Im Internet und Buchhandel finden Sie Angebote zum „Gehirnjogging“. Auch Sport regt die Gehirnleistung an: Bewegung bringt die grauen Zellen auf Trab.*

# Sicher unterwegs zu Fuß



Wer zu Fuß unterwegs ist, muss wachsam sein: Ältere verunglücken erheblich häufiger als jüngere Menschen.

Nicht immer ist dabei eigenes Verschulden die Ursache. Teilweise sind es die Fehler anderer, die böse Folgen haben. Unfälle, bei denen FußgängerInnen an einer Kreuzung von abbiegenden Autos erfasst oder beim Ausparken angefahren werden, sind nicht selten.

Durch ein vorausschauendes, umsichtiges Verhalten und vor allem das Bewusstsein, dass andere Fehler machen können, sind solche Unfälle meistens vermeidbar.

## Diese Tipps sollten Sie beherzigen:

- Rechnen Sie mit den Fehlern anderer VerkehrsteilnehmerInnen! Seien Sie auch an Ampeln und Zebrastreifen aufmerksam!
- Nehmen Sie sich Zeit für Ihre Wege. Wer hetzt, verliert leicht die Übersicht.
- Überqueren Sie die Fahrbahn möglichst an Ampel, Fußgängerinsel oder Zebrastreifen, auch wenn Sie dadurch einen Umweg in Kauf nehmen müssen!
- Vorsicht an Ausfahrten und hinter parkenden Pkws!
- Wenn Sie sich nicht mehr ganz sicher im Straßenverkehr fühlen: Nehmen Sie nur Wege, die Sie gut kennen.
- Sorgen Sie dafür, dass Sie auch bei schlechtem Wetter oder in der Dämmerung gut erkennbar sind. Helle Kleidung, am besten mit reflektierenden Materialien, sorgt für Sicherheit. Wer dunkel gekleidet unterwegs ist, wird erst auf 25 Meter Entfernung wahrgenommen, helle Kleidung sehen AutofahrerInnen dagegen schon auf 80 Meter, reflektierende Kleidung sogar auf 150 Meter Entfernung!





### Eine ganz typische Situation: „Beim Ausparken übersehen“

Marianne B. bekommt Besuch: Ihr Enkel Paul hat sich zum Essen angesagt. Drüben, auf der anderen Seite der kleinen Nebenstraße in Vahrenwald, sieht sie den Supermarkt, in dem sie einkaufen will. Sie tritt an den Bordstein, schiebt ihren Rollator vor sich durch eine Lücke zwischen den parkenden Pkws. Gerade in diesem Moment setzt eines der Autos auf dem Parkstreifen zurück. Marianne B. hat Glück, dass nur ihre Gehhilfe vom ausparkenden Wagen erfasst wird.

Fazit: Parkende Autos sind tückisch. Deren FahrerInnen sind beim Ausparken oft abgelenkt, weil sie sich auf den fließenden Verkehr konzentrieren, um sich einfüden zu können. Außerdem nehmen sie einen Menschen, der hinter dem Auto die Straße betritt, wegen des „Toten Winkels“ oft nicht wahr. FußgängerInnen sollten deshalb hinter parkenden Autos besonders vorsichtig sein.



Abgesenkte Bordsteine machen Straßenüberquerungen bequemer und sicherer.



### Tipps

Immer mehr ältere Menschen sind mit Gehhilfen unterwegs. So praktisch die Rollatoren auch sind, sie haben Ihre Tücken: Bordsteinkanten ab etwa drei Zentimeter Höhe sind Hindernisse, die nicht so leicht überwunden werden können.

An Fußgängerinseln, Zebrastreifen und Fußgängerampeln ist der Bordstein jedoch abgesenkt, so dass es auch mit Gehhilfen keine Probleme gibt. Darum: Suchen Sie sich eine solche sichere Stelle, um die Straße zu überqueren!

# Sicher unterwegs auf dem Fahrrad



Fahrrad fahren hält mobil, ist umweltfreundlich und die Bewegung in der frischen Luft tut gut. Aber die Statistik zeigt: Ab dem Alter von 70 Jahren ist das Risiko, mit dem Rad im Straßenverkehr zu verunglücken, deutlich höher als bei jüngeren RadlerInnen.

Woran liegt das? Wer nicht mehr so gut sieht und hört wie in jüngeren Jahren und sich auf eine schnelle Reaktionsfähigkeit nicht mehr verlassen kann, sitzt nicht mehr so sicher im Sattel. Vielleicht ist auch der Gleichgewichtssinn nicht mehr das, was er früher mal war.

**Die folgenden Tipps helfen Ihnen, sich auf zwei Rädern im Straßenverkehr sicher zu bewegen:**

- Auch wenn Sie es unattraktiv finden: Radeln Sie mit Helm! Zum einen für Ihre eigene Sicherheit, zum andern als Vorbild für radfahrende Kinder. Infos zum schicken und günstigen HannoverHelm finden Sie unter unter: [www.hannoverhelm.de](http://www.hannoverhelm.de)
- Setzen Sie sich nur auf ein Rad, das alle Anforderungen für die Sicherheit erfüllt. Im Fachhandel können Sie sich auch über spezielle „Seniorenräder“ beraten lassen. Testen Sie ein solches Rad vor dem Kauf!
- Seien Sie besonders vorsichtig, wenn Sie an parkenden Autos vorbeifahren! Eine plötzlich geöffnete Autotür kann für Sie gefährlich werden.
- Tragen Sie helle, am besten reflektierende Kleidung, wenn Sie bei trübem Wetter oder in der Dunkelheit unterwegs sind!
- Machen Sie sich bewusst, dass Sie als RadfahrerIn ebenso verkehrstüchtig sein müssen wie als AutofahrerIn. Darum: Lassen Sie Ihre Seh- und Hörfähigkeit regelmäßig überprüfen, steigen Sie nicht aufs Rad, wenn Sie sich nicht fit fühlen!



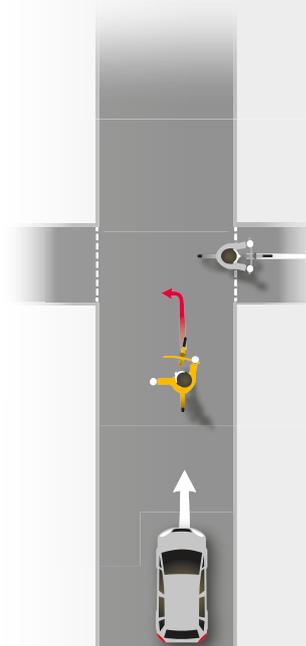
*Nur wer sich bewegt, bleibt beweglich – eine wichtige Voraussetzung für sicheres Verhalten im Straßenverkehr.*



### Eine ganz typische Situation: „Aus dem Gleichgewicht geraten“

Dorothee P. ist eine erfahrene Radfahrerin. Doch seit einiger Zeit wird sie zunehmend unsicher auf dem Sattel. Manchmal lässt sie ihr Gleichgewichtssinn im Stich, dann wird das Radfahren zu einer wackeligen Angelegenheit. Auch der Blick über die Schulter fällt nicht mehr so leicht. Muss sie nach hinten sehen, nimmt sie den ganzen Oberkörper mit. So auch an diesem Tag: Dorothee P. möchte in der Kollenrodtstraße nach links abbiegen, blickt nach hinten – und stürzt. Beim Umschauen hat sie den Lenker unwillkürlich nach links gerissen.

Fazit: Mit zunehmendem Alter lässt nicht nur der Gleichgewichtssinn, sondern auch die Beweglichkeit der Muskeln und Gelenke nach. Beim Radfahren kann das gefährlich werden. Darum ist es sinnvoll, durch Sport und Gymnastik die körperliche Beweglichkeit zu erhalten. Viele Sportvereine und Fitnesszentren bieten Übungen für Gleichgewicht und Muskelstärkung an.



### Tipps



*Fahrräder mit Elektroantrieb, die so genannten Pedelecs (Pedal Electric Cycles), sind besonders für ältere Menschen eine tolle Erfindung: Ein Elektromotor unterstützt das Treten. Im juristischen Sinn sind sie Fahrräder und dürfen auch auf Fahrradwegen benutzt werden.*

*Am besten trainieren Sie das Fahren auf einem Pedelec, bevor Sie sich damit in den Straßenverkehr begeben. Wichtig: AutofahrerInnen unterschätzen oft die Geschwindigkeit, die höher sein kann als auf einem „normalen“ Fahrrad!*

# Sicher unterwegs mit Bus und Bahn



Mit dem Auto wollen Sie nicht mehr fahren? Weite Wege zu Fuß sind beschwerlich geworden? Ein guter Zeitpunkt, um auf Bus und Bahn umzusteigen.

Nehmen Sie sich Zeit, um sich mit den öffentlichen Verkehrsmitteln vertraut zu machen. Bitten Sie Freunde, Angehörige oder Nachbarn, Sie einige Male zu begleiten. So erfahren Sie zum Beispiel, wie Sie am besten zur Haltestelle kommen oder wie der Ticket-Automat zu bedienen ist. Im Kundenzentrum der üstra am Platz der Weltausstellung werden Sie umfassend beraten, etwa über das Fahrschein-Angebot oder die besten Verbindungen. Sind Sie einige Male mit den „Öffis“ unterwegs gewesen, klären sich manche Fragen von ganz allein.

- Geben Sie sich Zeit; hinter einem Bus oder einer Bahn herzulaufen lohnt sich nicht. Schon nach wenigen Minuten kommt das nächste Fahrzeug. Das Liniennetz in Hannover ist so komfortabel, dass andere Städte neidisch auf uns blicken.
- Suchen Sie sich gleich nach dem Einsteigen einen Sitzplatz. Sollte kein Platz frei sein, bitten Sie einen jüngeren Fahrgast, Ihnen seinen Platz zu überlassen.
- Gehören Sie zu den Personen, die beim Einsteigen in den Bus etwas mehr Zeit brauchen, betreten Sie das Fahrzeug am besten an der vorderen Tür. Hier haben Sie den direkten Kontakt zur Fahrerin oder dem Fahrer und können, wenn nötig, um Hilfe und Rücksicht bitten.
- Wollen Sie mit einem Rollator in den Bus einsteigen, drücken Sie auf den Knopf mit dem Kinderwagen-Symbol. Dann bleibt die Tür so lange geöffnet, bis Sie eingestiegen sind. Die anderen Türen schließen dagegen automatisch nach wenigen Sekunden. „Parken“ Sie im Bus Ihren Rollator mit angezogenen Bremsen und sichern Sie ihn während der Fahrt. Wichtig: Nehmen Sie in Bus oder Bahn nie auf Ihrem Rollator Platz. In Kurven oder beim Bremsen könnten Sie aus dem Gleichgewicht geraten und stürzen.





Eine ganz typische Situation:  
**„Schnell noch die Bahn erwischen!“**

Herbert und Irmgard waren bei Freunden, es ist schon spät. „Komm, die erwischen wir noch!“ Herbert zeigt auf die Stadtbahn, deren Türen sich an der Haltestelle Schwarzer Bär gerade geschlossen haben. Er greift Irmgards Arm, zieht sie über die Fahrbahn, direkt vor ein schnell nahendes Fahrrad. Irmgard stürzt so unglücklich, dass sie sich ein Bein bricht, der Radfahrer kommt mit ein paar Schrammen davon.

„Ich habe den einfach nicht gesehen“, erklärt Herbert später seiner Frau am Krankenbett. „Ich war so fixiert auf die Bahn, dass ich alles andere ausgeblendet habe!“

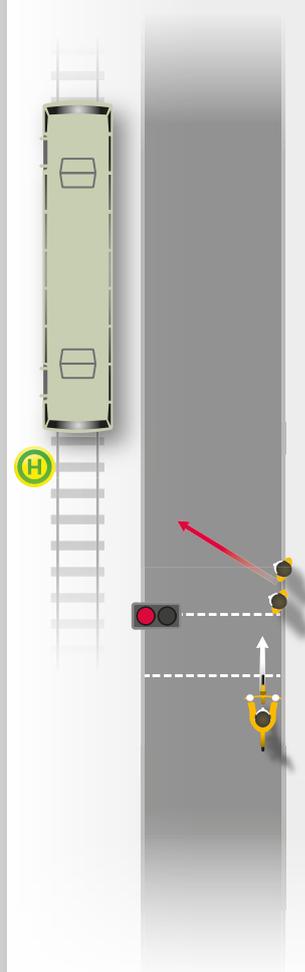
Fazit: Eile macht blind. Wer hetzt, verliert die Übersicht und reagiert unvorsichtig. Nicht nur für ältere Menschen gilt: Nur wer ausreichend Geduld mitbringt, kann sicher sein, überlegt zu handeln. Ein kleiner Umweg zu einem Zebrastreifen oder der nächsten Fußgängerampel ist keine verlorene Zeit!



## Tipps

Die rotgrünen Notruf-Info-Säulen bieten Ihnen die Gelegenheit, mit dem üstra-Personal in der Leitstelle in Kontakt zu treten. Kommt es zu einem Notfall, drücken Sie den roten Knopf. Ihr Notruf wird geortet, so dass im Bedarfsfall sofort Hilfe geschickt werden kann.

Der grüne Knopf ist für Informationen vorgesehen. Sie können – ebenfalls über die üstra-Leitstelle – erfahren, ob Sie z. B. einen Anschluss erreichen oder wie Sie am besten zu Ihrem Ziel kommen.



## Sicher im Auto:

<p>Programm „Sicher mobil“ des DVR</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ADAC</li> <li>■ Verkehrswacht Hannover-Stadt</li> </ul>
<p><b>Gesprächskreis für SeniorInnen</b> im Fahrsicherheitszentrum H-Messe (FSZ)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ADAC FSZ Tel. 05102 9306-0</li> </ul>
<p><b>Fahrsicherheitsprogramm</b> für VerkehrsteilnehmerInnen ab 55 Jahren</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ADAC FSZ Tel. 05102 9306-0</li> </ul>
<p><b>Senioren-Schulung</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Verkehrswacht Hannover-Stadt</li> <li>■ Fahrschulen</li> </ul>
<p><b>Fahr-Fitness-Check</b> Fahreignungsprüfung bei Krankheit und- fortgeschrittenem Alter, Führerschein- Check, medizinische Mobilitätsberatung</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ TÜV Nord</li> </ul>

## Sicher auf dem Fahrrad:

<p><b>Aktion HannoverHelm</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Polizeidirektion Hannover</li> </ul>
<p><b>Fahrradsimulator</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Polizeidirektion Hannover Hr. Schütte, Tel. 109-3607</li> </ul>
<p><b>Alternativer Fahrradparcours</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Verkehrswacht Hannover-Stadt</li> </ul>
<p><b>Seniorenradgruppen und -touren</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Kommunaler Seniorenservice</li> </ul>
<p><b>Fahrradkurse für MigrantInnen</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Kommunaler Seniorenservice</li> </ul>

## Sicher zu Fuß/mit Bus und Bahn:

<p><b>Rollatortraining</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Polizeidirektion Hannover</li> <li>■ üstra</li> </ul>
--------------------------------	--

## Adressen:



Landeshauptstadt Hannover  
Kommunaler Seniorenservice  
Ihmeassage 5, 30449 Hannover  
Telefon 0511 168-42345  
57-infothek@hannover-stadt.de



üstra Kundenzentrum  
Karmarschstr. 30/32, 30159 Hannover  
Mo-Fr 9.30-20 Uhr, Sa 9.30-18 Uhr  
Telefon 0511 16680, info@uestra.de



ADAC Niedersachsen  
Sachsen-Anhalt e. V.

ADAC Niedersachsen/Sachsen-Anhalt e. V.  
Lübecker Straße 17, 30880 Laatzen  
Telefon 05102 90-1136  
verkehr@nsa.adac.de



Polizeidirektion Hannover  
Dezernat 12.3 - Verkehr  
Waterloostraße 9, 30159 Hannover  
Telefon 0511 109-1262  
verkehr@pd-h.polizei.niedersachsen.de



Verkehrswacht Hannover Stadt e. V.  
Sutelstraße 36, 30569 Hannover  
Tel. 0511 6490300  
info@verkehrswacht-hannover-stadt.de



TÜV NORD Mobilität GmbH & Co. KG  
Ernst-August-Platz 3 A, 30159 Hannover  
Hans-Jürgen Fromm  
Tel. 0511 76350630, hfromm@tuev-nord.de

Landeshauptstadt



Hannover

## LANDESHAUPTSTADT HANNOVER

Der Oberbürgermeister  
Fachbereich Planen und Stadtentwicklung

Rudolf-Hillebrecht-Platz 1  
30159 Hannover

Telefon: +49 (0) 511 168-43794  
gib-mir-acht@hannover-stadt.de

In Zusammenarbeit mit der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
im Büro Oberbürgermeister

---

**Redaktion:** Dr. Thomas Leidinger

**Text:** Elke Leger

**Grafik:** Kerstin Thiem, Oliver Sprigade

### **Abbildungen:**

Oliver Farys (S. 1, 2 (1)), Verena Kespohl (Daten Grafik S. 7),  
Deutscher Verkehrssicherheitsrat e. V., Bonn (S. 4 (2+3), 8, 9, 11 (3), 13 (2), 19),  
iStockphoto, Catherine Yeulet (S. 21 (2)),  
Kerstin Thiem (S. 7, 11 (2), 14, 16, 17, 18, 20, 21 (3), 22, 23, 24),  
Oliver Sprigade (S. 2 (2), 4 (1), 6, 10, 12, 15, 25)

### **Druck:**

gutenberg beuys feindruckerei gmbh, Hannover,  
100% Recyclingpapier

Mai 2013, Auflage 15.000

---

FAMILIEN  
LEBEN IN  
HANNOVER

[www.gib-mir-acht.de](http://www.gib-mir-acht.de)