

Fahrtraining für alte Hasen

Senioren probieren den beherzten Tritt auf die Bremse und die korrekte Daumenhaltung am Steuer aus

Voraussehend Auto zu fahren ist immer wichtig, auch wenn man den Führerschein schon seit rund 50 Jahren hat. Deshalb absolvieren jetzt 13 Senioren ein Fahrsicherheitstraining bei der Kreisverkehrswacht. Es galt, altes Fahrwissen aufzufrischen und neue Fahr- und Bremspraktiken auszuprobieren.

■ Von Anken Bohnhorst-Vollmer

Limburg/Hünstetten. Der schwarze Fahrbahnbelag glänzt in der Sonne. Es riecht nach Gummi. In einiger Entfernung brummen die Motoren. Die Fahrzeuge sind hintereinander in zwei Reihen angeordnet. In einem der Autos, einem metallic glänzenden, kompakten Mittelklassewagen sitzt Manfred Riebeling, wartet auf sein Startkommando und beginnt dann zu beschleunigen. In wenigen Sekunden und auf kurzer Distanz soll auf 30 Stundenkilometer beschleunigt und hinter einer Ziellinie gebremst werden. „Das rückt dann schön“, sagt Riebeling und startet.

Manfred Riebeling aus Limburg ist kein Straßenrowdy. Er ist einer von 13 Teilnehmern, die an diesem Tag ein von der Kreisverkehrswacht Limburg-Weilburg veranstaltetes und vom regionalen Lions Club unterstütztes Fahrsicherheitstraining für Senioren auf dem Polizeibühnenplatz in Hünstetten absolvieren. Theoretisches Wissen soll aufgefrischt und praktische Übungen durchgeführt werden. „Degressives Bremsen“ ist eine der Übungen. Dazu wird es später noch mehr zu berichten geben.

Bandscheiben schonen

Zunächst spricht Fahrsicherheitstrainer Gerhard Leist über die Optimierung der Sitzposition, über die Höhe der Kopfstütze und darüber, wie die Hände am Lenkrad liegen müssen. Nicht alles, was sich in jahrzehntelanger Fahrpraxis bewährt hat, ist richtig und sicher. Etwa die Einstellung der Rückenlehne, die ein älterer Herr bei seinem Oberklassenwagen bevorzugt. Der Fahrer sitzt sehr nach hinten gebeugt. Da muss nachgebessert werden, findet Leist und hantiert am Polster. Sonst sehe es schlecht aus für die Bandscheiben, die man sich

wie einen Stapel gelb-grüner Küchenschwämme vorstellen könne. Wenn die durcheinander geraten, wird es ungemütlich. Ein Gesundheitsstuhl habe einen Neigungswinkel von 93 bis 98 Grad, sagt er. Daran solle man denken.

Bloß kein Lenkradfell

Auch die Kopfstütze muss korrigiert werden. Immerhin hat dieser Herr Kopfstützen in seinem Wagen. Denn in dem tschechischen klingenden Kleinwagen einer anderen Teilnehmerin fehlen sie. Leist ist fasziniert. Die Kopfstützen sind lebenswichtig und lebensrettend, ruft er. Wo sind die? Die Fahrzeughalterin aus Limburg lacht verzogen und verrät, dass sie die Polster mit neuen Fellbezügen bespannt und dabei vergessen habe, die Kopfstützen wieder aufzusetzen. „Aus Versehen“, betont sie und weist aber auf die Wichtigkeit von Schonbezügen hin. Das Lenkrad etwa würde bei hohen Temperaturen so heiß, dass man es kaum anfassen könne. Da sei ein Fell schon sinnvoll, insistiert sie, Tote Hasen am Lenkrad“, kommentiert der Fahrsicherheitstrainer, „bloß das nicht.“

Als nächstes geht es um die Daumen der Fahrer. Sehr sachlich erzählt Gerhard Leist von Daumen, die von einem ausgelösten Airbag aus der Pfanne gerissen werden könnten. „Und zwar nur, weil der Fahrer seine Daumchen ins Lenkrad eingehängt hatte.“ Noch dramatischer kann es ihm zufolge ausgehen, wenn beim Kurvenlenken in die Lenkdrähte gegriffen wird. Ob sich einer der Teilnehmer vorstellen könne, was dann passiert? „Dann bricht der Wagen hinten aus“, sagt ein Mann. Das sei die Antwort für eine andere Frage, die noch gar nicht gestellt sei, entgegnet Leist und schildert, dass es zu einem zitternmermen Arm kommen kann, weil der Fahrer bei einem Unfall seine Hände nicht auf dem Lenkrad, sondern darin abgelegt habe. Also Daumen auf Lenkrad und Ellenbogen nicht lässig am Fenster ablegen.

Sitzposition und Lenkradhaltung sind geklärt. Jetzt kommen die Reifen dran. Und weil Fahrtraineur Leist ein Mann klarer Worte ist, teilt er unumwunden mit, dass für die Bandscheiben, die man sich



Autofahren ist mehr als vorwärts, rückwärts und um die Kurve. Auch Sitzposition und Lenkradhaltung müssen stimmen, erklärte Fahrsicherheitstrainer Gerhard Leist einem Senior. Foto: Bohnhorst-Vollmer

Reifen überhaupt sind.“ Ein Senior bekennt sich dennoch mutig zu dieser Bereifung. „Für mich reicht die aus.“ Die anderen zitieren die O-Regel und wissen, dass von Oktober bis Ostern Winterreifen gefahren werden sollen. Außerdem ist die Profiltiefe wichtig, damit die Fahrer nicht „schwammig“ wird, und der Luftdruck muss regelmäßig, am besten monatlich, kontrolliert werden. „Welcher Reifen ist mit Stickstoff befüllt“, fragt Leist in die Runde. Der Ersatzreifen, weiß Ursula Thöne aus Hünfelden-Heeringen spontan. Dieser Punkt geht an die Frauen, stellt der Trainer vernünftig fest. Aber jetzt komme die Bremsübung.

Gefragt ist nicht die längst überholte, ineffiziente „Stotterbremse“, sondern das „degressive Bremsen“. Mit einem mächtigen Schlag sollen die Fahrer auf Bremspedal springen, um den Wagen abrupt zum Stehen zu bringen. Dreimal soll der Parcours jeweils mit einer anderen Geschwindigkeit gefahren werden. Dann will man die Bremswege begutachten, die auch etwas über die Reaktionszeit aussagen.

Optimal parken

„Hier haben wir die Gelegenheit, das Mal auszuprobieren“, findet Christina Bartsch aus Bad Camberg, die gemeinsam mit ihrem Mann an dem Sicherheitstraining teilnimmt. Auto und Bremspedal werden das ja wohl aushalten, überlegt eine andere Fahrerin. Trotzdem muss man sich dieses Bremsmanöver erst mal trauen, sagt Veronica Hosemann aus Limburg. „Ich habe Angst, dass ich vorne rausfliege.“ Sie sei eine defensive Fahrerin. Fahrtraineur Leist besteht auf seiner Vorgabe und ergänzt, ein Kind könne man

bereits mit weniger als 20 Stundenkilometern tödlich verletzen.

„Ich will den Schlag auf die Bremse sehen“, schreit Leist am Straßenrand. Ein Auto nach dem anderen kommt angesaut. Die meisten bremsen zu zögerlich. Das muss ebenso geübt werden wie der am Nachmittag bevorstehende Geschicklichkeitsparcours und die Einparkmanöver. Auf die ist Ursula Thöne besonders gespannt, weil sie häufig ihren Mann und dessen Rollstuhl befördert. Da wäre es schon gut, den Parkplatz optimal auszunutzen zu können, sagt sie. Dass jetzt erst einmal Bremsen probiert wird, ist ihr auch recht. Nur die Kupplung muss man natürlich treuen, erklärt Leists Kollege Tobias Gaus geduldig. Sonst ist der Motor aus.

Manfred Riebeling ist inzwischen zur Pole-Position vorgeholt.

Er wirkt völlig gelassen. Vor vielen Jahren habe er schon einmal an einem Fahrsicherheitstraining teilgenommen. Damals in einem Sportwagen. Das Schöne an der Ausstattung seines jetzigen Wagens sei die digitale Geschwindigkeitsanzeige. Da könne man das Tempo gut überblicken.

Beim Bremsen, sagt er, spiele auch das Schuhwerk eine Rolle. Mit flexiblen Sohlen könne man eben nicht den gleichen Druck ausüben, wie mit festen. Der ältere Herr aus Limburg ist mit festen Handschuhen am Start. Er legt die Hände so auf das Lenkrad, dass die Daumen nach oben zeigen, gibt Gas, beschleunigt wie gewünscht und springt auf der Ziellinie mit großer Kraft auf die Bremse. Super, findet Gerhard Leist. Degressiv gebremst, kurzer Bremsweg. Alles richtig gemacht.

Chor aus Venezuela beschließt die Sommerfeste

Limburg. Den Abschluss der Sommerfeste gestaltet in diesem Jahr der „Coro Camara de Merida“ am Samstag, 8. August, um 20 Uhr im Serecadenhof – wie immer ohne Eintritt. In dem venezolanischen Chor unter der Leitung von Melanio de Jesus Leon singen engagierte Amateure, die besonders das folkloristische Repertoire Lateinamerikas präsentieren, aber auch auf Werke des klassischen Repertoires nicht verzichten. 2017 will der Chor zum ersten Mal auch beim Harmonie-Festival Lindenholzhäuser auftreten. nmp

Familiantag bei der Feuerwehr

Limburg-Linter. Die Feuerwehr Linter lädt zu ihrem vierten Familiantag am Sonntag, 16. August, am Feuerwehrhaus in der Heidestraße ein. Los geht es mit einer gemeinschaftlichen, karitativen Aktion der Interessengemeinschaft „Motorrad fahrender Feuerwehrleute: „Flaming Stars – Feuerwehr Biker Friends“ mit Unterstützung des Förderverein Freiwillige Feuerwehr Linter. Von 9.30 Uhr an gibt es für alle Biker ein Frühstückbuffet im Feuerwehrhaus. Nach der anschließenden Ausfahrt gibt es Mittagessen und eine Tombola mit attraktiven Preisen. Der Erlös des Biker-Frühstücks und der Tombola kommt dem vier Jahre alten Daniel Nigabatz und dessen Eltern aus Linter zu Gute. Der Junge ist an Zerebraler Leukomalazie, einer Gehirnschädigung durch Sauerstoffmangel, erkrankt. Das Familienfest beginnt um 10 Uhr mit einem Frühstück. Für die Kinder steht von 11 Uhr an eine Hüpfburg bereit. Außerdem gibt es Kinderschnitten und verschiedene Überraschungen. Das Kuchensbuffet wird um 13 Uhr eröffnet. Eine Fahrzeugausstellung der Feuerwehr sowie weiterer Hilfsorganisationen runden in der Zeit von 14 bis 16 Uhr das Programm ab. nmp

Die „Smily Kids“ treffen sich wieder

Limburg. Das nächste Gruppentreffen der „Smily Kids“ für Kinder aus suchtkranken Familien ist am Samstag, 8. August, um 10 Uhr in den Räumen des Caritasverbandes in Limburg, Schiede 73. Dort haben die Kinder Gelegenheit, in einem geschützten Rahmen über ihre Sorgen, Nöte und Ängste zu sprechen. Aber es ist auch genügend Zeit, um gemeinsam zu spielen oder zu basteln. Das Treffen wird veranstaltet vom Diözesanverband Limburg. Kooperationspartner sind der Caritasverband, das Diakonische Werk und der Landkreis Limburg-Weilburg. Weitere Infos und Anmeldung bei Kursleiterin Sigrid Hoffmann, ☎ (06432) 6468233, E-Mail: sigridhoffmann@gmx.net. nmp

Ausbildung zum Pflegehelfer

Limburg. Der nächste Kurs des DRK zur Ausbildung zum Pflegehelfer startet am 28. September. Er richtet sich unter anderem an Menschen, die Angehörige zu Hause pflegen. Ein Pflegehelferkurs bietet zudem das nötige Rüstzeug für den Einstieg in dieses Berufsfeld.

Die Ausbilder des DRK begleiten den Kurs in familiärer Atmosphäre über elf Wochen. Zu den Inhalten gehören neben der Grundpflege die Bereiche Hygiene, Prophylaxe, Lagerung und Erste Hilfe sowie weitere pflegerische und medizinische Themen. Der Kurs findet

werktags von 9 bis 13 Uhr statt. Danach ist ein Praktikum über 100 Stunden in einer Pflegeeinrichtung zu absolvieren. Infos und Anmeldung beim Deutschen Roten Kreuz, Senefelderstraße 1, in Limburg, ☎ (06431) 919100, E-Mail: info@drk-limburg.de. nmp

Handwerksberuf mit Köpfchen

Limburg-Weilburg. Die Innung der Maler, Lackierer und Raumausstatter Limburg-Weilburg hat ihre Jungesellen freigesprochen, die mit der Gesellenprüfung ihre Lehrjahre beendet haben. Bei der Feier im Landgasthaus „Texelhof“ in Stafel gaben ihnen Innungsoberrichter Matthias Preis, die Vertreter der Friedrich-Dessauer-Schule, Stefan Laus und Bernd Schweitzer, Stefan Laßmann von der Kreishandwerkerschaft und weitere Gratulanten die besten Wünsche mit auf den beruflichen Lebensweg.



Diese Maler und Lackierer starten nun in den Beruf. Foto: Horz

Am Arbeitsplatz sei dann auch wieder „Kopfarbeit“ gefragt. Sich rechtzeitig Gedanken zu machen, wie es weitergeht, sollte ebenfalls Sache der Jungesellen sein. Sie sollten sich überlegen, wo ihre persönlichen Stärken, Begabungen und Neigungen liegen und welche Chancen sie ergreifen wollen. Es gebe im Maler- und Lackierhandwerk etliche davon. Als Handwerker könnten sie für die Beratung das Netzwerk der Organisationen der Innung, der Kreishandwerkerschaft oder den Landesverband sowie die Handwerkskammer und die Fachschulen nutzen, so Preis.

Schweitzer legte namens der Schulleitung den Absolventen ans Herz, mit der Verantwortung sorgsam umzugehen und in ihrer Fort- und Weiterbildung nicht nachzulassen. Maler seien ja auch ein wenig Künstler und kreativ begabt. Auch über die Pädagoge lobende Worte fand der gute Zusammenhalt zwischen Schulern und Innung. Die drei Innungsbesten wurden mit Urkunden und Präsenten be-

Preis machte deutlich, dass der Abschluss einer Entwicklungsstufe keineswegs das Ende der Bildung sei, denn eine bestandene Prüfung bedeute nicht, die Weiterbildung zu beenden. Wissen habe in unserer schnellleibigen beruflichen Welt nicht dauerhaften Bestand. Die Jungesellen hätten zwar ein „Hand-Werk“ gelernt, doch verlange ein Handwerksberuf Kopfarbeit. Überlegungen darüber, wie man es schaffe, beruflich erfolgreich zu werden, sei reine „Kopfsache“. Bereits in der Lehre und zuletzt auch bei der Gesellenprüfung sei es um Theorie und Praxis, also um „Hirn und Hand“ gegangen.

Wer sich für die Meisterprüfung entscheide, werde feststellen, dass die Vorbereitungen hierzu „kopflastig“ seien. Es sei folgerichtig, dass jemand, der den Meistererwerb erwirbt, auch zum Hochschulstudium berechtigt sei. Handwerker könnten nicht weniger logisch denken als Akademiker und hätten dazu auch das Handfeste im Griff. Daher würden sie auch immer und überall gesucht.

Auf der Suche nach verborgenen Schätzen

Lassen Sie sich von den Wundern der Natur verzaubern

Eine Reise um die Welt, dafür braucht man nicht unbedingt Auto, Bahn und Flugzeug. Beim Besuch im Senckenbergmuseum ist sogar noch eine Zeitreise inklusive. Wir verlosen heute zehn Familienfreikarten fürs Naturmuseum.

entdecken gibt. Da sind ja noch die Riesen im Sauriersaal, die Tiere und Vögel, Gesteine, Meteoriten und viele Naturschätze mehr.

Haben Sie mal wieder Lust, einige davon zu entdecken? Dann machen sie mit bei unserem Gewinnspiel. Wir verlosen heute zehn Familienfreikarten.



Um sie zu gewinnen, beantworten Sie bitte unsere Frage per Anruf oder SMS: Wie viel Forschungsinstitute gehören zur Senckenberg-Gesellschaft für Naturforschung?

Wenn Sie per Telefon teilnehmen, rufen Sie heute zwischen 8 und 16 Uhr unter

0137-808401721



Warum dieses Eichhörnchen ein besonderes Tier ist, erfahren Besucher in der Ausstellung „Verborgene Schätze“. Foto: Senckenberg

Musikstunde für die Kleinsten

Limburg. Eine Musikstunde für Kinder unter drei Jahren und ihre Eltern bietet die Kinderkrippe „Krumelkiste“ in Blumenort an. Termine: jeweils Donnerstag, 20. August, 27. August und 3. September, von 15 bis 15.30 Uhr. Das Angebot steht unter dem Titel „Ich entdecke“. Es wird mit Gitarrenbegleitung musiziert. Für Knabberten ist auch gesorgt. Nach der Musikstunde können die kleinen Besucher noch den Garten der Einrichtung erforschen. Anmeldung in der Kinderkrippe „Krumelkiste“, Domäne Blumenort, Zeppelinstraße 12, ☎ (06431) 9776961, E-Mail: krumelkiste@lanh-kinderkrippen.

Rundgang durchs Gewerbegebiet

Limburg-Offheim. Im Offheimer Gewerbegebiet hat sich viel getan, derzeit laufen umfangreiche Erschließungsmaßnahmen, einige Firmen erweitern ihre Liegenschaften oder stellen sich neu ein. Das nimmt die CDU Offheim zum Anlass für einen Rundgang (Anfangsmeister Martin Richard) am Freitag, 14. August, Treffpunkt um 17 Uhr vor dem Firmengelände der MOBA, Kapellenstraße 15. Nach dem Besuch dort wird noch über die Erschließung sowie die Pläne verschiedener Unternehmen, wie der Albert Weil AG, der Uni Elektro und der Blechwarenfabrik Limburg informiert. Den Abschluss bildet ein Umtrunk auf Einladung der Weil AG. nmp