

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 97 (2019)
Heft: 12

Werbung

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 05.04.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

MIT ÜBER 70 FIT AM STEUER BLEIBEN



Fahren Sie Auto und sind über 70 Jahre alt? Dann dürfen Sie sich freuen: Seit Anfang Jahr ist der periodische Arzt-Check für Fahrzeuglenkende erst ab 75 fällig. Bisher lag diese Schwelle bei 70 Jahren. Damit Sie bis dahin weiterhin fit und sicher Auto fahren, ist es wichtig, dass Sie im Strassenverkehr Verantwortung übernehmen. Die Präventionskampagne Routinier 70plus unterstützt Sie dabei mit nützlichen Tipps, Übungen, Selbsttests und einem interaktiven Messestand.



Die Verschiebung der medizinischen Kontrolluntersuchung für Fahrzeuglenkende um fünf Jahre ist erfreulich. Grund dafür ist die zunehmend bessere Gesundheit und Fahrfitness der 70-Jährigen. Herzliche Gratulation! Doch das bedeutet für Sie auch, dass Sie selber dafür verantwortlich sind, dass Ihre Fitness am Steuer bis zum Arzt-Check im 75. Altersjahr weiterhin gut bleibt. Dies lohnt sich auch, wenn Sie beispielsweise mit Ihren Enkelkindern oder Freunden im Auto Ausflüge unternehmen. Je besser Sie dabei fahren, desto sicherer kommen Sie durch

den Strassenverkehr und desto schöner wird der gemeinsame Tag. Sicheres Autofahren basiert auf lebenslangem Lernen und Weiterbilden. Dies lohnt sich, denn der Strassenverkehr wird immer dichter und Signalisierungen und Gesetze ändern sich.

Sie können viel für Ihre Fahrfitness tun

In die Berge zum Wandern fahren, Freunde besuchen oder Einkäufe erledigen – das Auto macht Sie auch mit über 70 unabhängig und ermöglicht Ihnen hohe Lebensqualität. Dafür lohnt es sich, aktiv etwas zu tun. Denn im Alter verändern sich oft die Sehkraft und das Gehör. Auch die Beweglichkeit nimmt langsam ab. Zudem verlangsamt sich die Reaktionsfähigkeit. Dies sind wichtige Faktoren beim Autofahren. Doch zum Glück gibt es viele Möglichkeiten, etwas dagegen zu tun – und weiterhin sicher Auto zu fahren.

Trainieren Sie mit www.routinier70plus.ch

Die Präventionskampagne Routinier 70plus bietet Ihnen eine ausgezeichnete Hilfe. Sie richtet sich gezielt an Autofahrerinnen und Autofahrer wie Sie ab 70 Jahren. Sie vermittelt Ihnen einfach und verständlich, mit welchen Übungen und Selbsttests Sie sich am Steuer fit halten, wie Sie Körper und Geist trainieren und Ihr Theoriewissen auffrischen können. So leistet Routinier 70plus einen wichtigen Beitrag, damit Sie sicher mobil bleiben. Wie wär's, wenn Sie gleich mit dem Training beginnen? – Es lohnt sich ganz bestimmt!

Die Ziele von Routinier 70plus

Die Kampagne unterstützt Sie wohlwollend beim Wahrnehmen Ihrer Eigenverantwortung im Strassenverkehr. Zudem informiert Routinier 70plus Sie über Risiken im Strassenverkehr und Alternativen der Mobilität. Dank einfachen Übungen und Tests motiviert Sie die Kampagne jedoch vor allem, jetzt aktiv zu werden, damit Sie dem medizinischen Check mit 75 gelassen entgegensehen können. Viel Spass dabei!

Alle Infos auf: www.routinier70plus.ch

Live trainieren am Messestand

Besuchen Sie uns an einer Messe – das Live-Training macht Freude und fördert Ihre Sicherheit auf der Strasse. Am Stand können Sie interaktiv Ihre Aufmerksamkeit und Ihr Wissen rund um den Strassenverkehr testen. Eine Runde im Fahrsimulator ist besonders gut fürs Überprüfen von Wahrnehmung und Reaktion. Probieren Sie es bei einem Besuch an einer Messe in Ihrer Nähe aus.

Die Messedaten erfahren Sie auf www.routinier70plus.ch oder unter Telefon 031 328 31 33.



Bitte senden Sie mir
zusätzliches Informationsmaterial:

Ex. Fahrsicherheits-Check
(Art.-Nr. 100D)

Ex. Routinier 70plus-Broschüre
(Art.-Nr. 300D)

Bestelltalon ausschneiden
und einsenden an:

Kampagne Routinier 70plus
Postfach
CH-3000 Bern 13

Vor- und Nachname

Strasse, Nr.

PLZ/Ort