



Marlene Rishøj Kjær og Jette Ravn

HÅNDBOG FOR ERFARNE BILISTER

1. FORNYELSE AF KØREKORTET	7
2. TYPISKE ULYKKER MED ÆLDRE BILISTER	15
3. ERFARNE BILISTERS GODE VANER	25
4. TRÆN DE SVÆRE MANØVRER	33
5. VIGTIGE FÆRDELSREGLER	45
6. UDVALGTE FÆRDELSTAVLER	59
7. BILENS INDRETNING OG SIKKERHEDSUDSTYR	69
8. SUNDHED OG FYSISK FORM	73
9. HVORNÅR ER DET SLUT MED AT KØRE?	83
LITTERATUR OG LINKS	89
OM FORFATTERNE	90



INDLEDNING

I de seneste år har der været en del debat om ældre bilister, og myten om den trafikfarlige mand med den bløde hat dukker frem med jævne mellemrum. Fakta er, at antallet og andelen af ældre bilister er stærkt stigende, men at ældre bilister ikke er farligere end andre i trafikken.

Med denne håndbog ønsker vi at øge vidensniveauet om hvilke forhold, der gør sig gældende i nutidens trafik, og hvad man som erfaren bilist bør være opmærksom på. Det er vigtigt for alle at holde de køretekniske færdigheder ved lige. For erfarne bilister med et gammelt kørekort handler det også om at holde sig mobil og fortsætte med at leve et godt og aktivt liv længst muligt. Få gode råd til, hvordan du bedst gør det i denne bog og på www.erfarnebilister.dk

Det er svært at tale om de forandrede forhold, der kan være omkring ens kørsel, især når man bliver ældre. I bogen giver vi bud på, hvordan man kan tage hul på denne snak, og hvorfor det også er vigtigt, at både kvinder og mænd er aktive bilister.

Vi ønsker at takke Social- og Integrationsministeriet for at bidrage med økonomisk støtte til udarbejdelse af bogen. Derudover ønsker vi at takke følgende for deres kritiske sparring og gode input til bogen.

René Arnt, Landsformand for Dansk Kørelærer-Union
Tanja Legind Rendsvig, Trafikpsykolog
Anu Sirén, Lektor ved DTU Transport
Peter Stryhn, Vicepolitiinspektør
Mikkel Vass, Praktiserende læge

Marlene Rishøj Kjær og Jette Ravn,
København december 2012

KOLOFON

TITEL:
HÅNDBOG FOR ERFARNE BILISTER

UDGIVET:
2012, 1. oplag

COPYRIGHT:
Marlene Rishøj Kjær og Jette Ravn

FOTO:
Hans Søndergård

DESIGN:
Manometer Visuel Kommunikation

TRYK:
Als Offset

OPLAG:
1000 stk.

ISBN:
978-87-995843-0-7