

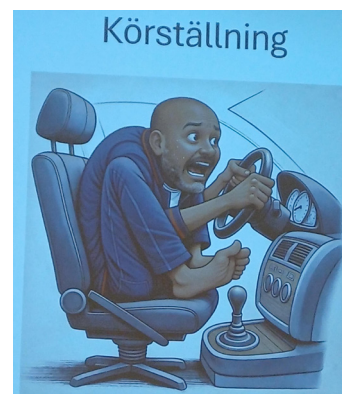
Referat från onsdagsträff med trafikpedagog Johan Malmström 21/1 2026



Tack **Johan Malmström** för din "körlektion för seniorer. Många hade trotsat snöyra och isande vind för att lära om seniorkörning. Johan har arbetat 22 år som trafiklärare, varav 13 år på Trafikpedagogerna i Lund, som har funnits sedan 2007. Trafikpedagogerna sätter stort fokus på att utbilda äldre förare i trafiken och vi seniorer är välkomna att boka körlektion/er i valfri bilskola för att uppdatera oss.

Johan talade om

1. Statistik och syfte
2. Hur kroppens förändringar kan påverka trafiksäkerheten
3. Körställning
4. Tekniska hjälpmedel
5. Trafikregler
6. När är det dags att hitta andra transportmedel?



2024 omkom 213 personer i trafiken, lindrigt skadade 12 286, 18 – 24 år 17 omkomna, 65+ 86 omkomna.

Syn, hörsel, reaktionsförmåga påverkar vårt bilkörande, liksom svårt med vidvinkelseendet. Bakgrundsljud är svårare att ta in över trafikbruset. Lita mer på ögonen än öronen, titta oftare i speglarna.

Håll i ratten... inte tio i två som många av oss seniorer en gång har lärt, utan kvart i tre!

Moderna bilar har alla ABS, antisladd och autobroms!

När är det dags att sluta köra?

- Ökad trötthet vid körning
- Dålig reaktionsförmåga
- Minnesproblem
- Förvirring vid vanliga trafikregler
- Ofta nära att krocka
- Många tutningar från andra bilister
- Oro hos anhöriga



Många av oss gick hem med både nya insikter och flera tankeställare!



Hur tekniska hjälpmedel kan påverka oss negativt

- Minskad uppmärksamhet och beroende
- Försämrade körskicklighet och minskat ansvar
- Skapar distraktion och överbelastning
- Minskad förståelse för trafik och omgivning

Signaler som kan betyda att vi
hitta annat transportmedel

- Ökad trötthet vid körning
- Dålig reaktionsförmåga
- Minnesproblem
- Förvirring vid vanliga trafikregler
- Ofta nära att krocka
- Många tutningar från andra bilister
- Oro hos anhöriga