



Årshjulet finns med som ett
stöd och ersätter:
Seniorernas Trafikkalender.

Årshjulet

Januari - februari

Säkrare promenader; hjälpmedel, reflexer och halkskydd

Studieväghandledningen kapitel 3 "Hjälpmedel för en säker promenad" samt kapitel 4 "Att undvika fallolyckor"

Mars

Fortsätta att köra bil; vad kan man göra för att underlätta bilkörningen och göra den säkrare när man blir äldre?

Studieväghandledningen kapitel 5 "Fortsätta att köra bil"

April

Distraction och risker vid bilkörning; olika risker i trafiken, betydelsen av rätt däck

Studieväghandledningen kapitel 6 "Distraction och risker"; hastighet, tresekundersregeln, mobiltelefon, däck

Årshjulet

Maj

Säker cykling; säker cykel, cykelhjälms betydelse och trafikregler för cyklisten

Studieväghandledningen kapitel 1 "Cykeln som både motion och fordon" samt kapitel 2 "Säkrare cykelturer"

Juni - juli

Nya regler och skyltar; övergångsställe, gångfartsområde, cykelpassage och cykelöverfart samt cirkulationsplatskörning.

Studieväghandledningen kapitel 9 "Nya regler och skyltar"



Årshjulet

Augusti - september

Påverka trafikmiljön; studiebesök i bostadsområde i närområdet.

Hur ser trafikmiljön ut? För gående, för cyklister, för bilister?

Hur ser det ut runt skolor där det är många oskyddade trafikanter?

Vilka trafikfällor finns?

Är det rätt hastigheter? Observera, notera och kontakta ansvarig myndighet.

Studieväghandledningen kapitel 1 "Cykeln som både motion och fordon" om trafikregler för cyklister, kapitel 9 "Nya regler och skyltar"

Årshjulet

Oktober

Reflexer, vinterdäck, viltolyckor

Studieväghandledningen kapitel 3 "Hjälpmedel för en säker promenad" om reflexer, kapitel 6 "Distraction och risker" om vilt och däck

November

När ska man sluta köra bil?

När är begränsningarna för stora, när ska man ställa bilen och välja andra färdssätt istället?

Studieväghandledningen kapitel 8 "När ska man sluta köra bil?"

December

Kör inte påverkad; medicin och alkohol – hur påverkar det dig som förare?

Studieväghandledningen kapitel 7 "Medicin och alkohol"



Årshjulet



Du och några bekanta är ute på promenad i staden. Ni ser en man som är uppenbart påverkad och är på väg att sätta sig bakom ratten. **Hur tror du att du reagerar?**

1. Struntar i det
2. Går fram och pratar med mannen och säger att han inte ska köra.
3. Försöker att uppmärksamma andra att stoppa mannen.
4. Öppet hörn

Värderingsövning A "fyra hörn"



Du ska köpa ny bil. Vad är viktigast med den nya bilen?

1. Att den har den senaste tekniken och snygga fälgar.
2. Att den är miljövänlig.
3. Att den är billig.
4. Öppet hörn

Värderingsövning B "fyra hörn"



Du är på fest hos bekanta och det har bjudits på vin till maten och avec till kaffet. Du känner att det börjar bli dags att bryta upp för att inte missa bussen hem. Då erbjuder sig en av gästerna att du kan få skjuts hem.

Vad gör du?

1. Säger att jag inte vill åka med.
2. Åker med, det är ju inte så långt och jag har ju bilbälte.
3. Säger att han/hon nog inte borde köra.
4. Öppet hörn.

Värderingsövning C "fyra hörn"



Din make/maka har fått en ny medicin som du tycker påverkar honom/henne, men personen i fråga förstår inte vad du menar. Du ska få skjuts till tandläkaren men känner dig orolig över bilfärden med honom/henne vid ratten. **Vad gör du?**

1. Avbokar tandläkartiden
2. Ringer efter en taxi
3. Åker med maken/makan, det går nog.
4. Öppet hörn

Värderingsövning D "fyra hörn"



Du märker att din syn har försämrats men vill inte undersöka dig, rädd för att få beskedet att du nog är dags att sluta köra bil. **Vad gör du?**

1. Undviker bilkörning i mörker
2. Kör på kända vägar
3. Frågar efter skjuts av andra
4. Öppet hörn

Värderingsövning E "fyra hörn"



Du börjar känna dig trött efter att kört bil en längre sträcka. Du vet att det återstår 10 mil och tröttheten börjar bli påfrestande.

Vad gör du?

1. Höjer radion och slår av värmen för att bli piggare.
2. Stannar och tar en "tupplur".
3. Stannar och springer runt bilen för att bli pigg av den friska luften.
4. Öppet hörn

Värderingsövning F "fyra hörn"



Du ska ta cykeln till föreningens månadsmöte. Du vet att du borde använda cykelhjälm, men tvekar eftersom det kan förstöra frisyren. **Vad gör du?**

1. Struntar i cykelhjälmens för att inte förstöra frisyren.
2. Tar på cykelhjälmens ändå.
3. Tar med hjälmens för att ta på den när du åker hem.
4. Öppet hörn

Värderingsövning G "fyra hörn"



Du kommer fram till en trafikolycka som just hänt. **Vad gör du?**

1. Stannar, kliver ut, säkrar olycksplatsen och ser vad jag kan hjälpa till med.
2. Åker förbi utan att stanna, bilen efter stannar nog.
3. Stannar, larmar efter hjälp men stiger inte ur bilen.
4. Öppet hörn

Värderingsövning H "fyra hörn"