

„Mobil sein – dabei sein!“



Sicher mit dem Bus fahren
Tipps für ältere Busfahrgäste



Inhalt

Vorwort	5
Gut geplant ist schon halb angekommen	6
Die Haltestelle – nicht nur ein Ort zum Warten	7
Alles einsteigen bitte!	9
Türen schließen, die Fahrt beginnt	14
Wenn ich groß bin, werde ich Busfahrer	18
Kontakt zur VGK	20

„Mobil sein – dabei sein!“



Vorwort

Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser,

mobil sein, sicher mit dem Bus fahren – dies bedeutet in unserer heutigen Zeit: am Leben teilhaben, selbstständig sein, etwas erleben.

Diesem Thema ist unsere Broschüre gewidmet, damit Sie sich in unseren Bussen sicher und wohl fühlen.

Diese Fragen werden Sie sicher beschäftigen:

Wo steige ich am besten ein?

Wie vermeide ich es zu stürzen?

Wo bekomme ich meine Fahrkarte?

Was mache ich, wenn ich Hilfe brauche?

Wir wollen Ihnen diese Fragen auf den folgenden Seiten beantworten.

Wir möchten Ihre täglichen Wege im Bus sicher und angenehm gestalten, Sie gut an Ihr Ziel bringen und dabei unterstützen, all Ihre geplanten Aktivitäten mit Freunden zu genießen.

Ihre Verkehrsgesellschaft Bad Kreuznach



Dr. Heike Kaster-Meurer
Oberbürgermeisterin Bad Kreuznach



Rolf Tödtmann
Geschäftsführer VGK



Marco Müller
Geschäftsführer VGK

Gut geplant ist schon halb angekommen

Eine Busfahrt beginnt nicht erst in dem Moment, in dem Sie in den Bus steigen. Bereits vor Antritt der Fahrt gilt es manches zu bedenken, damit Sie stressfrei und sicher an Ihr Ziel gelangen.

Wie komme ich zum Ziel?

- Informieren Sie sich zu Hause in aller Ruhe anhand des **Fahrplanbuches**, das jedes Jahr kostenlos herausgegeben wird (in der Regel Anfang Dezember).
- Besorgen Sie sich (gerne auch in unserem Kundencenter) einen **kostenlosen, persönlichen Fahrplan der Haltestelle**, an der Sie normalerweise einsteigen.

TIPP:
Hängen Sie Ihren persönlichen Haltestellenfahrplan gut sichtbar in Ihrem Haus auf. So können Sie immer nachsehen, wann Ihr nächster Bus fährt.

Welcher Tarif ist der günstigste für mich?

- Die MitarbeiterInnen des Kundencenters stehen Ihnen gerne mit Rat und Tat zur Verfügung.



Die Haltestelle - nicht nur ein Ort zum Warten

Habe ich an alles gedacht?

Bevor Sie sich nun auf den Weg zu Ihrer Haltestelle machen, kontrollieren Sie nochmals, ob Sie alles Nötige für Ihre Unternehmungen bei sich haben. Nichts ist lästiger und zeitraubender, als wenn man auf halber Strecke nochmals umkehren muss, um Vergessenes zu holen!

Stellen Sie sich so an der Haltestelle auf, dass der Fahrer Sie gut sehen kann und erkennen kann, dass Sie mitfahren wollen.

Halten Sie Ihre Buskarte bzw. das nötige Kleingeld griffbereit, damit Sie im Bus nicht danach suchen müssen.

Bedenken Sie auch die aktuelle Wettersituation und achten Sie vor allem im Winter bewusst auf sicheres und bequemes Schuhwerk.

TIPP:
Wenn Sie am Weg zur Haltestelle noch mindestens fünf Minuten zusätzliche Zeit für zum Beispiel rote Ampeln einplanen, geraten Sie nicht in Zeitdruck.



Wo finde ich die richtigen Informationen?

An allen Haltestellen steht der Name der Haltestelle, an der Sie sich gerade befinden.

Hier erhalten Sie auch Auskunft über:

- die Buslinien, die diese Haltestellen anfahren und
- die Endhaltestellen dieser Linien
- die Abfahrtszeiten der Buslinien



Std.	Montag - Freitag		Samstag	Sonn- u. Feiertag
	Minuten		Minuten	Minuten
4	-	-	-	-
5	58	-	39 54 ⁵⁵	-
6	31	-	32 ⁵⁵ 57	-
7	00 32 ⁵⁵ 32 ⁵⁵ 56 ⁵⁵	-	22 52	27 57
8	22 52	-	22 52	22 52
9	22 52	-	22 52	22 52
10	22 52	-	22 52	22 52
11	22 52	-	22 ⁵⁵ 52	22 ⁵⁵ 52
12	07 ⁵⁵ 22 37 ⁵⁵ 52	-	22 ⁵⁵ 52	22 52
13	12 ⁵⁵ 22 ⁵⁵ 52	-	22 52	22 52
14	22 52	-	22 52	22 52
15	22 52	-	22 52	22 52
16	22 ⁵⁵ 52 ⁵⁵	-	22 52	22 52
17	22 ⁵⁵ 52 ⁵⁵	-	22 52	-
18	22 ⁵⁵ 52 ⁵⁵	-	-	-
19	52	-	-	-
20	-	-	-	-
21	-	-	-	-

FERIENTERMINE: 2013
 Weihnachtsferien 20.12.12 - 04.01.13
 Fasching Rosenmontag/Dienstag 11.02.13 + 12.02.13
 Osterferien 20.03.13 + 05.04.13
 Sommerferien 08.07.13 + 31.08.13
 Herbstferien 04.10.13 - 18.10.13

TIPP:
 Erledigen Sie Besorgungen zu Zeiten, an denen erfahrungsgemäß weniger Fahrgäste unterwegs sind. Solche Zeiten sind wochentags z. B. zwischen 9 und 12 Uhr vormittags und zwischen 14 bis 16 Uhr nachmittags.

Alles einsteigen bitte!

Wenn der Bus an der Haltestelle einfährt, beginnt für viele Menschen zugleich die stressigste Phase der Fahrt: Das Einsteigen.

Wo steige ich am besten ein?

Grundsätzlich steigen Sie bitte vorne ein.

- Hier erhalten Sie vom Fahrer Ihre Fahrkarte, wenn Sie nicht bereits eine haben. Er gibt Ihnen auch gerne Auskunft auf Ihre Fragen.
- Hier hat Sie der Fahrer während des Einsteigens im Blick, was für Sie auch eine Beruhigung ist.

Mit einem Rollator oder einer sonstigen Gehhilfe steigen Sie am besten an der 2. Türe ein.



Die Busse bieten alle eine beleuchtete Zielanzeige. Hier können Sie sehen, ob diese Ihre gewünschte Linie mit Ihrem Ziel ist.

Kann ich meinen Rollator mit in den Bus nehmen?

Eine Gehhilfe zu benutzen ist eine vernünftige Entscheidung. Natürlich können Sie Ihren Rollator auch im Bus mittransportieren.

Bitte Sie den Fahrer, den Bus zu senken oder fragen Sie einen der Fahrgäste beim Ein- und Aussteigen um Hilfe.

Behalten Sie den Rollator im Bus möglichst in Ihrer Nähe. Achten Sie bitte darauf, dass die Bremsen gut fixiert sind!

Ausklappbare Rampe:

Wenn der Bus Haltestellen bedient, an denen kein hoher Bordstein ist, bitten Sie andere Fahrgäste die ausklappbare Rampe an der hinteren Türe zu bedienen.

Auch die Fahrer helfen Ihnen gerne.

Mit dieser Rampe können Sie dann bequem ein- oder aussteigen.



Einstieg bei Höhenunterschied und Spalt

Achten Sie beim Einstieg darauf, dass die gelenkten Räder nicht zwischen der Bordsteinkante und Fahrzeugboden verkannten.

Einstieg bei großem Höhenunterschied und Spalt (falls vorhanden)



1. Fahren Sie an die Stufe heran und achten Sie darauf, dass die gelenkten Räder nicht in die Spalte (falls vorhanden) geraten.

2. Treten Sie bei gleichzeitigen Festhalten der Handbremse einen oder zwei Schritte zurück, bis sich die Vorderräder in Höhe des Fahrzeugbodens befinden.



3. Lösen Sie die Handbremse und schieben Sie den Rollator nach vorn, so dass die Vorderräder auf dem Fahrzeugboden abgestellt werden.

4. Heben Sie den Rest in das Fahrzeug.

Wer hilft mir, wenn ich es nicht alleine schaffe?

Um Hilfe zu bitten fällt vielen Menschen schwer. Dabei ist es kein Zeichen von Schwäche. Es ist vielmehr ein Zeichen dafür, dass man seine Stärken und Schwächen kennt und selbstbewusst mit ihnen umzugehen weiß!

Wenn Sie sich ein wenig unsicher fühlen, dann sprechen Sie das einfach aus! Sie werden sehen: Auch Ihre MitfahrerInnen kennen Situationen, in denen sie sich nicht ganz sicher fühlen und werden Ihnen gerne behilflich sein!

TIPP:

Fragen Sie bereits vor dem Einsteigen an der Haltestelle einen der wartenden Fahrgäste, ob er Ihnen später eventuell behilflich sein kann.

Kann mich die Tür beim Aussteigen einklemmen?

Vielleicht haben Sie sich beim Aussteigen gehetzt, weil Sie dachten, die Tür könne Sie womöglich einklemmen? Um das zu verhindern, sind ganz spezielle Sicherheiten vorhanden:

- Der Fahrer beobachtet über Innen- und Außenspiegel genau, ob Sie den Bus bereits verlassen haben.
„Ja, aber wenn der Fahrer mich doch einmal nicht richtig gesehen hat und man schon halb draußen ist und sich noch am Handlauf festhält, kann da nicht der Arm eingeklemmt werden?“ werden Sie sich berechtigt fragen.

In diesem Fall kann es natürlich sein, dass die Tür zuerst einmal versucht sich zu schließen. Für diesen Fall gibt ein **Sicherheitssystem**: In die Gummiwülste der Türen sind Sensoren – kleine Taster – eingebaut, die sofort reagieren, wenn nur das Geringste dazwischen gerät. Sobald also ein kleiner Widerstand zu spüren ist, öffnet sich die Tür unverzüglich wieder, ohne dass Sie verletzt werden können.

Kann der Bus näher an den Gehsteig fahren?

Das Ein- und Aussteigen wird umso beschwerlicher, je weiter entfernt der Bus vom Gehsteigrand hält. Parkende Fahrzeuge, andere Hindernisse oder gekrümmte Haltestellenbereiche machen das Heranfahren aber oftmals unmöglich. Daher müssen Sie beim Ein- und Aussteigen manchmal einen großen Schritt auf den Gehsteig machen oder auf die Straße hinunter steigen. Halten Sie sich hierbei gut an den Haltegriffen der Türen fest und lassen Sie diese erst los, wenn Sie sicheren und festen Stand gewonnen haben!

Kann man den Bus nicht immer absenken?

Aus technischen Gründen können die Busse nicht immer abgesenkt werden, um Ihnen den Ein- und Ausstieg zu erleichtern. Auch kostet das Neigen des Fahrzeuges zum Gehsteig Zeit und Dieselkraftstoff. Daher machen es die Buslenker nicht automatisch.

Wenn es Ihnen eine Hilfe beim Ein- und Aussteigen ist, dass der Bus abgesenkt wird, bitten Sie den Fahrer darum. Er wird es, wenn möglich, gerne für Sie veranlassen.

TIPP:

Tauschen Sie Ihre alte Handtasche doch gegen eine praktische Umhängetasche. Diese können Sie sicher vor dem Körper tragen und Sie haben beide Hände frei, um sich fest zu halten.



Türen schließen, die Fahrt beginnt!

Achtung Bremsmanöver!

Auch wenn die Busfahrer versuchen vorsichtig zu fahren: Unebene Straßen, unvermitteltes Bremsen und Anfahren lassen sich trotzdem nicht vermeiden. Rechnen Sie daher bitte jede Sekunde damit, dass Sie eventuell das Gleichgewicht verlieren können. Damit es in solchen, oftmals unerwarteten Situationen nicht zu einem Sturz kommt, der gerade in höherem Lebensalter schwerwiegende Konsequenzen haben kann, ist auch Ihre Mithilfe erforderlich.

Beachten Sie daher bitte die Ratschläge auf den folgenden Seiten!

Sicher am Entwerter

Eine besonders „wackelige“ Situation entsteht beim Entwerten Ihrer Mehrfahrtenkarte. Gewöhnen Sie sich daher an, die Karte immer am gleichen Platz stets griffbereit zu verwahren. Das erspart Ihnen unnötigen Stress beim Entwerten oder bei der Fahrscheinkontrolle.

Stellen Sie Ihre Taschen sicher ab, stehen Sie breitbeinig und halten Sie sich stets mit einer Hand fest, während Sie die Karte entwerten.

TIPP:

Besorgen Sie sich in einem Sanitätshaus einen kleinen Ball zur Kräftigung der Hand- und Armmuskulatur und üben Sie abends beim Fernsehen. So trainieren Sie Ihre Hände und damit auch die Kraft, die Sie zum Festhalten benötigen!



Die Jugend wird immer unhöflicher?

Wenn Sie die Wahl zwischen Sitz- und Stehplatz haben, werden Sie sich sicher für ersteren entscheiden. Im Sitzen ist die Fahrt erholsamer und das Risiko zu stürzen geringer. Was aber, wenn die Plätze besetzt sind?

Nicht immer stehen jüngere Menschen ungefragt auf, um Ihnen einen Sitzplatz zu überlassen. Hier ist Ihre Initiative gefragt!

Man ist schnell geneigt, Kinder und Jugendliche, die nicht sofort unaufgefordert aufspringen als unhöflich zu bezeichnen.

Nur vergessen Sie bitte eines nicht: Junge Menschen wissen nicht, wie es sich anfühlt, älter zu sein. Vor allem aber kennen Sie keine Angst vor einem Sturz und dessen Konsequenzen. Erinnern Sie sich nur an Ihre eigene Jugend. Damals konnte auch Sie kaum etwas aus dem Gleichgewicht bringen!

Wenn Sie also um einen Sitzplatz fragen, versuchen Sie doch, jüngeren Menschen zu vermitteln, wie wichtig dieser Platz für Sie und Ihre Sicherheit ist. Sie werden sehen: Sofort ist die Bereitschaft größer, Ihnen zu helfen!

TIPP:

Vergessen Sie nicht, einem jungen Menschen zu danken, wenn er Ihnen seinen Platz angeboten hat. Ein Lächeln wirkt Wunder!



Sitzen ist nicht gleich sitzen!

Auf Ihrem Sitzplatz angekommen beginnt der gemütliche Teil der Fahrt. Beachten Sie dabei, sich gut in die Mitte des Platzes zu setzen und am Haltegriff festzuhalten. Rechnen Sie jederzeit damit, dass der Bus unvermittelt bremsen oder anfahren könnte!

Stehen ist nicht gleich stehen!

Manchmal lässt es sich nicht vermeiden, einige Stationen im Stehen zu fahren. Bremsen, Anfahren, Unebenheiten und Kurven können Sie dabei schon einmal aus dem Gleichgewicht bringen! Dagegen können Sie aber aktiv etwas tun: Wechseln Sie Ihren Platz nur dann, wenn es unbedingt nötig ist und auch nur während eines Haltes an der Haltestelle.

Wählen Sie einen Platz, an dem Sie sich eventuell auch anlehnen können. Stellen Sie Ihr Gepäck sicher ab und halten Sie sich - möglichst mit beiden Händen - an den Haltestangen oder Griffen fest. Stehen Sie breitbeinig. So können Sie den Schwung besser abfedern.

Zugegeben - es sieht nicht sehr elegant aus, aber was ist schon Eleganz gegen Ihre Sicherheit?!



Was mache ich, wenn ich aussteigen möchte?

Alle Haltestellen sind „Bedarfsthaltestellen“, das heißt, dass der Bus nur anhält, wenn ein Fahrgast ein- oder aussteigen möchte. Wenn Sie aussteigen wollen, müssen Sie daher rechtzeitig einen „Haltewunsch-Knopf“ drücken.

An jeder Haltestange im Bus finden Sie einen solchen Knopf.

Beachten Sie dabei bitte folgende Ratschläge:

- Halten Sie sich auch beim Aufstehen mit beiden Händen fest und warten Sie einige Sekunden, bis Sie sicher stehen und ein Gefühl für die Fahrbewegung bekommen.
- Lassen Sie die Haltestange erst los, wenn Sie sich mit der anderen Hand sicher an der nächsten Stange festhalten können.
- Achten Sie auf Ihren sicheren Stand: Versuchen Sie, die Fahrbewegung abzufedern, so kommen Sie nicht so leicht aus dem Gleichgewicht.

TIPP:

Wenn ein Fahrgast den Knopf gedrückt hat, erscheint auf der Anzeige in der Wagenmitte: „Wagen hält“. In diesem Fall wird das Fahrzeug anhalten. Bereiten Sie sich rechtzeitig auf den Ausstieg vor und gehen Sie sobald der Bus steht zügig zum Ausgang.



Wenn ich groß bin, werde ich einmal Busfahrer!

Viele Kinder wünschen sich, später einmal Busfahrer zu werden. Vielleicht gehört eines Ihrer Enkelkinder oder Urenkel dazu? Busfahrer zu sein ist tatsächlich ein schöner Beruf. Man trägt große Verantwortung, hat viel mit den unterschiedlichsten Menschen zu tun und bringt diese sicher an ihr Ziel. Nicht zuletzt darf man den ganzen Tag in einem riesengroßen Auto durch die Stadt fahren.

Die Größe des Fahrzeuges und der täglich wachsende Straßenverkehr erfordern sehr viel Können und vor allem Aufmerksamkeit von Seiten des Fahrers.

Die ca. 80 Buslenker und Buslenkerinnen der VGK legen im Jahr rund 1,8 Millionen Kilometer zurück und transportieren dabei 5 Millionen Fahrgäste!

Das sind täglich ca. 20.000 Personen!



Der ist mir einfach davon gefahren!

Auf jeden einzelnen Fahrgast einzugehen ist kaum möglich und würde den Fahrer von seiner eigentlichen Tätigkeit - dem sicheren und pünktlichen Personentransport - abhalten. So kann es vorkommen, dass der Fahrer einmal einen späten Fahrgast übersieht und ihm, wie es scheint „einfach davon fährt“.

Damit dies nicht passiert: Stehen Sie daher lieber immer etwas früher an der Haltestelle!

Auch der Fahrer kann nicht alles sehen!

Der Fahrer wird immer darauf achten, dass insbesondere ältere Fahrgäste möglichst einen Sitzplatz erreichen oder, wenn einmal keiner frei ist, zumindest einen sicheren Halt gefunden haben. Der Busfahrer hat aber auch auf den Verkehr zu achten, andere Verkehrsteilnehmer und Ampeln im Blick zu haben und Fahrkarten zu verkaufen.

Natürlich steht Ihnen der Fahrer für kurze Auskünfte gerne zur Verfügung. Bedenken Sie aber bitte, dass er unter Zeitdruck steht, um den Fahrplan einzuhalten und seine Antworten daher manchmal knapp fassen muss.

Trotz aller Belastungen versuchen die Fahrer auf die Bedürfnisse älterer Menschen einzugehen, wo immer es ihnen möglich ist.



TIPP:
Loben Sie doch einmal einen freundlichen Buslenker und schenken Sie ihm ein Lächeln!



„Mobil sein – dabei sein!“



Ringstraße 128a, 55543 Bad Kreuznach
Telefon 0671 89804-0, info@vgk-verkehr.de
www.vgk-verkehr.de

