

Ist Mobilität ein Privileg der Jugend? Nicht unbedingt. Der sichere Umgang mit modernen Verkehrsmitteln und neuen Technologien ist lernbar. Auch für ältere Menschen.

Unser Kursangebot hilft Ihnen, unabhängig und mobil zu bleiben – im öffentlichen Verkehr, auf dem Velo oder im Auto.

Alle Kurse orientieren sich an alltäglichen Situationen. Wie bediene ich einen Billettautomaten? Wie fahre ich mit dem Velo durch den Kreisel? Welche neuen Vorschriften muss ich beim Autofahren berücksichtigen?

Unsere praktischen Übungen und Tipps machen Sie fit für die mobile Gesellschaft. Unsere Informationen verdeutlichen Ihnen die Zusammenhänge zwischen Mobilität, Gesundheit, Sicherheit und Umwelt.

mobil sein – mobil bleiben.

Allgemeine Informationen

Zielgruppe	Die Kurse richten sich an Menschen, die sich in modernen Verkehrssystemen besser zurechtfinden wollen.
Anmeldung	Die Anmeldung erfolgt mit beiliegender Antwortkarte. Einige Tage vor Kursbeginn wird eine Bestätigung mit Rechnung zugestellt.
Module	Jedes Modul kann unabhängig von den anderen Modulen besucht werden.

Internet
www.mobilsein-mobilbleiben.ch

unterstützt durch

Patronat:



Judith Giovannelli-Blocher, Rentnerin, Autorin des Altersbuches «Das Glück der späten Jahre» (erscheint im März 2004)



Therese Frösch, Direktorin für Soziale Sicherheit der Stadt Bern, Nationalrätin



Walo Hänni, Gemeinderat Köniz, Direktor für Planung, Umwelt und Verkehr, Verwaltungsrat BERNMOBIL

Organisation

Büro für Mobilität AG
 Hirschengraben 2
 3011 Bern
 031 311 93 63



www.bfmag.ch • mail@bfmag.ch



Modul 1 Mobilität und Gesundheit



Am Billettautomaten scheitern viele. Wir zeigen Ihnen, wie Sie mit dem Berührungsbildschirm (TouchScreen) sicher umgehen.

Sie lernen auch, wie Sie die öffentlichen Verkehrsmittel einfach und komfortabel nutzen können oder welche Angebote Sie im neu umgebauten Berner Bahnhof finden.

Gemeinsam suchen wir auch nach Möglichkeiten, mehr Bewegung zur Erhaltung Ihrer Gesundheit in den Alltag zu bringen - sei es zu Fuss oder mit dem Velo.

Detailinformationen:

Kursort	Campus Muristalden Muristrasse 12, 3006 Bern
Kurszeit	9 bis 16 Uhr
Anmelden bis	1 Woche vor Kurstermin
Kosten	Fr. 50.–
Organisation	Büro für Mobilität AG Hirschengraben 2, 3011 Bern
Auskunft	Pro Senectute Region Bern Bildung+Sport Postfach, 3000 Bern 32 Tel. 031 359 03 03 Fax 031 359 03 02

E-mail

bildungundsport@be.pro-senectute.ch

Anmeldung mit beiliegender Antwortkarte

Modul 2 Sicher im Sattel



Velo fahren hält fit. Doch viele Menschen meiden mit ihrem Zweirad den Strassenverkehr. Sie sind unsicher.

Gemeinsam versuchen wir, Ihre Ängste abzubauen. Sie lernen, das Velo sicher zu lenken und ungewohnte Situationen zu meistern (z.B. Kreisel).

Dieser Kurs wird in Zusammenarbeit mit der IG Velo durchgeführt.

Detailinformationen:

Kursort	Stadt und Region Bern
Kurszeit	1/2 Tag
Anmelden bis	1 Woche vor Kurstermin
Kosten	Fr. 15.–
Organisation	IG Velo Bern
Auskunft	031 318 54 10

Anmeldung mit beiliegender Antwortkarte

Modul 3 Check up Auto fahren heute



Sie haben viel Fahrpraxis. Aber sind Sie mit allen Neuerungen im Strassenverkehr vertraut?

Wir erläutern Ihnen neue Vorschriften und Regelungen. Im praktischen Teil zeigen wir Ihnen, wie Sie durch Ihr Fahrverhalten ein hohes Mass an Sicherheit erlangen, Energie sparen und die Umwelt schonen können.

Dieser Kurs wird in Zusammenarbeit mit dem TCS durchgeführt.

Detailinformationen:

Kursort	Bern Ittigen
Kurszeit	1/2 Tag
Kosten	Fr. 120.– TCS-Mitglieder Fr. 200.– Nichtmitglieder TCS
Organisation	TCS Sektion Bern
Auskunft	031 356 34 56

Anmeldung mit beiliegender Antwortkarte