

Mit Sicherheit mobil...

... mit Rollator



Menschen bewegen

Mobil mit Rollator

Der Rollator ist Ihr täglicher Begleiter, weil Sie Probleme mit dem Gleichgewicht haben, beim Gehen unsicher sind oder längere Strecken nicht ohne Hilfe bewältigen können? Damit Sie sicher mit Ihrem Rollator mobil sind, haben wir für Sie einige Tipps zusammengestellt:

- Der Rollator muss auf Sie eingestellt und regelmäßig gewartet werden.
- Achten Sie darauf, dass sich die Griffe etwa auf der Höhe Ihrer Handgelenke befinden, wenn Ihre Arme gerade herabhängen. Ihre Ellbogen sollten leicht gebeugt sein, wenn Sie zwischen den Hinterrädern stehen und an die Griffe fassen.
- Testen Sie die Bremsen regelmäßig. Sie müssen jederzeit leicht oder stark abbremsen können.
- Geht es bergab, dann halten Sie die Bremsen leicht angezogen. Gehen Sie langsam. Lassen Sie sich nicht vom Rollator ziehen.
- Bei schwieriger Bodenbeschaffenheit gehen Sie aufmerksam und machen Sie viele kleine Schritte.
- Fahren Sie schräg über Gullys und Gleise.
- Lassen Sie Zubehör fest anbringen. Der Fachhandel berät Sie gerne.

Impressum:

Kölner Verkehrs-Betriebe AG in Zusammenarbeit mit dem Arbeitskreis „Sicherheit im Straßenverkehr“ der Stadt Köln.
Fotos: Johann Roderburg



Einstieg in Bus und Stadtbahn

Machen Sie mit Handzeichen und Blickkontakt dem Fahrer deutlich, dass Sie mitfahren möchten.

So erkennt der Fahrer frühzeitig, dass Sie mit einem Rollator an der geeigneten Tür in das Fahrzeug einsteigen möchten.

Dasselbe gilt auch für die Nutzung der Stadtbahn.

Schieben Sie den Rollator bis an den Bus heran.

Halten Sie die Griffe fest und schaffen Sie etwas Abstand zwischen sich und dem Rollator. Ziehen Sie die Bremse an und kippen den Rollator leicht zu sich. Lösen Sie jetzt die Bremse.

Nun setzen Sie die Vorderräder auf die Buskante und schieben den Rollator vorsichtig in das Fahrzeug.



Der Rollator gibt Ihnen beim Einstieg über die Stufe keinen Halt.

Nutzen Sie dafür immer die Haltestangen.



Heben Sie bitte nicht den Rollator in das Fahrzeug.

Falls sich eine Spalte zwischen dem Bordstein und dem Bus befindet, bitten Sie andere Fahrgäste um Hilfe.



Steht der Rollator im Fahrzeug, ziehen Sie die Feststellbremse an, indem Sie die Bremse nach unten drücken.



Ein geeigneter Sitzplatz

Nutzen Sie die nächstgelegenen Außensitzplätze und ziehen Sie den Rollator zu sich heran.

Sie sollten sitzen, bevor der Bus oder die Stadtbahn losfährt.



Sobald Sie sitzen, ziehen Sie die Feststellbremse wieder an.

Lassen Sie während der Fahrt die Feststellbremsen angezogen und lösen Sie diese erst, wenn das Fahrzeug steht.



Sie können Ihren Rollator auch in den dafür vorgesehenen Bereich abstellen.



Benutzen Sie Ihren Rollator bitte während der Fahrt nicht als Sitzgelegenheit: Beim Beschleunigen und Bremsen kann der Rollator verrutschen oder umfallen und Sie können sich und andere verletzen.



Der Ausstieg

Warten Sie mit dem Aufstehen solange, bis das Fahrzeug an der Haltestelle steht. Während der Fahrt könnten Sie das Gleichgewicht verlieren und stürzen.

Gibt es eine Stufe oder einen Spalt zwischen Fahrzeug und Bahnsteigkante? Dann steigen Sie rückwärts aus dem Bus oder der Stadtbahn.

Bewahren Sie beim Ausstieg Ruhe.

Stellen Sie sich rückwärts an die Tür und ziehen Sie die Feststellbremse an.

Halten Sie sich mit einer Hand an einer der Haltestangen fest und mit der anderen am Rollator.



Steigen Sie rückwärts aus, indem Sie sich an den Haltestangen festhalten.

Dann lösen Sie die Bremsen an ihrem Rollator, holen ihn nach und ziehen ihn aus dem Bus.



Sobald die Hinterräder draußen aufsetzen, kippen Sie den Rollator vorsichtig zu sich hin.



Warten Sie immer bis der Bus oder die Stadtbahn abgefahren ist.

Der fließende Verkehr kann Sie nicht sehen, wenn Sie die Straße vor oder hinter dem Bus oder der Stadtbahn überqueren.



Kommunikation

Ob beim Ein- oder Ausstieg, bei der Ticket-Entwertung oder wenn Sie andere Hilfestellungen benötigen:

Bitte Sie andere Fahrgäste um Hilfe. Einer freundlichen Ansprache kann kaum jemand widerstehen.



Sichtbarkeit in der dunklen Jahreszeit

Es ist wichtig, dass Sie von anderen Verkehrsteilnehmern gesehen werden. Tragen Sie deshalb möglichst helle und reflektierende Kleidung.

Der Handel bietet zusätzlich viele verschiedene reflektierende Accessoires an, die auch am Rollator befestigt werden können.



Barrierefreiheit an Haltestellen

U-Bahn-Stationen sind häufig mit Aufzügen ausgestattet. Die oberirdischen Haltestellen verfügen, bis auf wenige Ausnahmen, über Zugangsrampen.



Mobilitätsberatung und praktische Trainings

Die Kölner Verkehrs-Betriebe bieten zahlreiche Mobilitätsberatungen und praktische Trainings für Bus und Bahn an.

Der jährlich stattfindende Rollatorentag im September mit verschiedenen Partnern wie der Polizei Köln, der Seniorenvertretung Köln, der Verkehrswacht Köln, dem Sportbund Köln und dem Sanitätshaus Rahm runden das Programm ab.

Infos unter
www.kvb.koeln/service
Tel. 0221 547 3863

E-Mobil von A nach B?

Isi!



Bestellen. Einsteigen. Ankommen.
Per App oder Telefon.
www.kvb.koeln/isi · Tel. 0221 547 3333



Neu! KVB auf Abruf in Nippes und Porz.

Isi bringt Sie bequem und flexibel von A nach B, ohne feste Routen oder vorgegebene Fahrpläne. Buchen Sie einfach eines der barrierearmen Isi-Elektroautos per App oder telefonisch unter 0221 547 3333. Isi fährt Sie montags bis freitags (außer an Feiertagen) zwischen 8 und 15 Uhr innerhalb von Nippes oder Porz zu Ihrem Ziel. Fahrgäste mit Abo oder ZeitTicket fahren tagsüber kostenlos, alle anderen können im Fahrzeug mit Kreditkarte oder EC-Karte zahlen.

So funktioniert's:

1. Fahrt buchen

Rufen Sie unseren Isi-Service unter **0221 547 3333** an. Geben Sie Start- und Zielort an und buchen Sie eine Fahrt.

Alternativ können Sie sich auch die App *KVB-Isi* auf's Smartphone laden und die Buchung darüber vornehmen.

2. Einsteigen

Bei jeder Buchung suchen wir den optimalen Einstiegsort in der Nähe Ihres Startpunkts, z. B. Kreuzungen, KVB-Haltestellen, Geschäfte oder Sehenswürdigkeiten. In der Regel beträgt der Fußweg zum Abholort max. rund 100 m.

3. Klima schützen

Mit der Nutzung von Isi leisten Sie einen aktiven Beitrag zum Klimaschutz. Isi bündelt die Fahrten der Fahrgäste, die in die gleiche Richtung unterwegs sind.



Montags bis freitags (außer an Feiertagen) von 8 bis 15 Uhr



Nutzen Sie für barrierefreies Fahren den Plan „**Touren ohne Treppen**“, den Sie in allen KundenCentern der KVB kostenlos erhalten.

KundenCenter Braunsfeld

Scheidtweilerstraße 38

KundenCenter Innenstadt

Neumarkt (Zwischenebene)

KundenCenter Ehrenfeld

Ehrenfeldgürtel 14

KundenCenter Südstadt

Chlodwigplatz 3

KundenCenter Mülheim

Wiener Platz (Zwischenebene)

Und im Internet unter:

www.kvb.koeln/barrierefrei



Weitere Informationen

- www.kvb.koeln
- **Sprechender Fahrplan**
08003.504030 (kostenfrei)
- **Schlaue Nummer**
01806.504030
(Festnetz 20 ct/Anruf, mobil max. 60 ct/Anruf)

