

Pressegespräch

Linz, 26. April 2023, BVS - Brandverhütungsstelle für Oö.

Senioren doppelt sicher auf dem E-Bike: Unfall-Prävention und Akku-Sicherheit

Senioren zählen nicht nur bei Brandgeschehen, sondern auch bei E-Bike-Fahrten zur Risikogruppe Nummer 1. Auch die Akku-Sicherheit sollte nicht aus den Augen gelassen werden.



Ihre Gesprächspartner

Landeshauptmann a.D. Dr. Josef Pühringer
Obmann des OÖ Seniorenbundes

Dipl.-Ing. Dr. Arthur Eisenbeiss
Direktor der BVS - Brandverhütungsstelle für Oö.

Bernhard Huber
Inh. Bike Experts

BR Mag. Franz Ebner
Landesgeschäftsführer des OÖ Seniorenbundes

Pressekontakt

BVS – Brandverhütungsstelle für Oö. registrierte Genossenschaft m.b.H.
T +43 732 7617-0 / BVSPressedienst@bvs-ooe.at

LH a.D. Dr. Josef Pühringer, OÖ Seniorenbund

Sicherheitsschwerpunkt des OÖ Seniorenbundes

Sicherheit in allen Lebensbereichen ist ein wesentliches Kriterium für unser Wohlbefinden und ein positives Sicherheitsgefühl leistet einen wesentlichen Beitrag zu unserer Lebensqualität. Das gilt für die Gesamtbevölkerung, aber in besonderem Maße für die Seniorinnen und Senioren. Aus diesem Grund hat der OÖ Seniorenbund das Thema Sicherheit zu seinem Jahresschwerpunkt 2023 gemacht, und zwar in unterschiedlichen Facetten, von Sicherheit im Sinne von Schutz vor Kriminalität über Sicherheit im Straßenverkehr bis zur Sicherheit in der Wohnumgebung.

Im Zuge dessen wurde auch eine umfassende Sicherheitsbroschüre erarbeitet. Darin werden einerseits die Risiken für ältere Menschen in diesen Bereichen aufgezeigt und andererseits Tipps zur Prävention gegeben. „Prävention ist für uns beim Thema Sicherheit ein ganz wichtiger Punkt. Denn jede und jeder Einzelne kann viel zu seiner eigenen Sicherheit in den unterschiedlichen Bereichen beitragen“, so Seniorenbund Landesobmann LH a.D. Dr. Josef Pühringer.

Einen Schwerpunkt bildet eben auch der Bereich Sicherheit im Straßenverkehr, wobei neben dem Thema Autofahren das Thema E-Bike eine zentrale Rolle spielt. Schließlich ist das E-Bike bei Senioren sehr beliebt, aber es passieren jedes Jahr zahlreiche Unfälle, die teils schwere Verletzungen zur Folge haben.

Sicher mit dem E-Bike in den besten Jahren

Radfahren ist eine gesunde Form der Mobilität und erfreut sich bei Seniorinnen und Senioren großer Beliebtheit – ob für Ausflüge oder Erledigungen wie das Einkaufen oder einen Arztbesuch. Aber Radfahren birgt – so wie jede andere Sportart auch – einige Risiken, im Straßenverkehr, durch Unfälle oder Stürze, die zu teils schweren Verletzungen führen können, oft auch ohne Fremdeinwirkung. Schließlich haben Radfahrer keine Schutzzone oder einen Airbag wie etwa Autofahrer.

Das E-Bike hat sich in den vergangenen Jahren immer mehr zur Alternative zum herkömmlichen Fahrrad entwickelt. Auch die Seniorinnen und Senioren folgen dem

Trend und kaufen sich vorwiegend E-Bikes. Schließlich eröffnen diese älteren oder beeinträchtigten Personen neue Möglichkeiten in Sachen Fortbewegung. Allerdings muss der Umgang mit dem E-Bike gelernt sein, sonst steigt die Unfallgefahr und es kann zu schweren Verletzungen kommen.

Angebote des OÖ Seniorenbundes zur E-Bike Sicherheit

Der OÖ Seniorenbund ist sich bewusst, dass ältere Radfahrer, insbesondere E-Biker, ein erhöhtes Unfallrisiko haben. Das zeigt auch die Statistik aus dem vergangenen Jahr, wonach in Oberösterreich zehn von 16 getöteten Fahrrad-Lenkern auf dem E-Bike unterwegs waren, wobei 15 älter als 50 Jahre und sechs älter als 80 Jahre waren. Aus diesem Grund setzt der OÖ Seniorenbund auf Prävention. „Unser Ziel ist es, die Seniorinnen und Senioren durch gezieltes, auf ihre Bedürfnisse abgestimmtes Training, gerade nach der Winterpause oder für Wiedereinsteiger, auf die Radsaison vorzubereiten und so möglichst viele Unfälle und Verletzungen zu vermeiden“, erklärt Pühringer.

Radbroschüre

Neben der heuer erschienenen Sicherheitsbroschüre des OÖ Seniorenbundes „Sicher leben in den besten Jahren“, die ein eigenes Kapitel zum Thema Sicherheit beim Radfahren/mit dem E-Bike enthält, hat der OÖ Seniorenbund auch eine eigene Radbroschüre herausgebracht. Die Broschüre „*FahrRad* – gesund und sicher“ enthält viele wertvolle Tipps rund um das Thema Radfahren: von der Verkehrssicherheit über den sicheren Umgang mit dem Rad/E-Bike bis zur sachgemäßen Instandhaltung, ebenso wie interessante Radrouten in Oberösterreich.

E-Bike Trainings mit den Bike Experts

Neben E-Bike Trainings für die Mitglieder, die über Orts- und Bezirksgruppen organisiert werden, bietet der OÖ Seniorenbund auch den Organisatoren der Radgruppen einen kostenlosen Kurs mit den Bike Experts an (Train the Trainer). So gab es heuer im März drei unterschiedliche Ausbildungstage in verschiedenen Regionen, an denen 88 Gruppenleiter teilgenommen haben. Darüber hinaus sind für das heurige Jahr bereits E-Bike Schulungen in 31 Ortsgruppen fixiert, an denen insgesamt rund 450 Mitglieder teilnehmen werden (durchschnittlich 15 pro Schulung). Hier sind aber noch weitere Termine möglich und können laufend reserviert werden.

Bernhard Huber, Bike Experts

E-Bike Safety Tour mit dem OÖ Seniorenbund

Durch längere Bewegungspausen, Bewegungsarmut, Verletzungen, usw. verkümmern die Rezeptoren und Muskeln im Körper (Sinneszellen). Die sogenannten koordinativen Fähigkeiten wie Gleichgewicht, Reaktionsfähigkeit, Geschicklichkeit, Beweglichkeit nehmen im Alter rapide ab. Genau diese Fähigkeiten werden aber für ein sicheres, genussvolles Radfahren/E-Biken benötigt. Unser Körper und Geist vergisst aber nicht ganz, was wir in der Kindheit erlernt haben, Bewegungsmuster wurden in Form von Engrammen im Zentralnervensystem abgespeichert. Um diese Engramme (Verbindungen) wieder zu aktivieren, was in jeder Altersperiode möglich ist, benötigt es ein sportartspezifisches Training. In diesem Fall eine auf Radfahrer/E-Biker abgestimmte Übungsreihe.

Fahrsicherheitstrainings für E-Biker

„Ich empfehle allen Seniorinnen und Senioren, aber auch allen anderen, zu Beginn der Saison ein koordinatives Rad-Fahrsicherheitstraining, das Sinn und Spaß macht, um diese Rezeptoren wieder zu aktivieren und zu schärfen“, so Bernhard Huber, Inhaber von Bike Experts. „Besonders wichtig ist so ein Training, wenn man länger nicht mit dem Rad gefahren ist oder auf ein E-Bike umsteigen möchte.“

Inhalt eines Fahrsicherheitstrainings sind:

- Der Umgang mit dem E-Bike: richtiges Bremsen, Kurvenfahren, Start/Stop, Schalten, Rad-Einstellungen, Wartung, Akkumanagement
- Ein großes Augenmerk liegt auf der individuellen Verbesserung von Gleichgewicht, Reaktion, Geschicklichkeit und dem Umgang mit dem eigenen E-Bike oder Testbike
- Testmöglichkeit verschiedener Modelle: Tiefeinsteiger, MTB, Trekking
- Nützliche Kauftipps, richtige Rahmengröße, E-Bike Wartung – Erste-Hilfe
- Bei einer abschließenden Ausfahrt wird das Gelernte 1:1 in der Praxis umgesetzt

Safety Day´s

Der Safety Day (Fahrsicherheitstag), eine Kooperation von OÖ Seniorenbund und Bike Experts ist konzipiert als Saison-Eröffnung für die einzelnen Orts- und Bezirks-Gruppen. Damit werden die vielen E- Bike Wiederaufsteiger und Umsteiger, aber auch Fortgeschrittene motiviert, ein jährliches Fahrsicherheitstraining zu absolvieren. Bei den dreistündigen Kursen in den Leistungsgruppen Anfänger/Wiederaufsteiger und Fortgeschrittene/Experten werden die max. 10 Teilnehmer pro Trainer auf die neue E-Bike Saison vorbereitet. Die Aktion ist für alle Teilnehmer kostenlos und wird vom Land OÖ finanziell unterstützt.

Dr. Arthur Eisenbeiss, Brandverhütungsstelle Oberösterreich

Mit steigendem Alter steigen auch die Gefahren

Für Menschen im höheren Lebensalter nehmen einige Risiken zu, Mobilität und Sinneswahrnehmung nehmen ab. „Mit zunehmendem Alter benötigen wir einfach mehr bewusste Vorausschau, um auf unvorhergesehene Situationen rechtzeitig zu reagieren und Gefahren abzuwenden“, erklärt dazu Dr. Arthur Eisenbeiss, Direktor der BVS - Brandverhütungsstelle für Oö: „Das gilt für alle Lebensbereiche – für Sport und Freizeit ebenso wie für den Aufenthalt in den eigenen vier Wänden.“

Dass die Gefährdung der älteren Generation ungleich höher ist als die von jüngeren Menschen, spiegelt sich beispielsweise in der Langfristbetrachtung der Brandtotenzahlen wider. Seit 2006 werden von den österreichischen Brandverhütungsstellen alle Todesfälle infolge von Gebäudebränden in Österreich erhoben und einer detaillierten Statistik erfasst. Demnach liegt die Zahl der Brandtoten in Österreich im Durchschnitt des Erfassungszeitraumes 2006-2021 bei 47 Todesopfern. 2021 gab es 51 Brandtote zu beklagen und auch im soeben abgelaufenen Brandjahr 2022 ist aufgrund des aktuellen Auswertestandes davon auszugehen, dass wiederum 51 Menschen im Zuge eines Gebäudebrandes ihr Leben verloren. Wesentlich ist dabei, dass das Durchschnittsalter der Brandtoten 62,9 Jahre beträgt – jenes der männlichen Brandtoten beträgt 59,1 Jahre, das der Frauen 68,5 Jahre. Bei einem durchschnittlichen Bevölkerungsanteil von rund 18 Prozent entfallen auf die Generation 65plus mehr als die Hälfte aller Brandtoten!

Pressekontakt

Rauchwarnmelder sind Lebensretter

Umso wichtiger ist es, dass in Seniorenhaushalten dem Vorbeugenden Brandschutz erhöhte Aufmerksamkeit zukommt. Neben der Einhaltung der üblichen Brandschutztipps gehe es vor allem darum, Seniorenwohnungen mit sogenannten Rauchwarnmeldern auszustatten, wie Eisenbeiss empfiehlt: „Rauchwarnmelder erkennen frühzeitig den Rauch und warnen durch einen unüberhörbar lauten, schrillen Alarmton, der auch bei eingeschränkter Hörfähigkeit wahrgenommen wird.“ Ein Brand werde dadurch bereits im Anfangsstadium erkannt, was das rechtzeitige Verlassen des Gefahrenbereiches durch die frühzeitige Alarmierung oder eventuell sogar das Löschen des Brandes ermögliche. „Insbesondere in Seniorenhaushalten dürfen funktionsfähige Rauchwarnmelder keinesfalls fehlen!“

Richtiger Umgang mit (E-Bike-) Akkus

Vor dem Hintergrund des Älterwerdens erfreuen sich heute auch E-Bikes bei den Senioren großer Beliebtheit, weil sie älteren Menschen mehr Mobilität und Fitness ermöglichen. Bei den darin verbauten Akkus handelt es sich aber um wahre Kraftpakete, die einen sorgsam Umgang erfordern, um einerseits über lange Zeit einsatzfähig zu bleiben und andererseits nicht zum Risiko beziehungsweise zur Brandgefahr zu werden. „Bei den E-Bike-Akkus handelt es sich durchwegs um hoch entwickelte Lithium-Ionen-Akkus, die eine wesentlich höhere Leistungsstärke als konventionelle Batterietechnologien auf Basis von Blei oder Nickel-Cadmium aufweisen. Dadurch erfordern sie aber auch einen sorgfältigen Umgang, denn durch die wesentlich höhere Energiedichte kann sich im Brandfall das Schadensausmaß deutlich vergrößern“, erklärt Eisenbeiss. Würde sich eine einzelne Zelle durch Wärme, Überladung oder mechanische Beschädigung zersetzen oder überhitzen, entstünden in der Zelle hohe Temperaturen. „Die Zelle öffnet sich und bläst ihren Inhalt unter Überdruck nach außen ab. Dabei entsteht meist ein Feuer oder der dabei austretende Rauch entzündet sich und verursacht eine Stichflamme.“ Umso wichtiger sei die sorgfältige Handhabung dieser Energiebündel: „Bei sachgemäßem Gebrauch sind Lithium-Akkus weitgehend sicher. Werden sie aber nicht ordnungsgemäß betrieben oder gelagert, können sie durchaus zur Gefahr werden. Die ordnungsgemäße Behandlung und das richtige Laden des E-Bike Akkus haben auch wesentlichen Einfluss auf die Lebensdauer“, so Dr. Arthur Eisenbeiss abschließend. Die nachfolgend angeführten Tipps und Hinweise für den Umgang mit E-Bike-Akkus reduzieren die (Brand-) Gefahr auf ein Minimum.

Sicherer Umgang mit E-Bike-Akkus

Betriebsanleitung beachten!

Vor der erstmaligen Benützung des E-Bikes sollten Sie sich über die Sicherheitshinweise in der Betriebsanleitung informieren.

Nur das vom Hersteller freigegebene Ladegerät verwenden!

Verwenden Sie ausschließlich das zugehörige, für den jeweiligen Akku bestimmte Ladegerät. Das im Akku befindliche Batteriemanagementsystem und das Ladegerät bilden eine Einheit, die perfekt aufeinander abgestimmt ist. So kann eine Überlastung beim Laden ausgeschlossen und ein dadurch verursachter Kurzschluss im Akku samt möglichem Folgebrand vermieden werden.

Akkus möglichst unter Aufsicht laden!

Bleiben Sie beim Ladevorgang nach Möglichkeit in der Nähe – vor allem beim Aufladen größerer Akkus wie eben bei E-Bikes ist Kontrolle notwendig. Auch dürfen sie keinesfalls auf oder in der Nähe von brennbaren Gegenständen geladen werden. Idealerweise ist oberhalb des Ladebereiches ein Rauchwarnmelder montiert.

Vorsicht beim erstmaligen Laden!

Lassen Sie beim erstmaligen Laden eines Akkus besondere Vorsicht walten, und auch, wenn der Akku vorher lange nicht genutzt wurde (z.B. nach der Winterpause beim E-Bike). Insbesondere bei längerer Lagerung (z.B. während des Winters) sollte der Ladezustand rund 60 % betragen. Bevor der Akku zum Laden eingesetzt wird, sind die Kontaktstellen gründlich zu säubern und zu trocknen.

Akkus sollten geschont werden!

Halten sie den nicht benutzten Akku fern von Büroklammern, Münzen, Schlüsseln oder anderen kleinen Metallgegenständen, die eine Überbrückung der Kontakte verursachen können. Besonders bei Kurzfahrten braucht der Akku nicht unbedingt nach jedem Kurzgebrauch wieder vollständig geladen zu werden.

Extremtemperaturen vermeiden!

Schützen Sie Ihren Akku vor zu hohen ebenso wie vor zu tiefen Temperaturen. Vermeiden Sie direkte Sonneneinstrahlung. Wenn möglich sollte der E-Bike-Akku bei Raumtemperatur (15°C bis 20°C) geladen werden.

Auf mechanische Beschädigungen und Erhitzung Acht geben!

Setzen Sie ihren Akku beim Hantieren keinen mechanischen Belastungen aus. Achten Sie zum Beispiel beim Ausbau darauf, dass der Akku dabei nicht unabsichtlich zu Boden fällt; das kann innere Schäden hervorrufen, die auf den ersten Blick nicht sichtbar sind. Bei mechanischer Beschädigung oder Verformung sollte das Gerät überprüft und der Akku vorbeugend erneuert werden. Beschädigte oder verformte Akkus dürfen keinesfalls mehr genutzt und/oder geladen werden! Warnzeichen sind z.B. Verformungen, Sengspuren, Geruch, Erhitzung oder Verfärbungen.

Akkus richtig entsorgen!

Nicht mehr verwendete Akkus gehören keinesfalls in den Restmüll. Sie enthalten neben Lithium weitere wertvolle Rohstoffe. Kleben Sie daher die Pole mit Klebeband ab und geben Sie die Akkus beim nächstgelegenen Altstoffsammelzentrum ab.

Was tun, wenn's trotzdem brennt?

- ALARMIEREN – RETTEN – LÖSCHEN

Diese Reihenfolge ist ebenso wichtig wie

- RUHE BEWAHREN
- Misslingt der eigene Löschversuch, den Raum (bei geschlossenen Fenstern) verlassen und Türe schließen.