



WELPOTT
... bewegt!

Mobilitätstraining

Von jung an Auto gefahren. Und plötzlich schleicht sich die Unsicherheit ein? Nicht mehr mobil sein zu können, gehört zu den größten Ängsten älterer Menschen. Mit zunehmendem Alter drängt sich die Frage auf: Reicht die eigene Leistungsfähigkeit aus, um auch weiterhin sicher Auto fahren zu können?

Schnell reagieren, sicher agieren

Der Straßenverkehr stellt hohe Anforderungen an die Sinne. Gefordert ist ein hinreichendes Maß an Konzentration und Aufmerksamkeit. Komplexe Verkehrssituationen müssen rasch erfasst werden, unerwartete Vorkommnisse erfordern eine schnelle Reaktion.

Fähigkeiten testen und trainieren

Deshalb sollte jeder ehrlich prüfen, wo die eigenen Schwächen liegen. Doch auch im Alter, wenn die Leistungsfähigkeit abnimmt, müssen Sie eine Einschränkung der Mobilität nicht hinnehmen.

Auch Sie können sich fit halten - auch am Steuer. Möglich macht das ein speziell auf ältere Autofahrer zugeschnittenes Mobilitätstraining, das die Unternehmensgruppe Welpott anbietet. Mit dem auf wissenschaftlichen Erkenntnissen aufgebauten Trainingssystem können Sie ihre Fähigkeiten testen und trainieren.

Gezielt können Sie so Ihr Belastbarkeits- und Orientierungsvermögen vergrößern, Ihre Konzentrations- und Aufmerksamkeitsleistung steigern, Ihre Reaktionsfähigkeit optimieren. So bleibt das Autofahren auch im Alter eine sichere Angelegenheit.

Leistung steigern, Unfallrisiko senken

In speziell auf ältere Menschen zugeschnittenen Physiotherapie-Kursen machen sich Senioren bei Welpott fit für den Straßenverkehr. Das steigert die Leistungsfähigkeit und senkt das Unfallrisiko.

Die praktischen Übungen unter Anleitung einer ausgebildeten Physiotherapeutin beugen einer Versteifung der Gelenke vor und stärken die Muskeln. Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit können Sie so gezielt verbessern und langfristig erhalten - Bahn frei für ein neues Fahr- und Lebensgefühl!



Jetzt anmelden: Unsere nächsten Kurse „fit & auto-mobil“ beginnen in Kürze:

Modul A – Physiotherapieprogramm

Informationen über die positive Wirkung der Physiotherapie, Altersbedingte Einschränkungen, Trainingsmöglichkeiten im Alter, Praktische Übungen (Verhalten bei längeren Fahrten), Rücken schonendes Ein- und Aussteigen, Auto fahren mit künstlichem, Hüft- & Kniegelenksersatz

24€

Modul B – Mobil im Straßenverkehr

Erfahrungsaustausch, Neuerungen im Straßenverkehr, Informationen über die neuste Sicherheitstechnik in Fahrzeugen, Fahrtipps, Ausgleichshilfen

24€

Modul C – Reiz- Reaktionstest

Wiener Testsystem: Mit dem auf wissenschaftlichen Erkenntnissen aufgebauten Trainingssystem testen und trainieren Sie ihre Fähigkeiten.

60€

Modul D – Trainingsfahrt/Fahrverhalten

Zusammen mit dem Ergebnis ihres Reiz-Reaktionstests (Modul D) und Ihren Vorfahrungen aus Modul A beobachten wir ihr Verhalten beim Autofahren und geben Ihnen weitere hilfreiche Tipps für ihre Mobilität im Straßenverkehr.

60€

Modul E – Recht (gomin)

Unsere Partnerkanzlei berät Sie rund um den Führerschein, bei Auffälligkeiten im Straßenverkehr, zu Bußgeldern, bei Unfallfolgen und bei persönlichen Fragen.

24€

Sie können Ihre Verkehrsfitness durch den Besuch einzelner Module steigern oder mit dem kompletten Trainingsprogramm für 160€ „fit & auto-mobil“ bleiben.

Bleiben Sie unabhängig – auch im Alter

www.welpott.de

Mobilitätserhaltung im Alter – mit aktivem verkehrsbezogenem Training

Die Erhaltung der Mobilität trägt zur Erhaltung der Lebensqualität bei. Für ältere Menschen ein besonders wichtiges Thema. Wie belastbar bin ich? Wie steht es um meine Aufmerksamkeits- und Konzentrationsleistung? Reicht meine Reaktionsfähigkeit für den Straßenverkehr aus? Oder ist meine Risikobereitschaft zu groß?

Im Alter unterwegs? Aber sicher doch!

Ein Test kann Ihnen die Unsicherheit nehmen. Er gibt eine verlässliche Einschätzung ihrer Leistungs- und Verhaltensmerkmale. Und falls Defizite bestehen, können Sie diese gezielt angehen. Dazu gibt es eine abschließende Erfolgskontrolle.

Wie fit sind Sie? Mehr Sicherheit mit dem Wiener Testsystem

Ältere Autofahrer können bei uns ganz einfach ihre Fähigkeiten im Straßenverkehr testen lassen. Dabei arbeiten wir mit dem Wiener Testsystem und der Verkehrsbezogenen Testbatterie 65+. Das Wiener Testsystem ist weltweiter Standard für die computergestützte psychologische Diagnostik verkehrsbezogener Leistungs- und Verhaltensmerkmale.

Folgende Leistungsmerkmale können Sie testen lassen:

- Auffassungsgabe und Orientierungsleistung
- Aufmerksamkeits- und Konzentrationsleistung
- Reaktionsfähigkeit
- Belastbarkeit

Jederzeit erreichbar:

Persönlich erreichen Sie uns in unseren Büros in Lübbecke, Petershagen, Minden und Bad Oeynhausen.



„Jetzt bin ich gut trainiert und fühle mich wieder sicher!“

Die Testergebnisse zeigen Ihre Leistungsfähigkeit auf. Daneben erfahren Sie auch, ob Ihre Risikobereitschaft angemessen ist. Ihre Leistungs- und Verhaltensmerkmale zeigen, ob und in welchen Bereichen Trainingsbedarf besteht. Defizite lassen sich beheben. Dazu bieten wir mit CogniPlus ein realitätsnah gestaltetes Trainingssystem an.

Fähigkeiten lassen sich trainieren - Fit am Steuer mit CogniPlus

Zum Autofahren notwendige Fähigkeiten können verbessert werden. Mit dem Trainingssystem CogniPlus können auch Sie Ihr Leistungsvermögen im Straßenverkehr verbessern - individuell, gezielt, einfach.

Folgende Fähigkeiten können Sie trainieren:

- Auffassungsgabe und Orientierungsleistung
- Aufmerksamkeits- und Konzentrationsleistung
- Reaktionsfähigkeit
- Belastbarkeit

CogniPlus beruht auf modernsten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Jedes Training schließt mit einer Gesamtdarstellung des Leistungsverlaufs in den letzten Sitzungen ab. So erhalten Sie eine leicht verständliche Rückmeldung.



Lübbecke 05741 2329077
Espelkamp 05743 651
Minden 0571 3982305
Petershagen 05707 919484
Bad Oeynhausen 05731 2548041
Bielefeld 0521 52 21 999

info@welpott.de
www.welpott.de