



Stärkung der Teilhabe älterer Menschen – gegen  
Einsamkeit und soziale Isolation

## Fit, mit dem Pedelec in den Sommer -aber sicher-

### Markt 2.2: kostenloser Pedelec-Kurs

Der eingebaute „Rückenwind“ eines Pedelecs ist u.a. ein Grund für die große Beliebtheit der Elektromotor gestützten Fahrräder. Aber so einfach wie es den Anschein hat, sind Pedelecs nicht.

Es sind eben Fahrräder mit mehr Power als die eigene Körperleistung sie bietet. Das führt manchmal zu Problemen: Pedelecs sind wegen ihrer Motoren und Akkus erheblich schwerer als normale Räder und kommen wegen der modernen Technik oftmals schneller in Schwung.

Möchten Sie Ihre Fahrsicherheit verbessern und Informationen zu den richtigen Einstellungen Ihres Fahrrads erhalten? Ist Ihnen Verkehrssicherheit wichtig?

Dann kommen Sie mit Ihrem Pedelec und Fahrradhelm

am **23.04.2025 um 14:30 Uhr** zum Markt 22 in Waldniel.

**Anmeldung: Ja, bitte! Barbara Wenzel: 02163-946-195**

Weiterführende Informationen:

[www.esf-regiestelle.de/esf-plus-2021-2027/staerkung-der-teilhabe-aelterer-menschen-gegen-einsamkeit-und-soziale-isolation.html](http://www.esf-regiestelle.de/esf-plus-2021-2027/staerkung-der-teilhabe-aelterer-menschen-gegen-einsamkeit-und-soziale-isolation.html)

[www.strategie-gegen-einsamkeit.de](http://www.strategie-gegen-einsamkeit.de)

[www.gemeinde-Schwalmtal.de](http://www.gemeinde-Schwalmtal.de)

### Pedelec-Kurs

- ✓ Information zu Einstellungen, Ausrüstung, Blickführung u.v.m.
- ✓ Fit und sicher mit dem Pedelec
- ✓ Übungsparcours für mehr Fahrsicherheit
- ✓ Geselligkeit und Austausch

Das Projekt Markt 2.2: lokal, modern, inklusiv, jung und alt wird im Rahmen des Programms „Stärkung der Teilhabe älterer Menschen – gegen Einsamkeit und soziale Isolation“ durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend und die Europäische Union über den Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) gefördert.

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend



Kofinanziert von der  
Europäischen Union