

# VVN Opfriscursus Fiets



**Meedoen**  
is makkelijk

**Een ervaren  
rijder** kan  
risico's mijden

Dit project geeft invulling aan het Strategisch Plan Verkeersveiligheid 2030.

Thema: Kwetsbare verkeersdeelnemers



## VVN Optriscursus Fiets is de naam voor de fietsbijeenkomst van Veilig Verkeer Nederland (VVN) voor 50-plussers.

### Waarom

Er vinden momenteel meer dodelijke slachtoffers onder fietsers plaats, dan onder automobilisten. Een trend die in Nederland niet eerder is voorgekomen en waarbinnen vooral 50-plussers vertegenwoordigd zijn. Huidige ongevalcijfers tonen aan dat er binnen deze doelgroep interventies nodig zijn die het aantal ongevallen terugdringen.

Veilig Verkeer Nederland heeft zich daarom goed verdiept in fietsende 50-plussers en in de manier waarop wij hen effectief kunnen informeren over veilig fietsen. Het resultaat: bijeenkomsten die er totaal anders uitzien dan traditionele fietscursussen. Tijdens een positieve en gezellige cursus gaan de deelnemers met elkaar in gesprek en delen zij onderling ervaringen en tips. Een VVN-expert (fietscoach en getraind gespreksleider) begeleidt de sessie aan de hand van foto's, filmpjes en stellingen.

### Doelstelling en doelgroep

Onder 50-plussers de kennis vergroten over:

- diversiteit van voertuigen op het fietspad;
- omgaan met medeweggebruikers;
- vitaliteit;
- kennis van de fiets, waaronder ook de e-bike.

### Opzet

De cursus duurt 2,5 uur (inclusief pauze) en vindt in een informele setting plaats. Per cursus is er plek voor maximaal 20 deelnemers (minimaal 12 deelnemers). De cursus is naar wens uit te breiden met een aantal modules. Deze modules gaan dieper in op een bepaald aspect van veilig fietsen.

### Uitvoering

Aan de hand van foto's, stellingen, feiten en filmpjes gaan deelnemers het gesprek met elkaar aan. De VVN-expert stimuleert interactie, deelt concrete handelingsperspectieven en behandelt de volgende onderwerpen:

- **Diversiteit van voertuigen en drukte op het fietspad**

Waar je vroeger op het fietspad alleen fietsers tegenkwam, is het nu een drukte van belang met allerlei voertuigen, zoals scootmobielen, e-bikes en bakfietsen. Wat betekent dit voor je gedrag op het fietspad en hoe ga je hier veilig mee om?

- **Omgaan met medeweggebruikers**

Hoe reageer je op wielrenners, op pubers die in een groep bij elkaar fietsen of op vrachtwagens bij het stoplicht?

- **Vitaliteit**

Bij het ouder worden vinden er fysieke veranderingen plaats. Dit heeft ook invloed op de vitaliteit en verkeersdeelname. Hoe kun je daar rekening mee houden?

- **Kennis van de fiets**

Waar moet de fiets aan voldoen, welke ondersteunende accessoires zijn beschikbaar en welke alternatieven bestaan er zodra fietsen lastiger wordt?

Voor het realiseren van een duurzame gedragsverandering, krijgen deelnemers na afloop van de cursus informatiemateriaal mee. Hierin staan concrete handelingsperspectieven opgenomen waarmee zij direct aan de slag kunnen.

### Organisatievormen

1. De VVN-expert sluit aan bij een reeds geplande bijeenkomst van een vereniging en/of organisatie.
2. Veilig Verkeer Nederland gaat actief op zoek naar een mogelijke vereniging en/of organisatie om aan te sluiten bij een bijeenkomst.

### Beoogd resultaat

Na afloop van de cursus is er onder ervaren (kwetsbare) fietsers, meer kennis en bewustwording over de risico's en achterliggende oorzaken van fietsongevallen. Met concrete handelingsperspectieven stimuleert Veilig Verkeer Nederland de bewustwording van verkeersdeelname en veilig verkeersgedrag. Dit project sluit ook aan op het programma 'Doortrappen' van het ministerie van Infrastructuur en Waterstaat.

### Looptijd en evaluatie

De cursus wordt circa twee maanden voorafgaand aan de uitvoerdatum gepland. Na afloop vindt (digitaal) de evaluatie plaats waarin successen en verbeterpunten aan bod komen.

#### Meer weten?

Neem contact op met Veilig Verkeer Nederland.  
info@vvn.nl | 088 – 524 88 00 | www.vvn.nl

 veiligverkeernl

 veiligverkeernl

 veiligverkeer

 VVN Veilig Verkeer Nederland

