



Mit  
Schritt-für-Schritt-  
**Anleitung**

# Mit dem Rollator selbstbewusst unterwegs

*Für eine sichere Busfahrt im Main-Taunus-Kreis*

**MTV**

# Inhalt

|                              |                 |
|------------------------------|-----------------|
| Verhalten an der Haltestelle | <b>Seite 3</b>  |
| Einstieg in den Bus          | <b>Seite 4</b>  |
| Ausstieg aus dem Bus         | <b>Seite 6</b>  |
| Während der Fahrt            | <b>Seite 8</b>  |
| Praktische Tipps             | <b>Seite 9</b>  |
| Weitere Hinweise             | <b>Seite 10</b> |
| Kontakt                      | <b>Seite 11</b> |



## Verhalten an der Haltestelle

Nutzen Sie die hintere oder mittlere Tür des Busses. Dort ist unter anderem Platz für Rollatoren.

- Wenn Sie schon ein Ticket haben, halten Sie es griffbereit in der Jackentasche. Folgen Sie der waagerechten Linie auf dem Boden bis zur Mitte der Haltestelle und stellen Sie sich dort hin. In diesem Bereich hält der Bus mit der hinteren oder mittleren Tür. Wenn der Bus sich nähert, können Sie dem Fahrpersonal Ihr Ticket zeigen, um zu signalisieren, dass Sie bereits eine Fahrkarte besitzen.
- Wenn Sie noch kein Ticket haben, halten Sie Kleingeld bereit. Gehen Sie entlang der waagerechten Linie bis zum senkrechten Markierungstreifen. Dort hält in der Regel der Bus mit der vorderen Tür. Hier können Sie beim Fahrpersonal ein Ticket kaufen. Danach gehen Sie mit Ihrem Rollator zur hinteren oder mittleren Tür, um bequem einzusteigen.



# Einstieg in den Bus

Bitte steigen Sie vorwärts ein.

1.



Fahren Sie mit den vorderen Rädern des Rollators bis dicht an die Bordsteinkante heran.

2.



Ziehen Sie beide Bremsen fest nach unten an, damit der Rollator sicher steht.

3.



Stellen Sie sich nun aus dem Rollator heraus, halten Sie dabei die Griffe fest und achten Sie auf einen stabilen Stand.

4.



Platzieren Sie einen Fuß (Ferse aufsetzen) auf das kleine Pedal unten am Rollator oder stellen Sie ihn leicht schräg vor eines der hinteren Räder.

5.

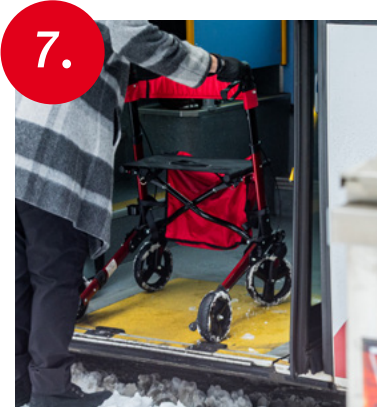


Ziehen Sie den Rollator über die hinteren Räder leicht zu sich heran. Dabei die Ellenbogen weit nach hinten ziehen, bis der Rollator anhebt und auf die hinteren Räder kippt.

6.



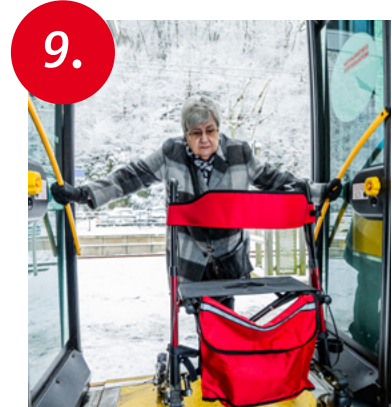
Lösen Sie die Bremsen (nach oben ziehen, ohne sie gedrückt zu halten) und bewegen Sie den Rollator auf den hinteren Rädern nach vorne, bis die vorderen Räder auf dem Boden des Busses aufsetzen.



7. Heben Sie die Haltegriffe leicht an und schieben Sie den Rollator weiter nach vorne, bis alle vier Räder auf dem Busboden stehen.



8. Drücken Sie beide Bremsen nach unten, damit der Rollator nicht wegrollt.



9. Halten Sie sich rechts und links an den Türgriffen fest und steigen Sie vorsichtig ein.



10. Lösen Sie die Bremsen und stellen Sie den Rollator für die Fahrt auf die vorgesehene Fläche im Allzweckbereich.

- Klappen Sie ihn zusammen.
- Ziehen Sie die Bremsen an, damit er sicher steht.
- Wenn es einen Gurt gibt, befestigen Sie ihn.



11. Setzen Sie sich möglichst zügig auf einen Sitzplatz in der Nähe und halten Sie sich stets fest.

**Tipp:** Wenn Ihnen der Einstieg schwerfällt, bitten Sie das Fahrpersonal oder andere Fahrgäste um Hilfe. Die Fahrerinnen und Fahrer helfen Ihnen gerne oder klappen gegebenenfalls eine Rampe aus.

# Ausstieg aus dem Bus

Auch wenn es Mut kostet: Der einfachste und sicherste Ausstieg ist rückwärts.

1.



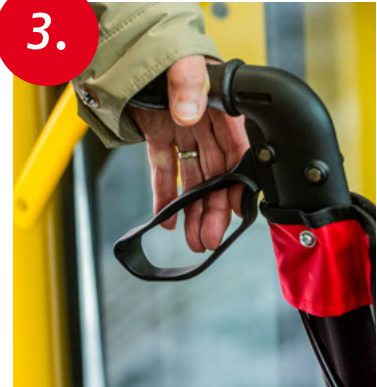
Achten Sie darauf, dass Ihr Rollator auf der vorgesehenen Abstellfläche aufgestellt, ausgeklappt und die Bremsen gelöst sind.

2.



Gehen Sie langsam rückwärts, halten Sie stets einen Blick auf Ihre Füße und achten Sie darauf, nicht über die Ausstiegskante des Busses hinauszutreten. Bleiben Sie dort sicher stehen.

3.



Ziehen Sie den Rollator dicht zu sich heran und drücken Sie beide Bremsen nach unten, damit er standfest steht.

4.



Halten Sie sich mit beiden Händen an den Türgriffen fest. Machen Sie mit einem Fuß einen Schritt nach hinten auf den Bordstein, dann setzen Sie auch den zweiten Fuß auf.



5.



Wenn Sie sicher stehen, lassen Sie die Türgriffe los. Greifen Sie die Griffe des Rollators und lösen Sie die Bremsen.

6.



Gehen Sie nun rückwärts, während Sie den Rollator vor sich herziehen. Ziehen Sie ihn so weit, bis alle vier Räder auf dem Boden stehen. Erst dann können Sie anhalten und sich anschließend nach vorn bewegen.

Tipp: Wenn Ihnen das Aussteigen schwerfällt, bitten Sie das Fahrpersonal oder andere Fahrgäste um Hilfe. Die Rampe kann bei Bedarf ebenfalls ausgeklappt werden.



# Während der Fahrt

- Halten Sie sich beim Gehen oder Hinsetzen immer an Haltestangen oder Sitzlehnen fest.
- Drücken Sie rechtzeitig die Haltewunschttaste, damit der Bus an der gewünschten Haltestelle anhält.
- Bereiten Sie sich und Ihren Rollator frühzeitig auf das Aussteigen vor. Ist dies nicht realisierbar, bitten Sie andere Fahrgäste um Unterstützung oder informieren Sie das Fahrpersonal, dass Sie mit Rollator aussteigen möchten. So hat jeder genügend Zeit, sich darauf einzustellen.



**Achtung!** Setzen Sie sich während der Fahrt niemals auf die Sitzfläche des Rollators, auch wenn kein freier Sitzplatz verfügbar ist. Bei einer Notbremsung besteht ein hohes Verletzungsrisiko.



# Praktische Tipps

- **Seien Sie pünktlich**  
Rechtzeitig an der Haltestelle sein, um sich auf den Einstieg vorbereiten zu können.
- **Vermeiden Sie Stoßzeiten**  
Wenn möglich, nicht während der morgendlichen und mittäglichen Schulzeiten fahren.
- **Nach Möglichkeit keine Taschen einseitig tragen**  
Sie können abrutschen und sich im Rollator verfangen. Besser: Einen Rucksack oder eine kurze Umhängetasche, die quer über Schulter und Brust getragen wird, verwenden.
- **Auf Einkäufe bei Busfahrten verzichten**  
Diese können das Zusammenklappen des Rollators verhindern. Dadurch wird Platz beansprucht, der gegebenenfalls für andere Mobilitätshilfen wie Rollstühle, zusätzliche Rollatoren oder Kinderwägen nötig ist.
- **Hilfe aktiv einfordern**  
Andere Fahrgäste freundlich um Unterstützung oder einen Sitzplatz bitten. Fahrpersonal ansprechen, wenn Sie Hilfe beim Ein- oder Aussteigen benötigen.
- **Eigene Sicherheit zuerst**  
Ihre Sicherheit geht vor, auch wenn es eng wird, andere Fahrgäste drängeln oder sich die Fahrt verzögert.



Auch bei winterlichen Bedingungen ist die Nutzung der Busse möglich!

- » Leitplatten an Haltestellen helfen bei der Orientierung.
- » Die Rampe kann ausgeklappt werden.
- » Das Fahrpersonal hilft Ihnen gerne.

# Weitere Hinweise

- **Abstand zwischen Bus und Bordstein zu groß?**

Dies ergibt sich häufig aus den Gegebenheiten der Haltestelle, beispielsweise durch parkende Autos, enge Straßenverhältnisse oder die bauliche Gestaltung der Haltestelle. Bitten Sie bei Bedarf das Fahrpersonal um Hilfe. Die Fahrerinnen und Fahrer helfen Ihnen gerne oder klappen gegebenenfalls die Rampe aus.



- **Abstellfläche im Mehrzweckbereich belegt?**

Wenn der Platz für Rollatoren, Rollstühle oder Kinderwagen bereits belegt ist, kann das Fahrpersonal aus Sicherheitsgründen eine Mitfahrt ablehnen.

**Ausnahme:** Wenn sich dort ein Fahrrad befindet, muss dieses weichen. Bitten Sie das Fahrpersonal, die Situation zu klären.

- **Keine Abstellung im Gang!**

Rollatoren, Kinderwagen oder Rollstühle dürfen nicht im Gang stehen. Sie verhindern den Fahrgastfluss und versperren im Notfall den Weg.

- **Bus fährt los, bevor Sie sitzen?**


Rufen Sie laut zum Fahrpersonal, dass Sie noch keinen Platz haben. Das sorgt für Ihre Sicherheit.

# Sie haben Fragen oder Interesse an einem Training? Kontaktieren Sie uns gerne.

In Zusammenarbeit mit den Kommunen und deren Seniorenbeauftragten bieten wir von der Main-Taunus-Verkehrsgesellschaft (MTV) kostenlose Rollatoren-Trainings für Kleingruppen im Main-Taunus-Kreis an. Dort können Sie den sicheren Umgang mit Ihrem Rollator im Bus ganz praktisch üben. Wenn Sie mehr erfahren möchten, kontaktieren Sie uns gerne.

## **RMV-MobilitätsZentrale der MTV in Hofheim**

Am Untertor 6, 65719 Hofheim am Taunus

 Service-Telefon: 06192 - 200 26 21

 E-Mail: [service@mtv-web.de](mailto:service@mtv-web.de)





**Main-Taunus-  
Verkehrsgesellschaft mbH**

**RMV-MobilitätsZentrale der MTV in Hofheim**

Am Untertor 6, 65719 Hofheim am Taunus



Service-Telefon: 06192 - 200 26 21



Fax-Nummer: 06192 - 200 26 31



E-Mail: [service@mtv-web.de](mailto:service@mtv-web.de)



[www.mtv-web.de](http://www.mtv-web.de)