



# StädteRegion Aachen

Aachen | Alsdorf | Baesweiler | Eschweiler | Herzogenrath | Monschau | Roetgen | Simmerath | Stolberg | Würselen

## Führerscheine umtauschen

„Lappentausch“ für Jahrgänge 1953 bis 1964 ist verpflichtend - und einfach!

Die Tage der grauen und rosafarbenen Papierführerscheine sind gezählt: Führerscheine sollen künftig EU-weit fälschungssicher und einheitlich sein. Auch in Deutschland müssen Autofahrerinnen und Autofahrer ihre alten Papier- und Scheckkarten-Führerscheine umtauschen. Geregelt ist das über einen zeitlichen Stufenplan. Wann umgetauscht werden muss, richtet sich danach, ob ein Papier-Führerschein oder ein aktueller EU-Kartenführerschein vorliegt.

Derzeit zum Umtausch aufgerufen sind alle, die zwischen 1953 und 1964 geboren sind und noch einen grauen oder rosafarbenen Papierführerschein besitzen. Beim Straßenverkehrsamt der StädteRegion Aachen können alle, die mit dem Pflichtumtausch an der Reihe sind, ihren Antrag online, per Post oder persönlich stellen. Der Umtausch ist verpflichtend: Wer weiter mit seinem alten Pkw- oder Motorrad-Führerschein fährt und die Frist verstreichen lässt, riskiert ein Verwarnungsgeld von 10 Euro. Zusätzlich kann es künftig im Ausland zu Problemen kommen, wenn man weiter mit dem alten Führerschein unterwegs ist.

Der Pflichtumtausch betrifft derzeit Menschen, die noch einen grauen oder rosafarbenen „Lappen“ in der Brieftasche haben, also einen vor dem 31. Dezember 1998 ausgestellten Führerschein. Hier ist das Geburtsjahr der Führerscheininhaber entscheidend: Bereits seit Januar 2021 sind die Jahrgänge 1953 bis 1958 zum Umtausch aufgerufen. Wegen Verzögerungen in der Corona-Pandemie hat der Bundesrat beschlossen, dass ihre Frist für den verpflichtenden Umtausch von Führerscheinen bis zum 19. Juli 2022 verlängert wird. Seit Anfang des Jahres sind aber auch die Menschen an der Reihe, die zwischen 1959 und 1964 geboren sind. Ihre Umtauschfrist läuft bis zum 19. Januar 2023. Die späteren Jahrgänge folgen im Jahresrhythmus. Inhaber von EU-



Kartenführerscheinen haben noch Zeit, bis der Umtausch erfolgt sein muss. Wer in der StädteRegion Aachen wohnt (Hauptwohnsitz), hat beim Straßenverkehrsamt der StädteRegion Aachen folgende Möglichkeiten:

► **Pflichtumtausch online beantragen:** Dazu muss man einen Online-Antrag ausfüllen und ausdrucken. Der Ausdruck muss unterschrieben und zusammen mit einem Passfoto eingescannt und hochgeladen werden. Benötigt werden also ein Drucker und ein Scanner. Der neue Führerschein muss abgeholt werden, damit der alte entwertet werden kann. Man erhält eine Nachricht, wenn der neue Führerschein fertig ist und kann dann online oder telefonisch einen Termin vereinbaren.

► **Pflichtumtausch auf dem Postweg:** Der Antrag steht online zur Verfügung. Diesen ausdrucken, ausfüllen und unterschreiben. Biometrisches Passbild beilegen und per Post ans Straßenverkehrsamt schicken. Sobald der neue Führerschein eingetroffen ist, wird man benachrichtigt. Er muss persönlich abgeholt werden, damit der alte entwertet werden kann. Der Termin dazu kann online oder telefonisch vereinbart werden.

► **Persönlicher Antrag am Sonderschalter:** Ausschließlich für den Pflichtumtausch der Geburtsjahrgänge 1953 bis 1964 steht dienstags von 7:30 bis 11:00 Uhr ein Sonderschalter in der Eingangshalle des Straßenverkehrsamtes zur Verfügung. Eine vorherige Terminvereinbarung ist nicht erforderlich. Es kann hier allerdings zu Wartezeiten kommen. Mitzubringen sind ein biometrisches Lichtbild, ein gültiges Ausweisdokument und der alte Führerschein. Der neue Führerschein wird dann gegen Portokosten von derzeit 4,90 Euro zugeschickt.

Eine neuerliche Prüfung oder einen Sehtest braucht es nicht! Alle Informationen und die erforderlichen Dokumente für die Antragstellung sind hier zu finden: [www.staedteregion-aachen.de/umtausch-fuehrerschein](http://www.staedteregion-aachen.de/umtausch-fuehrerschein)

Die Bearbeitungszeit einschließlich der Herstellung bei der Bundesdruckerei beträgt derzeit etwa acht Wochen. Der neue Führerschein ist für 15 Jahre gültig. Die Kosten betragen 25,30 Euro, dazu kommen ggf. Portokosten.

Eine Terminbuchung im Straßenverkehrsamt der StädteRegion Aachen ist unter [www.staedteregion-aachen.de/termin](http://www.staedteregion-aachen.de/termin) oder 02405/5198-6500 möglich.

## Hilfreiches für Senioren

Ausstellung „Musterwohnung Demenz“

Orientierung, Sicherheit und Wohlbefinden sind wichtige Aspekte, wenn es um die Wohnungsgestaltung für Menschen geht, die eine Demenzerkrankung haben und noch in ihrem Zuhause leben. In der Ausstellung „Musterwohnung Demenz“ der AOK Rheinland/Hamburg lernen alle Interessierten einfache, gut umsetzbare und kostengünstige Möglichkeiten kennen, eine Wohnung „demenzfreundlicher“ zu gestalten. Oft sind es Kleinigkeiten wie Symbolaufkleber oder Farbkontraste, die Unterstützung im Alltag geben.



Vom 7. bis 25. März können Sie die mobile „Musterwohnung Demenz“ im Haus der StädteRegion Aachen (Zollernstraße 10, 52070 Aachen) besichtigen. Jeweils montags bis freitags von 10 bis 16 Uhr bietet die AOK Rheinland/Hamburg eine professionelle und individuelle Schulung für alle Interessierten an. Die Dauer beträgt in etwa 90 Minuten und ist kostenfrei. **Anmeldung:** bei der Servicestelle Demenz unter der Rufnummer 0211/8791-58710 oder per E-Mail an [ac.demenz@rh.aok.de](mailto:ac.demenz@rh.aok.de). Man kann sich die Ausstellung auch spontan anschauen, erhält dann allerdings keine Führung.

Die Pflegeberatung der StädteRegion Aachen bietet im Rahmen der Ausstellung „Musterwohnung Demenz“ außerdem eine passende Beratung zum Thema Demenz an. Termine im Haus der StädteRegion Aachen sind:

- 09. März, 9-12 Uhr
- 16. März, 14-17 Uhr
- 23. März, 14-17 Uhr

Eine Anmeldung ist erforderlich unter [pflgeberatung@staedteregion-aachen.de](mailto:pflgeberatung@staedteregion-aachen.de) oder Tel. 0241/5198-5065.

## Seniorenwegweiser

Wo bekomme ich Unterstützung, die meinen Bedürfnissen entspricht? Diese Frage bewegt Seniorinnen und Senioren in den unterschiedlichsten Lebenslagen, ob es nun um Hilfen im Alltag, Vorsorge oder um das Thema Pflege geht. Auf mehr als 100 Seiten gibt der Seniorenwegweiser der StädteRegion Aachen einen Überblick über die vielfältigen Angebote für ältere Menschen und deren Angehörige. Die Informationen – zum Beispiel zu Beratungsangeboten, Demenz, häuslicher Versorgung, alternativen Wohnformen oder auch Hospiz – sollen den Betroffenen auf jeden Fall dabei helfen, den Lebensabend so aktiv und eigenständig wie möglich zu gestalten.

Den Seniorenwegweiser stellt das Amt für Soziales und Senioren der StädteRegion Aachen kostenlos zur Verfügung. Wer ein gedrucktes Exemplar erhalten möchte, kann es per Mail an [soziales@staedteregion-aachen.de](mailto:soziales@staedteregion-aachen.de) oder auch telefonisch unter 0241/5198-2443 bestellen. Unter [www.staedteregion-aachen.de/seniorenwegweiser](http://www.staedteregion-aachen.de/seniorenwegweiser) steht der Wegweiser zudem online als komfortables E-Paper zur Verfügung.

Wer weitergehende Fragen hat oder eine persönliche Beratung wünscht, kann sich an die Pflege- und Wohnberatung der StädteRegion Aachen wenden: [www.staedteregion-aachen.de/pflgeberatung](http://www.staedteregion-aachen.de/pflgeberatung)

## Im Dialog

Telefonische Sprechstunde am 3. März



Städteregionsrat Dr. Tim Grüttemeier lädt am 3. März zur telefonischen Bürgersprechstunde ein. Jetzt anmelden! Foto: Ralph Sondermann

Städteregionsrat Dr. Tim Grüttemeier bietet regelmäßig eine Sprechstunde für Menschen aus der StädteRegion Aachen an. Wer Fragen, ein Problem oder ein besonderes Anliegen hat, ist herzlich zum Gespräch eingeladen. „Im persönlichen Kontakt lassen sich viele Themen einfacher klären“, so Grüttemeier. Der kommende Termin findet am Donnerstag, dem 3. März, ab 15:00 Uhr als telefonische Sprechstunde statt.

Damit alle Terminwünsche koordiniert werden können, ist eine Voranmeldung unter der Telefonnummer 0241/5198-2442 erforderlich. Interessierte können so einen individuellen Termin vereinbaren, zu dem Dr. Tim Grüttemeier sie anruft.

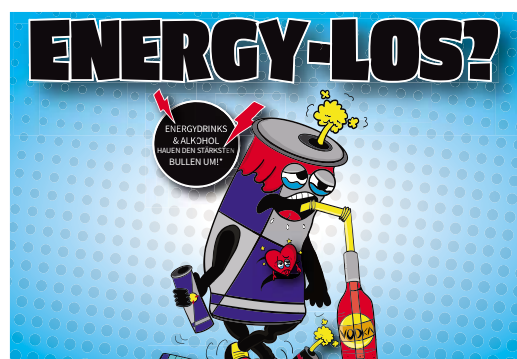
## Energydrink zum Frühstück?

Kommunenübergreifender Arbeitskreis startet die Kampagne #powerstattenergy.

„Heute schon gefrühstückt?“ Antwort: „Ja klar. Ich hatte einen Energy!“ Oft bekommen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Jugendarbeit diese Antwort von Jugendlichen, denen ihre täglichen Energydrinks sehr wichtig sind - oft wichtiger als eine gesunde Mahlzeit. Wer mit Kindern und Jugendlichen arbeitet, kann auch von Wettbewerben in jugendlichen Cliquen berichten, bei denen es darum geht, wer denn die meisten Dosen der süßen Brause mit hohem Koffeingehalt hintereinander verkräften kann. Negative Begleiterscheinungen, die zu viele Energydrinks nach sich ziehen können, sind vielen Kindern und Jugendlichen - aber auch Erwachsenen - oft nicht bekannt. Deswegen will der Arbeitskreis Suchtprävention in der StädteRegion Aachen jetzt verstärkt auf dieses Thema aufmerksam machen. Zum Arbeitskreis gehören alle Jugendämter und das Gesundheitsamt in der StädteRegion Aachen, die Fachstellen für Suchtprävention von Caritas und Diakonie, die AOK Rheinland, die Polizei Aachen sowie das Landesprogramm Bildung und Gesundheit NRW.

Es gibt keine nachhaltig positive Wirkung von Energydrinks. Allerdings ranken sich um die hoch koffeinhaltigen Getränke einige Mythen: Sie sollen angeblich wach machen, Ausdauer beim Studieren schaffen, den letzten Schub beim Sport geben und - in Kombination mit Alkohol - Partys länger und besser machen. In Wirklichkeit ist die Wirkung von hochdosierten zucker- und koffeinhaltigen Getränken nur kurzzeitig aufputschend. Die negativen Begleiterscheinungen bei einem übermäßigen Konsum wiegen schwerer: Übelkeit, Nervosität, Schlaflosigkeit, Kopfschmerzen, Schweißausbrüche, Herzrasen oder Wahrnehmungsstörungen können die Folge sein.

Tatsache ist: Statt zu Leistungssteigerung kann der regelmäßige und erhöhte Verzehr von Energydrinks vor allem bei Kindern zu gesundheitlichen Risiken führen, zum Beispiel Herzrhythmusstörungen, Kreislaufkollaps, Übergewicht, Diabetes oder Bluthochdruck. In einer Studie des Bundesinstitutes für Risikobewertung (BfR) von 2019 wurde festgestellt,



Die Plakate zu #powerstattenergy wurden gemeinsam mit Jugendlichen aus Eschweiler und Simmerath erstellt und werden zum Beispiel in Schulen, Jugendeinrichtungen und Rathäusern zu finden sein.

das der Konsum ab zwei Dosen aufwärts pro Tag für Kinder und Jugendliche problematisch sein kann.

Wie bei allen präventiven Maßnahmen geht es dem Arbeitskreis mit seiner Kampagne #powerstattenergy nicht darum, den Konsum von Energydrinks zu verbieten. Wichtig ist, auf die Risiken aufmerksam zu machen und für einen verantwortungsvollen Umgang zu werben - insbesondere mit Blick auf die Jüngsten. Eine Plakat- und Postkartenaktion sowie umfassende Informationen auf der Webseite der Initiative „Im Blick“ sollen Aufmerksamkeit wecken.

Der Arbeitskreis Suchtprävention in der StädteRegion Aachen appelliert auch an Abgabestellen wie Kioske, Discounter oder Geschäfte, sich dem anzuschließen. Am Ende sollen alle dazu beitragen und mithelfen, dass vor allem Kinder und Jugendliche Energydrinks verantwortungsvoll konsumieren sowie gesund und ausreichend frühstücken, um so richtig Energie für den Tag zu tanken. Weiterführende Informationen zur Kampagne #powerstattenergy sind hier zu finden: [www.imblick.info/power-statt-energy](http://www.imblick.info/power-statt-energy)

Cathrin Dauven

# Worum geht's hier eigentlich?

## Es geht um deine Story!

Als Bankkaufmann/Bankkauffrau (gn) bei uns. Praktikum, Ausbildung oder duales Studium: schreibe jetzt deine Geschichte in einem tollen Team. Für dich und für uns alle. [sparkasse-aachen.de/meinestory](http://sparkasse-aachen.de/meinestory)



Sparkasse Aachen

Weil's um mehr als Geld geht.