

**Zeitschrift:** Mitteilungsblatt der Schweizerischen Parkinsonvereinigung = Magazine d'information de l'Association suisse de la maladie de Parkinson = Bollettino d'informazione dell'Associazione svizzera del morbo di Parkinson

**Herausgeber:** Schweizerische Parkinsonvereinigung

**Band:** - (1991)

**Heft:** 22: Mobilität

**Artikel:** Erste Er-Fahrungen mit einem Dreirad

**Autor:** Mattes, Walter

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-815222>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 03.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



ten. In der Nacht vom Montag auf den Dienstag überfielen Arthur ziemlich starke Schmerzen im rechten Arm, was uns veranlasste, etwas früher nach Hause zu fahren. So spedierte wir am Mittwochmorgen unsere Velos per Bahn nach Hohenems.

14. Juni. Von Hohenems fuhren wir mit dem Velo über Kriessern nach Altstät-

ten und hoch zur Landmarch über Trogen bis Speicher, wo wir um die Mittagszeit bei Arthur ankamen. Dort erwartete uns bereits ein kräftiges Mittagessen. Nun machte sich bei mir langsam Müdigkeit bemerkbar. So entschloss ich mich, gleich nach dem Essen den Rest des Weges nach Herisau unter die Räder zu nehmen. ■

## Erste Er-Fahrungen mit einem Dreirad

Seitdem ich mein Herrenfahrrad einem meiner Neffen verschenkt hatte, trug ich mich mit dem Gedanken an ein stabileres Gefährt. Den eleganten Aufschwung auf den Sattel schaffte ich ja nicht mehr, ja es passierte sogar, dass ich, das Gleichgewicht verlierend, auf der andern Seite meines Stahlrosses recht unsanft und steif wie ein Klotz auf den Boden donnerte. Zunächst versuchte ich es noch mit einem Damenfahrrad. Aber ich scheiterte am Unvermögen, beim Abbiegen nach links gleichzeitig den Kopf genügend weit nach hinten zu drehen, mit der linken Hand Zeichen zu geben und gleichzeitig das Velo in Fahrt und mich im Gleichgewicht zu halten. So machte das Velofahren keinen Spass. Für das folgende Jahr löste ich daher keine Velomärke mehr. Und eigentlich fiel mir der Verzicht nicht schwer: Besonders gesund ist es ja nicht, auf dem Velo den Gestank der Autoabgase noch intensiver einatmen zu müssen. Zudem ist es sinnvoll, die öffentlichen Transportmittel zu benutzen.

### Auf dem Land

Die Situation änderte sich dann allerdings, als wir die Möglichkeit erhielten,

auf dem Land ein Haus zu erwerben. Hier draussen kann man freier atmen, was für die tägliche Gymnastik ein grosser Vorteil ist. Hingegen brauche ich zu Fuss eine gute halbe Stunde bis zur nächsten Bahnstation. Da ich aber nicht immer so viel Zeit aufwenden wollte, nur um z. B. zum Coiffeur zu gehen, wurde die Idee vom Dreirad bei mir wieder aktuell. Ich entschloss mich zu einer Fahrt nach Bern. Denn dort befindet sich, das ersah ich aus Unterlagen, die mir Freunde gegeben hatten, eine Spezialwerkstatt für Fahrräder. Der Firmenchef nahm sich genügend Zeit, mir die technischen Details des in Frage kommenden Modells zu erklären. Er instruierte mich so lange, bis ich das Gefühl hatte, das Fahren mit ein wenig Training auf einem verkehrsfreien Platz zuhause zu schaffen.

### Ein neues Fahrgefühl

Ein ganz anderes Fahrgefühl als beim Zweirad machte sich bemerkbar. Zunächst kam mir allerdings beim Schieben das linke Hinterrad in den Weg. Dann merkte ich, dass ich das Gefährt zuerst mit der Feststellbremse arretieren muss, um dann wie beim Damenfahrrad via Pedalen bequem auf den

Sattel zu steigen. Erst dann, aus dem sicheren Sitz, löse ich die Feststellbremse und fahre an. Die Feststellbremse sorgt im übrigen dafür, dass sich das Dreirad im parkierten Zustand nicht selbständig machen kann. Zuerst lernte ich auf einem ebenen Garageplatz möglichst enge Kurven zu fahren. Es ist erstaunlich, wie sich dieses Gefährt auf engstem Platz mit voll eingeschlagenem Lenker im Kreis drehen lassen kann. Diese Wendigkeit gibt einem ein wirkliches Fahrvergnügen.

### Auf Nebenstrassen: Schwierigkeiten

Das Geradeausfahren auf unebener Grundlage machte und macht mir noch heute etwas Schwierigkeiten. Beim Zweirad folgt das hintere Rad in etwa der Spur des Vorderrades. Beim Dreirad hingegen läuft jedes Rad in einer eigenen Spur. Das bewirkt, dass die Fahrt auf wenig gepflegten Nebenstrassen recht holperig wird. Solche Wege und Strassen weisen oft nach aussen hin ausgefranzte Beläge auf, oder sie neigen sich mal nach rechts, mal nach links. So neigt sich das Dreirad jeweils in Richtung des tieferliegenden Hinterrades. Man ist also dauernd damit beschäftigt, den Links- oder Rechtsdrall der Hinterräder mit dem steuernden Vorderrad auszugleichen. Weil ich mit der Schnelligkeit meiner Körperbewegungen eher Mühe habe, kann ich daher nicht allzu schnell fahren. Hingegen habe ich mir angewöhnt, mehr in der Mitte meines Fahrstreifens zu fahren. Ein hinterherfahrender Automobilist muss daher bei Gegenverkehr etwas Geduld haben. Zu seiner Information habe ich deshalb an der Rückseite des Velos ein deutlich sichtbares gelb-schwarzes Behindertenzeichen montiert. Bis heute habe ich noch nie Unfreundlichkeiten erleben müssen. Und: ich schaffe den Weg zur SBB-Station nun in 10 bis 15 Minuten!

### Selber ausprobieren

Nachts fahre ich nicht mit dem Rad, die Scheinwerfer der entgegenkommenden Autos blenden mich so stark, dass ich während Sekunden nichts mehr sehe. Mit der Schilderung der «Tücken des Objekts» möchte ich niemanden davon abhalten, selber Erfahrungen zu sammeln. Jeder muss ja selber sehen, wie er zurechtkommt. Und jeder Parkinson-Patient bringt wieder andere Voraussetzungen an Geschick und Motivation mit. Die Hauptsache ist, man tut etwas für die eigene Selbständigkeit, denn sonst läuft man Gefahr, sich in der Patientenrolle möglichst komfortabel einzurichten und am Schluss in der totalen Abhängigkeit zu landen.

Walter Mattes



Auch Johanna Bernhard, Mitglied unserer Vereinigung, freut sich an ihrem Dreirad.