

Mobil ist mehr als Automobil

Autor(en): **Keel, Gallus**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung**

Band (Jahr): **89 (2011)**

Heft 5

PDF erstellt am: **25.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-723926>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

<http://www.e-periodica.ch>

Mobil ist mehr als Automobil

Es gibt viele Wege, mobil zu sein und zu bleiben. Die Zeitlupe hat fünf ältere Menschen besucht, die alle viel unterwegs sind – aber auf ganz unterschiedliche Art.

Von Gallus Keel, mit Bildern von Markus Forte

Der Mensch hat nicht die Standhaftigkeit eines Baumes, er sucht den steten Ortswechsel, er will unterwegs sein – ihm fehlt die Fähigkeit, Wurzeln zu schlagen, auch wenn er dann und wann behauptet, es sei ihm gelungen. Wenn ein Baby in seinem Bettchen zu krabbeln beginnt, ist das seine erste grosse «Mobilmachung». Warum nur ist das Kind so begierig darauf, Raum zu erobern? Es ist neugierig, es möchte lernen, es will so schnell wie möglich auf die Beine kommen. Es will von Mutter und Vater tagtäglich Lob bekommen für seine neusten Kunststücke – alles mit dem Ziel, rasch selbst-

ständig und von den Eltern immer unabhängig zu werden. Jeden Tag wird sein Radius grösser.

Mobilitas meint die Fähigkeit, sich (fort) zu bewegen, unterwegs sein zu können. Mobil zu sein, bedeutet zuvorderst Selbstbestimmung, Eigenständigkeit, Unabhängigkeit, Freiheit. Wer mobil ist, kann sich meist selber helfen, kommt selbstständig an Nahrung – auch wenn es nur im Supermarkt ist. Wer mobil ist, dem droht in der Regel seltener Einsamkeit, er kann sein soziales Netz besser pflegen und weiterknüpfen. Wer mobil ist, kommt gemeinhin leichter zu immer neuen Eindrücken, zu neuen Erfahrungen, er nimmt an der Welt teil,

er gehört dazu. So verwundert es nicht, dass der alternde Mensch seine einmal gewonnene Mobilität so lange wie möglich erhalten und notfalls sogar verteidigen möchte.

Die Mobilität lässt nach

Das wichtigste Vehikel für eine gute Mobilität ist der eigene Körper. Wer ihm Sorge trägt und ihn fit hält, kann lange auf ihn bauen. Doch je älter wir werden – das gehört zu den Gesetzmässigkeiten des Lebens, die wir demütig annehmen sollten –, desto mehr Abstriche müssen wir machen. Die Sehkraft lässt nach, das Gehör wird schlechter, die Reaktionsgeschwindigkeit nimmt ab, die Gebres-



Regula Joss, 75, und Hannes Joss, 76

Einkäufe in der Stadt, Besuch des Kirchner-Museums in Davos, Treffen mit französischen Freunden im Wallis, Ferienreise ins Ausland – für das Winterthurer Paar ist es selbstverständlich, in Sachen Mobilität ganz auf ÖV zu setzen. Der Bus hält alle zehn Minuten quasi vor der Haustür, zehn Minuten sind es zum Bahnhof, zwanzig nach Zürich. Im grünen «Winti» hat man Weltanschluss. «Wir hatten nie ein Auto, schon meine Eltern nicht», sagt der ehemalige Lehrer. «Weil wir beide die Schulferien hatten», erzählt seine Frau, einst Logopädin, «waren wir früh und oft mit unseren zwei Kindern unterwegs, auch mit Zelt und Faltboot. Unsere Ferien begannen stets im Zug.»

Seit sie pensioniert sind, haben sie das GA, inzwischen zusätzlich auch eine Enkelkarte, Enkel Micha fährt so gratis mit. In zwei Dutzend Etappen wanderte das Paar, jeden Abend nach Hause und am Morgen wieder zum Start reisend, vom Bodensee zum Genfersee. Der Zug ist ihnen nicht nur Mittel zum Zweck, «wir geniessen bereits die Fahrt, das Unterwegssein, die Aussicht, das Lesen in einem Buch oder ein Essen im Speisewagen, wo wir Platz reserviert haben», sagt Hannes Joss.

Als grosse Kenner romanischer Kirchen sind sie gerne in Italien, Spanien und Frankreich unterwegs. In der Grande Nation kenne man zwar ein ironisches Vaterunser – *Donne-nous notre train quotidien!* –, aber ganz so arg sei der ÖV auch dort nicht. Nie eines besitzend, beschloss der Joss'sche Familienrat früher dennoch alle sechs bis acht Jahre, dass ein neues Auto her müsse ... und kaufte der Tochter ein Klavier oder gönnte sich den Einbau eines Cheminées oder einer Sauna. (Eine künstlerische Ausbeute seiner ÖV-Reisen und Wanderungen zeigt das Winterthurer Paar auf www.am-nebenweg.ch)

ten nehmen zu. Wer im Alter aber stets nur noch das halb leere Glas sieht statt das halb volle, manövriert sich in eine verbitterte zweite Lebenshälfte.

Das bestätigt auch Andrea de Meuron von der Organisation Rundum mobil im Interview auf Seite 16. Wer seinen Körper regelmässig bewegt und belastet, der kann auch die andern Vehikel viel länger benutzen: das Auto, das Velo, die öffentlichen Verkehrsmittel.

Nicht wenige ältere Leute könnten durchaus noch sehr mobil sein, aber sie haben es unterlassen, sich zu motivieren und in Fahrt zu bringen. Der 72-jährige Roger Finco (siehe Kurzporträt rechts) erinnert sich, wie ihm viele Kollegen vorgeschwärmt hätten, wie sie nach der Pensionierung, wenn sie mehr Zeit hätten, Sport treiben, Reisen machen und sonst noch viel unternehmen würden. Davon sehe er heute aber wenig.

Der Gerontologe Urs Kalbermatten von der Berner Fachhochschule formulierte es an einem Symposium so: «Viele sind es nach vielen Jahren der Fremdbestimmung am Arbeitsort, wo die meisten Ziele vorgegeben wurden, nicht mehr gewohnt, sich selber neue Ziele zu setzen. Menschen stehen im Alter vor der Wahl und der Herausforderung, sich örtlich, zeitlich und inhaltlich zu entfalten.»

Gerne und oft unterwegs

Doch das Gros jener, die in den sogenannten Ruhestand entlassen worden sind, verhält sich durchaus «unruhig» und sehr mobil. Die Gesellschaftsgruppe der 65- bis 75-Jährigen ist in der Schweiz die mobilste überhaupt. Wer mit frisch Pensionierten etwas abmachen will, kennt das: Ihre Agenda ist immer voll. In

Roger Finco, 72

Ein Bewegungsmensch sei er schon immer gewesen, sagt Roger Finco aus Wettingen. Mit 13 kam er aus Italien in die Schweiz, und als er nach der Schule mit 16 seine erste Stelle als Ausläufer in einer Bäckerei antrat, stellte man ihm ein Militärvelo hin. Seitdem ist sein «Füßli mit dem Velo verwachsen». Zwischendurch besass er auch mal ein Auto, aber als Busfahrer der Wettinger RVBW hatte er bald keine Lust mehr, in der Freizeit nochmals in ein Auto zu steigen. Zwischen zwei Schichten schwang er sich auf sein Velo und strampelte eine Runde. In seinem Rennstall hat Finco, der alles selber flickt, heute ein Mountainbike, zwei Rennvelos und neuerdings – vor allem seine Frau Vreni benutzt es – auch ein Elektrovelo. Seit er pensioniert ist, unternimmt er Fahrten, bei denen er auch mal zwei Monate unterwegs ist: nach Schottland und Irland, nach St. Petersburg, ans Nordkap oder rund um und quer durch Island. Inzwischen ist es Sitte geworden, dass er losradelt und seine Frau später nachreist und dass sie dann gemeinsam heimfahren. Im Juni ist Lübeck an der Reihe. Von Wettingen aus fährt Finco täglich um die Lägern, das sind zwei Stunden, zwei nahrhafte Steigungen inbegriffen. Noch heute müsse er dann und wann den inneren Schweinehund überwinden, gesteht der 72-Jährige, «de Körper isch en fule Siech». Er empfiehlt allen, die sich neu in Schwung bringen möchten, ob zu Fuss oder mit dem Velo, sich tagtäglich zu bewegen, «und sei es auch nur eine Viertelstunde. Lieber wenig, aber stetig. Am Anfang leidet man ein bisschen, doch nach drei Monaten ist man ganz schön fit.»



Lesen Sie bitte weiter auf Seite 14

Betti Sonderegger, 85

Schon seit 45 Jahren fährt sie problemlos Auto, dennoch wollte sich Betti Sonderegger ihre Fahrfitness vor drei Jahren von neutraler Stelle bestätigen lassen. Bei Fahrlehrer Daniel Frangi buchte sie sechs Lektionen, «ich wollte sicher sein, dass ich zum Beispiel auch mit dem Verkehr um den HB Zürich herum noch gut zurechtkomme.» Drei Lektionen fuhren die beiden im Auto des Fahrlehrers, drei weitere im Nissan Micra der Seniorin. Solche Senioren-Fahrberatungen macht Frangi, der mit seinen 68 Jahren ein gutes «Gschpüri» hat für ältere Menschen, etwa vier- bis fünfmal pro Monat. Er gehört zum Netz der Fahrberater, das wesentlich von Hansueli Bleiker aufgebaut wurde.

«Haben Sie einen Unfall gebaut?», fragte Frangi nach, als sich Betti Sonderegger letzthin wieder für eine Begleitfahrt anmeldete. Natürlich nicht, aber die rüstige Stadtzürcherin möchte fortan freiwillig jedes Jahr eine solche Testfahrt machen. Sie will auf Nummer sicher gehen. Mit ihrem kleinen Flitzer fährt sie vor allem im Grossraum Zürich, «dann und wann zu meinen Jungen ins Toggenburg». Gerne hilft sie auch andern, mobil zu sein. «Ich fahre sie zum Arzt, zum Einkaufen, zum Coiffeur oder auf den Friedhof», erzählt die 85-Jährige, die in einer städtischen Alterssiedlung wohnt.

Betti Sonderegger hat einst drei Jahre und danach immer wieder monatweise in den USA gearbeitet. Das hat ihr Löcher in die AHV gerissen. Als ihr Chef in den USA das erfuhr, zeigte er sich grosszügig, zahlte ihr den Nissan samt Umrüstung auf ein automatisches Getriebe. Das zehnjährige «Autöli» ist der 85-Jährigen ans Herz gewachsen. Info: www.fahrschule-frangi.ch



diesem Lebensabschnitt ist man am fleissigsten unterwegs und unternimmt vieles, was sich an Wünschen angestaut hat. 60 bis 80 Prozent des Unterwegsseins führt an freiwillig gewählte Orte, man ist «zwecklos» unterwegs, man hat sich die Ziele selber formuliert, wie etwa das Ehepaar Joss (siehe das Porträt auf Seite 12), das sich romanischen Kirchen verschrieben hat.

Vor zwanzig Jahren ging der Schriftsteller Max Frisch, dessen 100. Geburtstag wir gerade feiern, mit dem Filmmacher Volker Schlöndorff in die Garage, zeigte auf seinen grauen Jaguar und streckte ihm den Schlüssel hin: «Der gehört nun dir.» (Schlöndorff gleitet mit dem Edelgefährt, Baujahr 1967, noch heute durch Potsdam!)

Von dem bekannten Schweizer Schauspieler Lukas Ammann, «Baujahr» 1912, wollte die Zeitlupe wissen, wie es denn bei ihm heute mit dem Autofahren stehe. Promptes Mail aus Garching bei München: «Da ich im Kopf noch klar bin und auch reaktionsfähig, fahre ich noch immer meinen Untersatz. Ich wohne eben weit weg von Brot und Butter.» In den 76 Fernsehfolgen von «Graf Yoster gibt sich die Ehre» wurde Ammann jeweils von Butler Johann herumkutschert, aber heute muss der Witwer, der im September 99 wird, halt selber ans Steuer...

Tabuthema Fahrtüchtigkeit

Heute, wo nahezu alle eines haben, ist das Auto beim Thema Mobilität im Alter ganz klar das heisse Eisen. Die offene oder verdrängte Gewissensfrage heisst: Wie lange werde ich es fahren können? Dass ältere Menschen im Strassenverkehr eine Gefahr seien, bestätigt keine Statistik, es ist wohl vielmehr ein Vorurteil, genährt von einzelnen Unfällen, die nicht repräsentativ sind.

Hansueli Bleiker, ehemaliger Fahrlehrer und Prüfungsexperte, hat vor ein paar Jahren eine Broschüre herausgegeben: «Senioren am Steuer – eine neue Risiko-Gruppe?». Untertitel: «Nein, darum sind sie es nicht!» Er erklärt darin unter anderem, wie man sich am besten verhält, dass man bei Ämtern, bei der Polizei, bei Experten und der Ärzteschaft fair behandelt wird und nicht einfach einer



Hanspeter Schenk, 73

Der ehemalige Lastwagenmechaniker hat mit seinem Elektromobil Kyburz Classic Plus schon neunmal die Erde umrundet! Die über 360 000 Kilometer hat er im Umkreis seines Wohnorts Aarberg BE zurückgelegt, weiter als bis nach Neuenburg – mit einem «Boxenstopp» in Saint-Blaise – ist er nie gefahren. Für Altersgenossinnen, die wenig mobil sind, macht er oft Fahrten, holt ihnen etwas in Biel. «Die kleinen Strecken summieren sich ganz schön», sagt Hanspeter Schenk, während er Trixli streichelt. Die Rauhaardackelin steht schon bereit für die nächste Fahrt. Entweder kuschelt sie sich im engen Hüpfen, so der Kosename des Gefährts, zu Füßen des Meisters nieder, oder sie nimmt im Anhänger Platz.

Dass er 2003 den Kyburz Classic gekauft hat, findet der Witwer einen seiner besten Entscheide. «Keine hohe Steuer, kein Benzin, kein

Ölwechsel, eine Akku-Ladung kostet mich 18 Rappen, und Tempo 30 ist ideal.» Der Classic gilt als Mofa und ist wintertauglich, auch eine Heizung ist drin. Schenk hat stets eine Kabelrolle bei sich und kann auch mal vor einer Beiz nachtanken.

Mit dem Zähler kann er beweisen, wie wenig Strom er abzapft. «Die Leute sind verblüfft.» Eine volle Ladung ist in vier Stunden erreicht und reicht für 65 Kilometer, zudem lädt sich die Batterie bei Abwärtsfahrten wieder auf. «Ich höre die Vögel pfeifen, der Motor summt nur», schwärmt der Witwer und siebenfache Grossvater. Ein neuer Akku sei zwar etwas teuer, 2400 Franken, aber er halte immerhin vier, fünf Jahre. Als die Firma Kyburz bemerkte, was für ein Elektroauto-Fan Schenk ist, haben sie ihn zum Testfahrer gemacht. «Die ersten Akkus musste ich nicht bezahlen.» (Info: www.kyburz-classic.ch)

pauschalen Skepsis ausgesetzt ist, nur weil man über siebzig oder achtzig ist. Bleiker hat auch ein Netz von Fahrberatern aufgebaut, bei denen man ver-

traulich seine Fahrtüchtigkeit einschätzen und notfalls auffrischen lassen kann. Viele Ärzte sind im Besitz dieser Liste. Wer die Broschüre von Hansueli Bleiker

gratis beziehen möchte, findet die Adresse im Kasten links.

Das Angebot an Infomaterial, Kursen und Beratungen, das mithilfe, sich seine Mobilität bis ins hohe Alter zu erhalten, ist vielfältig – ob für zu Fuss Gehende, ÖV-Nutzer, Töff oder Auto Fahrende. Kurse bieten auch die Dienstleistungszentren von Pro Senectute an. Worüber man sich hierzulande vor allem freuen sollte: Kein anderes ÖV-Netz ist so dicht wie das unsere. Sogar Hochbetagte schaffen es an fast jede Ecke der Schweiz.

Weitere Informationen

www.mobilsein-mobilbleiben.ch ● www.pro-senectute.ch ● www.bfu.ch
www.alterundmobilitaet.usz.ch ● www.pro-velo.ch ● www.zu-fuss.ch
www.acs.ch ● www.tcs.ch ● www.verkehrsclub.ch

Wer die Broschüre «Senioren am Steuer – eine neue Risikogruppe?» kostenlos erhalten möchte, schickt ein an sich selber adressiertes grosses Couvert (C5), frankiert mit CHF 1.30, an: Hansueli Bleiker, Degenbalmstrasse 16, 6443 Morschach.

Lesen Sie dazu das Interview auf Seite 16