

En route! Eine bewegte und bewegende Fachtagung

Über 100 Teilnehmende haben sich am 14. September in Olten zur vierten Fachtagung von GERONTOLOGIE CH eingefunden. Die Veranstaltung stand unter dem Motto «En route» und widmete sich dem Thema Mobilität im Alter.

Text: **Camille-Angelo Aglione**, Illustrationen: **Adrian Weber**

Die 4. Nationale Fachtagung von GERONTOLOGIE CH wurde mit drei Referaten eröffnet, die sich Fakten und Zahlen zu den Mobilitätsgewohnheiten und -erwartungen älterer Menschen widmeten. Rafael Fink (SeniorLab), der erste Redner des Tages, hielt fest, dass die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel mit steigendem Alter zunehme und bei Seniorinnen und Senioren das Verkehrsmittel erster Wahl sei. Hier scheinen sie sich am sichersten zu fühlen.

Daniel Menzi (Seniordrive) kam in seinem Referat auf das Thema Autofahren zu sprechen. Seit der Zeit, als viele SeniorInnen ihren Führerschein gemacht haben, ist der Verkehr viel dichter geworden, und die Fahrzeuge haben sich stark weiterentwickelt. Warum sollte man also nicht eine regelmässige Auffrischung seiner Fahrkenntnisse in Betracht ziehen, so seine Frage. Eliane Leuzinger (Mobilitätsberaterin) merkte in ihrem Beitrag an, dass es auch im öffentlichen Verkehr zahlreiche Herausforderungen gebe, insbe-



sondere aufgrund der zunehmenden Digitalisierung der Kauf- und Reservierungssysteme.

Dringende Bedürfnisse

Am späten Vormittag sensibilisierte Petra Spalding, Physiotherapeutin und Präsidentin von pelvisuisse, die Teilnehmenden für die Ursachen und Auswirkungen von Inkontinenz auf die Mobilität. Etwa 20 Prozent der Frauen und 10 Prozent der Männer seien regelmässig mit diesem Problem konfrontiert, dessen Prävention ebenso wichtig ist wie die Vermeidung von Stürzen, führte sie aus. Diese beiden Faktoren sind übrigens nicht völlig unabhängig voneinander, denn ein Teil der Stürze ereignet sich just beim Gang zur Toilette. Als vorbeugende Faktoren nannte die Referentin die Einrichtung der Toiletten und das Beckenbodentraining.

Am Nachmittag wurde zum zweiten Mal der Prix GERONTOLOGIE CH verliehen, der drei wissenschaftliche Abschlussarbeiten im Altersbereich für ihren innovativen Charakter und einen

hohen Praxisbezug auszeichnet. Die Bühne gehörte danach Alina Bühler und Simon Stocker von GERONTOLOGIE CH, die konkrete Umsetzungen im Rahmen des Netzwerks Altersfreundliche Gemeinde und im Zusammenhang mit der Mobilität vorstellten.

Mobil sein und bleiben

Ein weiteres Trio befasste sich anschliessend mit der Freizeitmobilität. Eveline Graf (Radeln ohne Alter) stellte die schweizerische Variante des dänischen Rikscha-Projekts vor. Hierbei handelt es sich um ein weltweites Netzwerk von Freiwilligen, das von Singapur bis zu den USA reicht und nun auch in weiten Teilen der Schweiz aktiv ist. Philipp Niederberger (Schweizer Tourismusverband) wiederum präsentierte das Plattformprojekt OK:GO, das Internetnutzern bei der Auswahl eines Reiseziels und einer Einrichtung helfen soll, indem es deren Zugänglichkeit so genau wie möglich beschreibt. Ein Konzept, bei dem die Stiftung «Claire & George» noch einen Schritt weiter geht, indem sie ein

Reisebüro entwickelt hat, das auf die Organisation von Freizeitaktivitäten für Menschen mit besonderen Bedürfnissen spezialisiert ist.

Der gesamte Austausch fand unter den wachsamen Augen des Zeichners und Kunstmalers Adrian Weber statt, der die Highlights jedes Vortrags cartoonistisch festhielt. ■



Mehr wissen:

Die Präsentationen, Zeichnungen und Impressionen der Fachtagung finden Sie unter gerontologie.ch/fachtagung-2023



Camille-Angelo Aglione

Direktor der Walliser Vereinigung der Alters- und Pflegeheime (AVALEMS).
✉ camille-angelo.aglione@avalems.ch