

Mobilität im Alter – Position Pro Senectute

Mobilität und Autonomie sind in unserer Gesellschaft untrennbar miteinander verbunden. So erstaunt es nicht, dass im Alter der Erhalt der eigenen Mobilität die zentrale Voraussetzung für ein selbständiges Leben ist. Mobilität, ob mit dem Auto, mit dem ÖV, mit Langsamverkehr oder zu Fuss ermöglicht Seniorinnen und Senioren, ihren Haushalt ohne Hilfe zu besorgen, Kontakte zu pflegen sowie am öffentlichen Leben teilzunehmen.

Der fortschreitende Verlust der Mobilität läutet handkehrum eine Lebensphase ein, in der ältere Menschen – sofern sie noch zuhause wohnen – Unterstützung bei Botengängen benötigen. Ist die Mobilität verloren gegangen, können ältere Menschen nur noch mit engmaschiger Betreuung zuhause leben. Oft ist in diesem Moment der Umzug in eine stationäre Altersinstitution unumgänglich. Da die Mehrheit der Seniorinnen und Senioren heute zuhause alt werden möchte, ist das Erhalten der Mobilität deshalb ein zentrales Anliegen von Pro Senectute.

Mobilität von Senioren ist Voraussetzung für selbständiges Altern

1 Autofahren im Alter

Kontrolluntersuchung als Chance für Prävention

Zur Zeit müssen Senioren ab 70 im zwei-Jahres-Rhythmus ihre Fahrtüchtigkeit prüfen lassen. Am 8. Juni 2016 hat nach dem Nationalrat auch der Ständerat der parlamentarischen Initiative Reimann zugestimmt, die eine Heraufsetzung des Alters für die periodische Kontrolluntersuchung auf 75 fordert. Diese Änderung tritt frühestens 2018 in Kraft.

Pro Senectute ist sich im Klaren, dass politisch festgelegte Alterslimiten per se arbiträr sind und von der konkreten Fahrtüchtigkeit im Einzelfall oft stark abweichen. Denn die Fähigkeit, im Alter ein Fahrzeug zu lenken, hängt von höchst individuellen Faktoren ab: Sehvermögen, Reaktionsvermögen, allgemeiner Gesundheitszustand etc.

Angesichts der veränderten Ausgangslage im Verkehr erachten wir eine Prüfung – ob sie nun mit 70 oder 75 stattfindet – jedoch nach wie vor als Chance für die Prävention. Heute sind in der Schweiz viel mehr Senioren bis weit nach der Pensionierung im Strassenverkehr unterwegs. Zugleich ist das Verkehrsaufkommen gewachsen und die Anforderungen im Verkehr sind gestiegen. Die regelmässigen Checks bieten die Möglichkeit, ältere Menschen auf freiwillige Angebote wie Fahrtrainings hinzuweisen oder bei abnehmender Verkehrstüchtigkeit, eine eingeschränkte Fahrerlaubnis anzuordnen (z.B. Fahrausweis light für gewisse Rayons, mit Ausschluss Nachtfahren, Autobahn etc.).

Sind Senioren als Autofahrende ein Sicherheitsrisiko?

Die Berichterstattung in den Medien vermittelt den Eindruck, dass Senioren häufiger für Unfälle verantwortlich sind als jüngere Verkehrsteilnehmende. Ein Blick auf die Statistik widerlegt diese Sicht: Nur 10.2 Prozent der tödlichen Unfälle im Strassenverkehr gehen auf das Konto von Senioren über 70. Senioren fahren kaum unter Alkoholeinfluss, selten zu schnell und benutzen öfter den Sicherheitsgurt. Ihre

Schwachstelle sind das Abbiegen bei komplexen Situationen an Kreuzungen oder Kreiseln sowie das Einparken.¹

Da die Bevölkerung in der Schweiz altert und künftig mehr Senioren mobilisiert unterwegs sein werden, hat der Bundesrat beschlossen, den Zulassungsbehörden mehr Spielraum zuzugestehen. Seit dem 1. Juli 2016 können die Behörden Fahrausweise mit Beschränkungen abgeben. Die Behörde kann die Fahrberechtigung mit einem Autobahn- oder Nachtfahrverbot verknüpfen oder auf speziell ausgerüstete Fahrzeuge (z.B. mit Bremsassistent, Automatikgetriebe) sowie Fahrten innerhalb eines bestimmten Rayons oder für eine bestimmte Strecke (Weiler - Dorf) einschränken.²

Pro Senectute erachtet diese Regelung als adäquat, da sie eine individuelle Ausgestaltung ermöglicht. Zentrale Voraussetzung ist die eine einheitliche Qualität der Untersuchungen durch Ärzte und Fachärztinnen. Auch hier sollte die Untersuchung durch einen Arzt zudem als Möglichkeit zur Sensibilisierung genutzt werden.

2 Sicher unterwegs

Unfallprävention und Eigenverantwortung sind gefragt

Sicher unterwegs – ein Motto, das viele Lebensbereiche abdeckt: Neben einer verstärkten Unfallprävention beim motorisierten und beim Langsamverkehr sowie bei Fussgängern, appelliert Pro Senectute an die Eigenverantwortung älterer Menschen.

Die bfu untersuchte in ihrem Dossier «Sicherheit älterer Verkehrsteilnehmer»³ häufige Unfallursachen für Senioren. Dabei zeigt sich, dass diese im Strassenverkehr wegen ihrer höheren körperlichen Verletzlichkeit sowohl als Autolenker wie als Fussgänger besonders gefährdet sind. Senioren über 75 machen die Hälfte aller getöteten Fussgänger aus. Pro Senectute begrüsst daher die von der bfu vorgeschlagenen Massnahmen für die Unfallprävention für ältere Fussgänger ausdrücklich.

Viele Senioren integrieren den Aspekt der Eigenverantwortung automatisch in ihr Fahrverhalten, indem sie z.B. die Stosszeiten, Fahrten in der Nacht, bei Dunkelheit oder Regen vermeiden. Pro Senectute appelliert hier an jeden einzelnen. Ob Senior oder Seniorin oder Familienangehörige: die Frage der Fahrtüchtigkeit sollten sich alle Beteiligten regelmässig stellen. Hilfe bieten hier ein Gespräch mit dem persönlichen Umfeld, dem Hausarzt, Probefahrten mit einer neutralen Rückmeldung oder Fahrtrainings mit dem Auto oder Velo/E-Bike, welche auch durch Pro Senectute angeboten werden.

Das sichere Gehen auf den eigenen Füessen ist ebenfalls ein wichtiger Teil der Unfallprävention. Durch regelmässiges Training von Kraft und Gleichgewicht reduziert sich das Risiko eines Sturzes erheblich. Pro Senectute motiviert Senioren, sich regelmässig in der Gruppe zu bewegen, beteiligt sich an Sensibilisierungskampagnen und bildet pro Jahr über 300 Sportleiter Erwachsenen sport aus.

Um die Eigenverantwortung zu fördern und das Unfallrisiko zu senken engagiert sich Pro Senectute mit:

A) freiwilligen Fahrtrainings mit diversen Partnern für Auto, Velo und E-Bike:

- Auto: Theorieauffrischung und Probelektionen am Steuer des eigenen Autos
- Velo: Sicherheitstrainings für Fahrradfahrende
- E-Bike: Schulungen für Einsteiger E-Bikes

B) Bietet Kurse für den Erhalt der Beweglichkeit und der Muskulatur an, siehe www.sichergehen.ch

¹ Links bfu: a) Senioren am Steuer: <http://www.bfu.ch/de/die-bfu/kommunikation/bfu-positionen/p/Senioren-am-Steuer>, b) Senioren im Strassenverkehr: <http://www.bfu.ch/de/ratgeber/ratgeber-unfallverh%C3%BCtung/strassenverkehr/autofahrer/senioren-im-strassenverkehr/senioren-im-strassenverkehr>

² <https://www.admin.ch/gov/de/start/dokumentation/medienmitteilungen.msg-id-57935.html>

³ <http://www.bfu.ch/de/die-bfu/kommunikation/medien/strassenverkehr/fussgänger/senioren-im-strassenverkehr/senioren-sind-vor allem-als-fussgaenger-gefaehrdet>

3 Ältere ÖV-Benutzer

Neue Technologien eröffnen neue Wege

Pro Senectute ist überzeugt, dass das Internet in Zukunft eine der zentralen Ressourcen für die Aufrechterhaltung der Selbständigkeit von Senioren wird. Wir sehen es als unsere Aufgabe ältere Menschen beim Erlernen der neuen Technologien zu unterstützen, sei dies im Bereich der Mobilität, der Prävention oder des Zugangs zu Information.

Ob der Fahrausweis bereits abgegeben ist oder der Zug nur für längere Strecken genutzt wird, der öffentliche Verkehr nimmt auch im nachberuflichen Leben eine wichtige Position ein und wird mit zunehmendem Alter zum zentralen Begleiter im Alltag. Da die Digitalisierung auch in diesem Sektor des öffentlichen Lebens fortschreitet, forscht Pro Senectute im Bereich „Digitale Senioren“ und hat spezifische Schulungen für Senioren entwickelt: Z.B. Kurse für die Bedienung von Touch-Screen Automaten des öffentlichen Verkehrs oder Schulungen fürs E-Ticketing und die Online-Fahrplansuche über mobile Applikationen wie Smartphone, Ipad oder Laptop.

4 Unterstützung wenn die Mobilität beeinträchtigt ist

Von freiwilligen Fahrdiensten bis Tixi Taxi

Im Alter kann die Mobilität durch Krankheit oder Gebrechlichkeit eingeschränkt sein. Um weiterhin aktiv am Leben teilnehmen zu können, benötigen deshalb vor allem hochaltrige Menschen häufig Unterstützung. Hier springen Fahrdienste in die Bresche. Beim Pro Senectute Fahrdienst chauffieren Freiwillige Senioren mit eingeschränkter Mobilität zu günstigen Tarifen. In einigen Kantonen besteht das Angebot der rollstuhlgängigen Tixi-Taxis. Beide Angebote sind jedoch nicht flächendeckend vorhanden und für Senioren mit Ergänzungsleistungen sind die Transportkosten trotz reduziertem Tarif zu hoch. Als Folge ziehen sich ältere Personen aufgrund von eingeschränkter Mobilität und kleinem Budget zurück und drohen zu vereinsamen.

Hilfen im Alltag sind wichtige Stützen – müssen jedoch privat finanziert werden

Auch Hochaltrige leben in der Schweiz mehrheitlich noch zuhause. Wenn deren Mobilität teilweise versagt, können Angehörige oder Hilfsdienste einspringen. Z.B. ein Mahlzeiten- oder Besuchsdienst, um Mangelernährung oder sozialer Isolation vorzubeugen. Die Kosten für solche Hilfsdienste können nur bei einer medizinischen Indikation über die Krankenkasse abgerechnet werden, z.B. in einer Rehabilitationsphase nach einem Spitalaufenthalt. Ansonsten werden sie privat getragen oder durch das kostenlose Engagement von Familienangehörigen oder Freiwilligen ermöglicht.

5 Wie garantieren wir künftig die Mobilität im Alter?

Als Altersorganisation stellen wir fest, dass die Frage, wie die Mobilität der älteren und hochaltrigen Menschen künftig gewährleistet wird, nur in Ansätzen gelöst ist. Beim Thema Fahren im Alter gilt es, das Bedürfnis nach Mobilität und Selbständigkeit von älteren Menschen und jenes der Gesellschaft nach Sicherheit im Verkehr noch besser in Einklang zu bringen.

Die Lösungen für den Zeitpunkt, in dem Senioren und Seniorinnen den Fahrausweis abgeben, sind nicht befriedigend. Angebote wie Tixi-Taxi, Fahrdienste etc. sind weder flächendeckend noch zu einem einheitlichen und günstigen Tarif vorhanden. Die Angebote im Bereich Hilfen im Alltag und Betreuung sind ebenfalls lückenhaft und deren Finanzierung muss neu überdacht werden.