

Schwerpunkt Mobilität im Alter Wie SeniorInnen mobil sind und bleiben

Mobilität ist eine der Grundvoraussetzungen, um ein unabhängiges, funktionell kompetentes und psychisch ausgeglichenes Leben zu führen. Der zunehmende Anteil älterer Menschen in unserer Gesellschaft wirft Fragen nach den besonderen Mobilitätsbedürfnissen dieser Bevölkerungsgruppe auf. Hier finden Sie dazu die Unterlagen der Tagungen „Mobilität im Alter“ vom 14.09.07 in Thun und „Fahrgast bis 100“ vom 14.06.07 in Salzburg. Zudem noch zwei Buchtipps. (Sprache: de)

Weitere Informationen:

Mobilservice PRAXIS Beispiel

[mobil sein – mobil bleiben](#)

Eugen – Otto – Butz - Stiftung

www.butz-stiftung.de

Rundum Mobil GmbH

www.rundum-mobil.ch

Zentrum für Generationen und Barrierefreiheit www.zgb.at/wirtschaft/fachtagung.php

Focus sur la mobilité des personnes du 3e âge Comment les seniors sont-ils et restent-ils mobiles?

La mobilité est une condition essentielle pour mener une vie indépendante et trouver un équilibre, tant dans son fonctionnement pratique et logistique qu'au point de vue mental. La part croissante des personnes âgées dans nos sociétés amène à s'intéresser aux besoins spécifiques de ce groupe cible. Vous trouverez ci-joint les résultats du colloque « Mobilité du 3^e âge » qui s'est tenu à Thoun le 14.09.2007, de même que les actes du colloque « usager de la route jusqu'à 100 ans » qui a eu lieu à Salzburg le 14.06.2007. Nous vous renvoyons par ailleurs à d'autres sources utiles sur le même sujet. (langue : allemand)

Pour plus d'information:

Dossier MobilservicePratique

[Etre et rester mobile](#)

Fondation Eugen – Otto – Butz

www.butz-stiftung.de

Rundum Mobil GmbH

www.rundum-mobil.ch

Zentrum für Generationen und Barrierefreiheit www.zgb.at/wirtschaft/fachtagung.php

27.09.2007

<http://www.mobilservice.ch>

Mobilservice Redaktion: Andreas Blumenstein und Julian Baker

c/o Büro für Mobilität AG

Hirschengraben 2 | 3011 Bern | Tel.: +41 (0)31 311 93 63

redaktion@mobilservice.ch

Mobilservice Administration: Ursula Gertsch

c/o Rundum-mobil

Buchholzstrasse 7a | 3604 Thun | Tel.: +41 (0)33 334 00 25

info@mobilservice.ch

Wie kommen Sie nach Thun?

Mit den öffentlichen Verkehrsmitteln

- mit dem Zug direkt nach Thun
- ab Bahnhof Thun alle 10 bis 15 Min. mit dem öffentlichen Bus Nr. 1, Gwattzentrum / Spiez, in 5 Min. direkt vor das Hotel (Haltestelle Seepark)

Mit privaten Verkehrsmitteln

- Das Hotel Seepark verfügt nur über eine sehr beschränkte Anzahl Parkplätze. Daher bitten wir Sie, wenn immer möglich die öffentlichen Verkehrsmittel zu benützen.
- Autobahnausfahrt Thun Süd, 1 km in Richtung Thun, vorbei am MMM Zentrum Oberland. 1 km geradeaus zur Ampel. Rechts abbiegen, 600 m bis vor das Hotel Holiday, links abbiegen (Hinweisschild Seepark) noch etwa 500 m bis zum Seepark Thun.



Allgemeine Informationen

| | |
|--------------------------------------|---|
| Tagungsort | Congress Hotel Seepark, Thun |
| Kosten | CHF 280.- pro Person (inkl. Mittagessen, Tagungsmappe) |
| Tagungssprache: | Die Moderation und die Vorträge sind in deutscher Sprache. |
| Unterkunft / Hotel | Brauchen Sie ein Hotelzimmer? Nehmen Sie mit uns Kontakt auf, wir finden für Sie gerne eine geeignete Unterkunft. |
| Anmeldung | mit beiliegender Antwortkarte oder per e-mail an info@rundum-mobil.ch bis spätestens 3. September 2007 |
| Veranstalter und Organisation | Rundum) mobil GmbH, Büro für Mobilität Buchholzstr. 7a, CH-3604 Thun Fon: ++41 (0)33 334 00 25 oder (0)33 222 57 44 e-mail: info@rundum-mobil.ch Website: www.rundum-mobil.ch |

Dieser Fachkongress wird unter anderem unterstützt von:

Kieser Training - Pro Senectute Schweiz - Hochschule für Sozialarbeit HSA Bern - Stadt Thun - Bundesamt für Gesundheit - TCS Touring Club der Schweiz - AEK Amtersparniskasse Thun 1826 - bfu Beratungsstelle für Unfallverhütung - VCS Verkehrsclub der Schweiz - GEF Gesundheits- und Fürsorgedirektion Kanton Bern - Spitex Region Thun - Spital Thun - Simmental AG - Prävention Kantonspolizei Bern - Medienpartner: www.mobilservice.ch

Fachkongress "Mobilität im Alter"

14. September 2007 - Hotel Seepark, Thun

Schwerpunkt: **Mobilität, Gesundheit und Sicherheit**



Programm

Hauptsponsor

KIESER TRAINING
Gesundheitsorientiertes Krafttraining



Bitte frankieren

Anmeldetalon

Absender / Firma _____
Kontaktperson _____
Strasse / Postfach _____
PLZ / Ort _____
Telefon / E-Mail _____

Rundum) mobil GmbH
Büro für Mobilität
Fachkongress
Buchholzstrasse 7a
3604 Thun

Immer mehr SeniorInnen sind unterwegs zu Fuss, mit dem Auto, mit dem öffentlichen Verkehr. Sie wollen ihre Zeit aktiv geniessen, ihre Kinder und Enkel besuchen, reisen oder vom vielfältigen Kulturangebot profitieren. Das verursacht Mobilität, die sich auf die veränderten Bedingungen im Alter ausrichten muss.

Mit dem zweiten Fachkongress "Mobilität im Alter" mit Fokus auf "Mobilität, Gesundheit und Sicherheit" sollen die individuellen Voraussetzungen der älteren Menschen für eine selbständige Mobilität beleuchtet werden. Wie beeinflussen die Altersveränderungen, gesundheitlichen Einschränkungen und sozialen Einschnitte wie Verlust des Partners oder Wohnortwechsel die Rahmenbedingungen der Mobilität im Alter? Wie können SeniorInnen dazu beitragen, ihre Gesundheit zu fördern und zu erhalten? Wie sieht die Prävention von Unfällen im Zusammenhang mit Mobilität im Alter aus? Wie lässt sich die Sicherheit für ältere Menschen im öffentlichen Raum allgemein und auf der Strasse verbessern? Wie bedeutend ist der gesellschaftliche Nutzen der Selbständigkeit im Alter?

Fachleute aus der Praxis und der Forschung informieren über diese Aspekte. Der Morgen ist den Grundlagen Mobilität, Gesundheit und Sicherheit gewidmet. Die drei parallelen Workshops am Nachmittag zeigen Wege auf, wie die Mobilität älterer Menschen gefördert werden kann. Sie erhalten Einblick in die praktische Arbeit zur Verbesserung der Verkehrssicherheit von SeniorInnen zu Fuss und mit dem Auto. Wir stellen verschiedene Projekte vor, die ältere Menschen unterstützen, ihre Gesundheit zu fördern und ihre Mobilität auch im fortgeschrittenen Alter zu erhalten.

Unser Ziel: Die spezifischen Bedürfnisse und Rahmenbedingungen der Mobilität im Alter ins Bewusstsein von Fachleuten und Spezialisten rücken sowie praktische Lösungsansätze aufzeigen wie mittels "Empowerment" ältere Menschen für eine gesunde und sichere Mobilität gestärkt werden.

Wir freuen uns im Namen der Veranstalter auf Ihre Teilnahme

RUNDUM) mobil
Dr. med. Ludo Cebulla
Ursula Gertsch-Jossi



„Die physische und psychische Gesundheit ist eine wichtige Voraussetzung für den Erhalt der selbständigen Mobilität und kann auch im Alter mit entsprechenden Massnahmen gefördert werden.“
Dr. med. Franziska Wenger, Alterspsychiatrischer Dienst, Psychiatrische Dienste Thun, Spital STS AG



„Mobilität ist ein Grundbedürfnis des Menschen jeden Alters. Sie wirkt sich auf Gesundheit, Selbstwertgefühl und Teilhaben am Sozialleben aus.“
Prof. Dr. phil. Urs Kalbermatten, Studienleiter des Masters in Gerontologie an der Berner Fachhochschule

Vormittag

- 08.30 Uhr Empfang bei Kaffee und Gipfeli
- 09.20 Uhr Eröffnung durch Gemeinderat Andreas Lüscher, Vorsteher Direktion Soziales Stadt Thun
- 09.30 Uhr Physische und psychische Voraussetzungen für eine selbständige Mobilität im Alter
Dr. med. Franziska Wenger, Alterspsychiatrischer Dienst, Psychiatrische Dienste Thun, Spital STS AG
Mobil total? Total mobil!
Dipl. Turn- und Sportlehrer Andres Schneider, Verantwortlicher Seniorensport, Bundesamt für Sport BASPO, Magglingen
Die Unfallgefahren von Menschen im dritten Lebensabschnitt
Steffen Niemann, wissenschaftlicher Mitarbeiter Forschung, Schweizerische Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu
Training im Alter
Prof. Dr. Urs Kalbermatten, Studienleiter des Masters in Gerontologie an der Berner Fachhochschule
Die Kosten des Autonomieverlusts im Gesundheits- und Sozialwesen
Stefan Leutwyler, Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern
- 12.00 Uhr Gemeinsames Mittagessen

Nachmittag

- 13.30 Uhr Parallelveranstaltungen
Workshop A
Die Problematik des älteren Fussgängers im Verkehr
In Zusammenarbeit mit der Präventionsstelle der Kantonspolizei Bern und einem Input des VCS werden vor Ort die Schwierigkeiten aufgezeigt, die für SeniorInnen aufgrund der Altersveränderungen im Verkehr entstehen, z.B. beim Überqueren der Strassen und Kreuzungen oder in Tempo-30-Zonen. Es wird gezeigt, wie ältere Menschen ihr Verhalten anpassen können um sicher zu Fuss unterwegs zu sein.
Workshop B
Die Problematik des älteren Lenkers
In Zusammenarbeit mit dem TCS zeigen Fahrlehrer auf einer Fahrt die Schwierigkeiten älterer LenkerInnen im Strassenverkehr: Beeinflussung des Fahrverhaltens durch Einschränkungen des Hörens und des Sehens, der Beweglichkeit und Reaktionsfähigkeit und der Aufnahmefähigkeit. Es wird praktisch gezeigt, wie sich ältere Menschen entsprechende Kompensationsmöglichkeiten aneignen können.
Workshop C
Fit für die Mobilität im Alter
Psychische und physische Fitness ist eine wichtige Voraussetzung für eine möglichst lange selbständige Mobilität im Alter. In Zusammenarbeit mit Organisationen werden verschiedene Projekte vorgestellt und praktische Umsetzungen gezeigt, die gesundheits- und mobilitätsfördernd wirken und damit die Selbständigkeit im Alter erhalten.
- 15.30 Uhr Kaffeepause
- 16.00 Uhr Podiumsdiskussion "Die ältere Bevölkerung nimmt zu, der Verkehr nimmt zu: Was bedeutet dies konkret für den älteren Menschen?"
- 16.45 Uhr Schlussfolgerungen und Ende des Fachkongresses

Anmeldung Fachkongress "Mobilität im Alter"

Anmeldung schriftlich mit Antwortkarte oder per e-Mail bei:

Rundum) mobil GmbH, Büro für Mobilität
Buchholzstrasse 7a
3604 Thun
info@rundum-mobil.ch

Ich nehme am Fachkongress "Mobilität im Alter" vom 14. September 2007 im Hotel Seepark in Thun teil.

Name, Vorname, Firma, Adresse, PLZ Ort, E-Mail

Tagungskosten CHF 280.- / Person

Die Zuteilung zu den gewünschten Workshops wird nach Eingang der Anmeldungen vorgenommen. Bitte markieren Sie Ihre Wahl:

| | Workshop | | |
|---------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| 1. Wahl | <input type="checkbox"/> A | <input type="checkbox"/> B | <input type="checkbox"/> C |
| 2. Wahl | <input type="checkbox"/> A | <input type="checkbox"/> B | <input type="checkbox"/> C |
| 3. Wahl | <input type="checkbox"/> A | <input type="checkbox"/> B | <input type="checkbox"/> C |

Ich benötige ein Hotelzimmer – bitte nehmen Sie mit mir Kontakt auf!

Anmeldefrist bis Montag, 3. September 2007



Monika Tschannen, Ursula Gertsch, Ludo Cebulla (Hrsg.)

Mobilität im Alter

Fokus Siedlungs- und Verkehrsplanung

Berner Beiträge zur Gerontologie [ISSN 1863-4427], Bd. 2
 Berlin 2007, 178 Seiten, 28,- EUR / 44,- SFr; ISBN 978-3-89998-106-3

Über die Herausgeber:

Monika Tschannen: Entwicklung von Mobilitätsmanagement und Projektleitungen auf nationaler Ebene im Bereich Mobilität. Monika Tschannen ist in der Leitung von verschiedenen Unternehmen bzw. Organisationen im Mobilitätsmarkt tätig und Mitinhaberin der Rundum) mobil GmbH.

Ursula Gertsch: Quality Systems Managerin, Projektleiterin und Sachbearbeiterin im Bereich Mobilitätsmanagement, Mobilitätsberatung und -schulung. Ursula Gertsch ist Partnerin des Consultingbüros jgc Joss & Gertsch Consulting sowie Mitinhaberin und GL-Mitglied der Rundum) mobil GmbH.

Ludo Cebulla, Dr. med.: konzipiert und leitet Projekte zur Förderung der Gesundheit und der selbständigen Mobilität im Alter. Ludo Cebulla ist Mitinhaber der Rundum) mobil GmbH und zuständig für den Bereich Gesundheit.

Leserkreis:

- Forscher und Praktiker der Sozialpolitik, Soziologie und Gerontologie
- Verkehrs- und Siedlungsplaner
- alle Menschen in der zweiten Lebenshälfte

Anlässlich eines nationalen Fachkongresses haben sich im Frühjahr 2005 Fachleute aus Politik, Planung und Beratung vertieft mit dem Handlungsspielraum in der Siedlungs- und Verkehrsplanung sowie mit den für die Politik verbindlichen Alterskonzepten auseinandergesetzt. Gerade die öffentliche Hand tätigt längerfristig wirksame Investitionen und bestimmt damit die Rahmenbedingungen für die Mobilität von älteren Menschen. Wenn sich Städte und Gemeinden dieser Rolle bewusst sind und die wichtigsten Grundsätze für eine altersgerechte Mobili-

tät anwenden, leisten sie einen wichtigen Beitrag im Alltag von älteren Mitmenschen.

In den Beiträgen werden Parallelen aufgezeigt von Bedürfnissen älterer Mitmenschen zu denjenigen von Kindern. Anhand der Analysen und Beispiele aus den Fachbeiträgen sind Leitsätze für die Arbeit in der Praxis abgeleitet worden. In dieser Publikation finden Sie Grundlagenmaterial, Anwendungsbeispiele und konkrete Planungshilfen für den praktischen Alltag.

Bitte liefern Sie . . . Exemplare „Mobilität im Alter“ (ISBN 978-3-89998-106-3)
 28,- € bzw. 44,- SFr/Exemplar, zzgl. Versandkosten (Büchersendung): Inland 1,35 €, Ausland 3,50 €

Fa. /Name Frau/Herr

Straße Telefon

PLZ, Ort

Land
 Unterschrift / Stempel

Schriftenreihe Band 2

A.Hieber H.Mollenkopf U.Kloé H.-W.Wahl

Kontinuität und Veränderung in der alltäglichen Mobilität älterer Menschen.

Köln: TÜV-Verlag, 2006.

(Schriftenreihe der Eugen-Otto-Butz-Stiftung: Mobilität und Alter, Bd.2)

ISBN : 978-3-8249-1012-0



Für ältere Menschen ist die Möglichkeit, außer Haus mobil zu sein, eine wichtige Voraussetzung für Selbstständigkeit und gesellschaftliche Teilhabe. Die Zufriedenheit mit den

Mobilitätsmöglichkeiten trägt darüber hinaus in einem hohen Maße zur Lebenszufriedenheit bei.

Der zweite Band in der Reihe „Mobilität und Alter“ dokumentiert die Ergebnisse einer Untersuchung zu den Veränderungen der individuellen alltäglichen Mobilität älterer Menschen in einem Zeitraum von zehn Jahren.

Die Autoren gehen der Frage nach, wie sich gesundheitliche und soziale Veränderungen langfristig auf den Alltag, die Mobilitätsmöglichkeiten und das Mobilitätsverhalten älterer Menschen auswirken. Dabei steht im Mittelpunkt, was eine Veränderung der Mobilität für ältere Menschen bedeutet und wie Beeinträchtigungen bewältigt werden können. Typische Beispiele für positive und negative Entwicklungen werden anschaulich beschrieben. Aus den Erkenntnissen werden Empfehlungen zu unterstützenden Maßnahmen in verschiedenen Bereichen entwickelt, die dazu beitragen können, älteren Menschen ein Höchstmaß an Mobilität und damit Eigenständigkeit und Lebensqualität zu ermöglichen.

2007-01-11 13:09:22