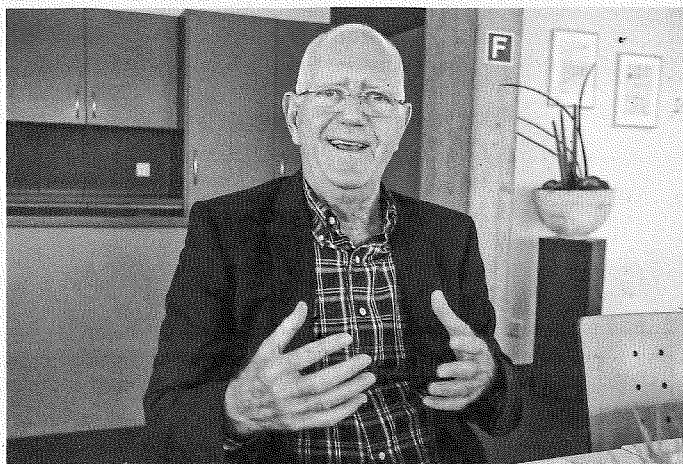


«Mobilität ist auch im Alter ein zentrales Thema»

Berlinger terzStiftung-Präsident René Künzli macht sich Gedanken im Vorfeld des TCS-Familientages vom 16. Juni



René Künzli ist davon überzeugt, dass die Mobilität auch bei älteren Menschen ein zentrales Anliegen darstellt.

(le) Der 77-jährige René Künzli ist Präsident der terzStiftung. Zusammen mit seiner Gattin Silvia gründete er vor über zehn Jahren diese unabhängige, gemeinnützige und nicht gewinnorientierte Stiftung, die seit 2008 operativ tätig ist. Am kommenden TCS-Familientag vom 16. Juni sind Ü50 und die terzStiftung ebenfalls mit dabei. Im Vorfeld des TCS-Familientages macht sich René Künzli Überlegungen zur Alterskultur und zur Mobilität. «Und welches ist dabei die Philosophie der terzStiftung?» Für den Präsidenten hat die Bildung für Menschen im dritten Lebensabschnitt Vorrang. Der Grundsatz «Bildung, Aktivität statt Betreuung und Pflege» zielt für ihn auf die Förderung und Erhaltung von Eigenverantwortung und Selbständigkeit sowie auf die Entwicklung von Kompetenzen, die für den Einzelnen wie für die Gesellschaft einen hohen Wert darstellen. «In diesem Konzept wird der ältere Mensch nicht passiv als Objekt, sondern aktiv als Subjekt seiner Verhältnisse gesehen», sagt Künzli.

Zentrale Werte der Alterskultur

«Der Pflichtbegriff Kants, unsere Fähigkeiten allseits entwickeln zu müssen und dabei die Zwecke der anderen zu fördern», ist für Künzli wichtig. Die Wirkung dieses Konzeptes soll gemäss Künzli zur Bewahrung des Selbstwertgefühls, zur Gesunderhaltung, zur Stärkung des Gemeinschaftsbewusstseins sowie zu einem sinnhaften Leben durch Tätigkeit im Alter beitragen. Zentral sind für ihn: Selbständigkeit, Eigenverantwortung, Aktivität, Mobilität, Sinnhaftigkeit und Lebensfreude. Weshalb beteiligt sich die terzStiftung am Familientag? René Künzlis

Erfahrung zeigt, dass ältere Menschen, die noch eine Aufgabe haben, weniger schnell krank werden. «Sie erleben eine höhere Lebensqualität, verursachen weniger hohe Sozial- und Gesundheitskosten und das wiederum entlastet unsere nachfolgenden Generationen», sagt er. Mobilität im umfassenderen Sinne beinhaltet für ihn Körper, Geist und Seele. Dieser Ansatz des TCS deckt sich zu 100 Prozent mit Künzlis Philosophie: Neugierig bleiben, offen sein für Neues, lebenslanges Lernen, eine solidarische Zukunft mitgestalten, Kommunikation zwischen Jung und Alt fördern. Wichtige Werte sind für ihn: gegenseitiger Respekt, Solidarität, Toleranz und Rücksichtnahme. Das alles beinhaltet laut Künzli der Familientag. Das Programm enthält für alle Generationen unterhaltsame, spielerische und interessante Angebote rund um die Mobilität im Rahmen eines intergenerativen Anlasses.

Angebot für reifere Verkehrsteilnehmende

Künzli meint: Jede Altersgruppe hat ihre spezifischen Aspekte der Verkehrssicherheit, die es als Teilnehmende zu beachten gilt. Bei Jungen sind es die fehlende Praxis, der jugendliche «Übermut» und die Unterschätzung der Geschwindigkeit. Bei den 30- bis 60-Jährigen sind es die Stress- und Ablenkungsfaktoren und bei den Älteren spielen abnehmende körperliche und geistige Flexibilität, Seh- und Hörkraft, verlangsamtes Reaktionsvermögen mit. Und seine wichtige Botschaft lautet: «TCS und terzStiftung wollen, dass ältere Menschen möglichst lange mobil bleiben». Künzli weiss, dass die Mobilität für alle Menschen und besonders für Ältere, ein wichtiges Grundbedürfnis ist. Die aufgezeigten möglichen «Defizite», die mit dem Älterwerden in Zusammenhang stehen, können durch angemessene Massnahmen eindämmend beeinflusst werden. «Die Sehkraft ist im Zusammenhang mit der Verkehrssicherheit wichtig. Daher bieten wir die Gelegenheit, diese von einem Optiker kostenlos zu überprüfen. Wichtig ist die körperliche Fitness, Kraft, Ausdauer und Gleichgewicht. Am Familientag bieten wir einen Parcours, der Spass macht und den Teilnehmenden selber zeigt, wie fit sie tatsächlich sind. Eine Physiotherapeutin gibt danach gerne Anleitungen, wie die Teilnehmenden ihre Fitness durch einfache Übungen zu Hause verbessern können», so Künzli.

Die kognitiven Fähigkeiten, komplexe Verkehrssituationen sofort gesamtheitlich zu erfassen und die richtigen Schlüsse zu ziehen, verlangt vom Hirn Höchstleistung. Ein Arzt wird im Rahmen eines Referates aufzeigen, wie das Hirn funktioniert und wie man es auch trainieren kann. Er wird auch auf die Aspekte des Sehens und Hörens eingehen. Wichtig ist uns, dass immer auch genügend Zeit für Fragen eingeplant ist.