

Mobil und sicher altern

„Altern in guter Gesellschaft“ ist in der Flachgauer Gemeinde St. Georgen kein leeres Schlagwort. Die Aktivitäten sind vielfältig und nachhaltig.

Sicherheit und Mobilität im Alter: Unter diesem Motto stehen in St. Georgen die diesjährigen Aktivitäten im Rahmen des Projektes „Altern in guter Gesellschaft“. Rund 20 Angebote haben die Verantwortlichen der Gemeinde in Zusammenarbeit mit der Gemeindeentwicklung Salzburg zusammengestellt. Als Kooperationspartner konnten dafür das Kuratorium für Verkehrssicherheit, der Österreichische Zivilinvalidenverband, die Salzburger Landeskliniken, ÖBB und Salzburg AG mit der Salzburger Lokalbahn gewonnen werden.

Praxisnahe Themen

Die Themenpalette ist vielfältig und praxisnah: Sicher wohnen, Unfallverhütung, Verkehrssicherheit oder Bahnfahren werden ebenso angesprochen wie Fragen zur Mobilität und zur eigenen Verkehrskompetenz, die Sicherheit zu Hause und im Alltag. Auch Sicherheitstrainings und ein Sensibilisierungsvortrag über den Umgang mit ältere



Die Teilnehmer der „Bewusst.Sicher.Werkstatt“. Diese Schulung mit praktischen Übungen sollte dazu beitragen, die Sicherheit von Senioren im Straßenverkehr zu erhöhen.

Bild: MANFRED FISCHER

ren und/oder behinderten Mitmenschen sind in der Veranstaltungsreihe zu finden.

„Yogaübungen, ein Senioren-Sicherheits-theater sowie monatliche Treffen zum Stricken, gemeinsamen Mittagessen, beim Stammtisch und beim Lachyoga ergänzen unser Angebot und tragen wesentlich dazu bei, dass sich die ältere Bevölkerung in St. Georgen wohlfühlen kann“, erklärt Projektkoordinatorin und -leiterin Maria Höpflinger.

Der Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel war im Frühjahr ein besonderer Schwerpunkt

gewidmet. „Die ältere Generation reist sehr gerne, unternimmt Ausflüge“, betont Höpflinger, „um das Reisen auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln ungetrübt genießen zu können, bedarf es jedoch umfassender Information“.

Tipps fürs Bahnfahren

Werner Höck, ehrenamtlicher Mobilitätsberater der ÖBB, gab deshalb im Rahmen des Vortrages „Bahnfahren leicht gemacht“ praktische Tipps, um den Senioren die Unsicherheit bei der Verwendung des Fahrkartenautomaten zu nehmen.

Groß war das Interesse der Senioren auch bei der Remisenbesichtigung der Salzburger Lokalbahn. Nach einer gemeinsamen Fahrt mit der Lokalbahn nach Salzburg-Itzling konnten sie hinter die Kulissen des Fahrbetriebes blicken und beispielsweise erfahren, dass es auch für ältere Menschen problemlos möglich ist, zum unterirdischen Salzburger Lokalbahn-hof zu gelangen bzw. diesen zu verlassen. Höpflinger: „Es ist ein Lift vorhanden, mit dem auch gehbeeinträchtigte Menschen oder Menschen, die auf den Rollstuhl angewiesen sind, problemlos die Bahnhofshalle, die Obus-Haltestellen und die Bahnsteige der ÖBB erreichen können.“

Gemeinschaft & Sicherheit

Auch flache Einstiege in die S-Bahn-Garnituren erleichtern das Reisen für ältere Menschen. Ziel dieses Ausfluges war es aber nicht nur, den Senioren aus St. Georgen das Reisen mit öffentlichen Verkehrsmitteln schmackhaft(er) zu machen, auch der gemeinschaftliche Aspekt sollte dabei nicht zu kurz kommen. „Gemeinsamkeit stärkt die Lebensfreude, die Gesundheit und das Wohlbefinden“, ist Projektleiterin Maria Höpflinger überzeugt, „wesentliche Aspekte, die das Altern in guter Gesellschaft erst ermöglichen.“



Bahnfahren leicht gemacht: Werner Höck erklärt die Funktionsweise eines Fahrkartenautomaten.

Bild: GEMEINDE

Daten & Fakten

Das Projekt „Altern in guter Gesellschaft“ wurde von der Gemeindeentwicklung Salzburg 2008 in den Gemeinden Seeham und Mattsee gestartet. Seit 2010 ist die Gemeinde St. Georgen im Programm, 2011 folgte Lamprechtshausen.

Dabei werden auf Gemeindeebene Möglichkeiten und Bedingungen für ein gutes, sozial-kompatibles Altern erarbeitet. Mit betroffenen und zuständigen Instanzen wird das Handlungsfeld „Altern“ analysiert und gestaltet. Dies reicht von Möglichkeiten der Pflegevermeidung,

Sturzprophylaxe, Bewegungs- und Gedächtnistraining, Unterstützung betreuender Angehöriger bis zu Wohnraumadaptionen, Formen des betreubaren Wohnens, etc.

Weitere Themenschwerpunkte sind unter anderem noch die barrierefreie Gemeinde, die barrierefreie Wirtschaft, Bildung und Freizeit im Alter, die pflegenden Angehörigen und Sozialbeauftragte in Gemeinden.

Infos: www.gemeindeentwicklung.at

GEMEINDEENTWICKLUNG
Salzburg

Land Salzburg
Für unser Land!

salzburger
bildungswerk

SIR
SALZBURGER INSTITUT FÜR
BAUABSTIMMUNG & WOHNLIFE

Salzburger Nachrichten