

Rikscha-Fahrdienste für ältere Menschen

Velofahren ist für viele selbstverständlich. Im höheren Alter sinkt jedoch die Fähigkeit, sich selbständig fortzubewegen. Es droht die Isolation. Doch mit der Velo-Rikscha lässt es sich bequem übers Land kutschieren. *Paul Pfenninger*

ST.GALLEN In der Stadt St.Gallen hat sich der Verein „Zeme unterwegs“ zum Ziel gesetzt, Aktivitäten zu organisieren, die der Geselligkeit und dem Austausch unter Menschen dienen, sowie Dienstleistungen anzubieten, die allen Generationen in der Stadt zu Gute kommen. Ein Angebot ist das Rikscha-Projekt. Stephan Wenger, Präsident des Vereins, erzählt, dass sie zu Beginn mit einer Rikscha begonnen hätten und Personen aus zwei Altersheimen in der Stadt ausgefahren hätten. „Dann kamen wir per Zufall zu einer zweiten Rikscha, einem Occasionsfahrzeug, das nach einer umfassenden Revision nun wieder wie neu ist. Unterdessen sind es 10 Institutionen in der Stadt St.Gallen, darunter auch eine Tagesstätte für frühdemente Menschen, für die wir Rikscha-Ausfahrten anbieten.“ Meistens sind es Aktivierungstherapeutinnen der Alters- und Pflegeheime, die die Veloausfahrten in ihrem Wochenplan als halbstündiges oder stündiges Angebot führen. Die Bewohner:innen des Heims können sich melden oder werden von der Therapeutin aufgefordert, zur Abwechslung ihres Heimalltags auf eine Ausfahrt mitzugehen.

Meist führen die Fahrten in andere Stadtteile oder ihr ehemaliges Wohnquartier, beliebt sind die Innenstadt, die Dreiveiher oder auch das Breitfeld. Die Pilot:innen (wie sie im Verein genannt werden) erfüllen gerne die Wünsche der Mitfahrenden. Selten gibt es auch eigentliche Taxifahrten, wenn zum Beispiel eine Gruppe von Bewohner:innen eines Altersheims ins Museum möchte. Rückmeldungen von Nutzer:innen des Angebots betrifft die grössere Reichweite ihrer Ausflüge, die mit den Rikschaftahrten möglich ist und dass sie die Natur so unmittelbar erleben,

den Wind in den Haaren spüren und so an ihre frühere Mobilität und Freiheit anknüpfen können.

Die Rischka hat zwei Sitzplätze vorne, hinten sitzt die Pilotin oder der Pilot, angetrieben wird das Gefährt nebst den Pedalen von einem starken Elektromotor. Rollstühle können nicht mitgenommen werden, doch besitzt der Verein einen Anhänger, wo ein Rollator mitgeführt werden kann. Nach einem Aufruf in der Zeitung hat sich der Kreis der freiwilligen Pilot:innen auf derzeit 20 Personen erhöht, drei Frauen und siebzehn Männer, alle zwischen 60 und 70 Jahre alt. Nach einem Fahrtraining und der Ausbildung im Umgang mit älteren Menschen werden die Pilot:innen in Semesterplänen für ihre Einsätze eingeteilt, so dass die beiden Rikschas optimal ausgelastet sind. Seit dem Beginn der Fahrten im Mai 2024 sind 260 Personen transportiert worden; auch im Jahr 2025 gibt es schon viele regelmässige Buchungen für die Rikschas, die beweisen, dass das Angebot einem grossen Bedürfnis entspricht.

Ausfahrt in der Rikscha
© Zeme unterwegs



„Die Fahrten sind aber immer auch ein Teil des sozialen Kontakts; meist gibt es unterwegs eine Pause, manchmal auch ein Halt bei einem Restaurant oder Café“, erzählt Stephan Wenger. „Ich freue mich immer, wenn ich ein Strahlen im Gesicht der Fahrgäste nach der Fahrten sehe, oder wenn ich ein interessantes Gespräch über Erinnerungen aus der Kindheit in der Stadt führen kann.“ Die Dienstleistung wird auch von den Heimen und Institutionen geschätzt. Sie bezahlen einen jährlichen Betrag dafür. Neben Einnahmen von den Institutionen leisten auch die Stadt St.Gallen und verschiedene Sponsoren einen Beitrag zum Unterhalt und zu Beginn auch zur Anschaffung der Fahrzeuge. Doch der Verein „Zeme unterwegs“ und die vielen Pilot:innen arbeiten freiwillig ohne Entgelt. Ihr Lohn ist neben des Fitnesstrainings während desfahrens die Freude der Begegnungen und die Gewissheit, ihre Zeit für eine sinnvolle Sache für andere Menschen einzusetzen.

Nicht nur in der Stadt St.Gallen gibt es Rikscha-Fahrten für betagte Menschen. Auch an anderen Orten wurden in den letzten Jahren ähnliche Angebote aufgebaut. Der

gemeinnützige Verein „Radeln ohne Alter Schweiz“ ist der offizielle, nationale Ableger des weltweiten Vereins „Cycling Without Age“ in der Schweiz. Er führt auf seiner Webseite für die Ostschweiz im Kanton St.Gallen sechs, im Kanton Thurgau fünf und im Kanton Graubünden neun verschiedene Institutionen auf, die Rikscha-Fahrten für ihre Bewohner:innen anbieten. Insgesamt ist „Radeln ohne Alter Schweiz“ in vierzehn Kantonen tätig mit dem Ziel, das Konzept in Schweizer Alters-, Pflege- und Behindertenheimen aufzubauen und regionale Organisationen bei der Umsetzung von Rikscha-Fahrdiensten zu unterstützen. Zudem pflegt der Verein den nationalen und internationalen Austausch mit Organisationen im Bereich der Altersmobilität.

Wer Interesse hat, als Freiwilligenarbeit bei einem Rikscha-Fahrdienst mitzumachen, soll sich direkt bei den entsprechenden Institutionen melden. oo

Weitere Informationen

www.zeme-unterwegs.ch

www.radelnohnealter.ch

VeloLink sucht Befahrer:innen



SARGANS VeloLink ist eine Arbeitsgemeinschaft von Pro Velo St.Gallen Appenzell und dem Velokurier St.Gallen. Wir kontrollieren, pflegen, planen und installieren die Velo-, Bike-, und Skatesignali-

sation im Kanton St.Gallen. Dieses Jahr wurde unsere Leistungsvereinbarung mit dem kantonalen Tiefbauamt St.Gallen bis 2029 verlängert. Wir suchen nun interessierte Velofahrer:innen, die für uns Befahrungen machen möchten. Bist du interessiert?

Was du mitbringen musst:

- Du liebst es Velo und/oder Bike zu fahren und bist bereit, diesen Freiwilligeneinsatz zu leisten
- Du bist digital und kannst deine Entdeckungen dementsprechend dokumentieren
- Du hast ein Auge für eine gute Signalisation gemäss Norm / Empfehlungen
- Du hast Zeit, 4 bis 10 Halbtages- oder Tagestouren im Jahr zu fahren (1 Tour ist zwischen 30 und 60 km lang) – man darf die Tour jeweils auch auf mehrere Tage aufteilen und mit Freunden und/oder Familie fahren.
- Du bist auch mal bereit, einen Schraubenzieher, um etwas festzumachen, einen Lappen, um

die Signale zu reinigen oder eine Gartenschere, um ein Signal freizuschneiden, in die Hand zu nehmen.

Es handelt sich bei diesem Job nicht um eine Festanstellung. Für diese Arbeit erhältst du eine pauschale Spesenentschädigung pro Route, und du wirst vorgängig von einem VeloLink-Mitarbeiter instruiert. Melde dich jetzt, wir freuen uns auf dich. oo

Infos und Bewerbung:

info@velolink.ch

