

RUNDUM MOBIL GMBH 2. MAI 2019

Mobilitätskurs für ältere Verkehrsteilnehmende

Mobil zu sein und bis ins hohe Alter zu bleiben, ist ein grosses menschliches Bedürfnis. Der Erhalt der eigenen Mobilität und ausserhäusliche Fortbewegungsmöglichkeiten sind eine wichtige Voraussetzung für die Selbstständigkeit im Alltag und soziale Teilhabe. Hier bietet der Kurs «mobil sein & bleiben» Unterstützung.



Mobilität im Alter ist ein wichtiges Thema. Seniorinnen und Senioren werden dabei von Experten unterstützt.

Foto: Beat Mumenthaler

Mobil zu sein und bis ins hohe Alter zu bleiben, ist ein grosses menschliches Bedürfnis. Der Erhalt der eigenen Mobilität und ausserhäusliche Fortbewegungsmöglichkeiten sind eine wichtige Voraussetzung für die Selbstständigkeit im Alltag und soziale Teilhabe. Hier bietet der Kurs «mobil sein & bleiben» Unterstützung.

Das Thuner Büro «rundum mobil GmbH» organisiert regelmässig Mobilitätskurse für Senioren und Seniorinnen. Dabei dreht sich alles um folgende Fragen: Welches öV-Angebot gibt es? Was ist bei Tickets innerhalb des Tarifverbundes zu berücksichtigen? Wie wird ein Billett am Automaten

gekauft? Welche Neuerungen gibt es im Strassenverkehr? Wie ist man als Fussgänger sicher unterwegs? Die beteiligten Expertinnen und Experten des öffentlichen Verkehrs und der Polizei gehen auf diese und weitere Fragen ein. In der Region Thun und im Oberland werden die Kurse «mobil sein & bleiben» in Zusammenarbeit mit Pro Senectute Berner Oberland und je nach Standort mit SBB, Zentralbahn, BLS, Postauto, STI sowie der Kantonspolizei Bern umgesetzt. Die wohnortnahe Kursumsetzung wird von den Teilnehmenden geschätzt und hat sich bewährt.

Mobilität bewegt – in Theorie und Praxis

Die in der Theorie behandelten Themen werden im Praxisteil draussen wiederholt und vertieft. Die Teilnehmenden haben die Gelegenheit, Fragen zu stellen und am Billettautomat zu üben. Wer in den letzten Jahrzehnten vor allem mit dem Auto unterwegs war, verfügt in der Regel kaum über Erfahrungen mit dem öffentlichen Verkehr. Der Kurs «mobil sein & bleiben» bietet die Chance, sich in der immer anspruchsvoller werdenden öV-Welt zurechtzufinden und Sicherheit in der Nutzung des Billettautomaten zu gewinnen. Die Teilnehmenden erhalten ausserdem praktische Tipps, um Unfälle im Strassenverkehr und in öffentlichen Verkehrsmitteln zu vermeiden. Diese Sensibilisierung ist wichtig. Im höheren Alter nehmen die körperliche Verletzlichkeit und das Risiko für schwere Unfälle zu.

Alternativen in Betracht ziehen und sich vorbereiten

Im Alter gewinnen der öffentliche Verkehr und das Zufussgehen an Bedeutung. Einerseits nimmt der Aktionsradius ab, und das nahe Wohnumfeld wird wichtiger. Andererseits erfordern auch altersbedingte Veränderungen eine angepasste Verkehrsmittelwahl (zum Beispiel Verlust der Fahrkompetenz). Wer hauptsächlich mit dem Auto unterwegs ist, ist gut beraten, sich frühzeitig mit Alternativen auseinanderzusetzen.

Kursangebot in der Region

Im Mai gibt es zwischen Thun und Meiringen vier Gelegenheiten, den halbtägigen Kurs zu besuchen.

Steffisburg: 9. Mai, 8.30 bis 12.00 Uhr, Solina Steffisburg

Meiringen: 14. Mai, 8.30 bis 12.00 Uhr, Kirchgemeindehaus

Thun: 16. Mai, 8.30 bis 12.00 Uhr, Domicil Selve Park

Interlaken: 28. Mai, 8.30 bis 12.00 Uhr, Hotel Artos

Sämtliche Kursdetails und zusätzliche Termine sind unter www.mobilsein.ch/kurstermine verfügbar.

Anmeldung bei Pro Senectute Berner Oberland:

Telefon 033 226 70 70 oder b+s.oberland@be.pro-senectute.ch

ARTIKELINFO

Artikel Nr. 173375 2.5.2019 – 08.30 Uhr Autor/in: **Pressedienst/Dennis Rhiel**

Anzeigen



Wir sind ein mittelgrosses Unternehmen im Berner Oberland und führen die Marken Subaru und Ford. Zur Ergänzung unseres Teams suchen wir per sofort oder nach Vereinbarung

Carrossier/in Lackierer EFZ

Wir erwarten

- Abgeschlossene Lehre
- Einsatzwille
- Selbstständiges Arbeiten

Wir bieten

- Zeitgemässe Anstellungsbedingungen
- Weiterbildungsmöglichkeiten
- Angenehmes Arbeitsklima

Gerne erwarten wir Ihre Bewerbungsunterlagen per Post oder Mail.

Auto von Bergen AG

Werner von Bergen
Balmstrasse 2, Postfach 266
3860 Meiringen
werner@auto-vonbergen.ch
Telefon 033 972 60 50

Inserieren | Abo | Kontakt

Impressum | AGB

Datenschutz

© 2001 – 2014 Gossweiler Media AG, Medienhaus seit 100

Die Zauberflöte WALDORF 100 Rudolf Steiner Schulen
Kantone Bern und Solothurn
von Wolfgang Amadeus Mozart | arrangiert von Peter Appenzeller

**Aufführungen mit SchülerInnen,
Eltern und Freunden der Schule**

Fr. 17.05.2019 19:00 Uhr
Sa. 18.05.2019 17:00 Uhr
im Saal der Schule, Kollekte

So. 19.05.2019 17:00 Uhr
Stadtkirche Thun, Kollekte

**RUDOLF STEINER SCHULE
BERNER OBERLAND**

Astratrasse 15 | T 033 438 07 17 | info@steinerschulebo.ch
3812 Steffisburg | F 033 438 07 18 | www.steinerschulebo.ch