

Immer mehr Menschen in der Schweiz werden immer älter. Der Wunsch dieser Bevölkerungsgruppe, möglichst lange ein grosses Mass an Selbstständigkeit erhalten zu können, ist nur allzu gut zu verstehen. Drei wesentliche Faktoren können die Selbstständigkeit einschränken:

1. der Gesundheitszustand
2. die Komplexität des Alltags
3. die Beschleunigung des Lebensrhythmus durch die jüngeren Generationen.

So ist das Risiko zu stürzen, mit zunehmendem Alter, steigend. Gewissen Bewegungseinschränkungen kann jedoch vorbeugend begegnet werden. Stürze und daraus resultierende Verletzungen können durch gezieltes Muskeltraining und den damit verbundenen vielfältigen Bewegungsabläufen massiv gesenkt werden. Investitionen in ein sinnvolles Bewegungstraining zahlen sich mit einem besseren körperlichen Allgemeinzustand und damit auch einer verminderten Anfälligkeit zu Stürzen aus.

In Deutschland hat sich auf Grund dieser Erkenntnisse in den letzten Jahren ein neuer Weg für die spielerische Aktivierung der älteren Bevölkerungsgruppen etabliert. (Ein entsprechendes kommerzielles Angebot läuft unter dem Label "playfit, outdoor-fitness".) Auf öffentlichen Plätzen und Parkanlagen wurden Geräte installiert, die der Stärkung des Kreislaufes, der allgemeinen körperlichen Vitalität, Beweglichkeit, Koordination, Körperbalance und der Lockerung von Muskeln dienen.

Das hier verfolgte Konzept basiert auf der Integration von altersgemäß angepassten Übungsmöglichkeiten zur Erlangung und Bewahrung einer Grundfitness, welche sich im oben beschriebenen Masse günstig auf die Prävention auswirkt.

Wichtig und entscheidend ist die Tatsache, dass diese Geräte den spielenden Menschen, den "Horno ludens", ansprechen sollen. Das soll sich nicht im stillen Kämmerlein und auch nicht in Fitnessstudios in irgendwelchen Kellergeschossen abspielen, sondern an der frischen Luft, an Orten, wo sich Jung und Alt begegnen können. Kinder, jüngere und ältere Menschen auf Bewegungs(spiel)geräten, die einander erleben, sich von einander inspirieren lassen, wären hier die Stichworte.

Ausgehend von diesen Darlegungen bitte ich die Regierung um die Beantwortung folgender Fragen:

1. Teilt die Regierung die Auffassung, dass mit oben geschilderten Anlagen ein wichtiger Beitrag zur Gesunderhaltung der älteren Bevölkerung erzielt werden könnte?
2. In Basel würde sich auf der neu eingerichteten Claramatte, die durchaus noch Nischen aufweist, ein erstes Mal die Gelegenheit eröffnen, in diesem Sinne ein die Generationen übergreifendes Übungsangebot einzurichten. Der Ort eignet sich darum besonders gut, weil hier in unmittelbarer Umgebung diverse Institutionen für ältere Mitbürgerinnen und Mitbürger bereits existieren (Alterswohnungen, Alterspflegeheime).

Sieht die Regierung hier die Möglichkeit, ein entsprechendes Pilotprojekt zu fördern?

Stephan Luethi-Brüderlin