



### **Mobil mit Bus und Bahn – Mobilitätstraining speziell für Senior\*innen**

Mobil sein auch im Alter – das wollen heute die meisten Senior\*innen. Ob zum Einkaufen in die nächste Stadt, zum Arztbesuch oder um Freund\*innen und Bekannte zu besuchen. Möglich ist das auch ohne eigenes Auto – mit Bus und Bahn. Speziell an die Zielgruppe älterer Menschen richtete sich ein Angebot des Verkehrsverbundes Rhein-Neckar (VRN) in Kooperation mit der Verkehrsgesellschaft Gersprenztal (VGG), das im Caritaszentrum St. Vinzenz stattfand. An zwei Nachmittagen erfuhren die interessierten Teilnehmer\*innen in Theorie und Praxis alles Wissenswerte über das Fahren mit Bus und Bahn, auch mit Rollator oder Rollstuhl. Frau Abel und Herr Vukas von der VGG führten durch das kurzweilige und informative Programm und am Ende des ersten Nachmittags gab es für die Teilnehmenden dann auch eine kleine „Hausaufgabe“: Sie sollten Preise und Verbindungen für eine Fahrt von Einhausen nach Mannheim zum Wasserturm herausfinden.

Am nächsten Nachmittag stand dann das eigentliche „Üben“ auf dem Stundenplan. Der Busfahrer Herr Vukas brachte dazu eigens einen Bus mit, in dem die Teilnehmer\*innen das Ein- und Aussteigen, auch mit Rollator oder Rollstuhl, übten. Groß war die Überraschung, als es hieß, dass der Ausstieg mit beidem rückwärts (!) erfolgen sollte. Aber dank der Hilfe des ebenso fachkundigen wie hilfsbereiten Busfahrers meisterten auch das alle mit Bravour. Gemeinsam ging die Fahrt dann nach Riedrode an den Bahnhof. Hier zeigte Frau Abel, wie man am Fahrkartenautomaten an das richtige Ticket kommt, bevor die Fahrt dann wieder zurück ins Caritaszentrum ging und der Nachmittag bei Kaffee und Kuchen ausklang. Frau Abel nahm einige Anregungen und Denkanstöße seitens der Teilnehmer\*innen mit und versprach, sie an die Verantwortlichen weiterzuleiten. Einig waren sich alle, dass die Schulung ein gutes Angebot für Senior\*innen war – auch wenn sicher das ein oder andere in der Praxis noch verbessert werden sollte.