



WANDERN OHNE GRENZEN

In der Schweiz ist das Wandern mit 2,7 Mio. Aktiven die populärste Sportart. Ein Erlebnis, an dem auch Menschen mit eingeschränkter Mobilität gerne teilhaben wollen und auch sollen. Darum sind bis heute auf dem Netz von SchweizMobil 69 hindernisfreie Wanderwege geschaffen worden. Und es gibt weitere Projekte.

Toni Kaiser Text

Das Wandern ist des Schweizer Lust. Dieser Satz aus einem beliebten Volkslied ist jedem Schweizer, jeder Schweizerin wohlbekannt. Er gilt nicht nur für das «normal»-wanderfreudige Volk, sondern tönt auch für die mehr als 17000 hierzulande mit einer Gehbehinderung oder Mobilitätseinschränkung lebenden Menschen attraktiv. Allerdings ist dessen Umsetzung nicht unproblematisch. Denn begehbarer Wege ohne Hindernisse sind in unserem an Hügeln, hohen Bergen, Gewässern und künstlichen Barrieren reich gesegneten Land nicht gerade der Normalfall. Darum hat es, wer auf einen Rollstuhl oder auf andere Gehhilfen angewiesen ist, was im übrigen auch für ältere Menschen und Familien mit Kinderwagen gilt, oft nicht nur im Alltag schwer, sondern insbesondere auch auf unserem so grossartigen Wanderwegnetz.

Glücklicherweise hat sich diesbezüglich in den letzten Jahren einiges getan. Dem Thema Hindernisfreiheit wurde Raum gegeben, kompetente Leute haben sich zusammengesetzt, haben diskutiert, geplant, realisiert. Mit dem erfreulichen Ergebnis, dass sich auf einem Teil der mehr als 65 000 Kilometer signalisierten Schweizer Wanderwege auch Rollstuhlfahrende und gehbehinderte Menschen problemlos bewegen können. 69 solche barrierefreie – und damit auch kinderwagenfreundliche – Wanderrouten wurden seit 2012 eingerichtet und ausgeschildert.

Eine wichtige Rolle in der Evaluation und Realisierung dieser anforderungsreichen Wege spielt der Verein Mobility International Schweiz MIS. In Zusammenarbeit mit SchweizMobil (dem nationalen Netzwerk für den Langsamverkehr), den Schweizer Wanderwegen und den Kantonen hat sich MIS des Problems angenommen: «Unser vordringlichstes Ziel war es, landesweit vorerst mindestens zwei bis drei hindernisfreie Routen pro Kanton zu schaffen», erklärt Helena Bigler, Leiterin Procap Reisen und Sport.

Mobility International Schweiz mit Sitz in Olten ist seit rund 40 Jahren als Fachstelle für barrierefreies Reisen in der Schweiz tätig und wird unter anderem vom Bundesamt für Sozialversicherungen sowie verschiedenen Trägerorganisationen unterstützt; im Vorstand vertreten sind auch alle grossen Behindertenorganisationen der Schweiz. Seit dem 1. Januar dieses Jahres trägt Procap-Reisen, die Spezialistin für barrierefreies Reisen, nun die Verantwortung für MIS; mit dieser Integration können in Zukunft wertvolle Synergien besser genutzt werden (siehe Kasten Seite 15). Hauptaufgabe von MIS ist die Sammlung barrierefreier Reiseinformationen

weltweit und deren Weitergabe an alle Interessenten, die Sensibilisierung der Bevölkerung auf Anliegen von Personen mit eingeschränkter Mobilität sowie das Erstellen von entsprechenden Publikationen. Dass die Zusammenarbeit der verschiedenen Organisationen zügig Früchte getragen hat, ist höchst erfreulich.

Hohe Anforderungen

Zuständig für die Realisierung solcher barrierefreier Wanderrouten, die auf dem Tourenportal von SchweizMobil (wanderland.ch/HindernisfreieWege) aufgeschaltet werden, sind die kantonalen Wanderweg-Organisationen. Als Grundlage dient ein umfangreiches Manual mit Empfehlungen, das Mobility International Schweiz zusammen mit Behindertenorganisationen, Betroffenen sowie den Schweizer Wanderwegen erarbeitet hat. Die Anforderungen sind hoch. Ein als geeignet taxierter und entsprechend signalisierter Weg muss zum Beispiel mindestens drei Kilometer lang und 1,20 m (bei Absturzgefahr bis 1,80 m) breit sein und darf keine Hindernisse wie Drehkreuze, Tore, Treppen aufweisen. Ausgangs- und Endpunkt müssen an den barrierefreien, öffentlichen Verkehr angebunden und von barrierefreien Infrastrukturen wie WCs und Restaurants begleitet sein. Erfüllt eine Route alle Anforderungen, kann sie über die Informationsplattformen von SchweizMobil in vier Sprachen (D, F, I, E) kommuniziert werden.

Als neuestes Projekt steht ausserdem eine App für Personen mit eingeschränkter Sehkraft kurz vor der Einführung. Dieses Tool wird eine Sprachführung auf dem Smartphone enthalten, welche sehbehinderten Menschen hilft, barrierefreie Routen des Schweizer Wanderwegnetzes selbständig begehen zu können.

Mit dem Rollstuhl über Stock und Stein

Dass auch die Technik nicht stillsteht, kann man an den neuesten Rollstuhlmodellen sehen. So gibt es unterdessen elektrisch angetriebene und somit geländegängige Rollstühle mit intelligentem Fahrwerk und Elektroantrieb, die über modulare Batterien und automatische Bremssysteme sowie eine clevere Radkonstruktion verfügen, welche es erlauben, auch naturbelassene Bergwanderwege, Kopfsteinpflaster, Schotter und Wegstufen zu bewältigen. Möglich sind damit Steigungen und Gefälle bis 32 Pro- >

LINKS Im Saanenland gibts zwei als «Barrierefrei» markierte Wanderwege: den Schönriederweg (Nr. 447) und den Saane-Uferweg (Nr. 448).



«Die qualitativ besten Wege für barrierefreies Wandern in der Schweiz sind bei SchweizMobil zu finden.»

HELENA BIGLER
Leiterin Procap Reisen und Sport Schweiz.

i Die gut ausgebaute Datenbank MIS-PLUS von Mobility International Schweiz (mis-ch.ch) verfügt unter «Reiseinfos» über eine Vielzahl von Listen mit speziell für Personen mit Einschränkung geeigneten Adressen. Zu finden sind beispielsweise Hotels, Ferienwohnungen, Restaurants und Ausflugsziele, dazu spezialisierte Reisebüros, Miete von Auto-, Bus-, Caravan- sowie anderen Hilfsmitteln, ausserdem Reiseinformationen weltweit und natürlich der Link zu den barrierefreien Wanderrouten von SchweizMobil. Wer nicht mit dem Internet vertraut ist, kann bei MIS Auskünfte auch direkt einholen: 062 212 67 40.

RECHTS Mit Motörli-Unterstützung eines JST-Multidrive-Rollstuhls ist die Umrundung des Hinterstockensees am Fuss des Berner Stockhorns gut machbar.

UNTEN Neben vielen weiteren Dienstleistungen ermöglicht der Verein Procap Schweiz Menschen mit einem Handicap Ferien im In- und Ausland.



Bilder: Toni Kaiser, zVg

zent. Solche Gefährte, sogenannte «JST-Multidrive»-Rollstühle, ermöglichen es Menschen im Rollstuhl, die Schweizer Bergwelt hautnah erleben zu können. Dank dem Elektromotor sind sie auch für Menschen geeignet, die ihre Arme nicht zum Anstossen benutzen können. Und es gibt für Menschen, die den «JST-Multidrive» nicht selber steuern können, sogar Modelle mit Fernsteuerung, sodass der Rollstuhl bequem von einem Mitwanderer bedient werden kann.

Seit 2017 ist diesbezüglich ein weiteres Projekt im Aufbau: «Nebst Spezialfahrrad-, Kajak- und Eisgleitervermietung ermöglicht die Stiftung Cerebral Menschen mit eingeschränkter Mobilität, in speziellen Berggebieten solch geländegängige Rollstühle zu mieten», erklärt Thomas Erne, der Geschäftsleiter der Stiftung. So beispielsweise am Stockhorn im Simmental, bei der Mittelstation Chrindi. Von dort startet der Rundwanderweg «No Limits» rund um den Hinterstockensee. Zudem wurden Cerebral-Sitzbänke installiert, damit gehbehinderte Menschen sich ausruhen und die schöne Landschaft geniessen können. Im neu gebauten Seehütli – mit Feuerstelle, überdachten Sitzgelegenheiten und Abenteuerspielplatz – wurde ausserdem eine behindertengerechte Toilette eingerichtet.

Seit dem vergangenen Jahr stehen auch im liechtensteinischen Malbun – beim Schluchertreff am Ortseingang – sowie seit diesen Frühling im bündnerischen Arosa verschiedene Wanderungen zur Verfügung. Das Ziel der Stiftung Cerebral ist es, ein nationales Vermietungsnetz für geländegängige «JST-Multidrive»-Rollstühle aufzubauen. Ab diesem Frühling wird auch im Freilichtmuseum Ballenberg ein «JST-Multidrive» zur Verfügung stehen, und weitere Destinationen sind geplant.

Infos unter cerebral.ch, procap.ch und pro-trek.ch. ©



«Die Natur allen zugänglich zu machen, ist eines der wichtigsten Angebote unserer Stiftung.»

THOMAS ERNE, Geschäftsleiter Schweizerische Stiftung Cerebral

OUTDOOR-SPORT UND -FERIEN FÜR MENSCHEN MIT HANDICAP

Procap Schweiz (mit Sitz in Olten) heisst die Organisation, die landesweit Menschen mit verschiedensten Behinderungsformen unterstützt und berät. 1930 gegründet, zählt sie heute über 20 000 Mitglieder in 45 regionalen Sektionen. Einerseits unterstützen mehr als 1000 Freiwillige, viele von ihnen selber mit Handicap, Procap-Mitglieder in Alltag, Freizeit und in den Ferien. Andererseits fördert Procap Sport als Dienstleistungsorganisation sportliche Aktivitäten wie Bewegungstrainings und Aktivwochenende und organisiert dazu auch nationale Sporttage. Ermöglicht werden sollen Natur- und Outdoorerlebnisse wie Waldspaziergänge und Bergwanderungen. Um auch im unwegsamen Gelände Touren zu ermöglichen, hat Procap zusammen mit der Fachhochschule Nordwestschweiz den outdoortauglichen Trekkingrollstuhl «Protrek» entwickelt. Mit ihm sind dank einer speziellen Snowboard-Lösung sogar Touren im Schnee möglich.

Tipp Barrierefreie Touren finden Sie in den Outdoortipps ab Seite 49 und auf den Online-Seiten 76/77. Dazu auf dem Tourenportal schweizmobil.ch sowie zum Beispiel auch auf dem privat betriebenen Portal swisstractours.ch. In diesem sind neben aktuellen Infos auch viele, teils auch als schwierig eingestufte Touren in der Schweiz, Liechtenstein, Deutschland, Frankreich, Italien und Österreich zu finden.

RECHTS Zwar nicht offiziell als «Barrierefrei» deklariert, bietet der Rundweg um den Hallwilersee dennoch keine Probleme für Wandernde mit «Wägeli».

UNTEN Bergwandern mit Familie und Rollstuhl bei Arosa.



Eine Behinderung ist ein schweres Los, ohne Zweifel. Mit welchen Problemen er sich in seinem Alltag konfrontiert sieht, erzählt Tobias Lötscher, der seit seiner Geburt auf den Rollstuhl angewiesen ist. Und dass ein «Behindertenleben» durchaus auch Vorteile bieten kann.

«Wir Rollstuhlfahrer sind auf gut erreichbare Toiletten angewiesen»

Interview mit Tobias Lötscher



REDAKTION Tobias, du bist seit vielen Jahren mit dem Rollstuhl unterwegs – ab und zu auch auf Wanderwegen? Wo, wie oft?

TOBIAS LÖTSCHER Als Hobby-Ornithologe verbringe ich einen grossen Teil meiner Freizeit in der Natur. Manchmal bin ich auch alleine unterwegs. Natürlich ist es schon vorgekommen, dass ich mit dem Rollstuhl nicht mehr gut weitergekommen bin, weil die Wege sehr schwierig befahrbar waren oder wegen einer Treppe. Da bleibt mir jeweils nichts anderes übrig, als umzukehren, einen Umweg zu suchen oder es so lange selber zu versuchen, bis es dann doch irgendwie geht. Die Schweiz bietet aber sehr schöne und gute Wanderwege, von denen eine gute Anzahl auch mit dem Rollstuhl befahren werden können.

R Was sind dabei deine grössten Probleme?

TL Die Steilheit der Wege und die Beschaffenheit wie grobe Steine oder schmale Wege machen mir die grössten Probleme.

TOBIAS LÖTSCHER aus Nottwil AG ist Hobby-Ornithologe und für Vogelbeobachtungen oft in der Natur unterwegs. Er ist seit seiner Geburt auf den Rollstuhl angewiesen.

R Was geht gar nicht? Und warum?

TL Wenn das Terrain zu steil oder der Boden zum Beispiel sumpfig ist oder zu holprig, bin ich auf Hilfe angewiesen, da ich sonst mit den Rädern durchdrehe.

R Falls es Probleme gibt, kriegst du Hilfe? Und wie wichtig ist da deine körperliche Verfassung?

TL Oft sind wir in Kleingruppen unterwegs, von da bekomme ich immer Hilfe, wenn ich danach frage. Je besser ein Rollstuhlfahrer oder eine -fahrerin körperlich «zwäg» ist, umso grösser ist auch der Aktionsradius, und von daher lässt es sich in der Schweiz sehr gut «rollen».

R Siehst du durch deine Behinderung allenfalls auch Vorteile im «normalen» Leben?

TL Ja, es gibt durchaus Vorteile im Leben mit einer Behinderung. Es kommt wohl auf die situative Betrachtungsweise des Betroffenen an... Ich persönlich erachte es als Vorteil, dass ich oft an Veranstaltungen vergünstigten Eintritt habe. Es ist auch praktisch, dass Rollstuhlparkplätze oft sehr nahe an dem Ort liegen, den man besuchen will, also zum Beispiel direkt vor dem Eingang eines Gebäudes.

R Was wünschst du dir von Behörden, Verbänden, Mitmenschen, oder...?

TL Da wir Rollstuhlfahrer auf gut erreichbare Toiletten angewiesen sind, sind wir dankbar, diese zum Beispiel auch in einem Bergbeizli anzutreffen. Rollstuhlgängige Wanderwege sind eben auch für unsere Integration wichtig.

Bergwandern ist ohne elektrische Zughilfe und unter gewissen Voraussetzungen auch mit Paraplegikern im Rollstuhl möglich. Wir haben es ausprobiert!

Mit Rollstuhl und Muskelkraft

Anita Panzer Text

«Oh, haben Sie in Ihrem Rollstuhl einen Motor eingebaut?», werden wir am Berg oft gefragt. Ich strecke dann meist den Arm in die Luft: «Ja, ich bin der Motor!» Ich, Fussgängerin, 47 Jahre alt, Wanderleiterin, fit. Er, Paraplegiker, Mitte 50, gelähmt ab TH4, komplett, ehemals Rollstuhlsportler, durchtrainierter Oberkörper. Seit diesem Jahr entdecken wir gemeinsam die Berge. Allein aus Muskelkraft. Weg von Bergbahnen und Fahrstrassen. Ja, das geht!

Natürlich kommen wir nicht überall durch. Schmale Single-Trails in steilem Gelände zum Beispiel sind extrem ungeeignet. Wir sprechen aus Erfahrung. In einem besonders steilen Waldstück – super, eine Abkürzung! – schwitzten wir Blut, bis wir unten wieder die Fahrstrasse erreichten. Ich musste mich seitlich an den Rollstuhl stellen, gleichzeitig bremsen und dem Kippen vorbeugen. Und beim Übergang vom Waldstück auf die Fahrstrasse gab es keinen anderen Ausweg, als den Rollstuhl unter meinem Partner hervorzuziehen, diesen

auf die Strasse zu stellen, ihm die Beine zu halten, so dass er auf den Armen hinunterrobben konnte. Wir waren uns nicht sicher, ob wir auf Hilfe oder eher darauf hoffen sollten, dass uns bei dieser Übung niemand sieht...

Besser geeignet sind Bergwege, die auf der Wanderkarte als ausgezogene oder lang (!) gestrichelte Linie angegeben sind. Die minimale Breite des Wegs muss mindestens Rollstuhlbreite betragen, die Steigung darf etwa 22 Prozent oder 12 Grad, und dies lediglich über eine kurze Strecke, nicht überschreiten. Es dürfen keine unpassierbaren Stellen wie mehrere steile Treppenstufen, Zäune, schmale Gatter, grosse Steine oder Wurzeln vorhanden sein. Sowohl der Paraplegiker wie seine Begleitperson, der oder die Fussgänger/-in, müssen körperlich äusserst fit, sportlich und gesund sein, um eine Bergwanderung gemeinsam absolvieren und dabei auch geniessen zu können. Für eine solche ist auch ein spezieller Geländerollstuhl mit Vorbau notwendig. Er muss mit

guten Pneu, am besten Mountainbike-Pneu, einem grossen dritten Vorderad, mit Lenker wie auch mit Bremsen ausgerüstet sein. Die Begleitperson zieht oder bremst den Rollstuhl mit Seil und Gummischlauch, das Seil wird an einem Klettergurt befestigt.

Gemeinsam und mit vereinten Kräften von unbeteiligten Dritten sind wir so schon im Naturpark Thal von Balsthal SO nach Gänsbrunnen über die zweite Jurakette («Königstour Juraweg Thal»), auf das Faulhorn im Berner Oberland oder zur Maighelshütte in der Nähe des Oberalppasses GR gewandert. Solche Touren können für Wanderleiter, die den Umgang mit Rollstuhlfahrern gewohnt sind, wie auch für Tourismusdestinationen ein neues Geschäftsfeld eröffnen.

Ein erstes Rollstuhltour-Angebot im Naturpark Thal ist in Zusammenarbeit mit dem SAC und der Schweizer Paraplegiker Vereinigung im Mai geplant, Infos unter apatrek.ch. ☺



Für Sportliche – vorne Anita Panzer aus Feldbrunnen SO, hinten Hans-Peter Berger aus Langendorf SO – sind auch Bergwanderungen ohne Motörli-Unterstützung möglich.

«DER BARRIEREFREIE TOURISMUS IST EIN ATTRAKTIVER MARKT.»

Heute werden Menschen nicht nur älter, sie bleiben auch länger aktiv. Mit dem Alterwerden steigt aber auch die Wahrscheinlichkeit einer Behinderung. Vor diesem Hintergrund wird das Thema Barrierefreiheit für Tourismusdestinationen immer wichtiger.

3 Fragen an Anita Panzer.



REDAKTION *Wie meinst Du das genau mit dem attraktiven Markt?*

ANITA PANZER In der Schweiz leben tausende Menschen mit einer Gehbehinderung oder im Rollstuhl. Diese und hier vor allem die Zielgruppe «Best Ager», also Personen über 60, sind für den Tourismus attraktiv, da sie eine hohe Kaufkraft besitzen und gerne ihr Geld für Qualität ausgeben. Kommt hinzu, dass Senioren die Hochsaison eher meiden, sich also stärker auf die Nebensaison konzentrieren.

R *Was sollen Tourismusdestinationen demnach tun?*

ANITA PANZER ist Gemeindepräsidentin von Feldbrunnen SO und Wanderleiterin mit eidg. Fachausweis.

AP Eine barrierefreie Infrastruktur schaffen und detaillierte Informationen zur Verfügung stellen! Denn diese sind nicht nur für Rollstuhlfahrende ein Mehrwert, sondern sie bilden auch ein Komforts- und Qualitätsmerkmal für Menschen mit Gehschwierigkeiten, ältere Menschen mit Gehhilfen und

Familien mit Kinderwagen. So profitieren mehrere Zielgruppen vom barrierefreien Tourismus.

R *Und worin besteht der Gewinn für diese Destinationen?*

AP Meistens reisen Rollstuhl-Gäste mit einer Begleitperson an und generieren damit zusätzliches Potenzial. Ausserdem ist diese Zielgruppe einer einmal entdeckten Destination treu, wenn sie gute Erfahrungen gemacht hat und sich in der Folge selbständig zurechtfinden kann. Eine Tourismusdestination kann sich so im Qualitätstourismus profilieren. ☺