

VERspielt



BERLIN MIT KIND

Ein Ausflugsguide für Eltern, die mit ihren Kindern die Stadt erobern wollen

Wo sind die besten Shops für Kinderklamotten? Welche Parks sind die schönsten? Wo kann man im Sommer baden gehen und welche Sehenswürdigkeiten sind auch interessant für Kinder? Wie jedes Jahr hat die Redaktion des „Himbeer-Magazins“ sich auf die Suche nach den besten Berlin-Tipps für Kinder gemacht und viel Neues sowie die alten Klassiker zusammengetragen. Mit schönen Fotos von echten Berliner Familien und Kindern kommt das Layout auch in diesem Jahr sehr frisch daher. Die redaktionellen Besonderheiten sind unter anderem die Shoppingtipps bekannter Berliner Elternblogger sowie drei Geschichten über das naturnahe Leben mit Kindern in der Stadt. Auf zehn Seiten findet man auch Tipps für Ausflüge nach Brandenburg. Ein Best-of der Spielcafés gibt es natürlich auch. Der Familien-Freizeit-Guide ist in Kiosken oder Buchläden zu bekommen und kostet 14,95 Euro, online unter: berlinmitkind.de/buch. saa

FÜR GROSS & KLEIN

KARNEVAL FÜR BAMBINI Sonntag, 17.2.

Ein italienischer „Carnevale dei bambini“ (Kinderkarneval) wird im Restaurant Fabbrica Del Gusto, Pappelallee 36, 10437 Berlin, von 11.30 bis 15.30 Uhr gefeiert – beim sonnigen Familienbrunch. Zum Programm gehören Spiele und ein Mitmachkonzert sowie eine Kinder-Disco. Außerdem können sich Kinder von einer professionellen Visagistin, schminken lassen und sich aus einem Kostümfundus ein Kostüm aussuchen. Veranstaltung wird das Fest von der Sprachenschule „Musigatto und Erdmännchenhöhle“. Anmeldung und Reservierung unter Tel. 41 47 49 60. dma

GEGENSEITIGES BABYSITTEN Montag, 18.2.

Im Café der NachbarschaftsEtage, Familienzentrum Fabrik Osloer Straße, treffen sich von 15.30 bis 17 Uhr Eltern, die sich gegenseitig beim Babysitten helfen wollen – organisiert vom Start-up „SitEinander“. Das Angebot findet jeden Montag zwischen 15.30 und 17 Uhr statt. SitEinander organisiert gegenseitige Kinderbetreuung unter befreundeten Eltern und solchen, die es werden wollen. Da Eltern selbst in die Rolle des Babysitters schlüpfen, ist das Ganze kostenlos. Gedacht ist das Angebot für Eltern mit Kindern zwischen zwei und sechs Jahren. Mit einer App sammelt man virtuelle Punkte, wenn man auf die Kinder der Freunde aufpasst, und kann diese wiederum selbst einsetzen, wenn man eine Betreuung sucht. Ziel ist es, dass Familien ihr Geld nicht für teures Babysitting ausgeben, sondern sich untereinander helfen. Informationen stehen unter www.siteinander.de. http://familienzentrum.fabrik-osloer-strasse.de/siteinander. Anmeldung unter Tel. 0173-9 35 39 02 oder per E-Mail an ulrike@siteinander.de. dma

NORDLICHTER IM PLANETARIUM Mittwoch, 20.2.

Ein Wissenschaftsprogramm mit dem Titel „Aurora – Wunder des Nordlichts (ab 10 Jahren)“ läuft ab dem 16.2. im Planetarium am Insulaner/Wilhelm-Foerster-Sternwarte, Munsterdamm 90, 12169 Berlin. Allerdings sind die ersten Termine bereits ausverkauft. Karten für 6 bis 8 Euro gibt es noch für die Vorführungen am Mittwoch, 20.2., um 17 Uhr und am Donnerstag, 21.2., um 18.30 Uhr sowie am Donnerstag, 28.2., um 17 Uhr. Das Polarlicht ist als Nordlicht („Aurora Borealis“) im Norden und als Südlicht („Aurora Australis“) im Süden bekannt. Zu sehen sind Aufnahmen des koreanischen Astrofotografen Kwon O Chul sowie Originalaufnahmen von Bord der Internationalen Raumstation ISS und Visualisierungen. Informationen stehen unter www.planetarium.berlin. dma

OFFENE HEBAMMENBERATUNG MITTWOCH, 20.2.

An jedem 3. Mittwoch im Monat von 11 bis 12 Uhr bietet die Hebamme Justine Boguslawski im Stadtteilzentrum Paul Gerhardt Stift, Müllerstraße 56-58, 13349 Berlin, eine offene Beratung an. Sie hilft bei Fragen zu Schwangerschaft, Geburt, Stillen, Wochenbett, Babypflege und vermittelt zu weiteren Stellen im Kiez. Weitere Termine sind am 20. März und 17. Februar. dma

AUTOFAHREN IM ALTER Was Kinder, Enkel und Senioren wissen sollten



Mit Opa unterwegs. So manche Großeltern kutschieren ihre Enkel umher. Spätestens dann fangen viele Eltern an, sich um die Sicherheit Sorgen zu machen. ADAC und ACE bieten überall in Deutschland Trainings und Checks an, bei denen man herausfinden kann, ob Opa oder Oma noch fit am Steuer sind. Foto: iStock

„Opa, du fährst zu weit rechts!“

Bis wann lässt man Eltern oder Großeltern ans Steuer? Für viele Familien eine schwierige Frage. Ein Fahrfitness-Check ist aufschlussreich

VON SAARA VON ALTEN

Dieter Marquardt macht das, wovor sich die meisten seiner Altersgenossen scheuen. An einem Donnerstagvormittag im Januar steigt der 80-Jährige gemeinsam mit Fahrlehrer André Kaiser in seinen grauen Volvo-Kombi. Er möchte seine Fahrtauglichkeit von einem Experten überprüfen lassen und hat deshalb bei dem Fahrlehrer aus Strausberg einen Fahrfitness-Check gebucht. Die Fahrt beginnt auf dem Parkplatz vor der Fahrschule. Marquardt steckt den Zündschlüssel ins Schloss und lenkt den Wagen auf die dicht befahrene Hauptstraße, vorbei an einer Plattenbausiedlung. Auf dem Beifahrersitz hat Fahrlehrer André Kaiser Platz genommen – und erteilt ihm nun Anweisungen: Er lässt ihn mehrere Kreuzungen überqueren und lotst ihn durch ein Villenviertel. Nebenbei macht er sich auf seinem Tablet Notizen.

Wie lange können die eigenen Eltern oder Großeltern noch Auto fahren? Da der Gesetzgeber keine Regeln einführen will, ist dies nicht nur ein Thema in den Medien, sondern auch eine viel diskutierte Frage innerhalb der Familien. Viele erwachsene Kinder sorgen sich um ihre Eltern, wenn sie merken, dass diese körperlich und geistig abbauen, trotzdem aber nicht auf das Autofahren verzichten wollen. Besonders in den ländlicheren Regionen Brandenburgs, wo die älteren Leute auf ihr Auto angewiesen sind, sei dies ein großes Konfliktthema, erzählt Fahrlehrer Kaiser. Auf der einen Seite stünden die besorgten Kinder, auf der anderen die nicht immer ganz einsichtigen Senioren, sagt Kaiser. „Der Altersstarrsinn ist eines der Hauptprobleme.“ Und ein Grund, weshalb er manchmal als Konfliktschlichter herangezogen wird. Einmal sollte er auf dringenden Wunsch einer Familie einen Senior beim Fahren begleiten, der einen Schlaganfall gehabt hatte. Die Kinder wollten nicht mehr, dass ihr Vater noch fährt. Der war aber fest davon überzeugt, dass er dazu noch in der Lage sei. „Der Mann konnte seinen linken Arm nicht mehr bewegen und griff immer von rechts über den Lenker, um zu blinken“, erinnert sich Kaiser. „Er hatte den Überblick verloren.“ Am Ende einer kurzen Testfahrt gab der Mann sich einseitig. Der Fahrlehrer konnte ihn dazu bewegen, künftig das Auto stehen zu lassen. Die Kinder waren dankbar.

Auch Dieter Marquardt hat die heutige Fahrstunde seiner Familie zuliebe gebucht. Immerhin chauffiere er ab und an auch mal seine Enkel durch die Gegend,

zum Turnverein oder zu Freunden. „Da möchte ich doch, dass alle ein sicheres Gefühl dabei haben“, sagt er, während er ziemlich entspannt durch die Strausberger Innenstadt fährt.

Aufgeregt wie bei seiner Führerscheinprüfung vor 50 Jahren sei er nicht, sagt der Senior mit weißem Haar und Schiebermütze. „Ich will auf meine Fehler hingewiesen werden. Vielleicht hat sich was eingeschlichen, was ich gar nicht bemerke.“ Dieser selbstkritischen Maßnahme unterzieht er sich ganz freiwillig. Dass man wie Prinz Philip auch in Deutschland noch mit 97 ohne jegliche Kontrolle drauflosfahren darf, findet Dieter Marquardt nicht unbedingt gut. Aus seinem Bekanntenkreis ist er weit und breit der Einzige, der einen freiwilligen Check macht. „Das ist unbequem“, sagt er. Der ein oder andere habe wahrscheinlich auch Angst vor dem Ergebnis.

Konkret wurde seine Idee, sich für ein Fahrfitness-Training, das der ADAC oder auch der ACE überall in Deutschland anbieten, anzumelden, als seine beiden Enkelsohne mit 17 ihren Führerschein machten und er sich als Beifahrer für das Begleitete Fahren eintragen lassen wollte. „Die beiden Jungs haben plötzlich ganz genau darauf geachtet, wie gut der Opa eigentlich fährt“, erzählt er. Über die Witze, dass er zu weit rechts fahre oder mal wieder einen Gullideckel gestreift habe, habe er zwar immer gerne mitgelacht, dabei sei ihm aber auch der Gedanke gekommen, wie lange das noch so gut gehe? Der 80. Geburtstag sei für ihn eine persönliche Marke gewesen.

Fahrlehrer Kaiser würde die Grenze noch ein paar Jahre früher setzen. Jeder Mensch altere schließlich unterschiedlich schnell. „Es gibt 65-Jährige, die reagieren so langsam wie 80-Jährige, und 90-Jährige, die noch so fahren, als wären sie erst 70“, sagt Kaiser. Doch ganz abschalten lässt sich der Alterungsprozess nie. Hören, Sehen und vor allem die Reaktionsfähigkeit lassen irgendwann nach. „Der Arbeitsspeicher des Menschen wird zwar immer größer, die Festplatte verarbeitet die Informationen allerdings im-

mer langsamer“, erklärt der Unfallforscher Siegfried Brockmann das Phänomen. Es kann also leichter zu Unfällen kommen, weil zu langsam reagiert wird.

Dieter Marquardt fährt wie die meisten Rentner nur noch die nötigsten Strecken mit dem Auto. Zum Einkaufen, zum Arzt, einmal die Woche zum Malverein und gelegentlich besucht er seinen Sohn in Pankow. Beim Augenarzt war der Brillenträger zuletzt vor drei Jahren, einmal im Jahr geht er zum Hausarzt. Hören tue er noch ganz gut, sagt er. Wie sieht es mit der Reaktionsfähigkeit aus? Das könne er selber gar nicht beurteilen. „Ich merke, dass ich im Alltag für viele Dinge wie Geschirrspülen länger brauche als früher.“ Beim Auto-



Beim Fitness-Check. Dieter Marquardt (80) mit Fahrlehrer André Kaiser. Foto: saa

fahren spüre er allerdings keine wesentlichen Veränderungen. Denn diese kommen schleichend. Das sei ein weiteres Problem, sagt André Kaiser. „Man selber kann das nur schwer für sich selbst einschätzen.“ Er hingegen könne nach wenigen Kilometern als Beifahrer sehen, wie schnell der Fuß auf der Bremse sei, wie gut die Person die Geschwindigkeit der jeweiligen Situation anpassen könne.

Beim Autofahren muss man viel kompensieren – unvorhersehbare Situationen, Fehler, die die anderen Autofahrer machen. Manche ältere Verkehrsteilnehmer überschätzen sich genauso wie die

Fahreranfänger. Bretterten wie wild auf eine Kreuzung zu oder führen viel zu schnell im Kreisverkehr. Doch wenn man sie darauf hinweise, wollten sie es meist nicht einsehen. „Schuld sind eben immer die anderen.“ Dieter Marquardt fährt nicht zu schnell. Vor einem Baumarkt soll er nun rückwärts in eine Parklücke einlenken. Hierbei bemerkt der Fahrlehrer, dass der 80-Jährige zwar in die Spiegel schaut, aber seinen Oberkörper beim Schulterblick nicht weit genug nach hinten dreht. Auch so eine Sache, die viele Ältere vernachlässigen, einfach weil es unbequem ist und sie sich nicht mehr so gut bewegen können. Auf den Fehler aufmerksam machen wird Kaiser ihn allerdings erst am Ende der Fahrstunde.

Zu André Kaiser in die Fahrschule kommen auch viele ältere Frauen über 70, die noch einmal ihr Führerscheinwissen und ihre Fahrpraxis auffrischen möchten. Viele Frauen dieser Generation haben zwar einen Führerschein gemacht, meint Kaiser, das Privileg, zu fahren, hatten allerdings stets die Männer für sich beansprucht. „Das Auto war das Herzstück des Mannes. Das wollte er nicht hergeben.“ Wenn dann mal die Frau ausnahmsweise das Auto fuhr, habe der Mann einfach so viel gemekelt, dass die Frau schnell keine Lust mehr hatte. Wenn die Männer verstorben oder krank sind, müssen die meist etwas jüngeren Frauen ans Steuer.

Manchmal wird es aber auch von Familienmitgliedern in Kauf genommen, dass Senioren nicht mehr so richtig fahren können. „Schauen Sie in das gesamte Märkisch-Oderland“, sagt Kaiser. Wenn Kinder und Enkel zu weit entfernt wohnen und nicht Chauffeur spielen können, gibt es in manchen entlegenen Gegenden für die Alten gar keine Alternative. Es gibt aber auch die Kinder, die sich ohne Grund sorgen. Jedenfalls ein Teil der Familienstreitigkeiten könnte beigelegt werden, würden mehr Leute ihre Eltern in die Fahrschule schicken. Doch Dieter Marquardt ist die absolute Ausnahme. Die Unfallforscher der Versicherer haben erhoben, dass sich freiwillig nur zehn bis 15 Prozent überprüfen lassen. Und das sind meist „nur die Guten. Die anderen kommen erst gar nicht“, sagt André Kaiser. Dabei bleibt das Ergebnis der Testfahrt streng vertraulich. „Es geht darum, dass man seine Stärken und Schwächen besser einschätzen kann.“ Manche haben nagelneue Fahrzeuge, wissen aber nicht, wie sie ihren Spiegel richtig einstellen, oder sie vergessen ihr Hörgerät zu Hause. Eine Frau dachte, sie könne sich nicht richtig anschnallen, weil sie einen Herzschrittmacher trug. Das sind alles Dinge, die Kaiser schon ansprechen musste, doch bis auf den Mann mit dem Schlaganfall hat er noch keinem Senior das Autofahren ganz ausreden müssen. Sein Fazit für Dieter Marquardt fällt besonders positiv aus: „Er reagiert noch ausreichend schnell auf den Verkehr, fährt vorausschauend und hat die komplette Übersicht.“ Zum Abschluss bekommt er eine Urkunde. Seine Kinder und Enkel und alle anderen Verkehrsteilnehmer müssen sich keine Sorgen machen.

Demenzkranke wollen oft noch fahren

Wie Angehörige damit umgehen können

Wie gut kann man mit einer Demenz noch Auto fahren?

Zu Beginn der Krankheit können Erkrankte das Defizit noch gut kompensieren und fahren teils noch Strecken im bekannten Umfeld. Irgendwann erleiden sie einen Orientierungsverlust. Betroffene finden dann den Weg nicht mehr nach Hause oder suchen verzweifelt das Auto auf dem Parkplatz. Dass Problem ist allerdings, dass ein Demenzkranker fast immer von sich sagen wird, ich kann noch fahren. Menschen mit Demenz können ihre eigene Erkrankung nicht wahrnehmen. Und deshalb kommt es vor, dass Erkrankte in falscher Einschätzung auch weitere Strecken mit dem Auto fahren. Was, wenn die Familie nicht darauf aufpasst, große Gefahren mit sich bringt, da sie den Straßenverkehr gar nicht mehr richtig wahrnehmen können.

Wie gehen die Angehörigen meistens mit dieser neuen Situation um?

Angehörige sind zunächst oft überfordert oder sie befinden sich in einer Abhängigkeit zur Mobilität. Nehmen Sie ein älteres Ehepaar. Der Ehemann, klassisch, hat den Führerschein. Die Ehefrau eventuell nicht. Jetzt haben beide ein Problem. Der Erkrankte soll nicht mehr fahren, Einkäufe und Besorgungen müssen aber erledigt werden. Die Frau wird das Defizit ihres Mannes also wohl eher verdrängen.

Machen die Kinder dabei auch viel falsch?

Aus Angst vor rechtlichen Folgen fordern Kinder häufig von ihren Eltern, den Führerschein abzugeben. Ein Demenzkranker wird aber nicht verstehen, warum. Den Führerschein abgeben, das ist bei uns eng mit einer Straftat verknüpft und daher kann der Betroffene keinen Bezug herstellen, er hat ja nichts falsch gemacht. Für andere ist das Verstecken des Autoschlüssels eine erste Lösung. Wenn aber einem Menschen mit Demenz der



Michael Wissussek leitet die Seniorengennossenschaft in Riedlingen, in der insbesondere Menschen mit Demenz gepflegt werden. Das Gespräch führte Saara von Alten.

Führerschein, der Geldbeutel oder der Schlüssel genommen wird, kann der Betroffene erst recht keinen klaren Gedanken mehr fassen. Er wird suchen und suchen. Der Effekt ist, er wird verwirrt sein als vorher, er wird es überhaupt nicht verstehen, weshalb er jetzt nicht mehr fahren soll.

Was ist außerdem die Gefahr dabei?

Die Gefahr ist, dass zum Beispiel eine Mutter ihren Sohn nicht mehr akzeptieren wird, denn er hat sie bestohlen, ihr etwas ganz Wichtiges im Leben genommen – diesen Führerschein, der für Selbstständigkeit und Teilhabe steht. Unter Umständen wird sie ihm das nicht mehr verzeihen. Einige Tage später weiß sie vielleicht von der konkreten Situation nichts mehr, aber sie wird sich merken, dass ihr Sohn ihr etwas ganz Schlimmes angetan hat. In vielen Familien kann dies zum Vertrauensbruch führen und die Kinder verlieren den wichtigen empathischen Zugang zum Betroffenen.

Was schlagen Sie sonst vor?

Man könnte für die Brieftafela eine Kopie des Führerscheins machen, mit dem Vermerk „Demenz“. Statt den Schlüssel zu verstecken, kann man versuchen, einen Zweitschlüssel vom Autohändler zu bekommen, der aber nicht passt. Es wäre auch möglich, zu vermitteln, dass das Auto in der Werkstatt ist – für ganz lange Zeit. Dann empfiehlt es sich allerdings, mit dem Autohändler zu sprechen und ihn über die Erkrankung zu informieren. Allerdings kommt es nicht selten vor, dass ein Demenzkranker zum nächsten Autohändler geht, um sich ein neues Auto zu kaufen. Das hat es alles schon gegeben.

Damit sind die Probleme aber nicht gelöst, oder?

Wir müssen in Deutschland dringend die Frage klären, wie wir im Alter mobil bleiben können. Die Zahl der Demenzkranken wird weiter steigen, die Betroffenen müssen aber auch weiter in das gesellschaftliche Leben integriert werden. In Riedlingen haben wir einen bürgerschaftlichen Fahrdienst für Demenzkranke eingerichtet. Hier braucht es noch viele weitere Ideen. Ich denke, das bürgerschaftliche Engagement ist unverzichtbar in der weiteren Versorgung und Mobilität.