

# Rikscha Kurier

Ausgabe 7  
Mai 2024



Rikscha Haltestelle Bludenz

## Liebe Leserinnen und Leser!

**D**ie Saison hat für viele Standorte schon voll begonnen und sicher wurden bereits viele Ausfahrten durchgeführt. Höchste Zeit für unseren neuen Rikscha-Kurier! Wir hoffen auf eine interessierte Leserschaft, wenn wir über unser Tun in Österreich berichten. Die Jahreshauptversammlung im März hat einige Veränderungen gebracht. Neben dem geänderten Vereinsnamen haben wir ein neues Leitungsteam. Elisabeth, Elke und Andrea stellen sich kurz vor und sind zukünftig für Radeln ohne Alter Österreich zuständig. Als Standort stellen wir diesmal die Gruppe aus Lauterach vor, die im vergangenen Jahr sehr viele Ausfahrten durchführt hat.

Die Berichte über Projektideen oder die Durchführung und Teilnahme an Veranstaltungen sollen das breite Bild widerspiegeln, das unsere Standorte bieten und wo wir überall mitgemacht haben. Natürlich ist das nur ein Auszug und es passieren sicher noch viele andere tolle Aktivitäten. Wie in jedem Kurier laden wir ein, Berichte und Fotos zu schicken, damit wir sie veröffentlichen können. Der Rikscha-Kurier lebt von der Beteiligung der Standorte, möglichst über alle Bundesländer verteilt! Ein weiterer Beitrag behandelt ein paar Um- und Aufbauten bei den Rikschas. Hierbei ist wichtig zu beachten, dass

Seite 2



keine sicherheitsrelevanten Veränderungen durchgeführt werden.

**W**ir wünschen einen schönen Restfrühling, Sommer und Herbst mit vielen angenehmen Erlebnissen, tollen Ausfahrten und netten Gesprächen. Je nach Beteiligung der Standorte, interessanten Themen oder wichtigen Veränderungen wird es noch einen oder zwei Rikscha-Kuriere dieses Jahr geben. Wir haben keine festgelegten Veröffentlichungstermine sondern hal-

ten das flexibel und bedarfsgerecht.

**V**iel Spaß beim Lesen! Wir freuen uns auf konstruktive Rückmeldungen und Anregungen.

Das Redaktionsteam

**sozialfonds**  
gemeinden und land Vorarlberg  
unser Land

Impressum: für Inhalt und Gestaltung verantwortlich Alwin Ender, Elke Fitz, Elisabeth Füssl, Andrea Zenzmaier, Radeln ohne Alter, Österreich, Königshofstraße 3, 6890 Lustenau  
<https://radelnohnealter.at>, Fotos: Standorte Imst, Hard, Lauterach, Wiener Neustadt, Bregenz, Bludenz, Bürs, Ebreichsdorf, Dornbirn, Feldkirch, Kufstein, Radeln ohne Alter Österreich



Am 14. März 2024 fand die 9. Jahreshauptversammlung des Vereins Radeln ohne Alter Österreich statt. Die Versammlung fand als Zoom-Onlinekonferenz mit 18 Teilnehmer:innen statt. Neben den üblichen Tagesordnungspunkten wie Begrüßung, verschiedenen Berichten, Budgetrück-/vorschau, Entlastung des Kassiers und des Vorstandes hat es ein paar wichtige Beschlüsse gegeben, über die hier kurz berichtet wird.

1. Der Verein wird den Namenszusatz ändern und zukünftig „Radeln ohne Alter Österreich - Rikschaausflüge für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen“ heißen.

2. Die Statuten wurden geringfügig adaptiert. Verändert hat sich jedoch der Vorstand, einerseits personell aber vor allem funktionell, weg vom klassischen Obmann/Schriftführer/Kassier hin zu einem gleichberechtigten Leitungsteam, das sich die Aufgaben untereinander aufteilt.

Sehr erfreulich ist, dass sich Elke Fitz (Lustenau, V), Elisabeth Füssl (Ebreichsdorf, NÖ) und Andrea Zenzmaier (Golling, S) für die kommende Funktionsperiode zur Verfügung stellen. So gibt es nun drei Ansprechpersonen in Leitungsfunktion über Österreich verteilt. Auf der nächsten Seite stellen sie sich kurz vor.

Beiräte sind zusätzlich Conny Reibnegger (Hard), Wolfgang Purtscher (Bürs) und Wolfgang

Kühne. Rechnungsprüfer sind Conny Reibnegger und Gerald Pramesberger (Bad Goisern).

Ausgeschieden sind Alwin Ender als Obmann und Conny Reibnegger in der Funktion als Schriftführerin. Die Wahl fand als offene Abstimmung statt und das Leitungsteam, die Beiräte und die Rechnungsprüfer wurden einstimmig gewählt.

3. Der Rechnungsabschluss 2023 wurde von den Rechnungsprüfern ordnungsgemäß kontrolliert, es gab keine Beanstandungen, die Entlastung erfolgte einstimmig. Auch das Budget für 2024 wurde einstimmig angenommen. Sehr erfreulich ist, dass Radeln ohne Alter Österreich auch für 2024 wieder eine Förderung vom Sozialfonds Vorarlberg erhielt, die es ermöglicht, die Vereinsgeschäfte weiterhin gut umzusetzen.

Wir haben in ganz Österreich 42 Standorte. Die Vielzahl an Aufgaben kann nicht ausschließlich ehrenamtlich erledigt werden.

4. Es konnte über einige Veränderungen berichtet werden. 2023 kamen folgende Standorte neu dazu: Bad Vöslau, Klosterneuburg, Graz, Bad Goisern, Imst, Egg, Frastanz, Ludesch und Nenzing. Seit 1.1.2024 sind Wiener Neustadt und Hopfgarten/Brixental neu dazu gekommen.

Im vergangenen Jahr wurden in Vorarlberg zahlreiche Weiterbildungen im Bereich Kinästhetik, Erste Hilfe und Demenz

angeboten. Diese Präsenzkurse kamen sehr gut an und werden voraussichtlich, in einer reduzierten Form, auch 2024 wieder durchgeführt. Die Umsetzung adäquater Weiterbildungen in den weiteren Bundesländern ist derzeit noch in Planung, da die geografischen Distanzen der Standorte ausserhalb Vorarlbergs Präsenzveranstaltungen schwieriger machen.

Der begonnene Organisationsentwicklungsprozess (RoA zukunftsfit machen) wird fortgesetzt.

Den Rikschakurier wird es ebenfalls weiter geben, Redakteur dieser Vereinszeitung bleibt Alwin Ender, der um viele Beiträge aus den Standorten bietet. Auch die vierteljährlich stattfindenden Zoom-Treffen werden weitergeführt. Sie dienen dem Erfahrungsaustausch und bieten immer wieder Platz für Fragen, Anregungen und neue Ideen.

An dieser Stelle vielen Dank für das Engagement in den Standorten, an Conny und Alwin für die Mitarbeit im Vorstand in den vergangenen Jahren, an Elke für die Geschäftsführung, die Buchhaltung und den Gesamtüberblick, an Elisabeth und Andrea für die Mitarbeit im neuen Leitungsteam, allen Koordinator:innen für ihren Einsatz und natürlich allen Pilot:innen, die viel Freude vermitteln und Radeln ohne Alter zu dem machen, was wir sind.



## Neues Leitungsteam



Elisabeth ist seit 2021 Koordinatorin und Pilotin im Standort Ebreichsdorf (NÖ) und beteiligt sich auch seit 2022 als Pilotin im Standort Wien 1150 (Samariterbund). Beruflich ist sie in der Mobilitätsforschung tätig und die Mobilität von alten Menschen und Menschen mit Einschränkungen ist seit 15 Jahren ein Schwerpunkt ihrer Arbeit. „Radeln ohne Alter ist für mich ein exzellentes Beispiel dafür, wie umfassend das Mobilsein auf Menschen und somit auf unsere Gesellschaft wirkt. Die Rikscha-Ausfahrten erfüllen viele unterschiedliche Funktionen und Bedürfnisse gleichzeitig, das zeichnet dieses Angebot aus. Ich freue mich Teil der Radeln ohne Alter / Cycling without age community zu sein und wünsche mir, dass ein Angebot wie Radeln ohne Alter zum Standardangebot in Gemeinden wird.“



Elke ist es zu verdanken, dass Radeln ohne Alter sich derart entwickelt hat. Als eine der Frauen der ersten Stunde hat sie den Verein maßgeblich mitgeprägt: „Als ich im Herbst 2014 den TED Talk von Ole Kassow über Cycling without age sah, war ich sofort begeistert, denn die Kombination von Radfahren und sozialem Engagement ist genau meins. Bis heute bin ich fest davon überzeugt, dass der Wind beim Rikscha fahren nicht nur ins Haar, sondern direkt ins Herz geht.“ „Die Gründung von Radeln ohne Alter Österreich, im Frühjahr 2015, war spannend und großartig, naiv, aber zielstrebig. Wir stürzten uns zu viert in das Abenteuer und starteten mit den ersten zwei Rikschas in Lustenau durch.“ Ihr Motto: Glück ist ein Tunwort. Man kann es nicht kaufen, aber teilen oder spenden.



Andrea lebt seit 1993 mit Ihrer Familie in Golling an der Salzach. Sie hat 1990 in Salzburg als DGKP diplomiert und in den nächsten Jahren in der SALK und in einer Ordination gearbeitet. Seit 2000 ist sie im Seniorenheim Golling beschäftigt. Sie ist dort als Heim- und Pflegedienstleitung angestellt. Im Rahmen einer Ausbildung 2017/2018 entstand die Idee zu Ausflügen mittels einer Rikscha. Es wurde eine angeschafft und Golling ist Radeln ohne Alter Österreich beigetreten. Seitdem ist die Rikscha Martha unterwegs und es werden ca. 80 - 90 Ausfahrten jährlich durchgeführt. „Unsere Bewohner:innen genießen diese Ausfahrten sehr und kommen mit einem strahlenden Lächeln zurück.“



## Standort Lauterach

**D**er Radeln ohne Alter Standort in Lauterach begann Mitte 2020 mit 4 Pilot:innen und einer TRIO-Rikscha mit den ersten Ausfahrten. Bald wurde eine zweite Rikscha angeschafft und derzeit sind 11 Pilot:innen im Einsatz. Durch die Erweiterung des Pflegeheimes und den Zuzug von Bewohner:innen aus Hard wurden in Lauterach im vergangenen Jahr 321 Fahrten mit gesamt 3.862 Km durchgeführt. Zum Vergleich sind in ganz Berlin mit 3,8 Millionen Einwohnern 700 Fahrten gemacht worden. „Unser Erfolgsgeheimnis? Wir haben einen tollen Zusammenhalt im Team, treffen uns regelmäßig zum Stammtisch. Wir wurden sogar zu einem gemeinsamen Essen mit dem Senecura-Team eingeladen, dadurch lernten wir uns alle viel besser kennen. Wir arbeiten sehr gut und unkompliziert mit dem Heim zusammen, Geheimnis ist das keines, aber die Wertschätzung motiviert uns“, sagt Klaus König, der Lauteracher Koordinator.

Radeln ohne Alter Lauterach zeigt, wie wichtig die Zusammenarbeit in der Gemeinde mit allen Beteiligten ist. Die Unterstützung durch die politisch verantwortlichen Personen, der Kontakt zum Pflegeheim, die Absprachen mit den mobilen Pflege- und Betreuungsdiensten, das Bekanntmachen in der Bevölkerung und ein



engagiertes Team mit einer entsprechenden Koordination sind für den Erfolg wichtig. Im Rheintal sind wir in der glücklichen Situation, dass alle Gemeinden sehr nahe beieinander liegen und es oft auch in den Nachbargemeinden bereits RoA-Standorte gibt. In Lauterach ist 2023 eine Rikscha längere Zeit wegen einer Reparatur ausgefallen. Kurzerhand konnten Rikschas aus

Hard und Wolfurt ausgeliehen werden und dadurch mussten keine gewünschten Fahrten abgesagt werden. Herzlichen Glückwunsch zum erfolgreichen Jahr 2023 mit den meisten Ausfahrten in ganz Österreich!

Für weitere Information steht Klaus König, Tel.: 0676/4760890, E-Mail: klaus.koenig54@gmx.at, gerne zur Verfügung.



### **R**adeln ohne Alter am Mountainbike Trail - warum nicht mal eine Themenverfehlung?

Beim Ebreichsdorfer Bike-Fest war zwar die Zielgruppe von Radeln ohne Alter - Menschen mit Mobilitätseinschränkungen – kaum vertreten, aber genau das hat uns gereizt. Dort wo junge und auch erwachsene Menschen sich noch gar nicht vorstellen können, dass die selbstständige und selbstbestimmte Mobilität oder auch die körperliche Fitness nicht für alle eine Selbstverständlichkeit sind, sind wir genau richtig. Während rundherum Sprünge und Tricks mit Mountainbikes gezeigt und geübt wurden, stand die Rikscha inmitten des Geschehens am Platz. Zugegeben: Anlass und Publikum waren auf sportliche Betätigung aus und für Bewusstseinsbildung über eingeschränkte Mobilität war wenig Platz. Nichtsdestotrotz gab es ein paar Interessierte, die nicht nur mit sportlichen Eindrücken das Fest verlassen haben, sondern auch mit dem Bewusstsein, dass rauszukommen dank Radeln ohne Alter kein Privileg mehr ist für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen. Für große Augen haben wir auch bei einigen Gästen gesorgt, als wir für ein Foto ohne Passagier:in Kurs auf den Trail genommen haben. Ebreichsdorf liegt im Flachland, dass Rikschas auch im Bergland fahren, das war etwas Neues.



### **Rikscha-Haltestelle**

In der Stadt Bludenz gibt es seit 3 Jahren einen Radeln ohne Alter-Standort. Bludenz war und ist ein Verkehrsknotenpunkt mit langer Tradition, besonders was den Eisenbahnverkehr betrifft. Aber auch der Zugang zu fünf Tälern und der Busverkehr spielen eine große Rolle. Als Besonderheit gibt es

in der Stadt Bludenz vor dem dortigen SeneCura Sozialzentrum eine eigene Rikscha-Haltestelle im Stil der üblichen Bushaltestellen. Eröffnet wurde die Haltestelle (Foto Seite 1) standesgemäß vom Team in Bludenz mit dem Bürgermeister Simon Tschann. In Bludenz waren die Pilot:innen und Passagiere mit



den Rikschas auch beim Faschingsgeschehen mit dabei und mit der Stadtmusik unterwegs.

### **Wings for Life Run 2024**

Ronald und Radeln ohne Alter Kufstein waren auch dieses Jahr als Catcher Car und Laufteam dabei. Gemeinsam mit 145 Startern wurde am Dorfplatz in Itter gestartet und gemeinsam um den Sportplatz viele Kilometer gesammelt. Bei dieser Aktion werden Spenden für die Rückenmarksforschung gesammelt. Der Wings of Life Run gilt als die größte Laufveranstaltung weltweit und findet jedes Jahr statt. Das Catcher Car ist eine virtuelle Zielinie. Wenn ein/e Läufer:in vom Catcher Car überholt wird, ist der/die Läufer:in im Ziel. Also, möglichst nicht überholen lassen, um viele Kilometer zu sammeln. Die Rikscha mit Ronald hat motiviert und zum Erfolg der Veranstaltung beigetragen.



### **Radeln ohne Alter Wiener Neustadt – Standort Eröffnung beim 15. Radgipfel**

Mit großer medialer Aufmerksamkeit ist der neue Radeln ohne Alter Standort in Wiener Neustadt im Zuge des 15. Radgipfels eröffnet worden. Die Rikscha stand prominent an beiden Tagen vor dem Haupteingang beim Veranstaltungsort zum Mitfahren und Ausprobieren bereit. Es gab beim Radgipfel auch einen Beitrag zur gesundheitsfördernden



Wirkung des Radeln ohne Alter Angebotes. Eine gemeinsame Ausfahrt mit der Christiania und der Rollstuhl-Rikscha durch den Stadtpark hat allen Beteiligten große Freude bereitet. Das Radeln ohne Alter Team freut sich auf jeden Fall schon auf die weiteren Ausflüge und wir alle wünschen dem neuen Standort einen guten Start mit vielen schönen Erlebnissen.



### Frühstück für pflegende Angehörige

Im Rahmen der Aktion Demenz in Vorarlberg wurde vor einigen Jahren die Initiative gestartet, pflegenden Personen in privaten Haushalten als kleine Anerkennung für ihr Engagement ein Frühstück vorbeizubringen. Einige Standorte von Radeln ohne Alter beteiligten sich dabei und stellten die Frühstückssackerl mit Rikschas und Fahrrädern zu. Dieses Jahr war es am 21. April wieder soweit, leider war das Wetter sehr schlecht, regnerisch und kalt. Aufgrund der langen Wege mussten auch Autos eingesetzt werden. In Hard belieferten wir 59 Haushalte, in Bregenz 26 und in Lauterach 69. Insgesamt brachten wir 405 Personen ein Frühstück an die Haustür.



Auch wir sagen allen Pflegenden DANKE für ihre tagtägliche Fürsorge und ihr Engagement für die Seniorinnen und Senioren. Dies ist eine wertvolle In-







initiative, die zumindest einmal im Jahr symbolisch eine Anerkennung für die pflegenden Personen in den Privathaushalten ausdrückt.

In der Hoamat Achfeld in Golling wurde zum ersten Mal ein eigener **Maibaum** aufgestellt.

Auf Rollatoren und mit musikalischer Begleitung wurde der Maibaum von den Bewohnern in den Garten transportiert. Eine Brezel, von einer freiwillige Helferin gestrickt, wurde noch feierlich aufgehängt.

Bis in die Abendstunden sind alle gemütlich im Garten zusammengesessen und haben auf das erfolgreiche Maibaumaufstellen angestoßen.



## Anpassungen, Umbauten

Die perfekte Rikscha gibt es leider noch nicht. Die Modelle haben ihre Stärken und Schwächen und manchmal werden mit kreativen Ideen Verbesserungen entwickelt und umgesetzt.

In Dornbirn erfreut sich die Christiania-Rikscha mit der zusätzlichen Haltestange großer Beliebtheit. Manfred Gmeiner hat die Idee mit einfachen Mitteln selbst umgesetzt. Man muss die Stange zum Ein- und Aussteigen abnehmen, aber die Passagiere fühlen sich sicherer und halten sich gerne an irgendwas fest. Manfred war selbst angenehm überrascht, mit welchem Zuspruch seine „Erfindung“ angenommen wird. Er gibt auch gerne Tipps, wenn jemand eine Anhalte- stange nachrüsten möchte ([magm@gmx.net](mailto:magm@gmx.net)).

In Imst hat Andreas Sturm etwas ähnliches mit einem zusätzlichen blauen Gurt bewerkstelligt. Es geht um das Sicherheitsgefühl und wenn man sich an etwas anhalten kann, wird dieses Gefühl erhöht ([andreas.sturm@cni.at](mailto:andreas.sturm@cni.at)). Bregenz hat eine Nihola-Rollstuhlrikscha der früheren Generation. Die Ladefläche ist relativ kurz, je nach Rollstuhl standen die Füße der Passagiere vorne an der Laderampe unangenehm an. Mit einer Stichsäge, einer Feile und einem Kantenschutz wurde kurzerhand ein Loch in die Laderampe gesägt. Die Füße haben



jetzt mehr Platz und der/die Passagier:in sitzt deutlich angenehmer als vorher. (weitere Infos bei [Karl.baur@gmx.at](mailto:Karl.baur@gmx.at)) Den Feldkirchern war die Sitzfläche der Christiania-Rikschas



zu schmal. Mit viel technischem Aufwand wurde die Sitzfläche um 8 cm verbreitert, und die Aufbauten angepasst. Zwei Passagiere können nun bequemer sitzen. Ob sich der



Umbau langfristig bewährt, wird sich weisen. Bedenken muss man jedenfalls, dass bei derartigen Umbauten alle Garantieleistungen, eventuell sogar Versicherungsleistungen wegfallen (Kuehne@wolfgang123.at). Bei allen Umbauten und Ideen muss die Fahrsicherheit und Stabilität der Rikschas unbe-

dingt gewahrt bleiben. Alle Rikschas sind im Originalzustand CE geprüft und für den Personentransport im Straßenverkehr zugelassen. Größere Umbauten oder Eingriffe in die sicherheitsrelevanten Komponenten wie Lenkung, Bremsen oder Spur müssen vom TÜV geprüft und zugelassen werden.

Cycling without age ist in stetem, regem Austausch mit den verschiedenen Herstellern. Verbesserungsvorschläge können gerne, mit Bitte um Weiterleitung, an elke@radelnohnealter.at gesendet werden. Wir können somit einen kleinen Beitrag zur Entwicklung der perfekten Rikscha leisten.



Rollstuhlrikscha mit Loch, 30 x 16cm



Verbreiterung der Sitzfläche - Feldkirch



**D**er Rikscha-Kurier lebt von den Geschichten aus den verschiedenen Standorten. Wir wollen diese Geschichten weiter erzählen, Ideen teilen und möglichst viele Menschen inspirieren es uns gleich zu tun. Wir wollen aufzeigen, was Radeln ohne Alter ist und wieviel Freude wir verbreiten.



Wir laden ein, uns Beiträge und Fotos zu schicken. Es muss nicht nur das Besondere sein. Wir und unsere Leser:innen freuen sich auch über Alltägliches, denn jede Ausfahrt ist besonders und einzigartig für die Fahrer:innen und auch die Passagiere.

Kontakt: [alwin.ender@radel-nohnealter.at](mailto:alwin.ender@radel-nohnealter.at)

