

## **Radeln ohne Alter – Frischer Wind in jedem Lebensalter**



Wir von „Radeln ohne Alter“ sind überzeugt, dass das Leben auch im hohen Alter noch voller Freude sein kann und soll. Deswegen unternehmen wir ehrenamtlich Rikscha-Ausfahrten mit Bewohnern von Alters- und Pflegeheimen. Eine Rikscha-fahrt ist ein Abenteuer, bei dem Eindrücke der Fahrt ebenso geteilt werden wie Lebensgeschichten. Die Fahrt bereichert beide, Pilot und Passagier. Eine simple Ausfahrt macht aus Unbekannten Nachbarn, manchmal Freunde.

**Wir sind für ein Recht auf Wind im Haar in jedem Lebensalter!**



**Es kann so einfach sein... | Ein Pilot über eine seiner ersten Ausfahrten**

Es war ein voller Arbeitstag, aber ich hatte noch 2 Stunden Zeit und die Sonne schien – ideal für eine Rikscha-Ausfahrt. Ich hatte zufällig im Seniorenzentrum Schöneberg einen interessanten, ironischen und geistreichen Herren kennengelernt. Aber der sagte mir am Telefon ab. Also wies mir die Heim-Mitarbeiterin zwei Freundinnen zu, beide mit leichter bis mittlerer Demenz, 88 und 91 Jahre alt. Auf sie

war ich –ehrlich gesagt– weniger neugierig. Ich wusste nicht, was sie mir bei unserer gemeinsamen Ausfahrt würden erzählen können.

Kaum aber war ich mit den beiden alten Damen über die Hauptstraße hinweg zum Park gelangt, da fingen sie an, in Ohns und Ahs auszubrechen, gerade so, als hätten sie noch nie einen Teich, sonnenbeschienenes Laub oder herumtobende Kinder gesehen. Sie wollten gar

nicht aufhören, mir zu danken, nahmen jeden Hubbel auf dem Weg als lustiges Abenteuer, lobten meine Fahrkünste, lachten. Passanten zauberte unser Erscheinen ein unwillkürliches Lächeln ins Gesicht, und die beiden Alten winkten ihnen zu, riefen Wildfremden fröhliche „Hallos“ entgegen. Sie machten unsere kleine Fahrt zu einer Feier ihres Dabeiseins im öffentlichen Leben. Und sie erzeugten um uns herum eine Blase aus guter Laune. Lächeln sammeln... Schließlich verbot ich den Beiden das Dankeschön, weil es mir selber solchen Spaß machte! Ich musste erkennen, dass es egal war, ob sie interessante Gesprächspartnerinnen abgaben. Was sie mit mir teilten, war ihr Glück. Ich bekam unfassbar viel davon ab. Das Wichtigste im Leben kann sehr einfach sein.



### Unsere fünf Leitprinzipien

Es fängt mit einfacher **Großzügigkeit** an. Wir schenken alten Menschen unsere Zeit.



Es gibt viele **Geschichten**, die die Älteren **erzählen**. Aber sie wollen auch welche von uns hören.



Wir nehmen uns Zeit, und die **Langsamkeit** hilft uns dabei, die Umgebung wahrzunehmen und die Erfahrung der Fahrt zu schätzen.



**Ohne Alter** drückt die Idee aus, dass das Leben nicht einfach mit einem festgelegten Alter aufhört. Vielmehr nehmen wir mit Freude an, was jede Generation zu bieten hat. Und das alles einfach durch Radfahren.



[Ich will mitmachen](#) [Datenschutz](#) [Impressum](#)  
Radeln ohne Alter Deutschland:  
[info@radelnohnealter.de](mailto:info@radelnohnealter.de)



Radeln ohne Alter Seeshaupt in Gründung

Informationen für Fahrer \*innen und Mitfahrer\*innen:

Norbert Hornauer | Seeshaupt mobil | 82402 | Pfarrer-Behr-Weg 13 a | T: 08801 915486 | [n.hornauer@gmx.de](mailto:n.hornauer@gmx.de) | [www.zukunft-seeshaupt.de/arbeitsgruppen/seeshaupt-mobil/](http://www.zukunft-seeshaupt.de/arbeitsgruppen/seeshaupt-mobil/)