Zu Fuß im Alter braucht gute Wege.

Mit zunehmendem Alter wird wieder mehr zu Fuß gegangen.

Anteil des Fußverkehrs nach Altersgruppen (in %)

Gehen im Alter fördert:

- **Selbständigkeit**
- **Gesundheit**
- **Lebensfreude**

fuss e.V.

Barrierefreiheit und Mobilität im Alter

Barrierefreiheit entscheidet über ein selbständiges Leben. Sie entscheidet darüber, ob Menschen mit Einschränkungen am gesellschaftlichen Leben teilnehmen können, egal ob in der Freizeit, im Alltag, bei der Arbeit oder in der Politik.

Viele kleine Maßnahmen machen den Unterschied: **Abgesenkte Bordsteine, lange Grünphasen an Ampeln, Rampen, Aufzüge, Blindenleitsysteme, breite und hindernisfreie Gehwege**, die Begegnungen im Rollstuhl zulassen. Wenn **E-Scooter auf Gehwegen** fahren, stehen oder liegen**,** gefährden sie besonders Ältere und Seheingeschränkte, die sich bei Stürzen schwer verletzen können. Auch **Tempo 30** schützt ältere und eingeschränkte Menschen, die Geschwindigkeiten schwerer einschätzen können. **Gehwegparken** sollte unterbunden werden, um Ältere vor mühsamen Umwegen oder gefährlichem Ausweichen auf die Fahrbahn zu bewahren.

Sitzgelegenheiten und **öffentliche Toiletten** sind wichtig, damit Ältere sich auch weitere Wege zutrauen. Attraktive **Aufenthaltsorte** wirken Einsamkeit und Depressionen entgegen. **Entsiegelung und Beschattung** schützen vor extremer Hitze.

Ein gutes Verkehrssystem macht auch die Schwächsten mobil!

Quelle Grafik Vorderseite: Dr. Mall, C. et al., (2026): Straßenraumgestaltung für Kinder und ältere Menschen. Umweltbundesamt.

Mehr zum Thema:

Dieses Projekt wurde gefördert durch das Bundesministerium für Umwelt, Klimaschutz, Naturschutz und nukleare Sicherheit (BMUKN) und das Umweltbundesamt (UBA). Die Mittelbereitstellung erfolgt auf Beschluss des Deutschen Bundestages.

Umwelt Bundesamt

Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit