



Wohnberaterin Elke Meinhart legt LDZ-Redakteur Sven Appel den Alterssimulationsanzug an: Bleiweste, Beinmanschetten, Halskrause, Knieorthese und Co. sollen Einschränkungen nachahmen.

Vorsicht Stufe: Freundliche Unterstützung auf dem Weg zur Eisdiele erhält die Testperson durch Veronika Büschgens von der Generationenhilfe des Netzwerks Zukunft. ■ Fotos: Morig

...und plötzlich alt!

Rein in den Alterssimulationsanzug: LDZ-Redakteur Sven Appel im Selbstversuch

Von Sven Appel

ELZE = Ich bin Jahrgang 1979 – und heute rund 80 Jahre alt. Müde Muskeln, schwache Augen, taube Ohren: Binnen Minuten bin ich um mehr als 40 Jahre gealtert. Was vorher so einfach und unbeschwert ging, wird zur Herausforderung, teilweise sogar unmöglich.

Was ist geschehen, dass aus einem halbwegs fiten Mitteldreißiger binnen Minuten eine Person wurde, die froh ist, beim Queren der Elzer Hauptstraße eine Begleitung bei sich zu haben? Glücklicherweise weder ein Unfall noch ein medizinischer Vorfall. Elke Meinhart, ehrenamtliche Wohnberaterin des Landkreises, hat einen Alterssimulationsanzug mit in den Ladentreff der Generationenhilfe gebracht. Und auch den Hinweis: „Er ist in letzter Zeit nicht so häufig zum Einsatz gekommen. Jüngere Menschen trauen sich meist nicht.“

„Ich traue mich“, antworte ich, nicht ahnend, was mich erwartet. Einen ersten Vorgeschmack bekomme ich allerdings umgehend, als Meinhart mir Stück für Stück die verschiedenen Teile des Anzugs anlegt. Bleiweste, Arm- und Beinmanschetten, Halskrause und Knieorthese bringen zusammen fast 20 Kilogramm auf die Waage – und mir die ersten Schweißtropfen auf die

Stirn. Einschränkungen der Beweglichkeit und des Koordinationsvermögens sowie der Kräfteverlust sollen so simuliert werden. Dicke Handschuhe bekomme ich übergestreift. Damit sollen das verminderte Greifvermögen und die haptischen Einschränkungen nachgeahmt werden. Was heißt das sollen...? Schon der Versuch,

Mit einem Schlag 40 Jahre älter – der Alltagstest

einen Brief unfallfrei aus einem Kuvert zu holen, erweist sich als Herausforderung. Irgendwann ist es geschafft. Nur: Was darauf geschrieben steht, bleibt für mich ein Geheimnis.

Grauer Star und Co.

Dafür sorgt eine Brille. „Sie ahmt die Sehbeträchtigungen mit Grauem Star nach“, erläutert Meinhart. Zumindest glaube ich, dass sie so etwas Ähnliches sagt. Denn aufgrund des Hörschutzes dringt die Außenwelt nur dumpf und leise an meine Ohren. Und auch, dass es Meinhart war, die da eben gesprochen hat, vermute ich lediglich. Die umstehenden Personen sind für mich nur grob umrissene Farbflecken, die sich bewegen. Kurzum: Alles schränkt mich schrecklich

ein. Und genau darum geht es beim Altersanzug: So sollen jüngere Menschen nachempfinden können, wie sich Ältere fühlen, welchen Einschränkungen sie im Alltag ausgesetzt sind. Das macht beispielsweise Sinn, wenn man sich darum Gedanken macht, etwas barrierefrei zu planen. „Wohnberatung“ ist nicht nur dafür da, akut Lö-

sungen zu finden, sondern auch junge Leute zu sensibilisieren. Denn barrierefreies Wohnen ist nicht nur für ältere Menschen. Es kann eben jederzeit etwas passieren. Und außerdem: Barrierefreiheit heißt auch Komfort – unabhängig davon, ob es für den Rollator oder den Kinderwagen ist“, so Meinhart.

Doch Menschen mit Beeinträchtigungen bewegen sich zum Glück ja nicht nur in den eigenen vier Wänden. Also heißt es auch für mich: Raus in den Alltag. „Komm, wir gehen zur Rathausstreppe“, denkt mein Kollege Florian Morig ans Fotomotiv. Allerdings nicht an mich. Denn – Chef hin oder her – vom Ladentreff bis zum Rathaus ist es für einen alten Mann wie mich nun mal kein Katzenprung. Ein



Trotz der haptischen Einschränkungen gelingt der Versuch, einen Brief aus dem Kuvert zu nehmen. Was auf diesem steht, bleibt durch die Simulationsbrille allerdings ein Rätsel.



Auch noch das: Münzen sind zu Boden gefallen. Sie wieder aufzuheben, ist ein Ding der Unmöglichkeit.

