



Wie gelingen gesunde Kommunen?

Stefan Feuerstein, Dr. Claudia Ruddat

LZG.NRW

20.11.2018



Hintergrund: Bedeutung von (Alltags-)Bewegung

- **Bewegungsmangel** ist einer der vier lebensstilbedingten **Hauptrisikofaktoren** für nicht übertragbare Krankheiten.
- **Steigerung** der **Alltagsbewegung** senkt niedrigschwellig gesundheitliche Risiken und das vorzeitige **Sterberisiko**.
- Bewegungsförderung ist daher ein **hervorstehendes Präventionsfeld** in der 26. LGK-Entscheidung.
- Empfohlene Alltagsbewegung¹:
 - Erwachsene: mind. 2,5 Std./Woche
 - Kinder/Jugendliche: 1,5 Std./Tag

¹ Rütten/Pfeifer: Nationale Empfehlungen für Bewegung und Bewegungsförderung, 2016



Hintergrund: Bedeutung von (Alltags-)Bewegung

- Nur 35 % der Frauen und 43 % der Männer erreichen diese Bewegungsempfehlungen².
- Laut **NRW-Gesundheitssurvey** 2016 bewegen sich 31% der Menschen in NRW an keinem Tag der Woche für mindestens 10 Minuten aktiv fort. Gleichzeitig wünschen sich 41% der Menschen in NRW Investitionen in Fuß- und Fahrradwege, um ihr Lebensumfeld bewegungsförderlicher zu gestalten.



Identifikation von **Bewegungsförderung** als wichtiges **Präventionsfeld**.



Ansatzpunkt: **Quartier als Lebensumfeld**.

² Robert-Koch-Institut: Gesundheitsbericht, 2015



Hintergrund: Fußgängerfreundlichkeit (Walkability)

- **Zentrale Frage:** Wie kann das Lebensumfeld bewegungsförderlicher gestaltet werden?
- Wichtiger Einflussfaktor auf die **Fußgängerfreundlichkeit** ist die **gebaute Umwelt**:
 - *If you plan cities for cars and traffic, you get cars and traffic.*
 - *If you plan for people and places, you get people and places.”*

(Fred Kent, Project For Public Spaces); <http://www.pps.org/>



Stadt formt Mobilität formt Stadt.



Fußgängerfreundlichkeit messen, um entsprechend steuern zu können.



Zusammenführung Bewegungsförderung und Walkability

- **Landesinteresse:** Niedrigschwellige partizipativ angelegte Gesundheitsförderung, die Menschen in ihrer Lebenswelt Quartier erreicht.
- Messung der **Fußgängerfreundlichkeit (Walkability)** als idealer Ansatzpunkt, der verschiedene Aspekte kombiniert:
 - Durchführung im Rahmen der **gesundheitsorientierten Themen und Aktionstage** des LZG.NRW (GeTAGs).
 - **Niedrigschwellige** und **partizipative Einbindung der BürgerInnen** und Messung der Fußgängerfreundlichkeit im vertrauten Wohnumfeld.
 - Nutzung eines **GIS-basierten Tools** mit der Möglichkeit der direkten Auswertung und Visualisierung der Messergebnisse.



Zusammenführung Bewegungsförderung und Walkability

- **Ziel:** Mit GeTAGs Impulse setzen:
 - **Sensibilisierung** der BürgerInnen für mehr (Alltags-)Bewegung auch durch theoretischen Input.
 - **Messung/Offenlegung** der **Fußgängerfreundlichkeit** durch Walkaudits im gewohnten Lebensumfeld.
 - Unterstützung bei der Entwicklung von **Maßnahmen** zur Verbesserung der **Fußgängerfreundlichkeit** und zur **Bewegungsförderung**.



Umsetzung Walkability in drei Quartieren

- Messung der **Fußgängerfreundlichkeit in Quartieren** zur Förderung der Alltagbewegung im Rahmen der o.g. GeTAGs.
- Beauftragung der **Universität Duisburg-Essen** durch das LZG.NRW, um die Fußgängerfreundlichkeit in drei Quartieren in NRW zu ermitteln.
- **Partizipation** der Bewohner/-innen des jeweiligen Quartiers. Nutzung von Tablets und GIS-basierte Erfassung und Auswertung der Fußgängerfreundlichkeit.
- **Perspektive**: Unterstützung bei der Entwicklung von Maßnahmen zur Fußgängerfreundlichkeit in Kombination mit verhaltenspräventiven Maßnahmen im Quartier. Kombination von Verhältnisorientierung mit Verhaltensorientierung.