



## **Stadt – Land – gesund: Evidenzen und Implikationen für eine bewegungs- und gesundheitsförderliche Kommunalentwicklung**

Vortrag im Rahmen der Fachtagung „Stadt – Land – gesund“  
am 27. Februar 2012 in Weimar

Gunnar Geuter



# I. Hintergrund



## Die Ottawa-Charta\* – Grundlage von Gesundheitsförderung

- Gesundheitsförderung zielt „auf einen Prozess, allen Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen.“
- Dazu sollen Maßnahmen der Gesundheitsförderung in Lebenswelten von Menschen etabliert werden (Stichwort: Setting-Ansatz).
- Nicht nur der Gesundheitssektor, sondern alle Politikbereiche tragen Verantwortung (Stichwort: Health in All Policies).

\* WHO, 1986



## Die Lebenswelt „Kommune“

- Die Lebenswelt „Kommune“ bietet aufgrund ihrer spezifischen Eigenschaften besonders große Potenziale für die Gesundheitsförderung\*:
  - sie unterstützt und steuert andere Settings,
  - sie fasst Aktivitäten verschiedener Settings zusammen,
  - sie spricht Zielgruppen an, die sich über andere Lebenswelten, wie Kita, Schule, Verein, Arbeit, nur schwer erreichen lassen,
  - ihr Akteursspektrum und ihre Kooperationsstrukturen sind komplexer. Damit werden eine Vielzahl heterogener Akteursgruppen vernetzt, wodurch Potenziale optimal genutzt werden können,
  - sie stärkt soziale Netzwerke und damit die soziale Teilhabe der Menschen,
  - sie besitzt eine starke politische Komponente.

\* Faselt und Geuter, i.E.; vgl. Bucksch, Claßen und Schneider, 2011; BZgA, 2011; Bär, Böhme und Reimann, 2009



## **Bewegung als zentrales Handlungsfeld bewegungs- und gesundheitsförderlicher Kommunalentwicklung\***

- Ausreichend Bewegung ist über die gesamte Lebensspanne mit einer Vielzahl an Vorteilen für die körperliche und psychisch-mentale Gesundheit verbunden.
- Dennoch: Viele Menschen nutzen das gesundheitsförderliche Potential von körperlicher Aktivität im Alltag noch zu selten.
- Körperliche Inaktivität gilt als eines der größten Gesundheitsprobleme des 21. Jahrhunderts.

\* Geuter und Holleederer, 2012



## Problem erkannt – Gefahr gebannt?

- Verhaltenspräventive Maßnahmen der Wissensvermittlung oft im Vordergrund (Geuter und Holleederer, 2012)
- Ziel: Veränderung der individuellen motivationalen Ausgangslage
- Maßnahmen nur mäßig erfolgreich (Spence und Lee, 2003; Story et al., 2008)
- Sozial Benachteiligte unzureichend erreicht (King und Sallis, 2009; Owen et al., 2006)

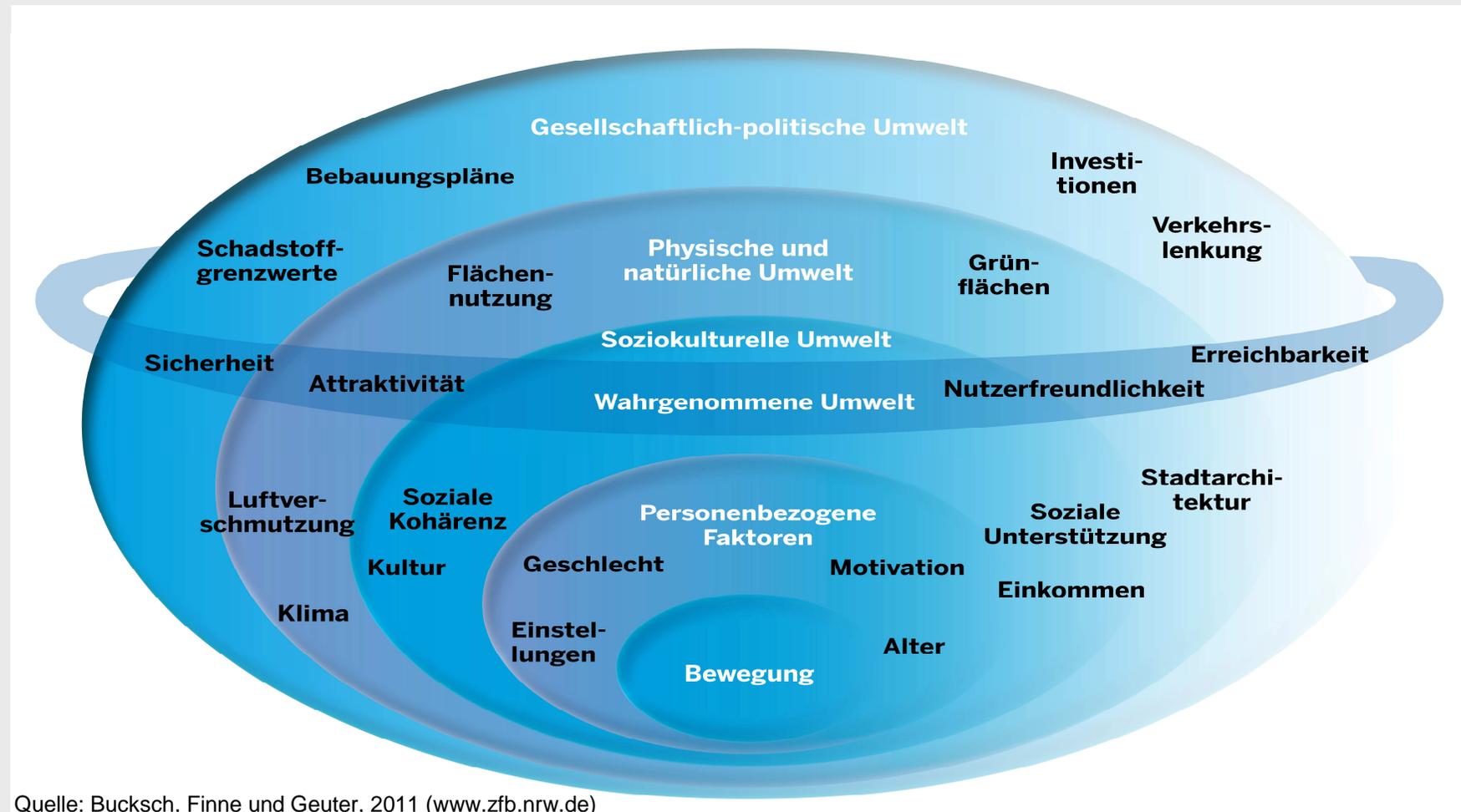


# II. Ansatzpunkte

bewegungs- und gesundheitsförderlicher  
Kommunalentwicklung



## Was beeinflusst Bewegungsverhalten? – eine humanökologische Perspektive



Quelle: Bucksch, Finne und Geuter, 2011 ([www.zfb.nrw.de](http://www.zfb.nrw.de))



## Was beeinflusst Bewegungsverhalten? – Umweltvariablen\*

- Zahlreiche Studien zum Zusammenhang zwischen Umweltvariablen im urbanen Raum und dem Bewegungsverhalten (Sallis et al., 2006)
  - Gesundheitswissenschaften
  - Verkehrswissenschaften
  - Mobilitätsforschung
- Freizeitbezogene Ressourcen
- Elemente der Flächennutzung
- Erscheinungsbild des Quartiers

\*Bucksch, Claßen, Budde und Geuter, i.E.



## Was beeinflusst Bewegungsverhalten? – Kinder/Jugendliche\*

- Parks und Spielplätze
- Freizeit-/Sporteinrichtungen und -angebote
- Bürgersteige
- Sicherheit von Kreuzungen und Verkehrswegen
- Anzahl zu überquerender Straßen
- Zugang zu verschiedenen Zielpunkten
- Zugang zu ÖPNV
- Verkehrsdichte
- Kriminalität
- Deprivationsgrad

\*Auswahl; Quelle: Bucksch, Claßen, Budde und Geuter, i.E.



## Was beeinflusst Bewegungsverhalten? – Erwachsene\*

- Erreichbarkeit von Grünräumen und Parks
- Zugang zu Fahrrad- und Wanderwegen
- Zugang zu Haltestellen des ÖPNV
- Bürgersteige, Fuß- und Fahrradwege
- Nähe zu bestimmten Zielpunkten und Vielzahl an Zielpunkten
- Straßenkonnektivität
- Flächennutzungsdurchmischung
- Straßenbeleuchtung
- Ästhetik (Erscheinungsbild der Nachbarschaft)
- Sozialer Zusammenhalt
- Anstiege und Hügel

\*Auswahl; Quelle: Bucksch, Claßen, Budde und Geuter, i.E.



## Was beeinflusst Bewegungsverhalten? – ältere Menschen\*

- Verkehrssicherheit von Fußwegen
- Barrierefreiheit
- Autoverkehr und Verkehrsaufkommen
- Zugang zu Zielpunkten des täglichen Bedarfs
- Attraktivität der Wohnumgebung
- Entfernungen zu Parks
- Kriminalitätsraten
- **Wohnumfeld entscheidend!**

\*Auswahl; Quelle: Bucksch, Claßen, Budde und Geuter, i.E.



## Zwischenfazit: Kriterien Erfolg versprechender Interventionsansätze...\*

- verschränken Maßnahmen zur:
  - Veränderung und Förderung individuellen Verhaltens („Verhaltensprävention“)
  - mit Maßnahmen zum Erhalt und zur Schaffung gesundheitsförderlicher Rahmen- und Lebensbedingungen („Verhältnisprävention“)
- zielen darauf ab, Bewegung als Teil eines gesunden Lebensstils in den Alltag integrieren
- beziehen möglichst alle Bevölkerungsschichten und -gruppen ein
- nutzen das hohe Potential von Veränderungen der räumlich-strukturellen Umwelt

\* Geuter und Hollederer, 2012; Bucksch, Claßen, Budde und Geuter, i.E.



## Umwelt: Konkrete Ansatzpunkte – transportbezogen\*

- Etablierung von Wegen zur Mehrzwecknutzung
- Verbesserung der Fahrradnutzungs-Infrastruktur
- Verkehrsberuhigende Maßnahmen
  - Schließung/Beschränkung der Straßennutzung für KFZ
  - Ausbau ÖPNV
  - Einführung Straßennutzungsgebühren

\*Auswahl; Quelle: Bucksch, Claßen, Budde und Geuter, i.E.



## Umwelt: Konkrete Ansatzpunkte – Stadtplanung\*

- Baublockebene/Straßenzug
- Stadtteile/Quartiere
- Fuß- und Fahrradwege
- Spazierpfade/Wanderwege
- Städtische Parkanlagen

\*Auswahl; Quelle: Bucksch, Claßen, Budde und Geuter, i.E.



## Umwelt: Konkrete Ansatzpunkte – Gebäudeplanung\*

- Öffentliche Gebäude
- Unternehmensgebäude und -gelände
- Veränderungen der baulichen Struktur:
  - Duschen/Umkleidemöglichkeit
  - Sportmöglichkeiten
  - Zugang zu angrenzenden Fuß-/Fahrrad und Joggingwegen
- Design (verbesserte Ästhetik)
- Treppenhäuser/vs. Fahrstuhl und Rolltreppe

\*Auswahl; Quelle: Bucksch, Claßen, Budde und Geuter, i.E.



## Umwelt: Konkrete Ansatzpunkte – Beispiel



Quelle: <http://www.stadtteilbuero-eckersbach.de/>



## Umwelt: Konkrete Ansatzpunkte – Beispiel



Quelle: Fachstelle Fuss- und Veloverkehr; [www.bern.ch/fuss-velo](http://www.bern.ch/fuss-velo)

## Umwelt: Konkrete Ansatzpunkte – Beispiel

### SPOTLIGHT: LIVERPOOL, GROSSBRITANIEN



© Liverpool Sport Action Zone

Die ehemalige „Gstatten“

#### **Eine dringend benötigte Sportanlage im Admiral Park**

Der neue Admiral Park ist das Ergebnis von vier Jahren Arbeit und der einzigartigen Zusammenarbeit zwischen drei lokalen Regenerierungs-Agenturen: Include Neighbourhood Regeneration, Liverpool Sport Action Zone und Dingle Granby Toxteth Education Action Zone. Diese Agenturen waren in der Lage, eine lokale „Gstatten“ (einen vernachlässigten, verschmutzten Ort) in Zusammenarbeit mit lokalen Schulen und dem Stadtrat Liverpool in eine dringend benötigte Sportan-



© Liverpool Sport Action Zone

... und nachher als Admiral Park

lage für die hier ansässigen Schulen und die Gemeinde umzugestalten – mit Rasenspielfeldern, Leichtathletikanlagen, einem Mehrzweck-Hartplatz für Tennis, Netzbasketball und Basketball und modernen Umkleidekabinen. Die Schüler(innen) waren an der gesamten Projektplanung beteiligt. Sie haben in einer Abstimmung die Namen für die Anlage ermittelt und Bilder und andere Kunstwerke beigesteuert, die in die Gestaltung einbezogen wurden. Der Parkplatz wird mit der benachbarten Polizeistation geteilt, wodurch die Sicherheit steigt und wertvolle Nebeneinnahmen generiert werden.

Quelle: Edwards und Tsouros, 2006



## Umwelt: Konkrete Ansatzpunkte – Beispiel



Der Grüngürtel um Mailand verbindet mehrere bestehende Parks und offene Zonen zwischen diesen. Wie auf der Karte zu sehen, wird der Grüngürtel zum Kerngebiet eines größeren Systems von Grünflächen, die mit bestehenden Plätzen und Plazas der Metropole Mailand verknüpft sind: eine Parklandschaft mit 60 km Umfang für Erholung, Spiel, Gehen und Radfahren.

Quelle: Edwards und Tsouros, 2006



## Zwischenfazit: Kennzeichen bewegungsförderlicher Kommunen

- Wohngebiete weisen eine Nähe zu Einkaufsmöglichkeiten, Arbeitsstellen, Bildungseinrichtungen sowie Freizeiteinrichtungen auf.
- Bürgersteige und Wegenetze sind durchgängig und gut vernetzt.
- Grün- und Bewegungsflächen sowie Naturräume sind vorhanden und frei zugänglich.
- Der ÖPNV ist ausgebaut.
- Die städtische Wohnumgebung wird als sicher und attraktiv erlebt.
- Eine bewegungsfreundliche Gesamtpolitik existiert.

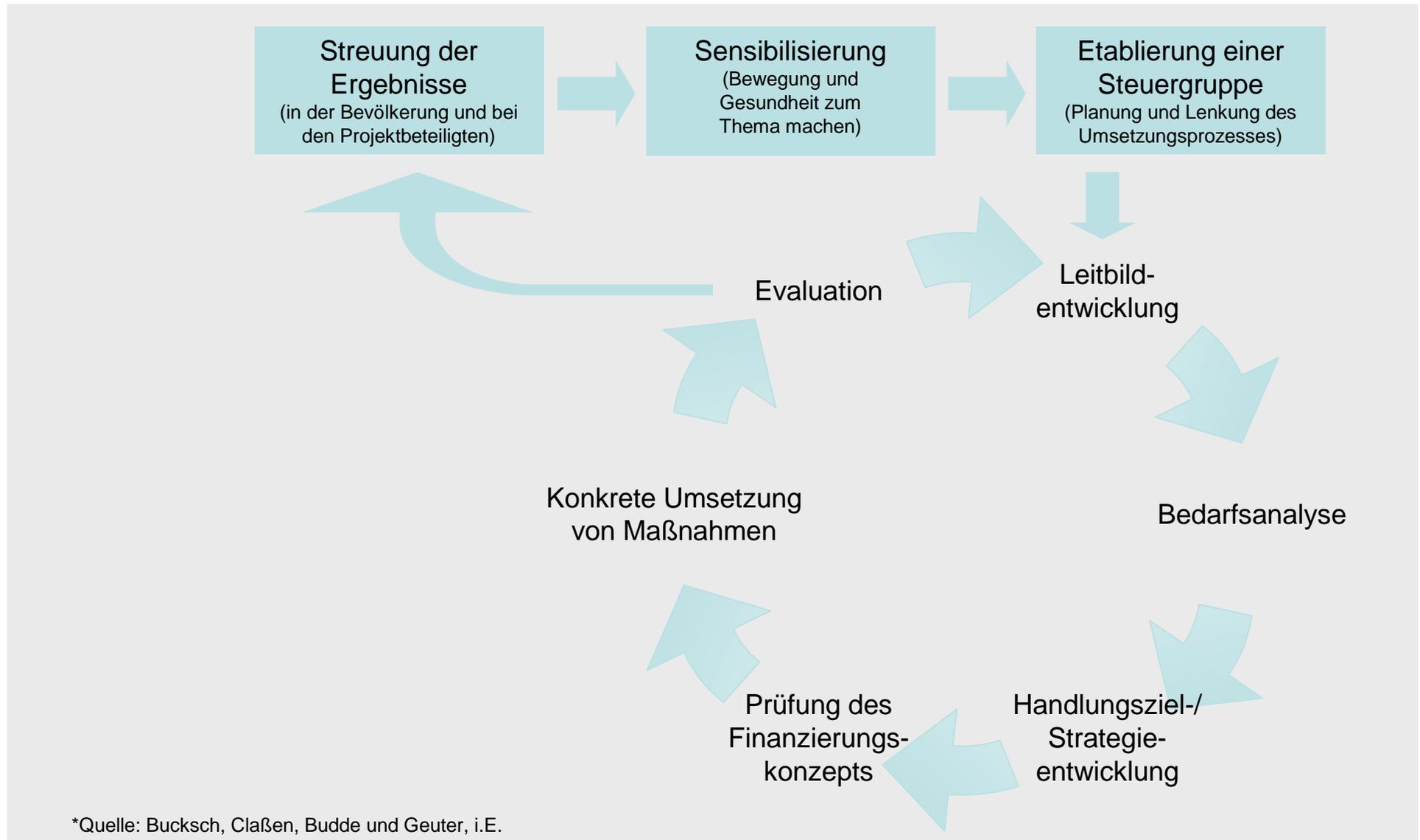


# III. Handlungskonzept

für eine bewegungs- und gesundheitsförderliche  
Kommunalentwicklung



# Idealtypische Planungsschritte\*



\*Quelle: Bucksch, Claßen, Budde und Geuter, i.E.



# IV. Co-Benefits

bewegungs- und gesundheitsförderlicher  
Kommunalentwicklung



## Bewegungs- und Gesundheitsförderung...

- sichert Standortvorteile
- führt zu mehr Produktivität
- steigert die Rentabilität des Transportsystems
- reduziert die Luftverschmutzung
- reduziert Lärm
- reduziert Unfälle
- reduziert Kriminalität und Stress
- lässt sozial benachteiligte Bevölkerungsgruppen in besonderer Weise profitieren
- steigert den sozialen Zusammenhalt und die Netzwerkbildung
- ist intersektorales Bindeglied

Quelle: Bucksch, Claßen, Budde und Geuter, i.E.



# V. Fazit



## Fazit

- Gesundheitsrelevante Verhaltensweisen (z. B. das Bewegungsverhalten) können positiv beeinflusst werden.
- Forschungsergebnisse betonen in diesem Zusammenhang u. a. das große Potential räumlich-struktureller Maßnahmen für die Ausbildung und Aufrechterhaltung körperlich aktiver Lebensstile.
- Im Rahmen von bewegungs- und gesundheitsförderlichen kommunalen Entwicklungsprozessen sollten entsprechende Ergebnisse stärker als bisher einbezogen werden.
- Es wird ein systematisches und theoriebasiertes Vorgehen sowie eine Orientierung an den hier vorgeschlagenen idealtypischen Planungsschritten empfohlen.
- Zur erfolgreichen Umsetzung sind ressortübergreifende Beteiligungen von Akteuren und intersektorale Kooperationen zwingend erforderlich.
- Co-Benefits führen – neben einer Steigerung aktiver Lebensstile in der Bevölkerung – auch zu einem Standort- und Wettbewerbsvorteil für die Kommune.



Gunnar Geuter / Alfons Holleder (Hrsg.)  
**Handbuch Bewegungsförderung und Gesundheit**  
2012. 360 S., Gb  
€ 39.95 / CHF 53.90  
ISBN 978-3-456-85053-5



## Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

### **Kontakt:**

Gunnar Geuter

Landeszentrum Gesundheit Nordrhein-Westfalen

Fachgruppe Gesundheitsmanagement

Zentrum für Bewegungsförderung Nordrhein-Westfalen

Dienstgebäude:

Westerfeldstraße 35/37

33611 Bielefeld

Tel.: +49 521 8007 3544

Fax: +49 521 8007 3297

[gunnar.geuter@lzg.gc.nrw.de](mailto:gunnar.geuter@lzg.gc.nrw.de)

[www.zfb.nrw.de](http://www.zfb.nrw.de)