

Städtebau für die Gesundheit !?

Minh-Chau Tran
Institut für Stadtplanung und Städtebau
Universität Duisburg-Essen

Städtebau für die Gesundheit !?

Inhalt

- Einleitung – Städtebau für die Gesundheit!?
- Stadt- und Gesundheitsentwicklung
- Der öffentliche Raum und Bewegung
- Gebaute Umwelt und Bewegungsförderung –
Kriterien
- Ausblick

Städtebau für die Gesundheit !?

Was bedeutet gesund?

KRANK

GESUND

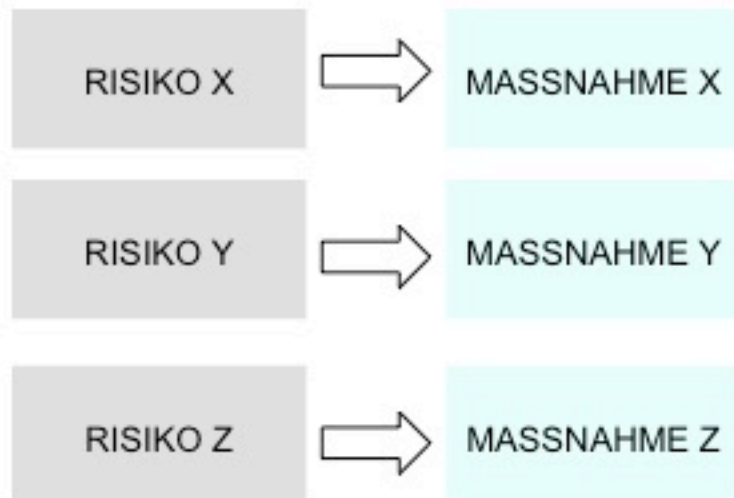
RISIKOFAKTOREN



GESUNDHEITSAKTOREN

Was macht krank?

Was erhält gesund?



Städtebau für die Gesundheit !?

Was bedeutet gesund?

KRANK

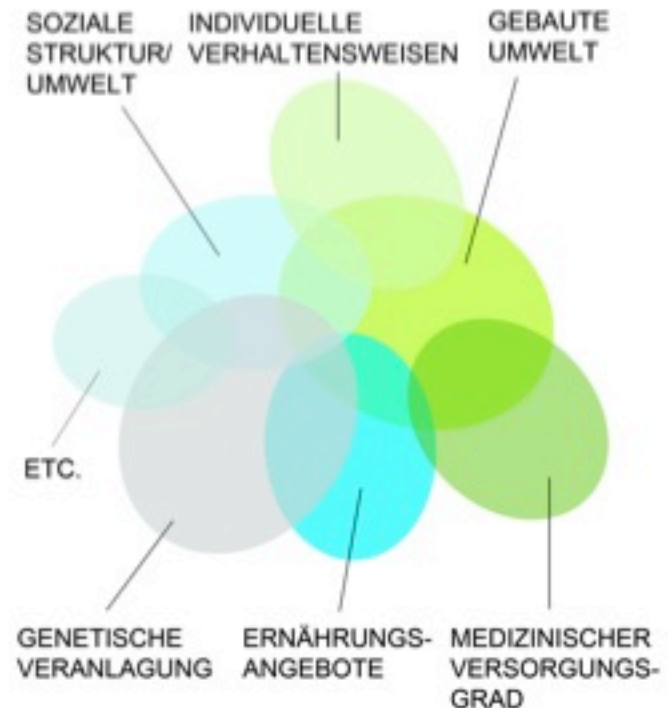
GESUND

RISIKOFAKTOREN



GESUNDHEITSAKTIVITÄTEN

Dynamischer Zustand der Befindlichkeit eines Individuums, der durch körperliche, psychische, materielle, soziale und umweltbedingte Einflussfaktoren gebildet wird.



Städtebau für die Gesundheit !?

Verkehr



Städtebau für die Gesundheit !?

Straßenräume als Bewegungsräume?



Städtebau für die Gesundheit !?

Bewegungs- und Kinderräume? Spielräume?



Städtebau für die Gesundheit !?

“...we’ve engineered physical activity out of our lives, ...”

(Ross C. Brownson, Epidemiologe Washington University)



Städtebau für die Gesundheit !?

Attraktive und gehfreundliche Straßenräume?



Städtebau für die Gesundheit !?

Angenehme, attraktive, sichere Aufenthalts- und Kommunikationsräume?



Städtebau für die Gesundheit !?

Sichere Straßen, sichere Orte für alle?

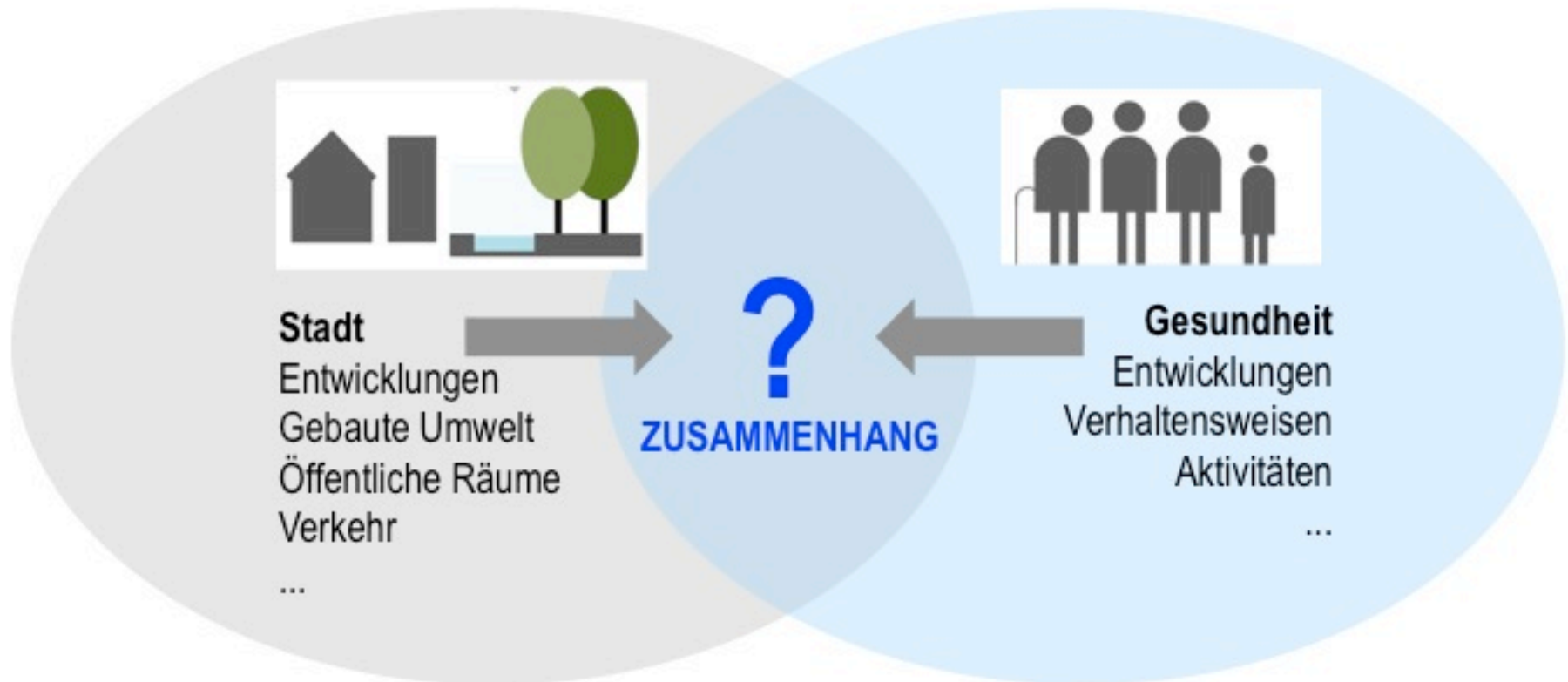


Städtebau für die Gesundheit !?

Sichere Straßen, sichere Orte für alle?



Städtebau für die Gesundheit !?



Stadt- und Gesundheitsentwicklung

Stadtplanung  + Public Health 

Früher: Gemeinsame Sicht und
gemeinsames Ziel

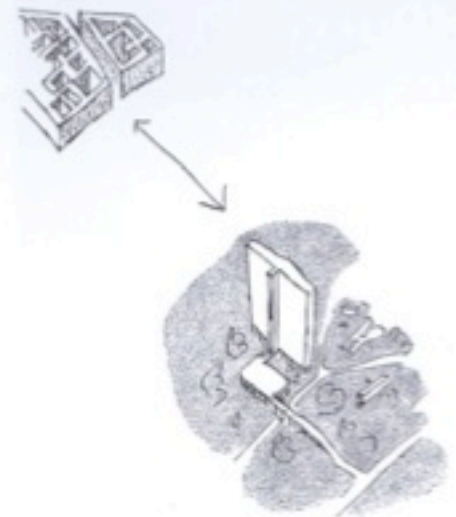
- Stadt galt als pathogen und ungeordnet.
- Verhinderung von Ausbrüchen infektiöser
Krankheiten in Städten
- Hygieneaspekt entscheidend



Stadt- und Gesundheitsentwicklung

Stadtplanung  + Public Health 

- Seit Mitte des 20. Jahrhunderts:
Auseinanderdriften der beiden
Professionen
- Public Health konzentrierte sich auf
biomedizinische Faktoren und
individuelle Risikofaktoren
- Planung war sehr funktionalistisch
geprägt: autogerechte Stadt,
Funktionstrennung, Stadterweiterung,
Zersiedlung



Stadt- und Gesundheitsentwicklung

- Verschiebung von Infektionskrankheiten zu chronischen, nicht übertragbaren Krankheiten (Krebs, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, neurologische Störungen...)
- Zurückzuführen auf sitzenden Lebensstil und Bewegungsmangel
- 20% der Frauen und 23% der Männer erreichen empfohlene Menge an körperlicher Aktivität ! (Robert Koch Institut: Gesundheit in Deutschland 2009)

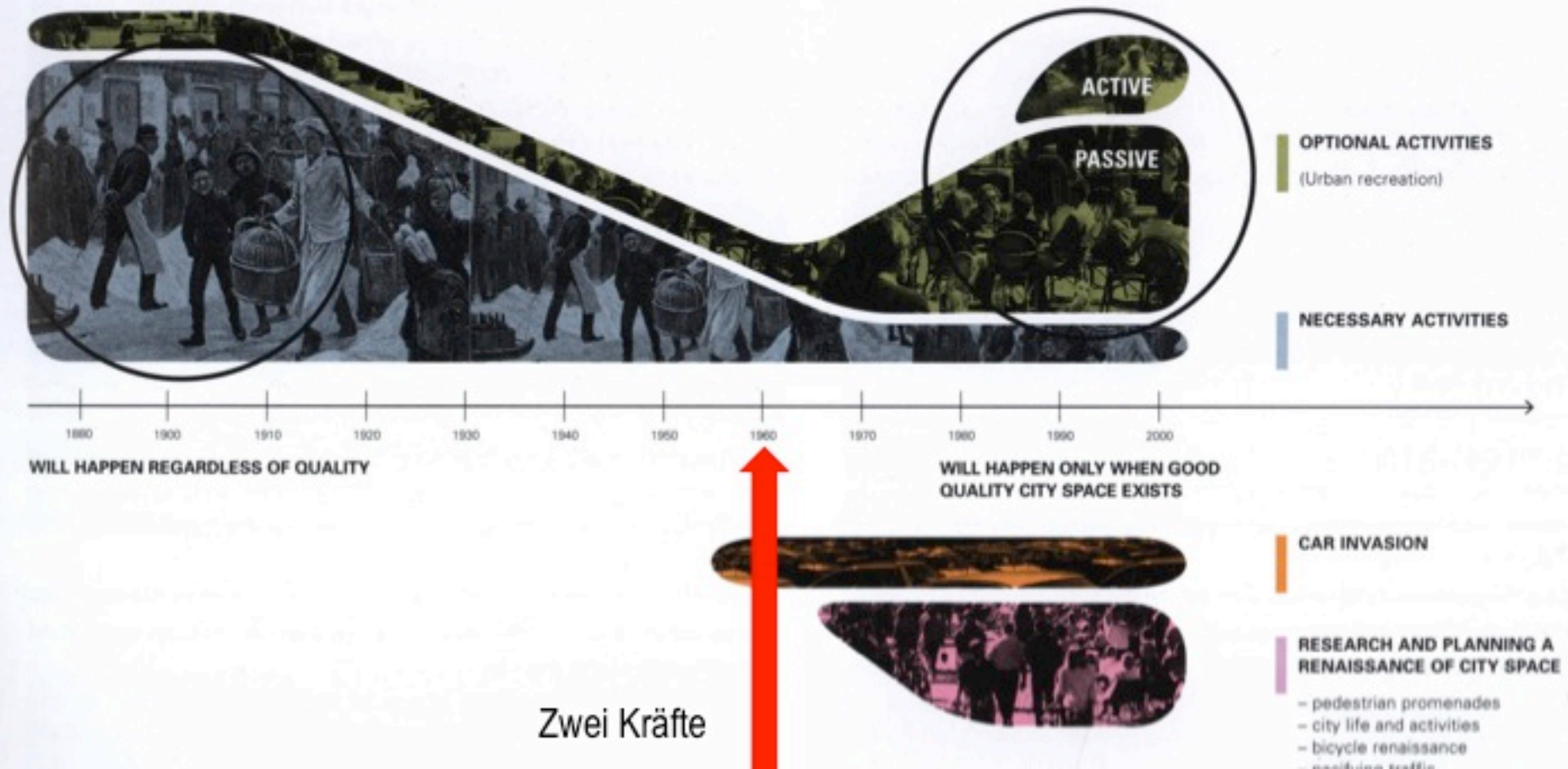


Couchpotatokids werden später oft herzkrank



Der öffentliche Raum und Bewegung

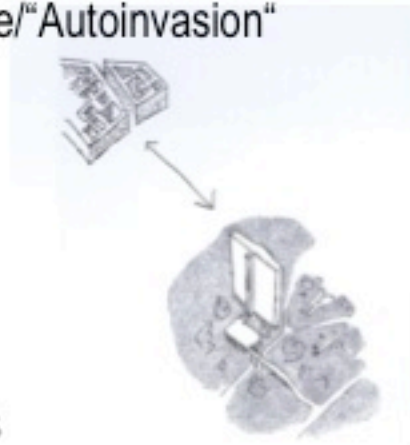
Development of city life 1880 -2005



Der öffentliche Raum und Bewegung

Der öffentliche Raum

Menschlicher Maßstab vs.
Planungsideologie/“Autoinvasion“



Zwei Kräfte:

- Funktionalismus
- Auto als Massenverkehrsmittel

→ Einfluss auf Lebens- und
Verhaltensweisen,
Fortbewegung im Alltag



Der öffentliche Raum und Bewegung

Menschlicher Maßstab vs.
Planungsideologie/Autoinvasion

*“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/>



Der öffentliche Raum und Bewegung

Menschlicher Maßstab vs. Autorientierter Maßstab



Der öffentliche Raum und Bewegung

Nutzungsverteilungen und Mobilität bedingen sich:

- 27% der Wege in der Stadt sind 1 km und kürzer.
- Mehr als 23% werden davon mit dem Auto gefahren. (MID 2002)
- Verkehr hat knapp 20% Anteil an gesamten CO2-Emissionen in Deutschland

Verträglichkeit der Nutzungsansprüche untereinander

Equality for all road users?



Was also tun?

Konzept zur Förderung körperlicher Aktivität

Ziel

Langfristig Aktivitätsmuster verändern,
aktiven Lebensstil erleichtern

Einbettung körperlicher Bewegung in
das **Alltagsleben** !

**Programme, medizinische Beratung,
Massenmarketing etc. reichen nicht
aus.**

SpringerMedizin.at Donnerstag, 23.02.2012

Fachbereiche A-Z | Gesundheitspolitik | Praxis | Leben | Fortbildung | Fachliteratur

HOME / FACHBEREICHE A-Z / ALLGEMEINMEDIZIN
SCHWERPUNKTE: PRÄVENTION, UMWELTMEDIZIN IN "A-K", UMWELTMEDIZIN

ALLGEMEINMEDIZIN 2. März 2011

Ärzte für gesunde Stadtplanung

Eine fußgängerfreundliche Umwelt wirkt sich positiv auf die Gesundheit aus.

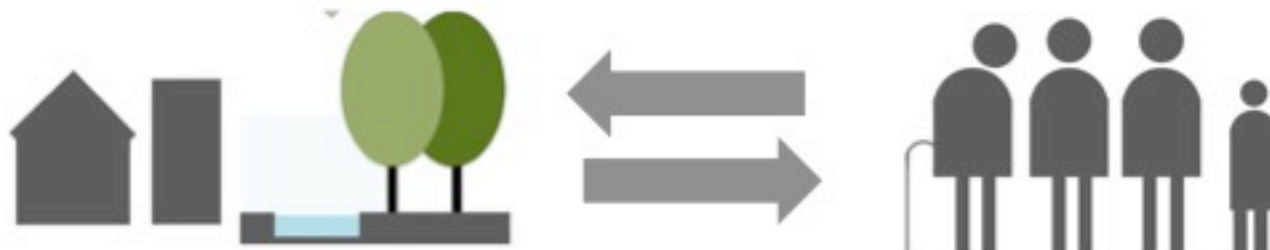
Möglichkeiten der Alltagsbewegung rücken zunehmend in den Fokus der Ärzteschaft. Die gebaute Umwelt sollte Bewegung fördern, nicht behindern.



Foto: wikipedia

Gebaute Umwelt und Bewegungsförderung

Die Art und Weise, wie wir unsere Städte gestalten und bauen, kann unsere Gesundheit und unser alltägliches Bewegungsverhalten beeinflussen.





Gebaute Umwelt und Bewegungsförderung

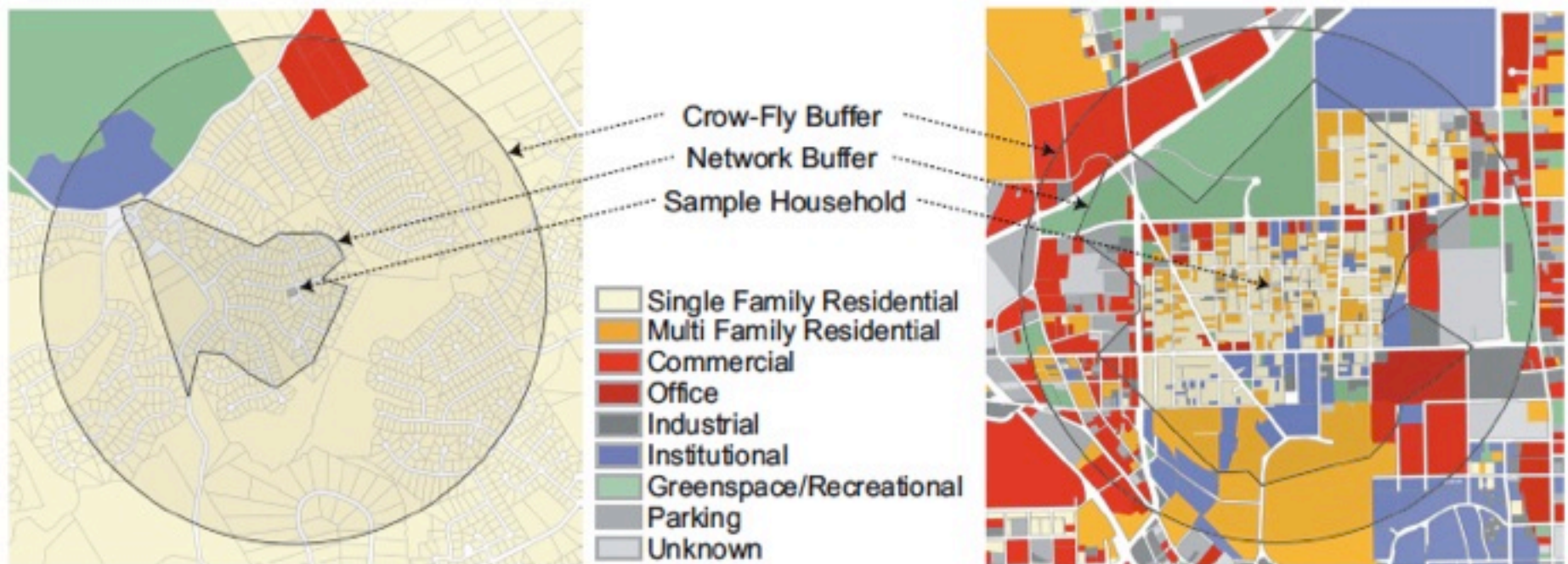
- Die städtebauliche Gestaltung hat Einfluss darauf, ob Menschen den ÖV nutzen, sich fahrend, gehend oder per Rad fortbewegen.
- Bewohner von gehfreundlichen Quartieren haben niedrigeren BMI als Bewohner in Quartieren mit geringer „Walkability“.
- Zugänglichkeit zu Radwegen, lokalen Parkanlagen oder Grünräumen korreliert stark mit Ausmaß an körperlicher Aktivität.

→ **Planung?**



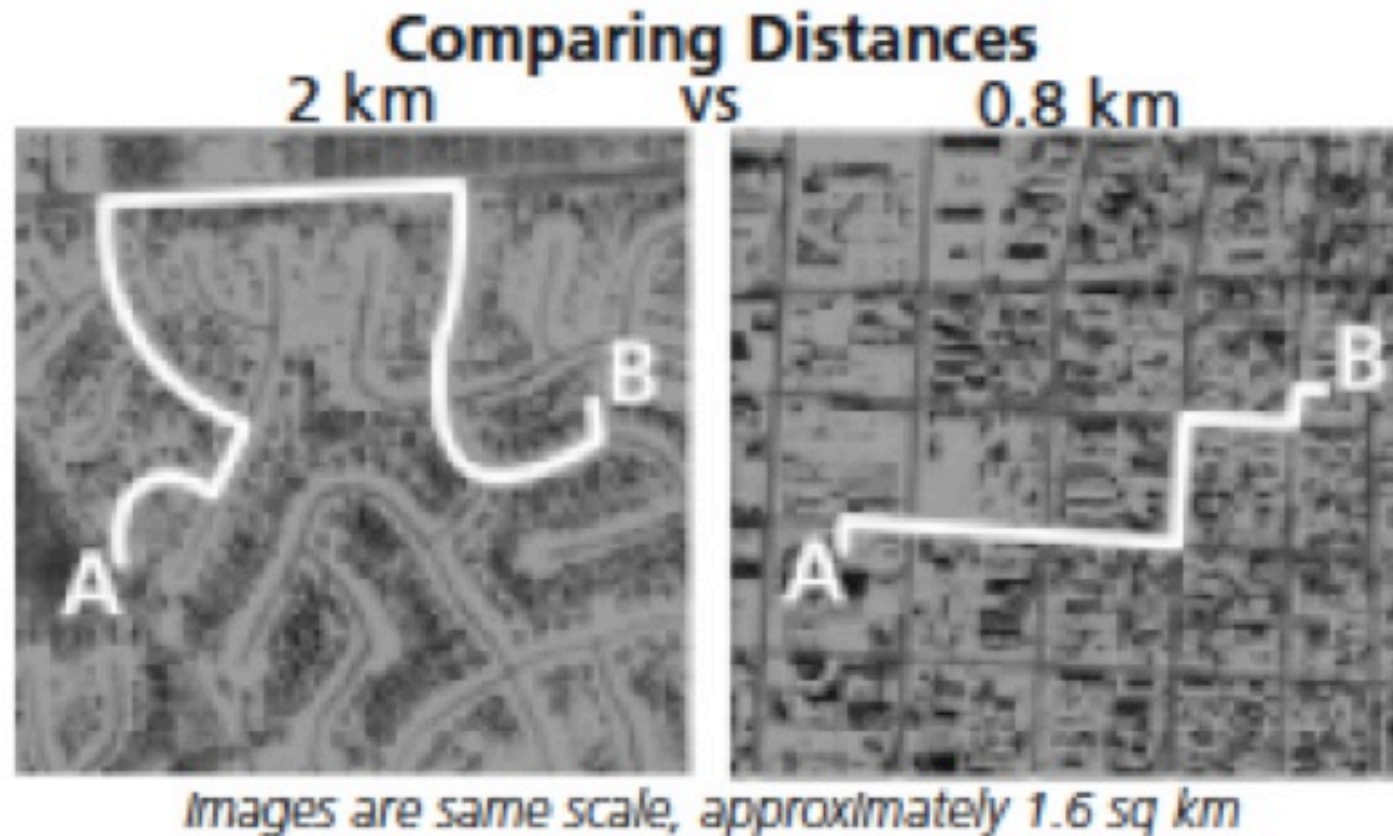
Gebaute Umwelt und Bewegungsförderung

Funktionstrennung vs. Funktionsmischung



Gebaute Umwelt und Bewegungsförderung

Konnektivität vs. Diskonnektivität



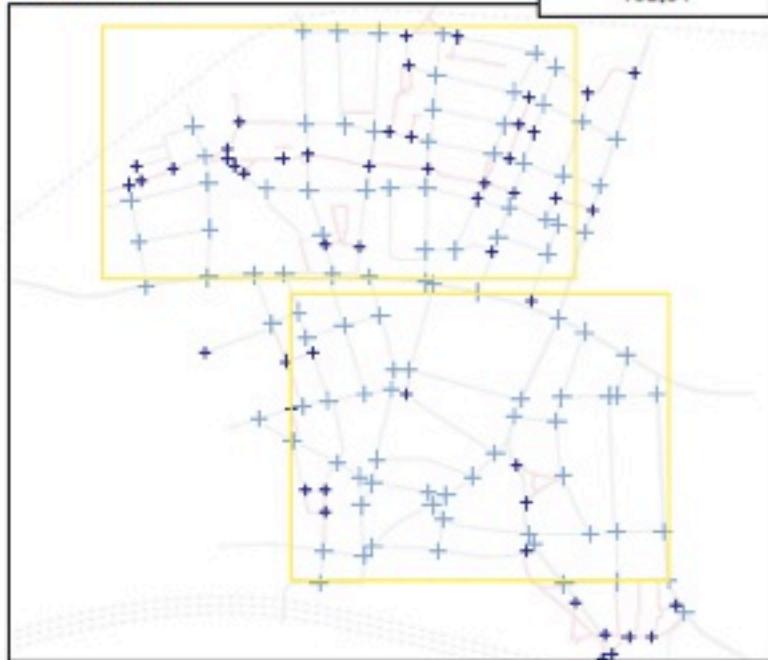
Quelle: Sallis et al.,
2004. Transportation
Research - Part A.
In: Frank, Savage,
Litman (2005):
Promoting public health
through Smart Growth

Gebaute Umwelt und Bewegungsförderung

Konnektivität (Kreuzungen pro km²)

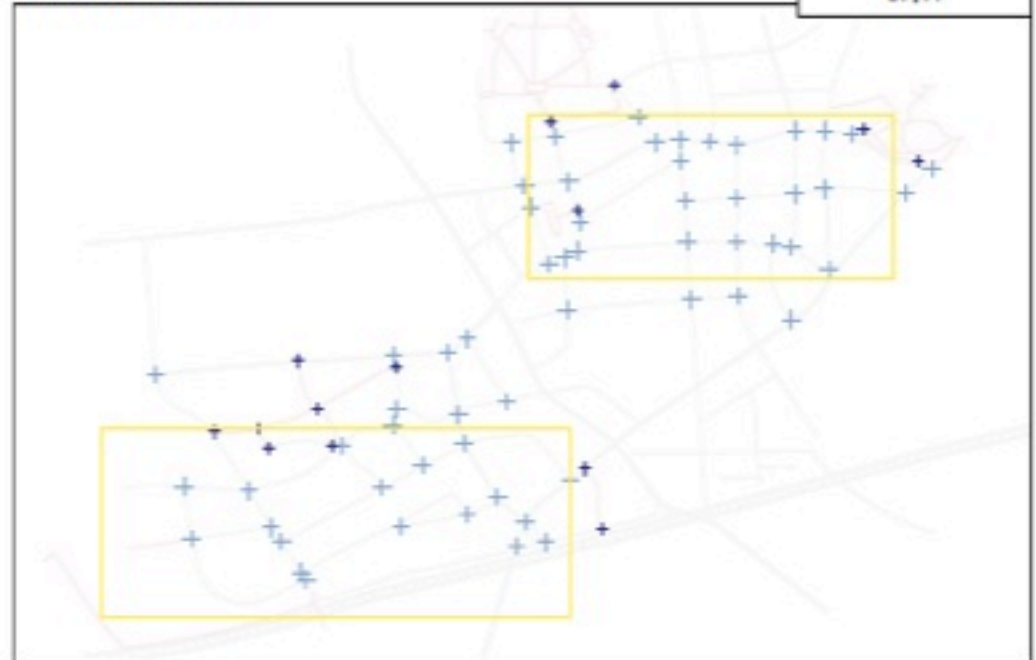
ALTENDORF

160,51



FROHNHAUSEN

67,11



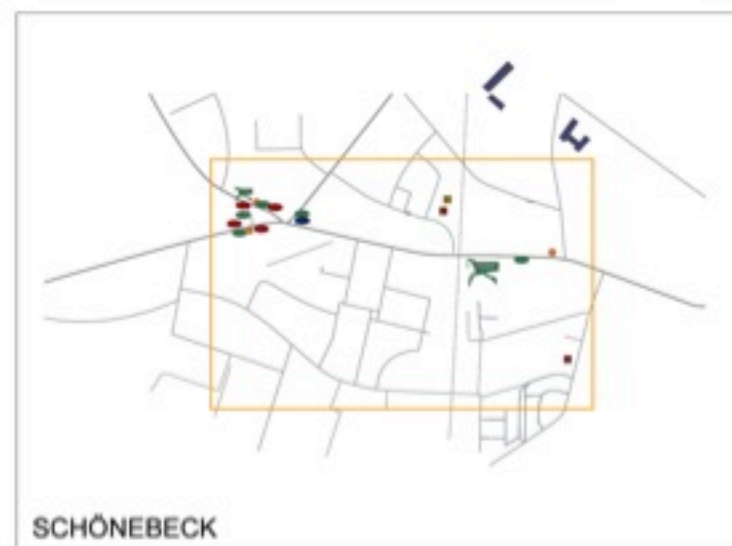
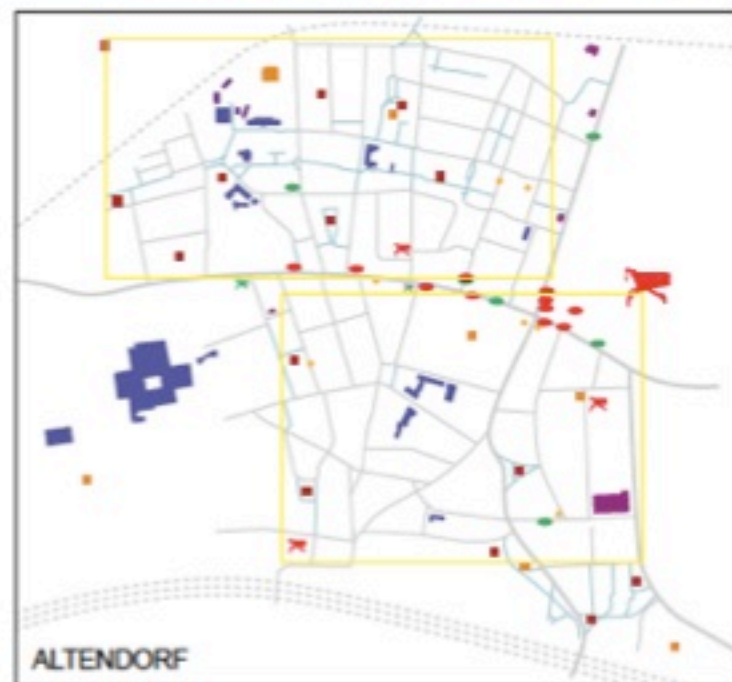
Quelle: eigene Darstellung, ISS ©



Gebaute Umwelt und Bewegungsförderung

Nutzungsmischung

- Liegen sinnvolle Ziele in der Nähe, bewegen sich Menschen eher zu Fuß oder per Rad fort.
- Eine hohe Bebauungsdichte und eine gute Mischung aus Geschäften, Schulen und Arbeitsplätzen fördert die Bereitschaft zu körperlicher Aktivität.



Gebaute Umwelt und Bewegungsförderung

„**Walkability-Index**“ setzt sich
zusammen aus:

- **Straßenkonnektivität:** wird gemessen über die Dichte der Kreuzungen pro festgelegter Einheit (Gebiet, Blocklänge oder Straßenlänge)
- **Nutzungsmischung:** wird gemessen z.B. über das Vorhandensein oder die Vielfalt verschiedener Flächennutzungen in einem definierten Gebiet
- **Einwohnerdichte**

(u.a. Frank et al.)



Gebaute Umwelt und Bewegungsförderung

„Eye-Level“

Reale und wahrgenommene Entfernung

- 500m Fußweg noch akzeptabel, aber...
- ...abhängig von der Kombination zwischen Entfernung und Wegequalität. Sie sollte interessant, abwechslungsreich, sicher und bequem sein.



Gebaute Umwelt und Bewegungsförderung

„Eye-Level“ Sicherheit

Die wahrgenommene Sicherheit im Quartier beeinflusst den Grad der körperlichen Aktivität.



Gebaute Umwelt und Bewegungsförderung

„Eye-Level“ : Der menschliche Maßstab Wahrnehmung und Geschwindigkeiten

- Unser Sinnesapparat und unsere Systeme zum Interpretieren der Sinneseindrücke ist auf die Gehgeschwindigkeit ausgelegt.
- Beim Gehen und Radfahren erkennen wir noch Gesichter und Details



Gebaute Umwelt und Bewegungsförderung

„Eye-Level“ : Der menschliche Maßstab
Wahrnehmung und Geschwindigkeiten

5 km/h
15 km/h



60 km/h

Menschenorientiert



Autoorientiert



Gebaute Umwelt und Bewegungsförderung

Beispiele Gestaltung öffentlicher Räume +/-



5 km/h – 3 mph



or 60 km/h – 37 mph scale



Open



or closed



Interactive



or passive

Gebaute Umwelt und Bewegungsförderung

Beispiele Gestaltung öffentlicher Räume +/-



Interesting



or boring



Varied



or uniform



Vertical



or horizontal

Gebaute Umwelt und Bewegungsförderung

Grünflächen_öffentlich

Quelle: eigene Darstellung, ISS ©

BOCHOLD



FROHNHAUSEN



Gebaute Umwelt und Bewegungsförderung

Grünflächen_öffentlich
Zugänglichkeit, Nutzbarkeit
Aktivitätsangebote, Gestaltung

BOCHOLD

Quelle: eigene Darstellung, ISS ©



ALTENDORF



Gebaute Umwelt und Bewegungsförderung

Kriterien für eine gesundheitsförderliche Stadt Fokus auf öffentliche Räume

- "Walkability" im Quartier
- Nutzungsmischung
- Konnektivität
- Bebauungs- /Einwohnerdichte
- Infrastruktur für Fußgänger und Radfahrer
- Zugänglichkeit zu Radwegen, Grünräumen
- Gestaltung (attraktive Straßenräume, Erdgeschosszonen,...)
- Wahrgenommene und objektive Sicherheit
- ...



Ausblick

- Förderung der Bewegung ist eine Notwendigkeit, keinesfalls Luxus!
- Planung in dieser Reihenfolge:
Leben, Raum, Gebäude
- Ermöglichung gesunder Lebensweisen durch Schaffung einer gesundheitsförderlichen Umwelt bedeutet langfristige Ersparnisse der Behandlungskosten.
- **Ganzheitliche Planung**
Ansatz, um die traditionellen Planungskategorien mit Gesundheitsthemen zu verbinden.



Vielen Dank!



Minh-Chau Tran,
Institut für Stadtplanung und Städtebau,
Universität Duisburg-Essen
minh-chau.tran@uni-due.de

Institutsleiter:
Prof. J. Alexander Schmidt
<http://www.uni-due.de/staedtebau/>

**THIS ONE
RUNS ON FAT
AND SAVES YOU MONEY**



**THIS ONE
RUNS ON MONEY
AND MAKES YOU FAT**

