Bielefeld
Kommunale Gesundheitskonferenz

Gesund unterwegs – Fußgängerfreundlichkeit in Bielefeld steigern

Präsentation KGK-Bielefeld

20.11.2019, Günter Hölling

Initiative „gesund unterwegs“

- Die Teilnehmer*innen der Initiative, die sich nach der KGK-Sitzung am 10.4.19 gegründet hat, kommen aus der Universität Bielefeld, dem Stadtelternrat, der Initiative der Haus- und Kinderärzte, der regionalen AOK und BKK, dem Gesundheits-, Umwelt- und Verkehrsamt und dem Gesundheitsladen Bielefeld e.V. (Moderation) angefragt sind noch der Seniorenrat und die Unfallversicherung
- In den Handlungsempfehlungen der KGK wird das „**Gehen**“ betont und auf etliche aktuelle Quellen verwiesen mit bewegungs- und gesundheitsfördernden Impulsen, hier drei Beispiele:

  > 8:80-City aus Toronto

  > Mobilitätswende

  > Walkability-Ansatz

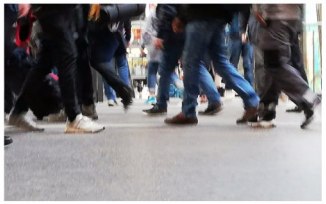
8:80 City Projekt Toronto

Impulse von Fuss e.V., KIT etc.

FUSS e.V.

Fachverband Fußverkehr Deutschland

Massen-Bewegung



- Meist praktizierte und niedrigschwelligste Form der körperlichen Aktivität
- Durchschnittliche Gehstrecke pro Tag und Person in Deutschland 1,2 km; Durchschnittszeit 21 Minuten.
- 22 % aller Außer-Haus-Wege komplett zu Fuß; die übrigen 78 % überwiegend mit Geh-Anteil
- Ausgleich für ökonomisch-soziale Defizite

FUSS e.V.

Fachverband Fußverkehr Deutschland

Gesundheit: Prävention für alle

- Umfassende Aktivierung: Kreislauf, Atmung, Muskeln, Gelenke, Sinne, Gehirn
- 20 Minuten tägliches Gehen erhöht die Lebenserwartung um 0,7 Jahre (1)
- 2.000 Schritte täglich senken das Herzinfarkt- und Schlaganfall-Risiko um 14 Prozent (2)
- 10.000 Schritte halbieren die Wahrscheinlichkeit von späterem Alzheimer (2)
- 10.000 Schritte senken Depressions-Risiko um 40 Prozent (Sauerstoffzufuhr, Endorphine, Licht (2)

(1) https://www.aerztezeitung.de/medizin/krankheiten/adipositas/article/878590/20-minuten-pro-tag-spazierengehen-verlaengert-leben.html

(2) https://www.dresden.de/media/pdf/gesundheit/Workshop_II_Bewegung_Prof._Schwarz.pdf

KIT Karlsruher Institut für Technologie

Checkliste für Fußgängerfreundlichkeit

Wie gehfreundlich ist Ihr Wohnumfeld/Ihre Nachbarschaft?

Wie Sie die Checkliste benutzen

1. Benutzen Sie diese Liste, um Ihren alltäglichen Fußweg zu beurteilen. Wenn Sie keinen bestimmten Weg haben, suchen Sie sich ein Ziel aus, das es zu erreichen gilt, wie z. B. ein Geschäft oder einen Park.

Wie hat Ihre Strecke bei der Bewertung abgeschnitten?

Zählen Sie Ihre mit Ja beantwortete Fragen zusammen:

A	Fußgängerfreundlichkeit	____
B	Komfort	____
C	Sicherheit	____
D	Zweckmäßigkeit und Vernetzung	____
	Gesamt	___/29

Auswertung	
22-29	Gute Nachrichten! Ihre Route ist extrem fußgängerfreundlich.
15-21	Ihre Route ist fußgängerfreundlich, aber es gibt Platz für Verbesserungen.
8-14	Es braucht etwas Arbeit, um Ihre Route fußgängerfreundlich zu machen.
0-7	Ihre Route ist nicht fußgängerfreundlich.

Begehung Heeper Straße 9.10.19

10 Punkte für das Gehen

- Zu Fuß gehen ist die grundlegende alltägliche Fortbewegungsart und muss deshalb als Ausgangspunkt aller Mobilitätskonzepte verstanden und umgesetzt werden.
- Zu Fuß gehen ist in allen Lebenslagen die verfügbare und barrierefreie Fortbewegungsart für alle Menschen unabhängig von ihrem sozialen Status.
- Zu Fuß gehen muss für alle Menschen, jung oder alt, mit Kinderwagen oder Hilfsmitteln, auf eigenen, sicheren und attraktiven Wegen (baulich geschützten Gehwegen) möglich sein.
- Zu Fuß gehen braucht Raum zur Begegnung, Bewegung und Beobachtung; Gehwege sind erst ab 2,0 m Breite dafür geeignet, auf jeder Straßenseite und mit einfachen Querungshilfen.
- Zu Fuß gehen findet auch statt, wenn andere Verkehrsmittel genutzt werden, die Wege z.B. zu den Haltestellen des ÖPNV müssen nutzerfreundlich gestaltet werden.

10 Punkte für das Gehen

- Zu Fuß gehen bedeutet spontan entscheiden können, stoppen und gehen können, vor- und zurückgehen, sich unterhalten und mit Kindern spielerisch unterwegs sein zu können.
- Zu Fuß gehen ist die günstigste und nachhaltigste Fortbewegungsart, sie muss deshalb im Mobilitätsmix besonders gefördert werden durch entsprechende Fördermittelanteile.
- Zu Fuß gehen muss sowohl in der Innenstadt wie in den Randbezirken erleichtert werden, auf den Arbeitswegen und den Schulwegen mit altersgerechten Markierungen.
- Zu Fuß gehen muss in Bielefeld priorisiert werden mit einem „Masterplan Gehen“ und einer fachübergreifenden Projekt-entwicklung für eine zügige Umsetzung mit Bürgerbeteiligung.
- Zu Fuß gehen braucht gute Vorbilder, deshalb sollte mit dem gezielten Ausbau des Fußgängerbereichs in der Innenstadt begonnen und der Straßenraum neu aufgeteilt werden.

Beispiele Bielefeld-Innenstadt

Fazit: Fußverkehr im Alltag fördern

- Handlungsempfehlung KGK mit 10 Punkten
- Umsetzung durch Zivilgesellschaft, Kommune, Sozialversicherung, u.a.
- Empfehlung an Stadtentwicklungsausschuss sowie Sozial- und Gesundheitsausschuss
- Entwicklung „Doku“ und „Masterplan Gehen“
- Integration in Mobilitätswende und -förderung
- Integration in Gesundheitsförderungsaktivität

Genutzte Quellen:

- KGK Bielefeld, Bielefelder Gesundheitsziele 2017-2022,
- Faktenblatt „Bewegung“ des Landeszentrum Gesundheit NRW,
- Faktenblätter „körperliche Aktivität“ des Robert-Koch-Instituts,
- Die Toronto Charta für Bewegung: Ein weltweiter Aufruf zum Handeln,
- Geht doch! Grundzüge einer bundesweiten Fußverkehrsstrategie, UBA,
- GKV-Bündnis „Empfehlungen für Bewegungsförderung in der Kommune“,
- Verein „bwgt e.V., Projekte zur Bewegungsförderung im öffentlichen Raum,
- Beschluss der Verkehrsministerkonferenz am 9./10. 10. 2019 in Frankfurt/Main : Sicherheit und Attraktivität des Fußverkehrs,
- Bewegungs- und gesundheitsförderliche Kommune. Evidenzen und Handlungskonzept für die Kommunalentwicklung, LZG.NRW, 2012,
- Handlungsleitfaden Fußverkehr der AGFS,
- Fuss e.V., Fachverband Fussverkehr Deutschland,
- 8:80 City Projekt Toronto.