
Aktive Mobilität und gesundes Altern:

Gestaltungsmöglichkeiten und Problemverständnisse
in Klein- und Mittelstädten

Aufbau

1. Aktive Mobilität und gesundes Altern in der Kommune (Begriffsklärung)
2. Forschungsprojekt AFOOT
3. Gestaltungsmöglichkeiten zur Förderung aktiver Mobilität und gesunden Alterns in Klein- und Mittelstädten
4. Problemverständnisse im Umgang mit aktiver Mobilität und gesundem Altern in Klein- und Mittelstädten
5. Potenziale und Herausforderungen für aktive Mobilität und gesundes Altern in Klein- und Mittelstädten

Aktive Mobilität und gesundes Altern in der Kommune

Begriffsverständnis

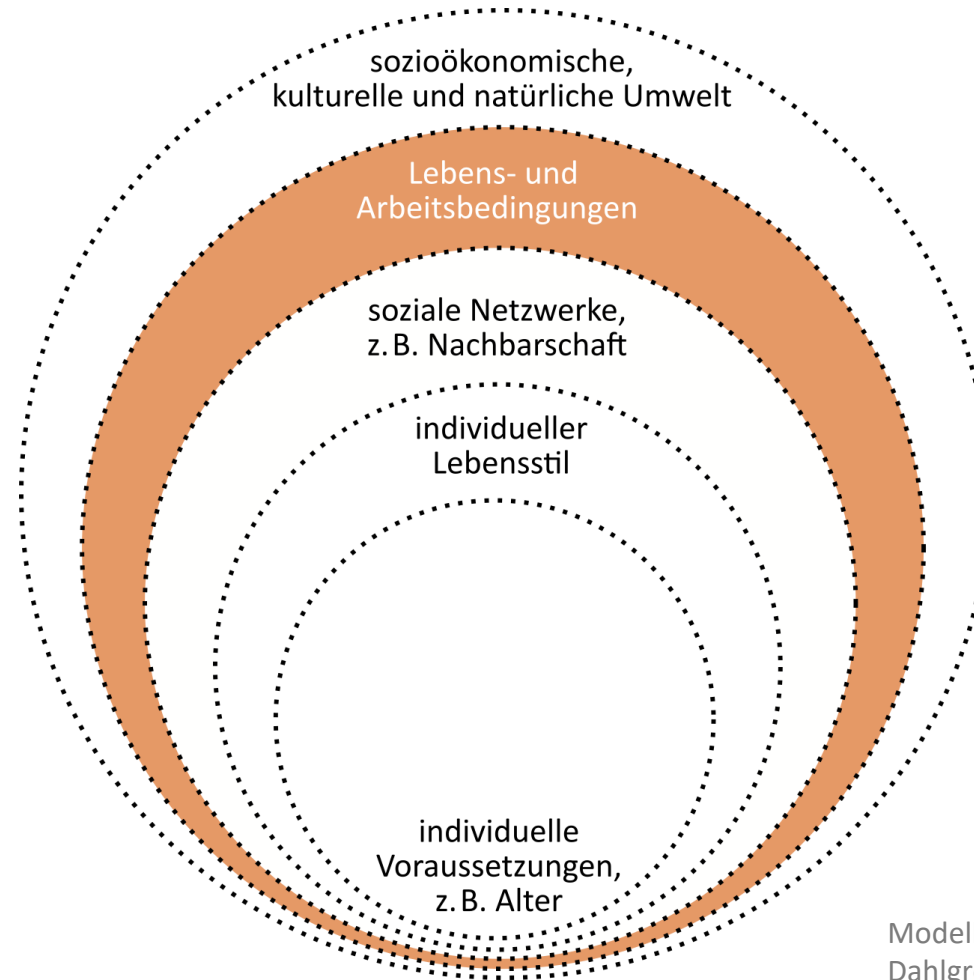
Aktive Mobilität

- Zurücklegen von Alltagswegen zu Fuß oder mit dem Rad
- transportbezogene körperliche Aktivität im Alltag (WHO 2018)
- bewegungsfördernde Gestaltung der gebauten Umwelt, z.B. *Walkability* (Frahsa 2018, Tran 2018)
- subjektive Wahrnehmung der gebauten Umwelt (Bucksch/Schneider 2014)

Gesundes Altern (WHO 2015)

- Altern als Prozess
- Aufrechterhaltung individueller Fähigkeiten, die Wohlbefinden und ein selbstbestimmtes Leben ermöglichen
- Entwicklung einer unterstützenden sozialen und gebauten Umwelt
- Heterogenität der Älteren hinsichtlich der individuellen und umweltbezogenen Voraussetzungen

Begriffsverständnis



Modell der Gesundheitsdeterminanten nach
Dahlgren/Whitehead 2007 (Quentin 2021, S. 44)

Begriffsverständnis

Gesundheitsfördernde Kommunalentwicklung (angelehnt an *healthy urban governance*, Corburn 2009)

- Anerkennung von Gesundheit als Gegenstand des kommunalen Handelns
- Berücksichtigung gesundheitlicher Belange
- Handeln über Fachgrenzen hinweg
- Gesundheit als Querschnittsthema

Gesundheitsfördernde Gesamtpolitik und *Health in All Policies* (WHO 1986, Trojan 2020)

- Verantwortungsübernahme für Gesundheit in allen Politikbereichen
- Bewusstsein für gesundheitliche Auswirkungen politischer Entscheidungen
- intersektorale Zusammenarbeit
- mehr als Krankheitsprävention und Gesundheitserziehung

Forschungsprojekt AFOOT

Alternd zu Fuß oder mit Fahrrad: Urban mobil ohne Stress (AFOOT)

- Teilprojekt im Forschungsverbund „Körperliche Aktivität in der Altersgruppe 65+ Präventionsnetzwerk für gesundes Altern im Nordwesten“ (AEQUIPA)
- Förderung durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF)
- Laufzeit 2015-2021
- Zusammenarbeit zwischen Fakultät Raumplanung, TU Dortmund und Institut für Public Health und Pflegeforschung, Universität Bremen
- Untersuchungsregion Metropolregion Bremen-Oldenburg im Nordwesten



Landkreise und kreisfreie Städte in der Metropolregion Nordwest (Quentin 2021, S. 95)

Alternd zu Fuß oder mit Fahrrad: Urban mobil ohne Stress (AFOOT)

Ziele des Forschungsprojekts

- Verknüpfung von Ansätzen der Stadt- und Verkehrsplanung sowie Gesundheitsförderung
- Stärkung der Zusammenarbeit zwischen Stadtplanungs- und Gesundheitsämtern
- Ausbau der Kenntnisse über aktive Mobilität und gesundes Altern in der Untersuchungsregion
- Förderung aktiver Mobilität im kommunalen Planungshandeln verankern



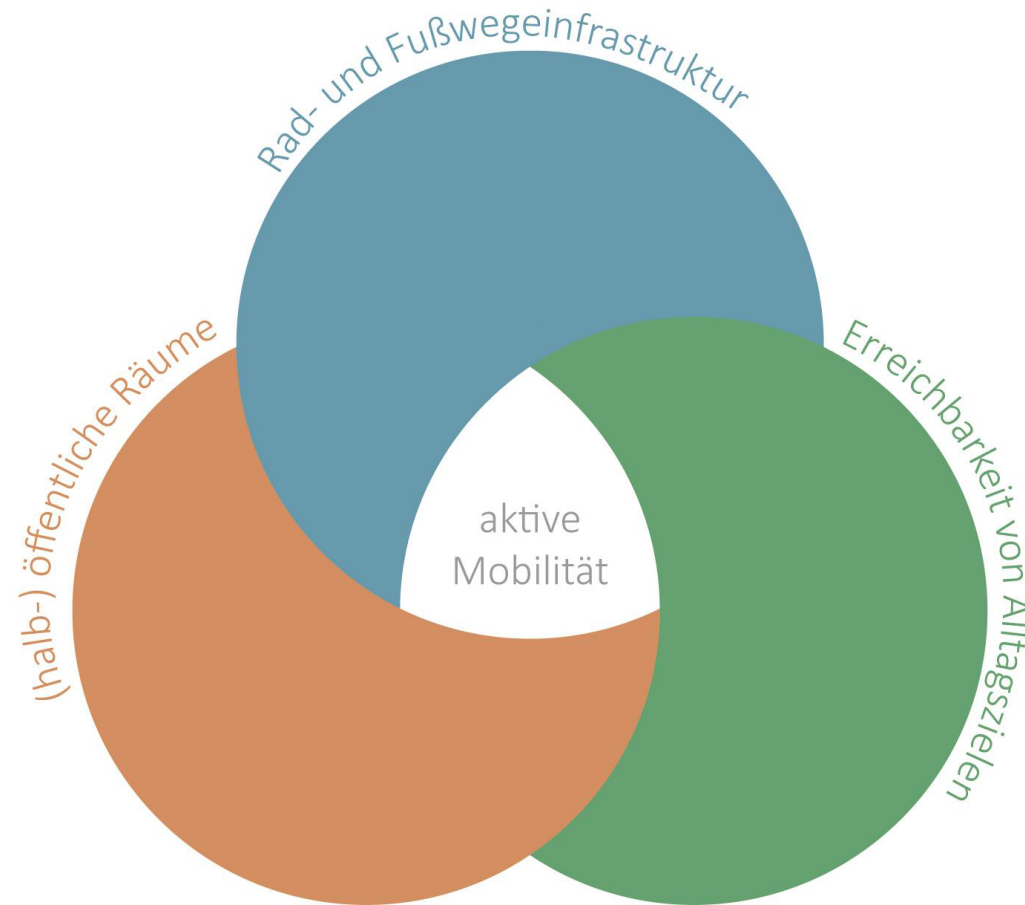
Erstellung einer Arbeitshilfe
(2015-2018)



Durchführung eines Reallabors
(2018-2020)

Gestaltungsmöglichkeiten zur Förderung aktiver Mobilität und gesunden Alterns in Klein- und Mittelstädten

Handlungsfelder zur Förderung aktiver Mobilität und gesunden Alterns



© AFOOT-Projektteam

(Halb-) öffentliche Räume multifunktional gestalten und ausstatten

- (Halb-) öffentliche Räume als multifunktionale Grün- und Freiräume entwickeln
- Multifunktionale Nutzung innerstädtischer Plätze ermöglichen
- Öffentliche Wege und Plätze sicher, sauber, hell und gut einsehbar gestalten
- Alltagsziele Älterer barrierefrei erschließen
- Ausreichend viele und verschiedenartige Sitzgelegenheiten schaffen und diese pflegen
- Ausreichend viele barrierefreie, öffentlich zugängliche Toiletten bereitstellen

Aktive Mobilität auf Alltagswegen priorisieren

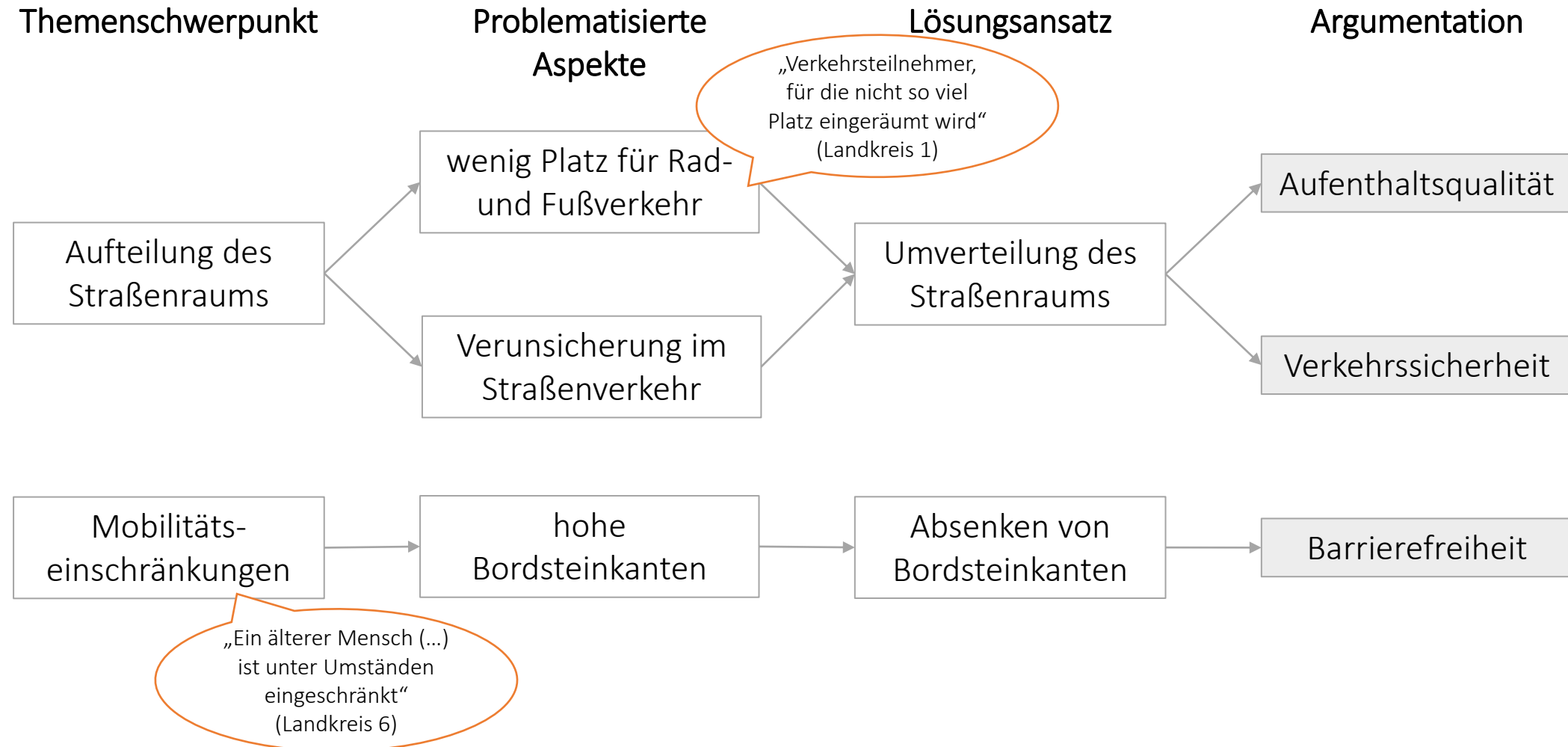
- Zu Fuß Gehenden und Rad Fahrenden den Vorrang gewähren
- Übersichtliche und selbsterklärende Straßenräume schaffen
- Fuß- und Radwege barrierefrei, sicher und ausreichend breit gestalten
- Sichere und barrierefreie Straßenquerungen ermöglichen
- Verkehrssicherheit erhöhen und subjektives Sicherheitsempfinden stärken
- Rad- und Fußverkehr als Ergänzung des ÖPNV begreifen

Erreichbarkeit von Alltagszielen gewährleisten

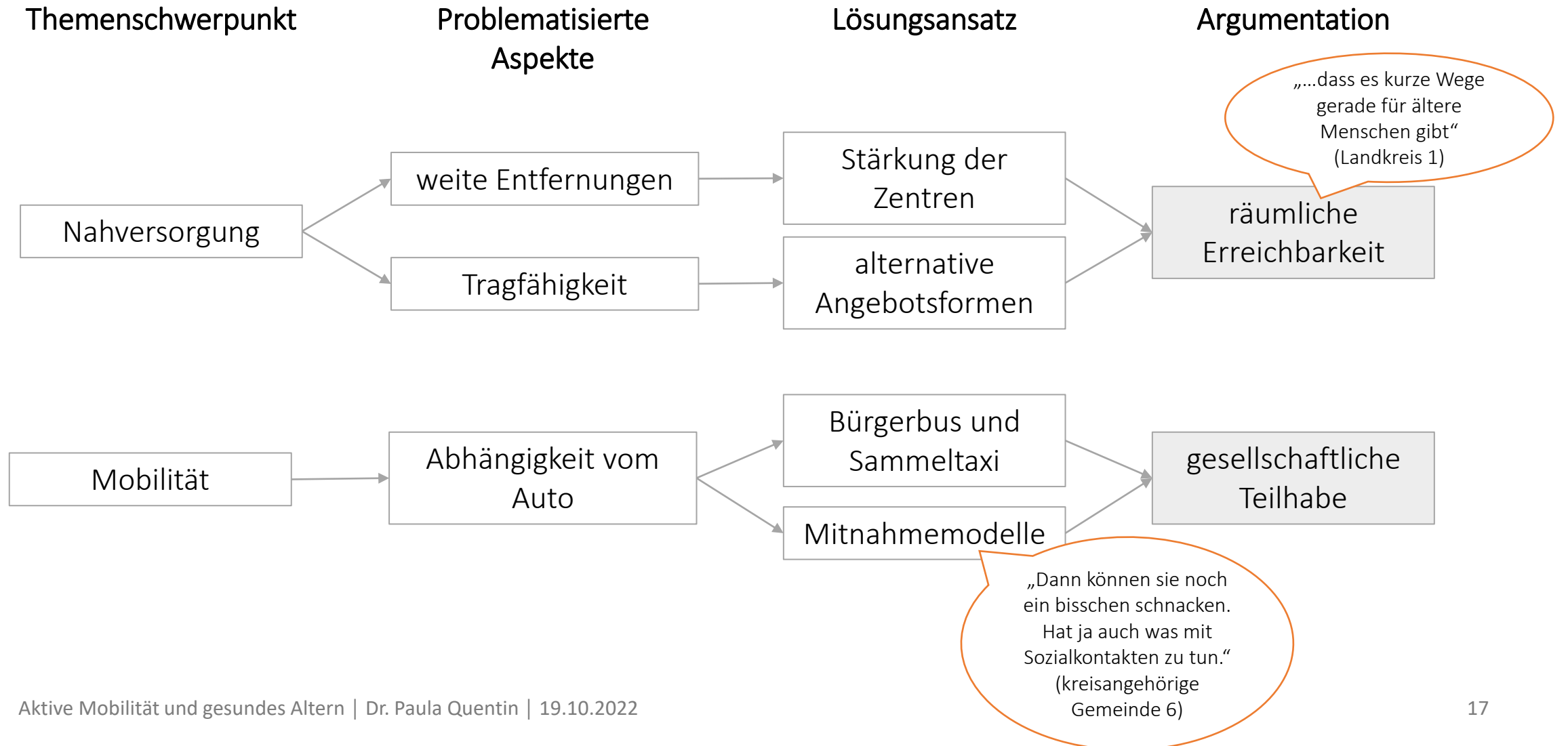
- Nutzungsgemischte und kompakte Strukturen in Kernbereichen erhalten
- Erreichbarkeit zu Fuß und mit dem Fahrrad priorisieren
- Wohnortnahe Versorgungsstrukturen aufrechterhalten und fördern
- Alltagsziele mit dem ÖPNV erschließen
- Öffentliche und halb-öffentliche Treffpunkte schaffen
- Möglichkeiten zur körperlichen Aktivität im Wohnumfeld schaffen

Problemverständnisse im Umgang mit aktiver Mobilität und gesundem Altern in Klein- und Mittelstädten

Aktive Mobilität zwischen Aufenthaltsqualität, Verkehrssicherheit und Barrierefreiheit



(Gesundes) Altern zwischen räumlicher Erreichbarkeit und gesellschaftlicher Teilhabe



Potenziale und Herausforderungen für aktive Mobilität und gesundes Altern in Klein- und Mittelstädten

Potenziale und Herausforderungen für aktive Mobilität und gesundes Altern in Klein- und Mittelstädten

1. Aktive Mobilität ist ein zentraler Baustein, um ein selbständiges und gesundes Leben im Alter zu ermöglichen.
2. Kommunen können aktive Mobilität und gesundes Altern unterstützen, indem sie attraktive und vielseitig nutzbare öffentliche Räume schaffen, die Rad- und Fußwegeinfrastrukturen ausbauen und wohnortnahe Versorgungsstrukturen aufrechterhalten bzw. fördern.
3. Aktive Mobilität und gesundes Altern stehen in vielen Klein- und Mittelstädten in Niedersachsen bisher nicht oben auf der Agenda.
4. Aktive Mobilität und gesundes Altern sind anschlussfähig an Themen, die bereits auf der Agenda stehen, z.B. Verkehrssicherheit, Barrierefreiheit, Erreichbarkeit und Teilhabe.

Arbeitshilfe und Toolbox „Aktive Mobilität im Alter fördern“



Download unter
<https://www.aequipa.de/materialien/afoot.html>

Analyse „Aktive Mobilität und gesundes Altern: Kommunales Handeln an der Schnittstelle zwischen Gesundheitsförderung und räumlicher Planung“



Download unter
[http://dx.doi.org/10.17877/
DE290R-22480](http://dx.doi.org/10.17877/DE290R-22480)

Danke für Ihre Aufmerksamkeit!

Quellen

AFOOT-Projektteam (2018): Aktive Mobilität im Alter fördern. Eine Arbeitshilfe für die Zusammenarbeit zwischen der kommunalen Planungs- und Bauverwaltung und dem Öffentlichen Gesundheitsdienst in Klein- und Mittelstädten. Bremen und Dortmund.

Bucksch, Jens/Schneider, Sven (2014). Walkability. Einführung und Überblick. In: Jens Bucksch/Sven Schneider (Hg.). Walkability. Das Handbuch zur Bewegungsförderung in der Kommune. Bern, Huber, 15–26.

Corburn, Jason (2009). Toward the healthy city. People, places, and the politics of urban planning. Cambridge, Mass., MIT Press.

Frahsa, Annika (2018). Verkehr und Gesundheit – Walkability. In: Oliver Schwedes (Hg.). Verkehrspolitik. Eine interdisziplinäre Einführung. 2. Aufl. Wiesbaden, Springer VS, 395–414.

Quentin, Paula (2021). Aktive Mobilität und gesundes Altern: Kommunales Handeln an der Schnittstelle zwischen Gesundheitsförderung und räumlicher Planung. Dissertation zur Erlangung des akademischen Grades Dr. rer. pol. an der Fakultät Raumplanung, Technische Universität Dortmund.

Tran, Minh Chau (2018). Walkability als ein Baustein gesundheitsförderlicher Stadtentwicklung und -gestaltung. In: Sabine Baumgart/Heike Köckler/Anne Ritzinger/Andrea Rüdiger (Hg.). Planung für gesundheitsfördernde Städte. Forschungsberichte der ARL 08. Hannover, 284–296.

Trojan, Alf (2020). Gesundheit in allen Politikbereichen. Die Entwicklungsgeschichte eines Kernkonzepts der Gesundheitsförderung. In: Katharina Böhm/Stefan Bräunling/Raimund Geene/Heike Köckler (Hg.). Gesundheit als gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Das Konzept Health in All Policies und seine Umsetzung in Deutschland. Wiesbaden, Springer, 17–35.

Weltgesundheitsorganisation (1986). Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung. Ottawa.

World Health Organization (2015). World report on ageing and health. Geneva.

World Health Organization (2018). Global action plan on physical activity 2018-2030. More active people for a healthier world. Geneva.