



«GEMEINDE BEWEGT - strukturelle Bewegungsförderung in der Gemeinde»

20. Zürcher Forum Prävention und Gesundheitsförderung
06. Juli 2015

Sabina Ruff



Inhalt

1. Ausgangslage
2. Projektziele
3. Vorgehen
4. Finanzierung
5. Instrumente und Tools
6. Ergebnisse und Wirkungen
7. Medienecho
8. Nachhaltigkeit
9. Fazit



Ausgangslage – epidemiologische Grundlagen

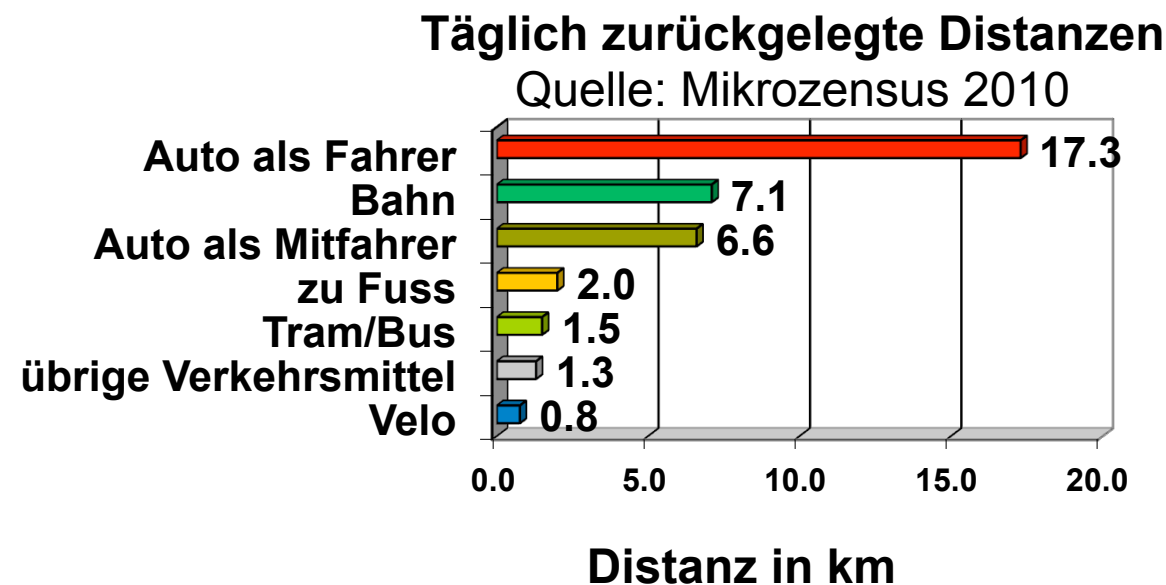
1. Grundlagen strukturelle Bewegungsförderung

1. Rund 60% der CH Gesamtbevölkerung bewegen sich zu wenig oder gar nicht!
2. Direkte ökonomische Konsequenzen
 - 2.1 CHF Millionen vorzeitige Todesfälle
 - 2.4 CHF Milliarden direkte Krankheitskosten
3. Gesundheitliche Konsequenzen
 - Herz- Kreislauf Erkrankungen
 - Diabetes Typ II
 - Adipositas
 - Krebs
4. Soziale Konsequenzen
 - Soziale Vereinsamung
 - Psychische Störungen (Depression, Suizid, u.a.)



Ausgangslage - Mikrozensus Verkehr

- Rund 2/3 der täglichen Distanzen legen die Schweizerinnen und Schweizer mit dem Auto zurück



- Lediglich 5% zu Fuss oder mit dem Rad
- Anteil zurückgelegter Autokilometer der Verkehrszwecke (Arbeit und Freizeit) beträgt 90%



Projektziele

- **Optimierung der Infrastrukturen für Bewegung in den Gemeinde** insbesondere kurze, sichere und attraktive Wege zu wichtigen Zielorten, zu Infrastruktur, öffentlichem Verkehr, Sport- und Freizeitanlagen fördern
- **Gestaltung von öffentlichen Plätzen und Räumen** Möglichkeiten zum Bewegen, Begegnen und Verweilen
- **Schul-, Spiel- und Sportplätze** für Kinder sicher, attraktiv und selbständig zu erreichen sein
- **Umsetzung eines Beratungs- und Massnahmenpakets in zehn Gemeinden** ein Beratungs- und Massnahmenpaket wird angewendet und evaluiert.
- **Partizipation der Bevölkerung** Die Bevölkerung solle aktiv Bewegungshindernisse und -potentiale erheben, bewegungsförderliche Strukturen bei Planungsvorhaben diskutieren und Anliegen aus der eigenen Perspektive einbringen.
- **Nutzung der Erkenntnisse für die Multiplikation** Nach Abschluss der Pilotphase solle ein Leitfaden verfügbar sein, der von anderen Gemeinden in der Schweiz zur Umsetzung genutzt werden kann.
- **Nutzung neuester Technik** Erhebung mit online Tool (App)
- **Interdisziplinäres Vorgehen** Zusammenarbeit mit Baudepartement, Bildungsdepartement und Gesundheitsdepartement



Vorgehen in den Gemeinden

- Ausschreibung und Bewerbung zur Teilnahme
- Erstgespräche in insgesamt 20 Gemeinden
- Perimeter mit Potential erwägen
- Handlungsmöglichkeiten erörtern
- Handlungsmöglichkeiten durch formulierte Ziele, angepasst an die Bedingungen in den Gemeinden vertraglich festlegen
- Umsetzungsprozess mit der Bevölkerung
- Begleitung des Prozesses durch Fachperson (Fussverkehr Schweiz)
- Dokumentation der Ergebnisse mit Handlungsempfehlungen an die Gemeinde
- Abschlussveranstaltung mit Berichtsübergabe
- Daten auf LV-Portal des Kantons



Individuelle Problemstellungen in heterogenen Gemeindestrukturen

- **Kinderspielplatzkonzept** erstellen und Überprüfung der öffentlichen Spiel- und Pausenplätze
- **Verkehrsknoten** an neuralgischer Stellen überprüfen und neu gestalten
- **Dorfplatz** Gestaltung mit Bevölkerung erarbeiten
- **Radwege** überprüfen und optimieren
- **Tempo 30 Zonen** überprüfen und optimieren
- **Gesamtes Gemeindegebiet** unter dem Fokus «Langsamverkehr» überprüfen und optimieren
- **Geplante Wohnsiedlung** auf Bewegungsförderung, Kinderpartizipation, Sicherheit und Langsamverkehr und Erreichbarkeit der Infrastruktur überprüfen
- **Schulwegsicherheit** überprüfen und optimieren
- Erreichbarkeit der **Naherholungsgebiete** zu Fuss und mit dem Rad sicherstellen
- **Raumplanung** und Richtplanung überprüfen



Finanzierung

Finanzielle Träger des Projekts «GEMEINDE BEWEGT» sind:

- Kanton St.Gallen (je paritätisch aus Baudepartement, Bildungsdepartement und Gesundheitsdepartement)
- Bundesamt für Gesundheit BAG
- Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz
- Das Eidgenössische Büro für die Gleichstellung von Menschen mit Behinderung EBGB und
- Krebsliga Schweiz



Entwickelte Instrumente und Tools

- Entwicklung einer App und Installierung auf Tablets zur Erhebung mit der Bevölkerung (in Zusammenarbeit mit EBPI, UZH)
- Entwicklung von geeigneten Strukturen für Zukunftswshops
- Entwicklung einer Checkliste für Gemeinden zur Situationsanalyse
- Entwicklung eines Leitfadens für Gemeinden in der Umsetzung



Erhebung mit Tablet - Fragebogeninhalte

- Standort mittels GPS
 - Karte oder Adresse als back-up
- Bereich
 - Fussverkehr, Radverkehr, Hindernisse, Aufenthalt
- Infrastrukturelement
 - Fehlt, mangelhaft oder positives Beispiel
- Problem
 - Kategorien, Beschreibung, Lösungsvorschlag
- Fotos
 - Zwecks Illustration und Identifizierung, Legende
- Abschliessende Fragen
 - Thema, Betroffene, Priorisierung, Kontaktinfo

The screenshot shows the ODK Collect mobile application interface for data collection. The title bar reads "ODK Collect > LVkaster_Schlussversion_v4". The main screen is titled "Erfassung der Standortkoordinaten" (Recording location coordinates) and includes instructions: "Das Gerät benötigt etwas Zeit um die Position zu finden. Drücken Sie 'Record' (accuracy) drücken Sie".

Below this, there are several overlapping screens and a list of infrastructure elements:

- A screen titled "ODK Collect > LVkaster_Schlussversion_v4" asks "Welchem Element ist diese Problemstelle zuzuordnen?" (To which element should this problem be assigned?). It has two radio buttons: "Fehlt" (Missing) and "Mangelhaft" (Deficient).
- A screen titled "ODK Collect > LVkaster_Schlussversion_v4" is titled "Übersichts-Foto (1/2) der Problemstelle" (Overview photo (1/2) of the problem location). It asks: "Machen Sie bitte ein Uebersichtsfoto welches die Problemstelle sowie möglichst viel Hintergrund erfasst (Häuser, Strassenkreuzung, o.ä.) . Sie dürfen sich dazu ruhig ein paar Schritte vom ursprünglichen Standort (während der GPS-Aufnahme) entfernen." (Please take an overview photo which captures the problem location as well as as much background as possible (houses, street crossings, etc.). You are allowed to take a few steps away from the original location (during the GPS recording)). It has two buttons: "Take Picture" and "Choose Image".
- A list of infrastructure elements with radio buttons for selection:
 - Querverbindung (Crossing)
 - Fluss-, Gleis (ä.) (River, track (etc.))
 - Längsverbindung (Weg, Trottoir) (Longitudinal connection (road, sidewalk))
 - Kreuzung (Crossing)
 - Fläche (Platz, Grünfläche, Haltestelle) (Area (square, green space, stop))
 - Abstellplatz, Autoparkplatz (Parking lot, car park)
 - Beleuchtung (Lighting)
 - Signalisation, Wegweiser, (Signaling, road sign)
 - Mobiliar (Sitze, Schattenspe, Spielgeräte) (Furniture (seats, shade, play equipment))
 - Behindertenelemente (Rollstuhlrampen, Blindenmarkierungen) (Barrier-free elements (wheelchair ramps, blind markings))
 - Anderes (Other)
- A screen titled "Legende:" (Legend) asks: "Wenn Sie möchten, können Sie hier einen Kommentar zum Bild einfügen." (If you wish, you can enter a comment about the image here). It has a text input field.

The bottom of the screen shows the Android navigation bar with icons for back, home, and recent apps, along with the time "17:38" and battery status.



Ergebnisse



Stärken

- Begegnungsstrasse: Jung & Alt
- Vielseitigkeit: Begrünung Plätze + Pärke
- flüssiger Verkehr
- Abgrenzung / Kette
- belebte Strasse
- viel Leben! da ist was los
- Zwang zur Langsamkeit
- Ressourcen: Buchhaltestele Strassenbreite

Titel der Idee:

Randsteine eliminieren (m. Teer auffüllen)

Ziel: Rollstuhlgängig / Gemeinde-Str.bau

Wer muss beteiligt sein:

1. Schritte: sofort ausführen!

Rückfragen an: Haus VIVA

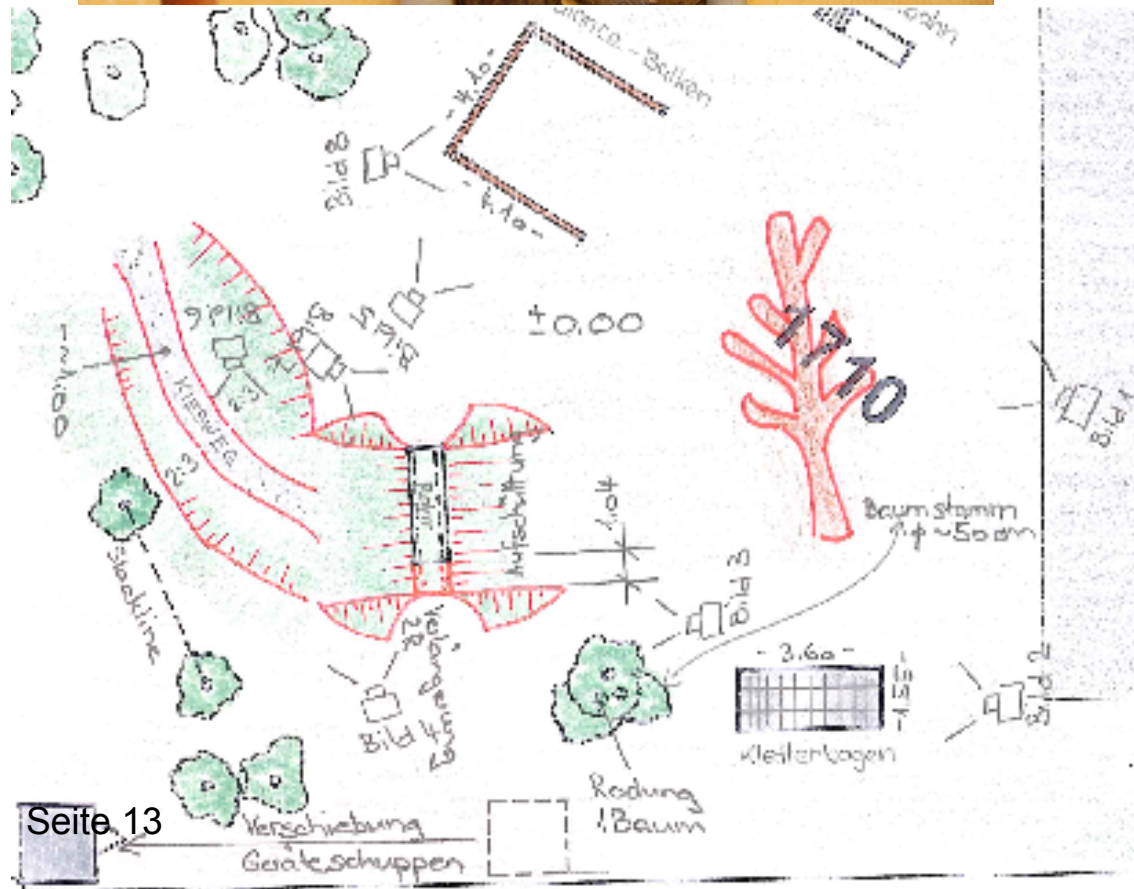
Erarbeiten von Lösungsvorschlägen in den Zukunftsworkshops

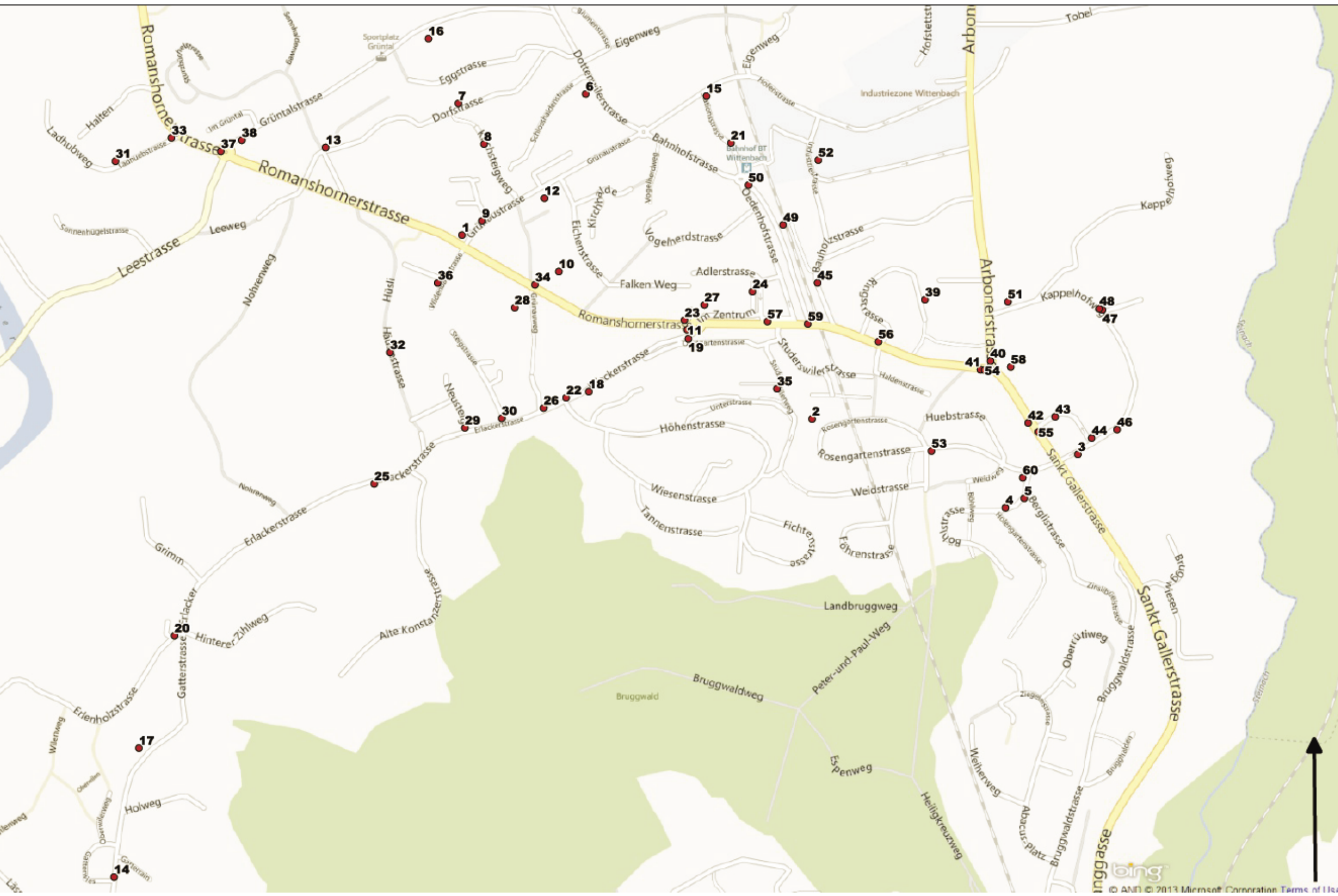


Ergebnisse aus Zukunftsworkshop



- Aktuelle Situation ist analysiert und dokumentiert
- Konsens der Beteiligten im Aushandlungsprozess
- Prüfung, Entscheid und Umsetzung kurzfristige Massnahmen
- Fachlicher und politischer Planungsprozess, Weiterentwicklung der Massnahmen





Die Schüler erheben Gefahren beim «Erlebnis Schulweg»



orten: In Grabs führen zwei Zufahrten zum Spital, die von Schülern, ahrbahn überqueren, erhöhte Aufmerksamkeit fordern.

Marbach bewegt

Der Kanton St. Gallen setzt das visionäre Projekt «Bewegung, Mobilität, Gesundheit und gebaute Umwelt» mit zehn Pilotgemeinden um. Eine davon ist Marbach.

ANDREA KOBLER

MARBACH. Ausgerollt mit Computer-Tablets, marschieren die 2- und 6-Klässler durchs Dorf, halten immer wieder inne. Auf dem Computer können sie direkt eingeben, ob ein Ort aus ihrer Sicht gut markiert und signalisiert ist und für welche Menschengruppen die Stelle zum Beispiel besonders gefährlich ist. Argsteinflüssend muss nicht unbedingt der Verkehr sein. Auch Hunde beeinflussen die Schülerinnen und Schüler beispielsweise bei der Wahl ihres Schulweges. Begleitet werden sie bei den Erhebungen von Pascal Regli von Fussverkehr Schweiz als Coach, Mitglieder der Arbeitsgruppe Verkehrssicherheit der Gemeinde sowie beiden Klassen von Sandra Herzogner, Kati Bernegger und Diana Häder sind mit gelbem Bestick ausgestattet.



Beschrieben in einem Aufsatz die schönen Seiten sowie die gefährlichen Stellen ihres Schulwegs: Die Zweitklässler Larus Hältiner, Davide Erlomann, Juliana Lukas und Dean Kobelt.

richten, da zunächst die Auswertung stattfinden muss, so Pascal Regli von Fussverkehr Schweiz.

Erkenntnisse umsetzen

Verschieden genannt worden sei aber die Staatsstrasse, deren Überquerung als problematisch empfunden wird. Bei Quartierstrassen seien es Kreuzungssituationen, die vielfach von Erwachsenen als problematisch empfunden würden: «Hier beklagen sich Schülerinnen und Schüler über Unübersichtlichkeit, zum Beispiel wegen hoher Hecken und Zäunen.» Zudem seien bei der zur Schule führenden Riedstrasse entlang der Sinose und bei der Querung der Sinose verschiedentlich Probleme gemeldet worden. «Am Fussgängerstreifen beim Schulhaus wurden zum Beispiel Sonnen beobachtet, von unbekannten Autos von rechts

n. So wurden vor allem nicht von Fussgängerstreife Vortrittssituationen igen, Signalisationen bei nd vor allem auch Schlag- n Strassen, die für Velorich sein können, aufge- auch Sträucher und Bäu- die Sicht bei Hausecken o sowie Hunde, die hinter und Zäunen Passanten er- ind für die Schüler min- ähnenenswert. Der Schul- in Erlebnisweg sein und ngt ein Abenteuer.

erwarten konkrete Massnahmen, die letztlich nicht nur für Schüler, sondern für den gesamten Langsamverkehr nützlich seien.

In nächster Zeit sind weitere Begleitionen vorgesehen, allenfalls sogar mit Kindergärtern. Noch vor der Sommerpause werden die Resultate aufbereitet und präsentiert. Projektbegleiter Pascal Regli von Fussweg Schweiz wird in einer späteren Phase die Resultate bekannt geben und kommentieren. Über die Schüler der Forschungsgruppe fand Regli nur lobende Worte: «Sie sind sehr selbstständig, obwohl sie bei diesem Projekt ins kalte Wasser geworfen wurden, insbesondere beim Umgang mit den elektronischen Aufnahmen.»

Projekt

mit den Schülern äusserunisono über den Spass «schulzimmerfreien» Tablet-Erhebung. Andererseits durchaus die Gefährlicher Stellen beurteilen und

Aber auch bei der Evaluierung der kritischen wie attraktiven Verkehrspunkte seien die Schüler ernsthaft zu Werke gegangen.

Altstätten und Marbach Pilotprojekt

Nesslau/Neu St. Johann: Kindergärtler prüfen Schulwegsicherheit

Der Schulweg unter der Lupe der «Experten»

Im Rahmen des Projektes «Gemeinde bewegt» prüfen Nesslauer Schülerinnen und Schüler ihren Schulweg auf dessen Sicherheit. Am Dienstag sind Kindergärtler der Kramenwiese in die Expertenrolle geschlüpft und haben Gefahren ihres Schulweges erhoben.

Täglich muss Andrin Tschumper auf dem Weg zum «Kindsji» in Neu St. Johann und nach Hause ins Reidholz die Schwägalpstrasse überqueren. An der Strecke, auf der eigentlich Tempo 50 gilt, gibt es keinen Fussgängerstreifen und hinter der Kurve beim Landgasthof Ochsen verschwindet der Kindergärtler aus der Sicht der Auto-, Töff- oder Lastwagenfahrer, die in Richtung Dorf unterwegs sind. «Eine speziell gefährliche Stelle, sogar im Vergleich zur Hauptstrasse», stellt Thomas Schweizer, Geschäftsleiter von Fussverkehr Schweiz, fest. Doch er weiss auch, dass hier nur schwer für mehr Sicherheit für den Bub und seine Gspänli gesorgt werden kann. Ein Fussgängerstreifen lässt sich an dieser Stelle nicht markieren, da die gesetzliche Mindestsichtweite nicht erfüllt ist. «Eine Mittelinsel könnte eine Lösung sein», meint er.

Gefahren erkannt

Gefahren und Problemstellen erkennen, Lösungen finden, wenn möglich Massnahmen zur Verbesserung der Sicherheit auf dem Schulweg zu treffen: Darum geht es im Pilotprojekt «Gemeinde bewegt... Strukturelle Bewegungsförderung in der Gemeinde» (siehe Kasten), an dem sich Nesslau als eine von zehn St. Galler Gemeinden beteiligt. Die Experten zur Erhebung der Daten sind für einmal nicht die Fachleute eines kantonalen Amtes, sondern die Schülerinnen und Schüler selber. Im Mai und Juni haben die Mädchen und Knaben drei Nesslauer Schulklassen ihren täglichen Schulweg begangen und dabei Stellen gekennzeichnet, an denen ihre Sicherheit im Strassenverkehr eingeschränkt ist. Am Dienstag sind vier ausgewählte Kinder des Kindergartens Kramenwiese in Neu St. Johann in Begleitung einer Sekschülerin zu den Experten ihres Schulweges geworden. Dabei gingen sie ihren Schulweg ab und erfassten Lage und Art der Problem-



Foto: Olivia Hug

Andrin Tschumpers Schulweg zur Kramenwiese führt an einer sichtbeschränkenden Hausecke vorbei: Der Kindergärtler hat an dieser Stelle aufzupassen. Bei der Erhebung wird er von der Sekschülerin Susanne Lieberherr begleitet; Thomas Schweizer, Geschäftsleiter von Fussverkehr Schweiz und Sabina Ruff, Projektkoordinatorin vom Amt für Gesundheitsvorsorge, sind ebenfalls anwesend.

stellen miten werdet und in Portal) in Yvonne Blos bener schmalen strässcher und zum Schneeha schränkter dergärtler eines sich schätzen- lich gelte strasse, w der Fahr wenig Pl gehen, d Schulbus Ein Trott vieles ve der an de ist, relati Strasse m höheren der Schül Meter bre muss als diesem 1 rücksicht

Daten er Ob und w kenntniss den, sprirungen z getroffen dem die den. Auf es nun, c Schülern Stellen d Zahl auf lungenbeds fließen s Langsam ein. Auf Portal hal Planungsl können si ner bei e stützen. Nicht ; gehungen Schlussbe

Die Gesundheit fördern und das Verkehrsproblem lösen

Schönis will mit einem Pilotprojekt die Gesundheit der Bevölkerung fördern – durch eine Verkehrsberuhigung. Ab dem nächsten Frühjahr werden Einwohner die Knotenpunkte mit einem Coach benennen.

Von Cyril Pinto

Schönis – Unmittelbar nach seiner Wahl kündigte der neue Gemeindepräsident von Schönis, Herbert Klotz, in der «Südostschweiz» ein neues Gesundheitskonzept für die Gemeinde an. Nicht nur für Gewerbe- und Industriequartiere, sondern es eine Lösung – auch andere Quartiere brauchen Verbesserungen, sagte Kling Jetal, er gibt sich auf «Gemeinde bewegt» die Gelegenheit dazu – mit einem Projekt, das eigentlich der Gesundheitsförderung dient.

Elf St. Galler Gemeinden dabei Getragen wird das Pilotprojekt von drei kantonalen Departementen. Darunter dem Gesundheitsdepartement. Ziel ist es, «die Rahmenbedingungen für die körperliche Alltagsaktivität zu verbessern, wie der Kanton das Projekt umschreibt.

Im Frühjahr ging der Aufruf zur Teilnahme an alle St. Galler Gemeinden. 20 hat Projektkoordinatorin Sabina Ruff vom Gesundheitsdepartement besucht, elf davon belausen nun detailliert. Die Startveranstaltung war Ende August. «Ich habe intensiv mit den Schöniser Behörden gesprochen – die Hoffnung ist gross, dass man mit diesem Projekt einiges verbessern könnte», sagt Ruff.

Im Fokus ist die ganze Bevölkerung: Denn Bewegungsmangel ist der häufigste veränderbare Risikofaktor bei der Gesundheit, wie eine Studie der Universität Zürich zu dem Thema

feststellte. Zur körperlichen Alltagsaktivität zählen Präventionsdisziplinen die Fortbewegung zu Fuss oder mit dem Velo. «Dafür müssen wir Wege schaffen, auf denen sich die Menschen gern bewegen», sagt Ruff dazu.

In Schönis sollen nun mit Beteiligung der Bevölkerung besonders heisse Punkte im Strassenverkehr ausgemacht werden. Danach wird eine Prioritätsliste erstellt, nach der die Quartiere bewegungsförderlich gestaltet werden.

Mit App und Coach auf Tour

Zur Erlassung der Orte in der Gemeinde, wo die Verkehrssicherheit verbessert werden kann, sollen App zum Einsatz kommen. Zusammen mit einem Coach auf dem Weg der Uni Zürich entwickelten App sollen Orte ausgemacht werden, wo es eine Verbesserung braucht. «Die Mitarbeit der Bevölkerung ist ein zentrales Element des Projekts», sagt Ruff.

Im nächsten Frühjahr wird dann der Coach Thomas Schweizer im Dorf unterwegs sein. Nach den Herbstferien wird er sich erstmals mit den Gemeindebehörden treffen. «Es gibt eine ganze Reihe von Möglichkeiten, wie man den Lärm im Verkehr fördern kann», sagt Schweizer, «zum Beispiel nicht mehr benutzte alte Wege zu reaktivieren.»

Schwelen und Stufen auf Wegen und Trottoirs seien für Leute mit einem Rollator ein grosses Hindernis. «Niemand weiss es besser als die, welche das Weg täglich benutzen.»

Angewiesen wurde das Projekt vom Bund – dieses gilt auch als ein Teil der finanziellen Mittel zur Verfügung. Dafür werden dann die Erfahrungen, die in Schönis gemacht werden, an andere Kantone und Gemeinden zur Verfügung gestellt. Partielle Verbindungen müssen aber von der Gemeinde selbst bezahlt werden.



Können die Strassen zwei Schöniser unterwegs auf dem Trottel.

Kriterien die zum Erfolg führen

- Enge Zusammenarbeit mit den Gemeinden
- Fachpersonen in der Umsetzung in den Gemeinden
- Verankerung in politischer Agenda
- Interdepartementale Projektorganisation
- Tablet als Werkzeug
- Partizipatives Vorgehen
- Einbindung aller Akteure und Anspruchsgruppen
- Medienpräsenz



Inhalte die zum Erfolg führen

- Schulwegthema brennt den Gemeinden unter den Nägeln
- Öffentlicher Raum wird zunehmend ein Thema
- Schleichwege, Fusswege in alten Strukturen sind nicht mehr bekannt
- Sichtbeziehungen in Kreuzungen
- Sträucher und Büsche
- Barrierefreiheit, Bänkli
- Betroffene zu Beteiligten machen



Nachhaltigkeit - Wie und womit?

- Nachhaltigkeit wurde überprüft mittels Selbstevaluation **formativ** und **summativ**
- Gespräche in allen Gemeinden, «ein Jahr danach», wie hat sich das Thema nieder geschlagen im planerischen und operativen Alltag?
- Überprüfen der Nachhaltigkeit in Zusammenarbeit mit der Staatskanzlei, Politische Planung und Controlling, mittels online Tool:
<http://www.nawi.sg.ch/>



«Ein Jahr danach» Wirkung in den Gemeinden

- Rund 2/3 aller erhobenen Problemstellen wurden behoben 1/3 sind in langfristige Planungsprozesse überführt worden
- Interdepartementale Zusammenarbeit in Querschnittsthemen hat sich institutionalisiert
- Wissen ist in Gemeinden vorhanden und kann für weitere Prozesse verwendet werden
- Höchste professionelle Fachbegleitung in einem wichtigen Thema, Gemeinden wurden nicht allein gelassen



Ergebnisse Nachhaltigkeitsbewertung

- Das Vorhaben hat auf alle **Staatsziele wertvermehrende** und keine wertvermindernden Auswirkungen.
- Insbesondere die Auswirkungen auf die **Staatsziele 'Gesundheit', 'Verkehr' und 'Soziale Integration'** werden als stark positiv und andauernd bewertet.
- Die Wirkungen entfallen auf alle Kapitalformen, auffallend viele positive Auswirkungen entfallen auf die Bereiche des **Humankapitals und des Sozialkapitals.**
- Besonders positiv ist der initiierte **interdisziplinäre und interdepartementale Dialog**, der Partner aller drei Staatsebenen umfasst.



Fazit

- Die Bevölkerung ist Expertin für Aufenthaltsorte, Schleichwege, Hindernisse und Bedürfnisse (insb. Vulnerable)
- Allen Menschen Teilhabe an ihrem Lebensumfeld ermöglichen
- Das neue RPG verlangt nach innovativen Lösungsansätzen – warum nicht die Fragen, die hier leben?
- Das Vorgehen ist eine Ergänzung zur professionellen Analyse und kann diese nicht ersetzen
- Das Thema und die Methode haben zukunftsweisenden Charakter
- Freiraum und Naherholungsraum muss zukünftig vermehrt in den Blick genommen werden



Ein Erfolgsmodell!

- Weitere Informationen unter:

www.zepira.info/gemeinde-bewegt.html

oder

www.strukturelle-bewegungsfoerderung.ch



Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

