



Praxisleitfaden: Bewegungs- und gesundheitsförderliche Kommune

Vortrag im Rahmen der 2. Bundeskonferenz „Gesund und aktiv älter
werden“
am 06. Juni 2013 in Berlin

Wiebke Sannemann



I. Hintergrund



Ausgangslage

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).



Die Kommune als zentrale Lebenswelt

Die Kommune bietet große Potenziale für die Gesundheitsförderung:

- sie unterstützt andere Settings,
- sie fasst Aktivitäten verschiedener Settings zusammen,
- sie spricht Zielgruppen an, die sich über andere Lebenswelten 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 und verfügt über besondere politische Gestaltungsmöglichkeiten.



Bewegung als zentrales Handlungsfeld in der Kommune

- 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.

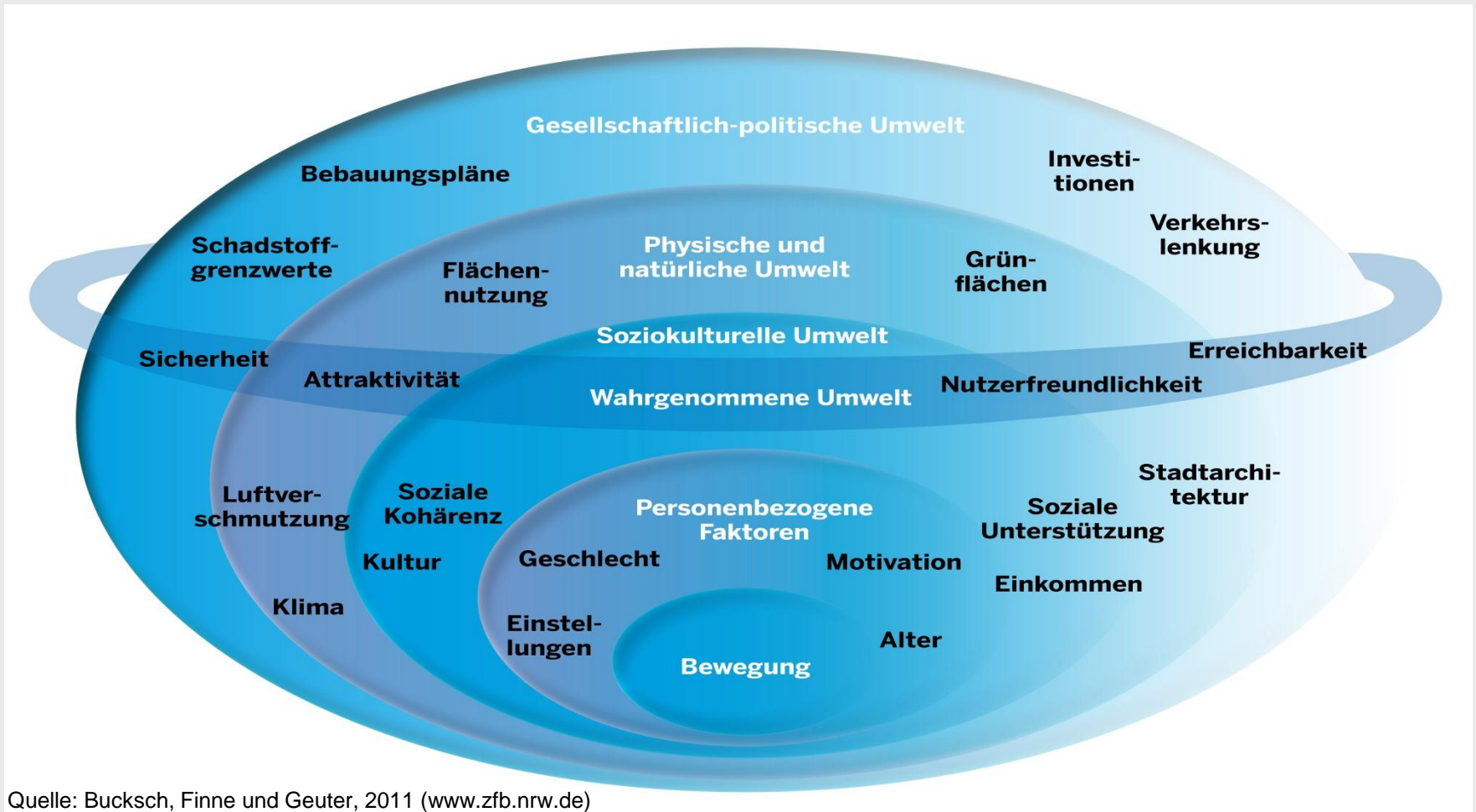


II. Ansatzpunkte

bewegungs- und gesundheitsförderlicher
Kommunalentwicklung



Einflüsse auf das Bewegungsverhalten I





Einflüsse auf das Bewegungsverhalten II

Einflüsse auf das Bewegungsverhalten älterer Menschen

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



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 Holleder, 2012; Bucksch, Claßen, Budde und Geuter, i.E.



Kennzeichen für eine bewegungsförderliche Kommune

- 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.

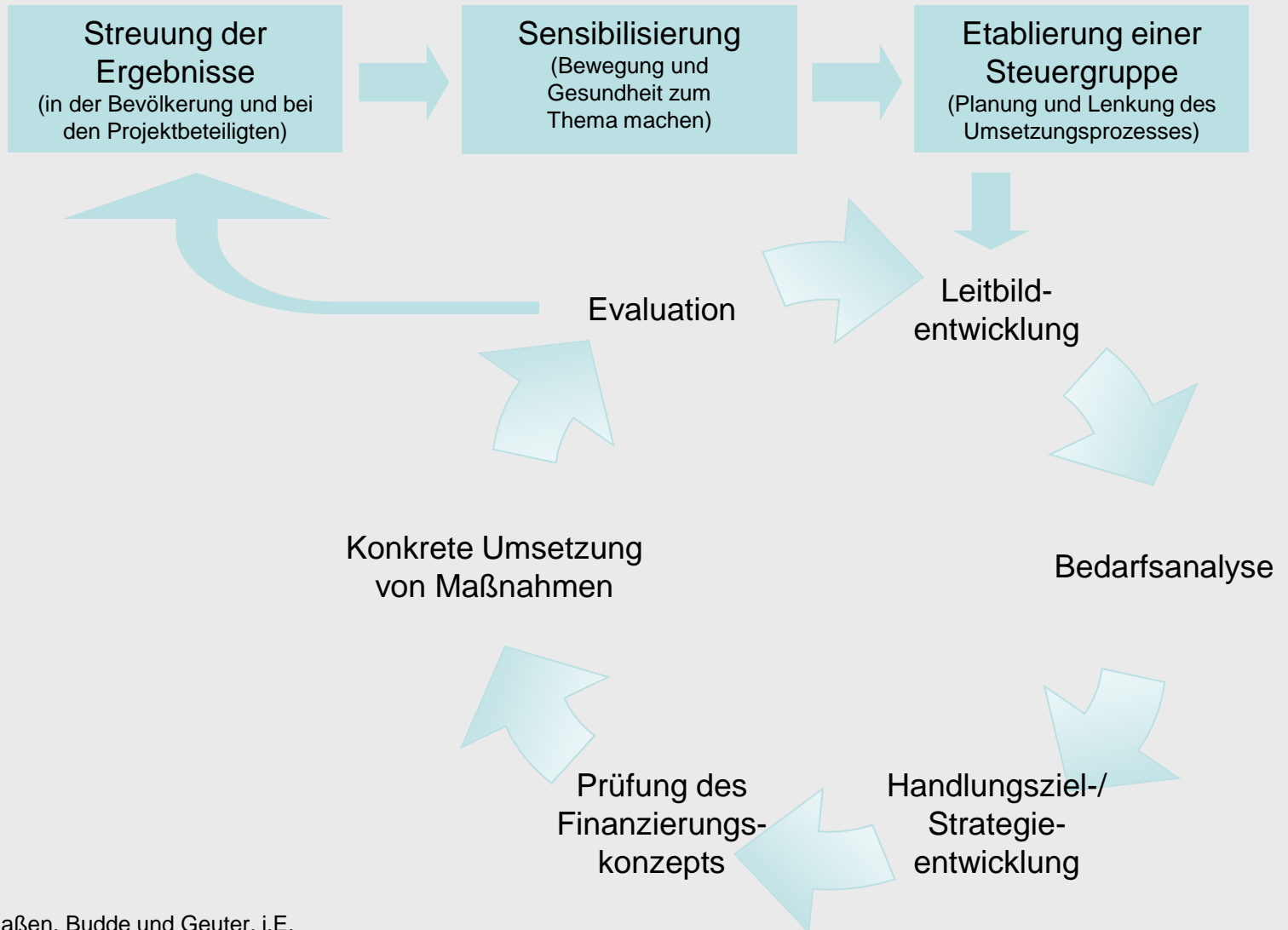


III. Handlungskonzept

für eine bewegungs- und gesundheitsförderliche
Kommunalentwicklung



Konzept



*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



V. Fazit



Fazit

- Gesundheitsrelevante Verhaltensweisen (z. B. das Bewegungsverhalten) können positiv beeinflusst werden.
- Verschränkte Maßnahmen sind wichtig zur:
 - Veränderung und Förderung individuellen Verhaltens
 - gekoppelt mit Maßnahmen zum Erhalt und zur Schaffung gesundheitsförderlicher Rahmen- und Lebensbedingungen
- Co-Benefits führen – neben einer Steigerung aktiver Lebensstile in der Bevölkerung – auch zu einem Standort- und Wettbewerbsvorteil für die Kommune.
- Es wird eine Orientierung an den vorgeschlagenen Planungsschritten empfohlen.
- Zur erfolgreichen Umsetzung sind ressortübergreifende Beteiligungen von Akteuren und intersektorale Kooperationen zwingend erforderlich.



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Kontakt:

Wiebke Sannemann

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

wiebke.sannemann@lzg.gc.nrw.de

www.zfb.nrw.de