

Liebe Leserin, lieber Leser,

Mobilitätsmanagement spielt eine wichtige Rolle für das Wohlbefinden und die Zufriedenheit von Menschen. Studien zeigen, dass Bürgerinnen und Bürger glücklicher sind, wenn öffentlicher Raum zurückgewonnen oder dem langsamen Verkehr gewidmet wird sowie Platz geschaffen wird, in dem sozialer Kontakt und aktive Mobilität ermöglicht und gefördert werden. Solche Innovationen in Stadtvierteln fungieren als Wachstumskerne für die lokale Entwicklung und als wichtige Knotenpunkte auf gesamtstädtischer Ebene.

Mit diesem e-update beleuchtet EPOMM die Themen Wohlbefinden und Zufriedenheit sowie die Maßnahmen, mit denen ein besseres Lebensgefühl unter Berücksichtigung von Mobilitätsmanagement erreicht werden kann.



Quelle: Freepik

Glück, Wohlbefinden und nachhaltige Mobilität für ein besseres Leben

Glück ist ein mentaler oder emotionaler Zustand des Wohlbefindens, der durch positive oder angenehme Gefühle definiert wird, die von Zufriedenheit bis zu intensiver Freude reichen. Um die Relevanz von Glück und Wohlbefinden als universelle Ziele zu verdeutlichen, erklärten die Vereinten Nationen den 20. März zum **Internationalen Tag des Glücks**. Personenorientierter Verkehr und Mobilität umfassen sowohl neue Wege, die Bedürfnisse von Menschen in aktivere Mobilitätslösungen umzuwandeln, als auch neue Möglichkeiten, diese Lösungen bereitzustellen.

Trotz der enormen Vielfalt kultureller Hintergründe, demografischer Trends, wirtschaftlicher Potenziale und sozialer Bedingungen sind **Stadtviertel und Stadtbezirke ein geeigneter Benchmark, um Mobilitätsinnovationen als Pilotprojekte in Bezug auf häufig auftretende Probleme einer nachhaltigen urbanen Mobilität durchzuführen**. Diese Projekte könnten die Verbesserung des Zugangs zu Mobilitätsdiensten, Gesundheitsversorgung, Bildung, Beschäftigung und Unternehmen sowie eine nachhaltige Lebensweise umfassen. Weitere mögliche Themen wären: Verhaltensmuster, Reduzierung der durch Mobilität verursachten Treibhausgasemissionen, Lärmreduzierung, vermehrter Einsatz von Fahrzeugen mit alternativen Kraftstoffen, öffentliche Verkehrsmittel und Sicherheitsaspekte. Darüber hinaus könnten neue Nutzungsmöglichkeiten des öffentlichen Raums für verschiedene Mobilitätsnutzer entwickelt und auf Ebene von Stadtvierteln getestet werden.



© Mobiel 21

Nachhaltige Stadtmobilitätspläne und die Idee von Lebensqualität

Die positiven Auswirkungen einer nachhaltigen Mobilitätspolitik gehen weit über den ökologischen und finanziellen Nutzen hinaus. Im Zentrum eines nachhaltigen Stadtmobilitätsplans (**Sustainable Urban Mobility Plan – SUMP**) steht die Idee der Lebensqualität. Diese schließt das Niveau der Lebenszufriedenheit der Bürger, ihr Gemeinschaftsgefühl und ihre Verbundenheit miteinander sowie ihre körperliche und geistige Gesundheit mit ein. **Nachhaltige Mobilität kann einen wichtigen Beitrag zu einer glücklichen Stadt mit gesunden Bürgerinnen und Bürgern leisten**. Dabei werden lebendige öffentliche Räume geschaffen, in denen Menschen einander treffen können und die lokale Wirtschaft sich entfalten kann.

Probleme für Gesundheit und Wohlbefinden ausgelöst durch unausgewogenen Verkehr sind das Ergebnis einer vom Auto dominierten Verkehrsplanung. Daher sollten gesundheitliche Ziele als Verkehrsziele mitberücksichtigt werden und jene Maßnahmen bevorzugt werden, die der gesamten Bevölkerung zugutekommen und die körperliche Bewegung, stärkere soziale Einbindung und mehr Zufriedenheit fördern. Das ist der Kern von Mobilitätsmanagement und SUMPs, die ihre Maßnahmen-Cluster auf die Nutzung aktiver Modi, wie z. B. Zufußgehen und Fahrradfahren, auf Erreichbarkeit, Reduzierung von Überlastungen, Parkraumbewirtschaftung und auf nachhaltige Landnutzungsplanung konzentrieren. Für künftige politische Agenden besteht derzeit bereits ein Konsens über den Zusammenhang von Mobilität, Gesundheit und Zufriedenheit. Dieses Thema wird aus diesem Grund im kommenden **SUMP 2.0** explizit behandelt.



© Cycling Without Age

Den Wind wieder in den Haaren spüren

Im Jahr 2012 hatte **Ole Kassow** die Idee, älteren Menschen zu helfen, wieder mit dem Fahrrad zu fahren. Das größte Hindernis, das er dabei überwinden musste, war ihre eingeschränkte Mobilität. Die Lösung fand er schließlich in einer Trishaw, einer dreirädrigen Fahrradrikscha. Mit diesem Fahrrad für zwei Mitfahrer begann er, den Bewohnern eines örtlichen Pflegeheims Fahrten anzubieten. So entstand die Initiative „Cycling Without Age“ als soziales Unternehmen. Das Konzept der Organisation ist es, Senioren Freizeitmobilität in Form von Trishaw-Fahrten durch freiwillige Fahrerinnen und Fahrer zur Verfügung zu stellen. Innerhalb kurzer Zeit wurden auf der ganzen Welt Spin-offs ins Leben gerufen, die es sich zum Ziel machten, das Wohlbefinden von älteren Bewohnern zu verbessern und ihre Vernetzung mit der größeren Gemeinschaft zu ermöglichen.

„**Altersgrenzen zu überwinden sowie die Freude am Radfahren und Erinnerungen an die Kindheit zurückzubringen**“ wird als Mission der Initiative angesehen. In folgenden europäischen Ländern wird derzeit die Initiative "Cycling Without Age" durchgeführt: **Österreich, Belgien, Dänemark, England, Finnland Frankreich, Deutschland, Island, Irland, Italien, Luxemburg, Niederlande, Norwegen, Portugal, Schottland, Slowakei, Spanien, Schweden** und in der **Schweiz**.



© Fahrradschule Antwerpen

Man ist nie zu alt, um etwas Neues zu lernen

Der Wunsch, mit Kindern Fahrrad zu fahren, und die damit verbundene Freude ist für Erwachsene oft **Motivation**, um schließlich den Schritt zu machen, selbst Fahrrad fahren zu lernen. In verschiedener Hinsicht – nicht zuletzt in Bezug auf das Wohlbefinden – ist es **sehr wichtig, Erwachsenen das Radfahren beizubringen**.

Mit dem Erlernen des Fahrradfahrens können etwa vielfältige gesellschaftliche Herausforderungen besser bewältigt werden, mit denen insbesondere Migrantengruppen konfrontiert sind: Spracherwerb, Kontakt mit anderen Menschen, Überwindung von sozialer Isolation. Ebenso erfüllt das Radfahren eine emanzipatorische Funktion. Darüber hinaus stärkt es das Selbstbewusstsein, die Unabhängigkeit und die Resilienz des Einzelnen.

Fahrradschulen für Erwachsene sind in belgischen Städten wie **Löwen, Antwerpen** und **Brüssel** weitverbreitet, aber auch andere europäische Länder experimentieren mit Konzepten, um Erwachsenen das Radfahren beizubringen, wie etwa Großbritannien (**Devon Cycling Training**), Deutschland (**Bremen Fahrradschule, Radfahrerschule in Berlin**) und Frankreich (**Velo-école de Montreuil**).



© Good Move, Region Brüssel-Hauptstadt

Wohlbefinden und Gesundheit im Mittelpunkt von Mobilitätsplänen

Im April 2019 hat die Region Brüssel-Hauptstadt den Entwurf für einen **neuen regionalen SUMP** ratifiziert. Das „**Good Move**“-Modell enthält die Leitlinien (**Niederländisch** und **Französisch**) für die Mobilitätsstrategien, die bis 2030 ratifiziert werden. Ziel von Good Move ist es, die 19 Gemeinden der Region bei der Umsetzung einer Reihe konzertierter und kohärenter Maßnahmen im Rahmen ihrer lokalen Mobilitätspläne zu unterstützen und zu begleiten. Die Mission des Programms besteht darin, **die Lebensqualität in den Stadtvierteln durch Verkehrsreduktion und das Angebot von hochqualitativen öffentlichen Räumen zu verbessern und so zum Wohl der Bewohner beizutragen**. Im Kontext dieses e-update ist insbesondere die Dimension der Gesundheit, eine von sieben in diesem Modell, hervorzuheben, da sie eine Art der Mobilität fördert, die sich positiv auf die körperliche und geistige Gesundheit auswirkt.

Dass Gesundheitsmaßnahmen in die Ziele des SUMP miteinbezogen werden ist ein Trend, der zuversichtlich stimmt und den wir in verschiedenen Mitgliedstaaten und Städten beobachten. So formuliert beispielsweise der Wiener SUMP (**Step2025**) ein bedeutendes Ziel für die öffentliche Gesundheit: „Der Anteil der Wiener Bevölkerung, die sich im Rahmen ihrer täglichen Wege 30 Minuten lang körperlich betätigen, wird von 23 Prozent im Jahr 2013 auf 30 Prozent im Jahr 2025 steigen.“



© Maria Garz, Grünau bewegt sich

Forschungsprojekt zur Förderung von Kindergesundheit in Deutschland

Gesundheitsförderung von Kindern und die Adipositasprävention stehen im Mittelpunkt des Forschungsprojekts **GRÜNAU BEWEGT sich**. Ziel des Projekts ist es, die **Entwicklungschancen von Kindern durch gesundheitsfördernde Veränderungen** in ihrem Lebensstil und die gesundheitsbezogene Stärkung ihrer Gemeinschaft **nachhaltig zu verbessern**. Gemeinsam mit Kindern, Eltern und lokalen Partnern werden bezirksspezifische Maßnahmen zur Förderung der Kindergesundheit durchgeführt.

Einige Beispiele im Sinne des Mobilitätsmanagements sind die bewegungsfördernden und altersspezifischen Gestaltungen, die sowohl im Wohnumfeld als auch auf den Schulwegen und im öffentlichen Raum allgemein eingeführt werden. Dies geht einher mit dem umfassenderen Konzept, einen „**Bewegungsstadtplan**“ zu erstellen, um vorhandene Freizeit- und Erholungsmöglichkeiten (wie Sportanlagen, Grünflächen und Spielplätze) besser zu nutzen.

Das Verknüpfen von **Aktivitätsförderungen aus Sicht von Gesundheit und nachhaltiger Mobilität** wurde in mehreren (inter-)nationalen Kampagnen, wie zum Beispiel dem Spiel **Traffic Snake**, realisiert. Die Stärkung der Autonomie von Kindern im Verkehr schlägt daher zwei Fliegen mit einer Klappe, wenn nicht sogar drei: Gesundheit, Zufriedenheit und Nachhaltigkeit.



Quelle: Freepik

Fazit: Für das Wohlbefinden von Menschen planen!

Unsere Gesellschaft steht vor großen Herausforderungen in den Bereichen Klima, Energie, Sicherheit, Verkehrsbelastung und Zugänglichkeit von Angeboten. Indem man die richtigen Möglichkeiten zur Verfügung stellt und die richtigen Entscheidungen trifft, kann man die zentralen Herausforderungen der Mobilität bewältigen und den Menschen in ihren Wohnvierteln eine glücklichere und damit gesündere Lebensweise ermöglichen. Die richtigen Entscheidungen zu treffen impliziert jedoch Verhaltensänderungen, die für den Einzelnen oft schwierig sind. Um diese Veränderungen zu erleichtern, ist es wichtig, **Menschen im Entscheidungsprozess miteinzubeziehen und sicherzustellen, dass die neuen Lösungen zu einer Verbesserung für die Betroffenen beitragen**.

Einer der Haupttreiber für Zufriedenheit sind physische soziale Begegnungen. Diese realen Kontakte sind entscheidend, um soziale Interaktionen zu verbessern, denn virtuelle soziale Netzwerke scheinen nicht die gleichen positiven Auswirkungen auf das Wohlbefinden zu haben. Es bedarf jedoch stärker wissenschaftlich ausgerichteter und sektorübergreifender Grundsätze für ein integriertes Konzept für glückliche, gesunde und nachhaltige Städte, bei dem Mobilitätsmanagement eine wesentliche Rolle spielt.

Kommende Veranstaltungen

- **Cycle education – get on your bikes**
10.–11. September | Lund, Schweden & Kopenhagen, Dänemark
16.–17. Oktober | Utrecht & Amsterdam, Niederlande
[https://learning.climate-kic.org/...](https://learning.climate-kic.org/)
- **CIVITAS Forum Conference 2019**
2.–4. Oktober | Graz, Österreich
<https://civitas.eu/forum2019>
- **Walk21 Conference**
7.–11. Oktober | Rotterdam, Niederlande
<https://www.walk21.com/rotterdam>
- **ITS World Congress**
21.–25. Oktober | Singapur, Singapur
[http://www.eltis.org/...](http://www.eltis.org/)
- **Smart City World Expo Congress**
19.–21. November | Barcelona, Spanien
[https://cities4people.eu/...](https://cities4people.eu/)
- **Polis Annual Conference**
27.–28. November | Brüssel, Belgien
<https://www.polisnetwork.eu/2019conference>

Für weitere Veranstaltungen besuchen Sie bitte den **EPOMM Kalender**.



ECOMM 2018



allinx



feedback



subscribe



unsubscribe



fullscreen



news archive