



Bericht vom 30. November 2019

Aktive Mobilität und Gesundheit

Ursprünglich «Langsamverkehr und Gesundheit – eine intersektorale Zusammenarbeit»



Quelle: Fussverkehr Schweiz 2018 [Führung zur Gesundheitsförderung und Quartierleben Projekt «Quartierperlen» mit der Arbeitsgruppe Berner Architekten und Planerinnen]

Aktive Mobilität & Gesundheit

Datum: 30. November 2019

Ort: Zürich

Subventionsgeberin:

Bundesamt für Gesundheit BAG
CH-3003 Bern
www.bag.admin.ch

Subventionsnehmer/in:

Schweizerischer Herzstiftung
Dufourstrasse 30, CH-3000 Bern
www.swissheart.ch/startseite

Projektleitung im Mandat

Fussverkehr Schweiz, Klosbachstrasse 48, 8032 Zürich

Autor/in:

Jenny Leuba, Fussverkehr Schweiz, jenny.leuba@fussverkehr.ch

Projektdauer:

November 2016 – Dezember 2019

Projektpartner:

CarioVasc Suisse, diverse Hochschulen und Weiterbildungsinstitutionen
Pro Juventute, Public Health Services (2016 – 2017)

BFE-Projektbegleitung: Gisèle Jungo, Projektbegleiterin gemäss Vertrag, Gisele.Jungo@bag.admin.ch

BFE-Programmleitung: Claudia Heer, Programmleiterin KOMO, komo@bfe.admin.ch

BFE-Vertragsnummer: 204.0001 - 1538/1

Für den Inhalt und die Schlussfolgerungen sind ausschliesslich die Autoren dieses Berichts verantwortlich.

Inhaltsverzeichnis

1	Zusammenfassung	4
	Résumé	4
2	Einleitung.....	4
2.1	Ausgangslage	4
2.2	Projektziele.....	5
3	Projektverlauf.....	5
3.1	Vorgehen.....	5
3.2	Massnahmen.....	6
3.2.1	Unterrichtseinheiten für PlanerInnen	6
3.2.2	Unterrichtseinheiten für Gesundheitsfachpersonen	6
3.2.3	Kommunikationsmassnahmen	6
3.3	Ergebnisse	7
3.3.1	Unterrichtseinheiten für Lehrgänge	7
3.3.2	Veranstaltungen mit Input durch Projektteam (Regionale Workshops)	8
3.3.3	Publikationen (Fach-Information und Öffentlichkeitsarbeit)	9
3.3.4	Netzwerk.....	9
4	Fazit.....	10
4.1	Schlussfolgerung.....	10
4.1.1	Dauerhafte Integration im Unterricht	10
4.2	Ausblick / Weiteres Vorgehen.....	10
5	Projektkosten.....	11
	Anhang.....	12

1 Zusammenfassung

Das Projekt «Aktive Mobilität und Gesundheit» wurde von einem interdisziplinären (Gesundheit und Planung) und zweisprachigen Team (d/f) geführt. Zwischen 2017 und 2019 wurden an 11 Schweizer Hochschule (ca. 500 Studierenden) das Thema der strukturelle Bewegungsförderung angesprochen. Teil davon übernimmt diese Anliegen dauerhaft in der Aus- und Weiterbildungsangebot. An 11 Veranstaltungen wurden ca. 860 beruflich tätige Fachpersonen aus der Planung sowie aus der Gesundheitsförderung ins Thema involviert. Das dafür entwickelte Material, u.a. ein Unterrichtsskript (auf Französisch), sowie Referenzen in dem Bereich sind auf der Webseite www.mobilitaet-gesundheit.ch erhältlich. Im Rahmen des Projektes konnte ein interdisziplinäres Netzwerk gebildet werden, welches entsprechend der Ressourcen auch über die Projektphase hinaus aktiv bleibt.

Résumé

Le projet «Mobilité active et santé» mené par une équipe interdisciplinaire (santé et aménagement) et bilingue (d/f) a permis d'aborder la question de la promotion structurelle de l'activité physique dans 11 hautes écoles de Suisse (env. 500 étudiants) de 2017 à 2019. Une part d'entre elles inscrit dorénavant ce sujet de manière pérenne dans les offres de formation de base et de formation continue. Les exposés ont également été proposés dans 11 événements fréquentés par des professionnels de l'aménagement du territoire et de la mobilité, ou de la promotion de la santé. Le matériel développé pour ces activités, notamment un support de cours, ainsi qu'un recueil de références sur le sujet sont disponibles sur la page internet www.mobilite-sante.ch. Un réseau interdisciplinaire s'est créé et renforcé au cours du projet, encourageant les collaborations ultérieures.

2 Einleitung

2.1 Ausgangslage

Ein Drittel der Bevölkerung bewegt sich zu wenig und erfüllt die Bewegungsempfehlungen nicht, welche vom Bundesamtes für Gesundheit BAG sowie von der Weltgesundheitsorganisation WHO erarbeitet wurden. Die (gebaute) Umwelt hat einen Einfluss auf unser Bewegungsverhalten. Mit entsprechender Raum- und Verkehrsplanung kann die Häufigkeit und Intensivität der aktiven Mobilität (Mobilität zu Fuss und mit dem Velo) in allen Altersgruppen beeinflusst werden. Die Förderung der Alltagsbewegung ist in Bezug auf den Erhalt und Ausbau der Gesundheit im Zeitalter der sitzenden Tätigkeiten und der massiven Zunahme von chronischen Krankheiten (Herz- Kreislaufkrankheiten, rheumatische Erkrankungen, Krebs, chronische Atemweg-erkrankungen und Diabetes) von grosser Bedeutung. Öffentliche Räume sowie Angebote für die aktive Mobilität zu Fuss und mit dem Velo sollen so gestaltet werden, dass sie als Teil der Alltagsbewegung vermehrt genutzt werden. Bewegungsfördernde Strukturen sollen deshalb ihren festen Platz in der Planung erhalten.

Das Wissen über die Zusammenhänge zwischen gebauter Umwelt und Gesundheit ist noch wenig verbreitet. Entsprechend bleiben wichtige Potenziale ungenutzt. Mit dem vorliegenden Pilotprojekt sollten einerseits die Potenziale angegangen und andererseits die Zusammenarbeit zwischen den Fachleuten der Raum- und Verkehrsplanung und der Gesundheitsförderung gestärkt werden.

2.2 Projektziele

Dieses Projekt wollte die Rahmenbedingungen für eine intersektorale Zusammenarbeit von Planung und Gesundheit verbessern und Synergien besser nutzen. Konkret verfolgte das Projekt folgende Ziele:

- Wissen in einem breiten Fachkreis vermitteln und verankern (z.B. in Hochschule, Verwaltung, Exekutive in den Gemeinden, private Planungsbüros, etc.).
- Fachpersonen befähigen, gesundheitsförderliche Aspekte bei planerischen und baulichen Vorhaben vermehrt zu berücksichtigen.
- Öffentliche Räume bewegungsfreundlicher gestalten (z.B. gute Infrastrukturen für Fuss- und Veloverkehr, attraktive Aufenthalts-, Spiel- und Bewegungsräume zur Verfügung stellen).

3 Projektverlauf

3.1 Vorgehen

An einer Kick-Off Veranstaltung wurde das Projekt lanciert. Fachleute aus Planung und Gesundheit nahmen teil, diskutieren Stossrichtungen, Erfolgsfaktoren und Umsetzungsprobleme. Sie bilden den Kern des Netzwerkes.

Mit einer systematischen Bearbeitung der potenziell interessierten Studiengänge, gelang es dem Projektteam im Bereich Planung und Gesundheit, verschiedene Unterrichtseinheiten an Hochschulen sowohl im Bereich der Aus- als auch der Weiterbildungen anzubieten. (Details siehe tabellarische Übersicht). Der Unterricht wurde teilweise durch das Projektteam, teilweise durch Personen aus unseren Experten Pool durchgeführt. Rückmeldungen wurden eingeholt und z.H. der künftigen Unterrichtseinheiten aufbereitet. An einem Treffen wurden Erfahrungen ausgetauscht.

Ein zweites Modul umfasste Workshops mit Fachleuten, welche in der Berufspraxis stehen. Diese Workshops sollten in enger Zusammenarbeit mit den Kantonen aufgebaut und durchgeführt werden. Leider gelang es trotz anfänglich aussichtsreichen Kontakten nicht, die Kantone als Co-Veranstalter zu gewinnen. Entsprechend wurde dieses Angebot nicht weiterverfolgt. Infolge dessen wurde dieses Modul aus dem Vertrag gestrichen und die Leistungen angepasst.

Nach dieser Vertragsergänzung Anfangs 2018 wurde auch die Projektstruktur angepasst. Unter der Trägerschaft der Schweizerischen Herzstiftung erfolgt die Projektleitung ab 01.01.2018 durch Fussverkehr Schweiz (ursprünglich Public Health services PHS). Die gesundheitlichen Aspekte wurden von Kees de Keyzer (PGF health promotion & public health) seit diesem Zeitpunkt punktuell übernommen. Ab 2018 haben Jenny Leuba und Thomas Schweizer die Funktionen getauscht. Jenny Leuba übernahm die Gesamtprojektleitung und Thomas Schweizer arbeitet als Projektmitarbeiter und Dozent. Dies nicht zuletzt vor dem Hintergrund, dass das Thema in den Institutionen der Romandie besser aufgenommen und verankert werden konnte. Das BAG wurde über diese Änderungen informiert.

Die weiteren gemäss Offerte involvierten Partner wurden im Rahmen der Arbeitsgruppe Alltagsbewegung der NGO-Allianz «Ernährung, Bewegung, Körpergewicht EBK» sowie durch bilaterale Kontakte regelmässig informiert und eingebunden (Networking, Kommunikation oder der Umsetzung bei Lehrveranstaltungen).

3.2 Massnahmen

3.2.1 Unterrichtseinheiten für PlanerInnen

Aufbau und Integration von Unterrichtseinheiten zu «gesundheitlichen Aspekten in der Raum- und Verkehrsplanung» in Studiengängen (Bsc, Msc, MAS, CAS) von PlanerInnen

- Aufbereitung von Lehrinhalten und pädagogischen Hilfsmitteln
- Gestaltung von Lernmodulen, Halten von Gastvorträgen und Durchführung von Exkursionen, angepasst an die jeweiligen Studiengänge
- Lancierung, Begleitung und Unterstützung von Semester-, Bachelor- und Masterarbeiten, welche sich mit der Schnittstelle von Planung und Gesundheit befassen

3.2.2 Unterrichtseinheiten für Gesundheitsfachpersonen

Aufbau und Integration von Unterrichtseinheiten zu «planerischen Aspekten in der Gesundheitsförderung» in den Studiengängen Bsc, Msc, MAS, CAS) von Gesundheitsfachpersonen

- Aufbereitung von Lehrinhalten und pädagogischen Hilfsmitteln
- Gestaltung von Lernmodulen, Halten von Gastvorträgen und Durchführung von Exkursionen, angepasst an die jeweiligen Studiengänge
- Lancierung, Begleitung und Unterstützung von Semester-, Bachelor- und Masterarbeiten, welche sich mit der Schnittstelle von Planung und Gesundheit befassen

3.2.3 Kommunikationsmassnahmen

- Aufbereitung und Bereitstellen von Grundlagen zum Thema
- Erarbeitung von Kommunikationsmaterial (z.B. Flyer, Argumentarium, Vorträge)
- Webseite in Deutsch und Französisch www.mobilitaet-gesundheit.ch / www.mobilite-sante.ch
- Publikation von Artikeln in Fachmedien
- Aufbau eines Netzwerkes von Planungs- und Gesundheitsfachpersonen

Das Projekt wurde sowohl in der Deutschschweiz wie in der Romandie durchgeführt. Die Unterlagen liegen alle zweisprachig vor.

3.3 Ergebnisse

3.3.1 Unterrichtseinheiten für Lehrgänge

Insgesamt wurden während des Projekt Dauer 17 Unterrichtseinheiten an 11 französisch- und deutschsprachige Hochschulen und Weiterbildungsinstitutionen erteilt (52 Lektionen à 45', plus 1 im 2016). Somit wurden 500 Studierende und 11 Lehrpersonen erreicht. Die durchgeführten Unterrichtseinheiten sind im Anhang detailliert beschrieben und die Unterlagen sind als PDF auf der Webseite erhältlich.

2016-2019	2016 (vor Projektanfang)	2017	2018	2019	Total
Geplant		4 Unterrichtsmodule in 4-6 Studiengänge	4 Unterrichtsmodule in 4-6 Studiengänge	4 Unterrichtsmodule in 4-6 Studiengänge	12-18 Unterrichtsmodule in
Durchgeführt	1	5	5	7	17
Durchgeführt neu	1	5	3	3	11

Zusammenfassung Unterrichtseinheit: [Projektteam]

Beteiligte Hochschulen:

- HEIG-VD, Haute école d'ingénierie et de gestion du canton de Vaud, Institut d'ingénierie du territoire
- UNIL, Université de Lausanne, Institut de géographie et durabilité
- UNIL, Université de Lausanne, Institut des sciences du sport
- BFH, Berner Fachhochschule, Institut Alter
- FHNW, Fachhochschule Nordwestschweiz, Gesundheitsförderung und Prävention
- UNIGE, Université de Genève, Institut of global health
- ZHAW, Zürcher Hochschule angewandte Wissenschaft, Institut für Gesundheitswissenschaften
- HSR Hochschule Rapperswil, Abteilung Raumplanung
- CHUV, Centre hospitalier universitaire vaudois, médecine du sport
- UNIBE PH BE, Universität und Pädagogische Hochschule Bern, Institut für Sportwissenschaft
- PUSCH Stiftung Praktischer Umweltschutz

Es wurde ein Vorlesungsskript auf Französisch erstellt.

Zusätzlich wurden 3 Hochschularbeite betreut, die den Zusammenhang zwischen fussgängerfreundlicher Infrastruktur und Gesundheit thematisierten.

3.3.2 Veranstaltungen mit Input durch Projektteam (Regionale Workshops)

Der Projektteil «Regionale Workshops mit Kantonen» ist seit Vertragsänderung anfangs 2018 nicht mehr Teil des Projekts. Dennoch wurden aber diverse Kontakte mit den zuständigen bzw. interessierten Personen gepflegt und dieses Tätigkeitsfeld mit geringer Aktivität weiterverfolgt. Es wurden Auskünfte erteilt, Besprechungen und Anfragen rund um das Thema Aktive Mobilität & Gesundheit im Tätigkeitsfeld der Berufsleute aus Gesundheit und Planung bearbeitet. Insbesondere wurden auch für Vorträge eingeladen.

Insgesamt wurden 11 Konferenzbeiträge auf Deutsch und Französisch gehalten (davon 3 im Ausland und einer Ende 2016). Dadurch wurden 860 beruflich tätige Personen im Bereich Raum- und Verkehrsplanung oder Gesundheitsförderung in den Kantonen Bern, Freiburg, Basel und Waadt, erreicht. Die durchgeführten Veranstaltungen sind im Anhang detailliert beschrieben. Die Unterlagen sind auf der Webseite des Projekts, und meistens auf der Webseite der Veranstalter, online zu Verfügung. Die Konferenz des DESS wurde sogar auf Video aufgenommen.

Betroffene Veranstalter:

In der Schweiz

- Réseau Ca marche! (VD)
- Herzstiftung, Kick-Off Workshop "Aktive Mobilität und Gesundheit" (Bern)
- ABAP Berner Architektinnen und Planerinnen, Führung zur Quartierperlen, Bern (BE)
- Projekt Sozius, Tagung Älter werden im Sensebezirk, Tavers (FR)
- Association romande des étudiants en médecine du sport et jeunes médecins du sport Lausanne (VD)
- Réseau promotion santé Vaud (VD)
- Réseau Je mange bien, je bouge bien (FR)
- Colloque du DESS, Urban planning and Health, Lausanne (VD)
- Tagung Alter «sicher hin und heim», Basel Landschaft Gesundheitsdirektion (BL)

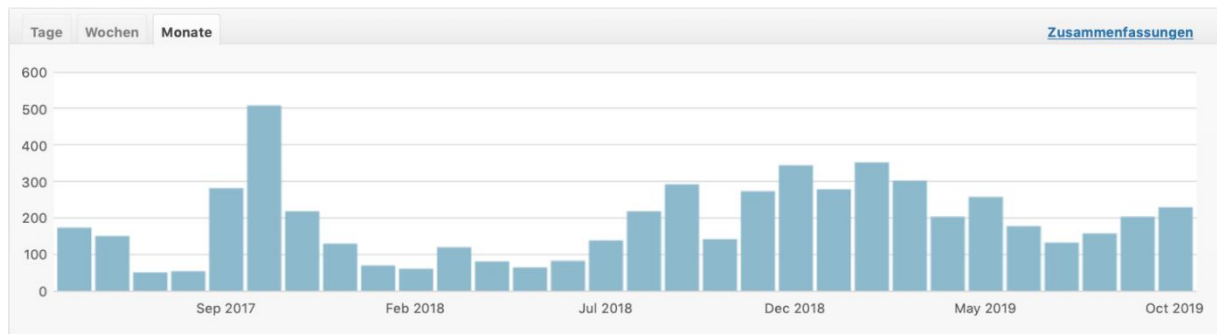
International

- Fussgängerkonferenz Klagenfurt
- Amt für Gesundheit Vaduz
- Colloque Wallonie piétonne

Eine Einladung für 2021 ist bereits angekündigt (Journée APIS Activité physique Innovation Santé : Thème mobilité douce (Yverdon-les-Bains, Services des sports).

3.3.3 Publikationen (Fach-Information und Öffentlichkeitsarbeit)

Die zweisprachige Webseite www.mobilitaet-gesundheit.ch/ www.mobilite-sante.ch wurde im Dezember 2016 lanciert. Sie dokumentiert folgende Rubrik: Projekt / Bildung / Konferenzen /Grundlagen / Netzwerk / Medien.



Seit 2016 wurde die Webseite von 7'500 Personen besucht, oder durchschnitt ca. 210/ Monat (Stand Ende Oktober 2019).

Die PDF von Präsentationen von durchgeführten Unterrichtslektionen und Referate stehen auf der Webseite zur Verfügung. Insgesamt wurden im Rahmen des vorliegenden Projektes 11 Publikationen und Medienbeiträge verfasst, die auch auf der Webseite abgerufen werden können. Es wurden auf Deutsch seit 2017 im Total 33 Newsbeiträge auf die Webseite publiziert, und auf Französisch 38 News. Auf Social Medias Kanäle von Fussverkehr (Tweeter, LinkedIn) wird regelmässig auf Veranstaltungen Artikel oder Publikationen zum Thema hingewiesen. Die Webseite wird von Fussverkehr Schweiz auch nach Projektabschluss vorläufig weiter betrieben.

3.3.4 Netzwerk

Bei interdisziplinären Projekten sind der Aufbau und die Pflege des Netzwerkes von interessierten Personen zentral. Zusätzlich zur üblichen Netzwerkarbeit im Bereich Raum- und Mobilitätsplanung, nahm das Projektteam regelmässig an Veranstaltung teil (insgesamt 15 Veranstaltungen), an der das Thema Aktive Mobilität und Gesundheit im Vordergrund steht, mit dem Ziel sein Netzwerk zu verbreitern und neue Gelegenheit für Austausch zu finden.

Der Kern des Netzwerkes, also Leute, mit denen wir am engsten zusammenarbeiten, ist in einem Experten Pool zusammengefasst. Die 20 Fachpersonen sind auf der Webseite mit Kontaktangaben verlinkt. Diese Personen haben auch für das Projekt Unterrichtseinheiten übernommen und das Projekt fachlich beraten.

4 Fazit

4.1 Schlussfolgerung

4.1.1 Dauerhafte Integration im Unterricht

Ein Ziel des Projekts war, das Thema intersektoral in den Unterrichtsmodul als festen Bestandteil zu integrieren. Es ist naheliegend, dass diese nicht immer schon nach der ersten Durchführung gelingt, denn die Aufnahme neuer Inhalte wird aufgrund der Feedbacks der Studierenden und der verantwortlichen Studiengangleitung evaluiert. Die Aufnahme als «Standard» muss auch in der Modultafel des Ausbildungsgangs verankert werden. Dies ist in einigen Hochschulen gelungen, andere haben das Thema von Jahr zu Jahr «nur provisorisch» aufgenommen, da die Anpassung der Modultafel nicht jährlich erfolgt. Bei den folgenden Studiengängen konnte das Thema in diesem Sinne etabliert werden:

- UNIL, Université de Lausanne, Institut de géographie et durabilité
- BFH, Berner Fachhochschule, Institut Alter
- ZHAW, Zürcher Hochschule angewandte Wissenschaft, Institut für Gesundheitswissenschaften
- HEIG-VD, Haute école d'ingénierie et de gestion du canton de Vaud, Institut d'ingénierie du territoire
- HSR Hochschule Rapperswil, Abteilung Raumplanung

4.2 Ausblick / Weiteres Vorgehen

Die Bedeutung der Verhältnisse für Bewegungsförderung und Gesundheit, wird von einer wachsenden Anzahl Personen als wichtiges Thema wahrgenommen. In den gut 3 Jahren der Projektdauer konnte festgestellt werden, dass die Kenntnisse über die Zusammenhänge von aktiver Mobilität und Gesundheit zugenommen haben. Dennoch ist klar, dass das Thema viel breiter kommuniziert und unterstützt werden müsste. Als Vorbild kann Österreich dienen. Der „Fonds Gesundes Österreich“ kommuniziert mit dem Begriff „Aktive Mobilität und Gesundheit“ https://fgoe.org/foerderschwerpunkt_aktive_mobilitaet, verfasst Publikationen, lanciert Kampagnen und macht Projektausschreibungen, um die Bedeutung der Alltagsbewegung in der Bevölkerung besser zu verankern.

Obwohl die Unterstützung durch das KOMO nun ausläuft, wird Fussverkehr Schweiz das Thema, entsprechend den vorhandenen Ressourcen, weiter bearbeiten und explizit in andere Projekte aufnehmen und thematisieren. Bestehende Unterrichtsmodule werden weitergeführt, das Netzwerk und die Webseite werden mit minimalem Aufwand weiter betrieben. Zusammen mit den Partnern des Netzwerkes wird nach finanzieller Unterstützung gesucht, um nicht nur den Status Quo zu erhalten, sondern um neue Ideen anzugehen und umzusetzen und auch breiter kommunizieren zu können.

Kurzevaluation

Die Durchführung der Unterrichtsmodule wurden jeweils mit einem Feedbackgespräch bei den Teilnehmenden oder mit einer Kurzevaluation per Mail und Telefon bei den verantwortlichen Dozenten und Dozentinnen evaluiert. Die Erfahrung wurden insgesamt positiv beurteilt. Allgemein besteht Interesse für weitere Zusammenarbeit, wie die Verankerung des Themas in den Hochschulen zeigt.

Verschiedene Veranstaltungen für Fachleute sind auch als direkte Nachfolge des Projekts vorgesehen.

Neue Zusammenarbeiten

Das Netzwerk bleibt aktiv und wird weiterentwickelt. Aus den Kontakten hat sich z. B. eine engere Kollaboration zwischen Pro Juventute und Fussverkehr Schweiz ergeben. Eine Projekteingabe zum Thema Bewegung in den Begegnungszonen wurde beim Programm Modellvorhaben nachhaltige Entwicklung eingereicht. Ferner wird das Thema beispielbare Stadt am Spielfestival 2020 eingebracht.

5 Projektkosten

Aufwand	
Honorar	202'800
Nebenkosten	14'984
Monetarisierte Leistung Projektpartner	61'000
Total Aufwand	278'784

Ertrag	
Anteil KOMO	106'000
Drittmittel	111'784
Monetarisierte Leistung Projektpartner	61'000
TOTAL	278'784

Übersicht Projektkosten: [Projektteam]

Anhang

Tabelle mit detaillierten Informationen zu den Kursen, Veranstaltungen, Publikationen, Veranstaltungen Dritten und Hochschularbeiten