

Dr. Peggy Looks & Marit Gronwald

Integriertes Handeln von Gesundheits- und Umweltbewegung auf kommunaler Ebene - am Beispiel des Geh-sundheitspfades

1. Einleitung und Hintergrund

Die Landeshauptstadt Dresden ist seit 1991 Mitglied im Europäischen Netzwerk „Healthy Cities“ der Weltgesundheitsorganisation (WHO). Die politische Arbeitsgrundlage bilden zum einen die Agenda 2030 der Vereinten Nationen und deren Nachhaltigkeitsziele (UN, 2015) und zum anderen der Kopenhagener Konsens der WHO (WHO, 2018). Der Ansatz der „Gesunde Städte“-Bewegung ordnet sich dabei maßgeblich dem Ziel 11 „Nachhaltige Städte und Gemeinden“ unter, wobei andere Nachhaltigkeitsziele für die Arbeit des Gesunde-Städte-Projektes ebenso Beachtung finden.

Das Gesunde-Städte-Projekt der WHO findet in Arbeitsphasen statt. Die Schwerpunkte der Arbeit werden durch das WHO Büro in Kopenhagen gesetzt. In der derzeitigen Arbeitsphase VII steht der Kopenhagener Konsens im Fokus. Der Kopenhagener Konsens bildet einen Ansatz zur Umsetzung von „Health in all Policies“ auf lokaler Ebene. Berücksichtigt werden hier die Handlungsfelder Frieden, Planet, Räume, Menschen, Teilhabe und Wohlstand (siehe Abb. 1). Diese Handlungsfelder sind mit konkreten Arbeitsschwerpunkten in Phase VII des WHO-Projektes untersetzt. Exemplarisch zum Handlungsfeld „Räume“ sind Arbeitsschwerpunkte zwischen 2019 und 2023 wie z. B. die Fortschreibung des Integrierten Stadtentwicklungskonzeptes, die Verkehrsentwicklungsplanung 2025+, das Klimaschutz- und Energiekonzept sowie das vom Bundesministerium für Gesundheit (BMG) geförderte Projekt Geh-sundheitspfad geplant.



Abb. 1: Handlungsfelder der WHO Gesunde Städte

Quelle: WHO, 2018 Kopenhagener Konsens der Bürgermeister (eigene Ergänzung)

2. Das Projekt „Geh-sundheitspfad“

Im Folgenden soll das Projekt Geh-sundheitspfad – als eine Verknüpfung zwischen Umwelt- und Gesundheitsbewegung auf lokaler Ebene – näher dargestellt werden.

In der LHD liegt der Anteil der Frauen und Männer ab 60 Jahren bei 30% (Einwohnermelderegister, LHD, Stand: 2018). Nur rund ein Drittel der 55- bis 64-Jährigen ist in der LH Dresden (fast) täglich aktiv (Stadtgesundheitsprofil 2016). Die WHO empfiehlt jedoch mindestens 5-mal die Woche für mindestens 30 Minuten mit moderater Intensität aktiv zu sein. Daneben sollen jeden Tag die Gesamttagsaktivitäten über 30 Minuten liegen. Regelmäßige körperliche Aktivität im Alltag muss somit als Basis gesundheitsfördernder Mobilität verstanden werden. Das Gehen an sich ist hierbei eine gesunde, nachhaltige und kostenlose Alltags- und Freizeitmobilität. Es hat viele positive Effekte auf die eigene Gesundheit, indem es unter anderem das Immunsystem sowie das Herz-Kreislauf-System stärkt, bei der Gewichtskontrolle hilft und die Stimmung hebt (Kelly et al. 2018, Litmann 2003).

2.1. Ziele und Zielgruppe

Die **Projektziele** vereinen sowohl Aspekte der eigenen Gesundheitsvorsorge als auch die der gesunden Umweltbedingungen. So steht die Förderung und Aufrechterhaltung von körperlicher Aktivität, vor allem des Zuzußgehens im Vordergrund. Dabei soll die Bevölkerung nicht nur für die positiven Effekte des Gehens für die eigene Gesundheit sensibilisiert werden, sondern auch für den Beitrag jedes/jeder Einzelnen für die Umwelt und das Klima. Zudem leistet das Projekt einen Beitrag zur Begegnung im Stadtteil und damit zur Förderung der Attraktivität des jeweiligen Stadtteils.

Um die Ziele zu erreichen, wird im Rahmen des Projektes ein Geh-sundheitspfad entwickelt und dessen modellhafte Implementierung in einem Quartier der Stadt Dresden durchgeführt. Der Geh-sundheitspfad besteht aus 12 Tafeln, welche auf einer Routenlänge von maximal 6 km (10.000 Schritte) aufgestellt werden. Dabei werden Abkürzungen miteingeplant, damit der Pfad möglichst von einer breiten Bevölkerung (d. h. auch von Menschen mit körperlichen Beeinträchtigungen) genutzt werden kann. Der Pfad soll öffentlich zugänglich und kostenlos sein

Bei dem Projekt handelt es sich um ein Modellprojekt. An einem Beispielquartier in Dresden soll der Ansatz zunächst erprobt und modellhaft umgesetzt werden. Abschließendes Ziel bildet aber die Übertragung des Ansatzes bei erfolgreicher Implementierung auf andere Stadtquartiere Dresdens sowie bundesweit.

Zielgruppe des Projektes sind Personen im Übergang vom Erwerbsleben in die nachberufliche Lebensphase sowie Personen, die sich bereits in der nachberuflichen Lebensphase befinden.

2.2. Die Projektidee – von anderen lernen

Die Projektidee der Etablierung eines Geh-sundheitspfades entstand in der Landeshauptstadt Dresden auf Basis eines Projektes an der Charité Berlin (www.geh-sundheitspfad-berlin.de). Die Verknüpfung von Gehen und Gesundheit bildete dabei für Dresden ebenso die Grundlage. Im Rahmen der Arbeit des WHO-Projektes „Gesunde Städte“ zum Schwerpunkt der „Förderung der körperlichen Aktivität“ waren bereits in Dresden zahlreiche Maßnahmen auf Verhaltens- und Verhältnisebene etabliert. Das Projekt Geh-sundheitspfad versteht sich dabei als Ergänzung zu den anderen Maßnahmen. Gemeinsam mit der Technischen Universität Dresden, genauer dem

Forschungsverbund Public Health Sachsen der Medizinischen Fakultät, bewarb sich die Landeshauptstadt Dresden erfolgreich beim Bundesministerium für Gesundheit im Rahmen des Förderbekanntmachung „Bewegung und Bewegungsförderung“ vom 19. Juni 2018. Als eines von zehn geförderten Projekten konnte Dresden am 01. Juni 2019 für drei geplante Förderjahre die Arbeit aufnehmen.

2.3. Die Projektpartner

An der Bearbeitung des Projektes sind auf lokaler Ebene verschiedene **Partner** beteiligt. Die folgende Abbildung gibt hierzu einen Überblick. Es wurden bei der Projektbearbeitung sämtliche Ämter, Institutionen und weitere Partner, die für die Umsetzung der Projektziele relevant sind, beteiligt.



Abbildung 2: Projektpartner

Quelle der Bilder: bikablo 2.0 (Text eigene Ergänzung)

2.4. Das Vorgehen

Der Kern des Projektes ist der Aufbau eines Netzwerkes an Experten und Multiplikatoren, die die Inhalte des Projektes auch nach Beendigung der Finanzierung weitertragen. Ziel war hier vor allem die Sicherstellung der Nachhaltigkeit. Dazu war es bereits zu Beginn des Projektes sämtliche Partner und Akteure einzubeziehen, die die Projektidee auch in ihr eigenes Handeln übertragen.

Im ersten Quartal 2020 erfolgte die theoretische Konzeption des Geh-sundheitspfades. Dem ging eine umfassende Bedarfs- und Bestandanalyse voraus. Es erfolgte hierbei u.a. eine Recherche von kommunalen Berichten und zu bisherigen Angeboten sowie Expertenworkshop zur Vorauswahl des Quartieres. Zudem sind Einzelinterviews mit der Zielgruppe zu Gelingensfaktoren, Motivation und Gehmustern geplant. Auf Basis der Ergebnisse erfolgt die partizipative Entwicklung des Geh-sundheitspfades mit den Bürger/innen vor Ort sowie die Etablierung und darauffolgend die Evaluation des Pfades.

In der letzten Projektphase wird ein Handlungsmanual erarbeitet und in einem bundesweiten Kompetenzforum anderen Kommunen zur Verfügung gestellt. Das Handlungsmanual bietet hier die Grundlage zur eigenständigen Entwicklung eines Geh-sundheitspfades in anderen Kommunen bzw. Stadtteilen.

2.5. Hürden und Erfolgsfaktoren: Wie kann eine Verstetigung gelingen?

Ein wesentlicher Erfolgsfaktor ist das Finden eines geeigneten Gebietes. Nicht jeder Stadtteil ist für einen Geh-sundheitspfad geeignet. Dies ist zum einen abhängig von der Bevölkerungsstruktur vor Ort, aber auch von den städtebaulichen Gegebenheiten. So galt es im Vorfeld zu klären, wo man vor allem viele vulnerable Gruppen erreicht und auch wo es sinnvoll und möglich ist, einen solchen Geh-sundheitspfad zu etablieren ohne umfangreiche Investitionskosten.



Abbildung 3: Abwägung von Faktoren zur Umsetzung

Ein weiterer wichtiger Faktor für eine erfolgreiche Projektumsetzung ist der Einbezug von Partnern. Dies sollte nach Möglichkeit bereits frühzeitig im Projekt erfolgen. Partner sind dabei nicht nur die Akteure und Einrichtungen vor Ort (wie z. B. Gesundheitseinrichtungen, Seniorenbegegnungsstätten, Apotheken, Kirchengemeinden etc.), sondern vor allem auch die Vertreter/innen der Zielgruppe.

Der enge Zeitplan im Projekt kann zum einen Treiber für eine schnelle Umsetzung der Projektidee sein. Zum anderen kann dies aber auch hinderlich sein, da partizipative Aushandlungsprozesse sowohl für die Auswahl des geeigneten Stadtortes als auch für die zu vermittelnden Inhalte auf den Schildern sehr zeitintensiv sind.

Positiv für die nachhaltige Projektumsetzung ist die Einbindung in eine städtische Struktur und in übergreifende Konzeptionen der Stadt (wie z. B. Fußverkehrskonzept). Dabei ist ein reger Austausch mit den beteiligten Fachämtern genauso wichtig, wie mit den Akteuren niedrigschwelliger Präventionsarbeit vor Ort. So kann zwischen verschiedenen Partnern des Projektes eine Verbindung (z. B. in Form von gemeinsamen Bewegungs- und Begegnungsangeboten) hergestellt werden, die über die Projektlaufzeit andauert. Wichtig ist dabei stets, die enge Arbeit mit und an der Zielgruppe.

3. Fazit

Das Projekt „Geh-sundheitspfad“ bildet die Möglichkeit die zwei Themen Gesundheit und Umwelt miteinander zu verbinden. Aus der Idee ist mittels Fördergelder des Bundesministeriums für Gesundheit ein Projekt entstanden, welches derzeit in einem Stadtteil in Dresden umgesetzt wird. Aufgrund der Covid-19-Pandemie konnte nicht wie geplant am Zeitplan festgehalten werden und andere Wege zur Umsetzung und Fortführung bei gleicher Zielverfolgung mussten gefunden werden. Dennoch sind die Projektpartner zuversichtlich, was die Erfüllung der Ziele und damit die Etablierung des Geh-sundheitspfades anbelangt.

Literatur- und Quellenangaben:

Kelly P, Williamson C, Niven AG, Hunter R, Mutrie N, Richards J (2018). Walking on sunshine: scoping review of the evidence for walking and mental health. Br J Sports Med. 52(12):800-806.

Litmann T (2003). Economic value of walkability. Transportation Research Record: Journal of the Transportation Research Board. 1828: 3-11.

LH Dresden (2016). Stadtgesundheitsprofil.

WHO (2018), Herausgeber. Gesundere und glücklichere Städte für alle. Ein transformativer Ansatz für sichere, inklusive, nachhaltige und widerstandsfähige Gesellschaften. Kopenhagen: WHO, 2018.

United Nations (2015), Editor. Sustainable Development Goals. (Zitierdatum 14.10.2019), aufrufbar unter <https://sustainabledevelopment.un.org/?menu=1300>.

Kontakt:

Dr. Peggy Looks & Marit Gronwald
Landeshauptstadt Dresden
Gesundheitsamt
gesundheitsfoerderung@dresden.de

