

## **Eröffnungsansprache Dezembersession 2018**

### **Standespräsidentin Tina Gartmann-Albin**

---

(es gilt das gesprochene Wort)

Geschätzte Kolleginnen und Kollegen  
Werte Mitglieder der Regierung  
Geschätzte Medienvertretende und Gäste

Im Oktober habe ich zur Einleitung der Session die Wichtigkeit der psychischen Gesundheit beleuchtet. Ich habe über das Zusammenspiel von Belastungen und Ressourcen gesprochen, das für die psychische Gesundheit eines Menschen entscheidend ist. Es gilt für jeden Einzelnen, sein ganz persönliches Gleichgewicht zu finden – sei es bei der Arbeit, in der Familie oder in der Freizeit. Denn Gesundheit entsteht, wenn wir unsere Ressourcen optimal entfalten und mobilisieren können. Wenn es uns gelingt, gut mit inneren (körperlichen und psychischen) und äusseren (sozialen und materiellen) Anforderungen umzugehen.

**Heute richte ich den Fokus auf die äusseren Einflüsse auf die Gesundheit. Ich widme mich der Frage, welchen Einfluss unsere Siedlungs- und Verkehrsplanung auf die Gesundheit der Bürgerinnen und Bürger hat.**

Versetzen Sie sich in ihre Primarschulzeit. Erinnern Sie sich an Ihren Schulweg? Ich bin überzeugt, dass der grösste Teil der hier Anwesenden zu Fuss zur Schule ging. Bestimmt nicht immer mit Freude, da viele von Ihnen sicherlich auch lange oder steile Schulwege hatten. Doch bot uns der Schulweg neben regelmässiger körperlicher Aktivität die Möglichkeit, Kontakte zu knüpfen.

Ich persönlich habe meinen Schulweg sowohl in der Primarschule wie auch in der Oberstufe meist zu Fuss, manchmal auch mit dem Fahrrad, zurückgelegt und habe dies sehr genossen. Man hatte so gute Möglichkeiten, Kontakte zu knüpfen, Schulstreiche auszuhecken, über Lehrpersonen und Mitschüler zu lästern oder Streite auszufechten. Später nutzte man dann den Schulweg, heimlich den Schatz zu treffen und Dates abzumachen oder ganz einfach, die sozialen Kontakte zu vertiefen.

Über den Schulweg und die daraus entstandenen Begebenheiten sprechen wir auch heute noch bei Klassentreffen oder Treffen mit ehemaligen Schulkolleginnen und Kollegen sehr gerne. Denn sie waren oftmals ein wirkliches Erlebnis. Ich denke da zum Beispiel an die bischöflichen Rebberge und die Schimpfpiraden, wenn wir beim Stehlen erwischt wurden. Das Ärgern des Rebmeisters waren der Grund fürs Stehlen, denn die Trauben waren alles andere als süss!

2018 hat sich Einiges verändert. Immer mehr Kinder werden in Mamas- oder Papas-Taxi zur Schule gefahren. Dabei steht oft nicht primär die Bequemlichkeit der Jungen im Vordergrund, sondern vielmehr die Angst der Eltern, es könnte auf dem Schulweg etwas passieren.

Ja, diese Angst ist berechtigt. Der Verkehr hat deutlich zugenommen und die Schulwege sind nicht überall durchgängig sicher. Durch die Schulzusammenschlüsse müssen immer mehr Kinder mit dem Schulbus zur Schule. Aufgrund der teilweise sehr weiten Schulwege, die nicht mehr zu Fuss bewältigt werden können und dem erhöhten Sicherheitsbedürfnis der Eltern, fällt für viele Kinder sehr viel Bewegungszeit weg. Alltagsbewegung, die für uns selbstverständlich war, wird heute durch Bus- und Autofahrt ersetzt.

Bewegungsmangel als Folge eines Mobilitätsverhaltens, das auf körperliche Anstrengungen verzichtet, ist eines der grossen Gesundheitsthemen in westlichen Gesellschaften. Dies natürlich nicht bei uns, denn wir sind ja VORBILDER, oder? Waren noch im 20. Jahrhundert übertragbare Krankheiten die vorherrschende Todesursache, haben die nicht übertragbaren Krankheiten wie Herzkreislauf-Erkrankungen, Diabetes oder Krebs die Führung übernommen.

Körperliche Inaktivität ist angesichts dieser Krankheiten ein wichtiger Faktor. Wir alle wissen, dass Zufussgehen im Alltag ein höchst effizientes Mittel ist, um diesen Krankheiten vorzubeugen.

Nicht von ungefähr ist der Schlüssel für erfolgreiche Prävention die Bewegungsförderung. Dazu gehört, die Gesellschaft zu motivieren, regelmässig körperliche Aktivität in den Alltag einzubauen. Darum sind Projekte wie «Bewegte Schule» oder «Purzelbaum Kindergarten» so wichtig. Sie ermöglichen den Lehrpersonen mit ihrem Engagement den Schülerinnen und Schülern ein möglichst bewegungsförderliches Umfeld zu bieten.

Doch das reicht nicht aus!

Ich bin überzeugt, dass wir die Folgen des Bewegungsmangels für die Gesundheit immer noch stark unterschätzen. Viele Trends wie die Automatisierung, die Digitalisierung, das «Online Shopping», die Verlagerung der Einkaufsmöglichkeiten vom Dorf in die Stadt oder an den Stadtrand, die Zunahme des motorisierten Individualverkehrs, die übervollen Terminkalender und der Alltagsstress usw. rauben uns – Jung oder Alt - immer mehr Alltagsbewegung. Entweder finden wir keine Zeit zu Fuss zu gehen oder mit dem Fahrrad zu fahren oder die Fuss- und Velowege sind nicht sicher genug.

Prävention und Bewegungsförderung wird häufig in Verbindung mit Sport assoziiert. Gesundheitswirksame Bewegung ist aber vor allem auch Alltagsbewegung, in Alltagskleidern. Eben: zu Fuss zur Arbeit, zum Einkaufen, zur Schule. Und wenn wir die empfohlenen 10'000 Schritte am Tag erreichen wollen, sollten wir so oft wie möglich zu Fuss gehen.

Durchgängige Fuss- und Veloverkehrsnetze sind heute eine zentrale Voraussetzung für das Bewegungsverhalten der Bevölkerung. Die Wege müssen direkt, barrierefrei und sicher sein. So, dass Eltern keine Angst haben müssen, ihr Kind alleine vor die Türe zu lassen. Diese Grundsätze sind in der Politik bei allen verkehrs- und raumplanerischen Projekten zu beachten.

In der Verordnung zum Gesundheitsgesetz steht im Artikel 2 geschrieben, dass insbesondere Gemeinden bei der Erfüllung der ihnen obliegenden Aufgaben auf gesundheitsverträgliche Lösungen zu achten haben. Die Siedlungs- und Verkehrsplanung der Gemeinden beeinflusst unsere Gesundheit. Und sie wirkt sich auch auf die Umwelt aus.

Die gebaute Umwelt hat einen direkten Einfluss auf unser Bewegungsverhalten. Mit entsprechender Raum- und Verkehrsplanung können die Häufigkeit und Intensivität der aktiven Mobilität – dem zu Fuss gehen oder Velo fahren – in allen Altersgruppen beeinflusst werden. Bewegungsfördernde Strukturen sollen deshalb ihren festen Platz in der Planung erhalten.

Die Verkehrs- und Raumplanung sind Aufgaben der Gemeinden und des Kantons. Nehmen wir den Zusammenhang ernst, dass die gebaute Umwelt Einfluss auf unser Bewegungsverhalten hat, sollten wir vermehrt Projekte bevorzugen, die Alltagsbewegung fördern und durch ihr Gesundheitsförderungs-Potential bestechen.

Wir müssen uns bemühen, dem Raum für Alltagsbewegung einen wichtigeren Stellenwert beizumessen. Denn Bewegung bedeutet auch Begegnung.

Um die Lust bei der Bevölkerung anzuregen, raus zu gehen, braucht es gute Orte für Begegnung. Unter Bewegungsraum verstehe ich den öffentlichen Raum, genauer den Alltagsraum. Dort, wo sich Menschen begegnen: auf dem Dorfplatz, auf Fusswegen, auf dem Trottoir, in einer Nische im Quartier, auf einer Sitzbank, einem Spielplatz oder einer öffentlich zugänglichen Sportanlage.

Dorfplätze und Quartierstrassen sind wichtig für die sozialen Kontakte aller Altersgruppen. Insbesondere die ältere Bevölkerung nutzt den öffentlichen Raum dann, wenn sie sich wohl fühlt, wenn sie zu Fuss einkaufen kann, wenn sie sich im Alltagsraum willkommen und sicher fühlt.

Unsere Gesundheit wird durch unseren Lebensstil, die sozialen Kontakte und den Lebensraum beeinflusst. Wenn «Gesundheit» unser Massstab ist, müssen wir auch die Verkehrs- und Raumplanung an ihr messen – es braucht sichere Fuss- und Velowege.

Besten Dank für Ihre Aufmerksamkeit.