

Städtisches Wohnumfeld

Gesundheitsförderung vor der Wohnungstür

Grünräume machen gesund! Seit einigen Jahren liefert eine zunehmende Anzahl von wissenschaftlichen Studien Beweise für diese Aussage. Trotzdem ist Gesundheitsförderung in aktuellen Wohnumfeldprojekten kein Kriterium. Im Rahmen eines Forschungsprojektes wurden nun Grundlagen erarbeitet, um in Zukunft diese gesundheitsfördernden Potenziale zu nutzen.



Wohnumfelder sollen neben gemeinschaftlich nutzbaren Räumen auch Orte des Rückzugs und der Ruhe enthalten.

Text: **Reto Hagenbuch**, ZHAW Wädenswil
 Bilder: **Reto Hagenbuch**, ökoLüthi, raderschallpartner ag

Die Bedeutung und das Potenzial von Grünräumen städtischer Wohnsiedlungen für die menschliche Gesundheit sind durch verschiedene Forschungsarbeiten belegt und von Politik und Planung weitgehend anerkannt. Dennoch stehen bei der Konzipierung urbaner Wohnumfelder ästhetische, repräsentative und allenfalls ökologische Lösungen im Vordergrund. Aspekte der Gesundheitsförderung finden sowohl in der Planungs- als auch in der Benutzungsphase kaum explizite Beachtung. Das gesundheitsfördernde Potenzial dieser Räume wird dadurch nicht ausreichend ausgeschöpft. Es fehlen planungsleitende und nutzungsorientierte Kriterien und Qualitäten, die die Förderung der menschlichen Gesundheit fokussieren. Ausgehend von dieser Wissenslücke verfolgte die Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) mit einem Forschungsprojekt das Ziel (siehe Tabelle), solche Qualitätskriterien für Planer, Gestalter,

Verwalter und Entscheidungsträger von Wohnumfeldprojekten zu entwickeln.

Gesundheitsfördernde Grünräume

Die aktuelle Forschungsliteratur über den Zusammenhang von Gesundheit und städtischen Grünräumen lässt sich wie folgt zusammenfassen: Grünräume

fördern die menschliche Gesundheit, wenn sie natürliche Ablenkung (Erlebnis von Vielfalt/Dynamik), physische Aktivität (Bewegung, Spiel/Sport) und soziale Unterstützung (formelle/informelle Kommunikation, Gemeinschaft) zulassen, individuelle Handlungsspielräume (Zugänglichkeit, Ruhe, Sicherheit, Sauberkeit, Partizipation) aufweisen und dabei ästhetisch hochwertig gestaltet sind.

Ihre gesundheitsfördernde Wirkung können Grünräume jedoch nur dann entfalten, wenn sie auch tatsächlich aufgesucht und genutzt werden. Unter welchen Voraussetzungen die Siedlungsbewohner die vorhandenen Grünräume als Teil des Wohnraumes wahrnehmen und nutzen, ist in diesem Zusammenhang zentral. Die Diskussion um die Bedeutung von Aussenräumen für die Gesundheit beginnt also bei der Frage ihrer Akzeptanz. Vor diesem Hintergrund stellten sich im ZHAW-Projekt die beiden folgenden leitenden Forschungsfragen:

- Welche räumlichen Qualitäten müssen Grünräume des urbanen Wohnumfeldes aufweisen, um überhaupt angenommen und genutzt zu werden?



Mieternutzgärten als integraler Bestandteil der Aussenräume städtischer Siedlungen.

- Welche räumlichen Qualitäten müssen diese Grünräume aufweisen, um die menschliche Gesundheit zu fördern?

Ermittlung von gesundheitsfördernder Grünraumqualität

Wie bereits erwähnt sind Aspekte der Gesundheitsförderung bei der Planung und Nutzung heutiger Wohnumfelder keine eigentlichen Kriterien. Dennoch ist davon auszugehen, dass auch in aktuellen Wohnumfeldern Gestaltungssituationen und Grünraumqualitäten vorhanden

ziert und daraus planungsleitende und nutzungsorientierte Kriterien abgeleitet werden.

Beispiele von gesundheitsfördernden Grünräumen

Mit der ZHAW-Studie liegt nun eine Beispielsammlung von gesundheitsfördernden Gestaltungssituationen und Gesamtkonzeptionen städtischer Grünräume im Wohnumfeld sowie Formulierungen entsprechender Gestaltungskriterien vor.

dernde Wohnumfelder aber auch Orte aufweisen, in denen Rückzug und das Erlebnis von Ruhe möglich ist. In diesem Zusammenhang sind die Verkehrsfreiheit und eine naturnahe Gestaltung bedeutsam.

Für die gesunde Entwicklung von Kindern ist es wichtig, dass diese in den Aussenräumen Möglichkeiten zum Erkunden, Entdecken und kreativen Spielen haben. Hierfür benötigen sie nicht abgegrenzte, detailliert geplante Spielplätze, sondern vielmehr ein beispielba-



Die Aussenräume als Spiel- und Begegnungsräume.

sind, die positiv auf die menschliche Gesundheit wirken. Gehen Planer und Gestalter doch grundsätzlich davon aus, dass sich die Nutzer mit dem gestalteten Raum identifizieren und sich darin wohl fühlen sollen. Die Kriterien, mit denen heute geplant und gestaltet wird, können folglich als «Nebenprodukt» auch gesundheitsfördernde Situationen und Qualitäten hervorbringen. Das erlaubte im ZHAW-Projekt, die Aussenräume bestehender Wohnsiedlungen zum Gegenstand einer Analyse zu machen, in der es um die Präferenzen bei der Nutzung, Wahrnehmung und Bewertung von Wohnumfeldern geht. Es wurde dabei die Sicht der Bewohner als wesentlicher Beitrag zur Qualitätsbeurteilung erhoben. Als Nutzer sind diese in der Lage zu beurteilen, weshalb welche Aussenanlagen in welcher Form genutzt beziehungsweise nicht genutzt werden.

Um die genannten Forschungsfragen zu beantworten, wurden neuere Wohnsiedlungen in der Stadt Zürich analysiert und mit Interviews von Siedlungsbewohnern verglichen. Auf diese Weise konnten gesundheitsfördernde Gestaltungssituationen und Grünraumqualitäten identifiziert

Beispiel einer gesundheitsfördernden Aussenraumgestaltung ist die Integration von Mieternutzgärten ins unmittelbare Wohnumfeld. Die gärtnerischen Aktivitäten, die dadurch ausgelöst werden, fördern sozialen Kontakte und das aktive Naturerlebnis sind Aspekte, die zur Förderung der Gesundheit beitragen.

Neben Kommunikations- und Gemeinschaftsräumen sollten gesundheitsför-

dernde Wohnumfelder. Die Aussenräume sind in diesem Sinne möglichst grosszügig als Spiel- und Bewegungsräume zu konzipieren. Die Verkehrsfreiheit und Naturnähe sind auch hier entscheidend. Daneben sind aber auch asphaltierte Flächen und Rasen anzubieten. Einzelne Bereiche sind so anzulegen, dass Kinder sie nutzen können, ohne dabei ständig von Eltern beobachtet zu werden.

Neben gestalterischen Aspekten entscheiden aber auch sozialräumliche Angebote über die Nutzung des Aussenraumes. Ein gelungenes Beispiel in diesem Zusammenhang ist die gemeinschaftliche Kompostbewirtschaftung in einer untersuchten Siedlung. Hier können sich alle Bewohner in einer sogenannten «Kompostgruppe», die durch Fachpersonen angeleitet wird, engagieren. Bezeichnenderweise übersteigt das Interesse, bei dieser Gruppe mitzumachen, den eigentlichen Bedarf. Die Institution «Kompostgruppe» wird von Gruppenmitgliedern und den übrigen Siedlungsbewohnern gleichermassen geschätzt. Steht denn auch der entstandene Kompost allen Bewohnern zur Verwendung in ihren Mietgärten oder Balkonbepflan-

Projektdetails

Projekttitel	Qualitäten von urbanen Grünräumen des Wohnumfelds bezüglich Gesundheit und Wohlbefinden
Institution	Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften, Institut für Umwelt und Natürliche Ressourcen
Mitarbeitende	Reto Hagenbuch, Helmut Winter †, Fabian Beyerler, Jean-Bernard Bächtiger
Laufzeit	2005 bis 2008
Projektvolumen	Fr. 47 000.–
Förderung	Eidg. Staatssekretariat für Bildung und Forschung (SBF) im Rahmen der COST Aktion E 39 Forests, Trees and Human Health and Wellbeing

zungen zur Verfügung. Bei den Mitgliedern der Gruppe stehen keineswegs nur die physische Betätigung anlässlich der regelmässigen Kompostumschichtungen im Vordergrund – die mittlerweile zu «Ereignissen» geworden sind –, sondern auch soziale Aspekte: Über die Gruppe hat sich ein soziales Netzwerk innerhalb der Siedlung gebildet – es werden Menschen zusammengebracht. Zudem bietet die «Kompostgruppe» Anlass, sich für die Siedlungsgemeinschaft zu engagieren sowie sich gemeinsam bei einer ökolo-

ZHAW-Projekt keine Siedlung untersucht, in der die Bewohner bei der Planung des Aussenraumes Mitbestimmungsrecht hatten. Die Analyse soll deshalb in einem Folgeprojekt auf weitere Siedlungen ausgedehnt werden. Um dabei auch regionale Unterschiede berücksichtigen zu können, sind hierfür Siedlungen in unterschiedlichen Städten zu untersuchen.

Die ZHAW-Studie hat bestätigt, dass heutige Wohnumfelder vor allem von Familien mit Kindern genutzt werden. Er-

gen der Bauherren gering. Bauherrschaft, Bewilligungsbehörden, Investoren, Immobilienunternehmungen sind folglich vermehrt über die Bedeutung und das Potenzial von Grünräumen im Wohnumfeld bezüglich Gesundheit zu sensibilisieren. Es fehlt ihnen an Informationen, wie diese Potenziale auch tatsächlich genutzt werden können. Dass die Realisierung eines gesundheitsfördernden Wohnumfeldes nicht mit höheren Kosten verbunden sein muss, zeigen Untersuchungen, die belegen, dass sich Investi-



Alte Baumbestände und naturnah gestaltete Aussenräume verfügen über ein grosses Naturerlebnispotenzial.

gisch sinnvollen Arbeit körperlich zu er-tüchtigen.

Um ein Angebot beziehungsweise eine Institution wie diese «Kompostgruppe» funktionsfähig zu machen und zu halten, ist es entscheidend, dass die Verwaltung für die Initiierung und die fachliche Befähigung sorgt. Die Gruppe ist laufend zu unterstützen, indem nötige Materialien und Infrastrukturen zur Verfügung gestellt und in Stand gehalten werden.

Weitere und ausführlichere Beschreibungen von gesundheitsfördernden Gestaltungssituationen und Grünraumqualitäten werden in einer Publikation zu finden sein, die demnächst von der ZHAW herausgegeben wird.

Ausblick

Es wäre wichtig, weitere Siedlungen zu analysieren. Beispielsweise wurde im

wachsene ohne Kinder halten sich oftmals nur auf dem eigenen Balkon oder der eigenen Terrasse auf. Es müssen also Anreize geschaffen werden, damit kinderlose Erwachsene und Jugendliche das gesundheitsfördernde Potenzial von Grünräumen des Wohnumfeldes vermehrt nutzen können. Herkömmliche Angebote reichen in der Regel nicht aus. Wie im Beispiel mit der gemeinschaftlichen Kompostbewirtschaftung gezeigt, muss vielmehr aktives Freiraummanagement betrieben und folglich neben der Planungsphase auch die Benutzungsphase eines Wohnumfeldes berücksichtigt werden.

Heute ist der Einfluss von Grünraumplanern und -gestaltern bei der Konzipierung und Gestaltung eines Wohnumfeldes aufgrund übergeordneter Bauprogramme oder Wünschen und Vorstellungen

in naturnahe Flächen aufgrund der tieferen Unterhaltskosten lohnen.

Die Entwicklung von Wohnumfeldkonzepten unter Berücksichtigung von Aspekten der Gesundheitsförderung verlangt von Planern und Gestaltern ein spezifisches Know-how aus Disziplinen wie planungsbezogene Soziologie, Pädagogik und Psychologie. Solche Inhalte sind jedoch erst ansatzweise in heutigen Studien- und Ausbildungsprogrammen vorhanden. Deren Implementierung in die entsprechenden Curricula wäre wünschenswert.

Ist ein Wohnumfeld einmal erstellt, fehlen den Entwerfern die Möglichkeiten, die tatsächliche Wirkung ihrer ursprünglichen Ideen, Konzepte und Planungen zu überprüfen. Für künftige Wohnumfeldprojekte wäre dies aber von grossem Wert.