

## WAS BEDEUTET BEWEGUNGS- UND BEGEGNUNGS-FREUNDLICH?

In bewegungs- und begegnungsfreundlichen Gemeinden sind das Wohn-, Schul- und Arbeitsumfeld sowie der öffentliche Raum im Siedlungsgebiet so gestaltet, dass Bewegung, Spiel und Sport für jede Altersgruppe möglich sind und gefördert werden. Auch bieten solche Gemeinden Möglichkeiten der Begegnung und des Austauschs in der Nachbarschaft, mit Bekannten, Familienangehörigen und über die Generationen hinweg.

Damit Bewegungs- und Begegnungsräume genutzt werden, müssen sich die Menschen in ihnen sicher und wohl fühlen und sich mit der Umgebung identifizieren können. Deshalb gehen Projekte für ein bewegungs- und begegnungsfreundliches Umfeld in der Regel über planerische, bauliche und gestalterische Massnahmen hinaus. Sie beinhalten auch organisatorische Vorkehrungen, den Einbezug der Bevölkerung und soziale Begleitmassnahmen.

**Wir unterstützen Sie gerne dabei, Ihre Gemeinde bewegungs- und begegnungsfreundlicher zu gestalten!**

Weitere Informationen  
finden Sie auf unserer  
Webseite



Unterstützt von

Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



## WER PROFITIERT VON EINER BEWEGUNGS- UND BEGEGNUNGSFREUNDLICHEN GEMEINDE?

Von naheliegenden und attraktiven Bewegungs- und Begegnungsmöglichkeiten im Siedlungsraum haben grundsätzlich alle Einwohner\*innen einer Gemeinde etwas. Insbesondere jedoch profitieren Personen mit einem kleinen Bewegungsradius, beispielsweise Kinder und Jugendliche, ältere Erwachsene und Menschen mit einer Behinderung oder mit wenigen sozialen Kontakten.

Auch die Gemeinde selbst profitiert, wenn der Siedlungsraum zu Bewegung und Begegnung einlädt. Regelmässige

Aktivität und Kontakte stärken die körperliche und psychische Gesundheit der ganzen Bevölkerung. Die Standortattraktivität wird durch Familienfreundlichkeit und mehr Lebensqualität erhöht. Kostenfreie, für alle nutzbare, attraktive Räume fördern das gesellschaftliche Zusammenleben.

## UM WELCHE RÄUME GEHT ES, UND WO KANN DIE GEMEINDE ANSETZEN?

Räume bewegungs- und begegnungsfreundlicher zu gestalten, ist fast überall möglich. Dabei gilt: Je früher die Bewegungs- und Begegnungsfreundlichkeit in einem Vorhaben berücksichtigt wird, desto einfacher und kostengünstiger lassen sich Massnahmen umsetzen. Seien dies eine attraktive Ausgestaltung von öffentlichen Plätzen für alle Altersgruppen, ein durchgehendes und gut markiertes Fuss- und Velowegnetz, Sitzbänke in den nötigen Abständen an schattigen Orten oder das Öffnen von Sportanlagen für alle Altersgruppen.

Es lohnt sich, bei allen Raumgestaltungs- und Bauvorhaben nicht nur auf das

Hauptziel zu fokussieren, sondern den Blick auf weitere Nutzungsmöglichkeiten zu richten. So kann zum Beispiel ein neuer Park, der in erster Linie der Bewegung dienen soll, auch als Ort der Begegnung und Erholung mit Sitzgelegenheiten geplant werden. Wird ein solches Potenzial sichtbar, ist die Bewegungs- und Begegnungsfreundlichkeit in allen weiteren Umsetzungsschritten mitzudenken. Im Vordergrund steht die Perspektive der Menschen, die in der Gemeinde wohnen: Welchen Raum benötigen sie, um gesund zu bleiben?



## UNSERE GEMEINDE – BEWEGUNGS- UND BEGEGNUNGSFREUNDLICH

