

Einflussfaktoren auf das Alltagsradeln

Ergebnisse der Studie Rad-freundliche Stadt

Ao.Univ.-Prof. Dr. Sylvia Titze, MPH
Institut für Sportwissenschaft, Universität Graz

1. Steirischer Fahrradgipfel, 17. -18. April 2008



Mitarbeiter/innen

Ao. Univ.-Prof. Dr. Willibald Stronegger

Institut für Sozialmedizin und Epidemiologie, Medizinische Universität Graz

Dr. Susanne Janschitz

Institut für Geographie und Raumforschung, Universität Graz

Dr. Pekka Oja

UKK Institute, Finland

Das Projekt wurde unterstützt von



Stadt **GRAZ** Verkehrsplanung

Stadt **GRAZ** Wissenschaft

Warum beschäftigen wir uns am Institut für Sportwissenschaft mit der Förderung des Radfahrens?

1995 Studienergebnisse: Aktivitäten wie Radfahren erhalten gesund

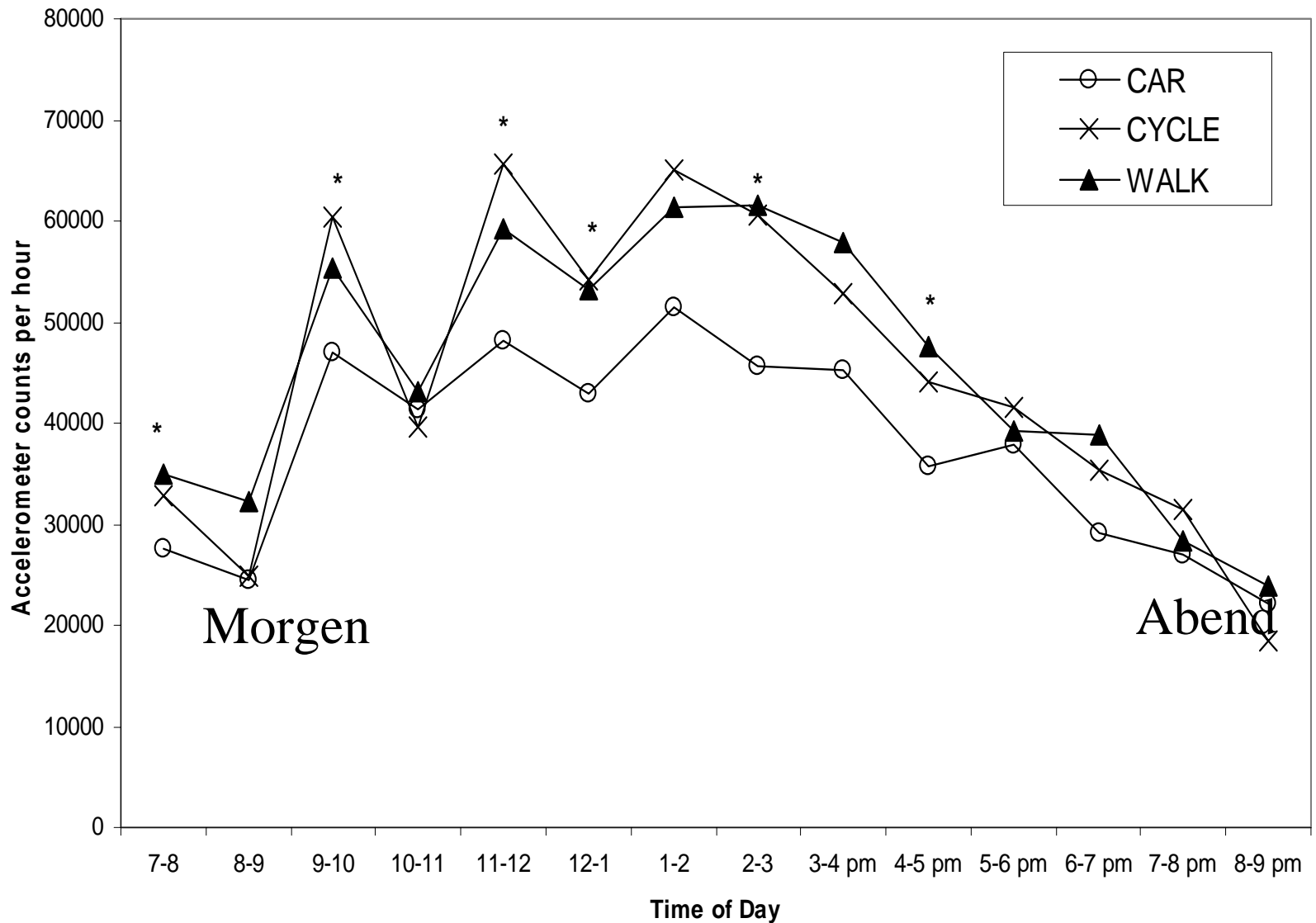
- Blutdruck
- Typ II Diabetes
- Krebserkrankungen
- Herzerkrankungen

Gesundheitsförderung durch Bewegung

Wie viel Bewegung?

- 3 x 20 bis 60 Minuten Sport pro Woche
ODER
- Täglich 30 Minuten wie flottes Gehen oder Alltagsradfahren (3 x 10 min)
ODER
- Kombination

Bewegungsmuster während der Woche bei Jungen



European Youth Heart Study, 2005
(Am J Prev Med 2005;29(3):179–184)

Was beeinflusst unser Verhalten ?

Persönliche Ebene

- Können,
- Zugriff auf ein Fahrrad
- Welche Vor- und Nachteile jemand mit dem Radfahren verknüpfen

Was beeinflusst unser Verhalten ?

Soziale Ebene

- Verkehrsmittelwahl
 - Familienmitglieder
 - Freundeskreis
 - Kolleginnen/Kollegen und Vorbilder
- Anerkennung
- Sozialisation



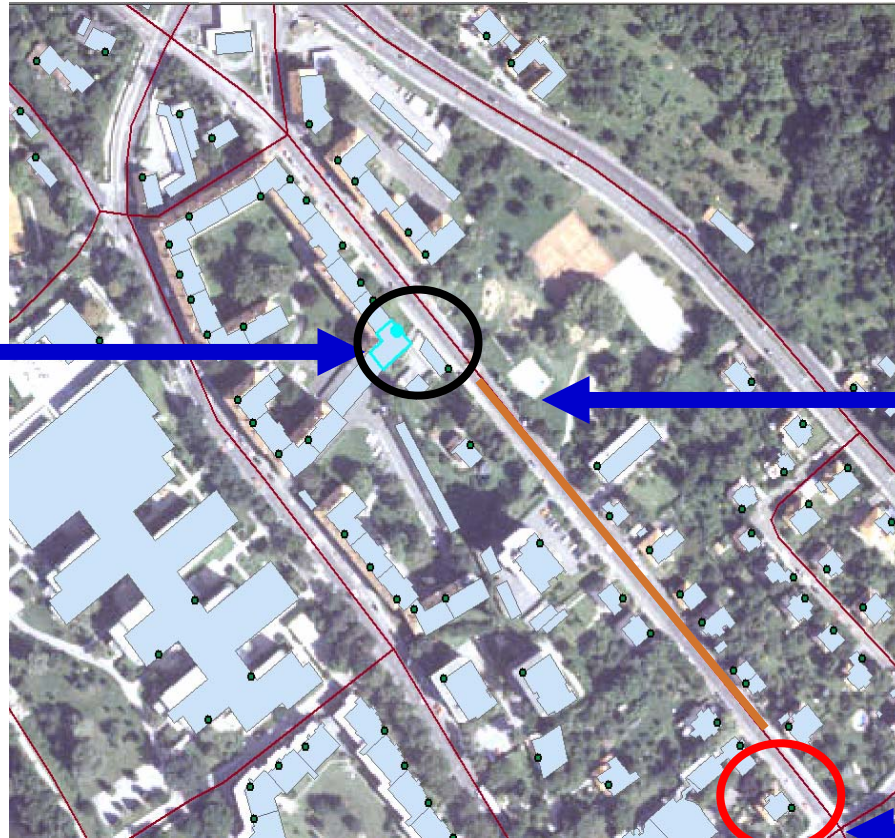
Was beeinflusst unser Verhalten ?

Gebaute Umgebung

- Radinfrastruktur
 - Radwege
 - Abkürzungsmöglichkeiten
 - Radabstellplätze
- Bäume, Grünanlagen
- Verkehr
- Zielorte (Geschäfte, Schule, Sportanlagen, Kino)

Gebaute Umwelt

Wohnum-
gebung



Umgebung
entlang Route

Umgebung
Zielort

Einflussfaktoren auf das Bewegungsverhalten

**Persönliche
Faktoren**

**Soziale
Faktoren**

**Faktoren der
gebauten
Umgebung**



Fragestellung

Gibt es einen Zusammenhang zwischen den individuellen, sozialen und baulichen Faktoren und den Alltagsradeln?

Studie

Rad-freundliche Stadt

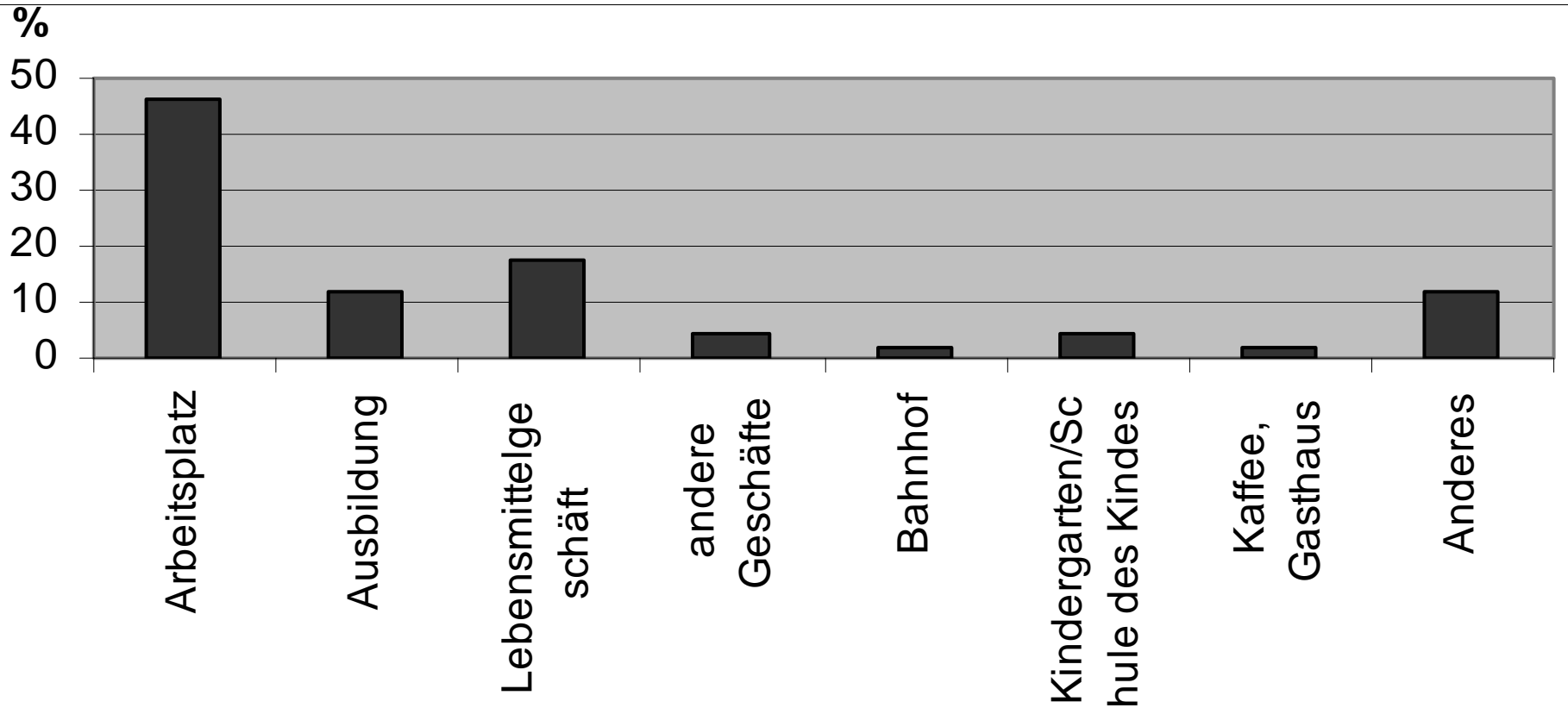
Studienteilnehmer/innen

- 1000 Bewohner/innen der Stadt Graz
- Repräsentative Stichprobe (Telefoninterview)
- Alter: 15 – 60 Jahre

Radfahrverhalten

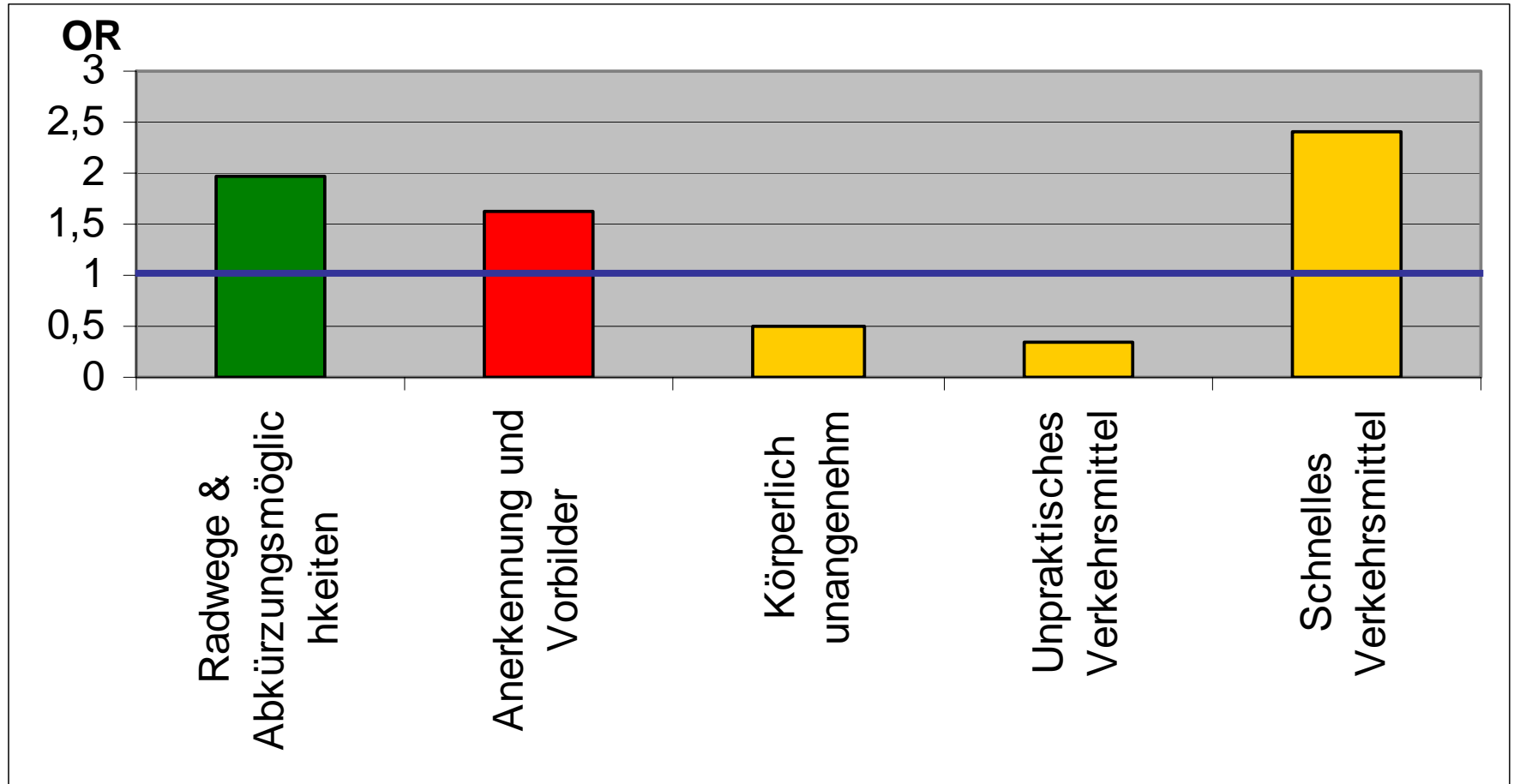
- Welchen Ort haben Sie während der letzten 7 Tage von zu Hause aus am häufigsten aufgesucht?
- Welches Verkehrsmittel haben Sie hierfür hauptsächlich verwendet?

Zielorte



Ergebnisse

Einflussfaktoren



Schlussfolgerungen (1)

- Förderung des Alltagsradelns:
Kombination von Maßnahmen auf der individuellen, sozialen und baulichen Ebene

Ursache - Wirkung

1. Wir benötigen Studien, in denen die selben Personen mehrmals befragt werden 2005, 2008, 2011
2. “Natürliche” Veränderungen nützen, um Wirkungen zu dokumentieren

Schlussfolgerungen (2)

Förderung des Alltagsradelns:

Zusammenarbeit gefragt

1. Raumplanung
2. Verkehrserxpertinnen/-experten
3. Schulen
4. Radgeschäfte
5. Institut für Sportwissenschaft, FGM

Schlussfolgerungen (3)

Die Förderung des Alltagsradelns ist eine Förderung der **Lebensqualität** in den Gemeinden und Städten

