

Sonja Forwad - VTI



Den gångvänliga staden – för hälsan och miljön, Konferens 9-11 maj 2006, Örebro

Livskvalitet: en definition

“En individs allmänna tillfredställelse med livet och en generell känsla av välbefinnande”

Livskvalitet

- Avsaknad av stress
- Kan bemästra sin situation
- Ett socialt nätverk
- Stöd
- Själv-förtroende
- Fysisk hälsa

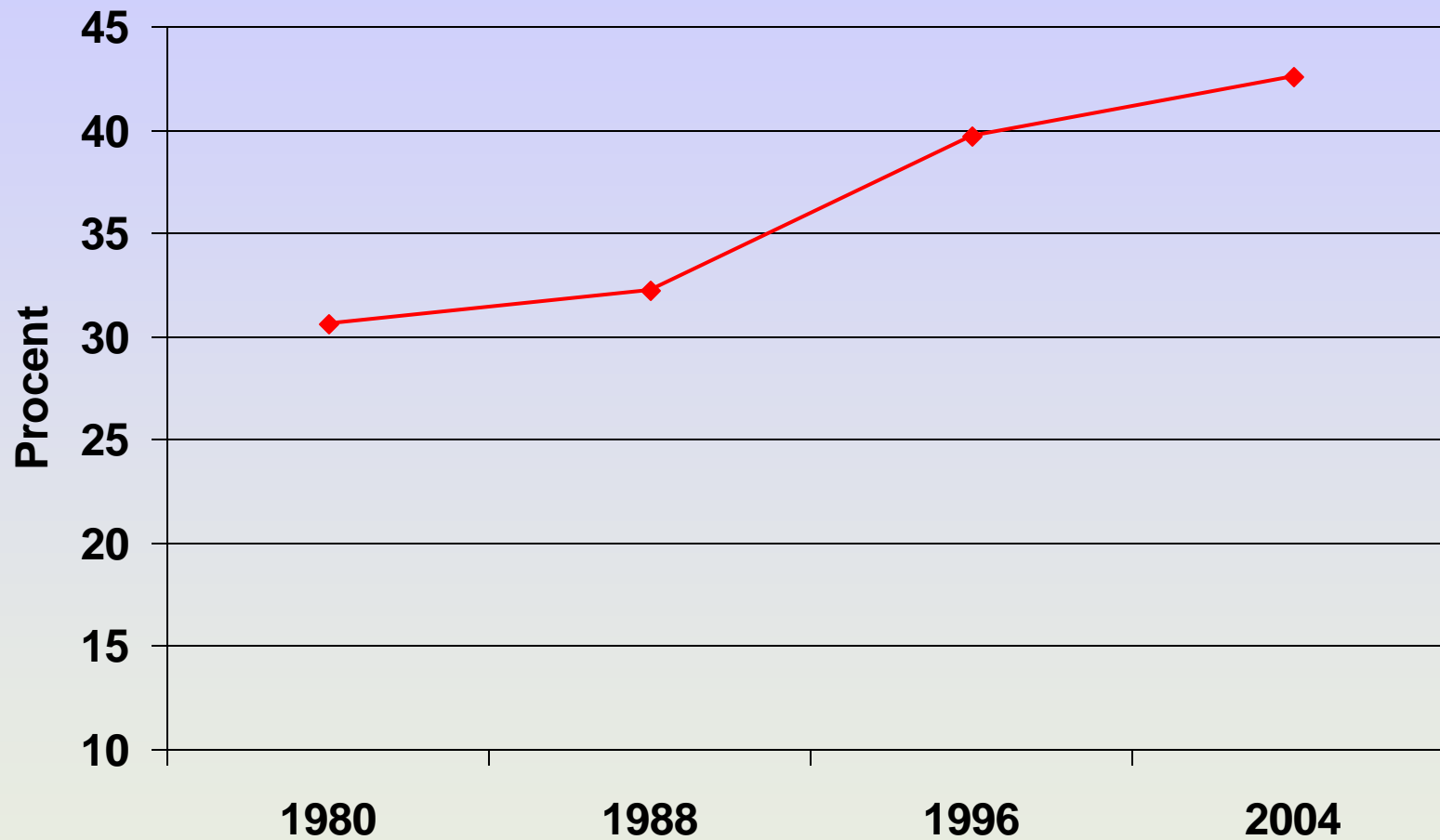
Tre olika dimensioner

- *Fysisk* – Hälsa
- *Psykisk* – Välbefinnande, tillfredställelse, frihet, upplevd kontroll
- *Social (privat)* – socialt nätverk, socialt stöd
- *Social (allmän)* – trygghet, säkerhet, bostadsstandard, ren luft, få brott, estetik, samhällsgemenskap, transporter, jämställdhet, rättvisa

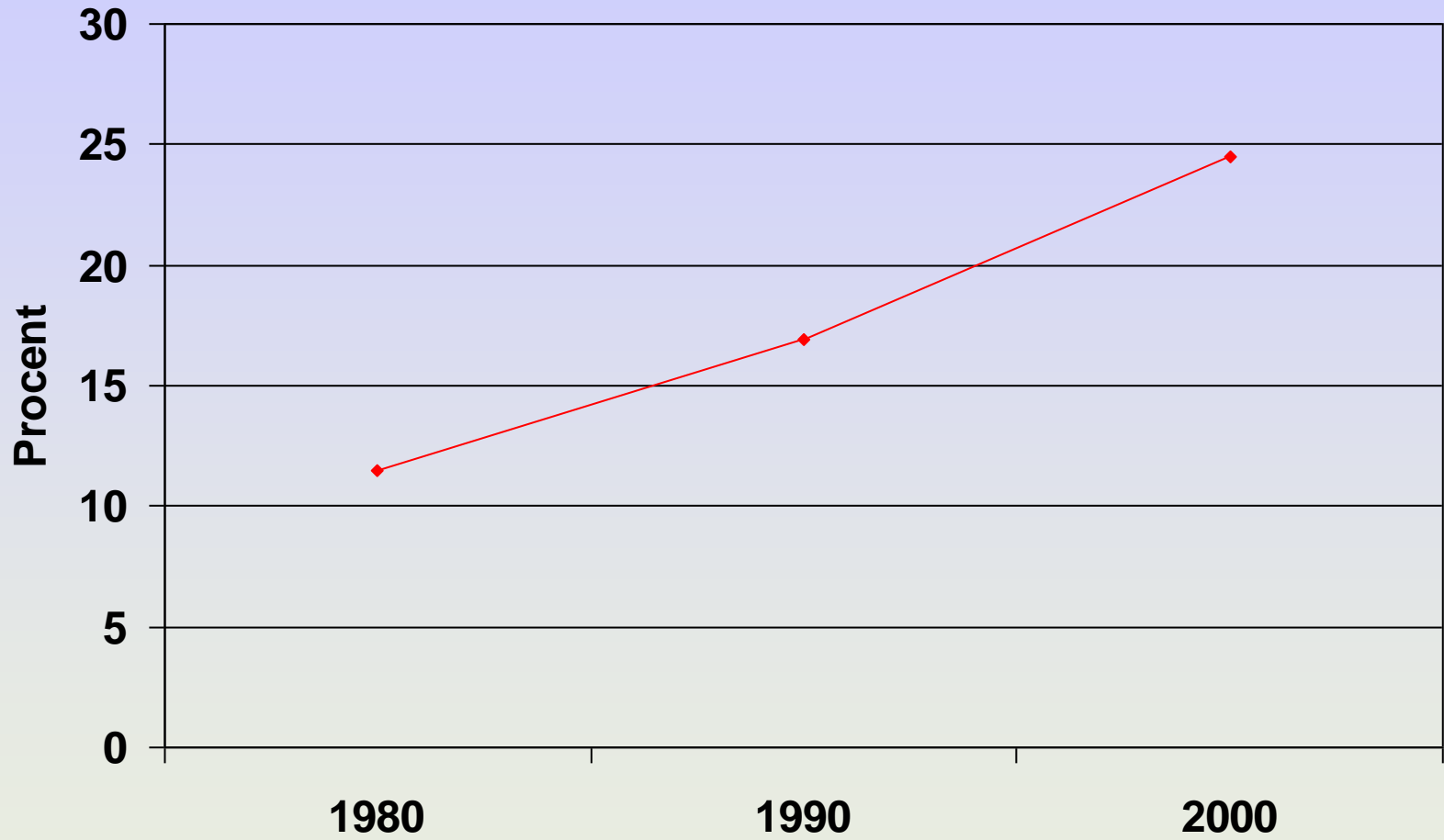
Hälsa

- Fysisk hälsa är kopplad till välbefinnande

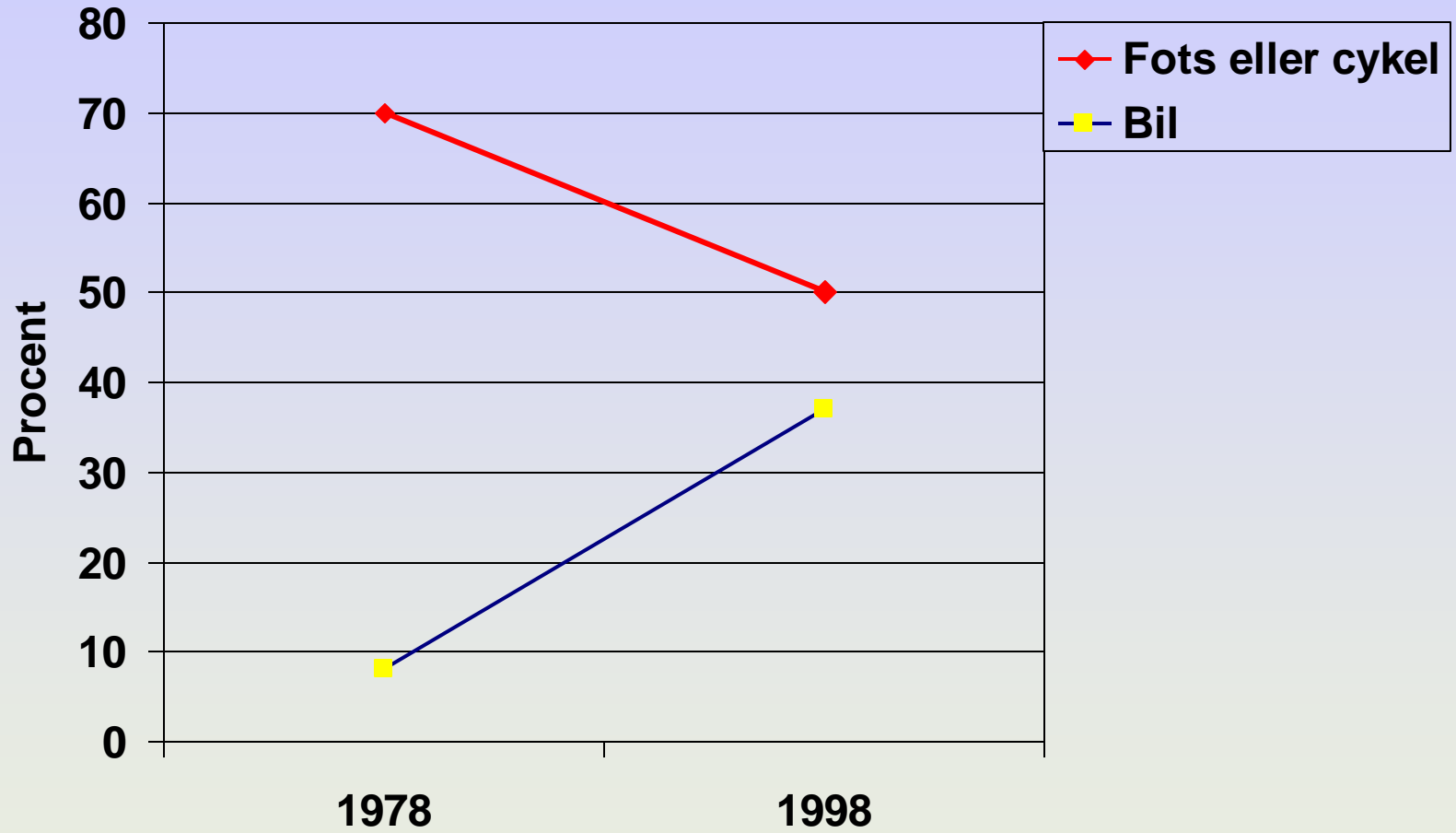
Andel överviktiga 16-84 år



Överviktiga barn 6-8 år



Vägen till skolan



Fysisk aktivitet

- 19 olika studier en meta-analys
- RESULTS: Tillgänglighet, möjlighet och estetiska faktorer påverkade fysisk aktivitet. Väder och trygghet hade inte lika stark effekt.
- Konklusion: den fysiska miljön påverkar fysisk aktivitet.

(American Journal of Preventive Medicine 2002)

Faktorer som påverkar individens vilja att gå

- Tillgänglighet
- Säkerhet och trygghet
- Estetiskt tilltalande miljö

Tillgänglighet

- Placera viktiga funktioner inom gångavstånd

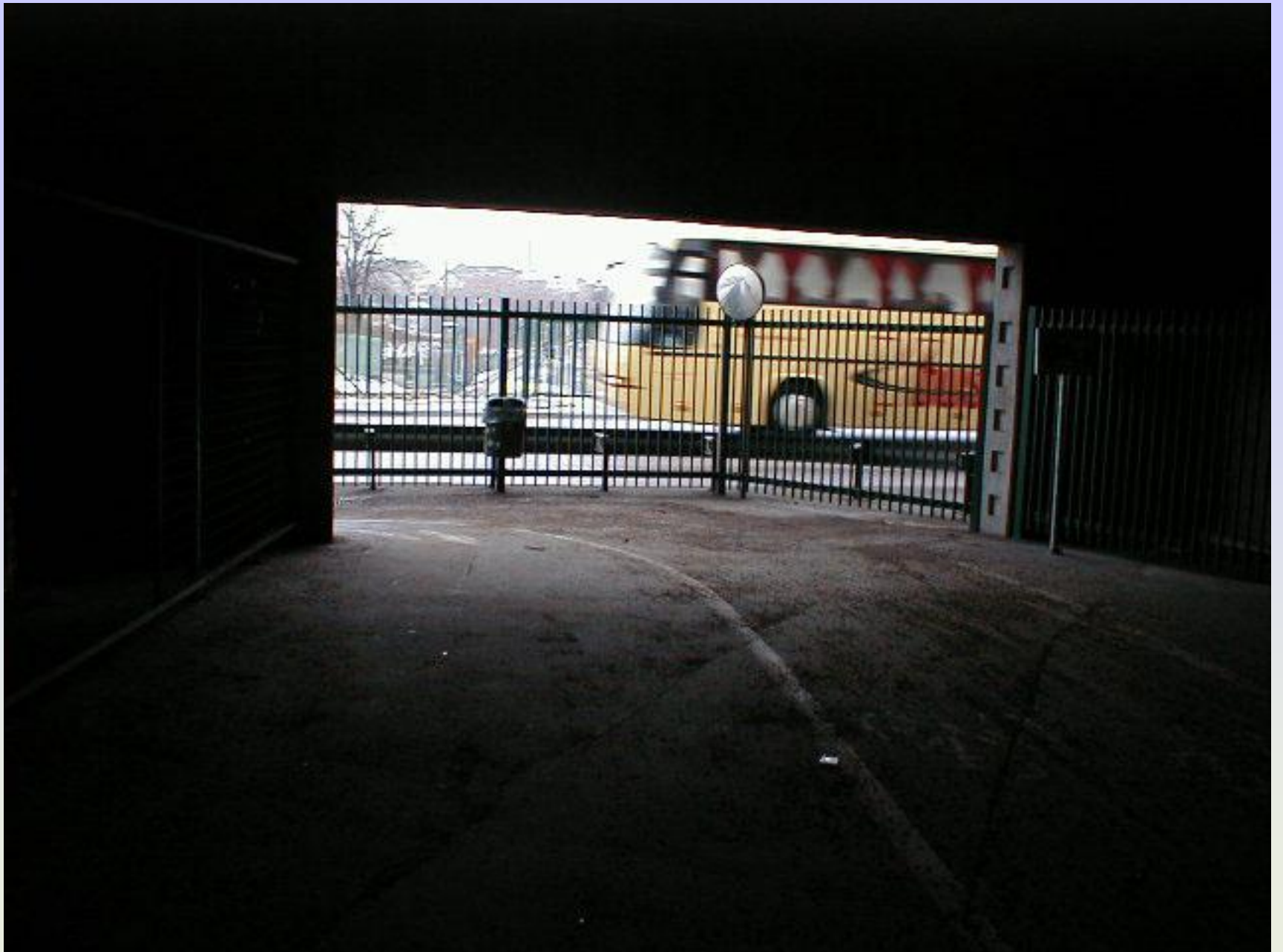
Tillgänglighet

- Planera utifrån principen den mest direkta sträckan



Tillgänglighet

- Reducera onödiga hinder och barriärer







Säkerhet

- Reducera hastigheten i områden med fotgängare

Säkerhet/trygghet

- Säker väg till skolor och fritidsanläggningar;
- God belysning.

Estetik

- Skapa ett attraktivt och kontinuerligt nätverk för fotgängare.

