1 / 23

FUSS VERKEHR

BLICKPUNKT

Das Miteinander und Wohlfühlen in Städten und Gemeinden fördern

Fussverkehr Schweiz setzt sich auf verschiedensten Ebenen dafür ein, dass sich die Menschen zu Fuss wohlfühlen. Ein Werkstattbericht mit aktuellen Projekten: Temporäre Umgestaltungen an je einer Strasse in Zürich und Bern sind erfolgreich verlaufen. Eine Studie zeigt zudem, dass auch viel befahrene Begegnungszonen für Fussgängerinnen und Fussgänger grundsätzlich attraktiv sein können. — *Seiten 2 bis 6*

Mit Interessiererten die Gemeinde oder das Quartier besser kennen und verstehen lernen. Nehmen Sie an einem Jane's Walk teil!
— *Seite 7*

Spazieren ist schön. Es trägt aber wenig zum Abnehmen bei – zumindest bei Männern nicht.
— *Seite 8*

Fussverkehr Schweiz
Mobilité piétonne Suisse
Mobilità pedonale Svizzera

Bessere Lebensqualität dank temporärer Umgestaltung

Wie können Anwohnende ihre Strasse den Bedürfnissen entsprechend besser nutzen? Fussverkehr Schweiz ging dieser Frage nach, indem im Sommer 2022 je eine Begegnungszone in Zürich und Bern mit Anwohnenden zusammen temporär mit Möbeln, Bemalung und Pflanzen umgestaltet wurde. Während dieser Zeit wurden deutlich mehr Aktivitäten und Interaktionen festgestellt. Mit einfachen und kostengünstigen Interventionen kann also ein Beitrag zu mehr Lebensqualität in den Wohnquartieren geleistet werden. — *Von Jenny Leuba*

Zürich Kyburgstrasse: Es wird multifunktional möbliert und dekoriert (Foto: Camille Decrey).

Begegnungszonen sind für das Quartierleben wichtig, dennoch findet heute auf ihnen nur wenig Aneignung statt. Um das Potenzial von Begegnungszonen auszutesten, wurde die Begegnungszone an der Kyburgstrasse in Zürich und am Benteliweg in Bern zusammen mit Anwohnenden im Sommer 2022 temporär umgestaltet. Ob der Partizipationsprozess und die Veränderung des Strassenraums zu mehr Bewegung, Begegnung und Belebung geführt haben, wurde von der Berner Fachhochschule evaluiert.

Das Projekt wird unterschiedlich wahrgenommen

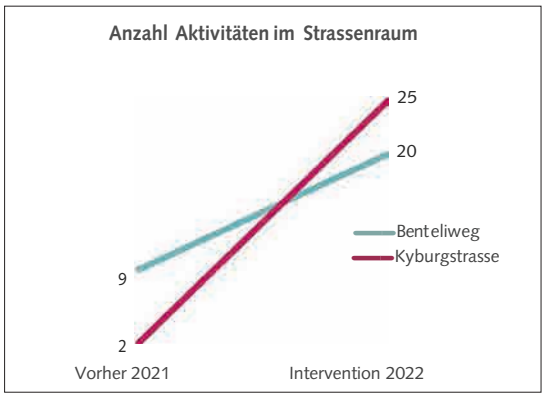
Die Resultate zeigen eine deutliche Steigerung der Aktivitäten wie Sitzen, Spielen, Reden oder Essen während der Interventionsphase. Diese Belebung des Strassenraums entspricht verschiedensten Stadtentwicklungszielen: Belebte Strassen animieren zum vermehrten Zufussgehen und Velofahren und tragen zum sozialen Zusammenhalt bei. Bewegungsmöglichkeiten vor der Haustür sind zudem wesentlich für die Gesundheit von Kindern und Erwachsenen.

Die Wahrnehmung und Einschätzung der Nachbarschaft zur temporären Umgestaltung wurden mittels einer Befragung erfasst. Diese zeigt auf, wie heterogen und divers Meinungen in einem Quartier ausfallen können. Es gab in beiden Strassen zahlreiche positive und enthusiastische Rückmeldungen, aber auch kritische und besorgte Stimmen zum Projekt. Speziell die Themen Verkehrssicherheit und Lärmbelästigung polarisieren. Die detaillierte Auswertung der Befragung wird Ende 2023 online einsehbar sein.

Deutliche Zunahme der Aktivitäten an der Kyburgstrasse in Zürich

Die Kyburgstrasse liegt in einem dicht bebauten Quartier nahe des Röschibachplatzes und des Bahnhofs Wipkingen. Die Möblierung trug dazu bei, dass sich die Zahl der Aktivitäten im Strassenraum an einem Mittwochnachmittag von durchschnittlich 2 auf 25 erhöhten. Obwohl im angrenzenden Park bereits viele Sitzgelegenheiten vorhanden sind, wurden besonders die Tische als zusätzliches Angebot in An-

Die Zahl der Aktivitäten hat während der Intervention in beiden Begegnungszonen deutlich zugenommen.



Die Anwohnenden helfen bei der provisorischen Gestaltung am Benteliweg aktiv mit (Foto: Camille Decrey).

spruch genommen, unter anderem zum Essen sowie für Brettspiele oder Sitzungen an der frischen Luft. Sie wurden von Jugendlichen, Erwachsenen und Senior:innen gleichermassen geschätzt. Aufgefallen ist die lange Aufenthaltsdauer. Dadurch entstanden mehr Gespräche im Strassenraum, was vorher kaum zu beobachten war. Die von parkierten Autos befreiten Flächen luden zu neuen Aktivitäten ein (z.B. «Trotti-Parcours») und der Verkehrsfluss veränderte sich ebenfalls: Der bereits geringe Anteil des motorisierten Verkehrs nahm weiter ab, die Zahl der Menschen zu Fuss oder mit dem Velo hingegen nahm wegen der attraktiveren Gestaltung des Strassenraums stark zu.

«Die von parkierten Autos befreiten Flächen luden zu neuen Aktivitäten ein»

Bern Benteliweg: Drüber, runter, kletternd und hüpfend – die Kinder nahmen die neuen Bewegungsangebote sofort in Anspruch (Foto: Camille Decrey).

Mehr Raum für Kinder am Benteliweg in Bern

Der Benteliweg in Bümpliz wird hauptsächlich von Anwohnenden frequentiert, wie z.B. von Schulkindern und Kindern der beiden Kindergärten und der naheliegenden Kita. Es erstaunt deshalb nicht besonders, dass die Präsenz von Kindern während des Versuchs am meisten zugenommen hat. Die Evaluation zeigt, dass sich die Zahl der an einem Mittwochnachmittag gezählten Aktivitäten von 9 auf 20 mehr als verdoppelt hat. Die auf dem Trottoir platzierten Möbel wurden von Kindern zum Klettern genutzt. Tätigkeiten, die vorher kaum zu beobachten waren, machten die Hälfte aller Aktivitäten aus und führten auch dazu, dass die Interaktionen im Strassenraum zunahmen.

Das Beispiel Benteliweg zeigt aber auch, dass die subjektiv empfundene Verkehrssicherheit in der Begegnungszone von vielen sowohl vor als auch während der Testphase als mangelhaft wahrgenommen wird. Dies auf Grund der Tatsache, dass der Benteliweg als Durchgangsstrasse für die naheliegenden Gewerbebetriebe genutzt wird. Der motorisierte Indivualverkehr ging während der Intervention zurück. Deutlich sichtbar war dies bei den schweren Fahrzeugen: 2019 wurden während einer Woche 194 Lastwagen gezählt, während der Intervention im Jahr 2022 waren es noch 54 (-72%). —

Projekt «Begegnen, Bewegen, Beleben in Quartieren von Bern und Zürich»

Die Städte Zürich und Bern sind Umsetzungspartner des Projektes, das von Fussverkehr Schweiz in Zusammenarbeit mit dem Dachverband für Offene Kinder- und Jugendarbeit DOJ durchgeführt wird. Das Pilotprojekt findet im Rahmen des Modellvorhabens «Nachhaltige Raumentwicklung 2020-2024» des Bundes statt. Der Schlussbericht soll Ende 2023 publiziert werden und Empfehlungen für die Gestaltung von bestehenden und neuen Begegnungszonen enthalten.

Projektinfos inklusive Video von den Umbauarbeiten: www.fussverkehr.ch/begegnen

Begegnungszonen: Kann die Koexistenz mit Bussen und dem übrigem Verkehr gelingen?

Nach 20 Jahren Erfahrung sind Begegnungszonen auf siedlungsorientierten Strassen kein grosses Thema mehr. Obwohl in Burgdorf, Grenchen und Biel die ersten Begegnungszonen in verkehrsreichen Geschäftsvierteln erfolgreich umgesetzt wurden, gibt es immer wieder Vorbehalte gegenüber solchen Begegnungszonenprojekten. Im Rahmen eines SVI-Forschungsauftrags hat Fussverkehr Schweiz in Zusammenarbeit mit einem interdisziplinären Team Empfehlungen für den Betrieb und die Gestaltung von Begegnungszonen in Geschäftszentren erarbeitet und abgeklärt, wie sich die Anforderungen des motorisierten Verkehrs mit anderen Bedürfnissen abstimmen lassen. — Von Jenny Leuba

Rotkreuz, Kreuzplatz (ZG): Begegnungszone mit hoher Verkehrsbelastung inkl. Busdurchquerung (Foto: Moeri Foto).

Wozu dienen Begegnungszonen in Zentren?

Das Begegnungszonenregime bietet viele Vorteile zur Aufwertung von urbanen Räumen:

- Querung des Raums zu Fuss in alle Richtungen
- Grosszügigere Flächen für den Fussverkehr und mehr Aufenthaltsmöglichkeiten (Bänke, Grünflächen, Auslagen von Geschäften)
- Neugestaltung von Strassen als öffentliche Räume mit hoher Lebensqualität
- Gewährleistung des Busbetriebs, der Zufahrt des motorisierten Verkehrs und des Anlieferverkehrs
- Moderates Geschwindigkeitsniveau des Fahrzeugverkehrs (20 km/h) bei gleichzeitigem Vortritt für den Fussverkehr

Zahlreiche Gründe sprechen dafür, Geschäftszentren in Begegnungszonen umzuwandeln. Allerdings sind diese Gebiete stärker verkehrsbelastet als die Wohnquartiere, und teilweise muss der Busbetrieb aufrechterhalten werden. Diese Koexistenz bringt einige Herausforderungen mit sich. Am häufigsten werden folgende Bedenken vorgebracht:

- Die Sorge, rechtzeitig bremsen zu können, da Menschen zu Fuss überall Vortritt haben
- Negative Auswirkungen auf den Busbetrieb
- Verkehrsstaus
- Eingeschränkte Parkiermöglichkeiten und Erreichbarkeit von Geschäften für den Autoverkehr

Das Begegnungszonenregime ist in der Signalisationsverordnung (SSV) geregelt, jedoch normalerweise nicht auf Hauptverkehrstrassen vorgesehen. Allerdings wird diese Norm unterschiedlich ausgelegt. Die SVI-Studie «Begegnungszonen in Geschäftsbereichen» untersucht daher die Praxis in den Kantonen Basel-Stadt, Bern, Freiburg, Genf, Zürich und Zug und eva-

luiert mit Feldstudien vor Ort sechs verkehrsbelastete Begegnungszonen in Geschäftsbereichen, in denen teilweise zusätzlich Busverkehr abgewickelt wird. Die vom Ingenieurbüro Christe & Gygax, der HEIG-VD und Fussverkehr Schweiz zusammengetragenen Ergebnisse belegen, dass der Betrieb von Begegnungszonen selbst bei einem Verkehrsaufkommen von 10'000 Fahrzeugen pro Tag oder bei Busdurchfahrten funktionieren kann.

Empfehlungen für die Sicherheit und den Busverkehr

Begegnungszonen wirken sich positiv auf die Sicherheit, die Bewegungsfreiheit zu Fuss und die Aufenthaltsqualität aus (Austausch, Atmosphäre, Erholung). Aus den für alle Verkehrsmittel durchgeführten Zählungen ergab sich in den sechs untersuchten Fällen, dass der Modalsplit – also das proportionale Verhältnis zwischen den Verkehrsteilnehmenden, die motorisiert und nicht motorisiert unterwegs sind – kaum Einfluss auf die Sicherheit und die Koexistenz hat. Selbst in den verkehrsreichsten Zonen (Rotkreuz, Yverdon-les-Bains oder Biel) wurde kein besonderes Verkehrssicherheitsrisiko festgestellt. Es konnten jedoch einige sicherheitsrelevante Aspekte herauskristallisiert werden, die zu einer Optimierung von Betrieb und Gestaltung beitragen können.

Für Begegnungszonen mit Busverkehr kam die Studie zu folgenden Empfehlungen:

- Verzicht auf Verkehrsberuhigungselemente, die schwierige Busmanöver erfordern
- Gewährleistung der Sichtbarkeit (vor allem im Zusammenhang mit parkierten Fahrzeugen)
- Besondere Vorsicht bei der Platzierung von öffentlichem Mobiliar und Parkplätzen in der Nähe von Fusswegeinmündungen und Kreuzungen
- Präsenz des öffentlichen Verkehrs hervorheben (Belagsdifferenzierung zwischen Fahr- und Gehbereichen, Orientierungslinien, Poller usw.)
- Parkplätze für Autos, Velos und Anlieferung so anordnen, dass ein- oder ausparkende Fahrzeuge den Busbetrieb nicht behindern.

Fokus auf Lebensqualität richten

Eine Begegnungszone soll in erster Linie einen urbanen, einladenden und sozialen Charakter aufweisen. Motorfahrzeuge dürfen auf diesen Strassen zirkulieren, haben aber keinen Vortritt. Der motorisierte Verkehr verursacht jedoch Lärm und bewirkt eine Trennwirkung. Aus diesen Aspekten lassen sich mehrere Empfehlungen ableiten, um Begegnungszonen an zentralen Stellen tatsächlich als Orte der Begegnung für die verschiedenen Nutzerinnen und Nutzer zu gestalten:

- Genügend Platz für die Menschen zu Fuss bereitstellen – unter Berücksichtigung Ihrer Wunschlinien
- Sicherstellen von attraktiven Erdgeschossnutzungen beidseits der Strasse
- Gestaltung von qualitativ hochwertigen öffentlichen Räumen abseits der Fahrbahnbereiche

Burgdorf, Bahnhofquartier (BE): Die älteste Begegnungszone der Schweiz funktioniert nach wie vor gut.

Yverdon, Bahnhofsplatz (VD): Während den Spitzenzeiten herrscht ein intensives Nebeneinander von Zufussgehenden und Busverkehr.

- Berücksichtigung der Bedürfnisse und Fähigkeiten sensibler Nutzergruppen (Kinder, Menschen mit altersbedingten, sensorischen oder psychischen Mobilitätseinschränkungen)

In Geschäftsbereichen mit Anbindung des motorisierten Verkehrs empfiehlt sich die Umsetzung von verkehrsberuhigenden Massnahmen. Gerade in solchen Situationen bieten Begegnungszonen ein Potenzial zur attraktiveren Gestaltung des öffentlichen Raums bei weiterhin hohem Verkehrsaufkommen einschliesslich Busverkehr. Die in der Studie aufgeführten Empfehlungen für Betrieb und Gestaltung von Begegnungszonen geben Hinweise, wie verschiedenste Massnahmen umgesetzt und miteinander kombiniert werden können. Das Begegnungszonenregime hat das verkehrsplanerische Instrumentarium für die Aufwertung von Geschäftsbereichen erweitert. Richtig eingesetzt, rollt es der Kundschaft der Geschäfte und Dienstleistungsbetriebe den «roten Teppich» aus. —

WEITERE INFOS:

Christe & Gygax Ingénieurs Conseils SA, HEIG-VD, Fussverkehr Schweiz (2022): Begegnungszonen in Geschäftsbereichen, SVI-Forschungsprojekt 2019/001.

Die Website www.begegnungszonen.ch enthält:

- die wichtigsten Ergebnisse dieses Projekts
- Fallbeispiele für Begegnungszonen in verschiedenen Kontexten
- Tipps für Beantragung einer Begegnungszone im eigenen Quartier

Jane's Walk: Entdecken Sie Ihr Wohnquartier zu Fuss!

Spaziergänge eignen sich, um die Städte und Gemeinden besser kennenzulernen und das Quartierleben zu verstehen. Genau um dieses einfache Konzept geht es bei den Jane's Walks, die zu Ehren der bekannten Aktivistin Jane Jacobs durchgeführt werden. Fussverkehr Schweiz koordiniert die inzwischen dritte Ausgabe Anfang Mai 2023. — Von Flore Maret

Es handelt sich bei Jane's Walk um einen von Freiwilligen geleiteten offenen Quartierspaziergang, zu dem alle herzlich eingeladen sind – es ist also keine professionelle Sightseeingtour oder etwas in der Art. Er soll die Menschen dazu animieren, sich unterwegs auszutauschen, die Geselligkeit zu pflegen, neue Kontakte zu knüpfen und die Stadt auf eine neue Art und Weise zu entdecken.

Jane Jacobs: Ein anderer Blick auf die Stadt

Zu Ehren von Jane Jacobs' Geburtstag (4. Mai) finden die Jane's Walks weltweit in hunderten von Städten immer am ersten Mai-Wochenende des Jahres statt. Jacobs ging es darum, dass sich die Bewohnerinnen und Bewohner aktiv für die Lebensqualität in den Städten einsetzen. Sie stellte die Beobachtung des Alltags in den Vordergrund, die sie in ihrem berühmten Buch «Death and Life of Great American Cities» (1961) festgehalten hat. Ihre Erkenntnisse sind heute noch aktuell.

Lausanne aus einem anderen Blickwinkel: In einem Quartier wird spannende Streetart betrachtet (Foto: Annabelle Zermatten).

Die Teilnehmenden entdecken einen wunderschönen Garten in einem Hinterhof in der Burgdorfer Altstadt (Foto: Camille Decrey).

Die ersten beiden Ausgaben waren ein Erfolg

2021 organisierten Freiwillige zusammen mit Fussverkehr Schweiz das erste «Festival» von Jane's Walk in der Westschweiz. Rund fünfzig Personen nahmen trotz Regen gut gelaunt an Spaziergängen in Malley, Morges, La Chaux-de-Fonds und Sion teil.

Nach dieser Pilotveranstaltung wurde das Experiment im Jahr 2022 wiederholt. Insgesamt waren rund 200 Personen an 15 Spaziergängen dabei, die diesmal in Städten in der ganzen Schweiz durchgeführt wurden. Anwohnerinnen und Anwohner erzählten von ihren Erinnerungen und Erlebnissen. Es bestand die Möglichkeit, Fragen zu stellen und den anderen die eigenen Beobachtungen mitzuteilen. Ein Bewohner des Quartiers Lorraine in Burgdorf schilderte seine Eindrücke folgendermassen: «Das Gyrischachenquartier wird ein bisschen als Slum von Burgdorf wahrgenommen. In Tat und Wahrheit sieht das, meiner Meinung nach, eher positiv aus.» Die Spaziergänge können also auch dazu beitragen, Vorurteile abzubauen. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren von der Diversität der besuchten Orte und den vielfältigen Eindrücken beeindruckt – man kann den Anlass also als Erfolg bezeichnen, auch die nationalen Medien berichteten positiv darüber.

Wie wäre es, wenn auch Sie an einem Jane's Walk in Ihrem Wohnquartier teilnehmen würden? Nun kommt die dritte Ausgabe von Jane's Walk: Der Aufruf zur Teilnahme an den Spaziergängen wird schweizweit lanciert. Wenn Sie Lust haben, Ihre persönlichen Erlebnisse, Geschichten und Anekdoten aus Ihrer Umgebung mit Ihren Nachbarinnen und Nachbarn zu teilen oder eine Stadt zu entdecken, die Sie noch nicht kennen, dann zögern Sie nicht, sich anzumelden! —

Mehr Informationen und Anmeldeformular für einen Jane's Walk auch in ihrer Region:

www.janeswalk.ch

Foto: © Michael Isler

Fachtagung 2023

Probieren geht über Studieren

Mit temporären Gestaltungen den Fussverkehr fördern

Mittwoch, 28. Juni 2023
Bern, PROGR Zentrum für Kulturproduktion

Schweizweit haben in den letzten Jahren temporäre Gestaltungen im öffentlichen Strassenraum, die das Gehen und den Aufenthalt der Menschen zu Fuss fördern, an Bedeutung gewonnen. Sie bieten die Möglichkeit, im urbanen Raum zu experimentieren, sich diesen anzueignen und ihn weiterzuentwickeln. Voraussetzung dafür sind partizipative Prozesse, mit denen gezielt auf die Bedürfnisse der Bevölkerung eingegangen wird.

An der Tagung erfahren Fachleute und Interessierte Näheres über spannende Interventionen im öffentlichen Raum und die damit verbundenen Prozesse, Erfahrungen und Herausforderungen. Referate, Workshops und Walkshops ermöglichen es, sich dem Thema aus verschiedenen Richtungen anzunähern.

Weitere Infos und Anmeldung unter: www.fussverkehr.ch/tagung

Generalversammlung 2023

GV Fussverkehr Schweiz 2023

im Anschluss an die Fachtagung 2023 von Fussverkehr Schweiz

Mittwoch, 28. Juni 2022, ab 17.30 Uhr
Bern, PROGR Zentrum für Kulturproduktion

Traktanden

1. Wahl der Stimmenzähler/innen
2. Protokoll Generalversammlung 2022
3. Jahresbericht 2022 (mit Ausblick 2023)
4. Jahresrechnung 2022 und Revisionsbericht
5. Entlastung des Vorstandes
6. Wahlen
7. Finanzrahmen 2023–2024
8. Diverses

Jahresbericht und -rechnung können auf der Geschäftsstelle in Papierversion bestellt werden.
Online-Ansicht: www.fussverkehr.ch/uber-uns

Einsprache Fussverkehr Schweiz

Stadt Zürich: Rässlerweg bleibt ein Fussweg

Der Rässlerweg ist eine schmale Wegverbindung in Zürich Nord mit einer Breite von 1.60 m bis 2.00 m. Im Kommunalen Verkehrsplan der Stadt Zürich ist er als «Fussverbindung mit erhöhter Aufenthaltsqualität» eingetragen, nicht jedoch als Veloverbindung. Nachdem die Stadt Zürich publizierte, dass das Velofahren auf dem Rässlerweg zukünftig gestattet werden solle, rekurrierte Fussverkehr Schweiz dagegen. Aufgrund dieses Rekurses hat die Stadt Zürich die Situation neu beurteilt und verzichtet auf die Velozulassung. Dieser Entscheid bestätigt die Aktivitäten unseres Verbandes, der sich konsequent für attraktive, sichere, durchgehende und hindernisfreie Fusswegnetze einsetzt.

Dank des Einsatzes von Fussverkehr Schweiz bleibt der Rässlerweg den Zufussgehenden vorbehalten.

Neuigkeiten aus der Geschäftsstelle

walkable: App und Plattform für Schwachstellen im Fussverkehr

Eine Arbeitsgemeinschaft, bestehend aus dem Verein «moveable» und Fussverkehr Schweiz, wird im Herbst 2023 mit «walkable» eine neue App und Plattform lancieren. Auf der interaktiven Meldeplattform können schweizweit Schwachstellen und/oder gute Beispiele in der Fussverkehrsinfrastruktur gemeldet werden. «walkable» soll den Städten, Regionen und Kantonen Rückschlüsse geben, wo die Bevölkerung Handlungsbedarf für Verbesserungen sieht. Nähere Infos ab Herbst 2023: www.walkable.ch.

Neues aus den Regionen

Fussverkehr Kanton Bern wird 10 Jahre alt

Nachdem sich engagierte Bernerinnen und Berner jahrelang als Regionalgruppe für gute Bedingungen für das Zufussgehen eingesetzt hatten, gelang im Jahr 2013 die Gründung der eigenständigen Sektion «Fussverkehr Kanton Bern». Die Sektion ist ähnlich wie der Verband Fussverkehr Schweiz rechtlich als Verein mit Statuten, Vorstand und eigener Rechnungsführung organisiert. Erwünschter Nebeneffekt des 10-jährigen Jubiläums ist, dass die Sektion gemäss den Bestimmungen im Kanton Bern eine eigene Einspracheberechtigung erlangt. Ab sofort wird die Sektion nicht mehr auf eine Vollmacht von Fussverkehr Schweiz angewiesen sein, wenn sie sich zu einer Einsprache entschliesst.

Profitieren Männer nicht vom Spazieren?

Als überzeugter Fussgänger, der sich auch institutionell für das Gehen einsetzt, ist für mich der Fall klar. Gemütliches Spazieren ist durch nichts zu toppen, auch nicht durch das Velofahren. Eine Studie* hat meine offenbar naive Einstellung gegenüber dem Spazieren ins Wanken gebracht. Der überraschende Befund: Frauen profitieren in Bezug auf Körpergewicht und Konstitution vom Spazierengehen – Männer nicht. Beim Velofahren wurde hingegen bei beiden Geschlechtern ein positiver Effekt festgestellt.

Profitiere ich vom Spazieren? Ich finde schon.

In Zahlen sieht das so aus: Bei den Frauen waren Spaziergänge von mehr als 2,5 Stunden pro Woche mit einem niedrigeren Gewicht (-1.8 kg), Taillenumfang (-1.7 cm) und Körperfettanteil (-1.1 %) verbunden, die Männer profitierten davon aber nicht. Wer mehr als 1,5 Stunden in der Woche Velo fuhr, wies ein niedrigeres Körpergewicht auf (Männer: -4.3 kg / Frauen: -1.4 kg), sowie einen reduzierten Taillenumfang (Männer: -4.4 cm / Frauen: -1.2 cm) und einen geminderten Körperfettgehalt (Männer: -2.5% / Frauen: -1.9%).

Die Wissenschaft hat noch keine Erklärung für diesen Gendergap und ich bin ebenfalls verunsichert. Einmal pro Woche praktiziere ich einen «Walk to Work» und lege dabei in 3 Stunden rund 16 km zurück. Sollen all diese Mühen für die Katz gewesen sein? Nehme ich gerade deswegen zu, weil ich zu viel zu Fuss gehe? Nach genauerem Überlegen habe ich mich wieder beruhigt. Es bringt nichts, wenn ich den Arbeitsweg zu Fuss durch ein «bike to work» ersetze. Denn an den anderen Werktagen fahre ich sowieso schon mit dem Velo zur Arbeit und erreiche die gemäss Studie notwendigen 2.5 Stunden Radeln pro Woche, die mir ein niedrigeres Körpergewicht von 4.3 kg garantieren. Und überhaupt: Es zählen noch andere Werte als Gewicht und Fitness. Beim Gehen und Spazieren entspanne ich und geniesse die Zeit. *— Pascal Regli*

* ACTI-Cités Project (2018): Differential Associations of Walking and Cycling with Body Weight, Body Fat and Fat Distribution, https://doi.org/10.1159/000488532. Ein deutscher Online-Artikel findet sich auf www.fitforfun.de : Abnehmen – Was ist besser, Fahrrad fahren oder spazieren gehen?

IMPRESSUM

«Fussverkehr» ist das Publikationsorgan von Fussverkehr Schweiz, ehemals Arbeitsgemeinschaft Recht für Fussgänger ARF. «Fussverkehr» erscheint 3x jährlich und ist im Mitgliederbeitrag inbegriffen.

Fussverkehr Schweiz
Klosbachstr. 48, 8032 Zürich
Tel. 043 488 40 30, Fax 043 488 40 39
www.fussverkehr.ch; info@fussverkehr.ch

Redaktion und Layout: Pascal Regli
Gestaltung: wbf.n, Baden/Würenlingen
Titelfoto: Camille Decrey
Undeklarierte Fotos: Fussverkehr Schweiz
Druck: Lenggenhager Druck, Zürich
Gedruckt auf 100 % Recyclingpapier

Team
Dominik Bucheli (bd), Luci Klecak (lk), Jenny Leuba (JL), Pascal Regli (PR), Flore Maret (FM), Justine Anken (JA,), Jonas Baud (JB), Jordi Riegg (JR)

SOCIAL NETWORK

Facebook: www.facebook.com/mobilite.pietonne
Twitter: www.twitter.com/@fussverkehr
Instagram: www.instagram.com/@fussverkehr
Linkedin: linkedin.com/company/fussverkehr-schweiz/

REGIONALGRUPPEN

Fussverkehr Kanton Aargau
5000 Aarau, aargau@fussverkehr.ch

Fussverkehr Region Basel
basel@fussverkehr.ch

Fussverkehr Kanton Bern
3000 Bern, bern@fussverkehr.ch

Mobilité piétonne Fribourg
fribourg@mobilitepietonne.ch

Mobilité piétonne Genève
geneve@mobilitepietonne.ch

Fussverkehr Region Luzern
6000 Luzern, luzern@fussverkehr.ch

Mobilité piétonne Neuchâtel
neuchatel@mobilitepietonne.ch

Fussverkehr St.Gallen-Appenzell
9000 St.Gallen, st.gallen@fussverkehr.ch

Mobilité piétonne Canton de Vaud
vaud@mobilitepietonne.ch

Fussverkehr Kanton Wallis
wallis@fussverkehr.ch

Fussverkehr Winterthur
winterthur@fussverkehr.ch

Fussgängerverein Zürich
www.fussgaengerverein.ch

AGENDA

25. April 2023, 18.00 – 19.00 Uhr
Abenteuer Schulweg – So wird dieser zur sicheren und positiven Erfahrung für Ihr Kind
Webinar vom Beobachter und Fussverkehr Schweiz
www.fussverkehr.ch/aktuell/de

5. – 7. Mai 2023
Jane's Walk – Schweiz
Spaziergänge organisieren oder mitspazieren
www.janeswalk.ch

28. Juni 2023
Fachtagung Fussverkehr Schweiz
«Probieren geht über Studieren – Provisorische Gestaltungen für Menschen zu Fuss»
Bern, PROGR, www.fussverkehr.ch/tagung

28. Juni 2023, ab 18.00 Uhr
Generalversammlung Fussverkehr Schweiz
Bern, PROGR, www.fussverkehr.ch/gv

29. September 2023
Journée Rue de l'Avenir: Marchabilité
Neuchâtel, www.rue-avenir.ch/journees

11. / 12. Oktober 2023
Österreichische Fachkonferenz für Fussgänger:innen
Gut zu Fuss in mittelgrossen Städten und Gemeinden
Weiz, Steiermark (A), www.walk-space.at

Fussverkehr Schweiz