

raumentwicklung  
du développement territorial  
sviluppo territoriale

Informationsheft  
Bulletin d'information  
Bollettino d'informazione

## Raum und Gesundheit

→ Wohlbefinden durch gute Planung

## Santé et territoire

→ Concilier aménagement et qualité de vie

## Territorio e salute

→ Pianificazione fonte di benessere



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Bundesamt für Raumentwicklung ARE  
Office fédéral du développement territorial ARE  
Ufficio federale dello sviluppo territoriale ARE  
Uffizi federal da svilup dal territori ARE

## SAGEN SIE UNS IHRE MEINUNG

Was gefällt Ihnen am Forum Raumentwicklung?  
Was nicht? Was vermissen Sie? Wir planen  
die Zukunft unserer Zeitschrift und würden gerne  
wissen, was unsere Leserinnen und Leser denken.  
Schenken Sie uns drei Minuten Ihrer Zeit für eine  
kurze Umfrage? Wir würden uns sehr freuen.

Mit dem Link unten oder dem QR-Code gelangen  
sie schnell auf unsere Online-Umfrage.

Wir bedanken uns herzlich

*Das Redaktionsteam*



## VOTRE AVIS NOUS INTÉRESSE

Qu'appréciez-vous dans cette revue ? Qu'est-ce  
qui vous dérange ? Y manque-t-il quelque chose ?

Nous sommes en train de concevoir une nouvelle  
mouture de notre publication et souhaiterions  
avoir l'avis de nos lectrices et lecteurs. Auriez-vous  
l'amabilité de consacrer trois minutes de votre  
temps pour répondre à une brève enquête ?

Nous vous en serions très reconnaissants.  
Vous pouvez accéder au questionnaire en cliquant  
sur le lien ci-dessous ou à l'aide du code QR.

Nous vous remercions d'avance  
pour vos réponses

*L'équipe de rédaction*



# Umfrage Enquête Sondaggio

## LA VOSTRA OPINIONE CONTA

Che cosa vi piace di Forum sviluppo territoriale?  
Che cosa invece non vi piace? Cosa manca secondo  
voi? Stiamo pianificando il futuro del nostro bollettino  
d'informazione e vorremmo avere il parere delle  
nostre lettrici e dei nostri lettori. Ci farebbe molto  
piacere che dedicaste tre minuti del vostro tempo  
a un breve sondaggio.

Per accedere al questionario online, cliccate sul  
link qui sotto o utilizzate il codice QR.

Vi ringraziamo sentitamente

*La redazione*



deutsch → <https://de.surveymonkey.com/r/BMK57G9>

français → <https://de.surveymonkey.com/r/8LLLLHV>

italiano → <https://de.surveymonkey.com/r/8L7KRTH>

## INHALT

EDITORIAL	3
LEITARTIKEL <b>Die Raumplanung ist eine Quelle für unsere Gesundheit</b>	4
INFOGRAFIK <b>Viele Faktoren beeinflussen unsere Gesundheit</b>	9
ZU GAST « <b>Der Aussenraum ist für die physische und psychische Gesundheit zentral.</b> » Gespräch mit Sabina Ruff	10
WISSENSCHAFT <b>Gesundheit und Städtebau: eine Ideengeschichte</b>	16
FORSCHUNG <b>Mobilität beeinflusst die Gesundheit – meist jene unserer Mitmenschen</b>	20
FORSCHUNG <b>Der Wald als Mittel gegen Stress</b>	22
PRAXIS <b>Gemeinschaftswerk «GartenPark Hohrainli» – eine qualitätsvolle Verdichtung</b>	24
PRAXIS <b>Bis ins hohe Alter im Dorf wohnen bleiben</b>	26
PRAXIS <b>Genf setzt auf Mikrooasen zur Abkühlung</b>	28
REGIONEN <b>Gemeinsam planen</b>	30
AUSLAND <b>Von der «Stadt der Viertelstunde» zum «Paris de la proximité»</b>	31
REPORTAGE <b>Ein neuer Versuchsballon für den Pays-d'Enhaut</b>	34
KOLUMNE <b>Gesundheit bauen</b>	40

## SOMMAIRE

ÉDITORIAL	43
GRAND ANGLE <b>L'aménagement du territoire comme gage de santé</b>	44
INFOGRAPHIE <b>De nombreux éléments influencent notre santé</b>	49
INVITÉE « <b>Les espaces extérieurs sont importants pour notre santé physique et psychique</b> » Entretien avec Sabina Ruff	50
RÉGIONS <b>Planifier ensemble</b>	57
PRAXIS <b>Des micro-oasis pour se rafraîchir en ville</b>	58
ÉTRANGER <b>De la Ville du quart d'heure au Paris de la proximité</b>	60
REPORTAGE <b>Un ballon d'essai au pays des montgolfières</b>	64
POINT DE VUE <b>L'architecture au service de la santé</b>	70

## SOMMARIO

EDITORIALE	73
ARTICOLO DI FONDO <b>La pianificazione del territorio come fonte di salute</b>	74
INFOGRAFICA <b>La nostra salute è influenzata da molti fattori</b>	79
OSPITE « <b>Gli spazi esterni sono fondamentali per la nostra salute fisica e psichica.</b> » Intervista a Sabina Ruff	80
REPORTAGE <b>Un nuovo esperimento per il Pays-d'Enhaut</b>	86
RUBRICA <b>Costruire sano</b>	92

IMPRESSUM	95
-----------	----

## «In den Fokus der Planung gehören die Menschen.»

---



**Maria Lezzi**  
Direktorin ARE  
maria.lezzi@are.admin.ch

Fussballspielen im Freien: Vor drei Jahren war dies alltäglich. Ob unter der Woche am Abend oder am Wochenende, ob im Stadion oder auf dem Schulhof – die Jagd nach dem runden Leder gehörte zu unserem Alltag.

Ganz anders verhielt es sich in der jüngsten Vergangenheit. Die Corona-Pandemie schränkte uns stark in unseren Bewegungs- und Kontaktmöglichkeiten ein. Selbst Fussballspiele wurden abgesagt. Oder wenn sie stattfinden konnten, dann nur ohne anwesendes Publikum. Aus den USA erreichten uns Bilder von Parks mit markierten Kreisen auf dem Rasen, in denen die Menschen isoliert an der frischen Luft sassen. Und in Italien gab es wochenlange Ausgangssperren – wie in China zum Teil noch heute. All dies geschah der Gesundheit zuliebe.

Das Thema «Gesundheit und Raumnutzung» drängte so energisch ins Zentrum unseres Lebens, wie wir es uns nie hätten träumen lassen. Für das ARE war das der Auslöser, sich mit verschiedenen Fragen näher zu befassen: Was unternehmen wir, damit wir in unseren Städten, Dörfern und Quartieren nicht nur sicher, sondern auch gesund leben können und uns wohlfühlen? Wie planen wir solche lebenswerten Orte? Welche Gesundheitseinrichtungen brauchen wir in unserer Region und in unserem Land? Und wie können wir durch eine kluge Raum- und Verkehrsentwicklung die angestrebten gesunden Lebensweisen fördern?

Der Klimawandel und die veränderte Demografie zwingen uns, die Schnittstelle von Raumnutzung, Raumplanung und Gesundheit zu vertiefen. Die Pandemie wirkte dabei als Scheinwerfer, indem sie einerseits die Schwächen des heutigen Systems deutlich sichtbar machte. Andererseits hat sie uns gezeigt, dass gute Nachbarschaften und soziale Kontakte ebenfalls Schlüsselfaktoren für unsere Gesundheit, unsere Lebensfreude und unser Glück sind. Eine gesunde Gemeinde oder Region braucht nicht nur «Hardware» und «Brainware» im Sinn einer vorsorgenden Planung, sondern mindestens ebenso viel «Heartware». Das vorliegende Forum Raumentwicklung regt deshalb dazu an, die Menschen und nicht den Raum in den Fokus der Planung zu stellen.

---

## Die Raumplanung ist eine Quelle für unsere Gesundheit

**Caroline Beglinger**

caroline.beglingerfederova@are.admin.ch

**Camille Beziane**

camille.beziane@are.admin.ch

**Gisèle Jungo**

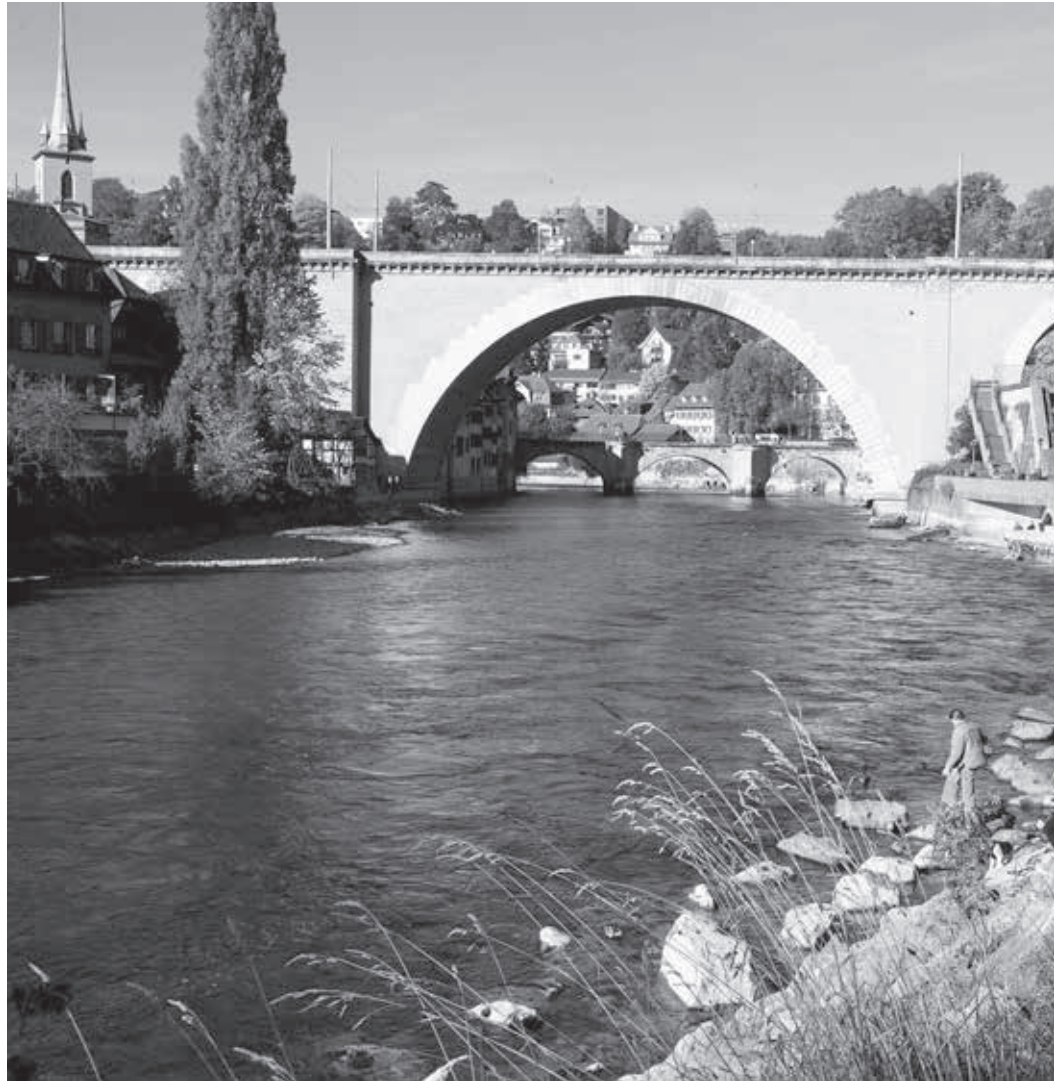
gisele.jungo@bag.admin.ch

**Nicole Ruch**

nicole.ruch@bag.admin.ch

**Die Gestaltung des öffentlichen Raums beeinflusst, wie viel schlechter Luft, Lärmbelastung oder anderen Emissionen wir ausgesetzt sind. Sichere und attraktive Velo- und Fusswege helfen dabei, ohne Verbrennungsmotor unterwegs zu sein und uns häufiger zu bewegen. Hier leistet gute Raumplanung einen wichtigen Beitrag für unsere Gesundheit.**

«Ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder «Gebrechen»: So definiert die Weltgesundheitsorganisation WHO den Begriff «Gesundheit». Ob wir diesen Zustand erreichen, hängt von unterschiedlichen Voraussetzungen ab: vom aktuellen Gesundheitszustand und sozio-ökonomischem Status, von Alter, Geschlecht, Lebensabschnitt und Familiensituation und von den körperlichen Fähigkeiten. Wie also kann die Raumplanung, deren Auftrag darin besteht, räumliche Bedingungen zu schaffen und zu erhalten, die für die Entwicklung des Lebens günstig sind, zu einer besseren Gesundheit der Bevölkerung beitragen?



Nydegg- und Untertorbrücke über die Aare mit dem Bärenpark, Bern

Wie Gesundheit und Raum zusammenhängen, wird seit Jahrzehnten untersucht. Die Charta von Athen beispielsweise zielte bereits 1933 darauf ab, Industriestandorte von Wohnquartieren zu trennen, um zu verhindern, dass die Bewohnerinnen und Bewohner unter Umweltbelastungen leiden müssten. Doch diese Trennung verlängerte die

Wege zwischen Wohnen und Arbeiten und hemmte durchmischte Quartiere oder führte sogar zur Gettoisierung. 60 Jahre später stellte die Charta von Aalborg 1994 das Prinzip der funktionalen Trennung in Frage. Vielmehr forderte sie funktionale und soziale Vielfalt, um Zwangsmobilität und gesellschaftliche Segregation zu verringern. Zu den Zielen der



Charta zählte auch eine nachhaltige Stadtentwicklung.

Für die Bewahrung der Landschaft und die Gestaltung der Siedlungsräume spielt Raumplanung heute auf drei Ebenen eine wesentliche Rolle: erstens bei der Zielformulierung; zweitens bei den vorhandenen Gesetzen,



La Chaux-de-Fonds, Bahnhof

Plänen, Richtplänen und Verordnungen; sowie drittens bei den erprobten Prozessen. So legt das Raumplanungsgesetz (RPG) fest, die Landschaft sei zu schonen. Weiter wird definiert, dass Siedlungen nach den Bedürfnissen der Bevölkerung zu gestalten sind: durch die zweckmässige Zuordnung von Wohn- und Arbeitsgebieten; durch eine Planung, um Wohngebiete vor schädlichen und belastenden Einwirkungen wie Luftverschmutzung, Lärm und Erschütterungen möglichst zu verschonen; und durch günstige Voraussetzungen für die Versorgung mit Gütern und Dienstleistungen. Zudem sollen Siedlungen viele Grünflächen und Bäume aufweisen. Im Oktober 2021 legte der Bundesrat im Sachplan Verkehr «Mobilität und Raum 2050» wichtige Ziele für Fuss- und Veloverkehr verbindlich fest.

Nebst diesen Zielen bilden Gesetze und Planungsinstrumente auch Leitplanken. Das Velogesetz, das gerade vom Parlament genehmigt wurde, soll Kantone verpflichten, Velowegnetze zu planen und umzusetzen.

Dies hat einen positiven Einfluss auf die aktive Mobilität und somit auf die Gesundheit der Bevölkerung. Die Ortsplanung schreibt gute Lösungen für ganze Quartiere parzellengenau fest, sodass die Bauten und Aktivitäten der nächsten Jahrzehnte im Sinn dieser Ziele realisiert werden. Damit leistet die Raumplanung einen wesentlichen Beitrag dazu, Siedlungsgebiete so zu gestalten, dass in ihnen gesund gelebt werden kann. Zudem koordinieren die Bundesämter für Sport, Raumentwicklung, Umwelt und Gesundheit die Umsetzung des Landschaftskonzepts für das Sachziel Gesundheit, Bewegung und Sport.

#### **Alle Generationen einbeziehen**

Nicht übertragbare Krankheiten wie Adipositas, Diabetes, Herz-Kreislaufkrankungen, Rückenschmerzen, Krebs und Knochenschwund machen in der Schweiz 80 Prozent der Gesundheitskosten aus. Stark befahrene Strassen und Schienen beispielsweise haben erwiesenermassen negative Auswirkungen auf die Gesundheit. Die Lärmbelastung kann

Schlafstörungen auslösen, das Auftreten von Bluthochdruck und Herz-Kreislaufkrankungen sowie Diabetes begünstigen und die kognitiven Leistungen beeinträchtigen. Hitzewellen, wie sie wegen des Klimawandels vermehrt auftreten, und durch den Verkehr verursachte Luftverschmutzung sind Ursachen für Atemwegs- und Herz-Kreislaufkrankungen.

Bewegung ist ein wichtiger Schutzfaktor für viele nicht übertragbare Krankheiten. Sie fördert Erholung, psychische Gesundheit und Konzentration. Bewegungs- und Begegnungsräume erhöhen nicht nur die körperliche Aktivität, sie verbessern auch die Teilhabe an der Gesellschaft und fördern unter anderem bei älteren Menschen Integration und soziale Gesundheit.

#### **Pocket-Parks und öffentliche Workouts**

Dass der Aufenthalt in der Natur und in einer intakten Landschaft dem Menschen gut tut, wissen wir alle aus eigener Erfahrung. Obschon jede und jeder die Landschaft anders wahrnimmt, zeigen Untersuchungen, dass es einen überraschend grossen Konsens zu ihrer Bedeutung gibt. Eine gesundheitsfördernde Umgebung zeichnet sich aus durch wenig störende Immissionen und viel Grünfläche, eine gute Durchmischung von Wohnen, Arbeit und Erholung sowie kurze, attraktive Wege, die man gerne zu Fuss oder mit dem Velo zurücklegt.

Parks und andere Grünflächen binden nicht nur Kohlendioxid, sie senken auch die Temperatur von städtischen Hitzeinseln und bieten Lebensraum für Tiere und Pflanzen. So empfiehlt die WHO, allen Menschen einen Grünraum innerhalb von 300 Metern zur Verfügung zu stellen. Dieses Ideal stellt auch Schweizer Städte vor Herausforderungen.

Gerade in sozial benachteiligten Quartieren ist die Bevölkerung verstärkt der Luft- und



Schöngrün Vermont, Bern



Telli-Quartier, Aarau

Lärmbelastung durch den Verkehr ausgesetzt und überdurchschnittlich von Verkehrsunfällen betroffen. Das führt dazu, dass diese Bevölkerungsschicht seltener zu Fuss oder mit dem Velo unterwegs ist, wodurch das Risiko, krank zu werden, zusätzlich steigt. Um diesen Teufelskreis zu durchbrechen, ist es in diesen Quartieren umso wichtiger, darauf zu achten, dass durch die Aufwertung der Siedlungs- und Grünräume sowie der Fuss- und Velowege die aktive Mobilität der Bewohnerinnen und Bewohner gefördert wird.

Einen Beitrag leisten Pausenplätze, die ausserhalb der Schulzeiten der Öffentlichkeit zugänglich gemacht werden. Auch die Sport- und Spielfelder der Freibäder lassen sich so in den Wintermonaten nutzen. Neue Bewegungs- und Begegnungsorte wie Pocket-Parks oder Orte für Street Workouts tragen ebenfalls zu diesem Ziel bei. So haben Familien und Jugendliche ohne eigenen Aussenraum die Möglichkeit, sich an der frischen Luft zu bewegen. Der Bund schafft mit verschie-



Cassiopeiasteg, Zürich-Wollishofen



Bärenpark, Bern

denen Programmen wie den Modellvorhaben nachhaltige Raumentwicklung (MOVO) und der Koordinationsstelle für nachhaltige Mobilität (KOMO) gute Bedingungen, um ganzheitliche Projekte zu entwickeln und umzusetzen.

#### **Gesunde Gemeinde für gesunde Menschen**

Ein wichtiger Erfolgsfaktor für eine gesundheitsfördernde Raumplanung ist die Mitwirkung. Denn die Kooperation von lokalen, regionalen und nationalen Akteuren aus Verkehr, Bau, Umwelt, Gesundheit und Sport sowie die frühe Einbindung von Ziel- und Nutzergruppen gehören zu den Erfolgsfaktoren für qualitativ hochstehende, gesundheitsfördernde Siedlungsräume. Werden die Anwohnerinnen und Anwohner bei Neubauten frühzeitig einbezogen, können sie sich den Aussenraum aneignen und Verantwortung dafür übernehmen. Die gesteigerte Identifi-



kation führt zudem zu einer stärkeren Nutzung. Bei der Mitwirkung ist es zentral, auch ältere Menschen, Kinder oder Menschen mit Einschränkungen beziehungsweise spezifischen Bedürfnissen einzubeziehen.

### Inklusion und naturnahe Freiräume

In jüngerer Zeit hat der Begriff einer «gesunden Stadt» respektive einer «gesunden Gemeinde» in der Politik an Bedeutung gewonnen. Die Definition lässt Interpretationsspielraum zu, wobei Einigkeit darin besteht, dass eine gesunde Stadt die Bedingungen für eine gute Gesundheit ihrer Bevölkerung schafft und erneuert. Die Verantwortlichen gehen dabei ganzheitlich auf die gesellschaftlichen, wirtschaftlichen und ökologischen Faktoren ein, die den Gesundheitszustand der Bevölkerung beeinflussen. Fragen der gesellschaftlichen Inklusion sind ebenso Thema wie eine gute Erschliessung für den Langsamverkehr und attraktive, naturnahe Freiräume.

Das Konzept der «gesunden Stadt» verlässt sich nicht auf die Raumplanung allein. Sie setzt auf interdisziplinäre, holistische und partizipative Ansätze. Die «gesunde Stadt» ist keine Stadt von Planerinnen und Behörden, sondern eine Stadt, die ihren Einwohnerinnen und Einwohnern gehört. Die «gesunde Gemeinde» ist eine Gemeinde, die sich immer wieder hinterfragt und neu erfindet, um möglichst allen Menschen eine Vielfalt an Räumen anzubieten, in denen ein gesundes Leben möglich ist.



Altstetten, Zürich



**CAROLINE BEGLINGER, \*1964**, studierte Geografie, Geschichte und Germanistik und hat ein MAS in nachhaltiger Entwicklung und Ressourcenmanagement. Seit über 30 Jahren arbeitet sie in der Verkehrsplanung und hatte verschiedene Führungsfunktionen inne beim Staat, in Unternehmen und in der Zivilgesellschaft. Seit 2021 leitet sie die Stabsstelle Mobilität im ARE.



**CAMILLE BÉZIANE, \*1982**, studierte Raumplanung und Philosophie an den Universitäten von Bordeaux und Berlin und verfügt zudem über ein Diplom im Gesundheitsbereich. Camille Béziane war vor dem Eintritt ins Bundesamt für Verkehr auf regionaler und kantonaler Ebene in Basel und Freiburg tätig und ist seit 2013 für die Koordination der Landverkehrsprojekte in der Sektion Bundesplanungen des ARE verantwortlich.



**GISÈLE JUNGO, \*1970**, hat einen Master in internationalen Beziehungen sowie ein CAS in Gesundheitsförderung und Prävention. Sie arbeitete im Staatssekretariat für Wirtschaft SECO für die bilateralen Wirtschaftsbeziehungen mit Südamerika und hatte im Bundesamt für Landwirtschaft das Schweizer Sekretariat des Agrarabkommens Schweiz-EU inne. Im Bundesamt für Gesundheit arbeitet sie seit 2009 im Bereich des bewegungsfreundlichen Umfelds.



**NICOLE RUCH, \*1978**, doktorierte in Bewegungswissenschaften und studierte angewandte Statistik im Nachdiplom. Sie arbeitete als Dozentin an der Berner Fachhochschule und als wissenschaftliche Projektleiterin beim Schweizerischen Gesundheitsobservatorium. Im Bundesamt für Gesundheit arbeitet sie seit 2019 in der Bewegungsförderung.



# «Der Aussenraum ist für die physische und psychische Gesundheit zentral.»

---

Interview: Pieter Poldervaart  
Fotos: Miriam Künzli



---

**Verweilplatz statt Parkplatz, die Öffnung von Pausenplätzen und Grünflächen von Altersheimen für alle: Die Beraterin und Moderatorin Sabina Ruff plädiert dafür, den öffentlichen und privaten Aussenraum neu zu organisieren. Wichtig sei, in Gesellschaft und Fachwelt das Bewusstsein dafür zu stärken, wie viel die Wohnumgebung zu unserem körperlichen und seelischen Wohlbefinden beitragen kann.**

---

**Die Pandemie hat gezeigt, wie wichtig es ist, in nächster Nähe Grünflächen zur Verfügung zu haben. Kommt da die dicht bebaute Schweiz nicht an den Anschlag?**

Sabina Ruff: Die Belastung der Naherholungsräume im Siedlungsumfeld war während der Pandemie tatsächlich enorm. Ich wohne in Zürich direkt an der Limmat – auf dem Spazierweg gab es eine Völkerwanderung. Der Lockdown kann Anlass sein, den Naherholungsraum neu zu denken. Bisher wurde darunter nur der öffentliche Raum verstanden. Aber viele private Liegenschaften verfügen über grosszügiges «Abstandsgrün», das häufig kaum genutzt wird. In einer Kleinstadt führte ich kürzlich ein Partizipationsverfahren durch, bei dem es darum ging, einen kleinen Spielplatz neu zu gestalten. Rundherum stehen Wohnblöcke aus den Sechzigerjahren mit einem riesigen Umschwung – unbelebte Flächen mit kurzgeschorenem Rasen. Wir arbeiten nun an einer Idee, um diese privaten Flächen in die öffentliche Nutzung einzubeziehen. Die scharfe Trennung zwischen öffentlichem und privatem Naherholungsraum ist überholt.

**Hat man bei Neubauten mehr Optionen?**

Teilweise, doch die Bau- und Zonenordnung setzt klare Grenzen, was machbar ist und was nicht. Auch im Bestand gibt es durchaus Reserven, wie das dicht bebaute Basler Gun-

deldingerquartier zeigt. Die Stadt ging auf Genossenschaften zu und erreichte, dass die Innenhöfe für die Öffentlichkeit geöffnet wurden. Der gemeinnützige Wohnungsbau steht solchen Innovationen häufig offener gegenüber als private Besitzer.

**Reicht Freiraum an sich, oder braucht es Spielgeräte?**

Ich bin generell skeptisch, was eine durchgängige Möblierung angeht. Ein Raum soll robust geplant werden, damit die Bevölkerung ihn sich aneignen kann. Zentral dabei ist, dass die Freifläche partizipativ entwickelt wird. Erst wenn die Bedürfnisse der Bevölkerung abgeholt sind, können die Fachleute die Räume zukunftsfähig entwickeln.

**Soll man also ganz auf Infrastruktur verzichten?**

Ein Stück weit braucht es Angebote und eine Struktur, sonst entsteht ein Wildwuchs. Besonders angetan haben es mir Bänkli, und zwar qualitativ hochstehende, auch schlichte, klassische Holzbänke. Inzwischen gibt es auch Produkte, auf denen man natürlich sitzen kann, aber auch liegen, herumturnen, arbeiten. Ihr hoher ästhetischer Wert und ihre Nutzungsmöglichkeiten laden dazu ein, sich im öffentlichen Raum aufzuhalten und sich dort zu bewegen. Und zahlreiche Studien zeigen: Wer sich draussen, idealerweise im Grünen aufhält, stärkt seine physische und psychische Gesundheit.

**Ist es mit einer cleveren Möblierung getan?**

Keinesfalls, und man soll auch nicht zu viel des Guten tun. Unfertige Plätze sind enorm wichtig. Vor ein paar Jahren hat Pro Juventute zusammen mit der Fachhochschule Ost einen Leitfaden entwickelt. Damals ging es noch um «kinderfreundliche Spielplätze» – von diesem Begriff ist man heute weggekommen.

«Klug platzierte Sitzbänke verbessern die Gesundheit älterer Menschen gleich mehrfach.»

Sabina Ruff

«Bespielte» Räume sind nicht nur für Kinder da, sondern für Nutzergruppen jeden Alters. Aber inhaltlich gibt der Leitfaden eine wichtige Richtung vor: Neben strukturiertem muss auch unfertiger Raum angeboten werden, der weiterentwickelt, umgenutzt und damit selbstwirksam werden kann – was direkt und indirekt gesund ist.

**Was hat unfertiger Raum mit Gesundheit zu tun?**

Ich stütze mich auf die Theorie des Soziologen Aaron Antonovsky ab. Sie geht davon aus, dass ein Mensch dann gesund ist oder gesund werden kann, wenn sein unmittelbares Lebensumfeld logisch und verstehbar ist und wenn er sich selbst einbringen kann. Dazu gehört, an der Entwicklung seines Aussenraums zu partizipieren. Mitwirkung ist also ein wichtiger Beitrag, die eigene Gesundheit zu stärken.

**Partizipation sorgt nach einer Hochblüte in den Nullerjahren heute oft für Frustration. Was läuft schief?**

Häufig haben die Beteiligten unterschiedliche Ausgangslagen. Das belegt etwa eine Untersuchung des Tiefbauamts der Stadt Zürich.

Die Befragung zeigt, dass selbst sozioökonomisch gut Gestellte, gut Gebildete und Menschen, die in ihrem Quartier eigentlich aktiv sind, nicht wissen, wie sie sich im eigenen Lebensumfeld einbringen können. Sie haben das Gefühl, ihnen fehle die Möglichkeit, bei den Planungsprozessen mitzuwirken.

***Umso schwieriger dürfte es sein, weniger etablierte Bevölkerungsschichten einzubeziehen.***



---

SABINA RUFF studierte Soziale Arbeit, Sozialwissenschaften und systemische Organisationsentwicklung und bildete sich in den Bereichen Philosophie und Urbanistik weiter. Nach einer Tätigkeit im Amt für Gesundheitsvorsorge des Kantons St.Gallen gründete sie 2018 ihr Beratungsbüro «Laboratorium für Zukunftsgestaltung». Ein Schwerpunkt ihrer Beratungs- und Mandatsarbeit ist der partizipative Einbezug der Betroffenen sowie die Gestaltung und Nutzung des öffentlichen Raums. Zudem hat sie Lehraufträge an verschiedenen Fachhochschulen und Universitäten.

sabinaruff.ch

Allerdings. Die Bevölkerung hat offensichtlich häufig das Gefühl, nicht ernst genommen zu werden. Meine Folgerung daraus ist, dass es an der kommunikativen Einbindung fehlt. Die Verwaltung muss transparent über die verschiedenen Flughöhen der Planung informieren. Als Fachperson vergisst man häufig zu vermitteln, was aktuell läuft, welches der Zeithorizont ist, wie die Ergebnisse in die Planung einfließen werden und wann ein nächstes Mal kommuniziert wird. Am Ende

steht man vor einem Scherbenhaufen – und einem desinteressierten Publikum.

#### ***Wo müsste man ansetzen?***

Bei der Ausbildung der zukünftigen Verantwortlichen. Im Rahmen verschiedener Ausbildungsmodulare, die ich an Universitäten und Fachhochschulen leite, höre ich immer wieder von Studierenden, wie wenig sie von Partizipationsprozessen halten. Hier ist viel Aufklärungsarbeit gefragt und Schulung, wie man Mitwirkung richtig aufgleist – und dass man dafür Fachleute beiziehen und interdisziplinär arbeiten soll. Denn nicht nur der Raum an sich ist gesundheitswirksam, sondern – gemäss der oben erwähnten Theorie – auch der Weg, der dazugehörige Prozess. Ein zusätzliches Plus ist die Tatsache, dass man natürlich auch ein ausgeprägteres Verantwortungsgefühl für sein Quartier hat, wenn man an dessen Planung beteiligt war.

***Sie plädieren für «unfertige Räume». Doch eine Planerin oder ein Politiker kann sich damit schlecht profilieren.***

Es braucht nicht immer den ganz grossen Wurf. Schon im Kleinen kann man zeigen, was Offenheit und Mitwirkung bedeuten. Die Stadt Bern etwa, inzwischen auch Luzern, offerieren der Bevölkerung, einen Autoparkplatz einen Sommer lang mit Pop-up-Parks zu bespielen und als Begegnungsraum zu nutzen. Auf kleinstem Raum kann so getestet werden, wie eine bisher als Abstellplatz verwendete Teerfläche zum Leben erwacht.

#### ***Ist das auch im Grossen denkbar?***

Durchaus. 2020 gewann das historische Zentrum von Liestal den Preis «Flaneur d'Or». Auch hier ist der Naherholungsraum geteert, es braucht also nicht immer zwingend Grünraum zu sein. Wie bei den Pop-ups in Bern wurde Strassenraum, der dem motorisierten Individualverkehr (MIV) zugedacht war, ge-



«Das Thema Partizipation muss bereits in der Ausbildung viel stärker gewichtet werden.»

Sabina Ruff

öffnet. Liestal entfernte zudem die Trottoirs, stellte Sitzgelegenheiten auf und entschleunigte den Raum. Damit gewinnen Fussgängerinnen und Fussgänger neue Möglichkeiten, die historische Qualität der Stadt zu erleben.

***Nicht überall ist die Altstadt so attraktiv wie in Liestal.***

Aber den MIV entschleunigen und aus dem Zentrum verbannen, das ist überall möglich und auch nötig. Natürlich braucht es Kompromisse, um die neue Nutzung des Raums auszuhandeln. Aber heute besetzen Parkplätze viel zu viel öffentlichen Raum und nutzen ihn äusserst schlecht.

***Was tun, wenn sich die Bedürfnisse an den Freiraum ändern? Wenn es etwa in der Siedlung zu einem Generationenwechsel kommt? Muss die Gestaltung des Aussenraums dieser Entwicklung folgen?***

Als der Trend von Trainingsgeräten im Freien aufkam, überkam mich das kalte Grausen. Viel wichtiger ist, sich vom klassischen Spielplatz mit Schaukel, Rutschbahn und Bänkli zu verabschieden. Wir brauchen eher «Quartierorte», Räume, die mehr leisten und intergenerativ nutzbar sind. Die Stiftung «Hopp-la – Generationen in Bewegung» etwa begleitet

Gemeinden, indem sie bisherige Spielplätze nicht mehr bloss für Kinder reserviert, sondern für alle Nutzerinnen und Nutzer attraktiv gestaltet. So kommt man den unterschiedlichen Bedürfnissen in unseren dicht bewohnten Städten und Agglomerationen entgegen.

**Und wie könnte ein solcher «Quartierort» aussehen?**

In der Pandemie haben wir beobachtet, dass viele Berufstätige ihr Mittagessen im öffentlichen Raum einnahmen. Dafür sind attraktive, saubere Sitzgelegenheiten nötig, Ruhe, Schatten und Abfallbehälter. Am Nachmittag kommen vielleicht Eltern mit ihren Kindern oder Seniorinnen und Senioren ...

**... die vor allem Sitzbänke wünschen.**

Richtig, Sitzgelegenheiten sind zentral. Die Organisation Fussverkehr Schweiz nennt sie «Tankstelle für Fussgänger». Besonders wichtig sind Sitzmöglichkeiten für Seniorinnen und Senioren.

**Damit sich ihr Bewegungsradius erhöht?**

Ja, aber nicht nur. Denn Bänkli ermöglichen, etwas entferntere Läden zu besuchen, die vielfältige und gesunde Lebensmittel anbieten, statt nur den Kiosk um die Ecke oder die Bäckerei zu frequentieren. Schliesslich sind Bänkli ein wichtiger und für viele ältere Menschen oft der einzige Ort des sozialen Austauschs. Bänkli sind also gleich mehrfach wichtig für deren Gesundheit. Dabei ist die Ausführung wichtig: Metall ist zwar vandalsicher, aber im Sommer erhitzt es sich

stark und im Winter ist es eiskalt. Nötig ist auch eine Armlehne, um wieder gut aufstehen zu können. Und die Neigung der Sitzfläche muss stimmen.

**Zustandsanalyse, Partizipationsverfahren – gerade kleine Gemeinden haben für solche Projekte kaum Kapazitäten.**

Partizipation im Aussenraum kann auch entlasten, das zeigt die Gemeinde Lichtensteig. Das 1800-Seelen-Städtchen macht schon seit Jahren nicht alles allein, sondern überlässt Aufgaben der Bevölkerung. Eine Gruppe etwa bestockte eine Parzelle mit Reben und produziert heute daraus Wein. Eine andere wandelte die öffentlichen Grünflächen, die ursprünglich eintönig bepflanzt waren, in wertvolle Ruderalstandorte um und entlastet en passant den Werkhof. 2021 hat diese Gruppe einen Preis der Binding-Stiftung für die Förderung der Biodiversität erhalten.

**Dennoch, der Aufwand erscheint beträchtlich.**

Dafür bezieht man die Bevölkerung stärker ein und wertet den öffentlichen Raum so auf, dass er attraktiver wird. Und man tut etwas gegen die explodierenden Gesundheitskosten – die Investitionen zahlen sich also auch monetär aus.

**Das tönt alles sehr harmonisch. Doch häufig erheben mehrere Gruppen Anspruch auf denselben Aussenraum.**

Bei meinen Aufträgen erlebe ich es oft, dass die Frage nach dem Aufenthalt für Jugendliche entsteht. Jugendliche suchen sich ihre Orte selbst. Einmal etwa wurde ich gerufen, weil sich «die Jungen» plötzlich in der Aufbahrungshalle des Friedhofs eingenistet hatten.





«Wir müssen uns vom klassischen Spielplatz mit Schaukel, Bänkli und Rutschbahn verabschieden.»

Sabina Ruff

miteinander kommen. Und schliesslich können Freibäder auch nach der Sommersaison als Park genutzt werden, wie dies aktuell in der Stadt Zürich geschieht.

**Für das Bundesamt für Gesundheit haben Sie den Stand des Wissens zum Thema «Gesundheit im Kontext von Raumplanung, Architektur und Landschaftsarchitektur» aufgearbeitet. Was sind Ihre Erkenntnisse?**

Meine Onlinebefragung von 30 Personen aus dem Hochschulbereich zeigte Erstaunliches: Während Fachleute aus der Sozialen Arbeit und der Soziokulturellen Animation interessiert waren, reagierten viele Expertinnen und Experten aus Raumplanung, Landschaftsarchitektur und Architektur nicht einmal – trotz Nachfrage. Offenbar fehlt das Bewusstsein dafür, wie wichtig das Thema ist. Oder man setzt seine Schwerpunkte anders, weil das zu wenig spektakulär scheint. Das muss sich ändern, wenn junge Berufsleute für einen partizipativ entwickelten, multifunktional nutzbaren Aussenraum sensibilisiert werden sollen. Denn die Studierenden sind es, die morgen in den Planungsämtern diese Räume formen und damit ihre Nutzung ermöglichen werden.

—

#### **Und wie löste sich der Konflikt?**

Wir suchten das Gespräch mit allen Betroffenen. Die Seniorinnen verstanden, was die Jugendlichen so attraktiv an diesem Ort fanden. Und die Jugendlichen begriffen, dass es sensible Punkte gibt. Junge Menschen sind durchaus offen, wenn man nicht einfach ein Verbot ausspricht, sondern sie um Rücksicht bittet. Nach diesem Austausch kehrte Ruhe ein – und die Jugendlichen zogen weiter. Mit Konflikten müssen wir leben und mit einer guten Moderation dafür sorgen, dass sie nicht eskalieren.

#### **Was braucht es noch, um den Druck auf die knappen Flächen zu entschärfen?**

Es gibt viele öffentliche Räume, die heute unternutzt sind. Dazu gehören Pausenplätze und Schulhöfe, die nur während den Schulzeiten zugänglich sind. Häufig verweigern

sich die Abwarte. Müssen vor Schulbeginn jeweils Scherben und Zigarettenstummel zusammengewischt werden, braucht es Gespräche und eventuell mehr Stellenprozente. Wichtig ist auch eine gewisse Infrastruktur, etwa Trinkbrunnen.

#### **Und funktioniert eine solche Öffnung in der Praxis?**

Unbedingt! Ein paar 100 Meter von hier entfernt, am Escher-Wyss-Platz, liegt das Schütze-Areal. Die neue Nutzung wurde partizipativ entwickelt, heute dient die Wiese als Schulplatz, als Spielort für Kinderkrippen und als Erholungs- und Spielraum für die Quartierbevölkerung. Neben Schulplätzen sind auch die Areale von Altersheimen eine gut Möglichkeit, neuen Erholungsraum zu gewinnen. Das würde nebenbei dazu führen, dass die Generationen wieder stärker in Kontakt



#### **DER FILM ZUM INTERVIEW**

Gespräch mit Sabina Ruff, Moderatorin und Inhaberin des Beratungsbüros «Laboratorium für Zukunftsgestaltung» in Zürich.

Sie finden das Interview unter:

[www.ara.admin.ch/forumraumentwicklung](http://www.ara.admin.ch/forumraumentwicklung)



## Gesundheit und Städtebau: eine Ideengeschichte

**Thomas Kistemann**

thomas.kistemann@ukbonn.de

**Anne Ritzinger**

anne.ritzinger@bza.bayern.de

Ob Gartenstadtbewegung oder Charta von Athen, gesundheitliche Ziele haben in der Stadtplanung Tradition. Im letzten Jahrhundert stand dabei die Trennung von Wohnen und Produktion im Vordergrund. Heute sollen Stadtplanung und Gesundheitsförderung enger kooperieren.

Gesundheitliche Ziele nahmen in der Stadtplanung bereits früh eine wichtige Rolle ein. Beispiele sind die Gartenstadtbewegung des frühen 20. Jahrhunderts oder die Charta von Athen aus dem Jahr 1943. Die Motivation, die Funktionen von Arbeit und Wohnen zu trennen, wie dies die Charta von Athen verlangt, wurde stets auch aus den schlechten Lebensbedingungen der Bevölkerung in der traditionellen Stadt abgeleitet. Ein Hauptziel bestand darin, die verdichteten Arbeiterquartiere der Industrialisierungsphase durch gut beleuchtete und durchlüftete Wohngebiete zu ersetzen. Dadurch sollte ein Gegenbild zu den durch Bodenspekulation entstandenen Gründerzeitvierteln entworfen werden. Diese waren gekennzeichnet von beengten Wohnverhältnissen, nur mit wenig Erholungsgrün versorgt und wiesen ungenügende hygienische Verhältnisse auf.

Die Idee hinter dem städtebaulichen Effort: Die ausreichende Ausstattung mit Wohnraum und Grünflächen sollte nicht länger den wohlhabenden Bevölkerungsschichten vorbehalten



Eine moderne Stadtplanung soll auch der Gesundheitsförderung dienen, etwa mit viel Freiraum wie hier die Rheintreppen in Düsseldorf.

ten bleiben. Leitmotiv der Charta von Athen waren Massnahmen, die eine Gesellschaft ergreift, um gesundheitlich unbedenkliche Lebensverhältnisse sicherzustellen.

In diesem Sinn führten Paul Vogler und Erich Kühn in ihrem Werk «Medizin und Städtebau. Ein Handbuch für gesundheitlichen Städtebau» von 1957 die Betrachtungen zusammen.



klima sowie Verkehr. Gleichzeitig führten sie auch mögliche städtebauliche Abwehrmassnahmen auf, um die negativen Einflüsse zu reduzieren.

#### **Gesundheitsschutz als Teil des neuen Nachhaltigkeitsparadigmas**

Dreissig Jahre später wurde die Schaffung gesunder Lebenswelten in der Ottawa Charta der Weltgesundheitsorganisation als ein vorrangiges Handlungsfeld der Gesundheitsförderung benannt. Die Charta rief dazu auf, dass die Art und Weise, wie Gesellschaften Arbeit und Freizeit organisieren, Quelle von Gesundheit und nicht von Krankheit sein sollte. Die Gesundheitsförderung hat demnach die zentrale Aufgabe, sichere, anregende, befriedigende und angenehme Arbeits- und Lebensbedingungen zu schaffen. Die Ottawa Charta ist der grundlegende und international akzeptierte Meilenstein, um die Gesund-

heitsförderung in die Leitbilder des Städtebaus und der Stadtentwicklung zu integrieren.

1992 wurde an der Konferenz für nachhaltige Entwicklung in Rio de Janeiro die Agenda 21 verabschiedet. Die Charta der Europäischen Städte und Gemeinden auf dem Weg zur Zukunftsbeständigkeit, die Aalborg-Charta aus dem Jahr 1994, brach die Ansprüche der Agenda 21 auf ein neues, lokales Leitbild einer nachhaltigen Stadtentwicklung herunter. Die Aalborg-Charta enthält eine Selbstverpflichtung für eine zukunftsbeständige Politik. Menschliche Gesundheit und Wohlergehen, soziale Grundbedürfnisse und Gesundheitsfürsorge sind explizit als zentrale Ziele der Stadtentwicklung aufgeführt: Die nachhaltige Nutzung der Umwelt berücksichtigt auch die Erhaltung der menschlichen Gesundheit und die Sicherung der Qualität von Luft, Wasser und Boden. Die natürlichen Res-



Systematisch behandelt das Buch jene Stoffe oder Umstände, welche die menschliche Gesundheit gefährden können, insbesondere Lärm, Luftverunreinigungen, Strahlung, Stadt-

Gesundheitsförderung und Stadtplanung müssen noch stärker zusammenwachsen.

sources müssen ausreichen, um das Leben und das Wohlergehen der Menschen für alle Zukunft zu sichern. Auch die Gesundheitsfürsorge soll in den Schutz der Umwelt integriert werden.

#### **Stadtplanung und Gesundheitsförderung müssen enger kooperieren**

Sowohl Nachhaltigkeit als auch Gesundheitsförderung verfolgen einen integrativen Governance-Ansatz. Unter Gesundheitsförderung werden alle Massnahmen verstanden, die das Individuum befähigen, seine Gesundheit durch das eigene Verhalten zu erhalten und zu fördern. Dies ist ein Beispiel dafür, wie sich Nachhaltigkeit im Bereich mensch-

licher Gesundheit praktisch verbessern lässt. Die Gesundheitsförderung sollte nicht nur in einem städtebaulichen Leitbild verankert werden, sondern auch in städtebauliche Instrumente einfließen. Mögliche Handlungsfelder eines Leitbildes für eine gesundheitsfördernde Stadt sind neben baulich-physischen Faktoren wie Grün- und Erholungsflächen, Wohnumfeld und Verkehrsinfrastruktur auch soziale Faktoren. Dazu gehören Mobilität, Versorgungsstruktur, Dienstleistungen und die Integration in soziale Netzwerke. Ebenso wichtig sind politisch-administrative Faktoren wie zum Beispiel eine wohnortnahe Gesundheitsversorgung, Präventionsangebote und politische Mitbestimmung. Eine besondere Bedeutung kommt symbolischen

Faktoren wie dem Image der Wohnumgebung zu.

Trotz vielversprechender Ansätze arbeiten in der politischen und administrativen Praxis Stadtplanung und Gesundheitsförderung in der Regel kaum zusammen. Doch das Thema ist eine Querschnittsaufgabe. Deshalb besteht ein grosses Potenzial, die individuelle Gesundheit zu verbessern, wenn die Umwelt sozial gestaltet ist, Informationen und Angebote frei zugänglich sind und Entscheidungsspielräume in Bezug auf die individuelle Gesundheit geschaffen werden. Brennpunkte einer sozialraumorientierten Gesundheitsförderung sind jene Quartiere, in denen sich viele Belastungen wie hohe Arbeitslosigkeit,



Gemeinsam genutzte Gärten wie hier in München schaffen einen Bezug zur Umwelt und ermöglichen den Hobbygärtnerinnen und -gärtnern, etwas für ihre Gesundheit zu tun

schlechte Wohnbedingungen, starkes Verkehrsaufkommen, limitierte Grün- und Spielflächen sowie wenig soziale Unterstützung konzentrieren.

### Nachhaltigkeit und Gesundheit: ein Tandem

Ein Leitbild muss legitimiert sein, um politisch wirksam zu werden. Der Schlüssel für die gesellschaftliche Legitimation ist die Partizipation der Zivilgesellschaft. Dafür sollten die Verantwortlichen aus Politik, Gesundheits-, Sozial- und Wirtschaftsverwaltung, aus NGOs sowie lokalen Institutionen, Unternehmen und Medien zusammenwirken. Die Strategien zur Gesundheitsförderung müssen dabei den örtlichen Bedürfnissen und Möglichkeiten angepasst sein. Legitimation ist auch die wesentliche Voraussetzung, damit ein an der Gesundheitsförderung orientiertes Leitbild politisch umsetzbar ist.

Ebenso wie die Leitbilder des Städtebaus sind auch diejenigen des Gesundheitsbereichs eingebettet in umfassendere gesellschaftliche Entwicklungsprozesse. Die Geschichte des Städtebaus spiegelt auch die jeweilige Leitidee eines Lebensraums wider, der die Gesundheit seiner Bewohnerinnen und Bewohner schützt und fördert. Dabei bilden für die postindustrielle Dienstleistungstadt des 21. Jahrhunderts Nachhaltigkeit und Gesundheitsförderung ein ideales «Leitbildtandem».

#### WEITERFÜHRENDE LINKS

**Aalborg Charter of European cities and towns towards sustainability.**

➤ <https://sustainablecities.eu/home/>

**Akademie für Raumentwicklung in der Leibniz Gemeinschaft: Planung für gesundheitsfördernde Städte.**

➤ <https://tinyurl.com/ARL-Planung>

**Gesunde Städte Netzwerk: Ziele und Aufgaben.**

➤ <https://tinyurl.com/GSNetzwerk>

**World Health Organization (1986): Ottawa Charter for Health Promotion.**

➤ <https://tinyurl.com/Ottawa-en>



Attraktive öffentliche Grünflächen – hier in Amsterdam – sind wesentlich für die psychische und physische Gesundheit.



**THOMAS KITEMANN, \*1961**, studierte Medizin, Geografie und Klassische Philologie in Bonn und Göttingen; nach mehrjähriger klinisch-ärztlicher Tätigkeit arbeitet er seit 1994 am Institut für Hygiene und Public Health der Universität Bonn. Er ist Facharzt für Hygiene und Umweltmedizin, leitet das GeoHealth Centre und das WHO-Kollaborationszentrum für gesundheitsförderndes Wassermanagement und Risikokommunikation. Kistemann hat eine Professur für Hygiene, Umweltmedizin und Medizinische Geografie inne, ist stellvertretender Institutsdirektor und leitender Oberarzt für Umwelthygiene und Public Health.



**ANNE RITZINGER, \*1977**, studierte sozialwissenschaftliche Geografie in München. Nach beruflichen Stationen an der Technischen Universität München und der Akademie für Raumentwicklung in der Leibniz Gemeinschaft ist sie in der Bayerischen Verwaltung für Ländliche Entwicklung tätig und arbeitet schwerpunktmässig zu den Themen Innenentwicklung, alternative Wohnformen und Wissenstransfer.

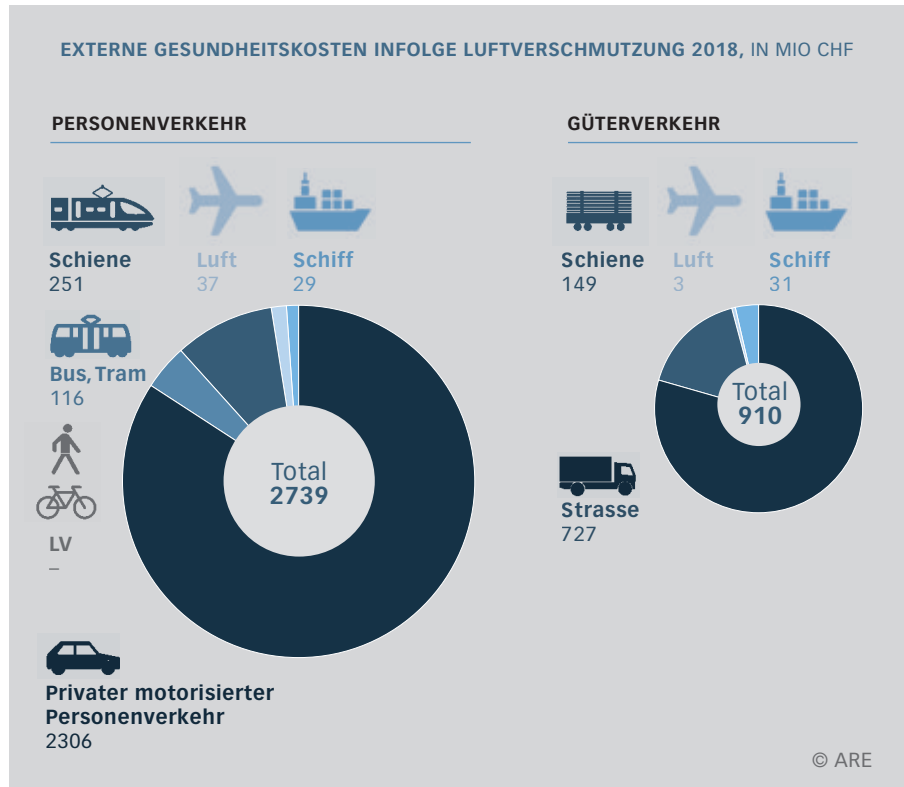
# Mobilität beeinflusst die Gesundheit – meist jene unserer Mitmenschen

**Joséphine Leuba**  
 josephine.leuba@are.admin.ch  
**Matthias Balmer**  
 matthias.balmer@are.admin.ch  
**Nicole A. Mathys**  
 nicole.mathys@are.admin.ch

Der Fuss- und Veloverkehr wirkt sich dank körperlicher Bewegung positiv auf unsere Gesundheit aus. Doch gleichzeitig sind vom Verkehr verursachte Unfälle, Lärm und Luftverschmutzung in der Schweiz für gut 2000 frühzeitige Todesfälle pro Jahr verantwortlich. Die Folgen bezahlen nicht nur wir selbst, sondern auch die Allgemeinheit.

Leonie wohnt in einer Wohnung in Bahnhofsnähe. Die Monatsmiete ist für die Lage direkt im Stadtzentrum tief, dafür muss Leonie den Lärm der Züge ertragen. Dieser ist besonders nachts unangenehm, wenn die Güterzüge ihren Schlaf stören. Seit Leonie in den Social Media gelesen hat, dass der Verkehrslärm in der Schweiz jährlich zu knapp 700 frühzeitigen Todesfällen durch Herzinfarkt, Schlaganfall oder Bluthochdruck führt, denkt sie noch intensiver über einen Umzug nach.

Im Moment geht sie täglich zu Fuss ins nahegelegene Büro. Mit einem Körpergewicht von 67 Kilogramm bei einer Grösse von 1,75 Metern bestätigt Leonie die Statistik, dass Menschen mit einem niedrigen Body-Mass-Index häufiger zu Fuss oder mit dem Velo unterwegs sind als übergewichtige Personen.



Der regelmässige Marsch tut ihr körperlich und psychisch gut. Epidemiologische Studien belegen dies. Die Aktivität im Fuss- und Veloverkehr geht mit einem verringerten Risiko für Diabetes, verschiedenen Krebsarten, Demenz, Depression und Herz-Kreislauf-Erkrankungen einher. Dadurch entstehen dem Ge-

sundheitswesen und den Sozialversicherungen, also auch der Allgemeinheit, weniger Kosten. Leonie ist dank der täglichen Bewegung auch produktiver am Arbeitsplatz. In der Schweiz entspricht der jährliche externe Gesundheitsnutzen des Zufussgehens und des Velofahrens knapp 1,4 Milliarden Franken.

## GESUNDHEITSKOSTEN DES VERKEHRS DURCH LUFTVERSCHMUTZUNG UND LÄRM IN DER SCHWEIZ 2018, AUFGESCHLÜSSELT NACH PERSONENVERKEHR (PV) UND GÜTERVERKEHR (GV)

2018 Mio CHF	STRASSE			SCHIENE			LUFTVERKEHR		
	PV	GV	Total	PV	GV	Total	PV	GV	Total
<b>LUFT</b>	2422	727	3149	251	149	400	37	3	40
<b>LÄRM</b>	788	463	1250	111	160	271	44	3	47

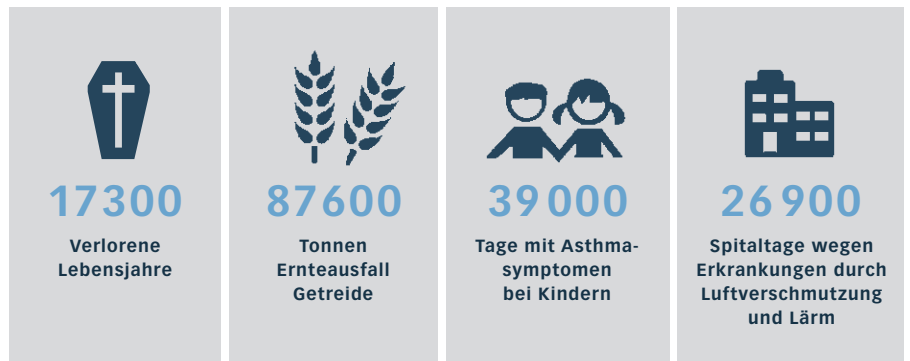
Lesebeispiel: Der Strassengüterverkehr verursacht jährliche Lärmkosten in der Höhe von 463 Millionen Franken.

Heute muss Leonie ihren Arbeitskollegen Jean an einer Sitzung vertreten, ihre eigenen Dossiers müssen warten. Jeans Sohn leidet an Asthma und er muss mit ihm zum Arzt. Die vom Verkehr verursachte lokale Luftverschmutzung erhöht das Risiko, an Asthma zu erkranken. In der Schweiz führt dies allein bei Kindern zu jährlich 39'000 Tagen mit Asthmasymptomen. Die Luftverschmutzung des Personen- und Güterverkehrs verursacht bei der gesamten Bevölkerung Kosten durch Gesundheitsprobleme in der Höhe von gut 3,6 Milliarden Franken. Darin enthalten sind Krankenhausaufenthalte, Arbeitsausfälle und vorzeitige Todesfälle.

Nach der Arbeit besucht Leonie mit dem Auto ihre Schwester in der Rehabilitationsklinik im Berner Oberland. Ihre Schwester hatte vor einem Monat einen selbstverschuldeten Velounfall und leidet immer noch unter Beeinträchtigungen und Schmerzen. 2018 haben Strassenunfälle hochgerechnet zu 233 Todesfällen, 252 Invaliditätsfällen und gut 80'000 Verletzungen geführt. Durch diese Unfälle entstehen knapp 1,7 Milliarden Franken externe Kosten.

Der Grossteil der Auswirkungen unseres Verkehrsverhaltens auf unsere Gesundheit wird nicht von uns direkt, sondern von der Allgemeinheit getragen. Das ARE berechnet jährlich diese externen Kosten und Nutzen des Verkehrs. So trägt Leonie die Kosten der Luftverschmutzung ihrer Autofahrt nicht und ihre Schwester zahlt nur einen kleinen Teil der Unfall- und Rehabilitationskosten selber. Einen grossen Teil berappt die Versicherung und so

#### VERKEHRSBEDINGTE SCHÄDEN DURCH LUFTVERSCHMUTZUNG UND LÄRM 2018



mit auch die Allgemeinheit. Bei unseren täglichen Mobilitätsentscheiden berücksichtigen wir diese Konsequenzen daher nur teilweise. Die durch Luftverschmutzung und Lärm ausgelösten Gesundheitskosten belaufen sich auf jährlich 5,2 Milliarden Franken. Um die negativen Auswirkungen zu reduzieren, sind verschiedene Massnahmen möglich. Das neue Veloweggesetz des Bundes soll für mehr und sichereren Fahrradverkehr sorgen. Energieeffiziente Autos und Lastwagen mit geringerem Partikelaustritt, leisere Züge, Reifen und Strassenbeläge, aber auch Lärmschutzwände, wie sie vor dem Wohnhaus von Leonie geplant sind, helfen, die Kosten für die Gesellschaft zu reduzieren.

Kürzere Wege und vermehrtes Zufussgehen leisten ebenfalls einen wichtigen Beitrag zu einer gesunden und umweltverträglichen Mobilität.

— WEITERFÜHRENDE LINKS

ARE: **Externe Kosten und Nutzen des Verkehrs in der Schweiz – Strassen-, Schienen-, Luft- und Schiffsverkehr 2018**, ARE 2021

➔ <https://tinyurl.com/verkehr-extern>

BFS/ARE: **Verkehrsverhalten der Bevölkerung Ergebnisse des Mikrozensus Mobilität und Verkehr 2015**

➔ <https://tinyurl.com/mikrozensus-2015>

SCHIFFSVERKEHR			Total ALLE
PV	GV	Total	
29	31	60	3649
0	0	0	1568



**JOSÉPHINE LEUBA**, \*1992, studierte Politikwissenschaften (Bachelor an der Universität Lausanne) und Volkswirtschaft (Master und Doktorat an der Universität Neuenburg). Sie arbeitet seit 2020 als Ökonomin in der Sektion Grundlagen des ARE und ist seit 2021 Projektleiterin für die externen Effekte des Verkehrs.



**MATTHIAS BALMER**, \*1988, studierte Betriebswirtschaft (Bachelor an der Universität Bern) und Volkswirtschaft (Master an der Universität Bern). Er ist seit 2021 als wissenschaftlicher Mitarbeiter in der Sektion Grundlagen beim ARE tätig.



**NICOLE A. MATHYS**, \*1978, studierte Volkswirtschaft (Bachelor an der Universität Neuenburg; Master und Doktorat an der Universität Lausanne). Sie arbeitet seit 2013 als Sektionschefin Grundlagen beim ARE und Titularprofessorin für Umweltökonomie an der Universität Neuenburg

## Der Wald als Mittel gegen Stress

**Nicole Bauer**

nicole.bauer@wsl.ch

**Tessa Hegetschweiler**

tessa.hegetschweiler@wsl.ch

**Boris Salak**

boris.salak@wsl.ch

**Anne Wunderlich**

anne.wunderlich@wsl.ch

**Marcel Hunziker**

marcel.hunziker@wsl.ch

Ein Drittel der berufstätigen Bevölkerung leidet unter arbeitsbezogenem Stress, gleichzeitig bewegen sich viele Menschen zu wenig. Die zunehmende Digitalisierung während der Corona-Pandemie verstärkte diesen Trend. Vielfältige Landschaften können dazu beitragen, die negativen Folgen dieser gesellschaftlichen Entwicklungen abzuschwächen.

Natur und Landschaft können die Gesundheit positiv beeinflussen, da sie der Erholung dienen und so den Stress reduzieren helfen. Zwei Theorien erklären die dabei ablaufenden Mechanismen. Einerseits geht die psychoevolutionäre Stresserholungstheorie des Architekturprofessors Roger Ulrich davon aus, dass der Mensch auf eine Umgebung mit Vegetation und Wasser mit Entspannung und Wohlbefinden reagiert. Andererseits postuliert die Aufmerksamkeits-Erholungs-Theorie der Psychologen Rachel und Steven Kaplan, dass sich die Konzentrationsfähigkeit am besten regenerieren kann, wenn die Umwelt die Aufmerksamkeit auf sich lenkt, ohne dass die betrachtende Person sich anstrengen muss. Diese Situation ermöglicht einen psychischen Abstand vom Alltag. Dass Natur



Löhrmoos, Herrenschwanden

und Landschaft einen Einfluss auf Stress und Konzentrationsfähigkeit haben, bestätigten Experimente bereits mehrfach.

### Der Wald als gefragter Erholungsraum

Um die Bedeutung des Waldes für die Erholung zu messen, werden unter anderem Um-

fragen eingesetzt. Die schweizweit repräsentative Online-Umfrage im Rahmen des «Waldmonitorings soziokulturell» (WaMos) hat beispielsweise gezeigt, dass sich die Mehrheit der befragten Personen nach dem Waldbesuch erholt fühlt als vorher. Mittels Befragungen können solche Erkenntnisse vertieft und mit Erhebungen ergänzt werden,



Dürschrennen, Abstieg zwischen Äscher und Seealpsee, Appenzell Innerrhoden

etwa indem jene Waldcharakteristiken erfasst werden, die besonders zur Erholbarkeit des Waldes beitragen.

Ein weiteres Instrument, das seit 2020 auch der Erfassung der Erholungsleistung dient, ist die Landschaftsbeobachtung Schweiz (LABES). Ebenfalls basierend auf einer schweizweit repräsentativen Online-Umfrage, zeigte LABES unter anderem, dass die Landwirtschaftsflächen für die Schweizer Bevölkerung zu Erholungszwecken zwar am schnellsten erreichbar wären, jedoch die Wälder am intensivsten dazu genutzt werden.

Die Bedeutung des Waldes als Erholungsort der Schweizer Bevölkerung wurde auch während der Corona-Pandemie deutlich: Besucherinnen und Besucher, die bereits vor der

Pandemie sehr häufig in den Wald gingen, taten dies während des Lockdowns 2020 ebenfalls sehr häufig beziehungsweise sogar noch häufiger. Dieses Phänomen trat vor allem in den Agglomerationen der Deutschschweiz auf. Wer hingegen schon vor der Pandemie selten den Wald besuchte, war während des Lockdowns noch seltener dort. Insgesamt wurden die Besuche kürzer und man suchte vermehrt die nächstgelegenen Wälder auf. Dieser Trend schwächte sich bis zum Sommer 2021 teilweise wieder ab.

#### **Kampagnen helfen, Konflikte zu entschärfen**

Erholungsaktivitäten stehen manchmal im Konflikt mit den Bedürfnissen der Natur. Sensibilisierungskampagnen beabsichtigen daher, ein naturverträgliches Verhalten der Er-

holungssuchenden herbeizuführen. So richtete sich die Kampagne «Respect Wildlife» an die sogenannten Freerider. Die Kampagne erwies sich als wirkungsvoll, wie die wissenschaftliche Evaluation zeigte. Dies ermutigte zu ähnlichen Kampagnen in verwandten Problemfeldern. Wichtig sind die enge Zusammenarbeit mit der Zielgruppe, die Anwendung spezifischer Überzeugungstechniken und die Langfristigkeit der Kampagne.

—

---

**NICOLE BAUER, \*1970, TESSA HEGET-SCHWEILER, \*1977, BORIS SALAK, \*1977, und ANNE WUNDERLICH, \*1986, sind wissenschaftliche Mitarbeiter/innen an der WSL. MARCEL HUNZIKER, \*1963, ist Gruppenleiter an der WSL.**



## Gemeinschaftswerk «GartenPark Hohrainli» – eine qualitätsvolle Verdichtung

Petra Hagen Hodgson  
petra.hodgson@zhaw.ch

Für die **bauliche Nachverdichtung** sind heute **partizipative Prozesse** ein gängiges Modell. **Neu ist, qualitätsvolle Verdichtung vom Freiraum her zu denken.** Das bedeutet, den Freiraum vor der Verdichtung **wohnlicher zu gestalten** und die **Bewohnerschaft in den ergebnisoffenen Prozess einzubeziehen.** In Kloten wurde dabei eine **neue Freiraum-Typologie entwickelt.**



Der GartenPark entsteht – gemeinsam mit den Bewohnerinnen und Bewohnern.

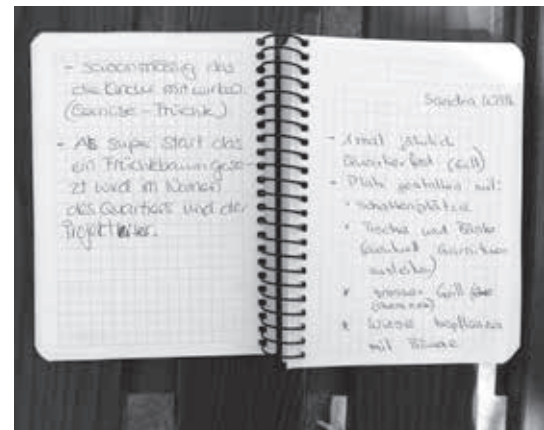
Das Klotener Quartier Hohrainli mit 1400 Bewohnerinnen und Bewohnern ist typisch für eine Schweizer Agglomerationsgemeinde. Hier lebt ein hoher Anteil von Menschen mit Migrationshintergrund, eher tiefem Einkommen oder mit Anspruch auf Sozialhilfe. Das Quartier, das sich direkt unter der Flugschneise befindet, hat keinen guten Ruf. Seit Jahren wurde nicht mehr in die Bausubstanz aus den Sechziger- bis Achtzigerjahren investiert, Busverbindungen und weitere Infrastrukturen wurden abgebaut. Nun sollen die Liegenschaften der zwei Dutzend Eigentümer in den kommenden 20 bis 30 Jahren schrittweise saniert und verdichtet werden.

### Orte, die Identität stiften

Im zunehmend urbanen Kontext bestimmen Freiräume die Lebensqualität und das Wohlbefinden der Bewohnerschaft wesentlich mit. Gerade der unmittelbare Wohnausenraum



Auch am Quartierfest kann sich die Bewohnerschaft mit Vorschlägen einbringen.



bietet dazu ein wertvolles sozialräumliches Potenzial, wenn er als wohnlicher Ort gestaltet ist. Hier kann Nachbarschaft gelebt werden, hier gibt es Raum für Begegnung und für

gemeinsame Aktivitäten im Grünen und an der frischen Luft. Das Modellvorhaben «Qualitätsvolle Verdichtung vom Aussenraum her entwickeln» knüpft an diese Überlegungen an.



Sonnenblumen, von Kindern gepflanzt, machen das Quartier lebenswerter.



Hier entsteht mit vereinten Kräften – auch der Kinder – ein Platz aus Natursteinen.

Das Motto: Der Aussenraum soll wohnlich und belebt sein, bevor baulich verdichtet wird. Diese Forderung gilt besonders für Schlüsselorte, die auch nach der Verdichtung bestehen bleiben. Sie können über die lange Veränderungsphase hinweg für Alteingesessene wie Neuankömmlinge identitätsstiftend wirken. Im Folgenden werden wesentliche Eckpunkte, Überlegungen und bisherige Erkenntnisse aus dem Partizipationsverfahren aufgezeigt.

Den ergebnisoffenen Prozess gestalteten wir im Sinn eines Reallabors. Covid-19 hat es uns dabei nicht einfach gemacht. Wir mussten flexibel nach immer neuen Wegen suchen, um Kontakt mit der Einwohnerschaft aufzubauen, ihre Bedürfnisse, Ideen und Wünsche abzuholen und mit ihnen zusammen zu planen und zu bauen. Aufgrund der Pandemie haben wir Workshops im Freien, mitunter bei eisiger Kälte, durchgeführt. Für einige war gerade das gemeinsame, un-

beschwerte und sinnstiftende Tun in dieser Zeit ein Lichtblick. So konnten wir gute Fortschritte erzielen: Zwischen bereits bestehenden Bäumen ist ein als «GartenPark» bezeichneter Raum mit Gemüsebeeten, Blumen und Sitzgelegenheiten entstanden. Weiter haben wir mit vereinten Kräften einen Natursteinplatz gebaut, 120 Sonnenblumen gepflanzt und etliches mehr getan.

#### Verbindlichkeit schaffen

Unsere Erfahrungen zeigen, dass gerade die Kinder höchst zugänglich für alle anfallenden Arbeiten sind. Sie haben eifrig Steine geschleppt, gegraben und gepflanzt. Besonders berührt hat uns die Dankbarkeit der Mitwirkenden und die Freude von Passantinnen und Passanten. So sprach uns eine Dame mit der Bemerkung an: «Die Sonnenblumen erfreuen mich jeden Tag, wenn ich aus dem Fenster schaue» oder eine andere sagte: «Hier ist es schön geworden.»

Das Projekt ist komplex, auch weil viele Akteure mitwirken: städtische Stellen, Vereine, Kindergarten, Freiwillige und natürlich die Einwohnerschaft selbst. Dennoch beschäftigen uns etliche Fragen seit dem Start: Wie lässt sich die Zahl der Akteurinnen und Akteure erhöhen und wie Verbindlichkeit schaffen, damit das Projekt auch ohne externe Unterstützung weiterläuft? Und was ist unsere eigene Rolle? Denn Animatorinnen und Animatoren wollen wir nicht sein. In einer Gesellschaft, die stärker auf Individualismus, Konsum und Käuflichkeit von Ressourcen ausgerichtet ist als auf Verbundenheit und Solidarität unter den Menschen, bleibt das ein schwieriges Unterfangen.

#### LINKS

- <https://www.kloten.ch/hohrainli>
- <https://tinyurl.com/hohrainli>
- <https://tinyurl.com/impact-gemeinschaftsgarten>
- <https://tinyurl.com/sozialforschung>



**PETRA HAGEN HODGSON, \*1957**, ist Kunsthistorikerin, war Lehrbeauftragte an der University of Hong Kong, langjährige Auslandskorrespondentin von «Werk, Bauen + Wohnen» und ist seit 2007 Dozentin und Leiterin der Forschungsgruppe Grün und Gesundheit am Institut für Umwelt und Natürliche Ressourcen (IUNR) an der ZHAW. Aktuell beschäftigt sie sich mit sozialräumlich-ästhetischen Aspekten urbaner Freiräume und Transformationsstrategien, die gleichermassen Kinder, Erwachsene und Senioren ansprechen.

## Bis ins hohe Alter im Dorf wohnen bleiben

**Christine Rilling**

christine.rilling@bluewin.ch

**Alex Willener**

alex.willener@hslu.ch

**In Hasliberg hat eine lokale Arbeitsgruppe die Grundlagen für die Realisierung eines Generationenhauses mit dem Ansatz einer «sorgenden Gemeinschaft» erarbeitet. Das Wohnprojekt soll gleichzeitig das Zentrum im Dorf Hohfluh mit Dorfplatz, Café und Laden als Begegnungsorte stärken.**

Bis vor wenigen Jahrzehnten fand im Berggebiet das Wohnen sowie die gegenseitige Betreuung und Pflege in der Familie statt. Mit

dem Wegzug eines Teils der jungen Bevölkerung geraten diese Familienstrukturen jedoch aus den Fugen. Ältere und vor allem pflegebedürftige Familienmitglieder oder alleinstehende Menschen sind auf ausserfamiliäre Angebote angewiesen. Dies trifft auch für die Bewohnerinnen und Bewohner der Berggemeinde Hasliberg zu.

Der demografische Wandel ist auch in Hasliberg spürbar: Der Anteil der über 65-Jährigen nimmt seit 1970 stetig zu, während jener der 1- bis 39-Jährigen abnimmt. Diese Entwicklung verschärft eine Situation, die bereits seit Jahren bemängelt wird. Hindernisfreier beziehungsweise altersgerechter Wohnraum mit der entsprechenden Infrastruktur fehlt fast komplett. Das zwingt pflegebedürftige und manche hochbetagte Menschen, in ein Alters- oder Pflegeheim zu wechseln. Damit verbunden ist ein neuer Wohnort «im Tal unten». Der Umzug erfolgt meist unfreiwillig, da die Betroffenen so ihre gewohnte Umgebung und die alltäglichen sozialen Bindungen verlieren.



Ausblick vom Bergrestaurant Käserstatt auf die Bergkette mit Niesen und Brienzgrat.



Blick aus der Gondel von Hasliberg Wasserwendi nach Halti.

Diese Situation hat eine Gruppe von Haslibergerinnen und Haslibergern dazu bewogen, sich in Zusammenarbeit mit der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit der Thematik anzunehmen. Gemäss der Alterspolitik des Kantons Bern 2016, die auf dem Modell der «sorgenden Gesellschaft» oder «Caring Community» basiert, formulierte die Arbeitsgruppe wichtige Eckpfeiler des künftigen Zusam-



Das Konzept besteht im Wesentlichen aus folgenden Elementen:

- An zentraler Lage soll ein Generationenhaus im Sinn von hindernisfreiem Wohnen für Alt und Jung mit der nötigen Infrastruktur entstehen.
- Dieses umfasst privaten Wohnraum, aber auch Gemeinschaftsräume und Raum für die öffentliche Nutzung durch alle Generationen.
- Bestehende Angebote wie Nachbarschaftshilfe und Freiwilligenarbeit sowie Angebote von Institutionen wie Pro Senectute oder Spitex werden miteinander verknüpft, ausgebaut, aufeinander abgestimmt und damit auch sichtbarer gemacht.
- Eine Hausarztpraxis gibt es in Hasliberg schon lange nicht mehr. Deshalb soll ein Gesundheitsstützpunkt entstehen, der von der Spitex und von einer Ärztin sowie von weiteren im Gesundheits- und Betreuungswesen tätigen Anbietern genutzt werden kann.

2019 wurde als Trägerschaft die Wohnbaugenossenschaft Hasliberg gegründet. Anstelle einer Finanzierung durch externe Investoren soll der Bau in Eigenfinanzierung mit Anteilscheinkapital vor allem durch die Bevölkerung getragen werden. Allerdings muss die für eine solide Finanzierung notwendige Eigenkapitalbasis erst noch zustande kommen.

#### LINKS

➤ [wohnbaugenossenschaft-hasliberg.ch](http://wohnbaugenossenschaft-hasliberg.ch)

➤ [euro.who.int](http://euro.who.int)

**Alterspolitik des Kantons Bern:**

➤ <https://tinyurl.com/alterspolitik>

menlebens. Sorge, Unterstützung und Pflege gehören in die Mitte der Gesellschaft und deshalb auch dorthin, wo Menschen leben, nämlich in die Dorfgemeinschaft. Entsprechend wurde auch bei der Erarbeitung des Konzepts immer wieder die örtliche Bevölkerung einbezogen, sei es mittels Befragung oder partizipativen Veranstaltungen.

Das Projekt ist als «Modellvorhaben nachhaltige Raumentwicklung 2020 – 2024» zum Themenschwerpunkt demografischer Wandel anerkannt.



**CHRISTINE RILLING, \*1951, ist diplomierte Pflegefachfrau HF und diplomierte Erwachsenenbildnerin AEB Luzern. Sie leitete in verschiedenen Organisationen des Gesundheitswesens die Bereiche Ausbildung. Rilling ist Mitglied des Verwaltungsrats der Spitex Oberhasli oberer Brienzensee und in dieser Funktion Mitglied der Verwaltung der Wohnbaugenossenschaft Hasliberg.**



**ALEX WILLENER, \*1951, arbeitet selbständig im Bereich Stadt- und Gemeindeentwicklung und ist im Nebenamt als Dozent und Forscher an der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit tätig. In Hasliberg fungiert er als Projektbegleiter des Projekts Generationenwohnen und hat zuvor das Projekt «Zukunft Hasliberg» geleitet.**

## Genf setzt auf Mikrooasen zur Abkühlung

Mirko Saam  
m.saam@inscience.ch

Kanton und Stadt Genf werden dieses Jahr zum zweiten Mal in Folge ihrer Bevölkerung während der Sommersaison begrünte, kühle Inseln zur Verfügung stellen. Diese städtischen Oasen, die vor allem für ältere Menschen gedacht sind, bieten jeweils ein Dutzend schattige Sitzplätze, die durch eine Nebelwolke gekühlt werden. Damit kann die Temperatur lokal um mehrere Grad gesenkt werden.

Das Kantonsarztamt von Genf hat den Slogan «In den Park gehen statt zu Hause bleiben» in die Praxis umgesetzt. Dazu hat die Behörde das Projekt Mikrooasen, welche die Stadt im Sommer verschönern, ins Leben gerufen. Bisher wurden ältere Menschen während Hitzewellen nämlich eher dazu aufgerufen, in geschlossenen Räumen zu bleiben. Die Angst vor der Hitze hindert sie daran, schattige Plätze in öffentlichen Parks aufzusuchen, was nicht selten zu sozialer Isolation führt. Dieses Projekt soll sie stattdessen dazu an-





regen, auch an brütend heißen Tagen nach draussen zu gehen und zu flanieren. Denn die kühlen Inseln sind so attraktiv gestaltet, dass sie für sich schon Ausflugsziele sind oder auch als Stopps auf einem längeren Spaziergang genutzt werden können. Es geht aber nicht nur darum, Seniorinnen und Senioren zu ermutigen, sich trotz Hitze körperlich zu betätigen. Ein anderer wichtiger Aspekt ist die Pflege von sozialen Kontakten, die grundlegend sind für das psychische Wohlergehen.

#### Standorte berücksichtigen die zu erwartenden Klimaveränderungen

Um festzulegen, wo genau die Mikrooasen eingerichtet werden sollen, wurde im Vorfeld eine Klimaaanalyse durchgeführt. So konnten

anhand von Klimaszenarien die potenziellen Hitzeinseln ermittelt werden. In einigen Fällen war die Wahl des Standorts aber auch davon beeinflusst, dass der städtische Raum bis zur Umsetzung der Baum- und Begrünungspläne von Kanton und Stadt Genf dringend angepasst werden musste.

Dank einem tragbaren Messgerät, das unter dem Namen «CityFeel» von der Haute école du paysage, d'ingénierie et d'architecture de Genève (HEPIA) und der Haute école spécialisée de Suisse occidentale (HES-SO) entwickelt wurde, liessen sich die Auswirkungen dieser kühlen Inseln auf die lokale Temperatur genau messen. Dabei zeigte sich, dass die kombinierte Wirkung von Schatten und Nebelsystem die Temperatur lokal und temporär

um fünf Grad senken kann, ohne dass dabei übermässig viel Wasser und Strom verbraucht werden. Pro Minute werden weniger als ein Liter Wasser und weniger als 500 Watt Strom benötigt. In diesem Jahr hat sich die Gemeinde Vernier dem Pilotprojekt angeschlossen. Neu richtet die Stadt in jedem Sommer von Mitte Juni bis Mitte September zwei Mikrooasen an stark frequentierten Orten der Stadt ein.

#### Ein Projekt in der Pilotphase

Um das Pilotprojekt weiter zu verbessern, ist eine Befragung der Bevölkerung in den betroffenen Stadtteilen und insbesondere der Nutzerinnen und Nutzer dieser Mikrooasen geplant. Gemäss den 2021 durchgeführten Beobachtungen ist der Anteil der älteren Menschen, die diese Orte aufsuchen, relativ gering. Wer sie nutzt, geht aber regelmässig hin. Eigenen Angaben zufolge werden die Seniorinnen und Senioren dadurch ermutigt, auch bei sehr heissem Wetter aus dem Haus zu gehen. Zudem lernen sie so, besser mit Hitzetagen umzugehen.

2021 gab es keine Hitzewellen. Deshalb ist es schwierig, bereits heute eine Bilanz des Projekts zu ziehen. Festzustellen ist aber, dass die Bevölkerung gerne in diesen grünen Oasen verweilt, um sich fern vom Trubel auszuruhen, die Zeitung zu lesen oder am Smartphone Nachrichten zu beantworten, während die Kinder diese neuen Räume begeistert in Spielplätze verwandeln.

Mit dieser Initiative folgt Genf anderen europäischen Grossstädten wie Paris oder Stockholm, die immer mehr Orte der Begegnung und der Geselligkeit sowie Einrichtungen schaffen, die eine Anpassung an den Klimawandel ermöglichen.

— (Übersetzung)

WEITERE INFORMATIONEN  
 ➔ [ge.ch/teaser/parc-parc](https://ge.ch/teaser/parc-parc)



**MIRKO SAAM, \*1973, studierte Ökologie und ist Mitgründer der Agentur Communication in Science in Genf. Er bereitet komplexe wissenschaftliche Themen populär auf, um sie Entscheidungsträgern und der breiten Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Der Autor beschäftigt sich vor allem mit Gesundheits- und Umweltthemen, setzt Strategien in Aktionspläne um und evaluiert die Auswirkungen dieser Projekte.**

## Gemeinsam planen

Kooperation über politische Grenzen hinweg, das ist ein Schlüssel, um ihre Gesundheitsversorgung zu optimieren. Vertreter aus drei Regionen nehmen Stellung.

### FRAGE 1

*Kann Ihre Region als Gesundheitsregion bezeichnet werden und wie wichtig ist die Zusammenarbeit mit der Nachbarschaft?*

### FRAGE 2

*Wo liegt der wichtigste Handlungsbedarf in Ihrer Region? Und welche Strategien verfolgen Sie?*

### FRAGE 3

*Wie kann die Raumentwicklung dazu beitragen, die Gesundheitsversorgung Ihrer Region zugänglicher zu machen?*



**MANUEL FRIECKE**  
Geschäftsführer der  
Regio Basiliensis, Basel

Kaum eine andere europäische Region arbeitet im Bereich Gesundheit grenzüberschreitend so eng und erfolgreich zusammen wie die Region Oberrhein mit dem Elsass, Baden, der Südpfalz und Nordwestschweiz. Sie zeichnet sich durch einen starken Forschungsstandort und den Sitz zahlreicher Life-Sciences-Firmen aus. Grenzen können gerade in diesem Bereich eine Chance für Zusammenarbeit und Wachstum sein.

Längerfristig ist es das Ziel, einen grenzüberschreitenden Gesundheitsraum Oberrhein zu entwickeln. Besonders das trinationale Kompetenzzentrum für Gesundheitskooperation (Trisan) leistet hier Pionierarbeit, indem es Studien erstellt, Tagungen durchführt und Gesundheitsprojekte anstösst. Im Fokus stehen dabei aktuell auch die Folgen und Erkenntnisse der Pandemie für die Region.

Wichtig ist es, eine bedarfsgerechte, wirtschaftliche und qualitativ ausreichend gute medizinische Versorgung zu gewährleisten. Sinnvoll wären hier bei der Raumentwicklung vermehrt kantons- und länderübergreifende Planungen. Dabei müssen die demografische Entwicklung berücksichtigt und die Möglichkeiten der digitalen Gesundheitsversorgung genutzt werden.



**JOACHIM KOPPENBERG**  
Direktor Gesundheitszentrum  
Unterengadin, Scuol

Die Idee der Gesundheitsregion Unterengadin ist bestechend einfach und doch innovativ: alle Gesundheitsangebote aus einer Hand. Die Angebote des Regionalspitals, des Rettungsdienstes, der Rehabilitationsklinik, der Spitex, der Pflegegruppen, der Pflegeheime und des Bogn Engiadina sind optimal aufeinander abgestimmt. Diese enge Kooperation ermöglicht Synergien und kommt den Patienten und den Mitarbeitenden zugute.

Wir streben weitere sinnvolle Vernetzungen von Gesundheitsangeboten an. Dabei spielt neben der persönlichen Betreuung immer häufiger die Telemedizin eine wichtige und sinnvolle Ergänzung: Die Expertin oder der Experte kommt quasi digital in die Region. Zudem wird die enge Zusammenarbeit mit dem Tourismus im Sinn des Gesundheitstourismus weiter ausgebaut.

Neben einer verbesserten Verkehrsinfrastruktur kann der Ausbau der digitalen Vernetzung wesentlich zur Entwicklung der Gesundheitsregion beitragen. Die Notfallversorgung im Winter bei geschlossenen Pässen und eingeschränkten Luftrettungsbedingungen aufgrund schlechten Wetters bleibt auch künftig eine grosse medizinische Herausforderung.



**STEPHAN HILL**  
Präsident des Verwaltungsrats  
der Gesundheit Simme Saane AG

Die Gesundheitsakteure im Simmental und Saanenland arbeiten eng zusammen und organisieren etwa gemeinsame Fortbildungen. Das Akutspital in Zweisimmen entlastet die niedergelassenen Ärztinnen und Ärzte und stellt rund um die Uhr den Zugang zu einer wohnortsnahen Notfallstation mit stationärer Nachversorgung sicher. Die Kooperation mit Nachbarregionen garantiert eine ganzheitliche Versorgung für Bevölkerung und Feriengäste.

Der wachsende Anteil älterer Menschen lässt eine steigende Nachfrage nach wohnortsnahen, stationären Gesundheitsdienstleistungen über die gesamte Gesundheitsversorgungskette erwarten. Dank der integrierten Versorgung sollen Angebote optimal aufeinander abgestimmt und Synergien zugunsten der Patientinnen und Patienten sowie den Mitarbeitenden geschaffen werden.

Gemäss der Gesundheitsstrategie des Kantons Bern 2020 – 2030 sind gute Verkehrsinfrastrukturen und -anbindungen zentral für den Zugang zum Gesundheitswesen. In unserer Region kommt der Abstimmung von Siedlung, Verkehr und Arbeitsräumen sowie der Gesundheitsversorgung eine hohe Priorität zu. Entsprechend sind unsere regionalen Zentren auf diese Anforderungen hin planerisch zu entwickeln und auszurichten.

# Von der «Stadt der Viertelstunde» zum «Paris de la proximité»

**Carlos Moreno**  
carlos.moreno@inti-mc.com

Mit dem «Paris der Viertelstunde» sollen Pariserinnen und Pariser aller Altersgruppen bald fast alles direkt vor ihrer Haustür erledigen können. Seit Anne Hidalgo 2020 als Bürgermeisterin von Paris wiedergewählt worden ist, hat sich dieses Konzept in der französischen Hauptstadt immer mehr durchgesetzt.

Zeitraubendes und CO<sub>2</sub>-intensives Pendeln, die Omnipräsenz des Autos im städtischen Raum, Luftverschmutzung, Anonymität und Isolation: Der grossstädtische Lebensstil leidet unter vielen Missständen. Um sie zu beseitigen, sollen alle Bewohnerinnen und Bewohner ihre wesentlichen Bedürfnisse innerhalb von 15 Minuten zu Fuss oder mit dem Velo decken können. Der Autor, ausserordentlicher Professor an der Sorbonne Business School (IAE Paris) und internationaler Experte für das Konzept der Human Smart City, initiierte 2016 eine neue Form der Stadtorganisation, die auf Nähe basiert und die unterdessen schon zahlreiche Stadtväter und Bürgermeisterinnen grosser Metropolen überzeugt hat.

Berücksichtigt werden dabei sechs wesentliche Bereiche des Alltagslebens: Wohnen, Arbeiten, Gesundheit, Einkaufen, Bildung und Kultur. Die 15-Minuten-Stadt soll in erster Linie die Lebensqualität der Bevölkerung verbessern. Sie soll aber auch ermöglichen, die aktuellen ökologischen, wirtschaftlichen und

sozialen Herausforderungen bis 2050 zu bewältigen. Die grundlegende Idee beruht auf drei Prinzipien: Chrono-Urbanismus (darunter versteht man eine Stadtplanung, die Rücksicht nimmt auf die zeitlichen Aspekte), Chrono-Topie (damit ist die unterschiedliche Nutzung ein und desselben Orts je nach Tages- oder Wochenzeit gemeint) und Topophilie, die Verbundenheit mit dem Ort.

### Ein ehrgeiziges Vorhaben für Paris

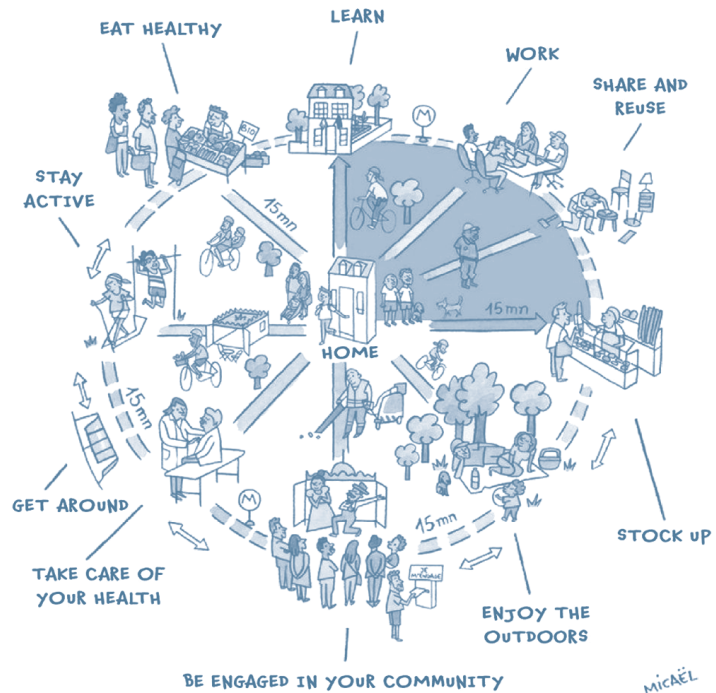
Anne Hidalgo, die Bürgermeisterin von Paris, hat dieses Konzept begeistert aufgegriffen und die Umsetzung beherzt angepackt. Die französische Hauptstadt ist aufgrund ihrer Beschaffenheit – grosse Dichte und Fläche, feinmaschiges Netz an öffentlichen Verkehrs-

mitteln, Unterteilung in 17 Arrondissements – perfekt für diese neue städtische Organisation geeignet. Hidalgo beschreibt das Paris der Viertelstunde wie folgt: «Es ist eine Stadt, die niemanden zurücklässt, eine Stadt der Nähe, in der man alle notwendigen Dienstleistungen von zu Hause aus innerhalb von 15 Minuten zu Fuss erreichen kann. Das ist die Voraussetzung für den ökologischen Umbau der Stadt.»

Die zentralen Säulen dieses ehrgeizigen Vorhabens, das seit 2020 in einem Masterplan verankert ist, sind:

→ Die Verkehrswege sollen neu organisiert werden, um die Stadt zu beruhigen: Das Ziel besteht darin, die sanfte Mobilität zu fördern und von einer Planung wegzukom-

## THE 15-MINUTE PARIS





men, die auf der Nutzung des Privatautos basiert. Während der Corona-Krise wurde eine Wende eingeleitet, indem die Zahl der Strassen, die für Velofahrende reserviert sind, vervielfacht wurde. Diese Entwick-

lung wird weitergeführt mit der Verbreiterung der Trottoirs und der Schaffung von grünen Verbindungen, also eines Netzes von verkehrsberuhigten, begrünten Strassen, die Zugang zu Parks, Gärten oder Wäl-

dern sowie zur Seine und zu den Kanälen bieten.

→ In bestehenden Räumen wie Schulhöfen oder Parkplätzen oder in neu zu schaffenden Räumen wie Kultur- oder Sportstätten, Gesundheitszentren oder «Sport Social Clubs» sollen neue, lokale Dienstleistungen aufgebaut werden.

→ Die Entwicklung von lokalen Geschäften soll durch ein gewerbeförderndes Immobilienunternehmen unterstützt werden.

→ Die Bevölkerung soll neue Möglichkeiten zur Stärkung der Selbsthilfe erhalten: Die Menschen sollen dazu ermutigt werden, sich zu engagieren und selbst Lösungen für ihre Bedürfnisse zu finden. Wichtige Bausteine dazu sind spezielle Kioske, die als Anlaufstelle für die Bevölkerung dienen, die Schulung von Freiwilligen, die in verschiedenen Bezirken tätig sind, die Bekämpfung der Isolation älterer Menschen, die Förderung des digitalen Zugangs oder auch die Erhöhung des «Budget participatif», mit dem Projekte und Ideen aus der Bevölkerung realisiert werden können.



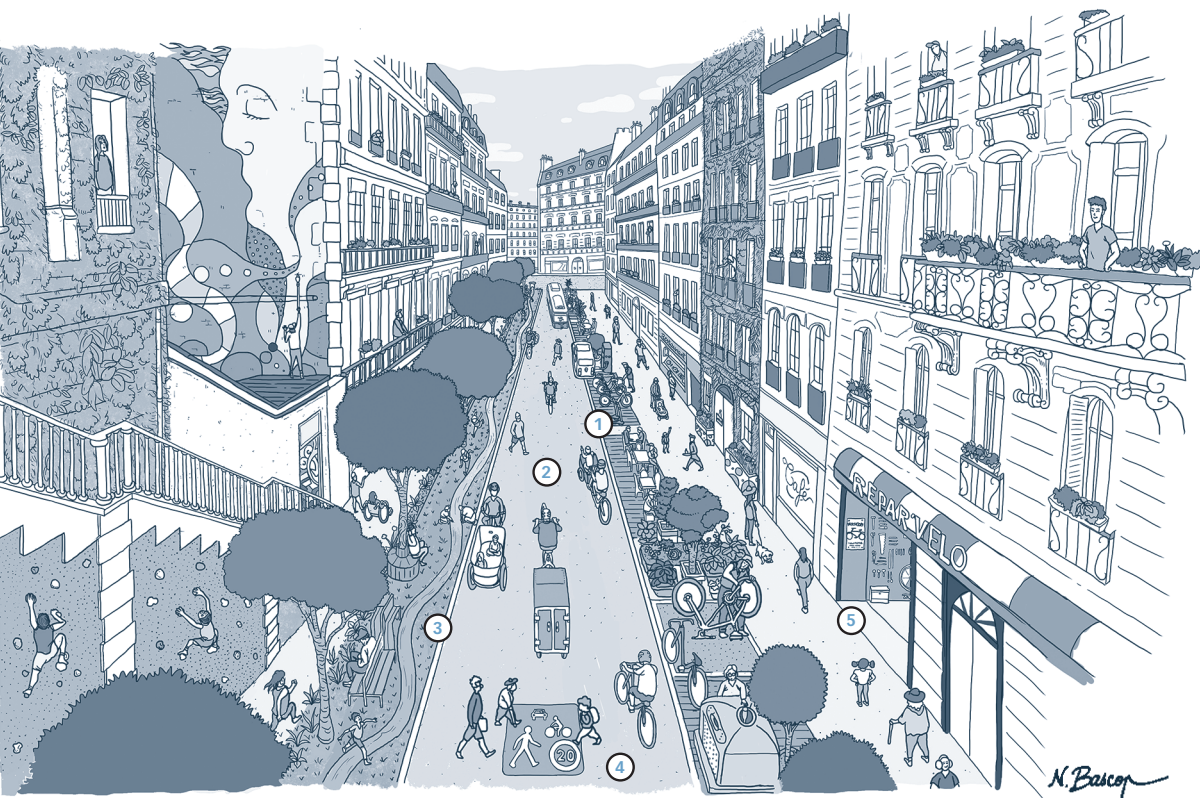
Promenade Petite Ceinture, Paris



Zur Umsetzung dieses Programms hat Paris eine Beauftragte für die 15-Minuten-Stadt eingesetzt. Sie wird durch den Lehrstuhl Entrepreneuriat Territoire Innovation (ETI) der Universität Paris 1 – Sorbonne unterstützt.

#### **Positive Bilanz nach zwei Jahren**

Die positiven Auswirkungen dieses Wandels sind bereits jetzt zu erkennen: Die ersten Massnahmen betrafen die Organisation des Verkehrs und die Förderung des Langsamverkehrs. Die Covid-19-Krise beschleunigte den Prozess, da in dieser Zeit mehr Velowege eingerichtet und Hauptverkehrsstrassen für den Autoverkehr gesperrt wurden. Aber man kann sich den Raum, der früher den motorisierten Fahrzeugen vorbehalten war,



**Paris soll ökologisch umgebaut werden:**

- 1 Parkplätze, die in Terrassen und Gärten verwandelt werden
- 2 Eine verkehrsberuhigte Strasse für Menschen, die zu Fuss oder per Velo unterwegs sind
- 3 Gärten vor der Haustür
- 4 Sichere Wege für Kinder
- 5 Mehr lokale Dienstleistungen

auch auf andere Weise aneignen: Strassen in der Nähe von Schulen wurden für den Verkehr gesperrt und begrünt, an sonnigen Tagen werden Parkplätze temporär zu Terrassen umfunktioniert und am Strassenrand und in Parks wachsen immer mehr Pflanzen.

Nach dem Prinzip der Chrono-Topie und mit der Idee, die Schule in ein «Quartierzentrum» zu verwandeln, wurden mehrere Schulhöfe ausserhalb der Schulzeiten für die ganze Bevölkerung zugänglich gemacht. An Wochenenden und in den Schulferien sind diese renaturierten Räume Schauplatz verschiedenster Aktivitäten. Diese Initiative ist ein grosser Erfolg in einer Stadt, in der viele Wohnungen weder Garten noch Balkon haben.

Weiter wurde das städtische Gesundheitsnetz so ausgebaut, dass alle Pariserinnen und Pariser in unmittelbarer Umgebung ihrer Wohnung eine medizinische Einrichtung vor-

finden, was vor allem in der Covid-Krise wichtig war. In Zusammenarbeit mit der Assistance Publique des Hôpitaux de Paris wurde zudem ein Präventionssystem entwickelt. Schliesslich wurden das Wohl und die Sicherheit der ganzen Bevölkerung verbessert, so etwa durch Massnahmen für mehr Sauberkeit in der Stadt. Zudem haben die Bürgermeisterinnen und Bürgermeister der einzelnen Arrondissements sogenannte «Parcours de tranquillité publique» festgelegt: Polizeibeamte sind vermehrt unterwegs und die bürgernahe Polizei hat generell ihre Präsenz verstärkt.

**Eine glückliche Bevölkerung?**

Noch hat keine Studie untersucht, wie sich diese Veränderungen tatsächlich auf die Bevölkerung auswirken. Die Beobachtungen sprechen aber für sich: Kinder spielen gefahrlos vor ihrer Schule, die Velowege sind voll,

der Strassenraum wird immer grüner ... Langfristig soll dieses Konzept der «glücklichen Nähe» – des Glücks also, im eigenen Quartier gut und gesund leben zu können – in der ganzen Stadt verwirklicht werden. Die Eindämmung des motorisierten Verkehrs, die Möglichkeit, vor der Haustür einen Raum für Naherholung vorzufinden, und die Nähe zur Gesundheitsversorgung sind der Schlüssel zum Erfolg. Die Pariserinnen und Pariser werden aber noch viel mehr profitieren, etwa indem sie Zeit gewinnen, sich ihren Lebensraum wieder aneignen und die nachbarschaftlichen Beziehungen stärken.

Es ist also möglich, dass eine städtische Verwaltung das Wohlbefinden der Bevölkerung fördert und zugleich die gesundheitlichen, klimatischen und sozialen Herausforderungen unserer Zeit in Angriff nimmt.

— (Übersetzung)



**Carlos MORENO, \*1959, ist ein französisch-kolumbianischer Forscher, der für seine Vision der «intelligenten Stadt» bekannt ist. Er ist ausserordentlicher Professor und wissenschaftlicher Leiter des Lehrstuhls Entrepreneuriat Territoire Innovation (ETI) am IAE Paris-Sorbonne und wurde 2010 zum Ritter der Ehrenlegion ernannt. 2019 erhielt er die Medaille de la Prospective der Architekturakademie und 2021 den OBEL Award. Zudem wurde ihm im vergangenen Jahr am Smart City Expo World Congress in Barcelona der Leadership Award verliehen.**

## Ein neuer Versuchsballon für den Pays-d'Enhaut

Text: Pieter Poldervaart  
poldervaart@kohlenberg.ch  
Fotos: Miriam Künzli  
contact@miriamkuenzli.com



---

Gut 20 Jahre nach dem berühmten ersten Ballonflug Bertrand Piccards um die Erde ist Château-d'Oex Schauplatz und Ausgangspunkt eines weiteren Experiments: Mit baulichen und sozialen Angeboten fördert die Gemeinde die Mobilität von Seniorinnen und Senioren. Ob lokal produzierte Holzbänke, nachbarschaftlicher Autostopp oder Strickclub: Die vielfältigen Projekte des ARE-Modellvorhabens vereinfachen den Menschen im dritten Lebensalter den Zugang zum öffentlichen Raum und verschaffen ihnen so mehr Sozialkontakte, Gesundheit und damit Lebensqualität.

---



Im Winter Skipisten, im Sommer Wanderwege, so wirbt Château-d'Oex um bewegungshungrige Touristinnen und Touristen. Doch nicht alle in der flächenmässig grössten Waadtländer Gemeinde haben Interesse an Snowboard und Wanderschuhen: Einheimische Seniorinnen und Senioren, die mit Stock und Rollator unterwegs sind, können die Landschaft nur bedingt geniessen. Der Anteil der Menschen im dritten Lebensalter ist in der 3500-Seelen-Gemeinde mit 24,4 Prozent deutlich höher als im Schweizer Durchschnitt (18,3 Prozent) oder im Kanton Waadt (16,4 Prozent). «Dass so viele Pensionierte bei uns leben, ist kein Zufall», sagt Eric Fatio in der Gaststube des «Hôtel de Ville». Im ehemaligen Rathaus, wo früher Steuererklärungen überprüft und Bussen ausgestellt wurden, übernachteten heute Feriengäste und lassen sich im Restaurant Rösti servieren, überbacken mit einer «Tomme Fleurette de Rougemont». Fatio, in der Exekutive zuständig für Gesundheit und Soziales, erklärt, wie der hohe Altersdurchschnitt zustande kommt. Es sei nur teilweise der Abwanderung der Jungen geschuldet, die in Lausanne, Freiburg oder anderen Städten studieren und attraktive Jobs finden. Viel wichtiger ist die Zuwanderung von Menschen, die am Arc

Lémanique ihr Erwerbsleben abgeschlossen haben und aufs Alter zurück in die beschauliche Region Pays-d'Enhaut ziehen, nach Château-d'Oex als Zentrum oder den beiden Nachbargemeinden Rougemont und Rossinière. «Häufig erben Kinder das Haus ihrer Eltern oder Grosseltern. Statt es zu verkaufen, kommen sie erst nur am Wochenende und in den Ferien. Schliesslich ziehen sie ganz hierher. Sie verlieben sich in die Landschaft, ganz einfach», erklärt der 51-Jährige.

#### Der Kirchhügel als Dorfzentrum

Das mit dem Verlieben ist so eine Sache. Bei unserem Besuch macht der April seinem Namen alle Ehre, der Himmel kann sich nicht recht entscheiden, ob er Schnee oder Regen zu Boden schicken soll – im Moment ist es Regen, pausenlos. Doch noch trinken wir in der warmen Gaststube Kaffee, und Fatio, der als einziger Abgesandter der SP im bürgerlich dominierten Gemeinderat sitzt, beschreibt, wie es zum ARE-Modellvorhaben «Kulturlandschaften der Region für Seniorinnen und Senioren aufwerten» – oder kurz «Seniorinnen und Landschaft» gekommen ist. Den Anfang machte das Label «Gesunde Gemeinde», das Château-d'Oex 2017 als erste

im Waadtland erhielt. Schon damals war Fatio treibende Kraft. Der Kontakt mit Pro Senectute bewog den Rettungssanitäter zum nächsten Schritt: etwas für jene zu tun, die sich zwar an der Landschaft erfreuen, deren Radius aber jedes Lebensjahr stärker eingeschränkt wird. «Es ist die allernächste Umgebung, die wir besser erschliessen müssen.»



«Mit der Pension kommen viele ins Tal zurück», so Gemeinderat Eric Fatio.

Und diese unmittelbare Umgebung, das ist für viele «La Colline du Temple». Die evangelische Kirche ist auf einem markanten, etwa 30 Meter hohen Felsen gebaut, der in der letzten Eiszeit von einem Gletscher zurückgelassen wurde. Um 1300 stand hier noch ein Wehrturm, dann folgten Gotteshäuser, das aktuelle datiert aus dem Jahr 1800. Auch wer nicht religiös ist, hat allen Grund, einen der beiden 150 Meter langen Zufahrtswege zu benutzen: Kiesplatz und Rasen rund um die Kirche bieten – zumindest bei besserem Wetter – einen prächtigen Ausblick auf den Pays-d’Enhaut mit der Saane im Tal.

### Spazieren und kritisieren

Heute allerdings sind hier, 958 Meter über Meer, höchstens weisse Flecken im Naturschutzgebiet La Pierreuse und der Gummfluh zu sehen: Neuschnee, den der Winter in der vorangegangenen Aprilnacht ein paar hundert Meter höher trotzig hingeworfen hat. Es nieselt, die Temperatur hat es nur knapp über den Gefrierpunkt geschafft, dennoch er-



Für viele nur ein Handlauf, ist die bauliche Hilfe für ältere Menschen zentral, um zu Fuss sicher auf den Kirchhügel zu gelangen.

warten uns draussen vor dem Verkehrsbüro sechs Seniorinnen und ein Senior. Mit dem Knirps in der Hand zeigen sie, was sie, quasi als Denkfabrik des ARE-Modellvorhabens, noch alles vorhaben mit ihrer «Colline du Temple» und dem Städtchen rundherum.

Ein erstes Ergebnis passieren wir schon nach wenigen Schritten: einen sechs Meter langen, schmiedeeisernen Handlauf am Fuss des Kirchhügels. Das Metallstück ist gewiss keine Grosstat. Jedoch überbrückt die Stütze eine Lücke zum nächsten Handlauf und erlaubt es Gehbehinderten, die Steigung bequem zu nehmen. «Viele ältere Menschen schaffen es erst dadurch wieder auf den geliebten Hügel hinauf», erklärt Maude Rampazzo, die für Pro Senectute Waadt arbeitet. Die Organisation hat in den letzten 20 Jahren nach der Methode «Solidarische Nachbarschaften» 30 Projekte entwickelt. Rampazzo war es auch, die in Château-d’Oex mit «ihren» Seniorinnen das Manko des fehlenden Handlaufs registrierte: Im letzten Jahr organisierte die Arbeitsgruppe mehrere «Balades Diagnostiques». Dabei



Stimmt die Infrastruktur für ältere Menschen, verlassen sie wieder häufiger ihre Wohnung und bewegen sich mehr. «Das hilft ihrer Gesundheit», so Maude Rampazzo, die für Pro Senectute Waadt arbeitet.

handelt es sich um ein bis zwei Kilometer lange Spaziergänge durch das Städtchen, die gut und gerne anderthalb Stunden dauern können. Denn statt auszuscreiten, stoppt die Gruppe buchstäblich an jeder Strassenecke – und kritisiert, was das Zeug hält. Dabei notiert Rampazzo minutiös, was die älteren Menschen jeweils bemängeln: Hier ist eine Schwelle zu hoch, dort ist das Strassenpflaster uneben und bildet eine Stolperfalle. Oder es fehlt eine Sitzbank. Denn wer nicht mehr gut zu Fuss ist, braucht Pausen. Und für Pausen braucht es Sitzgelegenheiten.

### Neuer Rundgang, mehr Natur

Die Sitzbänke sind ein Kapitel für sich in Château-d’Oex. Davon weiss auch Eric Fatio ein Lied zu singen. «Ich bin auch gelernter



Schreiner und meinte, sofort zu wissen, wie solche Möbel aussehen müssen», erinnert er sich an den Start der Beschaffung. Doch ob-

wohl Fatio vom Fach ist und die Holzverarbeitung in der Region eine lange Tradition hat – ganz so schnell waren die neuen Sitzbänke

nicht entwickelt. Stolz präsentierten Fatio und der Schreiner Jean-Louis Rossier den ersten Prototyp – und fielen damit bei den kritischen Alten, den Fachleuten in der Disziplin des Ausruhens auf öffentlichem Grund, durch. Gleichzeitig weibelten zwei Damen für einfache, günstige Bänke, die aus ganzen Baumstämmen gehauen waren. Auch diese Idee wurde versenkt, weil die Platzierung mit Kränen zu aufwendig gewesen wäre. In der Folge verliessen die beiden Damen die extra dafür gegründete Arbeitsgruppe im Groll. «Auch das gehört zur Partizipation», bilanziert Fatio nüchtern, allen recht machen könne man es nie. Schliesslich aber fand man die ideale Bank: ergonomisch, ästhetisch, wetterbeständig – und vom lokalen Schreiner hergestellt. Die ersten zwei Dutzend sind in Produktion und werden derzeit imprägniert. An die 50 Exemplare sollen bis in zwei Jahren aufgestellt sein. Wo sie platziert werden und wohin man blickt, wenn man es sich auf ihnen gemütlich gemacht hat, darüber befinden, Bank für Bank, die Seniorinnen. Die Kosten für die Infrastruktur schultert die



Der Schreiner Jean-Louis Rossier und sein neunjähriger Sohn Jimmy:  
Die Wertschöpfung der 50 neuen Holzbänke bleibt im Dorf.



Werden bald durch neue, ergonomischere Bänke ersetzt: die Sitzgelegenheiten auf dem Kirchhügel.

Selbst ein Kino gibt es im Ort, dazu kommen eine Eis- und eine Bowlingbahn.

Gemeinde, der Prozess des ARE-Modellvorhabens wird aus Beiträgen des Bundes und der am Genfersee aktiven Fondation Leenaards finanziert.

Schon jetzt ist klar: Etliche der Bänke werden auch auf dem Kirchhügel zu stehen kommen und die maroden Standardbänke dort ersetzen. Und noch etwas anderes werde sich hier oben ändern, stellt Jane-Marie Nussbaumer in Aussicht. Die Siebzugjährige engagiert sich schon seit drei Jahren in der Gruppe. Sie selbst sei zwar noch gut zu Fuss, doch das könne sich ja von einem Tag auf den anderen ändern. Um den Ort aufzuwerten, werde man den asphaltierten Zufahrtsweg verbessern. Ein Beispiel sind Spiegel in den engen Kurven für jene Fälle, in denen Personen im Rollstuhl zur Messe oder zum Konzert den Hügel hochchauffiert werden und dabei auf Fussgängerinnen treffen könnten. Dazu kommt die Idee eines Meditationsparcours mit sieben Stationen. «Wir sammeln und diskutieren derzeit geeignete Texte dafür», berichtet Nussbaumer. Weiter sollen der etwas in die Jahre gekommene Jardin de la Motte an der Flanke des Hügels umgestaltet und die Pfade ausgebessert werden – die Primarschulklasse hat schon mal Schilder mit den Pflanzennamen gemalt. Und schliesslich gebe es den Vorschlag, den englischen Rasen in eine Blumenwiese umzuwandeln. Statt Trittplatten sollen ins hohe Gras gemähte Pfade die Sitzbänke verbinden.

#### Eine Oper, direkt aus New York

Maude Rampazzo und Eric Fatio können sich vor Vorschlägen kaum retten. Motivierend wirkt, dass die Seniorinnen ihre Ideen immer gleich mit knackigen Begriffen betiteln: «Vas-y molo», zu Deutsch «Immer schön ruhig ...», heisst ein halbstündiger Minispaziergang,



den nicht mehr so mobile Personen mit Unterstützung jener Kolleginnen und Kollegen unternehmen, die noch besser zu Fuss sind; auch hier helfen die verschiedenen baulichen Verbesserungen. Andere Angebote fo-

kussieren ganz auf das Soziale: «Trico'thé» etwa kombiniert Handarbeiten wie Stricken und Häkeln mit einem Tee- und Kuchenplausch. Und schliesslich wird in den nächsten Monaten «J'te pouce» umgesetzt: Ein hal-



Die Hauptstrasse ist nur in eine Richtung befahrbar, das entlastet das Zentrum vom Autoverkehr.



bes Dutzend Standorte ausserhalb des Ortes werden als «Wartestellen» markiert. Wer hier – auf einer neuen Holzbank, selbstverständlich – wartet, darf darauf hoffen, dass ihn eine automobilen Nachbarin mitnimmt

und am besten gleich zum Ziel chauffiert. Die Idee, unkompliziert die Vorteile von Autostopp (französisch: «faire la pouce») mit Nachbarschaftshilfe zu kombinieren, entstand aus der Tatsache, dass die Gemeinde grossflächig und dünn besiedelt ist. Einen Ortsbus zu etablieren, liegt finanziell nicht drin, für die meisten Berufstätigen ist deshalb das Auto unverzichtbar.

Optimierte Trottoirs, Pausenbänklein und Mitfahrgelegenheiten sollen Château-d'Oex noch attraktiver für ältere Menschen machen. Viele andere Angebote existieren schon. Das beginnt bei der vermutlich prächtigsten Bahnstufenunterführung der Schweiz, hervorragend ausgeleuchtet, vom Kunstmaler Franck Bouroullec geschmückt und frei von jedem Graffiti. Die «Rue Principale» wiederum mit ihren Cafés und Läden ist verkehrsberuhigt und nur einspurig befahrbar. Zudem bietet die Gemeinde einen Gesundheitsstützpunkt: ein Spital mit zehn Betten, Notfallabteilung, Altersheim und Spitex. Dazu kommen 70 Vereine, ein Freibad, je eine Eis- und Bowlingbahn und eine Vielzahl klei-

Kleine Spezialitätenläden und Cafés machen das Leben im Städtchen Château-d'Oex besonders auch für ältere Menschen attraktiv.

ner Fachgeschäfte, wie man sie anderswo kaum mehr kennt. Für Unterhaltung sorgen zudem die im Ort gedruckte Wochenzeitung «Journal du Pays-d'Enhaut» und ein Kino, das einmal pro Monat eine Oper aus New York überträgt – «meine Frau lässt keine Aufführung aus», erklärt Eric Fatio, selbst kein Fan dieser Theatersparte.

Eine Attraktion ist auch das Internationale Ballonfestival, das jeweils am Anfang des Jahres zehn Tage lang das Städtchen prägt. Die Wetterlage im Pays-d'Enhaut ist perfekt für Ballonfahrten, das wussten auch Bertrand Piccard und Brian Jones, als sie am 1. März 1999 zu ihrer 20-tägigen Weltumrundung aufbrachen. Versuchsballone wie «J'te pouce» und «Trico'thé» mögen nicht so spektakulär sein. Aber sie halten die Seniorinnen und Senioren mobil, bringen sie zurück in die Gesellschaft, ermöglichen ihnen Eigeninitiative und dürften so ihre Lebensqualität erhöhen.

LINK ZUM MODELLVORHABEN:

➔ <https://tinyurl.com/ChateauD>



**PIETER POLDERVAART** ist freier Journalist in Basel und Redaktor von «Forum Raumentwicklung».



**MIRIAM KÜNZLI** ist freie Fotografin in Zürich.



#### DIE BILDERGALERIE ZUR REPORTAGE

Weitere Fotos zur Reportage finden Sie unter [www.aren.admin.ch/forumraumentwicklung](http://www.aren.admin.ch/forumraumentwicklung)



#### DIE FILME ZUR REPORTAGE

→ Den Link zum Film «In Château-d'Oex bewegt sich etwas» und ein Gespräch mit Eric Fatio, Gemeinderat von Château-d'Oex, und Maude Rampazzo, Mitarbeiterin von Pro Senectute Waadt, finden Sie unter [www.aren.admin.ch/forumraumentwicklung](http://www.aren.admin.ch/forumraumentwicklung)



## Gesundheit bauen



**RAHEL MARTI**, \*1976, ist dipl. Architektin ETH. Sie arbeitet seit 2004 bei der Zeitschrift Hochparterre, heute als Redaktorin für Planung und Architektur. [marti@hochparterre.ch](mailto:marti@hochparterre.ch)

Sie sind ein architektonisches Ereignis: die Treppen im Neubau der Fachhochschule Nordwestschweiz in Muttenz. Das Büro Pool Architekten aus Zürich hat sie fast wie Kugelbahnen kreuz und quer durch das riesige Atrium geführt. Bloss: Die Treppen werden wenig genutzt. Denn die Stufen sind zu langgezogen, so dass man sich ausgebremst fühlt und aus dem Tritt gerät; zudem fehlen Podeste. Die Bauteile überfordern auch kognitiv: Aufgrund der verschiedenen Richtungen muss man erst überlegen, welche Treppe man nimmt, um am richtigen Ort zu landen. Das ist viel verlangt – wer es eilig hat, nimmt lieber den Lift.

Anders ging der Architekt Paolo Basso Ricci vor, als er in Givisiez ein Bürohaus für die Sozialversicherungsanstalt des Kantons Freiburg plante. Basso Ricci will mit «aktiver Architektur», wie er sein Konzept nennt, das Bewegungsverhalten der Beschäftigten stimulieren. Durch das verglaste Treppenhaus ist die Treppe vom Korridor und von den Arbeitsplätzen aus sichtbar. Öffnet man auf einem beliebigen Geschoss eine Türe in dieses Treppenhaus, verdeckt diese gleichzeitig den Lifteingang. Man müsste um die Tür herumgehen. Und wegen diesem kleinen Hindernis nimmt man eher die Treppe. «Die aktive Architektur setzt das Konzept der aktiven Mobilität im öffentlichen Raum ins Innere fort», sagt Architekt Basso Ricci.

Eine sorgfältig gestaltete und gepflegte Umwelt lädt also dazu ein, sich häufiger zu bewegen – vom Treppenhaus mit Tageslicht über den Spazierweg am Fluss bis zur sicheren und direkten Veloverbindung. Die Wirkung kann sogar subkutan sein: So sind offenbar Stadtbewohnerinnen deutlich weniger gestresst, wenn sie regelmässig Grünräume besuchen. Auch Begegnung schafft Bewegung: Bei der Überbauung Reitmen in Schlieren bei Zürich schenkte das Zürcher Büro Haerle Hubacher den Erschliessungsräumen viel Aufmerksamkeit. In den Treppenhäusern ist es dank raumhoher Fenster taghell, so dass man lieber zu Fuss geht und eher für einen Schwatz stehenbleibt, als wenn man sich im Halbdunkeln anträfe. Zum Teil sind Treppen und Korridore sogar mit Parkett belegt, es kommt fast schon Wohnzimmerstimmung auf. Draussen wiederum trifft man sich auf den vielen Wegen, die Hauseingänge, Gärten, Plätze und die künftige Haltestelle der Limmattalbahn verbinden.

Gebaut hat die Siedlung Reitmen eine private und renditeorientierte Bauherrschaft, die Anlagestiftungen Turidomus und Adimora. Dass diese Anleger Bedürfnisse wie Bewegung und Begegnung in den Anforderungskatalog aufgenommen haben, ist bemerkenswert. Denn üblicherweise sind es eher öffentliche Bauherrschaften, die sich diesen gesellschaftlichen Themen verpflichten. Grosse Firmen mögen sich zwar um angenehme Arbeitsplätze bemühen, aber die Absicht dahinter ist wenig sozial: Es geht um eine höhere Arbeitsleistung. Auch die Immobilienbranche ist mit Preisschildern rasch zur Stelle: Sie vermarktet ihre Objekte gerne mit Bäumen und Grün. Und wo der Grünanteil rund ums Haus stimmt, erhöht sie die Monatsmiete – wie Daten aus Zürich zeigen – um bis zu 500 Franken pro Wohnung.

Vorgaben in Sachen Umwelt- und Klimaverträglichkeit gelten schon heute. Sind auch die übrigen juristischen Bedingungen erfüllt, wird die Baubewilligung erteilt. Mindestkriterien für die Sozialverträglichkeit, und dazu zähle ich die Möglichkeit, gesund zu wohnen und zu arbeiten, sind dagegen unbekannt. Dabei kann man letztlich auch hier ökonomisch argumentieren: Eine gebaute Umwelt, die gut gestaltet ist, senkt spätere Gesundheitskosten.

Seit einigen Jahren setzen wir die Innenentwicklung rasant um. Der Prozess fordert seinen Tribut: Grünräume schwinden, Nachbarschaften werden durch den Abriss ganzer Siedlungen aufgelöst. Wollen wir die negativen Folgen für die psychische und physische Gesundheit eindämmen, dann sind nicht nur für die Klimaverträglichkeit, sondern auch für die Sozialverträglichkeit griffige Regeln nötig: ausformulierte und messbare Kriterien, die für jede Projektentwicklung gelten, öffentliche wie private. Das ist nichts Neues: Anfang des 20. Jahrhunderts halfen bauliche Massnahmen, übertragbare Krankheiten wie Tuberkulose oder Cholera einzudämmen. Heute braucht es neue Ansprüche an die Umgebungsgestaltung, um nichtübertragbare Krankheiten wie Diabetes und Übergewicht zu vermeiden oder deren Folgen zu lindern.

—

### DIE AUDIODATEI ZUR KOLUMNE

Hören Sie die Kolumne, gelesen auf Deutsch von der Autorin selbst unter [www.are.admin.ch/forumraumentwicklung](http://www.are.admin.ch/forumraumentwicklung)



## DIE ZAHL

---

Über

# 2000

frühzeitige Todesfälle pro Jahr sind auf den Strassen-, Schienen-, Luft- und Schiffsverkehr zurückzuführen. Im Jahr 2018 entfielen davon 1182 auf Luftverschmutzung, 685 auf Lärm und 251 auf Unfälle. Die Fotos auf dieser und der folgenden Seite zeigen Orte, wo Menschen bei Unfällen ihr Leben liessen.

---



« Le facteur humain devrait toujours rester au centre des préoccupations des aménagistes. »

---



Maria Lezzi  
directrice ARE  
maria.lezzi@are.admin.ch

Il y a trois ans, aussi bien en semaine que durant le week-end, on jouait encore au foot à l'extérieur. Au stade, dans la cour d'école ou dans la rue, la course derrière le ballon rond faisait partie du quotidien de beaucoup d'entre nous.

Ces derniers temps pourtant, ces habitudes se sont un peu perdues. En raison de la pandémie, nous avons été forcés de limiter nos mouvements et de restreindre par là même les occasions de nous rencontrer. Il nous a même été interdit de jouer au foot, ou alors seulement en l'absence de tout public. Rappelons-nous certaines images en provenance des États-Unis : on y voyait des parcs où avaient été dessinés à la craie des cercles dans le gazon, pour délimiter la surface sur laquelle les familles pouvaient se tenir, à bonne distance les unes des autres. L'Italie avait même décrété le couvre-feu permanent pendant des semaines, ce qui est d'ailleurs toujours le cas aujourd'hui en Chine. Tout cela, au nom de la santé publique !

Si donc, le thème de ce cahier – santé et aménagement du territoire – s'est imposé à chacune et chacun de manière totalement imprévisible, les concepteurs de la revue *Forum* ne pouvaient manquer une si belle occasion de s'emparer du sujet. Quelles mesures prenons-nous pour rendre nos villes, villages et quartiers non seulement plus sûrs, mais aussi plus sains et plus agréables à vivre ? Comment planifions-nous nos lieux de vie ? De quelles sortes d'infrastructures avons-nous besoin pour assurer la santé de la population à l'échelle locale et dans le pays tout entier ? Comment, enfin, pouvons-nous aménager judicieusement notre territoire et développer nos infrastructures de transport afin de promouvoir des modes de vie respectant la santé ?

Face à la crise climatique et à une démographie en constante évolution, nous devons aujourd'hui repenser l'articulation entre utilisation du sol, aménagement du territoire et promotion de la santé. La pandémie a mis en lumière les faiblesses de notre système ; elle nous a rappelé également que santé et joie de vivre sont indissociables de contacts sociaux et de relations de bon voisinage. Si elle souhaite contribuer à la santé de sa population, une commune ou une région ne doit pas se contenter de *hardware* et de *brainware* – c'est-à-dire de mettre en place une planification préventive bien conçue –, mais penser également au *heartware*. En d'autres termes, elle doit être particulièrement attentive aux besoins non matériels des gens. Vous ne serez donc pas étonnés que le présent numéro vous invite à replacer l'humain – et plus seulement le territoire, comme vous avez jusqu'ici appris à le faire – au centre de vos préoccupations d'aménagistes ou de responsables politiques. (traduction)

---

## L'aménagement du territoire comme gage de santé

**Caroline Beglinger**

caroline.beglingerfederova@are.admin.ch

**Camille Beziane**

camille.beziane@are.admin.ch

**Gisèle Jungo**

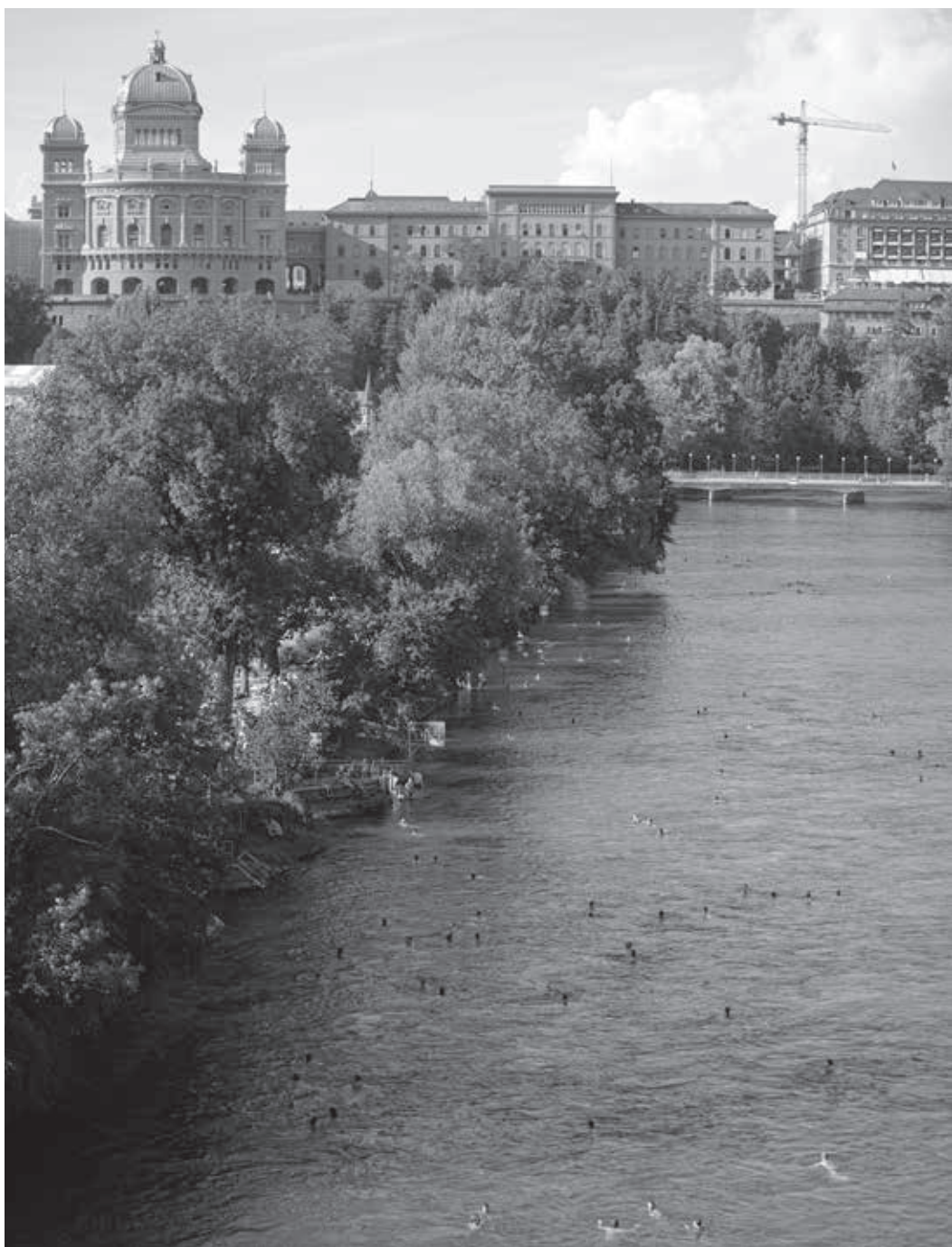
gisele.jungo@bag.admin.ch

**Nicole Ruch**

nicole.ruch@bag.admin.ch

L'organisation de notre cadre de vie bâti a des effets directs sur notre exposition aux émissions nocives, telles que le bruit ou la pollution de l'air. Des chemins pédestres et des pistes cyclables sûrs et attractifs nous invitent à renoncer à la voiture et à nous rendre au travail, à l'école ou chez le médecin à pied ou en vélo, et donc à bouger davantage. C'est à ce titre que l'aménagement du territoire peut avoir des conséquences positives sur notre santé.

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) définit cette dernière comme « un état de complet bien-être physique, mental et social, qui ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité ». La santé est ainsi prise en compte dans sa globalité. Elle est tributaire de plusieurs paramètres : le statut socioéconomique, l'âge, le sexe, la situation familiale, le stade de la vie ou les aptitudes physiques. Alors que l'aménagement du territoire a pour mission d'organiser l'espace de manière à améliorer nos conditions de vie, comment peut-il contribuer à améliorer la santé de la population ?



L'Aar, avec à l'arrière-plan le Palais fédéral, Berne.

## Se déplacer à vélo en toute sécurité

Depuis longtemps, on étudie les relations entre santé et espace. En 1933 déjà, sous l'égide de Le Corbusier, la Charte d'Athènes recommandait de séparer les aires industrielles des zones résidentielles, afin de protéger les habitants des nuisances dues à l'industrie. Revers de la médaille : la distance entre la maison et le travail s'est allongée ; l'essor des quartiers mixtes mêlant logement et activités a été ralenti, et des ghettos ont vu le jour. Soixante ans plus tard, en 1994, ce principe de la séparation des fonctions a été remis en question avec la Charte d'Aalborg qui, à l'inverse de la Charte d'Athènes, prône la mixité fonctionnelle et sociale, afin de réduire la mobilité forcée et d'atténuer les processus de ségrégation. Un des objectifs de cette charte est de promouvoir des villes durables.

Avec pour objectif de préserver les paysages tout en aménageant les espaces urbanisés, l'aménagement du territoire oriente aujourd'hui son travail selon trois axes : d'abord la formulation des objectifs, ensuite la mise en place du cadre légal par le biais de lois et de plans, et finalement la mise en pratique des processus de planification.

Ainsi, la loi fédérale sur l'aménagement du territoire (LAT) prescrit de « protéger (...) le paysage ». Elle spécifie ensuite que « les territoires réservés à l'habitat (...) seront aménagés selon les besoins de la population (...) », et qu'il convient, à cet effet, « de répartir judicieusement les lieux d'habitation et les lieux de travail (...), de préserver autant que possible les lieux d'habitation des atteintes nuisibles ou inconfortables, telles que la pollution de l'air, le bruit et les trépidations, d'assurer les conditions dont dépend un approvisionnement suffisant en biens et services (...), enfin, de ménager dans le milieu bâti de nombreuses aires de verdure et beaucoup d'espaces plantés d'arbres. »



City West, Coire.

En octobre 2021, le Conseil fédéral a édité la partie programme du plan sectoriel des transports intitulé « Mobilité et territoire 2050 », qui rend contraignants d'importants objectifs en matière de circulation des piétons et des cyclistes. Des lois et d'autres instruments d'aménagement du territoire viennent compléter ce document. D'après la loi sur les voies cyclables, récemment approuvée par le Parlement, les cantons devront désormais planifier et mettre en œuvre des réseaux de voies cyclables. Ces aménagements encourageront les gens à se déplacer par leurs propres moyens et à bouger d'avantage, ce qui aura un effet positif sur leur santé. Aménager le territoire permet de fixer son évolution dans un lieu donné et de consigner de bonnes solutions. Les plans d'aménagement locaux arrêtent l'emplacement des bâtiments et l'organisation des lieux d'activités. Ainsi seront concrétisés dans les années à venir les objectifs susmentionnés. S'il est possible de vivre dans un environnement sain même en milieu urbain, c'est donc en partie grâce au travail

des aménagistes. Par ailleurs, les offices fédéraux du sport, du développement territorial, de l'environnement, ainsi que celui de la santé publique travaillent de concert en vue de concrétiser la Conception « Paysage suisse », et notamment son objectif sectoriel « Santé, activité physique et sport ».

### Associer toutes les générations

Aujourd'hui en Suisse, 80 % des coûts de la santé sont à mettre sur le compte des maladies non transmissibles, telles que l'obésité, le diabète, les affections cardiovasculaires, les maux de dos, le cancer et l'ostéoporose. On sait aussi que les routes à grand trafic et les voies de chemin de fer ont des impacts négatifs sur la santé humaine. La pollution sonore peut perturber le sommeil, provoquer de l'hypertension et des problèmes cardiovasculaires, prédisposer au diabète et ralentir les performances cognitives. D'autres causes, comme les vagues de chaleur de plus en plus fréquentes liées au changement climatique et la pollution atmosphérique due

au trafic, peuvent être à l'origine d'affections respiratoires et cardiovasculaires.

Pour prévenir la plupart de ces maladies, rien de tel que le mouvement. L'activité physique favorise en outre la détente, l'équilibre psychique et la capacité de concentration. Mais ce n'est pas tout : une organisation adéquate de l'espace n'a pas que des effets positifs sur la santé physique des habitants ; elle incite également à la rencontre, ce qui en fait un important facteur d'intégration, notamment pour les personnes âgées.

### Parcs miniatures et gymnastique publique en plein air

Chacun de nous a pu expérimenter un jour les bienfaits d'une immersion dans la nature, au milieu de paysages intacts. À ce propos, des chercheurs ont constaté qu'au-delà des différences d'opinions, l'importance accordée au paysage recueillait un consensus étonnamment large. Un cadre de vie favorable à la santé doit avoir pour conditions une exposition des habitants à un faible ni-



Promenade au bord du lac, Lucerne.

veau d'immissions et une dotation suffisante en espaces verts ; une bonne mixité entre habitat, activités et zones de détente est également indispensable ; enfin, les gens doivent

pouvoir emprunter des itinéraires courts et attrayants, qui donnent envie de se rendre à la poste ou au travail à pied ou en vélo.



Ziegelhütten, Zurich.



Unteraffoltern, Zurich.



Ancienne usine de cellulose, Attisholz.

Les parcs urbains et les aires de verdure non seulement captent le CO<sub>2</sub>, mais font aussi baisser la température des îlots de chaleur et offrent des biotopes à toutes sortes d'animaux et de plantes. Ils permettent aux habitants de s'adonner à des activités physiques et favorisent les rencontres, ce qui se répercute positivement sur la santé physique et psychique de la collectivité. C'est pour cette raison que l'OMS recommande de mettre à disposition de tout un chacun au moins un petit espace vert dans un rayon de 300 mètres autour de son habitation. Même en Suisse, certaines villes ont du mal à atteindre cet idéal.

Force est de constater que, dans les quartiers défavorisés, les habitantes et habitants sont exposés plus qu'ailleurs aux nuisances sonores et à la pollution atmosphérique dues

au trafic, et sont plus souvent victimes d'accidents de la circulation. Pour ces raisons, ils sont réticents à se déplacer à pied ou à vélo, ce qui les expose à tomber malades plus souvent. Pour briser ce cercle vicieux, il est de la plus haute importance de requalifier le tissu urbain de ces quartiers, de dégager des surfaces de verdure et d'aménager des itinéraires piétonniers et cyclistes ; on peut s'attendre alors à ce que les habitants retrouvent le goût de se mouvoir.

Une des solutions consiste à rendre publics les abords des complexes scolaires en dehors des heures de classe ; il est possible également de transformer les aires de sport et de jeu des piscines de plein air en parcs publics hivernaux. Les nouveaux lieux de rencontre et d'exercice physique comme les « parcs de poche » ou les sites permettant

d'organiser des séances de gymnastique de rue contribuent aussi à atteindre cet objectif de santé publique. Ces initiatives devraient permettre aux familles et aux adolescents de retrouver le goût du plein air, même s'ils ne disposent pas eux-mêmes d'espaces extérieurs dans leur quartier. La Confédération soutient la conception et la réalisation de projets intégrés grâce à divers programmes tels que les Projets-modèles pour un développement territorial durable

#### **Habiter dans une commune saine, un gage de bonne santé**

Le recours à des processus de participation est un bon moyen de renforcer la qualité sanitaire de l'espace bâti. Toutefois, pour arriver à un résultat satisfaisant, il importe d'impliquer précocement les futurs utilisateurs



d'un site et de s'assurer de la coopération des acteurs concernés dans différents domaines – transports, construction, environnement, santé, sport – et à tous les niveaux – local, régional et national. Lors de la planification de nouveaux ensembles, le processus décisionnel devrait associer assez tôt les riverains du site. Il serait ainsi plus probable que ces derniers aient envie de s'approprier les espaces extérieurs, et même peut-être de prendre la responsabilité de leur gestion. On a observé en effet que plus les gens s'identifient à leur quartier, mieux ils sont capables d'en utiliser les ressources. Un critère important pour assurer le succès d'un processus de participation est d'y associer les personnes âgées, ainsi que les enfants et les personnes affectées d'un handicap ou ayant des besoins particuliers.

Plus récemment, les notions de « ville en santé » et de « commune en santé » ont émergé dans les politiques publiques. Il n'y a pas de définition normative ou de modèle unique d'une « ville en santé ». Une telle ville se préoccupe de la santé de sa population et s'appuie, à tous les niveaux, sur ses potentialités et ses ressources pour déployer sa propre conception de la santé. Elle doit prendre des mesures spécifiques en agissant sur ses déterminants sociaux, économiques et environnementaux. La palette des actions possibles est large : mesures d'insertion sociale, création de voies cyclables ou piétonnes agréables, ou encore conservation d'espaces de détente proches de l'état naturel.

Une « commune en santé » n'est pas le résultat du seul aménagement du territoire, mais le fruit d'une collaboration entre acteurs appartenant à diverses disciplines, qui mènent une réflexion holistique intégrant la participation comme moyen d'action. Loin d'être le produit d'une autorité ou d'experts, la « ville en santé » est un espace de vie que les habitantes et habitants se sont approprié. Une telle ville se remet en question et se réinvente continuellement. Elle a pour objectif d'offrir à ses habitantes et habitants une multitude de lieux favorisant à une vie en bonne santé.

(traduction)



Altstetten, Zurich.



**CAROLINE BEGLINGER, \*1964**, a étudié la géographie, l'histoire et la philologie germanique. Elle est également titulaire d'un MAS en développement durable et en gestion des ressources. Depuis plus de trente ans, elle exerce dans le domaine de la planification des transports, assumant des fonctions de cadre dans l'administration cantonale et fédérale, dans diverses entreprises et au sein du monde associatif. Depuis 2021, elle est responsable du team Mobilité de l'ARE.



**CAMILLE BÉZIANE, \*1982**, a étudié l'aménagement du territoire et la philosophie aux Universités de Bordeaux et de Berlin, avant d'obtenir un diplôme dans le domaine de la santé. Iel a travaillé au niveau régional et cantonal à Bâle et Fribourg, puis à l'Office fédéral des transports. Depuis 2013, iel coordonne les projets de transports terrestres au sein de la section Planifications fédérales de l'ARE.



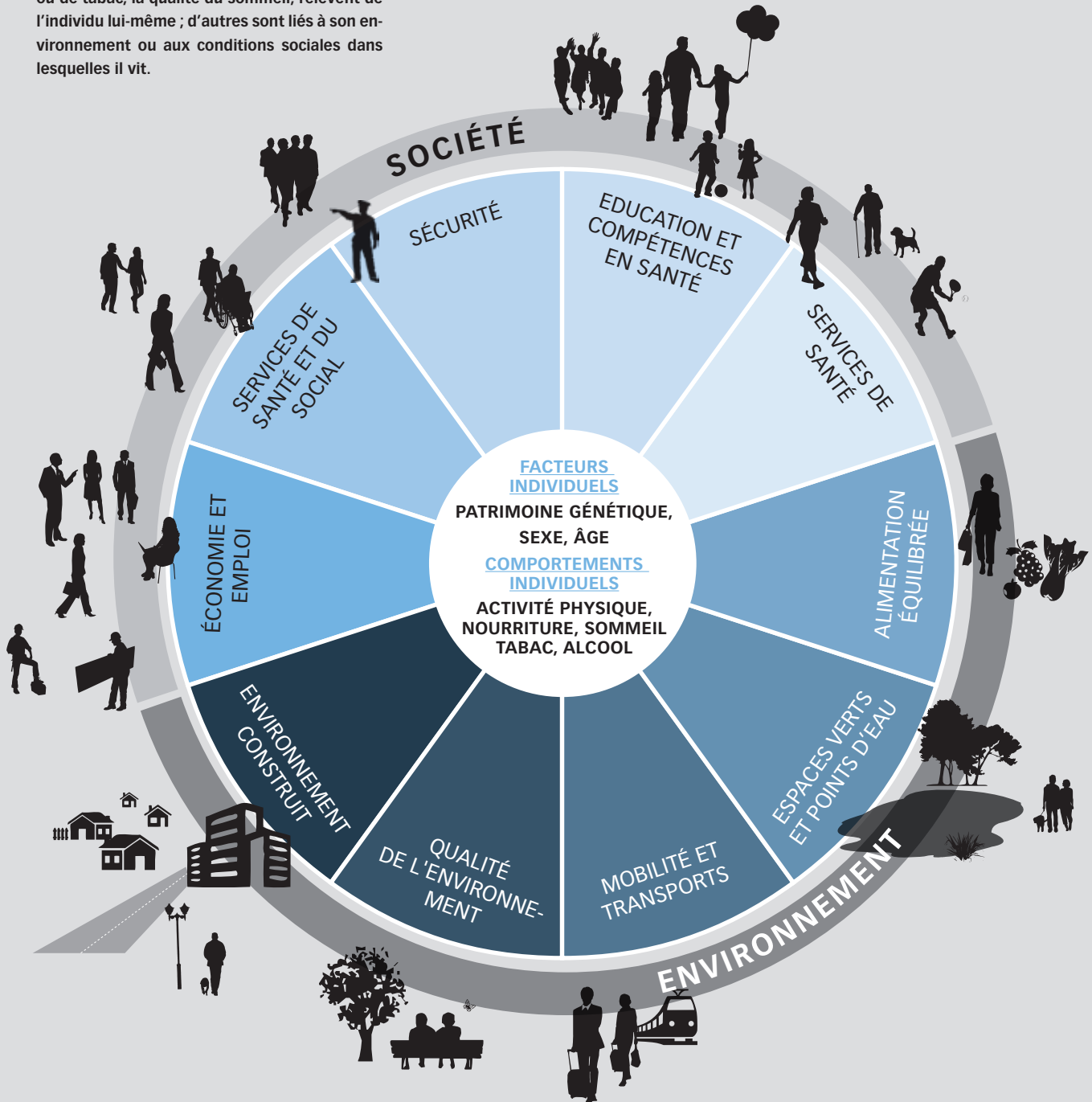
**GISÈLE JUNGO, \*1970**, est au bénéfice d'un master en relations internationales et d'un CAS en promotion de la santé et prévention. Après un passage au Secrétariat d'État à l'économie (SECO), où elle s'occupait des relations économiques bilatérales avec l'Amérique du Sud, elle a dirigé, au sein de l'Office fédéral de l'agriculture, le secrétariat suisse de l'Accord agricole Suisse-UE. Depuis 2009, elle travaille à l'Office fédéral de la santé publique, où elle s'intéresse à la question des environnements propices au mouvement et à l'activité physique.



**NICOLE RUCH, \*1978**, est docteure en sciences de la motricité et diplômée de troisième cycle en statistiques appliquées. Après avoir été chargée de cours à la Haute école spécialisée bernoise, puis cheffe de projet à l'Observatoire suisse de la santé (Obsan), elle s'occupe, depuis 2019, de la promotion des activités physiques à l'Office fédéral de la santé publique.

# De nombreux éléments influencent notre santé

Notre état de santé est tributaire de multiples facteurs. Certains, comme le patrimoine génétique, le sexe, l'âge, les habitudes alimentaires, l'activité physique, la consommation d'alcool ou de tabac, la qualité du sommeil, relèvent de l'individu lui-même ; d'autres sont liés à son environnement ou aux conditions sociales dans lesquelles il vit.



INVITÉE SABINA RUFF

« Les espaces extérieurs sont importants pour notre santé physique et psychique »

---

Interview : Pieter Poldervaart  
Photos : Miriam Künzli



---

Remplacer les parkings par des aires de repos, et s'approprier les espaces verts ou les parcs des EMS : voilà le credo de Sabina Ruff, qui rêve de réorganiser de fond en comble les espaces extérieurs, aussi bien privés que publics. En tant que conseillère en urbanisme et médiatrice, elle sait à quel point les abords de nos immeubles, s'ils sont bien conçus, peuvent contribuer au bien-être de la population, tant sur le plan corporel que psychologique ; elle constate pourtant que ces questions sont rarement traitées, autant dans la société que dans les milieux professionnels.

---

***Nous avons tous compris, lors de la pandémie, à quel point il est important de pouvoir s'aérer dans des espaces verts au pied de son immeuble. La Suisse, si densément peuplée, n'a-t-elle pas atteint ses limites dans le domaine ?***

Sabina Ruff : Vous avez raison : les espaces de loisirs intégrés au tissu urbain ont effectivement été mis sous pression pendant la pandémie. En ce qui me concerne, j'habite sur les bords de la Limmat, et j'ai vu les gens déambuler en procession sur le chemin de rive... Ce coup d'arrêt devrait nous inciter à repenser l'organisation des espaces de loisirs. Jusqu'à maintenant, on a toujours considéré que ces zones de repos devaient se situer dans l'espace public. Or de nombreuses propriétés privées disposent de généreux « espaces tampons » arborisés, mais ces derniers sont souvent mal utilisés. Je me suis récemment occupée du réaménagement d'une place de jeu dans une petite ville, en faisant participer au projet les habitantes et habitants. Tout autour de cette aire se dressent des immeubles d'habitation des années soixante, entourés de gigantesques surfaces uniformément vertes, tondues à ras chaque semaine. Nous sommes en train de chercher à convaincre les propriétaires que

ces surfaces privées pourraient être offertes à un usage public. Il est temps de s'affranchir d'une conception rigide de la limite entre le privé et le public.

***La marge de manœuvre est-elle plus grande lorsque l'on construit du neuf ?***

Ce n'est pas si simple ; en effet, le règlement de construction et le plan de zones fixent ce qui est admissible et ce qui ne l'est pas. Dans le tissu urbain existant, on peut aussi identifier des réserves de terrains disponibles ; cela se vérifie par exemple dans le quartier de Gundeldinger à Bâle. Les autorités municipales ont approché les coopératives d'habitation, en leur demandant d'ouvrir au public les cours intérieures de leurs ensembles... Et elles ont été d'accord. Les maîtres d'ouvrages d'utilité publique sont en général plus ouverts à de telles innovations que les propriétaires privés.

***Est-ce suffisant de délimiter un espace de récréation ou faut-il également y mettre des jeux ?***

Je suis très réservée quant à la nécessité de remplir les espaces de repos d'installations ludiques. Ce qui compte, c'est avant tout l'adéquation du site aux besoins de la population. Pour que cette dernière puisse vraiment s'approprier les lieux, il faut qu'elle ait son mot à dire au moment de leur planification déjà. Les aménagistes doivent d'abord s'intéresser aux besoins réels des gens s'ils veulent que leurs aménagements soient appelés à durer.

***Faut-il donc renoncer complètement à équiper les zones de détente ?***

Une infrastructure minimale est nécessaire, faute de quoi la zone se transforme rapidement en terrain vague. La mise à disposition de bancs me paraît particulièrement utile... mais attention, pas de la camelote, de bon

« Il existe une manière simple d'améliorer la santé des aînés : il suffit de placer des bancs à des endroits stratégiques. Ils en profiteront à plus d'un titre. »

Sabina Ruff

vieux bancs en bois traditionnels ! Et il existe aujourd'hui des produits intéressants, permettant non seulement de s'asseoir confortablement, mais aussi de s'étendre, de faire de la gymnastique ou de s'installer pour travailler. En général, ce sont des installations très esthétiques, qui donnent envie de fréquenter l'espace public et d'y pratiquer des activités physiques. Je n'invente rien ; les experts sont formels : celles et ceux qui « s'aèrent dans la nature » ont une santé physique et psychique meilleure que les autres.

***Pour obtenir un tel résultat, suffit-il de meubler l'espace avec un soin particulier ?***

Absolument pas ! Et l'adage « le mieux est l'ennemi du bien » prend ici tout son sens. Il est justement important de laisser « inachevées » certaines parties du site. Il y a quelques années, Pro Juventute avait publié des « Directives pour les espaces de jeu », en collaboration avec la Haute école spécialisée de la Suisse orientale (OST) de Saint-Gall. Le but de ce document était, à l'époque, de créer des espaces attrayants pour les enfants. Aujourd'hui, la conception de ces aires vise un public plus diversifié : on peut avoir envie de jouer à tout âge ! En revanche, ces directives donnaient de nouvelles pistes de



« Les professionnels devraient être sensibilisés, au moment de leur formation déjà, aux processus participatifs. »

Sabina Ruff

***nées 2000, ils sont aujourd'hui plutôt source de frustration. Qu'est-ce qui va de travers à votre avis ?***

Il arrive souvent que les participants à de tels processus soient issus de milieux socioculturels très hétérogènes. C'est ce que révèle une enquête réalisée par le service des travaux publics de la ville de Zurich. Souvent, les habitants ne savent pas comment s'investir dans l'aménagement de leur cadre de vie. Même si ce sont des personnes engagées dans leur quartier, d'un niveau socioéconomique élevé et bénéficiant d'une bonne formation, elles ont l'impression d'être exclues des processus de planification.

***Je peux m'imaginer que cela se corse encore avec les couches de population moins favorisées...***

Oui, c'est bien vrai ! Apparemment, la population ne se sent souvent pas prise au sérieux. J'en conclus que quelque chose cloche dans la communication entre les autorités et les habitants. Les services administratifs devraient mieux expliquer ce qui se passe aux

réflexion intéressantes : les équipements de jeu de catalogue ne suffisent pas ; il faut laisser à disposition des espaces « vierges » que l'on peut « réaménager » en jouant. Cela permet d'exercer sa créativité et son autonomie, ce qui favorise l'épanouissement personnel, et donc la santé.

***Quel est le rapport entre une friche et la santé ?***

Selon le sociologue Aaron Antonovsky, à l'origine du concept de *salutogénèse*, il est in-

dispensable, pour qu'une personne reste en bonne santé ou même guérisse, qu'elle perçoive son environnement proche comme logique et compréhensible, mais également qu'elle puisse s'y investir activement. Il faut donc qu'elle ait la possibilité de participer à l'aménagement de son cadre de vie, notamment des espaces publics de loisirs où elle va se promener. En d'autres termes, si j'ai l'occasion de participer, j'améliore ma santé !

***Alors que les processus de participation fleurissent un peu partout dans les an-***

différents niveaux d'une planification territoriale. Les professionnels de l'aménagement ont tendance à « oublier » d'expliquer aux gens à quel stade on en est, quand apparaîtront des résultats concrets, et quand les habitants recevront des informations sur la suite du processus. Au bout du compte, on se retrouve face à un beau gâchis... et on réussit à démotiver tout le monde.

**À votre avis, comment devrait-on s'y prendre pour améliorer la situation ?**

Il faut agir en amont, en formant mieux les futurs décideurs. J'enseigne dans diverses universités et hautes écoles, et je suis vraiment frappée d'entendre mes étudiants dénigrer les processus de participation. Je mesure à quel point le chemin est encore long pour informer et former les futurs professionnels sur les manières adéquates d'organiser la participation. Ce sont des opérations complexes, nécessitant l'intervention de plusieurs disciplines différentes. En effet, pour en revenir au concept dont nous avons parlé, l'espace en lui-même n'est pas seul à contribuer à la santé des gens ; ce qui compte tout autant, c'est la manière dont chacun aura pu intervenir dans le processus de planification en vue d'améliorer son cadre de vie. La cerise sur le gâteau, si on a pu être entendu, c'est qu'on se sent ensuite plus concerné par la vie du quartier, parce qu'on se l'est véritablement approprié.

***Vous suggérez de laisser les aires de détente partiellement en friche. C'est un très mauvais thème de campagne pour des urbanistes ou des politiciennes et politiciens, non ?***

Il n'est pas nécessaire de faire toujours tout en grand. On peut déjà montrer à un niveau très local ce que signifie ouverture et participation. J'aime citer en exemple la ville de Berne – et récemment aussi celle de Lucerne – qui ont proposé à la population de convertir

un parking en espace de rencontre le temps d'un été ; elles appellent cela un « parc pop-up ». Une telle initiative permet de tester à toute petite échelle comment rendre vivante une surface de bitume habituellement utilisée pour stationner des véhicules.

***Est-ce qu'une telle conversion serait aussi possible à grande échelle ?***

Mais oui ! En 2020, Liestal a gagné le prix du « Flâneur d'Or » pour l'aménagement de son centre historique. Dans ce cas particulier également, la zone de détente est asphaltée, ce qui montre bien que détente n'est pas toujours synonyme de verdure. Le cas de Berne illustre le fait que les rues ou les routes, bien que conçues pour la voiture, peuvent aussi s'ouvrir à d'autres usages. À Liestal les trot-



---

SABINA RUFF a fait des études dans le domaine social (sciences sociales et développement organisationnel systémique), puis s'est perfectionnée en philosophie et en urbanisme. Après avoir travaillé au Service de prévention de la santé du canton de Saint-Gall, elle a fondé, en 2018, son propre bureau de conseil, le Laboratorium für Zukunftsgestaltung (Laboratoire de conception du futur). Sa principale activité consiste aujourd'hui à conseiller les pouvoirs publics sur les processus permettant aux milieux concernés de participer à l'aménagement des espaces publics. Par ailleurs, elle est chargée de cours dans différentes universités et hautes écoles spécialisées.

sabinaruff.ch

toirs ont même été « effacés », ce qui a permis de disposer des bancs dans la rue, et ainsi de ralentir nettement le trafic. Principaux gagnants : les piétons, qui découvrent leur ville sous un nouvel angle.

***D'accord, mais tout le monde ne dispose pas d'une vieille ville historique aussi jolie que Liestal...***

C'est vrai ! Mais bannir les voitures du centre-ville et ralentir le trafic urbain sont des actions à la portée de tous... et par ailleurs nécessaires ! Naturellement, les nouveaux usages de l'espace public nécessitent des négociations et des compromis. Mais remarquez qu'à l'heure actuelle, l'espace public est presque entièrement phagocyté par les parkings, ce qui est vraiment désolant.

***On remarque que les attentes envers les espaces ouverts évoluent avec le temps. L'aménagement des espaces publics devrait-il donc s'adapter à chaque nouvelle génération ?***

Lorsque j'ai vu arriver la mode des équipements de gymnastique dans les parcs, cela m'a fait froid dans le dos. Bien sûr, il faut en finir avec les toboggans, les balançoires et les bancs pour « mamies » ... Ce dont nous avons vraiment besoin, dans les quartiers, ce sont des lieux vivants, propices à la rencontre et partagés par toutes les générations. La fondation « Hopp-la : générations en mouvement », par exemple, propose aux communes de transformer de manière attrayante les places de jeu en zones de rencontre intergénérationnelles. C'est avec ce genre d'initiatives

que nos villes et agglomérations si densément peuplées trouveront malgré tout de la place pour les nouveaux usages de l'espace public, si variés soient-ils.

***Et à quoi pourrait ressembler un de ces nouveaux lieux de vie de quartier ?***

Au cours de la pandémie, on a pu voir les employés et travailleurs déballer leur pique-nique dans les parcs publics. Pour répondre à ce nouveau besoin, il faut que les gens puissent s'asseoir à l'ombre dans un endroit tranquille et disposent de poubelles pour y mettre leurs déchets. Un peu plus tard dans l'après-midi, les pique-niqueurs seront en effet remplacés par des enfants accompagnés de leurs parents et par des personnes âgées...

***... qui chercheront un banc bien confortable pour se reposer, n'est-ce pas ?***

C'est cela ! Pouvoir s'asseoir est primordial. L'association Mobilité piétonne Suisse considère les bancs publics comme des relais, par analogie avec les stations-services des automobiles. Naturellement, les principaux utilisateurs de ces infrastructures sont les seniors.

***Est-ce que cela leur permet d'élargir leur espace de vie ?***

Oui, mais pas seulement ! En effet, un banc-relais leur permettra peut-être d'atteindre à pied le magasin bio du quartier voisin pour se procurer une meilleure nourriture que celle qu'ils trouvent au Kiosque ou à la boulangerie du coin. C'est vrai que, pour de nombreux aînés, les bancs sont des lieux de sociabilité importants – parfois les seuls dont ils et elles bénéficient au cours de la journée. Cela contribue donc à les maintenir en bonne santé, tant sur le plan physique que psychique. Toutefois, la qualité d'exécution de ces bancs n'est pas à négliger. S'ils sont en





« Ce ne serait pas compliqué de rendre accessible au public des cours d'école, des parcs d'EMS ou encore des terrains de piscines, en dehors de la saison estivale. » Sabina Ruff

***N'est-ce pas pourtant en demander beaucoup aux communes ?***

Impliquer activement la population a d'autres avantages : les espaces publics deviennent plus attractifs ; les coûts de la santé se stabilisent ou diminuent au lieu d'exploser ; il y a retour sur investissement.

***Tout cela me paraît idyllique ; mais admettez qu'il peut aussi y avoir des bagarres entre divers groupes qui revendiquent le même espace, non ?***

Au cours de mes missions de conseil, je remarque que la question des lieux de rencontre pour les jeunes revient souvent sur le tapis. Les jeunes se débrouillent tout seuls pour se retrouver. Il m'est arrivé un jour d'être appelée parce qu'un groupe n'avait rien trouvé de mieux que de se rencontrer dans la morgue du cimetière.

***Et comment ce conflit s'est-il résolu ?***

Nous avons noué un dialogue avec toutes les parties concernées. Les adultes ont compris ce que les jeunes appréciaient dans ce local ;

acier ou en fonte, ils résistent plus facilement au vandalisme, mais deviennent brûlants en été et glacials en hiver. Il est également important qu'ils soient équipés d'accoudoirs pour permettre aux aînés de se remettre debout sans peine. De même, l'inclinaison de la surface d'assise doit être bien étudiée.

***Diagnostics de situation, processus de participation... est-ce bien à la portée des petites communes ?***

Organiser un processus de participation autour des espaces publics peut aussi être un

moyen de se décharger. C'est notamment le cas à Lichtensteig (SG), une petite commune de 1800 habitants, qui confie à sa population diverses tâches depuis des années. Ainsi, un groupe d'habitants a planté une vigne sur une parcelle communale et fabrique maintenant son vin ; un autre a converti le gazon d'un espace vert public en friche pour plantes pionnières... ce qui, soit dit en passant, allège le travail des services municipaux de voirie. D'ailleurs, en 2021, ce groupe a reçu de la part de la Fondation Sophie et Karl Binding un prix récompensant un projet favorable à la biodiversité.



et les jeunes ont reconnu qu'ils devaient respecter certaines valeurs traditionnelles. De manière générale, les jeunes sont capables d'ouverture et de prévenance si on ne les assomme pas d'interdictions. À la suite de cet échange, les jeunes quittèrent les lieux à la recherche d'un autre endroit où se retrouver... et la paix revint dans Landerneau. Bien sûr, il est probable que le nouveau stamm suscite lui aussi des réactions virulentes. Ainsi va la vie ; mais l'intervention d'un bon animateur ou médiateur devrait permettre d'atténuer ce genre de conflit.

**Que pourrait-on faire encore pour réduire la pression que subissent ces rares surfaces urbaines ?**

Il y a encore beaucoup de places publiques mal utilisées. Je pense aux aires de détente et aux cours de récréation, qui ne sont accessibles que pendant les heures d'école. Aujourd'hui, il arrive souvent que les concierges en refusent l'accès. Ils ne veulent pas devoir ramasser les mégots et autres tessons avant l'arrivée des élèves ; mais un tel conflit pourrait se résoudre par le dialogue et éventuellement par une augmentation du pourcentage de travail de ces employés... Ce serait bien aussi de disposer de certaines infrastructures comme des fontaines d'eau potable.

**De telles ouvertures ont-elles véritablement des effets positifs ?**

Absolument ! Regardez l'aire « Schütze », du nom de l'ancienne teinturerie et industrie textile, à la place Escher-Wyss à Zurich, à quelques centaines de mètres d'ici. Son utilisation actuelle a été déterminée au cours d'un processus participatif. Cette surface engazonnée sert aujourd'hui à la fois de cour d'école, de place de jeu pour les crèches et de zone de détente pour toute la population. Les jardins des EMS pourraient eux aussi être convertis en zones de détente publiques, ce qui aurait pour avantage de rapprocher les



générations. Enfin, il est possible d'ouvrir hors saison les terrains de piscines en plein air, et de les considérer comme parcs publics en automne et en hiver, comme cela se fait déjà à Zurich.

**Sur mandat de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), vous avez rédigé un état des lieux sur la question de la santé dans le contexte de l'aménagement du territoire, de l'architecture et de l'aménagement du paysage. Quelles conclusions en avez-vous tirées ?**

Mon enquête en ligne s'adressait à trente personnes issues du milieu universitaire ; ses résultats sont mitigés : les travailleurs sociaux et les animateurs socioculturels ont mani-

festé un réel intérêt pour le thème de la santé. Par contre, beaucoup d'aménagistes, paysagistes ou architectes n'ont même pas répondu, en dépit de nombreux rappels. Je suis étonnée de constater à quel point cette question ne les touche guère. Autre hypothèse : ce thème ne serait pas assez porteur. Si nous voulons que la jeune génération de professionnels s'intéresse aux processus de participation et à l'aménagement multifonctionnel de l'espace public, il est grand temps de la sensibiliser à ces questions. En effet, les étudiants d'aujourd'hui seront les fonctionnaires de demain ; ce sont eux qui mettront en forme ces espaces afin qu'ils puissent s'adapter à divers usages simultanés.

— (traduction)



**LA VIDEO DE CET ENTRETIEN**

Entretien avec Sabina Ruff, médiatrice et responsable du bureau de conseil Laboratorium für Zukunftsgestaltung à Zurich.

Pour voir l'entretien en version vidéo  
[www.aren.admin.ch/forumdudeveloppementterritorial](http://www.aren.admin.ch/forumdudeveloppementterritorial)

## Planifier ensemble

Pour optimiser les réseaux de santé, la solution est de coopérer malgré les frontières politiques. Les représentants de trois régions donnent leur avis à ce sujet.



**MANUEL FRIESECKE**  
directeur de la Regio Basiliensis,  
Bâle

### QUESTION 1

*Peut-on véritablement considérer votre région comme « région en santé » et comment s'organise la collaboration avec les régions voisines ?*

À ma connaissance, peu de régions d'Europe collaborent aussi étroitement et efficacement que la nôtre, qui s'étend pourtant au-delà des frontières nationales. Englobant le Haut-Rhin avec l'Alsace, le pays de Bade, le Palatinat du Sud et le Nord-Ouest de la Suisse, elle héberge beaucoup d'institutions de recherche ainsi que de nombreuses entreprises actives dans les sciences de la vie. On voit donc que les frontières peuvent offrir des opportunités de collaboration.

### QUESTION 2

*Quelles sont les mesures prioritaires à prendre dans votre région ? Quelle est votre stratégie dans ce domaine ?*

Notre objectif à long terme est de constituer un véritable espace sanitaire transfrontalier dans le Haut-Rhin. Nous disposons d'une structure de santé trinationale, appelée centre de santé Trisan, qui ouvre de nouvelles voies en lançant des études et projets et en organisant des séminaires et congrès en matière de santé. Actuellement, cet organisme se concentre sur les conclusions à tirer de la pandémie à l'échelle de la région.

### QUESTION 3

*De quelle manière le développement territorial peut-il contribuer à améliorer encore l'accès aux soins pour la population ?*

Le plus important est de mettre sur pied un système de santé adapté aux besoins, de bonne qualité et dont les coûts sont supportables. Il serait judicieux en l'occurrence de continuer à élaborer, au niveau cantonal et international, des planifications communes en matière d'aménagement du territoire. Il va falloir pour cela tenir compte de l'évolution démographique et exploiter les nouvelles possibilités offertes par la télémédecine.



**JOACHIM KOPPENBERG**  
directeur du Centre de santé  
Basse-Engadine à Scuol

En Basse-Engadine, le concept de région en santé est étonnamment simple, mais pourtant novateur : toutes les offres de prestations sont rassemblées dans une même structure. Une étroite collaboration entre l'hôpital régional, le service de sauvetage, la clinique de réadaptation, les soins à domicile, les groupes de soins, les EMS et les bains thermaux (Bogn Engiadina) permet de dégager des synergies, ce qui profite à la fois aux patients et au personnel soignant.

Notre intention est d'étendre encore cette mise en réseau des prestataires de santé. Nous misons, bien sûr, sur les accompagnements personnalisés, mais recourrons également – et c'est nouveau – à la télémédecine, qui consiste à se connecter via Internet avec des experts extérieurs à la région. Par ailleurs, nous souhaitons développer le tourisme de cure en collaborant plus étroitement avec les milieux touristiques.

Il va falloir se concentrer encore sur l'amélioration des infrastructures de transport et sur le renforcement du câblage Internet de cette « région en santé ». Un autre grand défi du secteur médical est d'assurer les premiers secours en hiver, lorsque les cols sont fermés et que les conditions météorologiques compliquent les interventions aériennes.



**STEPHAN HILL**  
président du conseil d'administration de l'entreprise  
Gesundheit Simme Saane SA.

Les acteurs de la santé du Simmental et du Saanenland collaborent étroitement, notamment en organisant ensemble des cours de formation continue. L'hôpital pour soins aigus de Zweisimmen permet de décharger les médecins de la place. Par ailleurs, il offre aux habitants un service d'urgence de proximité ouvert 24 heures sur 24. Grâce à cette coopération entre régions, population et vacanciers bénéficient d'un système de santé complet.

Compte tenu de la proportion croissante de personnes âgées, il faut s'attendre à devoir multiplier les prestations stationnaires, et ce d'un bout à l'autre de la chaîne des services de santé. Grâce à une prise en charge intégrée des patients, il sera possible de coordonner les offres de manière optimale et de dégager des synergies dont bénéficieront aussi bien les patients que le personnel.

La stratégie de la santé du canton de Berne 2020-2030 montre que l'accès aux soins est étroitement lié à la qualité des infrastructures et prestations de transport. Dans notre région, nous mettons tout en œuvre pour coordonner au mieux urbanisation, transports, bâtiments tertiaires et infrastructures de santé. Il s'agit donc de planifier le développement de nos centres régionaux en tenant compte de ces exigences.

## Des micro-oasis pour se rafraîchir en ville

Mirko Saam  
m.saam@inscience.ch

Pour la deuxième année consécutive, le canton et la ville de Genève vont mettre à disposition du public des îlots de fraîcheur végétalisés durant la saison estivale. Principalement destinées aux personnes âgées, ces oasis urbaines offrent chacune une dizaine de places assises ombragées, rafraîchies par un nuage de brumisation capable d'abaisser localement la température de plusieurs degrés.

Ces micro-oasis qui agrémentent la ville durant l'été ont vu le jour sous l'impulsion du Service du médecin cantonal, désireux de mettre en pratique la formule « sortir au parc plutôt que rester chez soi ». Il faut dire que jusque-là, les personnes âgées étaient plutôt encouragées à rester à l'intérieur durant les épisodes de canicule. La crainte des fortes chaleurs les empêchait alors de profiter des lieux ombragés des parcs publics ; par conséquent, elles souffraient souvent d'isolement social. Ce projet vise au contraire à leur don-



ner envie de sortir et de flâner, même par temps très chaud. Les îlots de fraîcheur sont en effet aménagés de manière suffisamment attractive pour constituer des buts de sortie en soi, voire des étapes possibles pour une promenade plus longue. Mais le but n'est pas seulement d'encourager les aînés et aînées à continuer à pratiquer une activité physique ; il s'agit également de les inciter à maintenir des liens sociaux, essentiels à leur équilibre psychique.

### Des emplacements qui tiennent compte des changements climatiques attendus

Afin de déterminer l'emplacement des micro-oasis, une analyse climatique a été préalablement effectuée. Celle-ci a permis d'identifier les îlots de chaleur en fonction des scénarios climatiques envisagés pour le futur. Dans certains cas aussi, ces lieux ont été choisis parce qu'il était urgent d'adapter l'espace urbain, en attendant le déploiement des plans d'arborisation et de végétalisation du canton et de la ville de Genève.

Cette année, la commune de Vernier a rejoint ce projet pilote. Deux micro-oasis seront désormais aménagées chaque été, de mi-juin à mi-septembre, dans des lieux très fréquentés de la ville. Grâce à un équipement de surveillance portable développé par la HES-SO et l'HEPIA (projet « CityFeel »), il a été possible de mesurer avec exactitude l'impact de ces zones de fraîcheur sur la température locale. On a ainsi pu constater que les effets conjugués de l'ombre et du système de brumisation permettaient d'abaisser localement et temporairement la température de 5 degrés, sans consommation excessive d'eau et d'électricité (moins de 1 litre d'eau et moins de 500 watts par minute).

### Un projet encore en phase pilote

Dans le but d'améliorer encore ce projet pilote, il est prévu d'interroger la population



des quartiers concernés, et en particulier les utilisateurs de ces micro-oasis. Selon les observations réalisées en 2021, la proportion de personnes âgées qui fréquente ces lieux est relativement faible. Toutefois, celles qui en profitent s'y rendent régulièrement car, disent-elles, cela les encourage à sortir de chez elles même s'il fait très chaud, ce qui leur permet de mieux vivre ces moments.

Il n'y a pas eu de périodes de canicule en 2021, d'où la difficulté de tirer aujourd'hui déjà un bilan de ce projet. On a pu toutefois constater que les habitants s'arrêtaient volontiers dans ces oasis de verdure pour se

reposer à l'écart de l'agitation, lire le journal ou répondre à leurs messages, tandis que les enfants transformaient volontiers ces « cabanes » urbaines en espaces de jeu.

Grâce à cette initiative, Genève emboîte le pas à d'autres grandes villes européennes, telles que Paris ou Stockholm, qui multiplient les lieux de socialisation et les installations permettant de s'adapter aux changements climatiques.

—  
POUR PLUS D'INFORMATIONS :  
➔ [www.ge.ch/teaser/parc-parc](http://www.ge.ch/teaser/parc-parc)



**MIRKO SAAM, \*1973**, est écologue de formation et cofondateur de l'agence Communication in Science basée à Genève, dans le cadre de laquelle il s'attache à vulgariser des questions scientifiques complexes dans le but de les rendre accessibles aux décideurs et au grand public. Travaillant principalement sur des sujets liés à la santé et à l'environnement, il traduit également des stratégies en plans d'action et évalue l'impact de ces projets.

## De la Ville du quart d'heure au Paris de la proximité

Carlos Moreno

carlos.moreno@inti-mc.com

Le concept de Ville du quart d'heure développé par le professeur Carlos Moreno, est une forme d'organisation urbaine visant une « proximité heureuse », dont l'objectif est de répondre aux grands défis environnementaux, sanitaires, sociaux et économiques actuels.

Suite à la réélection d'Anne Hidalgo à la mairie de Paris en 2020, ce modèle s'impose peu à peu dans la capitale française. Avec le « Paris du quart d'heure », les Parisiennes et Parisiens de tous âges devraient bientôt pouvoir tout faire – ou presque – juste en bas de chez eux !

### Le concept de Ville du quart d'heure développé par le professeur Carlos Moreno

Professeur associé à l'IAE de Paris et expert international de la Smart City Humaine, Carlos Moreno a initié, dès 2016, une nouvelle forme d'organisation urbaine basée sur la proximité, qui a déjà séduit les maires de nombreuses métropoles. Cette dernière vise à contrer les aberrations du mode de vie métropolitain – déplacements pendulaires chronophages générateurs de CO<sub>2</sub>, omniprésence de la voiture dans l'espace urbain, pollution atmosphérique, anonymisation et isolement – en permettant à chaque habitant de satisfaire ses besoins essentiels à moins de quinze minutes à pied ou à vélo de son domicile.



Six fonctions sociales essentielles du quotidien sont prises en compte : se loger, travailler, accéder aux soins, s'approvisionner, apprendre et s'épanouir. L'objectif majeur de la Ville du quart d'heure est d'améliorer la qualité de vie des habitants, mais il s'agit également de répondre, d'ici 2050, aux enjeux écologiques, économiques et sociaux actuels. L'idée de base repose sur plusieurs principes clés : le chrono-urbanisme (prise en compte de la temporalité dans l'aménagement), la chronotopie (utilisation différenciée d'un même lieu selon le moment de la journée ou de la semaine) et la topophilie (attachement au lieu, sentiment d'appropriation).

### Un projet ambitieux pour Paris

C'est avec audace et enthousiasme que la maire de Paris s'est emparée du concept de Ville du quart d'heure et a commencé à le mettre en œuvre. En raison de sa configuration – densité, superficie importante, maillage fin de transports en commun, division en dix-sept arrondissements – la capitale fran-



Pont Mirabeau, Paris



Jardin Truillot, Paris



çaise se prête en effet parfaitement aux enjeux de cette nouvelle organisation.

Selon Anne Hidalgo, le Paris du quart d'heure : « C'est la ville qui ne laisse personne de côté. C'est la ville de la proximité où l'on trouve tous les services dont on a besoin à moins de quinze minutes à pied de chez soi. C'est la condition de la transformation écologique de la ville ».

Figurant depuis 2020 dans un masterplan, les lignes directrices de ce projet ambitieux sont les suivantes :

→ Une nouvelle organisation des mobilités dans le but d'apaiser la ville : il s'agit de développer les mobilités douces et de tourner le dos à une conception basée sur l'utilisation de la voiture individuelle. Durant la crise du coronavirus, un tournant a été initié avec la multiplication du nombre de rues réservées aux cyclistes. Le mouvement va se poursuivre avec l'élargissement des trottoirs, la constitution de

trames vertes, la réalisation d'un maillage de rues calmes et végétalisées pour accéder aux parcs, jardins ou bois, ainsi qu'à la Seine et aux canaux.

→ La création de nouveaux services de proximité à partir d'espaces préexistants (cours d'écoles, places de parc) ou non (lieux culturels ou sportifs, maisons de santé, *sports social clubs*).

→ Un soutien au développement des commerces de proximité par le biais d'une société foncière de commerce.

→ De nouveaux pouvoirs citoyens pour favoriser l'entraide : il s'agit d'encourager l'implication des citoyens dans leur quotidien, et de leur permettre de trouver des réponses à leurs propres besoins. Cela passe par des mesures comme la création de kiosques citoyens, la formation de volontaires intervenant dans les différents arrondissements, la lutte contre l'isolement des personnes âgées, des actions desti-

nées à favoriser l'accès au numérique, ou encore le renforcement du budget participatif.

Pour mettre en œuvre ce programme, la ville de Paris s'est dotée d'une adjointe à la Ville du quart d'heure au conseil municipal. Elle dispose également de l'appui de la Chaire ETI Université Paris 1 – Sorbonne.

### Deux ans après, un bilan positif

On peut constater aujourd'hui déjà les effets positifs de ce changement. Les premières

dispositions ont porté sur l'organisation des transports et la démultiplication des mobilités actives. La crise du Covid-19 a accéléré le processus, avec la multiplication des pistes cyclables et la fermeture de grands axes à la circulation automobile ; ces mesures ont été pérennisées depuis.

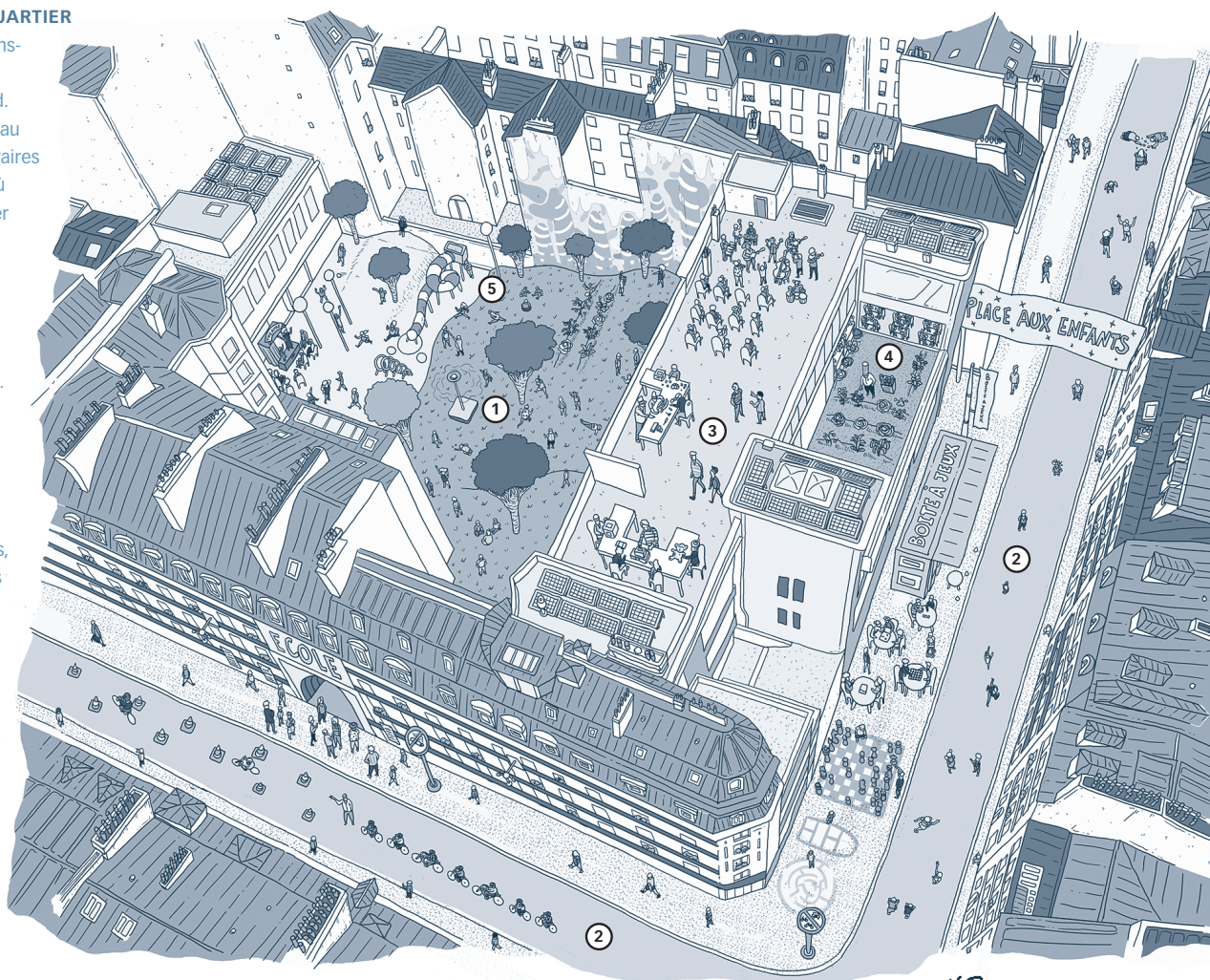
Mais il existe d'autres manières de se réappropriar l'espace auparavant dévolu aux véhicules motorisés : des rues situées à proximité des écoles sont fermées à la circulation et végétalisées ; des terrasses éphémères surgissent, aux beaux jours, sur les parkings ;

les plantes poussent de plus en plus nombreuses dans les rues et les parcs.

Suivant le principe de la chronotopie, et dans l'idée que l'école doit devenir la « capitale du quartier », plusieurs cours d'école sont ouvertes à tous en dehors des horaires scolaires. Le week-end et pendant les vacances scolaires, ces espaces renaturés sont parfois le théâtre d'activités diverses. Cette initiative rencontre un franc succès dans une ville où les espaces extérieurs associés aux logements (jardins, balcons) font souvent défaut. Concernant les services de santé, la méde-

### L'ÉCOLE, CAPITALE DU QUARTIER

- 1 Un cour de récréation transformée en jardin ouvert à tous pendant le week-end.
- 2 Une rue rendue piétonne au minimum pendant les horaires de dépose des enfants, où ces derniers peuvent jouer avec une boîte à jeux.
- 3 De nouveaux lieux d'apprentissage pour les enfants (activités culturelles ou créatrices, éducation à l'environnement).
- 4 Des repas bio, en circuits courts, servis dans les cantines scolaires.
- 5 Une école garantissant un environnement sain (qualité de l'air et des sols, absence de perturbateurs endocriniens).



cine de ville a été renforcée afin que chacun trouve au pied de son immeuble une réponse à ses besoins, tout particulièrement dans le contexte sanitaire dégradé actuel. Un dispositif de prévention a d'ailleurs été déployé en partenariat avec l'Assistance publique des hôpitaux de Paris.

Enfin, pour le bien-être et la sécurité de tous, des mesures relatives à la propreté ont été prises, des « parcours de tranquillité publique » et des itinéraires définis par les maires d'arrondissement ont été mis en place, et la présence de policiers de proximité a été renforcée.

### Des habitants heureux ?

À ce jour, aucune étude n'a été réalisée pour mesurer l'impact réel de ces transformations sur les habitants. Néanmoins, les faits observés parlent d'eux-mêmes : les enfants jouent en sécurité en face de leur école, les pistes cyclables ne désertent pas, les rues sont plus vertes qu'avant...

À long terme, ce concept de « proximité heureuse », autrement dit de bonheur de vivre bien et en bonne santé dans son quartier, devrait se concrétiser dans toute la capitale. Si la réduction des transports carbonés, la possibilité de se mouvoir au quotidien et la proximité des services de santé sont à la clé de ce succès, les Parisiennes et Parisiens devraient y trouver de nombreux autres avantages, comme la réappropriation de leur temps et de leur espace de vie et la consolidation des relations de voisinage.

C'est bien la preuve que cela n'a rien d'utopique : il est possible de concilier organisation urbaine de proximité favorisant le bien-être des habitants des villes et réponse appropriée aux défis sanitaires, climatiques et sociaux de notre époque.



15<sup>e</sup> arrondissement, Paris



Promenade Petite Ceinture, Paris



**Carlos MORENO, \*1959, est un universitaire franco-colombien reconnu pour sa vision de la ville intelligente. Professeur associé et directeur scientifique de la Chaire ETI – IAE Paris Sorbonne, il a été nommé chevalier de la Légion d'honneur en 2010. Il a reçu la médaille de la Prospective de l'Académie d'architecture en 2019, puis le OBEL Award en 2021. Le prix Leadership lui a également été décerné l'année passée, lors du dernier Smart City Expo World Congress à Barcelone.**



## Un ballon d'essai au pays des montgolfières

Texte : Pieter Poldervaart  
poldervaart@kohlenberg.ch  
Photos : Miriam Künzli  
contact@miriamkuenzli.com



---

Plus de vingt ans après la première tentative de tour du monde en ballon de Bertrand Piccard, Château-d'Œx se lance un nouveau défi : améliorer la mobilité des seniors. La commune se bouge, donc ! Parmi les diverses mesures prises, on peut citer l'installation de nouveaux bancs en bois de facture locale, un projet de mise en place de stations d'auto-stop ou la création d'un fan-club de tricot. Faciliter l'accès aux paysages, multiplier les contacts sociaux, améliorer la santé, favoriser le bien-être des personnes du troisième âge, voilà les objectifs affirmés du projet-modèle soutenu par l'ARE.

---



Des pistes de ski en hiver et des sentiers de randonnée en été, c'est là-dessus que mise Château-d'Œx pour attirer les touristes en quête d'activité physique. Toutefois, la commune la plus étendue du canton de Vaud n'héberge pas que des amateurs de snowboard ou des fans de godillots ; on y voit aussi beaucoup d'hommes et de femmes courbés sur leur canne ou appuyés sur leur déambulateur, plus préoccupés de garder leur équilibre que d'admirer les paysages environnants. Bien plus nombreux qu'ailleurs, ils et elles représentent 24 % des 3 500 âmes de la commune, alors que la moyenne suisse est de 18 % et la moyenne vaudoise de 16 %.

« Ce n'est pas un hasard si tant d'ânés vivent chez nous », nous dit Éric Fatio, lors de notre rencontre dans la salle de restaurant de l'Hôtel de Ville. Autrefois, on contrôlait ici les déclarations d'impôts et établissait les amendes d'ordre ; aujourd'hui, on y accueille les touristes de passage. Ce soir, ils et elles sont attablés devant une belle platée de röstis surmontée d'une tomme fleurette de Rougemont fondue.

Éric Fatio est municipal, responsable notamment de la cohésion sociale ; il nous explique pourquoi il y a tant d'ânés dans sa commune :

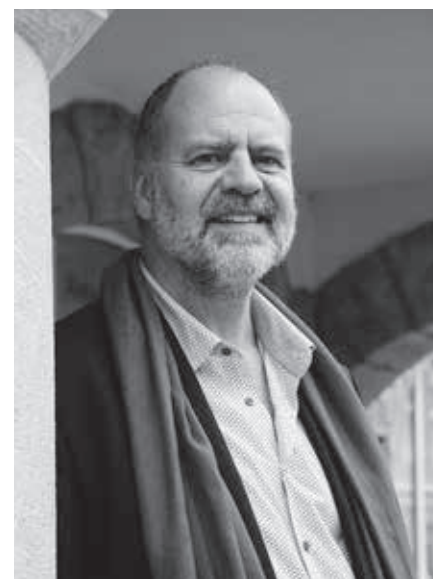
« Certes, nos jeunes sont partis à Lausanne ou Fribourg pour y étudier ou trouver de bons jobs, mais ce n'est pas la seule raison. Parvenus à la fin de leur vie active, les gens sont fatigués de l'Arc lémanique et aspirent à passer leurs « vieux jours » dans notre beau Pays-d'Enhaut – Château-d'Œx, Rougemont ou Rossinière. Il arrive souvent par ici que les maisons se transmettent par héritage. Plutôt que de les vendre, les enfants les transforment d'abord en résidences secondaires ; puis, le moment venu, décident de s'y installer définitivement. C'est une question d'amour du pays, finalement ! » conclut le jeune cinquantenaire.

#### **L'église perchée sur un rocher, centre de gravité du village**

Cela me laisse songeur, cette histoire d'amour... Surtout qu'aujourd'hui il pleut à verse ; le ciel bas hésite entre pluie et neige comme c'est souvent le cas en avril. Mais, bien installés dans la salle douillette du café, nous écoutons Éric Fatio, le seul représentant socialiste dans cette commune à majorité bourgeoise, nous parler de ce fameux projet-modèle intitulé « Château-d'Œx, une vision du paysage par et pour les seniors »,

dont il est l'un des initiateurs. Tout a commencé en 2017, lorsque, sous son impulsion, Château-d'Œx a été la première commune vaudoise à obtenir, le label « Commune en santé ».

Notre interlocuteur, ambulancier, se rappelle de son premier contact avec Pro Senectute.



« Un fois à la retraite, beaucoup de gens reviennent dans la vallée », nous dit le conseiller municipal.

C'est là qu'il a pris conscience du fait que certains amoureux du paysage voyaient leur rayon d'action se réduire toujours plus au fil des années. « J'ai compris que notre attention devait se concentrer sur l'environnement le plus proche, ce qui, chez nous, veut dire la colline du temple, avec son église protestante perchée sur un rocher de 30 mètres de haut, « oublié » par le glacier lors de son recul. » Ce rocher a une longue histoire : en l'an 1300 s'y dressait encore une tour de garde, remplacée plus tard par des lieux de culte successifs ; l'actuel date de 1800. Mais nul besoin d'être croyant pour avoir envie d'emprunter un des deux chemins accédant à l'église. Par beau temps – pas aujourd'hui ! –, on peut admirer de là-haut le magnifique paysage de la vallée de la Sarine.

#### Jouir de la vue... assis sur un banc

Aujourd'hui, le spectacle se limite à quelques plaques de neige sur les flancs de la Gummfluh et dans la réserve naturelle de La Pierreuse. Avril a tenté de remonter le temps en jetant un voile blanc sur les sommets, la nuit dernière. Dehors, une bruine glaçante n'a pas retenu les sept personnes d'âge respectable qui nous attendent devant l'office du tourisme. De la pointe de leur parapluie, elles désignent leur « colline du temple », véritable image de marque de ce projet-modèle qui est devenu le leur.

Nous entamons la tournée sous leur conduite ; première station : un bout de barrière métallique en fer forgé de six mètres de long, au pied de la colline. Apparemment, pas de quoi s'émerveiller ! Sauf que cette portion de main courante fait la jonction entre deux tronçons de chemin déjà équipés. Maude Rampazzo nous débrieife : « Ce bout de barrière a permis à de nombreuses personnes âgées et handicapées de remonter sur la colline. »

Maude Rampazzo travaille à Pro Senectute Vaud, qui depuis vingt ans a développé plus



Pour se rendre à pied sur la colline de l'église, les aînés doivent simplement pouvoir s'appuyer sur une main courante tout au long du chemin.



Grâce à leur participation au groupe de travail du projet-modèle, les aînées ont noué de nouveaux contacts.



Selon Maude Rampazzo, de Pro Senectute Vaud, si les infrastructures sont bonnes, les personnes âgées sortent davantage, ce qui est bénéfique à leur santé.

### Si je rallonge ma promenade, je verrai plus d'oiseaux

À Château-d'Œx, la saga des bancs, c'est tout un poème ! Éric Fatio en connaît toutes les strophes. « Je suis aussi menuisier de formation ; je maîtrisais donc le sujet lorsqu'il s'est agi de commander de nouveaux bancs. Je connaissais la tradition régionale de l'artisanat du bois et j'ai demandé à un menuisier, Jean-Louis Rossier, de me fabriquer un prototype de mon cru. Nous l'avons présenté fièrement à un « collège d'anciens », des experts en matière de repos sur le domaine public. Eh bien, nous nous sommes fait recaler sèchement ! Simultanément, deux dames militaient en faveur de la fabrication de bancs tout

simples et bon marché, taillés dans un seul tronc, ce qui a été refusé également, parce qu'il aurait alors fallu, pour les mettre en place, louer un camion-grue, et que cela aurait coûté trop cher. Fâchées, elles abandonnèrent le groupe de travail, qui avait été constitué dans ce but. Ce sont les aléas des processus participatifs : on ne peut pas toujours contenter tout le monde. » Au bout du compte, on a fini par trouver le banc idéal : ergonomique, esthétique, résistant aux intempéries... et fabriqué par un artisan local. La première vingtaine de bancs arrive en fin de production ; ils doivent encore être imprégnés. On prévoit d'en avoir installé une cinquantaine d'ici deux ans. Ce sont les personnes âgées elles-mêmes qui détermine-

de trente projets basés sur la méthodologie « Quartiers solidaires ». Elle planifie aussi des actions sociales pour ce public particulier. C'est elle qui a pu identifier à Château-d'Œx, avec l'aide de « ses » aînées, l'absence de mains courantes aux endroits stratégiques. L'année passée, le groupe de travail a organisé de nombreuses « Balades-Diagnostiques », c'est-à-dire des promenades d'un ou deux kilomètres à travers le village, dont la durée peut aller jusqu'à une heure et demie. Pourquoi si longtemps ? Parce que le groupe s'arrête à tous les coins de rue et critique tout ce qui ne va pas. Mme Rampazzo prend minutieusement note de toutes ces observations et récriminations : une bordure de trottoir trop haute, un pavé de travers, un trou à se tordre les pieds... ou simplement l'absence d'un banc. En effet, celui ou celle pour qui la marche est devenue pénible a besoin de se reposer à tout moment, et doit donc pouvoir s'asseoir à intervalles réguliers.



Le menuisier du coin, Jean-Louis Rossier – ici avec son fils Jimmy – a fabriqué la cinquantaine de bancs commandés, ce qui a permis de conserver la plus-value de son travail dans la commune.

Les boutiques de spécialités et les cafés de la petite ville de Château-d'Œx agrémentent le quotidien des aînés.

ront l'emplacement idéal où elles aimeraient pouvoir s'asseoir confortablement pour contempler le paysage. Quant aux frais d'infrastructure, ils seront à la charge de la commune, tandis que l'ARE fournira les moyens fédéraux destinés à soutenir le processus de consultation, avec l'appui de la fondation Leenaards, principalement active sur les bords du Léman.

Il ne fait aucun doute que, sur la colline du temple, de nombreux bancs tout neufs remplaceront d'ici peu les bancs actuels, véristes et inconfortables. Et ce n'est pas tout : « la vie va changer par ici », affirme Jane-Marie Nussbaumer, alerte septuagénaire, déjà très engagée dans le groupe de travail depuis trois ans. C'est vrai que je me tiens encore bien sur mes jambes, mais cela peut changer du jour au lendemain, n'est-ce pas ? » Pour répondre à ce genre de besoin, la commune a prévu d'améliorer le revêtement bitumineux des chemins d'accès à l'église, et d'équiper de miroirs les épingles à cheveux du chemin, afin de prévenir les collisions entre les piétons et les chaises roulantes des personnes se rendant à l'église pour une célébration ou un concert. Il est également question de mettre en place un sentier méditatif comportant sept stations. « Nous sommes en train de sélectionner des textes inspirants à faire figurer sur les panneaux », explique Mme Nussbaumer. Autre initiative : il est prévu, ces prochaines années, de transformer le Jardin de la Motte, situé sur les flancs de la colline, et de rendre son sentier plus praticable. À cet effet, la classe d'école primaire a déjà conçu les étiquettes indiquant le nom des plantes. On envisage aussi de remplacer le gazon anglais par une prairie fleurie.



rie fleurie. Enfin, en lieu et place du dallage actuel, les bancs seront reliés les uns aux autres par des pistes « taillées » dans l'herbe haute.

#### Un opéra, en direct de New-York

Maude Rampazzo et Éric Fatio croulent en général sous de multiples suggestions aux énoncés parfois amusants. Ainsi, « Vas-y mollo » désigne une petite promenade d'une demi-heure qu'une personne ayant des difficultés à se déplacer peut faire en compagnie d'une personne ou d'un groupe de « collègues » de la même tranche d'âge, mais encore relativement mobiles. Dans un tel cas, le groupe profite naturellement des aménagements communaux déjà réalisés. D'autres propositions ont une fonction purement sociale : le projet « Trico'thé » vise à faire se rencontrer les aînées autour d'un thé et de petits gâteaux, lors d'un après-midi de tricot ou de crochet.



La rue principale est à sens unique, ce qui permet une cohabitation harmonieuse entre piétons et voitures.



Le passage sous-voies est « nickel » ; avec ses fresques et son éclairage bien conçu, il mériterait de figurer dans un livre d'art.

sentation », ironise Éric Fatio, qui n'est pas fan du genre.

Et pour conclure, il ne faut pas oublier le Festival international de Ballons qui anime la petite station pendant dix jours, au début de chaque année. Le Pays-d'Enhaut offre en effet des conditions météorologiques idéales pour les vols en montgolfières ; Bertrand Piccard et Brian Jones en savaient quelque chose lorsqu'ils se sont envolés, le 1<sup>er</sup> mars 1999, pour un tour du monde de vingt jours avec le Breitling-Orbiter. À une autre échelle, les ballons d'essai « J'te pouce » et « Trico'thé » permettront aux aînés de rester mobiles, de retrouver une vie sociale et de continuer à prendre des initiatives au quotidien, ce qui ne manquera pas de leur rendre la vie plus belle. *(traduction)*

Dans un registre un peu différent, l'innovation « J'te pouce » va être mise sur pied prochainement. Il s'agit d'installer, en dehors de la localité, six « stations d'auto-stop » clairement indiquées, bien entendu équipées de nouveaux bancs. Celui ou celle qui s'y tiendra pourra idéalement être amené directement à bon port par un voisin ou une voisine compatissante. Cette initiative part du constat que, compte tenu de l'étendue de la commune, la densité de population est réduite à Chateau-d'Ex ; l'idée est donc d'associer « lever du pouce » et solidarité de voisinage. En effet, il est hors de question de mettre en place une ligne de bus régulière dans une commune si peu peuplée, raison pour laquelle presque toutes les personnes actives se déplacent en voiture.

Des trottoirs adaptés, des bancs plus nombreux, des possibilités de covoiturage, voilà qui fait de Chateau-d'Ex une commune de plus en plus attrayante pour les person-

nes du troisième âge. Et nous n'avons pas parlé, encore, des autres atouts du lieu, à commencer par le magnifique passage sous-voies – sans doute l'un des plus remarquables de Suisse – décoré de fresques de Franck Bourouillec et totalement épargné par les grappeurs. On peut mentionner encore la rue principale à sens unique, équipée de ralentisseurs, où il fait bon flâner de cafés en boutiques. Par ailleurs, Chateau-d'Ex, avec ses services et son Pôle santé (hôpital de dix lits, établissements médico-sociaux, services d'urgences, CMS Pays-d'Enhaut), offre toutes les commodités d'un centre régional. Et c'est sans compter les septante associations locales, la piscine, la patinoire, la piste de bowling et une quantité inhabituelle de petites échoppes spécialisées. Sur le plan culturel, la commune n'est pas en reste, avec sa presse locale – le *Journal du Pays-d'Enhaut* – et son cinéma, qui retransmet une fois par mois un opéra en direct de New-York. « Ma femme ne rate presque aucune repré-

LIEN VERS LE PROJET-MODÈLE

➔ <https://tinyurl.com/ChateauF>



**PIETER POLDERVAART** est un journaliste indépendant de Bâle, rédacteur du *Forum du développement territorial*.



**MIRIAM KÜNZLI** est photographe indépendante à Zurich.



#### LA GALERIE DE PHOTOS DU REPORTAGE

D'autres photos prises à l'occasion de ce reportage sont disponibles sur : [www.are.admin.ch/forumdudeveloppementterritorial](http://www.are.admin.ch/forumdudeveloppementterritorial)



#### LE REPORTAGE EN VIDEO

→ Le video « Les choses bougent à Chateau-d'Ex » et un entretien avec Eric Fatio, conseiller municipal à Chateau-d'Ex, et Maude Rampazzo, collaboratrice de Pro Senectute Vaud, est disponible sur : [www.are.admin.ch/forumdudeveloppementterritorial](http://www.are.admin.ch/forumdudeveloppementterritorial)

## L'architecture au service de la santé

La Haute École Spécialisée de Muttenz possède un trésor architectural : ses escaliers monumentaux conçus par le bureau Pool Architekten de Zurich. Mais, il y a un hic : le gigantesque atrium du bâtiment est encombré d'impressionnantes volées d'escaliers audacieuses comme des toboggans à boules de géants ; pourtant presque personne n'ose s'y risquer. En effet, les marches ne sont pas adaptées à la longueur des pas humains, si bien que celui qui s'y aventure voit son élan rapidement brisé ; le souffle court, il cherche alors en vain des paliers où se reposer. Par ailleurs, les multiples points de départ et d'arrivée donnent à l'endroit des allures de labyrinthe. Résultat : plutôt que de risquer de se fourvoyer, les gens pressés préfèrent se diriger directement vers l'ascenseur.

Il en va tout autrement, à Givisiez, dans l'immeuble abritant les bureaux de l'Établissement cantonal des assurances sociales (ECAS) du canton de Fribourg, construit par l'architecte Paolo Basso Ricci. Ce dernier prône une « architecture active », qui « favorise les mouvements corporels dans les espaces publics à l'intérieur des bâtiments ». Entièrement en verre, la cage d'escalier est visible aussi bien des corridors que depuis les postes de travail. Quel que soit l'étage, toute porte donnant sur les escaliers masque, en s'ouvrant, l'accès à l'ascenseur ; il faudrait, pour l'atteindre, contourner le battant de la porte, ce qui a un effet dissuasif et incite la plupart des gens à opter pour l'escalier.

De même que l'aménagement d'un sentier le long d'une rivière ou la construction d'une voie cyclable directe et sûre, la conception d'une cage d'escalier exposée à la lumière naturelle repose sur l'idée qu'une organisation judicieuse de l'environnement favorise la santé. Il est en effet prouvé que les urbains fréquentant régulièrement les espaces verts sont bien moins stressés que les autres ; on a même constaté qu'une exposition régulière à la lumière du jour pouvait avoir des effets jusque sur les tissus sous-cutanés.

La rencontre, elle aussi, est prétexte à mouvement : le bureau Haerle Hubacher de Zurich l'a bien compris en peaufinant les espaces de déambulation du quartier de Reitmen à Schlieren. Grâce aux hautes fenêtres qui s'élèvent jusqu'au plafond, les cages d'escalier sont particulièrement lumineuses et autrement plus conviviales que les corridors sombres auxquels on est habitué ; on s'y arrête volontiers pour tailler une bavette. Les architectes ont soigné l'atmosphère des couloirs, parfois recouverts de parquet comme s'il s'agissait de salons privés. À l'extérieur, les nombreux chemins d'accès, entrées d'immeubles, jardins, placettes, ou encore le chemin pour accéder au futur arrêt de la Limmatbahn sont, eux aussi, propices à la rencontre.



**RAHEL MARTI**, \*1976, est architecte diplômée de l'EPFZ. Elle travaille depuis 2004 pour la revue *Hochparterre*, aujourd'hui en tant que rédactrice des rubriques d'aménagement du territoire et d'architecture.

[marti@hochparterre.ch](mailto:marti@hochparterre.ch)

Turidomus et Adimora, les commanditaires du quartier de Reitmen, sont deux fondations de placements, autrement dit des organismes privés axés sur la rentabilité. Il est d'autant plus remarquable que ces maîtres d'ouvrage aient spécifié dans le cahier des charges du projet qu'il fallait accorder une attention particulière à la rencontre interpersonnelle et aux mouvements des gens. D'habitude, ce sont les organismes publics qui se préoccupent de ces questions sociales. Les grandes entreprises quant à elles s'intéressent plutôt à la qualité des postes de travail ; leurs objectifs sont plus d'augmenter la rentabilité de leurs collaborateurs que de développer des liens sociaux. D'ailleurs, la branche immobilière ne s'y trompe pas, elle qui commercialise ses objets en vantant leur environnement vert et n'hésite pas à ajuster ses prix en conséquence : une étude zurichoise a montré que le loyer d'un logement situé dans un environnement verdoyant pouvait être majoré de 500 francs par mois.

Aujourd'hui déjà, un permis de construire n'est octroyé que si les contraintes en matière d'environnement et de protection du climat sont respectées – pour autant bien sûr que toutes les autres conditions légales soient remplies. En revanche, il n'est fait mention nulle part de critères sociaux minimaux, comme par exemple une exigence de maintien de la santé des occupants ou des collaborateurs. Or, même sur ce plan, on pourrait avancer des arguments économiques, puisqu'un cadre de vie correctement conçu contribue à faire baisser les coûts de la santé sur le long terme.

Voilà plusieurs années déjà que la mise en œuvre du concept de densification (ou de développement vers l'intérieur) va bon train. Mais à quel prix ? Les espaces verts fondent comme neige au soleil ; des quartiers entiers sont rasés... en même temps que sont détruites toutes les interactions sociales. En réalité, si nous aspirons à réduire les effets délétères de ce type d'urbanisme sur la santé psychique et physique des habitants, il est grand temps d'ajouter aux critères climatiques des critères sociaux. Or il nous manque encore des règles claires et efficaces permettant de mesurer les conséquences sur la société d'un projet architectural, qu'il soit privé ou public. Rien de nouveau sous le soleil : au début du XX<sup>e</sup> siècle, ce sont bien des mesures urbanistiques qui ont contribué à contenir des maladies contagieuses comme la tuberculose ou le choléra. Aujourd'hui, les urbanistes pourraient s'inspirer de leurs prédécesseurs pour s'attaquer aux maladies non transmissibles telles que le diabète ou le surpoids. Comment ? En soignant le cadre de vie des citadins. *(traduction)*



### LE FICHER AUDIO DE CET ARTICLE

Cette chronique, lue par l'auteure elle-même, est disponible en version audio sur [www.are.admin.ch/forumdudeveloppementterritorial](http://www.are.admin.ch/forumdudeveloppementterritorial)

#### LE MONDE EN CHIFFRES

---

Chaque année, en Suisse, on compte plus de

# 2000

morts prématurées dues au trafic (automobile, ferroviaire ou aérien) et à la navigation.

En 2018, 1182 de ces décès étaient imputables à la pollution atmosphérique, 685 aux émissions de bruit et 251 aux accidents. Les photos de cette page et de la suivante témoignent de lieux d'accidents avec suites fatales.

---





## «La pianificazione va incentrata sulle persone»

---



**Maria Lezzi**  
direttrice ARE  
maria.lezzi@are.admin.ch

Giocare a calcio all'aria aperta: tre anni fa, questa era la normalità. In settimana, la sera, o il finesettimana, in uno stadio o in un cortile scolastico: correre dietro a un pallone faceva parte della nostra quotidianità.

Il passato recente invece si è rivelato molto diverso. La pandemia di coronavirus ci ha fortemente limitati nelle possibilità di spostamento e di contatto. Sono state annullate persino le partite di calcio, oppure venivano disputate a porte chiuse. Dagli USA ci sono giunte immagini di cerchi tracciati nei prati in cui le persone potevano sedersi all'aria aperta, ma isolate. In Italia i coprifuoco sono durati settimane, e in Cina non è ancora finita. Tutto questo in nome della salute.

Il tema della salute e dell'utilizzazione dello spazio è stato catapultato al centro delle nostre vite come mai ci saremmo immaginati. Questo è stato il fattore determinante che ha spinto l'ARE a interessarsi più da vicino a domande come: cosa facciamo per poter vivere non solo in sicurezza, ma anche in salute nelle città, nei villaggi e nei quartieri e per sentirci bene in questi spazi? Come pianifichiamo questi luoghi affinché siano vivibili? Di quali strutture sanitarie abbiamo bisogno nella nostra regione e nel nostro Paese? E come possiamo promuovere comportamenti salutari attraverso uno sviluppo oculato del territorio e del traffico?

I cambiamenti climatici e le evoluzioni demografiche ci costringono ad approfondire i punti d'incontro tra utilizzazione del territorio, pianificazione del territorio e salute. La pandemia ha portato alla ribalta questa necessità evidenziando i punti deboli del sistema attuale e mostrandoci che anche buoni rapporti di vicinato e buoni contatti sociali sono fattori chiave per la nostra salute, la nostra gioia di vivere e la nostra felicità. Un Comune o una regione sani non hanno bisogno soltanto di «hardware» e «brainware» intesi come una pianificazione previdente, ma anche di una quantità almeno equivalente di «heartware». Ecco quindi che l'edizione attuale di Forum sviluppo territoriale invita a mettere al centro della pianificazione non il territorio, bensì le persone.

*(traduzione)*

## La pianificazione del territorio come fonte di salute

**Caroline Beglinger**

caroline.beglingerfederova@are.admin.ch

**Camille Beziane**

camille.beziane@are.admin.ch

**Gisèle Jungo**

gisele.jungo@bag.admin.ch

**Nicole Ruch**

nicole.ruch@bag.admin.ch



Martigny, Vallese

---

La conformazione dello spazio in cui ci muoviamo ogni giorno ha un notevole impatto sulla nostra esposizione all'inquinamento fonico, atmosferico o dovuto ad altre emissioni. Percorsi ciclabili e pedonali sicuri e attrattivi per recarsi al lavoro, a scuola e dai fornitori di servizi ci motivano a spostarci più spesso attivamente, rinunciando ai motori a combustione. Da tutto ciò si deduce che una buona pianificazione del territorio contribuisce in modo importante alla nostra salute.

---

L'OMS definisce la salute come uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale, e non solo come un'assenza di malattia o infermità. Il raggiungimento o meno di questo stato dipende da diversi presupposti: lo stato di salute attuale, lo status socio-economico, l'età, il sesso, la fascia di età, la situazione familiare e le attitudini fisiche. Come può allora la pianificazione del territorio, il cui mandato consiste nel creare e mantenere condizioni territoriali favorevoli allo sviluppo della vita, contribuire a una migliore salute della popolazione?

#### Come si è arrivati a percorsi ciclabili sicuri

Il nesso tra salute e territorio è oggetto di ricerca da decenni. La Carta di Atene, ad esempio, già nel 1933 mirava a separare le aree industriali dai quartieri residenziali per evitare che gli abitanti fossero esposti all'inquinamento ambientale. Ma questa separazione ha allungato i tragitti casa-lavoro e ha ostacolato i quartieri misti, in alcuni casi portando persino alla ghettizzazione. Nel 1994, 60 anni dopo, la Carta di Aalborg ha messo in discussione il principio della separazione funzionale, rivendicando invece una diversità funzionale e sociale per ridurre la mobilità «forzata» e la segregazione sociale. Tra gli obiettivi della carta figurava anche uno sviluppo urbano sostenibile.



Mühlebach, Grindelwald

Per preservare il paesaggio e per l'organizzazione degli spazi insediativi, la pianificazione del territorio gioca oggi un ruolo importante a tre livelli: nella formulazione degli obiettivi, nei piani, piani direttori, leggi e ordinanze in vigore nonché nelle procedure applicate. La legge sulla pianificazione del territorio (LPT) afferma che il paesaggio deve essere rispettato. Stabilisce inoltre che gli insediamenti devono essere strutturati secondo i bisogni della popolazione: ripartendo razionalmente i luoghi destinati all'abitazione e al lavoro, pianificando in modo da preservare quanto possibile i luoghi destinati all'abitazione da immissioni nocive o moleste come l'inquinamento dell'aria, il rumore e gli scotimenti, e assicurando condizioni favorevoli per l'approvvigionamento in beni e servizi. Inoltre, gli insediamenti devono presentare molti spazi verdi e alberati. Nell'ottobre del 2021, il Consiglio federale ha definito in modo vincolante nel Piano settoriale dei trasporti «Mobilità e territorio 2050» importanti obiettivi per il traffico pedonale e ciclistico.

Oltre a questi obiettivi, costituiscono linee direttrici anche le leggi e gli strumenti pianificatori. La legge sulle ciclovie appena approva-

ta dal Parlamento obbligherà i Cantoni a pianificare e costruire reti ciclabili. Questo avrà ripercussioni positive sulla mobilità attiva e di conseguenza sulla sanità pubblica. La pianificazione locale propone buone soluzioni per interi quartieri a livello di particella, in modo tale che nei prossimi decenni gli edifici e le attività siano realizzati conformemente agli obiettivi menzionati. La pianificazione del territorio dà quindi un contributo fondamentale alla sistemazione di comprensori insediativi in cui si possa vivere in salute. Non da ultimo, gli uffici federali dello sport, dello sviluppo territoriale, dell'ambiente e della sanità pubblica coordinano l'applicazione della Concezione «Paesaggio svizzero» per quanto concerne l'obiettivo specifico «Salute, movimento e sport».

#### Coinvolgimento intergenerazionale

In Svizzera, le malattie non trasmissibili come l'obesità, il diabete, le malattie del sistema circolatorio, i dolori alla schiena, i tumori e l'osteoporosi causano l'80 per cento dei costi della salute. Ad esempio, è provato che strade e linee ferroviarie molto trafficate hanno effetti negativi sulla salute. L'inquinamen-



Piazza federale, Berna

to fonico può causare disturbi del sonno, far insorgere l'ipertensione e favorire le malattie del sistema cardiocircolatorio e il diabete, o ancora compromettere le prestazioni cognitive. Le ondate di caldo, più frequenti a causa dei cambiamenti climatici, e l'inquinamento atmosferico dovuto al traffico portano a malattie del sistema respiratorio e di quello cardiocircolatorio.

L'attività fisica è un importante fattore che protegge da molte malattie non trasmissibili. Favorisce la distensione, la salute psichica

e la concentrazione. Gli spazi per l'attività fisica e gli incontri non solo fanno sì che ci si muova di più, ma migliorano anche la partecipazione nella società e promuovono l'integrazione e la salute sociale, specialmente tra le persone anziane.

#### **Giardini tascabili e allenamento di strada**

Tutti noi sappiamo per esperienza quanto contribuiscano al benessere la natura e paesaggi intatti. Anche se ognuno percepisce il paesaggio in modo diverso, vi sono studi che

provano l'esistenza di un consenso sorprendentemente ampio sulla sua importanza. Un ambiente salutare si contraddistingue per limitate immissioni moleste, molti spazi verdi, una buona mescolanza di zone residenziali, lavorative e ricreative nonché tragitti brevi e attrattivi, piacevoli da percorrere a piedi o in bicicletta.

I parchi e le altre superfici verdi non solo fissano l'anidride carbonica, ma abbassano anche la temperatura delle isole di calore urbane e offrono habitat per animali e piante.



Giardino pubblico, Le Locle



Juststal, Berne

Inoltre, le zone verdi sono luoghi adatti all'attività fisica e agli incontri sociali, che a loro volta hanno ripercussioni positive sulla salute fisica e psichica. L'OMS raccomanda pertanto di mettere a disposizione di tutti gli abitanti uno spazio verde in un raggio di 300

metri. Questo ideale costituisce una sfida anche per le città svizzere.

È proprio nei quartieri socialmente sfavoriti che la popolazione è più esposta all'inquinamento atmosferico e fonico dovuto al traffi-

co ed è coinvolta in una misura superiore alla media negli incidenti della circolazione. Di conseguenza, questa fascia di popolazione si sposta meno a piedi o in bicicletta, il che fa aumentare ulteriormente il rischio di ammalarsi. Per spezzare questo circolo vizioso, in questi quartieri ancor più che in altri è importante accertarsi che valorizzando gli spazi insediativi e verdi e i percorsi pedonali e ciclabili venga promossa la mobilità attiva degli abitanti.

Un altro contributo al raggiungimento di questi obiettivi è dato dai piazzali delle scuole che vengono resi accessibili al pubblico al di fuori degli orari scolastici. Nei mesi invernali possono essere sfruttati anche i campi sportivi e i parchi dei bagni pubblici. Sono utili pure i nuovi spazi per l'attività fisica e gli incontri come i «giardini tascabili» e i luoghi per l'«allenamento di strada». In tal modo le famiglie e i giovani che non dispongono di spazi esterni hanno la possibilità di muoversi all'aria aperta. Attraverso diversi programmi come i Progetti modello Sviluppo sostenibile del territorio e l'Ufficio di coordinamento per la mobilità sostenibile, la Confederazione crea buoni presupposti per sviluppare e realizzare progetti olistici.

#### Comuni salutarì per persone sane

Un importante fattore di successo per una pianificazione del territorio che incentivi la salute è la partecipazione: la collaborazione tra attori locali, regionali e nazionali dei settori dei trasporti, delle costruzioni, dell'ambiente, della sanità e dello sport come pure il coinvolgimento precoce di gruppi di destinatari e utenti sono due dei fattori di successo di spazi insediativi di qualità e salutarì. Se i residenti vengono coinvolti tempestivamente nella costruzione, possono appropriarsi degli spazi esterni e assumerne la responsabilità. Una maggiore identificazione, inoltre, porta a un utilizzo più diffuso. Nella partecipazione è fondamentale coinvolgere anche



Bachtel, Oberland zurighese

persone anziane, bambini e persone in situazione di handicap o con bisogni speciali.

Recentemente, nella politica si è fatto strada il concetto di «città salutare» o «Comune salutare». La definizione lascia spazio a diverse interpretazioni, ma c'è consenso sul fatto che una città salutare crea e rinnova i presupposti per una buona salute della popolazione che ci vive. I responsabili affrontano in modo olistico i fattori sociali, economici ed ecologici con impatto sullo stato di salute della popolazione. Vanno tematizzate anche questioni come l'inclusione sociale o buoni collegamenti per il traffico lento e spazi liberi attrattivi e naturali.

Il concetto di «città salutare» non fa affidamento soltanto sulla pianificazione del territorio. Si basa su approcci interdisciplinari, olistici e partecipativi. La «città salutare» non è una città dei pianificatori e delle autorità, bensì dei suoi abitanti. Il «Comune salutare» è un Comune che si rimette continuamente in gioco per poter offrire possibilmente a tutte le persone una varietà di spazi in cui vivere in salute.

(traduzione)



**CAROLINE BEGLINGER, \*1964**, ha studiato geografia, storia e germanistica e ha conseguito un MAS in sviluppo sostenibile e gestione delle risorse. Da oltre 30 anni lavora nell'ambito della pianificazione dei trasporti, in cui ha assunto diverse funzioni dirigenziali a livello statale, aziendale e sociale. Dal 2021 dirige l'unità di stato maggiore Mobilità dell'ARE.



**CAMILLE BÉZIANE, \*1982**, ha studiato pianificazione del territorio e filosofia alle università di Bordeaux e Berlino e ha un diploma nel settore sanitario. Prima di essere assunta presso l'Ufficio federale dei trasporti ha lavorato a livello regionale e cantonale a Basilea e Friburgo. Dal 2013 è responsabile del coordinamento dei progetti relativi ai trasporti terrestri presso la Sezione Pianificazioni federali dell'ARE.



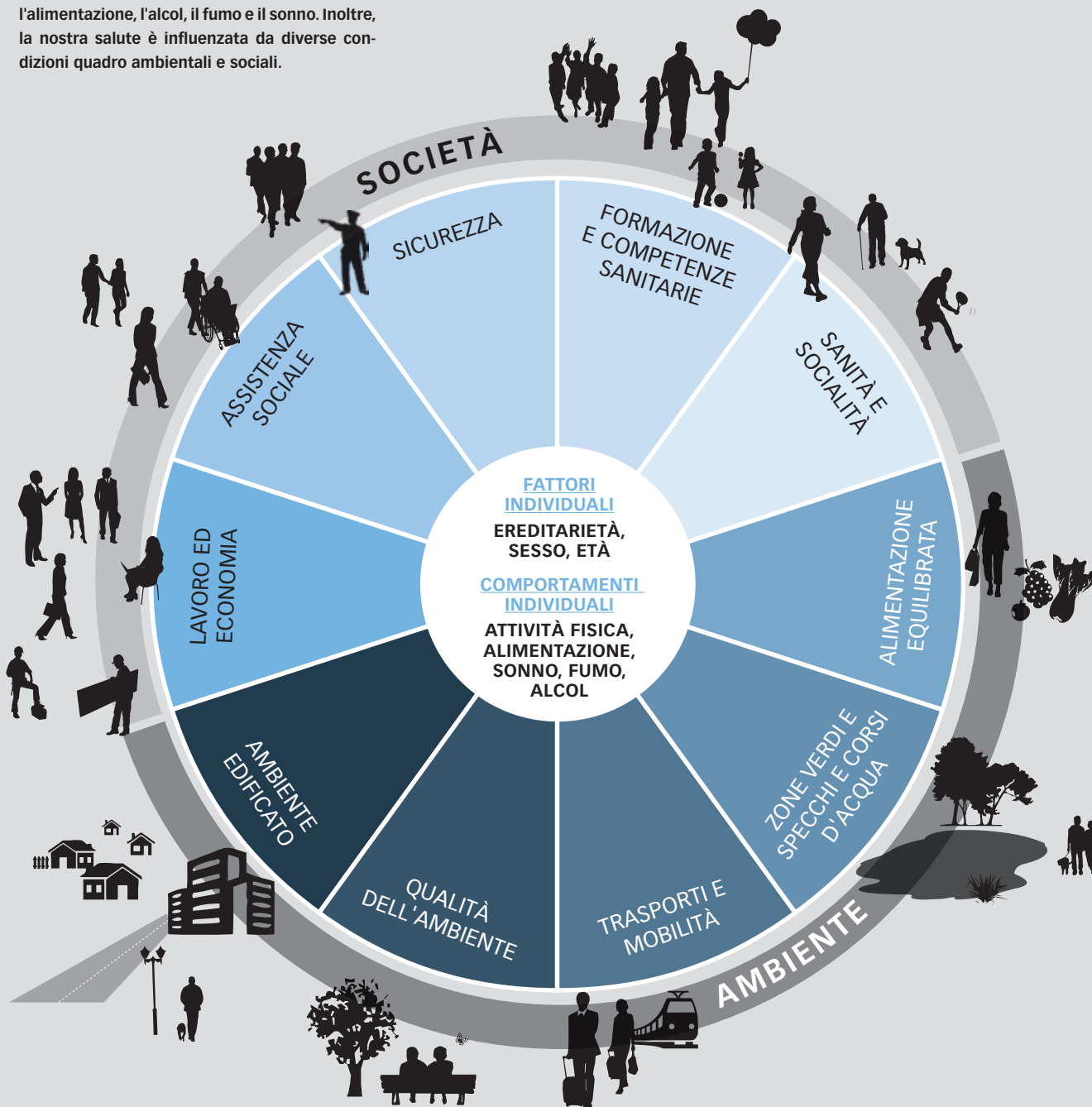
**GISÈLE JUNGO, \*1970**, ha un master in relazioni internazionali e un CAS in prevenzione e promozione della salute. Ha lavorato presso la Segreteria di Stato dell'economia (SECO) occupandosi delle relazioni economiche bilaterali con il Sudamerica, mentre presso l'Ufficio federale dell'agricoltura è stata responsabile della segreteria svizzera per l'Accordo agricolo CH-UE. Dal 2009 lavora presso l'Ufficio federale della sanità pubblica nel settore Attività fisica e ambiente.



**NICOLE RUCH, \*1978**, ha ottenuto un dottorato in scienze motorie e un post-diploma in statistica applicata. Ha insegnato presso la scuola universitaria professionale di Berna ed è stata responsabile scientifica di progetto presso l'Osservatorio svizzero della salute. Dal 2019 lavora presso l'Ufficio federale della sanità pubblica occupandosi di promozione dell'attività fisica.

## La nostra salute è influenzata da molti fattori

La nostra salute dipende da numerosi fattori. Alla base vi sono quelli individuali come la disposizione ereditaria, il sesso e l'età, ma anche comportamenti personali come l'attività fisica, l'alimentazione, l'alcol, il fumo e il sonno. Inoltre, la nostra salute è influenzata da diverse condizioni quadro ambientali e sociali.





«Gli spazi esterni sono  
fondamentali per la nostra  
salute fisica e psichica.»

Intervista: Pieter Poldervaart  
Foto: Miriam Künzli



---

Uno spazio ricreativo al posto di un parcheggio, l'apertura a tutti dei cortili scolastici e delle superfici verdi delle case per anziani: Sabina Ruff propone una riorganizzazione degli spazi esterni pubblici e privati. Secondo la consulente e moderatrice occorre rafforzare nella società e tra i professionisti la consapevolezza di quanto lo spazio che ci circonda contribuisca al nostro benessere fisico e morale.

---

**La pandemia ha dimostrato quanto sia importante la vicinanza di superfici verdi. La Svizzera, densamente edificata, non giunge ai propri limiti in tal senso?**

Sabina Ruff: Effettivamente, durante la pandemia le zone ricreative di prossimità negli insediamenti sono state grandemente sollecitate. Abito a Zurigo, a pochi passi dalla Limmat, e i sentieri erano presi d'assalto... Il confinamento può essere stata un'occasione per ripensare le zone ricreative di prossimità. Finora, con questo termine si intendevano soltanto gli spazi pubblici. Ma molte proprietà private dispongono di ampi spazi verdi spesso poco sfruttati. Recentemente, in una piccola città ho promosso processi partecipativi per risistemare un piccolo parco giochi. Tutt'intorno sorgono caseggiati degli anni '60 attornati da grandi prati verdi, superfici su cui gli unici a circolare sono i tosaerba. Stiamo lavorando a un'idea per rendere fruibili dal pubblico queste superfici private. La separazione netta tra zone ricreative di prossimità pubbliche e private è ormai superata.

**Nel caso delle costruzioni nuove le possibilità sono maggiori?**

In parte, anche se i regolamenti edilizi e i piani regolatori distinguono chiaramente quello che è fattibile da quello che non lo è. Tuttavia, anche nel costruito esistono riserve, come dimostra il quartiere basilese di Gun-

deldingen, densamente edificato. La città si è rivolta alle cooperative ed è riuscita a far aprire al pubblico i cortili. Spesso, il settore dell'edilizia abitativa di utilità pubblica appare più ricettivo nei confronti di queste innovazioni rispetto ai proprietari privati.

**Lo spazio libero basta, o ci vogliono anche installazioni?**

In generale sono scettica in merito a un arredamento onnipresente. Gli spazi devono essere pianificati con una certa semplicità affinché la popolazione possa appropriarsene. Ed è fondamentale che gli spazi liberi siano sviluppati in maniera partecipativa: solo una volta chiarite le esigenze della popolazione i professionisti possono sviluppare spazi orientati al futuro.

**Questo significa che bisogna rinunciare del tutto alle infrastrutture?**

Ci vuole un minimo di offerte e struttura, altrimenti abbiamo uno spazio selvaggio. Mi piacciono soprattutto le panchine di qualità, anche sobrie, classiche, in legno. Ora esistono anche prodotti sui quali ci si può sedere, ma anche sdraiare, eseguire esercizi o lavorare. L'elevato valore estetico e le svariate possibilità di utilizzo invitano a muoversi e a intrattenersi nello spazio pubblico. Come dimostrato da diversi studi, chi passa del tempo all'esterno, idealmente nel verde, corrobora la propria salute fisica e psichica.

**E per questo basta un buon arredamento?**

Assolutamente no, e non bisogna nemmeno strafare. I piazzali non finiti sono estremamente importanti. Un paio d'anni fa, Pro Juventute e la scuola universitaria professionale della Svizzera orientale hanno sviluppato una guida. Allora, si parlava ancora di «parchi giochi a misura di bambino», mentre oggi ci si è allontanati da questo concetto. Gli spazi «di gioco» non sono destinati soltanto ai

«Panchine ben posizionate migliorano la salute delle persone anziane sotto più punti di vista.»

Sabina Ruff

bambini, ma a utenti di qualsiasi età. Comunque, la guida contiene un orientamento significativo: oltre a spazi strutturati occorre offrire anche spazi «non finiti», che possono essere completati, trasformati e quindi produrre autoefficacia con ripercussioni positive (dirette e indirette) sulla salute.

**Qual è il nesso tra spazi «non finiti» e salute?**

Mi baso sulla teoria del sociologo Aaron Antonovsky. Parte dal presupposto che le persone possono godere di buona salute se il contesto di vita immediatamente circostante è logico e comprensibile e se possono darvi un contributo. Un esempio in tal senso è partecipare allo sviluppo degli spazi esterni. La partecipazione, quindi, è un importante fattore salutogenico.

**Dopo un periodo fiorente negli anni 2000, oggi la partecipazione è spesso fonte di frustrazione. Che cosa sta andando storto?**

Spesso, le parti coinvolte presentano situazioni di partenza diverse. Lo dimostra ad esempio uno studio dell'ufficio del genio civile della città di Zurigo. Dall'indagine emerge che anche le persone con una buona posizio-

ne socioeconomica, una buona formazione e che sono attive nel proprio quartiere non sanno come possono dare il proprio contributo nel contesto in cui vivono. Hanno la sensazione che manchi loro la possibilità di esprimersi in fase di pianificazione.

***A maggior ragione potrebbe essere complicato coinvolgere strati della popolazione meno affermati...***

Esatto. Palesemente, la popolazione ha spesso l'impressione di non essere presa sul serio. La conclusione che ne traggo è che manca un coinvolgimento a livello comunicativo. L'amministrazione deve informare in modo trasparente sulle diverse tappe della pianificazione. I professionisti spesso dimenticano di comunicare quali sono i progetti attuali e le scadenze previste, come i risultati saranno integrati nella pianificazione e quando è previsto il momento informativo successivo. Alla fine non rimane che un mucchio di cocci: un pubblico disinteressato.

***Come dare una svolta?***

Formando le persone che in futuro assumeranno la responsabilità. Nell'ambito dei diversi moduli formativi che dirigo alle università e alle scuole universitarie professionali continuo a sentirmi dire dagli studenti quanto poco importa loro dei processi partecipativi. A questo proposito s'impone un grande impegno informativo e formativo sulle modalità corrette di implementazione della partecipazione che prevedano il coinvolgimento di professionisti e un approccio interdisciplinare. Infatti, ad avere ripercussioni sulla salute non è soltanto lo spazio in sé, ma (sempre secondo la teoria sopra citata) anche la via della sua sistemazione, ovvero il processo seguito. Un vantaggio collaterale è il fatto che naturalmente, se si è stati coinvolti nella pianificazione del proprio quartiere, si sviluppa anche un maggiore senso di responsabilità.

***Lei evoca «spazi non finiti». Ma è difficile che una pianificatrice o un politico possano profilarsi con un concetto del genere...***

Non servono sempre grandi progetti. Anche nel piccolo si può mostrare cosa significano apertura e collaborazione. Ad esempio, la città di Berna e da poco anche quella di Lucerna propongono alla popolazione di utilizzare

un parcheggio come spazio di incontro sotto forma di parco pop-up per un'estate intera. Si può quindi testare su piccola scala come una superficie asfaltata fino ad allora utilizzata come parcheggio possa rinascere a nuova vita.

***Questo principio può essere applicato anche a spazi più grandi?***



---

**SABINA RUFF ha studiato lavoro sociale, scienze sociali e sviluppo organizzativo sistemico, con successive formazioni nei campi della filosofia e dell'urbanistica. Dopo aver lavorato presso l'ufficio di prevenzione sanitaria del Cantone di San Gallo, nel 2018 ha aperto lo studio di consulenza «Laboratorium für Zukunftsgestaltung». La sua attività di consulenza e i suoi mandati sono focalizzati sul coinvolgimento partecipativo delle parti interessate e sulla sistemazione e utilizzazione degli spazi pubblici. Inoltre, insegna in diverse scuole universitarie professionali e università.**

[sabinaruff.ch](http://sabinaruff.ch)

Certo. Nel 2020 il centro storico di Liestal ha vinto il premio «Flâneur d'Or». Anche qui la zona ricreativa di prossimità è asfaltata, quindi non deve per forza sempre trattarsi di uno spazio verde. Come nel caso dei pop-up a Berna, è stato aperto uno spazio stradale che in origine era pensato per il traffico individuale motorizzato (TIM). Liestal ha eliminato marciapiedi, installato panchine e ridotto

la velocità. I pedoni hanno così nuove possibilità per vivere la qualità storica della città.

**Ma non dappertutto il centro città ha la stessa attrattiva di quello di Liestal...**

Però rallentare il TIM e bandirlo dal centro è possibile, anzi necessario, dappertutto. Naturalmente bisogna scendere a compromes-

to riservati ai bambini più attrattivi anche per altri utenti. È un modo di venire incontro alle diverse esigenze nelle città e negli agglomerati densamente popolati.

**Come si immagina uno di questi «luoghi di quartiere»?**

Durante la pandemia abbiamo assistito al fatto che molti lavoratori consumavano il pranzo nello spazio pubblico. Per questo occorrono posti per sedersi comodi e puliti, tranquillità, ombra e cestini. Il pomeriggio questo posto potrebbe essere frequentato da genitori con bambini, o da persone anziane...

**...che hanno bisogno in particolare di panchine.**

Sì, i posti per sedersi sono un elemento centrale. L'organizzazione Mobilità pedonale Svizzera le chiama «stazioni di rifornimento per pedoni». Naturalmente hanno un'importanza particolare per le persone anziane.

**Affinché il loro raggio di spostamento possa essere più ampio?**

Sì, ma non solo. Le panchine permettono di recarsi in negozi un po' più lontani che offrono prodotti alimentari variati e sani anziché frequentare soltanto il chiosco all'angolo o la panetteria. Infine, le panchine sono anche, e per molte persone anziane il solo, luogo per contatti sociali. Le panchine hanno quindi un impatto sulla loro salute sotto più punti di vista. È decisiva anche la loro fattura: ad esempio, il metallo è a prova di vandalismi, ma in estate si scalda molto e in inverno è glaciale. Ci vuole anche un bracciolo che aiuti a rialzarsi, e l'inclinazione della seduta deve essere giusta.

**Analisi dello stato attuale, processo partecipativo... Ma è improbabile che i Comuni di piccole dimensioni abbiano capacità per progetti di questo tipo, no?**

«Al tema della partecipazione deve essere dato più peso già nella formazione.»

Sabina Ruff

si per negoziare la nuova utilizzazione dello spazio. Ma oggi i parcheggi occupano troppi spazi pubblici, oltretutto sfruttandoli male.

**Cosa fare se le esigenze nei confronti degli spazi liberi cambiano? Ad esempio se in un insediamento si assiste a un ricambio generazionale? La conformazione degli spazi esterni deve seguire questo sviluppo?**

Quando prese piede la tendenza di riempire gli spazi aperti con attrezzi per l'allenamento, mi vennero i brividi... È ben più importante dimenticare i parchi giochi classici con altalene, scivoli e panchine. C'è bisogno di «luoghi di quartiere», spazi che offrono di più e sono utilizzabili da più generazioni. La fondazione «Hopp-la – Generationen in Bewegung», ad esempio, accompagna i Comuni che intendono rendere i parchi giochi fino a quel momen-



La partecipazione negli spazi esterni può anche sopperire a determinati limiti, come nel caso del Comune di Liechtensteig. Sono già diversi anni che il borghetto di 1800 anime invece di fare tutto da solo affida compiti alla popolazione. Ad esempio, un gruppo ha piantato delle viti in un terreno e oggi produce vino. Un altro ha trasformato le superfici verdi pubbliche che in precedenza accoglievano specie monotone in aree pregiate con specie pioniere, dando al contempo una mano agli operai comunali. Nel 2021 questo gruppo ha vinto un premio della fondazione Binding per la promozione della biodiversità.

***Eppure, ci vuole un impegno considerevole...***

È proprio per questo che si coinvolge maggiormente la popolazione nel valorizzare e rendere più attrattivo lo spazio pubblico. Così facendo, si previene anche l'esplosione dei costi della salute: gli investimenti sono quindi ripagati anche dal punto di vista finanziario.

***Tutto questo suona molto armonico. Ma spesso sugli stessi spazi esterni accampano pretese diversi gruppi.***

Nella mia attività constato regolarmente l'insorgere della questione degli spazi per i giovani. I giovani scelgono loro stessi i loro posti. Una volta sono stata chiamata perché si erano installati nella camera ardente di un cimitero...

***E come è stato risolto il conflitto?***

Abbiamo cercato il dialogo con tutte le parti coinvolte. Le persone anziane hanno capito che cosa attirava così tanto i giovani in quel posto. E i giovani, dal canto loro, si sono resi conto che esistono luoghi sensibili. Se non si pongono semplicemente divieti ma si chiede rispetto, i giovani sono molto ricettivi. Dopo questo scambio è tornata la calma e i giovani si sono spostati altrove. È possibile che anche lì siano sorti conflitti. Dobbiamo farcene

una ragione e, grazie a una buona moderazione, evitare che si inaspriscano.

***Cos'altro ci vuole per ridurre la pressione sulle superfici limitate?***

Oggi molti piazzali pubblici sono sottoutilizzati. Ne sono un esempio i piazzali e cortili di ricreazione, accessibili soltanto negli orari scolastici. Spesso, i bidelli sono restii ad

aprire questi spazi. Se prima dell'inizio delle lezioni bisogna raccattare frantumi di vetro e mozziconi di sigarette, il dialogo potrebbe non bastare, potrebbero volerci anche nuovi posti di lavoro. È anche importante la presenza di determinate infrastrutture, come fontane con acqua potabile.

***E nella pratica le aperture di questo genere funzionano?***





«I cortili scolastici e le aree esterne delle case per anziani, come pure le piscine fuori stagione, possono essere aperti al pubblico senza problemi.»

Sabina Ruff

***Lei ha elaborato un documento sullo stato dell'arte in merito alla salute nel contesto della pianificazione territoriale, dell'architettura e dell'architettura del paesaggio per l'Ufficio federale della sanità pubblica. A quali conclusioni è giunta?***

Dal mio sondaggio online che ha coinvolto 30 persone provenienti da scuole universitarie sono emersi alcuni punti sorprendenti: mentre gli specialisti di lavoro sociale e animazione socioculturale si sono dimostrati interessati, molti specialisti della pianificazione territoriale, dell'architettura del paesaggio e dell'architettura non hanno nemmeno reagito, nonostante un richiamo. Evidentemente non sono consapevoli di quanto sia importante questo tema. Oppure hanno altre priorità perché questi non sono temi che portano al successo. Ma questo deve cambiare se vogliamo sensibilizzare i giovani professionisti a spazi esterni sviluppati in modo partecipativo e utilizzabili in maniera multifunzionale. Gli studenti di oggi sono i pianificatori di domani che daranno forma a questi spazi e ne consentiranno un'utilizzazione benefica.

— (traduzione)

Assolutamente sì! A poche centinaia di metri da qui, sulla piazza Escher-Wyss, si trova il cosiddetto Schütze-Areal. Le nuove utilizzazioni sono state sviluppate in modo partecipativo, e oggi il prato funge da piazzale scolastico, parco giochi per gli asili nido e zona ricreativa e di gioco per la popolazione del quartiere. Oltre ai piazzali scolastici, anche

le aree esterne delle case per anziani costituiscono una buona possibilità per acquisire nuove zone ricreative. Per inciso, questo tornerebbe a favore degli incontri intergenerazionali. E infine, i bagni pubblici possono essere utilizzati come parchi anche al di fuori della stagione estiva, come è il caso attualmente a Zurigo.



**IL VIDEO DELL'INTERVISTA A**

Sabina Ruff, moderatrice e titolare del servizio di consulenza «Laboratorium für Zukunftsgestaltung» di Zurigo è disponibile al link [www.aren.admin.ch/forumsviluppoterritoriale](http://www.aren.admin.ch/forumsviluppoterritoriale)

## Un nuovo esperimento per il Pays-d'Enhaut

Testo: Pieter Poldervaart

poldervaart@kohlenberg.ch

Foto: Miriam Künzli

contact@miriamkuenzli.com

A più di vent'anni dal famoso primo giro del mondo in mongolfiera di Bertrand Piccard, Château-d'Oex è teatro e punto di partenza di un altro esperimento: il Comune promuove la mobilità degli anziani intervenendo in ambito edilizio e sociale. Che si tratti di panchine in legno di produzione locale, di autostop tra vicini o di un circolo della maglia, le svariate iniziative che rientrano nel progetto modello dell'ARE semplificano alle persone della terza età l'accesso allo spazio pubblico migliorandone i contatti sociali, la salute e di conseguenza la qualità di vita.

D'inverno piste da sci, d'estate sentieri escursionistici: è così che Château-d'Oex si presenta ai turisti attivi. Ma non tutti, nel Comune vodese più esteso, sono interessati allo snowboard e agli scarponi: gli abitanti anziani che si spostano con il bastone o il deambulatore possono godere del paesaggio solo in maniera limitata. Nel Comune di 3500 anime, la quota di persone della terza età si situa al 24,4 per cento e quindi ben al di sopra della media svizzera (18,3 %) e cantonale (16,4 %). «Il fatto che qui vivano così tanti pensionati non è un caso», afferma Eric Fatio nella sala dell'«Hôtel de Ville». Nell'ex casa comunale, dove un tempo venivano controllate le dichiarazioni d'imposta e inflitte le multe, oggi pernottano i villeggianti che nel ristorante si fanno servire



La vista sulla valle e sulle montagne è incantevole, anche con il brutto tempo.

rösti gratinate con una «tomme fleurette de Rougemont». Fatio, che nell'esecutivo è responsabile della sanità e della socialità, spiega che l'età media così elevata è dovuta solo in parte alla partenza dei giovani che vanno a studiare a Losanna, Friburgo o in altre città, dove poi trovano posti di lavoro interessanti. Più determinante è l'arrivo di persone provenienti dall'arco lemanico che, una volta conclusa la vita lavorativa e raggiunta una certa età, tornano nella contemplativa regione del Pays-d'Enhaut, nel centrale Château-d'Oex o in uno dei due Comuni limitrofi, Rougemont e Rossinière. «Spesso i figli ereditano la casa dei genitori o dei nonni, e invece di venderla ci tornano dapprima il finesettimana e nelle vacanze, per poi stabilirvisi in pianta stabile. Si innamorano del paesaggio, semplicemente», spiega il 51enne.

#### La collina della chiesa, cuore del villaggio

Oggi, le condizioni non sono proprio ideali per un innamoramento. In occasione della nostra visita aprile fa onore alla sua reputazione: il cielo non riesce a decidersi tra la neve e la pioggia, e per il momento piove ininterrottamente. Ma intanto stiamo ancora bevendo il caffè al caldo e Fatio, unico rappresentante del PS nel Municipio dominato



«Andando in pensione, molte persone tornano in valle», afferma il consigliere comunale Eric Fatio.

dai borghesi, descrive come si è arrivati al progetto modello dell'ARE «Come rendere i paesaggi della regione una risorsa per gli anziani», in breve «Anziani e paesaggio». L'impulso è stato dato dal marchio «Comune sano», conferito a Château-d'Oex come primo Comune vodese nel 2017. Già allora Fatio, di professione soccorritore, era forza trainante. Il contatto con Pro Senectute lo ha spinto a intraprendere il passo seguente: fare qualcosa per coloro che apprezzano il paesaggio, ma che vedono il loro raggio d'azione restringersi di anno in anno. «Dobbiamo migliorare la fruibilità del territorio nelle immediate vicinanze», precisa Fatio.

E per molti, le immediate vicinanze sono la «colline du temple». La chiesa evangelica è stata costruita su un imponente masso di una trentina di metri di altezza, quel che rimane del ritiro di un ghiacciaio al termine dell'ultima era glaciale. Attorno al 1300 qui sorgeva ancora un torrione, poi si sono susseguite diverse chiese, come quella attuale risalente al 1800. Anche chi non è credente ha tutti

i motivi per salire sulla collina lungo una delle due vie d'accesso di 150 metri: la piazza di ghiaia e il prato verde attorno alla chiesa offrono, almeno in caso di bel tempo, una splendida vista sul Pays-d'Enhaut e sul fondovalle con la Sarine.

#### Vivere il paesaggio, ma da seduti

Oggi però qui, a 958 metri sul livello del mare, tutto quello che vediamo sono macchie bianche nella riserva naturale La Pierreuse e sui fianchi del Gummfluh: neve fresca che l'ostinato inverno ha fatto cadere qualche centinaio di metri più in su nel corso della notte. Pioviggina, le temperature sono di poco al di sopra dello zero, tuttavia sei anziane e un anziano ci aspettano davanti all'ufficio turistico. Con l'ombrello pieghevole in mano ci



Per molti è solo un corrimano, ma per gli anziani questo appoggio è fondamentale per raggiungere a piedi in tutta sicurezza la chiesa in cima alla collina.



spiegano, quasi costituissero la fucina di idee del progetto modello dell'ARE, i loro proponenti per la «colline du temple» e la cittadina tutt'attorno.

Bastano pochi passi per imbatterci in un primo risultato: un corrimano di sei metri in ferro battuto ai piedi della collina. Questo manufatto di metallo non è certamente una grande impresa. Ma questo appoggio permette di arrivare al prossimo corrimano, consentendo a chi cammina con difficoltà di affrontare più comodamente la salita. «Molti anziani hanno potuto nuovamente salire sulla collina a loro familiare soltanto grazie a questo corrimano», spiega Maude Rampazzo, che lavora per Pro Senectute Vaud. Nell'ultimo ventennio, l'organizzazione ha sviluppato trenta progetti basati sul principio dei «Quartieri solidali». È proprio Rampazzo che, con l'aiuto degli anziani, aveva constatato la mancanza del corrimano a Château-d'Oex. Lo scorso anno il gruppo di lavoro ha organizzato diverse «balades diagnostiques». Si trat-

ta di uscite di uno-due chilometri attraverso la cittadina. Possono durare anche un'ora e mezza, perché invece di camminare a lunghi passi, il gruppo si ferma letteralmente a ogni angolo per una disamina critica delle condizioni di circolazione. Rampazzo annota tutto nei minimi dettagli: qui una soglia troppo alta, là il selciato sconnesso con conseguente rischio di inciampare, oppure laggiù ci vorrebbe una panchina. Naturalmente chi fa fatica a camminare ha bisogno di fare delle pause, e quindi occorrono frequenti possibilità di sedersi.

#### Nuovi percorsi, più natura

A Château-d'Oex, le panchine sono un capitolo a parte. Eric Fatio lo sa per esperienza: «Essendo anche falegname, pensavo di sapere come dovevano essere fatti mobili del genere», ricorda ripensando agli inizi. Ma pur essendo Fatio del mestiere e pur avendo la lavorazione del legno una lunga tradizione nella regione, per la realizzazione delle nuo-



Lavorare nel gruppo promotore del progetto modello porta a nuovi contatti anche tra anziani.



Il falegname Jean-Louis Rossier con il figlio Jimmy di nove anni: il valore aggiunto delle 50 nuove panchine in legno rimane nel villaggio.



Per i pensionati di Château-d'Oex, la «colline du temple» è un'importante area di svago di prossimità.

ve panchine c'è voluto il suo tempo. Quando orgogliosi Fatio e il falegname Jean-Louis Rossier hanno presentato il primo prototipo agli anziani, ovvero agli specialisti del riposo su suolo pubblico, questi ultimi hanno sepolto il progetto sotto una montagna di critiche. Nel mentre, due signore caldeggiavano la realizzazione di panchine semplici, economiche, intagliate in tronchi d'albero. Anche questa idea è stata bocciata senza pietà perché la posa con delle gru sarebbe stata troppo onerosa. In seguito, piene di rancore, le due signore hanno abbandonato il gruppo di lavoro ad hoc. «Anche questi aspetti fanno parte delle procedure partecipative», ammette Fatio: è impossibile mettere tutti d'accordo. Alla fine si è riusciti a trovare la

panchina ideale: ergonomica, estetica, resistente alle intemperie e per di più costruita dal falegname locale. La prima metà è in produzione e viene attualmente impregnata. Entro due anni verranno posati circa 50 esemplari. Sono gli anziani stessi a decidere dove ognuna di esse debba essere posata e in che direzione debba essere rivolta. I costi per l'infrastruttura sono assunti dal Comune, mentre il processo relativo al progetto modello dell'ARE è finanziato da contributi federali e dalla fondazione Leenaards, attiva nell'arco lemanico.

Sin d'ora è chiaro che parecchie panchine saranno collocate sulla collina, in sostituzione di quelle attuali, classiche e ormai fatiscenti. E cambierà qualcos'altro quassù, preannuncia Jane-Marie Nussbaumer, settantenne che fa parte del gruppo già da tre anni. Personalmente non ha difficoltà a spostarsi a piedi, ma è consapevole che questa situazione può cambiare da un giorno all'altro. La via d'accesso asfaltata sarà quindi resa più sicura grazie a migliorie come specchi nelle curve strette, che torneranno utili agli automobilisti che accompagnano persone in carrozzina a una funzione o a un concerto sulla collina e potrebbero incrociare dei pedoni. A ciò si è aggiunta l'idea di un percorso di meditazione con sette postazioni. «Stiamo raccogliendo idee e discutendo per trovare testi adatti», racconta Nussbaumer. E ancora, si prevede di rinnovare il «jardin de la Motte» sul fianco della collina, ormai un po' datato, e di aggiustare i sentieri. A tal fine, una classe della scuola elementare ha già dipinto dei cartelli con nomi di piante. E infine, è anche stato proposto di trasformare il prato inglese in campo di



Una volta che le infrastrutture sono state adattate agli anziani, questi passano meno tempo in casa, si muovono di più e frequentano la gente. «È benefico per la loro salute», spiega Maude Rampazzo, che organizza attività per anziani su incarico di Pro Senectute.



Il sottopassaggio della stazione sembra uscito da un elenco delle buone pratiche: ben illuminato, pulito e decorato con gusto.



Nella cittadina ci sono persino un cinema, una pista di ghiaccio e un bowling.

fiori. Le panchine non saranno più collegate da sentieri lastricati, ma da piste falciate.

#### Opere direttamente da New York

Maude Rampazzo ed Eric Fatio continuano a raccogliere proposte. È motivante anche il fatto che gli anziani danno sempre alle loro idee nomi a effetto, come «Vas-y molo» (va' piano) per una breve passeggiata di mezz'ora che le persone a mobilità ridotta possono affrontare con l'aiuto dei coetanei ancora in gamba e grazie agli accorgimenti edilizi. Altre offerte sono invece incentrate su aspetti sociali: «Trico'thé», ad esempio, combina attività manuali come la maglia e l'uncinetto con tè e pasticcini. Inoltre, nei prossimi mesi vedrà la luce «J'te pouce»: sei posti un po' fuori mano saranno segnalati come «fermate». Chi aspetta qui, naturalmente su una nuova panchina in legno, può sperare che un vicino motorizzato gli dia un passaggio, se possibile fino a destinazione. L'idea di combinare in



I piccoli negozi specializzati e i caffè della cittadina rendono la vita a Château-d'Oex particolarmente attrattiva, anche per gli anziani.



I piccoli negozi specializzati e i caffè della cittadina rendono particolarmente attrattiva la vita a Château-d'Oex, anche per gli anziani.

modo semplice i vantaggi dell'autostop (in francese «faire la pouce») con l'aiuto tra vicini è nata dal fatto che il Comune è molto esteso e poco densamente popolato. Istituire trasporti pubblici locali sarebbe troppo oneroso, e di conseguenza la maggior parte delle persone professionalmente attive non può rinunciare all'automobile.

I marciapiedi ottimizzati, le panchine per le soste e i passaggi in auto renderanno Château-d'Oex ancora più attrattivo per gli anziani. Molte altre offerte sono già attive. Si comincia dal sottopassaggio della stazione, presumibilmente il più sontuoso della Svizzera, illuminato a giorno, decorato dal pittore Franck Bouroullec e senza l'ombra di un graffito. La via principale, a sua volta, con i suoi caffè e negozi, è una zona a traffico moderato e perciò ha una sola corsia. Inoltre, il Comune dispone di un polo sanitario: un ospedale con dieci letti, pronto soccorso, casa per anziani e servizio Spitex. A questo si aggiun-

gono 70 associazioni, un bagno pubblico, una pista di ghiaccio e un bowling, come pure numerosi piccoli negozi specializzati, oggi ormai una rarità. Per quanto concerne l'intrattenimento, ci sono il settimanale «Journal du Pays-d'Enhaut», stampato in loco, e un cinema che una volta al mese proietta un'opera direttamente da New York. «Mia moglie non si perde una rappresentazione», ci dice Eric Fatio, che invece non fa parte degli estimatori di questa disciplina teatrale.

Costituisce un'attrazione anche il festival di mongolfiere che all'inizio di ogni anno anima la cittadina per dieci giorni. Le condizioni meteorologiche nel Pays-d'Enhaut sono perfette per le mongolfiere, lo sapevano anche Bertrand Piccard e Brian Jones quando, il 1° marzo 1999, partirono per il loro giro del mondo in 20 giorni. Forse, esperimenti come «J'te pouce» e «Trico'thé» non sono altrettanto spettacolari. Ma consentono agli anziani di mantenere la loro mobilità, restituiscono

loro un posto nella società e li incoraggiano a essere propositivi, con effetti benefici sulla loro qualità di vita.

(traduzione)

LINK AL PROGETTO MODELLO:

➔ <https://tinyurl.com/Chateau>



**PIETER POLDERVAART** è giornalista indipendente a Basilea e redattore di «forum sviluppo territoriale».



**MIRIAM KÜNZLI** lavora come fotografa indipendente a Zurigo.



#### GALLERIA FOTOGRAFICA DEL REPORTAGE

Altre fotografie inerenti a questo reportage sono disponibili al link [www.are.admin.ch/forumsviluppoterritoriale](http://www.are.admin.ch/forumsviluppoterritoriale)



#### IL VIDEO DELL'INTERVISTA A

Eric Fatio, consigliere comunale di Château-d'Oex, e Maude Rampazzo, collaboratrice di Pro Senectute Vaud e il video «Les choses bougent à Château-d'Oex» sono disponibili al link [www.are.admin.ch/forumsviluppoterritoriale](http://www.are.admin.ch/forumsviluppoterritoriale)

## Costruire sano



**RAHEL MARTI**, \*1976, si è laureata in architettura presso il Politecnico federale di Zurigo. Dal 2004 lavora per la rivista «Hochparterre», attualmente in qualità di redattrice nell'ambito di pianificazione e architettura.  
marti@hochparterre.ch

Le scale del nuovo edificio della scuola universitaria professionale della Svizzera nordoccidentale a Muttenz sono una prodezza architettonica. Lo studio «pool Architekten» di Zurigo le ha disposte nell'immenso atrio quasi fossero una pista per biglie. Ma c'è un però: quasi nessuno le utilizza. Gli scalini sono così larghi che ci si sente rallentati e si perde il passo, e in più mancano dei pianerottoli. Gli elementi costruttivi sono impegnativi anche dal punto di vista cognitivo: dato che le scale vanno in tutte le direzioni bisogna prima riflettere qual è la scala giusta per arrivare dove si vuole arrivare. È chiedere troppo: chi ha fretta prende l'ascensore.

L'architetto Paolo Basso Ricci, invece, per la progettazione di uno stabile di uffici per l'Istituto delle assicurazioni sociali del Cantone di Friburgo ha lavorato in modo diverso. Con un'«architettura attiva», come la chiama, Basso Ricci mira a stimolare l'attività fisica degli impiegati. Grazie al vano scala vetrato, la scala è visibile anche dal corridoio e dalle postazioni di lavoro. Se a un piano qualsiasi si apre una porta della tromba delle scale, questa va a coprire l'entrata dell'ascensore. Per accedervi bisognerebbe aggirare la porta, e questo piccolo accorgimento fa sì che si sia più propensi a prendere le scale. «L'architettura attiva applica il concetto di mobilità attiva caratteristico degli spazi pubblici all'aperto a quelli interni», spiega l'architetto.

Un ambiente sistemato in modo accurato e invitante è un incentivo a muoversi di più, dai vani scala illuminati in modo naturale alla passeggiata lungo il fiume fino al collegamento sicuro e diretto alla pista ciclabile. Gli effetti possono anche essere inconsapevoli: gli abitanti delle città che frequentano regolarmente spazi verdi sembrano essere nettamente meno stressati. Anche gli incontri creano movimento: edificando l'insediamento Reitmen a Schlieren, poco lontano da Zurigo, lo studio zurighese Haerle Hubacher ha messo in risalto gli spazi di collegamento. Grazie ad ampie finestre nei vani scala entra la luce diurna, invitante sia per fare le scale a piedi che per intrattenersi per una chiacchierata che si farebbe meno volentieri in uno spazio semibuio. Parti delle scale e dei corridoi sono addirittura in parquet, dando quasi l'impressione di trovarsi in un salotto. All'esterno ci si incontra sui numerosi sentieri che collegano le diverse entrate, i giardini, le piazzette e in futuro la fermata della Limmattalbahn.

L'insediamento di Reitmen è stato costruito da committenti privati orientati al rendimento, le fondazioni d'investimento Turidomus e Adimora. Il fatto che questi investitori abbiano inserito nel loro catalogo di esigenze necessità come movimento e incontri è degno di nota. Solitamente, infatti, sono piuttosto i committenti pubblici a manifestare sensibilità in relazione a questi temi sociali. Le grandi imprese possono sì adoperarsi per offrire posti di lavoro gradevoli, ma l'intenzione che celano ha ben poco di sociale: mirano a rendimenti maggiori. Anche il ramo immobiliare è dietro l'angolo con i cartelli dei prezzi: gli oggetti con alberi e zone verdi sono facili da vendere. E se la quota verde attorno alle abitazioni è quella giusta, gli affitti salgono alle stelle, rincarando di fino a 500 franchi per abitazione, come dimostrano alcuni dati riguardanti Zurigo.

Oggi sono già in vigore prescrizioni in materia di impatto ambientale e climatico. Se sono soddisfatte anche le rimanenti condizioni sul piano giuridico, viene rilasciata l'autorizzazione edilizia. Non esistono invece criteri minimi per la sostenibilità sociale, come la possibilità di vivere e lavorare in un ambiente sano. Eppure, anche in questo caso si potrebbero addurre motivazioni di tipo economico: un ambiente edificato in modo ottimale consente di abbassare i costi della salute.

Da alcuni anni si persegue in modo sistematico lo sviluppo centripeto. C'è però un tributo da pagare: vengono meno spazi verdi e anche il vicinato, quando vengono demoliti interi insediamenti. Per arginare gli effetti negativi sulla salute psichica e fisica, servono regole efficaci non solo in termini di compatibilità climatica, ma anche di sostenibilità sociale: criteri espliciti e misurabili validi per lo sviluppo di tutti i progetti, siano essi pubblici o privati. Non è niente di nuovo: agli inizi del XX secolo le misure edilizie aiutavano a contenere malattie trasmissibili come la tubercolosi o il colera; oggi la sistemazione esterna deve adempiere nuove esigenze che permettano di prevenire malattie non trasmissibili come il diabete e il sovrappeso, o perlomeno di alleviarne le conseguenze.

— (traduzione)



### RUBRICA IN VERSIONE AUDIO

La rubrica, letta dall'autrice stessa in tedesco e in francese, è disponibile al link [www.ave.admin.ch/forumsviluppoterritoriale](http://www.ave.admin.ch/forumsviluppoterritoriale)

LA CIFRA SUL TEMA

Oltre

2000

decessi prematuri all'anno sono riconducibili al traffico stradale e ferroviario nonché all'aviazione e alla navigazione. Nel 2018, 1182 di questi sono stati causati dall'inquinamento atmosferico, 685 da quello fonico e 251 da incidenti. Nelle fotografie di questa pagina e di quella seguente sono illustrati luoghi in cui si sono verificati incidenti mortali.



Ausstellung

EV GmbH  
ster.ch  
2 59 14



EV GmbH  
ster.ch  
2 59 14

## IMPRESSUM

### forum raumentwicklung

Informationsheft  
Erscheint zweimal jährlich  
50. Jahrgang

### Herausgeber

Bundesamt für Raumentwicklung (ARE)  
Eidgenössisches Departement für Umwelt, Verkehr,  
Energie und Kommunikation (UVEK)

### Redaktionskommission

Michael Furger und Lukas Kistler (Leitung),  
Doris Angst, Matthias Howald, Gilles Chomat

### Übersetzung

*Deutsch:* Irene Bisang, Zürich / *Französisch:*  
Daniel Béguin, Ste-Croix; Relecture und Adaptation:  
Béatrice Thiéry, Porrentruy / *Italienisch:*  
Martina De Bartolomei, La Sagne; Relecture und  
Adaptation: Peter Schrembs, Minusio

### Redaktion und Produktion

Pieter Poldervaart, Pressebüro Kohlenberg, Basel

### Grafisches Konzept und Gestaltung

Susanne Krieg SGD, Basel

### Bildnachweis

Yves Maurer Weisbrod, Bern (Titel/Umschlag, S. 4–8,  
22–23, 26–27, 32, 41/42, 44–48, 60–63, 71/72, 74–78,  
93/94); Anne Ritzinger (S. 16–19); Petra Hagen Hodgson  
(S. 24–25); Ville de Genève, Nicole Zermatten (S. 28–29,  
58–59); Illustrationen Micaël (S. 31, 60/61); Illustratio-  
nen Nicolas Bascop (S. 33, 62, ); Mathieu Delmestre  
(S. 32); Thomas Baltes (S. 33); alle anderen zur Ver-  
fügung gestellt.

### Abonnemente

Bestellungen/Vertrieb:  
BBL, Vertrieb Publikationen, CH-3003 Bern  
Internet: [www.bbl.admin.ch/bundespublikationen](http://www.bbl.admin.ch/bundespublikationen)  
Art.-Nr. 812.000  
Jahresabonnement Fr. 20.–  
Einzelnummer Fr. 10.–

### Adresse

ARE – Bundesamt für Raumentwicklung  
3003 Bern, Tel. 058 462 40 60

### © ARE

Bern 2022, Abdruck erwünscht mit Quellenangabe;  
Belegexemplar ans ARE  
ISSN 1660-6248

### forum du développement territorial

Bulletin d'information  
Paraît deux fois par an  
50<sup>e</sup> année

### Éditeur

Office fédéral du développement territorial (ARE)  
Département fédéral de l'environnement, des trans-  
ports, de l'énergie et de la communication (DETEC)

### Commission de rédaction

Michael Furger et Lukas Kistler (direction),  
Doris Angst, Matthias Howald, Gilles Chomat

### Traduction

*Allemand:* Irene Bisang, Zurich / *Français:* Daniel Béguin,  
Ste-Croix; Relecture et adaptation: Béatrice Thiéry,  
Porrentruy / *Italien:* Martina De Bartolomei, La Sagne;  
Relecture et adaptation: Peter Schrembs, Minusio

### Rédaction, production

Pieter Poldervaart, Pressebüro Kohlenberg, Bâle

### Création, réalisation

Susanne Krieg SGD, Bâle

### Crédit photographique:

Yves Maurer Weisbrod, Berne (page de couverture,  
p. 4–8, 22–23, 26–27, 32, 41/42, 44–48, 54, 60–63,  
71/72, 74–78, 93/94); Anne Ritzinger (p. 16–19);  
Petra Hagen Hodgson (p. 24–25); Ville de Genève,  
Nicole Zermatten (p. 28–29, 58–59); Illustrations Micaël  
(p. 31, 60/61); Illustrations Nicolas Bascop (p. 33, 62);  
Mathieu Delmestre (p. 32); Thomas Baltes (p. 33); autres  
photographies gracieusement mises à disposition.

### Abonnement

Commandes/distribution:  
OFCL, diffusion publications, CH-3003 Berne  
Internet: [www.bbl.admin.ch/bundespublikationen](http://www.bbl.admin.ch/bundespublikationen)  
No d'art. 812.000  
Abonnement annuel Fr. 20.–  
Numéro simple Fr. 10.–

### Adresse

ARE – Office fédéral du développement territorial  
3003 Berne, Tél. 058 462 40 60

### © ARE

Berne 2022, Reproduction autorisée avec mention  
de la source; copie à l'ARE  
ISSN 1660-6248

### forum sviluppo territoriale

Bollettino d'informazione  
Esce due volte all'anno  
50<sup>o</sup> anno

### Editore

Ufficio federale dello sviluppo territoriale (ARE)  
Dipartimento federale dell'ambiente, dei trasporti,  
dell'energia e delle comunicazioni (DATEC)

### Commissione della redazione

Michael Furger und Lukas Kistler (direzione),  
Doris Angst, Matthias Howald, Gilles Chomat

### Traduzione

*Tedesco:* Irene Bisang, Zurigo / *Francese:* Daniel Béguin,  
Ste-Croix; riletatura e adattamento: Béatrice Thiéry,  
Porrentruy / *Italiano:* Martina De Bartolomei, La Sagne;  
riletatura e adattamento: Peter Schrembs, Minusio

### Redazione, produzione

Pieter Poldervaart, Pressebüro Kohlenberg, Basilea

### Creazione, realizzazione

Susanne Krieg SGD, Basilea

### Immagini

Yves Maurer Weisbrod, Berna (copertina, pagg. 4–8,  
22–23, 26–27, 32, 41–42, 44–48, 54, 60–63, 71–72,  
74–78, 93–94); Anne Ritzinger (pagg. 16–19); Petra  
Hagen Hodgson (pagg. 24–25); Ville de Genève, Nicole  
Zermatten (pagg. 28–29, 58–59); illustrazioni Micaël  
(pagg. 31, 60/61); illustrazioni Nicolas Bascop (pagg. 33,  
62); Mathieu Delmestre (p. 32); Thomas Baltes (p. 33);  
tutte le altre foto sono state messe a disposizione.

### Abbonamento

Ordinazioni/distribuzione:  
UFCL, distribuzione pubblicazioni, CH-3003 Berna  
Internet: [www.bbl.admin.ch/bundespublikationen](http://www.bbl.admin.ch/bundespublikationen)  
N. art. 812.000  
Abbonamento Fr. 20.–  
Numero singolo Fr. 10.–

### Indirizzo

ARE – Ufficio federale dello sviluppo territoriale  
3003 Berna, tel. 058 462 40 60

### © ARE

Berna 2022, riproduzione autorizzata con menzione  
della fonte; copia all'ARE  
ISSN 1660-6248

### Druck / Impression / Stampa

Jost Druck AG, Hünibach/Thun



Inhalt gedruckt auf REBELLO,  
Recycling aus 70% Altpapier,  
FSC-zertifiziert, schönweiss



Das ARE-Forum wurde  
klimaneutral hergestellt.



Fussballspiel auf dem «Schwellenmätteli» in Bern,  
betrachtet von der Kirchenfeldbrücke

Partie de football sur la Schwellenmätteli à Berne,  
vue depuis le pont du Kirchenfeld

Partita di calcio in zona «Schwellenmätteli» a Berna,  
vista dal ponte Kirchenfeldbrücke.



Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Les contributions des personnalités invitées à s'exprimer dans ce numéro ne reflètent pas forcément l'opinion de la rédaction.

I contributi firmati non rispecchiano necessariamente l'opinione della redazione.

---

[www.aren.admin.ch](http://www.aren.admin.ch)  
[twitter.com/AREschweiz](https://twitter.com/AREschweiz)

