

KASTRUP SEA BATH / KØBENHAVN, DENMARK

Stödjande fysiska livsmiljöer

Planeringsverktyg

Louise Didriksson

white

Planeringsverktyg - stödjande fysiska livsmiljöer

Rörelserikt vardagsliv genom hållbar stadsplanering

Erik Stigell, Trivector och Louise Didriksson, White



På uppdrag av
Samordning för bostadsbyggande (Fi N 2017:08)
Mars 2020



SAMORDNING FÖR
BOSTADSBYGGANDE



STATENS OFFENTLIGA
UTREDNINGAR

<http://www.sou.gov.se/wp-content/uploads/2020/04/Planeringsverktyg-st%C3%B6djande-fysiska-livsmilj%C3%B6er-TRIVECTOR-WHITE1.pdf>

Konsekvenser

Fetma i Sverige kommer innebära en kostnadsökning för sjukvården med 42 miljarder per år 2030

<https://www.skandia.se/forsakra/erbjudande/halsa/halsokalkylatorn/>

Bilåkandet inom EU kostar samhället 500 miljarder euro varje år. Cykling och gång bidrar istället årligen med 90 miljarder euro till ekonomin.

Aktivt resande varje satsad krona i aktivt resande, såsom bredare cykelvägar, ger 9 kronor tillbaka.

Om två% färre vuxna i Sverige kommer ur sin fysiska inaktivitet sparar vi på fem år över 60 miljarder kronor i kostnader för hälso- och sjukvård.

Hur får vi människor att röra sig?

**SKAPA AKTIVA
SAMHÄLLEN**

KAMPANJER KOMMUNIKATION

**SKAPA AKTIVA
SYSTEM**

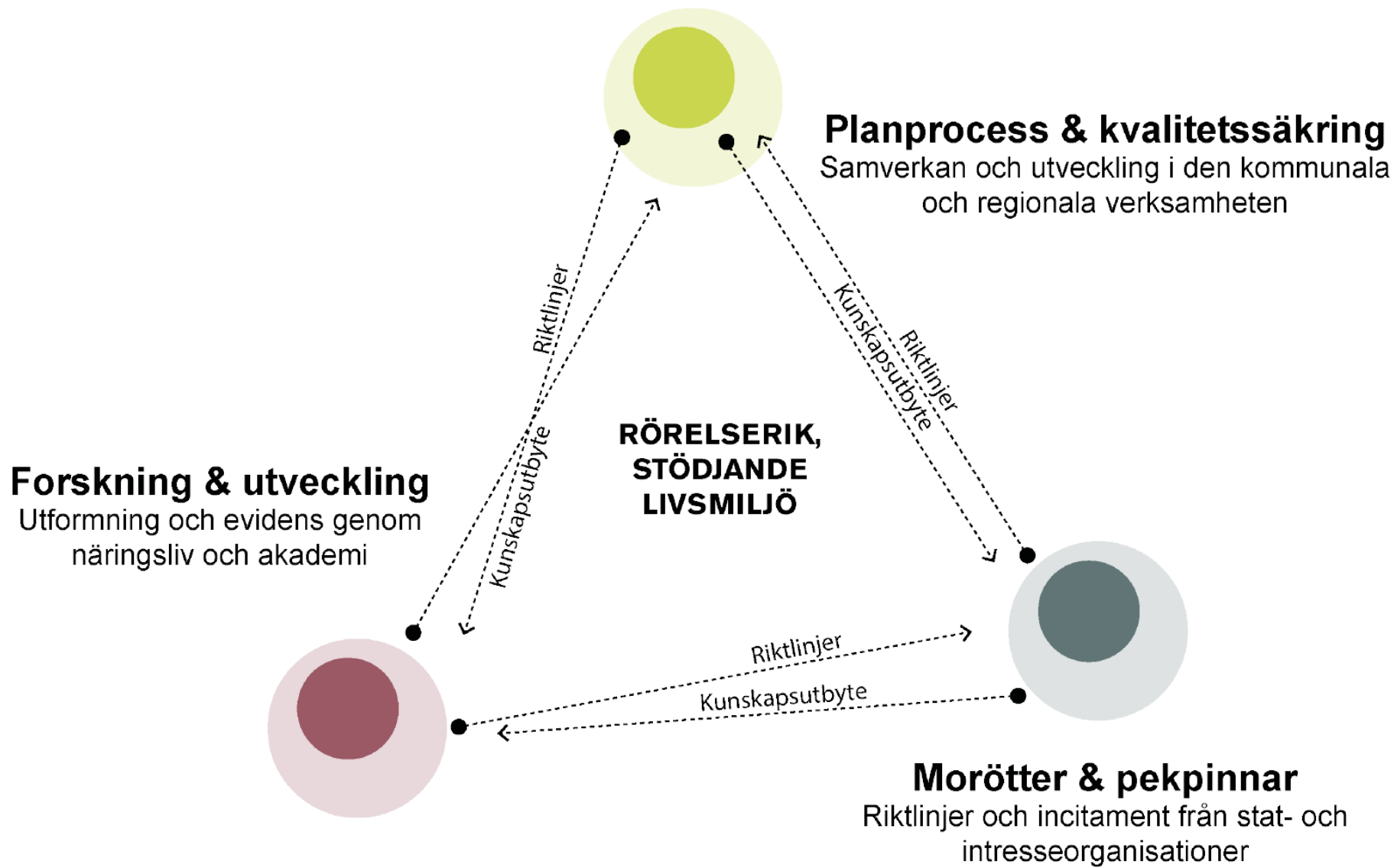
LEDARSKAP POLITIK

**SKAPA AKTIVA
MÄNNISKOR**

PROGRAM STÖD

**SKAPA STÖDJANDE
LIVSMILJÖER**

FYSISKA STRUKTURER



200%

Få fler att välja muskelmobilitet som det självklara alternativet. Dubbla antalet personkilometrar vuxna rör sig per dag. *Hur långt går och cyklar genomsnitt i er kommun idag? 2km?*

80%

av alla barn och unga som bor i tätbebyggda samhällen ska gå eller cykla under delar av sin skolväg. *Är det en realistisk siffra för er kommun? Hur möjliggörs detta i planförfarandet i er kommun?*

2025

Senast 2025 ska kommunen ta tillvara och integrera stadsgrönska och ekosystemtjänster i urbana miljöer vid planering, byggande och förvaltning i städer och tätorter^[7]. *Har er kommun en tydlig plan för genomförandet?*

30%

Sjukdomar relaterade till inaktivitet minskas med 30% från dagens nivå^[6]. *Ett mål uppsatt av WHO. Hur ser er åtgärdsplan ut för att nå detta mål, i er kommun?*

75%

av alla flickor 6-11 och 50% av alla flickor 12-15 ska uppnå muskelstärkande rörelserik aktivitet om minst 60min/dag och känna högt självförtroende i aktiviteten. *Hur är nuläget i er kommun? Vad finns för möjligheter att bygga jämlika platser, idrottsområden och och skolor?*

200%

Vänd den negativa utvecklingen och få en ökad rörelsefrihet för alla barn. Dubbla snittet km en 8-åring rör sig från sin bostad på egen hand. *Hur långt rör sig 8-åringarna i er kommun? 1,5km? Hur ska era planer förändra detta?*



Rapporten inbegriper två termer; aktiv transport och rörelserikedom, för att omfatta alla typer av fysiska aktiviteter.

Aktiv transport innebär fysisk aktivitet och ökad energiförbrukning jämfört med viloläge. Gång- och cykel är de vanligaste förekommande aktiviteterna.

Rörelserikedom (Physical Literacy) innebär att en med motivation, självförtroende, kunskap, förståelse och fysisk kompetens värdesätta och utveckla ett livslångt intresse för fysisk aktivitet.

FOTO: UTSTÄLLNINGEN TILLSAMMANS, VÄRLDSKULTURMUSEÉT GÖTEBORG

Börja med barnet?

*Aktiv transport och Rörelserikedom måste influera oss tidigt i livet –
mycket svårare att förändra vuxnas invanda beteende*

LÅT BARNEN STYRA!

Fakta och nyckeltal
kring barn och ungas cykling



SVENSKA
CYKELSTÄDER





-48%

Skolresor på cykel har blivit 48 procent färre nu än under mitten av 1990-talet

Trafikanalys (2015) Cyklandets utveckling i Sverige 1995–2014
– en analys av de nationella resvaneundersökningarna. Rapport 2015:14.

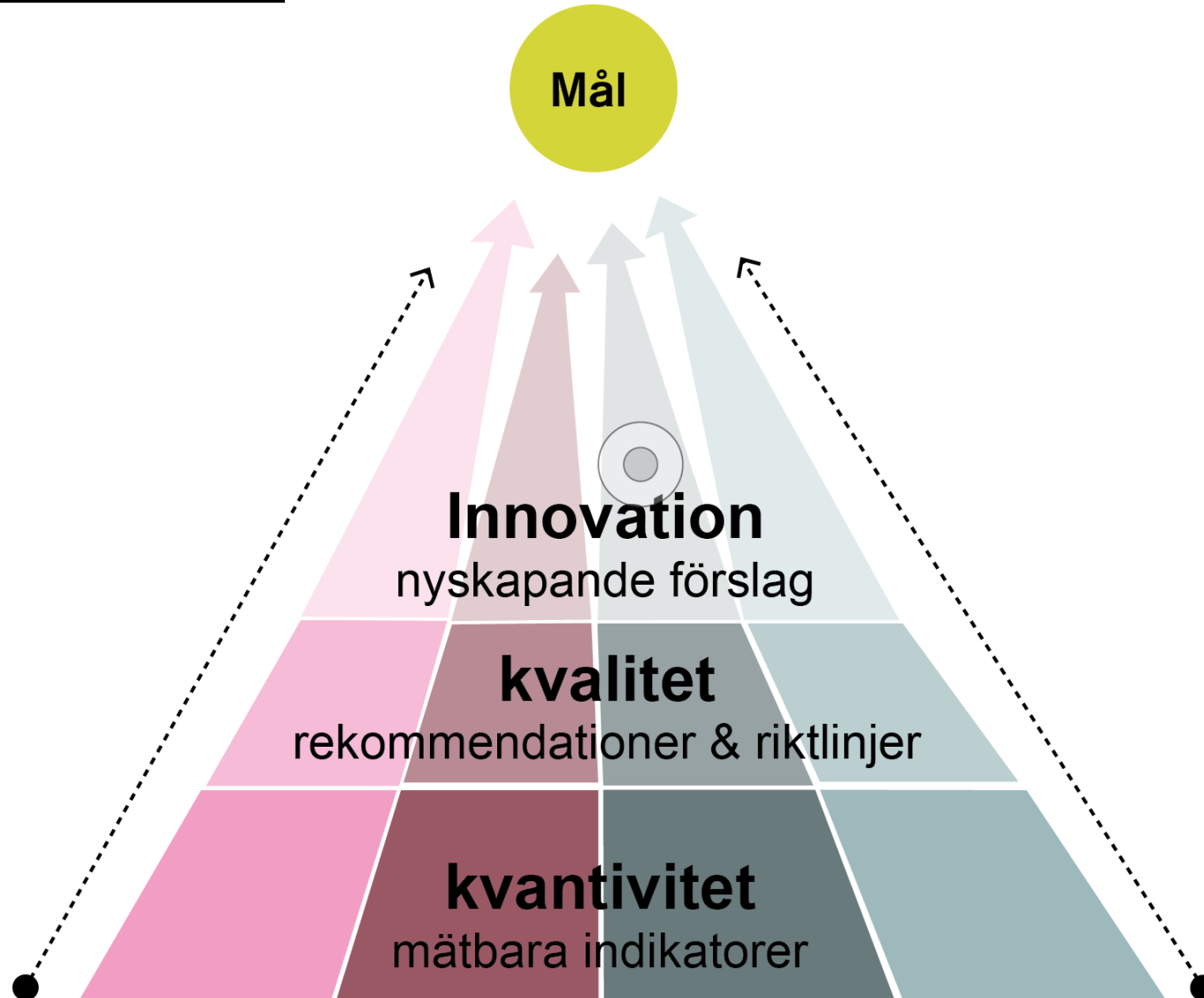
RÖRELSEFRIHET = LYCKA = SANT



"Adult dutch people are very happy. Traditionally psychologists puts this down to health and money but very few have thought about the possibility that is could be about your freedom to move around. //Fenna Poletiek, Ass. prof Cognitive Psychology



FÖRKLARINGSMODELL "TÅRTAN"



GRUNDBULTARNA - FYRA KVALITETER



FOTO: KONDITAGET LÜDERS, P-HUS MED TRÄNING OCH LEK, KÖPENHAMN. JAJA ARCHITECTS



1. Aktivitetsvänlig byggd miljö

Lätt att leva – markanvändning, närhet, täthet

FOTO: GL KONGEVEJ, KÖPENHAMN



2. Sammanhängande nätverk

Lätt att ta sig till – sammanhang, konnektivitet, tillgänglighet



FOTO: STADSPARK I CENTRALA CHUR, SCHWEIZ

3. Sinnlig omgivning

Skönt att vara – skyddande, rekreativ, grön med rörelsefrihet

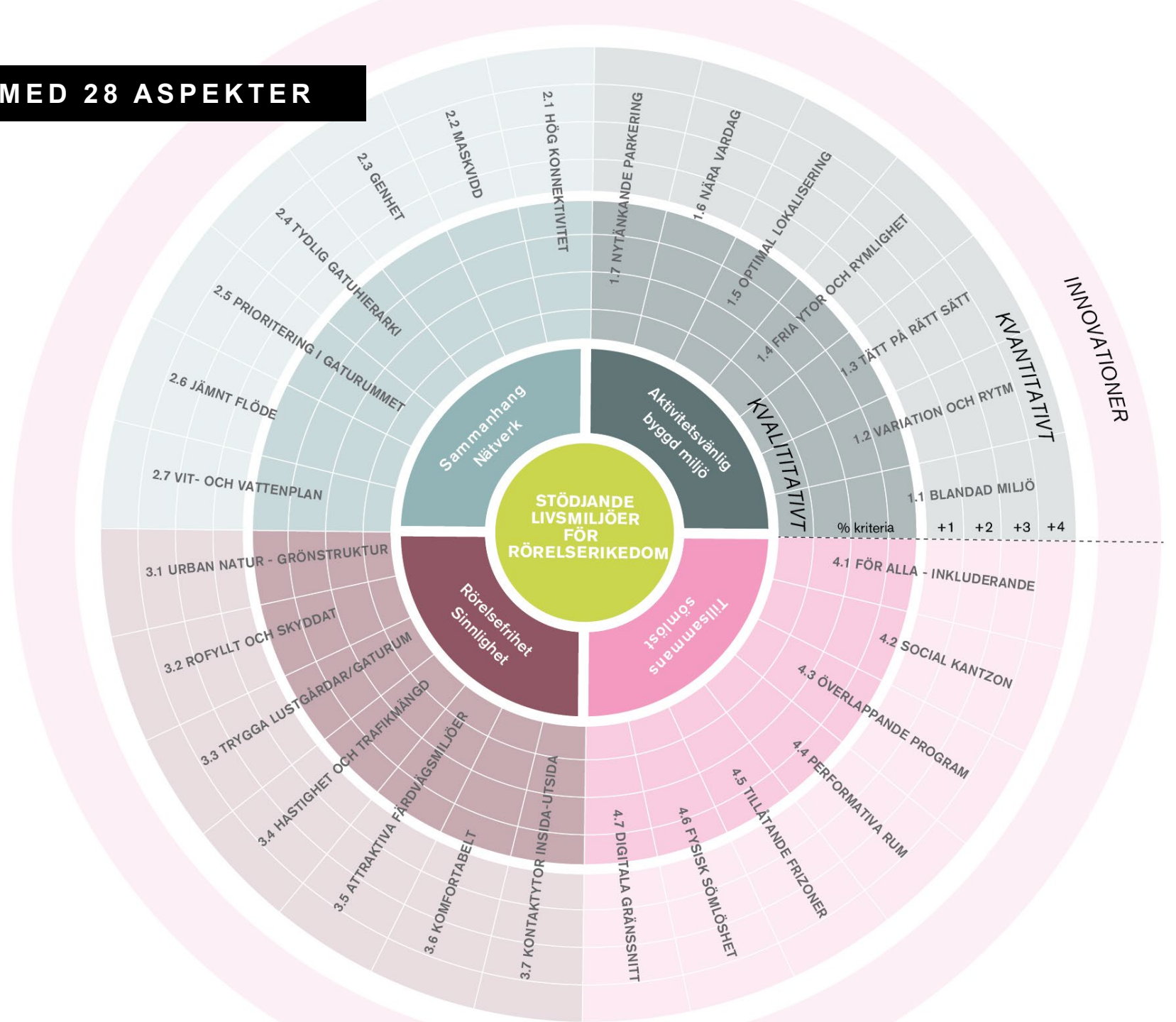
FOTO: SKOLA I KÖPENHAMN

4. Tillsammans – sömlösa rum

Se och inspirera varandra – rörelse, kultur, utmaningar



VERKTYGET – VÄRDEROSEN MED 28 ASPEKTER



NÄR? SKEDEN OCH KOMPETENSER

KVALITET	TID	ÖP/FÖP/TÖP	DP & PROGRAM	GENOMFÖRANDE	DRIFT
1.1 Blandad miljö	✓		✓		
1.2 Variation och rytm	✓		✓		
1.3 Tätt på rätt sätt	✓		✓		
1.4 Fria ytor och rymlighet	✓		✓		
1.5 Optimal lokalisering	✓		✓		
1.6 Nära vardag			✓		✓
1.7 Nytänkande parkering			✓		✓
2.1 Hög konnektivitet	✓		✓		
2.2 Maskvidd			✓		
2.3 Genhet	✓		✓		
2.4 Tydlig gatuhierarki	✓		✓		✓
2.5 Prioritering i gaturummet			✓		✓
2.6 Jämnt flöde	✓		✓		✓
2.7 Vit- och vattenplan	✓		✓		✓
3.1 Urban natur - grönstruktur	✓		✓		✓
3.2 Rofyllt och skyddat	✓		✓		✓
3.3 Trygga lustgårdar/gaturum			✓		✓
3.4 Hastighet och trafikmängd			✓		✓
3.5 Attraktiva färdvägsmiljöer			✓		✓
3.6 Komfortabelt			✓		✓
3.7 Kontaktytor insida-utsida			✓		✓
4.1 För alla - inkluderande	✓		✓		✓
4.2 Social kantzon			✓		✓
4.3 Överlappande program			✓		✓
4.4 Performativa rum			✓		✓
4.5 Tillåtande frizoner			✓		✓
4.6 Fysisk sömlöshet			✓		✓
4.7 Digitala gränssnitt			✓		✓

KOMPETENSER





Tack!

Louise.didriksson@white.se
whitearkitekter.com