



Themenfeld 5.2: Bewegung

Indikator 5.2.6: Transportbezogene körperliche Aktivität

Definition: Anteil der erwachsenen Bevölkerung, welcher durch Gehen zur Fortbewegung den empfohlenen Energieumsatz von mindestens 600 Metabolischen Äquivalent (MET)-Minuten pro Woche erreicht

- Befragte ab 18 Jahren, die angeben, in einer typischen Woche mindestens etwa 200 Minuten zu Fuß zu gehen, um von Ort zu Ort zu gelangen, wobei nur Wege von mindestens 10 Minuten ohne Unterbrechung berücksichtigt werden

Anteil der erwachsenen Bevölkerung, welcher durch Radfahren zur Fortbewegung den empfohlenen Energieumsatz von mindestens 600 Metabolischen Äquivalent (MET)-Minuten pro Woche erreicht

- Befragte ab 18 Jahren, die angeben, in einer typischen Woche mindestens etwa 100 Minuten mit dem Fahrrad zu fahren, um von Ort zu Ort zu gelangen, wobei nur Wege von mindestens 10 Minuten ohne Unterbrechung berücksichtigt werden

Datenquelle: Studie Gesundheit in Deutschland aktuell: GEDA 2019/2020-EHIS

Datenhalter: RKI / SenWGP

Datenstand: 2019/2020

Daten für Berlin

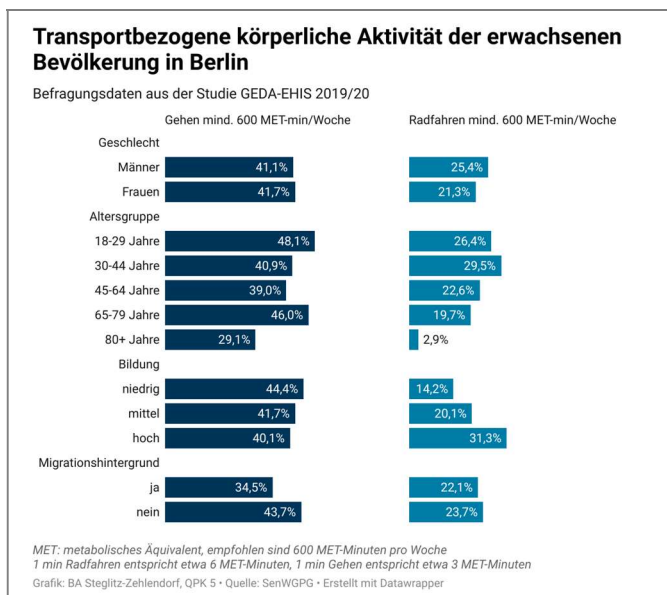
Daten zur transportbezogenen körperlichen Aktivität liegen nicht auf Bezirksebene vor, sondern lediglich für die Berliner Stichprobe der bundesweiten GEDA-Studie.

Jeweils etwa vier von zehn Frauen und Männern in Berlin erreichen die für gesundheitsfördernde Wirkung empfohlenen 600 MET-Minuten Gehen zur Fortbewegung pro Woche. Durch Radfahren erreichen insgesamt weniger Personen die empfohlenen 600 MET-Minuten pro Woche, darunter Männer etwas häufiger als Frauen.

Im höheren Alter ab 80 Jahren sind die Aktivitätsumfänge reduziert, dies zeigt sich beim Radfahren erheblich deutlicher als beim Gehen. Bei beiden Fortbewegungsarten ist ansonsten kein eindeutiger Altersgradient zu erkennen.

Während der Anteil der Personen mit mindestens 600 MET-Minuten Gehen mit steigender Bildung leicht zurückgeht, steigt der Anteil der Personen mit mindestens 600 MET-Minuten Radfahren mit der Bildung deutlich an.

Befragte mit Migrationshintergrund erreichen weniger häufig das empfohlene Aktivitätslevel beim Gehen, beim Radfahren ist der Unterschied gering.



Regionalvergleich und Zeitliche Entwicklung

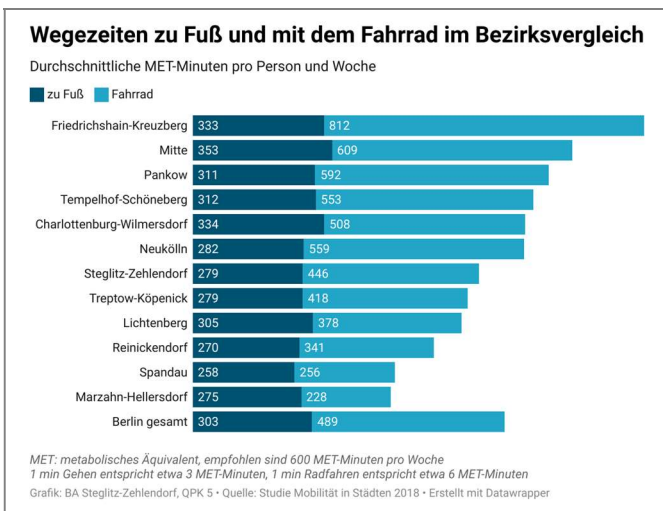
Daten für einen Regional- oder Zeitvergleich liegen nicht vor.

Indikator 5.2.6a: Wegezeiten zu Fuß und mit dem Fahrrad

- Definition:** Durchschnittliche MET-Minuten pro Person und Woche zu Fuß und mit dem Fahrrad
- wöchentliche Wegezeiten für die Verkehrsmittel „zu Fuß“ und „Fahrrad“, berechnet aus Wegen pro Person und Tag mit dem jeweiligen Verkehrsmittel und durchschnittlicher Wegedauer mit dem jeweiligen Verkehrsmittel
 - für 1 Minute zu Fuß werden 3 MET-Minuten berechnet
 - für 1 Minute mit dem Fahrrad werden 6 MET-Minuten berechnet

Datenquelle: Studie „Mobilität in Städten“
Datenhalter: TU Dresden / SenUMVK Berlin
Datenstand: 2018

Steglitz-Zehlendorf im Bezirksvergleich



Die Einwohner*innen von Steglitz-Zehlendorf sind im Durchschnitt pro Woche 93 Minuten zu Fuß und 74 Minuten mit dem Fahrrad unterwegs. Aufgrund der höheren Kreislaufbelastung beim Radfahren errechnet sich für das Radfahren eine höhere Anzahl MET-Minuten als für das Gehen.

Im Bezirksvergleich liegt Steglitz-Zehlendorf hinsichtlich der transportbezogenen körperlichen Aktivität der Einwohner*innen unterhalb der Werte für Berlin insgesamt und gemeinsam mit den anderen Außenbezirken in der unteren Hälfte des Bezirksrankings.

Regionalvergleich

Die Daten der Studie „Mobilität in Städten“ liegen nicht unterhalb der Bezirksebene aufgeschlüsselt vor, daher ist kein Vergleich der Regionen innerhalb des Bezirks möglich.

Zeitliche Entwicklung

Aus den vorherigen Befragungen in den Jahren 2008 und 2013 liegen Auswertungen nur für ganz Berlin bzw. für die innere und äußere Stadt vor. Somit ist keine Betrachtung der zeitlichen Entwicklung der Wegezeiten zu Fuß und mit dem Fahrrad auf Bezirksebene möglich.



Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf
 Qualitätsentwicklung, Planung und Koordination im
 Öffentlichen Gesundheitsdienst (QPK) - QPK 5
 Tel. (030) 90 299-5213
 susanne.bettge@ba-sz.berlin.de

© Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf von Berlin
 Stand 11/2022