

Μία από τις κύριες δυσκολίες είναι η έλλειψη συντονισμού μεταξύ πολεοδόμων, ειδικών δημόσιας υγείας και μηχανικών μεταφορών. Σύμφωνα με τον Frank και τους συνεργάτες του (2003), η έλλειψη συνεργασίας μεταξύ αυτών των κλάδων μπορεί να οδηγήσει σε χαμένες ευκαιρίες για την προώθηση της υγείας μέσω του σχεδιασμού αστικής κινητικότητας.

2. Ανεπαρκή δεδομένα και εργαλεία για την αξιολόγηση των επιπτώσεων στην υγεία

Συχνά υπάρχει έλλειψη ολοκληρωμένων δεδομένων και αποτελεσματικών εργαλείων για την κατάλληλη αξιολόγηση των επιπτώσεων των πολιτικών μεταφορών στην υγεία. Ο Racioppi και οι συνεργάτες του (2002) τονίζουν τη σημασία βελτίωσης των μεθόδων αξιολόγησης των επιπτώσεων στην υγεία για την κατεύθυνση των σχεδίων μεταφορών.

3. Χρηματοδότηση και κατανομή πόρων

Η κατανομή επαρκούς χρηματοδότησης και πόρων για πρωτοβουλίες που ενσωματώνουν την υγεία και τις μεταφορές αποτελεί σημαντική πρόκληση. Σύμφωνα με τον Litman (2013), οι περιορισμοί στη χρηματοδότηση και οι ανταγωνιστικοί στόχοι συχνά περιορίζουν την εφαρμογή λύσεων μεταφορών με επίκεντρο την υγεία.

4. Αντίσταση του κοινού και αλλαγή συμπεριφοράς

Μία θεμελιώδης πρόκληση είναι η αντίσταση του κοινού στις αλλαγές των υποδομών μεταφορών και στις σχετικές συμπεριφορές. Σύμφωνα με τον Ewing και τον Cervero (2010), η αλλαγή καθιερωμένων συμπεριφορών και προτιμήσεων ταξιδιών είναι δύσκολη και απαιτεί ισχυρές στρατηγικές εμπλοκής του κοινού.

5. Ενοποίηση πολιτικών και ρυθμιστικά πλαίσια

Η ενσωμάτωση θεμάτων υγείας στις υφιστάμενες πολιτικές αστικής κινητικότητας και τα ρυθμιστικά πλαίσια μπορεί να είναι δύσκολη. Ο Marsden και ο Rye (2010) εξετάζουν τις προκλήσεις που προκύπτουν κατά τη σύνδεση των πολιτικών μεταφορών με τους στόχους της δημόσιας υγείας.

6. Αστική ανάπτυξη και πρότυπα χρήσης γης

Τα υπάρχοντα πρότυπα χρήσης γης και η αστική εξάπλωση μπορεί να δυσκολεύουν την εισαγωγή χαρακτηριστικών που ενισχύουν την υγεία, όπως η δυνατότητα πεζοπορίας και οι υποδομές για ποδήλατα. Η επιρροή της αστικής ανάπτυξης στη σωματική δραστηριότητα και την υγεία αναδεικνύεται από τους Ewing και τους συνεργάτες του (2008).

Κεφάλαιο 5 – Καλές Πρακτικές

Το παράδειγμα του Ελσίνκι

Η πόλη του Ελσίνκι πρωτοστάτησε στην έννοια της Κινητικότητας ως Υπηρεσία (Mobility as a Service - MaaS) με την εφαρμογή "Whim". Αυτή η εφαρμογή επιτρέπει στους χρήστες να προγραμματίζουν, να κλείνουν και να πληρώνουν για διάφορες επιλογές μεταφοράς, όπως δημόσιες συγκοινωνίες, ενοικίαση ποδηλάτων, ταξί και ενοικίαση οχημάτων, όλα από μία πλατφόρμα. Η ιδέα είναι να προσφέρει στους πολίτες τόσο βολικές και αποδοτικές εναλλακτικές λύσεις στην ιδιοκτησία ιδιωτικών αυτοκινήτων, ώστε να επιλέγουν αυτές τις υπηρεσίες, μειώνοντας έτσι την κυκλοφοριακή συμφόρηση και τη ρύπανση.

Το παράδειγμα της Σεούλ



Το έργο αποκατάστασης του ρέματος Cheonggyecheon στη Σεούλ περιλάμβανε την κατεδάφιση μιας ανυψωμένης οδού και την αποκατάσταση του ρέματος Cheonggyecheon, δημιουργώντας μια δημόσια ζώνη αναψυχής. Η προσπάθεια αυτή είχε στόχο να μειώσει τη ρύπανση, να δροσίσει τις πόλεις και να δημιουργήσει πράσινο χώρο. Η πρωτοβουλία έχει βελτιώσει σημαντικά την ποιότητα του αέρα και τη βιοποικιλότητα της περιοχής, ενώ παράλληλα ενθαρρύνει τους ανθρώπους να περπατούν και να κάνουν ποδήλατο κατά μήκος του ρέματος.

Το παράδειγμα του Φράιμπουργκ

Το Φράιμπουργκ, στη Γερμανία, είναι γνωστό για τη φιλική προς το περιβάλλον αστική του διάταξη. Η πόλη διαθέτει μεγάλες λωρίδες ποδηλάτων, ένα ανεπτυγμένο σύστημα δημόσιων συγκοινωνιών και έναν σχεδιασμό που ενθαρρύνει το περπάτημα. Επιπλέον, η συνοικία Vauban του Φράιμπουργκ είναι μια ζώνη χωρίς αυτοκίνητα, με δρόμους που προορίζονται κυρίως για πεζούς και ποδηλάτες. Αυτά τα μέτρα έχουν μειώσει την εξάρτηση των πολιτών από τα αυτοκίνητα, περιορίσει τους ρύπους και προωθήσει έναν υγιή, ενεργό τρόπο ζωής.

Figure 15. Seoul (source:

https://wwf.panda.org/wwf_news/?204454/Seoul-Cheonggyecheon-river)

Το παράδειγμα της Μελβούρνης

Η ιδέα των "20λεπτων γειτονιών" στη Μελβούρνη επικεντρώνεται στην ανάπτυξη γειτονιών όπου οι καθημερινές ανάγκες βρίσκονται εντός 20 λεπτών περπατήματος, ποδηλασίας ή χρήσης δημόσιας συγκοινωνίας. Αυτή η πολιτική στοχεύει στην αύξηση της αυτάρκειας των κοινοτήτων και στη μείωση της ανάγκης για μεγάλες μετακινήσεις. Η στρατηγική ενθαρρύνει τη σωματική άσκηση, μειώνει τη συμφόρηση στις μεταφορές και αυξάνει τη συμμετοχή της κοινότητας.

Το παράδειγμα του Σαν Φρανσίσκο

Το πρόγραμμα "Shared Spaces" του Σαν Φρανσίσκο επιτρέπει στις επιχειρήσεις να χρησιμοποιούν πεζοδρόμια, θέσεις στάθμευσης και δρόμους για υπαίθρια τραπεζοκαθίσματα και λιανικό εμπόριο, ιδιαίτερα κατά τη διάρκεια της πανδημίας COVID-19. Αυτό όχι μόνο ωφελεί τις τοπικές επιχειρήσεις, αλλά και προάγει την πεζοδρόμηση. Το πρόγραμμα έχει οδηγήσει σε αυξημένη κίνηση πεζών, ζωντανή δημόσια ζωή και μείωση της κυριαρχίας των οχημάτων στις αστικές περιοχές.

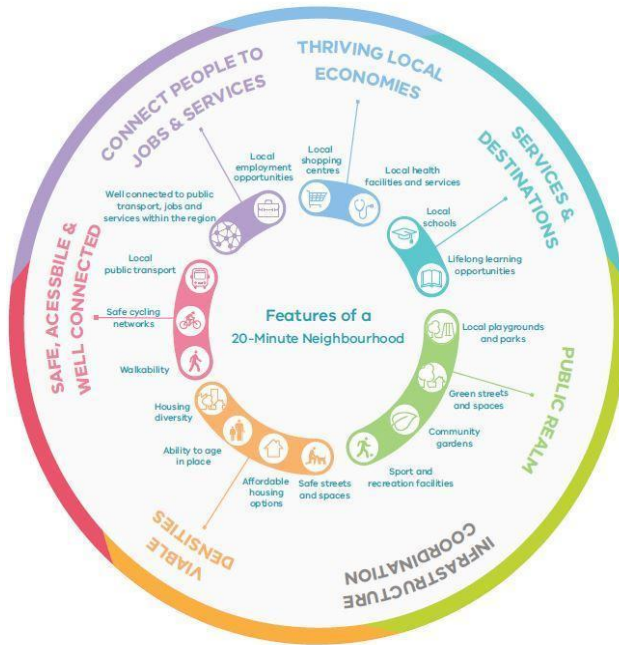


Figure 11. Image assessed from

<https://vpa.vic.gov.au/project-subpage/20-minute-neighbourhood-key-idea-3/>

Κεφάλαιο 6 – Πρακτική Εφαρμογή

6.1. Πρακτική Εφαρμογή 1. Δραστηριότητα χαρτογράφησης κοινότητας

Στόχος: Αναγνώριση και χαρτογράφηση των στοιχείων της κοινότητας που προάγουν ή εμποδίζουν την υγιή τοπική κινητικότητα.

Μορφή: Ομαδικό Εργαστήριο

Αριθμός Συμμετεχόντων: 15-30 (χωρισμένοι σε ομάδες των 3-5 ατόμων)

Εισαγωγή:

- Ξεκινήστε με μια σύντομη παρουσίαση σχετικά με τη σημασία της χαρτογράφησης της κοινότητας για την κατανόηση και τη βελτίωση της τοπικής κινητικότητας και υγείας.
- Εξηγήστε πώς η αναγνώριση βασικών στοιχείων και προκλήσεων μέσα στην κοινότητα μπορεί να συμβάλει στη λήψη καλύτερων αστικών σχεδιαστικών αποφάσεων.

Οδηγίες:

- Αναθέστε σε κάθε ομάδα μια συγκεκριμένη περιοχή της κοινότητας ή επιτρέψτε τους να επιλέξουν μία.
- Οδηγήστε τις ομάδες να χαρτογραφήσουν την περιοχή τους, αναγνωρίζοντας και σημειώνοντας:
 - ο Στάσεις και διαδρομές δημόσιας συγκοινωνίας.
 - ο Υπάρχοντες ποδηλατόδρομους και μονοπάτια για πεζούς.
 - ο Πάρκα, χώρους πρασίνου και χώρους αναψυχής.
 - ο Περιοχές με αυξημένη κυκλοφορία και πιθανούς κινδύνους.
 - ο Εμπόδια στην κινητικότητα (π.χ., έλλειψη πεζοδρομίων, μη ασφαλείς διαβάσεις).

Συζήτηση: Οι ομάδες συζητούν τα ευρήματά τους και προτείνουν βελτιώσεις, όπως προσθήκη ποδηλατόδρομων, βελτίωση των πεζοδρόμων ή αύξηση της πρόσβασης στις δημόσιες συγκοινωνίες.

Παρουσίαση: Κάθε ομάδα παρουσιάζει τον χάρτη και τις προτάσεις της στην ευρύτερη ομάδα.

Απαραίτητα Υλικά:

Μεγάλους φυσικούς χάρτες της κοινότητας ή ψηφιακά εργαλεία χαρτογράφησης (π.χ., Google Maps), μαρκαδόρους, αυτοκόλλητα ή ψηφιακά εργαλεία για τη σήμανση του χάρτη, εξοπλισμό παρουσίασης (προβολέας, οθόνη, μικρόφωνα, λογισμικό ψηφιακής παρουσίασης), υλικά για σημειώσεις για κάθε ομάδα.

Αναμενόμενα Αποτελέσματα:

- Αναλυτικοί χάρτες της κοινότητας με αναγνωρισμένα στοιχεία και προκλήσεις που σχετίζονται με την τοπική κινητικότητα.
- Πρακτικές και δημιουργικές προτάσεις για τη βελτίωση της τοπικής κινητικότητας και υγείας.

Εργαλεία Αξιολόγησης:

- Οι συμμετέχοντες μπορούν να δώσουν σχόλια στους χάρτες και τις προτάσεις των άλλων ομάδων.
- Κάθε ομάδα θα συμπληρώσει μια φόρμα αναστοχασμού μετά το εργαστήριο για να εκφράσει την κατανόησή της και να συγκεντρώσει σχόλια για την αποτελεσματικότητα του εργαστηρίου.

6.2. Πρακτική Εφαρμογή 2. Προσομοίωση Ανάπτυξης Πολιτικής

Στόχος: Να κατανοήσουν οι συμμετέχοντες τις πολυπλοκότητες της χάραξης πολιτικής στον σχεδιασμό αστικής κινητικότητας.

Μορφή: Παιχνίδι ρόλων και ομαδική συζήτηση.

Αριθμός Συμμετεχόντων: 20-40 (διαιρεμένοι σε ομάδες των 4-8).

Εισαγωγή:

- Ξεκινήστε με μια σύντομη ανασκόπηση του ρόλου που διαδραματίζει η πολιτική στον σχεδιασμό αστικής κινητικότητας και τη δημόσια υγεία.
- Εξηγήστε τη σημασία των διαφορετικών προοπτικών των ενδιαφερόμενων μερών στη διαδικασία ανάπτυξης πολιτικής.

Οδηγίες:

- Χωρίστε τους συμμετέχοντες σε ομάδες, αναθέτοντας σε καθεμία τον ρόλο ενός διαφορετικού ενδιαφερόμενου μέρους (π.χ., τοπική αυτοδιοίκηση, αξιωματούχοι δημόσιας υγείας, κάτοικοι, επιχειρήσεις).
- Κάθε ομάδα αναπτύσσει μια πρόταση πολιτικής με επίκεντρο ένα συγκεκριμένο ζήτημα αστικής κινητικότητας και υγείας (π.χ., επέκταση λωρίδων ποδηλάτων, τιμολόγηση συμφόρησης).
- Μετά την ανάπτυξη της πολιτικής, διεξάγεται μια προσομοιωμένη δημόσια ακρόαση, όπου κάθε ομάδα παρουσιάζει την πρότασή της.

- Μετά τις παρουσιάσεις, ανοίξτε το πεδίο για ερωτήσεις, σχόλια και συζητήσεις μεταξύ των ομάδων, ενθαρρύνοντας την κριτική σκέψη και τη διαπραγμάτευση.
- Δώστε χρόνο στις ομάδες να βελτιώσουν τις πολιτικές τους βάσει των σχολίων και να παρουσιάσουν την τελική τους πρόταση.

Απαραίτητα Υλικά:

Ενημερωτικά φυλλάδια ή διαφάνειες για τα βασικά στοιχεία της χάραξης πολιτικής και τους ρόλους των ενδιαφερόμενων μερών, υλικά γραφής για την ανάπτυξη της πολιτικής (χαρτί, στυλό, φορητοί υπολογιστές), εξοπλισμός παρουσίασης (προβολέας, οθόνη, μικρόφωνα, λογισμικό παρουσίασης), χρονόμετρο για τη διαχείριση του χρόνου παρουσίασης και συζήτησης.

Αναμενόμενα Αποτελέσματα:

- Μια σειρά από προτάσεις πολιτικής που θα αντιμετωπίζουν διάφορες πτυχές της αστικής κινητικότητας και της υγείας.

Εργαλεία Αξιολόγησης:

- Οι συμμετέχοντες παρέχουν σχόλια για την πρόταση κάθε ομάδας, βασισμένα στην ευκρίνεια, την πρακτικότητα και την εκπροσώπηση των ενδιαφερόμενων μερών.
- Οι συμμετέχοντες συμπληρώνουν μια φόρμα μετά τη δραστηριότητα για να εκφράσουν τι έμαθαν σχετικά με τη χάραξη πολιτικής και να παρέχουν σχόλια για την εμπειρία της προσομοίωσης.

- Οι συντονιστές παρατηρούν τη δυναμική των ομάδων και τις συζητήσεις, παρέχοντας πληροφορίες για την αφοσίωση και την κατανόηση των συμμετεχόντων.

6.3. Πρακτική Εφαρμογή 3. Σχεδιάστε μια πρωτοβουλία για μια υγιεινή διαδρομή

Μορφή: Ατομική Εργασία και Συζήτηση Ομάδας

Αριθμός Συμμετεχόντων: Απεριόριστος (κατάλληλο τόσο για μικρές όσο και για μεγάλες ομάδες)

Εισαγωγή:

- Ξεκινήστε με μια εξήγηση για το πώς ο σχεδιασμός διαδρομών μπορεί να επηρεάσει την υγεία, τόσο σε προσωπικό επίπεδο όσο και στο περιβάλλον.
- Συζητήστε τη σημασία της εξέτασης διαφόρων παραγόντων, όπως η απόσταση, ο χρόνος, η ασφάλεια και ο περιβαλλοντικός αντίκτυπος, κατά την επιλογή επιλογών μετακίνησης.

Οδηγίες:

- Παρέχετε στους συμμετέχοντες διαφορετικά σενάρια (π.χ. μετακίνηση στη δουλειά, εκτέλεση εργασιών, επίσκεψη σε φίλο) που απαιτούν σχεδιασμό διαδρομής.
- Οι συμμετέχοντες σχεδιάζουν ατομικά μια διαδρομή με βάση το σενάριο που τους έχει δοθεί, χρησιμοποιώντας τις πιο υγιεινές επιλογές μεταφοράς που είναι διαθέσιμες, όπως το περπάτημα, το

ποδήλατο ή τα δημόσια μέσα μεταφοράς. Θα πρέπει να λάβουν υπόψη παράγοντες όπως η μικρότερη απόσταση, η αποτελεσματικότητα χρόνου, η ασφάλεια και ο ελάχιστος περιβαλλοντικός αντίκτυπος.

- Οι συμμετέχοντες καταγράφουν τις επιλεγμένες διαδρομές τους και τη λογική πίσω από τις επιλογές τους, εστιάζοντας στις πτυχές υγείας και περιβάλλοντος.
- Οι συμμετέχοντες μοιράζονται τις σχεδιασμένες διαδρομές τους και τη λογική τους σε μικρές ομάδες ή με ολόκληρη την τάξη, συζητώντας διάφορες προσεγγίσεις και επιλογές.
- Μετά τη συζήτηση, οι συμμετέχοντες προβληματίζονται σχετικά με την άσκηση και παρέχουν σχόλια για τη σκοπιμότητα και τα οφέλη για την υγεία των διαδρομών που σχεδίασαν.

Απαραίτητα Υλικά:

Έντυπα ή ψηφιακά σενάρια για τον σχεδιασμό διαδρομών, πρόσβαση σε εργαλεία σχεδιασμού διαδρομών (π.χ. Google Maps, εφαρμογές δημόσιας συγκοινωνίας), και υλικά γραφής για την καταγραφή διαδρομών και αιτιολογήσεων.

Αναμενόμενα Αποτελέσματα:

- Διάφορα σχέδια διαδρομών που δίνουν προτεραιότητα στην υγεία και στις περιβαλλοντικές σκέψεις.
- Αυξημένη ευαισθητοποίηση σχετικά με τις πρακτικές πτυχές της επιλογής υγιέστερων επιλογών μετακίνησης.

Εργαλεία Αξιολόγησης:

- Αξιολογήστε τις διαδρομές που σχεδιάστηκαν βάσει κριτηρίων, όπως τα οφέλη για την υγεία, ο περιβαλλοντικός αντίκτυπος και η πρακτικότητα.
- Αξιολογήστε τη σκέψη πίσω από κάθε επιλογή διαδρομής, εστιάζοντας στο κατά πόσο λήφθηκαν υπόψη οι παράγοντες υγείας και περιβάλλοντος.
- Επιτρέψτε στους συμμετέχοντες να παρέχουν σχόλια για τα σχέδια διαδρομών των άλλων, ενθαρρύνοντας τη μάθηση μέσω συναδέλφων.

6.4. Πρακτική Εφαρμογή 4. Ερωτήσεις Πολλαπλής Επιλογής

Παρακαλούμε διαβάστε τις παρακάτω ερωτήσεις που έχουν σχεδιαστεί για να αξιολογήσουν τις γνώσεις σας σχετικά με διάφορες πτυχές της τοπικής κινητικότητας και υγείας, όπως παρουσιάστηκαν στο πλαίσιο του μαθήματος.

Ερωτήσεις	Πιθανές απαντήσεις	Σωστή απάντηση
Ερώτηση 1. Ποιο είναι το κύριο όφελος από την εφαρμογή του Σχεδιασμού Προσβασιμότητας Γειτονιάς (NAP) σε αστικές περιοχές;	Α) Αύξηση των ορίων ταχύτητας για τη βελτίωση της ροής της κυκλοφορίας. Β) Επέκταση των χώρων στάθμευσης για ιδιωτικά οχήματα.	Γ) Βελτίωση της προσβασιμότητας των γειτονιών για περπάτημα και ποδηλασία



	C) Βελτίωση της προσβασιμότητας των γειτονιών για περπάτημα και ποδηλασία. D) Κατασκευή περισσότερων αυτοκινητοδρόμων για τη μείωση της συμφόρησης.	
Ερώτηση 2. Σύμφωνα με το Εργαλείο Οικονομικής Αξιολόγησης Υγείας (HEAT) που αναπτύχθηκε από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, ποιο είναι ένα βασικό όφελος για την υγεία από την αυξημένη ποδηλασία και το περπάτημα;	A) Αυξημένη ατμοσφαιρική ρύπανση. B) Υψηλότερη κατανάλωση καυσίμου. C) Μειωμένος κίνδυνος χρόνιων ασθενειών. D) Αυξημένη κυκλοφοριακή συμφόρηση.	C) <i>Μειωμένος κίνδυνος χρόνιων</i>
Ερώτηση 3. Ποια είναι μια σημαντική πρόκληση στην ενσωμάτωση των ζητημάτων υγείας στον σχεδιασμό αστικής κινητικότητας, όπως συζητήθηκε στο μάθημα?	A) Υπερβολική συνεργασία μεταξύ των διαφόρων τομέων. B) Υπερβολική έμφαση στην ψηφιακή τεχνολογία στις μεταφορές. C) Έλλειψη διεπιστημονικής συνεργασίας μεταξύ πολεοδόμων, επαγγελματιών δημόσιας υγείας και	C) Έλλειψη διεπιστημονικής συνεργασίας μεταξύ πολεοδόμων, επαγγελματιών δημόσιας υγείας και μηχανικών μεταφορών.



	μηχανικών μεταφορών. D) Μειωμένο δημόσιο ενδιαφέρον για την υγεία και τη φυσική κατάσταση.	
--	---	--