

lifecycle

**Promotion of healthy mobility behaviour throughout the
entire life time
using a life long approach on cycling**



Der Zusammenhang von Verkehr und Gesundheit



Der Zusammenhang von Verkehr und Gesundheit



Mit dem Rad zur Arbeit fahren bedeutet bis zu einem Tag weniger Krankenstand pro Jahr*

* Quelle: CBA for Cycling, Nordic Council of Ministers, Copenhagen 2005

Der Zusammenhang von Verkehr und Gesundheit

Mit dem Rad zur Arbeit fahren erzeugt Einsparungen für das Gesundheitssystem von 0,15 € / km*



* Quelle: TNO Quality of Life, Leiden 2008

Der Zusammenhang von Verkehr und Gesundheit

Verkehrsbedingte Todesfälle
in Österreich, der Schweiz und Frankreich

Tote durch:

Verkehrsunfälle

7.217

verkehrsbedingten
Feinstaub

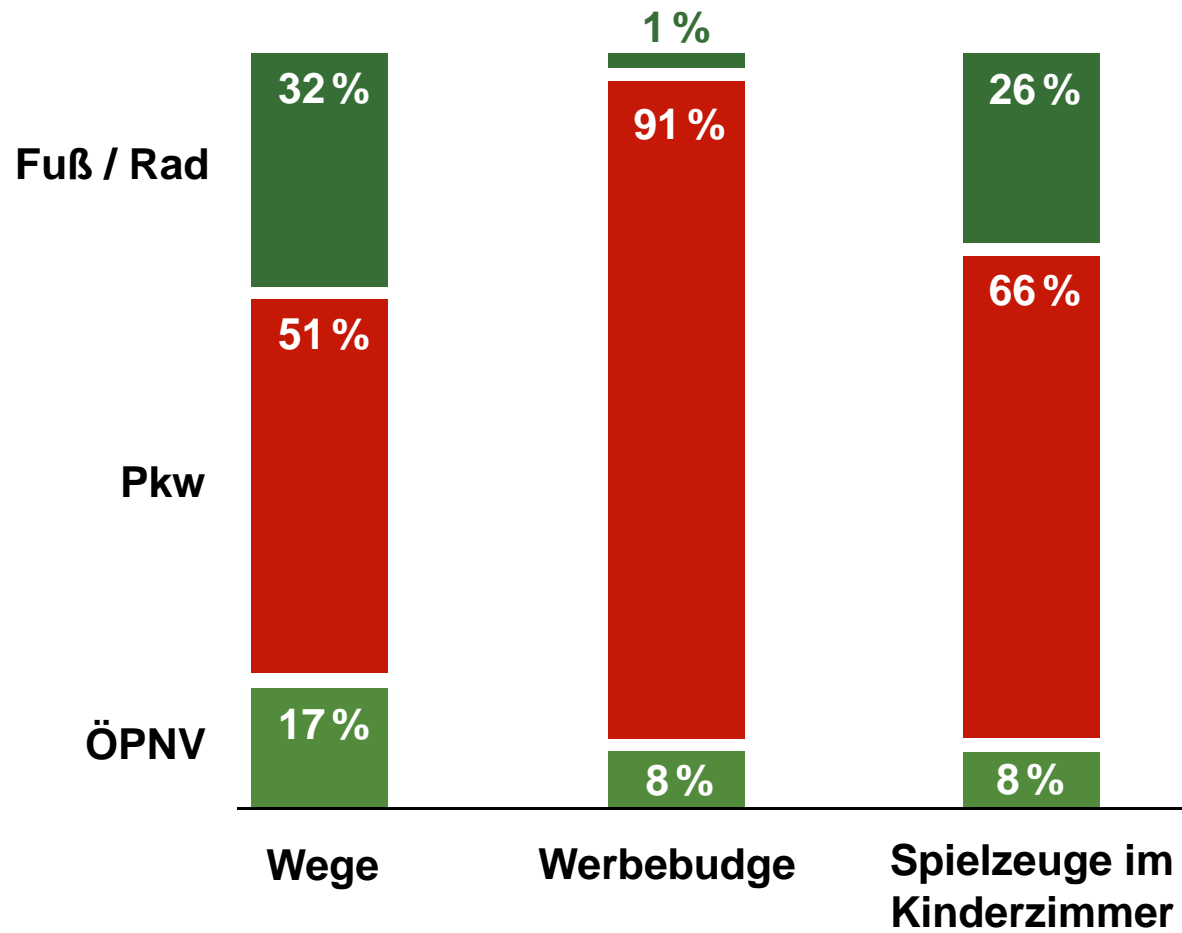
28.000

Bewegungsmangel

42.000

Quelle: Weltstraßenstatistik, OECD und WHO





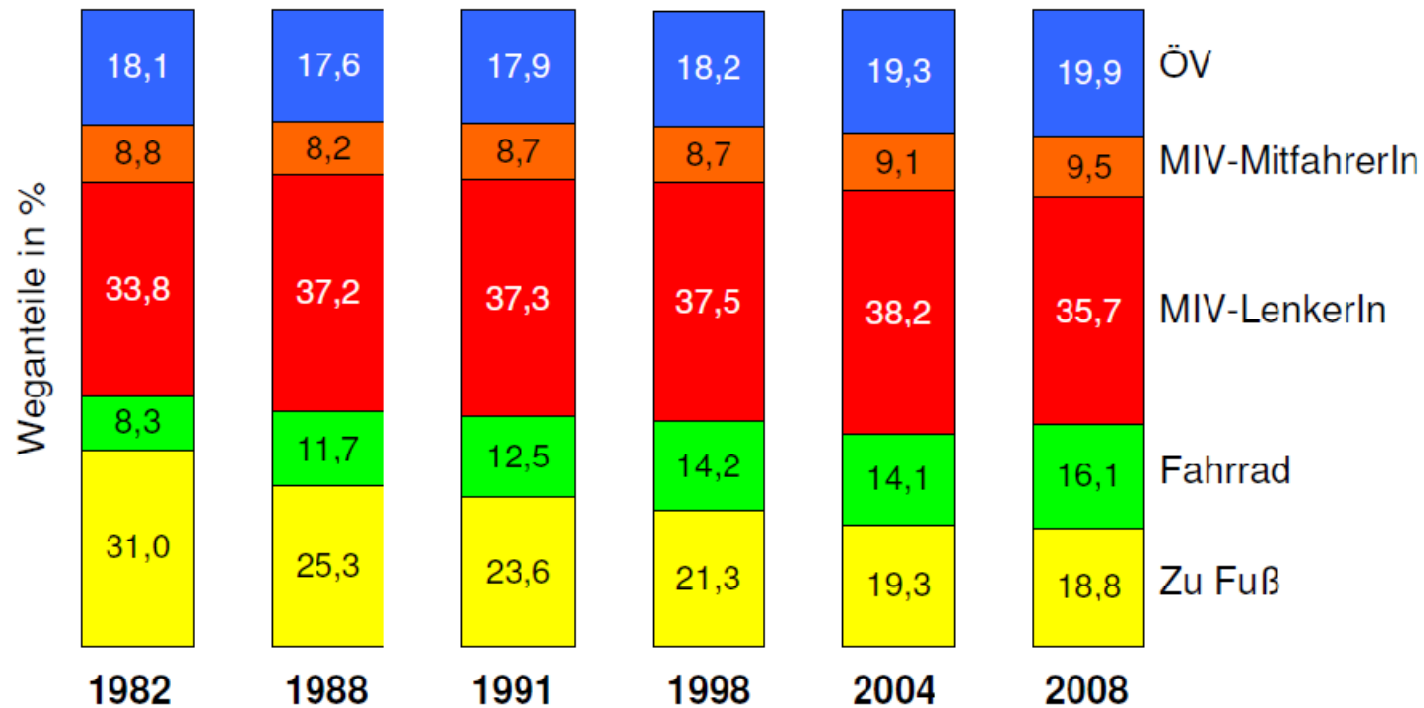
Quelle: Herry/Sammer 2000, FGM 2000

Sozialisierung des Radfahrens




Warum auf das Fahrrad setzen?

Verkehrsmittelaufteilung in Graz im Zeitvergleich



Quelle: „Mobilitätsverhalten der Grazer Wohnbevölkerung 2008“, **ZIS+P Verkehrsplanung**, 2008

Warum auf das Fahrrad setzen?

Mit dem Pkw zurückgelegte Entfernung		Geschwindigkeit mit dem Pkw
bis zu 1,8 km	8%	6 km/h
bis zu 2,8 km	24%	9 km/h
bis zu 6,3 km	61% 	13 km/h
bis zu 10 km	80%	16 km/h
bis zu 50 km	97%	22 km/h
bis zu 100 km	100%	27 km/h

Quelle: FGM 2005

Warum auf das Fahrrad setzen?

Hohe Flexibilität

Schnell im Stadtverkehr

Bewegung als
Teil des Alltags



Hoher
Fahrradbesitz in
Haushalten

Kostengünstig

Umweltverträglich

Individualverkehr

LIFE CYCLE Umsetzungen – eine Übersicht

  Family programme

  Kindergarten programme

    Bicycle training for pupils

 Incentive programme for youth

     Cycling to work campaigns

LIFE CYCLE Umsetzungen – eine Übersicht



Cycling to shop campaign



Cycling for new citizens programme



Cycling courses for seniors



Cycling for health schemes



Health seminars for seniors

Die Grazer Umsetzungen

Kindergartenprogramm



Radfahren in der Schule

SeniorInnentraining



Das Kindergartenprogramm

Workshops mit
KindergartenpädagogInnen



1 Lauftrad pro
Kindergartengruppe

Das Kindergartenprogramm



Kreativwettbewerb

Wandergeschichte



Das Kindergartenprogramm

Was konnte erreicht werden?

- 112 KindergartenpädagogInnen aller Kindergärten in Graz durch 12 Workshops
- 202 Laufräder wurden verteilt
- 4.025 Kinder aus 216 Kindergartengruppen



Radfahren in der Schule



HS/NMS St.Johann

VS Mariatrost

Radfahren in der Schule



Schulumfeldanalyse

Radwandertage



Radbegleitfahrten

Radfahren in der Schule

Radfahrtraining / Mehrphasenausbildung



Radreparaturkurse

Familienradfahrtraining



SeniorInnen

„Mit 66 Jahren, da fängt
das Leben an ...“



→ Vorstellung des Trainings beim SeniorInnenbund Stmk

LIFE CYCLE Produkte



The screenshot shows the LIFE CYCLE website homepage. At the top is the logo 'lifecycle keep on cycling'. Below it is a navigation menu with links: Home, Project, Actions, Target Groups, Partnership, Results, Case Study Search, Download, Links, and Legal Disclaimer. The main content area is divided into two columns. The left column, titled 'Latest News', features four news items, each with a small flag icon and a 'read more >>' link. The right column, titled 'HOME', contains a welcome message, a photo of a person cycling, and a closing message from the LIFE CYCLE team. At the bottom of the page, there is a footer with a search icon, the text 'supported by EAHC', and the EAHC logo.

lifecycle keep on cycling

Home | Project | Actions | Target Groups | Partnership | Results | Case Study Search | Download | Links | Legal Disclaimer

Latest News

New Implementation Guide
Packed with recommendations and experiences from dozens of recent active transport actions. Free download. [read more >>](#)

NEW Lifecycle product
Over 100 active transportation best practices from around the world available for free download. [read more >>](#)

Kindergarten activities
Kindergarten Beltinci promotes active & cycling lifestyle with children, parents and among employees. [read more >>](#)

Cycling for seniors
The sports commission of Schaarn had invited to a cycling afternoon for bicycle check, test riding pedelecs and guided cycling tour through town. [read more >>](#)

Cycling improves health
A report published in the medical journal The Lancet shows walking and cycling to reduce greenhouse gas emissions also has major health benefits. [read more >>](#)

[>> News Archive](#)

HOME

Welcome to LIFE CYCLE, a source of practical ideas to inspire life-long cycling habits.

For immediate access to the best ideas and recommendations, please go to Handbooks & Manuals. If you prefer, you can Search for a case study in a specific country and/or by topic.

LIFE CYCLE is a project funded by the EUPublic Health Programme, aligned to its overall goal of improving the health of EU citizens by fostering more physically active lifestyles. To learn more about the LIFE CYCLE project, partner countries, target groups and our latest news, please feel free to browse our website or contact us directly. Keep on cycling!

Best wishes,
Your LIFE CYCLE team

supported by EAHC

Vielen Dank!

