

## Hörverständnis

### Metropolen von morgen: Gesunde Städte

1 Wo wohnen Sie in Ihrer Heimat? Auf dem Land oder in einer Stadt? Und wenn Sie sich jetzt  
2 für einen Wohnort entscheiden müssten, wo würden Sie dann gern wohnen? Wenn Sie sich für  
3 ein Leben in einer Stadt entscheiden würden, dann liegen Sie voll im Trend! Städte üben mit  
4 ihren wirtschaftlichen und kulturellen Möglichkeiten eine große Anziehungskraft aus, so dass  
5 immer mehr Menschen dort leben wollen. Der folgende Vortrag hat dieses Phänomen der  
6 zunehmenden Urbanisierung zum Thema, er gibt Einblick in Zahlen, erläutert die Entwicklung  
7 im globalen Vergleich, fragt nach den Faktoren, die auf die Lebensqualität unserer Städte  
8 einwirken, und benennt Kriterien einer modernen Stadtplanung.

9 Ohne Frage sind große Städte der Lebensraum der Zukunft. Metropolen mit 10, 20 oder 30  
10 Millionen Einwohnern sind schon heute eine Realität. Und die Tendenz ist steigend. Man  
11 rechnet mit einem Zuwachs von circa einer Million Einwohnern pro Jahr und Metropole. Heute,  
12 zu Beginn des 21. Jahrhunderts, leben schon 50 Prozent der Weltbevölkerung in Metropolen,  
13 2050, so prognostizieren die Vereinten Nationen, werden es fast 70% sein. Dabei unterscheiden  
14 sich die Metropolen der Industrienationen von denen der Entwicklungsländer. Hier wachsen  
15 die Großstädte in rasantem Tempo zu Millionenmetropolen heran und stehen damit besonders  
16 vor der Herausforderung, eine effiziente Infrastruktur zu bieten. In den westlichen Städten  
17 besteht dieser enorme Wachstumsdruck nicht, deshalb konzentriert sich die Stadtplanung hier  
18 auf eine Verbesserung und Erneuerung der Städte. Jede moderne Stadtplanung aber möchte  
19 einen Wandel von der reinen Versorgungsumgebung zu einem Ort, der Gesundheit und  
20 Wohlbefinden aktiv fördert und beeinflusst.

21 Welche Faktoren haben aber Einfluss auf die Lebensqualität unserer Städte? Das internationale  
22 Beratungsunternehmen Mercer gibt jährlich zwei Studien zu weltweit mehreren hundert  
23 Städten heraus: Die erste Studie untersucht die Lebensqualität und die zweite Studie die  
24 Infrastruktur. Für die Beurteilung der Lebensqualität werden zehn Kategorien verwendet, wie  
25 beispielsweise die politische Stabilität, die wirtschaftlichen Rahmenbedingungen,  
26 Bildungsangebote, Gesundheitsstandards, Kultur- und Freizeitmöglichkeiten, die  
27 Wohnsituation und Umweltfaktoren. Bei der Infrastruktur wird z.B. die Qualität der  
28 Verkehrsnetze, der Energieversorgung und der elektronischen Kommunikationssysteme  
29 beurteilt. Ein Vergleich beider Studien lässt interessante Rückschlüsse zu, was sehr gut am  
30 Beispiel Hongkongs verdeutlicht werden kann. In dem Ranking für die Infrastruktur steht  
31 Hongkong auf Platz 6, denn es verfügt über ein hocheffizientes Verkehrsnetz und modernste  
32 Kommunikationssysteme. In dem Ranking für „Lebensqualität“ erreicht die Stadt nur Platz 70,  
33 denn die Lärmbelastung durch Flugzeuge, die mitten in der Stadt landen, ist sehr hoch. Auch  
34 die Suizidrate ist um 30 Prozent höher als zum Beispiel in London oder New York. Das zeigt  
35 den Stadtplanern, dass eine effiziente Infrastruktur allein noch keine Garantie für eine hohe  
36 Lebensqualität ist. Ein positives Beispiel ist laut diesen Studien dagegen die Stadt Frankfurt am  
37 Main hier in Deutschland, das bei der Infrastruktur auf Platz zwei und bei der Lebensqualität  
38 auf Platz 7 liegt.

39 Die Frage ist, was wirkt sich negativ auf die Lebensqualität aus und macht unsere Städte  
40 „unlebenswert“? Damit beschäftigen sich nicht nur Stadtplaner, sondern auch Neurologen und  
41 Psychiater. Sie untersuchten den Einfluss des Lebensraums auf die psychische Befindlichkeit  
42 und lieferten damit die wissenschaftliche Grundlage für eine neue Form der Stadtplanung, die  
43 als Neuro-Urbanismus bezeichnet wird. 2011 konnte im Rahmen dieser Studien nachgewiesen  
44 werden, dass eine bestimmte Hirnregion, der sogenannte Mandelkern, bei Stadt- bzw.  
45 Landbewohnern unterschiedlich ist. Der Mandelkern ist die Hirnregion, die bei Angst und auch  
46 bei Depressionen aktiviert wird und die wie ein Gefahrensensor fungiert. Diese Region war bei  
47 Städtern deutlich größer als bei Personen, die in kleineren Orten oder auf dem Land leben.

48 Weitere Untersuchungen in diesem Bereich ergaben, dass das Risiko psychisch zu erkranken,  
49 in Städten um ein Vielfaches höher als auf dem Land ist. Als Ursache dafür nennen die  
50 Wissenschaftler sozialen Stress. Dieser Ausdruck bezeichnet die Stressform, die dann entsteht,  
51 wenn zu viele Menschen auf wenig Raum eng zusammenleben, aber keinerlei Verbindung  
52 zueinander oder Kommunikation miteinander haben. Das Stadtleben kann sich aber nicht nur  
53 auf die psychische, sondern auch auf die körperliche Verfassung in zweifacher Hinsicht negativ  
54 auswirken. Zum einen, wenn körperliche Herausforderungen im Alltag der Städter kaum noch  
55 eine Rolle spielen: sie fahren immer mehr mit dem Auto oder benutzen häufig den Aufzug.  
56 Zum anderen haben sich auch die Ernährungsgewohnheiten verändert: es wird immer seltener  
57 gekocht, man ernährt sich lieber von Fastfood oder Fertiggerichten und häufig isst man mehr  
58 als notwendig. Eine steigende Zahl von übergewichtigen Städtern ist die Folge davon.

59 Aus dem bisher Gesagten lassen sich bereits zwei Kriterien für die Planung gesunder Städte  
60 ableiten. Erstens müssen Wohnräume bivalent gestaltet werden, d. h. sie müssen privaten  
61 Rückzug, aber auch soziale Interaktion erlauben, um sozialen Stress durch Isolation zu  
62 vermeiden. Zweitens brauchen wir Konzepte für eine gesunde Unbequemlichkeit, also  
63 attraktive Räume, durch die man sich gern zu Fuß oder mit dem Fahrrad bewegt, um dem  
64 Problem des Übergewichts entgegenzuwirken. Attraktive Wohnquartiere und eine  
65 fußgängerfreundliche Stadt sind aber nur einzelne Bausteine der gesunden Städte von morgen.  
66 Erst die intelligente Vernetzung unterschiedlicher Maßnahmen macht die gesunde Stadt auch  
67 lebenswert. Daraus ergibt sich ein weiteres Kriterium: Wir brauchen durchgängige,  
68 nutzungsvermischte Stadträume, in denen sich Arbeit und Freizeit, Stadt und Natur, Drinnen  
69 und Draußen mühelos und flexibel miteinander verbinden lassen.

70 Die aufgeführten Kriterien verdeutlichen sehr gut, was Städteplaner unter einer gesunden Stadt  
71 der Zukunft verstehen: Sie ist ein Raum, der trotz hoher sozialer Dichte eine hohe  
72 Lebensqualität ermöglicht und fördert. Zwar steht die moderne, gesunde Stadtplanung noch  
73 ganz am Anfang und erste Resultate sieht man bisher nur in den Industrienationen, aber in  
74 absehbarer Zeit werden auch die Entwicklungsländer mit diesem Transformationsprozess  
75 beginnen müssen. Denn mit wachsendem Lebensstandard werden die Menschen im Jahrhundert  
76 der Metropolen weltweit ähnliche Anforderungen an ihren Lebensraum stellen.

6589

(nach: <https://www.zukunftsinstitut.de/artikel/metropolen-von-morgen-gesunde-staedte/>)