KUIDAS TOETADA AASTARINGSET AKTIIVSET LIIKUMIST? BATS PROJEKTI PRAKTILISED TÖÖRIISTAD

Anne Põder

Tallinna Tehnikaülikool

BATS



Interreg Baltic Sea Region

Co-funded by the European Union

SMART GREEN MOBILITY BATS

The BATS project, co-funded by the Interreg Baltic Sea Region 2021-2027, helps drive the transition to a green and resilient Baltic Sea Region.
#madewithinterreg interreg-baltic.eu/project/bats/

KODANIKE KAASAMISE JUHEND

- Praktiliste nõuannetega ja näidetega juhendmaterjal KOV-idele, liikuvuse planeerijatele jt osapooltele kodanike süsteemseks kaasamiseks ja aktiviseerimiseks
- Lühijuhend ja lõuend kodanike aktviseerimise planeerimiseks

MIKS

Aastaringse liikuvuse kasutegurid, hetkeolukorra kaardistamine ja eesmärkide seadmine piirkonnas

KELLELE

Sihtrühmade vajadused, motivatsioon ja takistused ja kogukonna sihtrühmi esindavate persoonade loomine

KUIDAS

Kaasamis- ja nügimismeetodid, kommunikatsiooni korraldus, seire ja tagasiside

Interreg Baltic Sea Region

Co-funded by the European Union

SMART GREEN MOBILITY BATS

BATS

Citizen Activation Guide: Promoting Year-Round Active Mobility (YRAM)

For active planners

Ojamäe, L., Järvis, M., Merisaar, J., Wahl, M. F., Põder, A., Muldme, A., Tuulik, T., Gerstlberger, W. D.

Tallinn University of Technology, 2026

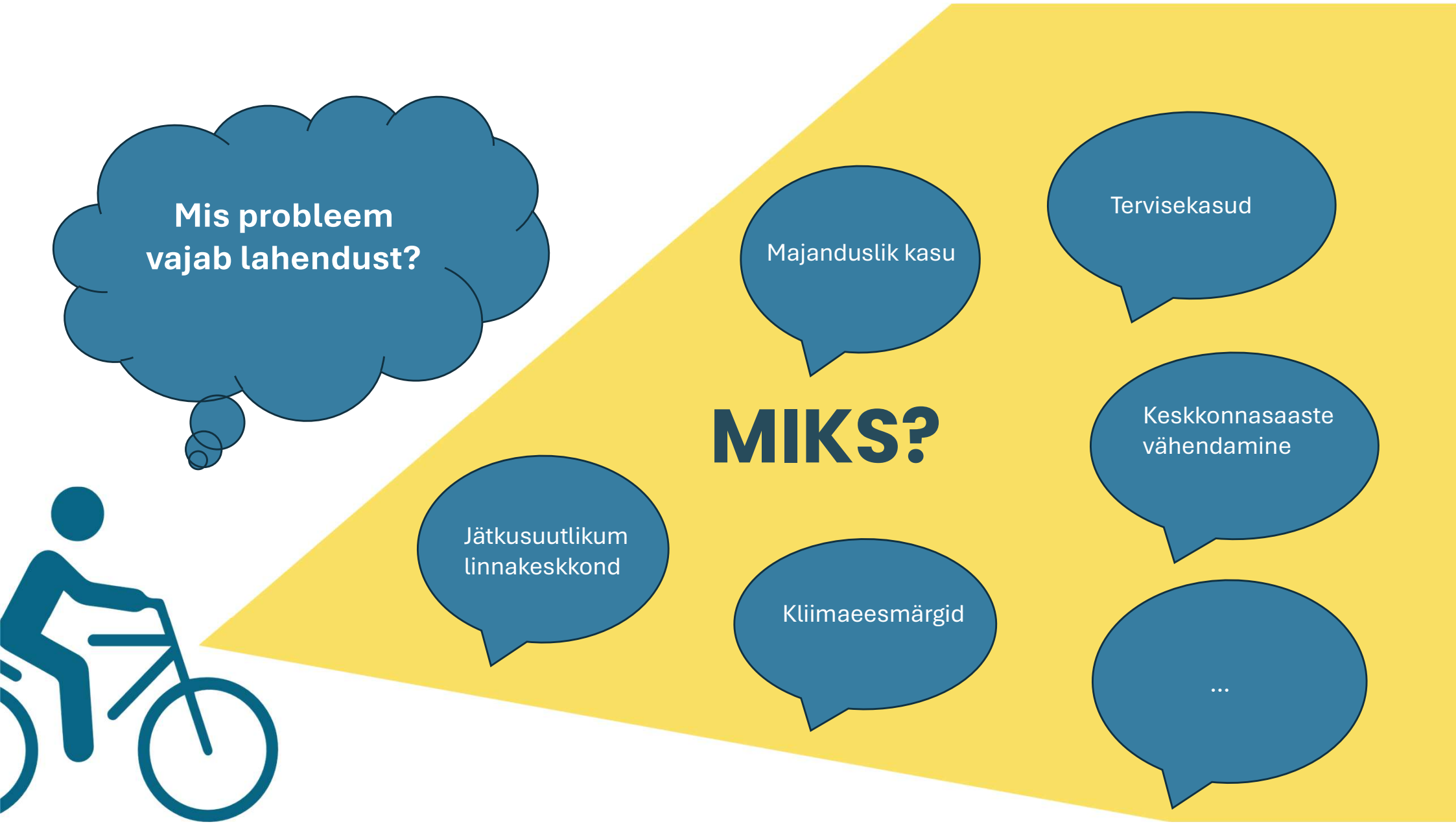


Interreg Baltic Sea Region

Co-funded by the European Union

SMART GREEN MOBILITY BATS

The BATS project, co-funded by the Interreg Baltic Sea Region 2021-2027, helps drive the transition to a green and resilient Baltic Sea Region.
#madewithinterreg
interreg-baltic.eu/project/bats/

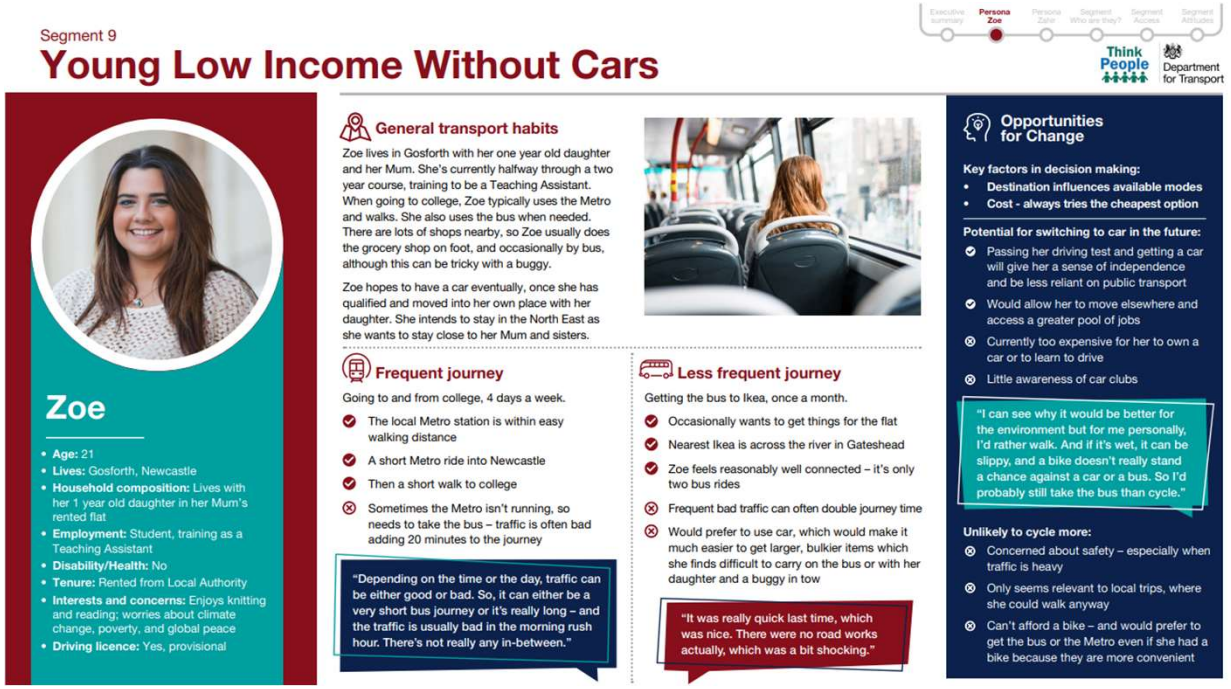

Mis probleem vajab lahendust?
MIKS?
Majanduslik kasu
Tervisekasud
Keskkonnasaaste vähendamine
Jätkusuutlikum linnakeskkond
Kliimaeesmärgid
...

KELLELE?

KES ON MEIE SIHTRÜHMAD?

Persoonad on erinevate sihtrühmade tüüpilised esindajad, kes aitavad mõista nende käitumismustreid, vajadusi, motivatsioonitegurid, probleeme.

- Aitavad paremini kavandada tegevusi ja kasutajakeskseid lahendusi, lähtudes konkreetsete sihtrühmade vajadustest ja takistustest



Sihtrühmi hästi esindavate persoonade loomine

- Kvantitatiivsete (uuringud, liikuvusstatistika) ja kvalitatiivsete (intervjuud, ekspertarvamused) andmete kombineerimine
- Iga sihtrühma põhiprofiili kirjeldus
- Profiilide omaduste ja vajaduste täpsustus

Interreg Baltic Sea Region
Co-funded by the European Union
SMART GREEN MOBILITY BATS

ANDMETE KOGUMISMEETODITE NÄITED

Kvantitatiivsed meetodid

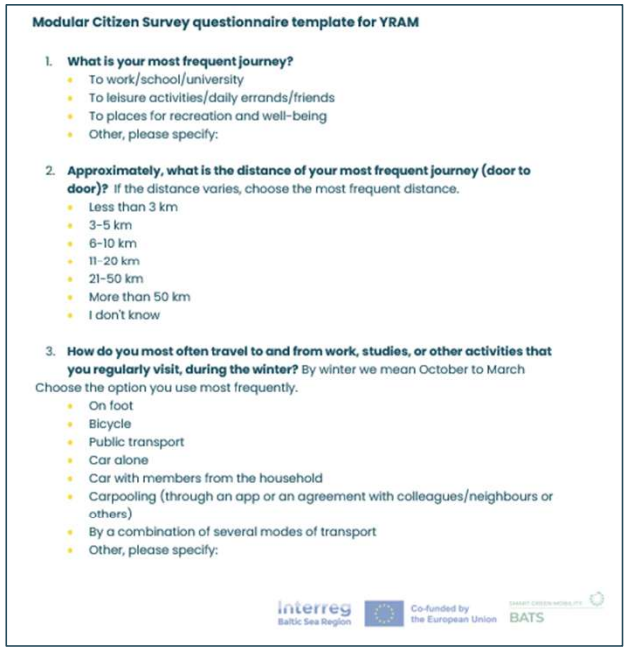
Uuringud elanikkonna käitumismustrite ja trendide kindlaks tegemiseks.
Mobiil- ja sensorandmed liikuvuse reaalajas hindamiseks.

Kvalitatiivsed meetodid

Intervjuud individuaalsete kogemuste mõistmiseks.
Fookusgrupid kogukonna hoiakute ja probleemide välja selgitamiseks.

Vaatlus

Vaatlus elanike tegeliku käitumise jälgimiseks, sh äärmuslikes ilmastikuolude või suure liikluskoormusega perioodide ajal

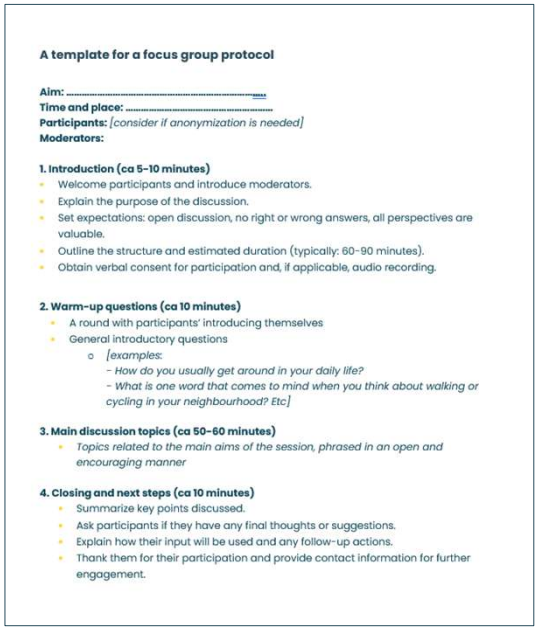


Modular Citizen Survey questionnaire template for YRAM

1. **What is your most frequent journey?**
   - To work/school/university
   - To leisure activities/daily errands/friends
   - To places for recreation and well-being
   - Other, please specify:

2. **Approximately, what is the distance of your most frequent journey (door to door)?** If the distance varies, choose the most frequent distance.
   - Less than 3 km
   - 3-5 km
   - 6-10 km
   - 11-20 km
   - 21-50 km
   - More than 50 km
   - I don't know

3. **How do you most often travel to and from work, studies, or other activities that you regularly visit, during the winter?** By winter we mean October to March
Choose the option you use most frequently.
   - On foot
   - Bicycle
   - Public transport
   - Car alone
   - Car with members from the household
   - Carpooling (through an app or an agreement with colleagues/neighbours or others)
   - By a combination of several modes of transport
   - Other, please specify:



A template for a focus group protocol

Aim: .....
Time and place: .....
Participants: *[consider if anonymization is needed]*
Moderators:

1. Introduction (ca 5-10 minutes)
- Welcome participants and introduce moderators.
- Explain the purpose of the discussion.
- Set expectations: open discussion, no right or wrong answers, all perspectives are valuable.
- Outline the structure and estimated duration (typically: 60-90 minutes).
- Obtain verbal consent for participation and, if applicable, audio recording.

2. Warm-up questions (ca 10 minutes)
- A round with participants' introducing themselves
- General introductory questions
  - *[examples:*
    - How do you usually get around in your daily life?
    - What is one word that comes to mind when you think about walking or cycling in your neighbourhood? Etc]

3. Main discussion topics (ca 50-60 minutes)
- *Topics related to the main aims of the session, phrased in an open and encouraging manner*

4. Closing and next steps (ca 10 minutes)
- Summarize key points discussed.
- Ask participants if they have any final thoughts or suggestions.
- Explain how their input will be used and any follow-up actions.
- Thank them for their participation and provide contact information for further engagement.

Interreg Baltic Sea Region | Co-funded by the European Union | SMART GREEN MOBILITY BATS

KUIDAS?
KAASAMISMEETODID



Fookusgrupid

6-10 osalejaga ja moderaatoriga grupiarutelu probleemise, väärtuste ja arvamuste välja selgitamiseks.



Digitaalsed foorumid

Asünkroonne arutelu digiplatvormidel võimaldab osaleda endale sobival ajal, kaasata laia sihtrühma ning pakub paindlikke osalemisvõimalusi.



Väljasõidud

Väljasõidud ja ringkäigud olulistesse huvipunkidesse, mis võimaldavad kohapealset olukorda paremini mõista, anda vahetut tagasisidet ning kujundada ühiseid arusaamu.



Maailmakohvik

Väikestes rühmades aruelud laudkondades, kus osalejad liiguvad perioodiliselt laudkondade vahel, et ideid edasi arendada.



Digitaalne kaardistus

Interaktiivsed asukohapõhised tööriistad, et mis võimaldavad koguda asukohapõhist tagasisidet, kaardistada probleeme ja visualiseerida elanike ettepanekuid.



Pop-Up üritused

Ajutised kohapealsed kaasamisüritused sihtrühmaga otsesuhtluseks, vahetu tagasiside kogumiseks ja lahenduste testimiseks.

Nügimismeetodid

Inimeste käitumisotsuste suunamine soovitud suunas läbi valikute ja keskkonna kujundamise säilitades samal ajal elanike valikuvabadust.

Keskkondlik

Füüsilise keskkonna muutmine, nt näiteks värvilised jalgrattateed, parem märgistuse abil, et muuta soovitud käitumine lihtsamaks

Hariduslik

Teave ja tagasiside, et tõsta sihtrühma teadlikkust ja toetada teadlike liikumisvalikute tegemist.

Sotsiaalne

Positiivsete eeskujude kasutamine ja sotsiaalsete normide rõhutamine, et soodustada soovitud käitumist kogukonnas.

Stiimulitel põhinev

Tunnuste, preemiate, mänguliste elementide kasutus



Nügimine on tõhusaim, kui see toetab olemasolevaid hoiakuid ning seda kombineeritakse püsiva mõju saavutamiseks taristu parandamisega.

Interreg Baltic Sea Region
Co-funded by the European Union
SMART GREEN MOBILITY
BATS

Kaasamise ja nügimiste näited BATs projekti partneritelt

Hamburg-Altoona linnaosa

Keskkondlik nügimine läbi valgustuse ja ohutusbarjääride

Sihtgrupi kaasamine kohapealne pop-up üritus, kohapealne küsitlus

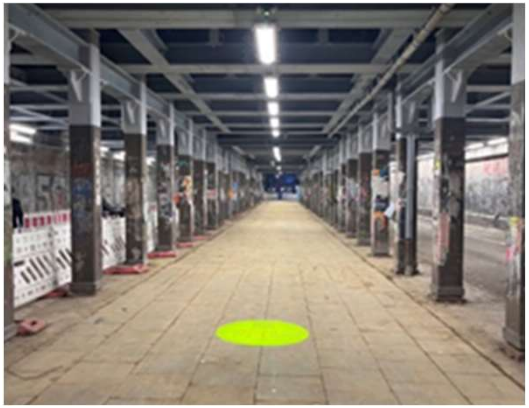
Maailmakohvik töötuba

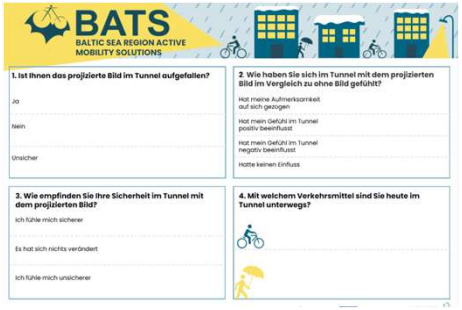
Vaatlus

Digitaalsed lahendused- QR koodidega info











Interreg Baltic Sea Region

Co-funded by the European Union

SMART GREEN MOBILITY BATS

Kaasamise ja nügimiste näited BATs projekti partneritelt (2)

Kalundborg

Keskkondlik nügimine- jalgaratta tee tähistus, valgustus

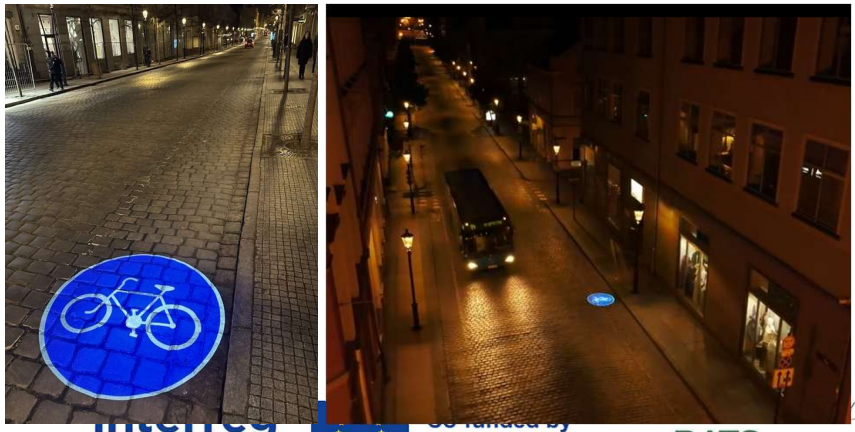
Kogukonna kaasamine disaini ja planeerimisprotsessi- intervjuud, küsitlus, testgrupp



Klaipeda

Keskkondlik nügimine- valgustus

Kaasamine- fookusgrupid jalgratturitega ja bussijuhtidega



Interreg Baltic Sea Region
the European Union
BATS

Kaasamise ja nügimiste näited BATs projekti partneritelt (3)

Gdynia

Hariduslik nügimine- koolikampaaniad – kombinatsioon üritutest, info jagamisest, mängudest

Sotsiaalne nügimine- suunamudijaga üritus



Kiili

Hariduslik nügimine

Stiimulitel põhinev nügimine

Kaasamine ja infokogumine läbi küsitluse

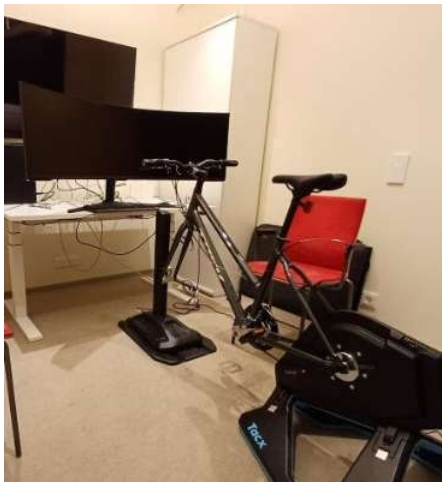


Interreg Baltic Sea Region
Co-funded by the European Union
SMART GREEN MOBILITY BATS

Kaasamise ja nügimiste näited BATs projekti partneritelt (4)

Porvoo

Digitaalsed lahendused- 3D mudel testimiseks
Info kogumine küsitlusestega
Kaasamine läbi elanike paneeli



Umea

Stiimulitel põhinev nügimine- elektrijalgrataste rendiskeem
Kaasamine ja infokogumine läbi küsitluse, elanike paneeli,
testimise sihtgrupiga

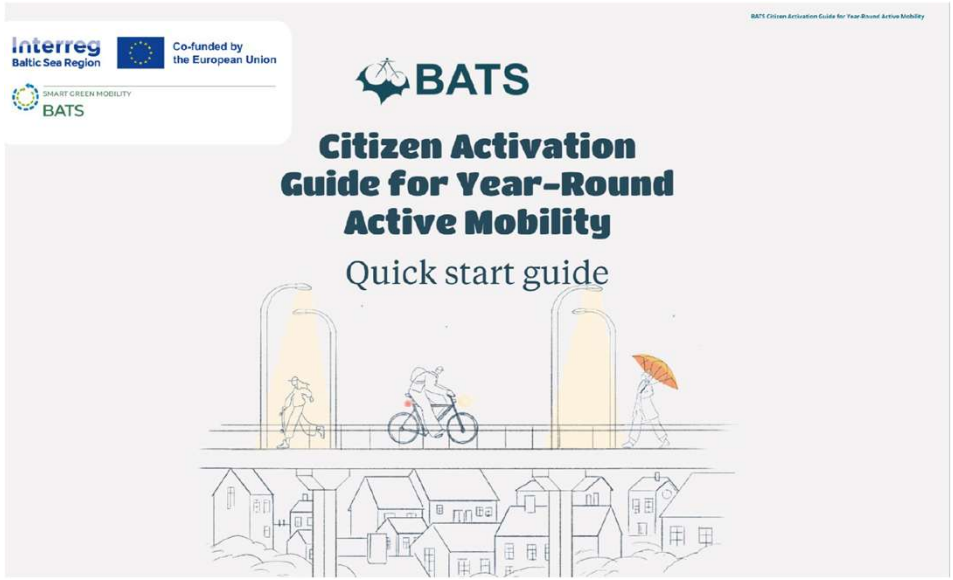


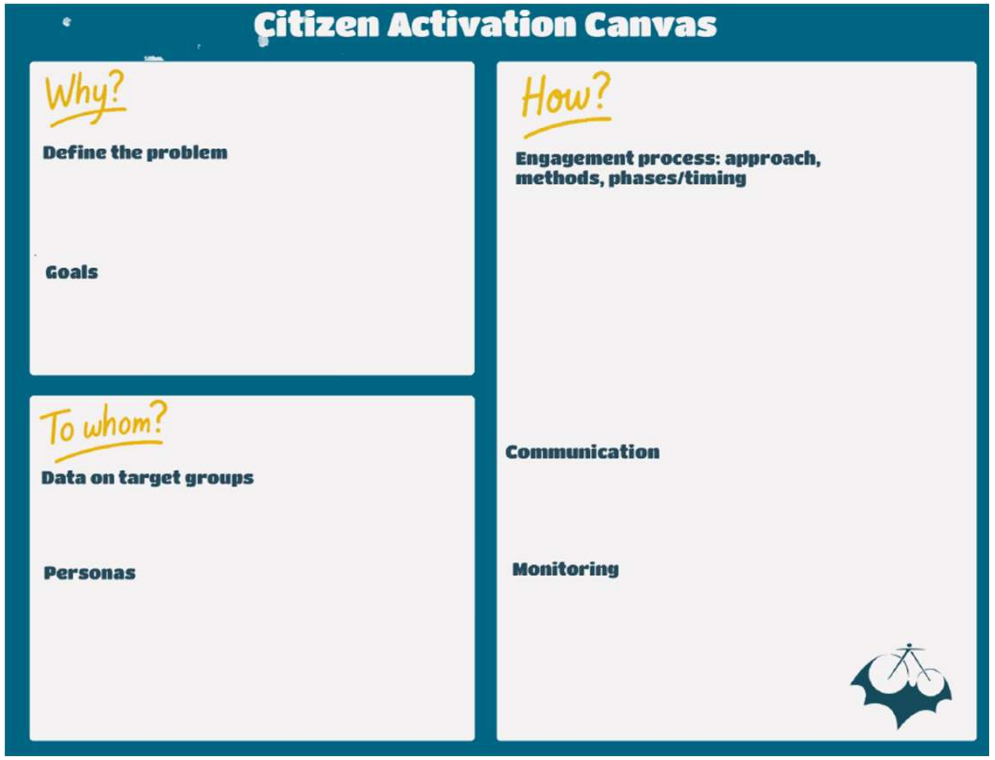


Interreg Baltic Sea Region
Co-funded by the European Union
SMART GREEN MOBILITY
BATS

Lisaks juhistele lühijuhised

Eraldi lühidokument koos lõuendiga





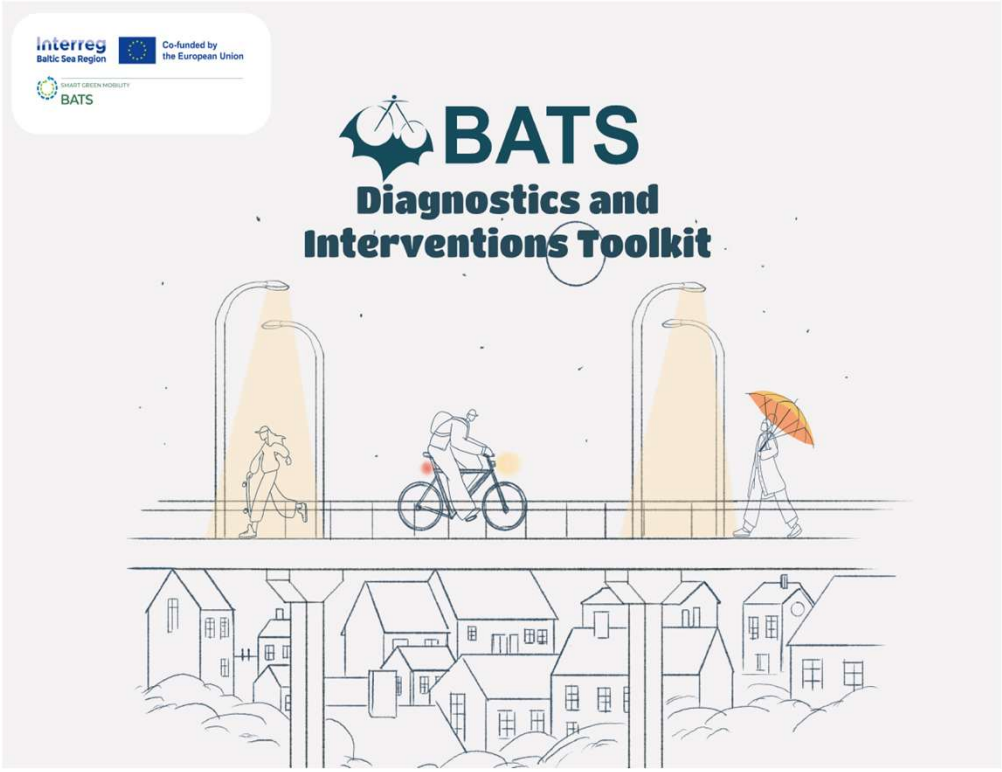
Interreg Baltic Sea Region
Co-funded by the European Union
SMART GREEN MOBILITY BATS

Hindamise ja sekkumismeetmete tööriistakast – Diagnostic and Interventions toolkit

Aalto ülikooli juhtimisel loodud praktiline töövahend KOV-idele ja liikuvusplaneerijatele

Eesmärk

- Strateegilise planeerimise abivahend uuenduslike lahenduste leidmiseks
- Praktilised juhised kaasamiseks ja koosloomeks
- Lõuendid koos juhistega, kuidas süstemaatiliselt alustada probleemide selgitamisest ja lahendusideest jõuda rakendusplaani koostamiseni



Interreg Baltic Sea Region | Co-funded by the European Union | SMART GREEN MOBILITY BATS

https://interreg-baltic.eu/project/bats/#output-0

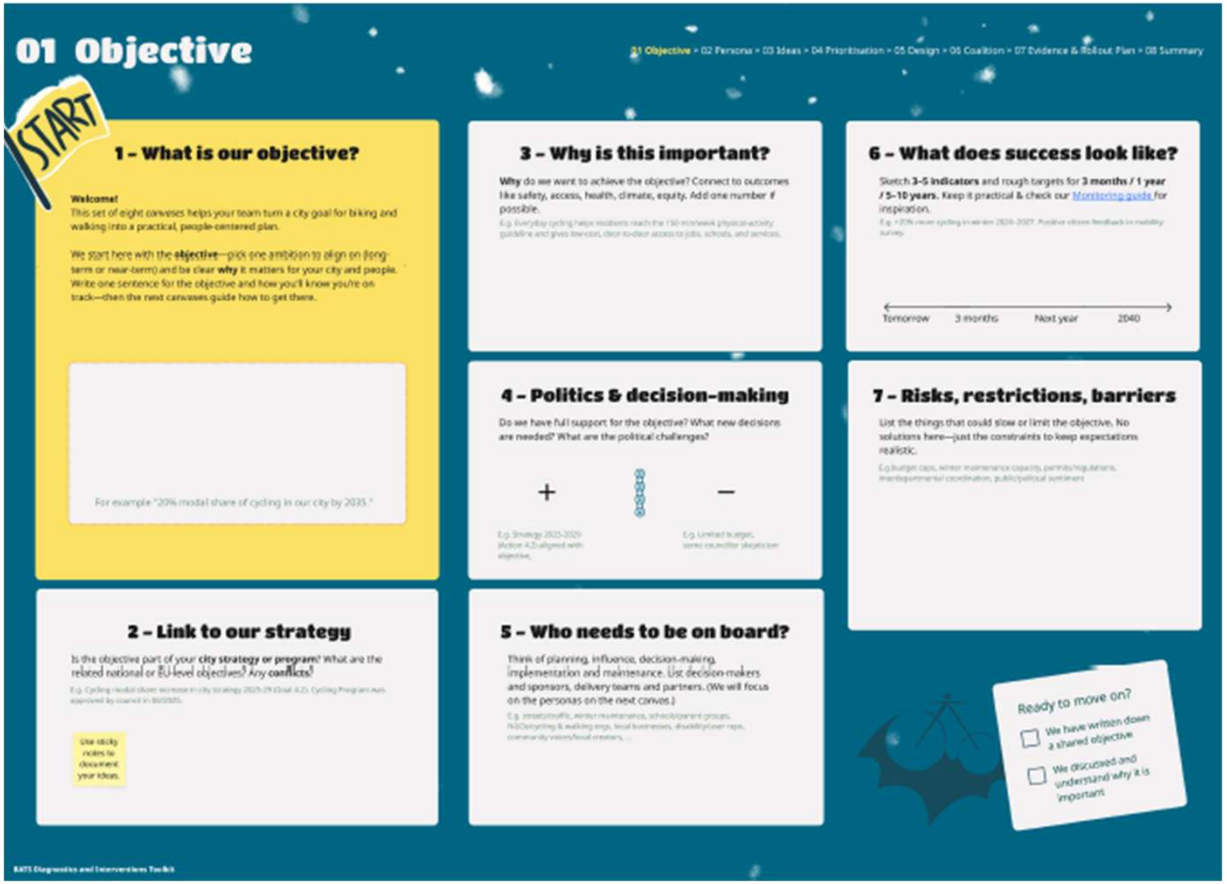
Hindamise ja sekkumismeetmete tööriistakast – Diagnostic and Interventions toolkit (2)

Moodulid

- 8 moodulit:
- Iga mooduli jaoks lõuend abiküsimustega mõtete ja lahenduste arendamiseks ja kirja panekuks.

Eesmärgi seadmine	Persoonade loomine	Ideed lahenduste jaoks	Prioritseerimine
Disain	Heakskiit ja koostöövõrgustik	Tõendusmaterjal ja rakendamine	Kokkuvõte

Interreg Baltic Sea Region
Co-funded by the European Union
SMART GREEN MOBILITY
BATS



Instructions: Canvas 01

Purpose

Align the team on **one objective** and a shared **why** before moving to users, ideas, and delivery.

Inputs (use what you have)

Anecdotes, pain points, a route/map, recent observations or counts, strategic objectives.

How to run (12–20 min)

1. **Draft (2 min):** Everyone writes a one-sentence objective (big or small).
2. **Discuss the WHY (5 min):** Which objective best serves people and the city **now**? Capture the main reason(s).
3. **Choose one objective** and focus on that
4. **Fill in rest of the canvas together. Can be light touch** depending on how much time you have

What's okay to park

Detailed politics, full measurement, and long strategy notes—mark **TBD + who will follow up** so it's intentional.

"Ready to move on?" (1–2 min)

Each canvas includes quick questions to check you've covered the essentials. When they're satisfied here, continue to **Canvas 02: Persona**, keeping your objective in mind.

Hindamise ja sekkumismeetmete tööriistakast – Diagnostic and Interventions toolkit (4)

Kolm juhist/lahendust

Iseseisev harjutus (Solo sprint)
30- 45 minutit esmane harjutus keskendudes ühele probleemile, persoonade loomiseks ja ühe lahenduse välja pakkumiseks

Sissejuhatav töötuba (Starter workshop)
2-tunnine töötuba KOV-i meeskonnale probleemide määratluseks, persoonade loomiseks, ideede välja pakkumiseks

Süvaanalüüs (Deep dive)
Arvestuslikult vähemalt 4-nädalane ja 4 töötoast koosnev protsess lahenduse planeerimiseks koos andmekogumisega, kõigi 8 mooduli läbimine

Interreg Baltic Sea Region
Co-funded by the European Union
SMART GREEN MOBILITY
BATS

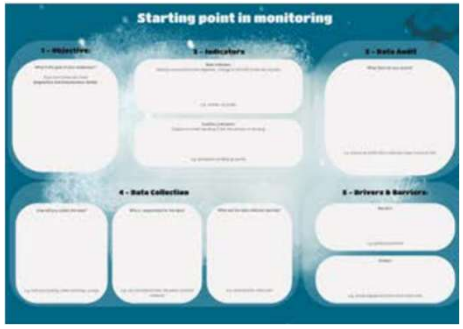
Tegevuste seire

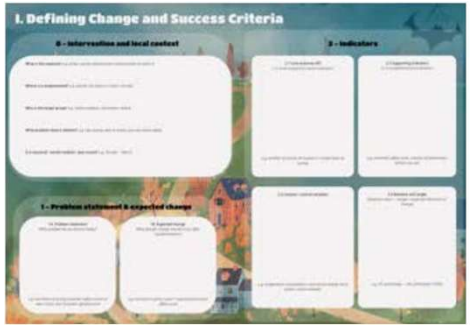
BATS seire juhendmaterjal- *Monitoring Guidance*

Gdanski tehnikaülikooli juhtimisel loodud aktiivse liikuvuse seirejuhend

EESMÄRK

- Juhised aktiivse liikuvuse seireprotessi planeerimiseks, sh võtmenäitajate valikuks, andmekogumiseks ja andmeanalüüsiks, planeerimiseks.
- Juhised ja 4 lõuendit











Interreg Baltic Sea Region | Co-funded by the European Union | SMART GREEN MOBILITY BATS

Töötuba
Persoonade loomine aktiivse liikuvuse edendamiseks

- Jagunemine 8-ks laudkonnaks
- Igal laual üks probleem, juhised ja lõuend
- **Tööülesanne:** olete kohalik töörühm, kelle ülesandeks on soodustada aastaringset aktiivset liikuvust (jalgsi käimist ja jalgrattaga sõitmist) ja vähendada vajadust auto kasutamiseks. Teie eesmärk on mõelda, kuidas paremini arvestada erinevate sihtrühmade vajadusi ning välja pakkuda vähemalt üks lahendus.
- Kasutades BATsi hindamise ja sekkumismeetmete tööriistakastis lõuendit ja juhist loote ühe persoona, määratlete mis takistab ja soodustaks tema aktiivset liikumist ja pakute ühe lahenduse idee, mis aitaks kaasa teie eesmärgi saavutamisele.
- Rühma töö lõpus- üks rühma liige tutvustab lühidalt teie persoonat ja lahendust.

Interreg Baltic Sea Region
Co-funded by the European Union
SMART GREEN MOBILITY BATS

PERSOONA LOOMINE AKTIIVSE LIIKUVUSE EDENDAMISEKS

START

1. PROBLEEM:

2. EESMÄRK:

Millisele osale sellest probleemist soovite keskenduda? Sõnastage üks kindel muutus, mida taotlete.

3. PERSOONA KIRJELDUS

PILT:

NIMI:

VANUS:

HARIDUS:

ELUKOHT:

PEREKONNA KIRJELDUS:

TEGEVUS/TÖÖ:

4. KUIDAS TA PRAEGU RINGI LIIGUB?

Mis liikumisviise ta tüüpiliselt kasutab ja millal?

Mis on tema peamised liikumisteekonnad?

5. LIIKUMISEGA SEOTUD VAJADUSED

Mis on tema jaoks liikumisviisi valikul oluline?

6. MIS TOETAKS TEMA AKTIIVSET LIIKUMIST AASTARINGSELT?

Mis võiks panna teda aastaringselt rohkem jalgsi või jalgrattaga liikuma?

7. MIS ON TEMA JAOKS PEAMISED TAKISTUSED AKTIIVSEL LIIKUMISEL AASTARINGSELT?

Mis teeb tema jaoks aktiivse liikumise keeruliseks või ebamugavaks?

Kas tema soovid või vajadused võivad minna vastuollu mõne teise grupi vajadustega?

8. MÕJUTAMISVIISID

Millal ja kuidas saaks tema liikumisvalikuid mõjutada?

9. IDEED LAHENDUSTE JAOKS:

Pakkuge välja vähemalt üks lahendus, mis aitaks kaasa seatud eesmärgi saavutamisele.

Interreg Baltic Sea Region
Co-funded by the European Union
SMART GREEN MOBILITY
BATS
BATS

Lõuendil küsimused

PROBLEEM

Pange lõuendile kirja probleem, millega teie rühm töötab.

EESMÄRGI TÄPSUSTAMINE

Arutage, millisele konkreetsele osale te probleemi puhul keskendute.

Kuna probleemid on mitmetahulised, siis valige üks kindel muutus, mida soovite saavutada, ja sõnastage selle põhjal eesmärk.

PERSOONA PÕHIKARAKTERISTIKUD

Valige üks sihtrühm (nt lapsed, eakad, tööealised jms) – kes on teie eesmärgi saavutamiseks oluline sihtrühm, kellele te soovite keskenduda.

Kirjeldage ühte selle sihtrühma konkreetset esindajat, sh

- Visualiseerige – kuidas ta võiks välja näha
- Andke talle nimi (õpilane Mati, pensionär Mari, pereisa Jaan)
- Kirjeldage kui vana ta on
- Mis on tema haridus
- Kirjeldage, kus ta elab
- Kui suur ja milline on tema perekond
- Millega ta tegeleb

Interreg Baltic Sea Region
Co-funded by the European Union
SMART GREEN MOBILITY BATS

Lõuendil küsimused (2)

LIIKUMISVIISID

Mis liikumisviise teie persona tüüpiliselt kasutab ja millal?

Mis on tema peamised liikumisteekonnad?

LIIKUMISEGA SEOTUD VAJADUSED

Mis on tema jaoks oluline liikumisviisi valikul?

AKTIIVSET LIIKUMIST TOETAVAD TEGURID

Mis võiks panna teda aastaringselt rohkem jalgsi või jalgrattaga liikuma?

TAKISTUSED AKTIIVSELE LIIKUMISELE

Mis teeb tema jaoks aktiivse liikumise keeruliseks või ebamugavaks?

Kas tema soovid või vajadused võivad minna vastuollu mõne teise kasutajagrupi vajadustega?

MÕJUTAMISVIISID

Millal ja kuidas saaks tema liikumisvalikuid mõjutada?

LAHENDUS

Pakkuge välja vähemalt üks lahendus, mis lähtub teie persoona vajadustest ja takistustest ning aitaks kaasa teie poolt seatud eesmärgi saavutamisele.

KOKKUVÕTE

Vaadake oma rühmatöö tulemused üle

Valige üks rühmaliige, kes tutvustaks teie tulemust: mis probleemi te valisite, teie eesmärk, persoona kirjeldus, tema vajadused ja takistused ja teie pakutud lahendus.

Interreg Baltic Sea Region
Co-funded by the European Union
SMART GREEN MOBILITY BATS