

Hverdagsmotion og friluftsliv i byens landskaber.

Konkrete forslag, der kan forbedre sundheden, friluftslivet og bevægelsesmulighederne i Aarhus by og opland.

Sammenhængende stisystemer, regnvandsbassiner og børneskove i Aarhus kommune

Naturen – den blå og den grønne - er lige udenfor døren i Aarhus kommune. Den er tilgængelig døgnet rundt og skal ikke "bookes". Naturen er rummelig og stiller inden krav. Den er et unikt sanserum med et stort sundhedsfremmende potentiale for alle fra vugge til grav.

Danskerne og århusianerne har i den grad få øjnene op for naturen og friluftslivets værdi her under Corona-pandemien og den sundhedsfremmende adfærd skal vi gerne skabe grobund for fortsætter. Nedenfor er nævnt to konkrete bud på initiativer der kan forbedre sundheden, friluftslivet og bevægelsesmulighederne i Aarhus Kommune.

Sammenhængende stisystemer og regnvandsbassiner:

Et vigtigt skridt mod denne ambition er at arbejde for et sammenhængende stisystem i Aarhus by og opland. Kommunen bør systematisk og strukturelt via en samlet stiplan med tilhørende digital oversigt over alle stimuligheder arbejde for at udbrede kendskab til eksisterende stisystemer, der i dag giver mulighed for at komme ud i og rundt i den bynære og tilstødende natur. Kommunen bør også systematisk arbejde for at fremme nye mulige stisystemer, så århusianerne sikres en tryk og sikker adgang (til fods, på cyklen eller hesteryg) til det grønne og det blå på tværs af kommunen.

Når man trygt og sikkert kan bevæge sig fra A til B og/eller kan "gå en runde", så højner det aktivitetsniveauet og dermed hverdagsbevægelsen hos borgerne i Aarhus Kommune. I relation hertil rummer regnvandsbassiner en stor rekreativ værdi, der kan bringes i spil ved, at man systematisk sikrer en god og sikker adgang til bassinerne med mulighed for at gå rundt om dem, samt "ud i dem" via "badebroer".

Naturoplevelsen i forbindelse med stier og bassiner kan styrkes ved at skabe sociale mødesteder i naturen med opholdsarealer, bålpladser etc. samt ved at højne biodiversitet omkring bassinerne med mangfoldige planter, blomster og træer til gavn og glæde for dyr, insekter og mennesker.

Langs stisystemerne bør man også arbejde med natur, kultur og bevægelsesformidling. Der kan opstilles *naturformidlingsposter* (skilte, QR koder etc.) omhandlende dyr, planter, insekter etc. *Kulturformidlingsposter*, der fremhæver områdets stedsbunde kvaliteter samt *bevægelsesposter*, der inspirerer til leg og aktivitet på "vejen" og på tværs af generationer. Sammenhængende stisystemer vil gøre det muligt borgere med forskellige behov, på tværs af socioøkonomisk forhold og alder at få en tryk og sikker adgang til natur- og friluftsoplevelser, hvorved ulighed i sundhed mindskes.

Børneskove/Børnenatur i Aarhus kommune

De mest populære skove de sidste 10 år er hundeskove. Borgerne lufter deres hunde, store som små, men flere glemmer at "lufte" deres børn og unge. Dertil kommer, at mange

borgere er i tvivl, hvor de rent faktisk må opholde sig. Hvor de må gå og opholde sig i den århusianske natur, om de må gå udenfor stierne, gå i skel, klatre i træerne, bygger huler etc. Ved at etablere Børneskove geografisk fordelt i Aarhus kommune kan man give kommunes børn og unge en synlig mulighed for leg og ophold i skoven, ved vandet og i byens lommer med grønt og blå. Formålet er at gøre det til en selvfølgelighed at lege og opholde sig i naturen, at styrke børns og unges kendskab til natur og friluftsliv samt inspirere de nære voksne – forældre, bedsteforældre, onkler, tanter etc. til at komme derud.

Vi ser, at voksne danskere motionerer i naturen som aldrig før. Samtidig ser vi, at børnene er halvt så meget i naturen, som da vores bedsteforældre var børn. En tendens man med Børneskove/Børnenatur kunne påvirke i positiv retning ved at åbne børnenes og de unges øjne for naturens dyr og planter samtidigt med, at de bevæger sig, er sammen med andre børn/unge og opdager glæden ved at kunne udfolde sig frit. De nære voksne, forældrene, bedsteforældrene, onkler, tanter, vil "genopdage" naturen som en værdifuld arena for leg, bevægelse og fordybelse, som de efterfølgende vil understøtte deres nevøer, børn og børnebørn i at udforske endnu mere i hverdagen, og når familien tager på udflugt.

Man kunne arbejde med at etablere f.eks. 5 hovedskove kaldet fyrtårns-børneskove med faciliteter som madpakkehus, opholdsområde ved vandet og muldtoilet/toilet samt et særligt kendetegn for dem hver især. Vandleg og aktiviteter i den ene, en 1 km balancebane i den anden, træ- og lege skulpturer i en tredje, naturlige musik og lydinstrumenter i en fjerde, outdoor/ungdomspræget aktivitet i en femte etc.

Lokalt initiativ og partnerskaber kan fremmes ved, at man i samarbejde med lokale aktører (familier, skole, dagtilbud, foreninger, fællesråd og organisationer) etablerer satellit-børneskove, hvor private lodsejere med synlig skiltning kunne tydeliggøre, at her var børn og borgere velkomne til hverdagsleg og gode oplevelser i naturen.

Ved at etablere fyrtårns-børneskove med lidt flere faciliteter og små "legestationer", kan det være en udflugts-destination for børnefamilier. Her kan familierne tilbringe en halv til en hel dag og få inspiration til leg, hverdagsbevægelse og samvær, der er overførbare til andre skove og naturområder. Tanken med fyrtårns-børneskoven er også, at mange af de børn og familier, der ikke kommer så meget i naturen (og som vi meget gerne vil have fat mhb. at mindske ulighed i sundhed) har brug for lidt mere konkret inspiration (som fx "lege/aktivitetsstationer") og vejledning (skiltning og formidling) i at få gode oplevelser i naturen.

Børn og unge, der opholder sig og leger af lyst i en skov og naturen, får lov til at udforske naturen på egen hånd og i eget tempo. Dermed får børnene og de unge kropslig erfaring med naturens skiftende årstider ud fra vejret, skovens dyr og planter. Leg, undersøgelser og gode oplevelser i naturen giver sunde, glade, motorisk velstimulerede og naturvante børn og unge, der vokser op som ansvarlige voksne, der kommer til at bruge og beskytte naturen.

Med venlig hilsen

Poul Holm Christensen, Formand for natur og miljø udvalget
Merethe Jelsbak Raundahl, Formand for Harlev Fællesråd