

Dialogmøde Teknisk udvalg

Den 26. april 2021

Sammenhængende stisystemer, regnvandsbassiner og børneskove i Aarhus kommune

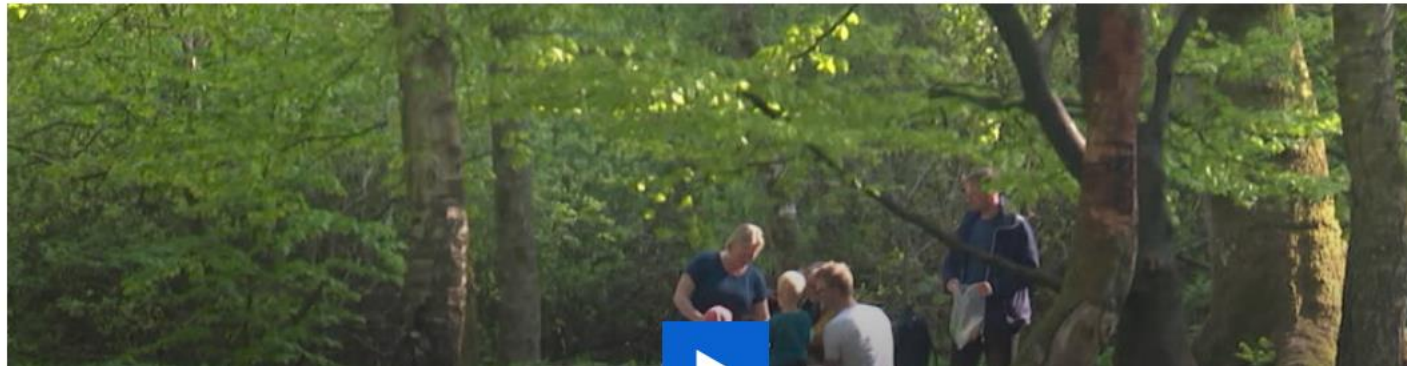
Hverdagsmotion og friluftsliv i byens landskaber

PÅ VEGNE AF NATUR OG MILJØUDVALGET, HARLEV FÆLLESRÅD

SOL STRØMBO HANSEN OG MERETHE JELSBÆK RAUNDAHL

Coronakrisen får os til at indtage den danske natur

Særligt de unge mellem 18 og 35 år har været flittige til at komme ud i naturen, viser undersøgelse.



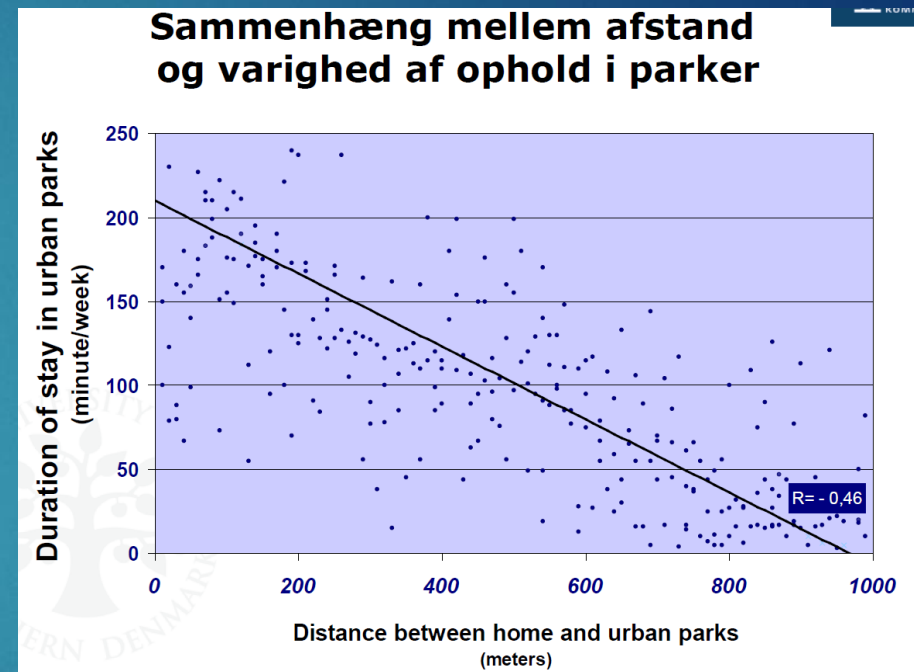
"Coronakrisen har tilsyneladende haft én enkelt positiv bivirkning; vi har i højere grad fået øjnene op for de glæder, som den danske natur byder på.

Kantar Gallup for Friluftsrådet., Feltperiode: Den 23. april – 28. april 2020.

Målgruppe: Repræsentativt udvalgte vælgere landet over på 18 eller derover. Stikprøvestørrelse: 1.019 personer.

Naturen kan noget særligt

- ▶ **Den er lige udenfor døren** – let tilgængelig – "Walk and talk"
 - ▶ Nærhed/proximitet – fremmer fysisk sundhed
 - ▶ Jo tættere man bor på grønne områder – jo længere tid opholder man sig/er man aktiv der
- ▶ **Der er åbent året rundt og lokaler til os alle** – kapacitet – ikke behov for "booking"
- ▶ **Den koster ingenting** – ulighed i sundhed



Naturen kan noget særligt

- ▶ **Den er rummelig** - plads til aktivitet og leg, ro og fordybelse
- ▶ **Unikt sanseligt rum for samvær sammen og hver for sig**
 - ▶ Stimulation (sansning, sikkerhed, tryghed, interaktion) – fremmer mental sundhed
- ▶ **Naturen appellerer til os alle på tværs** af generationer, organisationer, foreninger, afdelinger og forvaltninger, magistrater

Ophold i grønne områder reducerer stress

- 93 % mener, at ophold i grønne områder i sig selv har betydning for deres humør
- Jo tættere på et grønt område folk bor, jo mindre stressede er de.
- Jo oftere folk besøger grønne områder, og jo mere tid de bruger der – jo mindre stressede er de
- Karakteren af de bolignære områder spiller en vigtig rolle.

"Natur og grønne områder forebygger stress" (2005)

Anlæg skaber Adfærd

Sammenhængende stisystemer i Aarhus og opland

▶ Stisystemer:

- ▶ Kommunen bør systematisk og strukturelt arbejde for et samlet stisystem
- ▶ Via en samlet stiplan med tilhørende digital oversigt udbredes kendskabet til eksisterende stisystemer
- ▶ Systematisk udarbejdelsen af nye stier, der sikrer tryk og sikker adgang til det grønne og blå på tværs af kommunen

▶ Formidlingsposter:

- ▶ Naturformidlingsposter
 - ▶ Planter, dyr, insekter
- ▶ Bevægelsesposter
 - ▶ Leg og aktivitet "på vejen" for alle generationer
- ▶ Kulturformidlingsposter
 - ▶ Områdets stedsbundne kvaliteter

Regnvandsbassinet

- ▶ **Regnvandsbassiner rummer en stor rekreativ værdi i bynær natur**
 - ▶ Gå rundt om dem
 - ▶ Gå "ud i dem"
- ▶ **Sociale mødesteder**
 - ▶ Give borgerne mulighed for "ophold" og fællesskaber på tværs
- ▶ **Naturkvaliteter – højne biodiversiteten**
 - ▶ Mangfoldige planter, blomster, træer
- ▶ Nærheden til naturen, tryk og sikker adgang, naturoplevelser på "vejen" og muligheden for ophold og at "gå rundt om" = højner aktivitetsniveauet, hverdagsbevægelse (aktiv transport), borgernes mentale sundhed og trivsel
 - ▶ På tværs af socioøkonomisk forhold og alder – ulighed i sundhed mindskes

Naturen har en helbredende effekt

- ▶ Sund I Naturen
 - ▶ Friluftsrådets har i tæt samarbejde med 10 kommuner fokuseret på at integrere natur og friluftsliv i kommunernes sundhedsindsatser. Evalueret af SDU.
- ▶ Ensomme ældre, kroniske syge, børn med særlige behov (så som overvægt samt sociale og psykiske udfordringer) og borgere med stress, angst eller depression
- ▶ Alle grupperne oplever at have fået det bedre, efter de har været end del af projektet i naturen

"Naturen påvirker deltagerne i en positiv retning i forhold til trivsel, sundhed og livskvalitet"

Børn i naturen

Børn i dag er halvt så meget i naturen som deres bedsteforældre

Paltved-Kaznelson, Celia, Sep. 2009, Natur i generationer, Gallup for Danmarks Naturfredningsforening

Naturen har mistet sin betydning som social arena i børns fritid

- Naturen og udendørs steder er tilsyneladende ikke længere en central social arena i børn og unges hverdagsliv

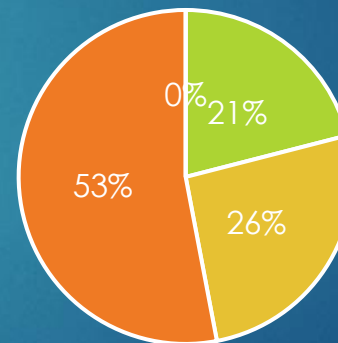
Paltved-Kaznelson 2009; Muñoz 2009, Louv 2008; Skår 2010; Sandberg 2012;

Hvor opholder børn sig i fritiden?

21 % Offentlige naturområder

26 % Private naturområder

53 % Offentlige kulturområder



Stor kønsforskel

Drengene bruger i langt højere grad end pigerne *sports- og idrætsanlæg* i fritiden (64% vs. 38%).

Pigerne derimod kommer oftere end drengene i *haver* (47% vs. 32%), i *parker og grønne områder i byen* (12%) og på *indkøbsgader og pladser i byen* (17%)

Andkjær, Arvidsen, Høyer-Kruse, 2016, NatureMoves, Active Living, Institut for sports and Biomechanics, SDU

Børneskove i Aarhus kommune

- ▶ Formålet er at gøre det til en selvfølge at lege og opholde sig i naturen – den blå og grønne.
- ▶ At styrke børns kendskab til og oplevelser i natur samt inspirere forældre, tanter og bedsteforældre til at komme "derud".
- ▶ **Udvikle og etablere 5 fyrtårns-børneskov**
 - ▶ Faciliteter, madpakkehus/bålhytte, muldtoilet, opholdsareal
 - ▶ Særligt kendetegn
 - ▶ 1 km balancebane, vandleg og aktiviteter, træ- og legeskulpturer, naturlig musik/lydinstrumenter, outdoor/ungdomspræget aktiviteter
- ▶ **Satellit-børneskove**
 - ▶ Forankres lokalt gennem partnerskaber/samskabelse med lokale ildsjæle, foreninger, dagtilbud, skoler, virksomheder etc.
 - ▶ Private lodsejere – synlig skiltning – velkommen til leg og aktivitet



Børneskove i Aarhus kommune

- ▶ Børneskove inviterer børn og unge som gamle til udforskning af naturen
- ▶ Børnene og de unge får kropslige erfaringer med naturens skiftende årstider ud fra vejret, skovens dyr og planter
- ▶ Sunde, glade, motorisk velstimulerede og naturvante børn og unge
- ▶ Inspiration til leg, hverdagsbevægelse og samvær, der er overførbart til andre skove og naturområder
- ▶ Vaner fra barns ben, følger med ind i ungdommen og voksenlivet
 - ▶ Ansvarlige voksne, der benytter og beskytter naturen



Børn i naturen

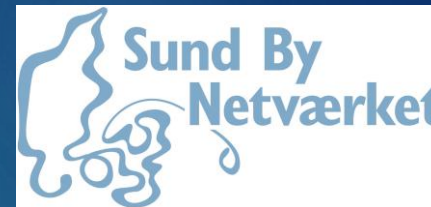
- ▶ Børn, der leger i varierede naturomgivelser, bevæger sig mere, **bliver stærkere, smidigere, mere udholdende og bedre til at koordinere deres krop** (Ejbye-Ernst & Lysklett, 2015)
- ▶ **Leg og ophold i naturen har positiv indvirkning på børns almene sundhedstilstand, antallet af sygedage, vægt og allergi** (Ejbye-Ernst & Lysklett, 2015)
- ▶ **Grønne områder virker stressreducerende på børn** (Szczepanski, 2006; Mygind et al. 2018a)
- ▶ Børn leger **mere varierede og komplekse lege i naturen** (Ejbye-Ernst & Lysklett, 2015)
- ▶ Piger og drenge leger oftere med hinanden i naturen og har **generelt flere relationer både mellem og på tværs af køn** (Ejbye-Ernst & Lysklett 2015; Mygind 2005)
- ▶ **Naturen giver gode muligheder for at understøtte børns psykosociale trivsel, opmærksomhed, selvstændighed og fantasi** (Ejbye-Ernst & Lysklett, 2015; Bølling 2018)
- ▶ **Naturen giver gode muligheder for "risikofyldt leg"**, der blandt andet giver børn positive følelser som glæde, spænding, gys, stolthed og tro på sig selv samt styrker børns evne til risikovurdering og risikostyring (Sandseter, 2015; Ejbye-Ernst & Lysklett, 2015)
- ▶ **Børn, der regelmæssigt undervises i uderummet, er mere motiverede for at lære, så de blandt andet læser bedre og har større ordforråd** (Otte 2017; Mygind 2005)

"Naturen er den samme som altid, den er bare i langt større konkurrence nu, end den har været tidligere!"

Forfatter, journalist og debattør Richard Louv



Naturen i fremtiden



Vi er gode ved naturen og passer bedre på den,
når vi kender til og er trygge ved den



Beskytter – Benytter



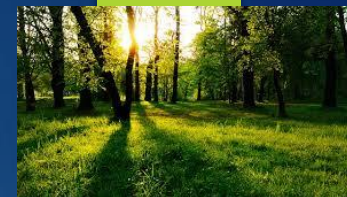
FNs verdensmål !!!

"Verdensmålene er en vision: Et løft fra verdens ledere til alle mennesker; en universel, integreret og transformativ vision for en bedre verden. Verdensmålene er et budskab om en vej til mere værdighed for alle mennesker på jorden. Verdensmålene er ikke kun FNs, men alle menneskers mål. Skal verdensmålene bliver til virkelighed, skal alle mennesker bidrage"

Steen Hildebrandt, Ph.D., professor og adjungeret professor

**Naturen kan være et helende rum,
som vi alle kan vende tilbage til hele livet!**

Fremtiden udfordringer kalder på naturen



- ▶ At indsatser skal ramme bredere/ flere områder og indsatser skal rumme flere metoder
- ▶ At vi arbejder sammen på tværs med interne og eksterne aktører - herunder frivillige, foreninger etc.
- ▶ Samskabelse, fællesskabsledelse etc. skal foregå tæt på borgerne - vi kommer til borgerne i deres trygge lokalområde
- ▶ At indsatserne rammer flere målgrupper, fokusere på det sunde fællesskab og samvær på tværs af generationer ... og hver for sig.

Naturens potentialer på tværs

- ▶ Naturens og friluftslivet sundhedsfremmende potentiale går på tværs og rækker ind i mange forskellige afdelinger og forvaltningsområder.
- ▶ Fra rygestopkurser til stressbehandling, fra anlæggelsen af rekreative områder og naturparker til etablering af cykelstier, fra understøttelse af inklusion i folkeskolen til forebyggelse af ensomhed blandt ældre.

"På et kommunalt niveau bør der være opbakning og økonomisk prioritering til udvikling og nytænkning af sundhedsindsatserne med friluftsliv og natur. Konkret handler det at afsætte ressourcer, økonomiske midler og løntimer specifikt til sundhedsindsatserne, som kan bruges på tværs af forvaltninger. Ledelsen bør generelt bakke op om indsatserne på tværs af forvaltninger, så den enkelte medarbejder ikke føler, at vedkommende står alene i arbejdet"

"NATUREN KAN NOGET SÆRLIGT" Kvalitativ evaluering af Friluftsrådets projekt Sund i Naturen

*”Vi ser alle for meget på naturen
og lever for lidt med den”*

Oscar Wilde



Relevant forsknings- og program oversigt:

- ▶ Naturen bidrager til folkesundhed: https://www.idan.dk/nyhedsoversigt/nyheder/2019/b242_naturen-bidrager-til-sundhedsfremme/
- ▶ NatureMoves har som hovedmål at fremme børn og unges aktive udeliv og friluftsliv i natur og landskab: https://www.sdu.dk/da/om_sdu/institutter_centre/iob_idraet_og_biomekanik/forskning/forskningsnyheder/active_living/forskningsprojekter/naturemoves
- ▶ Viden om friluftsliv og folkesundhed: <https://friluftstraadet.dk/viden-om-friluftsliv-folkesundhed>
- ▶ Inspiration til Sundhed og friluftsliv: <https://friluftstraadet.dk/inspiration-til-sundhed-friluftsliv>
- ▶ P1's nye programserie: <https://www.dr.dk/radio/p1/naturen-kalder>
- ▶ Center for Børn og Natur: <https://centerforboernognatur.dk/>
- ▶ Børn er for lidt i naturen: <https://www.dn.dk/nyheder/ny-undersogelse-born-far-alt-for-lidt-natur/>
- ▶ Sund By Netværket, Natur, udeliv og sundhedsfremme, Oplæg på Christiansborg, Merethe Jelsbak Raundahl; https://friluftstraadet.dk/sites/friluftstraadet.dk/files/media/document/2018-05-02_naturen-som-arena-for-sundhedsfremme-og-forebyggelse_friluftstraadets-konference-paa-christiansborg_endelig_link-til-film.pdf
- ▶ Nyhed om natur, sundhed og børn: <https://www.dr.dk/nyheder/regionale/fyn/forskning-naturen-opleves-lindrende-syge-og-ensomme>

TAK for ordet 😊

På vegne af Natur og Miljøudvalget, Harlev Fællesråd

Sol Strømbo Hansen

Udvalgsmedlem

&

Merethe Jelsbak Raundahl

Formand for Harlev Fællesråd

Mail: mjraundahl@gmail.com

Telefon: 20919905

