

Videnskabeligt møde om  
Fysisk planlægning – fysisk aktivitet og sundhed  
Rigshospitalet, Auditorium 2, Blegdamsvej 9, 2100 København Ø

**Byens grønne områder – en vigtig ressource for befolkningens fysiske udfoldelse**  
ved Professor i Parkforvaltning,  
Thomas Barfoed Randrup, *Skov & Landskab*, KVL

**Abstrakt**

Byens grønne områder omfatter alt fra små beplantede arealer til designede parker, sport- og legepladser, torve og pladser, søer, vandløb og bynære skove. Byens rekreative, grønne områder er således komplekse landskaber, der varierer i størrelse, udbredelse, udtryk, form og funktion, og som bidrager til bysamfundets helhed med en række forskellige funktioner og værdier. I Europa skønnes det at op imod 80% af befolkningen bor i byer, og der er tendens til at flere og flere børnefamilier bosætter sig i byerne. I forbindelse med at flere og flere mennesker bor i byområder får også brugen af de grønne områder som rekreative elementer en stadig mere afgørende betydning.

Byens grønne områder bidrager med en række væsentlige værdier. Mange af disse kan opgøres naturvidenskabeligt, så som luftrensende effekter i form af partikel- og støvoptag. Træer er skyggeskabende og klimaforbedrende i form af læ- og temperaturmoderende. Under danske klimastrøg er der dog fortsat bred enighed om at de grønne områders primære betydning er i forhold til rekreative forhold, som f.eks. grundlag for afstressende aktiviteter i en i øvrigt stadigt mere stressende hverdag. Stress and stress-relaterede sygdomme som udbrændthed, søvnløshed, træthed, depressioner, osv. skønnes at være i stigning blandt såvel voksne som børn i den vestlige verden.

Det er dokumenteret at alene udsigten til grønne områder kan mindske hospitalpatienters medicinforbrug og indlæggelsesperiode. Afstanden til de grønne områder er afgørende for brugen af disse. Derfor er parkforvalterens rolle i denne forbindelse tosidig: a) der skal skabes og plejes urbane grønne områder der er attraktive, og som tilfredsstillende de mange forskellige behov forskellige befolkningsgrupper må stille til forskellige typer af arealer, og 2) der skal skabes sammenhæng mellem de forskellige tilbud der leveres. Denne sammenhæng skal forstås fysisk, således at der ikke skal gås langt i skridt for at kunne få tilfredsstillet rekreative, mentale behov for fysisk udfoldelse og afstressende aktiviteter i byens grønne områder.

Forskningsmæssigt er vi i Danmark ved at opbygge ekspertise indenfor grønne områder og relationen til befolkningens helbredstilstand. Det bør fortsat være således at sundhedsvidenskaben dokumenterer effekter af fysisk aktivitet, og betydningen heraf, men samspillet med forskning indenfor urbane grønne områder synes oplagt, således at behov for-, brug af og udtryk i parkerne kan optimeres til gavn for befolkningens samlede helbredstilstand.