

## Grønn trivsel!



Grøntområder omfatter alt fra offentlige og private parkanlegg, grønne korridorer, fellesarealer mellom boligområder, bakgårder, privathager, smett og hundremetersskoger.

Begrepene helse, trivsel og velvære brukes ofte om hverandre. God helse og trivsel kan, ved siden av faktisk sykdom, defineres som hvordan den enkelte mestrer livet og hverdagens utfordringer. Begrepet velvære betegnes som en tilstand av tilfredshet, glede, god helse og velstand. Som en samlebetegnelse benyttes ofte «folkehelse» for disse begrepene.

Å bevare eller skape grønne nærområder er gjennom forskning vist å være et viktig folkehelseiltak. Slike områder kan bedre folkehelsen ved å bidra til økt trivsel og livskvalitet. Gode grøntområder skaper ofte sosiale møteplasser for omkringliggende boligområder. Større grøntområder og grøntdrag som forbinder ulike mindre grønt- og utmarksområder innbyr ofte til fysisk aktivitet eller ganske enkelt til «å komme seg ut». De virker ofte stressdempende og reduserer også negative effekter ved luftforurensning, støv og støy. Gjennom disse mekanismene bidrar grøntområdene til å fremme helse og forebygge sykdom.

Et viktig moment ved gode og tilgjengelige grøntområder er at de ikke ligger for langt unna hjemmet, eller for den saks skyld barnehagen, skolen og arbeidsstedet. Bruken av grøntområder avtar raskt med økt avstand. Tilgjengelige og tilrettelagte grøntområder fungerer også som åpne sosiale møteplasser hvor folk treffes og kan skape relasjoner. I sum kan dette altså fremme fysisk og psykisk helse og forebygge sykdom.

Tilgjengelighet er avgjørende for at grøntområder skal bli brukt. For lekeplasser er det særskilt viktig at de nås på en trafiksikker måte. Ofte oppnås dette ved gode grøntdrag som ligger som snarveier gjennom boligområder og binder områder sammen.

Med dagens behov for økt arealutnyttelse må det bygges tett og arealeffektivt. Grøntområdene kjemper ofte en tøff kamp opp mot andre arealformål. I det enkelte utbyggingsprosjekt kan det være vanskelig å se den framtidige helhetlige gevinst med å tilrettelegge for gode park og lekeplasser i våre tettsteder.

Årnes som kommunesenter er området i Nes med mest press på grøntområder. Kommunesenteret er i en tidlig urbaniseringsfase med et stort behov for å avsette arealer til allment tilgjengelig møteplasser og grøntområder.

Til høsten skal Nes kommune i gang med revidering av kommunedelplan for Årnes. Denne planen skal danne grunnlag for videre utvikling av Årnes. I denne prosessen bør de grønne og helsefremmende lungene inngå som et viktig tema for diskusjon. Erfaringene fra denne prosessen vil kunne overføres til de andre grendene i kommunen.

I tillegg til å påse at det opprettes nye gode grøntområder må vi sammen passe på at de arealene som allerede er avsatt til disse formålene opprettholdes og forvaltes på en god måte. Dette slik at de opprettholder sin funksjon som gode møteplasser for innbyggerne i Nes kommune.

God sommer og nyt det grønne hverdagslandskapet!  
Tiril Wormdal Selboe, Thor Albertsen og Camilla Smedsrud, planrådgivere

