2. Bruken av marka

2.1 Oppslutninga om friluftsliv

Store deler av befolkninga har et aktivt forhold til marka og aktiviteter der. For mange er markaturene og muligheten til å komme seg ut i marka en grunnleggende livskvalitet. Mange finner her ro i en hektisk hverdag eller variasjon i en ensformig livssituasjon. Marka er viktig for mange menneskers trivsel og psykiske helse.

Det finnes en rekke undersøkelser som bekrefter at oppslutninga om friluftsliv og markabruken er stor og de forklarer hvilke verdier og prioriteringer som ligger til grunn for den store oppslutninga. Resultater fra noen undersøkelser refereres her. Det vises ellers til St.meld. nr. 39 (2000-2001) Friluftsliv – Ein veg til høgare livskvalitet, internettadresse: *www.odin.dep.no/md/*. Her er flere undersøkelser referert, mens nettstedstidsskriftet UTMARK med internettadresse: *www.utmark.org* refererer nyere undersøkelser.

En så stor andel som 80 – 90 % av befolkninga har drevet med friluftsliv eller en annen form for utendørs fysisk aktivitet i løpet av et år. Men det er en stor andel av disse, ca 1/3, som likevel må betegnes som inaktive. Omtrent 50 % av befolkninga er på tur i nærmiljøet minst en gang i uka, og ca 15 %



Vatn og vassdrag er attraktive for friluftslivet i marka på mange måter.

"Hverdagsfriluftslivet" – en viktig del av friluftslivet

Typiske aktiviteter innen det folk oppfatter som sitt hverdagsfriluftsliv er kortere turer til fots, sykkelturer og idrettsrelaterte aktiviteter. At folk kommer seg ut jevnlig betyr svært mye for befolkningas helse og trivsel. Og det bidrar til å rekruttere til annen friluftslivsaktivitet. Det aktiviserer folk på årstider da mange er inaktive. Og det aktiviserer grupper av befolkninga som det er særlig viktig er fysisk aktive, som eldre mennesker og barn og unge.

"Hverdagsfriluftslivet" = det dagligdagse friluftslivet som oftest foregår i nærheten av hjemmet. Turer til og fra arbeid eller skole eller turer for å handle regnes ikke med.

Definisjon i Østlandsforsknings rapport 02/2000.

er så godt som daglig ute på tur. Det er mange undersøkelser som bekrefter dette hovedbildet.

Undersøkelsen **"Norsk friluftsliv – på randen av modernisering?"**, Østlandsforskning, 2000, med Trøndelag som studieområde, bidrar til å få fram mer kunnskap om oppslutninga om "hverdagsfriluftslivet". Undersøkelsen bekrefter den store oppslutninga om friluftslivsaktiviteter som korte spaserturer (ca 90 % av befolkninga har siste år vært på korte spaserturer), fotturer (ca 75 %), skiturer (50 - 80 % avhengig av alder) og bær og sopptur (50 - 75 % avhengig av alder). Så mange som ca 90 % har drevet med en eller annen form for friluftsliv i løpet av et år. Den bekrefter også at selv om antallet som har drevet med en aktivitet i løpet av et år er stort, så varierer aktivitetsnivået mye. De aktiviteter folk ser på som "hverdagsfriluftsliv" kan representere langt over halvparten av samlet antall aktiviteter.

"En undersøkelse om bruken av Byfjellene i Bergen" Bergen Turlag, 2002, viser at nær 70 % av de som bruker Byfjellene, gjør det så ofte som daglig eller ukentlig. Så mange som 40% av brukerne kommer til Byfjellene ved å gå heimefra, et tilsvarende antall bruker bil.



70 % av dem som bruker Byfjellene i Bergen gjør det daglig eller ukentlig. Så mange som 40 % kommer seg ut ved å gå heimefra. Nyanlagt sti i nærterrenget til Bergen, Skomakerdiket på Fløyen. Foto: Bergen Kommune.

Muligheter for friluftsliv – et verdifullt gode

Å ivareta markaområdene kan også være viktig for kommunen i forbindelse med reiseliv og turisme og som attraksjon for nye innbyggere.

Å ha mulighet til å drive friluftsliv i nærmiljøet betyr mye også for dem som ikke er så aktive. Langt flere enn dem som er aktive markabrukere, framhever at de anser det å bo nær marka å være en viktig kvalitet ved stedet de bor. Beliggenhet nær marka framheves ofte som en kvalitet i boligannonser, sammen med nærhet til butikk, skole osv.



2.2 Motivene for å drive friluftsliv

Undersøkelser av nordmenns motiver for å gå på tur viser at over halvparten av turgåerne setter pris på å oppleve dyrelivet på nært hold og å oppleve blomster og trær. Forskning viser at naturopplevelser virker positivt på humør og stemninger, og gir mentalt velvære.

I tillegg til naturopplevelser er stillhet og ro en viktig faktor, i følge en undersøkelse fra Oslomarka:

Også andre undersøkelser understreker betydninga av stillhet. Flere undersøkelser, blant dem " Norsk friluftsliv – på randen av modernisering?", viser at å oppleve stillhet og ro er det viktigste motivet for å gå på tur. Befolkninga i byer og tettsteder er de som legger størst vekt på stillhet når de er på tur.

Forskningsprosjektet "**Naturen som læringsmiljø**", Høgskolen i Telemark, 1993 – 2000, viser at barn som får leke i naturen utvikler seg positivt på en rekke områder, sammenlignet med barn som ikke leker i naturpregete områder.

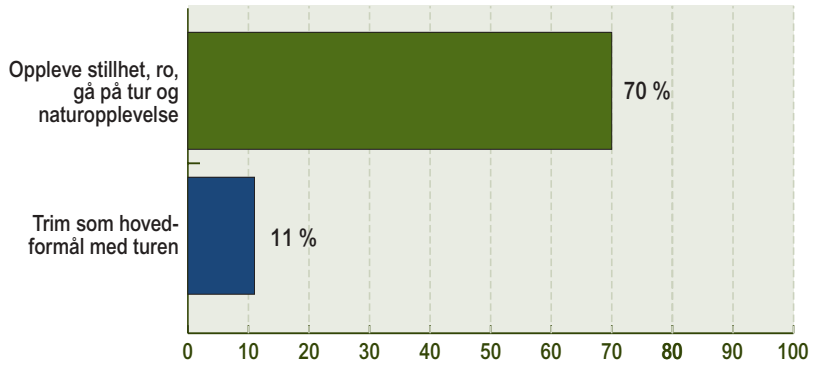
De utvikler bedre:

- egenskaper som:
  - balanse og koordinasjon
  - rom- og retningssans
  - konsentrasjon
  - kreativitet
  - samarbeidsevne
  - mestringsevne
  - evne til å ta utfordringer
- helse, som bl a gir
  - mindre sykefravær,
  - større trivsel og
  - større produktivitet osv.
- trygghet i naturen

Barn blir glade av å være i naturen. Dette påvirker trolig deres holdning til naturen videre i livet.

Ut fra den betydning naturen har som arena for læring og holdningsskaping skal, i følge læreplanen for grunnskolen, naturen i større grad tas i bruk i undervisninga. Naturen skal brukes både til læring og fysisk aktivitet, og elevene skal bli glade i og bidra til å ta vare på naturen. Også rammeplan for barnehager legger vekt på økt bruk av nærområdene og at barna skal bli glade i å ferdes i naturen.

Formålet med bruken av marka – brukernes vektlegging:





Uteskole gir barn erfaring, trygghet og forståelse for naturens verdier.



For mange mennesker er markaturene og muligheten til å komme seg ut i marka en grunnleggende livskvalitet.

2.3 Friluftsliv, marka og folks helse

I friluftslivsmeldinga (St.meld. nr. 39 (2000-2001) Friluftsliv – Ein veg til høgare livskvalitet) står det:

"... Friluftslivet er eit velferdsgode som skal sikrast og fordelast jamt i befolkninga som eit bidrag til god livskvalitet, auka trivsel, betre folkehelse og ei berekraftig utvikling. Å utøve friluftsliv skaper interesse for kvaliteten i våre utendørs omgivnader. Slik auka medvit er ein føresetnad for ei berekraftig forvaltning av den norske natur- og kulturarven..."

Markaområdene ved byer og tettsteder, evt. sammen eller i kombinasjon med grønnstruktur og nære kulturlandskapsområder, gjør at det de fleste steder er gode nære muligheter og lettvint for mange å drive jevnlig fysisk aktivitet ute. Mange undersøkelser slår fast at friluftsliv og uteaktiviteter gir bedre helse. Jevnlig fysisk aktivitet, også med moderat intensitet og varighet, bidrar til betydelig bedret helse og livskvalitet. Dette bidrar til at folk blir mer opplagte og mindre borte fra jobb og skole. Med dette øker også produktiviteten. Bedre helse i befolkninga reduserer også behovet for en rekke helsetjenester. Dette er igjen avgjørende for å kunne holde nede store samfunnskostnader over helse- og sosialbudsjettene. De grupper som fra før er inaktive eller har liten aktivitet er de viktigste målgruppene å få aktivisert.

Sosial- og helsedirektoratets avdeling for fysisk aktivitet har mye informasjon om dette. Denne informasjonen er tilgjengelig på deres internettsted www.sef.no og www.shdir.no.

I et "bærekraft-perspektiv" er det, i tillegg til friluftslivets helsemessige betydning, også stadig viktigere å fremme friluftsliv som alternativ til en konsumorientert og stressende hverdag og anleggs-, utstyrs- og prestasjonspregede fritidsaktiviteter og for å få befolkninga til å forstå og identifisere seg med hvor viktig det er å ta vare på naturen som vårt livsmiljø.

2.4 Presset på markaområdene

Det er et stort press på arealer og ressurser i markaområdene. Det er generelt knapphet på utbyggingsarealer ved byer og tettsteder. Samtidig vil marka inneholde verdifulle skogressurser. Utbyggings- og utnyttingspress er derfor en gjennomgående utfordring for markaområdene som en følge av dette:

- Utbygginger :
  - boligområder
  - idrettsanlegg
  - hytteområder
  - omdisponering av hytter til boliger
  - industri og næringsområder
  - veger
  - mm.
- Anlegg:
  - kraftledninger,
  - massetak,
  - mobiltelefonmaster
  - mm.

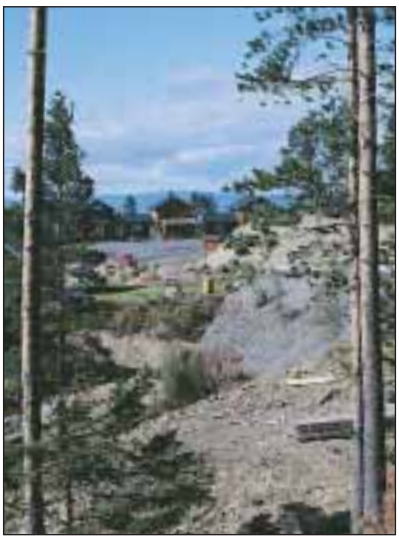


Sosial og helsedirektoratets avdeling for ernæring og fysisk aktivitet har gitt ut mange råd om fysisk aktivitet og helse. Disse utdragene er fra deres brosjyrer "Vekt & helse" og "Mat og mosjon i hverdagen". Jf. ellers Internettstedene www.sef.no eller www.shdir.no og tlf.: 22 24 90 61.

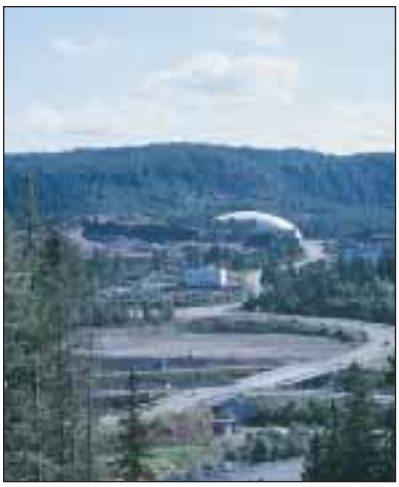
- Landbruksvirksomhet
  - skogsdrift
  - utkjøring av tømmer og skogsvegutbygging
  - grøfting og markbearbeiding
  - foryngelse
  - bygging av skogshusvære
  - bygninger og innretninger for "nye næringer"
  - mm.

I 1991 gjennomførte NIBR en undersøkelse av 10 bynære turområder. Undersøkelsen fra den gang viste at interessemotsetninger mellom friluftsinteresser og skogsdrift var de vanligste konfliktene i marka. Disse konfliktene var primært knytta til de landskapsforandringer flatehogst og bygging av skogsveger innebærer.

Utbygginger og omgjøringer og press for utbygging i randsonene ga opphav til de fleste "alvorlige" konfliktene i følge undersøkelsen. Tekniske inngrep som bygging av idrettsanlegg, veger, kraftledninger, massetak og lignende inngår også i denne kategorien. Mens f.eks. flatehogster gir langvarige endringer i marka, innebærer utbygginger i praksis irreversible reduksjoner av markaområdene.



Det er et press på markaarealene for å dekke behovet for boliger.



Markaarealer og sammenhenger fra bebyggelsen til marka er mange steder presset av behovet industriarealer og omkjøringsveger.



Store hogstflater og veginngrep preger landskapet. Det er ofte lettere å få til en naturtilpasset hogst enn en god løsning for uttransport av tømmeret. Ønsket om bygging av nye skogsveger utgjør et alvorlig press i mange markaområder.



Nærområdene i marka, som er de aller viktigste for mange menneskers daglige turer, er presset av "mange gode formål", som barnehager, ulike institusjoner, skoler og mange typer idrettsanlegg.

Referanser til kapittel 2:

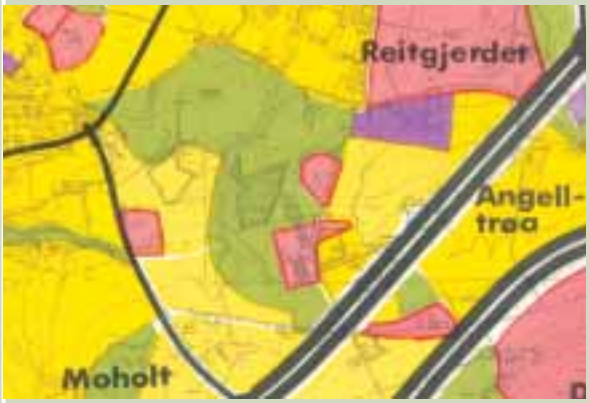
- *Bergen Turlag, 2002. En undersøkelse av bruken av Byfjellene i Bergen.*
- *Bodø kommune, 1999. Plan for Bodømarka,*
- *Den norske turistforening, Fjell og vidde, nr 1-2000.*
- *Direktoratet for naturforvaltning, 1997, Grønnstrukturen i miljøbyprosjektet. Helse i hvert gresstrå.*
- *Fjørtoft, Ingunn, Høgskolen i Telemark Avdeling for lærerutdanning, Naturen som læringsmiljø, Motorisk utvikling gjennom allsidig bevegelsesleik i naturen. En undersøkelse av 6-åringer i barnehagen, 2000.*
- *Langmyhr, Tore, 1991. Bynære turområder – planbehandling i to norske kommuner. Norsk institutt for by- og regionforskning. Notat 1991: 130.*
- *Norling, Ingemar, 2001, Rekreation och psykisk hälsa, Sahlgrenska Universitetssjukhuset, Göteborg.*
- *Skiforeningen og Oslo og omland friluftsråd, 1999. Vi vil gjerne at en million mennesker bor i Marka ...*
- *Sosial og helsedepartementet (SHD), Barn i bevegelse, tverrsektorielt informasjonsprosjekt under ledelse av SHD, 1996-98. Tema: Naturen forbedrer barna. Internettadresse: http://odin.dep.no/odinarkiv/norsk/dep/shd/1999/publ/030005-990234/index-dok000-b-n-a.html.*
- *Statistisk sentralbyrå, Levekårsundersøkelsen 2001.*
- *Vorkinn, M., 1999. Synspunkter på støy i friluftsområder. Østlandsforskning. Særtrykk.*
- *Vorkinn, M. m.fl. Norsk friluftsliv – på randen av modernisering? Østlandsforskning. ØF-rapport nr. 02/2000.*
- *Teigland, J., 2000. Nordmenns friluftsliv og naturopplevelser. Et faktagrunnlag fra en panelstudie av langtidsendringer 1986-1999. Vestlandsforskning. VF-rapport 7/00.*

Nærmarka, grønnstrukturen og de mange gode formål

Nærområdene i marka og grønnstrukturen i byggesonen er ikke bare presset av "klassiske" utbyggingsformål som veger, boligområder, næringsområder osv. og de mange mindre utbygginger som skjer langs kantene. Når en ser på endringene over tid er slike områder åpnet for "mange gode formål". En kan lese ganske like "inngrepshistorier" av utviklinga for store grøntdrag i byer som Stockholm, Oslo og Helsinki og det samme mønsteret i ulike mindre formater i de fleste byer og tettsteder. Å se på grønnstruktur og nærmark som "arealer til disposisjon" for mange formål har løst noen lokaliseringsbehov, men har bit for bit redusert og klippet opp opprinnelig store og innholdsrike grøntområder til delområder og restområder mellom de gode formål.

Eksempel: Et stort grøntområde i en bydel

En gjennomgang av et stort grøntområde i en av Trondheims bydeler kan illustrere en vanlig utviklingshistorie for et område i grønnstrukturen.



Generalplan fra 1967



Kommuneplan 2001-2012



Turdrag, hovedmønster

Området ble avsatt som grøntområde i samarbeidet mellom de senere sammenslåtte kommunene i grunnutnyttingsplanlegginga allerede på 1950-1960-tallet. Området ble avsatt i tråd med den tids byplanidealer. Det skulle både være et stort nærtur- og aktivitetsområde for bydelen og utgjøre en del av en omfattende grønnstruktur med turdrag fra boligområdene til marka. Området har delvis vært dyrka, men også vært leirtak for et teglverk som var i drift fram til 1960-tallet.

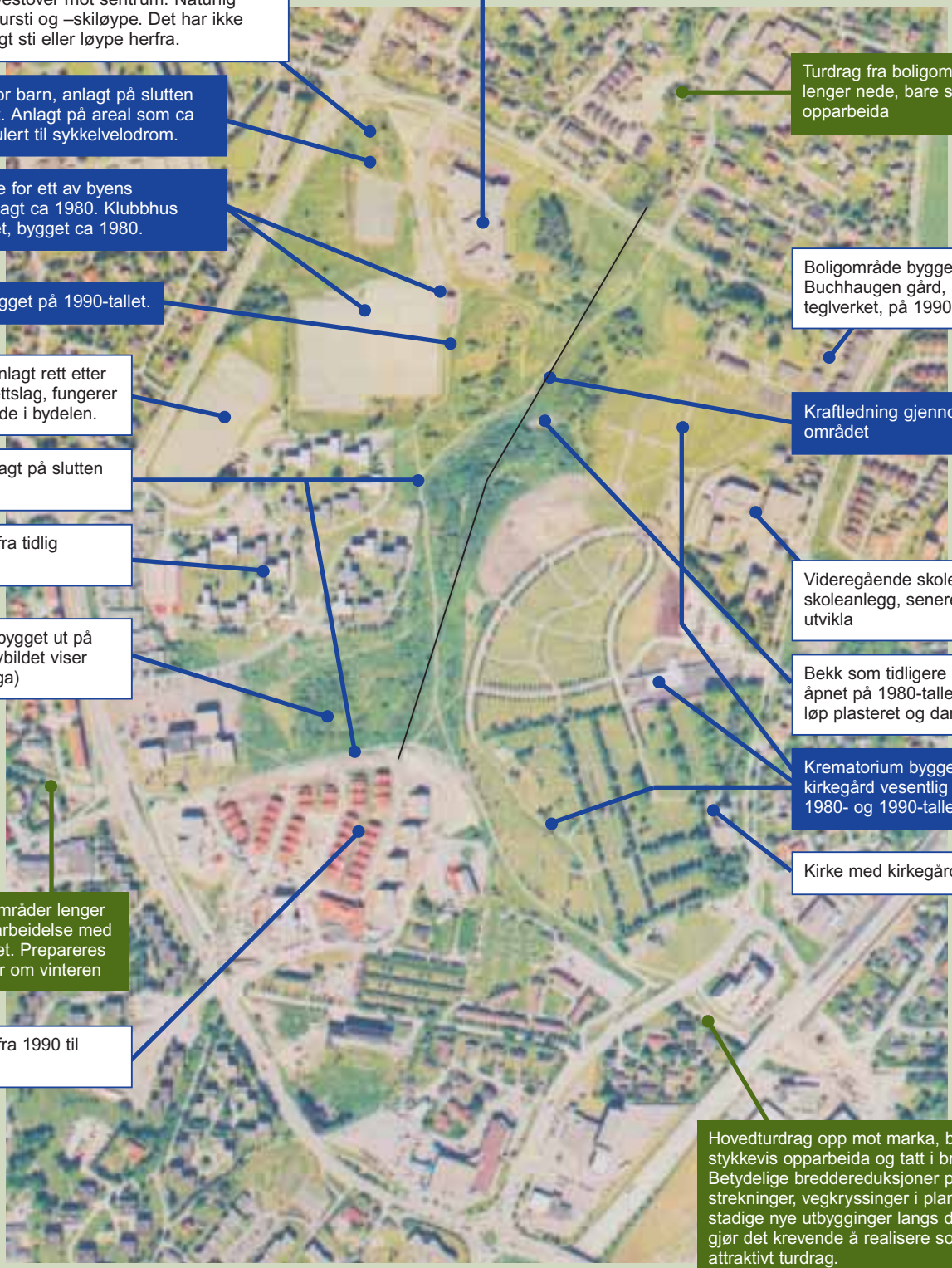
Generalplankartet fra 1967 viser et stort friområde (friarealer, park) avsatt.

En idrettsplass nordvest i området er fra rett etter krigen. Boligblokkene i samme område ble bygget ut på 1970- tallet. Da kom også vegen i nordvest. Området ble utvikla med noen turstiforbindelser i siste del av 1980-tallet. Utbygginga av boliger på sør og vestsida har skjedd fra slutten av 1990-tallet.

Ulike inngrep og utbygginger til "grønne" utbyggingsformål som kirkegård, fotballbane, klubbhus, trafikkbane og skole har kommet over mange år fra 1980-tallet. Anleggene er etablert i tråd med reguleringsplaner. De mange "grønne" bruksformål har på denne måten splittet opp det gjenværende området og begrenser muligheten for å etablere viktige tursti- og løypepunkter og -sammenhenger. Grøntområdets muligheter som nærturområde eller naturpark hadde i utgangspunktet større utviklingsmuligheter enn det har i dag.

Kommuneplanens arealdel for 2001-2012 for Trondheim kommune viser, sammenlikna med generalplankartet fra 1967, at grøntområdene opp gjennom årene er vesentlig redusert. Plankartet viser i tillegg utviklingspotensialet for å styrke de sammenhengende turdrag mot marka og andre grøntområder i bydelen.

Dette er et eksempel på utviklinga av et større grøntområde der en overordna og helhetlig vurdering av områdets funksjon som nærturområde og del av en sammenhengende grønnstruktur burde foreligget som grunnlag for avveininger av om ulike bruksformål burde legges hit og evt. hvordan de kunne legges inn. Mangel på tilrettelegging for bruk som nærturområde kan i utgangspunktet ha gitt området status som "ikke i bruk" og "ledig for utbygging". Området har fortsatt forutsetninger for å bli et godt sammenhengende større grøntområde med god tilrettelegging, der bl.a. aktuelle sammenhengende turdrag ivaretas. Kartet på neste side viser noe av områdets utviklingshistorie.


Barneskole, anlagt i grøntområdet på slutten av 1990-tallet
Nærmeste punkt i grønnstrukturen og kontakten mot marka for konsentrerte boligområder nordover og vestover mot sentrum. Naturlig startsted for tursti og –skiløype. Det har ikke vært tilrettelagt sti eller løype herfra.
Turdrag fra boligområder lenger nede, bare stykkevis opparbeida
Trafikkbane for barn, anlagt på slutten av 1990-tallet. Anlagt på areal som ca 1980 ble regulert til sykkelvelodrom.
Fotballområde for ett av byens idrettslag, anlagt ca 1980. Klubbhus for idrettslaget, bygget ca 1980.
Boligområde bygget ut ved Buchhaugen gård, sete for teglverket, på 1990-tallet.
Mobilmast bygget på 1990-tallet.
Idrettsplass anlagt rett etter krigen for idrettslag, fungerer som ballområde i bydelen.
Kraftledning gjennom området
Gangstier anlagt på slutten av 1980-tallet
Boligområde fra tidlig 1970-tall.
Videregående skole, eldre skoleanlegg, senere videreutvikla
Boligområde bygget ut på 2000-tallet (flybildet viser ikke utbygginga)
Bekk som tidligere lå i rør åpnet på 1980-tallet. Bekkeløp plasteret og dam anlagt.
Krematorium bygget og kirkegård vesentlig utvidet på 1980- og 1990-tallet.
Kirke med kirkegård
Turdrag fra boligområder lenger nede, fullført opparbeidelse med tursti på 1980-tallet. Prepareres delvis med skispor om vinteren
Boligområde fra 1990 til 2000-tallet
Hovedturdrag opp mot marka, bare stykkevis opparbeida og tatt i bruk. Betydelige breddereduksjoner på lange strekninger, vegkryssinger i plan og stadige nye utbygginger langs draget, gjør det krevende å realisere som attraktivt turdrag.

PLANPROSESS

Oppstart

Klargjør behovet for en markaplan
Lag oppstartsnotat med utfordringer og arbeidsgrense
Bidra til motivasjon hos viktige instanser
Etabler samarbeid med viktige bidragsytere

Registreringer og analyse

Definer og avgrens kunnskapsbehovet
Bearbeid eksisterende og innhent ny kunnskap

Analyser viktige interesser, funksjoner og verdier
Suppler evt. med mer kunnskap

Dokumenter analysen som grunnlag for plan

Utforming og behandling av plan

Utarbeid planforslag med:
- markagrense
- sonering
- mål og retningslinjer
- lokaliseringer og tiltak
- opplegg for oppfølging

i tekst og på kart

Foreta høringer og politisk vedtak

Oppfølging av markaplanen

Innarbeid mål og rammer
- i den kommunale markaforvaltninga
- i overordna planer og budsjetter i kommunen
- i brukerinteressenes og organisasjonenes virksomhet

Gjennomfør oppfølgende planlegging
Gjennomfør tiltak