C. Friluftsliv, rekreasjon og lek

Mennesker behøver natur- og grønne områder i byer og tettsteder først og fremst av helsemessige årsaker – både psykisk og fysisk. Grøntområdene byr på møteplasser og muligheter for sosial kontakt. Vi får utløp for kreativitet og skapertrang samtidig som vi styrker vår identitet og stedstilhørighet. Vår avhengighet av naturen og dens kretsløp blir synlige for oss. Her er kort sagt naturens eget klasserom i skala 1:1 hvor vi kan oppleve naturfaglige, økologiske, historiske og sosiale prosesser.

Friluftslivs- og rekreasjonsmuligheter for alle – et viktig politisk mål

Det er et overordnet politisk mål i Norge å gi folk gode forhold til å utøve friluftsliv nær boligen. (Stortingsmelding 40 – 1988-89 "Om friluftsliv" fra Miljøverndepartementet.) Plan-og bygningsloven (pbl) gir muligheter til å fastsette rammer for friluftslivet. Regjeringen har anledning til å innføre rikspolitiske retningslinjer for oppfølging av statlig, fylkeskommunal og kommunal planlegging. Kommunene kan fastlegge lokale vedtekter for bl.a. leke- og rekreasjonsområder i nærmiljøet.

Rikspolitiske retningslinjer

Fra sentralt hold foreligger det retningslinjer og bestemmelser som har betydning for grønnstrukturen i kommunene. Disse retningslinjene skal gjenspeile seg i planene.

Rikspolitiske retningslinjer er innført **for barn og unges oppvekstvilkår** hvor det stilles krav til hvilke arealer som bør finnes for uteopphold i nærmiljøet. Alle norske kommuner skal ha en ansvarlig tjenestemann som sitter i kommunens faste utvalg for plansaker for å se til at retningslinjene følges opp.
De rikspolitiske retningslinjene for samordnet areal- og transportplanlegging har også betydning for rekreasjonsmuligheter og uteopphold. Retninglinjene fastslår at grønnstrukturverdiene må sees i nær sammenheng med nettopp areal-og transportplanleggingen.

Det generelle bygge- og deleforbudet i 100-metersbeltet langs sjøen kan også betraktes som en rikspolitisk bestemmelse fra staten. Strandsonen byr på en rekke grønnstrukturverdier av stor betydning for rekreasjon, natur og landskap.

Vedtekt til § 69 i PBL

Plan -og bygningsloven gir dessuten kommunene hjemmel i § 69 til å utarbeide egne vedtekter som skal sikre felles uteoppholdsarealer i boligområdene. En rekke kommuner har innført slike vedtekter. Arealkravene i eventuelle lokale vedtekter er et viktig grunnlag for grønnplanarbeidet.

Husbankens lånesystem

I det nye lånesystemet som Husbanken har innført, legges det vekt på nærmiljøet. Her gis det lånetillegg for gode utearealer, trafikksikkerhet, natur- og terrengbevaring og andre løsninger som er økologisk fundert.

Følgende skal vies spesiell oppmerksomhet:

a. *Arealer og anlegg som skal brukes av barn og unge skal være sikret mot forurensning, støy, trafikkfare og annen helsefare.*

b. *I nærmiljøet skal det finnes arealer hvor barn kan utfolde seg og skape sitt eget lekemiljø. Dette forutsetter blant annet at arealene:*
   - *er store nok og egner seg for lek og opphold*
   - *gir mulighetr for ulike typer på ulike årstider*
   - *kan brukes av ulike aldersgrupper, og gir muligheter for samhandling mellom barn, unge og voksne.*

c. *Kommunene skal avsette tilstrekkelig, store nok og egnet areal til barnehager.*

d. *Ved omdisponering av arealer som i planer er avsatt til fellesareal eller friområde som er i bruk eller er egnet for lek, skal det skaffes fullverdig erstatning.*

   Erstatning skal også skaffes ved utbygging eller omdisponering av uregulert areal som barn bruker som lekeareal, eller dersom omdisponering av areal egnet for lek fører til at de hensyn som er nevnt i punkt b ovenfor for å møte dagens eller framtidens behov ikke blir oppfylt.

Utdrag fra de rikspolitiske retningslinjene for å styrke barn og unges interesser i planleggingen som angir arealkrav og krav til fysisk utforming. Kilde: Miljøverndepartementet 1992. Rundskriv T-2/92

Om avstands- og arealkrav

Normkrav og kriterier for hvilke grønne områder og forbindelser vi bør ha, er gode virkemidler for å beholde eller forbedre forholdene for uteaktiviteter og friluftsliv. De gir et utgangspunkt for å vurdere arealbehovet for "grønt" i byen eller tettstedet. På s. 26–27 har vi oppsummert gjeldende normkrav koblet til ny viten om hva slags grøntområder mennesker behøver i tettbygde strøk.

De vanligst benyttede normene bygger på avstands- og arealkrav. Denne typen krav er hentet fra kunnskap om hvor langt mennesker med ulike forutsetninger beveger seg for å nå natur, parker og lekeområder.

De mest motiverte brukerne, f.eks. joggere og fotballspillere finner seg i å bruke lengre tid på å nå et brukbart grøntområde enn mer "passive" brukere. Barn og eldre er på den annen side mer sårbare. Deres grøntområdebruk vil hemmes sterkt av trafikkerte veger og store høydeforskjeller. For mange eldre, men også kvinner, er utrygghet en vesentlig barriere for å bruke rekreasjonsområder.

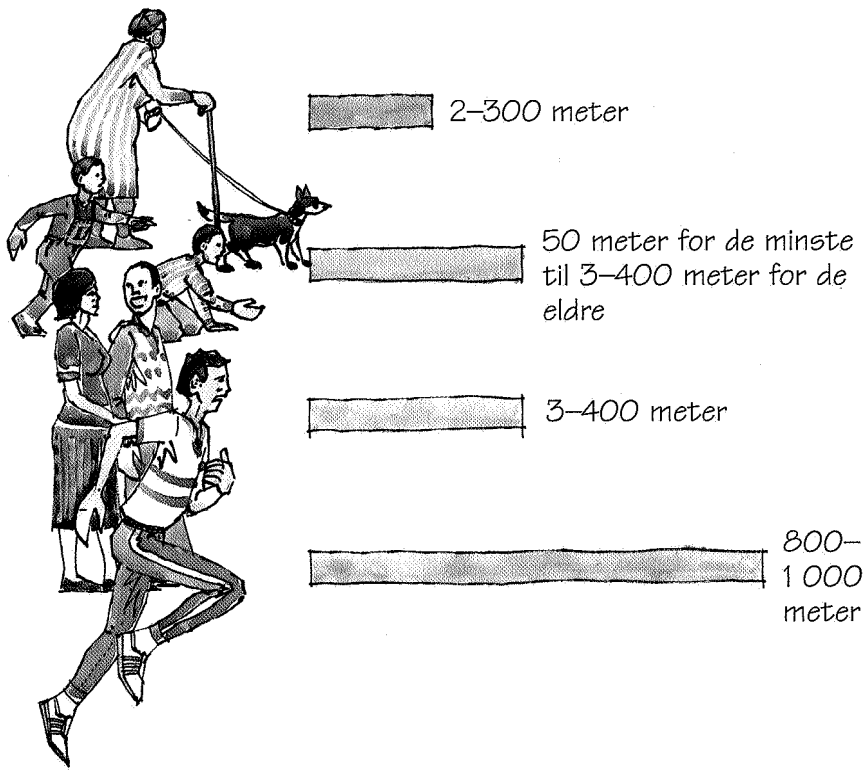
Dårlige forhold i nærmiljøet gjør at de ivrigste og mest ressurssterke tyr til andre områder ved hjelp av bil. Ut fra hovedmål om å begrense transport og bilbruk og å gi muligheter for svake grupper, er dette ingen god løsning. Behovene for aktivitets- og rekreasjonsområder må derfor i størst mulig grad løses lokalt.

Størrelse, innhold og utforming er viktig.

Innholds- og brukskvaliteter er vel så viktige som størrelse og avstand. Mennesker etterspør en rekke ulike natur- og parktyper. Med utgangspunkt i lokale muligheter må det derfor gis rom for rekreasjon på alle nivåer fra den mest passive bruken, f.eks. stille meditasjon på en benk i parken og korte spaserturer – til den mest aktive utfoldelsen, f.eks. lek, fotball og turer til marka.

Det viser seg likevel at de fleste ønsker områder som ikke krever så mye. Vi behøver natur-og grøntområder som kan skape helhet og avkobling i en stressende hverdag. Naturområder er det som verdsettes høyest av flest mennesker både i svenske og norske undersøkelser. Områder med innslag av vann setter vi særlig stor pris på.

En svensk studie av park- og naturbruk i by, understreker betydningen av en variert grønnstruktur. (Grahn 1991). Grøntområdene i Uppsala blir brukt langt mer enn i to andre byer som ble undersøkt. Dette settes i sammenheng med at Uppsala har den mest varierte grønnstrukturen. Her finnes dessuten rikelig tilgang på grøntområder egnet for passiv rekreasjon, dvs det flest mennesker behøver. Særlig ettertraktet er de store flerfunksjonelle parkene som det dessverre ofte er for få av.



Generelt bør et nærrekreasjonsområde kunne nås på maksimum 8–10 minutter. Som figuren viser er det store forskjeller på hvor langt barn og gamle klarer å gå på 10 minutter i forhold til yngre, sprekere og mer mobile mennesker.

GRØNNSTRUKTUREN MÅ HA ET VARIERT INNHOLD

Svenske undersøkelser (Grahn 1991) som oppsummeres nedenfor, viser at mennesker verdsetter og oppsøker områder med ulike egenskaper. Gjennom planmessige tiltak og skjøtsel, kan egenskapene framelskes. Lokale forhold avgjør hvilke områder og muligheter vi har.

STORE OMRÅDER UTEN STØY

Det ville

Egenskapen tilfredsstiller menneskets behov for den "ville" naturen, med trær og øvrig vegetasjon som gir inntrykk av å ikke være menneskeskapt. Det kan gjerne finnes vannpytter og store steiner. Stiene skal se ut som om de har vokst fram "av seg selv." Innbyr til mystikk og eventyr, tilfredsstiller behovet for å stimulere fantasien og behovet for å oppleve det ukjente, ikke helt forutsigbare. Viktig : Ufrisert natur, vann, store steiner, slyngende stier, mystikk.



Det artsrike

Mennesker i alle aldre og med helt ulik bakgrunn har stor glede av å studere det levende livet i naturen. Egenskapen finner vi helst i skogbryn der artsrikdommen er stor - med fugler, insekter, busker og blomster. Finnes også i parker med kulturpreg der det er lagt vekt på artsmangfold. Viktig: Mangfold, mylder, trær, blomster, insekter, fugler, muligheter for å plukke blomster og bær.



Foto: Bjørn Lindgren

Det store, uendelige

Store områder, gjerne med gode stier . Helst enhetlig skog med små nyanser. Her ønsker man å mosjonere og spasere i ro og fred uten for mye tilrettelegging og informasjon. Skogen skal føles "endeløs". Viktig: Uten ende, enhetlig, små nyanser, gode, gjerne kupert, spaserturer.

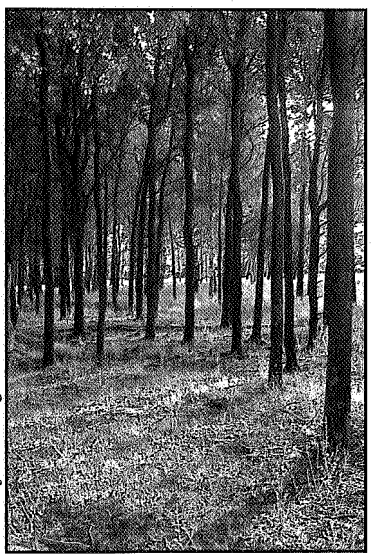
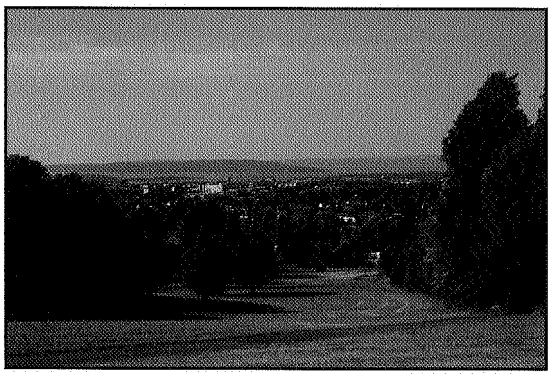


Foto: Bjørn Lindgren

Det rolige

Egenskapen er helt og holdent knyttet til de kultiverte områdene som skal være velskjøttet. Ingenting skal forstyrre inntrykket av total fred, harmoni og ro. Mennesker har et stort behov for å ferdes i miljøer der de kan tenke og reflektere over det som er blitt skapt gjennom generasjoners arbeid. Viktig: Stillhet, store områder, kulturpreg, historisk forankring, klippet gress, velskjøttet.



Fra Nordberg i Oslo.

MINDRE OMRÅDER

Det festlige

Her ønskes et tydelig kulturpreg. Gjerne grusganger, eksotiske vekster og fin kveldsbelysning. Folkeliv og fornøyelser f.eks. restauranter og underholdning om kvelden er viktige innslag. Egenskapen etterspørres for at mennesker skal treffes og more seg sammen med andre.



Foto: Anne-Brit Børve

Viktig: Folkeliv, fornøyelser, kafeer, belysning, velskjøttet, intensivt, kveldsbruk.

St. Hanshaugen i Oslo.

Det lekevennlige

Egenskapen skal inspirere til lek hvilket tilsier robuste omgivelser som tåler forandringer og påvirkninger. Det er viktig at slike områder er intime og beskyttet mot vind. Helst skal lekearealene være adskilte fra andre områder for å unngå konflikter med naboskapet. Like viktig er det å unngå forstyrrende naboskap, f.eks. biltrafikk. På lite areal skal man helst finne både vann, dyr, blomster og 'skog". Her skal nysgjerrighet og behovet for å gjøre egne erfaringer bli tilfredsstilt.

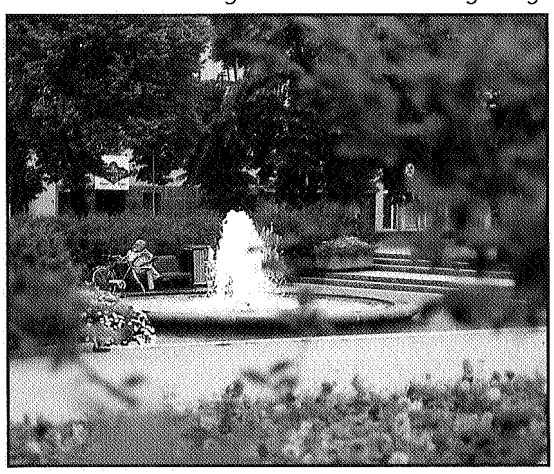
Viktig: Steder som kan forandres, robust, intimt, natur, slitesterk vegetasjon, busker å gjemme seg i.



Fra Sandeåsen ved Tønsberg

Det kulturelle

Kultursymbolikken er viktig. Egenskapen finner man i slike områder der mennesker møtes - i nærheten av torg eller som plassdannelser midt i en større park. Her er statuer og fontener vesentlige ingredienser.



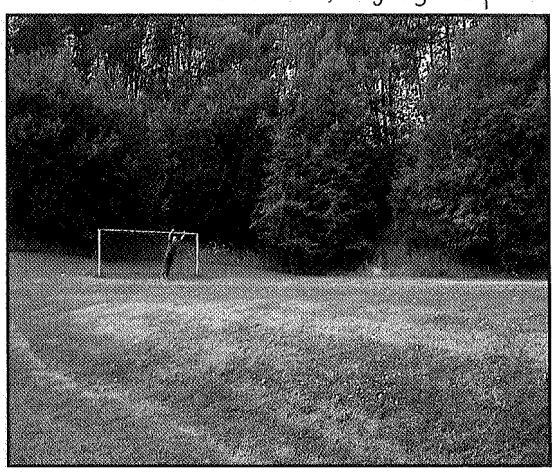
Viktig: Kultur, plassdannelse, minnesmerker, blomsterarrangementer, statuer, fontener.

Fra kirkeparken i Moss

Sletta

Typisk for denne egenskapen er store, åpne partier der barn og voksne kan drive ballspill og annen lek eller fysisk trening. Det kan derfor gjerne finnes terrengvariasjoner som gjør det mulig å trene styrke og kondisjon. Den omgivende vegetasjonen bør være variert, høy og skape le.

Viktig: Åpne arealer, plener, adskilt, levegetasjon.



Under St.Hanshaugen i Hønefoss

Etter: Patric Grahn 1991.

Nærrekreasjon og friluftsliv i byer og tettsteder- Hvilke arealer behøver vi ? Anbefalte kvalitetskrav

Oversikten nedenfor er en sammenstilling av anbefalinger gitt i de rikspolitiske retningslinjene for barns og unges interesser i planleggingen, fra NAMIT-prosjektet og fra Husbankens lånetilmålingssystem.

1. Overganssonen

Formål:

Nærturområder. Mosjon. Lek. Naturopplevelser. Binder sammen byens grønnstruktur med de store sammenhengende dagsturområdene. Oppmarsjområder for dagsturer

Beliggenhet, avstand og størrelse:

Belte på ca. 0.5–1 (maks 2) km inn natur- kulturlandskapet rundt bebyggelsen. Representerer 'markaområdenes" mest by- og tettstedsnære deler. Maksismum 2 km fra boligbebyggelsen.

Innhold og brukskvaliteter:

Kan være mer kultivert og opparbeidet enn de store skogområdene bakenfor. Vanligvis naturarealer, kan være naturstruktur gjennom dyrket mark. Anbefalt støy maks. 45–50 dBA. Godt utviklet stinett som delvis bør ha høy opparbeidingsstandard og sikre primære forbindelser for bevegelseshemmede. Skiløyper, lysløyper, mindre anlegg for hopp/ skilek kan innpasses. Større idrettsanlegg må spesiallokaliseres som utbyggingsområder. Må dekkes med kollektivtransport, gjerne felles for boligområder og markatilgjengelighet. P-plasser ved turløyper fra bebyggelse ut i marka.

2. Store rekreasjonsarealer i byen

Formål:

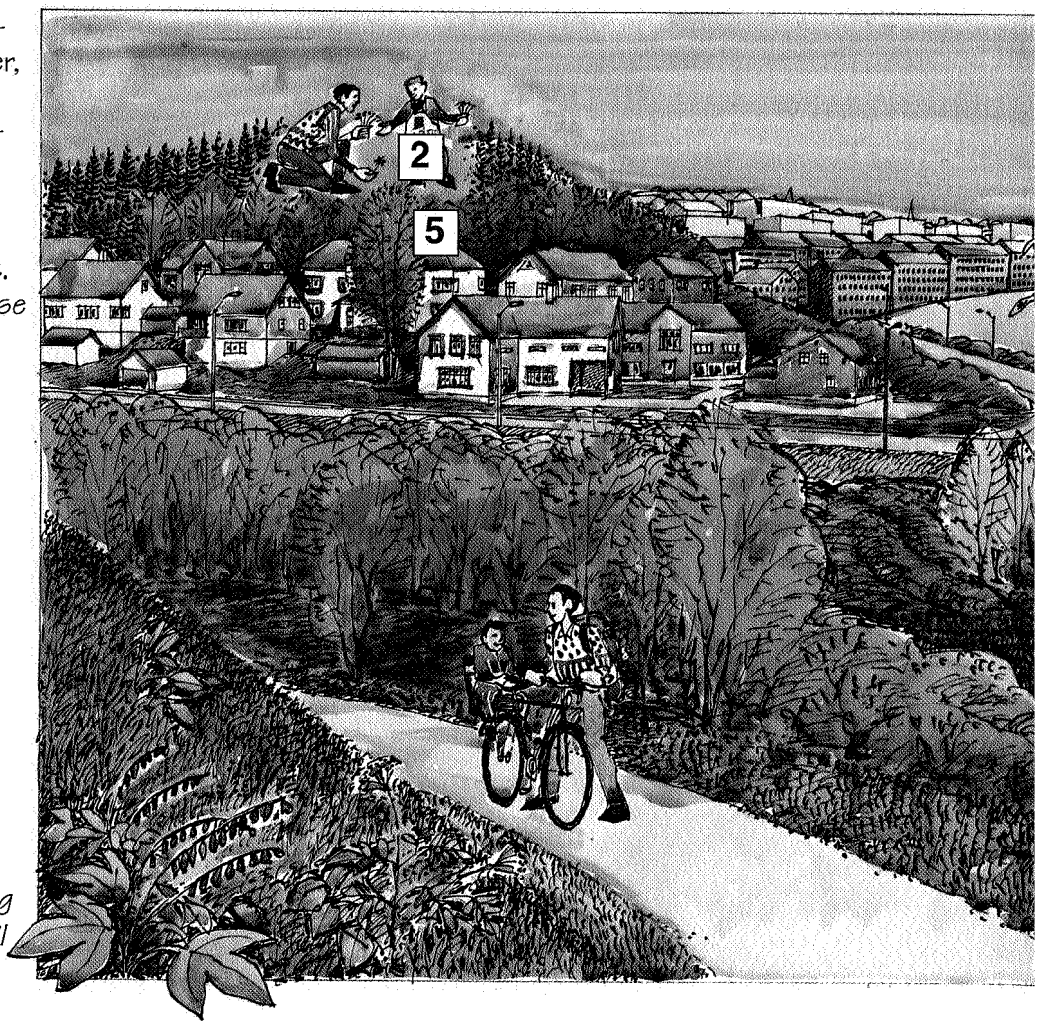
Brukspark, nærturområder. Mosjon.Lek. Naturopplevelser.

Beliggenhet, avstand og størrelse:

I den tettbebygde sonen, overgangssonen kan være en del av disse områdene. Maks. 500 meter fra boligen. Så store at man kan gå turer på min 2 km uten å bruke samme sti/veg. Kan være en utvidet del av grønnkorridor.

Innhold og brukskvaliteter:

Både natur- og parkpregede områder, variasjon i vegetasjonsbruk, Gode spaserstier, ev. skiløyper, belysning. Vekt på trygghet langs hovedstinett. Benker. Stille områder støy maks. 50–55 dBA. Sirkelformede områder er bedre enn avlange, bla mindre støyutsatte.



Grønnstrukturen skal ivareta ulike behov når det gjelder friluftsliv, lek og rekreasjon. Tallene på figuren viser til områdetyper nevnt i teksten.

3. Mindre rekreasjonsarealer i byen

Formål:

Nærpark/grendelekeplass. Daglig bruk. Ballek. Sykling. Aking. Skilek. Byggelek. Spill. Sosiale møteplasser for voksne og barn. Natur-og kulturopplevelser.

Beliggenhet, avstand og størrelse:

I den bebygde sonen, maks. 200 meter fra boligen. Kryssing av veger i plan bør ha fartsgrense maks. 30 Km/t og /eller ÅDT maks. 3 000. Små grøntområder min. 5 daa, (eller 2 x 2.5 daa.)

Innhold og brukskvaliteter.

Naturmark og/eller park. Variert vegetasjonsbruk. Noen områder med høy opparbeidingskvalitet; blomster, fontener, skulpturer ol. Lekeapparater, balløkke, benker, belysning. Viktig å sonedele mellom støyende og stille aktiviteter. Støy maks. 55 dBA

4. Grønne korridorer

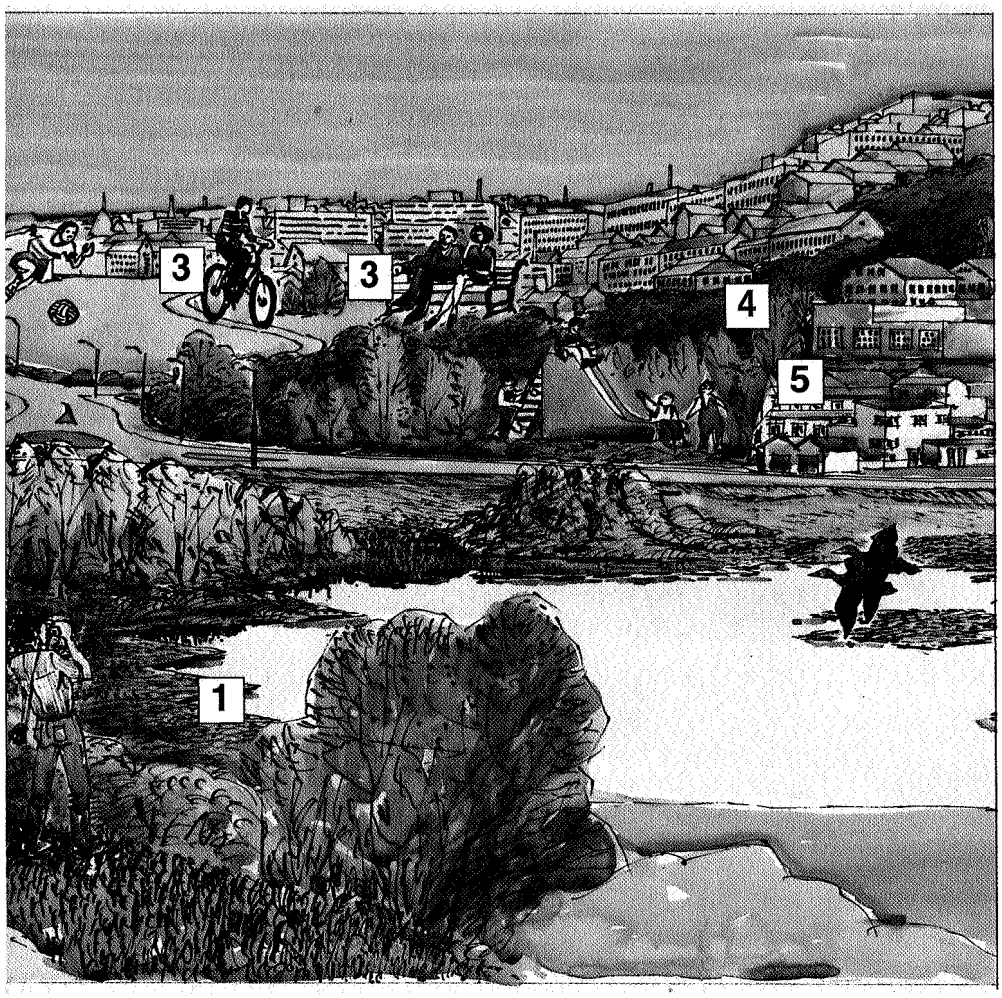
Formål:

En del av det "myke" transportsystemet. For turer både til fots og på ski.

Beliggenhet, avstand og størrelse : Bindeledd mellom byens ulike grøntområder, boligområdene og større sammenhengende turterreng/attraktive strandsoner. Andre grøntområder kan ev. inngå i korridoren. Maks. 500 m. avstand fra boligområdet. Bredde på mer enn 50 m – ned i 30 m på kortere strekninger, men med større bredde over lengre strekninger.

Innhold og brukskvaliteter:

Grønt hovedpreg med variert vegetasjon. Godt naturtilpasset, variert sti/turveg. Helst ikke asfalt. Skiløype.Belysning aktuelt der turvegen inngår i lysløypenett. Planfri kryssing av veger med mye trafikk og uten tidstap for brukeren.



5. Felles grøntområder i boligbebyggelsen.

Formål:

Daglig bruk. Lek. Uteopphold. Dyrking. Natur-og kulturopplevelser. Sosialt samvær.

Beliggenhet, avstand og størrelse:

I boligområdene. Trafikksikker beliggenhet. Min. 50 m^2 pr. bolig, 25 m^2 i konsentrert bebyggelse. Areal brattere enn 1:3 regnes ikke med.

Innhold og brukskvaliteter:

Sol ved jevndøgn kl. 15. 00 på min. 50 % av arealet (25% i konsentrert bebyggelse). Både naturlige og kultiverte områder. Variert vegetasjonsbruk. Viktig å sonedele mellom privat og felles samt mellom rolige og støyende aktiviteter. Lekeapparater, sandlek, benker, bord. Gjerne noen skjermede områder for mer "privat" bruk. Støynivå maks. 55 dBA.