

OMGIVELSERNES BETYDNING FOR AT FREMME FYSISK AKTIVITET

- Rapportering fra et netværksseminar

2005



OMGIVELSERNES BETYDNING FOR AT FREMME FYSISK AKTIVITET

- Rapportering fra et netværksseminar

**Omgivelsernes betydning for at fremme fysisk aktivitet
- Rapportering fra et netværksseminar**

Sundhedsstyrelsen
Islands Brygge 67
2300 København S

Emneord: Fysisk aktivitet, motion, fysiske rammer

Sprog: Dansk

URL: <http://www.sst.dk>

Version: 1.0

Versionsdato: 20. april 2005

Elektronisk ISBN: 87-7676-093-6

Format: pdf

Udgivet af: Sundhedsstyrelsen, april 2005

1	Baggrund	4
2	Velkomst	5
3	Indledning	6
4	Hvor langt er vi i Danmark, og hvilke muligheder er der?	7
5	Changing the environment to promote health-enhancing physical activity	12
6	Byrummet bevæger	14
7	Arkitekturens betydning for at fremme fysisk aktivitet	18
7.1	Introduktion til "power mingling" – netværksdannelse og erfaringsudveksling	20
8	Sundhedsstyrelsens idékatalog	21
9	Handlingsplan for Trekroner	23
10	Hernings grønne sportsstrøg – visioner og samarbejde	26
11	Odense Cykelby	29
12	Opsummering	32
13	Program for netværksseminar	33
14	Deltagere og oplægsholdere	34

1 Baggrund

Befolkningen bliver tungere og tungere, og overvægt udgør i dag et betydeligt problem for alle aldersgrupper i det danske samfund. Samtidig viser undersøgelser, at rigtig mange mennesker, både børn og voksne, ikke bevæger sig tilstrækkeligt. Sundhedsstyrelsen anbefaler minimum 30 minutters fysisk aktivitet daglig for voksne og 60 minutter for børn. Fysisk aktivitet forebygger overvægt, giver en bedre appetitregulering, og påvirker humøret via signalstoffer i hjernen. Samtidig har fysisk aktivitet – uanset andre risikofaktorer – en selvstændig forebyggende effekt på lang række livsstilssygdomme. Det er derfor vigtigt at skabe rammer for og motivere til fysisk aktivitet.

Fysisk aktivitet er ikke blot organiseret og uorganiseret idræt, det er også transport til og fra arbejde, indkøb, uddannelses- og daginstitutioner, firmaidræt og udeliv i by, park, skov mv. De fysiske ramme kan gøre meget for at give mulighed for og motivere til fysisk aktivitet. I det lys er Indenrigs og Sundhedsministeriet, Kræftens Bekæmpelse, Sundhedsstyrelsen, Skov og Landskab og Center for Idræt og Arkitektur gået sammen om at afholde et netværksseminar om omgivelsernes betydning for at fremme fysisk aktivitet, til inspiration og netværksdannelse mellem forskellige faggrupper, der arbejder med området.

2 Velkomst

Ved Kontorchef Bjarke Thorsteinsson, Indenrigs- og Sundhedsministeriet.

Bjarke Thorsteinsson bød velkommen til en dag med oplæg og mulighed for nye netværk på tværs af faggrænser.

”På arrangørernes vegne – et stort velkomment. Vi har været meget spændte på interessen for dagens seminar. Og vi er blevet mere end positivt overrasket. Tak fordi I er kommet i så stort tal.

Sigtet i dagen er at få sat fokus på omgivelsernes betydning for fysisk aktivitet. Jeg skal ikke forelæse om fysisk aktivitets betydning for vores sundhed, trivsel og samvær.

I dag gælder det den gensidige inspiration, lysten til at gå i gang og ikke mindst nye konstellationer og netværk. Vi skal kombinere vores kompetencer og viden på tværs af faggrænser. Der er en hårdnakket myte om, at fagfolk ikke kan og vil se udover deres egen næsetip. Alene den meget brede deltagerkreds i dag burde afkræfte denne myte. Forhåbentlig følger I op på det i praksis ved at gå sammen i netværk og projekter på tværs af jeres fagligheder.

Vi er i året for H.C. Andersens 200 års dag. H.C. Andersen var fascineret af den nye transportform, toget. På hans tid var transportformen for de fleste benene – og ellers på hesterygge, kærre og lign. Siden toget er endnu mere fysisk aktivitet blevet taget ud af vores hverdag. Med cyklen, bilen, elevatoren m.v.

For et par uger siden holdt jeg oplæg for en forsamling af kvinder og mænd, hvor størsteparten var 50 år og derover. Vi kom til at tale om alle de områder, hvor fysisk aktivitet var taget ud af hverdagen i hjemmet, fra da de var børn og fremover – vaskemaskine, støvsuger, elektrisk boremaskine, fjernbetjening mv.

I de senere år er der kommet mere og mere fokus på fysisk aktivitet. Videnskaben er blevet klogere på den store betydning, som fysisk aktivitet har for vores helbred og velbefindende. Derfor skal vi lære at hoppe over hvor gæret ikke er lavest. Der skal være flere bump i vores hverdag.

Lysten er en vigtig drivkraft. Det er særligt vigtigt at få givet lysten til den del af befolkning, der er fysisk inaktiv. Her ligger en kæmpe udfordring for jer: Hvordan kan vi få gjort fysisk aktivitet til en naturlig og lystbetonet del af vores hverdag? Hvis udfordringen er opad bakken, gør det ikke noget. Hverken fysisk eller mentalt.”

Bjarke Thorsteinsson sluttede af med ønsket om, at netværksseminaret ville bidrage til at generere gode ideer og forslag til, hvordan vi får de fysiske omgivelser til at få en betydning for fysisk aktivitet.

3 Indledning

Ved Direktør Torben Frølich, Lokale- og Anlægsfonden.

Torben Frølich indledte seminaret med at understrege vigtigheden af, at de forskellige faggrupper arbejder sammen om at skabe omgivelser, der fremmer fysisk aktivitet, og pointerede at fysisk aktivitet er al aktivitet, hvor kroppen er i bevægelse.

”Vi skal kunne gøre det bedre og vi skal lægge kimen til mere formaliserede netværk. Det kræver, at I skaber dette netværk, der betyder vi kan komme videre i det her. Jeg læste i dag Bente Klarlund Pedersens brevveksling med Bertel Haarder. En af pointerne der er, at vi sågar forbrænder energi, når vi tygger tyggegummi, det synes jeg I skal tænke over.”

4 Hvor langt er vi i Danmark, og hvilke muligheder er der?

Ved Søren Nabe-Nielsen, Projektleder i Kræftens Bekæmpelse.

Søren Nabe-Nielsen fortalte om det arbejde, der foregår i Kræftens Bekæmpelse, med at forebygge kræftsygdomme gennem fysisk aktivitet.

”Jeg arbejder med fysisk aktivitet, og det er ret nyt i Kræftens Bekæmpelse, idet området kun har eksisteret i 2 ½ år. Vores opgave er at være med til at forebygge kræftsygdomme. Når vi taler fysiske rammer er det mest ift. sundhedsfremme.”

Søren Nabe-Nielsen sagde, at det er vigtigt, at vi får folk til at bevæge sig noget mere, og at vi ved, at det virker set med forebyggelsesbriller.

”Fysisk aktivitet er ofte forbundet med glæde, engagement og socialt fællesskab. Det er vigtigt, at vi når vi tilrettelægger aktiviteter, så er de sjove, inspirerende og fokuserer på deltagernes muligheder og ikke deres begrænsninger. Hvis ikke vi får gjort noget ved det her, at så mange er inaktive, er det en tikkende bombe, som Torben Frølich sagde. De sidste 6-8 år har vi fået meget evidens for, at fysisk aktivitet virker, at det forebygger en række sygdomme herunder kræft, at det virker på humøret, og det er også med til at stabilisere vægten, eller gør, at man kan tabe sig i vægt.”

Søren Nabe-Nielsen talte, ligesom Bjarke Thorsteinsson, om bevægelseskulturen i den historiske kontekst, og inaktiviteten som konsekvens af den teknologiske udvikling.

”I løbet af de sidste 50-60 år er der sket store teknologiske forandringer – automatiseringen af arbejdslivet, husarbejdet samt vores personlige transport – der alt sammen har ændret på mængden - og måden vi bruger kroppen på. Hvor vi tidligere fik ”foræret” daglig fysisk aktivitet – men egentlig ikke værdsatte det – så er vi i dag nødt til at være bevidste om vigtigheden af fysisk aktivitet på såvel individ- som samfundsniveau. I forlængelse af dette er der indenfor den samme periode sket en udflytning fra byerne til forstæderne eller landet. Her er der ofte længere til alt ting såsom arbejdet, skolen, fritidsaktiviteterne og forretningerne. Det har også medvirket til en yderligere brug af bilen. Livsstil og kulturelle forandringer som fjernsynskiggeri og andre stillesiddende aktiviteter har også spillet en stor rolle i forhold til faldet i befolkningens fysiske aktivitets niveau. Undersøgelser viser at, det i dag er op imod 1/3 af den danske befolkning, som ikke lever op til anbefalingerne, og for børn over 16 år er det kun halvdelen.”

Søren Nabe-Nielsen inviterede til yderligere samarbejde med Kræftens Bekæmpelse omkring at skabe spydspids projekter, som fx lysløjpe projektet i Fælledparken i København, som Kræftens Bekæmpelse er med i.

”I Kræftens Bekæmpelse arbejder vi meget ud fra evidens, i øjeblikket med projekter der retter sig mod skolebørn. Vi vil også prøve at være nogen, der sammen med andre skaber spydspids projekter. Vi er med i lysløjpe projektet i Fælledparken i samarbejde med Lokale- og Anlægsfonden og Københavns Kommune. Omkring 20 % af befolkningen fortæller, at de jogger hver uge, og det betyder, at det er den største idrætsaktivitet i Danmark.

Rundt om i landets skove og byernes parker er der anlagt stier. Med deres bløde underlag udgør de glimrende motions- og bevægelsesområder. Men efter mørkets frembrud er det vanskeligt at se, hvor man træder. Derfor er løb og vandreture henvist til veje og fortove, med de gener, der følger. Mange med almindelig arbejdstid er nødt til helt at stoppe eller er henvist til udelukkende at vandre eller løbe i weekenderne. For gruppen af fysisk inaktive, der måske netop er blevet motiveret til at komme i gang med at løbe eller jogge, er mørket og vinterens komme en barriere, der i høj grad er med til at holde dem indendørs. Med lysløjpen i Fælledparken, der anlægges som lys på det eksisterende stisystem, er der netop mulighed for at fortsætte, også i den mørke tid.”

Han kunne desuden fortælle, at Kræftens Bekæmpelse også er med i internationalt samarbejde, hvor man søger at måle effekten af ændringer af de fysiske rammer.

”Vi er med i det internationale samarbejde ”Active Living Research”, hvor man har været inde og lave nogle forandringer i USA, og set på, hvad de så har betydet. Hvis I er interesseret i at mere om det, kan I komme til mig.”

Søren Nabe-Nielsen opfordrede til at man tænker utraditionelt – og til at man politisk stiller større krav til kommuner og andre aktører om at tænke fremme af fysisk aktivitet ind i anlægsprojekter.

”Hvorfor skal det være sådan, at rulleskøjteløb foregår på fortovet? En anden ting, som Bjarke sagde, var, at man i lighed med Norge og Sverige kunne lave nogle programmer, hvor man kunne sige til kommuner: ”Når I går ind og arbejder med det her, så skal I se på, hvordan det fremmer fysisk aktivitet mest muligt”.

Med de fysiske rammer forstår vi alle former for geografiske og fysiske omgivelser, infrastruktur i bygninger, i byerne og på landet, muligheder og udviklinger som er med til at skabe behov og skaber mulig for transport og fysisk aktivitet. De fysiske rammers udformning er et resultat af mange årtiers by - og landudvikling. Her har alle mulige beslutningstagere på centralt og lokalt niveau, fag - og interessegrupper påvirket udformningen. Selve forståelsen – og betydningen af de fysiske rammer som enten hæmmende eller motiverende for fysisk aktivitet, er først kommet i fokus indenfor de seneste år.”

Søren Nabe-Nielsen opfordrede til, at vi skaber større opmærksom omkring, hvad samfundet kan gøre for at skabe rammer, der fremmer fysisk aktivitet. Han fortalte videre, at han har foretaget en litteraturgennemgang af videnskabelige studier i Danmark og udlandet omkring de fysiske rammers betydning for fysisk aktivitet. Det er sket gennem en søgning på internettet, hvor han har fundet 19 hovedsageligt amerikanske undersøgelser, dog inkluderet en dansk og en norsk undersøgelse, samt den seneste Scientific Review fra det amerikanske "Transportation Research Board", der indeholder alle relaterede videnskabelige undersøgelser fra hele verden, der er publiceret indenfor de seneste 50 år.

" Det meste af adfærdsforskningen, der ser på, hvad der har betydning for fysisk aktivitet, ser på det nære miljø såsom skoleklassen, vennerne eller familien. Der er langt mindre fokus på, hvad samfundet kan gøre. På mange måder er vi i Danmark unikke. Sammenlignet med andre lande har vi et udbygget net af cykelstier og fortove. Men i en tid, hvor det er tydeligt, at fysisk inaktivitet i høj grad er socialt bestemt, har samfundet og myndighederne en stor mulighed for at påvirke den fysiske adfærd gennem udvikling og forbedring af de fysiske rammer.

Sammenhængen mellem de fysiske rammer og fysisk aktivitet er kompleks og skal ses i sammenhæng med en række forhold såsom sociodemografiske karakteristikaer, individuelle og kulturelle forhold, sikkerhed i trafikken og i "området", tilgængelighed og brug af tid. Tid spiller i vores meget hektiske hverdagsliv en afgørende rolle i forhold til valg af transportmiddel, hjemlige gøremål og aktivitetsformer.

Der er i flere undersøgelser påvist en tydelig sammenhæng mellem de fysiske rammer, deres udformning i form af indhold og æstetik, tilgængeligheden til de fysiske rammer, sikkerheden og placeringen. Dog er der ikke nogen undersøgelser, som – endnu - mener, at kunne påvise en kausal sammenhæng mellem de fysiske rammer og fysisk aktivitet.

De fysiske rammer udgør også rammen for, hvordan vi bevæger i fritidslivet, mht. den daglige transport til arbejdet, købmanden eller børnehaven."

"Vi vil gerne være med i undersøgelser, der kigger på, hvordan det ser ud ift. hvordan det er bygget og hvordan det så påvirker den fysiske aktivitet.."

Søren Nabe-Nielsen efterspurgte desuden rammer med aktivitetstilbud til hele familien under ét tag.

”Hvis vi kigger på sportsdelen, så er det typisk foreninger, der har ejerskab på haller osv. Hvis vi skal have fat i familien, så er det måske en idé at have faciliteter, der er åbne for familien. I Californien så vi et sted, hvor man kan vælge et virvar af aktiviteter, så kunne man bevæge sig rundt i det her rum, og så var der mulighed for, at familien efterfølgende kunne mødes og spise noget mad. Det synes jeg, vi mangler i Danmark, der er ikke det der samlende, der er noget for far, noget for børnene.”

”I nogle af de her studier har man været inde og måle, de siger der er 43% større chance for 30 minutters daglig aktivitet, hvis man har adgang til spændende og forskellige omgivelser”

Også tilgængeligheden blev fremhævet som væsentlig motiverende faktor for fysisk aktivitet.

”Det er vigtigt med tilgængeligheden, tilgængelighed er alfa og omega”

”Hvis man spørger folk, hvad de laver i en skov, så er der den her tilgængelighedsproblematik: er det sådan at skoven har en motiverende effekt, eller er det sådan, at når man gerne vil gå i skoven, så bor man tæt på skoven? Det er spørgsmålet om hønen og ægget:”

Sidst men ikke mindst pointerede Søren Nabe-Nielsen behovet for et mere systematisk teorigrundlag at arbejde videre på, komparative undersøgelser, og undersøgelser med fokus på etnicitet, land/by problematikker mv.

”Det kunne være spændende at lave et teorigrundlag for at arbejde videre. Hvis vi ser på diverse undersøgelser, trækker de i mange forskellige retninger. De er præget af en meget medicinsk måde at gå til det. Det er vigtigt at lave sammenlignende studier, også på tværs af landegrænser. Er der nogen forskelle? Er der ligheder og kan vi lære af hinanden? Dernæst at kombinere resultater fra forskellige undersøgelser, det mangler vi.”

”Hvordan er det ift. alder, har vi brug for forskellige ting til forskellige tider? Hvordan får vi indvandrergupper aktive, har indvandrere samme lyst til at komme ud i naturen? Hvordan spiller holdninger, vaner og værdier ind på det her, det mangler vi viden om. Vi har meget travlt med at se på det urbane miljø, vi mangler måske også at se på land/ by problematikken.”

Herefter fortalte Lene Ringgaard, Projektmedarbejder i Kræftens Bekæmpelse om ”MULD” tallene, et samarbejde med Sundhedsstyrelsen, hvor man via spørgeskemaer i gentagne tværsnitsundersøgelser har undersøgt og fulgt unge 16-20 åriges livsstil, herunder sundhedsvaner og fysisk aktivitet.

Hun kunne fortælle, at MULD undersøgelsen viser forskelle mellem by og land ift. andele af unge med lav fysisk aktivitet hhv. forekomsten af overvægt.

I undersøgelsen opereres med 4 mål for lavt fysisk aktivitetsniveau:

- Stillesiddende (et samlet mål for det at være fysisk inaktiv, hvilket dækker over de unge, der hverken i forbindelse med transport, fritidsaktiviteter eller skoleidræt er fysisk aktive ved minimum moderat intensitet)
- Ingen motion til transport
- Under 2 timer fritidsaktiviteter pr. uge
- Ingen skoleidræt

Overvægt defineres som et Body Mass Index, (BMI) på + 25. Der skelnes i undersøgelsen med 3 urbaniseringsgrader, hhv. storby, by og land.

Undersøgelsen viser, at der blandt drengene er flere på landet kontra i storbyen, som har et lavt aktivitetsniveau, når der ses på det samlede mål for fysisk aktivitet: stillesiddende, og når der ses på transport samt fritidsaktiviteter. Endvidere er der flere drenge på landet end i storbyerne, som er overvægtige.

Blandt pigerne findes der tilsvarende tendenser som blandt drengene, når der ses på transport og overvægt. Derimod findes der for pigerne ingen forskelle mellem land og by, når der ses på 'stillesiddende', og med hensyn til fritidsaktiviteter ses der en modsatrettet tendens i forhold til, hvad der blev set blandt drengene. Flere piger i storbyen har under to timers fritidsaktiviteter per uge set i forhold til pigerne på landet.

Lene Ringgaard fortalte, at man endnu ikke kan forklare de fundne forskelle mellem fysiske aktivitetsniveau hos de unge i by kontra på land.

"Hvad de her ting skyldes, ved vi ikke endnu. Mht. transport er det nok de fysiske rammer, på landet vælger man i højere grad at få et kørekort - der er færre cykelstier, befærdede veje, langt mellem alting. Det bliver interessant på sigt at se, om det er muligt at udligne forskelle mellem land og by."

Lene Ringgaard opfordrede deltagerne til at kigge nærmere på tallene fra MULD undersøgelsen på internettet (www.muld-survey.dk).

Søren Nabe-Nielsen afsluttede oplægget.

"Hvis I er interesseret i at se mere om, hvad vi laver på Kræftens Bekæmpelse, kan I se på vores hjemmeside: cancer.dk. Vi vil gerne være tovholder på nogle af de her ting, der opstår i dag. Vi bliver forhåbentlig besøgt meget af jer, der er her i dag."

Christian Ege, Formand for Det Økologiske Råd tilføjede.

"Vi har lige offentliggjort tal sammen med Hjerteforening om cykling. Både drenge og piger har større overvægt på landet, og så er der transportsiden. Det kunne tyde på, at der er betydelig sammenhæng mellem overvægt og gang/cykling, det er det, vi præcis også har påvist i vores undersøgelse."

5 Changing the environment to promote health-enhancing physical activity

Ved Charles Foster, Senior Researcher, University of Oxford.

Charles Foster lagde ud med at sige.

“My job is to get people active – You have the power to get people to be more active”

Charles Foster pointerede, at den nødvendige tværfaglige tilgang både er en udfordring og en barriere.

”Hvad ved vi? Vi ved, at vores viden kommer fra to områder: sundhedsområdet og transportområdet. Problemet er, at de ser verden meget forskelligt. Det gør det svært, når vi skal tage vores erfaringer med til politikerne. Sundhedslitteraturen har et meget et epidemiologisk perspektiv. Det er svært at sætte omgivelserne ind i den ligning.”

Ifølge komparative analyser er danskerne mindre fysisk inaktive end briterne. Charles Foster var ikke i tvivl om, at omgivelserne kan influere adfærd, og at regler (f.eks. ”boldspil forbudt” på veje og i gårde), (alternativ)brug og design er nogle af nøgleordene.

Det centrale spørgsmål er bl.a., hvad relationen er mellem omgivelser og aktivitet.

”Søger aktive folk de fysiske rammer eller fremmer de fysiske rammer bevægelse?”

Ifølge Charles Foster er omgivelserne et miks af sociale og fysiske faktorer – mennesker, sted, rum og variationen af fysisk aktivitet; faktorer, som konstant interagerer og forandres.

Han pointerede, at en meget stor del af forskningen, op til 90%, stadig centrerer sig om ”hvad er problemet?” og kun i 10% af tilfældene om ”hvordan vi løser det”.

Charles Foster kom ligesom andre oplægsholdere ind på vigtigheden af tilgængelighed og nærhed for ”HEPA” – Health-enhancing physical activity”, og talte om, at også ting som vejr, sikkerhed, nærhed til strand/kyst, æstetik, faciliteter generelt, åbne områder mv. influerer graden af hvorvidt man bruger gang som transport og som rekreativ aktivitet, dvs. går til og fra arbejde, studier mv. og går ture for fornøjelsens skyld.

”Hvis du bor nær dit job, butikker mv. så er det mere sandsynligt, at du går derhen”

Charles Foster gav følgende definition på, hvad omgivelser/miljø er, en definition, han har lagt til grund for et review af forskning på området.

”Ethvert aspekt af det fysiske (naturlige) miljø eller de menneskeskabte (urbane eller konstruerede) omgivelser, som bevidst eller ubevidst relaterer sig til individer og deres HEPA adfærd”.

Han sagde, at vi har brug for flere studier, ud af 14.000 hits i reviewet var kun 17 studier om, hvordan vi skaber fysiske ændringer til fremme af bevægelse. Disse 17 studier faldt i 2 grupper; studier, med fokus på ændring af de fysiske omgivelser hhv. studier af trappebaserede interventioner. Undersøgelserne viste bl.a., at adfærd varierer med konteksten, adfærd i lufthavnen, fx omkring brug af trapper/elevator, er anderledes end i et supermarked.

”En Canadisk undersøgelse viste, at 25 sekunders venten på elevatoren, får folk til at gå op ad trappen. Kan nogen teste det for mig igen?”

Charles Foster kunne desuden fortælle, at undersøgelser viste, at maler man trappeopgangen, hænger billeder op i lignende, der gør den mere indbydende, så går flere går op ad trappen, ligesom at plakater med opfordring til at tage trappen havde en effekt, selv 5 uger efter plakaten var taget ned. Problemet er ifølge ham, at der mangler langtidsstudier, målet er oftest de korte effekter, samt at studierne sjældent måler effekten ift. kontrolgrupper.

”Vi har brug for teori om, hvad der forklarer interaktionen mellem omgivelser og fysisk aktivitet.”

”Det meste af vores arbejde er stadig indenfor området, ”Hvad er problemet?” Hvis I er involveret i at bygge et hus, planlægge en park osv., så skal I tænke over, hvordan I kan være med til at fremme bevægelse. Vores miljø ændres hele tiden, vi skal have målinger af, hvad det gør. Vi skal også huske menneskets sociale relationer, interaktion, hvordan de føler osv., det er ikke kun fysisk aktivitet isoleret”.

Charles Foster sluttede af med et billede til eftertanke, af en græsplæne med et alternativt skilt.

”Please walk on the Grass”

6 Byrummet bevæger

Ved Svava Riesto, Mag. art., SLA Landskabsarkitekter.

Svava Riesto indledte med at sige:

”Vi skaber byrum, vi har den ambition at skabe oplevelsesfyldte byrum. Det, at skabe byrum, er en af de allerstørste udfordringer. Byrummet kan have mange samtidige funktioner: Det er ventested til bussen, værestedet for de hjemløse, skralderum, mødestedet for børnemødre osv. Det kan også skifte gennem ugen og gennem et døgn, så sker der andre ting. Vi må erkende, at vi ikke har kontrol, den der til syvende og sidst definerer, hvad et byrum er, det er den, der bruger det.”

Som eksempel på et byrum med flere funktioner – også uforudsete funktioner ift. fysisk aktivitet, viste Svava Riesto billeder fra Jamers Plads, der på en gang rummer indgang til Realkredit Danmarks hovedsæde, og samtidig er blevet et yndet aktivitetssted for scatere og unge på bmx cykler.

”Om 30 år sker der måske noget helt andet på Jamers Plads. Byrumsidræt er blevet mere og mere udbredt, der er kommet flere og flere idrætsformer. Jogging er en folkesport. I det hele taget er idrætten rykket ud. Det er også sværere at arbejde med byrumsidræt, man kan ikke lige ringe til dem, der bruger det. Vi har interesseret os for, hvordan vi kan komme i kontakt med de her mennesker.”

”Hvordan skal vi som planlæggere være med til at skabe kropsoplevelsesrum? Hvordan kan vi bidrage til det? På trods af gode intentioner er der byrum og idrætsanlæg, der ligger døde hen.”

6.1 Byrum bevæger

Ved Nicolai Carlberg, etnolog, Carlberg og Christensen

Nicolai Carlberg indledte med at sige.

”Hvordan kan vi blive klogere på relationerne mellem bevægelseskulturen og det fysiske rum? Vi har skabt et samarbejde mellem arkitekter og etnologer, fordi vi er enige om, at relationen ikke kan reduceres til et spørgsmål om teknik og materialer alene, der er nogle andre lag – oplevelsesmæssige og funktionelle - vi også gerne vil have fat i.”

”Samfundet består af forskellige grupper, der har forskellige opfattelser af det gode byrum. Ønsker vi at fremme betingelserne for den selvorganiserende idræt, må vi derfor interessere os for, hvordan udøvere af byrumsidræt konkret opfatter og bruger byens rum. Der kan være langt fra arkitekternes oprindelige idé med byrummet til den konkrete brug.”

Nicolai Carlberg fortalte om et udvalgt eksempel fra deres undersøgelse. Vi blev præsenteret for Kenneth Abildgaard som kører BMX flatland (akrobatiske balancetricks på en lille specialcykel) – blandt andet på Jarmers Plads.

”Vi har kigget på Jarmers plads. Oprindelig udformet som et repræsentativt indgangsparti til Realkredit Danmark og som en æstetisk pause i et meget dynamisk bymiljø. Kun få havde forudset at denne pause ville blive indtaget som et væsentligt aktivitetsrum af byens skatere, footbagspillere, BMX-kørere osv.”

”Kenneth Abildgaard bruger 2 grundlæggende kategorier af bevægelsesrum, der er væsentlig forskellige: Scenen og Træningslokalet. Jarmers Plads er scenen – stedet hvor han viser sine bedste tricks for det konstante flow af mennesker langs pladsen, mens en række asfalterede boldbaner og parkeringspladser fungerer som træningslokaler.”

Nicolai Carlberg fortæller, at blandt andet boldbaner ved Hans Tavsens Park på Nørrebro i København fungerer som træningslokale.

”Af kvaliteter fremhæver Kenneth blandt andet den offentlige vandhane, der gør, at han ikke behøver at have vand med til hele dagen. Han fremhæver også, at der er grønt, og fugle der kvirrer. Den lille kiosk ved siden af bruges til proviantering. Andre steder er det eksempelvis et offentligt toilet eller oplyste baner om aftenen, som Kenneth fremhæver som særlige kvaliteter ved de konkrete steder.”

Det centrale er altså, at der er mange forhold, der har betydning for, hvorvidt omgivelser fungerer ideelt i forhold til den fysiske aktivitet.

”Grundpræmissen for at udøve den her sportsgren er 10 x 10 meter plan asfalt, men en lang række andre faktorer har afgørende betydning. Det gælder for BMX-køreren såvel som for løberen, petanquespilleren og deltageren i kommunens sommerdans i Fælledparken.

Hvad kan vi så bruge den her type af kvalitativ analyse til? Dels giver de os en detaljeret viden om de konkrete krav, som udøverne af forskellige former for byrumsidræt stiller til byens rum. Dels giver de en indsigt i nødvendigheden af, at indrette og forvalte byens rum på en åben og inkluderende måde. Der er idrætsgrene, der ynder at flytte rundt og indtage nye steder i byen, de ønsker at have et element af at indtage byens rum.

Dette samtidige krav om forandring og dynamik på den ene side og præcise kvalitetskrav på den anden er en udfordring for alle, som arbejder med idræt i byens rum”.

Nicolai Carlberg slutter af med at pointere, at der er tale om en vigtig balancegang.

”På den ene side er det ikke ønskeligt at anlægge byrum efter princippet om laveste fællesnævner, når vi ved, at idrætsudøverne stiller meget specifikke krav til byrummene. På den anden side nytter det ikke at skabe byrum, som er fastlåst til ét bestemt formål – én bestemt fortolkning, når vi nu ved, at idrætsgrene opstår og forgår, og at den samme idrætsgren måske ynder at flytte rundt i byen fra sted til sted.”

Svava Riesto pointerede nødvendigheden af større dialog med brugere, større fokus på, at byrum ændrer sig, at værker ikke er afsluttede, og en ny rolle med arkitekten som redaktør frem konstruktør.

”Det er ikke vores intention at give best off eksempler, men at inspirere. Vi kan ikke længere se på os selv som nogen, der skaber nogle afsluttelige værker, som man bare skal pleje. Det at være arkitekt handler også om at skabe normer. Det handler om planlæggeren som redaktør: proces og samarbejde, redaktionelle valg – og normer og mægling. Vi kan ikke bare holde borgermøder, det er ikke sikkert sådan en som Kenneth møder op, vi skal opsøge dem. Redaktørens rolle slutter ikke, når grundstenen er langt, vi skal være med i den proces.

Vi skal holde op med at skabe og pleje værker men i højere grad være redaktører. ”

Afslutningsvis opfordrede Svava Riesto til at tilhørerne læste videre i den publikation, der er lavet om erfaringerne fra undersøgelsen - med 9 punkter for hvordan planlægningen kan tage højde for nye oplevelsesfyldte sanseinspirerende byrum.

Claus Bøje, Udviklingschef i Lokale- og Anlægsfonden tilføjede:

”Vi er midt i en kulturkamp, hvor de fleste af jer er i det sundhedspædagogiske rum, med krav til at vi skal bevæge os og være sunde og glade. Vi har analfabetisme når det gælder fysisk bevægelse. Det hjælper ikke noget, at vi bliver ved at undersøge, vi skal kigge på byrummets muligheder.”

Jan Bille, Planchef i Roskilde Kommune:

”Det var meget spændende at høre indlægget. Men hvordan kan planlæggere både lytte til brugere og styre og redigere?”

Svava Riesto sagde:

”Vi tænker planlægning som en proces, ift. hvornår det er fagpersonen, og hvornår det er brugeren, der bidrager med kompetencer. I programmeringsfasen - som er helt uundværlig- kommer borgerne med vigtige informationer om hvilke aktiviteter, der bør tages højde for i et givet byrum. Programmet fastsættes endeligt, når planlæggeren/landskabsarkitekten prioriterer blandt og sammentænker borgernes behov og ønsker. Derefter kommer formgivningsfasen, som er planlæggerens ansvar. Som et led i senere forvaltning vil borgere og planlæggere igen samarbejde om løsning af eventuelle interessekonflikter.”

Benny Schytte, Kultursociolog, Statens Byggeinstitut tilføjede.

”Jeg har med glæde læst jeres undersøgelse. Jeg ved ikke, om man kunne lave en undersøgelse omkring det, at planlægge for det uplanlagte. Vi har været ude at kigge på 300 folkeskoler og en række socialt belastede området. Det her, det virker en lille smule eksklusivt, hvor mange skatere og bmx'er der? Efter at have været ude at se, synes jeg, at vi har nogle områder, vi skal fokusere lidt mere på. Det er dér, børn og unge opholder sig, det er i boligområderne og i skolen. Vi skal passe på, at det ikke bliver for eksklusivt.”

Torben Frølich, Direktør i Lokale- og Anlægsfonden sluttede af med at sige.

”Det er rigtigt set, at skolerne er utroligt vigtige. Samtidig må vi konstatere, at skolen bliver en del af byrummet i de små byer, det er der, man mødes.”

7 Arkitekturens betydning for at fremme fysisk aktivitet

Ved Rene Kural, Centerleder, Center for Idræt og Arkitektur.

Rene Kural indledte med at sige:

”Der er også forskelle i ulighed i sundhed i byerne, det skal vi også tænke på. Charlie sagde noget godt, se at komme i gang, der er ikke så meget viden på det her område. Når vi ikke ved så meget, så må vi tage udgangspunkt i nogle hypoteser.”

Rene Kural ønskede sig en stor pose penge, til at sætte forskning i gang.

”Er der en rig onkel her for vi skal have noget forskning i gang”

Han fortalte, at han har kig på Nordvest-området i København, som et centralt område, hvor man kunne skabe bedre rammer for fysisk aktivitet.

”Jeg har kig på et område: Nordvest. Ud fra et demografisk blik, så er der 15.000 beboere i Nordvest, 9000 arbejdspladser. Skal man give et signalement af bydelen, så er det, at der er mange enlige, mange ældre, mange af kommunens psykisk syge er placeret her. Der er en hel del unge, der er en hulens masse 2 værelses lejligheder. Vi løser ikke noget ved at lægge dem sammen, for der er en masse af os, der har brug for 2 værelses. Hvad med at decentralisere det tredje værelse? Det kunne man måske gøre i Nordvest. Nordvest er underforsynet med idrætsfaciliteter og grønne områder.”

Rene Kural talte om det store grønne område ved Bellahøjmarken, hvor man pt. arbejder med at skabe interessante fysiske rammer. Problemet ift. Nordvest er, at Bellahøjmarken og Nordvest afskæres fra hinanden af 54.000 biler om dagen på Borups alle og ca. 30.000 om dagen på Tomsgårdsvej. Center for Idræt og Arkitektur har derfor et løsningsforslag.

Rene Kural talte om 3 mulige løsninger:

- Børnene bliver i højere grad meldt ind i idrætsforeningerne
- Mere idræt i skolen
- Flere muligheder i skolen

If. dette pegede Rene Kural på en 4 mulighed, nemlig hjemmet.

”Vi vil pege på en 4. mulighed, det er nemlig hjemmet. Hvad nu hvis Nordvest fik lagt en hel masse ting ud, og vi lagde det ud som mæslinger, der hvor ungerne er, der, hvor man ikke skal krydse en vej med 54.000 biler. Vi kalder det akupunkturstrategien, den gør godt for hele kroppen”.

Mere konkret implicerer mæslingestrategien for Nordvest en lang række røde pavilloner med forskellige aktiviteter, musik, film, sport mv.

Rene Kural pointerede, at det handler om at få folk til at komme ud af husene, uanset at vi nogle gange har klimaet imod os. Som eksempel viste han billeder af portugisiske børn, der spiller børn mellem tætstående huse.

Han lagde også op til, at man evt. kan anvende kirker til rum for fysisk aktivitet og idræt, og viste eksempler fra kirker i Holland og England (London), bl.a. med fitnessrum på kirkeloftet.

"Måske kan man anvende kirkerne, der er to, jeg har kig på. Tove Fergo sagde på et tidspunkt, at mursten er ikke hellige. Som arkitekt vil jeg sige: "Der tager du fejl", men så er det ikke det samme, vi taler om.

Det her er svaret på, hvordan fremtidens kirke skal være i udbyggede områder. Der er en kirke, der er transformeret til diskotek i London Soho. Jeg siger ikke, at vi skal lave pub men måske en sundhedsbar".

Rene Kural viste derudover eksempler (fotos) fra en parkeringskælder i Lyon, hvor man kunne forestille sig et fitnesscenter, og en restaurant i Utrecht, Holland, med basketball bane på taget af restaurant. Det centrale i eksemplerne var de fysiske rammer, der havde flere samtidige funktioner, fysiske rammer, der fremme bevægelse, og fysiske rammer, der taler til flere målgrupper samtidigt.

Rene Kural viste derefter illustrationer af forskellige forslag til mere aktivitet i Nordvest: scaterbaner, streetbasket, beach volley, og klatreskulptur – med grønt, tilskuersfaciliteter og lys om aftenen.

"Det handler om, at vi læser byrummet, og at vi tilfører det noget, der ikke bare er funktionelt men også smukt"

Vibeke Dalum, Udviklingskonsulent i Friluftsrådet opfordrede til handling:

"Det med manglende viden,, der er jeg enig med dig. Vi har så meget viden og erfaring, og i øvrigt så går udviklingen så stærkt, så tag nu at brug det vi ved. Jeg er på Benny Schyttes hold, vi har mange fattige børn, brug jeres evne og fantasi. Vi vil gerne ud. En af de ting, der er sket, er, at danskerne er begyndt at trodse vejret. Vi har viden, og så må vi jo finde ud af, hvad der er barriererne for, at der ikke sker noget"

Per Schultze, Projektleder i Kvarterløft Nordvest opfordrede også til handling, og pointerede, at det er vigtigt at give brugerne et ejerskab for de fysiske rammer:

"Jeg vil bare opfordre til at finde de 500.000 kr., så vi kan komme i gang. Der er utrolig mange forhold, der gør sig gældende. At tage et område ud og prøve at kigge på det er utrolig interessant, jeg håber, at vi får lov at prøve det af på et byområde. Vi får hele tiden puttet ny viden på. Vi har brug for at udvikle metoder til at inddrage de mennesker, der bor i de byområder. Spørgsmålet er, hvordan vi kommer frem til et ejerskab, der fungerer".

Rene Kural sluttede af med at sige:

"Hvis vi skal nå at implementere det her, skal vi have 2-3 år. Jeg forestiller mig, at vi evt. dygtiggør nogle arkitekter til det her. Netværket i dag skal være med til at holde gryden i kog."

7.1 Introduktion til "power mingling" – netværksdannelse og erfaringsudveksling

Herefter introducerede moderator Torben Frølich til powermingling, der handler om effektivt at skabe forbindelse. Der blev dannet i alt 4 netværksgrupper:

- Rekreative området: Naturlegepladser, parker, havnearealer.
Minglere Søren Nabe-Nielsen og Karsten B. Hansen
- Transport og infrastruktur: cyklisme, infrastruktur, bilisme.
Minglere: Jens Troelsen og Sune Krarup Pedersen.
- Arkitektur og byrum: tilgængelighed, adfærd, motivation, socialt fællesskab, tryghed.
Minglere Rene Kural og Lars Gemzøe.
- Sundhedsadfærd og de fysiske rammer: sundhedsadfærd, social ulighed i sundhed. Mingler Gert Nielsen.

8 Sundhedsstyrelsens idékatalog

Ved Karsten B. Hansen, Skov & Landskab, KVL

Karsten B. Hansen indledte med at fortælle om arbejdet med at samle materiale til idékataloget.

”Udgangspunktet for arbejdet har været spørgsmålet ”Hvad kan inspirere andre?”. Kategorierne skulle så vidt muligt dække hele spektret: institutionsområdet, transport, arbejdspladser, børn, unge, ældre. I Norge og Sverige har man primært sat ind på handlings- og holdningsbearbejdningssiden og ikke så meget på ændringer af de fysiske rammer, så idékataloget indeholder primært eksempler fra Danmark.”

Arbejdet med at finde eksempler viste, at der mangler tværfagligt samarbejde om fysiske rammer, der fremmer bevægelse.

”Når jeg havde hørt noget interessant og ringede rundt, så vidste man ikke lige i hvad, eller hvor det var forankret. Det illustrerer meget godt, at dagens tema falder ned mellem flere stole. Eller med andre ord, det råber og skriger på tværsektorielt og tværministerielt samarbejde, hvis det her skal løbes i gang.”

Karsten B. Hansen viste derefter en række eksempler fra idékataloget, eksempler, hvor man har tænkt i alternativer ift. fysisk aktivitet. Et af eksemplerne var fra en såkaldt ”Tarzanjungle” i Norge.

”Det første eksempel, jeg vil vise jer, er for børn. Det er en Tarzanjungle i Norge, det består primært af en masse gamle bildæk og en række lange torve. Det appellerer også til pigerne. Man søger at skabe rammer for det, man kalder spontan leg, dvs. aktiviteter, der ikke er voksenstyrede.”

Der var et eksempel med en kunstgræsbane på taget af et indkøbscenter i Oslo.

”De her små kunstgræsbaner med bander er også ved at komme til Danmark.”

Et eksempel fra Herrestrup idrætslegeplads.

”Her er bl.a. en alternativ udformet boldbane med konkave boldmål, hvor bagsiden er udsmykket som bl.a. troldefigurer. Man håber, at man kan lokke alle aldersklasser til, der er kunstgræsbane, bålplads, et klatrestativ for voksne og mange andre ting. Det viser, at det skal være sjovt og så vidt muligt appellere til alle aldersgrupper – samtidigt.”

Og eksempler fra udeskole projekter.

”Udeskole er en mulighed for at give læring eller undervisning en helt ny dimension, som den ikke har inde i klasseværelset. I Norge bliver det vist nok skrevet ind i læreplanerne, at børnene skal være ude mindst 1 time dagligt. De skal være aktive, det er lærerstyret med boldaktivitet o.l., og så kan børnene melde sig ind. Man har nogle problemer med at introducere udeskole i Danmark. Lærerne mangler viden om, hvad de kan bruge skoven til i forhold til f.eks. matematik, sprogundervisning og gymnastik.”

Karsten B. Hansen viste desuden eksempler fra idékataloget på en skaterbane i Københavns sydvestkvarter, Det Maritime Ungdomshus på Amager, Klejtrup By- og Legepark og en ny lysløjpe i Fælledparken i København.

”Det med oplyste motionsspor er blevet populært, men man bliver nok aldrig færdig med at diskutere, hvad det her lys egentlig skal, burde lyset måske være ude på buskadset?”

Han afprøvede med eksempler fra Københavns Havn, hvor man har lavet strandbade midt i byen.

”På CopenCabana, der er erfaringerne, at der skal være gode opholdsmuligheder. Sandstranden er måske det vigtigste.”

Karsten B. Hansen sluttede af med at pointere vigtigheden af at motivere især børnene til fysisk aktivitet, oplagt via udeskoleaktiviteter.

”Især børneområdet virker væsentligt. Det er vigtigt, at vi sætter ind der, men det hjælper ikke, hvis vi præger dem til at være fysisk inaktive. Derfor er udeskole måske det vigtigste af det her. Børnene skal være fysisk aktive dagligt, og det kan de blive ved at deltage i udeskoleaktiviteter.”

9 Handlingsplan for Trekroner

Ved Jan Bille, Byg- og Planchef i Roskilde Kommune

Jan Bille præsenterede Roskilde Kommunes handlingsplan for Trekroner Øst, et ca. 80 hektar stort areal hvoraf ca. 40 hektar kan bebygges, øst for Roskilde by, I planlægningen har man fokuseret meget på omgivelsernes betydning for fysisk aktivitet.

Jan Bille har arbejdet med Trekroner de sidste 10-15 år. Han indledte sit oplæg med nogle teser, Roskilde Kommune arbejder ud fra i deres planlægning for fritidsaktiviteter og sociale netværk i Trekroner.

- Omgivelserne fremmer samspil mellem bevægelse og samvær – og omvendt
- Når brugerne inddrages opstår kreativitet og ansvar
- Robuste rammer skaber plads og tid til at forme
- Stedets ”spor” skaber inspiration og identitet
- Mangfoldighed af steder giver bevægelse

”Der er ikke så meget nyt i ønsket om at skabe robuste rammer, men det kan være svært at gennemføre. I Trekroner øst er vi kun lige startet på udbygningen, nu skal vi i gang med byggegrundene. Det er jomfrueligt endnu, derfor er der gode muligheder for at opnå de ønskede resultater.

Mangfoldighed giver sig bl.a. udtryk i en mangfoldighed af boligformer. Alt, hvad vi kender af boligformer, bliver blandet i forholdsvis små enheder.

Oplevelsesrigdommen, det er også noget, vi prøver at lægge ind i det, vi laver. Det forstærkes, efterhånden som der flytter beboere til området, som tager det i brug.

Tryghed og overskuelighed i stisystemet er vigtigt, specielt når børn og ældre skal bruge det, derfor har vi bl.a. tænkt i rette linjer, som modsvarer det varierede terræn.

Vi satser, så godt vi kan, på dannelsen af sociale netværk, vi prøver at lave nogle strukturer, der beforder det.

Identiteten, den kommer efterhånden. Det er svært at lægge ned over et område fra starten. Ting skal kunne forandre sig over tid, men det kræver stor opmærksomhed at realisere i praksis. Der er også en styrke i at indse, at det er en forstad. Der er alt det grønne. Der er noget at se på. Det betyder noget for de mennesker, der flytter til området.”

Jan Bille inviterede tilhørerne til at besøge Stig Andersons have, den såkaldte ”Kundskabens Have” I Trekronerskolen – et inspirerende gårdanlæg omkring en have.

Han fortalte, at man gør sig tanker omkring, hvad der kunne ske af aktiviteter langs stierne, som der vil være en del af i Trekroner Øst.

”Hvad kunne der ikke ske på sådan et stiforløb, kontakten kunne styrkes ved at man i forbifarten ser at nogle leger, spiller bold osv.”

Jan Bille fortalte, at man i høj grad inddrager borgerne ikke mindst i idé genereringen.

”Vi skal have inddraget borgerne, det giver ekstra ressourcer. Der dannes netværk bl.a. omkring de nye boligområder. Det er stærkt med til at præge området. Munksøgaard, et stort økologisk boligområde, deltager i debatten hver gang, der er mulighed for det.”

Han fortalte, at man har afholdt en workshop med de forskellige interessegrupper og beboere i området for at styrke dialogen mellem borgere og byplanlæggere på en anden måde end gennem traditionelle borgermøder.

”Vi har holdt en workshop med 4-5 grupper med projektledere fra tegnestuer, arkitektstuderende, landskabsarkitekter og kunstnere. Med borgere, RUC studerende, investorer, naturfredningsfolk mv. En uge fra kl. 9-21 arbejdede vi med de her ting. Rammerne blev lagt fra kommunens side, men det kan alligevel være en overvindelse for kommunale embedsmænd at slippe styringen. Alle knoklede løs, men det var svært at blive rigtig realistiske indenfor den korte frist. Vi havde inviteret borgere til debat om aftenen. Eksperimentet var sjovt, og vi har lært af det og har meget gode erfaringer. De traditionelle borgermøder er gode til nogle ting, men det er de samme mennesker, der kommer hver gang. De kommer og afleverer en lektie, de hører ikke rigtig på hinanden. Det er lidt utilfredsstillende for begge parter.”

Jan Bille argumenterede for, at det, at borgere og brugere inddrages i planlægningen, også giver et større ejerskab, men at det samtidig kan være svært at inddrage brugerne, når det handler om planlægning af et nyt boligområde, fordi de kommende beboere er ukendte.

”Beboerne har også lavet fremtidsværksted med børnene, inden de skulle starte i en ny klub. Det har givet børnene ejerskab til den nye klub, og det har givet dem en forståelse for de regler, der er i klubben. På den måde har vi kunnet inddrage de kommende brugere. Men det kan man jo kun, når man kender dem, hvordan gør man det i et nyt boligområde? Det er noget af det, vi arbejder med og håber at blive bedre til.”

Man har tænkt både i natur, strukturer og robuste rammer, der kan give oplevelser og aktivitet i planlægningen af Trekroner Øst.

”Vi har plantet skovbælter, der er med til at strukturere området og give en oplevelse af natur. Det er vigtigt, at der er steder, hvor man kan fiske, det er spændende for børn at kunne. Sådan noget kan jo foregå, når ”stederne” er tilstrækkelig robuste. I Trekroner finder det sted i en stor grusgrav.”

Handlingsplanen indeholder planer om et fælleshus, indrettet i en eksisterende gård i området, finansieret via grundprisen og indrettet af de kommende brugere. Desuden er der en plan for aktiviteter placeret langs med Himmelev bæk.

”Ideen er, at det er sammen med beboerne, det skal udvikles. Vi etablerer kraftig robust beplantning, og så kan vi skove ud i det, efterhånden som man vil placere nye aktiviteter.

”Vi har også tanker om en markedsplads, det er også en ide fra workshoppen. Hvad er det folk mødes om: det er at bytte gamle ting, og så måske et skateranlæg. Det kan være, der opstår fællesskab omkring en sådan markedsplads.”

10 Hernings grønne sportsstrøg – visioner og samarbejde

Ved Lars Østerbye, Stadsgartner i Herning Kommune

Lars Østerbye, Herning Kommune takkede for invitationen til at deltage, og fortalte, at han har arbejde med projektet ”Vejlevej – Hernings grønne sportsstrøg” det sidste ½ år.

Baggrunden for projektet er, at den nye motorvej syd om Herning overflødiggør Vejlevej på en 1 kilometer strækning.

”Der lå der så lige pludselig en 1 km lang og 7 meter bred asfalt vej flankeret af græsrabatter.”

Herning Kommune har valgt at ”genbruge” vejstrækningen til rekreative formål samtidig med, at der opretholdes cykelstier mellem de to byer.

”Vi håber, at det bliver et nyt godt sportsstrøg, baseret på de her begreber: natur, kultur, leg. Der er 3 vigtige forudsætninger for at det lykkes: at det har en funktion, at det ligger det rigtige sted og har den rigtige størrelse. At borgere og forvaltningsafdeling har lyst til at bruge og respektere hinandens kompetencer.”

Lars Østerbye fortalte, at det tog lang tid, før han rigtig fik øjnene op for de muligheder, vejstrækningen bød på med naturoplevelser og fysisk aktivitet, i lys og mørke.

”Det er i høj grad et sted, hvor vi aktivt kan spille på et tilbud om naturoplevelser. Den oprindelige plan med vejstrækning var, at den skulle graves op og naturoprettes, det har ligget i kortene Jeg har kendt til det her i mange år, 10-15 år, jeg begyndte at tænke: ”Var det nu en god ide, jeg får aldrig råd til at nyanlægge 1 km. asfalteret vej”. Jeg har gennem årene haft en lang række henvendelser om befæstede arealer til scatere o.a. Jeg gik og tumlede med, om jeg skulle sige de her naturfolk imod og finde på noget andet.

Forudsætningerne talte for, at det kunne blive en god ide. Der er til stadighed mennesker, der færdes gennem, den var belyst, det kunne også blive forløberen til vores belyste natursti - det er jo åbenbart de samme ting, der skal bevæge sig over det ganske land.”

Visionen for projektet var, at Vejlevej skulle blive kendt som Hernings grønne sportsstrøg, der skal aktivere Herning borgerne gennem idræt og kultur, en aktivering for både krop og sind, og aktiviteter der øger samarbejdet mellem brugerne.

”Vision var at samle en lang række brugergrupper om fælles samvær, organiserede og uorganiserede brugere.”

Projektet arbejder med 7 temaer:

- Distancen
- Klassen
- Bazaren
- Legen
- Rampen
- Pusterummet
- Scenen

"Det, at klassen kunne tage ud, at tage afsæt i en tur i mosen, det kunne også være klassens atletikdag, samtidig med at man havde naturdag, så man vekslede mellem de bløde ting og det mere hårde.

Vi har mulighed for at etablere en egentlig koncentreret legeplads i den nordlige del, hvor der i dag er parkeringsplads. Det er sådan, at begge sider af vejen er naturfredede, så vi har at blive inden på vejen på nær to steder, hvor vi har lavet parkering med adgang til mosen.

Vi har det store bjerg nede i bunden, hvor vi havde forestillet os at mountainbikere kunne være."

Lars Østerbye fortalte, at man forestiller sig en masse forskellige aktiviteter, fra store mænd med små biler til gåture og naturoplevelser.

"Mænd bliver jo aldrig for store til at lege, så vi har en klub, der leger med fjernstyrede biler, der kan vi tilbyde et onroad og et offroad sted, og jeg tror også, at det er en aktivitet, der vil trække en masse mennesker ned gennem for at se de her mænd lege med deres biler.

Man kan nyde, at fuglene synger og solen skinner, som den naturligvis altid gør i Herning. Det er et sted med god tilgængelighed. Der er mulighed for mange temaer omkring idræt og kultur, der kan skabes spændende oplevelsesmønstre. Det vil være et sted, hvor man kan gå ned, hvis man vil høre den rigtige stilhed, det er stilhed, der lyder af så meget, at man kan høre den."

Lars Østerbye kunne fortælle, at rapporten har været forelagt Direktionen i Herning Kommune og Teknik- og Miljøudvalget, og fællesmøde med Fritids- og Kulturudvalget er næste trin, i løbet af foråret 2005 vil de sidste politiske behandlinger af projektet finde sted.

"I løbet af 1 md. har vi de sidste politiske behandlinger, og hvis det bliver et ja, så har det så stor folkelig opbakning, at vi nok skal finde de penge til at starte op på det."

Lars Østerbye sluttede af med at pointere sine gode erfaringer med at lade projektet vokse op nedefra og at prøve at tænke ud over magt, strukturer og kontingentmidler, at skabe dialog og fælles ejerskab.

”Dette er en klog måde at lade det vokse nedefra. Så vi er dem, der lytter og rådgiver, og gemmen de næste år vil det vokse sig stærk. Så vil vi få anlægsudgifter i et roligt tempo, så vi kan følge med. Jeg vil gerne nævne nogle projekter, vi har oplevet gode erfaringer med. Vi har fællesinvesteret i en børneweekend med fest i Søndre Anlæg for ungerne med underholdning, ponyheste, 6-8000 mennesker. Stadsgartneren smider penge i, og Friluftsrådet, Kulturforvaltning stiler underskudsgaranti. Vi har anlagt alle vores grønne områder med fælles plantedage, planlægningsmøder, sodavand og balloner og jeg har fået en række brugere der føler sig som medejere, uden at tænke i magt, strukturer, og kontingentmidler. Tænk I flersidighed.”

11 Odense Cykelby

Ved Troels Andersen, Civilingeniør i Odense Kommune

Trafikministeriet udpegede Odense som Danmarks Nationale Cykelby 1999 – 2002. Med udnævnelse fik Odense Kommune 10 mio. kroner og lagde selv et tilsvarende beløb. Over den 4 årige projektperiode blev der iværksat en lang række projekter – 50 delprojekter med meget forskelligt indhold og vinkel på dét at fremme cykelkulturen.

”Vi skulle i mange forskellige retninger. Det handlede om rum og fysiske forbedringer, om rettigheder og regler, om markedsføring og kampagner. Visionen var at skabe en dansk mønsterby for cyklister - det hele baseret på frivillighed.”

Troels Andersen fortalte om lokalpoliti på cykel, cykeltaxaer og udbygning af det i forvejen store stinet af cykelstier i og omkring Odense by.

”En af tingene, vi har arbejdet med, er lokalpolitiet i Vollsmose. Det er en anden måde at lave sit arbejde på, politifolk på cykel. Det er nemt, sundt, billigt, og det giver en tæt kontakt til den bydel, der i princippet er bilfrit område. Cykeltaxaerne har mere symbolværdi.

Kommunen har et meget stort sti net, da det er en lav by, såkaldt haveby. Der er ca. 300-400 km stier. Hovedstiplanen blev til i 70'erne, og er bygget ud år efter år. Vi var ude at producere en ønskeseddel på grundlag af interviews med 700 cyklister, nogle ting var nye indenfor den her verden. Vi byggede også cykelstier men udvidede i projektperioden kun nettet med 1 promille.”

Troels Andersen fortalte også om, hvordan man hjalp cyklisterne til at komme hurtigere gennem byen.

”For 7000 kr. pr. kryds kan man lade cykler køre over for rødt ved t-kryds, så har man bare almindelig vigepligt i stedet. Vi lavede også den grønne bølge: hvis man følger en grøn bølge, kommer man over for grønt lys. Det var mest ment som en gimmick, men det blev meget populært. Det er ret dyrt, men det var for at skabe en debat om, hvad kan man gøre for cyklister. Man har tavler og intelligent trafik for bilister. Indtil nu har der stort set ikke været noget at tilbyde cyklister. Vi lavede radarmåler med hastighed. Vi har været meget omkring. Vi har givet cyklister prioritet de steder, hvor der er flere cyklister end bilister. Her foregår det på cyklisternes præmisser.”

Han fortalte desuden om cykeltælleren, en succes, der også er solgt til Danmarks nabolande.

”Vi har lavet en tæller, den laver ikke noget, den fortæller bare, hvad nummer cyklist, man er, men det har skabt en stor PR værdi. Det, der konkret er kommet ud af det, er, at der er solgt 10 til vores nabolande.”

Også bedre forhold omkring cykelparkering, bl.a. ved banegårdspladsen har været i fokus, bl.a. med nye muligheder for at låse cyklen fast.

”Vi har også gjort meget ud af cykelparkering. Ved banegården har vi købt hele den gamle banegård med plads til 300 cykler under og 400 bagved stationen, lige nu er vi i gang med nyt cykelcenter med plads til 800 cykler. Vi har lavet nye cykelstativer og nye låsesystemer, så cyklerne kan låses til stedet og ikke kan bæres væk.”

Troels Andersen fortalte, at man også har brugt skoleklasser og børneinstitutioner som afsæt for kampagner.

”Det er så heldigt, at man ved hvor børnene er. Man kan bruge den enhed, klassen, i konkurrencer. Vi havde 3-4000 børn med. Det, der er karakteristisk for alle konkurrencer, er skalaen. For at få det til at rykke noget i masserne, så det ikke bare er det gode eksempel, der er altid en grundudgift til en kampagne, men skal man lave mange, er det ikke forholdsmæssigt dyrere.”

”Vi har lånt forældre en cykeltrailer 1 uge, så de kunne prøve den. Der var et par tusinde, der sagde ja tak. Vi har nu 2-3 gange så mange cykeltrailere ved daginstitutioner som i andre byer.”

Han fortalte videre, at man også lavede guidede ture på cykel – og at det marked langt fra er mættet.

”Det er et meget umættet marked, man kan køre temaer, senior-, familieture, snapseture, der er ingen ende på det.”

Generelt har de mange projekter givet flotte resultater.

”Det her, det rykkede, det det skulle. Cykeltrafikken steg 20% endda fra et meget højt udgangspunkt. 26% af alle ture er på cykel. Der er kommet 35 mio. nye cykelture på de 4 år. Vi bruger kontrolbyer og siger, vi korrigerer os ind ift. en normal provinsby, når vi måler effekten. Der er ift. det 25.000 ekstra cykelture hver dag. Over 50% af de nye cyklister kørte tidligere turen i bil”

Også ift. trafiksikkerhed har projekterne gives bonus:

”Cykelulykkerne faldt med 20%, jo flere cyklister jo mere sikkert for den enkelte cyklist. Hvis man vil have færre cyklistulykker, så skal man have flere til at cykle.”

Også ift. sundhed generelt er der gode resultater.

”Vi har sparet 2131 leveår. Hver mandlige borger lever 5 md. længere. Dødsraten for 15-49 årige er faldet med 20%, det kan højest sandsynligt henføres til mere aktiv livsførelse. Ift. det faktiske forbrug primært til langtidssyge er der sparet 33 mio. kr. til sundhedsudgifter.”

Troels Andersen konkluderende derfor at

”Cykeltrafikken kan stige markant med moderate investeringer: 50 øre pr. cykeltur - mere cykletrafik kombineret med færre ulykker er realistisk. Besparelserne i sundhedsbudgetterne er dobbelt så store som investeringerne på 4 år.”

Han kunne desuden fortælle, at man nu er i gang med at lave en cyklisthandlingsplan, for at fastholde den gode tendens, som nr. 1 i en benchmarking af cykelpolitikken i 40 byer i Europa. Nogle af handlingsplanens fokusområder er:

- Øremærkede penge til udbygning af stinet og sikring af børns skoleveje
- Individuel markedsføring
- Interaktiv cykeltræning for børn
- Trafikmodel for cykeltrafik

Troels Andersen sluttede af med følgende anbefalinger:

- Skab fysiske kvaliteter gennem faste årlige budgetter
- Aktiver brugerne, der er majoriteten af vælgerne
- Markedsføring, igen og igen
- Fysiske faciliteter er en kritisk forudsætning
- Men det er ikke nok!

”Det er utroligt vigtigt at vi aktiverer brugerne, vi har ca. 5 mio. cykler i Danmark, de fleste kan cykle, og det er ikke en selvfølge i andre lande. Man skal ikke tro, man bare kan lave et pænt møblement, og så kommer kunderne, man skal sørge for at sælge det ordentligt. Se mere på www.cykelby.dk”

12 Opsummering

Moderator Torben Frølich afrundede dagen ved takke for de mange spændende oplæg og opfordrede til fortsat mingling og netværksdannelse på tværs af faggrænser.

”Når vi snakker fysisk aktivitet, så handler det om at skabe nogle rammer, så folk selv har lyst til at være med. Et område som vi ift. resten af verden er verdensmester i (cykling), det kan vi faktisk godt gøre bedre. Vi står for at lave kommunesammenlægninger. Et at de steder, vi kunne tænke os at være med at skabe nyt liv, er nogle af de skolegårde, der bliver tomme. Man kan frygte, at når vi får de storkommuner, så forsvinder den lokale mulighed, der ligger lige til højrebænet. Tak for i dag.”

13 Program for netværksseminar

- 10:30 Velkomst, Bjarke Thorsteinsson, Indenrigs- og Sundhedsministeriet
- 10:40 Moderator, Torben Frølich, Lokale- og Anlægsfonden
- 10:50 Hvor langt er vi i Danmark, og hvilke muligheder er der?, Søren Nabe-Nielsen, Kræftens Bekæmpelse
- 11:10 Changing the environment to promote health-enhancing physical activity, Charlie Foster, University of Oxford
- 11:50 Byrummet bevæger, Svava Riesto, SLA Landskabsarkitekter
- 12:20 Arkitekturens betydning for at fremme fysisk aktivitet, Rene Kural, Center for Idræt og Arkitektur
- 12:50 Introduktion til "power mingling" – netværksdannelse og erfarings- udveksling
- 13:00 Frokost og power mingling
- 14:30 Sundhedsstyrelsens idékatalog, Karsten B. Hansen, Skov og Landskab, KVL
- 15:00 Handlingsplanen for Trekroner, Jan Bille, Roskilde Kommune
- 15:30 Hernings grønne sportsstrøg – visioner og samarbejde, Lars Østerbye, Herning Kommune
- 16:00 Odense Cykelby, Troels Andersen, Odense Kommune
- 16:30 Opsamling

14 Deltagere og oplægsholdere

Maria Keinicke Davidsen, Forskningsassistent Center for Idræt og Arkitektur
Maria Miret, Danske Landskabsarkitekter
Benny Schytte, Kultursociolog SBI, Hørsholm
Pia Laulund, Specialkonsulent i motion, Folkesundhed København
Per Schulze, Projektleder, Kvarterløft NV København
Sune Steiniche Kjær, Idræts- og Motionskonsulent, Kvarterløft NV København
Sanne Maj Andersen, Arkitekt, Kvarterløft NV København
Mette Arnsfelt Andersen, Fuldmægtig, Ministeriet for Familie og Forbrugeranliggender
Britta Daugaard, Project Manager, The Danish Town Planning Institute
Steen B. Hansen
Anne Kristine van der Zaag, Masterstuderende Institut for Idræt
Dorthe Andersen
René Nielsen, Masterstuderende, Idræt og Velfærd København
Morten Kromann Nielsen, Projektkoordinator, Modelprojekt Børn, Mad og Bevægelse
Peter Kock Hansen, Projektmedarbejder, Modelprojekt Børn, Mad og Bevægelse
Torben Jørgensen, Centerchef, Forskningscenter for Forebyggelse og Sundhed
Lisbeth Crafack, Idrætskonsulent, DAI/idræt for sindslidende
Jørn Christoffersen, Konsulent, Lokale- og Anlægsfonden
Svava Riesto Landskabsarkitekt SLA Landskabsarkitekter
Simon Rask, Projektleder, Kræftens Bekæmpelse
Michael Skovbo Jensen, Projektleder, Lokale- & Anlægsfonden
Helle Ann Hartvich, Masterstuderende, Idræt og Velfærd
Ottar Eide, Underdirektør, Kultur- og kirke departementet, Idrettsavdelingen
Ivan Hyllested Pedersen, Park- og Vejchef, Park- og Vejafdelingen, Roskilde Kommune
Jørn Pedersen, Gruppeleder, Park- og Vejafdelingen, Roskilde Kommune
Thomas Skovgaard, Studieleader, Folkesundhedsvidenskab, Syddansk Universitet
Stine Poulsen, Arkitekt maa, SLA Landskabsarkitekter
Susanne Almroth, Studerende, Kunstakademiets Arkitektskole
Katrine Østergaard, Ph.d., Center for Byplanlægning
Jens Christian Leth Pasgaard, Forskningsassistent, Center for Byplanlægning
Barbara Hjalsted, Afdelingslæge, Sundhedsstyrelsen
Bente Jensen, Udviklingschef, Holbæk Kommune
Jens Hedegård, Byplanchef, Holbæk Kommune
Bodil Larsson, Fysioterapeut
Charan Nelander, Direktør, Komiteen for Sundhedsoplysning
Bente Klarlund Pedersen, Professor, overlæge, Rigshospitalet
Klaus Eskelund, Fuldmægtig, Idrætsplanlægning, Københavns Kommune
Pernille Vange, Kontorchef, Idrætsplanlægning, Københavns Kommune
Miguel Mikkelsen, Forskningsassistent, Statens Institut for Folkesundhed
Marianne Kofoed, Projektleder, Fonden Realdania
Mette Lindberg, Projektleder, Fonden Realdania
Marianne Nielsen, Arkitekt, Byplankontoret, Odense Kommune
Jette Flinch Nyrop, Arkitekt, Byplankontoret, Odense Kommune
Carsten Henriksen, Landinspektør Byplankontoret, Odense Kommune
Lene Okholm, Kursusleder Kunstakademiets Arkitektskole
Annette Kristensen, Byplanarkitekt, Helsingør Kommune
Marie Louise Bistrup, Arkitekt, Statens Institut for Folkesundhed
Jette Harlund, Byplanarkitekt, Teknisk Forvaltning, Rosenholm Kommune
Steen Bille, Journalist, DGI Kommunikation
Alice Riis Bach, Freelancejournalist

Jens Troelsen, Ph.d., Institut for Idræt og biomekanik, Syddansk Universitet
 Sonja Bjergskov Larsen, Landskabsarkitekt, Park og Vejafdelingen, Lyngby Taarbæk Kommune
 Ida Vestergård Pedersen, Landskabsarkitekt, Park og Vejafdelingen, Lyngby Taarbæk Kommune
 Signe Mette Jensen, Phd. studerende, RUC
 Birgit Holst, Landskabsarkitekt, Silkeborg Kommune
 Lise Hansen, Sektionsleder, Silkeborg Kommune
 Helle Skou Olsen, Bachelorstuderende, Silkeborg Kommune
 Joan Bentzen, Cand.scient., ph.d. Kræftens Bekæmpelse
 Nanet Mathiasen, Arkitekt Inst. 2, Kunstakademiets Arkitektskole
 Nina Voltelen, Arkitekt Inst. 2, Kunstakademiets Arkitektskole
 Stine Schibsbbye, Landskabsarkitekt, Teknisk Forvaltning, Greve Kommune
 Mads Rue, Arkitekt, Teknisk Forvaltning, Greve Kommune
 Joan Radoor, Fysioterapeut
 Bente Møller, Læge
 Lene Terp Nielsen, Akademisk medarbejder, Embedslægeinstitutionen
 for Københavns og Frederiksberg Kommuner
 Lise Therkelsen, Forebyggelseskonsulent, Sundhed for Seniorer
 Søren Willeberg Fuldmægtig Kontoret for idræt og almen kulturpolitik, Kulturministeriet
 Jette Brorsen, Masterstuderende, Idræt og Velfærd Fredericia
 Maj Seneka, Stud. professionsbachelor, Ankerhus Seminarium
 Anne Brødsgaard, Sundhedskoordinator, Stud.-mph
 Anne-Mette Kjær, Masterstuderende, Idræt og velfærd Herning
 Christian Hanak, Projektleder, Copenhagen X
 Morten Suhr, Landskabsarkitekt, Køge Kommune
 Peter Simonsen, Afdelingschef, Forebyggelse og Sundhed, Fyns Amt
 Hanne Frimodt Møller- Jensen, Byplankoordinator, Tårnby Kommune Tårnby
 Rasmus Bartholdy Jensen, Skov & Landskabsingeniør, Tårnby Kommune
 Marie-Louise Wanscher, Landskabsarkitekt, Tårnby Kommune
 Bettina Lamm, Landskabsarkitekt, phd. studerende, Kunstakademiets Arkitektskole
 Marie Thing, Arkitekt, Thing & Wainø
 Tine Christiansen, Planlægger, Nykøbing-Rørvig Kommune
 Sussi Friis, Sundhedskoordinator, Kommunerne i Odsherred
 Marie Staalsø, Arkitekt MAA, Center for Idræt og Arkitektur
 Steen Søgaard, Projektleder, Vejle Kommune
 Dorte Nielsen, Sygeplejelærer, CVSU-Fyn
 Sebastian Landgren, Masterstuderende, Idræt og Velfærd
 Erik Termansen, Landskabsarkitekt, Park- og Vejafdelingen, Lyngby-Taarbæk Kommune
 Laura Munch, Konsulent, Lokale- og Anlægsfonden
 Sidsel Raskmark, Udviklingskonsulent, Tress, Sport & Leg
 Bjarne Kennig, Arkitekt, Brøndby Kommune
 Søren Hamberg, Idræts- og Fritidschef, Brøndby Kommune
 Lykke Hansen, Studerende, Suhrs Seminarium
 Kirstine Iversen, Studerende, Aalborg Universitet
 Maj Nielsen, Studerende, Aalborg Universitet
 Mette Hilslov Petersen, Studerende, Aalborg Universitet
 Dorte Ringgaard Jensen, Studerende, Aalborg Universitet
 Bill Højelsen, Direktør, Albertslund Svømme-og Idrætsanlæg
 Vibeke Dalum, Udviklingskonsulent, Friluftsrådet
 Erik Preisler, Arkitekt, Friluftsrådet
 Kristian Mondrup, Projektkoordinator, Forebyggelse og Sundhed, Fyns Amt
 Cathrine Bjørn Thackray, Arkitekt MAA, Bygge- og Teknikforvaltningen,
 Vej & Park, Københavns Kommune

Mette Hald Dige, Landskabsarkitekt MDL, Bygge- og Teknikforvaltningen,
 Vej & Park, Københavns Kommune
 Helle Bay, Arkitekt, MAA Bygge- og Teknikforvaltningen, Vej & Park, Københavns Kommune
 Annie Højriis Hansen, Landskabsarkitekt, MDL Bygge- og Teknikforvaltningen,
 Vej & Park, Københavns Kommune
 Henrik Preisler Mathiesen, Landskabsarkitekt MDL Bygge- og Teknikforvaltningen,
 Vej & Park, Københavns Kommune
 Eva Ekbrant Arkitekt MAA Bygge- og Teknikforvaltningen, Vej & Park, Københavns
 Kommune
 Stine Cecilie Brink, Landskabsarkitekt MDL, Bygge- og Teknikforvaltningen,
 Vej & Park, Københavns Kommune
 Rasmus Grandelag, Landskabarkitekt, Bygge- og Teknikforvaltningen,
 Vej & Park, Københavns Kommune
 Kristian Nabe-Nielsen, Projektleder, Bygge- og Teknikforvaltningen,
 Vej & Park, København Kommune
 Christian Ege, Formand, Det Økologiske Råd
 Mette Lindstrøm, Akademisk medarbejder, Sundhedsstyrelsen
 Lene Solskov Gundorf, Akademisk medarbejder, Sundhedsstyrelsen
 Holger Kortbek, Konsulent, Lokale- og Anlægsfonden
 Peter Holst, Landskabsarkitekt, Peter Holst Tegnestue
 Sabina Zwergius Teilmann, Landskabsarkitekt, Peter Holst Tegnestue
 Henrik H. Brandt, Direktør, Idrættens Analyseinstitut
 Catrine Scholle, Idrætsforsker, Underviser og rådgiver
 Nanna Jansson, Fuldmægtig, Fødevarestyrelsen
 Birgitte Hanel, Bioanalytiker, Klinik for Klinisk Fysiologi & Nuklearmedicin
 Anne Marie Damborg, Studerende, Ankerhus Seminarium
 Katinka Hauxner, Projektleder, Copenhagen X
 Jan Buur, Ældreidrætskonsulent, Sundhed og Omsorg, Århus Kommune
 Suna Kate Palsholm, Konsulent, Sundhed og Omsorg, Århus Kommune
 Karin Skousbøll, Arkitekt, lektor Kunstakademiets Arkitektskole
 Aase Eriksen, Arkitekt
 Camilla Siverson, Professionsbachelor i ernæring og sundhed
 Lotte Andersen, Professionsbachelor i ernæring og sundhed
 Grethe Løhde Nielsen, Ergoterapeut, Work Life Partners
 Eva Tufte, Direktør, Mødrehjælpen
 Lis Hamburger, Storstrøms Amt
 Solvejg Beyer Reigstad, Centerkoordinator, Center for Byrumsforskning
 Mette Lindstrøm, Akademisk medarbejder, Sundhedsstyrelsen
 Tine Buch-Andersen, Professionsbachelor i Ernæring og Sundhed, DGI Storkøbenhavn
 Bo Seidelin Hune Landskabsarkitekt Park- og Vejafdelingen, Odense Kommune
 Lars Bendix Poulsen, Forstfuldmægtig, Skov- og Naturstyrelsen København
 Christian Ridder, Instruktør, DGI byen Farum
 Miguel Romero Mikkelsen, Forskningsassistent Statens Institut for Folkesundhed
 Lars Gemzøe, Lektor, arkitekt Center for Byrumsforskning
 Flemming Overgaard, Center for Idræt og Arkitektur
 Peder Duelund Mortensen, Lektor, arkitekt Kunstakademiets Arkitektskole
 Peter Sand, Stud.arch, Center for Idræt og Arkitektur
 Bjarke Thorsteinsson, Kontorchef, Indenrigs- og Sundhedsministeriet
 Karina Andersen, Indenrigs- og Sundhedsministeriet
 Søren Nabe-Nielsen, Kræftens Bekæmpelse
 Gert Nielsen, Kræftens Bekæmpelse
 Charlie Foster, University of Oxford
 Jan Bille, Roskilde Kommune

René Kural, Centerleder, Center for Idræt og Arkitektur
Karsten B. Hansen, Skov og Landskab, KVL
Lars Østerbye, Stadsgartner, Herning Kommune
Troels Andersen, Odense Kommune
Else Trangbæk, Institut for Idræt
Torben Frølich, Direktør, Lokale- og Anlægsfonden
Claus Bøje, Udviklingschef, Lokale- og Anlægsfonden
Mette Mogensen, Udviklingskonsulent, Lokale- og Anlægsfonden
Sune Krarup Pedersen, Specialkonsulent, Sundhedsstyrelsen
Jens Troelsen, Syddansk Universitet Odense