



**Akademien för hälsa och arbetsliv**

En grönare stad:  
Hur viktig är närheten till grönområden samt tysta  
miljöer i boendemiljön för människors hälsa?

*Ann-Sofie Lundblad*  
*Juni 2011*

Folkhälsovetenskap 15 hp  
Vetenskaplig uppsats C

**Folkhälsovetenskap C 30 hp**  
**Handledare Igor Knez**

<b>Titel.</b>	<b>En grönare stad</b> – Hur viktig är närheten till grönområden och tysta miljöer i boendemiljön för människors hälsa?
<b>Författare.</b>	Ann-Sofie Lundblad
<b>Ämne.</b>	Folkhälsovetenskap
<b>Nivå och poäng.</b>	Folkhälsovetenskap C 15 hp
<b>Kurs.</b>	Teori och Metod C
<b>Handledare.</b>	Igor Knez
<b>Examinator.</b>	Maria Lennernäs

## **Sammanfattning**

Att öka tillgängligheten och få människor att använda stadens parker och grönområden som en naturlig del i vardagen är också ett sätt att förbättra folkhälsan. Forskning som folkhälsoinstitutet gjort visar att människor vistas mer regelbundet i grönområden om avståndet inte överstiger 300 m.

En kvantitativ fältstudie med strukturerade enkätfrågor genomfördes med 98 stycken deltagare runt omkring stortorget i centrala Gävle.

Studiens syfte var att undersöka vilken inverkan närheten till grönområden från boendemiljön har på människors självupplevda hälsa samt att jämföra skillnader mellan olika åldersgrupper, kön och typ av boende. I studien undersöktes även användandet av den egna trädgården / innergården samt användande, avstånd och typ av grönområdet samt vilken inverkan störande ljud och tysta miljöer har för människors upplevda hälsa.

Resultaten visade att det finns en signifikant skillnad mellan kön och typ av boende men framför allt inom olika åldersgrupper när det gäller människors självupplevda hälsa och att dessa effekter framför allt var kopplade till grönområdet. Resultaten styrker även tidigare forskning om att avståndet till grönområdet har stor betydelse för hälsa och välbefinnande.

<b>Title.</b>	<b>A green city</b> - How important are the distance to green open space and quiet environment in the living environment for human health?
<b>Författare.</b>	Ann-Sofie Lundblad
<b>Ämne.</b>	Folkhälsovetenskap
<b>Nivå och poäng.</b>	Folkhälsovetenskap C 15 hp
<b>Kurs.</b>	Teori och Metod C
<b>Handledare.</b>	Igor Knez
<b>Examinator.</b>	Maria Lennernäs

## **Abstract**

To increase accessibility and get people to use city parks and green spaces as a natural part of everyday life is also a way to improve public health. Research by the Public Health Institute shows that people regularly visit parks if the distance is less than 300 m.

A quantitative field study with structured questionnaires were conducted with 98 participants around the main square in central Gävle.

The aim was to examine the impact of proximity to green space has on people's self-perceived health and wellbeing involving different age groups, gender and type of accommodation. The study also examined the use of one's own garden / courtyard and use, distance to and type of green space as well as the impact of noise and quiet environment on people's perceived health.

The results showed significant differences in perceived health and wellbeing between gender, type of housing and age especially linked to the green space.. The results were also in line with earlier studies indicating an influence of distance to the green space on perceived health and wellbeing.

**Keywords.** Green open space Living environment Proximity Wellbeing Public Health

## **Förord**

Det har varit en inspirerande studie som har utvecklat min kunskap inom områden som boendemiljö, grönområden och tysta miljöer kopplat till människors hälsa och välbefinnande.

Ett stor tack till alla människor som gjorde det möjligt för mig att genomföra studien kring stor torget här i centrala Gävle.

Även ett stort tack till min handledare Igor Knez som stöttat mig och engagerat sig genom hela min arbetsprocess.

Ann-Sofie Lundblad

# Innehållsförteckning

## Sammanfattning

## Abstract

## Förord

<b>1. Introduktion</b> .....	1
1.1 Grönområden i boendemiljön.....	1
1.2 Grönområden / Parker .....	2
1.3 Gävles grönområden .....	3
1.4 Tysta miljöer.....	3
1.5 Hälsoeffekter av vistelser i grönområden.....	5
1.6 Tidigare forskning .....	5
<b>2. Syfte</b> .....	8
2.1 Frågeställningar .....	8
<b>3. Metod</b> .....	8
3.1 Design.....	8
3.2 Urval.....	9
3.3 Genomförande .....	9
3.4 Data analys .....	9
3.5 Validitet och Reliabilitet .....	9
3.6 Etiska överväganden .....	9
<b>4. Resultat</b> .....	10
4.1 Deskriptiv statistik.....	10
4.2 Effekter av närhet till grönområde och upplevd hälsa .....	10
4.3 Effekter av kön på hälsa/välbefinnande i trädgård/grönområdet .....	11
4.4 Effekten av kön på störande ljud i boendemiljö/grönområdet .....	11
4.5 Effekten av kön på tysta miljöer inom boendemiljö/grönområdet.....	12
4.6 Effekter av boende på hälsa/välbefinnande i trädgården/grönområdet .....	12
4.7 Effekter av åldersgrupper på hälsa/välbefinnande i trädgård/grönområdet .....	13
4.8 Effekten av åldersgrupper på störande ljud i boendemiljö/grönområdet .....	14
4.9 Effekterna av åldersgrupper på tysta miljöer i boendemiljö/grönområdet.....	15
<b>5. Diskussion</b> .....	17
5.1 Metod diskussion.....	17
5.2 Resultat diskussion.....	17
5.3 Slutsats.....	19
5.4 Fortsatt forskning .....	20
<b>6. Referenser</b> .....	23
<b>7. Bilagor</b>	
7.1 Enkätformulär	
7.2 Intervjuguide	

## 1. Introduktion

Utformningen av bostadsområdet och närheten till grönområde har stor betydelse för människors välbefinnande och är särskilt betydelsefulla för hur människor upplever den egna hälsan. Det finns en tydlig koppling till hur ofta grönområdet besöks och tillgång till eget grönområde inom bostadsområdet (Bengtsson, 2003).

I Statens folkhälsoinstituts kunskapssammanställning om utomhusmiljöns betydelse finns det tre faktorer till att utevistelse har positiva effekter på hälsan. Dels genom klimatet så som ljuset, luften och temperaturen dels av själva miljöns utformning samt genom fysisk aktivitet. För att förbättra hälsoeffekterna i samhället på ett hållbart sätt är det viktigt att fler människor använder sig av stadens parker och grönområden som är en fantastisk tillgång (Bengtsson, 2003).

WHO menar att. *I en strävan mot en hållbar utveckling står människan i centrum. Hon har rätt till ett hälsosamt och rikt liv i samklang med naturen* (Troedson, 1999).

### 1.1 Grönområden i boendemiljön

Människor vistas idag 80-90 % av den vakna tiden inomhus och hela 75 % av de stora hälso-problemen orsakade i boendemiljön är kopplade till inomhusmiljön. I första hand handlar det om SBS, *Sick building syndrom* eller sjuka hus syndrom som i de flesta fall orsakas av fukt och mögel och som ger symptom som trötthet, illamående, täppt näsa hosta och hudrodnader. Med bakgrund av detta kommer utomhusmiljön i bostadsområden samt tillgång till parker och grönområden att bli viktiga för människors hälsa och välbefinnande (Troedson, 1999).

Det finns också studier som visar att om grönområdet i boendemiljön är välskött upplever människor utemiljön säkrare och tryggare. Rapporten visar också att priserna på bostäder ökade med 15 % om det fanns grönområden i bostadens närhet jämfört med bostäderna som inte har tillgång till en park eller grönområde i dess närhet (Cabe, 2005).

Ett exempel på gröna inslag i boendemiljön är att använda gröna tak så kallade Sedum tak med lågväxande sedumarter. Fördelarna är många, de gröna taken minskar inte bara luftföroreningar utan fungerar även som ljuddämpare från nedfallande regn på taket. Men det är framförallt en estetisk och hälsofrämjande fördel om vi har möjlighet att titta ut på ett ”grönt tak” på till exempel ett förrådstak (Kellner, 2001). Att gröna ytor och växtlighet har betydelse för människors hälsa och välbefinnande, är viktigt att beakta när utformar och planerar sker av bostadsområden. Krav på att utforma miljöer som människor upplever som hälsosamma och som främjar till ett ökat välbefinnande kommer därför i allt högre grad att ställas på samhället (Kellner, 2001). För att underlätta för människor som är allergiska är det viktigt att planera rätt typ av träd och vegetation i bostadsområdet. Träd som storproducerar pollen så som björk, ek, al bör därför inte planteras i närheten av bostadshuset. De gröna inslaget är viktiga miljöer i stadsbilden och i bostadsområden som berikar utemiljö ut ett hälsoperspektiv (Myhr, 2007).

Samhället har en stor roll i att skapa stödjande miljöer. Dåliga psykosociala förhållanden som förekommer i bostadsområden och närmiljön leder oftast till ohälsa. Det är därför av stor betydelse hur bostadsområden planeras för människors välbefinnande och hälsa. Faktorer som trygghet och säkerhet i bostadsområden är viktiga att ta hänsyn till. Likväl som att planera för en aktivare vardag där människor väljer att gå och cykla i stället för att ta bilen (Faskunger, 2008).

## 1.2 Grönområden / Parker

*Att främja en hållbar utveckling innebär att nuvarande och kommande generationer tillförsäkras en hälsosam och god miljö. En sådan utveckling bygger på insikten att naturen har ett skyddsvärde och att människans rätt att förändra och bruka naturen är förenad med ett ansvar för att förvalta naturen väl ( Miljöbalken 1Kap1§)*

Miljöbalken ska tillämpas så att: Människors hälsa och miljön ska skyddas mot skador oavsett påverkan. Att värdefulla natur- och kulturmiljöer skall skyddas och vårdas och att den biologiska mångfalden skall bevaras (Miljöbalken 1998:808).

Oftast är människor som bor i städer hänvisade till städernas parker för att kunna vistas i natur och grönområden. Enligt Boverkets definition är närpark en (grön oas, lekplats) och som har ett avstånd inom 50 meter. Lokalparkar eller stadsparkar definieras som en (grön oas, lekplats, bollspel) och med en yta på minst 0,3 – 0,6 hektar upp till 10- 20 hektar och ska finnas inom ett avstånd på 200 – 500 meter (Lisber, Jensen, 2008).

Människor har en benägenhet att vilja använda grönområden i sin närmiljön som inte ligger längre bort än 1 km. I större städer som är mer tätbebyggda kan människor i större utsträckning tänka sig att söka naturen på ett längre avstånd än 1 km (Lisber, Jensen, 2008).

Forskning som folkhälsoinstitutet gjort visar att människor vistas mer regelbundet om avståndet inte överstiger 300 meter (FHI, 2009).

Även om parkmiljön är viktigt i stadsbilden, så är behovet av rekreation och friluftsområden också stort för att främja en positiv hälsoutveckling i samhället. Därför är det viktigt att kommunen även planerar för fler stödjande miljöer i form utav olika grönområden och rekreationsområden inom ett tillgängligt avstånd. Behovet av tillgång till naturen är större än någonsin i det moderna samhället där en stillasittande livsstil årligen kostar samhället miljardbelopp (Faskunger, 2008). Människor är öppna för vardagsaktivitet bara förutsättningarna finns så som promenadvänliga stråk och tillgänglighet till parker och rekreation. Genom att satsa på stödjande miljöer kan människan bli mer motiverad till att välja ett aktivare liv som i en förlängning skulle ge både individen och samhället stora hälsoeffekter (FHI, 2008).

Patrik Grahn har forskat inom området parkmiljö och har konstaterat att det är viktigt med grönområden i närheten av bostadsmiljön. Grahn har också konstaterat att människor blir mindre stressade av att vistas i parker och att bara ha utsikt över en parkmiljö har goda hälsoeffekter (Grahn, 1993). Detta säger även forskare Richard Cross i en intervju med Patrik Grahn som menar att människans reaktion i olika miljöer har ett samband med människans förhistoriska ursprung och levnadsförhållanden att göra hur till exempel människor upplever en park eller ett grönområde. Cross menar att människan fortfarande känner en trygghet och slappnar av i en miljö med träd och vegetation. Men utformningen är viktig. Grahn skriver om en forskningsstudie som Cross gjort och som visar att människan uppskattar parkmiljöer som har en tydlig struktur med träd och vegetation i sin utformning. Parken får inte vara allt för vildvuxet utan det ska finnas en möjlighet till överblick för att skapa trygghet och på så sätt urskilja faror som hotar (Grahn, 1993).

Roger Ulrich har utformat en teori om människans förhistoriska ursprung. Ulrich menade att människan biologiskt är anpassad till att leva i naturen och att det moderna samhället är onaturligt för människa och förklarar det med människans uppfattning av trygghet och förmåga till överlevnad. Ulrich var en av de första miljöpsykologer som kunde konstatera att människor tillfrisknade fortare genom att vistas i naturen eller bara genom att ha utsikt över natur gjorde att

människor tillfrisknade fortare. Ulrich förklarar det med att, genom att se natur eller växtlighet sänder det signaler direkt till människans sympatiska nervsystem om att varva ner (Ulrich, 1999).

### **1.3 Gävles grönområden**

*”Gävle är en grön och blå stad där årstiderna är tydliga och Gävleborna har nära till parker, fritidsområden, natur och vatten”* (Översiktsplan Gävle stad 2025).

Gävle kommun har i översiktsplan Gävle stad 2025 tagit fram riktlinjer och mål att arbeta mot när det gäller att förstärka attraktionen till grönområden. För att få till en positiv hälsoutveckling hos innevånarna måste tillgång och närheten till parker och grönområden öka. Gävle har sina alléer och esplanader som är karaktäristiska och viktiga gröna inslag i stadsbilden. I Gävle finns även gröna kilar som ska knyta ihop staden och det omgivande landskapet och som leder naturen in i staden (Översiktsplan Gävle stad 2025).

Gävle är i dag en av de trädrikaste städerna i Sverige som består av ett gammalt trädbestånd men som är i behov av förnyelse. Gävle kommun är noga med att hålla trädbeståndet friskt och vitalt till nästa generation och ser därför trädförnyelsen som en naturlig del i stadsmiljöns utveckling. Gävle kommun har därmed tagit fram en trädpolicy med ett regelsystem som bygger på historiska värden dagens kunskap och framtida forskning. I trädpolicyen ingår en trädplan som fungerar som riktlinjer för förnyelseprogrammet (Gävle kommun, 2011).

I en sammanställning som Gävle kommun gjort finns det ca 28 parker i Gävle med ett avstånd som är mindre än fem km från Gävle centrum (Gatukontoret, 2005). En undersökning som Gävle kommun gjorde 2005 visade att en av de viktigaste miljöerna för Gävles innevånare var Boulogner skogen eller Boulognen som den kallas. Denna park grundlades någon gång i början av 1800-talet efter det att societeten i Gävle efterfrågat vackra omgivningar att promenera i som påminde om platser som besökts under resor i Europa. Idag används parken för både friluftsliv, motion och avkoppling och parken används dagligen och året runt av många Gävlebor. Boulognern tillsammans med stadsträdgården och Gamla kyrkogården täcker en yta på totalt 28 hektar (Klang, 2005).

I parken finns också Agnes von Krusenstjernas allé med sina höga och ståtliga lövträd. Idag är det en mycket populär plats för aktivitet och promenader under Lindarnas täta trädskronor som både skyddar mot regn och ger svalka heta sommardagar (Klang, 2005).

### **1.4 Tysta miljöer**

Ett stort hälsoproblem som samhället står inför är den höga bullernivån och den ökade biltrafiken i städerna. Detta tillsammans med den ökade stressen hos befolkningen gör att behovet av tysta miljöer blir en allt viktigare del i stadsbilden. Buller eller allt för hög ljudnivå bidrar inte bara till hörselskador utan leder även till stress, trötthet, irritation men kan också ge blodtrycksförändringar och sömnstörningar som i en förlängning kan leda till utbrändhet samt hjärt- kärlsjukdomar (Öhrnström, 2008).

Den vanligaste orsaken till bullerstörning är trafikbullret men även störande ljud i boendemiljön är ett ökande problem (Kjellberg, 1999). Tidigare har nivåer som 85 dB och över diskuterats som gränsvärde för hörselskador. Men att det har konstaterats att buller har en bevisad negativ hälsoeffekt vid redan riktigt låga frekvenser.

I ny forskning som gjorts i ett bostadsområde som utsatts för flygplansbuller har forskarna även kunnat påvisa ett samband mellan bullerexponering och hjärt- kärlsjukdomar (Kjellberg, 1999).



Buller har blivit ett stort hälsoproblem i framförallt storstäder och definieras som icke önskat ljud eller ljud som är besvärande. Vad som upplevs som buller är därför individuellt, människor upplever störande buller på olika sätt i olika situationer och i olika miljöer ( Kjellberg, 1999).

Det som framför allt har betydelse i hur människor upplever buller är.

- *Bullrets meningsfullhet*
- *Personens möjlighet att förutsäga eller kontrollera bullret*
- *Personens inställning till bullerkällan och möjligheten att dämpa bullret ( Kjellberg, 1999).*

Oftast upplevs ljud från människor som pratar och ljud från naturen som mer positiva (Hult, 2007). Samhället kan hjälpa till att skapa platser eller tysta miljöer dit människor kan gå för att få stillhet, lugn och ro. En plats där det kanske inte råder någon biltrafik alls. Men det behöver inte bara vara natur och grönområden utan kan mycket väl vara ett gaturum i staden där det skapats utrymme för stillhet och tystnad. Oftast är det bristen på mark att bygga på i städer som leder till konflikter och gör att grönområden många gånger får stå tillbaka. Samtidigt som kraven på tysta bostadsområden ökar (Hult, 2007).

Tysta miljöer kommer i framtiden att handla om livskvalitet. Därför kommer också närheten till parker och natur att bli en allt viktigare del i utformningen av livsmiljöer i samhället. Så som att bevara och värna om grönområden i städerna (Grahn, 2005).

Det finns nu även ett lagstöd för att bevara tysta områden där det i miljöbalken 3 kap 2 § står att kommunen bör skydda naturområden vid till exempel nybyggnationer. Människor har behov av den stillhet som kan upplevas i en naturmiljö som en balans till en stressig vardag (Troedson, 1999).

I dag finns det ingen lag för vilka krav ljudnivåerna bör ligga på. Däremot finns en hel del riktlinjer och riksvärden. Dess riksvärden granskas sedan i konsekvensbeskrivningar vid till exempel utformning av bostadsområden (Boverket, 2009). Aktuella riksvärden som gäller idag är att ljudnivån inte bör överstiga 45 dB inomhus nattetid. När det gäller ljudnivån utomhus är riktlinjerna och riksvärden att ljudnivån inte bör överstiga 55 dB mätt vid fasaden och att maximalnivån vid uteplats i anslutning till bostaden inte bör överstiga 70 dB (Boverket, 2002).

I riksdagens beslutade miljömål ”god bebyggd miljö” har ett beslut tagits om att minska antalet människor som utsätts för trafikbuller i sin boendemiljö med 80% fram till 2020 jämfört med 1998 (Hult, 2007).

I Gävle kommun är vägtrafiken den största orsaken till buller problem i samhället. Gävle kommun har därför i översiktsplan Gävle stad 2025 tagit fram riktlinjer för att arbeta med att skapa tysta miljöer och att dessa miljöer bör värnas om i frågor gällande planläggning.

Naturvårdsverket har redovisat kriterier för respektive buller klass från A – D där område A är lägst. I Gävle finns idag inga klass A- områden. Efterfrågan från Gävles innevånare om just tysta miljöer har framkommit vid flera samrådsmöten med kommuninnevånarna. Därför har kommunen beslutat att tysta miljöer extra noga ska utredas när till exempel nya bostadsområden ska planeras och byggas (Översikts plan Gävle stad 2025).

## 1.5 Hälsoeffekter av vistelser i grönområden

Det finns mycket forskning som visar på utemiljöns positiva inverkan på människors hälsa (Myhr, 2007) och som vuxit fram de senaste 30 – 40 åren i Västvärlden. Det är framför allt den mentala hälsa som legat i fokus och människans upplevelse och känslan av att må bra av att vistas i naturen. Det som forskare Ulrich och Kaplan framförallt har märkt är att naturen har en inverkan och en förmåga att dämpa stress hos människor och att synintrycken av naturen är direkt kopplade till människans nervsystem (Myhr, 2007).

Forskning vid SLU visar att just lövskog har en positiv inverkan på människors återhämtning från stress. Denna typ av miljö hjälper till att sänka puls och blodtryck vilket kan vara bra att ha kännedom om vid planering och utformning av tätortsnära grönområden (Qvistberg, 2009).

Forskarparet Stephen och Rachel Kaplan har sedan 60-talet forskat på vilken betydelse omgivningen har på människan (Kaplan&Kaplan, 1989). Enligt forskarparet har människan två typer av uppmärksamhet. Den riktade koncentrationen som används i vardagen, för att ta emot information och fattar beslut. Den riktade koncentrationen anstränger hjärnan och tar mer energi. Om det inte finns tid eller möjlighet för återhämtning kommer kroppen och dess system att överbelastas och leda till mental utmattning. Den andra uppmärksamheten är den spontana koncentrationen. Den kopplas på i vistelser ute i naturen eller i naturlika miljöer. Även om naturen också ger en massa information så är den inte lika påfrestande på systemet och på så sätt tar den inte en massa energi utan i stället fyller på förrådet. I vardagen använder människan mest den riktade koncentration, det känns därför extra viktigt att det finns tid för återhämtning gärna i en naturlig miljö för att hitta en balans mellan den riktade och spontana koncentration. På så sätt blir det en vaken vila som motverkar mental utmattning (Kaplan&Kaplan, 1989),(Ottosson&Ottosson, 2007). Att öka tillgängligheten till parker och andra grönområden är också ett sätt att förbättra folkhälsan och få människor mer fysiskt aktiva genom att använda stadens parker och grönområden mer som en naturlig del i vardagen. Dagens stillasittande livsstil är ett folkhälsoproblem och enligt WHO (2002) en av tio ledande dödsorsakerna i världen (Myhr, 2007).

Andra stora folksjukdomar som hjärt- kärlsjukdomar, diabetes, fetma och stressrelaterade sjukdomar kostar samhället stora summor varje år. Om samhället i högre utsträckning kunde dra nytta av denna kostnadsfria kraftkälla som naturen är skulle hälsoeffekterna öka för både människor och samhället (Faskunger, 2008). Naturen har en stor förmåga att läka och genom att vistas i naturen i vardagen och som en del av människans livsstil skulle vara den bästa försäkringen för ett friskare liv (Norling, 2001).

Andra hälsoeffekter av att vistas i utomhusmiljöer är framför allt att den fysiska förmågan och att konditionen ökar. Benstyrkan ökar och skelettet får högre innehåll av mineraler. Lungvolymen ökar. De skadliga blodfetterna minskar. Hjärt- kärlsjukdomar förebyggs samt att risken för förtida död minskar (Bengtsson, 2003).

## 1.6 Tidigare forskning

Mycket av den tidigare forskning som finns gällande grönområden berör ekosystem och klimatpåverkan så som forskningsprojekt som Johan Colding gjort i syfte att *främja planering för mer hållbara stadsutvecklingsprocesser, med särskilt inriktning på städernas 'gröna kilar'* (Colding, 2009).

Syftet var just att få fram hur modern stadsutveckling kan tillämpas utan att ”ekosystemtjänster” påverkas. Colding förklarar ekosystemtjänster som varor och tjänster som ekosystemet tillhandahåller människan och som är direkt nödvändiga för människans välbefinnande och samhällets välfärd. Som exempel ger Colding städernas grönområden, som erbjuder människan en viktig miljö för social gemenskap och aktivitet. Stadens grönområde är också en viktig miljö för växter och djur som även bidrar till en renare stadsluft. Colding menar att jordens ekosystem idag håller på att utarmas och att det går i en sådan hastighet att den inte hinner återskapa sig själv. Detta kommer att leda till ett behov av att bevara den gröna kilarna i städerna och att ekosystemtjänster bör beaktas som en viktig del i framtidens stadsutveckling (Colding, 2009).

Världens största hälsoundersökning, Millennium Ecosystem Assessment (MA) startade 2001 på initiativ från FN ett samarbete mellan forskare, myndigheter och frivillighetsorganisationer.

MA- studien gick ut på att kartlägga och undersöka hälsotillståndet hos världens ekosystem och betydelse för människans välfärd. Studien har fokuserats på ekosystemtjänster, de tjänster som naturen direkt eller indirekt ger kopplat till människans välbefinnande så som luft, vattenrening och fisk från haven. Undersökningen visade att 60 % av de undersökta ekosystemtjänsterna utnyttjades ohållbart vilket leder till att FN's mål om bland annat tillgången till rent dricksvatten inte kommer att hållas (Larsson, 2007).

Millennium Ecosystem Assessment (MA) i Stockholm är ett annat exempel på en undersökning om hur det stadsnära ekosystemet påverkas och hur viktigt det är att ta tillvara på ekosystemtjänster som grönområden i städer bidrar med. Människor som bor i städer hänvisas oftast till stadens parker och grönområden för aktivitet och rekreation. Parkerna fungerar även som viktiga sociala mötesplatser men grönområdena ger så mycket mer, de bidrar till rening av luften fröspridning, rening av dagvatten och en bullerminskning (Larsson, 2007).

Systemekologen Jakob Lundberg forskare inom MA menar att de största svårigheten är alla intressekonflikter när det framför allt handlar om markanvändandet. Många grönområden är i dag hotade och det finns många synpunkter på hur stadsnära mark skall användas. Jakob Lundberg menar att det är viktigt att ta till vara på de lokala ekosystemet som finns i trädgårdar, kolonilotter och golfbanor för att på så sätt förbättra det regionala ekosystemet för att skapa en hållbar stadsutveckling där både ekonomiska och ekologiska intressen tas till vara på (Larsson, 2007).

Människor påverkas även av väderförhållanden vilka har visats vara viktiga faktorer när människor bedömer hur en plats eller ett grönområde upplevs (Knez&Thorsson& Eliasson&Lindberg, 2009). En empirisk undersökning som gjorts om vädrets inverkan på människors uppskattning av urbana platser visar på att vädrets parametrar som lufttemperatur, vind och molnighet påverkar människors upplevelse av en plats men att även personliga faktorer som miljöattityd och ålder har en inverkan på hur människor upplever utomhusmiljöer (Knez,et al, 2009).

Det finns också en hel del forskning som visar att vistelser i naturen har positiva hälsoeffekter. En studie som Boverket och folkhälsoinstitutet gjort visar att vistelse i naturen hade stor betydelse för den fysiska och psykiska hälsan. Det som också framkom var att återhämtning bäst sker i naturmiljöer och att människor oftast söker sig till ostörda, variationsrika och välskötta miljöer och att grönområden främjar till social gemenskap. Forskningen visade också att människor var mindre stressande ju närmare avståndet var till grönområdet (Kjellström, 2007).

Undersökningen visade också att fysisk aktivitet var den vanligaste aktiviteten i parker och grönområden och att ett avstånd på 300m utan hinder av trafikerade vägar är gränsen för om människor använder grönområdet regelbundet (Kjellström, 2007).

Det som också framkom i denna undersökning var att grönområden i framtiden allt mer kommer att ses som en viktig klimatreglerare i städerna. Grönområden hjälper nämligen till att sänka temperaturen avsevärt vilket är en viktig faktor vid framtida värmeböljor (Kjellström, 2007).

I alla forskning kring grönområden och natur framkommer det att framför allt träd och skog har en inverkan på människors hälsa inte bara för att skapa en god luftkvalitet utan att träden faktiskt skyddar mot intensivt solljus, översvämningar och kraftiga vindar (Hartig&Van den Berg, 2011). Människor besöker gärna grönområden och skogar för att koppla av från stress. Det handlar om förebyggande av sjukdomar och att skapa hälsofrämjande miljöer så som att ta tillvara på natur och grönområden för människors psykologiska, fysiologiska och sociala välbefinnande. I artikeln framkom det att i framtiden kommer människor i större utsträckning än i dag att ha ett stort ansvar för den egna hälsan vilket visar på vikten av att värna om grönområden för att förebygga ohälsa. Om grönområden förvaltas väl har människor större möjlighet att använda dessa för rekreation och därmed ta hand om den egna hälsan (Hartig,et al, 2011).

En studie som omfattade 250.000 personer i Nederländerna skulle mängden grönområde samt avståndet till grönområdet i människors livsmiljö och deras upplevda allmänna hälsa undersökas. Resultatet visade att grönområden har en viktig del i människors liv och att det fanns ett samband mellan vistelse i grönområde och den allmänna hälsan. Även avståndet visades ha en signifikant betydelse och att 1 km var gränsen för hur ofta grönområdet besöktes (Maas&Verheij, 2009).

Det som också framkom i studien var att människor från lägre socialekonomiska grupper hade en starkare relation till och använde grönområden mer än andra grupper och att äldre och ungdomar i högre grad utnyttjade grönområden i närheten till bostadsområden för rekreation. Sammanfattningsvis visar studien på att gröna ytor i städer påverkar människors hälsa och att utvecklingen av grönområden i städer bör få en mer central plats i stadsplaneringen (Maas,et al, 2009).

Mitchell och Popham (2008) har också visat att det finns ett samband mellan inkomstnivåer, närhet till grönområde och dödlighet. Det vill säga, människor med låg inkomst och dålig tillgång till grönområde visades ha en ökad dödlighet i hjärt- kärlsjukdomar. Dock var skillnaden mellan de socioekonomiska grupperna mindre om personerna hade tillgång och närhet till grönområde (Mitchell,et al, 2008). Syftet med studien var sedan att undersöka om någon av dessa faktorer som inkomstnivåer och närhet till grönområde hade en inverkan på bland annat dödlighet i hjärt – kärlsjukdomar. Resultatet visade också på att människor som hade god tillgång till grönområde var mer aktiva än de som saknade grönområden i närmiljön vilket visar på hur viktigt närhet och tillgänglighet till grönområde är för hälsan (Mitchell, et al, 2008).

I Sverige lyfte Regeringen frågan om bostadsnära natur i folkhälsopropositionen 2008. Att i första hand bevara och utveckla parker och grönområden och att ge möjlighet till både avkoppling och aktivitet. Även närheten till parker och grönområden skall ses över och att i framtiden se till att grönområden finns tillgängliga inom 300 m från bostaden vid planering och utformning av nya bostadsområden (FHI, 2009).

Enligt Lee & Maheswaran (2010) finns det flera samband mellan hälsoeffekter av grönområden och fysisk och psykisk hälsa och välbefinnande. Det som också framkom var att avståndet till grönområdet påverkade användandet för fysisk aktivitet och att miljöfaktorer som kvalitet på grönområdet och tillgänglighet också har en inverkan.

Det visade sig även att variabler som ålder, kön och etnicitet samt uppfattning av säkerhet hade inverkan på människors hälsa och välbefinnande. Sammanfattningsvis menar författarna att grönområden har en positiv hälsoeffekt, vilket betyder att tätortsbebyggelse i längden kan bli kostsam och ge negativa hälsoeffekter om grönområden minskar i städerna (Lee, et al, 2010).

Det var därför intressant att undersöka hur människor i Gävle upplever att grönområden samt tysta miljöer påverkar hälsa och välbefinnande. Därför kom beslutet att skriva om just dessa områden.

## **2. Syfte**

Att undersöka om människor upplever att närhet till grönområden samt tysta miljöer påverkar hälsa och välbefinnande

### **2.1 Frågeställningar**

Hur viktiga är gröna inslag i boendemiljön för människors hälsa?

På vilket sätt påverkar grönområden människors livskvalitet och hälsa?

Vad har avståndet till grönområden för betydelse?

Hur viktig är det med ”tysta” miljöer inom boendemiljön och inom grönområdet för människors hälsa och välbefinnande?

## **3. Metod**

### **3.1 Design**

Studien är en kvantitativ fältstudie med strukturerade enkätfrågor (Ejvegård, 2009). Det genomfördes 98 stycken intervjuer runt omkring stortorget i centrala Gävle. Enkätfrågorna bestod av 14 frågor var av tre var bakgrundsfrågor som besvarar åldersgrupp, kön och typ av boende (Se Bilaga 1).

Studien syftar till att undersöka vilken inverkan närheten till grönområde från boendemiljön har på människors självupplevda hälsa samt att undersöka skillnader i den mellan olika åldersgrupper, kön och typ av boende. I studien undersöktes också användandet av den egna trädgården / innergården samt användande, avstånd och typ av grönområdet som deltagarna har i närområdet. Samt vilken inverkan störande ljud och tysta miljöer har för människors upplevda hälsa.

Resultatet kommer endast att redovisa signifikanta skillnader (Hassmèn, 1996). Analyserna inkluderar oberoende variablerna kön, typ av boende och åldersgrupper samt enkätfrågorna om självupplevd hälsa, tillgång till och användningsområde av egen trädgård samt innergård. Störande ljud och tysta miljöer inom bostadsområdet och inom grönområdet som beroende variabler.

Svarsskalan på enkätfrågorna som analyserades i denna studie består av svar från 1 till 7. Där 1 på en skala motsvarar inget och 7 motsvarar väldigt mycket eller mycket viktigt.

### **3.2 Urval**

Studien är en randomiserad studie med slumpmässigt utvalda personer som återspeglar olika ålderskategorier och kön. Urvalsmetoden är stratifierat slumpmässigt urval där populationen är uppdelad i undergrupper i denna studie åldersgrupper. I studien görs sedan ett urval från varje undergrupp. Genom att utföra ett stratifierat slumpmässigt urval ges ett bättre representation av populationen (Ejvegård, 2009).

Strategin för data insamling var att göra intervjuer och observationer från ett brett urval för att få en maximal variation och för att sedan sammanställa utifrån olika variabler.

### **3.3 Genomförande**

Innan själva fältstudien påbörjades genomfördes en pilotundersökning där fem olika personer besvarade enkätformuläret. Efter att de tillsammans med mig besvarat enkäten gjordes en återkoppling och kommentarer gavs gällande frågorna innehåll och enkelhet att besvaras. Därefter har enkätstudien genomförts runt i kring stor torget i centrala Gävle vid sex olika tillfällen. Veckodagar för genomförandet har varit måndagar, onsdagar och fredagar mellan kl 11.00 – 14.00.

Fältstudien var uppsökande genom att författaren själv ställde frågan om medverkan i studien till slumpmässigt utvalda personer under studietillfället. Författaren visade och läste sedan upp frågorna som deltagaren svarade på muntligt för att sedan kryssa i svaret på enkäten tillsammans med deltagaren.

Samtliga deltagare fick information om att svaren var anonyma och att sammanställningen kommer att genomföras på gruppnivå (Vetenskapsrådet, 2005). Även introduktionen kring enkäten gavs på samma sätt till samtliga deltagare (Se Bilaga 2).

### **3.4 Data analys**

Enkätens data har analyserats med statistikprogrammet SPSS för att med variansanalys MANOVA/ANOVA (Hassmèn, 1996) undersöka effekter av de tre oberoende variablerna ålder, kön och typ av boende på beroende variablerna upplevd hälsa, nyttjande av trädgård/grönområde samt störande ljud och tysta miljöer. Resultatavsnittet kommer att redovisa de signifikanta varians analysresultaten och viss deskriptiv statistik (Hassmèn, 1996).

### **3.5 Validitet och Reliabilitet**

Frågorna i enkäten är sammanställda så att innehållet har ett samband med det som studien avser att mäta. Frågorna är uppbyggda på ett strukturerat sätt indelade i tre bakgrundsfrågor och sedan två olika frågeområden så som frågor kring boendemiljön och frågor kring grönområdet. Detta gör att svaren tydligt går att beskriva vilket ger en godtagbar reliabilitet (Trost, 2007). För att säkra en god reliabilitet och validitet bygger utformningen av enkätfrågorna på underlag från tidigare forskning (FHI, 2009). Genom att författaren slumpmässigt valt ut deltagarna och inte gjort ett utskick av enkäten har svarsgraden kunnat uppnås och därför blivit hög. Eventuella frågor kring enkätfrågorna har även kunnat tydliggöras direkt på plats för att på det sättet försäkra en god validitet (Trost, 2007).

### **3.6 Etiska överväganden**

Innan enkäten besvarades informerades deltagarna om syftet med studien. Frågan om samtycke till av besvara enkäten ställdes därefter (Vetenskapsrådet, 2005). Innan enkäten besvarades informerades även deltagarna om att svaren var helt anonyma och att sammanställningen och analysen sedan kommer att ske på gruppnivå och inte på individnivå för att enkätsvaren inte ska kunna kopplas till den enskilde deltagaren (Vetenskapsrådet, 2005). Information har även givits om att svarmaterialet endast kommer att användas som underlag för ett examensarbete. Studien har därmed tagit hänsyn till forskningens fyra allmänna etiska krav så som informations, samtyckes, konfidentiell och nyttjandekravet (Vetenskapsrådet, 2005).

## 4. Resultat

### 4.1 Deskriptiv statistik

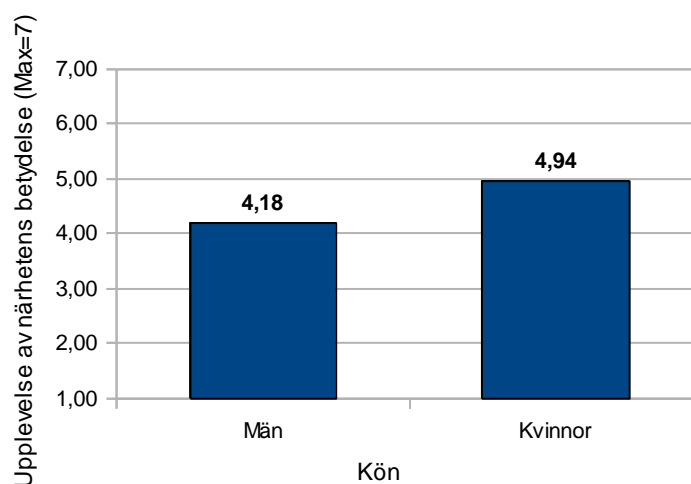
I enkätstudien deltog 98 personer som alla svarade på enkäten. Av dessa var 35% män och 65% kvinnor. Fördelningen av boendekategorin blev enligt följande 80% av deltagarna bodde i villa/radhus medan 20% av deltagarna bodde i lägenhet. Enkätstudien var även uppdelad i olika åldersgrupper och antalet inom varje åldersgrupp fördelades så här. Av de 98 deltagarna var 11 % i åldersgruppen – 25 och 14 % fanns i åldersgruppen 26-35. I åldersgruppen 36 – 45 var 27 % medverkande och 16 % i åldergrupp 46-55 även i åldersgruppen 56-65 var det 16 % samt åldersgruppen 66 - deltog 15%.

I resultatavsnittet kommer endast signifikanta resultat att redovisas. I slutet av resultatet kommer även följande variabler att redovisas: Användningsområde av trädgård/innergård samt användningsområde av grönområde kopplat till kön, åldersgrupper och typ av boende. Samt vilken typ av grönområde deltagarna uppgett kommer också att redovisas.

### 4.2 Effekter av närhet till grönområdet och upplevd hälsa

Frågan var om avståndet till närmaste grönområde från boendemiljön har en inverkan på människors självupplevda hälsa. Analysen visar att det finns en signifikant skillnad av könen (Wilks`Lambda) = 0,77,  $F(10,18) = 5,6$   $p = 0,02$  associerad med grönområdet. Det betyder att kvinnor anser att avståndet till grönområdet har en större betydelse för hälsa och välbefinnande än vad män anser. I analysen finns det däremot inte någon signifikant skillnad inom varken åldersgrupper eller boende form för hur människor upplever att avståndet till närmaste grönområde har för betydelse för hälsa och välbefinnande. Oavsett om människor bor i villa /radhus eller lägenhet så upplever människor att det är viktigt att avståndet inte är för långt till grönområdet för att kunna nyttja det. Nyttjandegraden är således kopplad till upplevd hälsa och välbefinnande (Se Figur 1).

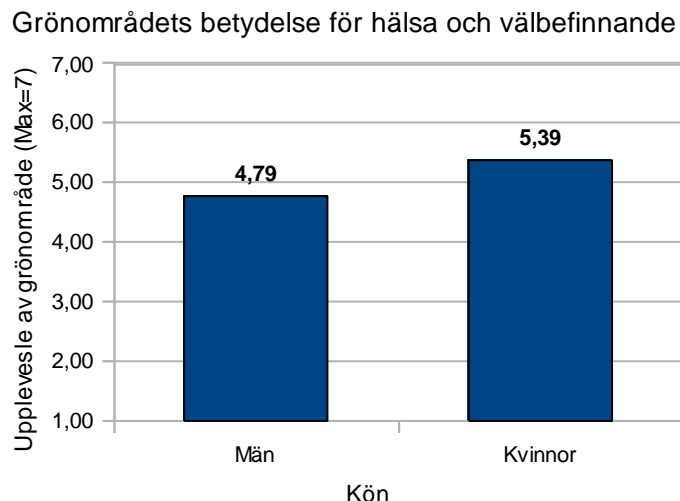
Närhet till grönområdet kopplat till upplevd hälsa



Figur 1. Upplevd hälsa/välbefinnande relaterad till närheten till grönområdet hos män respektive kvinnor.

### 4.3 Effekter av kön på hälsa/välbefinnande i trädgården/grönområdet

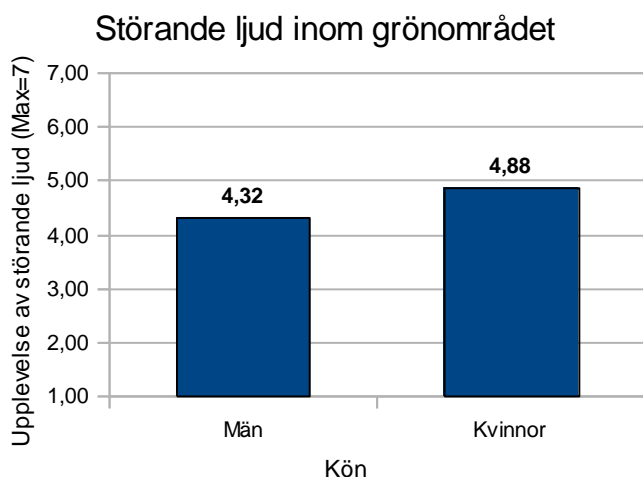
Hur skulle du själv värdera vad trädgården/Innergården respektive grönområde har för betydelse för hälsa/välbefinnande? Analysen visade en signifikant skillnad av kön. (Wilks`Lambda) = 0,94,  $F(2,95) = 2,83$ ,  $p = 0,06$ , associerad med grönområde ( $p = 0,03$ ). Detta betyder att kvinnor och män värderar trädgårdens betydelse lika för den självupplevda hälsan, men att grönområdets betydelse för hälsa och välbefinnande skattas högre av kvinnor än av män (Se Figur 2).



Figur 2. Upplevd hälsa/välbefinnande relaterad till grönområde hos män respektive kvinnor.

### 4.4 Effekten av kön på störande ljud i boendemiljö / grönområde

Hur viktigt är det att det inte finns några störande ljud från till exempel biltrafik/grannar inom din boendemiljö eller grönområde? Analysen indikerar en stark tendens till en signifikant effekt av kön. (Wilks`Lambda) = 0,95,  $F(2,95) = 2,32$ ,  $p = 0,10$ . Effekten är även i denna fråga associerad med grönområde ( $p = 0,05$ ) och visar att kvinnor i högre grad är berörda av störande ljud än vad män är (Se Figur 3).

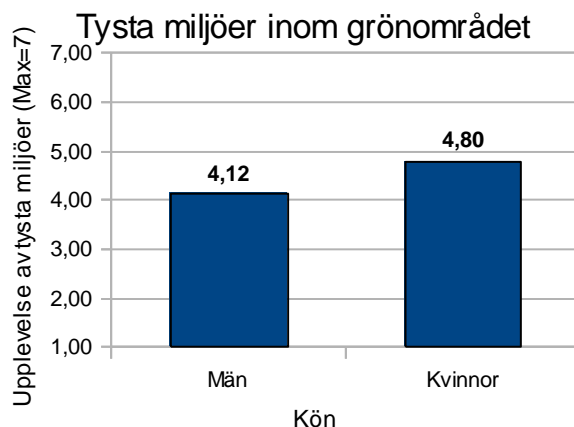


Figur 3. Upplevelse av störande ljud relaterade till grönområde hos män respektive kvinnor.



#### 4.5 Effekten av kön på tysta miljöer inom boendemiljö/ grönområde

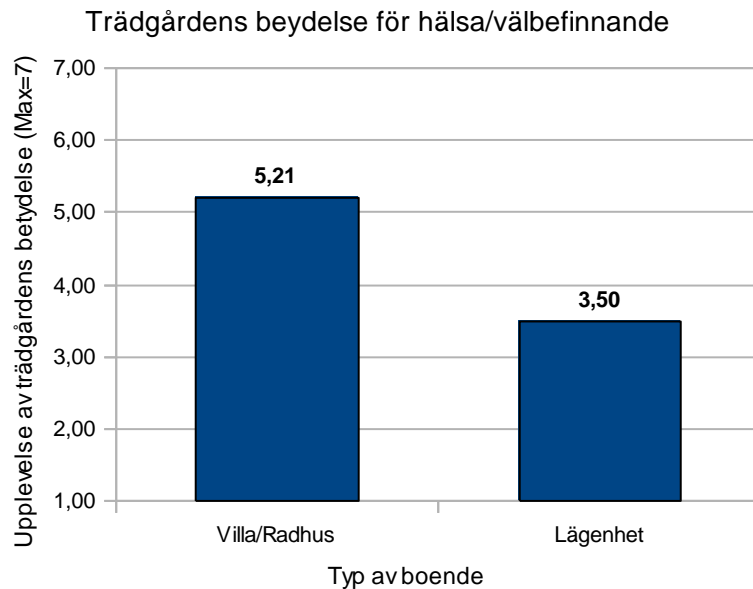
Anser du att det är viktigt med tysta miljöer inom din boendemiljö eller inom grönområdet? Analysen visar även här en något mindre signifikant skillnad mellan könen när det gäller hur viktigt det är att det finns tysta miljöer inom boendemiljö och grönområde. (Wilks`Lambda) = 0,94,  $F(2,95) = 2,75$ ,  $p = 0,07$ . Effekten är även i denna fråga helt associerad till grönområde ( $p = 0,3$ ) (Se Figur 4).



Figur 4. Upplevelse av tysta miljöer relaterade till grönområde hos män respektive kvinnor.

#### 4.6 Effekter av boende på hälsa/välbefinnande i trädgården/ grönområdet

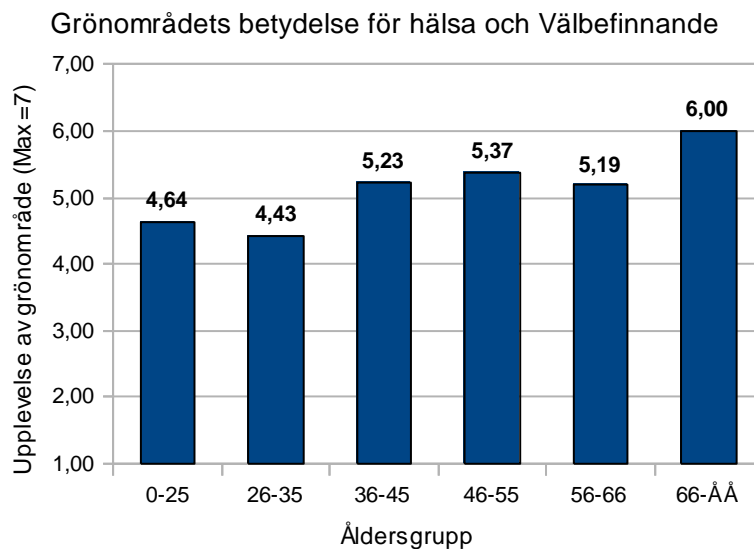
Hur skulle du själv värdera vad trädgården/Innergården har för betydelse för din hälsa/välbefinnande? Analysen visade en signifikant skillnad (Wilks`Lambda= 0,76,  $F(2,95) = 14,4$ ,  $p = 0,00$ , associerad till boendemiljön ( $p = 0,00$ ). Vilket betyder att de som bor i villa/radhus i högre grad uppskattar trädgårdens betydelse för hälsa och välbefinnande än hur de som bor i lägenhet uppskattar innergårdens betydelse för hälsan och välbefinnande (Se Figur 5). Analysen visar att det inte finns någon skillnad i vilken betydelse grönområdet har för hälsa och välbefinnande oavsett om man bor i villa/radhus eller i lägenhet. Det fanns heller ingen skillnad i hur boende i villa/radhus eller boende i lägenhet upplever tysta miljöer och vikten av icke störande ljud inom varken boendemiljö eller inom grönområdet.



Figur 5. Upplevd hälsa/välbefinnande relaterad till trädgården mellan boende i villa/radhus och lägenhet.

#### 4.7 Effekter av åldersgrupper på hälsa/välbefinnande i trädgården/grönområdet

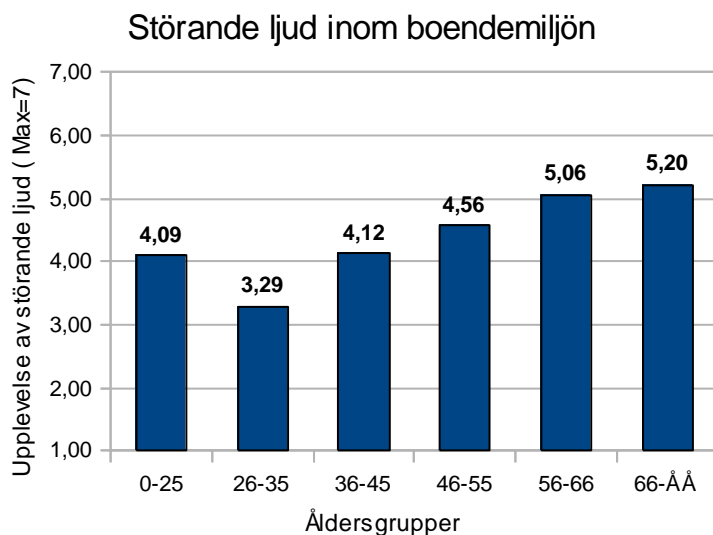
Hur skulle du själv värdera vad trädgården/Innergården har för betydelse för din hälsa/välbefinnande? Analysen visar en signifikant skillnad (Wilks`Lambda) = 0,82,  $F(10,18) = 1,87$ ,  $p = 0,05$ . Effekten är associerad med grönområde ( $p = 0,02$ ). Vilket visar att åldersgruppen med 66 år och uppåt värderade grönområdet mest och uttryckte det som att grönområdet har stor betydelse för hälsa/välbefinnande. Den åldersgrupp som värderade grönområdet minst var mellan 26 – 35 år. Inom boendemiljön fanns det däremot ingen signifikant skillnad mellan åldersgrupperna kopplat till den självupplevda hälsan (Se Figur 6).



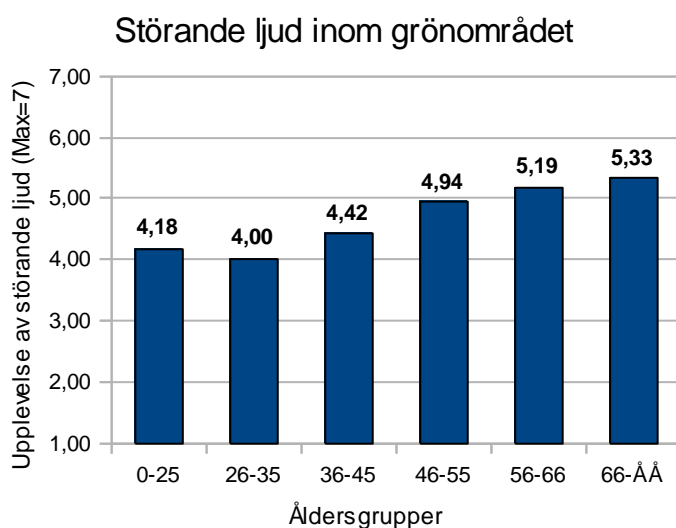
Figur 6. Upplevd hälsa/välbefinnande relaterad till grönområdet, där staplarna visar att åldersgruppen 66 år och uppåt uppskattar grönområdet mest för hälsa/välbefinnande och att åldersgruppen 26-35 år värderar grönområdet minst.

#### 4.8 Effekten av åldersgrupper på störande ljud i boendemiljö/grönområdet

Hur viktigt är det att det inte finns några störande ljud från till exempel biltrafik/grannar inom din boendemiljö eller grönområde? Analysen visar en signifikant skillnad av åldersgrupper (Wilks`Lambda) = 0,77,  $F(10,18) = 2,47$ ,  $p = 0,08$ . Effekten är associerad med boendemiljön ( $p = 0,02$ ) och med grönområde ( $p = 0,03$ ). Vilket betyder att människor i åldersgruppen 66 år och uppåt i högre grad än andra åldersgrupper anser att det är viktigt att det inte finns störande ljud inom varken boendemiljön eller inom grönområdet (Se Figur 7).



Figur 7. Upplevelse av störande ljud relaterat till boendemiljön hos olika åldersgrupper.

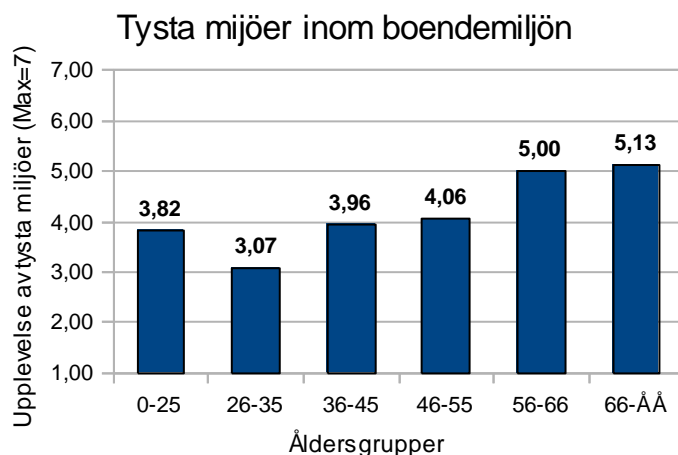


Figur 7. Upplevelse av störande ljud relaterade till grönområdet hos olika åldersgrupper.

#### 4.9 Effekterna av åldersgrupper på tysta miljöer inom boendemiljö/ grönområde.

Anser du att det är viktigt med "tysta" miljöer inom boendemiljön eller inom grönområdet?

Analysen visar även här en signifikant skillnad. (Wilks`Lambda) = 0,78,  $F(10,18) = 2,33$ ,  $p = 0,13$ , associerad med boendemiljön ( $p = 0,01$ ) Vilket visar på att människor i åldersgruppen 66 år och äldre anser att det är viktigt att det finns tysta miljöer inom framför allt boendemiljön. Inom grönområdet fanns det ingen mätbar skillnad mellan åldersgrupperna i önskan om tysta miljöer (Se Figur 8).



Figur 8. Upplevelse av tysta miljöer relaterade till boendemiljön hos olika åldersgrupper.

#### Användningsområde av trädgård/innergård samt grönområde.

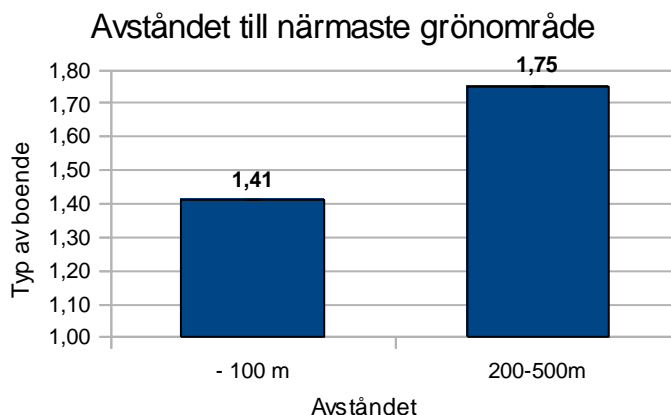
Analysen visar även vad människor använder den egna trädgården respektive innergården till. Samt på vilket sätt människor använder sig utav närliggande grönområde. Det finns ingen signifikant skillnad av kön däremot finns det en skillnad (Wilks`Lambda) = 0,83,  $F(10,18) = 1,76$ ,  $p = 0,07$  associerad med grönområdet ( $p = 0,05$ ). vilket betyder att människor i åldersgruppen 66 år och uppåt i högre utsträckning än andra åldersgrupper använder grönområdet för motion och promenad och att människor i åldersgruppen 26 – 35 år använder grönområdet för aktivitet/lek.

Det fanns också en signifikant skillnad mellan vad människor använder trädgården respektive innergården till beroende på boendeform. (Wilks`Lambda) = 0,81,  $F(2,95) = 10,71$ ,  $p = 0,00$ . Effekten är associerad med boendemiljön ( $p = 0,02$ ). Det visar sig att människor som bor i villa / radhus och har tillgång till egen trädgård använder trädgården för avkoppling, medan människor boende i lägenhet är mer aktiva och är ute och pysslar och arbetar på deras innergård. Däremot fanns det ingen skillnad på vilket sätt människor använde sig av närliggande grönområdet oavsett boendeform.

#### Avstånd till närmaste grönområde.

Resultatet visade även att människor som bor i villa eller radhus har ett kortare avstånd till närmaste grönområde än de som bor i lägenhet.

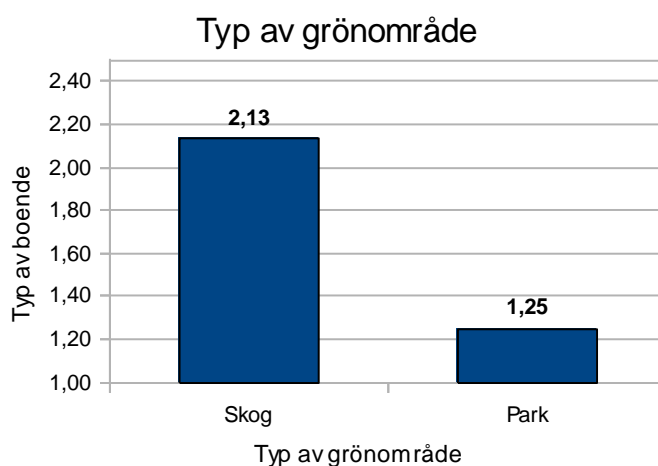
Enligt svarsalternativen som var mindre än 100 meter, 200–500 meter, 500- 1km, samt över 1km så svarade i stort sätt alla som deltog och boende i villa/ radhus att de hade mindre än 100 meter till närmaste grönområde. Deltagare boende i lägenhet hade ett avstånd på 200 – 500 meter till närmaste grönområde. (Se Figur 9).



*Figur 9. Visar att boende i villa/radhus övervägande har under 100m till närmaste grönområde och att boende i lägenhet har mellan 200-500m till närmaste grönområde.*

### Typ av grönområde.

Frågan ställdes också vilken typ av grönområde som fanns i närheten av boendet och de olika svarsalternativen var park, skog, vatten eller större gräsytor. Där i stort sätt alla 78 stycken som deltog i undersökningen och som bor i villa/ radhus svarade att det var ett skogsområde som var det närmaste grönområde från bostaden. Även de 20 stycken som bor i lägenhet och som deltog i undersökningen svarade att det närmaste grönområdet från bostaden var en park (Se Figur 10).



*Figur 10. Visar vilket typ av grönområde som ligger närmast boendemiljön och visar att de som bor i villa/radhus har skogen som närmaste grönområde medan boende i lägenhet har en park som närmaste grönområde.*

## 5. Diskussion

### 5.1 Metod diskussion

Då syftet var att undersöka hur deltagarna ser på behovet av närhet till grönområden från sin bostadsmiljö kopplat till den egna självupplevda hälsan/välbefinnandet, gjordes en kvantitativ fältstudie med en enkätundersökning (Ejvegård, 2009). Intervjuerna genomfördes runt omkring stortorget i centrala Gävle med slumpmässigt utvalda personer som skulle återspegla olika ålderskategorier och kön.

Studien är en tvärsnittsstudie som skall studera sambandet mellan närhet till grönområdet från bostaden och dess inverkan på den självupplevda hälsan. Intervjuerna genomfördes vid en viss bestämd tidpunkt (Ejvegård, 2009).

Nackdelen med en tvärsnittsstudie är att gruppstorlekarna kan bli ojämnt fördelad. Studiens genomförande gick ut på att slumpmässigt utvalda personer tillfrågades om att vara med i studien. Att författaren själv vid genomförandet var med och aktivt tillfrågat deltagarna om medverkan i studien istället för ett utskick av enkäten har gett en bra svarstäthet.

Det som varit bra i studien är att urvalsmetoden har varit stratifiera, ett slumpmässigt urval där populationen varit uppdelad i undergrupper. I studien görs sedan ett urval från varje undergrupp. Detta skapar ett brett urval och en större trovärdighet i studien då urvalsgrupperna är slumpmässigt utvalda.

Att studien innehåller 98 stycken deltagare som besvarat enkäten gör att studien blir för lite för att göra fortsatta intressanta analyser av. Däremot har de framtagna analyserna i resultatavsnittet visat på flera signifikanta skillnader vilket även styrker tidigare forskning som finns inom området.

Fördelen är också att funderingar kring frågorna i enkäten kunde förklaras och tydliggöras direkt på plats för att på så sätt undvika missförstånd.

En annan fördel är att författaren hjälpte till att kryssa i frågesvaren vilket underlättade för deltagarna att slippa göra detta själv och att det sparade tid vid frågetillfället. Författaren kunde även på grund av närvaro föra en diskussion omkring frågorna och därmed få mer information från deltagarna än om deltagarna själva hade fyllt i enkäten.

Om undersökningen skulle ske igen skulle ett komplement göras med ytterligare en följdfråga gällande användande frekvensen och årstid, samt om syftet är att undersöka kommuninnevanans självupplevda hälsa kopplat till grönska inom boendemiljön och grönområden skulle frågan om var deltagaren i undersökningen bor ha ställts. I denna undersökning kan det ha förekommit människor som svarat på enkäten som kommit från en annan ort än Gävle varför resultatet inte med säkerhet kan relateras endast till Gävle stad och dess grönområden.

### 5.2 Resultat diskussion

Syftet var att undersöka om närheten till grönområdet från bostaden har en inverkan på människors upplevda hälsa/välbefinnande i relation till kön, ålder och typ av boende. Men även frågeställningar som rör boendemiljöns och grönområdets betydelse för människors självupplevda hälsa samt hur mycket störande ljud och tysta miljöer bidrar till människors självupplevda hälsa.

### **Grönområdet, boendemiljöns betydelse relaterat till kön**

I frågan som rör grönområdets betydelse för hälsa och välbefinnande fanns en lite skillnad mellan hur kvinnor och män värderade grönområdet betydelse. Resultatet visade att kvinnor i högre grad än män uppskattar grönområdets betydelse för hälsa och välbefinnande. Resultatet visade också att kvinnor mer än män använder grönområdet för motion och promenad medan män använder grönområdet för aktivitet så som att jaga, svamp och bärplockning. Detta samband och att kvinnors upplevelse av grönområden kan vara att kvinnor kopplar motion till hälsa. Däremot fanns inge skillnad i hur kvinnor och män upplever trädgårdens/innergården betydelse för hälsa och välbefinnande. Det fanns heller ingen skillnad mellan hur män och kvinnor nyttjar trädgården/innergården.

### **Störande ljud och tysta miljöer relaterat till kön**

När det gäller vikten av att det inte ska finnas några störande ljud inom grönområdet var det återigen kvinnor som var mer känsliga för störande ljud än män. Resultatet visar även på att det är inom grönområdet kvinnor upplever problem med störande ljud och att det även är i grönområdet som kvinnor önskar att det skulle finnas fler tysta miljöer. Män är inte lika känsliga för ljud och ser inte heller behovet av tysta miljöer på samma sätt som kvinnorna gör. När det däremot handlar om störande ljud och tysta miljöer inom boendemiljön fanns där inga signifikanta skillnader.

Varken kvinnor eller män var speciellt störda av ljud utan upplevde mer ljud som att boendemiljön blev mer levande. En uppfattning är att människor gärna vill ha liv och rörelse runt omkring sig i sin boendemiljö men att människor i högre utsträckning vill ha lugn och ro inom grönområdet.

Det fanns heller ingen skillnad i hur människor upplevde störande ljud och vilken boendeform de hade. Enligt den forskning som finns kring störande ljud och boendemiljön visar den på att människor blir störda vid relativt låga ljud. Detta visar dock inte denna studie. Hypotesen var att människor skulle påverkas mer av störande ljud i boendemiljön än de gjorde.

Där det gäller hur mycket människor värderar tysta miljöer inom grönområdet finns bara en signifikant skillnad och det är mellan könen, där kvinnor värderar tysta miljöer högre än män. Det finns ingen skillnad mellan hur olika åldersgrupper värderar tysta miljöer och det finns heller ingen skillnad mellan vilken typ av boende människor har och behov av tysta miljöer inom grönområdet.

### **Upplevelsen av boendemiljön relaterat till boendeform**

Däremot finns det en signifikant skillnad ( $p = 0,00$ ) av hur människor boende i villa/radhus värderar sin trädgård och gröna inslag och växtlighet i boendemiljö för den självupplevda hälsan jämfört med boende i lägenhet och den självupplevda hälsan kopplat till innergården. Resultatet visar att människor värderar den egna trädgården högt och upplever att den bidrar till hälsa och välbefinnande. Resultatet styrker även tidigare forskning om att människor som har tillgång egen grönska i boendemiljön så som egen trädgård upplever att de mår mycket bättre än människor som inte har tillgång till grönska och grönområden i samma utsträckning. Däremot visade resultatet att det inte finns någon skillnad mellan hur människor boende i villa/radhus och människor boende i lägenhet värderar grönområdets betydelse för hälsa och välbefinnande.

### **Grönområdet, boendemiljöns betydelse relaterat till åldersgrupper**

Resultatet visar på att det finns en skillnad mellan hur människor i olika åldersgrupper värderar grönområdets betydelse för hälsa. Resultatet visade att det var människor i åldersgruppen 66 år och äldre som uppskattade grönområdet mest och att människor i åldersgruppen 26-35 uppskattar grönområdets betydelse för hälsa och välbefinnande minst.

Analysen visade att åldersgrupperna däremellan visserligen uppskattar grönområdets betydelse för hälsa men att den inte var signifikant. Analysen visar också att det inte finns någon signifikant skillnad mellan hur människor i de olika åldersgrupperna värderar boendemiljön betydelse för hälsa och välbefinnande. Detta resultat styrker därmed inte tidigare forskning som säger att ungdomar och äldre i högre utsträckning än andra åldersgrupper värderar och uppskattar boendemiljön mer och att ungdomar och äldre i större utsträckning har behov av närhet till grönska inom boendemiljön och till grönområden.

### **Störande ljud och tysta miljöer relaterat till åldersgrupper**

När det gällde störande ljud inom grönområdet och boendemiljön fanns en signifikant skillnad och det var i boendemiljön och att människor i åldersgruppen 66 år och äldre i högre grad än de andra åldersgrupperna anser att det är viktigt att det inte finns några störande ljud inom boendemiljön ( $p = 0,00$ ). Det fanns även signifikanta skillnad mellan de olika åldersgrupperna och upplevelsen av störande ljud inom grönområdet. Återigen var det den äldre åldersgruppen som blir mer störd av ljud även inom grönområdet. Resultatet kan tolkas så som att det i första hand är äldre kvinnor som är mest känslig för störande ljud både inom grönområdet och boendemiljön med framförallt inom grönområdet.

När det gäller tysta miljöer inom boendemiljön finns även där en signifikant skillnad och den är inom åldersgrupperna. Det visar sig att det är äldre människor som är 66 år och äldre som värderar tysta miljöer inom boendemiljön högst ( $p = 0,00$ ). Det finns annars ingen skillnad mellan könen eller typ av boende. Däremot finns det ingen skillnad mellan människor i olika åldersgrupper värderar tysta miljöer inom grönområdet.

Hade denna undersökning gjorts i en storstad som har fler störande ljud än en mindre stad som Gävle hade resultatet kanske sett annorlunda ut. Upplevelsen och behovet att tysta miljöer hade nog varit större.

### **5.3 Slutsats**

När det gäller att människor upplever att avståndet till närmaste grönområde har en inverkan på den självupplevda hälsan och välbefinnandet visar analysen att det endast är kvinnor som anser att avståndet har betydelse. Det finns alltså ingen signifikant skillnad mellan åldersgrupper eller boendeform och vilken betydelse avståndet har för människors hälsa.

Däremot visar resultatet att oavsett om människor bor i villa/radhus eller oavsett vilken ålder man har så värderas ändå ett kortare avstånd till grönområdet från boendemiljön för ett högre frekvent nyttjande som därmed har en koppling till hälsa och välbefinnande. Nyttjandegraden är således kopplad till upplevd hälsa och välbefinnande. Det kan även här vara avgörande hur stor staden är men även infrastrukturen, tillgängligheten och antal parker och andra grönområden i staden.

Resultatet styrker även tidigare forskning om att avstånd har betydelse och att vistas i natur och grönområden har en positiv hälsoeffekt (FHI, 2009). När det gäller hur långt deltagarna har till närmast grönområde från bostaden visar resultatet att människor som bor i villa/radhus har mindre än 100 meter till närmaste grönområde och att det närmaste grönområdet är en skog.

Intressant var också att det finns en signifikant skillnad mellan boendeform och vad människor använder trädgården / innergården till. Människor som bor i villa/radhus använder i första hand trädgården för avkoppling och det oavsett kön och ålder.



Även om det är mycket arbete kopplat till en trädgård verkar det som om människor som bor i villa/radhus prioriterar avkoppling.

Medan människor som bor i lägenhet i första hand arbetar och pysslar när de nyttjar innergården. När det gäller deltagarna som bor i lägenhet visade det sig att de flesta hade ett avstånd på 200 – 500 meter till närmaste grönområde från bostaden och att grönområdet var en parkmiljö. Resultatet visar även att det är människor i åldersgruppen 66 år och uppåt som använder grönområdet för motion och promenader i störst utsträckning och att åldersgruppen – 25 samt 26-35 nyttjar grönområdet för aktivitet och lek.

Resultatet visar även att boende i villa/radhus använder grönområdet för promenader och motion medan boende i lägenhet använder grönområdet för aktivitet och lek. När det gäller kvinnor och män så svarade det lika, att i boendemiljön prioriterades avkoppling och grönområdet användes för motion och promenad. Resultatet visar tydligt att människor värderar trädgårdens betydelse för hälsan och att gröna inslag i boendemiljön är viktigt för att människor ska må bra.

Resultatet visar även att människor värderar grönområdets betydelse för hälsan oavsett om människor bor i villa/radhus eller i lägenhet. När det handlar om hur människor värderar tysta miljöer kan det sägas att det i första hand är kvinnor och äldre människor som är mest känsliga för störande ljud både inom boendemiljön och inom grönområdet.

#### **5.4 Fortsatt forskning**

Det som hade varit intressant att titta på är olika variabler tillsammans så som kvinnor boende i villa/radhus och en viss åldergrupp kopplat till användningsområde och upplevelse av boendemiljö och grönområde. Detta gick tyvärr inte att utföra då svarsunderlaget från undersökningen var för liten.

Mycket av framtidens forskning kommer förmodligen att handla om klimatfrågor och om globala frågor kring överlevnad på ett hållbart och resurssparande sätt (FHI, 2010). I dag lever mer än halva jordens befolkning inom områden som är överexploaterade vilket i en framtid kommer att leda till ökade konflikter om markanvändningen. Det kan handla om att ekonomiska intressen kommer att få stå tillbaka för att spara mark för att kunna odla och på så sätt förbättra livskvaliteten och spara på miljön (Qvistberg, 2009).

Men även i större utsträckning än idag ta hjälp av naturens former och de fantastiska egenskaper som gör att naturen överlever människans framfart. Biomimetik går ut på att studera naturens former och egenskaper för att sedan imitera dessa i innovativa tekniska och estetiska ideer som i en förlängning ska skapa ett hållbart och förhoppningsvis resurssparande samhälle (Benyus, 2009).

Forskning kring samspel mellan människors intresse av att vara fysiskt aktiv och utformningen av utemiljöns funktion bör även fortsätta i framtiden (Faksunger, 2009). Övervikten hos människor ökar globalt sett, inte minst i Gävleborg har det blivit ett stort hälsoproblem.

En annan viktig aspekt är att samhällets miljöpolitiska åtgärder gällande förvaltningen av ekosystemet helt varit beroende av naturvetare. Författarna menar att människan spelar en stor roll och att det är viktigt att ta med den sociala aspekten i den framtida förvaltningen av ekosystemet då det skulle öka det allmänna engagemanget att förvalta naturen och miljön i framtiden (Endter-Wada& Blahna&Krannich& Brunson, 1998).

I en ny artikel beskriver Wells& Donofrio, (2011) sambandet mellan den naturliga miljön och människors hälsa när det gäller stadsutveckling och stadsplanering kopplat till boendemiljöer. Sammanfattningsvis visar forskningen på att det finns ett samband mellan natur och hälsa. Det positiva hälsoutfallet är psykisk hälsa, fysisk aktivitet och social gemenskap samt välbefinnande i allmänhet. Forskarna vill i denna artikel lyfta fram vikten av att förena människan och natur och för att säkerställa en hälsosam framtid bör områden som stadsplanering, miljö och folkhälsa i högre grad samarbeta (Wells&Donofrio, 2011).

Fortsatt forskning bör också titta på ljudlandskapets betydelse för hälsa och välbefinnande både inom bostadsområden och rekreationsområden. I framtiden kommer ”tysta” miljöer i samhället att handla om människors livskvalité (Mistra, 2011).

Närhet till parker och grönområden är viktigt och att människor genom delaktighet och inflytande tillsammans med ansvariga förvaltar stadens parker och grönområden, för att stimulera positiva hälsoeffekter i framtiden (Myhr, 2007).

Avslutningsvis, det viktigaste arbetet för framtiden är att göra människor medvetna om vilken betydelse naturen, parkerna och grönområden har för människors hälsa och välbefinnande.

## 6. Referenser

- Bengtsson,A.(2003).*Utemiljöns betydelse för äldre och funktionshindrade*. Sandviken: Sandvikens tryckeri
- Boverket (2002).*Planera för god ljudmiljö – en första vägledning*. Karlskrona: AB Danagårns grafiska
- Boverket (2009).*Så mår våra hus. Redovisning av regeringsuppdrag beträffande byggnaders tekniska utformning*. Karlskrona: Boverkets internt/externt tryckeri
- Ejvegård,R.(2009).*Vetenskaplig Metod*. Lund: Studentlitteratur
- Faskunger,J.(2008).*Samhällsplanering för ett aktivt liv – fysisk aktivitet, byggd miljö och folkhälsa*. Kalmar: Lenanders Grafiska AB
- Faskunger,J.(2009).*Den byggda miljöns påverkan på fysisk aktivitet*. Stockholm: Strömbergs distribution
- FHI (2008). *Att skapa och bygga miljöer för en aktiv vardag*. Östersund.: Davidssons tryckeri AB
- FHI (2009).*Grönområden för fler – en vägledning för bedömning av närhet och attraktivitet för bättre hälsa*. Solna: ATTA 45 Tryckeri
- Grahn,P.(1993).*Träden är vårt urhem*. Fritid i Sverige Park NR1: Kommun Media
- Grahn,P.(2005).*Om parkens betydelse*. Doktorsavhandling. Alnarp: Sveriges lantbruksuniversitet
- Hassmén,P& Koivula,N.(1996).*Variansanalys*. Lund: Studentlitteratur
- Hult,M.(2007).*Hantering av trafikbuller i bebyggelseplanering*. Stockholm: Nyttotstryckeriet
- Kaplan,R&Kaplan,S.(1989).*The experience of nature, a psychological perspektiv*. United States of America: Cambridge University Press
- Kellner,J&Stålbom,G.(2001).*Byggnad och Miljö. Om hälsa, välbefinnande och hållbar utveckling. Smedjebacken: Fälth & Hässler*
- Kjellberg, A. Arbetslivsinstitutet.(1999).*Inte bara hörselskador. Psykologiska effekter av buller i arbetsmiljö*. Solna: CM Gruppen.
- Kjellström,T&Knutsson,I&Ågren,G.(2007).*Klimatförändringar och folkhälsa*. Östersund: Statens folkhälsoinstitut
- Klang,C.(2005).*Gävles lunga, hjärta och röst*. Gävle: Gävle offset

Knez,I. & Thorsson,S & Eliasson,I & Lindberg,F. (2009). Psychological mechanisms in outdoor place and weather assessment: towards a conceptual model. *International Journal of Biometeorology*, 53: 101-111.

Lisberg Jensen,E.(2008).*Gå ut min själ. Forskningsöversikt om hälsoeffekter av utevistelse i närnatur*. Stockholm: Strömberg

Myhr,U.(2007).*Utemiljö och hälsa*.Stockholm: Nytorgstryckeriet

Norling,I.(2001).*Naturens och trädgårdens betydelse för hälsa och livskvalitet*. Göteborg.Sektionen för vårdforskning: Sahlgrenska universitetssjukhuset

Ottosson,M&Ottosson,Å.(2007). *Naturkraft. Om naturens lugnande, stärkande och läkande effekter*. Falun: Scandbook

Troedson,U.(1999).*En stad är mer än sina hus... - hållbar utveckling av städer och samhällen*. Kristianstad: Kristianstads boktryckeri AB

Trost,J.(2007). *Enkätboken*. Lund: studielitteratur

Ulrich, R.(1999). *Effects of Garden on Helalth Outcomes. Theory and Research*. New York: Wiley&sons

Vetenskapsrådet (2005). *Forskningsetiska principer*.ISBN:91-7307-008-4: Elanders Gotab

Öhrnström,E.(2008). *Ljudlandskap för bättre hälsa. Resultat och slutsatser från en multidisciplinärt forskningsprogram*. Göteborg: PR-Offset

### Referenser Internetsidor.

Benyus,J.*Biomimetik*. Hämtat den 17 Maj från: <http://materialbiblioteket.se/forskning/biomimetik-biomimecry/>

Cabe (2005).*Does money grow on trees?* Hämtat den 26 Maj från: <http://webarchive.nationalarchives.gov.uk/20110118095356/http://www.cabe.org.uk/case-studies>

Coldin,J.(2009).*Green Wedges as urban commons. Applying a complex social-ecological system approach to sustainable urban planning*: Hämtat den 5 April från: <http://www.su.se/forskning/ledandeforskning/naturvetenskap/klimat-och-miljoforskning/artiklar/naturens-tjanster-runt-omkring-oss-1.6506>

Endter-Wada,J&Blahna,D&Krannich,R&Brunson,M.(1998). A framework for understanding social science contributions to ecosystem management. *Ecological Applications* 8:891–904. [doi:10.1890/1051-0761(1998)008[0891:AFFUSS]2.0.CO;2] .Hämtat den 26 Maj från: [http://www.esajournals.org/doi/abs/10.1890/1051-0761\(1998\)008%5B0891:AFFUSS%5D2.0.CO%3B2](http://www.esajournals.org/doi/abs/10.1890/1051-0761(1998)008%5B0891:AFFUSS%5D2.0.CO%3B2)

FHI (2010). *Klimatförändringar och folkhälsa*. Hämtat den 5 April från:  
[http://www.fhi.se/PageFiles/3185/klimatforandringar\\_0610\(2\).pdf](http://www.fhi.se/PageFiles/3185/klimatforandringar_0610(2).pdf)

Gävle kommun Hemsida (2011). Hämtat den 26 Maj från: <http://www.gavle.se/Bygga-bo--miljo/Parker-och-natur/Parker-och-gronomraden/>

Hartig, T & Van den Berg, A.E. (2011). *Health Benefits of Nature Experience psychological, social and cultural processes*. Hämtat den 2 Maj från: K. Nilsson et al. (eds.), *Forests, Trees and Human Health*, 127 DOI 10.1007/978-90-481-9806-1\_5, © Springer Science+Business Media B.V. 2011

Larsson, P. (2007) *Naturens tjänster runt omkring oss*. Hämtat den 5 April från:  
[Centrum för tvärvetenskaplig miljöforskning \(CTM\) Millennium Ecosystem Assessment \(MA\)](http://www.ctm.se/centrum-för-tvrvetenskaplig-miljoforskning-ctm-millennium-ecosystem-assessment-ma)

Ack, L & Maheswaran, R. (2010). *The Health benefits of urban green spaces: a review of the evidence*. Hämtat den 2 Maj från:  
<http://jpubhealth.oxfordjournals.org/content/early/2010/09/09/pubmed.fdq068.abstract>

Maas, J & Verheij, R.A. (2009). *Morbidity is related to green living environment*. Hämtat den 2 Maj från: <http://jech.bmj.com/content/early/2009/10/15/jech.2008.079038> J Maas Nivel, Nederländska institutet för Health Services Research *J Epidemiol Community Health* 2006, 60 : 587-592 DOI: 10.1136/jech.2005.043125

Miljöbalken 1998:808 hämtad den 5 April från:  
<http://www.riksdagen.se/webbnav/?nid=3911&bet=1998:808>

Mistra Miljöforskning. (2011). Hämtat den 15 Mars från:  
<http://www.mistra.org/mistrasvensk/forskning.4.1a01f911006c9df6dc800018371.html>

Mitchell, R & Popham, F. (2008). *Effect of exposure to natural environment on health inequalities: on observational population study*. Hämtat den 19 Maj från:  
[http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(08\)61689-X/fulltext](http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(08)61689-X/fulltext)

Qvistberg, M. (2009). *Forskning kring grönområden och Hälsa*. Alnarp. Hämtat den 13 April från:  
<http://www.slu.se/sv/forskning/>

Wells, N.M & Donofrio, G.A. (2011). *Urban Planning, the Natural Environment, and Public Health* doi:10.1016/B978-0-444-52272-6.00480-3 Pages 565-575. hämtat den 26 Maj från:  
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780444522726004803>

Översiktplan Gävle Stad 2025. Hämtat den 5 April från:  
<http://www.gavle.se/PageFiles/4903/%C3%96P%20G%C3%A4vle%20stad%20minskad%20uppl%C3%B6sning.pdf>

## 7. Bilagor

### 7.1 Enkätformulär

#### Grönomsrådets inverkan på den självupplevda hälsan

Plats Datum Dag Klockan

#### Bakgrund.

Kön

man

kvinna

Ålder

- 25

26-

36-45

46-

56-

- 6

Boende

Villa/ Radhus

Lägenhet

#### Frågor kring boendemiljön.

Har du tillgång till egen trädgård eller innergård med grönska?

Ja

Nej

- Hur använder du dig av din trädgård/Innergård ?

Avkoppling

Aktivitet

Arbete/Pyssel

Inget

- Hur ofta utnyttjar du din trädgård/Innergård för ovanstående?

Dagligen

En ggr/vecka

Flera ggr/vecka

Speciella tillfällen

Aldrig

- Hur skulle du själv värdera vad din trädgård/Innergård betyder för din hälsa/ ditt välbefinnande?

Skala 1

2

3

4

5

6

7

Där 1 är inget

7 är väldigt mycket

- Hur viktigt är det att det inte finns några störande ljud från tex biltrafik/grannar inom din boendemiljö?

Skala 1

2

3

4

5

6

7

Där 1 är inte viktigt

7 är mycket viktigt

- Anser du att det är viktigt med "tysta" miljöer i din boendemiljö?

Skala 1

2

3

4

5

6

7

Där 1 är inte viktigt

7 är mycket viktigt

- 7. Hur viktig är trädgården/ grön innergård i ditt val av bostad?

Skala 1

2

3

4

5

6

7

Där 1 är inte viktigt

7 är mycket viktigt

## Frågor kring grönområdet.

**8. Hur långt är avståndet till närmaste grönområde från din bostad?**

Mindre än 100m  200 – 500m  500 – 1 km  Över 1 km

**9. Vad för typ av grönområde är det?**

Park  Skogsområde  Vatten  Gräsytor

Övrigt  Ex .....

**10. Hur ofta använder du grönområdet?**

Dagligen  En ggr/veckan  Flera ggr/veckan

Speciella tillfällen  Aldrig

**11. Hur använder du dig av grönområdet ?**

Avkoppling  Aktivitet/lek  Motion/promenad  Inget

**12. Hur skulle du själv värdera vad ditt grönområde betyder för din hälsa/ ditt välbefinnande?**

Skala 1 2 3 4 5 6 7

Där 1 är inget

7 är väldigt mycket

**13. Hur viktigt är det att det inte finns några störande ljud från tex biltrafik inom grönområde?**

Skala 1 2 3 4 5 6 7

Där 1 är mindre viktigt

7 är mycket viktigt

**14. Anser du att det är viktigt med ”tysta miljöer inom grönområde?**

Skala 1 2 3 4 5 6 7

Där 1 är inte viktigt

7 är mycket viktigt

**15. Påverkar avståndet till grönområdet din hälsa/ ditt välbefinnande?**

Skala 1 2 3 4 5 6 7

Där 1 är inte alls

7 är väldigt mycket

**Tack för din medverkan!**

Ann-Sofie Lundblad

[annsofie.lundblad@telia.com](mailto:annsofie.lundblad@telia.com)

0733-245484

## 7.2 Intervjuguide

Hej

Jag kommer från Högskolan här i Gävle och arbetar just nu med mitt examensarbete, en studie om grönområdets inverkan på hur den självupplevda hälsan.

Jag undrar om jag skulle kunna få ställa några snabba frågor kring grönområde, boendemiljö och hälsa?

Enkäten är indelad i två områden med frågor som berör boendemiljö och grönområdet kopplat till hälsa.

Enkäten besvaras helt anonymt och sammanställningen och analysen kommer sedan att ske på gruppnivå och inte på individnivå så svaren från enkäten kommer inte att kunna kopplas till den enskilde deltagaren.



