

PREHealth

Ενσωματώνοντας την Υγεία στις Αστικές Πράσινες
& Γαλάζιες Υποδομές - Η Ανάγκη για Δράση στον
Σχεδιασμό, τις Πολιτικές και την Εκπαίδευση

εθνική έκθεση



Erasmus+



Editors

uhg

TU Darmstadt, Department of Architecture
Urban Health Games Research Group
Dipl.-Ing. Marianne Halblaub Miranda
Gladys Vasquez Fauggier, M.Sc.
Jun.-Prof. Dr.-Ing. Martin Knöll
El-Lissitzky-Str.1, 64287 Darmstadt
www.stadtspiele.tu-darmstadt.de

Layout: Hui Qu

Full National Report

Papageorgiou, F. & Mylonas, D. (2017). *PREHealth: Designing health into urban green and blue infrastructures – The need for action in planning, policies, and research. National Report Greece*. Athens: PRISMA Centre for Development Studies.
[urn:nbn:de:tuda-tuprints-89929](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:tuda-tuprints-89929)

Some rights reserved.
CC BY-NC-ND 4.0 International



www.prehealth.eu

Terms of References

The present report was produced in the framework of the ERASMUS+ project "PREHealth: Promoting education and jobs to enhance the use of urban blue and green infrastructure for health and fitness", and aims at presenting the findings of a literature review on the connection between public health and the use of open spaces in Athens, Greece. The findings presented provide a conceptual framework for recognising the important role of urban green and blue infrastructure in promoting public health, addressing policy and decision makers, educational authorities, local civil society organisations and key persons in the fields of urban design and planning, lifelong learning and public health, as well as the general public.

Project Partners

Technische Universität Darmstadt (coordinator)
Utrecht University
PRISMA – Planning and Research Consultants
Széchenyi Istvan University
City of Darmstadt
City of Athens
City of Győr
City of Eindhoven

Authors

Fouli Papageorgiou & Demetris Mylonas
Prisma, Athens, Greece



Wissenschaftsstadt
Darmstadt



EINDHOVEN



A. O. Mylonas
papageorgiou@prisma-athens.com

Ελλάδα - Δήμος Αθηναίων

Τα κυριότερα ευρήματα της έκθεσης αποκαλύπτουν τρία ευρέα και αλληλοσυνδεδεμένα μεταξύ τους ζητήματα που επηρεάζουν τις υφιστάμενες και μελλοντικές πολιτικές προώθησης της δημόσιας υγείας στην Ελλάδα, και ειδικότερα στην Αθήνα, μέσω της καλύτερης χρήσης των ανοικτών δημόσιων χώρων.

1. Επιδείνωση της υγείας του ελληνικού πληθυσμού κατά την περίοδο της κρίσης.

Η βαθιά οικονομική κρίση που έχει πλήξει την Ελλάδα από το 2010 έχει επηρεάσει σοβαρά το προφίλ υγείας του ελληνικού πληθυσμού με πολλούς τρόπους. Οι τιμές των δεικτών σωματικής και ψυχικής υγείας έχουν μειωθεί (Τούντας Ι. & Σουλιώτης Κ., 2015). Η αύξηση των περιστατικών ψυχικής υγείας (αγχώδεις διαταραχές, κατάθλιψη) σε συνδυασμό με τη διαφοροποίηση του κοινωνικοοικονομικού προφίλ των ατόμων που υποφέρουν, φανερώνει επίσης ότι η οικονομική κρίση έχει κάνει τους νεώτερους, τους παντρεμένους και τους εργαζόμενους πιο ευάλωτους στην κατάθλιψη και τις αγχώδεις διαταραχές, πιθανά λόγω της αυξημένης πίεσης που επωμίζονται προκειμένου να παρέχουν τα απαραίτητα στους συζύγους και τις οικογένειές τους. Επιπλέον, αρνητικοί παράγοντες του τρόπου ζωής που συνδέονται άμεσα με την υγεία, όπως το κάπνισμα, ο υποσιτισμός και η έλλειψη σωματικής άσκησης, φαίνεται να ενισχύονται. Η σημαντική μείωση της σωματικής άσκησης, σε συνδυασμό με την ενίσχυση των κοινωνικοοικονομικών ανισοτήτων στην περίοδο της κρίσης (τα χαμηλότερα κοινωνικά και εισοδηματικά στρώματα υποφέρουν περισσότερο από έλλειψη σωματικής άσκησης), μπορεί επίσης να αποδοθεί εν μέρει στην κρίση, αποκαλύπτοντας μια ανησυχητική τάση και επηρεάζοντας μια ευρύτερη μερίδα του πληθυσμού από ό, τι σε άλλες ευρωπαϊκές χώρες (Τούντας Ι, 2016).

2. Υστέρηση του ελληνικού πληθυσμού σε επίπεδα σωματικής άσκησης και αθλητισμού

Τα επίπεδα σωματικής άσκησης και αθλητισμού του ελληνικού πληθυσμού αποκαλύπτουν μια υστέρηση σε σχέση με τον μέσο όρο της ΕΕ και ιδιαίτερα τις χώρες της κεντρικής και βόρειας Ευρώπης. Το περπάτημα και οι δουλειές του σπιτιού είναι οι πιο δημοφιλείς μορφές καθημερινής σωματικής δραστηριότητας στον ελληνικό πληθυσμό (Βαλάνου Ε.Μ. et al., 2006). Ωστόσο, παρόλο που το περπάτημα και οι δουλειές του σπιτιού είναι ενδεικτικές δραστηριότητες ως προς το πόσο ενεργός είναι κάποιος στην καθημερινή του ζωή, στην πραγματικότητα δεν σχετίζονται με μια συνειδητή προσπάθεια για την προώθηση της υγείας ενός ατόμου μέσω της σωματικής άσκησης, καθώς και οι δύο δραστηριότητες σχετίζονται κυρίως με την ικανοποίηση αναγκών της καθημερινής ζωής, όπως το περπάτημα για ψώνια και η καθαριότητα του σπιτιού. Η συμμετοχή του ελληνικού πληθυσμού σε δραστηριότητες που συνήθως επιλέγονται για την βελτίωση της προσωπικής υγείας και ευεξίας εκτός από την προσωπική απόλαυση, όπως το τρέξιμο, κάποιο άθλημα, η κηπουρική ή η ποδηλασία, είναι μάλλον χαμηλή σε σχέση με άλλες ευρωπαϊκές χώρες και επιδεινώθηκε επιπλέον κατά την τελευταία δεκαετία (Ερευνα Ευρωβαρόμετρο, 2015). Τα στοιχεία που σχετίζονται με το επίπεδο φυσικής άσκησης στον καθημερινό τρόπο ζωής του ελληνικού πληθυσμού δείχνουν ότι, παρόλο που οι Έλληνες είναι σχετικά δραστήριοι στην καθημερινή τους ζωή, φαίνεται να υστερούν σε συστηματική και εντατική σωματική άσκηση, κυρίως λόγω έλλειψης χρόνου και μειωμένου ενδιαφέροντος ή απουσίας αναγκαίων κινήτρων.

3. Πολιτικές και πρακτικές σχετικά με τις υποδομές πρασίνου στην Αθήνα και την άθληση/φυσική άσκηση/ενεργή μετακίνηση

Το ποσοστό των διαθέσιμων αστικών χώρων πρασίνου σε σχέση με τον πληθυσμό της Αθήνας είναι ιδιαίτερα χαμηλό. Επιπλέον, οι ελεύθεροι χώροι πρασίνου στην Αθήνα αντιμετωπίζουν διαχρονικά και σοβαρά προβλήματα (ιδιοκτησιακά ζητήματα, καταπάτηση από άλλες χρήσεις, καταστροφή και βανδαλισμός των υποδομών), κατευθύνοντας τις σχετικές πολιτικές και πρακτικές για τους χώρους πρασίνου σε μια προσπάθεια διατήρησης των υφιστάμενων χώρων και διασφάλισης του πράσινου χαρακτήρα και λειτουργίας τους.

Αν και οι περισσότεροι χώροι πρασίνου στην Αθήνα ενσωματώνουν δημοτικές αθλητικές εγκαταστάσεις, όπως γήπεδα μπάσκετ, βόλεϊ κλπ., δεν υπάρχει συγκεκριμένη πολιτική που να επικεντρώνεται στην προώθηση της υγείας και της σωματικής άσκησης σε αυτούς τους χώρους στο σύνολό τους ή στο πλαίσιο διαδρομών που συνδέουν τους χώρους πρασίνου. Καταγράφεται επίσης έλλειμμα στην πληροφόρηση των κατοίκων της πόλης σχετικά με τις διαθέσιμες ευκαιρίες για σωματική δραστηριότητα και ενεργή αναψυχή, αξιοποιώντας την υπάρχουσα υποδομή και προτείνοντας τρόπους συνδυασμού διαφορετικών δραστηριοτήτων, προκειμένου να μεγιστοποιηθούν τα οφέλη για την υγεία σε σχέση με το προφίλ και τις ανάγκες των κατοίκων. Αυτό πιθανότατα οφείλεται σε ένα μακροχρόνιο και διαρθρωτικό πρόβλημα διαχείρισης των ανοιχτών δημόσιων χώρων και των υποδομών πρασίνου: η συνολική διαχείριση των ελεύθερων δημόσιων χώρων στην Αθήνα δεν αποτελεί ευθύνη μιας διοικητικής δομής του Δήμου, αλλά μοιράζεται μεταξύ διαφορετικών διευθύνσεων, με αποτέλεσμα την έλλειψη συντονισμού και, κυρίως, την αδυναμία προώθησης μιας συνολικής ολοκληρωμένης πολιτικής για την προώθηση της υγείας και της σωματικής άσκησης σε ανοιχτούς χώρους και τη δημιουργία διαδρομών που να συνδέουν αυτούς τους χώρους.

Η ποδηλασία είναι μια από τις λιγότερο διαδεδομένες μορφές φυσικής άσκησης στην Αθήνα, κυρίως λόγω της έλλειψης κατάλληλης υποδομής (ποδηλατόδρομοι) που με τη σειρά της οφείλεται στη διαχρονική εστίαση της πολιτικής σχεδιασμού των μεταφορών στην Αθήνα προς τη χρήση αυτοκινήτων και της απουσίας ολοκληρωμένων παρεμβάσεων βιώσιμης κινητικότητας. Ωστόσο, το «Μητροπολιτικό Δίκτυο Ποδηλατοδρόμων Αθήνας», ένα προτεινόμενο δίκτυο ποδηλατοδρόμων 226 χιλιομέτρων που θα συνδέει κατοικημένες περιοχές με χώρους πρασίνου και αθλητικές εγκαταστάσεις, καθώς και μέσα μαζικής μεταφοράς και άλλα σημεία ενδιαφέροντος, στοχεύει στη ριζική αλλαγή του μοντέλου μεταφορών στην Αθήνα προς την κατεύθυνση της βιώσιμης κινητικότητας. Επίσης, υπήρξε μια στροφή προς την κατεύθυνση της εισαγωγής „πράσινων διαδρόμων” (δηλαδή πεζοδρόμων και ποδηλατοδρόμων που συνδέουν ανοιχτούς χώρους πρασίνου) σε μέρη της Αθήνας, με στόχο την ενθάρρυνση της ενεργού μετακίνησης και την προσφορά χώρων και διαδρομών αναψυχής και άσκησης. Φαίνεται επίσης ότι η πολιτική του Δήμου Αθηναίων σχετικά με τον αθλητισμό μετατοπίζεται προς ένα μοντέλο αυξημένης διαθεσιμότητας, προσεγγίζοντας άμεσα τους κατοίκους της πόλης σε επίπεδο γειτονιάς ή δημοτικού διαμερίσματος και παρέχοντας πληροφορίες και ευκαιρίες για τη χρήση των διαθέσιμων εγκαταστάσεων του Δήμου.

Συμπέρασμα

Λαμβάνοντας υπόψη τα παραπάνω ζητήματα, η ανάγκη διαμόρφωσης μιας πολιτικής για τη δημόσια υγεία που θα ενημερώνει, αφενός, τον ελληνικό πληθυσμό για τις επικίνδυνες συνέπειες της έλλειψης σωματικής άσκησης και αφετέρου θα ενθαρρύνει τη συστηματική συμμετοχή σε κάποια μορφή σωματικής άσκησης στον ελεύθερο χρόνο, είναι προφανής και επείγουσα. Προς αυτή την κατεύθυνση, και λαμβάνοντας υπόψη τις διάφορες συνέπειες της οικονομικής κρίσης που εξακολουθούν να πλήττουν ένα μεγάλο ποσοστό του ελληνικού πληθυσμού, είναι απαραίτητο να βελτιωθούν οι υφιστάμενες υποδομές πρασίνου και ελεύθερων χώρων ώστε να υποστηριχθεί μια τέτοια συστηματική δέσμευση στη σωματική δραστηριότητα και την ενεργό αναψυχή με τρόπο

που να εξασφαλίζει ότι είναι ανοικτή και οικονομικά προσιτή για όλες τις ηλικιακές ομάδες και τα κοινωνικοοικονομικά στρώματα. Στην περίπτωση της Αθήνας, ο ρόλος των χώρων πρασίνου της πόλης, καθώς και των προγραμματισμένων δικτύων «πράσινων διαδρόμων» και ποδηλατοδρόμων, ως χώρων που προσφέρουν μια προσιτή εναλλακτική για συστηματική σωματική άσκηση και ενεργό αναψυχή, πρέπει να τονίζεται και να υποστηρίζεται με ολοκληρωμένες παρεμβάσεις καθώς και δράσεις ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης.

Ο προσανατολισμός προς την καλύτερη χρήση των υφιστάμενων και τη δημιουργία νέων υποδομών πρασίνου που θα ενθαρρύνει τη συστηματική σωματική άσκηση και την ενεργό αναψυχή προϋποθέτει, με τη σειρά του, αλλαγές τόσο στην κατεύθυνση της πολιτικής σχεδιασμού όσο και στη διάρθρωση του μοντέλου διαχείρισης των ελεύθερων χώρων και χώρων πρασίνου. Όσον αφορά την πολιτική σχεδιασμού, θα πρέπει να δοθεί έμφαση σε ολοκληρωμένες παρεμβάσεις που να αναδεικνύουν σαφώς αυτόν τον νέο ρόλο των υποδομών πρασίνου, εκτός από την αισθητική, περιβαλλοντική και κοινωνική τους λειτουργία. Όσον αφορά το μοντέλο διαχείρισης των υποδομών πρασίνου της πόλης, θα πρέπει να εγκαταλειφθεί το υφιστάμενο μοντέλο διαχείρισης που βασίζεται στην κατανομή αρμοδιοτήτων μεταξύ διαφορετικών διευθύνσεων του Δήμου, και να υιοθετηθεί ένα μοντέλο που θα συγκεντρώνει τις αρμοδιότητες για την προώθηση πολιτικών και παρεμβάσεων σχετικά με τις υποδομές πρασίνου της πόλης σε έναν ενιαίο διαχειριστικό φορέα.

