

PREHealth

Az egészségtervezés a városi zöld és kék infrastruktúrákba - a tervezés, a szakpolitikák és az oktatás szükségessége

nemzeti jelentés



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

Honvári, P., Jóna, L., SzörényinéKukorelli, I. &Tóth P. (2017). *PREHealth: Designing health into urban green and blue infrastructures – The need for action in planning, policies and, research. National Report Hungary*. Győr: Széchenyi Istvan University.
[urn:nbn:de:tuda-tuprints-89931](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:tuda-tuprints-89931)

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



www.prehealth.eu

Terms of References

The national report has been prepared in the frame of the project „Promoting education and jobs to enhance the use of urban blue and green infrastructure for health and fitness” (PREHealth). The primary objective is to give an overview of the Hungarian national literature, examining health development and public space use, as well as to introduce the policy issues concerning the city of Győr.

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

Honvári Patrícia
Jóna László
Szörényiné Kukorellilrén
Tóth Péter



Wissenschaftsstadt
Darmstadt



Utrecht University



EINDHOVEN



A magyar lakosság egészségi állapota, valamint a fizikai aktivitás (és még inkább inaktivitás) jellemzői igazolják, mekkora szükség van olyan intézkedések megteremtésére, melyek lehetőséget biztosítanak a mozgás, aktív kikapcsolódás növelésére. Demográfiai és népegészségügyi adatok alapján elmondható, hogy a magyar társadalom az OECD országok között a legrosszabb mutatókkal rendelkező országok között található, akár a születéskor várható élettartamot, akár az egészségben eltöltött évek számát vesszük alapul (Neulinger 2007). Egy 2014-es felmérésből kiderül, hogy a felnőtt magyar lakosság 89%-a kielégítőnek, csaknem kétharmada pedig jónak tartja az egészségi állapotát (KSH 2015). Ugyanakkor Magyarországon a lakosság jelentős része küzd valamilyen betegséggel. A legelterjedtebb krónikus betegségek a magas vérnyomás, a derék- vagy hátfájás és a szív- és érrendszeri betegségek. További gyakori orvos által diagnosztizált megbetegedés még az allergia (12%) és a lakosság 8%-át érintő cukorbetegség. A felnőtt lakosság több mint fele súlytöbblettel él, csak minden hatodik felnőtt végez a WHO ajánlásainak megfelelő testmozgást (Egészségjelentés 2015). A betegség nem feltétlenül jelent korlátozottságot a mindennapi életben, de a lakosság 9,2%-a súlyosan, míg 20%-a mérsékelt korlátozottan tartja magát. A 65 évesek és annál idősebbeknek gyakran már az önellátás is gondot okoz. A felnőttek felének gondjai vannak a látásával, 7-8%-uknak a hallásával, 18-20%-uknak pedig mozgásproblémája van (KSH 2015). A krónikus betegségek többsége egyértelműen összeköthető az egészségtelen és mozgásszegény életmóddal.

A magyar lakosság kétharmada (67%) nem végez napi 10 percnél tovább tartó sporttevékenységet (Egészségjelentés 2015). A szabadidős tevékenységek kapcsán elmondható, hogy rendszerváltás óta eltelt időszakban jelentősen megnőtt a passzív, mozgást nem igénylő szabadidős tevékenységek (pl. TV-nézés, számítógépezés) súlya a magyarok időfelhasználásában. A sporttal töltött átlagos időt jelentősen nem befolyásolja a lakhely, azonban az aktív tevékenységeket végzők aránya magasabb a nagyvárosokban, mint a kisebb településeken. Az aktív tevékenységek űzésének átlagos időtartama a kor előrehaladtával jelentősen csökken. A fiatalok (10-19 év) 2-3-szor több időt is fordítanak sportolásra, aktív tevékenységekre, mint a többi korosztály. A több szabadidővel bíró csoportok (nyugdíjasok, munkanélküliek) ugyan több időt tölthetnek szabadidős tevékenységgel, azonban a sportolás körükben nem kap akkora jelentőséget. Érdekes összefüggéseket mutat az iskolázottság alapján készített kimutatás is. Minél magasabb iskolázottsággal bír valaki, annál nagyobb arányban választ szabadidejében az aktív kikapcsolódás lehetőségei közül, de hasonlóan magas értékekkel rendelkezik a legalacsonyabb iskolázottságúak csoportja is. Egy 2015-ös hazai felmérés értelmében a legnépszerűbb sportág a kerékpározás lett. Ezt követi az úszás, a kézilabda, a kosárlabda, a testépítés és a labdarúgás (Kovács et al 2015).

Ha az aktív közlekedést vizsgáljuk, megállapítható, hogy a gyalogos közlekedés nagyjából mindenütt egyforma mértékben van jelen az országban. A gyaloglással töltött átlagos idő naponta 20 perc körül van. Ugyanakkor, a kerékpáros közlekedést tekintve, a magyarok csupán 12,5%-a állította, hogy kerékpárt használ. Minél kisebb egy település, annál nagyobb arányban lesznek kerékpározók a válaszadók között. Míg a fővárosiak közül csak a megkérdezettek 1,3 százaléka nyilatkozta azt, hogy kerékpározik, addig ez az arány a kisebb városokban és a községekben 18 és 15,3 százalék.

A sportolási szokásokat vizsgálva az is kiderült, hogy a hazai lakosság, ha végez is fizikai aktivitást, azt inkább otthon vagy a munkába/iskolába menet végzi, és nem hasznosítja a városi környezet nyújtotta lehetőségeket (például a köztereket vagy a zöldterületeket). Természetesen ahhoz, hogy

a sportolási/aktív tevékenységek aránya a magyar lakosság körében növekedjen, feltétlenül szükséges a szemléletformálás, oktatás megvalósítása. Ugyanakkor, sokszor a lehetőség megteremtése is jó ösztönzést jelenthet. Különösen városi környezetben van szükség arra, hogy olyan szabadidő eltöltésére alkalmas helyek jöjjenek létre, amelyek növelik a sportolásra, aktív kikapcsolódásra szánt időt.

Fontos hangsúlyozni, hogy a nem túl kedvező egészségi indikátorok és a viszonylag alacsony sport- és aktív tevékenységek aránya ellenére is a magyar lakosság részéről megteremtődött az igény az egészségesebb életmód megteremtésének irányába. Különösen városi környezetben jelent meg az igény a sportolásra, aktív kikapcsolódásra alkalmas helyek és terek megteremtésére. Ugyanakkor problémaként jelentkezik, hogy hazánkban kevés és csökkenő értékű a magas használati értékkel rendelkező zöld- és szabadterület.

Ami Győrt illeti, a zöldterületek aránya a teljes közigazgatási területből 1,2%-ot tesz ki. Az egy lakosra jutó zöldterület nagysága Győrben 16 négyzetméter, ezzel az értékkel a hazai hat nagyváros között Győr a negyedik helyen áll. Az elmúlt években kiemelt szerepet kapott a városi zöldterületek minőségi fejlesztése, ennek következtében sok zöldterület megújult, illetve funkcióbővítésen esett át (parkok, játszóterek, fásítás). Jelenleg Győr városában összesen 13 olyan közterület található, ami alkalmas sportolásra, és rekreációra, ehhez hozzászámíthatjuk még a folyópartok 44 km-es hosszát.

Egy meglehetősen friss, 2014-es felmérés, a „Győr Megyei Város Egészségképe” dokumentum arra világít rá, hogy a város lakosságának egészségi állapota a hazai viszonyoknál kedvezőbb helyzetű. A felnőtt lakosság nagyobb része elégedett egészségi állapotával (60%), vagy legalábbis megfelelőnek tartja (33%), azonban az egészségi állapottal való elégedettség csökken az életkorral, a 60-69 évesek tizede, a 70 év feletiek ötöde inkább rossznak tartja az egészségét. A fizikai egészségkép mellett a mentális egészségkép is nagyban befolyásolja életminőséget. A felmérés szerint a város 50 év feletti lakosságának 49%-a enyhe depresszióval küzd, közepes súlyos depressziós állapot feltételezhető 5,9%-uknál, súlyos depressziós állapot pedig 1,9%-uknál.

A fizikai aktivitás fontosságával, prevenciók hatásaival a lakosság jelentős része tisztában van, ám az információ birtoklása nem egyenlő a megvalósítással. A Győrben élők 44%-a végez intenzív testmozgást legalább heti egy alkalommal. A heti mozgás-alkalmak tekintetében szignifikánsan a férfiak vannak jobb helyzetben, ám az életkor emelkedésével lineárisan csökken a fizikai aktivitás. Iskolai végzettség szerint a középiskolát végzettek a legaktívabbak, az alacsony végzettségűek pedig a legkevésbé aktívak. Egy-egy alkalommal átlagosan háromnegyed órát töltenek mozgással, míg azonban a nők körében ez az idő alig fél óra, a férfiak között közel egy óra.

A fő cél Győr város sportvárosi státusza mellett, (a „legsportosabb város” díjat 2010-ben nyerte el), hogy „sportoló várossá” is váljon. Ennek érdekében a város célul tűzi ki, hogy aktivizálja a lakosokat. Ezt a célt alátámasztja a város költségvetése is, mely minden évben 2011 óta a város költségvetésének 1%-át a verseny- és tömegsport támogatására fordítja. Számos sportprogram és rendezvény is nagy hangsúlyt kap a városban. A város természetföldrajzi adottsága (sík terület) hozzájárul a kerékpározás népszerűségéhez, ami mindig is közkedvelt volt. 2011-ben 40 km kerékpárút állt rendelkezésre, de hosszát folyamatosan bővítik. Két éve áll rendelkezésre a GyőrBike kerékpárkölcsonzó rendszer.

Az utóbbi évtized eredményeképpen a városi politika egyre tudatosabban lép abba az irányba, hogy az egészségtudatosságot és a sport iránti szeretet összekapcsolja. Mind az egészséggel kapcsolatos stratégiák, mind a sportkonceptiók arra törekednek, hogy a lakosság minden rétegét, a fiatalokat és az

időseket is minél inkább aktivitásra bírják. Ugyanakkor jelenleg nem tartozik a város stratégiai céljai közé a zöldterületek növelése. Problémát okozhat a kertvárosokban kialakuló túlépítettség, ami a zöldterületek rovására történik. Habár a város tervezi ennek a tendenciának a megállítását, az új házak és lakóparkok iránti növekvő igény veszélyeztetheti ezt a kezdeményezést. Fontos lenne a közterületek (és különösen a zöldterületek) egészségtudatos magatartásban játszott szerepére nagyobb hangsúlyt fektetni. A zöldterületek, folyópartok megújításával és újabbak kialakításával a várostervezők bátoríthatják a helyi lakosságot a közterületek fokozottabb használatára. Mindenesetre kijelenthető, hogy Győr adottságai (elsősorban a bővelkedő zöldterületek és vizes felületek) feltétlenül alkalmassá teszik a várost arra, hogy egészséges városi környezetet alakítson ki, és ösztönözze a győri lakosok aktív mozgását.

