

Elämänmittainen lähivihreäpolku – Tietopaketti luonnon hyvinvointivaikutuksista

kestavakaupunki.fi/lahivihrea

LÄHILUONNON MERKITYS HYVINVOINNILLE

- ❑ Jo yli 72 % suomalaisista asuu kaupunkialueilla ja siksi kaupunkiluonnolla on suuri hyvinvointia turvaava merkitys
- ❑ Viherympäristö ja luontokosketus tukevat fyysistä, sosiaalista ja mielen hyvinvointia
- ❑ Lähiluonto innostaa liikkumaan luonnon monipuolisista terveyshyödyistä nauttien
- ❑ Eri elämänvaiheisiin liittyy usein erilaisia tarpeita myös lähiluontoon liittyen
- ❑ Turvaamalla lähiluontoa ihmisten arkiympäristössä voidaan lisätä hyvinvointia eri elämänvaiheissa
- ❑ Elämänmittainen lähivihreäpolku rakentuu useiden eri toimijoiden yhteistyöstä sekä pienistä ja suurista teoista, joilla arjen luontokosketusta lisätään meille kaikille

VÄLINEITÄ LÄHILUONNON TURVAAMISEEN

- ❑ Tietoa luonnon hyvinvointivaikutuksista päätösten ja kehitystyön taustalle
- ❑ Esimerkkejä ja ohjeita terveellisen ja viihtyisän vihreämpäristön kehittämiseen ja turvaamiseen

ESIMERKIKSI

- ❑ Lähiluonnon tuottamia kustannussäästöjä terveydenhoitokuluissa voidaan arvioida ja huomioida kaupunkisuunnittelussa
- ❑ Lasten ja nuorten luontokosketusta voidaan lisätä monin tavoin kouluissa ja päiväkodeissa
- ❑ Panostus luontokohteiden esteettömyyteen ja saavutettavuuteen mahdollistaa luonnon hyvinvointivaikutuksista nauttimisen erilaisille käyttäjille
- ❑ Lähiluonnossa monipuolisuus on valttia! Erilaiset viheralueet mahdollistavat oleilua ja liikkumista, seurassa ja omassa rauhassa. Myös katuvihreällä, istutuksilla, ja hoitamattomilla viherkaistaleilla on merkitystä hyvinvoinnille

