



## UMWELTGERECHTIGKEIT & GESUNDHEIT

Die ungleiche Verteilung von Natur einerseits und negativen Emissionen andererseits zwischen verschiedenen Stadtteilen und Bevölkerungsgruppen führt nicht nur zu einer Schräglage des Wohlbefindens des Einzelnen in seinem Wohnumfeld. Vielmehr bedingt diese Ungleichverteilung zunehmend gesundheitliche Beeinträchtigungen und seelische Störungen derjenigen Personen, denen es an Grünräumen mangelt und die überproportional stark Lärm, Abgasen und sonstigen schädlichen Einflüssen ausgesetzt sind.

### Ärmere Menschen stärker belastet



Menschen, die in ärmeren Wohngebieten leben, wohnen häufig in geringerer Entfernung zu stark befahrenen, lauten Straßen, Fabriken, Kraftwerken – kurz: Einrichtungen, die Lärm, Gestank, Feinstäube und Giftstoffe emittieren. Auf Dauer macht das krank. Vor allem wenn der Mensch vielen Belastungen zugleich ausgesetzt ist, können sich diese negativen Einflüsse zu ernstesten gesundheitlichen Beeinträchtigungen entwickeln.

**Viele Einflüsse belasten unsere Gesundheit. Einkommensschwache Personen trifft es ungleich härter**

© Dieter Schütz, [www.pixelio.de](http://www.pixelio.de)

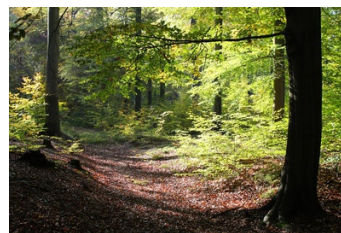
### Schlechtere Wohngebieten sind weniger grün

Neben den unmittelbaren schädlichen Wirkungen infolge von Straßenverkehr und Industrie bestehen zusätzlich deutliche Unterschiede in der Verfügbarkeit und der Qualität innerstädtischer wohnnaher Grünflächen. So sind die Wege zu Grünflächen in schlechteren Wohngebieten meist weiter und die Parks insgesamt kleiner und weniger sicher, so dass sich die wenigsten gerne in ihnen aufhalten. Infolge fehlender Alternativen verbringen immer mehr Kinder den Großteil ihrer Freizeit vor dem Fernseher oder der Spielekonsole, wodurch ihre Bewegung auf ein Minimum gedrosselt wird. Die Folgen sind Übergewicht und Folgeerkrankungen wie Gefäß- und Gelenkkrankheiten.

### Die Entfremdung von der Natur belastet auch die Seele

Aber auch die Seele leidet unter der Entfremdung von der Natur: Viele Studien deuten darauf hin, dass psychische Störungen wie beispielsweise Depressionen in einer naturfernen Umgebung begünstigt werden. Umgekehrt hat die Natur stimmungssteigernde und stressmildernde Effekte und kann so der Seele helfen, sich zu erholen. Und auch auf Aggressionen und Gewalt kann die Natur eine dämpfende Wirkung haben.

Naturnahe Spielräume und Bewegung sind zudem wichtig für die psychische und körperliche Entwicklung



von Kindern. Fehlen sie, führt dies nicht selten zu schwerwiegenden seelischen und körperlichen Erkrankungen, Allergien oder Entwicklungsstörungen.

**Grüne Oasen in der Stadt haben einen positiven Einfluss auf die Seele**

© Marion Heidemann-Grimm, Rainer Sturm, sabine schmidt, alle [www.pixelio.de](http://www.pixelio.de)

### Zusammenfassung

Zusammenfassend gilt die einfache Regel: Zu wenig Natur kann krank machen – sowohl seelisch als auch körperlich – und mannigfaltige Folgeerkrankungen nach sich ziehen. Zugleich kann Natur bei der Wiederherstellung des seelischen Gleichgewichts helfen. Auch in der frühkindlichen Phase sind Naturerfahrungen wichtig für die Entwicklung. Naturerfahrungen können sich positiv auf das spätere Sozialverhalten und die Intelligenz von Kindern auswirken. Natur ist also wichtig – sowohl für einen gesunden Körper als auch einen gesunden Geist.

### Literatur

- GEBHARD, U. (2005): Die Bedeutung von Naturerfahrungen in der Kindheit. – München. – Vortrag Kongress „Kinder und Natur in der Stadt – Neue Wege, Strategien und Verfahren eines zukunftsträchtigen kommunalen Standortfaktors“.